

KOHDERYHMÄN KOKEMA MOTIVOITUMINEN JA VOIMAANTUMINEN ITU-PROJEKTISSA

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU
Liiketalouden laitos
Sosiaali- ja terveysalan taloushallinnon
asiantuntija
Opinnäytetyö
Kevät 2007
Ulla Saarela

Lahden Ammattikorkeakoulu
Liiketalouden laitos

SAARELA, ULLA: Kohderyhmän kokema motivoituminen ja voimaantuminen
ITU-projektissa

Sosiaali- ja terveysalan taloushallinnon asiantuntijan opinnäytetyö, 46 sivua, 3
liitesivua

Kevät 2007

TIIVISTELMÄ

Tässä opinnäytetyössä oli tarkoituksena tutkia ESR:n (Euroopan Sosiaalirahasto) ja Lahden kaupungin rahoittaman sekä Lahden seudun työttömät ry:n hallinnoiman ITU-projektin kohderyhmän kokemaa voimaantumista ja motivaation mahdollista paranemista ryhmän osallistuessa projektin toimintaan.

Teoreettisessa osuudessa tarkasteltiin motivaatiota ja voimaantumista eri teorioiden ja tutkimusten valossa, jotta saataisiin muodostettua kuva siitä mitä niillä tämänhetkisen tutkimuksen valossa ymmärretään ja kuinka ihmisen motivoitumista ja/tai voimaantumista yleensäkin voidaan tukea tai lisätä. Lisäksi tarkasteltiin kokemusta ja sen tutkimista.

Empiirisen osuuden aineisto kerättiin kohderyhmän jäsenten kirjoittamista kirjoitelmista, joissa heitä pyydettiin kertomaan omin sanoin kokemuksiaan siitä, mitä heille on tapahtunut projektin aikana, mitä uusia taitoja he ovat oppineet, mikä on heidän mielestään ollut projektin parasta antia ja miten projekti voisi parantaa vielä toimintaansa. Lisäksi heitä pyydettiin kuvailemaan onnistumisen kokemuksiaan ITU-projektiin osallistumisen ja tukityöllistymisen aikana ja jos mahdollista, kuvailemaan miltä onnistuminen tuntui. Kirjoitelmien lauseimat kategorioitiin motivoitumisen sysäyksiksi, voimaantumisen kokemuksiksi ja kritisoiiviksi ennakkoasenteiksi. Kirjoitelmien lausumat analysoitiin sisällönanalyysillä.

Motivoitumista ilmaistiin kiitoksen ja rohkaisun saamisella. Projektin kautta saadun tiedon, tuen ja kannustuksen merkitys sekä vertaistuki nähtiin myös tärkeinä. Voimaantumisen kategoriassa esiin nousivat ATK-koulutus, terveystarkastus ja kuntotestaus. Tärkeinä koettiin myös oman sosiaalisuuden ja itseluottamuksen voimistuminen, sekä rohkaistuminen ja vastuunotto omista valinnoista ja elämästä. Kritiikkiä ITU-projekti sai siitä, että toiminnan sovittaminen yhteen työnteon kanssa koettiin hankalaksi. Erityisesti luentomuotoiset päivät koettiin pitkästyttäväiksi ja koettiin, että samoja asioita toistettiin liikaa.

Asiasanat: motivaatio, voimaantuminen, kokemus

Lahti University of Applied Sciences
Faculty of Business Studies

SAARELA, ULLA: The experienced motivation and empowerment of the
members of the ITU-project

Bachelor's Thesis, Financial Management in Social and Healthcare,
46 pages, 3 appendices

Spring 2007

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the experienced motivation and empowerment of the target group in ITU project, which is financed by ESF (The European Social Fund) and the city of Lahti and administered by Lahden seudun työttömät registered association.

In the theoretical part of this study, motivation and empowerment are analyzed in view of different theories and studies about the subject. That helped to understand the current research atmosphere of motivation and empowerment. It was also interesting to study whether it is possible to have an effect on an individual's motivation and/or empowerment and if so, how. In addition, the experience and analysis of the experience were examined.

The empirical data was collected with essays written by the target group. In the essays people were asked to tell about their experiences of the project: what had happened to them during the project, what new skills they felt they had learned, what were the best experiences in the project and what suggestions they had for improving the project. In addition, they were asked to describe experiences of success while participating in the project and during their subsidized employment. The essays were organized into three categories: an impulse for motivation, an experience of empowerment and a bias due to critical attitude. The essays were examined by analysis of the content.

Motivation was expressed as getting acknowledgement and encouragement. Also the knowledge, support of the peer group and encouragement of the ITU-project were important. An ADP education, physical examination and fitness condition testing were quoted as empowering experiences. The ITU-project was criticized for difficulty to fit together the activities of the project and work. Lectures were experienced to be boring and repetitive.

Key words: motivation, empowerment, experience

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 MOTIVAATIO JA VOIMAANTUMINEN	4
2.1 Motivaatio	4
2.2 Voimaantuminen, empowerment	10
2.3 Kokemus ja sen tutkiminen	12
3 TUTKIMUSKYSYMYKSET	14
4 TUTKIMUSAINEISTO JA KÄYTETYT MENETELMÄT	15
4.1 Alkuhaastattelun yhteenveto	16
4.2 Yhteenveto loppuarvioinnista	17
4.3 Loppuarviointiyhteenvedon kokemukset	18
4.4 Kirjoitelmat tutkimusaineistona	19
4.5 Aineiston analysointi	20
5 TUTKIMUKSEN TULOKSET	23
5.1 Motivoitumisen kokemukset kirjoitelmissa	23
5.2 Voimaantumisen kokemukset kirjoitelmissa	25
5.3 Muut kokemuksen tulkinnat	25
5.4 Työnohjaajan kokemukset	26
6 YHTEENVETO	27
LÄHTEET	32
LIITTEET	34
Liite 1: Erottelutyylit	34
Liite 2: Kirjoitelman ohjeistus	37
Liite 3: Excel taulukko lausumista	38

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössä tutkitaan lahtelaisen ITU-projektin vaikuttavuutta. Kyseessä on Lahden seudun työttömät ry:n (myöhemmin LST ry) hallinnoiman Euroopan sosiaalirahaston (myöhemmin ESR) ja Lahden kaupungin rahoittaman ITU-projektin kohderyhmän voimaantumisen lisääntymistä ja motivoitumista projektissa kohderyhmälle asetettujen tavoitteiden saavuttamiseen ja projektin tarjoamaan toimintaan. Projektia toteutetaan Lahdessa 1.10.2004–30.6.2007. Kohderyhmänä projektissa ovat lahtelaiset pitkäaikaistyöttömät ja vajaakuntoiset, jotka projektin toimintaan mukaan tullessaan ovat LST ry:n yhdistelmätuella (vuoden 2006 alusta palkkatuki) työllistämistä lahtelaisissa yhdistyksissä. Välillisenä kohderyhmänä ovat työvoimanpalvelukeskus Lyhdyn ja Päijät-Hämeen työvoimatoimiston lähettämät palkkatukikelpoiset työttömät.

Hankehakemuksessa tavoitteeksi on asetettu mm. se, että projektin kohderyhmä saadaan aktivoitua työllistymään ja hoitamaan omaa terveyttään ja jaksamistaan sekä voimavarojaan työllistyäkseen avoimille työmarkkinoille. Tavoitteena on myös, että projekti motivoi osallistujat löytämään oman osaamisensa suomat mahdollisuudet. Projektiin osallistuneilla toivotaan olevan valmiuksia ja tietoa mahdollisuuksistaan työllistyä ja/tai kouluttautua sekä näkemys fyysisten ja henkisten valmiuksiensa/jaksamisensa merkityksestä elämänlaatuun parantavana tekijänä.

Opinnäytetyössä selvitetään kohderyhmän kokemaan motivoitumista projektin toimintaan ja projektissa toteutetun toiminnan, työnohjauksen ja koulutuksen vaikutuksia kohderyhmän kokemaan voimaantumiseen. Samoin kiinnostaa se, miten osallistujien (ihmisten) voimaantumista ja motivoitumista voidaan yleensäkin parantaa ja tukea.

Lisäksi tämän opinnäytetyön tulosten perusteella on mahdollista tarkentaa projektin toimintaa sen toteuttamisen loppuun saakka. Tämän opinnäytetyön tekijä on ollut alusta lähtien suunnittelemassa nyt toteutettavaa projektia. Hän työskentelee ITU-projektissa projektiassistenttina ja on siten mukana myös toiminnan toteutuksessa.

Työllistämiskäsitteiden määrittelyt:

Avoin sektori

Avoin sektori tarkoittaa ilman yhteiskunnan tukea toimivia työpaikkoja, jotka voivat olla sekä julkisella, että yksityisellä puolella (Kervinen, 1999).

Palkkatuki

Työllistämistukijärjestelmää yksinkertaistettiin vuoden 2006 alusta ottamalla käyttöön palkkatuki, joka jakaantuu perustukeen ja lisäosaan. Palkkatuki korvaa aikaisemmat työllistämistuen ja yhdistelmä-tuen. Yhdistelmä-tuki tukimuotona lakkautettiin vuoden alusta 2006. Palkkatukea voidaan myöntää työttömän henkilön palkkakustannuksiin, jos työnhakija ei työllisty avoimille työmarkkinoille tai jos hän ei sijoitu koulutukseen. Palkkatuen työn tulee parantaa työttömän työnhakijan ammattitaitoa ja työmarkkina-asemaa sekä edistää pitkään työttömänä olleen pääsemistä avoimille työmarkkinoille. (Hämeen TE-keskus, 1/2006.)

Pitkäaikaistyötön ja vajaakuntoinen

Pitkäaikaistyötön määritellään laissa julkisista työvoimapalveluista 1 luvun 7 §:ssä työttömäksi työnhakijaksi, joka on ollut yhtäjaksoisesti 12 kuukautta työttömänä työnhakijana sekä työtöntä työnhakijaa, joka on ollut useammassa työttömyysjaksossa yhteensä vähintään 12 kuukautta työttömänä työnhakijana ja joka työttömyyden toistuvuuden ja kokonaiskeston perusteella on rinnastettavissa yhtäjaksoisesti 12 kuukautta työttömänä olleeseen työnhakijaan. (Laki julkisesta työvoimapalvelusta 30.12.2002/1295).

Projektipäällikkö Inga-Maija Hyppölän (2006) mukaan pitkäaikaistyöttömyys on varsinkin ikääntyneiden ja matalan koulutustason työttömien ongelma. Pitkään jatkuessaan työttömyys on vakava ongelma siksi, että työttömän ammattitaito rapistuu ja hänellä on suuri riski syrjäytyä lopullisesti työmarkkinoilta. Samoin Hyppölä kertoi, että innostus työnhakuun vähenee työttömyyden pitkittyessä. Jatkuvat epäonnistumiset työpaikan löytämisessä usein lannistavat työnhakijaa niin, että hän kokee koko yönetsinnän olevan turhaa.

Vajaakuntoiseksi määritellään laissa julkisesta työvoimapalvelusta (2002) henkilö, jonka mahdollisuudet saada sopivaa työtä, säilyttää työ tai edetä työssä ovat huomattavasti vähentyneet asianmukaisesti todetun vamman, sairauden tai vajavuuden takia.

2 MOTIVAATIO JA VOIMAANTUMINEN

2.1 Motivaatio

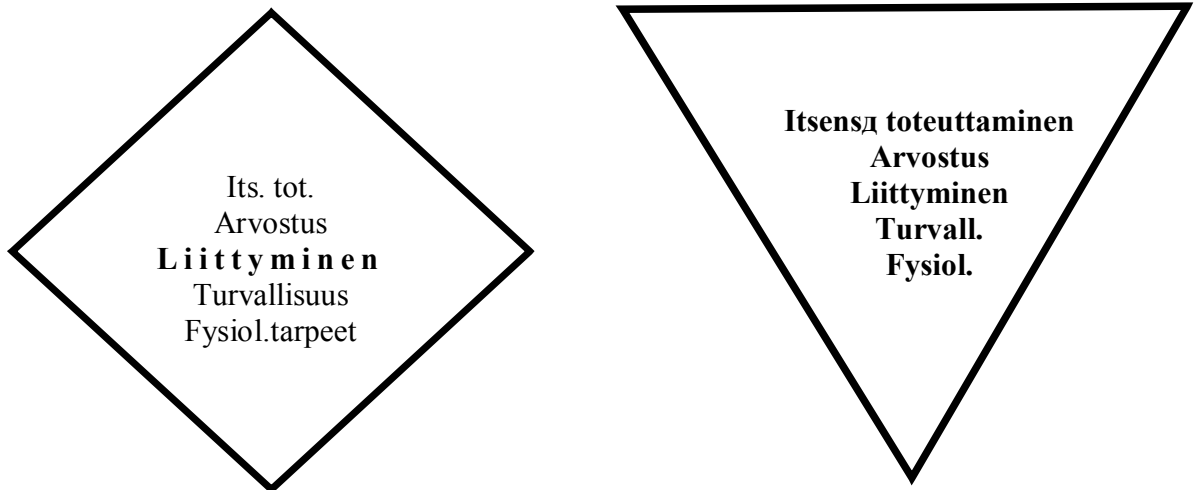
Motivaatio ilmiönä on jatkuvasti ympärillämme ja myös sisällämme vaikuttaen suoraan tai tiedostamattamme käyttäytymiseemme niissä tehtävissä ja toimissa, joihin osallistumme. Motivaatio on monimutkainen ja dynaaminen prosessi, jossa yhdistyvät ihmisen persoonallisuus, tunteenomaiset ja järkiperäiset tekijät sekä hänen sosiaalinen ympäristönsä. Viime aikoina mukaan on otettu myös arvot. Motivaatiotutkimuksessa pohditaan syntykö motivaatio meille tärkeiden arvostusten kautta. Toisaalta pohditaan, aiheuttaako ihmiselle kielteinen arvo samalla motivaation laskua. (Liukkonen, Jaakkola & Suvanto 2002, 13–14.)

Liukkonen ym. (2002, 14) mukaan motivaatiolla voidaan katsoa olevan kolme erilaista tehtävää ihmisen käyttäytymisen suhteen. Ensinnäkin motivaatio toimii käyttäytymisen energian lähteenä saaden ihmisen toimimaan tietyllä tavalla. Toiseksi motivaatio suuntaa käyttäytymistämme, jos pyrimme saavuttamaan jonkin tavoitteen, motivaatio ohjaa käyttäytymistämme sen suuntaan. Kolmanneksi motivaatio säätelee käyttäytymistämme, koska motivaatioprosessin myötä arvioimme omaa pätevyyttämme kussakin tilanteessa ja myös kyseisen toimintaympäristön ja yksittäisen tilanteen merkitystä itsellemme.

Järvinen, Manner, Ruokolainen ja Turunen (2005, 4) käsittelevät seminaarityössään sisäistä ja ulkoista motivaatiota, motivaatiota sisäisenä prosessina sekä motivaatioteorioita. Heidän mukaansa yksikään motivaatioteoria ei anna yksiselitteisiä vastauksia motivaation syntyyn vaan pikemminkin ne kuvaavat sitä mitkä asiat vaikuttavat motivaatioon. Teorioiden on heidän mukaansa tarkoitus selvittää motivaatioon vaikuttavien muuttujien välistä suhdetta. Ne eivät tarjoa suoraa vastausta siihen, miten motivoida ihmistä, mutta antavat kuvan asioista, jotka vaikuttavat ihmisten käyttäytymiseen.

Yhden tunnetuimman motivaatioteorian on esittänyt Maslow (1987, 35–46). Teorian mukaan ihmisen toiminta määräytyy aina kulloinkin vallitsevan motiivin perusteella niin, että alempana olevan motiivin eli tarpeiden tyydyttäminen on edellytys ylemmän tason tarpeiden tyydyttämiselle.

EVTEK ammattikorkeakoulun opettaja Heikki Salparanta esittelee julkaisemattomassa aineistossa Motivaatioteoriat ja markkinointi (2005) kiinnostavasti Maslow'n teoriaa motivoinnin kannalta. Kun tarveportaikoon jokin tarve on tyydytetty, muuttuu tarpeiden rakenne ja jokin toinen tarve alkaa hallita käyttäytymistä. Kuitenkin ihmiset ovat erilaisia ja toiselle on tärkeämpää itsensä toteuttaminen ja arvostuksen saaminen, kun taas toista parhaiten motivoi liittyminen muihin ihmisiin.



KUVIO 1. Kaksi erilaista tarverakennetta (Motivaatioteoriat ja markkinointi, 2005)

Myös Salmela-Aro ja Nurmi (2002, 15) tuovat esille, että ihmisten motiivihierarkiat ovat yksilöllisiä, keskeiset motiivit voivat olla erilaisia: yhdelle voi olla keskeistä työ, toiselle perhe ja kolmannelle harrastukset. Motiivihierarkiat voivat erota myös motiivia tuottavien tavoitteiden osalta: joku voi toteuttaa harrastussuuntautuneisuuttaan lenkkeilemällä, toinen tenniskentällä ja kolmas kirjallisuuspiirissä.

Salmela-Aro ja Nurmi (2002, 22) ovat tutkineet motivaation roolia ihmisen elämänkaareissa. Nurmi (1991) on jo 1980-luvulla kehittänyt laajaa teoriaa yksilön oman elämän ohjauksesta. Teorian mukaan ihminen ohjaa omaa elämäänsä asettamalla tavoitteita, kehittämällä suunnitelmia ja strategioita niihin pääsemiseksi sekä arvioimalla toiminnan tuloksellisuutta. Näiden kolmen mekanismin ajatellaan olevan yhteydessä ihmisen elämänkaaren haasteisiin, mahdollisuuksiin ja rajoitteisiin. Ihminen asettaa tavoitteet vertailemalla motiivejaan ympäristön luomiin mahdollisuuksiin. Mahdollisuudet ja rajoitteet vaikuttavat myös suunnitteluun. Samoin oman toiminnan arvioimisessa erilaisten kulttuurin mallien ja standardien ajatellaan olevan tärkeitä.

Salmela-Aron ja Nurmen (2002, 168–169) mukaan monet tutkimukset osoittavat, että motivaation ja hyvinvoinnin välillä on kumulatiivisia kehiä. Tämä tarkoittaa heidän mukaansa sitä, että psyykkinen hyvinvointi vaikuttaa yksilön motivaatioon, eli siihen millaisia henkilökohtaisia tavoitteita hän itselleen asettaa ja miten hän niitä arvioi. Nämä taas vaikuttavat osaltaan myöhempään hyvinvointiin. Ihmisten motivaatio ja hyvinvointi voivat olla noidankehä, jossa ongelmalliset tavoitteet, itseen suuntautunut junaava ajattelu, tehottomuus, huonot saavutusodotukset ja negatiiviset tavoitteet voivat johtaa itsearvostuksen ja elämäntyytyväisyyden vähenemiseen ja se taas osaltaan vaikuttaa negatiivisten tavoitteiden luomiseen. Heidän mukaansa ihmisten tavoitteiden ja hyvinvoinnin välinen yhteys voi olla myös oravanpyörä, jossa tehtävään ja ympäristöön suuntautuneet tavoitteet johtavat elämän tyytyväisyyden, itsearvostuksen ja psyykkisen hyvinvoinnin lisääntymiseen, joka taas puolestaan jatkossa johtaa tehtävään ja ympäristöön liittyvien henkilökohtaisten tavoitteiden luomiseen.

Kun tarkastellaan motivaatiota, peruskysymys on aina: miksi? Miksi osallistumme johonkin toimintaan? Miksi opiskelemme johonkin tiettyyn ammattiin? Miksi kuntoilemme? Miksi noudatamme yhteiskunnan sääntöjä ja ohjeita? (Liukkonen ym. 2002, 15.)

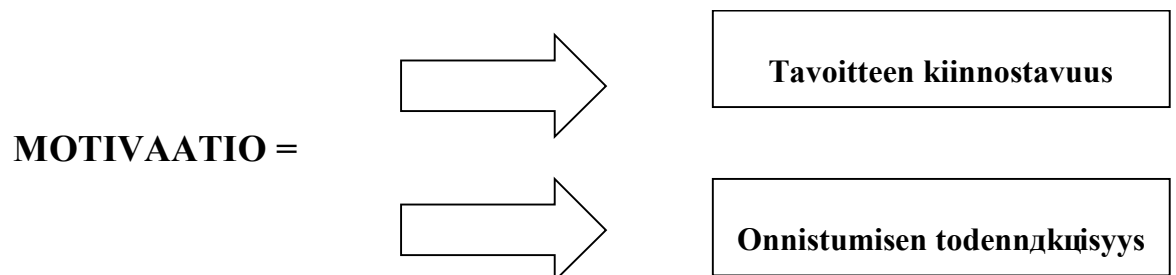
Liukkosen ym. (2002, 15) mukaan tutkimukset ovat vahvistaneet sen, että motivaatio vaikuttaa toiminnan intensiteettiin (kova yrittäminen), pysyvyyteen (sitoudutaan toimintaan), tehtävien valintaan (haasteelliset tehtävät) sekä itse suorituksen laatuun. Toisin sanoen voimakkaan motivaation omaava henkilö yrittää muita enemmän, sitoutuu toimintaan ja yhteisöön, keskittyy paremmin ja suoriutuu tehtävistään ja saavuttaa tavoitteensa laadukkaammin.

Motivaatio-sanana kantasana *movere* (lat.) tarkoittaa suomeksi ”liikkua”.

Motivaatio kuvaa yksilön tilaa, joka määrää kuinka vireästi (ts. millä aktiivisuudella ja ahkeruudella) ihminen toimii ja mihin hänen mielenkiintonsa kohdistuu. Motivaatio on tilannesidonnaista ja dynaamista. Se ei siis ole yksilön pysyvä ominaisuus eikä sitä voida suoraan havaita yksilön käyttäytymisestä.

Yksilön motivaatioon vaikuttavat henkilökohtaisten ominaisuuksien ja tarpeiden lisäksi myös sosiaaliset ym. ympäristötekijät. (Järvelä & Laukkanen 2000, 23.)

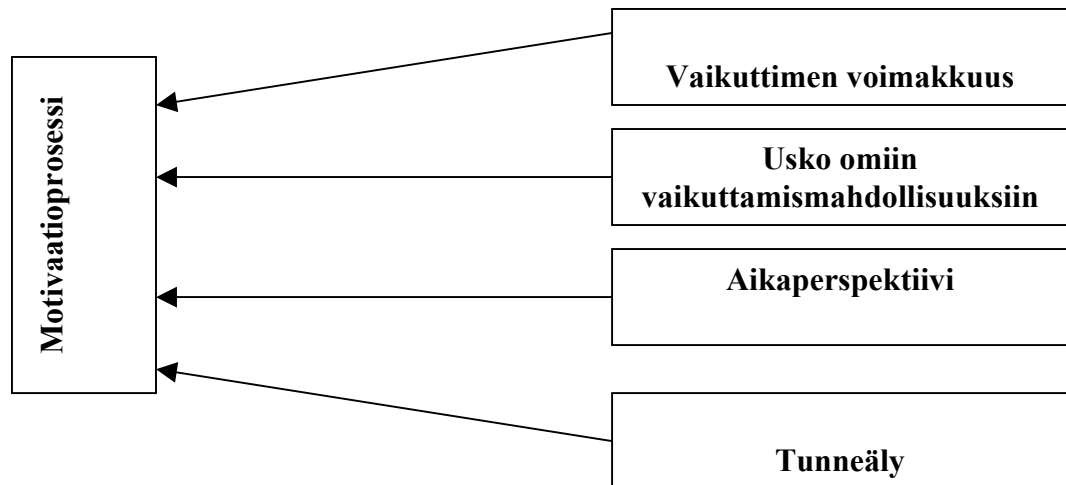
Henkilö voi periaatteessa olla kovasti kiinnostunut esimerkiksi vuorikiipeilystä, mutta koska hänellä on korkean paikan kammo, vuorikiipeilyn onnistuminen ja siitä nauttiminen on hyvin epätodennäköistä, ja niinpä henkilö ei ole motivoitunut aloittamaan harrastusta. Kuviossa kaksi esitellään tarvittavat motivaation osatekijät.



KUVIO 2. Motivaation osatekijät (Järvelä & Laukkanen 2000, 24)

Myös Niermeyer ja Seyffert (2004, 11–12) ovat tulleet siihen johtopäätökseen, että motivaatio ei ole ominaisuus. Jos se olisi ominaisuus, niin silloin ihmisillä heidän mukaansa olisi koko elämänsä ajan yksi ainoa motivaatiotila, joka pysyisi lähes muuttumattomana.

Heidän mukaansa motivaatio syntyy tietyn prosessin tuloksena ja tämä tulos määräytyy erilaisten vaikutustekijöiden perusteella. Tätä motivaatioprosessia selventää kuvio kolme.



KUVIO 3. Motivaatioprosessi (Niermeyer & Seyffert 2004,13)

Vaikuttimen voimakkuus on ihmisen sisäinen vaikutin, joka voi olla voimakkaampi tai heikompi. Usko omiin vaikuttamismahdollisuuksiin on voimakkuudeltaan vaihteleva vakuuttuneisuus siitä, että oma elämä voidaan muotoilla ja elää omien käsitysten mukaan. Psykologinen aikaperspektiivi määrää heidän mukaansa ihmisen elämänvaiheen, kasvatuksen ym. perusteella sen, millaisilla tavoitteilla kullekin on merkitystä ja tunteet voivat neuvoa päätöksentekoprosessissa eräänlaisina ”sisäisinä konsultteina”. Nämä kaikki neljä tekijää on Niermeyerin ja Seyffertin (2004,14) mukaan upotettu ihmisen tahdonvoimasta, pätevyydestä ja tarjotuista reunaehdoista muodostuvaan kokonaisuuteen, joka vasta ratkaisee onnistumisen ja epäonnistumisen.

Järvelän ja Laukkasen (2000, 24–25) mukaan motivaatio ei ole riittävä edellytys tavoitteeseen pääsemiseksi vaan lisäksi tarvitaan myös valmiuksia. Tavoitteeseen pääseminen ja onnistuminen riippuu myös siitä mitä ihminen osaa tehdä. Valmiudet ovat suhteellisen pysyviä, ne eivät muutu tilanteen mukaan. Tällaisia valmiuksia ovat esim. kyvyt, luonteenpiirteet, asenteet, tiedot ja taidot. Mikäli ihmisellä on riittävät valmiudet tavoitteen saavuttamiseen, motivaation lisääminen parantaa suoritusta ja lisää mahdollisuuksia selviytyä ja päästä tavoitteeseen.

Jos valmiudet ovat heikot, motivoinnista huolimatta onnistuminen ja tavoitteisiin pääseminen on huonompaa. Motivaation ja valmiuksien lisäksi tavoitteeseen pääsemiseen vaikuttavat myös ympäristö- ja tilannetekijät eli olemassa olevat mahdollisuudet.

NLP Master Raine Manninen (2005) esitteli ”Flirttailu ja vuorovaikutus”-koulutuksessa Robert Diltsin (1997, 227–228) neurolingvististä prosessointia (NLP) käsittelevässä kirjassaan esittämän mielenkiintoisen erottelutyyleihin perustuvan motivoimiskeinon. Erottelutyylit kuvaavat mihin todellisuuden puoleen ihmiset ensisijaisesti kiinnittävät huomiota ja ne liittyvät ihmisten perusolettamuksiin ja – arvoihin. Erottelutyylit voivat vaihdella asia- ja tilanneyhteyden mukaan ja ne eivät ole joko – tai tyylejä vaan pikimminkin jatkumoitteita. Erottelutyylit tietäen ja tunnistaen voi lähestyä toista ihmistä sekä vaikuttaa hänen motivoitumiseensa hänen omista ominaisuuksistaan lähtien.

Errottelutyylit ovat (LIITE 1: Errottelutyylit):

Päämielenkiinnonkohde	Ihmiset - asiat
Motivaation suunta	Kohti – pois
Motivaation lähde	Sisäinen – ulkoinen
Havaitsemisen kohde	Samuus – erot
Yksikkökoko	Yksityiskohdat – kokonaisuus
Motivaation perusta	Mahdollisuudet – menettelytavat
Aktivaation laatu	Toimija – harkitsija
Työskentelytyyli	Yksin – lähellä – yhteistyö

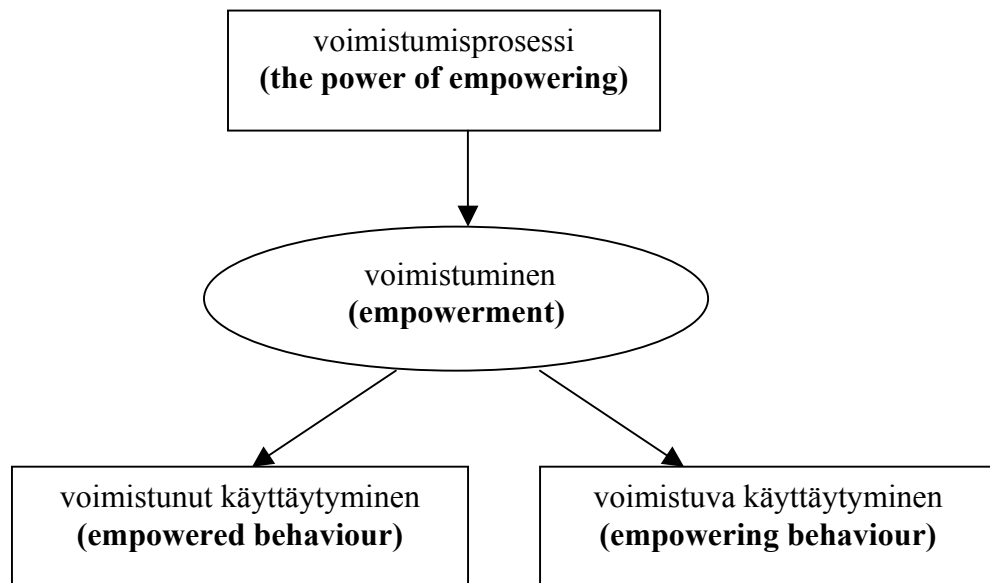
2.2 Voimaantuminen, empowerment

Järvelän ja Laukkasen (2000, 1) mukaan empowerment-termiä on käytetty 1960-luvulta saakka merkitsemään eri vähemmistöryhmien yksilöllisen toimintakyvyn vahvistumista. Heidän mukaansa voimavaraistamiseen, empowermenttiin, tähtääviä työmenetelmiä ja työotteita on olemassa useita. Yleensä ne perustuvat erilaisiin syrjäytymisen syitä koskeviin näkökulmiin ja edustavat erilaisia menetelmällisiä lähestymistapoja. Empowerment-tyyppisessä sosiaalityössä pyritään auttamaan asiakasta itse tunnistamaan mahdollisuutensa muutokseen, ottamaan vastuun omaa elämäänsä koskevasta päätöksenteosta ja tukemaan häntä muutosprosessissa.

Heikkilän ja Heikkilän (2001, 281) mukaan empowerment-käsitettä ei ole yhtenäisesti määritelty. Käsitettä käytetään erittäin runsaasti puheessa ja sitä käsittelevää kirjallisuutta on erittäin runsaasti saatavilla. Kirjoitetun kirjallisuuden avulla on pyritty kokoamaan viime vuosien tärkeimmät työelämän kehittämisessä havaitut ihmisen tarpeiden ja työelämän tarpeiden yhteislyödykset.

Heikkilä ja Heikkilä (2001, 283) kirjoittavat, että toisen maailmansodan jälkeen tutkimuksessa vannottiin motivaation kaikkivoipaisuuden nimeen ja nyt vannotaan empowerment-prosessin nimeen. He katsovat, että tällä pyritään realisoimaan työn, tehtävien ja saavutusten väliset yhteydet. Samalla pyritään rikastuttamaan yksilön toimintaa ja tekemään siitä monisyisempää kuin aikaisemmin ja siten yksilön elämänverkostoa tavallaan laajennetaan. Jotta empowerment-prosessi on mahdollinen, jokaisen tulee itse voimistaa itseään, kehittää omaa persoonallista tunnettaan ja toimia yhteistyössä toisten kanssa kollektiivista voimaa kokeilemalla.

Kaikissa empowerment-käsitteen määritelmässä korostuu pyrkimys jollakin tavalla edesauttaa ihmisen oman voiman kehittymistä ja vastuun ottamista, omien kykyjen täysimääräistä käyttöönottoa sekä oman minän voiman kokemista (Heikkilä & Heikkilä 2001, 285).



KUVIO 4. Empowerment-kokemuksen osatekijät Vogtin & Murrelin mukaan Heikkilä & Heikkilä (2001, 287)

Empowerment-prosessin myötä Heikkilän ja Heikkilän (2001, 297) mukaan henkilöt vähitellen alkavat tiedostaa maailmaa ja mahdollisuuksiaan laajemmassa viitekehysessä. He voivat varmistua siitä, että itse ponnistelemalla he voivat edetä uusien valintojen äärelle ja samalla kyseenalaistaa entiset toimintatavat, asenteet ja jopa voimattomuutensa.

Luottamus vahvistuu ja empowerment-kulttuuri mahdollistuu aina kun yksilöiden ominaislaadulle löytyy käyttöä ja heidän yksilöllisyyttään kunnioitetaan (Heikkilä & Heikkilä 2001, 299).

Voimaantumislmiö voidaan ymmärtää a) prosessina, jossa voimaa pyritään siirtämään yksilöltä tai ryhmältä toiselle yksilölle tai ryhmälle, ja b) prosessina, jossa ihminen voimaantuu omista lähtökohdistaan (Siitonen 1999, 96).

Siitosta (1999, 97) suoraan lainaten:

1. Voimaantuminen on vapauttava tunne omasta vahvuudesta, pätevyydestä, luovuudesta ja siksi toimimisen vapaudesta. Tunne muodostaa päämäärien asettamisen perustan, jonka keskeisiä käsitteitä ovat mm. vapaus, itsemäärääminen, valinnanvapaus, vapaa tahto, itsesääteily, tarpeet, halut, arvot, odotukset ja hyväksyntä.

2. Voimaantuneisuus on tunne, että voimaa virtaa muista ihmisistä itseen ja myös omasta sisimmästään, voimaa toimia ja kasvaa ”enemmän kokonaan ihmiseksi”. Tunne liittyy päämääriin suuntautumisen prosesseihin. Niihin liittyvät läheisesti mm. käsitteet ilmapiiri, turvallisuus, luottamus, kunnioittaminen, arvostus, tuki, toimintavapaus, avoimuus, vuorovaikutus, sosiaalisuus, osallistuminen, itsetehokkuus, kykyuskomukset, emootiot ja kontrolloitavuus.
3. Voimaantunut ihminen on sellainen, jonka itsetunto vahvistaa vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa ja samalla itse vahvistuu tästä vuorovaikutuksesta. Ihmisen energia on tarttuvaa, se virtaa ulos muihin ihmisiin ja heiltä takaisin, ja joka on sen vuoksi loppuun palavan ihmisen täydellinen vastakohta. Energisen toiminnan seurauksena saavutettavaan tilaan liittyy mm. käsitteet hyvinvointi, tyytyväisyys, myönteisyys, ilo, luovuus, optimaalinen kokemus, itsetietoisuus, itsetunto, itseluottamus, minäkäsitys, kompetenssi, sitoutuminen ja vastuu.

2.3 Kokemus ja sen tutkiminen

Perttulan (2005, 149) mukaan kokemus on tajunnallinen tapa merkityksellistää niitä todellisuuksia, joihin on suhteessa. Tästä todellisuudesta Perttula käyttää myös nimitystä elämäntilanne, jolloin hänen mukaansa kokemus on sitä, mitä elämäntilanne ihmiselle tarkoittaa. Todellisuudessa on paljon sellaista, johon kaikki ihmiset eivät ole suhteessa, joten on myös paljon asioita, jotka eivät tarkoita monille ihmisille yhtään mitään. Sellaiset asiat eivät kuulu heidän elämäntilanteeseensa, eikä niistä aiheensa saavia kokemuksia voi tutkia, koska niitä ei ole.

Perttula (2005, 150) on jäsentänyt elämäntilanteen neljään ulottuvuuteen: ideaaliseen, aineelliseen, elämänmuodolliseen ja keholliseen (TAULUKKO 1). Hänen mukaansa ne ovat tärkeä osa empiirisesti tutkittavissa olevien kokemusten rakennetta. Kokemuksia tutkittaessa on tehtävä selkoa niiden elämäntilanteellisesta perustasta ja tutkimuksen pitäisi aina alkaa kokemuksen ja elämäntilanteen tieteenteoreettisella ajattelemisella. (Perttula 2005, 152.)

TAULUKKO 1. Elämäntilanteen ulottuvuudet Perttulan (2005, 150–151) mukaan

Ideaalinen todellisuus	ihminen rakentaa jo muodostuneista kokemuksista uusia aiheita mm. kuvittelemalla, ennakoimalla, muistelemalla ja arvioimalla
Aineellinen todellisuus	ihmiskehon ulkopuolella olevia asioita, joihin aistimellinen suhde, joka toteutuu toimivien aistien mukaisena
Elämänmuodollinen todellisuus	ihmisten välisiä elämisen sääntöjä, periaatteita, tapoja ja käytänteitä, joiden mukaan ihmisyyhteisöjen elämä toteutuu
Kehollinen todellisuus	ihmisen koettavissa oleva elävä ruumis, joka on elämäntilanteen ulottuvuus osoittaen ihmiselle paikan, josta käsin muodostuvat lähes kaikki kokemukset

Kokemuksen tutkijan on oltava tietoinen ja ennen kaikkea aidosti kiinnostunut tutkimuskohteena olevien ihmisten elämäntilanteesta. Ihminen kokee ja muodostaa merkityssuhteita elämälleen aina suhteessa johonkin, jossa hän elää ja jonka osallisena hän elää. Tämä situationaalisuus on yksilöllinen kokemus. Näin kokemus voidaan määrittää tajunnan ja tajuamisen kohteen väliseksi suhteeksi. (Fenomenologinen tutkimus laadullisena tutkimustapana, 2004.)

Kokemuksen tutkimisen tieteellisen lähtökohdan Perttula (2005, 136) ajattelee olevan objektiivisuuden kohteenmukaisuudeksi ymmärrettynä. Hänen mukaansa kyse on siitä, miten hyvin tutkittavana oleva asia tavoitetaan sellaisena kuin se tutkimuskysymysten kannalta todellisuudessaan on olemassa. Tieteellisyyden perusta on silloin tutkijan ajattelemisen taidossa sekä tahdossa toteuttaa tutkimus ajattelemisensa kanssa johdonmukaisesti.

3 TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyö rajataan koskemaan ITU-projektin kohderyhmän kokemaa voimaantumista ja heidän motivaationsa mahdollista paranemista heidän osallistuessaan ITU-projektin toimintaan. Motivoitumista ja voimaantumista selvitetään kohderyhmän kokemuksena.

Laadulliset menetelmät viittaavat usein tutkimuksiin, joissa aineisto on suppea, monesti ainoastaan yksi ryhmä. Tyypillisesti laadullisia tutkimusmenetelmiä edustavat case-tutkimukset (tapaustudkimukset), joissa kuvaillaan yhden tapauksen (ryhmä tai henkilö) toimintaa ja kokemuksia tietyn ajanjakson aikana. (Liukkonen ym. 2002, 306.)

Vertailua voimaantumisen kehittymisestä tehdään myös vertaamalla tehtävästä opinnäytetyöstä saatavia tuloksia aikaisemmin kohderyhmälle tehtyjen haastattelulomakkeiden, terveystarkastusten ja kuntotestien sekä kyselyiden tuloksiin ja projektin työnohjaajan antamaan raporttiin hänen kokemuksistaan kohderyhmän voimaantumisesta siten, kun se on tullut esille hänen kokemanaan työohjaustapaamisissa. Opinnäytetyössä korostetaan tekoja ja toimintaa voimaantumisen ilmentäjinä.

Opinnäytetyössä tutkitaan ITU-projektin vaikuttavuutta. Siinä selvitetään myös, miten projektin toimintaa voitaisiin sen toiminta-aikana vielä kehittää, jotta paremmin saavutettaisiin sille asetettuja tavoitteita.

Tutkimuskysymykset ovat:

- Miten osallistujien konkreettista elämäntilannetta (työllistyminen) koskevat muutokset lomittuvat yhteen heidän kokemustensa kanssa?
- Mitkä asiat nousevat osallistujilta esiin mahdollisina motivoitumisen syyksinä ja voimaantumisen tunnetta lisäävinä tekijöinä?
- Miten projektin toimintaa voisi kehittää?

4 TUTKIMUSAINEISTO JA KÄYTETYT MENETELMÄT

Tämän opinnäytetyön tutkimusaineisto koostuu ITU-projektin kohderyhmän yhteisen toimintapäivän aikana järjestetyssä kirjoitustilaisuudessa kirjoittamista kirjoitelmista, joissa pyydettiin omin sanoin kertomaan mitä osallistujalle on tapahtunut projektin aikana, mistä tavoistaan hän on pitänyt kiinni ja mitkä mahdollisesti ovat muuttuneet? Samoin pyydettiin kertomaan miltä projektiin osallistujasta nyt tuntuu ja mitä uusia taitoja hän katsoo oppineensa projektin myötä. Kirjoitustilaisuuteen osallistujaa pyydettiin myös kertomaan mikä on ollut hänen mielestään ITU-projektin parasta antia hänelle itselleen ja missä hänen mielestään projekti voisi vielä parantaa toimintaansa. Lisäksi pyydettiin kuvailemaan omia onnistumisen kokemuksia ITU-projektiin osallistumisen/tukityöllistymisen aikana, sekä kertomaan miltä onnistuminen tuntui. (LIITE 2: Kirjoitelman ohjeistus).

Tämän lisäksi ITU-projektin työnohjaaja kirjoitti oman esseensä, jossa hän kuvasi kokemuksiaan työnohjaajan näkökulmasta. Esseetä käytettiin opinnäytetyössä tuomaan eri näkökulmaa analysoitaessa kohderyhmän kirjoitelmia. Työnohjaaja on työskennellyt LST ry:ssä jo ennen ITU-projektin alkamista, joten hänellä on näkemystä pidemmältä ajalta siitä, kuinka projektin toiminta on vaikuttanut kohderyhmään.

Vuoden 2006 loppuun mennessä projektissa oli aloittanut 120 henkilöä. Projektissa on toteutettu osallistujille erilaisia haastattelu- ja arviointilomakkeita. Näitä ovat alkuhaastattelulomake (taustatiedot), alkuhaastattelulomake (ATK taidot), kysely miten on toiminut terveytensä ja kuntonsa parantamiseksi (osallistujille on tehty laajahko terveystarkastus laboratoriotutkimuksineen ja aerobisen- ja lihaskunnan testaukset ja he ovat saaneet näistä henkilökohtaiset ohjeet ja neuvot noudatettavaksi), arviointilomake projektissa keskeyttäneille sekä väliarviointi/loppuarviointilomake. Tähän mennessä osallistuneista on vuosien 2004–2006 osalta tehty yhteenveto alkuhaastatteluista ja projektissa lopettaneet ja keskeyttäneet ovat täyttäneet loppuarviointilomakkeen, joista myös on tehty kumulatiivinen yhteenveto. Nämä yhteenvedot antavat taustaa tälle opinnäytetyölle selventäen kohderyhmän odotuksia ITU-projektista, heidän

taustaansa sekä lopettaneiden/loppuun suorittaneiden osalta heidän kokemuksiinsa projektista.

4.1 Alkuhaastattelun yhteenveto

Vuoden 2006 loppuun mennessä projektissa oli aloittanut 120 työllistettyä pitkäaikaistyötöntä. Näistä alkuhaastattelulomakkeen oli palauttanut 102 henkilöä, joista 77 oli naista. Nuorin vastaaja oli 27-vuotias ja vanhin 61-vuotias.

Ammatillinen koulutus oli 69 haastatellulla ja suurimmalla osalla oli takanaan pitkä työllisyysjakso, joka päättyi 1990-luvun alun suureen lamaan. Tämän jälkeisen yli viidentoista vuoden aikana heillä on ollut pääsääntöisesti vain lyhytaikaisia työsuhteita pääasiassa tukityöllistettynä. Kolmea vastannutta lukuun ottamatta he tunsivat itsensä työkuuntoisiksi. Syinä huonoon työkuuntoon olivat selkävaivat, nivelrikot ja kulumaviat.

Suurimpina esteinä työ- tai koulutuspaikan saamisessa he kokivat olevan korkean iän (35) ja oman alan työpaikkojen vähyyden (17). Vahvuuksikseen he kokivat mm. ihmisten kanssa toimeen tulemisen, tunnollisuuden, joustavuuden, täsmällisyyden, huolellisuuden, luotettavuuden, käden taidot ja periksi antamattomuuden. Heidän heikkouksikseen kokemiaan ominaisuuksia ei lomakkeessa kysytty, koska pitkän työttömyysjakson jälkeen ei haluttu kiinnittää heikkouksiin erityistä huomiota.

Henkilökohtaisiksi tavoitteikseen alkuhaastattelussa työllistymisjaksolle he ilmoittivat tärkeysjärjestyksessä taloudellisen tilanteensa kohentumisen (75 vastaajaa/tärkein 41), terveydentilan selvittämisen (66/23) ja omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin luottamisen (53/7), tutustuminen uusiin ihmisiin (47/2) sekä mielialan kohentumisen (41/6).

Odotuksina ja toiveina ITU-projektille esiin nousivat mm. ajankohtaisen ja hyödyllisen tiedon saamisen, kunto- ja virkistystoiminnan, terveydentilan selvittämisen, mielekkään tekemisen, tietojen päivityksen sekä avun työllistymiseen ja tukityökierteen katkaisemisen sekä motivoitumisen työnhakuun.

4.2 Yhteenveto loppuarvioinnista

Loppuarviointilomakkeeseen on vastannut 48 henkilöä, joista 39 naista. Nuorin vastaaja oli 27-vuotias ja vanhin 61-vuotias. Ennen lopettamistaan projektissa heistä yksitoista oli ehtinyt osallistua projektin toimintaan yli vuoden yksi henkilö vain kuukauden. Loppuarviointiin vastanneista 22 on osallistunut satunnaisesti projektin toimintaan myös tukiajan päätyttyä. Projektissa lopettamisen syy oli kolmella (3) se, että he työllistyivät avoimelle sektorille, yhdeksältä (9) tukityöaika loppui eivätkä he halunneet mahdollisuudesta huolimatta jatkaa projektissa, kahden (2) osalta sairastelu häiritsi heidän osallistumistaan ja kahden (2) mukaan projekti ei täyttänyt heidän odotuksiaan. Yksi (1) vastanneista lopetti osallistumisensa paikkakunnalta muuton takia ja toinen (1) ilmoitti haluavansa keskittyä työnhakuun ja omiin harrastuksiinsa tukityöjakson päätyttyä.

Lopettaneet vastasivat myös kysymyksiin, onko ITU-projektin toiminnasta ollut heille hyötyä, pitäisikö ITU-projektin toimintaa muuttaa, onko ITU-projektin toiminta ollut heidän mielestään mielekästä. Näitä vastauksia verrataan analysoitaviin kirjoitelmiin tässä opinnäytetyössä reliabiliteetin parantamiseksi.

Vastaajista 29 oli sitä mieltä, että projekti täytti hänen sille asettamat odotukset. Vastaajista seitsemän (7) oli sitä mieltä, että projekti ei ollut täyttänyt odotuksia. Tähän syinä olivat mm. se, että ITU-päivien aiheita ei koettu itselle tärkeiksi eikä innostaviksi ja varsinkin luentotyypiset päivät koettiin tylsiksi. Yksi vastaaja koki työsuhteen edellytykseksi osallistumisen projektiin ja sen tapahtumiin ja koki tämän ”pakollisena pahana”, hänen mielestään tapahtumien aiheet ja/tai toteutus eivät olleet kiinnostavia tai ammattitaidolla hoidettuja. Loppuarviointilomakkeen täyttäneistä 23 oli sitä mieltä, että heidän luottamuksensa omiin kykyihinsä ja mahdollisuuksiinsa on työllistymisjaksolla toteutunut erittäin hyvin tai hyvin.

35 vastanneen mukaan heidän terveydentilaansa liittyvät asiat ovat selkiytyneet melko hyvin, hyvin tai erittäin hyvin. ATK-taitonsa on kokenut parantuneen melko hyvin, hyvin tai erittäin hyvin 24 vastannutta. Valmiuksiensa etsiä omatoimisesti työtä koki vastanneista parantuneen melko hyvin, hyvin tai erittäin hyvin 28.

4.3 Loppuarviointiyhteenvedon kokemukset

Projektista on tehty kumulatiivinen yhteenvedo niistä kyselylomakkeista, jotka on kohdistettu projektissa lopettaneille ja/tai niille joiden tukityöjakso LST ry:ssä on loppunut.

Loppuarviointikyselylomakkeen avoimina kysymyksinä olivat mm.

- Onko ITU-projektin toiminnasta ollut hyötyä?
- Pitäisikö ITU-projektin toimintaa muuttaa?
- Onko ITU-projektin toiminta ollut mielekästä?
- Mikä oli projektissa parasta?
- Mihin olisit toivonut parannuksia?

Projektin toiminnasta koettiin olevan erityisesti hyötyä rohkaistumisessa,

”olen tullut rohkeammaksi muiden ihmisten seurassa”

”uudet ihmiset, kontaktit, ohjeet”

”olen päässyt ulos omasta pienestä piiristäni; katsomaan ja tapaamaan muitakin ihmisiä ja osallistumaan”

samoin projektin toiminnasta nousivat esille terveystarkastukset, kuntotestaukset ja ATK-opetus, jotka koettiin hyväksi ja hyödyllisiksi.

”Terveystilan tutkiminen oli hyvä juttu”

”Kuntotestaus”

”ATK-käyttötaidot lisääntyneet”

”Terveystarkastus oli hyvä juttu, myös luennot terveellisestä ruuasta jne. Oli hyvä tietää esim. työeläkeuudistuksesta.”

”...mikäli oma mieli on avoin vastaanottamaan, on ITU-päivillä aina löydettävissä asiantietoa, toimintamallia, hyötyä.”

Kritiikkiä esitettiin pääasiassa siitä, että projektitoimintaa ei koettu ”omaksi jutuksi”, vaan tukityöllistymisjakso olisi haluttu tehdä ”vain” töitä. Työllistymistä, jaksamista ja itsestään huolehtimista tukevaa toimintaa ei nähty itselle tarpeellisena.

”En ole itse kokenut erityistä hyötyä.”

”En tiedä hyötyä, mutta huvia.”

”ITU-päiviä on ollut liikaa, se taas on aiheuttanut ristiriitaisuutta työpaikalla.”

Pääasiassa projektin toiminta koettiin mielekkääksi, kritiikkiä annettiin siitä, että toimintaan edellytettiin osallistuttavan tukityöjakson ajan, mutta sen olisi haluttu olevan ”vapaaehtoista”. Samoin kritiikkiä saivat ne ITU-päivät, jotka koettiin pitkävetoisiksi ja turhauttaviksi.

Myöskään projektin toimintaa ei haluttu muuttaa muutoin kuin, että osallistua saisi vain itse valitsemaansa toimintaan. Pääasiassa tämä tarkoitti sitä, että tietoa sisältäviin, luennon omaisiin päiviin ei haluttu niinkään osallistua, mutta kaikki toiminnalliset päivät ja retket olivat kiinnostavia.

Muutammat vastaajat kokivat, ettei heidän työllistymiskohteissaan täysin tuettu heidän osallistumistaan projektin toimintaan ja että he joutuivat selittämään ”poissaoloaan” silloin kun osallistuivat projektin järjestämään toimintaan.

”Projektin voisi toteuttaa niin, että olisi myös ilta-aikoja sellaisille, jotka eivät työn vuoksi oikein voineet irrottautua päivän aikana projektin tarjoamiin tapahtumiin.”

”Lisää valinnanvapautta ja aiheita kokoontumisiin.”

”Enemmän retkiä.”

”Ne päivät, jotka olivat toisensa kaltaisia työnhakua aktivoiviksi tarkoitettuja, niistä alkoi tulla jo tympeitä toistoja.”

”Työn ja ITU-päivien yhteensovittaminen todella vaikeaa. Aiheita käsitelty mielestäni hieman pintapuolisesti.”

4.4 Kirjoitelmat tutkimusaineistona

Kokemuksia ei voi tutkia empiirisesti, elleivät tutkimukseen osallistuneet kuvaa kokemuksiaan jollain tavalla. Tutkimusaineiston ilmiänsun rajat ovat samat kuin ovat inhimilliset mahdollisuudet kuvata kokemuksia. Yksi ehto kokemuksia ilmentävän tutkimusaineiston on täytettävä: siihen on voitava palata. (Perttula 2005, 140.)

Tässä opinnäytetyössä projektiin osallistuneiden kokemuksia ja tuntemuksia selvitettiin pyytämällä heitä kirjoittamaan omista kokemuksistaan. Perustaksi kirjoitelmia varten asetettiin kysymyksiä kirjoittamista helpottamaan. (LIITE 2: Kirjoitelman ohjeistus) ja lisäksi kirjoittajia ohjeistettiin suusanallisesti ennen kirjoitustilaisuuden alkamista.

Perttulan (2005, 156) mukaan on tärkeää muistaa, että silloin kun tutkija pyytää toisia kuvaamaan kokemuksiaan, hänen on osoitettava, että pitää niitä tosina ja todellisina. Tutkijan taitoa on olla olemassa toiselle kiinnostuen hänestä ja hänen kokemuskuvauksistaan enemmän kuin itsestään.

Kirjoittamistilaisuus järjestettiin 7.2.2006 jolloin paikalla oli 27 henkilöä. Kirjoitelmien kirjoittamiseen varattiin aikaa kaksi (2) tuntia. Ensimmäinen kirjoitelma palautui puolen tunnin jälkeen ja viimeinen palautti kirjoitelmansa 1 ½ tunnin jälkeen. Kirjoitelmia palautettiin tilaisuudessa 24 kpl:ta. Myöhemmin kirjoitelman palautti vielä kaksi henkilöä, joten yhteensä kirjoitelmia palautui 26 kpl. Kirjoitelman jättäneistä 88,5 % oli naisia, miehiä siis 11,5 %. Kirjoittaneiden keski-ikä oli 47,5 vuotta. Nuorin kirjoittaja oli 27-vuotias ja vanhin 56-vuotias.

ITU-projektiin osallistumisaika kirjoitushetkellä vaihteli juuri projektissa aloittaneista (0 kk) koko projektin ajan mukana olleisiin (16kk) keskiarvon kirjoittaneista ollen 6,8 kk:ta.

Myös kirjoitelmien pituudet vaihtelivat yhdestä sivusta neljään sivuun. Keskimääräinen kirjoitelma oli 1 ½ konseptisivua käsinkirjoitettuna.

4.5 Aineiston analysointi

Aineiston analyysi sisältää menetelmän valinnan, aineiston muokkauksen menetelmän vaatimaan muotoon, analyysin suorittamisen, tulosten kokoamisen ja tulkinnan sekä arvioinnin ja johtopäätökset. Analyysin suorittaminen tarkoittaa kerättyyn aineistoon perustuvan varsinaisen luokittelun toteuttamista. Aineisto tulkitaan ja sijoitetaan luokkiin, laadullisessa tutkimuksessa tämä tarkoittaa joko taulukointia tai laadullista sanallista erittelyä. (Tuumasta tekstiksi, 2002.)

Tutkimukselta on perinteisesti edellytetty objektiivisuutta ja subjektiivisuus on peräti nähty tieteellisyyden uhaksi. Monissa kvalitatiivisissa tutkimustavoissa asetelma on kuitenkin kääntynyt toisin päin: tieteellinen tutkimus mielletään inhimilliseksi, subjektiiviseksi toiminnaksi, jolloin objektiivisuus jää osaksi luonnontieteellistä tutkimushanketta ja positivistisen tieteenfilosofian perintöä. (Perttula, 2005, 156.)

Tässä opinnäytetyössä saadun aineiston tulkinnassa päädyttiin käyttämään sisällön analyysiä, koska sen katsottiin avaavan saatua aineistoa laajimmin.

Sisällön analyysin (usein myös sisällön erittely) avulla voidaan analysoida dokumentteja systemaattisesti ja objektiivisesti. Sisällönanalyysi on keino järjestää, kuvailla ja kvantifioida tulkittavaa ilmiötä. Tutkimuksen tuloksena raportoidaan muodostetut kategoriat ja niiden sisällöt eli mitä kategorioilla tarkoitetaan. Aineiston suorilla lainauksilla voidaan lisätä opinnäytetyön luotettavuutta ja osoittaa lukijalle luokittelun alkuperä. (Tuumasta tekstiksi, 2002.)

Sisällön analyysin tekemiseksi ei ole olemassa yksityiskohtaisia sääntöjä. Analyysissä voidaan lähteä etenemään kahdella tavalla, joko aineistolähtöisesti induktiivisella otteella tai deduktiivisesti käyttäen aineiston luokittelussa hyväksi jotain aikaisempaa käsitejärjestelmää. Tutkijan on myös ratkaistava se, keskittykö hän vain siihen, mikä on ilmiselvästi ilmaistu vai analysoiko hän myös aineiston piiloviestejä. Analyysiyksikön määrittäminen on ensi askel kohti analysointia molemmissa, sekä induktiivisessä että deduktiivisessä lähestymisessä. Analyysi yksikkönä on yleensä yksi sana, sanayhdistelmä, lause, lausuma tai ajatuskokonaisuus. (Tuumasta tekstiksi, 2002.)

Sisällönanalyysillä tähdätään tiivistettyyn ja yleisessä muodossa olevaan kuvaukseen ilmiöstä jota tutkitaan. Analyysin lopputuloksena saadaan siten tutkittavaa ilmiötä kuvaavia kategorioita, käsitteitä, käsitejärjestelmä, käsitekartta tai malli. Usein tämä on määritelty prosessiksi, jossa tuotetut kategoriat kvantifioidaan, mutta joiden määritelmien mukaan laadullinen sisällön analyysi päättyy siihen, kun kysytään kuinka monta kertaa jokin asia esiintyy ja/tai ilmenee aineistossa. (Tuumasta tekstiksi, 2002.)

Kaikki jätetyt 26 kirjoitelmaa numeroitiin ja kirjoitettiin puhtaaksi tekstinkäsittelyohjelmalla, koska siten ne olivat helpommin luettavissa ja siirrettävissä Excel taulukkoon analyysiä varten. Puhtaaksikirjoituksissa säilytettiin kirjoitelman numero siksi, että alkuperäinen lausuma oli analyysin aikana helposti löydettävissä ja tarkennettavissa. Työnohjaajan kirjoitelma pidettiin omanaan erillisenä muista kirjoitelmista.

Kirjoitelmat tulostettiin, luettiin useita kertoja läpi ja niistä alettiin etsiä ja kerätä lausumia Excel-taulukkoon. Jokaiseen löydettyyn lausumaan yhdistettiin myös numero, mistä kirjoitelmasta lausuma oli löytynyt. Työnohjaajan lausumat merkittiin x:llä.

Kirjoitelmista päätyi Excel-taulukkoon 126 lausumaa, työnohjaajan kirjoitelmasta 12 lausumaa, joten yhteensä analysoitavia lausumia oli 138.

Excel-taulukossa oli oma sarakkeensa lausumalle, toisessa sarakkeessa tiivistys/keskeisin lausumasta, kolmannessa sarakkeessa kategoria, johon lausuman katsottiin analyysivaiheessa kuuluvan, sarake alakategorialle sekä sarake lausuman yhteenvedolle. (LIITE 3: Excel taulukko lausumista).

Lausumat:	Tiivistys/ keskeisin:	Kategoria:	Ala kategoria:	MEMO
jutuillaan, asenteillaan ”potkivat” toisia yrittämään rohkeasti eteenpäin. Se on hyvä! (2)	rohkaiseminen	toiminta	rohkaus	Motivoitumisen sykäys
Olen saanut rohkeutta ja itsevarmuutta. Uskon kykeneväni hakeutua töihin muuallekin, kun siihen tarjoutuu tilaisuus (10)	rohkeus, itsevarmuus	teko	itseluottamus	Voimaantumisen tunne
Itselleni en ole saanut ainakaan vielä mitään mikä ei olisi jo tuttua. (19)	tiedän jo/ei mitään uutta	vastustus	negaatio	Projektin kehittäminen/ parannusehdotus

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Subjekttiiviseksi ymmärtämiseksi Perttulan (2005, 157) mukaan voidaan kutsua sellaista tutkimuksellista ymmärtämistä, joissa tutkija saa ymmärtää luonnollisen asenteensa mukaisella tavalla, samoin kuin ymmärtää siitä elämäntilanteellisesta paikasta, josta hän muutoinkin ymmärtää. Kokemuksen tutkimisen metodit tarkoittavat tutkijan asennoitumista, eivät mitään tutkijaan nähden erillistä.

Kirjoitelmista tehdystä ja analysoidusta lausumataulukosta nousivat selvästi esille teemat, jotka voitiin tiivistää ja kategorioida tässä opinnäytetyössä tutkittaviksi motivoitumisen sykäyksiksi ja voimaantumisen tunteen lisääntymiseksi. Hyvin vähän kirjoitelmat sen sijaan antoivat ehdotuksia tai ideoita projektin toiminnan kehittämiseen. Tähän antoi parempaa tietoa projektissa suoritettava osallistujille tehtävä loppuhaastattelu ja niistä koottu yhteenveto.

Analyysissä projektiin osallistujien motivoitumisen sykäyksiksi, toimintaa ilmentäviksi määriteltiin 53 lausumaa, voimaantumisen tunnetta lisääviksi, tekoa ilmentäviksi lausumiksi 73. Projektin toimintaa kritisoivat tai voimakkaita ennakoasenteita sisältävät lausumat eivät kuitenkaan sisältäneet montakaan ehdotusta projektin toiminnan parantamiseksi tai muuttamiseksi. Tätä ”kriittikkä” opinnäytetyön tekijä odotti ennakkoon kirjoitelmissa olevan enemmän.

5.1 Motivoitumisen kokemukset kirjoitelmissa

Motivoitumisen sysäyksien kategoriassa nousi voimakkaasti esille kiitoksen ja rohkaisun saaminen ja/tai sen tarve. Motivoitumista ilmaistiin seuraavalla tavalla:

”olen saanut vajaan kuukauden aikana enemmän kehuja kuin aiemmassa työssä 30 v. aikana. Se on tuntunut tosi hyvältä ja kannustavalta.” (2)
 ”Tuntuu hyvältä saada olla tarpeellinen ja että odotetaan (käymään) ja saa kiitosta tehdystä työstä.” (18)

Projektin kautta saadun tiedon, tuen ja kannustuksen merkitys sekä vertaistuki tuotiin voimakkaasti esille.

”Paljon on tullut uutta tietoa hyvin eri aloilta. Myös ihan tuntemattomista asioista esim. Myllyhoito.” (13)

”Projektin kautta saamamme tietous esim. velkaneuvonta, työnhakumenetelmät, myllyhoitotietous jne. jne. on ollut jokaisen omassa harkinnassa mitä saat päivästä irti.” (25)

”Se mikä näissä tapaamisissa on parasta on kun saa tavata saman kohtalon kokeneita ihmisiä.”(2)

”Tunnen olevani etuoikeutettu saadessani olla mukana toiminnassa, joka pyrkii antamaan meille osallistujille virikkeitä, toimintaa, tietoa, sosiaalista kanssakäymistä ja ennen kaikkea tuntemus siitä, ettet ole yksin näinä vaikeina työttömyyden aikoina.” ”ITU-päivistä on tullut mukava hetki tavata jo tutuksi tulleita ihmisiä, kuulla kuulumisia, vaihtaa mielipiteitä jne.” (25)

Hyvin tärkeäksi koettiin motivoitumisen vahvistumisessa ja rohkaistumisessa monissa kirjoitelmissa työnhjaus.

”Työnhjaus on myös ihan hyvä asia. On hyvä, että on olemassa henkilö johon voi ongelmien ilmaantuessa ottaa yhteyttä ja selvittää tilannetta ja myös omia näkemyksiään.” (21)

”Tärkeänä pidän myös sitä tukea, mitä olen saanut työpaikkahakemuksen tekemisessä sekä markkinoinnissa ja tekniikassa. (työnhaun)” (6)

Myös erilaiset projektin puitteissa tehdyt retket ja tapahtumat saivat kiitosta ja niiden koettiin innostavan kokeilemaan tai jatkamaan vastaavaa toimintaa itsenäisesti.

”Monta mielenkiintoista päivää on ollut, mm. yrttiretki Nastolaan – ostin alennusmyynnistä Yrttikirjan.” (5)

”..pääsin lumikenkiä kokeilemaan ja se oli mahtavaa – ostan lumikengät heti ja koko perheelle.” (2)

”Mistä olen saanut intoa ja virkistystä ovat olleet maalauskoulu (uusi materiaali/tekniikka:pastelli), marjastus (muualla kuin mummolan marjametsä), sieniretki (en muista että olisin koskaan ollut sienimetsässä).” (6)

”Mustikassa ja sienessä en ole käynyt moneen kymmeneen vuoteen.” (24)

Projektin toiminnan ja tukityöllistymisjakson koettiin yleisesti motivoivan osallistujia toimimaan ja kokemaan motivoitumista, joka on kannustanut heitä myös oma-aloitteellisuuteen ja tavoitteellisuuteen elämässään, työssään ja harrasteissaan.

”Pitkän työttömyysjakson jälkeen olen saanut uudenlaista motivaatiota työhön.” (14)

”Olen aloittanut nyt englannin kielen opiskelun iltaisin.” ”Tämän ITU-projektin aikana mulle on tullu parempi itsetunto ja luottamus omiin osaamisiin.” (26)

”..olen ruvennut suunnittelemaan paremmin tulevaisuutta.” (18)

5.2 Voimaantumisen kokemukset kirjoitelmissa

Voimaantumisen kategoriassa sen tunnetta lisäävinä tekijöinä nousivat esille ATK-koulutus.

”ATK on kiinnostava, yritän mennä kursseille jatkamaan opiskelua alalta.” (3)
 ”Olen oppinut jotain tietsikoista.” (24)

Melkein kaikissa kirjoitelmissa koettiin projektiin kuuluvat terveystarkastus ja kuntotestaus tärkeinä voimaantumisen tunnetta lisäävinä asioina. Samoin koettiin muu projektin tarjoama terveyteen ja liikuntaan sekä elämänhallintaan liittyvä tietous ja toiminta.

”Terveystarkastukset ja kuntotestaus ovat plussaa tässä projektissa.” (5)
 ”Terveystarkastus oli minulle tarpeen, koska iän myötä erilaiset tuntemukset terveydentilassa ovat herättäneet pelkotiloja terveyden suhteen. Onneksi ei mitään hälyttävää ilmennyt.” ”On myös ollut erittäin hyvä, että olen voinut käydä ohjatussa kuntosalissa kertaviikossa, joka auttaa pitämään kuntoa yllä omalta osaltaan.” (10)
 ”Työterveystarkastuksen jälkeen olen muuttanut ruokatottumuksia parempaan suuntaan.” (14)

Tärkeinä koettiin myös oman sosiaalisuuden ja itseluottamuksen voimistuminen sekä oma rohkaistuminen ja vastuunotto omista valinnoista ja elämästä.

”Olen saanut rohkeutta ja itsevarmuutta. Uskon kykeneväni hakeutua töihin muuallekin, kun siihen tarjoutuu mahdollisuus.” (10)
 ”Pitkä työttömyys on aiheuttanut sen, että on muuttunut passiiviseksi ja ilottomaksi sekä tuntuu, että raha ei riitä mihinkään, mutta ei myöskään ollut ansainnut mitään uutta. Mutta nyt kun on päässyt työelämään ja ITU-projektiin on tuntunut, että nyt on ansainnut itselleenkin jotain sekä huomannut että itse on piristynyt ja saa myös kotoa tukea ja arvostusta ihan ei lailla kuin ennen.” (18)
 ”Mielestäni ITU-projekti on antanut minulle uutta näkökulmaa eri asioissa, ja olen saanut käydä sellaisissa paikoissa missä en tulisi käymään yksinäni koskaan.” (20)

5.3 Muut kokemuksen tulkinnat

Projektin toiminnan negatiiviseksi tai ”mitään sanomattomaksi” miellettyjä lausumia kirjoitelmista löytyi kaksitoista (12). Projektin kehittämiseen ja parantamiseen kohdennettuja lausumia kirjoitelmista nousi esille vain muutamia. Pääsääntöisesti projektin toiminta siis koettiin hyväksi ja tarkoituksenmukaiseksi. Kirjoitelmista ei myöskään saanut sitä vaikutelmaa, että koetuista epäkohdista ei olisi uskallettu tai haluttu kirjoittaa.

”Ravinto – työnhaku – ja muut siihen rinnastettavat ITU-päivät on kaukana minusta. Niitten pääasiat eivät vaikuta mitenkään, koska tietää sen mikä on asiasisältö. Hyvin pitkäveteisiä kuunnella, vaikka se on asiaa.” (3)

”ITU-projektista en osannut odottaa mitään erityistä. Se ei myöskään ole tuonut muutoksia aiempiin tapoihini, joten elämä jatkuu kuten ennenkin.” (8)

”Tukityöllistettynä työn ja ITU-päivien sovittaminen yhteen on hankalaa. ITU-toimintaan osallistuisin enemmän, ellei se olisi päällekkäistä toimintaa työn kanssa.” (8)

”Työnhaun kannalta tästä projektista ei omalta osaltani taida olla paljonkaan hyötyä.” (23)

5.4 Työnohjaajan kokemukset

Työnohjaaja nosti omassa kirjoitelmassaan esille hyvin samanlaisia asioita kuin projektiin osallistujat omassa kirjoitelmissaan. Motivoitumisen sysäyksenä esille nousivat erityisesti projektin osallistujien elämään tuoma rohkeus sosiaalisissa tilanteissa, vertaistuki, koska projektissa on mahdollisuus tutustua muihin samassa elämäntilanteessa oleviin ihmisiin sekä se, että useat projektin toimintaan osallistujat ovat saaneet kipinän järjestää omaa elämäänsä. Samoin sen, kuinka tärkeää on, että tehdystä työstä saa kiitosta. Hän toi esille myös sen, että asenteiden ja toimintatapojen muutokseen kuluu aikaa, se ei käy ihan hetkessä. Siksi on hyvä, kun projektiin on mahdollista osallistua senkin jälkeen, kun tukityöjakso, joka pääsääntöisesti kestää vuoden, on ohi. Pitkän työttömyysjakson aikana on myös totuttu hyvin epäsäännölliseen elämänrytmiin ja työllistyminen ja projekti auttavat säännöllisen päivärytmin löytymisessä.

Voimaantumisen tunnetta lisäävinä asioina työnohjaaja nosti esille erityisesti kohderyhmänkin kokeman ATK- ja muun koulutuksen.

”Moni on osallistunut kursseille tai aloittanut uusia harrastuksia tai opintoja.”

”Tietokoneen käsittelyn taitojen oppiminen on ollut yksi selkeimmistä konkreettisista esimerkeistä, josta monet ovat olleet erityisen iloisia.”

Hänen mukaansa kun ihmisiä vertaa tukijakson (ja projektin) alussa ja lopussa, niin eron huomaa. Eron näkee hänen mukaansa avoimuutena, rohkeutena, reippautena, henkisenä kasvuna, tulevaisuuteen suuntautumisena ja ennen kaikkea siinä, että osallistujat haluavat tehdä jotain elämänsä parantamiseksi.

Hän on työnohjauksissa kiinnittänyt huomiota myös osallistujien ennakoasenteisiin, jotka joidenkin kohdalla ovat olleet erityisen voimakkaita usein asenteella, että ”en koskaan tarvitse näitä taitoja”.

6 YHTEENVETO

Tässä opinnäytetyössä päätehtävänä oli selvittää, kuinka ITU-projektiin osallistujien konkreettista elämäntilannetta (työllistyminen) koskevat muutokset lomittuvat yhteen heidän kokemustensa kanssa ja mitkä asiat nousivat konkreettisesti esiin mahdollisina motivoitumisen sysäyksinä ja voimaantumisen tunnetta lisäävinä tekijöinä. Lisäksi haluttiin selvittää, miten projektin toimintaa vielä voisi parantaa ja kehittää sen toiminta-aikana. Opinnäytetyö rajattiin koskemaan ITU-projektin kohderyhmän kokemaa voimaantumista ja heidän motivaationsa mahdollista paranemista heidän osallistuessaan ITU-projektin toimintaan. Motivoitumista ja voimaantumista selvitettiin kohderyhmän kokemuksena.

Järvelä ja Laukkanen (2000, 25) näkevät pitkäaikaistyöttömiin kohdistuvat projektit, joissa työttömien valmiuksien parantamiseen kiinnitetään erityistä huomiota tarpeellisina. Heidän mukaansa ihminen voi olla erittäin motivoitunut työntekoon mutta valmiuksia, kuten työelämätaitojen ja ammattitaidon puute, estää häntä pääsemästä tavoitteeseensa suoraan ja hänen työllistymistään. Päästäkseen tavoitteeseensa hänen täytyy löytää mahdollisuuksia, joissa hän voi hankkia lisää tarvittavia valmiuksia. Työllisyyteen kuntouttavia ja kouluttavia polkuja tarjoavat projektit voidaan nähdä keinona lisätä valmiuksia tavoitteeseen pääsemiseksi.

Salmela-Aron ja Nurmen (2002, 169) mukaan taas on lukuisia tuloksia siitä, että henkilökohtaisten tavoitteiden arvioiminen on yhteydessä hyvinvointiin. Samoin tavoitteisiin saatu tuki ja tavoitteissa edistyminen sekä kykeneväisyys niiden saavuttamiseen ovat yhteydessä hyvinvointiin.

Opinnäytetyön tulosten pohjalta voi sanoa, että ei ole olemassa vain yhtä motivaatioon vaikuttavaa tekijää vaan se on monen tekijän yhteissumma. Selvimmin opinnäytetyössä motivoitumisen sysäyksiksi koettiin kiitoksen ja rohkaisun saaminen sekä projektin kautta saadun tiedon, tuen ja kannustuksen merkitys. Tärkeiksi koettiin myös projektin kautta saatu vertaistuki ja siihen sisältyvä työnohjaus. Projektin toiminnan ja työllistymisjakson koettiin yleisesti

motivoivan osallistujia toimimaan ja kokemaan motivoitumista. Tämä on kannustanut heitä oma-aloitteellisuuteen ja tavoitteellisuuteen elämässään, työssään ja harrastuksissaan.

Voimaantumisen tunnetta lisäävinä tekijöinä nousi esille ATK-koulutus, ja melkein kaikki mainitsivat projektiin kuuluvien terveystarkastuksen ja kuntotestauksen tärkeinä voimaantumisen tunnetta lisäävinä asioina. Myös muu projektin tarjoama terveyteen ja liikuntaan sekä elämönhallintaan liittyvä tietous ja toiminta koettiin tärkeänä. Voimaantumista lisäävinä kokemuksina mainittiin lisäksi sosiaalisuuden ja itseluottamuksen voimistuminen ja vastuunotto omista valinnoista ja elämästä.

Projektin kehittämiseen ja parantamiseen kohdennettuja lausumia kirjoitelmista nousi esille vain muutamia. Tähän antoivat parempaa tietoa projektissa tehdyt kyselyt lopettaneille ja keskeyttäneille ja niistä tehdyt yhteenvedot.

Pääasiassa projektin toiminta koettiin mielekkäänä, mutta epäkohdaksi koettiin se, että projektitoimintaa ei koettu omaksi jutuksi, vaan tukityöllistymisjakso olisi haluttu tehdä vain töitä. Työllistymistä, jaksamista ja itsestään huolehtimista tukevaa toimintaa ei nähty sillä hetkellä itselle tarpeellisena.

Lisäksi kritisoitiin sitä, että projektitoimintaan edellytettiin tukityöjakson ajan osallistuttavan. Olisi haluttu osallistua vain itse valitsemaan toimintaan siten, että retket ja toiminnalliset päivät olivat suosittuja, mutta päivät jotka sisälsivät koulutusta, tietoa ja luentoja muutamat kokivat pitkäveteisiksi ja turhauttaviksi.

Projektin työnohjaajan kirjoitelman lausumat tukivat kohderyhmän kirjoitelmien lausumia ja nostivat esiin hyvin samankaltaisia asioita motivoitumisen ja voimaantumisen kokemuksina.

Koko opinnäytetyön ajan mielessä pidettiin reliabiliteetti ja validiteetti.

Reliabiliteetilla tarkoitetaan sitä, että tutkimustulokset eivät ole sattumanvaraisia. Jos tutkimus toistettaisiin täsmälleen samanlaisissa olosuhteissa, tulosten tulisi olla samat kuin aikaisemmalla tutkimuskerralla. Jos näin on, niin silloin tutkimuksen reliabiliteetin sanotaan olevan korkea. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 248–250.)

Tutkimuksen reliabiliteettiin voivat vaikuttaa monet asiat. Peruslähtökohtana pidetään sitä, että tutkija on rehellinen tietojen keruussa, analysoinnissa sekä raportoinnissa. Reliabiliteettia voi huonontaa se, jos tutkittavat voivat ymmärtää kysyttävät asiat eri tavalla kuin tutkija on tarkoittanut. Tutkija voi tehdä myös tahattomia virheitä esimerkiksi puhtaaksikirjoittaessaan tai koodatessaan annettuja vastauksia. (Hirsjärvi ym. 1997.)

Tässä opinnäytetyössä pyrittiin selvittämään kirjoitelmien keräystä ja analysointivaihetta tarkasti ja tulkintoja selvennettiin myös suorilla lainauksilla annetuista kirjoitelmista. Ulkoista reliabiliteettia pyrittiin parantamaan sillä, että kirjoitelmat olivat nimettömiä ja ne oli mahdollista palauttaa myös myöhemmin. Kirjoitelmien jättöprosentti oli korkea, vain yksi kirjoitustilaisuuteen osallistunut henkilö ei palauttanut kirjoitelmaa.

Validiteetilla tarkoitetaan mittarin kykyä mitata sitä, mitä on tarkoituskin mitata. Validiteetin ja reliabiliteetin välillä vallitsee riippuvuussuhde. Reliabiliteetti on validiteetin edellytys, mutta edes hyvä reliabiliteetti ei takaa sitä, että tutkimus on myös validiteetiltaan hyvä. Validiteettia pyritään usein arvioimaan siten, että saatuja tutkimustuloksia verrataan aiheesta aikaisemmin tehtyjen tutkimusten kanssa. (Hirsjärvi ym. 1997, 153 ja 222.)

Tässä opinnäytetyössä esiteltiin myös yhteenvetoja aikaisemmin kohderyhmälle tehdyistä kyselyistä ja haastatteluista ja vertailtiin vastausten samansuuntaisuutta. Samoin työnohjaajan kirjoitelmaa verrattiin kohderyhmän kokemaan.

ITU-projektissa toteutetun toiminnan voidaan tämän opinnäytetyön tulosten perusteella sanoa olevan oikeansuuntaista ja projektin kohderyhmä on pääasiassa kokenut toiminnan motivoivaksi ja voimaannuttavaksi. Yhtenä kiinnostuksen kohteena tässä opinnäytetyössä oli se, miten osallistujien (ihmisten) motivoitumista ja voimaantumista voidaan yleensäkin parantaa. Sekä motivaatio että voimaantuminen ovat monimutkaisia ja aika vaikeasti lähestyttäviä ilmiöitä, koska niitä tarkasteltaessa etsitään syytä ihmisen käyttäytymiseen ja siihen puolestaan vaikuttavat aina monet eri tekijät. Motivoituminen ja voimaantuminen

eivät välttämättä näy ulospäin ja siksi niitä on vaikea havainnoida tai aivan luotettavasti mitata. Oletuksena eri teorioissa on, että ihminen pyrkii tietoisesti koettuun mielihyvään ja onnistumiseen elämässään.

Ihmiset ovat yksilöitä ja kuten motivaatiostakin Liukkonen ym. (2002,14) totesivat sen olevan monimutkainen ja dynaaminen prosessi, jossa yhdistyvät ihmisen persoonallisuuden ja tunteenomaisten ja järkipäisten tekijöiden lisäksi sosiaalinen ympäristö, voi vain todeta motivoimiseen ja henkilön voimaantumiseen vaikuttamisen olevan hyvin haasteellinen tehtävä.

Itse koin opinnäytetyötä tehdessäni hyväksi löydöksi Diltsin (1997) erottelutyylit (LIITE 1:Erottelutyylit), jotka auttoivat ymmärtämään projektiin osallistuvien erilaisuutta ja yksilöllisyyttä hyvin. Samoin vastahakoisuus ja/tai kielteisyys projektin toimintaa ja tavoitteita kohtaan oli paremmin ymmärrettävissä, koska osallistujat kokivat ja lähentyivät toimintaa ja asioita eri tavalla – omasta persoonastaan ja aikaisemmista kokemuksistaan lähtien. Erottelutyylit auttavat itseäni kohtaamaan erilaisia ihmisiä ja persoonallisuuksia heidän omasta todellisuudestaan ja kokemusmaailmastaan lähtien. Tärkeää oli huomata, että ihmisten reaktiot vaihtelevat asia- ja tilanneyhteyden mukaan. On toisia ihmisiä, joita on erittäin haastavaa saada innostumaan asioista ja näkemään niiden hyöty itselleen.

Erottelutyyliden mukaan, ITU-projektiin osallistuvan miettiessä mitä hän on projektin avulla saanut tai mistä päässyt pois, motivaation suuntaa ilmaisevassa erottelutyylissä kohti - pois, kohti oleva miettii tavoitteita ja asettaa päämääriä itselleen, kun taas pois-tyyppi haluaa tuloksia heti, esim. ”läskit pois ja heti” ja jos tuloksia ei synny, lopahtaa hänen motivaationsa nopeasti. Näiden kahden henkilön motivoimiseen on lähdettävä eri lähtökohdista ja eri asioita painottaen. Samoin toinen kiinnittää huomiotaan yksityiskohtiin ja toinen näkee projektin kokonaisuutena. Havaitsemisen kohteessa toinen näkee asioissa ja toiminnoissa samankaltaisuutta ja toinen kokee ne erojen kautta. Samankaltaisuutta näkevä ja kokevalle motivaatiota parantaa tutuus ja eräänlainen pysähtyneisyys, ”tehdään samalla lailla kuin ennenkin”, kun taas eroja näkevälle motivoitumista parantaa kaikki uusi ja uuden kokeminen ja kokeileminen.

Ihmisten motivoitumisen tukeminen ja voimaannuttaminen lähtee aina kunkin henkilökohtaisista tarpeista ja tavoitteista. Niitä täytyy olla aina valmis kuuntelemaan ja niistä keskustelemaan. Oleellista on hyväksyä ihmisestä itsestään lähtevä voimavarojen löytyminen ja tukea niitä. Tässä hyvin tärkeää on tässäkin opinnäytetyössä esiin noussut rehellisen palautteen ja kiitoksen antaminen.

Mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe olisi se, kuinka projektista avoimelle sektorille työllistyneet kokevat ITU-projektin antaneen heille valmiuksia ja rohkeutta työllistymiseen pitkän työttömyysjakson jälkeen.

Samoin voisi tutkia sitä, mikä oli projektin toiminnan, tuen ja kannustuksen merkitys koulutukseen siirtyneiden kokemuksena. Moni heistä piti itseään projektin toimintaan tullessaan liian iäkkäänä opiskelemaan enää uutta ammattia tai asiaa.

LÄHTEET

Dilts R. 1997. Muuttavat ajatukset. Uskomusjärjestelmien muuttamista NLP:n avulla. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Fenomenologinen tutkimus laadullisena tutkimustapana. 9/2004 Kampuslehti. Kajaanin yliopistokeskus: Oulu. [verkkojulkaisu]. [viitattu 6.2.2006]. Saatavissa: <http://www.kajaaninyliopistokeskus.oulu.fi/kampuslehti/syys2004/0904.html>

Heikkilä J. & Heikkilä K. 2001. Innovatiivisuutta etsimässä. 5. täysin uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.

Hyppölä, I-M. Projektipäällikkö. ITU-projekti, Lahden seudun työttömät ry, Rauhankatu 2, 15110 Lahti. Henkilökohtainen tiedonanto 25.2.2006.

Hämeen TE-keskus, 2006. Tiedote ESR-projekteilte 1/2006, 10.2.2006. Työvoimaosasto, Rauhankatu 10, 15110 Lahti.

ITU-projekti, alkuhaastatteluyhteenvedo, 1/2007

ITU-projekti loppuarviointiyhteenvedo, 1/2007

Järvelä, S. & Laukkanen M. 2000. Näkökulmia voimavaraistamiseen. Employment Integra-projektien empowerment-teematyöraportti. Employment-julkaisut No 19. Työministeriö.

Järvinen V., Manner P., Ruokolainen T. & Turunen K. 2005. Sisäinen ja ulkoinen motivaatio – yhdessä vai erikseen. Tuotantotalouden osasto. Teknillinen korkeakoulu. [verkkojulkaisu]. Saatavissa: http://www.tuta.hut.fi/studies/Courses_and_schedules/Tps/TU-53.1167/seminaari2/sis%E4inenjaulkoinenmotivaatio.pdf

Kervinen, J-P. 27.2.1999. Tukityö heikentää mahdollisuuksia oikeisiin töihin. Etlan tutkimus. [verkkojulkaisu]. [viitattu 26.2.2006] Saatavissa: http://www.talentum.com/doc.ot?d_id=245336.

Laaksonen K. Työnohjaaja. ITU-projekti, Lahden seudun työttömät ry. Rauhankatu 2, 15110 Lahti. Henkilökohtainen tiedonanto 8.2.2006.

Laki julkisesta työvoimapalvelusta 30.12.2002/1295

Liukkonen J., Jaakkola T. & Suvanto A. (toim) 2002. Rahasta vai rakkaudesta työhön? Mikä meitä motivoi? Jyväskylä: Likes-työelämäpalvelut Oy.

Manninen R. 2005. ITU-päivä. ”Flirttailu ja vuorovaikutus”. Luento Lahden AKK, Lahti 20.12.2005.

Maslow A.H. 1987. *Motivation and Personality*. New York. Harper Collins.

Niermeyer R. & Seyffert M. 2004. *Motivaatio*. Helsinki: Oy Rastor Ab.

Nurmi, J.-E. (1991). How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning. *Developmental Review*, 11, 1-59.

Perttula J. 2005. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Perttula J. ja Latomaa T. (toim.) *Kokemuksen tutkimus. Merkitys – tulkinta – ymmärtäminen*. Helsinki: Dialogia Oy.

Salmela-Aro K. & Nurmi J-E. (toim.) 2002. *Mikä meitä liikuttaa? Modernin motivaatiopsykologian perusteet*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Salparanta, H. 2005. Motivaatioteoriat ja markkinointi. Motivaatioteoriat markkinoinnissa, julkaisematon aineisto 23.9.2005. EVTEK-ammattikorkeakoulu. Senior Lecturer, Industrial Business. [verkkójulkaisu]. Saatavissa: <http://users.evtek.fi/~heikkis/Motivaatioteoriat%20markkinoinnissa.pdf>

Sii-tonen J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Väitöskirja. Oulun opettajan koulutuslaitos. Oulun Yliopisto: Oulu. [verkkójulkaisu]. Saatavissa: <http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/>

Tuumasta tekstiksi perusopas seminaari- ja opinnäytetyön tekijälle. Hoitotieteen laitos. Tampereen Yliopisto. [verkkójulkaisu]. [viitattu 21.11.2002]. Saatavissa: <http://www.uta.fi/laitokset/hoito/wwwoppimateriaali/>

LIITTEET

Liite 1: Erottelutyylit

- Erottelutyylit kuvaavat mihin todellisuuden puoleen kiinnitämme ensisijaisesti huomiota.
- Erottelutyylit liittyvät ihmisten perusolettamuksiin ja -arvoihin.
- Erottelutyylit voivat vaihdella asia- ja tilanneyhteyden mukaan.
- Erottelutyylit eivät ole joko – tai tyylejä vaan pikemminkin jatkumoit.

Ihmiset ja asiat (Päämielenkiinnonkohde)

Ihmiset – ydinsanoja: ihmiset, ihmissuhteet, tunnelma, tunteet, ilmapiiri

+ vaikuttaa empaattiselta

- voi luvata yhtä yhdelle ja toista toiselle (linjaton)

Asiat – ydinsanoja: asiat, tehtävät, tieto, ”järki”.

+ erottaa ihmiset ja asiat toisistaan

- kylmä ja konemainen

Kohti – pois (Motivaation suunta)

Kohti-ydinsanoja: päämäärä, tavoite, lopputulos, saaminen, saattaminen

+ motivaation säilyminen ja suoraviivainen työskentely kohti tavoitetta

- ei ehkä tunnista nykyhetkessä olevia ongelmia eikä riskejä

Pois-ydinsanoja: pois, eroon, ei enää, ongelma, pulma, kriisi.

+ usein hyviä ongelmien havaitsijoita, parantajia ja ratkaisijoita

+ kiperissä tilanteissa parhaimmillaan

- motivaatio pysyy huonona kun asiat ovat hyvin (strategiat)

- motivaatio saattaa lopahtaa nopeasti (laihduuttaminen)

Sisäinen – ulkoinen (motivaation lähde)

Sisäinen-ydinsanoja: omat arviot, omat mielipiteet, itse päättäminen, puhdas informaatio, tiedän/tunnen sisälläni

+ pystyy itsenäiseen työskentelyyn (työ, arvio, palaute)

- päättää silloinkin kun ei ole lupa päättää asioista (jääräpää, epäluulo)

Ulkoinen-ydinsanoja: suosittele, muiden mielestä, mielipiteet, palaute, sano tai kerro, mitä mieltä olet

+ ”uskoo”/luottaa toisten mielipiteisiin

- ”vaatii” paljon ohjausta, neuvontaa ja palautetta

Itsetunto on eri asia kuin sisäinen tai ulkoinen motivaation lähde.

Huono itsetunto ja sisäisesti motivoitunut henkilö loukkaantuu helposti. Hyvä

itsetunto ja sisäisesti motivoitunut henkilö ei välitä ulkopuolisesta palautteesta.

Huono itsetunto ja ulkoisesti motivoitunut henkilö tuntee ettei osaa mitään ja

tarvitsee huonommuuttaan neuvoja. Hyvä itsetunto ja ulkoisesti motivoitunut

henkilö ottaa mielipiteitä vastaan ja hyötyy niistä.

jatkuu...

Samuus – erot (Havaitsemisen kohde)

Samuus-ydinsanoja: kuin ennen, identtinen, muuttumaton, yleisesti, samaa kuin, kaikki, liittyä johonkin, kuulua johonkin

+ motivoituvat pysähtyneisyydestä

- vastustaa muutoksia

Erot-ydinsanoja: erilaisuus, erot, uusi ainutlaatuinen, toisin, kun, muutos, ei, ei aina

+ motivoituu kaikesta uudesta

- menettää motivaation ellei voi kokea uutta

Huom! Mikään ei ole niin uutta etteikö siinä ole jotain samaa. Samoin mikään ei ole niin vanhaa etteikö siinä ole jotain uutta.

Yksityiskohdat – kokonaisuus (Yksikkökoko)

Yksityiskohdat-ydinsanoja: yksityiskohdat, tarkasti, erityisesti, perustellusti

+ tarkkuus, täsmällisyys ja järjestelmällisyys

- erottaa tarkasti, oksat, lehdet ja jopa neulaset muttei näe metsää.

Kokonaisuus-ydinsanoja: kokonaiskuva, -käsitys, ja –arvio, yleisesti ja laajasti, yleisellä tasolla, kaiken kaikkiaan.

+ taito hakea ja tehdä yhteyksiä ja yhteenvetoja

- yleistäminen vie uskottavuutta, ei erota neulasia

Mahdollisuudet – menettelytavat (Motivaation perusta)

Mahdollisuudet-ydinsanoja: vaihtoehdot, keksiminen, suunnittelu, ennalta suunnitteleminen.

+ erinomainen kehittäjä

- keksii ja aloittaa asioita mutta ei vie loppuun

Toimintatavat-ydinsanoja: menetelmä, vaiheet, järjestys, rutiinit, eteneminen, ennalta suunniteltu.

+ seuraajia enemmän kuin kehittäjiä

- keskeyttävät toimintansa pienestäkin häiriöstä

Toimija – harkitsija (Aktivaation laatu)

Toimija-ydinsanoja: aloitetaan, tehdään, minä teen, nyt toimeksi.

+ hyviä ryhtyjä, aikailemattomia

- toimivat usein harkitsematta

Harkitsija-ydinsanoja: miettiminen, ajatellaanhan, odotetaan, perusteellisesti, eritteleminen

+ harkitsevat ja ymmärtävät tilanteen ”täydellisesti”

- jahkailua ja yön yli nukkumista

Yksin – lähellä – yhteistyö (Työskentelytyyli)

Yksin-ydinsanoja: minä, minä yksin, minä vastaan.

Yksin-ihminen on tuotteliaimmillaan yksin ja saattaa jopa kärsiä jos hänen on jaettava vastuuta esimerkiksi tiimityössä.

jatkuu...

Lähellä-ydinsanoja: minun osuuteni, sinun osuutesi, minä ja muut, lähellä.

Lähellä-ihmiset motivoituvat sitä enemmän mitä selvempiä on oma vastuualue ja miten se liittyy muiden vastuualueisiin.

Yhteistyö-ydinsanoja: me, yhdessä, me kaikki, meidän tehtävämme.

Yhteistyö-ihminen ei kaipaa työnjakoa tai vastuualueita ja on esimerkki tiimityössä tuotteliaimmillaan. Hän työskentelee mielellään alaistensa kanssa ja mukana ja saattaa pitää tyyliä edellytyksenä johtamiselleen.

Liite 2: Kirjoitelman ohjeistus



Kerro omin sanoin: mitä Sinulle on tapahtunut projektin aikana, mistä tavoitiasi olet pitänyt kiinni ja mitkä ovat muuttuneet? Kerro myös miltä Sinusta tuntuu.

Mitä uusia taitoja olet oppinut?

Mikä on ollut ITU-projektissa mielestäsi sen parasta antia Sinulle? Missä projekti voisi parantaa vielä toimintaansa?

Kuvaile onnistumisen kokemuksiasi ITU-projektiin osallistumisen/tukityöllistymisen aikana. Missä? Milloin? Miltä onnistuminen tuntui?

Muistin virkistämiseksi ITU-projektin toiminta 2004–2006 (siis tähän mennessä):

ITU-päivät: (tilaisuudet)

Radio- ja TV-museo/Radiomäki

Joulu-ITU/Jarmo Luttinen

Terveystarkastus info

Kuntotestaus info+uni

Taidenäyttely kierros Lahdessa

Maalauskoulu/Timo Jakola Hollola

Työeläkepäivä ja talouspäivä/Tapiola

Mielenterveyspäivät 2 pv/jaksaminen/Invakeskus

Puhuttaisko päihteistä koulutus/Mylyhoito/Mylykallio 2 pv.

Lanupuisto/Olavi Lanu opastus

Raine Manninen/Oivallista valmennusta tarmokkaasti

Yrttiretki Auringonvalon puisto Nastola Kivijärvi

ITU-olympialaiset Herrasmanni

Työkyky + stressi luennot (rentoutus)

Kesäretki Verla ja Mustila

Marjaretki Artjärvi

Unipäivä/Uni, oma osaaminen, vahvuudet

Ravintopäivä/ravintoterapeutti

Terveyspäivä/työterveydenhoitaja

Sieniretki Rismalahti Asikkalan Salonsaari

@pesti/työkkäri

Minä ja minun polkuni/Salmén

Tulivoimaa työnhakuun, Työpaikan metsästys on oman osaamisen markkinointiprosessi

Velkaneuvonta

Vesa Karvinen Naurukoulutus

Kaupungintalo/valtuusto/vaikuttaminen + askartelu

Eduskunta Helsinki

Joulupuuro ja Historiallinen museo (Lahti näyttelyt)

Raine Manninen/Flirttailu ja vuorovaikutus

Arja Kotiranta/Rohkeutta työnhakuun

Muu toiminta:

Työnohjaus

Terveystarkastukset/Hemo Oy

Kuntotestaukset + seuranta testaukset/Fysteam Oy

ATK-koulutus

Liikuntaryhmä/Fysteam Oy

Kaunista kangaspuilla/Kankaankudonta/Kankurin Ilo

Kevyesti keväeseen-ryhmä (liikunta, kuntosali, uinti)

Liite 3: Excel taulukko lausumista

Lausumat	Tiivistys/keskeisin	Kategoria	Alakategoria	MEMO
Ravinto – työnhaku- ja muut siihen rinnastettavat ITU-päivät on kaukana minusta. Niitten pääasiat eivät vaikuta mitenkään, koska tietää sen mikä on asiasisältö. Hyvin pitkäveteisiä kuunnella, vaikka se on asiaa.(3)	tiedän jo/pitkäveteisyys		negaatio	Ennakkoasenne
ITU-projeksista en osannut odottaa mitään erityistä. Se ei myöskään ole tuonut muutoksia aiempiin tapoihini, joten elämä jatkuu kuten ennenkin.(8)	tiedän jo/pitkäveteisyys		negaatio	Ennakkoasenne
Tukityöllistettynä työn ja ITU-päivien sovittaminen yhteen on hankalaa. ITU-toimintaan osallistuisin enemmän ellei se olisi päällekkäistä toimintaa työn kanssa (8)	työn ja ITU-pvn yhteensovitt.		negaatio	Ennakkoasenne
Muutenkin liika jankutus työnhausta samalla menetelmällä on ahdistavaa. Tulee tunne, että sinut luokitellaan yksinkertaiseksi – vähä-älyiseksi yksilöksi. (10)	jankutus työnhausta liikaa		negaatio	Ennakkoasenne
Ehkä ”kuivimmat” aiheet eivät ole niinkään pureutuneet, mutta jotkut asiat kyllä muistuu mieleen, varsinkin paremmasta päästä.(12)	kuivia aiheita		negaatio	Ennakkoasenne
Mielestäni tulisi huomioida ihmisten yksilöllisyys ja aikaisemmat kokemukset esim. opiskelu/työelämä. Projektin tarkoitushan on edistää ja kannustaa hakemaan työtä. Itselleni en ole saanut ainakaan vielä mitään mikä ei olisi jo tuttua (19)	tiedän jo/pitkäveteisyys-ei mitään uutta		negaatio	Ennakkoasenne
Projektissa on usein ollut samoja aiheita mitkä ovat tulleet jo koulutusvaiheessa opiskeltua. Olenkin kokenut joskus varsin turhauttavaksi ITU-päivät.(19)	tiedän jo/turhauttavaa		negaatio	Ennakkoasenne
Mielenkiintoisia ovat olleet vierailevat luennoitsijat, heiltä olenkin saanut uutta tietoa asioihin, mutta en voi sanoa oppineeni mitään uutta. (19)	vierailevat luennoitsijat/en oppinut mitään uutta		negaatio	Ennakkoasenne
Työnhaun kannalta tästä projektista ei omalta osaltani taida olla paljonkaan hyötyä (23)	oman työnhaunkannalta ei hyötyä		negaatio	Ennakkoasenne
Ennakkoasenteet ovat olleet voimakkaita: ”En koskaan tarvitse näitä taitoja”(x)	Ennakkoasenteet		negaatio	Ennakkoasenne

rohkeutta työnhakuun päivät (2)	ITU-päivä	rohkaus	ITU-päivä	Motivoitumisen sykäys
Se mikä näissä tapaamisissa on parasta on kun saa tavata saman kohtalon kokeneita ihmisiä. (2)	vertaistuki	sosiaalisuus	vertaistuki	Motivoitumisen sykäys
jutuillaan, asenteillaan ”potkivat” toisia yrittämään rohkeasti eteenpäin. Se on hyvä! (2)	rohkaaminen	eteenpäin	rohkaus	Motivoitumisen sykäys
olen pitänyt aina totutun aikatauluttamisen päivissä (2)	päivärytmi	TUKI	päivärytmi	Motivoitumisen sykäys
olen saanut vajaan kuukauden aikana enemmän kehuja kuin aiemmassa työssä 30 v aikana. Se on tuntunut tosi hyvältä ja kannustavalta.(2)	kiitos	rohkaus	kiitos	Motivoitumisen sykäys
Yrttiretki oli mielenkiintoinen myöskin sieni ja marjaretki. (1)	retket	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys
Kaikki retket on olleet mielenkiintoisia ja piristäviä.(3)	retket	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys
ITU-projekti on ollut kannustava.(3)	kannustus	rohkaus	kiitos	Motivoitumisen sykäys
Monta mielenkiintoista päivää on ollut, mm. yrttiretki Nastolaan – ostin alennusmyynnistä Yrttikirjan (5)	retket	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys
Asiapitoisista päivistä on jäänyt ihan hyvää tietoa, tietää mistä kysyä lisää jos tarvitsee.(5)	tietoa	TUKI	tietoa	Motivoitumisen sykäys
Työnohjauksessa Kirsin kanssa olivat antoisia rupatteluhetkiä – ansioluettelo ja muita hakupapereita ”uusittiin”.(5)	työnohjaus	TUKI	työnohjaus	Motivoitumisen sykäys
mistä olen saanut intoa ja virkistystä ovat olleet maalaus koulu (uusi materiaali/tekniikka:pastelli), marjastus (muualla kuin mummolan marjametsä), sieniretki (en muista että olisin koskaan ollut sienestämässä).(6)	ITU-päivä	rohkaus	ITU-päivä	Motivoitumisen sykäys
Tärkeänä pidän myös sitä tukea, mitä olen saanut työpaikkahakemuksen tekemisessä sekä ”markkinoinnissa” että ”tekniikassa”. (6)	apu työnhaussa	TUKI	työnhaku	Motivoitumisen sykäys
Työllistyminen on ollut positiivinen asia ja se on edistänyt ja uudistanut, palauttanut mieleen ammattitaitoni. (8)	ammattitaidon palaaminen	TUKI	ammattitaito	Motivoitumisen sykäys
ITU-päivien aiheet ovat olleet monipuolisia, mutta niihin voisi perehtyä vähän tarkemmin ja jättää ns. alkeet vähemmälle.(8)	monipuolisuus/alkeet pois	TUKI	monipuolisuus, alkeet pois	Motivoitumisen sykäys
Retket ovat aina mielenkiintoisia, ja kohteet kuten eduskunta ja kaupungintalo, niihin ei tule itsekseen lähdettyä (8)	retket	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys

Retket ja tutustumiskäynnit kiinnostaa, koska pitkään työttömänä ollessa jää helposti ”neljän seinän sisälle.” (9)	retket/ulos	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys
Käynti eduskunnassa oli myös mielenkiintoinen tapahtuma.(10)	retket	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys
Paljon on tullut uutta tietoa hyvin eri aloilta. Myös ihan tuntemattomista asioista esim. Myllyhoito.(13)	uutta tietoa	TIETOA		Motivoitumisen sykäys
Olen oppinut monta uutta asiaa.(14)		TIETOA		Motivoitumisen sykäys
Pitkän työttömyysjakson jälkeen olen saanut uudenlaista motivaatiota työhön.(14)	uutta motivaatiota työhön	Motivaatio	Mot	Motivoitumisen sykäys
Projektin aikana olen päässyt tutustumaan kiinnostamaani asiaan eli vanhuksiin (16)	kiinnostuksen kohde	TIETOA	oma kiinnostus	Motivoitumisen sykäys
olen ruvennut suunnittelemaan paremmin tulevaisuutta. (18)	tulevaisuuden suunnittelu	suunnittelu	tulevaisuus	Motivoitumisen sykäys
Minusta saisi olla enemmän tutustumisia eri alan firmoihin, ettei aina istuttaisi itutoimistossa. (20)	yrityksiin tutustumista	TIETOA	yrityksiin tutustuminen	Motivoitumisen sykäys
Työnohjaus on myös ihan hyvä asia. On hyvä, että on olemassa henkilö johon voi ongelmien ilmaantuessa ottaa yhteyttä ja selvittää tilannetta ja myös omia näkemyksiään(21)	työnohjaus	TYÖNOHJAUS	työnohjaus	Motivoitumisen sykäys
Itu-päivät: jotkut jotka koskevat ihan käytännön asioita, ovat tarpeellisia (21)	ITU-päivä	käytännön asiat	ITU-päivä	Motivoitumisen sykäys
Retket ym. tapahtumat ovat antaneet valoa elämään ja jopa tietoa, esim. Verlan reissu.(22)	retket	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys
Ainoa asia joka on jotenkin koskettanut minua on työssä stressaantuminen ja siihen liittyvät jutut. (23)	ITU-päivä	TIETOA	ITU-päivä	Motivoitumisen sykäys
vuoden yhdistelmätuki työpaikka antaa lisäaikaa paremman oman alan työpaikan etsimiseen ja samalla saa rahaa ja työkokemusta. (23)	työpaikan etsimiseen aikaa, palkka, työkokemus	työllistyminen	työkokemus	Motivoitumisen sykäys
Retket ja koulutukset ovat olleet hyviä.(24)	retket ja koulutukset	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys
Mustikassa ja sienessä en ole käynyt moneen kymmeneen vuoteen (24)	retket	RETKI	retket	Motivoitumisen sykäys
tietoa päihteistä vaikka muille kerrottavaksi (24)	tietoa	TIETOA	päihteet/edell.kert om.	Motivoitumisen sykäys
Tällä hetkellä kaikenlaisia suunnitelmia. (24)	uusia suunnitelmia elämässä	Motivaatio	uusia suunnitelmia	Motivoitumisen sykäys

Olen kokenut toimintaan osallistumiseni tulevan itsestäni, ei minkään pakon edessä tulevana vastentahtoisena asiana (25)	vapaaehtoisuus	vapaaehtoisuus	mahdollisuus	Motivoitumisen sykäys
Tunnen olevani etuoikeutettu saadessani olla mukana toiminnassa, joka pyrkii antamaan meille osallistujille virikkeitä, toimintaa, tietoa, sosiaalista kanssakäymistä ja ennen kaikkea tuntemus siitä, ettet ole yksin näinä vaikeina työttömyyden aikoina.(25)	virikkeitä, toimintaa, tietoa, sosiaalista kanssakäymistä ja tuntemus siitä ettet ole yksin	TIETOA	selviytymiseen	Motivoitumisen sykäys
pääsemme myöskin itse vaikuttamaan tuleviin tapahtumiin. Voimme toivoa mistä asioista haluaisimme tietää tai mitä mahdollisesti tehdä(25)	vaikutusmahdollisuus	VAIKUTUSMAHDOLL.	vaikutusmahdollisuus	Motivoitumisen sykäys
Projektin kautta saamamme tietous esim. verkaneuvonta, työnhakumenetelmät, myllyhoitotietous jne. jne. on ollut jokaisen omassa harkinnassa mitä saat päivästä irti.(25)	tietoa	TIETOA	päihteet, neuvonta	Motivoitumisen sykäys
huomaat kuitenkin erilaisissa elämäntilanteissa ”ahaa” elämyksiä, tietous asioista putkahtelee tarpeen mukaan kuvioihin(25)	tietoa	TIETOA	oivallus myöhemmin	Motivoitumisen sykäys
Tämän ITU-projektin aikana on mulle tullu parempi itsetunto ja luottamus omiin osaamisiin (26)	itsetunto ja luottamus omaan osaamiseen	luottamus omaan osaamiseen	opiskelu	Motivoitumisen sykäys
Olen aloittanut nyt englannin kielen opiskelun iltaisin.(26)	opiskelun aloittaminen	Motivaatio	opiskelu	Motivoitumisen sykäys
Tavoitteista voisin sanoa sen verran, että työttömäksi en aio ainakaan jäädä.(26)	päätäväisyys	Motivaatio	päätäväisyys	Motivoitumisen sykäys
Itu-projektissa olevia asioista, siis retket, museot, yrityksissä käynnit ym. kaikissa oli todella asiaa niin henkisessä kuin fyysisessä mielessä jos itse halusi ottaa vastaan tietoa avoimin mielin.(26)	henkinen ja fyysinen anti	TUKI	henkinen ja fyysinen	Motivoitumisen sykäys
enemmän näitä, jotka ovat töissä näissä yrityksissä tulis kertomaan nää itse työntekijät, mitä tekee ja ylipäänsä minkälaista on olla tässä virmassa töissä.(26)	yritysvierailut, työpaikka yhteistyö	TIETOA	työssä olevilta	Motivoitumisen sykäys
Monen itsetunto ja arvo nousee kun tekee työtä ja siitä saa palkkaa niin onhan se parempi kun jostain luukulta nostat rahaa.(26)	itsetunto ja arvo	Motivaatio	itsetunto ja arvo	Motivoitumisen sykäys
Tosta voisi sen verran sanoa, miksi ei koskaan tai harvoin työnantajan puolelta tule kiitosta työntekijä puolelle.(26)	kiitos	rohkaus	kiitos	Motivoitumisen sykäys
Itu-projektissa me kaikkiihan ollaan työntekijöitä omalla tavallaan se on hyvä niin.(26)	työntekijänä	työllistyminen/TUKI	vertaistuki	Motivoitumisen sykäys
miten saan kivuttomimmin totuteltua uuteen päivärytmiin. (x)	päivärytmi	työllistyminen	jaksaminen	Motivoitumisen sykäys

Yhtenä tärkeänä projektin antina olen nähnyt sosiaalisten tilanteiden tuoman rohkeuden lisääntymisen, kun kohdataan muita ihmisiä (X)	sosiaalisten tilanteiden tuoma rohkeus	TUKI	rohkeus	Motivoitumisen sykäys
tutustuu muihin samassa tilanteessa oleviin ihmisiin.(x)	vertaistuki	TUKI	vertaistuki	Motivoitumisen sykäys
useat osallistujat ovat saaneet kipinän järjestää omaa elämänsä.(x)	kipinä järjestää omaa elämää	TUKI	oman elämän	Motivoitumisen sykäys
Halutaan ainakin jollakin tavalla pysyä kiinni saavutetussa päivärytmissä.(x)	päivärytmi		jaksaminen	Motivoitumisen sykäys
Asenteiden ja toimintatapojen muutokseen kuluu aikaa.(x)	vaatii aikaa	muutos itsessä	tavoitteellisuus	Motivoitumisen sykäys
Ihmisille on tärkeää se, että saa kiitosta tehdystä työstä (x)	Kiitosta tehdystä työstä	TUKI	palaute	Motivoitumisen sykäys
Pitkä työttömyys ja syrjäytyminen ovat aikaansaaneet toivon menettämisen pääsystä työelämään.(22)	epätoivo työllistymisestä	Työttömyys	epätoivo	neg./motivaatio
ATK taidot. (1)	ATK	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne
Olen tutustunut uusiin ihmisiin. (1)	tutustuminen uusiin ihmisiin	sosiaalisuus	tutustuminen	Voimaantumisen tunne
Terveystarkastukset ja kuntotestaus plussaa tässä projektissa.(1)	terveystarkastus/kuntotestaus	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Ruokavalio on muuttunut terveystarkastuksen jälkeen (1)	terveystarkastus/ruokavalio	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Liikuntaryhmässä olen käynyt, koska se on mukavaa. (1)	liikunta	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
pääsin lumikenkiä kokeilemaan ja se oli mahtavaa - ostan lumikengät heti ja koko perheelle (2)	liikunta	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
ATK on hyvä (3)	ATK	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne
ITU-projektit on, jotkut, antanut ajatuksen mennä tutustumaan muuhunkin kuin kotiseinien tutkimiseen.(3)	rohkaistuminen/ulos	sosiaalisuus	rohkaisu	Voimaantumisen tunne
ATK on kiinnostava, yritän mennä kurssille jatkamaan opiskelua alalta (3)	ATK	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne
Säännöllinen työ aika. Että en myöhästy. Ja olen täsmällinen.(4)	päivärytmi	sosiaalisuus	päivärytmi	Voimaantumisen tunne
Terveystarkastus ja kuntotestaus plussaa tässä projektissa (5)	terveystarkastus/kuntotestaus	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Kuntotestaus – ja paikat kipeinä pari päivää, kuntoni voisi olla parempikin. Tästä innostuneena olen käynyt Fysteamilla viikoittain ”jumpalla”, mukavaa on ollut. (5)	kuntotestaus/jumppa	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
ITU-projektissa on ollut leppoisa henki – erilaisiin ihmisiin on voinut tutustua – ehkä tapaan muutamia muissakin merkeissä. (5)	tutustuminen uusiin ihmisiin	sosiaalisuus	uudet kontaktit	Voimaantumisen tunne
Parasta ITU-projektissa: liikuntaryhmä on helppo viritellä uudelleen intoa liikkumiseen ryhmän avulla.(6)	liikunta	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Olen saanut paljon itseluottamusta tukityöllistymisen aikana.(7)	itseluottamus	sosiaalisuus	itseluottamus	Voimaantumisen tunne

Kanssakäymiseni muiden ihmisten kanssa on muuttunut täysin myönteisellä tavalla.(7)	kanssakäyminen muiden kanssa	sosiaalisuus	kanssakäyminen	Voimaantumisen tunne
ATK-koulutus on ehkä ollut kohdallani tärkeintä, mutta sen tulisi olla jatkuvampaa ja suunnitelmallisesti etenevää.(8)	ATK	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne
Terveystarkastus on ihan hyvä asia (9)	terveystarkastus	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
ATK-kurssit on myös tarpeellisia. (9)	ATK	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne
Terveystarkastus oli minulle tarpeen koska iän myötä erilaiset tuntemukset terveydentilassa ovat herättäneet pelkotiloja terveyden suhteen. Onneksi ei mitään hälyttävää ilmennyt.(10)	terveystarkastus	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Kuntotestiä odotan innolla.(10)	kuntotesti	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
On myös ollut erittäin hyvä, että olen voinut käydä ohjatussa kuntosalissa kertaviikossa, joka auttaa pitämään kuntoa yllä omalta osaltaan (10)	liikunta/kunnon ylläpito	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Enemmän minua kiinnostaisi kaikki mahdollinen toiminta ja liikkuminen ITU-projektin puitteissa.(10)	liikunta, muu toiminta	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Katsoessani aikaisempaa listaa eri toiminnoista olisin ollut innolla mukana yrttiretkellä, kesäretkellä, marjaretkellä ja sieniretkellä. Kaikki luonnossa liikkuminen saa lisää voimia ”pattereihin”. (10)	retket, luonnossa liikkuminen	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Olen saanut rohkeutta ja itsevarmuutta. Uskon kykeneväni hakeutua töihin muuallekin, kun siihen tarjoutuu tilaisuus.(10)	rohkeus, itsevarmuus	rohkeus	itseluottamus	Voimaantumisen tunne
Tästä ITU-projektista en vielä näin ensimmäisellä kerralla osaa sanoa oikeastaan mitään. Kyllähän nämä tempaukset varmasti on jokaisen mieltä piristäviä ja yhdessä olemista. Ja tähän on varmasti sitä että työnantaja pitää työntekijöistä huolta. (11)	yhdessä oleminen/mielen piristys	sosiaalisuus /TUKI	tukeminen	Voimaantumisen tunne
Joskus kuitenkin raaskin ostaa itselleni erikseen vähärasvaista juustoa tai leikettä.(12)	vähärasv.ruoan osto	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Liikunta on aina ollut minulle mieleen, urheilupuoli enemmän kuin voimistelu, mutta nyt työ on niin raskasta, että siinä tulee päivän lenkkeilyt samaan hintaan.(12)	liikunta	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Muutenkin nämä päivät ovat ihan kivoja, kaikki kurssit, retket, jumpat ja kivat ITU-projektin työt (12)	kurssit, retket, jumpat	Terveys/liikunta	ITU-päivä	Voimaantumisen tunne
Hyvin erilaisia ihmisiä tavatessa. Itselle on tullut enemmän tapahtumia. Olen paljon energisempi. Mieli on iloinen. Samat kujeet.(13)	energisempi, iloinen, tapahtumia	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Antia on kaikki tietysti. Riippuu tietenkin miten asiat itse ottaa ja sisäistää (13)	oma kiinnostus	oma kiinnostus	sisäistäminen	Voimaantumisen tunne
Onnistumisen autuus. Kutomolla monta kertaa kun näkee oman käden jäljen matossa tai poppanassa ym.(13)	onnistumisen tunne, oman käden jälki	onnistuminen	luo voimaa	Voimaantumisen tunne

Tietokoneen käyttö on myös palautunut ennalleen (13)	ATK	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne
Sosiaalinen kanssakäyminen on parasta onnistumista! (13)	sosiaalinen kanssakäyminen	sosiaalisuus	vertaistuen kokeminen	Voimaantumisen tunne
Olen alkanut kiinnostua liikunnasta enemmän liittyessäni jumppaporukkaan.(14)	liikunta	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Työterveystarkastuksen jälkeen olen muuttanut ruoka tottumuksia parempaan suuntaan.(14)	terveystarkastus==>ruokatottumukset	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Ryhmänä olen oppinut ottamaan toiset huomioon. (14)	oppinut ottamaan toiset huomioon	sosiaalisuus	toisten huomioiminen	Voimaantumisen tunne
Olo alkaa piristyä, koska on jotain tekemistä päivisin ja tuntee kuuluvasta johonkin ja olevansa tärkeä (15)	kuulumisen tunne, tärkeäksi kokeminen, tekeminen	sosiaalisuus	kuulumisen tunne,	Voimaantumisen tunne
Uusista taidoista ehkä eniten oppinut sosiaalista kanssakäymistä.(16)	sosiaalinen kanssakäyminen	sosiaalisuus	(uudeksi koettu taito)	Voimaantumisen tunne
Asiakkaalta saatu positiivinen palaute tuntui hyvältä (16)	positiivinen palaute	rohkaisu	kiitos	Voimaantumisen tunne
ITU-päivien parasta antia oli rohkeutta työnhakuun, sen sisältämän monipuolisen tietopaketin ansiosta (16)	ITU-päivä	rohkaisu	ITU-päivä	Voimaantumisen tunne
Yhden kerran jälkeen jo jännitys jäi, tuntuu, että osaan olla jo toisten seurassa.(17)	osaan olla toisten seurassa, jännitys jäi	sosiaalisuus	jännitys jäi	Voimaantumisen tunne
Olen piristynyt, saanut uutta sisältöä elämään.(18)	piristyminen, sisältöä elämään	sosiaalisuus	sisältöä elämään	Voimaantumisen tunne
Uusia kavereita (18)	uusia kavereita	sosiaalisuus	uudet kontaktit	Voimaantumisen tunne
Tuntuu hyvältä saada olla tarpeellinen ja että odotetaan ja saa kiitosta tehdystä työstä.(18)	tarpeelliseksi tunteminen, kiitos	rohkaisu	kiitos	Voimaantumisen tunne
Mitä uusia taitoja oppinut: Erilaista siivoustekniikkaa, järjestelmällisyyttä, uusia tapoja ja välineitä pärjätä arjessa paremmin.(18)	välineitä pärjätä arjessa paremmin	rohkaisu	arjessa pärjääminen	Voimaantumisen tunne
Minusta on ollut kiva huomata, että kun uskaltauduin liikuntaryhmään siitä on paljon hyötyä ja iloa ja siitä ei tarvitse maksaa.(18)	liikunta	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Pitkä työttömyys on aiheuttanut että on muuttunut passiiviseksi ja ilottomaksi sekä tuntuu, että raha ei riitä mihinkään, mutta ei myöskään ollut ansainnut mitään uutta. Mutta nyt kun on päässyt työelämään ja ITU-projektiin on tuntunut, että nyt on ansainnut itselleenkin jotain sekä huomannut että itse on piristynyt ja saa myös kotoa tukea ja arvostusta ihan erilailla kuin ennen (18)	piristyminen, tukea kotoa, arvostusta	sosiaalisuus	tukea arjessa	Voimaantumisen tunne
Parasta on ollut terveystarkastus sekä kuntotestit.(19)	terveystarkastus/kuntotestaus	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Mielestäni ITU-projekti antanut minulle uutta näkökulmaa eri asioissa, ja olen saanut käydä sellaisissa paikoissa missä en tulisi käymään yksinani koskaan (20)	uutta näkökulmaa/tutustuminen uusiin paikkoihin	sosiaalisuus	uusi näkökulma	Voimaantumisen tunne

Terveystarkastus ja kuntotesti oli hyvä että tiedän oman terveyteni ja kuntoni olen sen myötä vaihtanut ruokavalioni terveellisemmäksi ja alkanut liikkumaan enemmän.(20)	terveystarkastus/kuntotestaus-ruokavalio terveellisemmäksi, enemmän liikkumista	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Minusta liikaa panostetaan liikkumiseen. Eiköhän jokainen itse tiedä mikä on itelle hyväksi! Liika on liikaa.(20)	liikaa liikkumista	Terveys/liikunta	negaatio	Ennakoasenne
On erittäin hyvä asia, että on olemassa terveystarkastukset. Monelle, jolla ei varsinaisia sairauksia ole, oli varmaan ensimmäinen kerta, kun kokonaiskuva omasta terveydestä saatiin.(21)	terveystarkastus, kokonaiskuva omasta terveydestä	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Kaikki päivät eivät ole anniltaan hyviä, mutta positiivista on se, että tapaa muita työntekijöitä.(21)	muiden tapaaminen	sosiaalisuus	uudet kontaktit	Voimaantumisen tunne
Osallistuminen liikuntaryhmään on oikeastaan ainoa muutos (22)	liikuntaryhmä	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Olen lopettanut vaikean suhteen ja rakentamassa uutta elämää itselleni, työn uusien ihmissuhteiden ja harrastusten kera (24).	uusia ihmissuhteita ja harrastuksia	sosiaalisuus	uudet kontaktit	Voimaantumisen tunne
Terveelliset elämäntavat ovat jatkuneet. (24)	terveelliset elämäntavat	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Olen ollut vapaaehtoisena (24)	vapaaehtoisuus	sosiaalisuus	vapaaehtoistyö	Voimaantumisen tunne
Tykännyt olla siellä erilaisten tapahtumien järjestelyissä mukana erilaisten ihmisten kanssa. (24)	erilaisten ihmisten kanssa toimiminen	sosiaalisuus	uudet kontaktit	Voimaantumisen tunne
Olen taas pitkstä aikaa ollut muualla ihmisten kanssa kuin ravintoloissa (24)	sosiaalinen kanssakäyminen	sosiaalisuus	vertaistuki	Voimaantumisen tunne
Saanut jutella kaikista asioista muiden kanssa. (24)	sosiaalinen kanssakäyminen	sosiaalisuus	vertaistuki	Voimaantumisen tunne
Olen myös käynyt tosi mielelläni Fysteamin jutuissa jota en ole tehnyt aikaisemmin.(24)	liikuntaryhmä	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Oli mielenkiintoista saada tietää testeissä itsestä.(24)	terveystarkastus/kuntotestaus	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Olen oppinut jotain tietsikoista (24)	ATK	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne
Itu-päivistä on tullut mukava hetki tavata jo tutuiksi tulleita ihmisiä, kuulla kuulumisia, vaihtaa mielipiteitä jne.(25)	sosiaalinen kanssakäyminen	sosiaalisuus	uudet kontaktit/vertaistuki	Voimaantumisen tunne
Projektin puitteissa voimme myöskin harrastaa yhdessä esim. kerran viikossa jumppaa, myöskin matonkudontaa on mahdollisuus harrastaa.(25)	liikunta, muu toiminta	Terveys/liikunta		Voimaantumisen tunne
Tapaisinpa hyvän haltijan, voisin kolmantena toivomuksena toivoa, että ITU-projekti saisi mahdollisimman pitkän jatkoajan! (25)	jatkoa ITU-projektille	jatkoa projektille	ITU-päivä	Voimaantumisen tunne
Moni on osallistunut kursseille tai aloittanut uusia harrastuksia tai opintoja.(x)	kurssit, opinnot, harrastus	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne

Kuitenkin kun vertaa ihmistä tukityöjakson alussa ja lopussa, niin eron kyllä huomaa (x)	ero lopussa alkuun verrattuna		kasvu/kehitys	Voimaantumisen tunne
Eron näkee avoimuutena, rohkeutena, reippautena, henkisenä kasvuna, tulevaisuuteen suuntautumisena ja ennen kaikkea siinä, että halutaan tehdä jotain elämänsä parantamiseksi.(x)	avoimuus, rohkeus, reippaus, henkinen kasvu, tulevaisuuteen suuntautuminen, tehdään jotain elämän parantamiseksi		kasvu/kehitys	Voimaantumisen tunne
Tietokoneen käsittelyn taitojen oppiminen on ollut yksi selkeimmistä konkreettisista esimerkeistä, joista monet ovat olleet erityisen iloisia(x)	ATK	ATK/koulutus		Voimaantumisen tunne
Anti on ollut hyvin monipuolista.(13)	monipuolinen anti	monipuolisuus	proj. anti	Voimaantumisen tunne
Itu-päivät ovat vastapainoa työn ohella.(14)	vastapainoa työlle	vastapaino	ITU-päivä	Voimaantumisen tunne
Itu-projektissa on parasta se kun näitä ei voi laittaa parasta järjestykseen nää jutut lähtee eri viivalta.(26)	ITU-päivä	kaikki koettu hyväksi	ITU-päivä	Voimaantumisen tunne