

Kristiina Ojala

**OHJAAVAN KOULUTUKSEN MAHDOLLISUUDET
ELÄMÄNHALLINNAN EDISTÄMISESSÄ
- Esimerkkinä Oma osaaminen esiin -kurssi**

**Pro gradu –tutkielma
Syyslukukausi 2000
Kasvatustieteen laitos
Jyväskylän yliopisto**

TIIVISTELMÄ

Ojala, Kristiina. OHJAAVAN KOULUTUKSEN MAHDOLLISUUDET ELÄMÄNHALLINNAN EDISTÄMISESSÄ – Esimerkkinä Oma osaaminen esiin -kurssi.

Kasvatustieteen pro gradu –työ. Jyväskylän yliopiston kasvatustieteen laitos, 2000. 142 sivua. Julkaisematon.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Eurajoen kristillisen opiston ja Rauman kaupungin kansalaisopiston järjestämän ohjaavan koulutuksen mahdollisuuksia edistää koulutukseen osallistujien elämänhallintaa kurssilaisten ja kurssin ohjaajan näkökulmasta. Samalla pyrittiin selvittämään kurssilaisten käsityksiä syrjäytymisestä ja näiden käsitysten muutosta kurssin aikana yleensä ja heidän oman syrjäytymisensä suhteen. Koska tutkimus palveli samalla koulutuksen kehittämistä, niin siinä myös selvitettiin kurssilaisten ja kurssin ohjaajan näkemyksiä ohjaavan koulutuksen tavoitteiden etenemisen kannalta merkittäviä ominaispiirteitä. Näitä ominaispiirteitä selvitettiin sen kautta mitä mieltä kurssilaiset ja ohjaaja kurssista olivat. Tutkimuksen kohdejoukkona olivat Eurajoen kristillisen opiston ja Rauman kaupungin kansalaisopiston järjestämän ohjaavan koulutuksen koulutusprojektin ”Oma osaaminen esiin – valmiuksia työelämään, koulutukseen ja itsensä kehittämiseen” syksyn 1999 kurssille osallistujat, joita oli 15. Tutkimusmenetelminä olivat teemahaastattelu ja osallistuva havainnointi. Teemahaastattelut suoritettiin kuudelle kurssilaiselle ja ohjaajalle sekä kurssin alussa että lopussa. Osallistuva havainnointi taas kohdistui koko tutkimusjoukkoon kurssin aikana. Aineisto analysoitiin teema-alueiden mukaisesti.

Tutkimuksen tuloksena ilmeni, että jokaisen koulutukseen osallistujan elämänhallinta vahvistui huomattavasti tai jossakin määrin kurssin aikana. Myös ohjaajan mukaan kurssilaisten elämänhallinnassa tapahtui vahvistumista kurssin aikana. Ilmeni myös, että kurssilaisista osalla elämänhallinta oli jo entuudestaan hyvä. Heräsikin kysymys, että onko elämänhallintapainotteinen koulutus tarpeellinen henkilöille, joilla elämänhallinnan taidot ovat varsin hyvät? Taas jollekin kurssilaiselle kurssi ei ollut riittävä elämänhallinnan kohentamiseksi, mutta kuitenkin hyvä alku. Kurssilaisten syrjäytymistä koskevissa käsityksissä ei liiemmästi tapahtunut muutoksia kurssin aikana. He eivät myöskään pääosin kokeneet olevansa syrjäytyneitä. Kurssi ei kuitenkaan kaikkien niiden kohdalta, jotka kokivat olevansa syrjäytyneitä, muuttanut syrjäytymisen kokemusta. Yleensä kurssille osallistumisen voidaan kuitenkin ajatella ehkäisseen kurssilaisten syrjäytymistä. Myös ohjaajan mukaan kurssin avulla syrjäytymistä pystyttiin ehkäisemään. Ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvät ominaispiirteet kurssilaisten ja ohjaajan näkemysten valossa liittyivät koulutuksen yleisesti merkittäviin ominaispiirteisiin, koulutuksen sisältöön ja toteutustapoihin sekä kurssilaisten koulutukseen valintaan liittyviin ominaispiirteisiin.

Tutkimustulosten perusteella voidaan päätellä ohjaavalla koulutuksella olevan hyvät mahdollisuudet koulutukseen osallistujien elämänhallinnan edistämiseksi. Kuitenkin kurssilaisten kurssille valintaan tulisi kiinnittää enemmän huomiota. Koulutus on myös kurssilaisen syrjäytymisen ehkäisijänä merkittävässä asemassa. Esille tulleiden koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvien ominaispiirteiden voidaan olettaa olevan erityisen tärkeitä ohjaavan koulutuksen tavoitteiden etenemistä ajatellen.

Avainsanat: elämänhallinta, syrjäytyminen, ohjaava koulutus

Työn ohjaajana toiminut: Anja Heikkinen

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	6
2	ELÄMÄNHALLINTA – KESKEISET KÄSITTEET JA TEORIAT.....	8
2.1	Sisäinen ja ulkoinen elämänhallinta.....	10
2.2	Keskeisimpiä elämänhallinnan teorioita.....	11
2.2.1	Kontrollikäsite.....	12
2.2.2	Koherenssin tunne ja elämänhallintakyky.....	13
2.2.3	Jämäkkä persoonallisuus.....	16
2.2.4	Opittu avuttomuus.....	18
2.2.5	Coping-käsite.....	19
2.2.6	Yhteenveto tutkimuksessa käytettävistä elämänhallinnan määritelmistä.....	21
2.3	Syrjäytymisen yhteys elämänhallintaan.....	22
2.3.1	Syrjäytyminen ja sen suhde elämänhallintaan.....	22
2.3.2	Syrjäytymisen eri ulottuvuudet.....	24
3	OHJAAVA KOULUTUS ELÄMÄNHALLINNAN LISÄÄMISEN RESURSSINA.....	28
3.1	Ohjaava koulutus työvoimapulan parantajasta elämänhallinnan taitojen kehittäjäksi.....	28
3.2	Ohjaavan koulutuksen lähtökohdat elämänhallinnan tukemisessa.....	30
3.3	Oma osaaminen esiin –koulutusprojekti ohjaavan koulutuksen tavoitteiden valossa.....	31
3.4	Sisältöalueet ohjaavassa koulutuksessa.....	33

4	OMA OSAAMINEN ESIIN – VALMIUKSIA TYÖELÄMÄÄN, KOULUTUKSEEN JA ITSENSÄ KEHITTÄMISEEN –KOULUTUSPROJEKTI.....	35
4.1	Oma osaaminen esiin –ohjaavan koulutuksen koulutusprojekti.....	35
4.2	Oma osaaminen esiin –koulutusprojektin tavoitteiden lähtökohtana Euroopan sosiaalirahaston tavoite 3 –ohjelma.....	37
4.3	Kuvaus Oma osaaminen esiin –koulutusprojektista.....	38
5	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET.....	41
6	TUTKIMUSASETELMA JA TUTKIMUSONGELMAT.....	47
7	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	50
7.1	Tutkimuksen menetelmälliset ratkaisut.....	50
7.2	Tutkimuksen kohdejoukko.....	54
7.3	Aineiston keruu.....	56
7.4	Aineiston analyysi.....	59
8	TULOKSET.....	62
8.1	Kuvaus koulutukseen osallistujien elämäntilanteesta ja koulutukseen kohdistuneista odotuksista.....	63
8.2	Elämänhallinnan vahvistuminen koulutukseen osallistujien käsitysten ja kokemusten valossa.....	68
8.2.1	”Kato sillai et se elämä olis sul hankas tai jotenki”.....	68
8.2.2	”Et kyl tää koko porukka on saanu sitä itseluottamusta”.....	70
8.2.3	”Oon selviytynyt tosi suurista ongelmista ja oon täsä vielä henkissä”.....	73
8.2.4	”Et mää sen vaikutan hyvän tai huonon, itse voin vaikuttaa... eikä mulla olis mitään sitä vastaan jos joku tarjois mulle töitä”.....	75
8.2.5	”Elämä on ihanaa kun sen oikein oivaltaa”.....	78

8.2.6	”Kyl mä nään sen semmosena valoisana ja ihan luottavaisena meen”	81
8.2.7	”Syrjäytymises menettää ystävät, tulot...ja kaikki”	84
8.3	Ohjaajan käsitykset koulutukseen osallistujien elämänhallinnan vahvistumisesta koulutuksen aikana	87
8.4	Ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvät ominaispiirteet koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemysten valossa	90
8.4.1	”Aika monipuolistahan tää on ollu ja semmonen neljä kuukaut, et sää niinku tunnit kuuluvas johonki porukkaan”	90
8.4.2	Elämänhallinnan kannalta merkittävät kokemukset koulutuksen aikana	95
8.4.3	Ohjaajan näkemykset koulutuksen onnistuneisuudesta elämänhallinnan kannalta	98
8.4.4	Ohjaajan näkemykset ohjaavan koulutuksen toivottavista ominaispiirteistä tulevaisuudessa elämänhallinnan kannalta	100
8.4.5	Yhteenveto ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvistä ominaispiirteistä	103
9	POHDINTA	106
9.1	Tulosten yhteenveto ja johtopäätökset	107
9.1.1	Ohjaavan koulutuksen mahdollisuudet koulutukseen osallistujien elämänhallinnan edistämisessä	107
9.1.2	Ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvät ominaispiirteet koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemysten valossa	113
9.2	Tutkimuksen toteutuksen ja luotettavuuden arviointi	119
9.3	Jatkotutkimushaasteet	123
	LÄHTEET	125
	LIITTEET	135

1 JOHDANTO

”Kun jokainen ihminen löytäisi jonkinlaisen idiksen elämäänsä, jonkin päämäärän, jota tavoitella” pohtii ohjaavan koulutuksen kursseja vetävä Päivi Rahko Kodin Kuvalehden haastattelussa 19.8.1999. Rahkon mukaan kurssilaiset tulisi saada tavoittelemaan enemmän, tähtäämään työn saantiin tai parempaan elämään. (Ahvenniemi 1999, 14-16.) Elämänhallinnasta ja sen vahvistamisesta onkin tullut viime vuosien aikana ohjaavan koulutuksen merkittävä painopistealue työllistämisen parantamisen ohelle. Tähän on ollut erityisesti syynä sinnikkäästi korkealla pysyvä työttömyys, joka lisää painetta kunkin työttömän ihmisen omaehtoiseen selviytymiseen. Pitkään jatkuva työttömyys ja sen yksilölle aiheuttamat voimakkaat kokemukset alkavat usein heikentää yksilön elämän hallittavuutta ja kasauttaa ongelmia sekä pahimmillaan tilanne saattaa johtaa yhteiskunnasta syrjäytymiseen. Elämänhallinnan lujittaminen on näin ollen tärkeää ihmisen hyvinvoinnin ja eteenpäin pyrkimisen kannalta, kuten myös syrjäytymisen ehkäisemistä ajatellen. Luottamus oman elämän hallintaan tuo myös tietynlaista turvallisuuden tunnetta (Keltikangas-Järvinen 2000, 29; Latvakangas 2000, 16). Roosin (1987) mukaan elämänhallinnan kokeminen on yksi elämän avainkysymyksistä, sillä elämänhallinta tai sen puuttuminen leimaa yksilön koko elämää (Roos 1987, 65). Eteläpellon (1993) mukaan paljon onkin puhuttu siitä, että koulutuksen tulisi pyrkiä tuottamaan ennen kaikkea elämänhallinta- ja selviytymistaitoja ja yllämatillisia

avainkvalifikaatioita, ei niinkään välittämään työssä tarvittavia tietoja ja taitoja (Eteläpelto 1993, 112).

Eurajoen kristillinen opisto ja Rauman kaupungin kansalaisopisto järjestivät yhteistyössä ohjaavan koulutuksen koulutusprojektin ”Oma osaaminen esiin – valmiuksia työelämään, koulutukseen ja itsensä kehittämiseen”, jonka tavoitteena oli lisätä projektiin osallistuvien elämänhallintaa. Muina tavoitteina olivat pitkäaikaistyöttömyyden ehkäiseminen ja syrjäytymisvaarassa olevien henkilöiden integrointi yhteiskuntaan ja työelämään. Projekti oli Euroopan sosiaalirahaston ja Satakunnan työvoimapiirin rahoittama neljävuotinen koulutusprojekti vuosille 1996 – 1999. Projektiin sisältyi kaikkiaan kahdeksan ohjaavan koulutuksen kurssia. Kursseja järjestettiin kaksi vuosittain ja kunkin kurssin pituus oli neljä kuukautta. Koulutusprojekti kuului Euroopan sosiaalirahaston tavoite 3 –ohjelman piiriin, jonka tavoitteena on työttömien elämänhallinnan kohentamisen lisäksi myös ehkäistä pitkäaikaistyöttömyyttä ja vahvistaa työttömän työvoiman osaamista. Koulutusprojektin kohderyhmänä olivat yli 25-vuotiaat pitkäaikaistyöttömät, joilla oli matala koulutustaso ja vähän opiskelukokemuksia. Projekti oli osa laajempaa Eurajoen kristillisen opiston sekä Rauman, Laitila-Pyhärannan ja Uudenkaupungin kansalaisopiston verkostointi- ja yhteistyöhanketta. (M. Grönroos, henkilökohtainen tiedonanto 12.3.1999.)

Tässä tutkimuksessa keskitytään projektin elämänhallintaa koskevan tavoitteen toteutumisen tarkasteluun viimeisen kurssin osalta. Tutkimuksen kohdejoukkona ovat koulutusprojektin ”Oma osaaminen esiin – valmiuksia työelämään, koulutukseen ja itsensä kehittämiseen” syksyn 1999 kurssille osallistujat. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää Eurajoen kristillisen opiston ja Rauman kaupungin kansalaisopiston Raumalla järjestämän ohjaavan koulutuksen mahdollisuuksia edistää koulutukseen osallistujien elämänhallintaa kurssilaisten ja kurssin ohjaajan näkökulmasta. Samalla pyritään selvittämään kurssilaisten käsityksiä syrjäytymisestä ja näiden käsitysten muutosta kurssin aikana yleensä ja heidän oman syrjäytymisensä suhteen. Koska tutkimus palvelee samalla koulutuksen kehittämistä, niin siinä myös selvitetään koulutukseen osallistujien ja kurssin ohjaajan näkemyksiä ohjaavan koulutuksen tavoitteiden etenemisen kannalta merkittäviä ominaispiirteitä. Näitä ominaispiirteitä selvitetään sen kautta mitä mieltä kurssilaiset ja ohjaaja kurssista ovat. Tutkimusmenetelminä ovat teemahaastattelu ja osallistuva havainnointi. Tässä tutkimuksessa elämänhallinnalla tarkoitetaan yksilön kokemusta itseluottamuksesta ja mahdollisuuksistaan eri elämäntilanteissa sekä näkemystä oman elämän mielekkyydestä ja tulevaisuudesta.

2 ELÄMÄNHALLINTA – KESKEISET KÄSITTEET JA TEORIAM

Viime aikoina elämänhallinnan käsitteestä on tullut erittäin suosittu (kts. esim. Keltikangas-Järvinen 2000). Elämänhallintaa on käsitelty yhä enenevässä määrin niin tutkimuskirjallisuudessa kuin lehtiartikkeleissa. Jo korkean työttömyyden sekä yleisen turvattomuuden ja epävarmuuden ajan henki, kuten myös toisaalta kiireellinen elämänrytmi ja yhteiskunnan monimutkaistuminen ovat nostattaneet sekä tutkijat että tavalliset kansalaiset, sekä työttömät että työssäkäyvät, kiinnostumaan yhä enemmän elämänhallinnasta ja sen merkityksestä (kts. esim. Keltikangas-Järvinen 2000). Elämänhallinnan nousu keskeiseksi kiinnostuksen kohteeksi ei Keltikangas-Järvisen (2000) mukaan ole sinänsä yllättävää, sillä ihmisen tarve hallita elämäänsä on syvällä ihmismielellä (Keltikangas-Järvinen 2000, 27). Elämänhallintaa koskevia tutkimuksia (esim. Feldt 2000; Helve & Bynner 1996; Huhtaniemi 1995; Hyttinen 1998) on tehty melko runsaasti viime vuosien aikana, samoin kuin tarjolla on yhä enemmän erilaisia elämänhallinnan oppaita ja muuta elämänhallintaa käsittelevää kirjallisuutta (esim. Keltikangas-Järvinen 2000; Laurila 1995), joilla pyritään auttamaan ihmisiä lisäämään elämänhallintaa. Kaikenlainen elämänhallintaa koskeva kirjallisuus onkin vetänyt ihmisiä puoleensa, samoin kuin erilaisille elämänhallintakursseille on ollut tungosta (Latvakangas 2000; Repo 1999).

Mitä sitten elämänhallinnalla tarkoitetaan? Elämänhallinta on hyvin monisäikeinen kokonaisuus, jonka avulla yksilö pyrkii hallitsemaan elämänsä kulkuaan (Vähätalo 1998, 54). Pietilän (1994) mukaan elämänhallintaa voidaan tarkastella yleisenä elämänstrategiana, jonka avulla yksilö pyrkii selviytymään erilaisissa tilanteissa (Pietilä 1994, 19). Elämänhallinta on valmiutta toimia uusissa ja oudoissa tilanteissa. Käsite liitetään yleensä erilaisten ongelmatilanteiden kohtaamiseen ja niiden tyydyttävään ratkaisemiseen, jolloin kyseessä on yksilön kyky selviytyä vastoinkäymisistä. Elämänhallinta saattaa järkkäytyä muun muassa erilaisten kielteisten elämänmuutosten vuoksi. (Niemelä ym. 1994, 17.) Huhtaniemen (1995) mukaan elämänhallinnan kokemus on yhteydessä ihmisen hyvinvointiin liittyviin tekijöihin, kuten terveyteen, tyytyväisyyteen elämässä ja tehokkaisiin selviytymismekanismeihin (Huhtaniemi 1995, 40). Lisäksi kokemus elämänhallinnasta on läheisesti kytkeytynyt yksilön minäkäsitykseen ja itsekunnioitukseen (Järvikoski 1994). Se on myös tietoista tavoitteiden asettamista ja päämääriin pyrkimistä (Keltikangas-Järvinen 2000, 28).

Keltikangas-Järvisen (1999) mukaan ihmisellä, joka tuntee hallitsevansa elämänsä ja pystyy päätöksillään, ratkaisullaan ja toiminnoillaan vaikuttamaan elämänsä kulkuaan, on vahva hallinnantunne. Hallinnantunne puuttuminen puolestaan tarkoittaa sitä, että ihminen kokee elämänsä olevan kiinni sattumanvaraisista tapahtumista tai tuntee muiden ihmisten päättävän hänen asioistaan ja säätelevän hänen elämänsä. (Keltikangas-Järvinen 1999, 227.) Vähätalo (1998) taas tarkoittaa ”normaalilla” elämänhallinnalla ihmisen tavanomaista selviytymistä tai pärjäämistä, johon saattaa kuulua lyhytaikaisia kriisivaiheita ja tilapäisiä työttömyysjaksoja. Tällaiset vaiheet yksilö kuitenkin yleensä selvittää normaalien sopeutumismekanismien ja sosiaalivaltion tukiverkoston avulla. ”Normaalin” elämänhallinnan vastakohtaksi Vähätalo puolestaan määrittää elämänhallinnan puuttumisen, murentumisen tai vähintäänkin muuttumisen jatkuvasti uhanalaiseksi. Yksilön kyky hallita omaa elämänsä saattaa tällöin olennaisesti heikentyä. (Vähätalo 1998, 54-55.) Wimanin (1994) mukaan elämän hallittavuutta voidaan edistää poistamalla ihmisen itsenäisen toiminnan esteitä. Ihmiseen itseensä liittyviä elämänhallinnan esteitä voivat olla ihmisen heikentyneet yksilölliset kyvyt, vääristyneet tulkinnat tilanteista ja ympäristöstä, puutteelliset tiedot ja taidot sekä heikentynyt motivaatio. Myös yksilön elämänvalinnat vaikuttavat siihen, millaisia uusia elämäntilanteita yksilö elämässään kohtaa. Varsinkin sosiaalisilla, taloudellisilla ja kulttuurisilla tekijöillä on suuri merkitys elämän kokemiseen hallittavaksi olevaksi. (Wiman 1994, 2, 18.)

2.1 Sisäinen ja ulkoinen elämäntapa

Elämäntapa voidaan jakaa sekä *sisäiseen* että *ulkoiseen* elämäntapaan. Raitasalon (1995) mukaan sisäinen elämäntapa liittyy ihmisen omiin valmiuksiin ja taipumuksiin kohdata ja ratkoa vaikeuksia ja paineita sekä selviytyä niistä tulevaisuudessa. Tällöin ihminen pyrkii ensisijaisesti tunteiden, havaintojen ja mielikuvien avulla käsittelemään ristiriitaisia ja haasteellisia kokemuksia. Ulkoinen elämäntapa puolestaan liittyy ympäristön mahdollisuuksiin tukea ihmisen omaa kykyä käsitellä koettuja paineita ja ristiriitoja. Ulkoisesta elämäntapasta on kyse esimerkiksi silloin kun ihminen pyrkii käyttämään muiden ihmisten tukea selviytyäkseen kokemistaan vaikeuksista. (Raitasalo 1995, 12, 69.)

Myös Roos (1985, 1987) erottaa toisistaan sisäisen ja ulkoisen elämäntapoin. Ulkoinen elämäntapa Roosin mukaan tarkoittaa sitä, että odottamattomat, elämäntapaan suuresti vaikuttavat tekijät kyetään torjumaan ja yksilö kykenee toteuttamaan elämälleen asettamansa tavoitteet ja tarkoitusperät lähes katkeamattomina. Ulkoisen elämäntapoin toteutumiseen vaikuttavat sukupolvi, sukupuoli, koulutus ja ammatti. Aineellisesti ja henkisesti turvattu asema, aineellinen vauraus ja taloudellinen asema ovat ulkoisen elämäntapoin keskeisiä tekijöitä. Sisäinen elämäntapa Roosin mukaan puolestaan tarkoittaa sitä, että ihminen kykenee sopeutumaan muun muassa odottamattomiin elämäntapahtumiin ja katsomaan asioita parhain päin. Sisäinen elämäntapa on opittava, mutta se ei ole alistumista tai antautumista vaan ponnistelua vastoinkäymisten voittamiseksi ja elämän ulkoisen hallittavuuden parantamiseksi. Urbanin elämän mukana sisäisen elämäntapoin luonne on muuttunut. Enää ei ole kysymys pelkästään sopeutumisesta vaan julkisivun ylläpitämisestä, elämäntapoin imagosta, jonka tulisi olla mahdollisimman eheä niin, että yksilö näyttää onnelliselta. Ihminen siis pyrkii ylläpitämään tietynlaista onnellisuusmuuria ympärillään. Roosin mukaan sisäinen elämäntapa kasvaa niukoissa ja haastavissa elämäntapoin olosuhteissa, kuten talonpoikaisessa elämäntavassa. Ulkoinen elämäntapa taas olisi urbanin elämäntapoin synnyttämä ”helppo” hallintatapa, jolloin ihminen nojautuu ulkoisiin arvoihin, kuten sosioekonomisen aseman antamiin mahdollisuuksiin siinä määrin, että onnistumisen julkisivun

näyttäminen on tärkeämpää kuin todellisen elämänotteen saavuttaminen. (Roos 1985, 41-43; 1987, 65-67.)

Riihisen (1996) mukaan elämänhallinnan jaottelu ulkoiseen ja sisäiseen elämänhallintaan ei näytä kuitenkaan aivan ongelmattomalta. Yksi ongelma sisältyy monitasoisiin elämänpäämääriin. Roosin ulkoisen elämänhallinnan määritelmässä ulkoiseen elämänhallintaan sopii lähinnä aineellisten päämäärien toteutuminen. Sen sijaan henkisten, eettisten ja uskonnollisten päämäärien toteutumisessa kysymys on enemmänkin sisäisestä elämänhallinnasta. Toinen ongelma on sisäisen ja ulkoisen vuorovaikutus ja osittain päällekkäisyys, joka tekee vaikeaksi määrittellä, mikä on sisäistä ja mikä ulkoista elämänhallintaa. Kolmas ongelma liittyy sisäisen elämänhallinnan määritelmään, joka korostaa sopeutumista. Sopeutuminen on kuitenkin Riihisen mukaan käsitteellisesti lähempänä alistumista kuin hallintaa. Ihmisen elämänhallinta on hänen ulkoisten olojensa ja sisäisen rakenteensa välistä vuorovaikutusta. Tämän vuoksi Riihisen mukaan elämänhallinta tulisi käsittää kokonaisuutena, jolla on sekä sisäisiä että ulkoisia edellytyksiä. (Riihinen 1996, 29.)

2.2 Keskeisimpiä elämänhallinnan teorioita

Seuraavassa tarkastellaan lähemmin tunnetuimpia elämänhallinnan teorioita, jotka syventävät elämänhallinnan käsitteen ymmärtämistä. Eri tutkimuksissa ja teorioissa elämänhallintaa on määritelty eri tavoin, mutta moninaisuudesta huolimatta niissä on paljon yhteisiä piirteitä. Yhteistä näille määritelmille on muun muassa kontrollin tunteen sisällyttäminen elämänhallinnan käsitteen piiriin. Teorioista ensimmäiseksi käsitellään hallinta- eli kontrollikäsitteitä (locus of control). Tämän jälkeen tarkastellaan koherenssin tunnetta (sense of coherence) sekä elämänhallintakyvyn (life control) –käsitettä. Seuraavaksi tarkastellaan jämäkän persoonallisuuden (hardy personality) käsitettä ja opitun avuttomuuden (learned helplessness) teoriaa sekä viimeiseksi coping –käsitettä. Lähestymistapa tässä tutkimuksessa painottuu hallinta- eli

kontrollikäsitteiden ja elämäntarkoituksen teorioihin, koska nämä teorit ovat tässä tutkimuksessa käyttökelpoisimpia tutkimusongelmien kannalta. Lisäksi tutkimuksessa tarkastellaan yksilön uskoa työnsaantimahdollisuuksiinsa ja suhtautumista tulevaisuuteen, sillä myös näiden tekijöiden katsotaan tässä tutkimuksessa soveltuvan hyvin kuvaamaan yksilön elämäntarkoitusta ja olevan käyttökelpoisia tutkimusongelmien kannalta.

2.2.1 Kontrollikäsite

Vanhimpia ja käytetyimpiä elämäntarkoitusta koskevia määritelmiä on Rotterin määritelmä vuodelta 1966 (Rotter 1966). Rotteria (1966, 1975) voidaan pitää *hallinta- eli kontrollikäsitteitä (locus of control)* koskevan tutkimuksen uranuurtajana. Hallinta- eli kontrollikäsitteitä koskevissa tutkimuksissa eri yhteyksissä on vaihtoehtoisesti käytetty termejä ”*locus of control*” ja ”*expectancy for internal versus external control of reinforcement*” (Rotter 1975). Käsite perustuu sosiaalisen oppimisen teorian pohjalle. Sen mukaan yksilö tekee päätelmiä kontrollimahdollisuuksistaan tulevissa tilanteissa aikaisempien kokemustensa perusteella. Yksilö tekee kausaalisia päätelmiä toimintojensa tulosten seurauksista. Käsitteellä kuvataan sitä, miten henkilö uskoo voivansa vaikuttaa oman elämänsä kulkuun. (Rotter 1966.) Rotterin (1966) kontrollikäsite tarkoittaa yleistynyttä odotusta siitä, että tapahtumat riippuvat joko yksilöstä itsestään, hänen omista ominaisuuksistaan ja piirteistään tai hänen omasta toiminnastaan, jolloin puhutaan *internaalisesta eli sisäisestä kontrollista (internal control)* tai yksilön hallinnan ulottumattomissa olevista, ulkopuolisista tekijöistä kuten onnesta, sattumasta, kohtalosta tai tapahtumat ovat muiden ihmisten tai yhteiskunnallisten voimien aikaansaannosta, jolloin puhutaan *externaalisesta eli ulkoisesta kontrollista (external control)* (Rotter 1966, 1).

Rotter liittää vahvaan sisäiseen kontrollikäsitteeseen suoritusmotivoituneisuuden, onnistumisen odotukset ja aktiivisuuden. Yksilö, jolla on sisäinen kontrollikäsite, uskoo voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä ja siihen mitä hänelle tapahtuu. (Rotter 1966.) Hän on myös uteliaampi ja kiinnostuneempi ympäristöstään ja käsittelee ympäristöstään saamaansa tietoa tehokkaammin kuin

ulkoisen kontrollikäsityksen omaava henkilö. Samoin sisäisen kontrollikäsityksen omaava henkilö pystyy ohjaamaan itseään selkeämmin ja tarkoituksenmukaisemmin vaikeiden ja hämmentävien tilanteiden yli kuin ulkoisen kontrollikäsityksen omaava henkilö. (Lefcourt 1976, 60, 65.) Henkilö, jolla on ulkoinen kontrollikäsitys, ei juurikaan usko omiin vaikutusmahdollisuuksiinsa. Rotterin mukaan ulkoinen kontrollikäsitys on yhteydessä passiivisuuteen, vieraantumiseen ja voimattomuuteen. (Rotter 1966.) Ulkoisen kontrollikäsityksen omaava henkilö ei myöskään ole niin varovainen ja laskelmoiva omien valintojen, sitoumusten ja henkilökohtaisten ongelmien suhteen kuin henkilö, jolla on sisäinen kontrollikäsitys (Lefcourt 1976, 52). Lähellä internaalista kontrollin käsitettä on jämään persoonallisuuden käsite (Kobasa 1979), kun taas eksternaalista kontrollin käsitettä lähellä on opitun avuttomuuden käsite (Abramson, Seligman & Teasdale 1978). Rotter on kehittänyt I-E-asteikon mittaamaan sisäistä ja ulkoista kontrollikäsitystä (Rotter 1966, 1975). Tässä tutkimuksessa hallintaeli kontrollikäsityksillä tarkoitetaan yksilön kokemusta omista vaikutusmahdollisuuksistaan itseä koskeviin asioihin ja omaan elämään.

2.2.2 Koherenssin tunne ja elämäntaloustaito

Useissa elämäntaloustaitaan liittyvissä tutkimuksissa (esim. Suominen 1993; Pietilä 1994; Peltonen 1994; Sepponen 1996; Feldt 2000) elämäntaloustaiton määrittely on perustunut Antonovskyn (1979, 1988) teoriaan *koherenssin tunteesta (sense of coherence)*. Koherenssin tunne on yleinen selviytymisvoimavara, joka auttaa yksilöä selviytymään monista elämän varrella eteen tulevista kuormitustekijöistä. Se kuvastaa sitä tapaa, jolla yksilö havainnoi maailmaa tai ympäristöä. (Antonovsky 1988.) Koherenssin tunteesta käytetään myös nimitystä elämäntaloustaito (Sepponen 1996, 137). Antonovsky (1988) määrittelee koherenssin tunteen ”kokonaisvaltaiseksi suuntautuneisuudeksi, joka ilmaisee, missä määrin yksilöllä on laajeneva ja pysyvä, joskin dynaaminen, luottamuksen tunne, että 1) elämän kuluessa sisäisistä ja ulkoisista ympäristöistä tulevat ärsykkeet ovat jäsentyneitä, ennustettavissa ja selitettävissä olevia; 2) yksilöllä on käytettävissään voimavaroja, joilla hän voi kohdata näiden ärsykkeiden aiheuttamia

vaatimuksia; ja 3) nämä vaatimukset ovat sitoutumisen arvoisia haasteita” (Antonovsky 1988, 19).

Koherenssin tunne koostuu Antonovskyn (1988) mukaan kolmesta osatekijästä: 1) *ymmärrettävyys (comprehensibility)*, 2) *hallittavuus (manageability)* ja 3) *tarkoituksellisuus (meaningfulness)*. *Ymmärrettävyys* ilmaisee tunnetta siitä, että yksilö hallitsee omat sisäiset voimavaransa ja vuorovaikutuksen sosiaalisen ympäristönsä kanssa. *Ymmärrettävyys* tarkoittaa myös sitä, että elämässä on loogisuutta ja johdonmukaisuutta, oma elämä on järjestyksessä. Yksilö, jolla on vahva koherenssin tunne, kokee elämänsä ymmärrettävänä ja selitettävissä olevana. *Hallittavuus* tarkoittaa tunnetta siitä, että yksilö uskoo käytettävissä olevien voimavarojensa avulla pystyvän vastaamaan ympäristön vaatimuksiin. Käytettävissä olevat voimavarat voivat olla yksilön omassa tai muiden luotettujen käsissä. Yksilö, jolla on vahva hallintakyky, ei koe olevansa tapahtumien uhri, vaan kykenee selviytymään tilanteista. *Tarkoituksellisuus* ilmaisee sitä, miten yksilö kokee oman elämänsä tarkoituksen. Yksilö, jolla on vahva koherenssin tunne, näkee erilaiset tapahtumat panostamisen arvoisina, tervetulleina haasteina. Yksilö kokee tapahtumilla olevan jonkin merkityksen elämässään. (Antonovsky 1988, 16-19.) *Ymmärrettävyys*, *hallittavuus* ja *tarkoituksellisuus* kuvaavat yhdessä, mutta myös kukin yksinään yksilön tapaa havainnoida maailmaa ja ympäristöä sekä ovat välttämättömiä edellytyksiä vahvalle koherenssin tunteelle. Antonovsky pitää kuitenkin tarkoituksellisuutta tärkeimpänä ja ymmärrettävyyttä toiseksi tärkeimpänä koherenssin tunteen osatekijänä. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että *hallittavuus* olisi vähemmän tärkeä osatekijä. Menestykselliseen toimintaan tarvitaan kaikkia koherenssin tunteen osatekijöitä. (Antonovsky 1988, 22.)

Antonovskyn (1987) mukaan koherenssin tunne kehittyy vähitellen nuoruudessa tai ensimmäisten työvuosien aikana ja säilyy suhteellisen muuttumattomana läpi elämän (Antonovsky 1987, 157-158). Resurssit, kuten hyvinvointi, egon lujuus, kulttuurinen vakaus ja sosiaalinen tuki johtavat elämäkokemuksiin, jotka edistävät vahvan koherenssin tunteen kehittymistä (Antonovsky 1993, 725). Jos noin 30-vuotiaalle ihmiselle on muodostunut vahva koherenssin tunne, hän hyvin todennäköisesti selviää myös myöhemmistä eteen tulevista vaikeuksista. Myöhemmällä iällä vain merkittävät kokemukset voivat vaikuttaa yksilön koherenssin tunteeseen. Esimerkiksi työttömyydellä on mitä tuhoisin vaikutus koherenssin tunteeseen. Antonovsky korostaa yksilön lähiympäristön merkitystä

koherenssin tunteen kehittymisessä. Ympäristö, jossa ihminen elää, vaikuttaa koherenssin tunteen kehittymiseen tarjoamalla selviytymistä tukevia tai sitä estäviä voimavaroja. (Antonovsky 1987, 157-158.) Nykyisin useissa tutkimuksissa (esim. Feldt 2000; Suominen 1993) on tullut ilmi, että koherenssin tunne voi muuttua myös myöhemmällä iällä. Esimerkiksi Feldtin (2000) tutkimustulokset eivät tue Antonovskyn (1987) oletusta siitä, että koherenssi olisi pysyvämpää yli 30-vuotiailla kuin tätä nuoremmilla ihmisillä. Feldtin tutkimuksessa koherenssi muovautui myös aikuisiällä, yli 30-vuotiaana. Samoin tuli ilmi, ettei koherenssin pysyvyydessä ollut eroa työttömyyttä kokeneiden ja täystyöllisten ihmisten välillä. (Feldt 2000, 38-39.) Koherenssin tunteen teoriaa ei käytetä tässä tutkimuksessa. Teoriaa pidetään kuitenkin tärkeänä tuoda esille, koska seuraavaksi esiteltävä elämänhallintakyvyn teoria pohjautuu koherenssin tunteen teoriaan. Toiseksi koherenssin tunteen teoriaa pidetään merkittävänä esitellä myös siitä syystä, että se on yksi tunnetuimpia elämänhallinnan teorioita, samoin kuin käytetyimpiä teorioita elämänhallintaan liittyvissä tutkimuksissa.

Söderqvist ja Bäckman (1988; Bäckman & Söderqvist 1990) ovat havainneet yhteyden koherenssin tunteen ja elämäntyytyväisyyden välillä. Näin he ovat laajentaneet Antonovskyn (1979, 1988) koherenssin tunteen käsitettä lisäämällä siihen *elämäntyytyväisyyden* osatekijän. Täten he ovat muodostaneet *elämänhallintakyvyn (life control)* -käsitteen, jolla on neljä osatekijää: *ymmärrettävyys, hallittavuus, tarkoituksellisuus* ja *elämäntyytyväisyys* (Söderqvist & Bäckman 1988, 8-18; Bäckman & Söderqvist 1990, 1-6.) Elämäntyytyväisyys on tässä yhteydessä ymmärretty sekä emotionaalisenä että kognitiivisena kokemuksena, joka voi lisätä yksilön kapasiteettia kohdata paineita. Teoreettisesti elämäntyytyväisyyden käsite tulee lähelle tarkoituksellisuuden käsitettä, mutta ne eivät kuitenkaan ole identtisiä. Yksilön on mahdollista kokea elämänsä tarkoitukselliseksi, mutta sen ei tarvitse merkitä sitä, että yksilö kokee elämäntyytyväisyyttä. (Suominen 1993, 31.) Söderqvistin ja Bäckmanin (1988, 1990) mukaan elämäntyytyväisyyden tärkeimpiä tekijöitä ovat tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin, työolosuhteisiin, perhetilanteeseen ja vapaa-aikaan (Söderqvist & Bäckman 1988, 16-18; Bäckman & Söderqvist 1990, 6).

Vahva elämänhallintakyky merkitsee siis sitä, että yksilöllä on tarkoituksenmukaisia voimavaroja, joita käyttämällä hän kykenee ohjaamaan elämänsä tyydyttävästi suhteessa tarpeisiinsa ja tavoitteisiinsa. Näitä voimavaroja ovat muun muassa sosiaaliset ja taloudelliset voimavarat sekä hyvä itsetunto. Yksilö, jolla on vahva elämänhallintakyky, tuntee turvallisuutta ja tyytyväisyyttä. Hän uskoo myös osaavansa

käsitellä eteen tulevia ongelmia ja ristiriitatilanteita. Lisäksi hyvän stressinkäsittelykyvyn ansiosta hän välttää tehokkaasti stressiä. (Söderqvist & Bäckman 1988, 18-22; Bäckman & Söderqvist 1990, 6-8.) Yksilö, jolla on vahva elämäntilantakyky, kykenee myös sopeutumaan elinolosuhteisiinsa tai muuttamaan niitä ja näin vähentämään jännitystä ja lisäämään tyytyväisyyttään eri elämäntilanteilla. Myönteiset kokemukset ja elinolosuhteet vahvistavat yksilön elämäntilantakykyä, kun taas negatiiviset kokemukset saattavat johtaa negatiiviseen kierteeseen, jossa esimerkiksi huonot elämäntavat ja tyytymättömyys huonontavat tilannetta. (Söderqvist & Bäckman 1988, 26-27; 1990, 1-2; Bäckman & Söderqvist 1990, 10-11.) Tärkeissä asioissa onnistuminen merkitsee vahvistumista elämäntilantakyvyn kaikilla osatekijöillä (Söderqvist & Bäckman 1990, 2). Elämäntilantakyky ei kuitenkaan tarkoita sitä, että yksilö kykenisi kontrolloimaan kaikkia tapahtumia, joilla on häneen vaikutusta. Yksilö, jolla on vahva elämäntilantakyky, ei koe kuitenkaan odottamattomia tilanteita uhkaavina. (Suominen 1993, 31.)

Tässä tutkimuksessa käytetään Söderqvistin ja Bäckmanin (1988, 1990) elämäntilantakyvyn määritelmää. Elämäntilantakyvyllä tarkoitetaan tässä tutkimuksessa yksilön kokemusta itseluottamuksestaan sekä kokemusta erilaisista ongelmatilanteista selviytymisestä ja kokemusta siitä, miten tyytyväinen on omaan elämäänsä. Jatkossa näistä elämäntilantakyvyn osatekijöistä käytetään yhteisesti käsitettä elämäntilantakyky.

2.2.3 Jämäkkä persoonallisuus

Lähellä koherenssin tunteen käsitettä on Kobasan (1979, 1982) *jämäkän persoonallisuuden käsite* (*hardy personality*, jonka Bäckman ja Söderqvist (1990, 5) ovat kääntäneet jämäkän persoonallisuuden käsitteeksi. Käsitteestä on käytetty myös sitkeys –käsitettä (*hardiness*, Kobasa 1979)), koska myös se viittaa ympäristön ärsykkeiden näkemiseen haasteina, mahdollisuuksina ja omistautumisen arvoisina (Bäckman & Söderqvist 1990, 5). Jämäkkä persoonallisuus viittaa siis persoonallisuuteen, joka ottaa ympäristöstään tulevat haasteet vastaan ja näkee stressiä aiheuttavat elämäntilanteet ennemminkin mahdollisuuksina kuin uhkina. Siihen sisältyy

kolme osatekijää, jotka ovat *vastuullisuus (commitment)*, *hallinta (control)* ja *haasteellisuus (challenge)*. (Kobasa 1979, 1982; Kobasa, Maddi & Kahn 1982.)

Vastuullisuus merkitsee oman elämän merkitykselliseksi kokemista. Se merkitsee kykyä uskoa totuuteen, elämän tärkeyteen sekä kiinnostusta omasta itsestään ja tekemisistään. Siihen liittyvät sitoutuminen henkilökohtaisiin päämääriin, itsestä välittäminen ja yhteisyyden kokeminen sitoutumisessa muihin ihmisiin. Vastuullisuuden tunteen omaava henkilö tietää myös hankalassa tilanteessa voivansa kääntyä läheisten ihmisten puoleen, samoin nämä henkilöt voivat luottaa häneen heidän ollessaan suuren paineen alla. Vastuullisuuden tunteen omaavalla henkilöllä on sekä taito että halu selviytyä menestyksekkäästi stressiä aiheuttavista elämäntilanteista. *Hallinta* puolestaan merkitsee kykyä luottaa omiin mahdollisuuksiinsa ja kykyä vaikuttaa tapahtumien kulkuun. Hallinnan tunne näkyy henkilön pyrkimyksinä etsiä selityksiä tapahtumille, ei kuitenkaan ainoastaan toisten ihmisten toimintojen tai kohtalon muodossa, vaan myös omaan toimintaan liittyen samalla ottaen vastuuta toimistaan. Hallinnan tunteen omaava henkilö kokee tapahtumat ennemminkin luonnollisina seurauksina omista tai toisten toimista kuin vieraina, odottamattomina ja lannistavina kokemuksina. *Haasteellisuus* perustuu näkemykseen, että elämässä tapahtuvat muutokset ovat mahdollisuuksia ja mahdollistavat yksilön kasvun. Näin ollen henkilö suhtautuu positiivisesti muutoksiin ja osaa ottaa hyvin vastaan odottamattomatkin tilanteet. Haasteellisuus näkyy henkilön etsiessä uusia ja mielenkiintoisia kokemuksia sekä hänen arvioidessaan tehokkaasti erittäin ristiriitaisia tai uhkaavia tilanteita. Sitoutuminen, hallinta ja haasteellisuus ovat siis ominaisuuksia, jotka auttavat vaikeiden ja yllättävien tilanteiden hallintaa ja edistävät siten stressitilanteista selviytymistä. (Kobasa 1982, 6-8; Kobasa ym.1982.)

Jämäkkää persoonallisuutta kuvaavia ominaisuuksia ovat vahva sitoutuminen itseän, tarmokas ja aktiivinen asenne ympäristöön, tunne tarkoituksellisuudesta ja internaalinen locus of control. Jämäkkää persoonallisuutta voidaan pitää myös elämää rikastuttavana ominaisuutena. (Kobasa 1979.) Jämäkän persoonallisuuden käsitettä lähellä on myös Rotterin (1966) internaalinen kontrollin käsite. Vähemmän jämäkkää persoonallisuutta omaava henkilö on alistuvaisempi ja passiivisempi erilaisissa kohtaamisissaan vaikeissa ja uhkaavissa tilanteissa, tuntee elämänsä tarkoituksettomaksi ja tyhjäksi sekä uskoo ettei itse voi vaikuttaa asioiden kulkuun. (Kobasa 1979.) Hän myös hakee stressaavissa elämäntilanteissa sosiaalista tukea vähemmän kuin enemmän jämäkkään persoonallisuutta omaava henkilö (Kobasa ym 1982). Jämäkän

persoonallisuuden teoriaa ei käytetä tässä tutkimuksessa, vaikka teoria olisi tuonut myös mielenkiintoisen näkökulman tutkimukseen. Kuitenkin hallinta- eli kontrollikäsitysten ja elämänhallintakyvyn teorioiden katsotaan soveltuvan tähän tutkimukseen paremmin niiden sisältämien käsitteiden perusteella sekä tutkimusongelmien kannalta. Jämäkän persoonallisuuden teoriaa pidetään kuitenkin mielekkäänä tuoda esille, koska teoria antaa hieman erilaisen näkökulman elämänhallinnan tarkasteluun.

2.2.4 Opittu avuttomuus

Seligmanin (1975) *opitun avuttomuuden (learned helplessness)* teorian keskeinen lähtökohta on yksilölle syntyvä käsitys elämäntapahtumien hallitsemattomuudesta. Toistuvat epäonnistumiskokemukset vaikuttavat yksilön motivaatioon, kognitioihin ja tunteisiin. Tapahtumien hallitsemattomuus heikentää yksilön motivoituneisuutta reagoida eri tilanteisiin, kuten myös hänen kykyään nähdä oma onnistumisensa. Lisäksi henkilön herkkätunteisuus lisääntyy. Yksilö ei enää usko mahdollisuuksiinsa eikä pyri mihinkään vaan passivoituu ja vetäytyy. Kun henkilö oppii etteivät tapahtumat tai toiminnan lopputulokset ole hänen kontrolloitavissaan, hän lopettaa yrittämästä. Hän kokee oman toimintansa tilanteessa turhaksi ja hyödyttömäksi (Seligman 1975, 44-56.) Tilanteesta saattaa pahimmassa tapauksessa muodostua noidankehä, jossa yleistynyt passiivisuus leimaa koko yksilön käyttäytymistä ja estää menestyksekkään suoriutumisen myös tilanteissa, joiden hallinta olisi yksilölle muuten mahdollista. Hallitsemattomuuden kokemus heikentää myös yksilön oppimiskykyä ja tuottaa emotionaalista häiriintyneisyyttä, erityisesti masentuneisuutta. (Rauhala 1988, 84.) Motivaation, kognitioiden ja tunteiden vajeiden lisäksi alentuneen itsetunnon katsotaan opitusta avuttomuudesta johtuvaksi (Abramson, Garber & Seligman 1980). Opittu avuttomuus aiheuttaa myös pelkoa, frustraatiota ja sosiaalisia ongelmia (Seligman 1975). Ritakallion (1991) mukaan opittua avuttomuutta voidaan kuvata myös kohtaloon alistumisena (Ritakallio 1991, 122).

Abramsonin, Seligmanin ja Teasdalen (1978) mukaan opittu avuttomuus voidaan jakaa *universaaliin* ja *henkilökohtaiseen avuttomuuteen*. Universaalille avuttomuudelle on ominaista yksilön uskomus siitä, ettei hänen oma toimintansa tai

edes toisten ihmisten toiminta ole riittävä haluttuun lopputulokseen pääsemiseksi. Henkilökohtaiselle avuttomuudelle taas on ominaista henkilön uskomus siitä, että on olemassa toimintatapoja tai reagoititapoja, joilla voitaisiin päästä haluttuun lopputulokseen, mutta hän ei itse hallitse sellaisia. Toisin sanoen universaali avuttomuus viittaa yksilön ulkoisiin syyselfityksiin ja henkilökohtainen avuttomuus yksilön sisäisiin syyselfityksiin toimintojen ja tulosten epäjohtonmukaisuudesta ja epäonnistumisesta. Henkilökohtainen avuttomuuden kokemus vaikuttaa yksilön itsetuntoon negatiivisemmin kuin universaalinen avuttomuuden kokemus (Abramson, Garber & Seligman 1980, 16). Opitun avuttomuuden teoriaa ei käytetä tässä tutkimuksessa, koska opittua avuttomuutta ei katsota tässä tutkimuksessa mielekkääksi vaihtoehdoksi elämänhallinnan tutkimiseen. Opitun avuttomuuden tutkiminen saattaisi soveltua paremmin esimerkiksi tutkimukseen, jossa henkilöitä tarkkailtaisiin tietyissä tilanteissa tarkan käyttäytymisen havainnointikaavan perusteella (ks. Rauhala 1988; Seligman 1975), ei niinkään koulutuksen parissa. Teoriaa pidetään kuitenkin tärkeänä esitellä ollessaan hyvinkin erityyppinen elämänhallintaa koskeva teoria ja myös siksi, että opitun avuttomuuden teoria on erittäin tunnettu eritoten tutkimuksen saralla.

2.2.5 Coping-käsite

Elämänhallinnan käsite samaistetaan usein virheellisesti *coping*-käsitteeseen. Coping-käsitteellä ja elämänhallinnan käsitteellä on yhteyksiä, mutta ne eivät kuitenkaan merkitse täysin samaa asiaa. Coping-käsitteellä on nimitetty ihmisten yrityksiä selviytyä stressaavista elämäntilanteista, mihin liittyy pyrkimys hallita ja käsitellä uutta tilannetta. Lazarus ja Folkman (1984, 1988) määrittelevät copingin yksilön kognitiiviseksi ja toiminnalliseksi pyrkimykseksi selviytyä ulkoisesti ja sisäisesti vaativista tilanteista, jotka kuluttavat ihmisen voimavaroja tai ylittävät ne (Lazarus & Folkman 1984, 141; Folkman & Lazarus 1988, 310). Selviytyäkseen tilanteesta yksilö pyrkii muuttamaan olosuhteita tai niiden tulkintaa siten, että ne olisivat itselle suotuisampia (Folkman & Lazarus 1988). Suhde elämänhallinnan käsitteen ja coping-käsitteen välillä on hyvin monimutkainen. Copingiksi katsotaan erilaiset selviytymisstrategiat ja niiden hyvinvointi- ja terveysvaikutukset, kun taas elämänhallinnan katsotaan liittyvän elämän

kokonaisuuden organisaatiomalleihin riippumatta siitä, minkälaisia erilaisia ratkaisuja tiettyyn ongelmaan on sovellettu. Elämänhallinnan näkökulmasta hyvinkin erilaiset keinot voivat myötävaikuttaa hyvän lopputuloksen syntyyn. (Suominen 1996, 81.) Elämänhallinnan käsitettä voidaan pitää laajempänä kuin coping-käsitettä myös siksi, että elämänhallinnan tunteella on myös ehkäisevää vaikutusta, joka voi suojella yksilöä ympäristöpaineiden haitallisilta vaikutuksilta (Suominen 1993, 27-29). Elämänhallinta ja coping eroavat myös siinä, että copingiksi katsotaan kaikki selviytymiskeinot niiden onnistumisesta tai epäonnistumisesta huolimatta (Ks. Lazarus & Folkman 1984, 148-153).

Lazarus ja Folkman (1984, 1988) jakavat copingin hallintamenetelmät eli selviytymiskeinot *ongelmakeskeisiin (problem-focused)* ja *emootiokeskeisiin (emotion-focused)*. Ongelmakeskeinen selviytymistapa tarkoittaa sitä, että yksilö ratkoo ongelmiaan aktiivisesti, suunnitelmallisesti ja järkipäisesti. Emootiokeskeinen selviytymistapa tarkoittaa, että yksilö ratkoo ongelmiaan hyvin tunneperäisesti, esimerkiksi vähättelyn tai torjunnan avulla (Lazarus & Folkman 1984, 150-153; Folkman & Lazarus 1988.) Raitasalon (1995) mukaan ongelmasuuntautuneella hallinnalla pyritään muuttamaan ylikuormittavana tai henkisesti vaikeana koettua tilannetta, kun taas tunnesuuntautuneella hallinnalla yritetään käsitellä sisäisiä ristiriitoja ja koettua kärsimystä (Raitasalo 1995, 36). Lazaruksen ja Folkmanin (1984) mukaan selviytymistä auttavat hyvä terveys ja energisyys, positiiviset uskomukset, hyvät ongelmanratkaisutaidot, hyvät sosiaaliset taidot, sosiaalinen tuki ja hyvät materiaaliset resurssit. Selviytymistä taas vaikeuttavat persoonalliset tekijät, kuten tiukka normeihin sitoutuminen ja huono epävarmuuden sietokyky sekä ympäristötekijät, kuten sosiaalisen tuen puute ja huono taloudellinen tilanne. Heidän mukaansa ongelma-keskeistä selviytymisstrategiaa käytetään silloin, kun ongelmat vielä ovat yksilön itsensä hallittavissa. Kun ongelmat kasaantuvat ja ne ylittävät henkilön hallintakyvyn, emootiokeskeisen strategian käyttö lisääntyy. (Lazarus & Folkman 1984, 159-170.) Coping-käsitettä ei käytetä tässä tutkimuksessa jo coping-käsitteen ja elämänhallintakäsitteen eroavaisuuden vuoksi ja näin ollen sekaannuksen välttämiseksi. Coping-käsitettä pidetään kuitenkin merkittävänä tuoda esille selventämään elämänhallinnan ja coping-käsitteen eroa.

2.2.6 Yhteenveto tutkimuksessa käytettävistä elämänhallinnan määritelmistä

Tutkimuksessa käytetään Rotterin (1966, 1975) sekä Söderqvistin ja Bäckmanin (1988, 1990) elämänhallintaa koskevia määritelmiä. Rotterin hallinta- eli kontrollikäsitysten määritelmällä tässä tutkimuksessa tarkoitetaan yksilön kokemusta omista vaikutusmahdollisuuksistaan itseään koskeviin asioihin ja omaan elämään. Söderqvistin ja Bäckmanin elämänhallintakyvyn määritelmällä tutkimuksessa tarkoitetaan yksilön kokemusta itseluottamuksestaan sekä kokemusta eri ongelmatilanteista selviytymisestä ja kokemusta siitä, miten tyytyväinen on omaan elämäänsä. Jatkossa määritelmistä käytetään elämänhallinnan käsitettä.

Edellisissä teorioissa ei ole noussut esiin näkemyksiä yksilön uskosta omista työnsaantimahdollisuuksistaan ja hänen suhtautumisestaan tulevaisuuteen, jotka myös kuvaavat elämänhallinnan kokemusta. Tässä tutkimuksessa otan käyttöön myös nämä tarkastelutavat. Esimerkiksi Arnkilin, Niemisen ja Säkjärven (1997) tutkimuksessa projektien vaikutusta osallistujien elämänhallintaan ja hyvinvointiin on tarkasteltu yhdeltä osin yksilön uskolla työnsaantimahdollisuuksistaan (Arnkil, Nieminen & Säkjärvi 1997, 50-52). Kun taas esimerkiksi Ritakallion (1991) ja Hyttisen (1998) tutkimuksissa yhtenä elämänhallintaa kuvaavana tekijänä on käytetty yksilön suhtautumista tulevaisuuteen. Hyttisen työikäisten miesten elämänhallintaa ja syrjäytymistä koskevassa tutkimuksessa erot elämähallinnassa miesten välillä tulivat juuri selvimmän esiin tulevaisuuteen suhtautumisessa. Tutkimustulosten mukaan vahvan elämänhallinnan omaavat miehet suhtautuivat myönteisesti tulevaisuuteen. Heillä oli paljon suunnitelmia työttömyyden katkaisemiseksi, kuten esimerkiksi koulutukseen lähtemistä. Elämässä nähtiin mahdollisuuksia työttömyydestä huolimatta. Heikon elämänhallinnan omaavat miehet taas elivät päivä kerrallaan eikä heillä ollut mitään suunnitelmia tulevaisuuden varalle. Heillä ei ollut erityisiä päämääriä tai tavoitteita elämässään. (Hyttinen 1998, 60-61.) Palovaaran (2000) mukaan tulevaisuuteen suuntautuminen on olennainen osa elämänhallintaa, sillä se vaikuttaa yksilön elämänsuunnitelmiin, päätöksentekoon ja ylipäänsä käyttäytymiseen. Palovaara on tutkinut ylikansallisena tutkimuksena nuorten suuntautumista tulevaisuuteen. (Palovaara 2000.) Tässä tutkimuksessa yksilön positiivinen ja optimistinen suhtautuminen tulevaisuuteen, kuten myös suunnitelmallinen elämänote nähdään hyvää elämänhallintaa kuvaavana tekijänä, kun taas pessimistinen suhtautuminen

tulevaisuuteen ja tulevaisuuden suunnitelmien puute nähdään kuvaavan heikkoa elämänhallintaa.

Näin ollen tässä tutkimuksessa elämänhallinnalla tarkoitetaan yksilön kokemusta itseluottamuksestaan ja mahdollisuuksistaan eri elämäntilanteissa sekä näkemystä oman elämän mielekkyydestä ja tulevaisuudesta.

2.3 Syrjäytymisen yhteys elämänhallintaan

2.3.1 Syrjäytyminen ja sen suhde elämänhallintaan

Syrjäytymisen käsite omaksuttiin suomalaiseen keskusteluun 1970-luvun ruotsalaisesta työmarkkinatutkimuksesta. Aluksi 'uloslyönniksi' käännetty utslagning suomennettiin kohta syrjäytymiseksi. Sillä tarkoitettiin putoamista työmarkkinoilta eli työttömyyttä, työkyvyttömyyttä ja ennen aikaista eläkeläistymistä. Myöhemmin syrjäytymisen käsite laajeni ja alkoi viitata hyvin yleisesti erimuotoiseen huono-osaisuuteen ja sen kasautumiseen. Syrjäytymiseen on liitetty työttömyyden lisäksi köyhyys, ihmisten yksinäisyys ja vaikuttamisen vaikeus sekä lähiyhteisöjen heikentyminen ja kulttuuriset halkeamat. (Helne & Karisto 1993, 517; Karisto 1990, 26.) Sipilän (1985) mukaan syrjäytymisellä tarkoitetaan myös sopeutumattomuutta ja elämänhallinnan vaikeuksia, jotka nousevat esiin työttömyyden tai muiden kielteisten elämäntapahtumien myötä (Sipilä 1985, 72-78). Syrjäytymistä onkin 1980-luvun loppupuolelta lähtien alettu tarkastella myös yksilön elämän tai elämänhallinnan kannalta (Vähätalo 1991, 12). Nyyssölän (2000) mukaan syrjäytyminen on määritelty ajautumiseksi marginaaliseen asemaan, jossa yksilön kulutuksen ja ajankäytön mallit poikkeavat selvästi keskimääräisestä (Nyyssölä 2000). Syrjäytymisen käsitteen käyttöön on liittynyt myös ongelmia. Syrjäytymisestä käytyä keskustelua on arvosteltu epämääräisyydestä ja siitä, että se on liikkunut enemmän suurten yleistysten kuin tosiasioita koskevien tarkkojen

havaintojen tasolla. (Helne & Karisto 1993, 517.) Myös Silver (1994) toteaa syrjäytymisen käsitteen vaikeasti määriteltäväksi, koska käsite on epäselvä sisältäen useita taloudellisia, sosiaalisia, poliittisia ja kulttuurillisia merkityksiä ja ulottuvuuksia (Silver 1994, 536). Helnen (1994) mukaan syrjäytymiskäsitteen ongelmia ei ole vielä kukaan ratkaistu. Käsitettä on pidetty myös liian kielteisenä ilmaisuna, jopa leimaavana. (Helne 1994, 44-47.)

Syrjäytyminen nähdään yleensä tilanteena, jossa yksilön ja yhteiskunnan väliset suhteet ovat epäkunnossa. Syrjäytyneen yksilön valinnanmahdollisuudet ovat pienentyneet ja siteet yhteiskuntaan heikentyneet (Helne & Karisto 1993, 523.) Syrjäytynyt yksilö nähdään usein myös passiivisena henkilönä (Helne 1998, 41). Syrjäytymiselle on ominaista sosiaalisten ongelmien päällekkäisyys, sivuun jääminen sellaisilla keskeisillä elämänalueilla, kuten työelämässä, sosiaalisissa suhteissa, kulutuksessa, yhteiskunnallisessa vallankäytössä ja vaikuttamisessa samanaikaisesti. Oleellista on eri ongelma-alueista muodostuva kokonaisuus ja siinä esiintyvä elämänhallinta. Vasta elämän perustavampi järkkäminen oikeuttaa puhumaan syrjäytymisestä. (Vähätalo 1987, 5-8.) Siljanderin (1996) mukaan varsinainen syrjäytymisen ongelma syntyy vasta silloin, kun yksilö kadottaa elämänhallinnan ja kokee siihen liittyvää vieraantumista sekä kun hän ulosajautuu keskeisiltä elämänalueilta (Siljander 1996, 7-8). Syrjäytyminen ymmärretään siis suhteellisen kokonaisvaltaisena ulosajautumisena sosiaalisesti ja kulttuurisesti arvostetusta elämäntavasta. Syrjäytyminen on sitä syvempää mitä useammalta elämänalueelta yksilö joutuu väistymään. (Heikkilä 1990, 237.) Syrjäytymisen taustatekijät voivat eri ihmisillä olla samat, mutta kuitenkin syrjäytyminen kokemuksena on kullekin hyvin erilainen prosessi (Helne & Karisto 1993, 525-526). Taustatekijöiden tunnistamista vaikeuttaa Raunion (1995) mukaan se, että syrjäytyminen on tulosta pidempiaikaisesta kehityksestä, jossa sosiaaliset tekijät muuntuvat yksilöllisiksi ongelmiksi. (Raunio 1995, 101).

Raunion (1995) mukaan tulisi erottaa toisistaan yhteiskunnallisesta tilanteesta johtuva syrjäytyminen sellaisesta syrjäytymisestä, johon liittyy perustavia elämänhallinnan ongelmia. Työttömyydestä johtuen ihmiset voivat syrjäytyä yhteiskunnassa normaalisti vallitsevasta kulutuksesta, sosiaalisesta vuorovaikutuksesta ja yhteiskunnallisesta vaikuttamisesta, mutta silti kaikki eivät välttämättä ole menettäneet kykyä hallita omaa elämäänsä. Raunion mukaan kaikkein pahimmin syrjäytyneitä ovat ne henkilöt, jotka eivät enää kykene omaehtoiseen elämänhallintaan.

(Raunio 1995, 101.) Ritakallion (1992) mukaan syrjäytymiselle yksilötasolla on tyypillistä ongelmien kasautuminen, jonka vaikutukset ulottuvat toiminnan ulkoisista edellytyksistä elämän sisäisen hallinnan järkkymiseen, alistumiseen ja tulevaisuuden uskon menettämiseen. Ulkoisen elämänhallinnan vaikeudet muuttuvat sisäisen elämänhallinnan ongelmiksi, mitkä johtavat usein avuttomuuteen, itsetunnon heikkenemiseen tai päihde- ja mielenterveysongelmiin. Elämään ei myöskään enää suhtauduta suunnitelmallisesti, vaan eletään päivä kerrallaan. Ritakallion mukaan oleellisinta on kiinnittää huomiota siihen prosessiin, jossa syrjäyttävät tekijät kasautuvat ja elämänhallinta asteittain järkkyy. Syrjäytymiseen johtavaa prosessia tulee tarkastella sekä syrjäyttävien yhteiskunnallisten tekijöiden että yksilön elämänkulun näkökulmasta. (Ritakallio 1992, 31-32.)

2.3.2 Syrjäytymisen eri ulottuvuudet

Syrjäytymisen osa-alueita on jaoteltu eri tavoin. Seuraavassa tarkastellaan näistä jaottelutavoista muutamia. Sipilä (1985) jakaa syrjäytymisen kolmeen osa-alueeseen. Keskeisin näistä osa-alueista on *työelämästä syrjäytyminen*. Toisena syrjäytymisen osa-alueena on Sipilän mukaan *joutuminen sosiaalisen yhteisyyden ulkopuolelle*, siis lähinnä yksinäisyys sekä kolmantena *vallan ja vaikutusmahdollisuuksien puuttuminen*. (Sipilä 1985, 72-73.) Myös Palander ja Pouke (1996) näkevät syrjäytymisen osa-alueet samansuuntaisesti kuin Sipilä. Palander ja Pouke jakavat syrjäytymisen *työelämästä syrjäytymiseen, sosiaaliseen syrjäytymiseen* sekä *syrjäytymiseen vallasta ja edunvalvonnasta*. Myös he pitävät työelämästä syrjäytymistä keskeisimpänä syrjäytymisen laukaisijana. Samoin yksilön jääminen sosiaalisten verkostojen ulkopuolelle luo vakavan syrjäytymisriskin. Syrjäytyneet menettävät vähitellen myös vallan ja vaikutusmahdollisuutensa omien asioidensa ja etujensa ajamiseen. (Palander & Pouke 1996, 80-83.) Myös Lehtosen, Heinosen ja Rissanen (1986) mukaan keskeisiä syrjäytymisen alueita ovat *työ, sosiaalinen yhteisyys* sekä *osallistuminen ja valta*, joka tarkoittaa muun muassa edunvalvontaa. Heidän mukaansa vallanpuute ei ole kuitenkaan aito syrjäytymisen tuntomerkki, mutta liittyy kuitenkin tällaiseen marginalisoitumiseen (Lehtonen, Heinonen & Rissanen 1986, 24, 32.) Sipilän (1985) mukaan yhteiskunnan ja

ihmisten mielenkiinnon vähäisyys syrjäytyneitä kohtaan lisää syrjäytyneiden yhteiskunnallista passiivisuutta ja heikentää heidän järjestäytymistään. Passiivisuus ja aloitteellisuuden puute selittyy usein sillä, että omienkin asioiden hoitaminen on monelle syrjäytyneelle vaikeaa. Heidän valmiutensa järjestäytyneeseen toimintaan ovat vähäiset. (Sipilä 1985, 154.) Lehtosen ym. (1986) mukaan taas sosiaaliseen syrjäytymiseen voivat johtaa myös yksilön omat valinnat. Esimerkiksi joku voi vapaaehtoisesti vetäytyä syrjään. Myös perheettömyys voi olla tietoisesti valittu yksin elämisen muoto, eikä tätä tule pitää ihmissuhteista syrjäytymisenä. (Lehtonen, Heinonen & Rissanen 1986, 21.) Nykyinen elämäntyyli asettaa myös tiettyjä ihmisryhmiä riskialttiiseen asemaan. Yhteiskunnassa menestyminen ja ihmisten väliset yhteydet pohjautuvat entistä enemmän sosiaaliseen asemaan sekä erilaisiin toiminta- ja suoritusedellytyksiin ja -kykyihin. Tässä mielessä syrjäytyminen saattaa johtua myös sosiaalisten taitojen puutteesta. (Palander & Pouke 1996, 82.)

O’Cinnéide (1995) puolestaan erottaa toisistaan *poliittisen, taloudellisen, sosiaalisen* sekä *ihmisten henkilökohtaista elämää ja epävirallisia suhteita* koskevan syrjäytymisen. Poliittinen syrjäytyminen ilmenee esimerkiksi syrjäytymisenä äänestämisestä ja osallistumisesta päätöksentekoon. Taloudellinen syrjäytyminen ilmenee syrjäytymisenä työmarkkinoilta ja varojen puutteena. Sosiaalinen syrjäytyminen O’Cinnéiden mukaan taas ilmenee syrjäytymisenä yhteiskunnan tuottamien palvelujen piiristä. Esimerkiksi henkilön koulutukseen, terveydenhuoltoon tai asumiseen liittyvä puutteellisuus tarkoittaa enemmän tai vähemmän sosiaalista syrjäytymistä. Henkilökohtaista elämää ja epävirallisia suhteita koskeva syrjäytyminen ilmenee esimerkiksi ystävien puuttumisena ja yksilön jäämisenä yhteisön ulkopuolelle. Keinoina syrjäytymisen estämiseksi ovat O’Cinnéiden mukaan hyvinvointipalvelut, joiden avulla tarjotaan palveluja lapsiperheille sekä yhteisöjen solidaarisuuden ja integraation edistäminen yhteiskuntapoliittisin keinoin. O’Cinnéide myös toteaa, että ihmiset saattavat valita yksinäisyyden tai täyden riippumattomuuden. Kuitenkin ihmiset, jotka ovat eristäytyneitä toivomatta sitä, ovat syrjäytyneitä tahtomattaan. (O’Cinnéide 1995, 8.) Syrjäytymisen ja yhteisöön liittymisen prosesseissa kytkeytyvät O’Cinnéiden esittelemät syrjäytymisen alueet usein yhteen. Esimerkiksi työstä syrjäytyminen voi olla yhteydessä ihmissuhteiden katkeamiseen esimerkiksi työyhteisön menettämisessä. Samoin taloudellisiin kriiseihin ja menetyksiin voi liittyä ihmissuhteiden menetyksiä. Toisaalta henkilökohtaiseen elämään ja epävirallisiin suhteisiin liittyvänä merkityksenä on niiden ”puskurivaikutus” eli sosiaalinen tuki voi estää stressiä, joka liittyy

esimerkiksi työn menetykseen. (Korhonen & Niemelä 1998, 17.) Kaiken kaikkiaan kuten Silver (1994) toteaa kirjallisuudessa ilmenee lukuisia eri elämänalueita, joista ihmiset voivat syrjäytyä. Näitä alueita ovat muun muassa syrjäytyminen toimeentulosta, asumisesta, koulutuksesta, hyvinvointivaltion huolehtimista eduista, osallistumisesta poliittiseen päätöksentekoon sekä perheestä ja sosiaalisista suhteista. (Silver 1994, 541.) *Tässä tutkimuksessa syrjäytyminen käsitetään työelämästä, koulutuksesta ja sosiaalisista suhteista syrjäytymisenä.*

Koska työelämästä syrjäytyminen useimmiten esiintyy syrjäytyneisyyden jaotteluissa ja ilmenee keskeisenä syrjäytymisen osa-alueena, tarkastellaan seuraavassa vielä lähemmin työelämästä syrjäytymistä Vähätalon (1998) *huono-osaisuuden jaottelun* mukaisesti. Samoin tarkastellaan sitä mitkä tekijät saattavat vaikuttaa työttömän henkilön elämänhallinnan muodostumiseen. Huono-osaisuutta voidaan pitää syrjäytymisen lähikäsitteenä (Korhonen & Niemelä 1998, 16). Vähätalon (1991) mukaan syrjäytymisen katsotaan muodostavan yhteisen nimittäjän kaikenlaiselle huono-osaisuudelle. Pitkäaikaistyöttömyyttä voidaan tarkastella osana laajempaa huono-osaisuuden muotoutumisen verkostoa, sillä syrjäytymistä työmarkkinoilta voidaan yhtäältä pitää lähtökohtana elämänhallinnan heikkenemiseen myös useilta muilta keskeisiltä elämän alueilta. Mutta myös toisaalta syrjäytyminen muilta keskeisiltä elämänhallinnan alueilta, kuten esimerkiksi alueesta, perheestä ja terveydestä, on usein selvästi myös yhteydessä myöhempään työmarkkinoilta syrjäytymiseen. (Vähätalo 1991, 12.) Vähätalo (1998) jakaa huono-osaisuuden kolmeen erilaiseen muotoon. *Tilapäinen karsiutuminen* tarkoittaa lyhytaikaista ja tilapäistä sosiaalista huono-osaisuutta, joka laman oloissa voi olla jopa vuoden mittainen työttömyys. Työttömyysjakson jälkeen yksilö kuitenkin palaa takaisin normaaleille työmarkkinoille ja vakaaseen elämäntilanteeseen. *Syrjäytyminen* tarkoittaa tämän jaottelun mukaan elämänhallinnan prosessia yhteiskunnan laita-alueilla ja riippuvuutta sosiaalityistä. Pitkäaikaistyöttömyyden voidaan olettaa olevan yhteydessä syrjäytymiseen, koska työttömyydestä on muodostunut monille pysyvä olotila. Tällaisissa tapauksissa yksilö ei palaa niin sanotuille normaaleille työmarkkinoille, vaan elää erilaisten tilapäisten työsuhteiden, työhallinnon tukitöiden, koulutuksen ja työttömyyden jatkuvassa vuorottelussa. Vakavin huono-osaisuuden muoto on *uloslyönti*, joka tarkoittaa elämäntilannetta, jossa yksilö on ajautunut huomattaviin yhteiskunnallisiin ongelmiin. Tällöin yksilö kohtaa osaksi esimerkiksi pitkäaikaistyöttömyyden takia muun muassa

hankalia sosiaalisia, mielenterveyteen, alkoholismiin ja perheeseen liittyviä ongelmia. (Vähätalo 1998, 58-60.)

Työttömän asemaan, aktiivisuuteen ja sopeutumiseen työttömyyden aikana vaikuttavat työttömyystilanteen ohella myös muut tekijät, joita kutsutaan suodattaviksi tekijöiksi. Ne vaikuttavat siihen, millaiseksi työttömän asema ja hänen elämänhallintansa muodostuvat. Keskeisiä tällaisia tekijöitä ovat sosiaali- ja hyvinvointivaltioon liittyvät tekijät. Työttömällä on erilaisia mahdollisuuksia saada tukea elämänhallinnalleen muun muassa sosiaaliturva-, työvoima-, koulutus- tai asuntopolitiikan järjestelmistä. Toisaalta suodattavia mekanismeja ovat myös henkilöiden asema erilaisissa yhteisöissä sekä yksilön omat selviytymiskeinot ja näiden vaikutus elämänhallinnan vahvistumisessa tai heikentymisessä. Suodatusprosessit voivat vaikuttaa siihen, kuinka laajasti ja millä alueilla työttömyydestä seuraava huono-osaistuminen voidaan tulkita esimerkiksi karsiutumiseksi, syrjäytymiseksi tai vakavammaksi sosiaalisesti uloslyönniksi. Suodatusmekanismeilla voidaan kääntäen ajatellen olettaa olevan myös yhteys siihen, miten ja kuinka laajasti työttömäksi joutuneet yksilöt kykenevät palaamaan takaisin työmarkkinoille ja irrottautumaan työttömyyteen liittyneestä huono-osaisuudesta. Suodattavat tekijät siis sitovat työttömän osaksi oman yhteiskuntansa rakennetta, joka tarjoaa puitteet selviytymiselle ja elämänhallinnalle. (Vähätalo 1998, 63-65.)

3 OHJAAVA KOULUTUS ELÄMÄNHALLINNAN LISÄÄMISEN RESURSSINA

3.1 Ohjaava koulutus työvoimapulan parantajasta elämönhallinnan taitojen kehittäjäksi

Ohjaavan koulutuksen idea on peräisin jo 1800- ja 1900-lukujen vaihteesta. Silloinen tuotantorakenteen nopea muuttuminen maatalousvaltiosta teollisuusvaltioksi asetti koulutukselle ja työnvälitykselle haasteita, joihin ne eivät pystyneet vastaamaan. Yhteiskunnallisena ongelmana nähtiin kaupunkiin hakeutuvien ammattitaidottomien työnhakijoiden suuri määrä. (Santasalo 1981, 7.) Helsingin kaupunginvaltuustolle jätettiin helmikuussa 1896 kirje, jossa toivottiin, että työväestölle järjestettäisiin valistavia kursseja (Vuorijoki 1962, 22). Ensimmäiset kurssit järjestettiin vuosisadan alussa. Ne korvasivat lähinnä silloista puutteellista ammattikoulutusjärjestelmää. Kurssien tarkoituksena oli toisaalta kasvattaa ihmisistä ”kunnon kansalaisia” ja toisaalta kouluttaa ihmisiä työelämää varten. Kurssit myös osittain korvasivat puutteellista työnvälitys- ja ammatinvalinnanohjausta. (Santasalo 1981, 7.)

Ohjaavan koulutuksen alkaessa 1970-luvun alussa lähtökohtana oli työvoimapula. Elämänhallinnan tekijöihin ei silloin vielä niinkään kiinnitetty huomiota. Koska työvoimapulan aikaan koko työvoimareservi haluttiin käyttöön, heräsi tällöin ajatus järjestää valmentavia kursseja niille ryhmille, joita ei muuten pystytty ohjaamaan työelämään tai koulutukseen. Ensimmäinen työelämään ja koulutukseen valmentava kurssi (TYKO-kurssi) järjestettiin Lahdessa vuonna 1973 Ruotsista saadun mallin mukaan. Suosion myötä kurssien määrä kasvoi. 1970-luvun loppupuoli oli kurssien nopean kehityksen ja laajenemisen aikaa, jolloin voidaan myös ajatella kurssilaisten elämänhallintaan kiinnitettäneen osittain huomioita. Tällöin kursseilla esimerkiksi pyrittiin myös pitkäjänteisemmin pohtimaan osallistujien elämäntilannetta ja kartoittamaan heidän erilaisia mahdollisuuksiaan. Samalla pyrittiin lisäämään osallistujien koulutusmotivaatiota ja -valmiutta sekä ammattiin ohjaamista. Vuosien 1977-1979 heikon työtilanteen aikana alettiin myös painottaa tehokkaampaa urasuunnittelua ja koulutukseen sijoittumista. Korkean nuorisotyöttömyyden vuoksi kursseja kohdistettiin erityisesti nuorille. (Santasalo 1981, 7-21.) 1980-luvun lopulla työvoimapula houkutteli työnantajat jälleen hakemaan työvoimaa myös perinteisen työvoiman ulkopuolelta, jopa syrjäytyneiden ryhmistä. Samalla koulutukseen osallistuneiden ikä nousi huomattavasti ja maahanmuuttajien ohjaava koulutus lisääntyi varsinkin pääkaupunkiseudulla. 1990-luvun alkupuolelta lähtien myös koulutetut ja hyvin pärjänneet ihmiset ovat hakeutuneet kurssille (Pasanen 1993, 17.) 1990-luvulla ohjaavaan koulutukseen onkin tullut uusia osallistujaryhmiä samalla kun se on muuttunut moninaisemmaksi. Kehitykseen ovat vaikuttaneet muun muassa työelämän muutokset. (Onnismaa 1998, 21.) Työelämän muutoksien myötä nykyään ohjaava koulutus on jaettu eri koulutustyyppisiin (kts. kappale 3.3), jolloin eri osallistujaryhmien tarpeet voidaan paremmin huomioida. On alettu kiinnittämään huomiota muun muassa yhä enenevässä määrin osallistujien elämänhallinnantaitojen kohentamisen tarpeeseen. Tämä ilmenee esimerkiksi siinä, että yhtenä koulutustyyppinä nykyään on elämäntaitoon painottuva koulutus, jossa erityisesti kiinnitetään huomiota yksilön elämäntaitoon ja elämänhallintaan sekä näiden kehittämiseen.

Myös Lindqvist (1996) toteaa, että vaikka TYKO-kurssit käynnistyivät työvoimapulan aikaan, on myöhemmin tilanteen muututtua TYKO-koulutuksen tavoitteeksi riittänyt myös koulutuksen avulla saavutettu ”järjestäytyneempi elämäntapa” (Lindqvist 1996, 32-33). Samoin Vehviläisen (1998) mukaan on yhä enemmän kehitetty ohjaavan tyyppiselle koulutukselle työllistymiskriteerin oheen

toisenlaisia arviointiperusteita ja tavoitteita, kuten esimerkiksi työelämäsuhteen selkiytymistä, itsetuntemuksen ja –tunnon kohentumista, muutosvalmiuden lisäämistä ja omien resurssien parempaa tuntemista (esim. Manninen 1996a, 44, 93-95, 1996b; Sepponen 1996, 150) (Vehviläinen 1998, 202). Elämönhallinnan taitojen kehittäminen ja niiden ylläpitäminen ovat näin ollen nousseet yhdeksi tärkeäksi ohjaavan koulutuksen painopistealueeksi. Erityisesti pitkäaikaistyöttömyyden kasvu on ollut tähän vaikuttava tekijä. (Onnismaa & Taskinen 1994.) Vaikka elämönhallinnan taitojen painotus on lisääntynyt ohjaavan koulutuksen tavoitteissa, on perustavoitteena aina ollut myös parantaa kurssilaisten mahdollisuuksia sijoittua joko ammatillisen koulutuksen kautta tai suoraan työelämään auttamalla heitä ammatin ja koulutusmuotojen valinnassa. Vuosien varrella ohjaava koulutus on vakiinnuttanut asemansa yhtenä työvoimapolitiittisen aikuiskoulutuksen muotona. (Sepponen 1996, 54-55.) Ohjaavan koulutuksen osuus on yli 10 % kaikesta työvoimakoulutuksesta. (Euroopan sosiaalirahasto 1995, 37).

3.2 Ohjaavan koulutuksen lähtökohdat elämönhallinnan tukemisessa

Ohjaava koulutus on työvoimakoulutusta, jonka tarkoituksena on tukea työelämän muutosvaiheessa olevien koulutukseen osallistujien ammatillista suuntautumista, elämönhallintaa ja elämäntaitoja (Onnismaa 1998, 9). Työelämään ja koulutukseen ohjaava koulutus on yleisnimi monenmuotoiselle ja –pituiselle toiminnalle, mutta yhteisenä piirteenä on projektimainen tiedonhankinta, henkilökohtainen ja ryhmäohjaus sekä se, että aiemmin tai koulutuksen aikana jäsentyneitä suunnitelmia kokeillaan käytännössä. (Onnismaa 1998, 19; Onnismaa & Taskinen 1994, 7.) Koulutuksen avulla pyritään selkiyttämään suhdetta työelämään, tekemään ammatinvalinnallisia ratkaisuja ja realistinen urasuunnitelma (Onnismaa & Taskinen 1994, 7). Koulutukseen sisältyvän työharjoittelun avulla pyritään hankkimaan uusia kokemuksia ja asettumaan alttiiksi uudentilanteille (Järvinen ym. 1996, 32).

Ohjaava koulutus on tarkoitettu eritoten pitkäaikaistyöttömille tai muuten pitkään työelämästä poissa olleille työelämään takaisin haluaville henkilöille. Ohjaava koulutus on tarkoitettu henkilöille, joilla on uudessa tilanteessa vaikeuksia itsenäisesti löytää toteuttamiskelpoisia koulutukseen ja työelämään liittyviä ratkaisuja tai selkeyttää omaa elämäntilannettaan. Tarkoituksena ei ole kuitenkaan antaa valmiita ratkaisuja vaan ”eväät”, joiden avulla kurssilainen oppii arvioimaan mahdollisuuksiaan, suunnitelmiaan ja päättämään omasta toiminnastaan sekä toimimaan aktiivisesti suunnitelmiansa toteuttamiseksi, toisin sanoen hallitsemaan elämäänsä. (Onnismaa & Taskinen 1994.) Ilénin (1996) mukaan ohjaava koulutus on työhallinnon työttömille suoma tilaisuus, jossa he voivat tarkastella sitä, mitä he elämällään tekisivät (Ilén 1996, 56).

Vuorovaikutuksessa ja yhteistyössä kurssilaisten ja opettajien kanssa pyritään auttamaan kurssilaista oppimaan ohjaamaan itse itseään ja toimimaan yhteistyössä muiden kanssa. Ryhmätilanteiden ja koko koulutuksen tavoitteena on auttaa kurssille osallistujia hahmottamaan ja suuntaamaan tulevaisuutta. (Järvinen ym. 1996, 31-32.) Tavoitteena on auttaa kurssilaista synnyttämään tyydyttävämpi suhde työelämään ja sen myötä lisäämään omaa elämänhallintaa, jäsentämään yhteiskunnallisia rakenteita ja tiedostamaan omia toimintamahdollisuuksia (Onnismaa & Taskinen 1994, 12).

3.3 Oma osaaminen esiin –koulutusprojekti ohjaavan koulutuksen tavoitteiden valossa

Ohjaavan koulutuksen koulutusprojekti ”Oma osaaminen esiin – valmiuksia työelämään, opiskeluun ja itsensä kehittämiseen” edustaa *elämäntaitoon* painottuvaa koulutusta eli laaja-alaisinta ohjaavan koulutuksen tyyppiä. Elämäntaitoon painottuvassa koulutuksessa jäsennetään yksilön elämäntilannetta ja toimintamahdollisuuksia laaja-alaisesti. Toiminnan ja pohdinnan kohteena ei ole ensisijaisesti suhde työhön tai ammatilliseen koulutukseen, vaan hyvän arjen kysymykset yleisimmin ja elämänhallinnan löytäminen. Keskeinen tavoite on suunnitellun, tietoisien muutosprosessin käynnistäminen. Kurssilaiselle tuotetaan

realistisia itsearviointin välineitä, joiden avulla hän kykenee hallitsemaan omaa henkilökohtaista ja ammatillista todellisuuttaan, arvioimaan voimavarojaan sekä laatimaan ja toteuttamaan henkilökohtaisen kehittämissuunnitelmansa. Kehittämissuunnitelma voi olla työhön tai koulutukseen hakeutuminen tai muu opiskelijan kannalta mielekäs ja tiedostettu ratkaisu. Tavoitteina ovat omatoimisuuden ja itsetunnon kasvu, yleisten työelämätaitojen kasvu, työkyvyn palautuminen, mielekäs vapaa-ajan käyttö ja toteuttamiskelpoisen kehityssuunnitelman laatiminen. Lisäksi tavoitteisiin kuuluvat *työn tai koulutuksen hakuun* sekä *ammatinvalintaan* painottuvaan koulutukseen liittyvät tavoitteet, joita esitellään seuraavassa. (Järvinen ym. 1996, 23-24.)

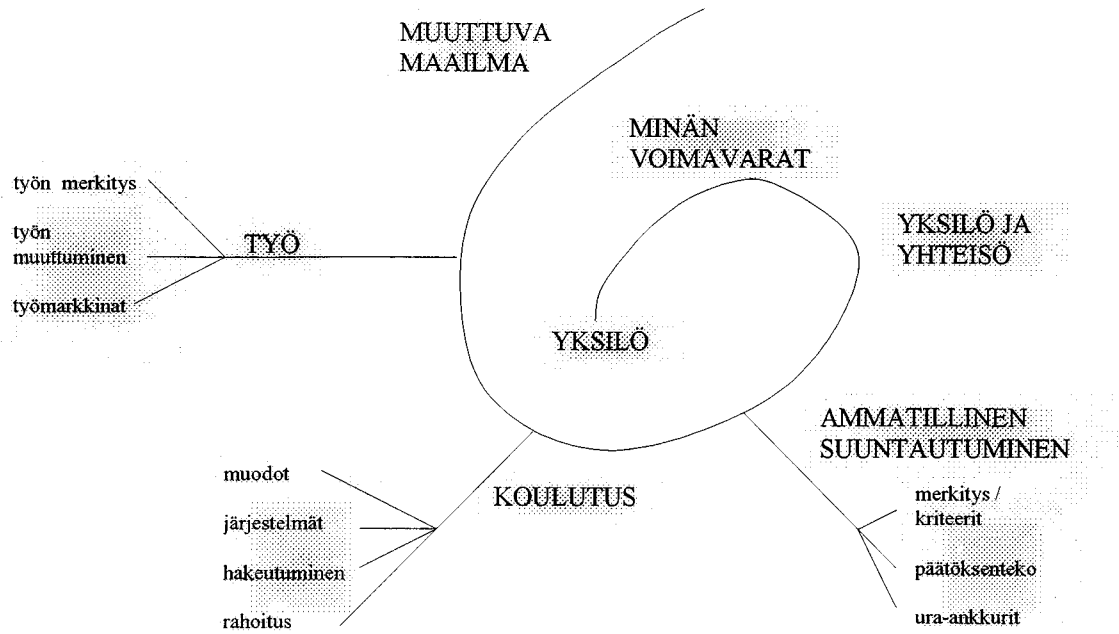
Työn tai koulutuksen hakuun suuntautuvan koulutuksen tavoitteena on itsensä markkinoinnin taitojen kehittyminen, omien vahvuuksien selvittäminen, työnhakutaitojen parantuminen ja työnhaku- tai koulutussuunnitelman laatiminen. Koulutuksessa pyritään lisäämään kunkin kurssilaisen tietämystä omasta kiinnostuksen kohteena olevasta ammatista tai koulutusalaista sekä opettamaan erityisesti käytännön työnhaku- ja muita työmarkkinataitoja. *Ammatinvalintaan* painottuvan koulutuksen tarkoituksena on selkeyttää kurssilaisen ammatillisia suunnitelmia sekä tuottaa tietoa, taitoa ja kokemuksia kurssilaisen suunnitelmien jäsentämisen tueksi. Tavoitteina ovat työn tai koulutuksen hakuun suuntautuvan koulutustyyppin tavoitteiden lisäksi omien taitojen ja kehittämisalueiden selvittäminen, valinta- ja päätöksentekotaitojen kehittäminen, itsetuntemuksen ja tietämyksen kasvu, oma-aloitteisuuden ja itseohjautuvuuden kehittyminen sekä ammatillisen kehityssuunnitelman laatiminen. (Järvinen ym. 1996, 21-23.)

Näin ollen ohjaava koulutus voidaan siis jakaa tavoitteiltaan ja toimintatavoiltaan kolmeen koulutustyyppiin, jotka ovat 1) työn- tai koulutuksen hakuun, 2) ammatinvalintaan ja 3) elämäntaitoon painottuvat koulutukset. Koulutuksen tavoitteet laajenevat ja syvenevät ensimmäisestä koulutustyyppistä kolmanteen mentäessä yksilöllisyyden, ohjauksellisuuden, työtapojen ja prosessiivisuuden lisääntyessä. Koulutustyypit soveltuvat näin ollen eri kohderyhmille. (Järvinen ym. 1996, 20, 27.)

3.4 Sisältöalueet ohjaavassa koulutuksessa

Sisällöltään ohjaava koulutus voidaan jakaa kuuteen eri alueeseen: 1) *minän voimavarat ja henkilökohtaiset taidot*, 2) *yksilö ja yhteisö*, 3) *ammattillinen suuntautuminen*, 4) *koulutus*, 5) *työ* ja 6) *muuttuva maailma*. Näihin sisältöalueisiin liittyvien teemojen avulla pyritään selvittämään kurssilaisen tilanne ja autetaan häntä tiedostamaan paremmin itseään ja itseään suhteessa ympäristöön. Ensimmäiseksi aloitetaan tutuimmasta asiasta eli kurssilaisesta itsestä etsimällä niitä kykyjä ja taitoja, joita hänellä on käytössään muuttuneessakin tilanteessa. Tästä edetään auttamalla kurssilaista hahmottamaan omaa elämäänsä ja elämäntilannettaan suhteessa elämänkaareen sekä yhteisöllisiin ja yhteiskunnallisiin yhteyksiin. Seuraavaksi tarkastelun kohdetta laajennetaan ammatilliseen suuntautumiseen, jossa pyritään tukemaan kurssilaisen ammatinvalinnan ratkaisuja. Koulutusta tarkasteltaessa kurssilainen saa lisää tietoa ja ohjausta tehdäkseen esimerkiksi mielekkäitä koulutusratkaisuja. Koulutusosiosta jatketaan työelämään, jolloin pyritään siihen, että kurssilainen hahmottaa oman suhteensa työhön ja kehittää työelämätaitojaan. Näin vähitellen tarkastelun laajennuttua kohteena on koko suomalainen yhteiskunta osana muuttuvaa maailmaa. (Järvinen ym. 1996, 25-27.)

Sisältöteemat valitaan aina koulutuksen tavoitteiden ja kohderyhmän mukaan. Sisältöalueet on ikään kuin ”menu”, josta on kulloinkin mahdollista valita parhaimmin tavoitteita vastaavat sisältöteemat. Koska koulutuksen tavoitteet eroavat toisistaan laajuuden ja syvyyden mukaan, tarvittavien teemojen lukumäärä eri koulutustyyppien osalta vaihtelee. Esimerkiksi elämäntaitoon painottuvassa koulutuksessa eri sisältöteemoja käydään läpi useampia kuin muissa koulutustyypeissä. (Järvinen ym. 1996, 25-28.) Seuraavassa kuviossa esitellään ohjaavan koulutuksen sisältöalueet.



KUVIO 1. Ohjaavan koulutuksen sisältöalueet (Järvinen ym. 1996, 26).

4 OMA OSAAMINEN ESIIN – VALMIUKSIA TYÖELÄMÄÄN, KOULUTUKSEEN JA ITSENSÄ KEHITTÄMISEEN -KOULUTUSPROJEKTI

4.1 Oma osaaminen esiin -ohjaavan koulutuksen koulutusprojekti

Eurajoen kristillinen opisto ja Rauman, Uudenkaupungin sekä Laitila-Pyhärannan kansalaisopistot aloittivat vuonna 1995 yhteistyössä kokeiluhankkeen ”Opiskelu osaksi työttömän arkipäivää”. Hankkeeseen saatiin rahoitus opetushallituksen kokeilu- ja kehittämismäärärahoista. Hankkeen tarkoituksena oli selvittää vapaan sivistystyön mahdollisuuksia työttömien koulutuksessa sekä lisätä neljän opiston välistä yhteistyötä. Toimintamuotoina olivat muun muassa työttömien opintoneuvonta, opintopiirit, keskustelutilaisuudet ja yleisöluennot. Tavoitteena oli myös alentaa työttömien kynnystä osallistua oppilaitosten normaaliin toimintaan. Hankkeen puitteissa aloitettiin yhteyksien luominen työttömien kanssa työtä tekeviin organisaatioihin sekä järjestettiin näiden välille yhteistyötapaamisia. (P. Ilén, henkilökohtainen tiedonanto 12.3.1999.)

Hankkeesta kehkeytyi ohjaavan koulutuksen koulutusprojekti ”*Oma osaaminen esiin – valmiuksia työelämään, koulutukseen ja itsensä kehittämiseen*” syrjäytymisvaarassa olevien auttamiseksi. Kyseessä oli vapaan sivistystyön vastareaktio alueiden korkeaan työttömyyteen. Eurajoen kristillinen opisto ja Rauman kaupungin kansalaisopisto järjestivät oman projektin Satakunnan työvoimapiirin alueella ja Uudenkaupungin ja Laitila-Pyhärannan kansalaisopistot Turun työvoimapiirin alueella. Eurajoen kristillisen opiston ja Rauman kansalaisopiston koulutusprojektin kaikki kurssit järjestettiin Raumalla. Opetussuunnitelma (kts. liite 1) oli sama sekä Satakunnan että Turun työvoimapiireillä, mutta toteutus muotoutui kunkin opiskelijaryhmän ja opettajien yhteistyönä. Opetussuunnitelma toimi siis runkona, mutta varsinainen sisältö ja toiminta muotoutuivat jokaisella kurssilla kurssilaisten tarpeiden ja kiinnostusten mukaisesti. Koulutusprojektin yhtenä tavoitteena oli, että osallistujien elämänhallinta kasvaa, elämänlaatu paranee ja kurssilaiset pystyvät itsenäisemmin ratkaisemaan elämäänsä liittyviä kysymyksiä. (M. Grönroos, henkilökohtainen tiedonanto 12.3.1999.) Tutkimuksessani keskityn tähän elämänhallintaa koskevan tavoitteen toteutumisen tarkasteluun koulutusprojektin viimeisen kurssin osallistujien osalta. Muina projektin tavoitteina oli, että vähintään puolet kurssilaisista motivoituu jatkokoulutukseen tai pystyy työllistymään. Lisäksi tavoitteena oli kehittää ohjaavan koulutuksen työskentely- ja opetusmenetelmiä. Samalla projektin avulla pyrittiin syventämään opistojen välistä yhteistyötä. (M. Grönroos, henkilökohtainen tiedonanto 12.3.1999.) Näiden tavoitteiden toteutumisen tarkastelu rajautuvat tutkimukseni ulkopuolelle, joten en käsittele niitä tässä tutkimuksessa.

Eurajoen kristillisen opiston ja Rauman kaupungin kansalaisopiston hanke rahoitettiin Euroopan sosiaalirahaston ja Satakunnan työvoimapiirin varoin. Hanke kuului *Euroopan sosiaalirahaston tavoite 3* –ohjelman piiriin. Projekti aloitettiin vuoden 1996 alussa ja se päättyi vuoden 1999 lopussa. Hankintasopimus kurseista tehtiin vuosittain. Koulutusprojekti koostui yhteensä kahdeksasta neljän kuukauden mittaisesta kurssista, joissa jokaisessa osallistujamäärä oli 15 henkilöä. Tavoitteena oli neljän vuoden aikana kouluttaa 120 ihmistä. Kurssin osallistujille oli myös varattu kahden kuukauden tukiraha, joka voitiin käyttää työharjoitteluun tai tukityöllistämiseen. (M. Grönroos, henkilökohtainen tiedonanto 12.3.1999.)

4.2 Oma osaaminen esiin –koulutusprojektin tavoitteiden lähtökohtana Euroopan sosiaalirahaston tavoite 3 –ohjelma

Oma osaaminen esiin –koulutusprojektin tavoitteiden lähtökohtana oli Euroopan sosiaalirahaston tavoite 3 -ohjelman ensimmäinen prioriteetti (3.1) ”Yksilölliset palvelukokonaisuudet: polut työttömyydestä työhön” (Vainio, Katajamäki & Huuhka 1997, 38). Siihen kuuluvan toimenpidekokonaisuuden (3.1.1) ”Yksilölliset palvelukokonaisuudet pitkäaikaistyöttömille ja niille, jotka ovat vaarassa joutua pitkäaikaistyöttömiksi” (Vainio ym. 1997, 38-39) alla toimi koulutusprojekti ”Oma osaaminen esiin –valmiuksia työelämään, opiskeluun ja itsensä kehittämiseen”. Tämän toimenpidekokonaisuuden yhtenä tavoitteena on parantaa työttömien hyvinvointia ja elämänhallintaa (Euroopan sosiaalirahasto 1995, 51; Yksilölliset palvelukokonaisuudet...1999). Keskeisintä tutkimuksessani on juuri tarkastella elämänhallintaan liittyvien tavoitteiden toteutumista koulutusprojektin viimeiselle kurssille osallistuvien osalta.

Muina toimenpidekokonaisuuden (3.1.1.) tavoitteina on ennalta ehkäistä ja pienentää pitkäaikaistyöttömyyttä pyrkimällä tunnistamaan mahdolliset pitkäaikaistyöttömät aikaisessa vaiheessa ja vaikuttamaan siihen, ettei pitkäaikaistyöttömien ryhmä kasva (Euroopan sosiaalirahasto 1995, 51). Kohdejoukkoon kuuluvat myös yli 12 kuukautta työttömänä olleet. Keskeistä on parantaa ja laajentaa työttömien osaamistasoa ja valmiuksia, jotta ne vastaavat työelämän muuttuvia vaatimuksia. Tavoitteena on myös parantaa työttömien työmarkkina-asemaa siten, että joka toiselle (50%) toimintaan osallistuneelle löytyy joko työ- tai koulutuspaikka. Lisäksi tavoitteena on, että vähintään 95% aloittaneista suorittaa toimenpideohjelman loppuun ja saa koulutuksesta todistuksen. (Euroopan sosiaalirahasto 1995, 51; Yksilölliset palvelukokonaisuudet...1999.) Näiden tavoitteiden toteutumista ei kuitenkaan tarkastella tässä tutkimuksessa. Yleisesti ottaen tavoite 3 –ohjelmassa keskitytään toimenpiteisiin, joiden avulla vahvistetaan työttömän työvoiman osaamista, ennalta ehkäistään pitkäaikaistyöttömyyttä, lisätään työttömien mahdollisuuksia työmarkkinoille integroitumiseen ja edistetään pysyvien työpaikkojen syntymistä ja tasa-arvoa. Ohjelma tähtää pitkäaikais- ja nuorisotyöttömyyden torjuntaan

sekä työelämästä syrjäytymisen ehkäisemiseen. (Euroopan sosiaalirahasto 1995; Vainio, Katajamäki & Huuhka 1997, 13.)

Oma osaaminen esiin -koulutusprojektin kohderyhmänä olivat yli 25-vuotiaat henkilöt, joilla oli suuri riski jäädä pitkäaikaistyöttömäksi tai jotka jo olivat pitkäaikaistyöttömiä (Euroopan sosiaalirahasto 1995, 51; P. Nordström, henkilökohtainen tiedonanto 26.5.1999). Työttömät, jotka halusivat kehittää opiskelussa ja työelämässä tarvittavia valmiuksia. Erityisesti ne, joilla oli alhainen pohjakoulutus ja vähän opiskelukokemuksia. Lisäksi kohderyhmään kuuluivat syrjäytymisvaarassa olevat. (P. Nordström, henkilökohtainen tiedonanto 26.5.1999.) Valintakriteereinä olivat työttömien ohjauksen, aktivoinnin ja ryhmän tuen tarve, työnhakuvalmiuksien heikkous, epärealistinen ja selkiytymätön kuva omista mahdollisuuksista työmarkkinoilla ja vanhentunut tai puutteellinen ammattitaito. (Euroopan sosiaalirahasto 1995, 51; Yksilölliset palvelukokonaisuudet...1999.) Kurssille osallistuminen oli vapaaehtoista. Työvoimatoimisto valitsi hakijoiden joukosta kurssille osallistujat. Projektista tiedotettiin työvoimatoimiston sekä mukana olevien kansalaisopistojen kautta. Lisäksi tiedotusta levitettiin lehti-ilmoitusten avulla sekä tiedotustilaisuudella kansalaisopistolla. (M. Grönroos, henkilökohtainen tiedonanto 12.3.1999.)

4.3 Kuvaus Oma osaaminen esiin –koulutusprojektista

Oma osaaminen esiin –koulutusprojektin tarkoituksena oli antaa kursseille osallistuville pitkäaikaistyöttömille uutta sisältöä elämään ja valottaa niitä mahdollisuuksia, joita heillä on tulevaisuudessa. Kurssilla keskityttiin etsimään uusia haasteita elämään ja pyrittiin löytämään jokaisen kurssilaisen vahvuudet. Kurssilaiset saivat suunnitella päivien sisällön hyvin paljon omia ideoitaan käyttäen. Kurssin ohjaajan Ulla-Maija Takalan mukaan kurssin tarkoituksena oli antaa kurssilaisille sysäys murtautua ulos kotoaan, jotta he hakeutuisivat uudelleen työelämään, koulutukseen tai harrastusten pariin. Kurssilla opeteltiin työelämä- ja opiskelutaitoja, työnhakua, tietotekniikkaa ja

erilaisia kädentaitoja sekä itsetuntemusta. Kurssilaiset voivat valita luentoja ja kursseja myös Eurajoen kristilliseltä opistolta ja/tai Rauman kansalaisopistolta. Yritysvierailujen ja työharjoittelun avulla kurssilaiset saivat mahdollisuuden tutustua erilaisiin ammatteihin. (Taidot esiin ja hyötykäyttöön 1999, 5.) Koulutusjakson toteutuksessa pyrittiin mahdollisimman suureen käytännönläheisyyteen, motivoivuuteen ja oppimiseen tekemällä. Ryhmätoiminta ja opintoryhmän jäsenten välinen yhteistyö oli keskeinen periaate kursseilla. Kurssilaiset rakensivat itse henkilökohtaisen opiskelusuunnitelman. Tavoitteena oli myönteisten koulutus- ja oppimiskokemusten saaminen sekä koulutushalukkuuden lisääminen. Kurssilaiset laativat myös yhdessä ohjaajan kanssa oman koulutus- ja urasuunnitelman. Oma osaaminen esiin –kurssi nähtiin eräänlaisena polun päässä, joka johtaisi yksilöllisiin ratkaisuihin kunkin kurssilaisen tarpeiden ja elämäntilanteen mukaan. (P. Ilén & U-M. Takala, henkilökohtainen tiedonanto 11.2.2000.)

P. Nordströmin (1999) mukaan Oma osaaminen esiin -kursseille osallistuvilla oli tavallisesti monenlaisia työllistymisen esteitä. Yleisesti esiintyi luku- ja kirjoitusongelmia, alkoholi-ongelmia ja mielenterveysongelmia. Tyypillistä osallistujille oli oman elämän hallinnan puuttuminen. Elämä oli lyhytnäköistä, puuttui uskallusta tehdä sille jotain. Varsinkin naiset elivät elämäänsä perheen kautta, eivät itselleen. Monella oli puutteellisen peruskoulutuksen lisäksi heikko itsetunto. Toisena ääripäänä osallistujissa olivat niin sanotut elintasorouvat, joilla ei ole ollut aikomustakaan työllistyä. Ainoana motiivina koulutukseen saattoi olla etelänmatkan rahojen ansaitseminen. Työelämässä he eivät olleet koskaan olleet. Näin ollen heillä ei ollut mahdollisuutta työttömyysturvaan, paitsi toimenpiteen aikana työmarkkinatukeen. Mukana oli tavallisesti myös teollisuustyössä olleita, korkean ansiosidonnaisen päivärahan saajia, joilla ei ollut aikomustakaan lähteä pienellä palkalla tukityöhön tai työharjoitteluun. (P. Nordström, henkilökohtainen tiedonanto 26.5.1999.)

Kurssin ohjaaja U-M. Takala (1999) on tehnyt pienimuotoisen kyselyn vuosina 1996-1998 Oma osaaminen esiin –kurssin suorittaneille osallistujille. Tähän mennessä kurssin oli suorittanut 84 henkilöä, joista kyselyllä tavoitettiin 79. Kyselyyn vastasi 43 eli 54 %. Kyselyn mukaan lähes puolet kyselyyn vastanneista kokivat kurssin vaikuttaneen elämäänsä erittäin positiivisesti. Suurin osa osallistujista oli saanut kurssin aikana uutta uskoa työllistymismahdollisuuksiinsa sekä lisätietoa työllistymis- ja koulutuskysymyksissä. Itsetunnon nousun lisäksi myös uudet ihmissuhteet olivat olleet monelle merkityksellisiä. Kurssin aikana suoritetut vapaavalintaiset opinnot (esim.

kädentaidot, kielet, liikunta) olivat jääneet noin puolelle projektiin osallistuneista pysyviksi harrastuksiksi. Vastanneista 40 % oli ollut tai oli edelleen palkkatyössä, 23 % vastanneista taas oli aloittanut opiskelun. Muutamat vastanneista olivat innostuneet myös lähtemään vapaaehtoistyön pariin. (U-M. Takala, henkilökohtainen tiedonanto 9.8.1999) P. Ilénin ja U-M. Takalan (2000) mukaan nykyajan lyhytjänteistä elämää kuvaa hyvin se, että usea kurssin suorittanut on sen jälkeen ehtinyt olla koulutuksessa, työssä, työllistettynä ja työttömänä (P. Ilén & U-M. Takala, henkilökohtainen tiedonanto 11.2.2000).

Tämän tutkimuksen kannalta Oma osaaminen esiin –kurssin merkittävimpinä ominaispiirteinä ohjaavana koulutuksena on koulutukseen osallistujien elämän sisällön rikastuttaminen kurssin antamalla uudella toiminnalla ja haasteilla, elämönhallinnan löytäminen, kurssilaisten toimintamahdollisuuksien jäsentäminen, ryhmätoiminta ja työharjoittelut, kuten myös kurssilaisten aktivointi hakeutumaan uudelleen työelämään, koulutukseen tai harrastusten pariin. Myös kurssilaisten omien koulutus- ja urasuunnitelmien laatiminen on erityisen tärkeällä sijalla kurssilla. Näiden kaikkien tekijöiden avulla pyritään eritoten parantamaan kurssilaisten elämönhallintaa ja hyvinvointia, kuten myös työnsaantimahdollisuuksia. Oma osaaminen esiin –koulutus edustaa ohjaavan koulutuksen koulutustyypeistä elämäntaitoon painottuvaa koulutusta ja näin ollen se on tavoitteiltaan, toimintatavoiltaan ja sisällöltään paljon elämäntaidon koulutustyyppiin painottuvaa. (kts. kpl 3 ja 4.) Yleisesti ottaen ohjaavan koulutuksen ominaispiirteinä painottuvat koulutukseen osallistujien ammatillisen suuntautumisen ja elämönhallinnan tukeminen. Tyypillistä koulutukselle on projektimainen tiedonhankinta, ohjaus ja yhteistyössä muiden kurssin jäsenten kanssa toimiminen. Yhtenä merkittävänä koulutukseen sisältyvänä osana on työharjoittelut. Koulutuksen avulla pyritään selkiyttämään kurssilaisten suhdetta työelämään, tekemään ammatinvalinnallisia ratkaisuja ja realistinen urasuunnitelma. Tavoitteena on, että kurssilainen oppii arvioimaan mahdollisuuksiaan, suunnitelmiaan ja päättämään omasta toiminnastaan sekä toimimaan aktiivisesti suunnitelmiansa toteuttamiseksi, näin ollen hallitsemaan elämäänsä. Koulutus painottuu eri tavoin tavoitteiltaan ja toimintatavoiltaan riippuen mistä ohjaavan koulutuksen koulutustyyppistä on milloinkin kyse. Samoin koulutukseen liittyvien sisältöalueiden kulloinkin sopivimmat tema-alueet vaikuttavat koulutuksen sisältöjen muodostumiseen. (kts. kpl 3.)

5 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Ohjaavan koulutuksen mahdollisuuksista tai vaikutuksista koulutukseen osallistujien elämänhallinnan parantamiseen koskevia tutkimuksia on tehty melko vähän. Erityisesti kvalitatiivisesti painottuneita tutkimuksia on olemassa verrattain vähän. Useimmat ohjaavaan koulutukseen liittyvät tutkimukset koskevat pääosin yleisesti ohjaavan koulutuksen vaikuttavuutta tai arviointia, joissa on samalla ilmennyt joitakin koulutukseen osallistujien elämänhallintaan vaikuttaneita tekijöitä, mutta elämänhallintaa ei näissä pääasiallisesti ole tutkittu (esim. Lehtinen 1998; Mikkonen 1995, 1996, 1997). Seuraavassa esitellään sekä kvalitatiivisesti että kvantitatiivisesti painottuneita tutkimuksia, joissa on tutkittu lähemmin ohjaavan koulutuksen ja ohjaavan koulutuksen tyyppisten koulutuksien aikaansaamia osallistujien elämänhallinnassa tapahtuneita muutoksia tai yleensä elämänhallintaan vaikuttaneita tekijöitä sekä myös osallistujien kokemuksia koulutuksesta. Joissakin tutkimustuloksissa ilmenee myös koulutuksen syrjäytymistä ehkäisevä vaikutus. Koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemyksiä ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyviä ominaispiirteitä ei olla aiemmin tutkittu.

Pättikangas (1999) kuvaa tutkimuksessaan kahden ohjaavan koulutuksen kurssin sisältöjä ja osallistujia sekä arvioi kurssien vaikutuksia asetettujen tavoitteiden näkökulmasta. Kurssien tavoitteena oli lähinnä osallistujien sisäisen elämänhallinnan

lisääntyminen (käsitteestä ks. Roos 1985). Tavoitteena näin ollen oli muun muassa kurssilaisten aktivointi, elämäntilanteen selvittäminen sekä mahdollisten jatkosuositusten ja –suunnitelmien tekeminen. Kurssit olivat kolmen viikon mittaisia ja niille osallistui yhteensä 30 syrjäytymisvaarassa olevaa pitkäaikaistyötöntä. Kurssit sijoittuivat ohjaavan koulutuksen tyypeistä ja tavoitealueista ennen kaikkea elämäntaitoihin sekä työn hakemiseen painottuville alueille. Kurssien vaikutuksia arvioitiin lomakekyselyllä, joka toteutettiin kuukauden kuluttua kurssin päättymisestä. Vastaajilta tiedusteltiin muun muassa arvioita kurssin merkityksestä ja sen erilaisia koettuja vaikutuksia. Sisäistä elämäntilannetta ja sen muutosta seurattiin koetun kompetenssin tunteen ja yleisen psyykkisen hyvinvoinnin asteikoilla. Tutkimustuloksista ilmeni, että kurssilaisten kokemukset olivat pääosin myönteisiä. Kurssin vaikutukset liittyivät erityisesti mielenterveyden kohentumisen ja siten sisäisen elämäntilanteen alueelle. Kurssilaiset kokivat kurssin ennen kaikkea virkistävänä ja mielialaansa kohottavana. Monet olivat saaneet myös uutta tietoa. Neljännes vastaajista oli täysin vakuuttunut myös siitä, että heidän itsetuntonsa sekä rohkeuden ja kyvykkyyden tunteensa olivat kohentuneet ja henkiset voimavarat lisääntyneet. Sen sijaan vain hyvin harvat kokivat saaneensa vastauksia ongelmaansa tai suunnitelleensa tulevaisuuttaan. Vastaajien kompetenssi oli kohonnut hieman ja psyykkisten oireiden kokeminen vähentynyt merkitsevästi. Erityisesti pätevyys ja asioista päättämisen kykenemisen tunteet sekä itseluottamus olivat kurssin jälkeen kohentuneet ja jännittyneisyyden tunne sekä nukahtamisvaikeudet puolestaan vähentyneet. (Pättikangas 1999, 45-66.)

Sepponen (1996) on tutkinut työttömän ja työvoimaviranomaisten näkökulmasta elämäntilanteeseen painottuvan ammatinvaihtoon ohjaavan kurssin toteutumista. Kurssille osallistui kolmetoista työtöntä. Tutkimuksessa tarkastellaan kurssin vaikutusta työttömän arkeen, kurssilaisten työmarkkinakelpoisuutta ja verkostoyhteistyötä. Aineisto on koottu muun muassa kurssilaisten monista haastatteluista, erilaisista arvioinneista, kurssipäiväkirjasta ja havainnoinnista. Seuraavassa käsitellään osallistujien elämäntilannetta ja kurssikokemuksia koskevia tuloksia, koska vain ne liittyvät tähän tutkimukseen. Tutkimustulosten mukaan kurssi auttoi osallistujia purkamaan ahdistustaan ja näkemään asioita uudesta näkökulmasta. Kurssin aikana usko omiin vaikutusmahdollisuuksiin lisääntyi ja itsetunto kasvoi. Samoin kurssilaisten sosiaaliset taidot kehittyivät ja he oppivat puhumaan myös itsestään. Useimmat kurssilaiset pitivät myös kurssiin liittyvää työharjoittelua

tarpeellisena. Työkokemusten käsittelyn kautta kurssilaiset oppivat paremmin hallitsemaan tilannettaan. He oppivat näkemään työelämää muutoksineen eri näkökulmista ja arvioimaan sitä, mitä he itse voisivat tehdä tilanteen hyväksi. Kaiken kaikkiaan kurssi koettiin positiivisena kokemuksena. Kurssilaiset olivat tyytyväisiä kurssiin ja kurssijärjestelyihin. Samassa tilanteessa olevien muiden kurssilaisten kanssa oli ollut helpompi jakaa kokemuksia, sillä ongelmat olivat tuntuneet yhteisiltä. (Sepponen 1996, 60, 123-126,137.)

Lindroos (1993) on kasvatustieteen alaan kuuluvassa väitöskirjassaan 'Työ, koulutus, elämänhallinta' tutkinut työelämään valmentavaan työllisyyskoulutukseen osallistuneiden työorientaatioita ja työllisyyskoulutuskokemuksia 17 henkilön elämäkertahaastattelun avulla. Tutkimus keskittyy yksilöiden elämänhallinnan periaatteisiin. Työn ja koulutuksen merkitystä sekä työttömyyden ja työllisyyskoulutuksen kokemuksia kuvataan elämänhallinnan näkökulmasta. Tutkimuksessa keskitytään kuitenkin pääasiallisesti työorientaatiotyyppien muodostamiseen, joten työllisyyskoulutuksen kokemiseen ei keskitytä kovinkaan syvästi. Työllisyyskoulutuskokemuksia tarkasteltaessa pääasiassa vain kuvaillaan kunkin haastatellun kurssista saamia kokemuksia. Yhteenvetoja ja pohdintoja ei näistä kokemuksista ole tehty, joten tutkimuksen anti jää tältä osin hyvin vähäiseksi. Karkeasti tarkastellen kurssista saadut kokemukset vaihtelivat hyvin positiivisista hyvin negatiivisiin. (Lindroos 1993.)

Manninen (1996a) on tutkinut akateemisille työnhakijoille tarkoitettujen työvoimapolitiittisten henkilökohtaisten täydennyskoulutusohjelmien vaikuttavuutta. Tämä koulutus on lähellä ohjaavan tyyppistä koulutusta vaikka ei olekaan täysin samanlaista. Aineisto on koottu laadullisin menetelmin monipuolista aineistoa ja erilaisia menetelmiä käyttäen. Kohderyhmänä oli 85 kurssille osallistujaa. Tarkastelen tutkimustuloksia elämänhallintaan liittyvien tulosten osalta. Tuloksista ilmeni, että osallistujien työelämäsuhte jäsenyi ja elämänhallinta kehittyi kurssin aikana. Elämänhallinnan kehittyminen tuli esille muun muassa siinä, että osallistujien itsetunto, oma-aloitteisuus ja positiivinen usko omiin mahdollisuuksiinsa lisääntyi sekä omat urasuunnitelmat vahvistuivat. (Manninen 1996a, 7, 94-95.)

Koska Oma osaaminen esiin -koulutusprojekti kuuluu *Euroopan sosiaalirahaston tavoite 3 -ohjelmaan*, tarkastellaan tässä myös ESR:n tavoite 3 -ohjelmakauden puolivälin (vuosien 1995-1997) raportissa arvioitua ohjelmaan kuuluvan toimenpidekokonaisuuden (3.1.1.) -Yksilölliset palvelukokonaisuudet

pitkäaikaistyöttömille ja niille, jotka ovat vaarassa joutua pitkäaikaistyöttömiksi-tavoitteiden toteutumista elämänhallinnan osalta. Aineisto perustuu määrälliseen ja laadulliseen tarkasteluun. Hankkeiden järjestäjät ja osanottajat arvioivat hankkeilla olleen vaikutusta osallistujien yleiseen elämänhallintaan. Osallistuminen on aktivoinut työttömiä, lisännyt heidän sosiaalista kanssakäymistään, kohentanut heidän itsetuntoaan/itseluottamustaan ja elämäntilannettaan sekä lisännyt osalla heidän uskoaan omiin työnsaantimahdollisuuksiin. Työllistymismahdollisuuksien kokemiseen osallistujat ja hankkeiden vetäjät katsoivat toimenpiteellä olleen myönteisiä vaikutuksia. (Vainio ym. 1997, 53-54.) Vastaavat tulokset ilmenevät myös Arnkilin, Niemisen ja Säkjärven (1997, 12, 52) raportista, jossa tarkastellaan yksinomaan edellä mainittua toimenpidekokonaisuutta. Lisäksi Arnkil ym. (1997) toteavat, että projekteilla on ollut merkittävä myönteinen vaikutus syrjäytymisen ehkäisemisessä. Myönteistä oli ollut myös se, että työttömät olivat saaneet uusia kontakteja, tietoja, taitoja ja omia työmarkkinamahdollisuuksia avartavia näkökulmia samoin kuin virkistystä ja kaivatun katkon työttömyyteen. (Arnkil ym. 1997, 55.)

Veijola (2000) on tutkinut eri taustan omaavien peruskoulun yhdeksännen luokan oppilaiden koulusuorituksen ja elämänhallinnan taitojen parantumista ”Oma ura”- koulukokeiluprojektin avulla ja näin projektin vaikutusta ehkäistä koululaisia syrjäytymiseltä. ”Oma ura” -projekteja suoritettiin samanaikaisesti Suomessa kymmenellä eri paikkakunnalla. Projektit perustuivat samanlaiseen kokeiluun, mitä Saksassa ja Yhdysvalloissa on aiemmin tehty. Tämä tutkimus sisälsi kolmen luokan oppilaita eri paikkakunnilta Suomessa. Yhteensä tutkimukseen osallistui 28 oppilasta, joista 19 oli poikia ja 9 tyttöjä. Projektit sisälsivät vaihtoehtoisia teorian ja käytännön osioita. Niissä keskityttiin oppilaiden tuen saamiseen kotoa, koulusuoritukseen, elämänhallintaan, uravalintoihin ja vapaa-ajan viettotapoihin. Tarkoituksena oli selvittää näiden asioiden parantumista oppilaiden kohdalla projektin aikana ja sen jälkeen. Tutkimus suoritettiin haastattelemalla oppilaita, heidän vanhempiaan ja opettajia projektin (lukuvuosi 1995-1996) aikana. Lisäksi vielä projektin loputtua (vuonna 1997 syksyllä) haastateltiin oppilaita. Myös oppilaiden edellisen lukuvuoden kouluarvosanoja verrattiin arvosanoihin, jotka saatiin yhdeksännen luokan ja samalla ”Oma ura” – projektin päättyessä. Tuloksista ilmeni, että oppilaat hyötyivät selvästi ”Oma ura” – projektista. Oppilaiden elämänhallinta parantui ”Oma ura” kokeiluvuoden aikana. Tämä ilmeni esimerkiksi siinä, että alkoholin käyttö väheni, samoin kuin rikollinen käyttäytyminen. Verrattuna edelliseen lukuvuoteen oppilaiden arvosanat kohosivat

”Oma ura” kokeiluvuoden aikana. Kuitenkin niiden oppilaiden kohdalla, joilla perhetaustassa ei ollut minkäänlaisia ongelmia, kuten esimerkiksi avioeroa, alkoholismia, vanhempien mielenterveydellisiä ongelmia, arvosanat olivat kohonneet enemmän kuin niiden kohdalla, joilla perhetaustassa tällaisia ongelmia esiintyi. Kaiken kaikkiaan kehitys oli positiivista oppilaiden kohdalla ”Oma ura” vuoden aikana. Yhtenä myötävaikuttavana tekijänä oli erityisesti se, että tutkimuksessa olleet ryhmät olivat pieniä ja tällöin myös suhde opettajaan oli läheinen. Opettajalla oli myös aikaa keskittyä kuhunkin oppilaaseen enemmän. (Veijola 2000.)

Andreassen (1995) on toteuttanut Norjassa työhallinnon toimesta tutkimuksen työmarkkinakoulutuksen vaikutuksista. Tutkimus kohdistuu koulutuksen jälkeiseen työllistymis- ja opiskelutodennäköisyyteen sekä koettuihin vaikutuksiin. Lisäksi tutkimuksessa on koottu tietoa niin sanotuista ”pehmeistä” vaikutuksista, kuten sosiaalisten kontaktien ja mielekkään toiminnan suhteen. Kohderyhmänä on ollut noin 7100 työmarkkinakoulutukseen osallistunutta. Kontrolliryhminä on käytetty sekä eivalittuja koulutukseen hakeneita että työttömiä (yhteensä noin 4300 henkilöä). Tutkimus on toteutettu postikyselyllä keskimäärin 6 kuukautta koulutuksen päättymisen jälkeen. Seuraavassa tarkastellaan ainoastaan niin sanottuja koulutuksen ”pehmeitä” vaikutuksia, sillä niiden vaikutusten katsotaan olevan enemmän tähän tutkimukseen liittyviä. Koulutukseen osallistujien arviot koulutuksesta olivat hyvin myönteisiä. Osallistujista 93 % oli sitä mieltä, että koulutus toi tarkoituksellisuutta elämään verrattuna työttömyysaikaan. Osallistujista 80 % katsoi, että koulutus lisäsi sosiaalisia kontakteja. Yli 70 % osallistujista katsoi myös koulutukseen osallistumisen lisänneen motivaatiota lähteä hakemaan töitä. Tutkimuksessa tuli myös ilmi, että pisimpiä kursseja arvioitiin myönteisemmin. Näin ollen 5-30 viikkoa kestäneet kurssit arvioitiin myönteisemmin kuin alle kuukauden pituiset kurssit. (*Andreassen* 1995, 139-140, 142, 146-147.)

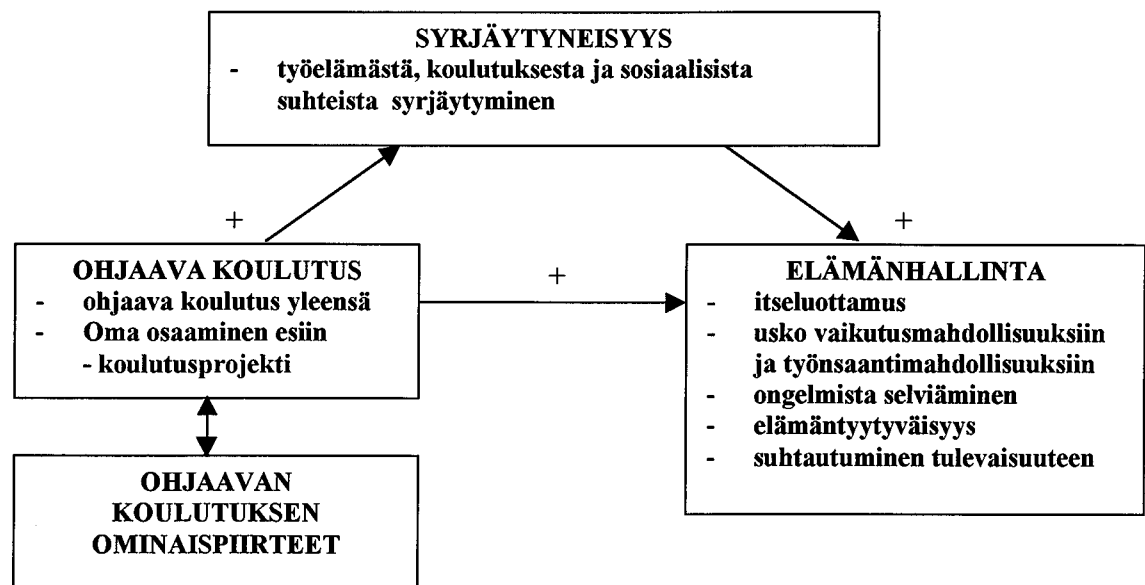
Kieselbach ja *Svensson* (1988) ovat kartoittaneet sitä, miten terveys- ja sosiaalipolitiikan alaan kuuluvat instituutiot ovat onnistuneet vastaamaan työttömyyden vaikutuksiin Euroopassa. He havaitsivat, että monissa maissa massatyöttömyyden lisääntymisen myötä julkiset ja yksityiset instituutiot ovat järjestäneet ohjelmia, jotka tarjoavat ohjausta, ”huolenpitoa” ja harjoittelua työttömille. Päättökäytännönä näissä toimenpiteissä on ollut parantaa osallistujien työnsaantimahdollisuuksia. Toissijaisena tavoitteena on ollut vakauttaa osallistujien psyykkistä hyvinvointia. Toimenpiteet ovat monesti epäonnistuneet ensisijaisessa tavoitteessaan huonon työllisyystilanteen takia.

Tämän vuoksi toissijaiseksi tarkoitettu tavoitteesta on tullut ensijainen, sillä toimenpideohjelmat ovat näyttäneet parantavan osallistujien psyykkistä hyvinvointia. Esimerkiksi englantilaisessa tutkimuksessa kävi ilmi, että ”Nuorten mahdollisuus ohjelmaan” (Youth Opportunities Programme), joka kestoiltaan vaihteli kolmesta kuuteen kuukauteen, osallistuneiden hyvinvointi parani huomattavasti verrattuna niihin, jotka eivät osallistuneet koulutukseen. Tosin tämä positiivinen vaikutus hävisi melko nopeasti koulutuksen päättymisen jälkeen. Kaiken kaikkiaan Kieselbachin ja Svenssonin mielestä sosiaalipedagogiset tai psykologiset koulutusohjelmat ovat erittäin tärkeitä, koska niiden avulla voidaan vakauttaa työttömän psykologista tilaa ja vähentää sosiaalista eristyneisyyttä. Monelle osallistujalle mahdollisuus sosiaalisiin kontakteihin on huomattava motivaatiota lisäävä tekijä osallistua koulutukseen. Kieselbachin ja Svenssonin mielestä ohjelmiin pitäisi sisältyä tuottavaa työtä, harjoittelua, ammatillista ohjausta ja psykososiaalista ohjausta. Niiden pitäisi antaa myös osallistujille merkittäviä kokemuksia ja tietoa, jotka antavat paremman perustan oman elämän suunnittelulle ja päätöksenteolle. (Kieselbach & Svensson 1988, 178-179, 183.)

6 TUTKIMUSASETELMA JA TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksen eräänlaisena työhypoteesina voidaan pitää sitä, että ohjaava koulutus vahvistaa yksilön elämänhallintaa. Ohjaavan koulutuksen voidaan myös olettaa olevan itsessään syrjäytymistä ehkäisevä toimenpide, mikä taas osaltaan saattaa vahvistaa yksilön elämänhallintaa. Lisäksi voidaan olettaa ohjaavan koulutuksen ominaispiirteiden tulevan esille koulutukseen osallistujien ja ohjaajan koulutukseen liittyvien merkittävien kokemusten kautta. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää Eurajoen kristillisen opiston ja Rauman kaupungin kansalaisopiston Raumalla järjestämän ohjaavan koulutuksen mahdollisuuksia edistää koulutukseen osallistujien elämänhallintaa kurssilaisten ja kurssin ohjaajan näkökulmasta. Samalla pyritään selvittämään kurssilaisten käsityksiä syrjäytymisestä ja näiden käsitysten muutosta kurssin aikana yleensä ja heidän oman syrjäytymisensä suhteen. Syrjäytyminen on haluttu ottaa tutkimukseen mukaan, koska usein elämänhallinnan horjumisella ja syrjäytymisellä on yhteyksiä toisiinsa. Myös monissa elämänhallintaan liittyvissä tutkimuksissa viitataan syrjäytymiseen ja päinvastoin syrjäytymiseen liittyvissä tutkimuksissa elämänhallinnan vaikeuksiin (esim. Hyttinen 1998; Korhonen & Niemelä 1998). Koska tutkimus palvelee samalla koulutuksen kehittämistä, niin siinä myös selvitetään koulutukseen osallistujien ja kurssin ohjaajan näkemyksiä ohjaavan koulutuksen tavoitteiden etenemisen kannalta merkittäviä ominaispiirteitä. Näitä

ominaispiirteitä selvitetään sen kautta mitä mieltä kurssilaiset ja ohjaaja kurssista ovat. Tällöin esiin saadaan tutkittavien aidot ja omakohtaiset näkemykset ohjaavan koulutuksen keskeisimmistä ja tärkeimmistä tekijöistä, joita näin ollen voidaan pitää koulutuksen merkittävinä ominaispiirteinä.



KUVIO 2. Tutkimusasetelma

Tutkimuksen kohdejoukkona ovat Eurajoen kristillisen opiston ja Rauman kaupungin kansalaisopiston ohjaavan koulutuksen koulutusprojektin ”Oma osaaminen esiin – valmiuksia työelämään, koulutukseen ja itsensä kehittämiseen” viimeiselle kurssille osallistujat. Kurssi järjestettiin syksyllä 1999.

Tutkimusongelmat:

1. Vahvistaako ohjaava koulutus elämönhallintaa koulutukseen osallistujien ja ohjaajan käsitysten ja kokemusten valossa?
 - 1.1. Miten kurssilaisten elämönhallintaa koskevat käsitykset ja kokemukset muuttuvat koulutuksen aikana?
 - 1.2. Miten kurssilaisten syrjäytymistä koskevat käsitykset muuttuvat koulutuksen aikana yleensä ja heidän oman syrjäytymisensä suhteen?
 - 1.3. Onko ohjaajan mielestä kurssilaisten elämönhallinnassa tapahtunut muutoksia koulutuksen aikana?

2. Mitkä ominaispiirteet ohjaavassa koulutuksessa liittyvät merkittäviin kokemuksiin koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemysten valossa?
 - 2.1 Mitkä asiat ovat koulutuksessa olleet tärkeitä kurssilaisten mielestä?
 - 2.2 Mitkä asiat kurssilaiset ovat kokeneet kurssilla tärkeiksi elämänhallinnan kannalta?
 - 2.3 Millaisia näkemyksiä ohjaajalla on koulutuksen onnistuneisuudesta elämänhallinnan kannalta?
 - 2.4 Millaisia näkemyksiä ohjaajalla on ohjaavan koulutuksen toivottavista ominaispiirteistä, jotta koulutus olisi tulevaisuudessa elämänhallinnan kannalta tukevampi?

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

7.1 Tutkimuksen menetelmälliset ratkaisut

Opintojeni loppuvaiheessa etsiessäni opinnäytetyön aihetta kiinnostuin elämänhallinnan käsitteestä, sillä se oli noussut yhä enenevässä määrin puheenaiheeksi lehtien palstoilla ja eri artikkeleissa. Erityisesti pitkäaikaistyöttömien elämänhallinta sekä heidän elämänhallinnan parantamisen mahdollisuudet kiinnostivat itseäni, sillä esimerkiksi kotipaikkakunnallani Raumalla oli korkea työttömyysaste ja näin ollen monien elämäntilanne oli työttömyydestä johtuen muuttunut. Otinkin yhteyttä Rauman lähellä sijaitsevaan Eurajoen kristilliseen opistoon, sillä tiesin siellä järjestettävän pitkäaikaistyöttömille erinäisiä kursseja. Opistossa oltiin erittäin kiinnostuneita tarjoutuessani tekemään tutkimusta. Sovin tapaamisesta opiston rehtorin sekä apulaisrehtorin kanssa, joilta kuulin lisää opiston kursseista ja kiinnostuksen kohteista tutkimusta ajatellen. Yhteisten keskustelujen myötä kiinnostuin opistolla parhaillaan menneestä neljävuotisesta elämänhallintapainotteisesta ohjaavan koulutuksen koulutusprojektista, joka oli suunnattu pitkäaikaistyöttömille. Menin mukaan koulutusprojektin seuraavalle alkavalle ja samalla viimeiselle kurssille, jonka

osallistujat valitsin tutkimukseni kohdejoukoksi. Kohdejoukosta valitsin harkinnanvaraisesti osan kurssilaisia haastateltaviksi. Näiden kurssilaisten katsoin sisällöllisesti edustavan koko kohdejoukkoa. Lisäksi haastattelin kurssin ohjaajaa. Aineistonkeruumenetelmiksi valitsin siis haastattelun ja myös osallistuvan havainnoinnin, koska katsoin niiden yhdessä olevan tutkimukseni toteuttamisen kannalta paras ja tehokkain vaihtoehto. Näiden menetelmien avulla pystyin lähestymään kurssilaisia riittävän avoimesti ja saavuttamaan samalla syvällisempää tietoa kohdejoukosta. Scottin (1996a) mukaan juuri se miten tutkimuksen tarkoitus käsitetään vaikuttaakin ratkaisevasti siihen miten ja millä menetelmillä tutkimusaineistoa kootaan (Scott 1996a, 61). Kaksi aineistonkeruumenetelmää myös tukivat toisiaan ja näin sain myös luotettavampaa tietoa sekä kokonaisvaltaisemman kuvan kohdejoukosta.

Haastattelu eroaa muista tiedonkeruumenetelmistä siinä suhteessa, että siinä ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutussuhteessa tutkittavan kanssa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 200-201). Haastattelua voidaan pitää myös joustavampana menetelmänä kuin esimerkiksi kyselylomakkeella tehtyä tutkimusta (Scott 1996a, 61). Haastattelemalla sain esiin osallistujien henkilökohtaiset ja yksilölliset käsitykset ja kokemukset elämänhallinnasta, samoin kuin koulutuksen mielekkyydestä ja merkityksellisyydestä kurssilaiselle itselleen, jolloin sain esiin ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyviä ominaispiirteitä koulutukseen osallistujien näkökulmasta. Haastattelemalla sain myös ohjaajan näkemyksistä enemmän irti. Haastattelu mahdollistaa myös vastausten selventämisen. Lisäksi haastattelulla voidaan tavoittaa syvällisempää tietoa. Haastateltavaa voidaan esimerkiksi pyytää perustelemaan mielipiteitään ja hänelle voidaan esittää lisäkysymyksiä tarpeen mukaan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 201-202.) Scottin (1996a) mukaan haastattelumenetelmällä saatu aineisto on tulos tutkijan tekemistä useista valinnoista ennen kentällä oloaan ja sen aikana. Tutkija joutuu päättämään millaisena kokonaisuutena tutkimus suoritetaan, keitä haastatellaan, missä ja milloin haastattelut suoritetaan sekä mitä välineitä haastatteluissa käytetään. Haastatteluista saatu aineisto on myös tulosta sosiaalisesta toiminnasta, joka sisältää epäsymmetrisen suhteen tutkijan ja haastateltavien välillä. (Scott 1996a, 65.)

Haastattelutyypinä käytin teemahaastattelua. Teemahaastattelu on puolistrukturoitu menetelmä, jossa haastattelun aihepiirit, teema-alueet ovat tiedossa, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat (Hirsjärvi & Hurme 1995, 36; Eskola & Suoranta 1998, 87). Teema-alueet ovat toiminnan kannalta niitä alueita, joihin haastattelukysymykset varsinaisesti kohdistuvat. Haastattelutilanteessa teema-alueet

toimivat haastattelijan muistilistana ja tarpeellisena keskustelua ohjaavana runkona. Teema-alueiden operationaalistajina toimivat haastattelutilanteessa sekä tutkija että tutkittava, koska se miten jokin ilmiö konkretisoituu tutkittavan maailmassa ja hänen ajatuksissaan, riippuu juuri tutkittavasta ja hänen elämäntilanteestaan. Siksi teema-alueiden tulisi olla niin väljiä, että ilmiöön sisältyvä rikkaus paljastuisi mahdollisimman hyvin. Teema-alueiden pohjalta haastattelija voi jatkaa ja syventää keskustelua niin pitkälle kuin se on mahdollista tai tarpeellista. (Hirsjärvi & Hurme 1982, 41-42.) Teemaluettelon avulla varmistetaan myös se, että kaikilta tutkittavilta saadaan kootuksi periaatteessa samat tiedot. Haastattelurunko taas lisää aineiston ymmärrettävyyttä ja tekee aineiston keruusta systemaattisemman (Patton 1990, 283, 288.) Hyvän haastattelurungon ja relevanttien teemojen avulla tutkimus kulkee oikeaan suuntaan ja haastattelurunko voi parhaimmillaan avata tutkimuksen analyysin ja tulkinnan (Syrjälä ym. 1994, 86).

Haastattelurungon ja teemat laadin perehdyttyäni elämäntilannetta koskevaan kirjallisuuteen ja eri elämäntilanneteorioihin, kuten myös koulutusprojektiin tutustuttuani. Tutkimuksessa nojauduin pääasiassa muutamaan elämäntilanneteoriaan, joiden pohjalta laadin suurimman osan elämäntilannetta koskevia kysymyksiä. Erityisesti koulutusta koskevien kysymysten laatimisessa auttoi aikaisempiin tutkimuksiin tutustumisen lisäksi se, että olin tutustunut ennen koulutukseen alkua Oma osaaminen esiin -koulutusprojektin taustaan, sisältöön ja tavoitteisiin Eurajoen kristillisen opiston rehtori Maritta Grönroosin, apulaisrehtori Paula Ilénin ja kurssin ohjaaja Ulla-Maija Takalan kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta sekä saamani materiaalin avulla. Pyrin myös hahmottamaan kurssilaisten elämää ja elämäntilannetta etukäteen. Ennen kurssin alkua sain kurssin ohjaajalta tietoa kurssilaisista ja heidän taustoistaan, sillä hän oli ollut itse mukana valitsemassa näitä henkilöitä koulutukseen. Lisäksi kurssin ensimmäisenä päivänä kurssilaiset täyttivät lomakkeet, joissa he kertoivat lyhyesti elämäntilannestaan ja -tilanteestaan, tulevaisuuden haaveista ja suunnitelmista sekä kurssille hakeutumisen syistä, kurssiin kohdistuvista toiveista ja odotuksista. Haastattelijan onkin hyvä ennen haastattelujen toteutusta pyrkiä selvittämään itselleen niitä olosuhteita, joissa haastateltavat elävät, ja hahmottamaan heidän ongelmiaan sekä elämäntilannettaan (Hirsjärvi & Hurme 1982, 47). Tein haastattelukysymyksiä runsaasti siltä varalta, että en tiennyt miten puhelihaa haastateltavat olisivat. Haastattelijalla tulisikin olla varalla aina joitakin ”varmoja” keskusteluaiheita, joita voi käyttää silloin kun keskustelu tyrehtyy, tilanne muuttuu

ahdistavaksi tai haastateltavan motivaatio selvästi heikkenee (Hirsjärvi & Hurme 1982, 47-48). Lisäksi teemahaastattelun luotettavuuden saavuttaminen edellyttää varautumista tarpeeksi useisiin kysymyksiin sekä riittäviin lisäkysymyksiin. Epäonnistuminen teemaluetteloa ja teema-alueita koskevia kysymyksiä laadittaessa heikentää teemahaastattelun sisältövalidiutta. Kysymykset eivät tällöin tavoita haluttuja merkityksiä. (Hirsjärvi & Hurme 1982, 129.) Loppuhaastattelussa käytin osittain samoja kysymyksiä kuin alkuhaastattelussa. Loppuhaastattelurunkoa ja kysymyksiä muodostaessani myös koulutuksen aikana tekemäni havainnot olivat suurena apuna.

Teemahaastattelun luonteen mukaisesti en halunnut tarkentaa kysymysten järjestystä etukäteen, vaan jokainen haastattelutilanne muodostui erilaiseksi. Pyrin myös siihen, että haastateltavat saavat puhua mahdollisimman vapaasti esille ottamistani asioista. Pyrin myös pääsemään syvemmälle haastateltavien sanomisista tekemällä lisäkysymyksiä haastateltavien puheiden perusteella. Haastattelijan tulisikin olla aktiivinen kuuntelija, joka paneutuu haastateltavan puheeseen ja tarkoituksiin sekä tekee seuraavat kysymyksensä pikemminkin haastateltavien antamien johtolankojen perusteella kuin oman suunnitelmansa puitteissa. Haastattelijan tulee myös tarkkailla haastateltavaansa, sillä liiallinen omiin teemoihin lukkiutuminen ei toimi, koska haastateltava saattaa puhua asioiden vierestä tai keskustelusta saatu tieto voi jäädä hyvinkin vähäiseksi. Haastattelijalla on siis tietty vapaus sovittaa kysymysten muoto ja osittain sisältökin henkilön ja keskustelun mukaan. (Syrjälä ym. 1994, 86, 136-138.) Teemahaastattelussa täytyy pitää huoli siitä, että haastattelija pysyy tutkimusaiheen ja -ongelmien piirissä. Haastattelija ei yleensä voi mennä aiheisiin, joita ei ole etukäteen laadittu teema-alueisiin. (Patton 1990, 284.)

Teema-haastattelujen rinnalla suoritin osallistuvaa havainnointia. Havainnoinnin suurimpana etuna on se, että sen avulla voidaan saada välitöntä, suoraa tietoa yksilöiden ja ryhmän toiminnasta ja käyttäytymisestä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 209). Osallistuvalla havainnoinnilla sain kurssilaisista ja kurssista kokonaisvaltaisemman kuvan. Havainnoimalla tutkittavia heidän toimintaympäristössään tutkija pystyy paremmin ymmärtämään sitä kontekstia, jossa tutkittavat toimivat. Kontekstin ymmärtäminen onkin olennaista kokonaisvaltaisen kuvan saamiseksi tutkimuskohteesta. (Patton 1990, 203.) Osallistuvalla havainnoinnilla tarkoitetaan aineiston keruutapaa, jossa tutkija osallistuu tutkittavien ehdolla heidän toimintaansa (Hirsjärvi ym. 1997, 213). Osallistuvasta havainnoinnista puhutaan siis silloin, kun tutkija on fyysisesti läsnä tutkimuskohteessaan (Syrjälä ym. 1994, 84).

Tällöin tutkija näkee itse mitä tutkittavissa tapahtuu (Patton 1990, 207). Tutkijan osallistuminen ei saisi kuitenkaan vaikuttaa tapahtumien kulkuun kovinkaan paljoa tai ei lainkaan (Grönfors 1982, 93). Osallistuvassa havainnoinnissa ei ole välttämätöntä osallistua kokonaisvaltaisesti tutkittavan yhteisön elämään, mutta se kuitenkin edellyttää, että tutkijan ja tutkittavien välillä on merkittäviä sosiaalisia suhteita. Tutkijan tulee olla enemmän kuin pelkkä tutkija siinä yhteisössä, jota hän tutkii. (Grönfors 1982, 97.) Myös Scottin (1996c) mukaan osallistuvan havainnoijan tulee luoda läheiset suhteet tutkittaviin (Scott 1996c, 150). Kurssilla pyrin olemaan paikalla varsin usein ja säännöllisesti, jolloin oli mahdollista saada hyvä kosketus kurssilaisiin ja hyväksyä minut osaksi ryhmää. Oleellisinta on, että havainnointi on säännöllistä – kuitenkin niin, että tutkija voi havainnoida omien tutkimustarpeidensa mukaan (Syrjälä ym. 1994, 85). Havainnointimenetelmää käytettäessä on kuitenkin tärkeää muistaa, että tutkija pitää erillään havainnot ja omat tulkintansa näistä havainnoista (Hirsjärvi ym. 1997, 214).

7.2 Tutkimuksen kohdejoukko

Tutkimuksen kohdejoukkona ovat koulutusprojektin ”Oma osaaminen esiin – valmiuksia työelämään, koulutukseen ja itsensä kehittämiseen” viimeiselle kurssille osallistujat. Koulutus toteutettiin syksyllä 1999. Koulutukseen osallistujat edustavat ihmisjoukkoa, jotka ohjaavan koulutuksen ja ESR:n tavoite 3 –ohjelman tavoitteiden mukaisesti kaipaavat elämänhallinnan suhteen tukea ja elämänhallinnan taitojen kohentamista. Koulutukseen osallistui 15 pitkäaikaistyötöntä, jotka olivat hakeutuneet koulutukseen pääasiassa päästäkseen ihmisten pariin pois kotoa neljän seinän sisältä sekä saadakseen tietynlaista tsemppiä ja potkua päästäkseen elämässä eteenpäin. Samoin haluttiin saada uusia virikkeitä ja etsiä erilaisia vaihtoehtoja uuden elämänsuunnan löytämiseksi. Monella oli myös toiveena löytää töitä kurssilla suoritettavien työharjoittelujaksojen kautta. Osallistuva havainnointi kohdistui kaikkiin kurssilaisiin, kun taas teemahaastattelut suoritettiin ohjaajalle ja kuudelle kurssilaiselle.

Kurssilaiset olivat iältään 37 – 54-vuotiaita. Koulutuksen alussa yksi osallistujista keskeytti ja hänen tilalleen tuli 27-vuotias henkilö. Koulutuksen puolivälissä myös kaksi muuta henkilöä keskeyttivät kurssin. Heidän tilalleen ei enää otettu uusia kurssilaisia. Keskeyttäneet olivat kaikki naisia. Kaikista koulutukseen osallistujista seitsemän oli syntyperäisiä raumalaisia, kun taas kahdeksan henkilöä oli elämänsä jossakin vaiheessa muuttanut Raumalle joltakin toiselta paikkakunnalta. Osallistujista naisia oli 12 ja miehiä kolme. Kurssilaisista kymmenen henkilöä oli naimisissa. Heistä kuitenkin kaksi henkilöä oli eronnut aiemmin ja mennyt uudelleen naimisiin. Myös kolme muuta kurssilaista olivat eronneita, joista yksi eli nyt avoliitossa ja kaksi henkilöä yksin. Lisäksi kaksi kurssilaista olivat naimattomia. Kurssilaisista yhdeksällä henkilöllä oli omia lapsia ja kuudella henkilöllä lapsia ei ollut.

Suurin osa kurssilaisista oli suorittanut kansakoulun tai kansa- ja kansalaiskoulun ja muutama peruskoulun. Osallistujista neljä oli ylioppilaita. Kurssilaisista yhdeksän henkilöä oli hankkinut itselleen jonkin ammatin. Amatit vaihtelivat merkonomista perushoitajaan ja pukuompelijaan. Loput kurssilaisista eli kuusi henkilöä eivät olleet hankkineet itselleen minkäänlaista ammatillista koulutusta. Osa heistä oli suorittanut erilaisia lyhyehköjä kursseja, mutta pääasiassa työelämään oltiin lähdetty suoraan kurssilaisesta riippuen kansakoulun, kansa- ja kansalaiskoulun tai peruskoulun jälkeen. Tähän ryhmään sijoittuivat kaikki kurssin kolme miestä. Kurssilaisista kuusi henkilöä oli aiemmin osallistunut työvoimapolitiittiseen koulutukseen yhden tai useamman kerran. Yhdeksälle kurssilaiselle Oma osaaminen esiin –kurssi oli ensimmäinen työvoimapolitiittinen koulutus.

Suurella osalla kurssilaisista oli ollut eheä työhistoria. Se oli muodostunut yhdestä tai useammasta pitempiaikaisesta työsuhteesta, eikä aikaisempaa työttömyyttä juuri ollut ollut. Kurssilaiset olivat työskennelleet ammattitöissä, kuten esimerkiksi toimistotyössä, ompelijana, postin jakajana, tehdastyöläisenä sekä yksi henkilö oli ollut merillä. Lisäksi kahdella henkilöllä oli pitkälti yrittäjätaustaa ja yksi kurssilainen oli toiminut yrittäjänä jossakin elämänsä vaiheessa. Kurssilaisista kahdella oli esiintynyt työttömyyttä työhistorian aikana useampaan otteeseen. Kurssin nuorin ei ollut vielä ehtinyt juuri työelämässä olla mukana. Kaikki kurssilaiset olivat pitkäaikaistyöttömiä eli he olivat olleet työttömänä yli 12 kuukautta. Neljä henkilöä oli ollut työttömänä yhtäjaksoisesti useamman vuoden. Suuri osa oli työttömänä ensimmäistä kertaa. Neljä kurssilaista olivat työttömänä toista tai useampaa kertaa.

7.3 Aineiston keruu

Kurssin ensimmäisenä päivänä kerroin koulutukseen osallistujille tutkimuksestani ja sen tarkoituksesta sekä mukanaolostani kurssilla. Korostin myös sitä, että tarvitsen tutkimuksessani heidän apuaan. Pyrin alusta lähtien luomaan tuttavuutta kurssilaisten kanssa. Tiedustelin heiltä ennen haastateltavien valintaa, jos joku ei ollut halukas osallistumaan haastatteluihin. Kukaan ei kieltäytynyt. Tämän jälkeen valitsin satunnaisesti kahdeksan haastateltavaa 15:sta kurssilaisesta. Naiset ja miehet valitsin erikseen, jotta sain naisvoittoisesta joukosta myös miehiä haastateltaviksi. Niistä henkilöistä, jotka jäivät haastatteluni ulkopuolelle valitsin kaksi henkilöä esihaastatteluja varten. Esihaastattelut kävin huolellisesti lävitse teema-alueittain sekä tein tarvittavat muutokset kysymyksiin. Esihaastatteluiden tarkoituksena on hankkia kuva haastateltavan kohdejoukon elämysmaailmasta ja esimerkiksi sanavalinnasta. Näiden haastattelujen tarkoituksena on myös testata haastattelurunkoa, aihepiirien järjestystä ja kysymysten muotoilua. Esihaastattelujen avulla saadaan myös selville haastattelujen keskimääräinen pituus. Esihaastattelut ovatkin teemahaastattelun välttämätön ja tärkeä osa. (Hirsjärvi & Hurme 1982, 57-58.) Lisäksi esihaastatteluissa sain mahdollisuuden testata nauhurinkäyttöä ja kartoittaa sitä, miten haastateltavat nauhuriin suhtautuivat, sillä tarkoitukseni oli nauhoittaa kaikki haastattelut. Loppuhaastattelujen kohdalla en enää esihaastatteluja tehnyt, koska kurssilaiset olivat jo tulleet niin tutuiksi sekä haastattelurunko oli samantyyppinen kuin alkuhaastattelussa, joten sitä ei tarvinnut enää testata. Esihaastatteluja en käyttänyt varsinaisessa tutkimuksessani, koska tein joitakin muutoksia varsinaiseen haastattelurunkoon.

Alkuhaastattelut tein siis kahdeksalle kurssilaiselle sekä kurssin ohjaajalle. Haastateltavien kurssilaisten määrä oli melko suuri, mutta halusin varmistaa mahdollisimman monipuolisen kuvan saannin kurssilaisista. Pelkäsin myös osan kurssilaisista jättävän kurssin kesken, jolloin aineistoni tyrehtyisi. Kurssilaisista kolme henkilöä jättikin kurssin kesken. Kaksi heistä oli haastateltaviani, joten jätin heidät pois tutkimuksestani, koska en voinut heille enää suorittaa haastattelua kurssin lopussa. Aineiston kannalta kahden haastateltavan poisjänti ei haitannut tutkimustani. Alkuhaastatteluissa huomasin saavani yhä useammin samankaltaisia vastauksia.

Aineistoni saavutti niin sanotun kylläntymispisteen viimeisimpiä haastatteluja tehdessäni, varmuuden vuoksi tein kuitenkin haastattelut kahdeksalle kurssilaiselle. Aineistoa on riittävästi, kun uudet tapaukset eivät tuota enää mitään tutkimusongelman kannalta uutta tietoa. Tällöin voidaan puhua aineiston kylläntymisestä. (Eskola & Suoranta 1998, 62.) Loppuhaastattelut kurssin päättyessä tein niille kuudelle kurssilaiselle, joita olin kurssin alussa haastatellut sekä kurssin ohjaajalle.

Kurssilaisten alkuhaastattelut (kts. liite 2) aloitin haastateltavan elämäntilannetta koskevilla kysymyksillä, jolloin haastateltava sai vapaasti kertoa elämästään. Keskustelu haastateltavan elämäntilanteesta vapautti tunnelmaa ja hävensi jännitystä, jonka jälkeen oli helpompi siirtyä kurssia koskeviin kysymyksiin. Viimeiseksi siirryin elämänhallintaa ja tulevaisuutta koskeviin teema-alueisiin, jotka arvelin olevan aiheista vaikeimpia vastata. Loppuhaastattelut sujuivat hyvinkin leppoisissa tunnelmissa, sillä kurssilaiset olivat tulleet jo tutuiksi kurssin aikana. Loppuhaastattelut (kts. liite 3) aloitin kurssia koskevilla kysymyksillä, joihin oli helpompi vastata ja viimeiseksi myös tällöin siirryin vaikeampiin eli elämänhallintaan ja tulevaisuutta koskeviin kysymyksiin. Ohjaajan alku- ja loppuhaastattelut (kts. liite 4 ja 5) aloitin molemmat kurssiin kohdistuvilla kysymyksillä, jonka jälkeen siirryin elämänhallinnan teema-alueeseen. Loppuhaastattelussa esitin ohjaajalle lisäksi kysymyksiä koulutuksen mahdollisuuksista tulevaisuudessa ja koulutuksen kehittämistarpeista. Molemmilla kurssilaisten ja ohjaajan sekä alku- että loppuhaastattelukerroilla haastattelutilanteet pyrin luomaan hyvin samankaltaisiksi. Kaikki haastattelut tein Raumalla koulutuksen tiloissa, tyhjissä luokkahuoneissa lukuun ottamatta kurssin ohjaajan haastatteluja, jotka tein hänen kotonaan. Koska tutkijan rooli on erityisen merkittävä, pyrin kiinnittämään huomiota omaan puheeseeni ja käyttäytymiseeni haastattelutilanteessa. Pyrin myös luomaan haastattelutilanteisiin välittävän ja motivoituneen ilmapiirin. Korostin molemmilla haastattelukerroilla haastateltaville myös haastattelujen luottamuksellisuutta. Luottamus onkin haastattelun avainkysymys. Haastattelun anti, sen 'tulos' on välittömästi riippuvainen siitä, saavuttaako haastattelija haastateltavan luottamuksen. (Eskola & Suoranta 1998, 94.) Alkuhaastattelut kestivät 45 – 120 minuuttia ja loppuhaastattelut 45 – 90 minuuttia.

Haastateltavista osa oli erittäin puheliaita ja he kertoivat hyvin avoimesti kysymistäni asioista, omista tuntemuksistaan ja vaikeuksistaan sekä alku- että loppuhaastatteluissa. Oli kuitenkin hyvä, että minulla oli valmiina teema-alueet, sillä niiden avulla pystyin kontrolloimaan kaikkien alueiden läpikäymisen. Puheliimpien

haastateltavien innokkuus johti myös siihen, että usein keskustelu lähti rönsyilemään liikaakin. Tällöin oli hyvä palata varsinaiseen tutkimusaiheeseen. Muutaman haastateltavan runsas puhetulva tuntui johtuvan myös siitä, että heillä oli suuri tarve purkaa omia tuntemuksiaan ja ajatuksiaan jollekin sekä yleensäkin se, että joku kuunteli. Yksi haastateltavista sanoikin, että *”Se on hyvä et saa puhuu jollekki, ko en mä voinu oikeen sanno kenellekkään”*. Haastattelulla oli muutamalle myös terapeutista vaikutusta, minkä he haastattelun jälkeen toivatkin esiin. Usein haastateltavat voivat soveltaa vapaamuotoiseen yksilöhaastattelutilanteeseen jonkinlaista sovellettua ”terapiatilanteen” kehystä, jolloin haastateltavat avautuvat tai keskittyvät siihen, miten juuri he yksilöinä erilaiset asiat kokevat (Alasuutari 1999, 151). Muutama haastateltavista oli aika niukkasanainen molemmissa haastatteluissa, jolloin keskustelua ei helpolla syntynyt ja jouduin monesti turvautumaan haastattelurunkooni. Tällöin oli hyvä, että olin varautunut useilla kysymyksillä. Teemahaastatteluja toteuttava haastattelija joutuukin hyvin erilaisiin keskustelutilanteisiin. Joskus juttua tulee haastateltavalta ikään kuin itsestään, joskus eteenpäin pääsy on vaikeaa. Teema-alueuuttelon lisäksi on hyvä olla olemassa jotain jutun juurta, jolla pääsee eteenpäin niukkasanaisien vastaajien kanssa. (Eskola & Suoranta 1998, 90.)

Nauhoitin kaikki haastattelut haastateltavien suostumuksella. Alkuhaastattelut tehtyäni aloin heti purkamaan haastatteluja, jotta pääsin pian tutustumaan aineistooni tarkemmin. Samoin loppuhaastattelut purin heti haastattelut tehtyäni. Kaikki haastattelut litteroin sana sanasta tekstimuotoon. Sanasta sanaan puhtaaksikirjoittamisen etuna on se, että aineistoa ei katoa ja aineiston analyysivaiheessa tulosten tarkistaminen helpottuu (Fielding 1993, 146; Patton 1990, 349). Litteroinnin avulla myös säilytetään aineiston rikkaus ja monipuolisuus (Alasuutari 1999, 85). Haastattelujen litterointi sanasta sanaan lisäsi myös tutkimuksen luotettavuutta, jolloin koko aineisto pysyi tallessa.

Teemahaastattelujen välillä tein osallistuvaa havainnointia. Olin mukana kurssilla alusta loppuun. Heti kurssin alussa siis kerroin mukanaolostani kurssilla. Osallistuvaa havainnointia suoritettaessa tutkittaville voidaan tehdä heti alussa selväksi, että havainnoija on ryhmässä havaintojen tekijä (Hirsjärvi ym. 1997, 213). Minut otettiin alusta saakka kurssilla erittäin hyvin vastaan. Erityisesti kurssin ohjaaja otti minut mielellään mukaan kurssin ohjelmaan aina kuin suinkin pääsin. Näin tulini pian yhä tutummaksi kurssilaisille ja he ottivat minut paremmin ryhmänsä jäseneksi. Tutkijan tuleekin pyrkiä rakentamaan hyvät suhteet tutkittaviinsa. Käytännössä

havainnoija osallistuu ryhmän elämään, mutta hän tekee tutkittavilleen myös kysymyksiä. (Hirsjärvi ym. 1997, 213.) Tärkeää on siis voittaa tutkittavan ryhmän luottamus niin, että tutkija hyväksytään mukaan ja voi toimia ryhmässä muiden mukana samalla havainnoiden ja haastatellen (Eskola & Suoranta 1998, 102). Pysin olemaan kurssilla mahdollisimman paljon mukana. Lähes joka viikko olin paikalla, keskustelin kurssilaisten kanssa ja tein havaintojani. Ilman havainnointia moni arvokas huomio olisi jäänyt tekemättä. Silloin kun en ollut itse paikanpäällä pidin jatkuvasti yhteyttä kurssin ohjaajaan, jolloin pysyin aina kurssin hengessä mukana. Minulla ei ollut mitään suoranaista havainnointisuunnitelmaa, vaan annoin ennemminkin tilanteiden ohjata havainnointiani, samalla kuitenkin haastattelun teema-alueita ja tässä tutkimuksessa katsottavia elämänhallintatekijöitä silmälläpitäen. Tutkija voikin antaa tutkimustilanteen ohjata kiinteästi havaintojaan ja kysymyksiään, mennä tilanteen mukana. (Eskola & Suoranta 1998, 102). Havainnoista kirjoitin itselleni havaintopäiväkirjaa.

7.4 Aineiston analyysi

Aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko on tutkimuksen ydinasia. Analyysivaiheessa tutkijalle selviää, minkälaisia vastauksia hän saa tutkimusongelmiin. (Hirsjärvi 1997, 217.) Kvalitatiivisen aineiston analyysi tapahtuu osittain samanaikaisesti aineistonkeruun kanssa, joten selvää eroa aineistonkeruun ja analyysin välillä ei voida tehdä. Myös aineiston järjestäminen on osa analyysiä. Kvalitatiivisen aineiston analysoinnissa yhdistyvät analyysi ja synteesi. Kerätty aineisto hajotetaan käsitteellisiksi osiksi ja synteessin avulla näin saadut osat kootaan uudelleen tieteellisiksi johtopäätöksiksi. (Grönfors 1982, 145, 155.) Aineistoa tarkastellaan usein kokonaisuutena (Alasuutari 1999, 38-39). Kvalitatiivisen aineiston käsittely on luova prosessi. Aineiston järjestämiseen, analysointiin ja tulkintaan ei ole yhtä ainoaa oikeaa tapaa. Jokaisen aineiston analysoijan on löydettävä oma tapansa käsitellä aineistoaan. (Patton 1990, 381.)

Hirsjärven ja Hurmeen (1982) mukaan kvalitatiivisen aineiston runsaus ja elämänläheisyys tekee analyysivaiheen mielenkiintoiseksi ja haastavaksi, mutta samalla työlääksi. Aineiston käsittely ja analysointi tulisi myös aloittaa mahdollisimman pian aineiston keruun jälkeen, sillä tällöin aineistoa voidaan vielä tarvittaessa täydentää ja selventää. (Hirsjärvi & Hurme 1982, 108.) Mahdollisimman monipuolista empiiristä aineistoa etsittäessä on aina myös mahdollisuus tehdä yllättäviä havaintoja, jotka saattavat muodostua varsin merkittäviksi tutkimuksen analysointivaiheessa. Kvalitatiivinen analyysi siis hyödyntää myös epätavallista ja yllättävää aineistoa, samoin kuin keskiverroista poikkeavien havaintojen analyysiin mukaan ottamisen. (Grönfors 1982, 147-148.) Hirsjärvi (1997) kuvaa kvalitatiivisen aineiston etenemistä spiraalimaisella kuviolla (Hirsjärvi 1997, 219). Myös Deyn (1993) mukaan analyysi etenee spiraalimaisesti ja toistuvana prosessina. Tällöin analyysin kaikki vaiheet – lukeminen, aineiston luokittelu, yhteyksien löytäminen – ovat vuorovaikutuksessa keskenään, jolloin voidaan palata aikaisempiin vaiheisiin. (Dey 1993, 264-265.)

Kvalitatiivisen aineiston analysoinnissa on tärkeää lähteä siitä, että tutkija tuntee aineistonsa perinpohjaisesti. Aineistoa tuleekin lukea useampaan kertaan, jotta se avautuu tutkijalle. (Eskola & Suoranta 1998, 152.) Heti alkuhaastatteluiden purkamisen jälkeen tutustuinkin aineistoon lukemalla sitä useita kertoja. Samoin tein loppuhaastatteluiden kohdalla. Myös kurssilla tekemäni havainnot kurssilaisista olivat hyvänä tukena aineistoa lukiessani. Koska haastattelun luotettavuutta saattaa heikentää se, että haastattelussa on taipumus antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia (Hirsjärvi 1997, 202), pyrin arvioimaan haastatteluja analysoidessani myös sitä, miten rehellisesti haastateltavat kertoivat omista kokemuksistaan. Aineiston analyysissa aineistoa järjestetään sellaiseen muotoon, että sitä on mahdollista eritellä vastausten etsimiseksi tutkimusongelmiin (Eskola & Suoranta 1998, 226). Teemahaastattelun teemat muodostavat jo sinänsä eräänlaisen aineiston jäsenyyksen, josta voi lähteä liikkeelle (Eskola & Suoranta 1998, 152). Karkeiden luokkien tai teemojen hahmotuttua niitä voidaan tarkentaa osakategorioiksi. Samalla kategorioita aletaan vertailemaan; etsitään asiayhteyksiä tai mahdollisia ristiriitaisuuksia. (Syrjälä 1994, 89.) Aineiston kategorisointi tai luokittelu on välttämätöntä kaaoksen estämisen vuoksi (Patton 1990, 382).

Lähdin myös itse tarkastelemaan aineistoa teema-alueista käsin. Etsin jokaisesta haastattelusta kunkin teema-alueen sisältämät asiat. Tämän jälkeen lähdin tarkastelemaan uudelleen jokaista haastattelua teema kerrallaan. Tarkastelin sitä,

millaisia teema-alueiden kannalta keskeisiä ja olennaisia asioita nousi esiin kunkin kurssilaisen kohdalla. Tämän jälkeen järjestin aineistoa niin, että muodostin teemojen sisälle osakategorioita kussakin teema-alueessa esiintyvien keskeisimpien asioiden perusteella. Näin sain aineistoa järjestettyä selkeämmäksi kokonaisuudeksi. Tämän jälkeen keskityin tarkastelemaan kaikkien haastattelujen teemoja yhdessä kokonaisuutena. Kiinnitin erityistä huomiota eroavaisuuksiin ja yhtäläisyyksiin. Haastatteluja analysoidessani kuljetin rinnakkain ohjaajan ja kurssilaisten haastatteluja, samoin kuin havainnointipäiväkirjaani. Havainnointiaineistostani noukin keskeisimmät asiat esille ja tein myös samalla vertailua haastattelu- ja havainnointiaineiston välillä. Näin sain aineistosta monipuolisemman kuvan. Pysin myös ohjaajan ja kurssilaisten haastatteluista etsimään samankaltaisuuksia ja eroja. Molemmissa sekä alku- että loppuhaastatteluissa toimin samanlaisesti. Loppuhaastatteluiden aineiston tarkastelun jälkeen, aloin tarkastella alku- ja loppuhaastatteluja yhdessä kunkin haastateltavan kohdalta teema kerrallaan, jolloin myös etsin teemoista eroja ja yhtäläisyyksiä. Erityistä huomiota kiinnitin teema-alueista nouseviin eroavaisuuksiin. Lopuksi tarkastelin alku- ja loppuhaastatteluiden aineistoa kokonaisuutena. Osallistuvan havainnointini havainnointipäiväkirjaa kuljetin mukana haastatteluja tarkastellessani, mikä auttoi kokonaiskuvan luomisessa. Omat havaintoni ja haastatteluaineisto tukivat hyvin toisiaan. Analyysivaiheessa pyrin myös huomioimaan kriittisesti vaikutukseni aineistoon.

Tutkimus ei ole kuitenkaan valmis vielä silloin kun tulokset on analysoitu (Hirsjärvi ym. 1997, 220). Lähdinkin analyysin jälkeen tulkitsemaan teemoista esiin nousevia asioita samalla kuitenkin varoen muuttamasta haastateltavien sanomisia ja merkityksiä. Tulkinnalla tarkoitetaan sitä, että tutkija pohtii analyysin tuloksia ja tekee niistä omia johtopäätöksiä. Tulkinta on myös aineiston analyysissä esiin nousevien merkitysten selkiyttämistä ja pohdintaa. (Hirsjärvi ym. 1997, 221.) Tutkija joutuu tulkinnan kuluessa monessa kohdin luottamaan pelkkään intuitioon niiden ohjeiden perusteella, joita tulkinnasta voidaan yleensä antaa. Tulkintaa tulisi seurata ymmärtäminen. Ilman sitä käsitys tutkimuskohteesta jää tavoittamatta. Tulkinnassa esiin tulleet asiat eivät itsestään nivoudu yhteen vaan ne on erikseen ja tarkoituksella yhdistettävä yhdeksi kokonaisuudeksi, merkitysyhteydeksi. Ymmärtäminen on näin tutkimuskohteen uudeksi kokonaisuudeksi luomista. (Varto 1992, 64.) Tutkijan tulisi pohtia, mikä on saatujen tulosten merkitys tutkimusalueella, mutta myös sitä, mikä laajempi merkitys tuloksilla voisi olla (Hirsjärvi 1997, 222).

8 TULOKSET

Seuraavassa tarkastellaan kurssin aikana elämänhallinnan vahvistumista koulutukseen osallistujien käsitysten ja kokemusten valossa kunkin kurssilaisen kohdalta erikseen. Näin saadaan jokaisen kurssilaisen elämänhallintaa koskevien käsitysten ja kokemusten yksilölliset muutokset esiin. Samalla tarkastellaan kurssilaisten käsityksiä syrjäytymisestä ja näiden käsitysten muutosta kurssin aikana yleensä ja heidän oman syrjäytymisensä suhteen. Lisäksi tarkastellaan ohjaajan käsityksiä kurssilaisten elämänhallinnan vahvistumisesta kurssin aikana. Koska tutkimus palvelee samalla koulutuksen kehittämistä niin tuloksissa käsitellään myös koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemyksiä ohjaavan koulutuksen tavoitteiden etenemisen kannalta merkittäviä ominaispiirteitä. Näitä ominaispiirteitä tarkastellaan sen kautta miten kukin kurssilainen kurssin koki ja millaisia näkemyksiä ohjaajalla kurssista oli. Aluksi kuitenkin tarkastellaan kunkin kurssilaisen elämäntilannetta, josta selviää millaisesta elämäntilanteesta koulutukseen osallistujat kurssille tulivat ja mitä he kurssilta ylipäänsä odottivat. Kurssilaisten anonymiteetin suojaamiseksi kurssilaisten oikeat nimet on muutettu. Havaintomateriaalista saatua tietoa esitellään kunkin haastatellun kurssilaisen kokemusten kerronnan yhteydessä, kuten myös erikseen koskien yhteisesti kaikkia koulutukseen osallistuneita.

8.1 Kuvaus koulutukseen osallistujien elämäntilanteesta ja koulutukseen kohdistuneista odotuksista

Sirpa on 40-vuotias nainen, joka oli ollut jo pidemmän aikaa työttömänä. Hänellä oli kuitenkin takanaan useampia pitempiaikaisia työsuhteita. Viimeisin vuonna 1992 päättynyt työsuhde oli johtunut siitä, että työnantajan yritys oli joutunut konkurssiin. Työttömäksi jäätyään *Sirpa* oli käynyt muutaman ammattiin valmentavan työvoimapolitiittisen kurssin töitä kuitenkin niidenkään kautta löytämättä. Työttömyyden ohella *Sirpalle* oli tapahtunut myös muita ikäviä asioita elämässä. Näistä kovimmat olivat olleet ero ja oman kodin menettäminen. Löydettyään uuden miehen rinnalleen ja saatuaan yhteisen lapsen tämän kanssa elämä oli jälleen alkanut näyttää paremmalta.

”Mä oon eronnu ja sitte menettäny kotini siinä yhteydessä elikkä tota ensin meni työ sitte meni perhe ja sit samassa yhteydessä koti. Et mul oli loppujen lopuks semmonen tilanne tosa sanotaan yhdeksänkymmentäneljä –viis vaiheessa, et vaikka mulla oli kyllä asunto ja mut oli kuitenkin semmonen tilanne, et toi mä koin, että auto on mun kotini. Mä oon niinku joutunu niin kovien asioiden eteen tosiaan sen työttömyyden työn lopettamisen jälkeen, et mä olen tavallansa kura ojassa ryöminy ja sieltä tota nytte ko tapasin tän nykyisen mieheni ja sitte sain lapsen ni sitten ne asiat on pikkuhiljaa sit alkanu paranemaan.”

Työttömyys edelleen painoi *Sirpan* mieltä. Se tuntui ahdistavalta ja epämiellyttävältä kokemukselta: *”Kyl tää työttömyys on mun peikkoni ja se on sitä ollu siitä lähtien kun se on alkanu”*. *Sirpan* tuntemukset ilmenivät tavallaan myös hänen väsyneestä ja masentuneen oloisesta olemuksestaan. *Sirpa* oli lukenut alkavasta Oma osaaminen esiin –kurssista lehdestä ja todennut kurssin olevan juuri kuin hänelle tehty. Oltuaan muutenkin pitkään lapsen kanssa kotona jatkuva kotonaolo ja aikuiskontaktien puute olivat alkaneet kyllästyttää siinä määrin, että myös nämä tekijät olivat vaikuttaneet päätökseen hakeutua Oma osaaminen esiin –kurssille. *Sirpa* totesi, että kurssille hän ei ollut tullut vain kuluttamaan aikaansa vaan oli myös asettanut kurssille tietynlaisia odotuksia: *”Et en mä niinko tullu tänne ihan takapuoltani levittää, et kyl mulla niinko odotuksia on”*. Kurssilta hän odotti saavansa ennen kaikkea piristystä sosiaaliseen

elämään ja vaihtelua arkeen sekä löytävänsä työtä kurssilla suoritettavien työharjoittelujaksojen kautta. Myöskään uuteen koulutukseen lähtemistä hän ei pitänyt mahdollisena ajatuksena. Sirpa toivoi kurssin aikana kuulevansa erilaisista työhön ja koulutukseen liittyvistä mahdollisuuksista ja vaihtoehtoista. Lisäksi erilaisiin kädentaitoihin tutustuminen kiinnosti.

Riitta on iältään 43-vuotias. Hän oli ollut työttömänä viimeisen vuoden, mutta muuten työttömyys oli hänelle varsin uusi kokemus. Pitkään yksin eläneenä Riitta oli miehen löydettyään jättänyt entisen vakituisen työpaikkansa toisella paikkakunnalla ja muuttanut tämän perässä Raumalle. Raumalla hän oli hetken aikaa ollut määräaikaaisessa työsuhteessa eräässä yrityksessä, mutta tämän työsuhteen päätyttyä uutta työpaikkaa ei ollut löytynyt. Työttömyysajan hän oli kokenut lähinnä akkujen lataamisena ja rauhoittavana jaksena, mutta välillä myös epävarmuuden tunne oli yllättänyt: *”Tota saanu niinku ladata itsensä, mut sitte tulee semmonen kauhee niinku ihan ku olis tyhjän päällä, ei tiedä mihin lähtee.”* Satunnaisesta epävarmuuden tunteesta huolimatta Riitan olemus viestitti tietynlaista määrätietoista ja napakkaa ihmistä. Hän oli huomannut teksti-tv:ssä ilmoituksen Oma osaaminen esiin –kurssista ja päättänyt hakeutua kurssille. Kurssilta Riitta odotti saavansa tietoa Rauman eri yrityksistä ja mahdollisuuksista hakeutua näihin töihin. Hän halusi myös kehittää työnhakutaitojaan. Riitalla oli tavoitteena löytää työpaikka kurssin avulla. Lisäksi hän odotti kurssilla tutustuvansa uusiin ihmisiin. Myös erilaisiin kädentaitoihin tutustuminen veti puoleensa.

”Jos täällä sais kuulla noista kaikista eri vaihtoehtoista mitä, mihin pystyis hakemaan niinku töihin. Minun tavoite on löytää työpaikka.”

46-vuotiaalla *Merjalla* oli ollut yhden pitkäaikaisen työsuhteen jälkeen useampia lyhyitä työsuhteita, koulutusta ja työttömyyttä vuorotellen. Kurssille tullessaan hän oli ollut yhtäjaksoisesti työttömänä noin puolitoistavuotta. Merja oli kuullut kurssista eräältä tuttavalta, joka oli käynyt Oma osaaminen esiin –kurssin aiemmin ja saanut kurssin kautta työpaikan. Huomattuaan lehdestä uuden kurssin alkavan Merja oli päättänyt hakeutua kurssille samalla toivoen, että häntä onnistaisi samalla tavoin kuin tuttavaansa. Myös ansiosidonnaista päivärahaa sai kurssin avulla siirrettyä neljä kuukautta eteenpäin. Työttömänäolo tuntui muutenkin turhauttavalta ja Merja tunsu itsensä kuin toisen luokan kansalaiseksi viettäessään aikaansa vain kotona. Lisäksi muiden perheenjäsenten ollessa

arkipäivisin töissä tai koulussa yksin kotonaolo masensi ja teki itsensä saamattomaksi. Merjasta huokuikin eräänlainen pettymyksen ja tyytymättömyyden tunne omasta elämäntilanteestaan johtuen. Kurssilta Merja odotti tapaavansa muita samassa tilanteessa olevia työttömiä ja saavansa jakaa kokemuksiaan heidän kanssaan. Työharjoittelujaksoja hän odotti mielenkiinnolla, jotta pääsisi näyttämään omaa osaamistaan työpaikan toivossa.

”Et täl harjottelemal sais sen kaut syntyis jottai, et niinku pääsis näyttämään et ku ei sitä muuten pääse mihinkään.”

Ville on 43-vuotias, eronnut ja lapseton mies, joka oli ollut jo työttömänä niin pitkään, että tilanteeseen tottuneena vähitellen koko työnhaku oli unohtunut. Työttömyys oli vienyt mukanaan: *”Se menee niin ovelast se homma et millai se työttömyys ottaa sut loppujen lopuks, et sä jäät kyl niin hianost siihen verkkoon et ei sitä huomaakkaan ja sit niinko ei sitä tajua ite lainkka kummoses tilantees on”*. Työttömyysvuosia oli kertynyt jo monia siitä lähtien, kun paikkakunnan yksi tehtaista oli lopettanut ja työntekijät irtisanottu.

”Sit lyödäänki yhtäkkiä luukut kii. Kolttoist kaverii joutu lähteen ens ja sit läht lopu ja sit se loppu koko helan hoito. Ja siin meni pari vuat ennen ko toipu siit shokistaki et ohhoh et mitä tapahtui ...En mä oo varmaan töis ollu muuten sen jälkeen ko se, mis mä olsin varmaan vieläkin, loppu joskus yhdeksänkymment yks tai ...näin kauan oon vekotellut.”

Ville oli saanut tiedon kurssista työvoimatoimistosta, josta oli tarjottu hänelle kurssille osallistumista. Villen päällimmäiset kurssille kohdistuneet odotukset olivat, että pystyy suorittamaan kurssin loppuun asti sekä se, että saa vaihtelua arkeen ja pääsee pois kotiympäristöstään. Samainen elämänrytmi kotipiirissä ilman mitään kummempaa tekemistä oli alkanut kyllästyttää ja kurssille osallistumisen hän kokikin piristävänä ja mieltä ylentävänä. Villestä pursuikin tietynlainen kurssille osallistumisen innokkuus, muuten jokseenkin velton olemuksen takaa.

”Ens tarttis ny ensmäiseks, et tämä menis läpi, tää neljä kuukautta tällai et niinku normaalist, ettei mitään olis mitään poissaoloi eikä. Sit kasvaa se just se itsevarmuus kans, et ei jätä mitään kesken.”

Matti on 54-vuotias entinen yrittäjä. Hänellä oli ollut useampia yrityksiä, joista jokainen oli aikanaan pitänyt lopettaa eri syistä johtuen. Viimeisen yrityksen lopettamisesta oli kulunut noin puolitoista vuotta. Jäljelle olivat jääneet suuret velkataakat, joiden takia hän nyt eli velkasaneerauksessa. Matti koki, että tällaisessa tilanteessa oleviin yrittäjiin suhtaudutaan negatiivisemmin kuin työttömiin yleensä: ”*Et mä olen yrittäjä ja täs velkasaneeraukses ja miten niihin suhtaudutaan, me ollaan sitte ehkä viäl pahempii ku työttömiä*”. Tästä ajatuksestaan huolimatta Matti vaikutti olevan sinut itsensä kanssa. Matti oli eronnut, mutta mennyt uudelleen naimisiin. Hänellä oli viisi lasta, joista osa oli siunaantunut edellisestä avioliitosta ja osa nykyisestä. Hän koki eläneensä jo pitkään vaimonsa elätettävänä ja tunki tästä mielipahaa. Hän ei kuitenkaan enää uskonut omiin työnsaantimahdollisuuksiinsa ja yrittikin nyt uuden maalausharrastusideansa avulla löytää elämäänsä uutta sisältöä ja myöhemmin ehkä myös saavansa sen kautta pientä tuloa. Oma osaaminen esiin -kurssista hän oli kuullut työvoimatoimiston kautta. Matti odotti kurssin aikana saavansa tutustua erilaisiin kädentaitoihin, joista samalla saisi virikkeitä omaan harrastukseensa. Lisäksi ihan tavallisiin uusiin ihmisiin tutustuminen oli kurssille osallistumisen yksi motivaatiotekijä, sillä työttömyys oli tuonut mukanaan myös yksinäisyyden tunteen. Lisäksi päivärahan lisääntyminen oli luonut kiinnostusta kurssille osallistumiseen.

”Kun ei oo rahaa ollu ja sit mä olen erakoitunu aika pitkäl, mul ei ihmiskontaktii paljo oo ollu. Et niinko mä haluan tavata tavallissi ihmissi.”

Myös 51-vuotiaalla *Anitalla* oli yrittäjätausta. Hänelle oli kertynyt myös muita työsuhteita ennen miehensä kanssa yrittäjäksi ryhtymistään. Yritys oli täytynyt kuitenkin lopettaa vuosien jälkeen kannattamattomuuden takia ja jäljelle olivat jääneet velat. Tästä johtuen myös Anita eli velkasaneerauksessa.

”Ja sit ko se tota noi ni rupes olemaan yhdeksänkymment kaks ja kolme, rupes sitä lamaa olemaan, ni se vaikutti tietysti heti siihen ja sillon ko sit mentiin siin sit hullun aikaan laajentamaan sitä, otettiin sitä valuuttaluottoo ja niistä ne alko ne vaikeudetkin.”

Anita oli ollut yhtäjaksoisesti työttömänä noin puolitoista vuotta. Tämä työttömyysjakso oli hänelle toinen kerta. Anita ei kuitenkaan enää mieltänyt työttömyyttään niinkään työttömyydeksi, sillä hän oli enemmänkin nauttinut vapaa-ajastaan ja kehittänyt

lasimaalausharrastustaan niin paljon, että myi jo tuotteitaan ja sai niistä hieman tuloa. Anitan olemuksesta huokui iloisuus ja elämänmyönteisyys. Myös hän kuten Mattikaan ei kuitenkaan enää uskonut omiin työnsaantimahdollisuuksiinsa entisestä yrittäjätaustastaan ja iästään johtuen. Anitalla ei ollut enää edes kova hinku takaisin työmarkkinoille, sillä oma harrastus veti niin paljon puoleensa, että siihen liittyvät tulevaisuuden suunnitelmat olivat hänelle paljon mielekkäämpiä. Hän oli saanut tiedon Oma osaaminen esiin –kurssista hakiessaan toiselle käsityöpainoitteisemmalle kurssille, jolle ei ollut päässyt. Anita kuitenkin halusi enemmän virkkeitä elämäänsä, joten hän oli päättänyt hakeutua Oma osaaminen esiin -kurssille. Kurssilta hän odotti saavansa uutta intoa ja potkua omaan harrastukseensa sekä kurssin avulla löytävänsä omat piilossa olevat voimavaransa. Hänen mielestään oli myös mukava tavata erilaisia ihmisiä ja samalla hän toivoi voivansa kurssin aikana jakaa omaa positiivisuuttaan muille kurssilaisille.

”Meil on kauhee voimavara kuhan me vaan löydetään ja sitä varten mä niinko nimenomaan olen täällä kurssillaki. Ja kyl mä niinko odotan et saan jotain semmosta potkua mun juttuun...ja tää on ihan kivaa erilaisten ihmisten kans olla tekemisis.”

Havaintopäiväkirjan perusteella yhteisesti kurssilaisissa ja kurssin alkutunnelmissa on paljon yhteistä. Monelle kurssilaiselle kurssin alkupäivät olivat kerrassaan jännittäviä hetkiä. Yksi osallistujista mainitsi menettäneensä kunnon yönetkin ennen kurssin alkua, koska kurssille osallistuminen oli jännittänyt niin hirveästi: *”Jännitin niin pirusti koko viime viikon ja viime yön, en saanut nukutuksi kuin muutaman tunnin”*. Kurssin alussa tunnelma oli selvästi hieman jännittynyt. Kurssilaiset olivat varsin hiljaisia ja odottavilla mielin. Jännittyneisyys ilmeni jo pelkästään vierustoveria esiteltäessä. Tällöin yksi kurssilaisista tokaisikin *”jännittää niin, että toisen nimikin jo unohtui, kun piti alkaa esitellä”*. Kurssin alkupäivien jännitys ja hämmennys laskivat päivien mittaan. Tunnelma ryhmässä vapautui ja puheensorina lisääntyi. Tunnelmaa osasi vapauttaa myös ohjaaja rennolla ja iloisella otteellaan. Ensimmäisten viikkojen aikana ryhmästä nousi esiin erilaisia persoonia ja muutama hieman hankalampikin tapaus.

8.2 Elämänhallinnan vahvistuminen koulutukseen osallistujien käsitysten ja kokemusten valossa

8.2.1 ”Kato sillai et se elämä olis sul hanskas tai jotenki”

Sirpa näki perhe- ja työasioiden kunnossa olemisen tärkeinä elämänhallintaan vaikuttavina seikkoina. Omaa eroaan ja työpaikan menetyksiään hän piti tietynlaisina epäonnistumisinaan elämässä ja arvioi näiden myös heikentäneen omaa elämänhallintaa. Uusi mies ja lapsi olivat kuitenkin taas jokseenkin parantaneet elämänhallinnan tuntua. Sirpan käsitykset elämänhallinnasta eivät kurssin aikana olleet juuri muuttuneet. Kurssin loppuessa Sirpan mielestä elämänhallinta oli kuitenkin myös sitä, että osaa hakea uutta sisältöä ja muita vaihtoehtoja elämälle, jollei töitä löydy: *”Nii ja sit että jos ei nyt esimerkiks sitä työtä oo ni pystyy niinku ammentamaan sitä niissäkin kuvioissa mitä on tota sitä elämää niinku eteenpäin.”* Sirpa olikin kurssin aikana selvästi alkanut kiinnittämään huomiotaan elämässään hyviin oleviin asioihin ja alkanut uskoa, että ilman työtäkin voi elää mielekästä elämää. Oman elämänhallintansa hän näki parempana kuin kurssin alkaessa.

”Mä koen sen elämänhallinnan siks et tota tää niinku koti ja perhe ja työ on niinku järjestyksessä.”

Riitalle elämänhallinta merkitsi itsestä ja omasta hyvinvoinnistaan huolehtimista. Samoin hän piti tärkeänä, että pystyy tulemaan toimeen omillaan. Riitta koki, että itse itsensä täytyy pystyä elättämään. Tähän hän oli myös aina itse pyrkinyt. Työttömyydestä johtuen Riitta oli kuitenkin joutunut monesti turvautumaan mieheensä, josta ei ollenkaan pitänyt. Hän piti tärkeänä myös sitä, että pyrkii sitkeästi asettamiinsa päämääriin, eikä luovuta. Riitan käsitykset elämänhallinnasta eivät olleet juuri kurssin aikana muuttuneet. Oman elämänhallintansa hän arvioi kurssin päättyessä aika hyväksi, samoin kuin kurssin alkaessa.

Merja näki elämänhallinnan sellaisena, että oli elämä sitten kuinka kurjaa tahansa, oli se kuitenkin omassa hallinnassa. Myöskään ajelehtiminen ilman päämääriä

ei ollut hyväksi kenellekään. Merjan mielestä elämänhallintaa oli myös se, että osaa käyttää hyödykseen kaikki eteen tulevat mahdollisuudet eikä olla passiivisesti tarttumatta itselle otollisiin tilaisuuksiin, kuten esimerkiksi jollekin kurssille osallistumiseen. Kurssin päättyessä Merja korosti lisäksi sitä, että yrittää löytää elämään muuta sisältöä, jollei työpaikka aukene. Työttömyyttä ei saa nähdä liian toivottomana tilanteena. Oman elämänhallintansa hän arvioi paremmaksi kurssin päättyessä.

”Jos ny on kertakaikkii nii et niit töit ei ikän mistään tuu ni sit täytyy vaan jotenki yrittää saar siihen elämään sisältöä jostain muusta...Se tuntuu nyt tämän kurssin jälkeen nyt tuntuu et sul on niinku se elämänhallinta tavallaan niinku parempi tai sil taval.”

Villelle elämänhallinta merkitsi lähinnä elämän perusasioista huolta pitämistä, kuten itsestä, omista vaatteistaan ja asunnostaan huolehtimista. Samoin hän piti tärkeänä, että asettaa itselleen tavoitteita ja pyrkii elämään mielekästä elämää. Käsitukset elämänhallinnasta eivät hänen kohdallaan juuri kurssin saatossa olleet muuttuneet. Omaa elämänhallintaa arvioidessaan Ville totesi, että työttömyyden myötä oma elämänhallinta oli pettänyt. Itsestään ei niin ollut tullut pidettyä huolta, alkoholin juomaputki jäi silloin tällöin liikaakin päälle ja myös usein itselleen asettamien tavoitteiden romuttuessa helpolla luovutti eikä jaksanut yrittää uudelleen. Ville ei arvioinut elämänhallintaansa kurssin päättyessä kovin paljon paremmaksi kuin mitä se oli ollut kurssin alussa. Selvästi Villestä kuitenkin huomasi sen, että hän oli kurssin aikana herännyt huomaamaan oman lukkiutuneen tilanteensa, jolle pitäisi jotain ryhtyä tekemään.

”Totkai niinko elämänhallinta merkitsee sitä et yrittää kulkee mahdollisimman siisteis vaateis ja asunto pitää jotenki siistin, täl hetkel ei oo mullakaa missäcvaihees kunnos...Vähä ittestään parempaa huult niinku...en mää tiä mä olen kans menettän sen kontrollin varmaan just tää pitkäaikaistyöttömyys on tehny sen. Ja sit tuntuu et kaik tavoitteet mä yritin kouluun ja kaikkiin, mut ne romuttu ja sit noi vapaa-ajan hommat tavallaan, ne on vähä niin ja näin ni, vaik hinku on kova mut toi. Parempaan päivään tarttee yrittää.”

Matti piti elämänhallintaa tärkeänä hyvän elämän perustana. Hän piti elämänhallintana erityisesti sitä, että osaa sopeutua kulloiseenkin elämäntilanteeseen ja ei näe esimerkiksi työttömyyttä toivottomana tilanteena, vaan osaa etsiä tilanteesta myös positiivisia puolia. Näin hän itse oli pyrkinyt elämään. Hän piti myös tärkeänä sitä, että osaa asettaa

itselleen realistisia tavoitteita, joita pystyy saavuttamaan. Matti koki elävänsä tasapainossa itsensä kanssa ja uskoi myös kaikenpuolin hallitsevansa elämäänsä. Mielipiteet olivat hänellä suurin piirtein samat kuin kurssin alkaessa. Tietynlainen tasapaino, luottamuksen tuntu ja rauhallisuus ilmenivät myös pelkästä Matin olemuksesta.

Anitan mielestä elämänhallinnassa tärkeintä oli se, että hallitsee itsensä. Hänen mukaansa itsensä hallinnan kautta voi hallita myös elämäänsä. Anita piti henkistä tasapainoa elämänhallintansa lähtökohtana: *”Henkinen tasapaino on se kaiken a ja o mun elämässä”*. Anita piti myös tärkeänä, että uskaltaa kohdata erilaiset eteen tulevat kriisit ja vastoinkäymiset sekä etsiä näihin selviytymiskeinoja. Ongelmien perinpohjainen selvittäminen ja niihin avoin suhtautuminen ovat hänen mukaansa elämänhallintaan vaikuttavia tekijöitä. Samoin hän oli sitä mieltä, että iloisista asioista pitää myös osata iloita. *Anitan* elämänhallintaa koskevat käsitykset eivät juuri kurssin aikana olleet muuttuneet. Kurssin alussa Anita piti omaa elämänhallintaansa suhteellisen hyvänä, mutta arvioi sen vieläkin paremmaksi kurssin päättyessä.

”Tärkein on se kato et hallitsee itensä ja sitä kautta justinsa myös sitä elämäänsä. Jokaisella ihmisellä on ne omat ilonsa ja kriisinsä...et hallitsee sitä elämää sillai et osaa ottaa ne vastaan.”

8.2.2 ”Et kyl tää koko porukka on saanu sitä itseluottamusta”

Sirpan itseluottamus kurssin aikana oli huomattavasti noussut. Tämä huokui jo hänen kurssin aikana esille tulleesta varmemmasta olemuksestaan. Myös tietynlainen itsensä vähättely ja synkkyys olivat hälvenneet. Kurssin päättyessä Sirpa arvioikin itseluottamuksensa hyväksi, toisin kuin kurssin alkaessa hän oli kokenut itseluottamuksensa heikoksi ja olleensa erittäin herkkä toisten ihmisten kiinnostuksesta itseään kohtaan. Itseluottamuksen Sirpa koki kohonneen erityisesti siitä, että oli pystynyt kurssin käymään lävitse ongelmitta. Kurssille päivittäin tuleminen ja kurssin loppuun saattaminen olivat osoittaneet hänelle, että pystyi suoriutumaan erilaisista eteen tulevista tilanteista ja haasteista. Itseluottamuksen hän totesi kohonneen myös siitä, että

kurssilla oli huomannut, ettei ollut ainoa työtön ja oli samalla saanut jakaa kokemuksia samanlaisessa tilanteessa olleiden ihmisten kanssa.

”Oon tota pystynyt tänki kurssin viemään ihan täysin ilman poissaoloja. Mä niinku koen sillai niinku mä oon selviytynyt niinku hyvin, et tota et se jo osottaa sen et on pystynyt aamulla tulemaan ja olemaan ja tota hoitamaan asiansa.”

Myös Riitan itseluottamus oli kohonnut entisestään kurssin aikana, vaikkakaan kurssin alussakaan hän ei sitä niin hullummaksi arvioinut. Kuitenkin erityisesti onnistuneet työharjoittelut ja näiden kautta hyvä mahdollisuus työpaikan saantiin olivat ilmiselvästi lisänneet itseluottamuksen tuntua ja itsevarmuutta Riitan olemukseen. Hän myös itse totesi kurssin päättyessä olevansa luottavaisempi itsensä suhteen kuin ennen, mutta arveli kuitenkin myös toisinaan itseluottamuksensa olevan varsin vaihtelevan. Ajoittain itseluottamus saattoi painua aivan alas, kun taas toisinaan itseensä tuntui luottavan erinomaisesti.

”Joskus se ottaa ihan pohjaan ja sitten taas toisina päivinä on vaikka kuinka luottavainen, mut kyl se varmaan kuuluu ihan asiaan, että joskus murjottaa, mut tota noi ni kyl mä aika luottavainen oon itteeni.”

Merjan arvioidessaan itseluottamustaan hän heti tokaisi sen olevan parempi kuin kurssille tullessaan. Myös hänen kohdallaan erityisesti hyvin menneet työharjoittelut olivat olleet itseluottamuksen lisääntymiseen vaikuttaneita tekijöitä. Tunne siitä, että työharjoittelupaikalla pärjäsikin hyvin oli ollut erinomaista lääkettä itsetunnolle. Myös kurssin tuomat muut uudet kokemukset ja näkemykset olivat kohottaneet itseluottamusta.

”Kyl se nyt on varmaan parempi ku sillon ku mä tulin tänne kurssille, et tota täl hetkel on varmaan ihan sillai suht koht...varmaan just tän kurssin ansiost ja just sen ansiost just ko näki et tual työpaikallaki ihan hyvin pärjäs.”

Samoin myös Villen itseluottamus oli kohonnut huomasti kurssin aikana. Kurssin alussa hän ei nähnyt itseluottamustaan juuri minään eikä halunnut siitä edes pahemmin puhua. Tällöin hän pohti allapäin omaa merkitystään: *”Et olenk mä loppujen lopuks niinko et mä taidan ol niinko semne roska kaikkien, kaikkien ihmisten silmäs”*. Kurssin aikana oli

kuitenkin tapahtunut muutosta, sillä kurssin päättyessä Ville piti itseluottamustaan suhteellisen hyvänä ja oli myös sitä mieltä, ettei työttömyys häntä muserra eikä se, että mitä toiset ihmiset hänestä ajattelevat. Villen itseluottamusta oli selvästi kohottanut eritoten se, että hän oli suorittanut kurssin useista poissaoloistaan huolimatta. Hän oli pystynyt itselleen näyttämään, että saa vietyä myös aloittamansa asiat päätökseen. Kurssin aikana Ville oli myös oppinut ottamaan enemmän vastuuta itsestään ja esimerkiksi ilmoitti poissaoloistaan aina henkilökohtaisesti kurssin ohjaajalle. Vastuunottaminen saattoi myös osaltaan olla itseluottamusta kohottava tekijä.

Matin itseluottamus entisestään vahvistui kurssin aikana. Kurssin alussakaan Matti ei itseluottamustaan minään huonona pitänyt, mutta kurssin päättyessä hän koki itseluottamuksensa entistäkin vahvemmaksi. Itseensä ja omiin tekemisiinsä hän luotti nyt erinomaisesti.

Myös *Anita* arvioi jo kurssin alkaessa itseluottamuksensa suhteellisen hyväksi, mutta koki sen olevan kuitenkin kurssin päättyessä vielä entistäkin parempi. Kurssin aikana hän koki itseluottamuksensa vahvistuneen erityisesti siinä mielessä, että oli huomannut olevansa monta muuta kurssilaista vahvempi. Anita oli huomannut monen kurssilaisen hautovan asioita mielessään ja helposti vaikeneman omista ongelmistaan, toisin kuin hän itse koki päässeensä tällaisesta ongelmasta ylitse ja pystyi avoimesti puhumaan omista vastoinkäymisistään: *”Et mä oon huomannu, että et mä olen aika vahva verrattuna moneen muuhun, että ainahan sitä mittaa itteensä jollakin konstilla, nii tota et sit niinko monest huomaa sit et niinko vaikenee et, et ne niinko vaan hautoo sitä juttua, mu mä pystyn puhumaan”*. Kurssi työharjoitteluineen oli vahvistanut Anitan itseluottamusta myös siinä mielessä, että hän uskoi pärjäävänsä työelämässä, jos vain haluaisi. Anitan hyvä itseluottamus ilmeni kurssin aikana eritoten siinä, että hän rohkeasti uskalsi ottaa askarruttaviakin asioita esille ja toimi välillä niin sanottuna kurssilaisten vetonaulana.

”Nii kyl on mul niin vahva itseluottamus...ja et ainakin niillä aloilla mitä mä olen töit tehny ni kyl mä tiedän et jos mä haluan ni mä pärjään.”

Havaintoaineistosta löytyy tietoa yhteisesti kurssilaisten itseluottamuksesta ja sen kohenemisen piirteistä. Eräänlainen arkuus ja itsensä vähättely hälvenivät kurssin saatossa, kun taas tietynlainen itseensä luottamisen, itsevarmuuden ja asioihin tarttumisen kasvu oli kurssilaisissa silmännähtävää koulutuksen edetessä. Kurssilaisten

itseluottamuksen lisääntyminen näkyi myös kurssin hengessä. Omia mielipiteitä ja ajatuksia uskallettiin yhä enemmän tuoda esille, samoin kuin rohjettiin ottamaan enemmän itse asioista selvää. Myös itse ryhmässä pärjääminen oli monelle itsetuntoa lisäävä tekijä. Erityisesti onnistumisen elämykset työharjoitteluissa ja kädentaitojen kokeiluissa olivat monelle tärkeitä kokemuksia ja samalla itsetuntoa kohottavia. Omaan pärjäämiseen alettiin taas uskoa ja näin ollen rohkeus myös uusien asioiden kokeilemiseen selvästi kasvoi mitä pidemmälle kurssi eteni.

8.2.3 ”Oon selviytynyt tosi suurista ongelmista ja oon täsä vielä henkissä”

Sirpan mielestä kurssilla oli ollut helpottavaa ja mielekästä kuulla toisten kurssilaisten elämän varrellaan kohtaamista ongelmista ja vastoinkäymisistä sekä työttömyyden kokemuksista ja kunkin eri tilanteissa käyttämistä selviytymisstrategioista. Yhteiset keskustelut ja jaetut kokemukset olivat tuoneet myös hänelle varmuutta siihen, että eteen tuleviin ongelmiin löytyy aina jokin ratkaisu. Myös se, että hän oli päivittäin pystynyt tulemaan kurssille ja ylipäänsä saanut suoritettua kurssin loppuun asti olivat luoneet lisää uskoa elämän haasteista selviämiseen. *Sirpasta* ilmenikin kurssin aikana syntynyt uudenlainen sinnikkyys ja periksiantamattomuus. *Sirpa* piti erityisesti pientä lastaan suurena taivaan lahjana, joka oli myös antanut voimia elämän eri hankaluuksista selviämiseen.

Riitalla oli oma mottonsa ongelmista selviämiseen: ”*Kaikki mikä ei tapa ni se vahvistaa*”. Hän uskoi jo kurssin alkaessa vakaasti olevansa sitkeä selviämään mahdollisista vastoinkäymisistä. Parhaimpana selviytymiskeinonaan *Riitta* piti sitä, että ongelmia kohdatessaan hän siirsi ajatuksensa aluksi muihin asioihin ja keräsi voimaa kohdatakseen tilanteen uudelleen. Kurssin aikana hänen ongelmista selviämisen tuntemukseen ei ollut tullut muutosta.

Merja ei kurssin aikana ollut tullut täysin vakuuttuneeksi siitä, että eteen tulevista ongelmista niin vain selviäisi. Hän totesi ajoittain liikaakin murehtivansa jo etukäteen mahdollisista hankaluuksista. *Merja* ei niinkään uskonut, että asiat aina siitä muuttuisivat vaikka mitä yrittäisi. Tietty uskonpuute ilmenikin *Merjan* mietteistä. Hän

myös kurssin aikana harmitteli useampaan otteeseen omia elämässään kohtaamiaan vastoinkäymisiään.

”Sitä sit vaan ajattelee, et se on nyt näin eikä sil sit minkään voi vaik sää nyt mitä tässä tekisit, ni se ei siit miksikä muutu.”

Ville oli tottunut jättämään tavallisesti vastoinkäymiset ennemminkin oman onnensa nojaan, niihin niinkään tosimeilessä tarttumatta. Musiikin kuuntelu ja harrastus olivat olleet sellaisia voimavaroja, jotka olivat auttaneet jaksamaan vaikeimpienkin ongelmien edessä, samoin myös musiikki oli auttanut toisinaan unohtamaan ongelmat ja niihin kiinni tarttumisen. Toisaalta taas niin sanottu asioiden ”junailu”, kuten Ville asiansa ilmaisi, oli yksi hänen selviytymistapansa, mikä oli hänen mukaansa tuottanut tulosta aiemminkin. Erityisesti kovan paikan edessä ongelmista oli jollakin tavalla selvittävä. Kurssin aikana ilmeni se, että Ville oli alkanut kiinnittämään huomionsa ongelmista puhumisen merkitykseen. Puhuminen auttoi helpottamaan omaa oloa ja samalla sen avulla ongelmiinkin saattoi löytyä ratkaisu. Tärkeintä olikin se, että oli joku joka kuunteli. Kurssin päättyessä Ville uskoi näkevänsä omat ongelmansa selvemmin.

”Mul on ollu niin hemmetinmoissii vaikeuksii, et niist on pakko selvit. Ja nyt mä nään niinko paljo selvemmin, et sade on häipymäs et näkee kunnol.”

Matti oli kohdannut elämässään monia kriisejä ja vastoinkäymisiä. Hän totesi tavallaan jo kouliintuneensa vastoinkäymisiin. Elämä ei ollut ollut helppoa, mutta siitä oltiin tavalla tai toisella selvitty tähänkin asti. Samalla tavoin hän uskoi edelleen tulevista ongelmista ja haasteista selviävänsä. Läheisiin ihmisiin tukeutumisen hän totesi parhaimpana apuna hankalammista tilanteista selviämiseen. Lisäksi Matti koki uskossa olemisen olevan kantava voima hänen elämässään. Kurssi ei näyttänyt sen kummemmin vaikuttaneen siihen tuntemukseen miten Matti mahdollisista ongelmista ajatteli selviävänsä tulevaisuudessa, sillä tunne selviytymisestä oli jo entuudestaan kyllin vahva.

Myöskään *Anitan* näkemyksissä ongelmista selviämisessä ei kurssin aikana juurikaan tapahtunut muutosta. Hän koki jo kurssin alkaessa selviävänsä hyvin eteen tulevista ongelmista. Elämä oli jo aikanaan niin paljon koetellut ja opettanut myös häntä, että omaan selviytymiseen oli alkanut luottamaan jo monesta taakse jääneestä vastoinkäymisestä selvinneenä. Jos jostakin ongelmasta ei heti selvinnyt, niin hän aikoi

sinnikkäästi etsiä muita ratkaisuja hankalasta tilanteesta pois pääsemiseksi. Usko siitä, että aina löytyy jokin ratkaisu oli vahva. Luovuttaminen ei ollut missään mielessä oikea asioiden ratkaisutapa. Anita ei myöskään enää uskonut eteensä saavansa sellaista tilannetta, etteikö siitä selviäisi. Hän oli myös kurssin aikana avoin kertomaan omista vastoinkäymisistään ja niistä selviytymisistään toisille, mikä taas varmasti loi muillekin kurssilaisille uskoa ongelmista selviämiseen.

”Mun mielestä semmost ongelmaa ei tuukkaa et eikö siitä pääse, et kyl mää varmaan itken ja huudan ja kiroon ja teen kaikkea semmosta mitä on mut et tota noin niin mää olen sitä mieltä et ei semmost asiaa oookkaan.”

8.2.4 ”Et mää sen vaikutan hyvän tai huonon, itse voin vaikuttaa...eikä mulla olis mitään sitä vastaan jos joku tarjois mulle töitä”

Sirpan kokemukset omista vaikutusmahdollisuuksistaan olivat tuntuvasti kasvaneet kurssin aikana. Kurssin päättyessä hän uskoi hyvin vahvasti voivansa itse vaikuttaa päätöksillään ja toiminnallaan omiin asioihinsa ja elämäänsä. Omien sanojensa mukaan hän ei myöskään kokenut olevansa mikään ajelehtiva kaarnalaiva, vaan itse omiin asioihinsa vaikuttava ihminen. Samoin *Sirpa* oli alkanut uskoa yhä enenemässä määrin omiin työnsaantimahdollisuuksiinsa siitäkin huolimatta, että kurssin aikana ei ollut töitä löytynyt. Uskoa omiin mahdollisuuksiin saada töitä oli vahvistanut erityisesti se, että oli pärjännyt itse hyvin työharjoittelussa samoin kuin se, että varsin moni kurssitovereista oli harjoittelun avulla onnistunut löytämään työpaikan itselleen. Se oli antanut uskoa ja luonut optimistisuutta siihen, että työpaikkoja on tarjolla ja työtä kyllä löytyy, kun vaan jaksaa aktiivisesti etsiä. Luottavaisesti hän uskoi siihen, että työpaikka vielä jonain päivänä osuu myös omalle kohdalle.

”Olis paljo, niinko paljo pessimistisempi olotila, jos kellekkään ei täällä olis tapahtunu mitään, mut nyt on ihan selvästi tota, et niit työpaikkoja onki. Et tota kyl mää niinko uskon siihen, ko se oikee paikka vaan tulee kohdalle ni.”

Riitan usko omista vaikutusmahdollisuuksistaan oli entisestään vahvistunut kurssin aikana. Hän ei nähnyt juurikaan esteitä sille, etteikö itse voisi asioihinsa ja elämäänsä

vaikuttaa. Riitan mielestä ennen kaikkea itseensä uskomisen ja yleensä positiivinen suhtautuminen uusiin haasteisiin kohottivat uskoa omista vaikutusmahdollisuuksistaan. Kurssin myötä muun muassa näiden tekijöiden lisääntymisen voidaankin olettaa olevan osana Riitan vaikutusmahdollisuuksien uskon vahvistumiseen. Riitta oli myös alkanut uskoa omiin työnsaantimahdollisuuksiinsa yhä enemmän. Tämä ilmeni erityisesti siinä, että hän todennäköisesti tuli saamaan työharjoittelupaikkansa kautta töitä itselleen, mikä vahvisti käsitystä töiden saannista. Jos työpaikka ei jossain tapauksessa kuitenkaan täppäisi Riitta vakaasti uskoi töitä löytävänsä kyllä myöhemmin.

Merjan kokemukset omista vaikutusmahdollisuuksistaan olivat selvästi lisääntyneet kurssin aikana. Hän oli alkanut uskoa siihen, että itsekkin asioihin voi vaikuttaa, toisin kuin kurssin alussa, jolloin hän ei uskonut voivansa vaikuttaa juuri mihinkään itseään ja elämäänsä koskeviin asioihin. Onnistuneista työharjoiteluista huolimatta Merjan usko työnsaantimahdollisuuksiin ei ollut kuitenkaan millään lailla kohonnut. Merjasta ilmeni selvästi se, että hän koki olevansa jo liian vanha työmarkkinoille. Töitä hän uskoi olevan tarjolla vain nuoremmille. Tavallaan hän oli jo alkanut luopumaan ajatuksesta, että työpaikka vielä löytyisi.

”Siihen on sit jo niin tottunu, et ei täsä sit enää. Kai siihen sit pikkuhiljaa alistuu et tai sillai, et joo, et se on sit näin et sää olet jo niin vanhaki, et ei sua kukkaa enää minnekkää ota.”

Ville ei juuri uskonut omiin vaikutusmahdollisuuksiinsa sen enempää kurssin alussa kuin lopussakaan. Hän oli kuitenkin alkanut uskoa siihen, että asioihin pystyisi enemmän vaikuttamaan, jos saisi hankittua itselleen ammatin, jonka myötä voisi saada töitä. Usko omiin työnsaantimahdollisuuksiin ei ollut kurssin aikana liiemmästi kasvanut, mutta sen sijaan juuri ammatin puuttuminen oli häntä alkanut yhä enenemässä määrin askarruttamaan: *”Mut ku ei oo ammattitaitoo, niin paljo unohtunu täsä eläms”*. Eri kouluihin hän oli jo aiemmin nuorempana hakenut tuloksetta, mutta nyt jälleen kipinä jonkinmuotoisen ammatinhankkimiseen oli kasvanut. Tietynlainen sinnikkyys *Villestä* kuitenkin yhä näytti puuttuvan.

”Se on ainoo niinko mis mä koen vaikuttavan just se et niinko yritän ol ilonen ja yritän sannoo tuallaki heivaa tual jossain noil naapureil, vaik välil ei kukkaan san mittää. Ja sit yritän kato ku määki elän tälläi vähä boheemiste, joku voi niinko unohtaa hetkeks ko se kattoo sitä mun touhuu, et ei hänel loppujen lopuks niin huonost menekkä, tol jätkäl menee viäl

huonommin, ain se illal siäl yksin kattoo telkkarii, kuntelee musiikkii eikä sil ol ikin mittää, toistenki vaikeudet voi näyttää vähemmält. Sillai tiätyst mut se on vaikutust mitä ei kukkaan sillai varsinaiset huomaa, muuten mää en vaikuta kyl mitenkään, niinku se on ainut.”

Matti uskoi samoin kuin kurssin alkaessa voivansa vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja omaan elämänsäkuunsa, vaikkakaan kaikkia unelmiaan ei pysty todeksi muuttamaan: *”Ei suinkka siin unelmat ja todellisuus välttämät kohtaa, mut tota noi kyl mä itte piirrän sen oman elämän kuitenkin sillai et uskon vaikuttavani siihen”*. Työnsaantimahdollisuudet hän arvioi kuitenkin yhtä heikoiksi kurssin päättyessä kuin kurssin alkaessakin. Hän koki itsensä jo aivan liian vanhaksi työmarkkinoille eikä näin ollen enää uskonut töitä saavansa.

”Mut tämmöses työttömyystilantees ni meikäläisen työllistymiseen en usko siis siihen enää. Se on mun ikän ja tää millai tää yhteiskunta käyttäytyy tän ikäsi kohtaan, jos kerran viiskymppiset jo pistetään pois ni kuka sit viisketviisvuotiast palkkais?”

Anitan käsitykset omista vaikutusmahdollisuuksistaan olivat kurssin aikana entisestään vahvistuneet. Hän uskoi voivansa täysin vaikuttaa omiin asioihinsa ja elämäänsä. Anitan mielestä vaikutusmahdollisuuksiinsa uskominen oli kiinni ennen kaikkea omasta asenteesta: *”Mun mielestäni ihan täydellisesti, omalla asenteella ja siit se nimenomaan on just kii”*. Työmahdollisuutensa myös Anita, kuten Merja ja Matti, arvioi kurssin päättyessä yhtä huonoiksi kuin kurssin alkaessa. Samoin Anita uskoi olevansa liian vanha työmarkkinoille. Hän arveli, että jos lähtisi töitä hakemaan, nuorempi henkilö menisi aina hänen edelleen iän ja vankemman koulutuksen johdosta.

Havaintopäiväkirjasta löytyy tietoa yhteisesti kurssilaisten työharjoittelujaksoille antamasta merkityksestä ja harjoittelujen kautta osalla lisääntyneestä uskosta omiin työnsaantimahdollisuuksiin. Työharjoittelujaksot olivat osalle kurssilaisista tietynlaisia kurssin kohokohtia ja varsinaisia oman osaamisen näytönpaikkoja. Töitä todella haluttiin löytää. Kurssin vanhimmat eivät taas niinkään harjoittelujaksoista innostuneet, sillä työmahdollisuuksiinsa he eivät enää uskoneet ja toisenlaiset, lähinnä harrastuksiin liittyvät, elämänsuunnitelmat olivat heillä etusijalla. Työharjoittelujaksojen jälkeen kuitenkin kurssin tunnelma oli ylhäällä yhdessä jaettujen onnistuneiden työharjoittelukokemusten jälkeen. Myönteiset kokemukset harjoittelusta toivat selvästi kurssin tunnelmaan uutta iloisuutta ja samalla vahvistivat kurssilaisten uskoa itseensä ja omiin taitoihinsa sekä loivat osalla uskoa omiin

työnsaantimahdollisuuksiinsa. Positiiviset kokemukset antoivat selvästi kurssilaisille uutta voimaa ja intoa porskuttaa elämässä eteenpäin uuden työpaikan toivossa. Toisaalta joidenkin kurssilaisten kohdalla ilmeni katkeruutta, jos kurssitoverille löytyi töitä harjoittelupaikasta, mutta itselle ei. Tämä toi kurssin muuten myönteiseen ilmapiiriin säröä.

8.2.5 ”Elämä on ihanaa kun sen oikein oivaltaa”

Sirpa oli toivonut kurssilla suoritettavien työharjoittelujen kautta löytävänsä työtä itselleen. Tämä toive ei ollut kuitenkaan toteutunut ja se askarrutti häntä sekä laski mielialaa: ”*Se tuo niinku ilman muuta semmosen tota pettymyksen sitte että mulle ei tällä kurssilla tapahtunu sitä että mää olsin löytäny työtä*”. Työpaikan löytymisestä huolimatta *Sirpa* koki muilta osin tyytyväisyytensä elämäänsä kasvaneen kurssin aikana. Tähän olivat hänen mielestään vaikuttaneet uusiin ihmisiin tutustuminen ja yleensäkin aikuisten ihmisten keskuudessa oleminen sekä yhdessä kokeminen ja tekeminen. Uudet ihmiskontaktit ja kurssilta saadut ystävät olivat tuoneet uutta energiaa ja iloa elämään. Samoin uudet virikkeet ja kokemukset ja uusiin harrastuksiin tutustuminen, kuten myös kotipiiristä hetkeksi irti pääseminen olivat parantaneet elämäntyytyväisyyden tunnetta. *Sirpa* oli myös itseensä tyytyväinen, koska oli suorittanut kurssin kunniakkaasti loppuun asti. Lisäksi omaan perheeseensä hän oli erittäin tyytyväinen ja kokikin kaikki perheeseensä liittyvät asiat olevan kaikin puolin kunnossa.

”Kyl mää niinko sen puolesta oon tyytyväisempi, et mää niinku olin pitkän aikaa kotona pienen lapsen kans, et mä oon niinko saanu aikuiskontakteja ja kaikkea näitä urheiluita ja käsitöitä ja kaikkea tämmästä niin. Kyl mä oon tyytyväisempi, että tota ja mä oon tyytyväinen itteeni et mä oon niinku joka aamu tullu tänne ja sit tota ollu täällä ja vieny lapsen tarhaan. Et kyl mä oon tyytyväinen ja tyytyväisempi just siitä et mä oon saanu olla ihmisten kans tekemisissä.”

Riitta oli onnistunut luomaan hyviä suhteita työharjoittelupaikkaansa, sillä hänellä oli enää varmistusta vailla työpaikka tiedossa. Tältä osin hänen tyytyväisyytensä oli

lisääntynyt, muilta osin hän oli elämäänsä yhtä tyytyväinen kuin kurssin alkaessakin. Suhde aviomieheen oli hyvä sekä vapaa-ajan viettonsakin hän koki mielekkääksi ja elämäänsä rikastuttavaksi.

Merja koki kurssin piristäväksi vaihteluksi, sillä jatkuva kotonaolo oli alkanut tylsistyttää, vaikkakin suhde perheeseen oli erittäin hyvä. Ennen kaikkea onnistuneet työharjoittelut olivat lisänneet *Merjan* tyytyväisyyttä elämäänsä. Hyvin menneet harjoittelut olivat tuoneet varmuutta ja antaneet hyvän olon tunnetta. Myös toiset kurssilaiset ja yhdessä oleminen olivat vaikuttaneet siihen, että kurssin päättyessä olo oli tyytyväisempi kuin kurssin alkaessa.

”Mää oon tyytyväisempi, koska mä olen tyytyväinen siihen, et mä olin just tual työharjoittelus ja se meni ihan ok ja siäl tykättiin must ja tota mä sopeuduin hyvin siihen porukkaan, meil oli tosi hauskaa. Ni kyl mää varmaan niinko sillai oon, et tavallaan kuitenkin tyytyväisempi tän kurssin jälkeen, ku sitä aikaa vertaa mitä ennen ku mä tulín tänne...tää porukkaki tääl on vaikuttanu siihen.”

Villen tyytyväisyys elämäänsä ei ollut millään lailla kohonnut kurssin aikana. Oma elämä tuntui yhä varsin tylsältä. Kurssi kokemuksineen ja elämyksineen ei ollut elämäntyytyväisyyttä lisännyt. Samoin *Villen* mielenkiinto kurssia kohtaan oli alkuinnostuksen jälkeen kurssin edetessä selvästi laantunut. Ville eli yksin ja koki yksinäisyyttä sen suhteen, että omaa kultaa ei ollut kainalossa ja ystävätkin olivat vähentyneet työttömyyden myötä. Erityisesti illat tuntuivat varsin yksinäisiltä: *”Et mä tykkään et ne yksinäiset illat siäl telkkarin ääres, ni on kaikest pahimpii työttömäl, varsinki yksinäisel työttömäl”*. *Villen* yksinäisyyden tunne ja puhekaverien vähyys tuli esille kurssin aikana myös siinä, että hän otti itselleen tutkijasta luotettavan ystävän, jolle alkoi yhä enenevässä määrin purkaa huoliaan ja kertomaan asioitaan. Tutkija sai myös kurssin loppupuolella *Villeltä* useita kutsuja kahville hänen luokseen, joista tutkija kuitenkin ystävällisesti kieltäytyi. Ainainen rahapula oli myös *Villellä* yksi tyytymättömyyttä aiheuttava tekijä, mikä osaltaan vaikutti muun muassa siihen, että sosiaaliset suhteet kärsivät, koska aina ei voinut lähteä esimerkiksi erinäisiin illanviettoihin ja tapahtumiin ystävien ja tuttavien kanssa sekä yleensä omaa vapaa-aikaa ei voinut viettää mieluisasti rahan puutteen vuoksi. Lisäksi hänen mieltään masensi ajoittain myös se, että toisten ihmisten elämä toisinaan vaikutti omaa elämää paljon mielenkiintoisemmalta ja sellaiselta, josta itsekin haaveili.

”Mut sit välil ko mä katon toisten ihmisten elämää, olen tyättömän, olen parvekkeel röökil ja olen yksin siin ja pennitön, ni mä haluaisin samaa ko niilläki.”

Matin tyytyväisyys elämäänsä kohtaan ei ollut liiemmästi kurssin aikana muuttunut. Yleisesti ottaen Matti koki sosiaalisten suhteidensa kärsineen, koska mielekästä vapaa-aikaa ei ollut voinut viettää rahan vähyyden vuoksi. Samoin vaimon elätettävänä elämiseen hän ei ollut ollenkaan tyytyväinen, mutta tilanteelleen ei voinut mitään. Vaikka ei kaikkiin asioihin voinutkaan olla tyytyväinen hän koki elävänsä siitä huolimatta ihan mielekästä elämää ja olevansa elämäänsä tyytyväinen mies.

”Nää sosiaaliset suhteet on ollu just huonoi, ko vapaa-ajan käyttö on ollu sitä et istuu kotona kun ei rahaa ole ni siin miäles ni on tota noi tiätyste aikamonet jutut ihan kärsiny ja monet nautinnot jääny kokemat. Ja et on toisen siivel vaan, en mä ny siin miäles tyytyväinen oo. Mut elämään voi ol tyytyväinen vaik en kaikkiin asioihin olekkaan.”

Anitan tyytyväisyydessä omaan elämään kurssin aikana ei ilmennyt suurempia muutoksia, sillä hän koki jo kurssin alkaessa olevansa täysin tyytyväinen omaan elämäänsä. Tyytyväisyys ja iloisuus ilmenivätkin muun muassa *Anitan* positiivisena elämänasenteena. Anita koki asioiden olevan hänen kannaltansa niin kuin hän halusikin niiden olevan. Oman elämänsä hän koki erittäin mielekkäänä ja halusi elää mahdollisimman kokemusrikasta elämää. Hän oli selvinnyt elämänsä ja osasi iloita pienistäkin asioista. Kurssin aikana Anita koki entistä enemmän oppineensa arvostamaan itseään ja omaa elämäntilannettaan, sillä monen muun kurssilaisen hän oli huomannut olevan katkeroitunut ja tyytymätön työttömyydestä johtuen. Hän itse oli päässyt sinuiksi tilanteen kanssa. Anita oli kurssin niin sanottu ilopilleri, joka jakoi positiivisuuttaan ja energisyyttään toisille kurssilaisille.

”Tää on mahtavaa. Se pitää paikkansa, et elämä on ihanaa kun sen oikein oivaltaa. Nii et tää niinko tavallaan sisältyy mun elämäni, et päivääkään en vaihtais pois, mut kenellekään en toivo tätä omaa elämää. Et mä oon tarvinnu ne kolhut, et loppujen lopuks ne onnen hetket ni ne on täsä ja pieniä.”

8.2.6 ”Kyl mä nään sen semmosena valoisana ja ihan luottavaisena meen”

Kurssin aikana *Sirpa* oli alkanut suhtautua tulevaisuuteen selvästi optimistisemmin. Luottamus tulevaisuuteen ja työpaikan löytymiseen oli kasvanut uudelleen: ”*Ni että jossain vaiheessa kyl se aurinko paistaa risukasaanki*”. Nyt käyty kurssi oli antanut sysäyksen uudelle toiminnallisuudelle. Vaikka kurssin aikana ei työpaikkaa ollutkaan löytynyt, kurssi oli kuitenkin antanut uutta potkua työpaikan hakuun. Kurssin jälkeen *Sirpa* ei aikonut jäädä kotiin vaan aikoi aktiivisesti etsiä uutta vastaavanlaista kurssia, jonka kautta voisi syntyä uusia työnsaantimahdollisuuksia esimerkiksi työharjoittelujen kautta. Hänelle oli syntynyt työpaikan etsimisen lisäksi myös muita suunnitelmia tulevaisuuden varalle. Kurssin aikana tutustuminen uusiin kädentaidon ja liikunnan harrastuksiin olivat tuoneet ideoita ja virikkeitä sekä innostusta elämän sisällön rakentamiseksi mielekkäämmäksi ja monipuolisemmaksi. Uusia harrastuksiaan hän aikoi jatkaa kurssin jälkeen kurssilta saadun hyvän ystävän kera. *Sirpa* ei elänyt enää elänyt elämäänsä vain päivä kerrallaan vaan uskalsi katsoa pidemmälle tulevaisuuteen ja tehdä elämänsuunnitelmia myös pidemmällä tähtäimellä.

”Pyrin löytämään sitte semmosen kurssin misä tulis niinku tää, tää tota toteutus tää työnsaaminen mitä täällä nyt tälläki kurssilla joillakin on tapahtunu. Et minusta tää kurssin käyminen niin tulevaisuudessaki ni on semmonen aktiivinen tapa hakee töitä ja kehittyä siinä samalla sitte.”

Riitta näki kurssin loppuessa tulevaisuutensa hyvin valoisana. Tähän vaikutti osaltaan jo se, että hänellä oli lähes varma työpaikka tiedossa. Hänestä huokuikin selvästi tietynlainen tyytyväisyyden tunne. Selvästi tuli ilmi myös se, että myöskään *Riitta* ei enää elänyt elämäänsä vain päivä kerrallaan vaan tulevaisuutta hän katsoi selvästi pidemmälle useiden suunnitelmien kera. Hän oli kiinnostunut kurssitarjonnasta ja aktiivinen töiden haku kuuluisi myös suunnitelmiin, jollei lähes varma työpaikka sittenkään tärppäisi. Tulevaisuutensa hän näki erittäin seesteisenä ja rauhoittavana.

”Ukon kanssa ollaan köllötellään kotona ja käydään välillä vähän kävelemässä, hiihtämässä ja tota puurretaan töissä jos on töitä.”

Merja ei omassa tulevaisuudessaan nähnyt mitään niin erityistä, vaikkakin kurssin aikana hän koki suhtautumisensa tulevaisuuteen tulleen optimistisemmäksi.

Tulevaisuuttaan hän ei enää nähnyt niin synkkänä, vaikka omien tulevaisuuden näkymien hän ei uskonut kovinkaan muuttuvan nykyisestä elämäntilanteestaan. Kurssi oli antanut kuitenkin uutta intoa jollekin uudelle kurssille osallistumiseen, minkä kautta voisi löytää töitä tai muuta ajanvietettä. Kotiin hän ei halunnut enää jäädä kuluttamaan aikaansa.

”Se menee tätä samaa rataa. En määhän niinku nää siäl mittään niin ihmeellist, et tämmöst samanlaist varmaan. Mut et nyt ei oo semmost nii epätoivost oloo ko joskus on ollu et ei niinku nää tos tulevaisuudes mittää, et ny on kuitenkin semmone optimistisempi olo täl hetkel.”

Ville oli alkanut kurssin saatossa suhtautumaan tulevaisuuteen selvästi positiivisemmin verrattuna siihen miten hän tulevaisuuden näki kurssin alussa. Kurssin alussa hän ei uskaltanut katsoa tulevaisuuteen ollenkaan ja pohti ennemminkin sitä, että mahtoikohan enää pitkälle edes elää. Kurssin myötä pohdinnat elämisestä ja ylipäänsä sen järkevyydestä olivat tyystin kadonneet ja elämä jälleen jossakin muodossa hymyili ja tulevaisuuteenkin uskalsi taas katsoa. Tietynlainen tulevaisuuden usko ja positiivinen asenne oli Villestä myös havaittavissa. Villelle oli myös kurssin myötä herännyt ajatus omien elämäntapojen parantamisesta ja sitä kautta elämänlaatunsa kohenemisestä: *”Jos mä pysyn terveen, et pääsee tost tupakast pikkuhiljaa irt ja vähentää tota oluen ottoo ni, se voi olla et mul on viiden vuoden pääst paremmin ko nyt”*. Villen päällimmäisenä ajatuksena ja huolenaiheena oli erityisesti rahan riittäminen ruokaan ja se, että katto pysyy pään päällä myös tulevaisuudessa. Näiden asioiden ennallaan pysyminen takasivat hänelle jo osittain turvatuksen tulevaisuuden. Uuteen koulutukseen osallistumista hän ei pitänyt mahdottomana ajatuksena, sillä kurssin puitteissa sai ajan paremmin kulumaan sekä kurssin avulla sai etsittyä itselleen uusia mahdollisuuksia.

”Niin kauan ko sapuskaa riittää ja lämpöä ja hivenenki sympatiaa ni kaik menee hyvin.”

Matti oli kurssin aikana alkanut nähdä tulevaisuutensa valoisampana ja uskoi edessä olevan vielä uusia kokemuksia ja haasteita: *”Asiat muuttuu maailmas, paljon viäl kokemista, oppimista ja näkemistä ja haasteita elämässä”*. Hän oli tulevaisuutensa suhteen toiveikas. Suunnitelmat Matilla pyörivät lähinnä maalausharrastuksensa ympärillä, mitä hän oli innokas aloittamaan. Kurssin jälkeen kotiin hän ei ollut millään lailla halukas jäämään, ellei siellä olisi jotain tekemistä: *”Mää sen tiedän, et en määhän”*

kauaa koton oo jollen mä jottain tee, kyl se on varma. Mä tiedän ite sen et mää en pysty olemaan vaan". Työnhaku ei kuitenkaan enää kuulunut Matin suunnitelmiin, vaan maalausharrastuksensa lisäksi hän oli kiinnostunut osallistumaan kursseille, joilla voisi harrastustaan viedä eteenpäin.

Anita suhtautui tulevaisuuteen luottavaisin mielin, kuten myös kurssin alkaessa. Vaikkei kaikkea voinut tietää mitä tulevaisuus tuo tullessaan, hän kuitenkin uskoi selviytyvän mahdollisista eteen tulevista vastoinkäymisistä. Elämä oli myös sen verran aikanaan kolhinut sekä kokemukset kasvattaneet ja vahvistaneet, ettei hän uskonut enää eteensä saavansa sellaista tilannetta etteikö siitä selviäisi. Samoin kurssin tuoman itseluottamuksen kasvun hän koki vahvistavana tekijänä tulevaisuuttaan ajatellen. Myös positiivisuus tulevaisuutta kohtaan oli kurssin aikana kasvanut entisestään.

"Mä nään sen semmosena tasasena vihreenä mattona, jossa on joskus jotain pieniä ryppyjä siellä maton joukossa ja sit ko siihen tulee semmonen kumpare ni mä en aina tiedä mitä siel takana on...Kyl mää nään sen semmosena valoisana ja ihan luottavaisena meen. Et ei siäl tulevaisuudessa oo enää semmosia niin vaikeita asioita etteikö niiten yli pääse."

Kurssin aikana Anitan tulevaisuuden suunnitelmat olivat selkeytyneet ja vahvistuneet entisestään. Suunnitelmat pyörivät lähinnä hänelle rakkaan lasimaalausharrastuksensa ympärillä. Anita oli paljon haaveita harrastuksensa suhteen, mitä hän uskoi myös toteuttavansa. Työnhaku ei kuulunut myöskään hänen suunnitelmiinsa, sillä Anita ei enää uskonut omiin työnsaantimahdollisuuksiinsa työmarkkinoilla muuten kuin harrastuksensa puitteissa.

"Mä olen saanu nimen lasitaiteilijana. Sit mul on semmonen amerikkalainen auto, joka hyrisee, jolla mä kierrän sit nois näyttelyis. Et se on semmosta luksusta, jos se toteutuu. Et kyl mä nään sen semmosena et mä teen näitä töitä ja myyn ja saan siit hiukan lisää rahaa."

Havaintopäiväkirjan perusteella yhteisesti kurssilaisten tulevaisuuteen suhtautumisessa ja tulevaisuutta koskevissa pohdinnoissa on paljon yhteistä. Kurssin häämöttäessä loppuaan askarruttavat kysymykset kurssin jälkeisistä suunnitelmista tulivat esille kurssilaisten puheissa yhä enenevässä määrin. Omien kurssilla syntyneiden suunnitelmien toteuttamisen tärkeys oli useammalla nyt etusijalla. Kurssilta saatu

sysäys liikkeelle lähtöön oli onnistunut. Oltiin saatu uutta intoa ja rohkeutta ja näin ollen kotiin ei haluttu kurssin jälkeen jäädä peukaloita pyörittelemään. Tulevaisuuteen katsottiin nyt selvästi positiivisemmin. Toisaalta joillakin esiintyi myös epävarmuuden tunnetta oman paikan löytymisestä. Kurssilla oli ollut turvallista etsiä erilaisia vaihtoehtoja uuden elämänsuunnan rakentamiseksi. Kurssin jälkeen jäi kuitenkin yksin kurssilla syntyneitä suunnitelmiaan toteuttamaan.

8.2.7 ”Syrjäytymises menettää ystävät, tulot...ja kaikki”

Sirpalle syrjäytyminen merkitsi työn, tulojen ja ihmissuhteiden menettämistä, jolloin ihminen jää yksin. Syrjäytyneen henkilön aktiivisuus laskee, eikä tämä edes hae ulospääsyä vaikeasta elämäntilanteestaan. Sirpan syrjäytymistä koskevissa käsityksissä ei ollut kurssin aikana tapahtunut muutosta. Monista kurjista elämänkoettelemuksistaan huolimatta Sirpa ei kokenut myöskään itseään syrjäytyneeksi. Hän oli sitä mieltä, että hankalissakin tilanteissa ihmisille on tarjolla apua yhteiskunnan taholta, jos siihen vain haluaa tarttua. Elämänsä voi rakentaa uudelleen eikä sulkea itseänsä kaiken ulkopuolelle. Hän oli itse sitkeästi tarttunut uusiin tilaisuuksiin kovienkin kokemusten jälkeen eikä näin ollen kokenut olevansa syrjäytynyt missään vaiheessa.

”Mää koen syrjäytymisen semmoseks, että ihminen menettää perheensä ja työnsä ja tota ja kaikkia ja masentuu siitä ja jää niinku yksinäiseks johonkin niinko tota olemaan eikä ajattele et siitä olis niinko mitään ulospääsyä ja taloudellisesti ja kaikkien muitten puolesta ni tulee semmoseks et ihmisen niinko aktiviteetti laskee semmoselle tasolle, ettei tota se oo niinku normaalisa elämänrytmissä kiinni.”

Riitta piti kurssin alkaessa syrjäytymistä lähinnä kotiin neljän seinän sisälle jäämisenä, jolloin ei edes yritä lähteä hakemaan itselleen uusia virikkeitä. Hän ei pitänyt itseään syrjäytyneenä ja näyttikin siltä, että kurssille osallistuminen oli myös yksi hänen tapansa saada itselleen toimintaa ja näin ollen ehkäistä itseänsä syrjäytymästä. Kurssin loppuessa hän arvioi syrjäytymisen merkitsevän ennen kaikkea taloudellisen tilanteen heikkoutta, milloin ei myöskään ole suuria mahdollisuuksia toteuttaa suunnitelmiaan: *”Jos ei oo rahaa toteuttaa mitään ja raha pyörittää valitettavasti tätä maailmaa”*. Hän

uskoi syrjäytymisen olevan myös raskas kokemus, joka aiheuttaa mielentilassa häiriöitä ja yleistä pahoinvointia. Riitta ei kuitenkaan kokenut olevansa millään tavoin syrjäytynyt, ei kurssin missään vaiheessa. Ollessaan vasta vuoden verran työtön hän oli suhteellisen tyytyväinen omaan tilanteeseensa ja oli pystynyt elämään melko turvattua elämää omien säästöjensä avulla sekä aviomiehensä tuella.

Merjan syrjäytymistä koskevilla käsityksillä ja kokemuksilla ei juuri ollut kurssin aikana tapahtunut muutosta. Merja mielsi syrjäytymisen lähinnä kotiin neljän seinän sisälle vetäytymiseksi. Hän viittasi myös omaan syrjäytymisen kokemukseen sen osalta, ettei ollut löytänyt töitä. Merja piti syrjäytymistä omien kokemustensa pohjalta lähinnä työelämästä syrjäytymisenä, jolloin omasta yrittämisestä huolimatta ovi työelämään ei avaudu. Tällöin itsensä kokee surkeaksi, epäonnistuneeksi ja saamattomaksi, jolloin myös oma aktiivisuus ja itseluottamus laskevat. Vaikka Merja koki itsensä työelämästä syrjäytyneeksi, hän ei kokenut perheensä ansiosta muutoin olevansa syrjäytynyt. Perhe antoi sisältöä elämään sekä toi tukea ja turvaa. Samoin kurssin myötä itseluottamus oli kasvanut ja hän oli jälleen saanut uutta pontta lähteä hakemaan töitä. Syrjäytymisen tunne hänellä olikin ainoastaan siinä, että ei ollut työpaikkaa, jolloin helpolla tuli tunne omasta epäpätevydestä työmarkkinoilla.

”Sehän merkitsee sitä, että sä tunnet et sää niinku et kelpaa mihinkään, et tota noi ni kertakaikkiaan, et sä tunnet ittes niinko ihan semmoseks toisenluokan kansalaiseks. Et just semne olo, et sää et niinku enää kelpaa täsä elämäs mihinkään siis työelämään niinku sanotaan.”

Myöskään *Villen* syrjäytymisen käsityksillä ja syrjäytymisen kokemuksella ei kurssin aikana ollut tapahtunut muutosta. Hänen mielestään syrjäytyneisyys tarkoitti lähinnä sosiaalisten suhteiden vähäisyyttä ja tästä johtuvaa yksinäisyyttä. Työttömyys edelleen lisää syrjäytyneisyyttä yksilön huonon taloudellisen tilanteen takia, jolloin ei ole paljon mahdollisuuksia osallistua itseä kiinnostaviin tapahtumiin ja tilaisuuksiin, joissa voisi tavata tuttavien ja yleensä muita ihmisiä. Tällöin eristyy ja syrjäytyy maailmanmenosta.

”Työttömyyden aiheuttama syrjäytyneisyys johtuu ainoastaan siitä et taloudelliset resurssit vähenee niin mahdottomiks et ei yksinkertaisesti voi enää liikkua. Mut niinku et syrjäytyminen on se on yleensä tämmöst sosiaalist kanssakäymisestä johtuvaa syrjäytymistä ja sitä tää työttömyys lisää sitä, niinku puskee vielä niinko kohti jäävuorta lopullisest.”

Ville koki olevansa syrjäytynyt työelämästä siinä mielessä, että työttömyydestä johtuen oli ainainen rahapula, mikä taas oli johtanut siihen, että ei ollut ollut paljon mahdollisuuksia osallistua kavereiden kanssa erilaisiin illanviettoihin ja muihin tapahtumiin. Tästä johtuen kaveripiirikin oli vähentynyt ajan mittaan ja yksinäisyys vaivasi toisinaan. Samoin se, että tuttavien puhuessa työasioistaan, Ville itse ei voinut kertoa mitään, mikä oli aiheuttanut vaivautuneisuuden tunnetta. Lisäksi Villen sanomisista ilmeni tietynlainen koulutuksesta syrjäytyminen, sillä yrittämisistään huolimatta ammattiin tähtäävää koulutuspaikkaa ei hänelle ollut auennut. Ville koki itsensä syrjäytyneeksi, mutta ei kuitenkaan eristäytyneeksi muusta maailmasta.

”Ne pyys, et siin on yks paikka vapaa et lähde sää. Ai niin ko sul ei oo rahaa lähtee ko ei sul oo korvausviikkokaan, et nii se on tämmöst.”

Matin syrjäytymistä koskevissa käsityksissä ei kurssin aikana juuri ollut tapahtunut muutosta, mutta syrjäytymisen kokemisessa kylläkin. Matille syrjäytyminen merkitsi ennen kaikkea sosiaalista syrjäytymistä, joka hänen mielestään oli myös kaikkein pahinta syrjäytymisessä. Yksin jäädessä eristäytyy normaalista kanssakäymisestä ja elämänmenosta. Syrjäytyminen merkitsi sosiaalista suhteista syrjäytymisen lisäksi Matille myös tulojen menettämistä ja näin ollen elämistä hyvin niukassa taloudessa. Matti piti kurssin alkaessa itseään syrjäytyneenä päällisin puolin siinä mielessä, että eli entisenä yrittäjänä työttömänä velkasaneerauksessa. Hän koki itseään syyllistettävän tällaiseen tilanteeseen joutumisesta ja näin ollen myös sosiaalisten suhteiden kärsineen. Kurssin aikana oli kuitenkin tapahtunut muutosta, sillä kurssin päättyessä Matti ei enää nähnyt itseään millään lailla syrjäytyneeksi.

Anitan syrjäytymistä koskevissa käsityksissä, kuten ei syrjäytymisen kokemuksessa ollut kurssin saatossa muutoksia liiemmälti tapahtunut. Anita määritteli syrjäytymisen siten, että yksilö kokee olevansa yhteiskunnan ulkopuolella. Hänen mielestään on hyvin paljon työttömästä ihmisestä itsestä kiinni eristäkö itsensä yhteiskunnan tarjoamista virikkeistä ja aktiviteeteista. Anitan mielestä yhteiskunnassa on niin paljon aktiviteetteja, joihin voi osallistua taloudelliseen tilanteeseen niinkään katsomatta. Aktiivisella osallistumisella ja itsestä huolen pitämällä voi estää itseään syrjäytymästä. Näin myös Anita itse koki tehneen pahimpina työttömyyden hetkinä. Myös kurssille osallistuminen oli ollut hänen yksi tapansa pitää omaa vireyttään yllä. Anita ei kokenut olevansa syrjäytynyt missään vaiheessa.

”Syrjäytymine mun mielestäni se on pelkästään syrjäytyminen on semmost et kokee olevansa ulkopuolella yhteiskunnasta. Et mun mielestäni se on ihan ittestä, oma syy jos syrjäytyy. Et niinko rahan puute ei se estä harrastamasta tai osallistumasta tai mistään semmosesta ja tänä päivänä on yhteiskunnassa semmonen et kenenkään ei tartte nälkää nähdä. Sit ku ensiks ittensä eristää ni silloin se syrjäytyminen tulee, se on seuraava aste.”

Havaintopäiväkirjasta löytyy tietoa koulutuksen merkityksestä yhteisesti kurssilaisten syrjäytymisen ehkäisemisessä. Koulutukseen osallistuessaan kurssilaiset saivat hyvän syyn lähteä pois kotoa neljän seinän sisältä uusien ihmisten ja virikkeiden pariin. Samalla nämä koulutuksesta saadut kokemukset ja sosiaalisten suhteiden piristyminen antoivat selvästi monelle uutta elämisen mielekkyyttä ja intoa tarttua uusiin haasteisiin, mikä taas on myös syrjäytymistä ehkäisevässä mielessä erityisen tärkeää.

8.3 Ohjaajan käsitykset koulutukseen osallistujien elämänhallinnan vahvistumisesta koulutuksen aikana

Ohjaajan mukaan kurssilla pyrittiin siihen, ettei opeteltu vain yksittäisiä taitoja vaan koko elämän hallittavuutta. Kurssilla pyrittiin omatoimisuuteen ja vastuunottamiseen sekä tähdättiin siihen, että ihminen itse voi muuttaa elämäänsä ja pystyy sitä hallitsemaan. Ohjaajan mielestä jokaisen kurssilaisen kohdalla elämänhallinnassa tapahtui vahvistumisen merkkejä kurssin aikana ja näin ollen elämänhallinnan prosessi käynnistyi kullakin kurssilaisella jossakin muodossa. Eri kurssilaisille elämänhallinta tarkoitti ohjaajan mukaan eri asioita. Esimerkiksi jollekin saattoi jo pelkkä päivärytmin löytyminen parantaa omaa elämänhallintaa, kun taas toiselle mielekkään vapaa-ajan harrastuksen tai työpaikan löytyminen oli elämänhallintaa kohentava tekijä. Myös Ilénin (1996) mukaan elämänhallinnan määrittämisen pitää lähteä kurssilaisen omasta lähtökohdasta. Kurssilaisesta riippuen elämänhallinta saattaa merkitä tyytymistä olemassa olevaan, vaihtoehtoisten elämäntapojen löytymistä tai työpaikan saantia.

Jollekin se voi olla asenteellinen kysymys, kun taas toiselle se saattaa merkitä konkreettista tekemistä. (Ilén 1996, 55.)

Ohjaajan mukaan erityisesti monen kurssilaisen itseluottamus oli hyvin alhainen kurssille tullessaan. Kurssilaiset kokivat olevansa turhia ja juuri mihinkään kelpaamattomia. Ohjaajan mielestä itseluottamuksen nousu kurssin aikana olikin yksi selvimmän nähtävistä elämänhallintaa koskevista muutoksista. Myös ryhmässä pärjääminen sekä harjoittelupaikan itse hakeminen, kuten myös onnistuneet työharjoittelut olivat ohjaajan mukaan osaltaan nostaneet kurssilaisten itsetuntoa sekä antaneet uutta energiaa ja elämäniloa. Monella usko omaan kykyihinkin pärjätä työelämässä ja rohkeus lähteä töitä hakemaan oli kasvanut. Yleensäkin kaikenpuolinen toiminnallisuus oli kurssin myötä lisääntynyt, vaikka kurssilaiset eivät olleet olleet erityisen toimeliaita ja innostuneita kurssin missään vaiheessa. Samoin tietynlainen vastuun ottaminen omista asioista ja tekemisistä oli monella kurssin saatossa herännyt. Tämä ilmeni esimerkiksi siinä, että kurssilaiset oppivat ilmoittamaan ohjaajalle vastuuntuntoisesti elleivät päässeet seuraavana päivänä kurssille mukaan ja kertomaan samalla esteeksi ilmaantuneen syyn. Kurssin aikana oli selvästi ilmennyt myös se, että kurssilaisille oli syntynyt selkeitä jatkosuunnitelmia oman elämän suhteen. Suunnitelmat liittyivät lähinnä työnhakuun ja koulutuksessa syntyneisiin harrastusideoihin. Joillakin oli myös koulutukseen hakeutumissuunnitelmia. Yleensäkin nähtiin kauemmas tulevaisuuteen ja uskallettiin tehdä pidemmän tähtäimen suunnitelmia. Enää ei ajateltu vain ja ainoastaan sen hetkistä päivää ja siitä selviytymistä. Ohjaajan mukaan nämä kaikki olivat elämänhallintaa kuvaavia tekijöitä ja tärkeitä elämänhallinnan kohenemisen merkkejä.

”Kaik just nää työharjoittelut ja kurssin aikan tämmöset kaikennäköset kokemukset siin ryhmäs pärjääminen ja semmonen, et huomaa ettei oo sen huonompi ku muukka, kyl ne kaik yhdes antoivat sitä elämänhallintaa ja onnistumist ja itsetunnon nousuu ja auttaa siihen, et pystyy tekeen taas jottai tulevaisuuden suunnitelmia.”

Myös elämänhallittavuus oli ohjaajan mukaan parantunut siinä, että osa oli päässyt irti työttömyyden aiheuttamasta katkeruuden tunteestaan. Keskustelujen ja kurssin tuomien uusien kokemusten myötä kurssilaisilla elämä ei enää niinkään näyttänyt pyörivän katkeruuden ympärillä. Nähtiin elämässä uusia mahdollisuuksia ja uusia vaihtoehtoja.

”Osa niinku pääs siit, et pystys hallittemaan sitä elämäs sillai ettei pyöriny sen katkeruuden ympäril, et kui mul on käyny näin.”

Muutaman kurssilaisen elämänhallinnan taidot olivat olleet niin hukassa, että ohjaaja katsoi, ettei ainoastaan kurssi pystynyt siinä auttamaan. Näitä henkilöitä hän oli myös ohjannut ammattiauttajien puheille. Ohjaaja kokikin, että kurssin avulla löydetään myös niitä henkiöitä, jotka kaipaisivat kurssin myötä vielä lisäapua elämänhallintansa parantamiseksi ja ongelmiansa selvittämiseksi. Ongelmaksi kuitenkin koitui usein se, että näitä henkilöitä oli vaikea saada itse näkemään omat ongelmansa ja ammattiauttajan tarpeellisuuden. Kurssilla oli ohjaajan mukaan myös muutamia henkilöitä toisesta ääripäästä eli henkilöitä, joilla elämänhallinnassa ei näyttänyt olevan juuri minkäänlaisia puutteita. Näiden kohdalla ohjaaja pohti kurssin tarpeellisuutta.

”Täs ol näit ihmisi kenel se elämänhallinta ol ihan niinku hanskas sillai tavallas...Et tää on niinku alun perin ollu suunnattu just niinku semmosil ihmisil, jotka on enemmän syrjäytyneit ja enemmän se elämänhallinta hukas, mitä siin nyt on ollu. Ko siin on tavallaan vapaa haku ni, ni siin on niinko semmosii ihmisi jahkaantunu, jotka ei niin olis tarvinnukka sitä välttämät.”

Toisaalta niille henkilöille, joilla elämä oli varsin sekaisin ja elämänhallinnan taidot heikonlaiset, olivat olleet hyvän elämänhallinnan omaavat kurssilaiset erinomaisia malleja ja esimerkkejä. Tältä kannalta ohjaajan mukaan oli hyvä, että kurssilla oli myös ihmisiä, joilla elämähallinta oli kunnossa ja muutenkin elämä näytti hyvältä.

”Kun siäl ol ny semmoset kenel ol ihan elämäntaidot hukas ni toiset kurssilaiset opetti, antoi sitä mallii.”

Ohjaajan mukaan elämänhallinta paranee myös siinä, kun syrjäytymistä ehkäistään. Koska kurssin aikana oli työvoimatoimisto tullut monelle tutummaksi ja kurssilaisten rohkeus lisääntyi siellä asioimiseen, ohjaaja näki tämän syrjäytymistä ehkäiseväksi tekijäksi, sillä käyttämällä työvoimatoimiston palveluja ei jää yksin. Myös sieltä saa apua ja neuvoja työttömyyttä koskevista asioista. Samoin sen, että kurssilla oltiin löydetty myös muita mielekkäitä vaihtoehtoja työn sijaan, kuten esimerkiksi vapaaehtoistyön parista, ohjaaja katsoi syrjäytymistä ehkäiseväksi tekijäksi. Lisäksi monet muut uudet ideat vapaa-ajan viettoon olivat tuoneet monelle uudenlaista sisältöä elämään. Myös tämän ohjaaja katsoi syrjäytymisen ehkäisemistä auttavaksi asiaksi.

”Jos ei nyt kaik ihmiset saa palkkatyöt, ni he ovat saaneet ideoita löytääkseen jottai muut mielekäs tekemist eläms, esimerkiks jossai yhdistykses tai vapaaehtoistyöt, ni kyllähän se vaatii elämähallinnan taitoi et pystyy osallistumaan, tekemään semmost ja se sit taas samal ehkäisee sitä syrjäytymist.”

8.4 Ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvät ominaispiirteet koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemysten valossa

Koska tutkimus palvelee samalla koulutuksen kehittämistä, niin tässä tarkastellaan koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemyksiä ohjaavan koulutuksen tavoitteiden etenemisen kannalta merkittäviä ominaispiirteitä. Näitä ominaispiirteitä tarkastellaan sen kautta mitä mieltä kurssilaiset ja ohjaaja kurssista ovat, sillä näiden näkemysten ja kokemusten myötä saadaan esiin tutkittavien aidot ja omakohtaiset näkemykset kurssin keskeisimmistä ja tärkeimmistä tekijöistä. Seuraavassa tarkastellaan ensimmäiseksi sekä koulutukseen osallistujien kokemuksia että ohjaajan näkemyksiä kurssista. Tämän jälkeen kootaan yhteen näissä mielipiteissä ilmenevät keskeisimmät kurssista nousevat asiat, joita samalla voidaan pitää ohjaavalle koulutukselle tyypillisinä merkittävänä ominaispiirteinä.

8.4.1 ”Aika monipuolistahan tää on ollu ja semmonen neljä kuukaut, et sää niinku tunnuit kuulovas johonki porukkaan”

Sirpalle oli erityisesti uusiin ihmisiin tutustuminen kurssilla tärkeää ja antoisaa. Hän oli myös ystäväystynyt kurssin aikana muutaman kurssilaisen kanssa niin hyvin, että ystävyysuhteita oli tarkoitus vaalia myös kurssin jälkeen. Kurssiin sisältyvää erilaisiin

kädentaidon harrastusmahdollisuuksiin tutustumista Sirpa piti myös antoisana. Näistä hän oli löytänyt itselleen mielekkään kivenhionnan harrastuksen ja aikoi jatkaa harrastusta edelleen kansalaisopistolla tämän kurssin päätyttyä. Töiden saannin kannalta Sirpalle olivat erityisen merkittäviä kurssiin kuuluvat työharjoittelujaksot, mutta töitä ei niiden kautta kuitenkaan ollut löytynyt. Lisäksi Sirpalle oli tärkeää työpaikan ja opiskelupaikan hakuprosessin käynnistyminen kurssin aikana. Samalla työhön ja koulutukseen liittyvistä asioista oli saanut riittävästi tietoa.

”No mullahan oli, oli tota kuningasodotus just se et mä saisin työpaikan tänä aikana, kerran on näitä harjoitteluja ni, niinku tota toisille on käyntyä, et se odotus ei täyttynyt. Mut mun mielestä niinku tän työnhakuprosessin niinku helposti sai käyntiin tälläsen kurssin kautta tai opiskelun tai mihin, mihin nytten tota täs jatkanki, et sillai tää kurssi on ollu tosi, tosi tärkeä kaikkien näitten tietojen saamiseksi.”

Sirpalle oli merkittävää myös kurssin kesto. Hän olisi toivonut kurssin olevan pidempi, jolloin olisi ollut vielä enemmän mahdollisuuksia kokeilla lisää uusia kädentaitoja kurssin puitteissa tai suorittaa useampia harjoittelujaksoja, joiden kautta olisi voinut löytää työtä. Juuri samassa tutussa porukassa olisi ollut turvallista jatkaa työnhakua ja itsensä kehittämistä. Sirpan mielestä aika oli kulunut turhankin nopeasti.

”Aika on menny nopeesti, vähän liiankin nopeesti, et olis niinku tuplasti saanu olla tätä kurssia että, et olis niinko kaksinkertanen aika, aika tätä näin ja syventää niitä kaikkia kädentaitoja ja ja kokeilla vielä jotain lisää ja lisää tämmösiä kahden viikon pätkiä näitä harjoitteluja että, sit olis niinku tällä samalla kurssilla saanu niinku enempi viel mahdollisuuksia.”

Riitalle oli merkittävää ja samalla helpottavaa kurssilla saada jutella toisten samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa ja jakaa kokemuksia, eikä näin ollen tarvinnut olla vain kotona yksin asioita pohtimassa. Toisaalta kurssilla olevien myös jokseenkin erityyppisten ihmisten kanssa toimeen tuleminen oli kasvattanut sietokykyä.

”No tota tää on ollu ihan kiva ryhmä sillai, mut tota ni kyllä täällä sen verran erilaisia ihmisiä on, että niinku kasvattaa sitä sietokykyä sillai... Kyllä niitä näkemyksiä on erilaisia, on totta vieköön.”

Kurssiin sisältyvää erilaisiin kädentaidon ja liikunnan harrastusmahdollisuuksiin tutustumista Riitta piti tärkeänä kurssin antina, mutta ei kuitenkaan riittävänä. Taas kurssiin liittyvät työharjoittelut sen sijaan olivat riittäviä ja hyödyllisiä sekä erityisen

merkittäviä kokemuksia. Riitta oli harjoittelujen kautta onnistunut luomaan hyvät suhteet työpaikkaan ja näin ollen toive työpaikan löytymisestä oli toteutumassa. Kurssiin kuuluvat tutustumiskäynnit paikkakunnan yrityksiin olivat Riitalle tärkeitä, sillä ulkopaikkakuntalaisena Raumalle muuttaneena hän oli kaivannut tietoa kaupungin yrityksistä. Samalla Rauman tuntemus oli avartunut. Työnhakukoulutus ja informaatio yleensä työmarkkinoista olivat Riitalle merkittäviä kurssin annissa. Samalla omat työnhakutaidot olivat kehittyneet. Riitalle tärkeää oli myös reipas työskentelytahti. Hän oli odottanut kurssilta kovempaa puurtamista. Hänen mielestään työskentelytahti kurssilla oli ollut liian löyhä. Hän olisi saanut enemmänkin itsestään irti. Tärkeää hänelle oli myös selkeä ja toimiva lukujärjestys. Kurssin lukujärjestyksen Riitta totesi olleen osittain epäselvän ja toimimattoman. Aina ei tiedetty mitä seuraavan päivän ohjelmassa oli.

Merjalle oli merkittävää se, että kurssilla sai tutustua samassa elämäntilanteessa oleviin ihmisiin. Samalla oli myös huomannut sen, ettei sitä ainut työtön ollutkaan. Merjalle oli tärkeää myös se, että kurssilla tuli tunne kuulumisesta johonkin porukkaan.

”Tääl oli nyt sit, oli nyt sit semmosii ihmisiä, joil oli niinko sama, samas tilantees tai sillai, et niitten kans niinko, et niinko huomaa sen et ei oo ainut työtön täällä. Et sää niinku tunnit kuuluvas johonki porukkaan.”

Kurssiin sisältyvää erilaisiin kädentaidon harrastusmahdollisuuksiin tutustumista Merja piti kiintoisana, vaikka mieluista harrastusta ei niistä ollut löytynyt. Samoin kurssiin kuuluvia työharjoittelujaksoja Merja piti mielekkäinä ja hyödyllisinä, vaikka ajatuksissa oli käynyt myös työttömien hyväksikäyttö ilmaisena työvoimana. Kahden viikon harjoittelujaksot Merjan mielestä olivat olleet juuri hyvän mittaisia, enempää hän ei ilmaiseksi olisi suostunutkaan tekemään. Toivottua työpaikkaa ei kuitenkaan harjoittelujen kautta ollut löytynyt. Kurssiin sisältyvän työnhakukoulutuksen myötä työnhakutaidot olivat kuitenkin kurssin saatossa kehittyneet. Merja piti tärkeänä myös kurssin sisältöjen relevanttiutta ja hyödyllisyyttä sekä toimivaa lukujärjestystä, sillä nämä seikat olivat tärkeitä tekijöitä pitämään kurssin mielenkiintoa yllä. Merja totesi kuitenkin kurssilla olleen paljon turhaa asiaa ja ajoittain aikataulujen pettäneen.

Villelle oli tärkeää kurssin osallistumisvaatimukset ja säännöt, jotka auttoivat sitoutumaan kurssilla käymiseen. Aamulla täytyi nousta sängystä ylös ja lähteä liikkeelle. Merkittävää kurssille osallistumisessa oli hänelle myös se, että elämään sai

vaihtelua. Hän pääsi lähtemään jonnekin pois kotiympäristöstä, oli jotakin tekemistä ja paikka minne mennä neljän kuukauden ajan.

”Mä olen päässy pois siit pihapiirist ny hetkeks, et siit omast, omast parvekkeelt, röökilt, joka aamu ja joka päivä, mä olen päässy siit ny melkeen pois hetkeks.”

Villelle oli tärkeää myös se, että kurssilla tapasi toisia samassa elämäntilanteessa olevia työttömiä ja samalla näki myös heidän pärjäävän.

”Kerran näkee niinko kaikkii muitaki ihmisiä, näkee et ei oo yksin tosa työttömän, et muitakin on työttömin ja näkee, et kyl nekin pärjää.”

Samoin Villelle oli merkittävää henkilökohtainen ohjaus, mitä hän ei kuitenkaan mielestään kurssilla ollut saanut riittävästi. Suuressa ryhmässä oli ollut vaikea selvittää omia ajatuksia ja tunteita sekä omaa elämäntilannetta. Hän olisi halunnut enemmän keskustella ohjaajan kanssa kahden kesken omasta tilanteestaan ja ratkaisuistaan. Myös ryhmän koko oli Villelle merkittävä. Hänen mielestään ryhmä olisi voinut olla vielä pienempi, jolloin opettajat olisivat voineet paremmin keskittyä jokaisen kurssilaisen ohjaukseen henkilökohtaisemmin. Samoin hänelle tärkeää oli kurssilaisten yhtenäisyys. Tämän kurssin jäseniä hän ei kuitenkaan pitänyt yhtenäisenä ja samankaltaisena joukkona. Näin ollen hän piti myös tärkeänä valintakriteereitä kurssilaisia koulutukseen valittaessa. Ville piti eritoten samanhenkisten ja samantyyppisestä taustasta tulleiden kurssilaisten valintaa kurssille merkityksellisenä.

Matille oli merkittävää kurssilla eritoten se, että tutustui uusiin ihmisiin ja sai olla ihmisten keskellä eikä näin ollen tarvinnut viettää aikaa ainoastaan kotona. Tärkeää oli myös saada kurssilta uusia puheenaiheita. Uutta keskusteltavaa oli tullut eritoten kurssin tuomista uusista kokemuksista ja asioista. Näistä oli ollut mukava keskustella perheen ja tuttavapiirin kanssa.

”Mä luulen et tää on merkinny muillekki ko mulle, en tarkota kurssitoverei vaa ympäristööni myöskin et ko on kotiväkeenki vaikuttanu ja varmaan moneen muuhunki. Kyl mone kysyy et mitä siäl kurssil tehdään, mitä sust tulee, ja on päässy keskustelemaan näist asioist.”

Matille oli tärkeää myös kurssiin sisältyvä kädentaidon harrastusmahdollisuuksiin tutustuminen ja käytännön harjoittelu, joita kuitenkin hänen mielestään kurssilla oli ollut liian vähän. Koulutus olisi saanut olla vielä käytännönläheisempi. Hänelle oli merkittävää myös asioiden syvälinen pohdinta, mikä kuitenkin ei kurssilla ollut täysin onnistunut. Asioiden puntarointi oli ollut liian pintapuolista. Hänen mielestään olisi pitänyt perehtyä vain muutamaa teemaan ja keskustella näistä syvällisesti.

”Kyl mä olen tykänny, et kiva olla ihmisten keskel et ei oo koton vaa. Mut jos tän kurssin sisällöst niinko ni, ni se on ollu vähä semmost pintaa raapittu siält sun täältä, vähä olis saanu tiiviimp paketti olla, et vähemmän aiheita ja keskusteltu enemmän.”

Anitalle olivat merkittävänä kurssin antina kurssitoverit, jotka olivat luoneet hienon yhteishengen ryhmään.

”Toi porukka mikä meillä on ollu ni mä tykkään et se on ihan mahtava ja semnen ihmeellinen yhteishenki. Must tää on niinko paras anti ollu nää erilaiset ihmiset ja on tosiaan pystyny niinku peilaamaan itseensä toisten kautta.”

Tärkeää Anitalle oli se, että kurssilla sai jakaa samassa elämäntilanteessa olevien toisten työttömien kanssa omia tuntemuksia ja kokemuksia. Omien tuttavien kanssa keskustelu ei ollut ollut aina niin helppoa, koska he elivät tavallisessa työarjessa eivätkä olleet kokeneet työttömyyttä.

”Et kaikil on takana työttömyys, et joku on kokenu sen tosi pahana, ni niil on semmonen kokemus. Mut jollekki sukulaiselle, semne jolla on joka päivä ollu töitä eikä oo sillä lailla ollu ni must tuntuu, että ne ei oikeen niinko edes tajua, kunhan tua akka tosa jotain höpöttää.”

Anitalle oli merkittävää myös kurssin monipuolisuus. Hänen mielestään kurssi monipuolisuudessaan oli hyvä juuri sellaisenaan. Hänelle tärkeää oli myös uusien kokemusten saanti. Hän oli sitä mieltä, että ellei olisi kurssille osallistunut häneltä olisi jäänyt monta kokemusta kokematta: *”Jos mä olisin kotona ollu, ni en mä olis kokenu näitä juttuja”*. Lisäksi Anitalle tärkeää oli kurssin kesto. Hän olisi ollut valmis jatkamaan koulutuksessa käymistä tai tulemaan jatkokoulutukseen, sillä kurssille oli ollut kiva tulla ja kuulla toisten kuulumisia: *”Se et tota noi ni et tän tulee ja kuulee mitä niil kuuluu, et kyl tämä vois ol loppuelämän”*.

Havaintoaineistosta löytyy tietoa yhteisesti kurssilaisista, kurssin kulusta ja kurssin lopputunnelmista. Kurssin aikana kurssilaiset olivat tulleet toistensa kanssa varsin tutuiksi. Kurssitoverit olivat olleet monelle myös tietynlaisia uuden energian ja tsempin lähteitä. Myös erilaiset luennot, kädentaidon ja liikunnan tunnit, tutustumiskäynnit ja työharjoittelut olivat kaikki antaneet ilmiselvästi kurssilaisille uutta ajateltavaa ja ideoita sekä luonut positiivista viirettä uudennlaiselle toiminnalle. Uusien kurssilta saatujen kokemusten merkitys tuli hyvin esille kurssilaisten tietynlaisen aktiivisuuden ja iloisuuden kasvaessa kurssin etenemisen myötä. Toisaalta jotkin kurssilaiset harmittelivat omaan kiinnostuksen alueeseen tutustumista, kuten esimerkiksi johonkin kädentaidon harrastukseen liittyviä harjoitteluja, olleen kurssilla liian vähän.

Kurssin viimeisinä päivinä ryhmän keskuudessa vallitsi haikea tunnelma. Oli koittanut se hetki, jolloin tiet erkanivat jo tutuksi tulleesta ryhmästä. Kurssilaiset halusivat kuitenkin pitää edelleen kurssin jälkeekin yhteyttä toisiinsa ja vaihtaa kuulumisia. Näin ollen ensimmäinen yhteinen tapaaminen sovittiin jo muutaman kuukauden päähän. Viimeinen päivä vietettiin Eurajoen kristillisellä opistolla joulujuhlan tunnelmissa. Tällöin myös kurssilaiset saivat kukin oman todistuksensa kurssille osallistumisesta, mikä koettiin merkittävänä hetkenä. Tunnelma oli samalla sekä iloinen että haikea. Halauksien myötä myös ohjaaja toivotti kyynel silmäkulmassa kurssilaisille onnea elämässä eteenpäin.

8.4.2 Elämänhallinnan kannalta merkittävät kokemukset koulutuksen aikana

Sirpalle oli merkittävintä elämänhallinnan kannalta se, että kurssi järjestettiin ryhmässä ja näin ollen myös itse kuului johonkin ryhmään. Merkittävää *Sirpalle* oli myös se, että kurssilla käsiteltiin työttömyyttä, elämänhallintaa ja itsetuntemusta koskevia aiheita. Aiheet koskettivat läheisesti kaikkia kurssilaisia. Lisäksi kurssiin sisältyvät työharjoittelut olivat hänelle tärkeitä elämänhallinnan kannalta. Työharjoitteluiden kautta oli nähnyt, että vielä itsekkin pystyy tekemään töitä ja pärjää työelämässä. Tämä merkitsi *Sirpalle* paljon tulevaisuutta ajatellen.

”Tää niinku ryhmä ja siihen kuuluminen on, on ollu se ja kaikki muukki asiat ja aiheet mitä tääl on ny käsitelty on niinku läheisesti kosketellu just tätä et kaikki niinku ollaan samassa tilanteessa. Et toi täällä on käsitelty tätä työttömyyttä eri kantilta ja niinku justiinsa tätä, tätä niinku elämänhallintaa ja itsensä tuntemista ja kokemista.”

Riitalle oli tärkeää elämänhallinnan kannalta se, että kurssilta sai uusia virikkeitä, harrastuksia ja ystäviä. Kurssin avulla hän oli löytänyt mielekästä tekemistä sekä erilaisista kädentaidoista että liikunnan parista. Näitä harrastuksia hän aikoi jatkaa myös kurssin jälkeen samoin kuin pitää yhteyttä uusiin ystäviinsä. Kurssiin sisältyvä työnhakukoulutus oli Riitalle myös erityisen merkittävä elämänhallinnan kannalta. Tämä koulutus auttoi työnhakupapereiden oikeaoppisessa laatimisessa sekä ylipäänsä siinä, että se antoi tietoa koko työnhakuprosessiin liittyvistä asioista. Riitta piti näitä erityisen tärkeinä tulevaisuuden kannalta, jotta osaisi itse toimia oikein töitä hakiessaan.

Merjalle oli merkittävintä elämänhallinnan kannalta itsetuntemusta koskevat aihepiirit kurssin sisällössä. Itsetuntemuksen aiheen käsittelyn myötä itseä oli oppinut tuntemaan paremmin. Samoin Merja uskoi pystyvänsä omaa elämää hallitsemaan paremmin, kun tunsivat itsensä paremmin. Lisäksi kurssiin liittyviä työharjoitteluita Merja piti yhtä lailla merkittävinä. Työharjoitteluissa pärjääminen oli lisännyt itsetuntoa ja uskoa työelämässä pärjäämiseen.

”Tual työharjoittelus ni sen niinku huomaa, et ko aika kauhee itsetunto ko on ollu työttömän ni on et en mä ossaa mittää, enkä mä oo mittään, enkä mä ikän varmaan opikkaan mittään ni, ni sen niinko sillai, itsetunto niinko kohos, ko huomaa, et sillai niinku pärjääki ihan hyvin.”

Villelle oli elämänhallinnan kannalta merkittävää kurssin osallistumisvaatimukset ja säännöt. Nämä tekijät auttoivat häntä sitoutumaan kurssilla käymiseen. Merkittävää oli myös se, että kurssi selkeytti Villen mahdollisuuksia tulevaisuudessa. Samalla kurssi toimi tietynlaisena portinavaajana. Tämän kurssikokemuksen jälkeen Ville koki olevan helpompi osallistua uusille vastaaville kursseille.

”Tää opettaa semmost pitkäjännitteisyyt ja niinko siihen sisältyy mun miälest et jaksaa lähtee ja jaksaa ol ja jaksaa kuunnel ja jaksaa tulla joka aamu.”

Matille oli elämänhallinnan kannalta tärkeää se, että kurssi selkiytti asioita. Kurssi oli vahvistanut Matin käsitystä siitä, ettei hänellä ollut enää paluuta työmarkkinoille. Nyt

täytyi keksiä muuta mielekästä tekemistä, mitä Matti oli jo ajatellut löytävänsä maalausharrastuksen parista. Matin mukaan turhat odotukset työmarkkinoille pääsystä sai karsia, sillä näytti siltä, että yli viisikymmppisten oli melko vaikea päästä takaisin työelämään.

”Mää otan realistisen nää asiat ja, ja tää todella näyttää niinko yhteiskunnas muittenki kohdal mun ikästen kohdal et enemminki syrjäytyy työelämästä, nii ni en mä sen varaan yritäkkä rakentaa tulevaisuuden odotuksia, et työllistyisin.”

Anitalle oli merkittävää elämänhallinnan kannalta itsetuntemusta koskevat aihepiirit kurssin sisällössä. Kurssilla oltiin useaan otteeseen käsitelty itsetuntemuksen aihepiiriä, jonka avulla Anitan mukaan oli yhä paremmin oppinut ymmärtämään itseä ja purkamaan omaa pahaa oloa. Kurssi oli opettanut myös arvostamaan omaa tilannetta, mikä taas oli lisännyt itseluottamusta.

”On oppinu arvostamaan tätä omaa tilannetta, ehkä se on just sitä itseluottamusta tai mitä se sit on sen kasvamista. Ja kyl must tuntuu et kyl tää koko porukka on ollu kauheen semmonen, saanu sitä itseluottamusta. Ja tää itsetuntemus ja erilaiset semmoset tunnereaktiot niin, et oppii niitä ymmärtämään niin se on yhtä elämänhallintaa ja sit niinko sit se et oppii purkamaan sitä omaa pahaa oloa.”

Tärkeää Anitalle oli elämänhallinnan kannalta myös se, että kurssilta sai paljon uusia kokemuksia ja tietoa, jota voi hyödyntää myöhemmin tulevaisuudessa. Neljä kuukautta kestänyt kurssi oli kokemus, joka jää muistojen arkistoon.

”Kaikkia mä oon keränny täältä, nämä hyvät jutut mun mielestäni mukaan mitä on ja tää koko kurssi ni sehän on mun repussani ja mä sitä varmasti availen monta kertaa jälkeinpäin.”

8.4.3 Ohjaajan näkemykset koulutuksen onnistuneisuudesta elämänhallinnan kannalta

Kurssin ohjaajan mukaan hakijan oma motivaatio ja halu lähteä kurssille olivat erityisen tärkeitä tekijöitä, joita painotettiin henkilöitä kurssille valittaessa. Ilman kurssilaisen omaa kiinnostusta kurssille osallistumiseen jää hyöty kurssista kovin vähäiseksi. Myös Lehtinen (1998) toteaa, että yleensä koulutukselle ja sen onnistumiselle on tärkeää, että osallistujat ovat mahdollisimman motivoituneita. Ilman motivaatiota koulutus saa pakonomaisen luonteen. (Lehtinen 1998, 52.) Vaikka kukin kurssilainen oli tullut kurssille omasta vapaasta tahdostaan, mitään suurta innostusta eivät kurssilaiset loppujen lopuksi osoittaneet. Tärkeää oli kuitenkin antaa kurssilaisille mahdollisuus vaikuttaa kurssin sisällön muotoutumiseen. Näin ollen ohjaajan mukaan kurssin ohjelmaan oltiin tarkoituksella jätetty väljyyttä, jotta oltaisiin voitu toteuttaa kurssilaisten omia ideoita. Omia ideoita ei kuitenkaan kurssilaisilta kovin paljon syntynyt. Myöskään suurta innostusta ei noussut kurssiin sisältyvistä erinäisiin tapahtumiin osallistumisesta ja tutustumiskäynneistä, joten monet suunnitellut käyntikerrat jätettiin toteuttamatta. Ohjaaja mielestä ryhmä oli vaikeasti vedettävä.

”Tästä porukasta ei niinko noussu itessäs näitä toivomuksia, tää porukka ei innostunu sillai... Et siäl on sen takia, sitä lukujärjestystä ei oltu niinku tehty loppuun ast, et siäl ol niinku semmost väljyyt, et jos heil ittel, ittel olis tullu niit ideoit enemmän tai edes jottai ideoit, ni olis voitu ja näit käyntejäki ja just et ko heil ol tarjol näit monennäköst oppilaitoksiin ja muihin tutustumist, ni ei he halunnu mihinkään.”

Ohjaajan mukaan ryhmä itsessään on merkittävä tekijä kurssin onnistumisessa. Kurssilaisten samanlainen elämäntilanne on keskeinen kurssilaisia yhdistävä tekijä. Ohjaajan mielestä kokemusten jakaminen aktivoi kurssilaisia, antoi uutta voimaa sekä elämänmyönteisyyttä ja näin ollen kohensi elämänhallintaa. Myös kurssilaisten toisiltaan saama tuki oli ohjaajan mukaan kunkin elämänhallintaa vahvistava tekijä.

”Yleises aktivoimises ja semmoses kyl se niinku innostaa, toinen toissias innostaa ja sit tota kannustaa, ja kertoo niinku omii niit selviämiskeinoja ja tämmösii, ni se on ihan eri asia ku joku kouluttaja selittää, et näin ja näin.”

Ryhmäytymistä ohjaaja piti tärkeänä kurssin onnistumista edesauttavana tekijänä. Ryhmäytyminen ohjaajan mukaan ei kuitenkaan täysin onnistunut. *”Et kyl mun mielest ni se tavoite ei toteutunu tämän kurssin kohdal se ryhmäytymisjuttu. Et se ei saanu sitä ryhmäidentiteettiä ja semmost innostuneisuut.”* Mikä hänen mukaansa saattoi johtua siitä, että kurssilaiset olivat melko iäkästä porukkaa ja pitkään työttöminä olleita, jonka takia ryhmässä työskentelemiseen ja olemiseen ei oltu niin totuttu. Yleisempää oli, että kurssilla oltiin ennemminkin pienissä porukoissa ja pareittain. Ohjaaja piti merkittävänä kurssilla myös oppimista hyväksymään erilaisuutta. Koska kurssilla oli muutama ongelmallisempi henkilö, ohjaajan mukaan moni saattoi pohtia omaa huonommuuttaan ja kuulumistaan ryhmään. Kaikki eivät kurssilaisten erilaisuutta niinkään sulattaneet.

”Ne tosiaan ol niin pitkäaikaistyöttömii, et se semmonen ennenko oppii taas toisten kans olemaan ja kestämaan sitä erilaisuut. Ja sit varmaan tota jos sillai näit ongelmatapauksii ni ei monika ni sillai ollu mittään sitä ihmist vastaan, et enemmän ehkä semmonen tunne, et olenk mää jotenki huono ko mää olen samas ryhmäs ko tämmöset.”

Ryhmäytymisen onnistumattomuutta ilmensi myös se, että joidenkin niiden kurssilaisten, joille ei työpaikkaa kurssin aikana auennut, kohdalla esiintyi katkeruutta toisten onnistumisesta töiden saannissa. Ei osattukaan iloita toisten puolesta. Töiden löytymisen ohjaaja huomasikin olleen monella kurssilaisella yksi päällimmäisistä kurssille asetetuista tavoitteista.

”Ne ol niinku tavallas sillai kauheen vakavissas sen työn saannin kans, suurin osa et toi. Et tiätyst siin sivus tarjottiin niit muit vaihtoehtoi, ko siin ol kuitenkin paljo tätä iäkäst porukkaa.”

Vaikka monella kurssilaisella olikin pitkä työkokemus takana, ei ymmärretty kuitenkaan omia koulutustarpeita omien taitojen ajantasaistamiseksi. Tämän ohjaaja katsoi myös osaltaan elämänhallintaan liittyväksi tekijäksi. Ohjaajan mukaan osaa kurssilaisista oli vaikea motivoida lähteä hakemaan itselleen ammattiaan täydentävää koulutusta tai uutta ammattia. Oma kansakoulupohja koettiin riittäväksi, eikä ymmärretty tämän päivän vaatimuksia työmarkkinoilla. Näin ollen kurssin sisällössä oli puutetta. Kurssilla olisi pitänyt olla ohjaajan mukaan enemmän asennekasvatusta siihen, että kurssilainen oppisi näkemään omien taitojen kehittämisen tarpeellisemmaksi. Töitä kun ei helpolla löydy ellei ole valmis kehittämään osaamistaan.

”Kyl mun mielest tosa osal ol minust nuoremmillaki ni vähä tämmöst vanhan kansan ajatteluu. Ko mä olen kansakoulun käyny ni mä en mihinkään kouluun men et, niinku ei tarvi enää mittää harjotel. Et siin olis varmaan viäl ollu semmost asennekasvatust. Seki liittyis tavallas siihen elämönhallintaan, et oppis näkemään et tota oma koulutus ja ammattitaito ei enää tänä päivän olekka riittävä.”

Kurssiin sisältyi kunkin kurssilaisen kohdalla kurssin jälkeisen jatkosuunnitelman tekeminen. Ohjaaja oli sitä mieltä, että kurssilla tehtyjen suunnitelmien noudattaminen oli kurssilaisille jonkinlainen velvoite, jota he eivät välttämättä edes kehtaa olla noudattamatta. Kurssilla oli myös tilaisuus etsiä omia vahvuuksia ja samalla tuoda niitä esiin. Tästä johtuen ohjaajan mukaan kurssilaiset olivat löytäneet uudelleen jo unohtamiaan osaamisen alueita, mikä toi samalla itsevarmuutta ja antoi ideoita siihen, mitä myöhemmin kurssin jälkeen voisi ryhtyä tekemään. Samoin moni oli löytänyt mielekästä tekemistä esimerkiksi kurssilla esiintuotujen harrastusmahdollisuuksien parista sekä joillekin oli löytynyt myös työpaikka työharjoittelujen kautta. Nämä kaikki asiat olivat arvokkaita ajatellen kurssin onnistumista elämönhallinnan kannalta.

”Et ihmiset pääsee kokeilemaan erilaisii asioit ja kokeilemaan sitä omaa osaamistas ja tuomaan sitä esil, kyl mun mielest ne tavoitteet toteutus ihan hyvin. Ja just näit et löytäis jottai mielekäst tekemist elämäs, on se sit työ tai jotain vapaa-ajan harrastust tai jottai muut ni kyl mä luulen et aika moni sai kuitenkin monennäköst semmost vinkkii. Myös siin mieles tämmösii tuloksii mitä joku työkkäri arvostaa ni työpaikkojen saantii ja semmost ni siin mieles tää onnistui varmaan ihan hyvin.”

8.4.4 Ohjaajan näkemykset ohjaavan koulutuksen toivottavista ominaispiirteistä tulevaisuudessa elämönhallinnan kannalta

Ohjaaja näki elämönhallintapainotteisella ohjaavalla koulutuksella olevan tarvetta muiden tarjolla olevien vaihtoehtojen joukossa myös tulevaisuudessa. Kurssi oli ohjaajan mielestä jo tällaisenaan sinänsä hyvä, mutta kehittämisen varaakin löytyi. Tällaisen kurssin valttikorttina ohjaaja näki sen, että kurssilla keskitytään ihmisen hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti sekä yksilön elämän perustan hiomiseen ja elämäntilanteen jäsentämiseen. Nämä ovat erittäin tärkeitä asioita sellaisille henkilöille,

joiden elämänhallinnassa on puutteita. Kun taas esimerkiksi ammattiin tähtäävässä koulutuksessa pääasiallisena huomion keskipisteenä on ammattitaidon hankkiminen, jolloin yksilö itse ja hänen elämänhallintansa jäävät vähemmälle huomiolle. Jos pitkään työelämästä pois ollut ihminen hakeutuu suoraan johonkin ammattiin tähtäävään koulutukseen, voi hän kokea pettymyksiä, jos ei töitä kurssin jälkeen löydykään. Ohjaajan mukaan tällöin hän voi jäädä niin sanotusti tyhjän päälle. Elämänhallintapainotteisella kurssilla taas merkittävää on se, että kurssilla luodaan vahvempaa perustaa yksilön elämälle. Kurssilla ei myöskään luvata mitään saavuttamattomien tavoitteiden toteutumista, vaan etsitään realistisia vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia siihen, mitä yksilö voisi lähteä tekemään. Kaikille kurssilaisille ei edes tule enää kysymykseen työelämään paluu, joten koulutuksessa on mahdollisuus etsiä omalle elämälle myös muita mielekkäitä vaihtoehtoja esimerkiksi harrastusten tai vapaaehtoistyön parista. Kurssiin sisältyy näin ollen tietynlainen realismi kunkin kurssilaisen mahdollisuuksia ajatellen. Kaiken kaikkiaan ohjaajan mukaan elämänhallinnan saavuttaminen on ensisijaisen tärkeää, mikä taas luo kurssilaiselle turvallista pohjaa lähteä hakemaan uutta ammattia tai muuta elämäntilanteeseen sopivaa vaihtoehtoa.

”Tässä ei tavallias luvataikka niinku semmosii asioit mitkä olis semmosii saavuttamattomii, et sillai se puolustaa paikkatas. Ja sit semset polut tähän alkupäähän et siäl niinku näytettäis et tual on tota, sä voisit ton men tai ton, niinku lähtee koulutuksiin ja sit et joku hoksais sen et, et tota mul ei oo riittäväst koulutust. Elämää otetaan huomioon myös sillai väljemmin, sitä vapaa-aikaa ja muit, muit niinko vaihtoehtoi, mitä sit palkkityäl on. Tämnen kurssi antaa realistisempii niinku mahdollisuuksii tai sitä kuvaa, et mitä esimerkiks Rauman työmarkkinoil on ja mimmoset mahdollisuudet. Monil just tämmäsil ammatillisil kurseil se perustuu pelkästään siihen sen ammatin opetteluun. Silloin se muu elämänhallinta kärsii siit, et ei kiinnitetä huomioo siihen ihmiseen niinku sillai kokonaisvaltaisemmin.”

Myös Pättikankaan (1999) mukaan elämänhallintaan ja elämäntaitoon keskittyvällä ohjaavalla koulutuksella on käyttöä tulevaisuudessa. Pättikangas on samaa mieltä siitä, että kaikki pitkäaikaistyöttömät eivät ole valmiita koulutukseen, jonka tavoitteet ovat suoraan ammatillisia tai edes työelämän valmiuksia kohottavia, vaan he tarvitsevat aluksi mahdollisuuden jäsentää yleisemmin koko elämäntilannettaan ja toimintamahdollisuuksiaan. (Pättikangas 1999, 62.)

Ohjaajan mukaan koulutuksen rekrytointiperusteita pitäisi muuttaa, koska yhä enenevässä määrin on noin kolmekymppisiä nuoria, jotka ovat syrjäytyneet työelämästä ja omaavat heikot elämänhallinnan taidot. Tähän ryhmään hän toivoi enemmän kiinnitettävän huomiota tulevaisuudessa. Ohjaaja päätteli elämänhallintaa edistävän kurssin olevan näille nuorille erittäin hyvä mahdollisuus uuden alkuun.

”On näit nuorii tämsii kolkymppisii ja al ko tota kenel kyl se elämähallinta on kyl täysin hukas, ne ei oo päässy työelämäs koskaan kokeilemaan mittään.”

Ohjaajan mielestä myös koulutuksen muoto olisi oltava enemmän räätälöidympi, mikä auttaisi huomioimaan paremmin jokaisen kurssille osallistujan henkilökohtaiset tarpeet ja lisäisi jokaisen henkilökohtaisen ohjauksen määrää. Tällöin kunkin kurssilaisen elämäntilanteen jäsentämiseen ja elämänhallintaan voitaisiin kiinnittää vielä enemmän huomiota. Yleensäkin kurssilaisen vielä entistä kokonaisvaltaisempi huomiointi olisi ohjaajan mielestä tärkeää. Ideaalitulanteena ohjaaja näki jokaiselle kurssilaiselle rakennettavan henkilökohtaisen opetussuunnitelman, jonka mukaan henkilö saisi parhaimman hyödyn koulutusjaksosta. Vaikeutena tämän toteuttamiseksi hän koki kuitenkin monien yhteistyötahojen tarpeen, mikä saattaisi muodostua hankalaksi.

”Viäl semmost henkilökohtasempaa, semmost et voitais tehdä ihan näit hopsei sillai et tota, ohjat niit ihmisiä. Se on tietyst kauheen vaikkia, sit tarttis niit yhteistyötahoi ol kauheen paljo.”

Ohjaajan mukaan tarvetta olisi myös muuttaa kurssia enemmän verstastyypiseksi pois luokkamuotoisesta koulutuksesta. Verstastyypisen koulutusmuodon hän katsoi perustuvan enemmän itse tekemällä oppimiseen ja kokemiseen ja tällä tavoin elämänhallinnan taitojen harjaantumiseen. Käsiteltävät asiat olisivat kuitenkin samantyyppisiä kuin nykyisessä koulutusmuodossa. Kurssi voisi olla niin sanottua nonstop –tyyppistä, jolloin kurssilainen olisi aina osan aikaa kurssilla ja osan aikaa suorittamassa jotain hänelle katsottua tarpeellista tehtävää, kuten esimerkiksi jotain peruskouluainetta, jonka jälkeen hän taas palaisi kurssin pariin. Kurssiin liittyisi myös työharjoittelujakso, jolloin kurssilainen saisi tuntumaa työelämästä ja voisi kokeilla omia taitojaan ja soveltuvuuttaan eri tehtäviin. Näin ollen koulutus olisi monipuolisempi koulutuskokonaisuus.

”Enemmän semmosta mis niinku itse tehden koettais niit asioit ja opittais ihan sitä elämönhallintaa. Ei tälläses luokkamuotoises, ko jossain tämmöses verstastyypises, mikä perustuu just vähä semmoseen, et samantyyppisii asioit ko täsä mut enemmän itsetehden ja kokien. Ne olis semssii pidempii ja sit tämsii vähä niinku nonstop tyyppisii, et ihminen vois ol siäl ja sit se vois välil käyd jossain muual vaik suorittamas jottain peruskouluainet.”

8.4.5 Yhteenveto ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvistä ominaispiirteistä

Koulutuksen yleiset ominaispiirteet. Kurssilaisten näkemysten valossa: Erityisen merkittävänä koetaan tilaisuus yleensä ihmisten pariin pääsemiseen, uusiin ihmisiin, kuten myös samassa elämäntilanteessa oleviin ihmisiin tutustumiseen ja näiden ihmisten kanssa kokemusten jakamiseen. Tärkeänä pidetään kuulumista ryhmään. Samoin toimeentuleminen erilaisten ihmisten kanssa koetaan opettavana tekijänä. Myös se, että kurssilta saadaan uusia puheenaiheita koetaan merkittäväksi asiaksi rikastuttamaan keskustelutuokioita oman perheen sekä läheisten ystävien kanssa. Tärkeäksi koetaan myös työpaikan ja opiskelupaikan hakuprosessin käynnistyminen kurssilla, samoin kuin työnhakutaitojen kehittyminen. Samoin kurssille osallistumisella elämään vaihtelun saaminen sekä kaikenlaisten uusien kokemusten hankkiminen kurssilta koetaan tärkeinä elämää rikastuttavina asioina. *Kurssilaisten näkemysten valossa elämönhallinnan kannalta:* Merkittävää on, että kurssilla tulee tunne kuulumisesta ryhmään. Merkittävää on myös se, että kurssilta saadaan uusia ystäviä, harrastuksia ja virikkeitä, kuten myös ylipäänsä uusia kokemuksia ja tietoa. Samoin elämönhallinnan kannalta on tärkeää, että kurssi auttaa selkiyttämään kurssilaisen asioita ja tulevaisuuden mahdollisuuksia. Tärkeänä pidetään myös sitä, että kurssilla opitaan arvostamaan omaa tilannetta, mikä taas lisää itseluottamusta. *Ohjaajan näkemysten valossa:* Kurssilla merkittävää on ryhmä itsessään ja sen vaikutus kurssilaisiin. Kurssilaisten samanlainen elämäntilanne on tärkeä kurssilaisia yhdistävänä tekijänä. Samoin kurssilaisten ryhmäytyminen on erityisen merkittävä tekijä kurssin onnistumisessa elämönhallinnan kannalta katsottuna. Tärkeää on myös oppiminen hyväksymään erilaisuutta. Merkittävää kurssilla on myös se, että kurssilla keskitytään kurssilaisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja elämäntilanteen jäsentämiseen. Samoin merkittävää on kurssin realistisuus; kartoitetaan

kurssilaisen realistisia mahdollisuuksia. Lisäksi toivottavaa on kurssilaisen entistä kokonaisvaltaisempi huomiointi.

Koulutuksen sisältö: *Kurssilaisten näkemysten valossa:* Kurssin monipuolista sisältöä pidetään erityisen tärkeänä. Erilaisiin kädentaidon ja liikunnan harrastusmahdollisuuksiin tutustuminen koetaan merkittävänä virikkeiden antajana eritoten uuden harrastuksen löytämiseen. Taas kurssiin sisältyvät työharjoittelujaksot koetaan erityisen tärkeiksi työpaikan löytymisen kannalta. Kurssiin kuuluvaa työnhakukoulutusta ja informointia työmarkkinoista pidetään myös hyödyllisinä työn saantia ajatellen. Tutustumiskäynnit paikkakunnan yrityksiin koetaan merkittävänä tekijänä antamaan tietoa kaupungin yrityksistä. Kurssin sisältöjen relevanttius ja hyödyllisyys koetaan tärkeiksi tekijöiksi yleensä kurssilaisen kurssiin kiinnostusta ylläpitävänä seikkana. *Kurssilaisten näkemysten valossa elämänhallinnan kannalta:* Merkittävänä pidetään, että kurssilla käsitellään itsetuntemusta, elämänhallintaa ja työttömyyttä koskevia aiheita. Myös kurssiin sisältyvät työharjoittelut koetaan tärkeiksi elämänhallinnan kannalta, sillä harjoittelut vahvistavat itseluottamusta ja uskoa omiin kykyihin pärjätä työelämässä. Myös työnhakukoulutus koetaan tärkeänä, sillä sen kautta saadaan tietoa työhakuprosessista, mikä auttaa eteenpäin tulevaisuutta ajatellen. *Ohjaajan näkemysten valossa:* Tärkeää on kurssilaisten omat vaikutusmahdollisuudet kurssin sisällön muokkaamisessa. Sisältöön kuuluvat merkittävänä tekijöinä kurssilaisen vahvuuksien etsiminen ja niiden esiin tuominen, kurssilaisen kurssin jälkeisten jatkosuunnitelmien tekeminen. Samoin tärkeitä ovat erilaisten harrastusmahdollisuuksien esille tuominen ja niihin tutustuminen, työharjoittelut, erinäisiin tapahtumiin osallistuminen ja tutustumiskäynnit. Myös kurssin tiettyjen sisältöjen puutteiden huomioiminen on tärkeää; tarvitaan työelämän kannalta enemmän asennekasvatusta siihen, että kurssilainen näkee omien taitojen kehittämisen tarpeellisuuden.

Koulutuksen toteutustavat: *Kurssilaisten näkemysten valossa:* Reipas työskentelytahti, kuten myös selkeä ja toimiva lukujärjestys koetaan tärkeiksi asioiksi kurssin toimivuuden ja hyödyllisyyden kannalta. Samoin kurssin osallistumisvaatimukset ja säännöt koetaan merkittävänä auttamaan kurssiin sitoutumista. Henkilökohtaista ohjausta taas pidetään merkittävänä tekijänä auttamaan kurssilaista selvittämään omia ratkaisuja ja tunteuksia. Myös ryhmän kokoa pidetään tärkeänä; pienempi ryhmä antaa enemmän mahdollisuutta henkilökohtaiseen ohjaukseen. Kurssin käytännönläheinen toteutustapa koetaan myös mielekkääksi.

Samoin kurssin aikana ainoastaan muutamaan teemaan perehtyminen koetaan tärkeäksi asioiden syvällisemmän pohdinnan mahdollistajaksi, jolloin vältetään asioiden pintariipaisulta. Myös kurssin kesto koetaan merkittäväksi asiaksi; pitempi kurssi antaa enemmän mahdollisuuksia. Kurssilta saatu todistus koulutukseen osallistumisesta on kurssilaisille tärkeä osoitin omasta kyvykkyydestä. *Kurssilaisten näkemysten valossa elämänhallinnan kannalta*: Merkittävää on, että kurssi järjestetään ryhmässä. Kurssin osallistumisvaatimukset ja säännöt koetaan merkittäviksi tekijöiksi auttamaan kurssilaista sitoutumaan kurssilla käymiseen. *Ohjaajan näkemysten valossa*: Toivottavaa ovat koulutuksen uudet rekrytointiperusteet; huomiointi myös työttömiin ja syrjäytymisvaarassa oleviin nuoriin. Samoin toivottavaa on räätälöity koulutuksen muoto ja henkilökohtaisempi ohjaus. Toivottavaa on myös verstastyypinen koulutusmuoto, joka olisi toteutukseltaan monipuolisempi koulutuskokonaisuus.

Kurssilaisten koulutukseen valinta: *Kurssilaisten näkemysten valossa*: Samanhenkisten ja samantyyppisten taustojen omaavien ihmisten valintaa kurssille pidetään tärkeänä kurssilaisten yhtenäisyyden lisäämisen kannalta. *Ohjaajan näkemysten valossa*: Kurssilaisen oma motivaatio ja kiinnostus kurssille osallistumiseen on erityisen tärkeää kurssista kaiken hyödyn irti saamiseksi.

9 POHDINTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää millaisia mahdollisuuksia ohjaavalla koulutuksella on edistää koulutukseen osallistujien elämänhallintaa kurssilaisten ja kurssin ohjaajan näkökulmasta. Samalla tarkoituksena oli selvittää kurssilaisten käsityksiä syrjäytymisestä ja näiden käsitysten muutosta kurssin aikana yleensä ja heidän oman syrjäytymisensä suhteen. Koska tutkimus palveli samalla koulutuksen kehittämistä niin tutkimuksessa selvitettiin myös koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemyksiä ohjaavan koulutuksen tavoitteiden etenemisen kannalta merkittäviä ominaispiirteitä. Näitä ominaispiirteitä selvitettiin sen kautta mitä mieltä kurssilaiset ja ohjaaja kurssista olivat. Tutkimus oli ajankohtainen, koska eritoten elämänhallinta on noussut merkittäväksi puheenaiheeksi ihmisten ja varsinkin työttömien henkilöiden hyvinvoinnin tekijänä. Näin ollen oli ajankohtaista tarkastella ohjaavan koulutuksen mahdollisuuksia koulutukseen osallistujien elämänhallinnan edistämiseksi, sillä ohjaavasta koulutuksesta on tullut ajan saatossa merkittävä elämänhallintaa painottava koulutusmuoto erityisesti työttömille henkilöille. Myös ohjaavan koulutuksen kehittämistä ajatellen koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvien ominaispiirteiden tarkastelu koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkökulmasta antoi tutkimukselle hyödyllisen lisän.

9.1 Tulosten yhteenveto ja johtopäätökset

9.1.1 Ohjaavan koulutuksen mahdollisuudet koulutukseen osallistujien elämänhallinnan edistämisessä

Tässä tutkimuksessa elämänhallinnalla tarkoitettiin yksilön kokemusta itseluottamuksestaan ja mahdollisuuksistaan eri elämäntilanteissa sekä näkemystä oman elämän mielekkyydestä ja tulevaisuudesta. Tutkimusaineiston perusteella jokaisen koulutukseen osallistujan kohdalla elämänhallinta vahvistui joko huomattavasti tai jossakin määrin kurssin aikana. Myös ohjaajan mukaan kunkin kurssilaisen kohdalla elämänhallinnassa tapahtui vahvistumista kurssin aikana. Ilmeni myös, että näistä osalla kurssille osallistujista elämänhallinta oli jo entuudestaan hyvä. Jollekin taas kurssi ei ollut riittävä elämänhallinnan taitojen edistämisessä, mutta kuitenkin hyvä alku.

Seuraavassa kuvataan yhteenvedonomaaisesti kurssin aikana kurssilaisten elämänhallinnassa tapahtuneita muutoksia. Erityisesti koulutukseen osallistujien *itseluottamus* ja *valoisampi suhtautuminen tulevaisuuteen* lisääntyivät kurssin aikana huomattavasti. *Itseluottamusta* kohottivat erityisesti kurssin aikana koetut onnistumisen elämykset, kuten myös ryhmässä pärjääminen. Joillekin myös se, että oli saanut kurssin suoritettua loppuun asti oli itseluottamusta kohottava tekijä. Hyvää itseluottamusta voidaankin pitää merkittävänä voimavarana, joka auttaa kurssilaista myös ohjaamaan elämäänsä eteenpäin (kts. Söderqvist & Bäckman 1988). Hyvän itseluottamuksen kanssa on myös helpompi elää (kts. Keltikangas-Järvinen 1999). Myös kurssin ohjaaja näki itseluottamuksen lisääntymisen kurssin aikana yhtenä selvimmistä kurssilaisissa tapahtuneista muutoksista. Itseluottamuksen lisääntyminen kurssin aikana on samansuuntainen Sepposen (1996) tutkimustulosten kanssa. Samansuuntaiset tulokset ilmenevät myös muun muassa Pättikankaan (1999) sekä Arnkilin, Niemisen ja Säkjärven (1997) tutkimuksista, joissa kurssin vaikutuksia on tutkittu vielä kurssin jälkeen.

Kurssin aikana *tulevaisuuteen* oli alettu suhtautua myös silminnähden positiivisemmin ja valoisammin. Kurssilaiset olivat myös alkaneet katsoa elämäänsä

pidemmälle tulevaisuuteen ja tekemään tulevaisuuden suunnitelmia pidemmälläkin tähtäimellä. Valoisampaan tulevaisuuteen suhtautumiseen näyttivät vaikuttaneen eritoten uusien virikkeiden ja elämysten saanti tai itseluottamuksen koheneminen kurssin aikana. Samoin ohjaaja oli laittanut merkille kurssilaisilla selvästi syntyneen optimistisemmän ja suunnitelmallisemmän suhtautumisen tulevaisuuteen. Positiivinen suhtautuminen tulevaisuuteen, kuten myös suunnitelmallinen elämänote nähdäänkin hyvänä elämänhallinnan osoittimena. Myös Hyttisen (1998) tutkimuksessa vahvaa elämänhallintaa kuvasivat erityisesti myönteinen suhtautuminen tulevaisuuteen, kuten myös useat tulevaisuudensuunnitelmat (Hyttinen 1998, 60). Kurssilaisten tulevaisuuden suunnitelmien lisääntyminen kurssin aikana on kuitenkin ristiriitainen Pättikankaan (1999) tutkimustulosten kanssa. Pättikankaan tutkimuksessa ilmeni kurssin vaikutuksia arvioitaessa, että kurssilaisista vain hyvin harvat olivat suunnitelleet kurssin aikana tulevaisuuttaan ja näin ollen yleisempää oli kurssin aikana syntyneiden tulevaisuudensuunnitelmien vähäisyys (Pättikangas 1999, 56-57). Ero Pättikankaan ja tämän tutkimuksen välillä saattaa johtua siitä, että Pättikankaan tutkimuksessa kurssi oli ainoastaan kolmen viikon mittainen kuin taas tässä tutkimuksessa kurssin pituus oli neljä kuukautta. Kurssilaiset saattavatkin tarvita aikaa uuden elämänsuunnan ja uusien tulevaisuuden suunnitelmien pohtimiseen ja rakentamiseen. Tulevaisuuden suunnitelmia ei rakenneta käden käänteessä vaan useiden eri vaihtoehtojen punninnan ja pidempiaikaisen harkinnan jälkeen, mihin pitempiaikainen kurssi antaa paremmat puitteet.

Suurimmalla osalla kurssilaisista *usko omiin vaikutusmahdollisuuksiin* lisääntyi tai entisestään vahvistui kurssin aikana. Kurssin aikana oli alettu yhä enenevässä määrin uskoa asioiden olevan ennen kaikkea itsestä ja omasta toiminnasta kiinni. Oli alettu nähdä, mitä itse oman tilanteen hyväksi voisi tehdä. Tutkimustulos näyttää myös tukevan Rotterin (1966) sisäistä kontrollikäsitystä, joka tarkoittaa yksilön uskovan tapahtumien riippuvan hänen omista ominaisuuksistaan ja toiminnastaan (Rotter 1966, 1). Vaikutusmahdollisuuksien lisääntyminen kurssin aikana on myös samansuuntainen Sepposen (1996, 137) tutkimustulosten kanssa. Suurimmalla osalla myös *tyytyväisyys omaa elämää kohtaan* kasvoi kurssin aikana tai säilyi hyvänä eli se oli hyvä koko kurssin ajan. Osalla elämän tyytyväisyyden kohenemiseen olivat vaikuttaneet erityisesti onnistuneet työharjoittelut, joiden kautta oli nähnyt edelleen pärjäävänsä työelämässä. Söderqvistin ja Bäckmanin (1990) mukaan esimerkiksi elämäntyytyväisyys vahvistuukin juuri henkilön kokiessa onnistuvansa tärkeissä asioissa (Söderqvist &

Bäckman 1990, 2). Elämään tyytyväisyyden tunnetta oli joillakin lisännyt myös kurssi itsessään uusine ihmiskontakteineen, virikkeineen ja kokemuksineen, samalla kun kurssi oli tuonut vaihtelua tavalliseen arkeen. Myös Andreassenin (1995) tutkimustuloksissa ilmeni kurssin vaikutuksia kurssin jälkeen arvioitaessa, että suurin osa koulutukseen osallistujista oli kokenut kurssin tuoneen tarkoituksellisuutta elämään (Andreassen 1995, 147). Tosin Suomisen (1993) mukaan yksilön on mahdollista kokea elämänsä tarkoitukselliseksi, mutta sen ei tarvitse merkitä sitä, että yksilö kokee elämäntyytyväisyyttä (Suominen 1993, 31).

Ongelmista selviämisen kokemus suurimmalla osalla kurssilaisista pysyi kurssin ajan yhtä vahvana tai vahvistui. Useat kurssilaiset kokivat koko kurssin ajan olevan vahvoja ja sitkeitä selviämään mahdollisista eteen tulevista ongelmista. Tähän osalla oli vaikuttanut eritoten se, että elämässä oli jo kohdannut useampia vastoinkäymisiä ja kuitenkin selvinnyt näistä koettelemuksista hyvin, mikä puolestaan oli luonut uskoa omaan selviytymiseensä. Ongelmista selviämisen kokemuksen vahvistumiseen taas muutamalla oli vaikuttanut erityisesti se, että omia huoliaan oli saanut purkaa toisille ja ylipäänsä kokemuksia hankalista tilanteista oli saanut jakaa kurssilla toisten kanssa, mikä oli tuonut uudenlaista uskoa elämänhaasteista selviämiseen. Kurssilaisista vain muutamalla *usko työnsaantimahdollisuuksiin* kasvoi. Tulos on samansuuntainen Arnkilin, Niemisen ja Säkjärven (1997) tutkimustulosten kanssa. Erityisesti vanhimmilla oli selvästi se käsitys, että he olivat jo liian vanhoja työmarkkinoille. Työnsaannin ajatuksesta monet olivat alkaneet jo luopumaan. Heikkoon työnsaantimahdollisuuksien uskoon näyttää vaikuttavan kurssilaisten iän lisäksi se, että osa kurssilaisista oli entisiä yrittäjiä. He uskoivat vakaasti entisenä yrittäjänä olevan lähes mahdotonta saada työtä. Nämä henkilöt olivat myös asennoituneet asiaan jo niin, ettei työn saanti heille enää ollut niinkään tärkeää ja työn tilalle oltiinkin jo etsitty muuta ajanvietettä. Mielestäni hyvää elämänhallintaa osoittaa se, että ihmisen realistisesti katsottuaan omia työnsaantimahdollisuuksiaan ja todettuaan mahdollisuuksien olevan melko huonot, henkilö on pystynyt etsimään työn sijaan jotakin muuta mielekästä tekemistä.

Kurssilaisten *käsitykset elämänhallinnasta* eivät kurssin aikana juuri muuttuneet. Mikä saattaa johtua siitä, että omat käsitykset elämänhallinnasta ovat jo niin mieleen juurtuneita, ettei lyhyehkön kurssin aikana käsitykset niinkään muutu. Toisaalta kurssilaisten käsitykset elämänhallinnasta olivat alunalkaenkin jo varsin realistisia. Muutaman kohdalla kuitenkin elämänhallinta oli alettu nähdä myös siten, että

yrittää etsiä elämälleen muuta sisältöä, jollei työpaikka ole löytyäkseen. Muuten useimpien kurssilaisten elämänhallinnan käsityksissä korostuivat erityisesti itsestä huolehtiminen ja itsensä hallitseminen, kuten myös itselleen asettamiin tavoitteisiin pyrkiminen. Myös Keltikangas-Järvisen (2000) mukaan tietoinen tavoitteiden asettaminen ja päämääriin pyrkiminen kuuluu elämänhallintaan (Keltikangas-Järvinen 2000, 28). Tutkimuksessa ilmeni myös, että *kurssilaisten omat arviot elämänhallinnastaan* vastasivat hyvinkin paljon tutkimusaineiston antamaa kuvaa kurssilaisten elämänhallinnasta. Roos (1987) toteaa, että elämä voidaan kokea hallinnassa olevaksi, vaikka se ulkopuolisen silmin ei ehkä sitä olekaan (Roos 1987, 65). Tässä tutkimuksessa kurssilaisten kokemus elämänhallinnastaan oli paljonkin sellainen, millaisen kuvan myös tutkija henkilön elämänhallinnasta sai.

Myös *ohjaajan* mielestä jokaisen kurssilaisen kohdalla elämänhallinnassa tapahtui vahvistumista ja yleensäkin elämänhallinnan prosessi käynnistyi kullakin kurssilaisella jossakin muodossa. Eri kurssilaisille elämänhallinta tarkoitti ohjaajan mukaan eri asioita. Esimerkiksi jollekin saattoi jo pelkkä päivärytmin löytyminen parantaa omaa elämänhallintaa, kun taas toiselle mielekkään vapaa-ajan harrastuksen tai työpaikan löytyminen oli elämänhallintaa kohentava tekijä. Itseluottamuksen kasvun ja positiivisen tulevaisuuteen suhtautumisen lisäksi myös kurssilaisten vastuunottaminen omista asioista oli lisääntynyt sekä taas tietynlainen työttömyyden aiheuttama katkeruuden tunne oli monelta hävinnyt, mitkä ohjaaja näki myös elämänhallintaa parantavina tekijöinä. Kurssille oli kuitenkin jahkaantunut myös henkilöitä, joiden elämänhallinnan taidoissa ei niinkään puutteita ollut. Tämän totesi myös ohjaaja. Tällöin herää kysymys siitä, onko elämänhallintapainotteinen koulutus tarpeellinen henkilöille, joilla elämänhallinnan taidot ovat jo entuudestaan varsin hyvät? Toisaalta koulutus voidaan nähdä elämänhallinnan taitojen ylläpitäjänä ja vahvistajana, kuten tässäkin tutkimuksessa myös jo hyvien elämänhallinnan taitojen omaavien henkilöiden elämänhallinta entisestään kurssin aikana vahvistui. Lisäksi välittäähän koulutus myös kurssilaiselle informaatiota muun muassa koulutus- ja työmahdollisuuksista. Kuitenkin henkilö, jolla ei elämänhallinnassa ole puutteita, saattaisi hyötyä enemmän esimerkiksi ohjaavan koulutuksen muista koulutustyypeistä, joita ovat työn tai koulutuksen hakuun sekä ammatinvalintaan painottuvat koulutukset (kts. kpl 3.3; Järvinen ym. 1996, 21-23). Näissä koulutuksissa hän voisi keskittyä enemmän juuri itselle tarpeellisiin asioihin. Toisaalta erilaiset harrastuspainotteiset kurssit olisivat hyödyksi sellaisille henkilöille, jotka eivät enää ole palaamassa työelämään. Hyvät elämänhallinnan taidot omaava

henkilö ei välttämättä enää tarvitse ja niinkään hyödy elämäntapainotteisesta koulutuksesta, jossa etusijalla on heikkojen elämäntapainnan taitojen kohentaminen. Näin ollen kurssilaisten valintaan tulisikin kiinnittää enemmän huomiota, sillä elämäntapainotteinen koulutus saattaisi olla paljon tarpeellisempi monelle muulle heikommat elämäntapainnan taidot omaavalle ja syrjäytymisvaarassa olevalle henkilölle. Toisaalta taas ohjaaja näki asian hyvänä puolena sen, että hyvät elämäntapainnan taidot omaavat kurssilaiset olivat olleet erinomaisia malleja ja esimerkkejä toisille elämäntapainnaltaan heikommille kurssilaisille. Asiassa on siis monta puolta. Mielestäni enemmän tulisi kiinnittää huomiota henkilöihin, jotka erityisesti kaipaavat elämäntapainnan taitojen kohentamista. Pelkkä kurssin käyminen ei kuitenkaan näidenkään henkilöiden kohdalla aina riitä, mutta kurssi pitäisikin nähdä tavallaan ensimmäisenä askeleena kurssilaisen elämänsuunnan parantamisessa. Myös tällä kurssilla oli henkilöitä, joiden elämäntapainnan taidot olivat niin heikot, ettei pelkästään kurssi pystynyt siinä auttamaan. Ohjaaja näkikin tässä kohdin hyvänä puolena sen, että kurssin avulla tällaiset ihmiset löydetään ja heitä pystytään ohjaamaan oikeanlaisille ammattiauttajille. Näin ollen kurssi on näille henkilöille myös tältä kannalta yleensä koulutukseen osallistumisen lisäksi hyvä lähtökohta elämäntapainnan parantamisessa. Ongelmaksi ohjaajan mukaan kuitenkin usein koitui se, että näitä henkilöitä oli vaikea saada itse näkemään omat ongelmansa ja ammattiauttajan tarpeellisuuden. Tässä kohdin voisikin kurssilaisen olla hyväksi jo kurssin aikana saada mahdollisuus päästä esimerkiksi perusteellisesti puhumaan psykologin kanssa, jolloin voitaisiin kurssin myötä luoda turvallista pohjaa useimmille käyntikerroille tai kutsua ammattiauttajia itse kurssille kertomaan itsestään ja toiminnastaan ja näin tuoda ammattiauttajat lähemmäksi kurssilaisia.

Lähes kaikkien kurssilaisten kohdalla *syrjäytymistä koskevissa käsityksissä* ei tapahtunut muutosta koulutuksen aikana. Tämä saattaa johtua siitä, että käsitykset syrjäytymisestä ovat jo niin syvälle juurtuneita, ettei koulutus, jossa syrjäytymistä ei varsinaisesti nosteta esille, muuta käsityksiä. Kurssilaiset mielsivät syrjäytymisen lähinnä yksin jäämiseksi, jolloin erityisesti sosiaaliset suhteet vähenevät. Samoin myös tulojen väheneminen oli monelle syrjäytymistä koskeva tekijä. Jotkin kurssilaisista olivat sitä mieltä, että ihmisen itse pitää sinnikkäästi tarttua yhteiskunnan tarjoamiin apuihin ja virikkeisiin ehkäistäkseen omaa syrjäytymistä. Kurssilaisten *syrjäytyneisyyden kokemusta* tarkasteltaessa kurssilaiset eivät pääosin kokeneet olevansa syrjäytyneitä. Muutamalla syrjäytyneisyyden kokemus oli joltakin

elämänalueelta, kuten työelämästä tai sosiaalisista suhteista, mutta tämän he olivat kuitenkin onnistuneet kompensoimaan keskittyen johonkin toiseen elämänalueeseen. Ihminen voikin kokea olevansa syrjäytynyt joltakin elämänalueelta, mutta se ei ole peruste määritellä henkilöä syrjäytyneeksi. Yksi kurssilainen koki olevansa useammalta elämänalueelta syrjäytynyt eli lähinnä työelämästä ja sosiaalisista suhteista samanaikaisesti. Lisäksi koulutuksesta syrjäytyminen ilmeni hänen puheistaan. Tämä henkilö ei kuitenkaan kokenut olevansa täysin yhteiskunnasta syrjäytynyt. Vähätalon (1987) mukaan syrjäytymiselle on ominaista sivuun jääminen keskeisiltä elämänalueilta samanaikaisesti ja vasta elämän perustavampi järkkäminen oikeuttaa puhumaan syrjäytymisestä (Vähätalo 1987, 5-8). Tämän perusteella yhtä kurssilaisista voisi sanoa syrjäytyneeksi. Toisaalta kuitenkin syrjäytymisessä erittäin keskeistä on tutkittavan oma subjektiivinen käsitys asiasta.

Ainoastaan syrjäytymistä kokeneista kurssilaisista yhdellä oli näkemykset omasta syrjäytymisen tunteesta koulutuksen saatossa täysin hävinneet. Mikä saattoi johtua siitä, että hänen sosiaaliset suhteensa kurssin aikana piristyivät. Muilla syrjäytymistä kokeneilla syrjäytyneisyyden kokemus säilyi suhteellisen muuttumattomana. Toinen näistä koki edelleen olevansa syrjäytynyt yhdeltä elämänalueelta, toinen useammalta. Tämä saattaa johtua siitä, että kyseisten henkilöiden kohdalla esimerkiksi koulutuksen avulla ei löytynyt työpaikkaa, jolloin syrjäytyneisyyden tunne työelämästä edelleen pysyi entisellään. Näin ollen tutkimustulosten perusteella koulutus ei kaikkien syrjäytymistä kokeneiden kohdalla muuttanut kurssilaisten syrjäytymisen kokemusta. Toisaalta jo yhdenkin kurssilaisen kohdalla syrjäytymisen kokemuksen poistuminen kurssin aikana on huomioitavaa. Tuli myös ilmi, että jotkin kurssilaisista näkivät tietoisesti kurssille osallistumisen ehkäisevän omaa syrjäytymistään. Kurssille osallistuminen näyttikin heille olevan yksi keino ehkäistä itseään syrjäytymiseltä. Tämä osoittaa jo sen, että itsestä välitettiin ja omasta hyvinvoinnista pyrittiin pitämään huolta. Yleensä koulutukseen osallistumisen ja uusien virikkeiden saamisen, samoin kuin elämänhallinnan kohenemisen voidaankin ajatella olleen tärkeitä tekijöitä ehkäisemään kurssilaisten syrjäytymistä esimerkiksi työelämästä, koulutuksesta ja sosiaalisista suhteista, kuten myös estämään niiden henkilöiden syvempää syrjäytymistä elämänalueilta, joilta he kokivat olevansa syrjäytyneitä. Arnkil, Nieminen ja Säkäjarvi (1997) toteavatkin, että työttömien hyvinvointia ja elämänhallintaa lisäävät vaikutukset ovat syrjäytymistä ehkäiseviä (Arnkil, Nieminen & Säkäjarvi 1997, 55). Myös Kieselbachin ja Svenssonin mielestä

tämän tyyppiset koulutusohjelmat mahdollistavat koulutukseen osallistujien sosiaalisen eristäytyneisyyden vähentämisen (Kieselbach & Svensson 1988, 183). Kun kurssin aikana kurssilaisen oman elämän sisältö rikastuu ja elämän mielekkyys kasvaa, antaa se uutta voimaa irtautua jo tutuiksi tulleista oman elämän rutiineista ja lähteä etsimään elämälleen uusia haasteita ja näin ollen koulutus on syrjäytymistä ehkäisevänä tekijänä merkittävässä asemassa. Samoin ohjaajan mukaan koulutuksen avulla syrjäytymistä pystyttiin ehkäisemään. Tähän olivat vaikuttaneet muun muassa työvoimatoimistoon parempi tutustuminen ja kurssilta saadut uudet virikkeet ja harrastusideat vapaa-aikaan. Ohjaaja oli myös sitä mieltä, että syrjäytymisen ehkäisemisellä on vaikutusta myös kurssilaisen elämänhallinnan kohenemiseen.

9.1.2 Ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvät ominaispiirteet koulutukseen osallistujien ja ohjaajan näkemysten valossa

Koska tutkimus palvelee samalla koulutuksen kehittämistä niin tutkimuksessa selvitettiin myös koulutukseen osallistujien ja kurssin ohjaajan näkemyksiä ohjaavan koulutuksen tavoitteiden etenemisen kannalta merkittäviä ominaispiirteitä. Näitä ominaispiirteitä selvitettiin sen kautta mitä mieltä kurssilaiset ja ohjaaja kurssista olivat, sillä mielipiteiden kautta esille saatiin tutkittavien aidot ja omakohtaiset näkemykset kurssin keskeisimmistä ja tärkeimmistä tekijöistä. Esille tulleet ominaispiirteet liittyivät koulutuksen yleisiin tekijöihin, koulutuksen sisältöön ja toteutustapoihin sekä kurssilaisten koulutukseen valintaan. Ohjaajan näkemyksissä koulutuksen ominaispiirteet tulivat esille laajemmalla näkökannalla. Tämä saattaa johtua siitä, että ohjaajalla oli laajakantoisempi näkemys itse koulutuksesta ja sen päämääristä ja tavoitteista, kun taas kurssilaisten kokemusten kautta nousivat esiin pääasiassa asiat, jotka he kurssilla konkreettisimmin kokivat. Seuraavassa kuvataan sekä koulutukseen osallistujien että kurssin ohjaajan näkemysten kautta esille tulleita keskeisimpiä ohjaavan koulutuksen ominaispiirteitä.

Koulutuksen yleisiä tekijöitä tarkasteltaessa kurssilaisten näkemysten kautta esille tuli eritoten se, että kurssin avulla saatiin yleensä tilaisuus tutustua uusiin ja samassa elämäntilanteessa oleviin ihmisiin. Tietylainen yhteen kuuluvaisuuden tunne,

yhdessä jaetut kokemukset ja ylipäänsä yhdessä oleminen koettiin sekä piristävänä että helpottavana, samoin kuin huomattiin, ettei sitä ainut työtön ollutkaan. Nämä olivat myös tuoneet uutta energiaa ja auttaneet jaksamaan eteenpäin. Myös Sepposen (1996) tutkimuksessa tuli ilmi, että kurssilaisten samanlainen elämäntilanne ja elämäkokemus oli kurssilaisia yhdistävä tekijä ja näin ollen kurssitoverit olivat olleet kurssilaisille myös tietynlainen voimavara (Sepponen 1996, 90-91). Myös Andreassenin (1995) tutkimustuloksissa ilmeni koulutuksen vaikutuksia koulutuksen jälkeen arvioitaessa, että valtaosa koulutukseen osallistujista katsoi koulutuksen lisänneen sosiaalisia kontakteja (Andreassen 1995, 147). Kieselbach ja Svensson (1988) toteavatkin mahdollisuuden sosiaalisiin kontakteihin olevan useimmille koulutukseen osallistujille erityisen tärkeä motivaatiotekijä yleensä koulutukseen osallistumiseen (Kieselbach & Svensson 1988,183). Tärkeäksi koettiin myös muun muassa työpaikan ja opiskelupaikan hakuprosessin käynnistyminen kurssilla. Kurssin voidaankin olettaa olevan erinomainen lähtöpiste kurssilaisen aktivoitumiseen. Yksin ei niin helposti tule lähdettyä liikkeelle. Elämänhallinnan kannalta merkittävää oli eritoten se, että kurssilla tunnettiin kuuluvansa johonkin ryhmään. Ryhmään kuulumisen tunne saattoikin tuoda tietynlaista turvallisuuden tunnetta, kuten myös yhtenäisyyden tunnetta toisten kanssa. Samoin elämänhallinnan kannalta tärkeää oli muun muassa se, että kurssi auttoi selkiyttämään kurssilaisen asioita ja tulevaisuuden suunnitelmia.

Ohjaajan näkemyksissä ilmeni ryhmä itsessään ja sen vaikutus kurssilaisiin, kuten myös ryhmäytyminen erityisen tärkeinä seikkoina kurssin onnistumisessa. Myös Sepponen (1996) pitää kurssilaisten ryhmäytymisprosessia merkittävänä tekijänä kurssin onnistumista ajatellen. Ryhmäytymisen onnistuessa Sepposen mukaan ryhmä toimii eräänlaisena kollektiivina, joka antaa kurssilaisille yhtenäisen viitekehyksen ja johon he pystyvät tarttumaan (Sepponen 1996, 146.) Ohjaajan mukaan kuitenkin kurssilla ryhmäytyminen ei onnistunut. Mikä saattoi ohjaajan mukaan johtua siitä, että kurssilaiset olivat melko iäkästä porukkaa ja pitkään työttöminä olleita, jonka takia ryhmässä toimimiseen ei oltu niinkään totuttu. Ehkä juuri monelle, varsinkin iäkkäämmälle kurssilaiselle, ei ollut merkityksellistä isossa ryhmässä toimiminen. Monelle saattoi riittää se, että näki muita samassa tilanteessa olevia ja sai vaihtaa kokemuksia ja erityisesti se, että kurssilta sai muutaman läheisen kurssitoverin, jonka kanssa uskalsi ajatuksiaan vaihtaa aremmistakin aiheista sekä samalla sai tietynlaista tukea ja turvaa kurssilla toimimiseen. Tästä saattaa johtua se, miksi kurssilaiset erityisesti korostivat toisten kurssilaisten merkitystä kurssin antia arvioidessansa. Ehkä

kuitenkin suurempi kannustaminen erilaisiin ryhmiin ja ryhmässä toimimiseen olisi edesauttanut myös ryhmäytymisen onnistumista. Ohjaajan mukaan merkittävää oli myös muun muassa se, että kurssilla keskityttiin kurssilaisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja elämäntilanteen jäsentämiseen. Sepposen (1996) mukaan ohjaavaa koulutusta tulisikin käyttää entistä enemmän kurssilaisen elämäntilanteen jäsentämiseen ja uusien urasuunnitelmien luomiseen. Koulutus tulisi nähdä laajemmin, ihmisen saattamisena kasvuun sekä voimavarojen etsimisenä ja tukemisena. Se ei ole koulutusta perinteisessä mielessä vaan opettamista kokonaisvaltaiseen elämäntilanteen hallintaan ja vastuun ottamiseen omasta elämästä. (Sepponen 1996, 150.)

Koulutuksen sisältöä tarkasteltaessa kurssilaisten näkemyksissä esille nousi yhtenä merkittävänä kurssin ominaispiirteenä sisällön monipuolisuus. Kurssiin sisältyvät kädentaidon ja liikunnan harrastusmahdollisuuksiin tutustuminen, työharjoittelut, työnhakukoulutus ja informointi työmarkkinoista sekä tutustumiskäynnit paikkakunnan yrityksiin koettiin merkittävänä ja hyödyllisinä kurssin anteina. Ylipäänsä kurssin sisältöjen relevanttius ja hyödyllisyys koettiin tärkeiksi tekijöiksi kurssilaisen kurssiin kiinnostusta ylläpitävänä seikkana. Naisten kohdalla kuitenkin kurssiin kohdistetut odotukset olivat täyttyneet miehiä paremmin. Tämä saattaa osittain johtua siitä, että esimerkiksi lähes tulkoon kaikki kädentaitoihin liittyvät tutustumiskäynnit ja käytännönharjoitukset, kuten esimerkiksi kankaanpainanta, olivat monelle naiselle enemmän omiaan kuin miespuolisille henkilöille. Miesten odotukset kurssin sisällöstä olivat myös olleet jonkin verran toisenlaiset, kuin mitä kurssi sitten sisällään oli pitänyt. Kurssin sisältöjen rakentamiseen tulisikin kiinnittää enemmän huomiota siten, että ne paremmin soveltuisivat molemmille sukupuolille. Samoin tarkempi informaatio kurssin sisällöstä kurssille hakeuduttaessa voisi olla aiheellista. On myös huomattava, että miesten vähäisempi määrä tässä tutkimusaineistossa saattaa vähentää tulosten luotettavuutta. Toisin taas Pättikankaan (1999) tutkimuksessa miehet arvioivat kurssin naisia positiivisemmin. Pättikangas arveli sen johtuvan muun muassa siitä, että kurssin työelämään palaamista ja työnhakua korostava sisältö sopi paremmin työn merkitystä naisia enemmän arvostaville miehille. Huomioitavaa on myös se, että Pättikankaan tutkimusaineistossa miehiä oli runsaasti naisia enemmän. (Pättikangas 1999, 49, 60-61.) Tässä tutkimuksessa kurssin sisältö oli myös osaltaan työelämään liittyvää, mutta kurssin laajuden vuoksi sisältöön kuului myös paljon muuta. Erityisesti monelle naiselle työpaikan löytyminen kurssin avulla oli hyvin tärkeää ja saattaa myös

olla, että tässä tutkimuksessa naiset arvioivat kurssin miehiä positiivisemmin osaltaan myös kurssiin liittyvien työelämäpainotteisten osioiden vuoksi.

Elämänhallinnan kannalta kurssilaisten näkemyksissä ilmeni merkittävänä kurssin sisällössä se, että kurssilla käsiteltiin itsetuntemusta, elämänhallintaa ja työttömyyttä koskevia aiheita. Keltikangas-Järvinen (2000) toteaa elämänhallinnan alkavan juuri itsensä tuntemisesta. Ennen kuin ihminen voi hallita elämäänsä, hänen täytyy tietää, mitä elämältään toivoo ja mitä tavoittelee sekä miksi on sellainen kuin on. (Keltikangas-Järvinen 2000, 15.) Näin ollen itsetuntemuksen aiheen käsittely ja aiheesta keskustelu saattoikin olla kurssilaisille erityisen hedelmällistä. Myös kurssiin sisältyvät työharjoittelut koettiin tärkeiksi elämänhallinnan kannalta. Tämä johtui lähinnä siitä, että työharjoittelut kohottivat itseluottamusta ja lisäsivät uskoa omiin kykyihin. Näin ollen työharjoittelut koettiin merkittäviksi ei pelkästään työn saantia ajatellen, vaan myös sen kannalta, että pystyy itselleen näyttämään edelleen pärjäävänsä työelämässä ja olevansa hyvä suoriutumaan erilaisista tehtävistä.

Ohjaajan näkemysten kautta koulutuksen sisältöä tarkasteltaessa nousi esiin osittain samoja tekijöitä kuin kurssilaisilla, kuten esimerkiksi työharjoittelut ja erilaisiin harrastusmahdollisuuksiin tutustuminen. Ohjaajan näkemyksissä painottuivat kuitenkin myös monet muut erilaiset ominaispiirteet. Tärkeäksi osoittautuivat muun muassa kurssilaisten omat vaikutusmahdollisuudet kurssin sisällön muokkaamisessa. Tämä saattaaakin olla erityisen merkittävää jo kurssin onnistumisen kannalta. Jos kurssille osallistujilla on tunne siitä, että he itse saavat myös vaikuttaa siihen mitä asioita kurssilla käsitellään ja mitä ylipäänsä kurssilla tehdään, on se jo motivaatiota lisäävänä seikkana erityisen merkittävä. Samoin omien vaikutusmahdollisuuksien tunne antaa kurssilaiselle itselleen tunteen siitä, että myös hänen mielipiteilleen annetaan arvoa. Lisäksi tällöin tulee käsiteltäviä asioita, jotka kurssilaiset itse kokevat erityisen tärkeiksi ja mielekkäiksi. Tosin tällä kurssilla kurssilaiset eivät niinkään paljon käyttäneet vaikutusmahdollisuuksiaan hyväkseen kurssin sisällön muokkaamisessa, vaan helpommin odotettiin ohjaajan ideoita. Sepposen (1996) tutkimuksessa tuli ilmi, että kurssilla oltiin käsitelty eritoten niitä asioita, jotka kurssilaisten mielestä olivat tärkeitä. Sepposen mukaan tärkeää on kurssilaisten arkielämän ongelmien tunnistaminen heidän itsensä määrittelemässä muodossa. Sen pohjalta käynnistyy ongelmien ratkaiseminen ja oppiminen. (Sepponen 1996, 125.) Ohjaajan näkemyksissä esille nousivat myös eritoten kurssilaisten vahvuuksien etsiminen sekä kurssilaisten kurssin jälkeisten jatkosuunnitelmien tekeminen. Tärkeänä ohjaaja piti myös kurssin

tiettyjen sisältöjen puutteiden huomioimista. Hänen mukaansa työelämän kannalta tarvitaan enemmän asennekasvatusta kurssilainen näkemään omien taitojen kehittämisen tarpeellisuus. Tämä onkin varsin olennainen seikka jatkuvia työelämän uusia vaatimuksia ja muutoksia ajatellen. Jokaisen tulisikin oppia jo siihen, että nykymaailmassa omaa osaamistaan tulisi olla valmis kehittämään ajan tasalle aina tarpeen tullen pysyäkseen kilpailukykyisenä työmarkkinoilla.

Koulutuksen toteutusta tarkasteltaessa kurssilaisten näkemyksissä merkittäväksi tekijäksi nousi eritoten kurssin toimivuus, jolloin erimerkiksi kurssin työskentelytahti olisi tarpeeksi reipas, samoin kuin lukujärjestys olisi selkeä ja paikkansa pitävä. Toimivan lukujärjestyksen voidaankin olettaa olevan erityisen merkittävä seikka kunkin kurssipäivän onnistumisen luomisessa, samalla kun se opettaa tietynlaista selkeää rytmiä työttömän ihmisen elämään. Samoin kurssin osallistumisvaatimukset ja säännöt koettiin merkittävinä auttamaan kurssiin sitoutumista. Nämä koettiin tärkeiksi myös elämänhallinnan kannalta. Voidaankin ajatella esimerkiksi sääntöjen noudattamiseen oppimisen olevan tärkeä tekijä opettamaan yleensä toimimaan tilanteiden vaatimalla tavalla, ei omien miellijohteiden mukaan, mihin ehkä pitkään työttömänä olleena helpommin totutaan. Myös kurssin kesto koettiin merkittäväksi asiaksi, sillä pitempi kurssi antaa enemmän mahdollisuuksia. Myös Andreassenin (1995) tutkimuksessa ilmeni se, että mitä pidempi koulutus oli, sitä myönteisemmin koulutusta arvioitiin (Andreassen 1995).

Ohjaajan näkemyksissä koulutuksen toteutusta ajatellen esiin nousi erityisesti asioita, joihin ei vielä olla edetty, mutta jotka olisivat toivottavia tulevaisuudessa. Yhtenä merkittävänä ominaispiirteenä nousi esiin koulutuksen uudet rekrytointiperusteet, millä ohjaaja tarkoitti työttömien ja syrjäytymisvaarassa olevien nuorten parempaa huomioimista elämänhallintapainotteisen koulutuksen pariin. Tämä olisikin erityisen tärkeää nyt nuorisotyöttömyyden aikana. Koulutukseen osallistuminen saattaisi olla merkittävä apu nuoren elämänhallinnan taitojen kohentamiseksi sekä useiden mahdollisuuksien valottamiseksi. Koulutus voisi antaa nuorelle myös tietynlaisen kipinän yleensä uuden elämän suunnan rakentamiseen. Mitä aikaisemmassa vaiheessa työtöntä ja syrjäytyntä nuorta voidaan auttaa, sitä paremmat mahdollisuudet hänellä on palata yhteiskunnan normaaliin rytmiin ja aktiviteettien pariin. Ohjaajan näkemyksissä toivottavana tekijänä ilmeni myös räätälöity koulutuksen muoto ja henkilökohtaisempi ohjaus. Myös kurssilaisten näkemyksissä henkilökohtainen ohjaus osoittautui merkittäväksi tekijäksi auttamaan kurssilaista selvittämään omia ratkaisuja ja

tuntemuksia. Kurssilaiset olivat myös sitä mieltä, että pienempi ryhmä antaa enemmän mahdollisuuksia henkilökohtaiseen ohjaukseen. Henkilökohtaisen ohjauksen vaikuttavuuden takeena Järvinen ym. (1996) pitävät riittäviä taloudellisia ja ajallisia resursseja (Järvinen ym. 1996, 33). Näihin seikkoihin olisikin hyvä kiinnittää huomiota koulutusta kehitettäessä. Toivottavana ohjaajan näkemyksissä ilmeni myös verstastyyppinen koulutusmuoto, joka olisi toteutukseltaan monipuolisempi koulutuskokonaisuus.

Kurssilaisten koulutukseen valintaa tarkasteltaessa pidettiin samanhenkisten ja samantyyppisten taustojen omaavien ihmisten valintaa kurssille tärkeänä kurssilaisten yhtenäisyyden lisäämisen kannalta. Myös Sepposen (1996) tutkimuksessa tuli ilmi, että kurssilaisten mukaan kurssin kohderyhmän pitäisi olla jossakin muodossa yhtenäinen. Se voisi koostua esimerkiksi yksinäisistä, nuorista tai alkoholiongelmallisista. (Sepponen 1996, 124.) Mielestäni ihanteellista olisi myös valita koulutukseen suurin piirtein yhtä paljon sekä miehiä että naisia. Tämä kuitenkin harvemmin on onnistuakseen, sillä kursseille hakeutuu tavallisesti paljon enemmän naisia. Ohjaajan näkemyksissä korostui kurssilaisen oma motivaatio ja kiinnostus kurssille osallistumiseen erityisen tärkeänä seikkana kurssista kaiken hyödyn irti saamiseksi.

Esille tulleet ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyvät ominaispiirteet antavat kuvaa siitä, mitä tekijöitä koulutukseen osallistujat ja ohjaaja painottavat koulutuksen onnistumisessa omista näkökulmistaan. Koulutuksen tavoitteiden etenemisen kannalta esille tulleet ominaispiirteet ovat erityisen tärkeitä. Koulutuksen läpikäyneiden henkilöiden näkemyksillä on merkittävä arvo, sillä kokemusten kautta nousevat esiin ne todelliset asiat, joita koulutukselta toivotaan ja mitä koulutuksessa tulisi kehittää. Esille tulneiden moninaisten ominaispiirteiden kautta voidaan ohjaavan koulutuksen olettaa olevan myös monipuolisuudessaan erinomainen väylä auttaa koulutukseen osallistujia löytämään elämälleen uuden suunnan ja ylipäänsä uudenlaista sisältöä. Kaiken kaikkiaan tutkimusaineiston perusteella voidaan päätellä ohjaavalla koulutuksella olevan hyvät mahdollisuudet koulutukseen osallistujien elämänhallinnan edistämiseksi, kuten myös samalla ehkäisemään kurssilaisten syrjäytymistä. Pitkään työelämästä poissaolneiden henkilöiden heikentyneet elämänhallinnan taidot kaipaavat vahvistamista ja se on mahdollista koulutuksellisin keinoin. Koulutus auttaa kurssilaista saamaan hyvät ”eväät” elämässään eteenpäin. Kurssin aikana kurssilaisten kasvanut luottamus itseensä sekä vielä edessä oleviin elämänhaasteisiin antavat erinomaisen perustan ponnistaa elämässä eteenpäin uusien

voimavarojen kera. Vahvempi elämäntilanne tuo myös tietynlaisen turvallisuudentunteen (kts. Keltikangas-Järvinen 2000, 29; Latvakangas 2000, 16).

Elämäntilanteeseen koulutukseen hakeutujien joukosta pitäisi kuitenkin löytää ne henkilöt, joiden elämäntilanteen taidot todella kaipaavat vahvistamista. Tämä saattaisi onnistua esimerkiksi perinpohjaisella koulutukseen hakijan haastattelulla ja erilaisin psykologisin testeillä. Tulisi myös pohtia sitä, miten auttaa niitä henkilöitä, joille koulutus ei ole riittävä elämäntilanteen taitojen kohentamiseksi. Näitä henkilöitä ei saisi jättää kurssin jälkeen oman onnensa nojaan, sillä tällöin he palaavat takaisin siihen lähtöpisteeseen, jossa olivat kurssille tullessaan. Yhtenä mahdollisuutena voisi olla jatkokoulutus, jonka aikana nämä henkilöt saisivat vielä uusia mahdollisuuksia elämäntilanteensa jäsentämiseen. Samalla eritoten henkilökohtaisempi ja yksilöllisempi ohjaus olisivat ensisijaisesti tärkeitä. Lisäksi kurssilla tutuksi tulleen henkilökunnan yhteydenpito ja kannustus kurssin jälkeen voisivat olla erinomaisia vaikuttimia saada kurssilainen jatkamaan elämäänsä siitä, mihin kurssin aikana eteni. Tosin nämä kaikki vaativat enemmän resursseja koulutuksen järjestäjien taholta, mikä taas aina ei ole mahdollista. Toisaalta taas jos henkilöllä on elämäntilanteen taidoissa liian vakavia ongelmia, tarvitsee hän ensisijaisesti ammattiauttajien apua.

9.2 Tutkimuksen toteutuksen ja luotettavuuden arviointi

Tutkimuksen toteutuksen arviointi. Kaikkiin tutkimusongelmiin saatiin vastaus. Myös tutkimusmenetelmien kannalta tutkimus onnistui, sillä kvalitatiivisin menetelmin onnistuttiin saavuttamaan syvällisempää ja yksilöllisempää tietoa kurssilaisten käsityksistä ja kokemuksista kurssin aikana. Haastatteluissa tuli esiin myös kurssilaisten oma asiantuntemus kokemuksistaan, samoin ohjaajaa haastatteleamalla saatiin monipuolista tietoa. Kaksi aineistonkeruumenetelmää myös täydensivät toisiaan, jolloin

saatiin luotettavampaa tietoa. Kvantitatiivista menetelmää käyttäen tutkittavien käsityksistä ja kokemuksista oltaisiin saatu liian pinnallista tietoa. Lisäksi kuten Sepponen (1996) toteaa kvantitatiivisilla menetelmillä tehdyissä tutkimuksissa jää ottamatta huomioon työttömän asiantuntemus omasta arjestaan, elämismaailmastaan ja kokemuksistaan (Sepponen 1996, 60). Toisaalta kvantitatiivisin menetelmin tehdyssä tutkimuksessa oltaisiin voitu tukeutua esimerkiksi jonkin teorian pohjalta rakennettuun elämänhallinnan asteikkoon, jolla elämänhallinnan muutosta koulutuksen aikana oltaisiin voitu mitata luotettavan mittarin mukaan. Tässä tutkimuksessa ei käytetty minkäänlaista valmista asteikkoa elämänhallinnan mittaamiseen. Tästä johtuen elämänhallinnan käsitteen määrittely ja elämänhallinnan tarkastelu oli vaikeaa. Samoin elämänhallintakäsitteen monimerkityksellisyys tuotti sitä osuvimpien ja käyttökelpoisimpien kuvaavien tekijöiden valinnan tutkimukseen hankaluuksia. Myös Suominen (1996) toteaa elämänhallinnan käsitteen olevan vakiintumaton ja näin ollen eri tutkimuksissa elämänhallinnalla on tarkoitettu perin erilaisia asioita (Suominen 1996, 80). Tämä saattaa tuoda eräänlaisen validiusongelman, miten laatia laadulliseen tutkimukseen sopivimmat elämänhallintaa kuvaavat tekijät. Tutkimuksen luotettavuutta olen kuitenkin pyrkinyt lisäämään sillä, että olen pääosin pyrkinyt tutkimaan aihetta muutamien teoriasuuntausten näkökulmasta.

Oli vaikea tehdä vertailua aiempiin tutkimuksiin, koska vastaavanlaisia tutkimuksia elämänhallinnasta ei ole tehty samanlaisin kysymyksenasetteluin. Tutkimuksia ohjaavan koulutuksen vaikutuksista kurssille osallistujien elämänhallintaan on olemassa ja näissä ilmenneisiin tutkimustuloksiin tämän tutkimuksen antamia tuloksia onkin verrattu niiltä osin kuin on ollut mahdollista. Koska tutkimus tehtiin ainoastaan yhdelle ohjaavan koulutuksen kurssille osallistujille, tuloksia ei voida yleistää. Tutkimus on kuitenkin antanut syvällisempää tietoa yhden kurssin osallistujia koskien. Koska myös kunkin kurssilaisen näkemyksiä on tarkasteltu yksilöittäin ja tasavertaisesti on näin saatu paremmin esiin jokaisen kurssilaisen käsitykset ja kokemukset. Kurssilaisten ja ohjaajan näkemyksiä ei ole voitu täysin verrata toisiinsa, koska ohjaajalle esitetyt kysymykset ovat olleet yleisluontoisempia kuin kurssilaisille esitetyt kysymykset. Tutkimusta voisikin muuttaa siten, että kurssilaisten ja ohjaajan näkemyksiä koskevat kysymykset olisivat lähes samanlaisia ja näin ollen vertailukelpoisempia keskenään, mikä tosin saattaisi onnistua paremmin kyselylomaketutkimuksessa ja erilaisin kysymystenasetteluin (kts. esim. Lehtinen 1998).

Ohjaavan koulutuksen kurssien järjestäjille Eurajoen kristilliselle opistolle ja Rauman kaupungin kansalaisopistolle tutkimus on varmasti antanut uutta tietoa sekä toisaalta myös vahvistanut jo olemassa olevia, aikaisempia oletuksia kurssilaisten elämänhallinnan vahvistumisesta koulutuksen aikana. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää muun muassa seuraavien elämänhallintapainotteisten kurssien sisältöjen ja toteutuksen hiomisessa vielä enemmän kurssilaisten elämänhallintaa kehittäviksi ja samalla paremmin huomioida myös miesten kiinnostuksen kohteet ja tarpeet. Ylipäänsä tutkimus on tuonut varmuutta siihen, että Eurajoen kristillisen opiston ja Rauman kaupungin kansalaisopiston järjestämällä elämänhallintapainotteisella Oma osaaminen esiin -koulutusprojektin tyyppisellä koulutuksella on oma paikkansa ohjaavan koulutuksen kentällä myös tulevaisuudessa.

Tutkimuksen luotettavuuden arviointi. Useammat kvalitatiivisia tutkimusmenetelmiä käyttäneet tutkijat ovat todenneet perinteisten tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa käytettyjen reliabiliteetin ja validiteetin käsitteiden soveltuvan huonosti kvalitatiivisen tutkimuksen arviointiin (mm. Syrjälä & Numminen 1988; Varto 1992). Näin ollen kvalitatiivisen tutkimuksen arviointiin on pyritty kehittämään soveltuvampia käsitteitä. Tämän tutkimuksen luotettavuutta arvioin Lincolnin ja Guban (1985) käyttämien kvalitatiivisen tutkimuksen kriteereiden perusteella. Lincolnin ja Guban (1985) mukaan kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida totuusarvon, sovellettavuuden, pysyvyyden ja neutraalisuuden kriteereillä. Tutkimuksen totuusarvo liittyy kvantitatiivisessa tutkimuksessa käytettyyn sisäisen validiteetin käsitteeseen ja sen edellytyksenä on tutkimuksessa tutkittavasta todellisuudesta tuotetun kuvan vastaavuus alkuperäisen tutkimustodellisuuden kanssa. (Lincoln & Guba 1985, 290, 294-296.) Tutkijan tulisi saavuttaa sellaiset löydökset, joita kohteena olevat ihmiset pitävät todennäköisimmin luotettavina (Syrjälä & Numminen 1988, 136). Tutkimuksessani olen pyrkinyt siihen, että esitetyt tulokset ja niistä tehdyt johtopäätökset vastaavat mahdollisimman tarkasti tutkimukseen osallistuneiden käsityksiä ja kokemuksia. Tulososaan liitin myös paljon haastateltavien suoria lainauksia. Pattonin (1990) mukaan kvalitatiivisen aineiston tulee sisältää mahdollisimman paljon suoria lainauksia ihmisten puheista (Patton 1990, 32). Tällä tavoin haastateltavien ääni ja näkökulma saadaan paremmin esiin. Suorien lainausten avulla lukijalla on myös ainakin jossain määrin mahdollisuus muodostaa oma tulkinnallinen näkemys ja arvioida tehtyä analyysia ja esitettyjä johtopäätöksiä (Syrjälä

& Numminen 1988, 137.) Näin ollen suorien lainausten avulla lukija voi arvioida myös tulkintojen luotettavuutta (Syrjälä ym. 1994, 131).

Syrjälä ja Numminen (1988) viittaavat Lincolnin ja Guban (1985) kuvaamaan totuusarvon käsitteeseen uskottavuuden käsitteellä. Heidän mukaansa tutkimuksen uskottavuutta voidaan lisätä käyttämällä useampaa kuin yhtä menetelmää (triangulaatio) tutkimusaineiston koonnissa. (Syrjälä & Numminen 1988.) Tutkimukseni uskottavuutta lisääkin se, että käytin tutkimuksessa kahta eri tutkimusmenetelmää, sekä haastattelua että osallistuvaa havainnointia. Haastattelu ja havainnointi tukivat hyvin toisiaan. Lisäksi Scottin (1996c) mukaan käyttämällä useampaa tiedonkeruumenetelmää tutkija voi olla varmempi tekemistään johtopäätöksistä (Scott 1996c, 150). Kahden aineistonkeruumenetelmän käyttö lisäävät näin ollen tutkimukseni luotettavuutta. Samoin tutkimuksen luotettavuutta lisää myös se, että tein haastateltaville sekä alku- että loppuhaastattelut. Tällöin sain heti koulutuksen alussa hahmotettua kurssilaisten elämäntilannetta sekä heidän käsityksiä ja kokemuksia ja pääsin vertaamaan näitä käsityksiä ja kokemuksia koulutuksen lopussa. Näin sain luotettavampaa tietoa kurssilaisissa tapahtuneissa muutoksissa. Samoin ohjaajan sekä alku- että loppuhaastattelut takasivat luotettavamman tiedon saannin ohjaajan näkemyksistä. Haastatteluissa saavutin mielestäni myös tutkittavien luottamuksen. Lisäksi litteroin haastattelut sanatarkasti. Myös nämä tekijät lisäävät tutkimuksen luotettavuutta.

Sovellettavuudella taas tarkoitetaan tutkimustulosten siirrettävyyttä vastaavaan ilmiöön toisissa olosuhteissa. Sovellettavuuden käsitettä voidaan verrata ulkoisen validiteetin käsitteeseen. (Lincoln & Guba 1985, 296-297.) Ulkoisella validiteetilla tarkoitetaan tutkimustulosten yleistettävyyttä ja käyttökelpoisuuden arviointia (Scott 1996b, 80; Syrjälä & Numminen 1988, 142). Lähtökohtani ei ollut etsiä laajempia empiirisiä yleistyksiä, vaan tutkia koulutukseen osallistuneiden käsityksiä ja kokemuksia ja ohjaajan näkemyksiä. Näin ollen tuloksia ei voida yleistää, vaan tutkimustulokset kertovat ainoastaan tutkimukseen osallistuneiden käsityksistä ja kokemuksista haastattelujen ja havainnoinnin antamien tietojen perusteella. Toisaalta tuloksia voidaan pitää suuntaa antavina, koska joiltakin osin vastaavanlaisia tutkimustuloksia on tehty aiemmissa tutkimuksissa, joihin tämän tutkimuksen tuloksia on vertailtu. Pysyvyyden kriteerinä on pidetty tutkimustilanteen arviointia (Lincoln & Guba 1985, 298-299). Pysyvyyden käsitettä voidaan verrata reliabiliteetin käsitteeseen. Reliabiliteetissa on kyse tutkimuksen toistettavuudesta, sisäisestä yhtenäisyydestä ja johdonmukaisuudesta (Syrjälä & Numminen 1988, 143). Koulutuksen puitteissa

toistettavuutta on käytännössä lähes mahdoton testata, koska tutkimustilanteet toistuvat harvoin samanlaisina (Syrjälä & Numminen 1988, 143). Perttulan (1995) mukaan tutkimuksen luotettavuuden toteaminen edellyttää tutkimusprosessin ja erityisesti aineiston analyysivaiheen kuvaamista riittävän yksityiskohtaisesti (1995, 43-44). Myös Grönforsin (1985) mukaan kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuus perustuu tutkimusprosessin yksityiskohtaiseen kuvaamiseen (Grönfors 1985, 178). Olen pyrkinyt selostamaan mahdollisimman tarkasti tutkimuksen eri työvaiheet ja vertailemaan eri aineistonkeruumenetelmillä saatuja tuloksia. Tutkimustulosten luotettavuutta lisää ohjaajan kanssa käydyt keskustelut koulutuksen aikana. Raportoinnissa olen tuonut tasapuolisesti esille jokaisen tutkimushenkilön antamat näkökulmat ja mielipiteet. Tutkimuksen neutraalisuus puolestaan viittaa kvantitatiivisen tutkimuksen arvioinnissa käytettyyn objektiivisuuden kriteeriin ja sen edellytykseksi on esitetty vahvistettavuutta (Lincoln & Guba 1985, 299-300). Tutkimuksen vahvistettavuudella tarkoitetaan mahdollisuutta päätyä samanlaisiin tuloksiin erilaisilla analyysimenetelmillä (Perttula 1995, 43). Tutkimuksessani en ole käyttänyt erilaisia analyysimenetelmiä, joten tätä asiaa ei voida todentaa.

9.3 Jatkotutkimushaasteet

Jatkotutkimushaasteena olisi suorittaa kurssin jälkeen seuranta, jolloin saataisiin selville miten pysyviä kurssilaisten kurssin aikana elämänhallinnassa ilmenneet muutokset ovat. Näin ollen kurssin jälkeisellä seurannalla saataisiin tietoa ohjaavan koulutuksen varsinaisista vaikutuksista koulutukseen osallistuneiden elämänhallintaan. Elämänhallinnan kannalta kuten myös syrjäytymisen ehkäisemisen kannalta olisi myös mielekästä tietää miten kurssilaiset ovat elämäänsä kurssin jälkeen jatkaneet elleivät esimerkiksi ole löytäneet työtä itselleen. Onko kurssi aktivoinut kurssilaisia esimerkiksi hakeutumaan koulutukseen tai uusien harrastusten pariin vai onko yleisemmin sittenkin unohdettu kurssilla syntyneet suunnitelmat ja oltu tarttumatta yhteiskunnan tarjoamiin

mahdollisuuksiin ja aktiviteetteihin? Entä onko kurssilaisten syrjäytymisen kokemiseen tullut muutosta koulutuksen jälkeen? Myös kurssilaisten kurssia koskevat kokemukset saattavat muokkaantua ja muuttua vielä kurssin jälkeen, mikä saattaa tuoda vielä uusia näkökulmia ohjaavan koulutuksen merkittäviin kokemuksiin liittyviin ominaispiirteisiin. Näin ollen myös kurssikokemusten tutkimiseen voitaisiin vielä kurssin päätyttyäkin kiinnittää huomiota.

Olisi myös mielenkiintoista laajentaa tutkimusta koskemaan useampia elämänhallintapainotteisille ohjaavan koulutuksen kursseille osallistuneita, jolloin saataisiin tietoa useamman kurssille osallistuneen henkilön elämänhallintaa koskevista muutoksista kurssin aikana, samoin kuin syrjäytymisen kokemuksista. Pidemmän aikavälin seurantatutkimuksen avulla saataisiin tietoa kurssin varsinaisista vaikutuksista osallistujien elämänhallintaan ja syrjäytymisen ehkäisemiseen. Saaduilla tutkimustuloksilla olisi myös yleistettävyyssarvoa. Tutkimuksen laajentuessa olisi luontevampaa käyttää aineistonkeruumenetelmänä kyselylomaketutkimusta, jota voitaisiin täydentää haastatteluilla. Tosin kyselylomaketutkimusta käyttämällä menetetään osin kurssilaisen asiantuntemus omista kokemuksistaan, jolloin juuri haastattelu olisikin merkittävä keino täydentää lomakkeella saatua aineistoa.

LÄHTEET

- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P. & Teasdale, J. D. 1978. Learned Helplessness in Humans: Critique and Reformulation. *Journal of Abnormal Psychology* 87, 49-74.
- Abramson, L. Y., Garber, J. & Seligman, M. E. P. 1980. Learned Helplessness in Humans: An Attributional Analysis. Teoksessa J. Garber & M. E. P. Seligman (toim.) *Human Helplessness. Theory and Applications*. San Francisco: Academic Press, 3-34.
- Ahvenniemi, U. 1999. Suunta eteenpäin. *Kodin Kuvalehti* 19. 8. 1999, 16, 14-16.
- Alasuutari, P. 1999. Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Osuuskunta vastapaino. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Andreassen, J. 1995. The Effects of Labour Market Training in Norway 1994. Preliminary Results. Teoksessa I. Mikkonen & H. Räsänen (toim.) *Evaluating Labour Market Training – Outcome and Effectiveness*. Proceedings from the Seminar in Helsinki, August 1995. Ministry of Labour. Labour Policy Studies 122. Helsinki: Hakapaino Oy, 139-147.
- Antonovsky, A. 1979. *Health, Stress and Coping*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Antonovsky, A. 1987. Health Promoting Factors at Work: the Sense of Coherence. Teoksessa R. Kalimo, M. A. El-Batawi & C. L. Cooper (toim.) *Psychosocial Factors at Work and their Relation to Health*. Geneva: WHO, 153-167.
- Antonovsky, A. 1988. *Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Antonovsky, A. 1993. The Structure and Properties of the Sense of Coherence Scale. *Social Science & Medicine* 36, 725-733.
- Arnkil, R., Nieminen, J. & Säkjärvi, M. 1997. Yksilölliset palvelukokonaisuudet pitkäaikaistyöttömille ja niille, jotka ovat vaarassa joutua pitkäaikaistyöttömiksi. Euroopan sosiaalirahaston Suomen tavoite 3 –ohjelma. ESR-julkaisut 10. Helsinki: Oy Edita Ab.
- Bäckman, G. & Söderqvist, S. 1990. Elämäntilintakyky ja koettu terveys. Teoksessa G. Bäckman (toim.) *Terveys ja elämäntilintä*. V. 1987 pilottitutkimuksen

- keskeisimpiä tuloksia. Meddelanden från ekonomiskstatsvetenskapliga fakulteten vid Åbo Akademi. Socialpolitiska institutionen. Ser. A: 317. Åbo: Åbo Akademis kopieringscentral, 1-12.
- Dey, I. 1993. *Qualitative Data Analysis. A User-Friendly Guide for Social Scientists*. London: Biddles Ltd, Guildford and King's Lynn.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. 2. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Eteläpelto, A. 1993. Oppijalähtöiseen osaamisen kehittämiseen. Teoksessa: A Eteläpelto & R. Miettinen (toim.) *Ammattitaito ja ammatillinen kasvu. Kasvatustieteiden tutkimuslaitoksen 25-vuotisjuhlajulkaisu*. Helsinki: Painatuskeskus Oy, 109-135.
- Euroopan sosiaalirahasto. 1995. *Yhdistetty ohjelma-asiakirja 1995-1999. Tavoite 3 – Suomi*. Työministeriö. Helsinki.
- Feldt, T. 2000. *Sense of Coherence. Structure, Stability and Health Promoting Role in Working Life*. Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research 158. University of Jyväskylä. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.
- Fielding, N. 1993. *Qualitative Interviewing*. Teoksessa N. Gilbert (toim.) *Researching Social Life*. London: Sage Publications, Ltd, 135-153.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. 1988. *The Relationship between Coping and Emotion: Implications for Theory and Research*. *Social Science & Medicine* 26, 309-317.
- Grönfors, M. 1982. *Kvalitatiiviset kenttätömenetelmät*. Werner Söderström Osakeyhtiö. Juva: WSOY:n graafiset laitokset.
- Heikkilä, M. 1990. *Köyhyys ja huono-osaisuus hyvinvointivaltiossa. Tutkimus köyhyydestä ja hyvinvoinnin puutteiden kasautumisesta Suomessa*. Sosiaalihuollituksen julkaisuja 8. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Helne, T. 1994. *Erään muodin tarina – 1980-luvun suomalaisesta syrjäytymiskeskustelusta*. Teoksessa M. Heikkilä & K. Vähätalo (toim.) *Huono-osaisuus ja hyvinvointivaltion muutos*. Tampere: Tammer-Paino, 32-50.
- Helne, T. 1998. *Onko syrjäytyminen liikettä? Hyvinvointikatsaus 2. Tilastollinen aikakauslehti*, 40-43.

- Helne, T. & Karisto, A. 1993. Syrjäytymisen ongelma. Teoksessa O. Riihinen (toim.) Sosiaalipolitiikka 2017. Näkökulmia suomalaisen yhteiskunnan kehitykseen ja tulevaisuuteen. Juva: WSOY:n graafiset laitokset, 517-531.
- Helve, H. & Bynner, J. (toim.) 1996. Youth and Life Management. Research Perspectives. Helsinki: Yliopistopaino, Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 1982. Teemahaastattelu. 2. korjattu painos. Helsinki: Kyriiri Oy.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Huhtaniemi, P. 1995. The Sense of Life Control and Thoughts of Early Retirement. Turun yliopiston julkaisuja, sarja B, osa 210. Turku: Pallosalama Oy.
- Hyttinen, K. 1998. Suomussalmelaisen miehen elämänhallinta – ”taistelua elämästä”? Ennaltaehkäisevän sosiaalipolitiikan toimintaohjelma Suomussalmella: Tutkimuksia 4. Kuopio: Kuopion yliopiston painatuskeskus.
- Ilén, P. 1996. Ohjaavan koulutuksen mielekkyyttä etsimässä – näkökulmia pitkäaikaistyöttömille suunnatun Oma osaaminen esiin –projektin tiimoilta. Jyväskylän ammatillinen opettajakorkeakoulu. Seminaarityö.
- Järvikoski, A. 1994. Vajaakuntoisuudesta elämänhallintaan? Kuntoutuksen viitekehysten ja toimintamallien tarkastelu. Kuntoutussäätiön tutkimuksia 46. Helsinki: Yliopistopaino.
- Järvinen, P., Katajisto, J., Kellberg, A. & Onnismaa, J. 1996. Ohjaavan koulutuksen opetussuunnitelman laatiminen. Opetushallitus. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Karisto, A. 1990. Some Marginalization Processes. Teoksessa D. Gordon & O. Riihinen (toim.) Exclusion in Cities in Britain and in Finland. Proceedings of the Seminar held at the Centre for Urban and Regional Studies, Helsinki University of Technology. Helsingin yliopisto. Sosiaalipolitiikan laitos, 25-37. Tutkimuksia nro 3. Helsinki: Yliopistopaino.
- Keltikangas-Järvinen, L. 1999. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY-kirjapainoyksikkö.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2000. Tunne itsesi, suomalainen. Juva: WS Bookwell Oy.
- Kieselbach, T. & Svensson, P-G. 1988. Health and Social Policy Responses to Unemployment in Europe. Journal of Social Issues, 44, 173-191.
- Kobasa, S. C. 1979. Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry into Hardiness. Journal of Personality and Social Psychology 37, 1-11.

- Kobasa, S. C. 1982. The Hardy Personality: Toward a Social Psychology of Stress and Health. Teoksessa G. S. Sanders & J. Suls (toim.) Social Psychology of Health and Illness. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers, 3-32.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R. & Kahn, S. 1982. Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology* 42, 168-177.
- Korhonen, M. & Niemelä, P. 1998. Väestön hyvinvointi, osallisuus ja syrjäytyminen sekä elämänhallinta Suomussalmella. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 65. Sosiaalitieteiden laitos. Kuopion yliopisto. Kuopio: Kuopion yliopiston painatuskeskus.
- Latvakangas, E. 2000. Minä, minä, minä! Terveys- ja elämänhallinta nousivat trendeiksi. *Turun Sanomat, Viikkoliite* 21.4.2000, 16.
- Laurila, A. 1995. Työ meni – mitä jäi: vaihtoehtoja elämänhallintaan. Helsinki: Kirjapaja.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. 1984. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer Publishing Company.
- Lefcourt, H. M. 1976. Locus of Control. Current Trends in Theory and Research. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. Publishers.
- Lehtinen, J. 1998. Oman elämän valtias. Arviointitutkimus nuorten työttömien koulutusohjelmasta. Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskuksen raportteja ja selvityksiä 31. Helsinki: Yliopistopaino.
- Lehtonen, H., Heinonen, J. & Rissanen, P. 1986. Syrjäytymiskäsitteen käytön ongelmia. Sosiaalihuollon toimeentuloprojekti. Sosiaalihuollon julkaisuja 12. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Lincoln, Y. S. & Guba, E. G. 1985. Naturalistic Inquiry. Beverly Hills: Sage Publications.
- Lindroos, R. 1993. Työ, koulutus, elämänhallinta. Elämäkertatutkimus työllisyyskoulutukseen osallistuneiden työorientaatioista. Helsingin yliopiston kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 136. Helsinki: Yliopistopaino.
- Lindqvist, T. 1996. Miten tukea selviytymistä? Sosiaalityö-kurssien evaluaatiotutkimus. Sosiaaliviraston julkaisusarja D1. Helsingin yliopisto. Lisensiaatintutkimus. Helsinki: Helsingin kaupungin sosiaalivirasto.
- Manninen, J. 1996a. Kadonneen aarteen metsästäjät. Akateemisille työnhakijoille tarkoitettujen yksilöllisten täydennyskoulutusohjelmien vaikuttavuus.

- Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskuksen raportteja ja selvityksiä nro 26. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Manninen, J. 1996b. Työllistymistä edistävän koulutuksen vaikuttavuus. *Aikuiskasvatus* 16, 184-193.
- Mikkonen, I. 1995. Työvoimapolitiittiseen aikuiskoulutukseen hakeutuminen ja koulutuksen kokeminen. Koulutusmotivaatio, koulutukseen kohdistuneet odotukset ja niiden toteutuminen. Työpoliittinen tutkimus nro 95. Työministeriö. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Mikkonen, I. 1996. Työvoimakoulutus ja työmarkkinapolun käänneet. Vaikuttavuuden arviointia ensimmäisen vuoden seurannan perusteella. Työpoliittinen tutkimus nro 129. Työministeriö. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Mikkonen, I. 1997. Työvoimakoulutus osana työmarkkinapolkua. Koulutuksen vaikuttavuus yksilötasolla. Työpoliittinen tutkimus nro 174. Työministeriö. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Niemelä, P., Hirvenkari, P., Kainulainen, S., Kotakari, U., Pääkkönen, J., Rusanen, T., Vidgren, E., Vornanen, R., Väisänen, R. & Ylinen, S. 1994. Ennakkotuloksia turvattomuudesta ja sen hallintakeinoista. Turvattomuus, sen syyt ja hallintakeinot Vaasan läänissä vuonna 1992. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 14. Kuopio: Kuopion yliopiston painatuskeskus.
- Nyyssölä, K. 2000. From School to Where? Labour Market Transitions of Young Finnish People in 1980-1993. http://www.minedu.fi/nuora/ml123_98.html#3.%20Marginalisation 29.8.2000.
- O'Cinnéide, S. 1995. Social Exclusion in Europe: National and European Responses. Teoksessa S. O'Cinnéide, G. Abou Sada, J. Clasen, I. Koch-Nielsen, V-M. Ritakallio, M. Kortteinen & H. Tuomikoski. Themes from Finland. Social Exclusion in Europe. Themes 2. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki: National Research and Development Centre for Welfare and Health, 5-18.
- Onnismaa, J. 1998. Aikuisten ohjaus auttamiskäytäntönä. Näkökulmia ohjauksellisten työtapojen erityispiirteisiin. Työelämän tutkimus 2. Opetushallitus. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Onnismaa, J. & Taskinen, L. 1994. Ohjaavan koulutuksen arviointia. Rajankäyntiä aikuisopetuksen, sosiaalityön, lyhytterapian ja kuntoutuksen kesken. Opetushallitus. Arviointi ja seuranta 4. Helsinki: Painatuskeskus.

- Palander, S. & Pouke, A. 1996. Syrjäytyneitä ja syrjäytettyjä. Ääniä Helsingin leipäjonosta ja Kainuun kyliltä. Yhteiskuntapolitiikan tutkimuksia. Joensuun yliopiston yhteiskuntapolitiikan ja filosofian laitos. Joensuu: Joensuun yliopiston monistuskeskus.
- Palovaara, J. 2000. A Transnational Study of the Youth's Future Orientation. Teoksessa S. Autio & J. Palovaara (toim.) Individual Pathways and Life Management. http://www.minedu.fi/nuora/ml130_98.html 29.8.2000.
- Pasanen, H. 1993. Kirjoituksia ohjaavan koulutuksen ympäriltä. Aiko-koulutus. Jyväskylän ammatillinen opettajakorkeakoulu. Seminaarityö.
- Patton, M. Q. 1990. Qualitative Evaluation and Research Methods. Second Edition. Newbury Park: Sage Publications, Inc.
- Peltonen, R. 1994. Sosiaalinen tuki, elämänhallinta ja koettu terveys keski-ikäisillä naisilla. Sosiaalipoliittisen yhdistyksen tutkimuksia 54. Socialpolitiska institutionen. Åbo Akademi. Åbo: Typopress.
- Perttula, J. 1995. Kokemuksen tutkimuksen luotettavuudesta. Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja. Kasvatus 26, 39-47.
- Pietilä, A-M. 1994. Elämänhallinta ja terveys. Pitkittäistutkimus pohjoissuomalaisilla nuorilla miehillä. Hoitotieteen laitos, kansanterveystieteen ja yleislääketieteen laitos. Acta universitatis ouluensis medica D 313. Oulu: Monistus- ja kuvakeskus.
- Pättikangas, M. 1999. Ei käännekohta, mutta piirun verran parempaan – Pitkäaikaistyöttömien kuntoutuskurssien vaikutuksista. Teoksessa A. Pohjola, E. Saari & L. Viinamäki (toim.) Interventioilla hyvinvointia työttömille? Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 30. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino, 45-66.
- Raitasalo, R. 1995. Elämänhallinta sosiaalipolitiikan tavoitteena. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 1. Kansaneläkelaitos. Helsinki: Kelan omatarvepaino.
- Rauhala, U. 1988. Huono-osaisen muotokuva. Sosiaali- ja terveysministeriö. Suunnitteluosasto. Julkaisuja 7. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Raunio, K. 1995. Sosiaalipolitiikan lähtökohdat. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Repo, P. 1999. Suomalaiset innostuivat elämänhallinnasta. Arkipäivän psykologiaa opiskelevat työttömät, yritykset ja työväenopiston kurssilaiset. <http://www.helsinginsanomat.fi/uu...tu.asp?id=990912ko21&pvm=19990912> 12.9.1999.

- Riihinen, O. 1996. Elämänhallinta-käsitteen erittelyä ja ongelmia. Teoksessa R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Helsinki: Kelan omatarvepaino, 16-34.
- Ritakallio, V-M. 1991. Köyhyys ei tule yksin. Tutkimus hyvinvointipuutteiden kasautumisesta toimeentulotukiasiakkailta. Sosiaali- ja terveyshallitus. Tutkimuksia 11. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Ritakallio, V-M. 1992. Onko olemassa lääkkeitä syrjäytyneiden auttamiseen? Teoksessa I. Söderling, K. Forssén & H. Suhonen (toim.) Sosiaalityö taitekohdassa? Sosiaalityön seminaarissa Turussa 6.-7.10.1992 pidetyt esitelmät. Opetussosiaalikeskuksen julkaisuja 1. Turku, 25-40.
- Roos, J. P. 1985. Elämäntapojen tyypeistä elämäkertojen valossa. Teoksessa K. Rahkonen (toim.) J. P. Roos. Elämäntapaa etsimässä. Tutkijaliitto. Jyväskylä: Gummerus Oy:n kirjapaino, 37-49.
- Roos, J.P. 1987. Suomalainen elämä. Tutkimus tavallisten suomalaisten elämäkertoista. Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran toimituksia 454. Hämeenlinna: Karisto Oy:n kirjapaino.
- Rotter, J. B. 1966. Generalized Expectancies for Internal versus External Control of Reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied* 80, 1-28.
- Rotter, J. B. 1975. Some Problems and Misconceptions Related to the Construct of Internal versus External Control of Reinforcement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 43, 56-67.
- Santasalo, M. 1981. Työelämään ja koulutukseen valmentavat kurssit. Työvoimaministeriö. Suunnitteluosasto. Työvoimapolitiittisia selvityksiä no 40. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Scott, D. 1996a. Methods and Data in Educational Research. Teoksessa D. Scott & R. Usher (toim.) *Understanding Educational Research*. London: Clays Ltd, St Ives PLC, 52-73.
- Scott, D. 1996b. Making Judgements about Educational Research. Teoksessa D. Scott & R. Usher (toim.) *Understanding Educational Research*. London: Clays Ltd, St Ives PLC, 74-87.
- Scott, D. 1996c. Ethnography and Education. Teoksessa D. Scott & R. Usher (toim.) *Understanding Educational Research*. London: Clays Ltd, St Ives PLC, 143-158.

- Seligman, M. E. P. 1975. Helplessness. On Depression, Development and Death. San Francisco: W. H. Freeman and Company.
- Sepponen, K. 1996. Koulutus – portti työmarkkinoille? Tutkimus työttömän arjesta ja ammatinvaihtoon ohjaavasta kurssista. Työpoliittisia tutkimuksia nro 162. Työministeriö. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Siljander, P. 1996. Syrjäytyminen – aatteiden murroksen kriisi. Teoksessa P. Siljander & V-M. Ulvinen (toim.) Syrjäytymisestä selviytymiseen. Vaikeuksien kautta elämänhallintaan. Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan opetusmonisteita ja selosteita 66. Oulu: Monistus- ja kuvakeskus, 7-14.
- Silver, H. 1994. Social Exclusion and Social Solidarity: Three Paradigms. *International Labour Review* 133, 531-578.
- Sipilä, J. 1985. Sosiaalipolitiikan tulevaisuus. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki: Painokaari Oy.
- Suominen, S. 1993. Perceived Health and Life Control. A Theoretical Review and Empirical Study about the Connections between Health and Life Control determined according to the Strength of the Sense of Coherence. Stakes. National Research and Development Centre for Welfare and Health. Research Reports 26. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Suominen, S. 1996. Elämänhallinta – luottamusta vai voimavarojen hallintaa? Teoksessa R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Helsinki: Kelan omatarvepaino, 80-83.
- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1994. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Kirjayhtymä Oy. Rauma: Kirjapaino West Point Oy.
- Syrjälä, L. & Numminen, M. 1988. Tapaustutkimus kasvatustieteessä. Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia 51. Oulu: Oulun yliopisto, Monistus- ja kuvakeskus.
- Söderqvist, S. & Bäckman, G. 1988. Life Control and Perceived Health. Meddelanden från ekonomiskstatsvetenskapliga fakulteten vid Åbo Akademi. Socialpolitiska institutionen. Ser. A: 262. Åbo: Åbo Akademis kopieringcentral.
- Söderqvist, S. & Bäckman, G. 1990. Elämänhallintakyvyn määreet. Teoksessa G. Bäckman (toim.) Terveys ja elämänhallinta. V. 1987 pilottitutkimuksen keskeisimpiä tuloksia. Meddelanden från ekonomiskstatsvetenskapliga fakulteten vid Åbo Akademi. Socialpolitiska institutionen. Ser. A: 317. Åbo: Åbo Akademis kopieringcentral, 1-12.

- Taidot esiin ja hyötykäyttöön. Oma osaaminen esiin –kurssi tuo uutta sisältöä työttömän elämään 1999. Länsi-Suomi 17.4.1999, 5.
- Vainio, A., Katajamäki, H. & Huuhka, A. 1997. Euroopan sosiaalirahaston tavoite 3 – ohjelman kokonaisarviointi (1995-1997). ESR-julkaisut 9. Helsinki: Oy Edita Ab.
- Varto, J. 1992. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Hygieia-sarja. Terveysten- ja sairaanhoitajan kirjasto. Kirjayhtymä. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Vehviläinen, S. 1998. Työvoimakoulutus kaksoisvalotuksessa – merkitystyötä ohjaavan koulutuksen ohjaustilanteissa. Teoksessa J. Manninen (toim.) Aikuiskoulutus modernin murroksessa. Näkökulmia työllistymistä edistävän koulutuksen ja ohjauksen merkityksiin ja vaikuttavuuteen. Helsingin yliopiston kasvatustieteiden laitoksen tutkimuksia 158. Helsinki: Hakapaino Oy, 177-211.
- Veijola, E. 2000. School Experiment to Support Young People at Risk of Social Exclusion. http://www.minedu.fi/nuora/ml128_98.html 29.8.2000.
- Vuorjoki, Y. 1962. Helsingin kaupungin työnvälitystoimisto 1903-1960. Työnvälityksen teoriaa ja käytäntöä. Helsingin kaupungin julkaisuja nro 15. Helsinki: Paasipaino.
- Vähätalo, K. 1987. Suomalaisesta syrjäytymiskeskustelusta 1980-luvulla. Sosiaalinen aikakauskirja nro 4. Sosiaali- ja terveystieteellinen julkaisu, 4-9.
- Vähätalo, K. 1991. Pitkäaikaistyöttömyyden mosaiikki ja työllisyyslaki. Arviointitutkimus työllisyyslain toteutumisesta Porin, Kuusamon ja Vantaan pitkäaikaistyöttömien kohdalla vuosina 1988-1990. Helsinki: Valtion painatuskeskus Pasilan Valtimo.
- Vähätalo, K. 1998. Työttömyys ja suomalainen yhteiskunta. Tampere: Tammer-Paino.
- Wiman, R. 1994. Elämänhallinnan ongelmien kartoituskehikko. Stakes aiheita 11. Helsinki.
- Yksilölliset palvelukokonaisuudet pitkäaikaistyöttömille ja niille, jotka ovat vaarassa joutua pitkäaikaistyöttömiksi. 1999. <http://www.mol.fi/EU/esf/3/3toimohj-Toimenpi.html> 1.6.1999.

Muut lähteet:

Eurajoen kristillisen opiston rehtori M. Grönroosin henkilökohtainen tiedonanto
12.3.1999.

Eurajoen kristillisen opiston apulaisrehtori P. Ilénin henkilökohtainen tiedonanto
12.3.1999.

Eurajoen kristillisen opiston projektisihteeri ja opettaja U-M. Takalan henkilökohtainen
tiedonanto 9.8.1999.

Eurajoen kristillisen opiston apulaisrehtori P. Ilénin & projektisihteeri ja opettaja U-M.
Takalan henkilökohtainen tiedonanto 11.2.2000.

Porin TE-keskuksen ESR-koordinaattori P. Nordströmin henkilökohtainen tiedonanto
26.5.1999.

Liitteet:

Liite 1: Oma osaaminen esiin – kurssin opetussuunnitelma

Liite 2: Koulutukseen osallistujan alkuhaastattelurunko

Liite 3: Koulutukseen osallistujan loppuhaastattelurunko

Liite 4: Ohjaajan alkuhaastattelurunko

Liite 5: Ohjaajan loppuhaastattelurunko

OPETUSSUUNNITELMA

Oma osaaminen esiin - valmiuksia työelämään, opiskeluun ja itsensä kehittämiseen

Koulutuksen tavoite

Päätavoitteena on, että opiskelija saa koulutusjaksolta tahtoa ja valmiuksia lähteä työelämään, koulutukseen tai muuhun sekä opiskelijan että yhteiskunnan kannalta mielekkääseen toimintaan aktiivisena kansalaisyhteiskunnan jäsenenä.

Päätavoitteeseen sisältyy mm. seuraavia osatavoitteita:

- parantaa laaja-alaisesti sekä koulutuksessa että työelämässä tarvittavia yleisiä valmiuksia ja taitoja
- alentaa kynnyksiä osallistua oppilaitosten toimintaan ja lähteä työelämään
- opiskelijan oman tilanteen ja toiminnan näkeminen uudessa valossa
- syrjäytymisen estäminen
- yleinen aktiivointi ja itsetunnon nostaminen

Opetussuunnitelma:

1. Oppimaan oppiminen - motivaatio ja valmiudet itsensä kehittämiseen 30 tuntia

- Osallistujien itsensä kehittämiseen liittyvien tarpeiden ja tavoitteiden, taitojen ja epävarmuustekijöiden kartoitus sekä kehittämissuunnitelman (HOPS) tekeminen.
- Oman osaamisen ja omien valmiuksien oivaltaminen; miten saada omat voimavarat käyttöön.
- 'Tunnetko oppimistyylysi' - oppimistyylin ja oppimistaitojen kehittäminen opiskelijan omista lähtökohdista; opiskeluun liittyvien asenteiden läpikäynti.

2. Oman elämäntilanteen hahmottelu 50 tuntia

- Työttömyyteen, työllistymiseen, työn jakamiseen yms. liittyvien yhteiskunnallisten kysymysten pohdintaa, oman elämäntilanteen tarkastelua näissä yhteyksissä.
- 'Oman elämän filosofiaa' - esim. elämän ja elämäntarkastelun, ihmissuhteisiin ja ihmisen elämäntarkastelun liittyvien keskeisten kysymysten ja ongelmien pohdiskelua; miten selvitä elämän ongelmatilanteissa.
- Jos kurssilaisissa on paljon vanhempia, myös kasvatusasioita sisällytetään kurssiin.

3. Yhteiskuntaelämään tutustuminen ja osallistuminen 75 tuntia

- Vapaaehtoistyön ja kansalaistoiminnan perusteet; opiskelijan muuhun yhteiskunnallisesti merkitykselliseen toimintaan kuin palkkatyöhön liittyvän osaamisen selvittäminen ja sen merkityksen arviointi; yhteiskunnallinen vaikuttaminen ruohonjuuritasolla; tutustumista mm. opiskelijaa kiinnostavaan yhdistystoimintaan ja vapaaehtoistyöhön.

- Tutustuminen 'byrokratian koukeroihin' ja tavallisimpiin kansalaista koskettaviin säädöksiin 'tunne oikeutesi'-periaatteella; asioiminen viranomaisten kanssa ja selviytyminen 'tukalista tilanteista'.
- Yleinen yhteiskuntatietous.
- Tutustuminen alueen elinkeinoelämään ja työmarkkinoihin; työmarkkinoiden ammattitaitovaatimukset ja erilaiset työsuhteet.

4. Vuorovaikutus- ja ilmaisutaidot 75 tuntia

- Toiminta ryhmässä, roolit; sosiaalisen käyttäytymisen ymmärtäminen ja perustaidot - mm. miten käyttäydyn, miten muut näkevät minut; huomion kiinnittäminen omaan 'habitukseseen'; tapakulttuuri ja esiintyminen erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa, mm. työnhakutilanteessa; kulttuurien ja alakulttuurien välinen vuorovaikutus, suhtautuminen erilaisuuteen.
- Esiintymis- ja ilmaisutaito - mm. puhe- ja ilmaisuvalmiuden kehittäminen arkipäivän tilanteista juhlatilaisuuksiin; selkeä ilmaisu eri tilanteissa ja vapautunut esitystapa; itseilmaisuun ja mielipiteen sanomiseen rohkaiseminen.

5. Kirjoittamisen perusvalmiudet 25 tuntia

- Perehdytään kirjoittamisen perustaitoihin, mm. kirjalliseen ilmaisuun, oikeinkirjoitukseen ja oikeakielisyyteen sekä tyyliin.
- Osuudessa seulotaan esille henkilöt, joilla on opiskelua tai työelämässä toimimista vaikeuttavia lukemis- ja kirjoittamisvaikeuksia ja järjestetään heille erityisopetusta. Tämä toteutetaan osana valinnaisia opintoja.

6. Tietotekniikan perusvalmiudet 50 tuntia

- ATK:n perusteiden ja tietoliikenteen opetusta. Eriyttäminen tapahtuu siten, että osa opiskelijoista ohjataan valinnaisiin opintoihin opiston muuhun toimintaan tai muihin oppilaitoksiin.

7. Käden taidot, taideaineet, liikunta 75 tuntia

- Tarkoituksena on toisaalta tuoda esille mahdollisuuksia itsensä kehittämiseen ja aktiivisuuden suuntaamiseen, toisaalta tuoda monipuolisuutta koulutusjakson toteutukseen ja osoittaa, että opiskelu voi olla hauskaa.
- Sisältö määräytyy pitkälti osallistujien toiveiden mukaisesti.

8. Koulutus ja työelämä; työharjoittelu 150 tuntia

- Tutustutaan työelämään; työharjoittelu (työharjoittelun osuus 105 tuntia).
- Tutustutaan erilaisiin oppilaitoksiin ja niiden tarjoamiin

mahdollisuuksiin.

- Opiskelija etsii itselleen koulutuksen jälkeistä työpaikkaa tai koulutuspaikkaa (oppisopimus-, työvoimapolitiittinen tai muu koulutus).

9. Valinnaiset opinnot

100 tuntia

- Kurssilaiset voivat valita mm. opiston normaalitarjonnasta kursseja oman halunsa mukaan siten, että näiden ja koulutusjakson tuntien yhteenlaskettu määrä on keskimäärin 35 tuntia viikossa. Myös lukemis- ja kirjoitusvaikeuksia käsittelevä osio ja muu mahdollinen tukiopeetus järjestetään osana valinnaisia opintoja. Joillakin opiskelijoilla näiden opintojen osuus saattaa olla suurempi, jos esim. opiskelija hallitsee tietotekniikan perusteet ja osallistuu tietotekniikkaosion sijasta jollekin atk:n erikoiskurssille.

Toteutus

Koulutusjakson toteutuksessa pyritään mahdollisimman suureen käytännönläheisyyteen, motivoivuuteen ja oppimiseen tekemällä. Mm. opiskelutaitoja opitaan opiskelun yhteydessä, yhteiskunnalliset kysymykset yhdistetään opiskelijan omaan tilanteeseen ja oman paikkakunnan olosuhteisiin. Kukin päivä rakennetaan mahdollisimman monipuoliseksi ja toiminnalliseksi siten, että teoreettisen opiskelun määrä on mahdollisimman vähäinen.

Kurssin osioiden edellä esitetty järjestys ei ole niiden toteuttamisjärjestys, vaan ne sijoittuvat osittain toistensa lomaan.

Ryhmätoiminta ja opintoryhmän jäsenten välinen yhteistyö on keskeinen periaate kurssilla. Tähän pyritään käyttämällä ryhmää tukevia ja kokoavia menettelytapoja, mm. vastuuttamalla ryhmää ja jakamalla vastuuta ryhmän toiminnoista jne. Opiskelu koostuu tavanomaisesta lähiopiskelusta ja opiskelijoiden ohjatusta omatoimisesta ryhmätyöskentelystä. Jälkimmäisen määrää lisätään sitä mukaa kuin ryhmän valmiudet ottaa vastuuta toiminnastaan lisääntyvät. Kurssin kuluessa pyritään jatkuvasti olemaan yhteydessä työelämään ja muihin koulutusmahdollisuuksiin.

LIITE 2: KOULUTUKSEEN OSALLISTUJAN ALKUHAASTATTELURUNKO

1. ELÄMÄNKULKU JA ELÄMÄNTILANNE

- koulutustausta
- työhistoria
- perhetilanne

2. KOULUTUKSEEN HAKEUTUMINEN JA KOULUTUKSEEN KOHDISTUVAT ODOTUKSET

- mistä tai keneltä sai tiedon kurssista
- miksi hakeutui kurssille
- mitä kurssilta odottaa, toivoo

3. ELÄMÄNHALLINTA

- mitä elämänhallinnalla käsittää
- millaiseksi arvioi oman elämänhallintansa
- miten yleensä luottaa itseensä, millaisena pitää itseluottamustaan
- miten arvioi pystyvänsä vaikuttamaan itseään ja omaa elämää koskeviin asioihin
- miten kokee selviytyvänsä eteen tulevista ongelmista ja haasteista
- millaisiin selviytymiskeinoihin tarttuu ongelmien ratkaisussa
- miten arvioi omia työelämävalmiuksiaan, millaiseksi arvioi työnsaantimahdollisuutensa
- millaiseksi elämänsä kokee
- miten tyytyväinen on omaan elämäänsä yleensä ja elämän eri osa-alueisiin kuten perheeseen, sosiaalisiin suhteisiin, vapaa-aikaan, työelämään
- mitä käsittää syrjäytymisellä ja kokeeko itse olevansa syrjäytynyt

4. TULEVAISUUS

- mitä on suunnitellut tekevänsä kurssin jälkeen
- millaisia tulevaisuuden suunnitelmia on
- millaiseksi arvioi elämänsä viiden vuoden kuluttua

LIITE 3: KOULUTUKSEEN OSALLISTUJAN LOPPUHAASTATTELURUNKO**1. KOKEMUKSET KURSSISTA**

- mitä piti kurssista
- mitä koki saavansa kurssilta
- millaisia odotuksia oli kurssin alkaessa ja vastasiko kurssi odotuksia
- miten kurssia kehittäisi tai muuttaisi
- muita kokemuksia ja kommentteja

2. ELÄMÄNHALLINTA

- mitä kaikkea elämänhallinta merkitsee
- millaiseksi arvioi oman elämänhallintansa
- miten yleensä luottaa itseensä, millaisena pitää itseluottamustaan
- miten uskoo pystyvänsä vaikuttamaan itseä koskeviin asioihin ja omaan elämään yleensä
- miten kokee selviytyvänsä eteen tulevista ongelmista ja haasteista
- millaisiin selviytymiskeinoihin tarttuu ongelmien ratkaisussa
- miten arvioi työelämävalmiuksiaan, millaiseksi arvioi työnsaantimahdollisuutensa
- millaiseksi kokee elämänsä
- miten tyytyväinen on elämäänsä yleensä ja elämän eri osa-alueisiin, kuten perheeseen, sosiaalisiin suhteisiin, vapaa-aikaan, työelämään
- kuinka tyytyväinen oli elämään ennen kurssille hakeutumista, entä nyt
- mitä kaikkea syrjäytyminen merkitsee
- minkälaiset asiat ovat vaikeuttaneet omaa elämänhallintaa, erityisesti suhteessa perheeseen, sosiaalisiin suhteisiin, vapaa-aikaan, työelämään
- voisiko näitä vaikeuksia kutsua syrjäytymiseksi

3. TULEVAISUUS ELÄMÄNHALLINNAN KANNALTA JA KOULUTUKSEN MERKITYS

- mitkä asiat on kokenut kurssilla tärkeiksi elämönhallinnan kannalta
- mitkä asiat on kokenut kurssilla tärkeiksi tulevaisuuden kannalta
- mitä kurssi on merkinnyt
- mitä on suunnitellut tekevänsä kurssin jälkeen
- millaisia tulevaisuuden suunnitelmia on
- millaisena yleensä näkee tulevaisuutensa
- millaiseksi arvioi elämänsä viiden vuoden kuluttua

LIITE 4: OHJAAJAN ALKUHAASTATTELURUNKO

1. KOULUTUS JA KURSSILAISET

- mitä on kurssin tavoitteena
- mitä kurssi sisältää
- millaisilta kurssilaiset ensituntumalta vaikuttavat
- miten paljon kurssilaiset itse saavat kurssin sisältöön vaikuttaa
- muita kommentteja

2. ELÄMÄNHALLINTA

- kurssi on elämänhallintaa painottava, mitä tällä tarkoitetaan ja mihin pyritään
- mitä käsittää elämänhallinnalla
- miten kurssilaisten elämänhallinnan taitoja pyritään kurssin aikana kehittämään
- millaisia tavoitteita asettaa kurssille elämänhallinnan osalta
- muita kommentteja

LIITE 5: OHJAAJAN LOPPUHAASTATTELURUNKO

1. KÄSITYKSET KOULUTUKSEN ONNISTUNEISUUDESTA JA KURSSILAISISTA ELÄMÄNHALLINNAN KANNALTA

- miten kurssi onnistui
- saavutettiinkö kurssille asetetut tavoitteet
- olisiko jotain pitänyt tehdä toisin
- mitä mieltä kurssilaisista ja yleensä ryhmästä
- mitä arvioi kurssilaisten toimineen ryhmänä
- uskooko kurssin täyttäneen kurssilaisten odotukset
- minkä merkityksen arvioi kurssilla olleen kurssilaisille
- muita kommentteja

2. ELÄMÄNHALLINTA

- millä tavoin kurssilla pyrittiin kehittämään kurssilaisten elämänhallinnan taitoja ja miten tässä onnistuttiin
- olisiko jotain pitänyt tehdä toisin
- miten kurssin elämänhallinnan kannalta asetetut tavoitteet saavutettiin (aihealueittain)
- ilmenikö kurssilaisten elämänhallinnassa muutoksia, jos niin millaisia
- uskooko kurssin vaikuttaneen kurssilaisten syrjäytymisen ehkäisemiseen
- voidaanko syrjäytymisen ehkäisemisellä tarkoittaa elämänhallinnan taitojen parantumista
- muita kommentteja

3. OHJAAVA KOULUTUS TULEVAISUUDESSA ELÄMÄNHALLINNAN KANNALTA

- millaiset mahdollisuudet tällaisella kurssilla on elämänhallinnan tukemisessa suhteessa muihin vaihtoehtoihin
- millainen paikka/millaiset mahdollisuudet tällaisella kurssilla on tulevaisuudessa
- miten tällaista elämänhallintapainotteista koulutusta tulisi edelleen kehittää
- millaisia koulutustoimenpiteitä tulevaisuudessa pitäisi järjestää