



OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY of OULU

POSTI, SAARA

OHJATTAVIEN KOKEMUKSIA OHJAUKSEN YHTEYDESTÄ HEIDÄN
PSYYKKISEN AUTONOMIAN TUNTEESEENSA

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA
Kasvatustieteiden koulutus
2014



Kasvatuspsykologian koulutus		Tekijä/Author Posti, Saara	
Työn nimi/Title of thesis Ohjattavien kokemuksia ohjauksen yhteydestä heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa			
Pääaine/Major subject Kasvatuspsykologia	Työn laji/Type of thesis Pro Gradu -tutkielma	Aika/Year Joulukuu 2014	Sivumäärä/No. of pages 73 + Liite
Tiivistelmä/Abstract <p>Pro Gradu -tutkielman tarkoituksena on saada tietoa siitä, millaisia kokemuksia ohjattavilla on ohjauksen yhteydestä heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa. Tämän lisäksi tutkielmassa halutaan selvittää, onko ohjattavien elämäntilanteessa ennen ohjausta joitain samanlaisuuksia ja jakavatko ohjattavat samanlaisia ajatuksia ja tuntemuksia ohjaukseen liittyen. Tutkielmassa kysytään myös, toivoivatko ohjattavat muutosta elämäänsä ennen ohjaukseen saapumista. Ohjattavien muutoshalukkuudesta kysytään, sillä tutkielmassa perustellaan että ohjattavan muutoshalukkuus on yksi tärkeä edellytys onnistuneelle ohjaukselle.</p> <p>Tutkielmassa on psykodynaaminen ja fenomenologinen pohjavire. Psykkeeseen liittyviä käsitteitä (esimerkiksi psyykkisen autonomian tunnetta ja minää) käsitellään psykodynaamisesta perinteestä käsin. Fenomenologia näkyy tutkielmassa siinä, että tutkielmassa ollaan kiinnostuneita ohjattavien subjektiivisista kokemuksista. Fenomenologiaa hyödynnetään tutkielmassa niin aineistonkeruumenetelmänä, tutkimuksen teoriaosassa kuin luotettavuuden arvioinnissa. Tutkielman aineisto on kerätty haastatteluaineistona, ja siinä on haastateltu kolmea ammatinvalintaohjaukseen osallistunutta ohjattavaa heidän omista kokemuksista ohjauksen suhteen. Aineisto on analysoitu Amadeo Giorgan kehittämällä viisiportaisella fenomenologisen tutkimuksen aineiston analysointimallilla.</p> <p>Ohjaus määritellään tutkielmassa pitkälti pedagogisen toiminnan kautta. Ohjauksen päämääräksi määritellään tutkielmassa se, että ohjaus tekee itsestään tarpeettoman ja että se lisää ohjattavan psyykkisen autonomian tunnetta. Tutkielmassa tiivistetään ohjattavan psyykkisen autonomian tunnetta näin: ohjauksen lisätessä ohjattavan varmuutta sen asian suhteen, miksi ohjattava on ohjaukseen hakeutunut, on ohjaus lisännyt ohjattavan psyykkisen autonomian tunnetta. Näin ollen onnistuneen ohjauksen tunnusmerkkinä voidaan pitää sitä, että ohjattava pystyy tekemään päätöksen sen asian suhteen, minkä vuoksi on ohjaukseen hakeutunut. Tällöin ohjaus on tehnyt itsestään tarpeettoman.</p> <p>Tutkimustulosten perusteella ohjauksella on ollut kasvattava yhteys ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen. Ohjattavat kokevat, että ohjaus on auttanut heitä tekemään päätöksen sen asian suhteen, minkä vuoksi he ovat ohjaukseen hakeutuneet. Lisäksi kaikki ohjattavat halusivat muutosta elämäänsä ja he jakoivat samantyyppisiä ajatuksia ja odotuksia ohjauksesta ennen ohjaukseen saapumista. Tutkimustuloksia ei voida yleistää, mutta ne auttavat meitä ymmärtämään ilmiötä kokonaisvaltaisemmin. Tutkielman luotettavuuden arvioinnissa olen hyödyntänyt lähinnä Juha Perttulan ja Lauri Rauhalan ajatuksia fenomenologisen tutkimuksen luotettavuudesta, joiden perusteella tutkielmani noudattaa fenomenologisen tutkimuksen teon peruseräitä.</p>			
Asiasanat/Keywords psyyke, ohjaus, fenomenologia, autonomia, pedagoginen ajattelu			

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	1
2	TIETEENTEOREETTISET JA METODOLOGISET LÄHTÖKOHDAT.....	5
2.1	Ymmärtävä psykologia rekonstruktivisena tieteenä	5
2.2	Fenomenologia ja fenomenologinen psykologia.....	8
2.3	Holistinen ihmiskäsitys.....	13
3	MITÄ PSYYKKISEN AUTONOMIAN TUNNE ON?	17
3.1	Käsitteiden määrittelyä	18
3.2	Autonomiapyrkimys vs. tarvitsevuus.....	21
3.3	Minuuden kokemuksen ylläpitäminen	24
4	MITÄ OHJAUS ON (PEDAGOGISENA TOIMINTANA)?.....	27
4.1	Kuinka ohjaus määritellään?.....	27
4.2	Ohjaus pedagogisena toimintana	30
4.3	Ohjauksen peruskäsitteet	33
5	OHJAUKSEN JA PSYYKKISEN AUTONOMIAN TUNTEEN YHTEYS.....	36
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	38
6.1	Tutkielman tutkimuskysymykset	39
6.2	Aineistonkeruu.....	41
6.3	Aineiston analyysi.....	44
7	TUTKIMUSHAVAINNOT.....	49
7.1	Ohjattavien alkutilanne	49
7.1.1	<i>Ohjattavien elämäntilanne ennen ohjaukseen saapumista.....</i>	<i>49</i>
7.1.2	<i>Ohjattavien tuntemukset ennen ohjaukseen saapumista.....</i>	<i>50</i>
7.1.3	<i>Ohjattavien odotuksia ohjausta kohtaan.....</i>	<i>50</i>
7.2	Ohjattavien muutosvalmius	51
7.2.1	<i>Ohjattavien muutoshalukkuus</i>	<i>51</i>
7.2.2	<i>Ohjattavien ajatuksia muutoksen yhteydestä elämänlaatuun.....</i>	<i>52</i>
7.3	Ohjauksen yhteys ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen	52
7.3.1	<i>Ohjauksen elementit, jotka tukivat ohjattavien päätöksentekoa.....</i>	<i>53</i>
7.3.2	<i>Elementit, jotka eivät tukeneet ohjattavien päätöksentekoa</i>	<i>53</i>
7.3.3	<i>Ohjauksen merkitys ohjattavien päätöksenteossa</i>	<i>54</i>
8	TUTKIMUSTULOKSET.....	55
8.1	Ohjattavien alkutilanne ennen ohjausta	55
8.2	Ohjattavien muutoshalukkuus.....	58
8.3	Ohjauksen yhteys ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen	59

9	LUOTETTAVUUDEN ARVIOINTI	62
10	POHDINTA.....	66
	LÄHTEET	68
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Olen ollut kiinnostunut ohjauksesta tutkittavana aiheena jo pidemmän aikaa. Pro gradu -työni aihetta miettiessäni olin melko varma, että aiheeni tulee käsittelemään ohjausta. Lisäksi halusin liittää tutkittavaan aiheeseeni jotain myös kandidaatintyöstäni jonka nimikkeenä on psyykkisen autonomian tunteen yhteys psyykkisiin häiriöihin. Tässä pro gradu -tutkielmassani en kuitenkaan keskity häiriö -näkökulmaan puhuttaessa psyykkisen autonomian tunteessa. Ajatuksena minulla on selvittää tässä tutkielmassa *psyykkisesti terveiden* ihmisten kokemuksia.

Pro gradu -tutkielmani tarkoituksena on selvittää ohjattavien kokemuksia heidän saamastaan ammatinvalinnan ohjauksesta. Tarkoituksena minulla on selvittää ohjattavien ohjauskokemuksia psyykkisen autonomian tunteen kannalta: onko ohjattavan psyykkisen autonomian tunteella ja ohjattavan saamalla ammatinvalinnanohjauksella yhteyttä ohjattavien näkökulmasta? Psyykkisen autonomian tunteen olen määritellyt kandidaatintyössäni tällä tavoin: ”Kaikki, mihin subjekti kokee voivansa vaikuttaa, kaikki minkä subjekti kokee hallitsevansa, on osa subjektin minuutta, ja samalla myös osa subjektin autonomiaa ja subjektin autonomian kokemusta” (Rechart 1988, 46). Psyykkisen autonomian tunteessa kyse on siis subjektin psyykkisen tasapainon tilasta. Koska subjektin psyykkisen autonomian ja subjektin minän rajat ovat identtiset, kaikki mikä kuuluu subjektin psyykkisen autonomian tunteeseen on myös osa subjektin minää. (Rechart 1988, 38–52.) Näin ollen ohjauksella pyrimme laajentamaan subjektin psyykkisen autonomian tilaa eli siis tilaa, jossa subjekti kokee psyykkisen autonomian tunnetta.

Nyky-yhteiskuntamme on muuttunut Ulrich Beckin sanoin riskiyhteiskunnaksi, jossa ihmisillä on entistä enemmän vaihtoehtoja mutta myös enemmän rajoituksia kuin teollisessa yhteiskunnassa. Nykyinen, postmoderniksikin kutsuttu yhteiskuntamme on merkittävästi erilainen kuin sitä edeltävä teollinen yhteiskunta, jossa jokaisella ihmisellä oli nykyistä selkeämpi paikkansa. (Beck 1992; Peavy 2000, 16.) Näin ollen ohjauksella voidaan nähdä nykyisessä tilanteessa olevan tarvetta etenkin psyykkisen autonomian tunteen kautta määriteltynä. Koska vaihtoehtoja ja rajoituksia on nykyajan riskiyhteiskunnassa merkittävästi enemmän kuin aiemmissa yhteiskuntamalleissa, voidaan nähdä että on olemassa tarve sen tyylliselle ohjaukselle, joka auttaa ohjattavia selvittämään suhdettaan maailmaan ja itseensä.

sä. Mikäli onnistumme ohjauksen avulla vahvistamaan ohjattavan psyykkisen autonomian tunnetta merkitsee se sitä, että ohjattava kykenee tekemään päätöksen sen asian suhteen, minkä vuoksi on ohjaukseen hakeutunut. Ohjaus voi näin luonnollisesti auttaa ohjattavaa tekemään päätöksiä riskiyhteiskunnassa, jossa valinnanvaraa on merkittävästi enemmän verrattuna aiempiin yhteiskuntamalleihin.

Tutkielmani auttaa laajentamaan ymmärrystä siitä, mikä merkitys ohjauksella on sen suhteen, että ohjattava saa tehtyä ohjauksen avulla jonkinlaisen päätöksen. Ohjauksen onnistuttua eli kun ohjattava kykenee tekemään ohjauksen avulla päätöksen sen asian suhteen minkä vuoksi on ohjaukseen päätenyt, on tällä vaikutusta myös ohjattavan kokonaisuhyvinvointiin. Tämä tuli esille tutkielmassani esimerkiksi siinä, kuinka paljon ohjattavat toivoivat muutosta elämäänsä. Selvää on myös se, että onnistuneella ohjauksella on myös yhteiskunnallisesti toivottuja vaikutuksia. Onnistuneen ohjauksen avulla ohjattavalle voidaan esimerkiksi löytää mieluisa ammatti ja työ, joka on yhteiskunnan kannalta parempi vaihtoehto kuin se, että ohjattava on työtön. Näin ollen onnistunut ohjaus voi vähentää niin ohjattavan subjektiivista kärsimystä kuin toimia myös yhteiskunnallisesti tehokkaana asiana.

Ohjauksesta ja sen vaikuttavuudesta on tehty jonkin verran tutkimusta ja opinnäytetöitä. Esimerkkeinä voitaisiin mainita Marjaana Mattilan ja Hanna Paulion tekemä opinnäytetyö Mikkelin TE -toimiston ammatinvalintaohjauksen asiakastyytyväisyydestä, josta tulee ilmi asiakkaiden pääasiallinen tyytyväisyys ohjauskeskusteluja ja TE -toimiston palveluita kohtaan (Mattila & Paulio 2012) ja Maija Laatikaisen Pro Gradu -tutkielma Oulun diakoniaopiston opiskelijoiden kokemuksista ohjauspalveluista ja niiden merkityksestä opiskelijoiden autonomiantunteeseen. Laatikaisen Pro Gradu -tutkielmasta tulee muun muassa ilmi, että osa Oulun diakonissaopiston tarjoamista ohjauspalveluista toimi opiskelijoiden kokemusten perusteella toisia paremmin. (Laatikainen 2014.) Myös Mervi Pekkarin väitöskirja ”Ohjauskeskustelu nuorten lukio-opintojen ja uran pohdinnan tukena” on tutkinut osittain samaa aihetta kuin oma Pro Gradu -tutkielmani. Varsinaisesti en kuitenkaan löytänyt yhtään tutkimusta, tutkielmaa tai opinnäytetöitä, joka käsittelee sitä, millä tavalla ohjattavat kokevat työ- ja elinkeinotoimiston tarjoaman ammatinvalintaohjauksen olevan yhteydessä heidän psyykkiseen autonomian tunteeseensa.

Tässä tutkielmassa määrittelen ohjattavan psyykkisen autonomian tunteen ohjattavan varmuudentunteeksi siitä, että hän kykenee tekemään jonkinlaisen päätöksen sen asian suhteen, minkä vuoksi ohjattava on ohjaukseen päätenyt. Olen haastatellut tutkielmaani kolme ihmistä, jotka ovat käyneet Pohjois-Pohjanmaan työ- ja elinkeinotoimiston tarjoamassa ammatinvalinnanohjauksessa.

Tutkielman teoreettisessa osassa tulen selvittämään, mitä on psyykkisen autonomian tunne, mitä ohjaus on (erityisesti pedagogisen toiminnan kautta hahmotettuna) ja mikä on psyykkisen autonomian tunteen ja ohjauksen yhteys. Erityisesti luku 5 (ohjauksen ja psyykkisen autonomian tunteen yhteys) ohjaa lukijaa tutkielman empiiristä osaa varten, sillä luvussa 5 perustellaan, minkä vuoksi psyykkisen autonomian tunne ajatellaan ohjauskontekstissa sillä tavalla kuin olen asian tutkimusta varten käytännöllistänyt. Tässä tutkielmassa psyykkisen autonomian tunne ohjauskontekstissa hahmotetaan siten, että ohjattava saa varmuudentunnetta päätöksen tekoon sen asian suhteen, minkä vuoksi on ohjaukseen päätenyt.

Tutkielmani empiirisessä osassa kysytään: millainen oli ohjattavien alkutilanne ennen ohjauksen aloittamista, halusivatko ohjattavat muutosta elämäänsä ja kokivatko ohjattavat, että ohjauksella on yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa. Tutkielman empiirisen osan kolmantena tutkimuskysymyksenä esitetty kysymys ”kokivatko ohjattavat, että ohjauksella on yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa?” on myös koko tutkielmani päätutkimuskysymys, jota aiemmat tutkielman teoreettisen ja empiirisen osan tutkimuskysymykset ja niiden ratkaisut pohjustavat. Tutkielmani luvussa 8 (tutkimustulokset) vastataan tutkielman empiirisen osan tutkimuskysymyksiin.

Tieteenteoreettisissa ja metodologisissa lähtökohdissa kirjoitan Jürgen Habermasin erottelun mukaisesti empiiris-analyyttisen ja rekonstruktiiivisen tieteen eroista. Tulen tässä luvussa käsittelemään myös ymmärtävää psykologiaa, joka on yksi tutkielmani lähtökohdista ja joka voidaan lukea kuuluvaksi rekonstruktiiiviseen tieteenperinteeseen. Luvussa tärkeän osan saa myös fenomenologian ja fenomenologisen psykologian käsittely, jotka myös ovat tutkielmassa tärkeässä osassa. Myös Lauri Rauhalan holistinen ihmiskäsitys käydään tässä luvussa läpi yhtenä tutkielmani lähtökohtana.

Tieteenteoreettisten ja metodologisten lähtökohtien käsittelyn jälkeen siirryn käsittelemään kahta teoreettista ilmiötä, jotka ovat tutkielmassani ensisijaisia. Nämä ilmiöt ovat psyykkisen autonomian tunne ja ohjaus. Psyykkisen autonomian tunteen käsittelyssä hyödynnän psykodynaamista ajattelua. Ohjausta käsitellessäni taustalla on ajatus siitä, että ohjaus on pedagogista toimintaa. Tulen myös erillisessä pääluvussa vetämään yhteen, millainen yhteys psyykkisen autonomian tunteella ja ohjauksella teoreettisesti on. Näissä kolmessa luvussa myös vastataan tutkielmani teoriaosan tutkimuskysymyksiin, jotka ovat tulleet esille aiemmin tässä luvussa.

Teoreettisten ilmiöiden käsittelemisen jälkeen huomio siirretään empiirisen tutkimuksen tekoon. Tulen käymään läpi tutkielmani tutkimuskysymykset ja aineistonkeruun sekä keron millä tavalla olen aineistoni analysoinut.

Tulen esittämään tutkimushavainnot erillisenä tutkimustuloksista, jotka käsitellään tutkimushavaintojen jälkeen. Tutkimustuloksissa käsittelen tutkimushavaintojani tutkielman empiirisen osan tutkimuskysymysten ja tutkielman teoriaosan pohjalta. Tutkielmani loppupuolelta löytyy lisäksi tutkielman luotettavuuden arviointi jossa hyödynnän Juha Perttulan, Lauri Rauhalan ja Timo Latomaan ajatuksia. Lisäksi tutkielman loppupuolelta löytyy pohdintaosuus jossa pyrin vielä tiivistämään tutkielman keskeisen sanoman ja pohtimaan tutkielman merkitsevyyttä. Lähteet ja liitteet löytyvät tutkielman lopusta.

2 TIEEENTEOREETTISET JA METODOLOGISET LÄHTÖKOHDAT

Tutkielmani tieteenteoreettisissa ja metodologisissa lähtökohdissa tuon esiin tutkielmani teoreettisia lähtökohtia. Tieteenteoreettisten ja metodologisten lähtökohtien auki kirjoittaminen on tutkielman menetelmävalintojen ja ratkaisujen läpinäkyvyyden kannalta olennaista, koska on tärkeää että lukija saa kuvan siitä millaisiin tieteenteoreettisiin ja metodologisiin lähtökohtiin tutkielmani pohjautuu.

Tieteenteoreettiset ja metodologiset lähtökohdat olen tutkielmassani käsitellyt yhtenevänä aihealueena sillä koen, että ne linkittyvät tässä tapauksessa vahvasti toisiinsa eikä niitä ole järkevää lähteä erottelemaan toisistaan. Esimerkiksi fenomenologia on filosofia mutta ottaa myös kantaa metodologiaan. Tutkimuksen varsinaisesta toteutustavasta tulen kirjoittamaan tarkemmin luvussa 6.

2.1 Ymmärtävä psykologia rekonstruktiivisena tieteenä

Jürgen Habermas on kehittänyt ajattelutavan empiiris-analyttisestä ja rekonstruktiivisesta tieteestä. Habermasin mukaan rekonstruktiivisen tieteen ajattelutapaa on mahdollista hahmottaa metodologisten tekijöiden avulla: rekonstruktiiviselle tieteelle on tyypillistä erilaisien merkitysten (meanings) ja käsitteiden konseptien ymmärtäminen tai eksplikointi (explication). Myös empiiris-analyttisessä tieteenperinteessä on mukana eksplikointia mutta se ei ole tutkimuksen teossa niin suuressa osassa kuin rekonstruktiivisen tieteenperinteen piirissä. (Habermas 1979, 8–9.)

Empiiris-analyttisessä tieteenperinteessä tutkimuskohteena on aistein havaittava maailma. Rekonstruktiivisen tieteenperinteen parissa tutkimuskohteena on symbolinen merkitysdellisuus. Tutkimuskohteiden erilaisuudesta johtuen myös eri tieteenperinteiden tutkimusmenetelmät ovat erilaisia, sillä koska tutkittava ilmiö on kahdessa eri tieteenperinteessä

toisistaan poikkeava, ei tietoa ole mahdollista saada samoilla tutkimusmenetelmillä. Tästä johtuen empiiris-analyttisessä tieteenperinteessä yleinen tapa saada tutkimuskohteesta tietoa on havainnointi. Rekonstruktivisen tieteenperinteen parissa tapa saada tietoa tutkimuskohteesta on useimmiten ymmärtäminen. (Habermas 1979, 9–10.)

Empiiris-analyttisellä tieteenperinteellä tarkoitetaan siis sellaisia tieteitä, joiden tutkimuskohde sijoittuu aistein havaittavaan todellisuuteen. Koska tutkimuskohde sijoittuu aistein havaittavaan todellisuuteen, on yleinen keino saada siitä tietoa tutkimuskohteen havainnointi. Empiiris-analyttiseen tieteenperinteeseen kuuluvia tieteitä voisivat olla vaikkapa lääketiede ja biologia.

Rekonstruktivisessa tieteenperinteessä tutkimuskohde on erilainen kuin empiiris-analyttisessä tieteenperinteessä, sillä tutkimuskohde ei ole aistein havaittava. Rekonstruktivisen tieteenperinteen tieteissä tutkimuskohde koostuu symbolisesta merkitystodellisuudesta, josta on mahdollista saada tietoa ymmärtämällä. Rekonstruktiviseen tieteenperinteeseen kuuluvia tieteitä ovat esimerkiksi psykoanalyysi tai ymmärtävä sosiologia. Myös ymmärtävä psykologia, joka on tässä tutkielmassa tutkielman lähtökohtana, kuuluu rekonstruktiviseen tieteenperinteeseen. Tämän vuoksi on mielekästä, että käytän tutkielmassani ymmärtämiseen perustuvia menetelmiä.

Ymmärtävä psykologia edustaa rekonstruktivistista tieteenperinnettä sillä ymmärtävän psykologian tutkimuskohde, subjektiivinen kokemus, on symbolista merkitystodellisuutta. Ymmärtävän psykologian tutkimusmenetelmänä on ymmärtäminen. Ymmärtävän psykologian voidaan ajatella olevan yläkäsite kaikille rekonstruktivisen tieteenperinteen psykologioille kuten esimerkiksi fenomenologiselle psykologialle. Myös fenomenologinen psykologia toimii tutkielman lähtökohtana, josta tulen kertomaan tarkemmin tutkielman edetessä. Ymmärtävä psykologia on yläkäsitteenä kaikille ymmärtävillä psykologioille, tutkimuskohteesta riippumatta. (Latomaa, 2009.) Koska koen ymmärtämisen olevan keskeinen osa psykologista työtä, halusin tässä kasvatuspsykologian alueeseen kuuluvassa tutkielmassani ottaa lähtökohdakseni ymmärtävän psykologian.

Latoma kirjoittaa, että ymmärtävän psykologian asema on heikko kun se suhteutetaan koko psykologiatieteeseen. Niin tutkimusta kuin metodologiaa on vaikea löytää ymmärtävän psykologian piiristä vaikka ymmärtäminen on keskeinen osa psykologista työtä. (Latoma 2009, 19–20.) Allekirjoitan väitteen siitä, että ymmärtäminen on keskeinen osa (lähes) kaikkea psykologista työtä: ja juuri tämän vuoksi ihmettelen, kuten Latomaakin, miksi ymmärtämistä ei opeteta tieteellisenä menetelmänä akateemisen psykologian valtavirrassa?

Tutkielmani lähtökohdat esimerkiksi sen suhteen, millaiseksi ymmärrän tutkimuskohteeni, perustuvat ymmärtävään psykologiaan. Ymmärtävän psykologian mukaan ihmisen mieli koostuu merkityssuhteista eli niistä subjektiivisista merkityksenannoista joita ihmiset antavat erilaisille asioille. Ainoa tapa tutkia tai päästä osaksi toisen ihmisen mieltä on se, että subjekti esimerkiksi kertoo, piirtää, tai jollain muulla tavoin ilmaisee tutkijalle hänen kokemuksiaan. (Latoma 2009, 17.) Tässä tutkielmassani ymmärtävä psykologia näyttäytyy tapana lähestyä asioita ja tapana käsittää asioita: ymmärrän esimerkiksi, että jotta saisin tietoa tutkittavan subjektiivisista merkityksenannoista ohjaukokemusten suhteen, täytyy minun pyytää subjektiä kertomaan minulle hänen kokemuksistaan ohjauksen suhteen.

Ymmärtävä psykologia voidaan jakaa tieteenteoreettisesti hermeneuttiseen ja syvähermeneuttiseen psykologiaan. Hermeneuttisen ja syvähermeneuttisen psykologian välinen ero liittyy siihen, millä ymmärryksen tasolla tutkimuskohdetta pyritään ymmärtämään. Hermeneuttisessa psykologiassa ymmärtäminen kohdistuu subjektiivisen merkitystodellisuuden pintatasoon kun taas syvähermeneuttisessa psykologiassa ymmärtäminen kohdistuu subjektiivisen merkitystodellisuuden syvätasoon. (Latoma 2009, 34–37.) Eroa voidaan hahmottaa vaikkapa kuvittelemalla tilanne, jossa tutkittava henkilö sanoo haastattelussa ”Joo, mulla oli tosi kiva päivä”. Hermeneuttisen psykologian tulkinta tilanteesta olisi todennäköisesti: ”Henkilö ajattelee päivänsä onnistuneen”. Syvähermeneuttinen tulkinta tilanteesta voisi taas olla toisenlainen (riippuen toki monesta eri tekijästä) ja olisi mahdollista ymmärtää tilanne päinvastoin, vaikkapa: ”Henkilöllä on ollut kurja päivä, ja hän ei halua puhua siitä, miksi hänen päivänsä oli kurja”. Tässä täytyy toki muistaa, että myös monet muut tulkinnat olisivat mahdollisia vaikkapa tässä tilanteessa mutta pähkinänkuoressa hermeneuttisen ja syvähermeneuttisen ymmärtämisen ero näkyy siinä, missä merkityksen oletetaan olevan, ilmauksen pintatasolla vai ilmauksen tuottaneen kokemuksen syvätasolla.

Omassa tutkielmassani liikutaan hermeneuttisen psykologian alueella. Koen, että aloittelevana tutkijana syvähermeneuttinen tulkinta olisi ollut minulle liian haastava tapa niin metodologian kuin analyysin puolesta. Tästä syystä pyrin tutkielmassani ymmärtämään ohjattavien kokemusten pintarakennetta, enkä heidän kokemustensa syvärakennetta. Latomaa kirjoittaa, että hermeneuttisen psykologian tulkintamenetelmäksi sopii hyvin Amadeo Giorgin kehittämä fenomenologisen psykologian tulkintamenetelmä, joka myös minulla on tässä tutkielmassa käytössä aineiston analysoinnissa (Latomaa 2009, 51).

2.2 Fenomenologia ja fenomenologinen psykologia

Fenomenologiasta kuten muistakin erityistieteistä on olemassa erilaisia suuntauksia. Tässä luvussa tarkoitukseni on kirjoittaa fenomenologiasta tutkimusmetodina ja teoriana, sekä perustella oma näkemykseni fenomenologiasta tämän tutkielman kannalta. Aluksi käyn kuitenkin hieman läpi fenomenologian yleistä kehityskaarta.

Fenomenologia tarkoittaa sananmukaisesti ”oppia ilmenevästä”. Sanan historia ulottuu 1700 -luvulle, jolloin saksalainen luonnontieteilijä ja filosofi Johann Heinrich Lambert otti termin käyttöön. Käsite merkitsi Lambertille oppia näennäisen ja todellisen olemisen väliltä. Myös esimerkiksi Immanuel Kant käytti käsitettä samanlaisessa merkityksessä. Nykyisin fenomenologiasta vallitsee useita erilaisia näkemyksiä. Miltei yhtä mieltä ollaan siitä, että varsinaisen fenomenologisen liikkeen perustajana ja kehittäjänä voidaan pitää Edmund Husserlia. (Backman & Himanka, 2007.) Tosin ymmärtävän ja hermeneuttisen psykologian näkökulmasta fenomenologisen liikkeen perustajana voidaan pitää myös Franz Bretanoa, jonka ajatukset esimerkiksi psykologisen ilmiön ja ei- psykologisen ilmiön erottamisesta vaikuttivat myös Husserlin fenomenologiaan (Niskanen 2009, 98–99). Käsittelen tässä alaluvussa fenomenologian historiaa lähinnä Husserlin ja Heideggerin fenomenologioiden pohjalta.

Husserlin fenomenologiaa on kutsuttu deskriptiiviseksi eli kuvailevaksi fenomenologiaksi, jonka ajatuksena on pyrkimys ilmiön mahdollisimman puhtaaseen kuvailuun (Latomaa 2009, 47). Husserlin ajatusten vahvana taustavaikuttajana toimi hänen opettajansa Franz Bretano. Bretanon ajatus asioiden intentionaalisuudesta löytyy myös Husserlilta, kuitenkin erityyppisellä sisällöllä. (Saarinen 2002, 218–219.)

Bretanon ajatus intentionaalisuudesta tarkoittaa sitä, että ei ole olemassa esimerkiksi pelkkää vihaa – vaan aina vihataan *jotakin*. Sama luonnollisesti pätee myös muiden tunteiden kohdalla. Intentionaalisuus tarkoittaa siis Bretanon filosofiassa sitä, että psyykkiset ilmiöt tarvitsevat aina jonkin kohteen johon suuntautua, eivätkä psyykkiset ilmiöt näin ole olemassa pelkästään. (Saarinen 2002, 219.)

Husserlin intentionaalisuusteoria on keskeisessä osassa hänen fenomenologiaansa. Perusidea Husserlin fenomenologiassa on ”—tutkia rakenteita, joiden nojalla tietoisuuden intentionaalit toiminnat ovat suuntautuneita kohteisiinsa”. Nämä rakenteet Husserl nimeää noemoiksi ja ne ovat fenomenologian keskeisenä tutkimuskohteena. Husserlin filosofian mukaan noemat paljastavat tietoisuuden rakenteen jonka vuoksi niiden tutkiminen on tärkeää. Fenomenologiassa tietoisuutta tarkastellaan siis tietoisuuden toimintojen merkitysulottuvuuksina, ei tietoisuutena sinänsä. Husserlin intentionaalisuusoppia ja sen painotuksia voidaan hahmottaa vielä esimerkin tavoin. Husserlin mukaan objektiin tai kohteeseen ei saa kiinnittää liikaa huomiota vaan huomio tulisi kiinnittää siihen, kuinka asia tai objekti tietoisuudelle ilmenee eli noemoista. Esimerkkinä vaikkapa se, jos joku ihminen rakastaa tai katsoo Marilyn Monroeta. Kohde on näissä intentionaalisissa toiminnoissa sama mutta sisältö on täysin eri. Täytyy siis tutkia sitä, kuinka objektit tietoisuudelle ilmenevät, ei objektien tosiasiallista luonnetta. Näin meidän on noemojen kautta mahdollisuus hahmottaa tietoisuuden rakenne. (Saarinen 2002, 223–225.)

Husserlin fenomenologia pyrkii siis ilmiön kuvaamiseen kokemukselle ilmenevällä tavalla joka tarkoittaa sitä, että huomio tulee kiinnittää subjektiivisiin kokemuksiin ilmiöitä tutkitessa. Tämä erotuksena siitä, että huomio kiinnitetäisiin objekteihin. Husserlin fenomenologiassa pyritään aina ilmiön *puhtaaseen kuvailuun* ja siinä erotetaan luonnollinen ajattelu-

tapa filosofisesta ajattelutavasta. Luonnollisesta asenteesta pyritään päästämään irti tutkimusta tehdessä. (Husserl 1995, 33–39, 97; Latomaa 2009, 46–47; Niskanen 2009, 110.)

Heideggerin fenomenologiasta löytyy enemmän hermeneuttisia piirteitä kuin Husserlin fenomenologiasta ja sitä onkin kutsuttu hermeneuttiseksi fenomenologiaksi. Heidegger kritisoi Husserlia puhtaaseen kuvailuun pyrkimisestä: Heideggerin mielestä maailman on oltava ensisijaisena ymmärtämisyhteytenä, jotta voisimme kokea merkityksiä ja merkityssuhteita tajunnassamme. (Latomaa 2009, 47–48.) Tämä merkitsee sitä, että Husserlin ajama kokemusten puhdas kuvailu on mahdotonta, sillä maailma kokemusten ymmärtämisyhteytenä vaikuttaa siihen, kuinka kokemuksen ymmärrämme.

Heidegger näkee ihmisen kaikissa tekemisissä yhteyden maailmaan. Olemisen hän ymmärtää nimenomaan maailmassa olemisena ja näkee myös että kaikki inhimilliset toiminnat muodostavat maailman. (Niiniluoto & Saarinen 2002, 20–21.) Heidegger näkeekin fenomenologisen tieteen sisällön ontologiana, koska fenomenologia hänen mukaansa tutkii olevan olemista (Heidegger 2000, 61).

Fenomenologian edustajien näkemykset fenomenologian peruskysymysten suhteen luonnollisesti vaihtelevat. Brentano ja Husserl ovat sitä mieltä, että täysin kuvaileva, niin sanottu puhdas ymmärtäminen on mahdollista (Niskanen 2009, 110). Perttula taas on sitä mieltä, että absoluuttinen toisen ihmisen kokemuksen kuvailu on mahdotonta (Perttula 1995a, 56). Enemmän hermeneuttisesti painottuneiden fenomenologioiden mukaan ymmärtäminen on tulkintaa tai ainakin tulkitsevaa. Esimerkiksi Heidegger, Schleiermacher, Dilthey ja Rauhala jakavat tämän ajatuksen (Niskanen 2009, 110–111.)

Oma näkemykseni fenomenologiasta on enemmän fenomenologisesti kuin hermeneuttisesti muodostunut kuitenkin sillä oletuksella, että ymmärtäminen mielestäni on aina enemmän tai vähemmän kuvailevaa. Tutkimuksessa täytyy pyrkiä kokemuksen kuvailuun sellaisena kuin se on mutta on pidettävä mielessä, että tämä ei koskaan absoluuttisesti onnistu. Näin ollen oma näkemykseni fenomenologiasta sisältää ainakin Perttulan ja Rauhalan ajatuksia. Tutkimustulosten analysoinnissa tulen käyttämään Giorgin viisiportaista menetelmää ja voidaan sanoa, että jaan myös Giorgin ajatuksia fenomenologiasta. Giorgi oli muun muas-

sa Husserlin kanssa samaa mieltä siitä, että kaikkea tulkitsevuutta tulee fenomenologisessa tutkimuksessa välttää. (Niskanen 2009, 110; Giorgi 1996, 1–23.)

Latoma puhuu Perttulan ja Rauhalan psykologiasta eksistentiaalis-fenomenologisena psykologiana, kun taas Perttula omasta psykologiastaan fenomenologisena psykologiana (Latoma 2009, 47–49; Perttula 1995a). Näin ollen tässä on olemassa jonkinlainen käsitese-kaannuksen vaara sen suhteen, millä ymmärryksen tasolla liikutaan. Latomaan mukaan Perttulan ja Rauhalan psykologia nähdään jonkinlaisena hermeneuttisen ja syvähermeneuttisen psykologian välimaastolla liikkumisena, kun taas esimerkiksi Perttula ei vaikuta itse ottavan kantaa siihen, millä ymmärtämisen tasolla hänen psykologiassaan liikutaan. Koen kuitenkin, että minun on järkevintä käsitesekaannuksen välttämiseksi tuoda ilmi tämä ero. Latomaan eksistentiaalis-fenomenologisen psykologian käsite viittaa siihen, millä ymmärtämisen tasolla toiminta tapahtuu, kun taas Perttula on halunnut tuoda fenomenologisen psykologian nimityksellä ilmi fenomenologisen psykologian ymmärryskohdetta, reaalisäältäistä tasoa (Perttula 1995a, 38).

Juha Perttula ja Lauri Rauhala ovat siis Latomaan mukaan eksistentiaalis-fenomenologisen psykologian puolestapuhujia. Voidaan todeta, että Perttula keskittyy eksistentiaalis-fenomenologisessa psykologiassa enemmän empiirisen psykologian tasolle, kun taas Rauhala puhuu asiasta enemmän tietoteoreettisella tasolla. (Latoma 2009, 48.) Esittelen myöhemmin Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen, joka on ontologisena perustana tutkielmalleni.

Perttulan mukaan kokemus tarkoittaa pohjimmiltaan suhdetta subjektin ja objektin välillä. Mikäli siis haluamme tutkia kokemusta, täytyy meidän tutkia tätä subjektin ja objektin välistä merkityssuhdetta. (Perttula 2009, 116–117.) Tässä tutkielmassani subjektina on ohjattava ja objektina minulla on psyykkisen autonomian tunne. Tutkin siis tässä tutkielmassani merkityssuhdetta ohjattavan ja psyykkisen autonomian tunteen välillä.

Fenomenologisen filosofian jota olen aiemmin tässä tutkielmassa tuonut esiin pääsääntöisesti Husserlin ja Heideggerin kohdalla ja fenomenologisen psykologian välinen ero liittyy pääsääntöisesti siihen, että ne tutkivat eri todellisuuden tasoja. Filosofiana fenomenologia

on kiinnostunut siitä, millä tavalla todellisuus on rakentunut. Psykologiana fenomenologia taas on kiinnostunut ihmisten kokemuksissa ilmenevästä reaalisältöisestä tasosta. (Giorgi 1986, 21–22; Perttula 1995a, 38.)

Fenomenologisessa psykologiassa pyritään saamaan selville tutkittavien merkityksiä, jotka ovat syntyneet välittömässä todellisuussuhteessa (Perttula 1995a, 64). Näin ollen tutkittavat ilmiöt ovat luonnollisesti tutkimukseen osallistuvien ihmisten kokemuksia, eivätkä yleisiä kokemuksia (Perttula 1995a, 61). Tämä on mielestäni tärkeä huomio: fenomenologisen psykologian tutkimus ei pyrikään väittämään, että siinä tutkimuksessa tutkitut kokemukset olisivat yleistettävissä kaikkien yksilöiden empiirisiksi kokemuksiksi, vaan esille täytyy tuoda juuri se, että kyseessä on nimenomaan tutkittavan joukon kokemukset.

Fenomenologisessa psykologiassa tärkeitä käsitteitä ovat *deskriptio* ja *fenomenologinen reduktio*. *Deskriptiolla* viitataan siihen, että *tutkittavan* antama kuvaus on mahdollisimman samanlainen tutkittavan alkuperäisen kokemuksen kanssa. Tämän lisäksi deskriptio viittaa siihen, että *tutkija* kuvaa tutkittavan kokemuksen mahdollisimman alkuperäisessä muodossa. (Perttula 1995a, 43.) Näin ollen fenomenologinen deskriptio viittaa kahteen eri asiaan, joiden molempien tarkoitus on se, että tutkittavan kokemusta tutkittaisiin mahdollisimman alkuperäisessä muodossa.

Reduktion käsitteellä tarkoitetaan pyrkimystä ilmiön kohtaamiseen siten, kuin kohtaisi ilmiön ensimmäisen kerran (Giorgi 1986, 8; Husserl 1995, 59). Perttulan mukaan fenomenologisessa psykologiassa reduktio tehdään ainoastaan tajunnassa ilmenevään sisällöllisen kokemuksen suhteen, eikä reduktiota sovelleta itse tajunnan suhteen. Reduktiota tarvitaan fenomenologisen psykologian tutkimuksessa käytännössä tutkijan kohdatessa tutkimusaineiston; tutkijan on tutkimusaineiston sisällöstä huolimatta suhtauduttava siihen tutkimusaineistona ja tutkittavan kokemuksena. Tämä siitä huolimatta vaikka kuvauksen sisällössä esiintyisi epäjohdonmukaisuuksia. (Perttula 1995a, 44.) Itse näen reduktion käsitteessä jotain samaa ”lapsimaisen” maailmaan tutustumisen kanssa jolloin asiat ikään kuin otetaan vastaan sellaisinaan, asiat kohdatessa ensimmäisen kerran, jolloin ne ovat ainoa tosi joka tiedetään.

Omassa tutkielmassani olen pyrkinyt noudattamaan deskription ja reduktion periaatteita. Olen pyrkinyt siihen, että tutkittavien kokemus tilanteesta pysyisi mahdollisimman samana kirjoittamassani kuvauksessa. Olen myös tehdessäni tutkielmaa pyrkinyt siihen, että vaikka tutkittavien kokemuksissa esiintyisi oman ymmärrykseni mukaan epäjohdonmukaisuuksia, olen suhtautunut niihin tutkittavan omina kokemuksina, tutkimusaineistona.

2.3 Holistinen ihmiskäsitys

Ihmiskäsityksellä tarkoitetaan tutkijan ihmistä koskevia edellyttämisiä ja olettamisia jotka ovat mukana siinä tutkimuksen vaiheessa kun tutkija rajaa tutkimuskohteensa, asettaa hypoteesinsa ja valitsee menetelmänsä (Rauhala 1989, 15). Tutkijan tulisi tuoda oma ihmiskäsityksensä ilmi tutkimuksessaan, sillä tutkijan ihmiskäsitys luonnollisesti vaikuttaa tutkimukseen. Ihmiskäsitys voi vaikuttaa tutkimukseen esimerkiksi tutkimuksen aiheen tai tutkimuksen metodologian valinnassa. Tutkimuksen läpinäkyvyyden vuoksi on siis tärkeää, että tutkija tuo esille oman käsityksensä siitä, mitä ihminen on. Lauri Rauhalan holistinen ihmiskäsitys on omaksuttu eksistentiaalisen fenomenologian ihmiskäsitykseksi. (Perttula 1995a, 14–16.)

Koen että holistinen ihmiskäsitys tukee tutkielmaani, koska se katsotaan eksistentiaalisen fenomenologian perusihmiskäsitykseksi. Lisäksi olen käyttänyt tutkielmassani paljon lähdekirjallisuutta Juha Perttulalta, jonka taas voidaan sanoa omaksuneen käsityksiä Lauri Rauhalan analyysistä. Tutkielman teoreettisen johdonmukaisuuden vuoksi on tärkeää, että lähdekirjallisuuden henkilöt jakavat samoja ajatuksia sellaisista aiheista, jotka ovat tutkielman teolle erityisen tärkeitä. Näin vältetään käsitesekaannus: se, että kaksi tutkijaa puhuvat samasta käsitteestä tarkoittaen sillä kuitenkin kahta eri asiaa. Juha Perttula ja Lauri Rauhala puhuvat näin ollen asioista ainakin pääsääntöisesti ”samalla kielellä”. Koen myös, että voin itse samaistua holistiseen ihmiskäsitykseen ja että jaan samoja ajatuksia holistisen ihmiskäsityksen kanssa.

Rauhala näkee empiirisen tutkimuksen aina ontologisesti sitoutuneena. Tällä hän tarkoittaa sitä, että tutkija joutuu empiiristä tutkimusta tehdessään ottamaan aina kantaa myös tutkimuskohteen olemiseen. Ellei tutkimuskohdetta analysoida ontologian tasolla, on mahdollista muodostaa käsitystä siitä millaista tutkimusta tarvitaan. (Rauhala 1989, 10–13.)

Empiirisellä tutkijalla on aina jokin ihmiskäsitys, joka määrää hänen suhtautumistaan tutkimuskohteeseen. Tässä tutkielmassa ihmiskäsitys määrää suhtautumista ohjauksen asiakkaaseen ja asiakkaan kokemukseen ohjauksesta. Tämä näkyy siinä, että tutkijan hypoteesit ja metodit sisällyttävät ja edellyttävät jo jotain siitä, mitä ihminen tutkijalle on, eli kuinka ihminen tutkijalle ilmenee. (Rauhala 2005a, 93.) Esimerkkinä voisi olla vaikkapa sellainen tilanne, jossa tutkija asettaa haastattelunsa teemoja: jo teemojen valinta sekä mahdolliset haastattelukysymykset heijastavat tutkijan ihmiskäsitystä.

Holistinen ihmiskäsitys jakaa ihmisen olemassaolon kolmeen erilaiseen olemassaoloon. Nämä olemassaolon perusmuodot ovat tajunnallisuus, kehollisuus ja situationaalisuus. (Rauhala 2005b, 28–42; 1989, 26–27.)

Tajunnallisuuden käsitteellä pyritään kertomaan olemassaolosta, joka liittyy mieleen. Mieli on se, jonka avulla meidän on mahdollista ymmärtää jotkut ilmiöt ja asiat joksikin. Mieli voidaan nähdä merkityksen antajana. Mieli ilmenee aina jossain elämyksessä eli *tajunnan tilassa* ja tällä tavoin mieli ja elämys esiintyvät aina yhdessä. Näistä elämyksellisistä tiloista esimerkkinä voitaisiin mainita vaikkapa tunne-elämys. Tunne-elämyksessä on mukana tunteenomainen mieli, joka voi tilanteesta riippuen olla vaikkapa rakastava tai pelottava. (Rauhala 1989, 29.) Yleistäen voidaan sanoa, että tajunta on aina mieliä jostakin (Rauhala 2005b, 30).

Tämän tutkielman aihepiirissä ihmisen tajunnallisuus voisi tulla esiin vaikkapa ihmisen tunnekokemuksessa ohjaukseen: siinä, mitä tunteita ohjaus heissä herättää. Myös tässä tutkielmassa tutkittavana oleva ohjattavien kokemus voitaisiin nähdä ihmisen tajunnallisuuden kuuluvana olemassaolona. Koska tutkimme ihmisten kokemusta ohjauksesta, tutkimme samalla myös sitä, millaisia *tajunnan tiloja*, elämyksiä ohjattavien kokemus ohjauksesta heille on. Ymmärrän, että tutkielmassani ohjattavien tajunnallisuus on kaikkein

merkittävin näistä kolmesta olemassaolon muodosta, sillä tutkielmassani pyritään selvittämään juuri sitä, millaisia kokemuksia, elämyksiä ja tajunnantiloja ohjaus on ohjattavissa herättänyt. Tutkimani ohjattavien kokemus on siis suurimmaksi osaksi ohjattavien tajunnallisuuden tutkimista.

Kehollisuudella tarkoitetaan sitä ihmisen olemassaolon puolta, joka liittyy vahvasti ihmisen kehoon. Kehollisuus ja erityisesti aivojen toiminta on ehto kaikelle tajunnallisuudelle, sillä ilman kehon orgaanista toimintaa ei ole olemassa myöskään tajunnallista toimintaa. (Rauhala 2005b, 37.) Elintoiminnot, kuten sydämen pumppaus, eivät ole koskaan minkäänlaista symbolista toimintaa, vaan keholliset tapahtumat ovat hyvin konkreettisia, tajunnallisuuden mahdollistavia tapahtumia (Rauhala 1989, 32–33).

Tässä tutkielman aihepiirissä ihmisen kehollisuus voisi tulla esiin vaikkapa siinä, kuinka ensimmäistä kertaa ohjaustilanteessa ihmisen kohdatessa ohjaajansa molempia saattaa jännittää. Ihmisen ollessa jännittynyt hänen sykkeensä saattaa nousta. Sykkeen nousun vuoksi myös ihmisen verenpaine voi nousta, ja myös muut elintoiminnot nopeutuvat. Jännitys aiheuttaa ihmisen kehossa kiihtyneen kokonaistilan myös psyykeen tasolla. Tämän kautta huomaamme kuinka koko kehomme orgaanisesti toimii yhteen linkittyneenä, ja elintoiminnot toisiaan täydentävästi. Tässä tutkielmassa ohjattavan kehollisuuden tutkiminen ei kuitenkaan ole pääroolissa, vaikka toki ihmisen kehollisuus voi tähänkin tutkielmaan vaikuttaa. Esimerkiksi erilaisten mielentilojen saadessa aikaan erilaisia kehollisia reaktiota, saattavat ohjattavan tunnetilat myös voimistua. Varsinaisesti tässä tutkielmassa emme kuitenkaan ole kiinnostuneita siitä, millaisia fyysisiä tuntemuksia ohjaus on ohjattavissa herättänyt.

Situationaalisuudella tarkoitetaan ihmisen kietoutuneisuutta maailmaan situaation kautta. Situationaalisuuden käsitteellä pyritään siis ilmentämään ihmisen elämäntilanteen kietoutuneisuutta ihmisen senhetkiseen todellisuuteen. Sillä tarkoitetaan sitä, että ihminen tulee elämäntilanteessaan sellaiseksi kuin situaatio edellyttää. Situaatio rakentuu komponenteista, joita voivat olla esimerkiksi ihmisen vanhemmat ja syntymäpaikka (nämä ovat kohtalomaisia komponentteja, joihin ihminen ei voi itse vaikuttaa) tai vaikkapa aviopuoliso ja

harrastukset (näihin komponentteihin ihmisen on mahdollista vaikuttaa). Nämä situaatiot siis määräävät ihmisen ja maailman suhdetta. (Rauhala 1989, 35.)

Tämän tutkielman aihepiirissä yhtenä esimerkkinä ihmisen situationaalisuudesta voisi olla vaikkapa ihmisen työttömyys. Työttömyys määrää ihmisen ja maailman suhdetta ja vaikuttaa tässä esimerkiksi siihen, että ihmisellä on todennäköisesti käytössä vähemmän rahaa kuin mikäli hän olisi töissä (ainakin mikäli kyse on pitkäaikaistyöttömyydestä). Vähäisempi rahamäärä taas vaikuttaa todella moneen asiaan ihmisen elämässä, ja koska ihminen tulee elämäntilanteessaan sellaiseksi kuin situaatio edellyttää, täytyy hänen keksiä jonkinlainen ratkaisu siihen, että hänellä on käytössään vähäisempi rahamäärä kuin hänen ollessa töissä. Ratkaisuna voisi tässä olla esimerkiksi menojen karsiminen tai vaikkapa pikavippien ottaminen. Tässä tutkielmassa pääpainona on kuitenkin ohjattavan tajunnallisuuden tutkiminen, eikä ohjattavan situationaalisuuden tutkiminen. Esimerkinomaisesti voisi sanoa, että olen kiinnostunut lähinnä siitä, mitä ajatuksia ohjattavalla on siitä että hän on työtön (ohjattavan tajunnallisuuden tutkiminen) kuin siitä että kuinka työttömyys vaikuttaa ohjattavan elämään (ohjattavan situationaalisuuden tutkiminen). Situationaalisuus tulee kuitenkin hieman esiin tutkielmassani, sillä olen tutkimushaastatteluisia pyytänyt tutkijushenkilöitä pohtimaan muutoksen konkreettisia vaikutuksia heidän elämäntilanteisiinsa.

Nämä kaikki olemassaolon muodot, tajunnallisuus, kehollisuus ja situationaalisuus ovat siis ihmisen olemassaolon perusmuotoja, eli tapoja joiden kautta ihminen on maailmassa olemassa.

3 MITÄ PSYKKISEN AUTONOMIAN TUNNE ON?

Psyykkisen autonomian tunteesta puhuttaessa viitataan subjektin kokonaisvaltaiseen psyykkiseen (terveyden) tilaan. Psyykkisen autonomian tunteesta voidaan puhua myös psyykkisen hallinnan tunteena tai psyykkisenä itsesäätelyä. Psyykkisen hallinnan tunne ja psyykkinen itsesäätely määritellään hyvin lähelle psyykkisen autonomian tunteen käsitettä.

Vieläkin kokonaisvaltaisemmin ajateltuna psykiatrinen käsite ”mielenterveys” on melko lähellä psyykkisen autonomian tunteen käsitettä. Mielenterveydellä tarkoitetaan ihmisen terveyden oleellista osaa, jonka WHO on määritellyt sellaiseksi hyvinvoinnin tilaksi, jossa ihminen ymmärtää omat kykynsä, sopeutuu normaaleihin arkielämän haasteisiin ja stressiin sekä on kykenevä työskentelemään ja antamaan panoksensa yhteiskunnalle (Lentonen & Lönnqvist 2007, 26). Mielenterveys käsitteenä ei kuitenkaan ole täysin sama asia kuin psyykkisen autonomian tunne. Psyykkisen autonomian tunne korostaa ihmisen sisäistä psyykettä ja ihmisen omaa kokemusta, eikä sitä määritellä ulkoisten ominaisuuksien (esimerkiksi ihmisen työssäkäynnin) perusteella. Tämän vuoksi koen, että psyykkisen autonomian tunteen käsite sopii paremmin tutkielmani lähtökohdaksi verrattuna mielenterveyden käsitteeseen, koska mielenterveyden käsite korostaa ihmisen ulkoista käytöstä ihmisen sisäisen psyykeen sijaan. Koska tutkin ihmisen kokemusta, koen että minun on järkevää käyttää ihmisen sisäisen psyykeen toimintaa korostavaa käsitettä. Jotain samaa psyykkisen autonomian tunteen ja mielenterveyden käsitteissä kuitenkin on: voidaan sanoa, että mikäli subjekti määritellään WHO:n määritelmän mukaan mieleltään terveeksi voimme suurella todennäköisyydellä olettaa että subjekti kokee myös psyykkisen autonomian tunnetta (lähes) kaikilla elämän aloilla.

Psyykkinen itsesäätely on käsitteenä hyvin lähellä psyykkisen autonomian tunnetta. Psyykkinen itsesäätely tarkoittaa sitä, että ihminen pyrkii tilanteessa kuin tilanteessa säilyttämään kasvonsa ja tästä syystä ihminen kehittää keinoja, joilla omaa psyykettään, minää on mahdollista suojella vaikeissakin tilanteissa. Psyykkisen itsesäätelyn keinoja sanotaan coping -keinoiksi (selviytymiskeinoiksi tai hallintakeinoiksi) ja niitä ovat esimerkiksi projektio (omien ei-hyväksytyjen ominaisuuksien projisoiminen toisiin henkilöihin) ja regressio (sellaiselle ikäkaudelle taantuminen, jossa ihmisellä on tunne omasta turvallisuudes-

taan; tarkoittaa käytännössä sellaista käyttäytymistä, joka ei ole ihmisen ikäkaudelle ominaista). Näiden ihmisen itsesäätelykeinojen taustalla on siis ajatus pitää yllä ihmisen psyykeen tasapainoa. (Vilkko-Riihelä 1999, 34-39.)

Vaikka psyykkisen itsesäätelyn käsitteestä ja psyykkisen autonomian tunteen käsitteessä on paljon samaa (pääajatuksena molemmissa on ihmisen psyykeen tasapainon ylläpitäminen) viittaavat käsitteet kuitenkin eri asioihin. Psyykkisen itsesäätelyn käsitteeseen liittyy olennaisena osana käytännön keinoja, joilla ihminen ylläpitää omaa psyykkistä tasapainoaan. Psyykkisen autonomian tunteen näkökulmasta näitä keinoja toki myös käsitellään (esimerkiksi Rechartt 1988), mutta pääpaino psyykkisen autonomian tunteen käsittelyssä on subjektin sisäisessä ajatusmaailmassa, subjektin psyykessä. Tästä syystä koen, että mikäli haluan tutkia juuri ohjattavien kokemuksia, on parempi käsitellä psyykkisen autonomian tunteen käsitettä kuin psyykkisen itsesäätelyn käsitettä koska psyykkisen autonomian tunteen käsite viittaa enemmän juuri subjektin sisäiseen ajatusmaailmaan jonka subjektin kokemus tavoittaa.

Psyykkisen autonomian tunne voidaan kiteyttää subjektin minuudeksi. Psyykkisen autonomian tunteella tarkoitetaan subjektin kokemusta tai tunnetta siitä, että subjekti kykenee itse hallitsemaan kokemusmaailmansa sisältöjä, itseään. Psyykkisen autonomian tunteella tarkoitetaan myös sitä, että subjektilla on kokemus omasta minuudestaan. Kyseessä on psyykkisen tasapainon tila jonka ylläpitäminen on ihmisen psyykeen tärkein tehtävä (Rechartt 1988, 38–52). Koska psyykkinen minuuden kokemus tai vaihtoehtoisesti kokemus psyykkisestä autonomiasta voidaan määritellä ihmisen psyykeen päätehtäväksi, on se näin ollen erityisen tärkeä tutkimuskohde.

Eero Rechartt vastaa kysymykseen siitä, mitä minuudella eli psyykkisen autonomian tunteella tarkoitetaan näin: ”Sitä tunnetta, että minulla on hallinnan ja toiminnan kykyä senhetkisen kokemukseni piiriin kuuluvassa maailmassa” (Rechartt 1988, 46).

3.1 Käsitteiden määrittelyä

Koska psyykkisen autonomian tunteella tarkoitetaan yhtä lailla myös ihmisen kokemusta omasta minästään, tulen tässä luvussa tarkastelemaan persoonallisuuspsykologian peruskäsitteitä. Etenkin *minä* ja *minuus* -käsitteet ovat tärkeitä, kun halutaan ymmärtää psyykkisen autonomian tunnetta paremmin.

Minä -käsitteellä voidaan tarkoittaa minää suppeassa merkityksessä (minä yhtenä persoonallisuuden rakenteena, egona) tai minää laajassa merkityksessä (psykke kokonaisuutena). Suppeassa merkityksessä minä on psyken rakenteellinen peruselementti, joka tasapainottelee eri tahoilta tulevien vaatimusten välissä, tasapainoon pyrkien. Laajassa merkityksessä minä -käsitteellä taas viitataan psyykeeseen kokonaisuutena. (Vuorinen 1995, 139.)

”Minä pyrkii sovittamaan yhteen id:n, egon ja superegon vaatimuksia” (Vuorinen 1995, 76). Id, ego ja superego nähdään minän elementteinä, asioina joista minä koostuu. Minän onnistuttua tässä tehtävässä (eli silloin kun minä onnistuu sovittamaan yhteen id:n ja superegon vaatimuksia) seuraa siitä eheä minäkokemus, joka on sama kuin psyykeen hetkellinen tasapainotila. Tämä eheä minäkokemus, psyykeen tasapainotila on myös sitä, kun subjektilla on tunne tai kokemus oman kokemusmaailmansa hallitsevuudestaan. Psykke pyrkii tämän tilan saavuttamiseen koko ajan, ja kun psykke tämän tilan saavuttaa voidaan sitä kuvata myös psyykkisen autonomian tunteen saavuttamiseksi.

Psykoanalyttinen teoria persoonallisuuden rakenteesta on sellainen, jossa persoonallisuuden rakenteet ovat se, minä ja yliminä. Timo Latomaa kirjoittaa väitöskirjassaan Sigmund Freudin ajatteluun pohjaten, että sen, minän ja yliminän tilalta voitaisiin käsitellä ”minän” (minä) ja ”ei-minän” (sen ja yliminän) vastakkainasettelua ja ristiriitaa. Käytännössä tässä on kuitenkin kyseessä sama asia kuin vanhemman käsityksen mukaan: minä pyrkii sovittamaan yhteen ei-minän vaatimuksia, jotka ovat peräisin joko ruumiista (se) tai kulttuurista (yliminä), realiteettien ja autonomiapyrkimyksen kanssa. (Latomaa 2000 112–113; Vuorinen 1995, 75–76.)

Minuus tai *minäkokemus* -käsitteellä pyritään tavoittelemaan minän kokemuksellista luonnetta. Käsitteellä tarkoitetaan subjektin kokemusta omasta itsestään, omasta minästään. Minäkokemus on juuri se, jonka tasapainotila määritellään psyykkiseksi hyvinvoinniksi.

Subjekti tuottaa itse oman minäkokemuksensa. Voidaan sanoa että minäkokemus on subjektiin kaikkein eniten vaikuttava psyykkinen kokemus, sillä mikäli subjektilla on kokemus omasta minuudestaan, on hänellä kokemus myös omasta psyykkisestä autonomiastaan. Tämä siksi, koska subjektin psyykkisen autonomian ja subjektin minuuden rajat ovat identtiset (Vuorinen 1995, 140.) Tämän vuoksi voidaan ajatella, että subjektin kokemuksella omasta *minuudestaan* tarkoitetaan subjektin *kokemusta psyykkisestä autonomiastaan*. Kun subjektilla on kokemus omasta minuudestaan, on hänellä myös kokemus omasta autonomiastaan (Vuorinen 1995, 143.)

On kenties helpompaa hahmottaa subjektin psyykkisen autonomian kokemuksen ja minuuden kokemuksen yhteyttä subjektin minän rajojen kautta. *Minän rajat* -käsitteparilla tarkoitetaan subjektin psyykkisen autonomian ja minuuden rajoja. Ne asiat jotka ovat subjektin minän rajojen sisällä, ovat osa subjektin psyykkistä autonomiaa ja subjektin minuutta, eli sanalla sanoen osa subjektia itseään. Ne asiat taas jotka jäävät subjektin minän rajojen ulkopuolelle, eivät ole osa subjektia. (Reenkola 1996, 112.)

Asiaa voidaan hahmottaa esimerkinomaisesti: subjekti voi kokea elämässään jonkun kipeän tapahtuman, jota ei pysty hyväksymään osaksi itseään. Tällainen asia voi periaatteessa olla mikä tahansa mutta voimme ottaa esimerkiksemme vaikkapa tilanteen, jossa subjekti menettää tärkeän läheisensä. Tilanteessa on mahdollista, ettei subjekti ainakaan hetkeen pysty hyväksymään asiaa, eli ei kykene ottamaan asiaa osaksi psyykkistä autonomiaansa tai omaa minuuttansa. Tällöin subjekti saattaa esimerkiksi uskotella itselleen, että hänen läheisensä on yhä elossa, koska totuuden myöntäminen eli se, että hänen läheisensä on kuollut, ei ole sillä hetkellä subjektin minän rajojen sisäpuolella. Koska totuus läheisen kuolemasta ei ole subjektin minän rajojen sisäpuolella, ei asia ole osa subjektin psyykkistä autonomian kokemusta.

Mikäli ylläoleva esimerkki sattuisi, eikä subjekti kykenisi luomaan mielikuvaa itsestään senhetkisen minän rajojensa puitteissa, voidaan sanoa, että tällöin subjektilla ei olisi tunnetta omasta psyykkisestä autonomiastaan. Tällöin subjektin täytyy luoda itsestään uusia mielikuvia, jotka taas ovat subjektin sen hetkisen minän rajojen sisäpuolella. (Vuorinen 1997, 58.) Mikäli näiden uusien mielikuvien luonti epäonnistuu, on mahdollista että sub-

jektin psyyke ainakin hetken ajaksi regressoituu jollekin aikaisemmalle minän kokemisen tasolle. Tällöin on mahdollista, että subjektin minäkokemus regressoituu esimerkiksi psykoositasolle saakka mikäli se on subjektin ainoa mahdollisuus kokea hallintaa hänen omasta minuudestaan.

Kaikki asiat joihin subjekti kokee voivansa vaikuttaa, ovat osa subjektin psyykkistä autonomiaan, eli subjektin minän rajojen sisäpuolella. Esimerkkinä vaikkapa käden toiminta: mikäli subjekti kokee että hän kykenee vaikuttavansa käden liikkeisiin ja määräämään niitä, on käden toiminta subjektin minän rajojen sisäpuolella, eli osa subjektin minuutta. (Reichardt 1988, 40–41.)

Psyykkinen autonomian tunteella tarkoitetaan tunnetta tai kokemusta, joka yksilöllä on omasta minuudestaan. Näin ollen subjektin psyykkisen autonomian tunteella tarkoitetaan sanalla sanoen subjektin minuutta. Kaikki asiat, jotka ovat subjektin psyykkisen autonomian, psyykkisen hallinnan piirissä, ovat osa sitä. Asiat, jotka ovat subjektin psyykkisen hallinnan piirissä, on subjekti hyväksynyt osaksi itseään. Se, että subjekti kokee hallitsevansa omaa kokemusmaailmaansa, on ehdottoman tärkeä asia subjektin psyykkisen autonomian tunteen saavuttamisessa, psyykeen tärkein tehtävä. (Vuorinen 1995, 14–15, 21–22).

Ohjauksen avulla meidän on mahdollista laajentaa tätä subjektin psyykkisen autonomian tilaa, eli subjektin minän rajoja. Subjektin hakeutuessa ohjaukseen, johtuu se yleensä siitä, että henkilö ei osaa itse tehdä päätöstä jonkin asian suhteen ja kaipaa sen suhteen apua: tällöin se asia ei ole subjektin minän rajojen sisällä, eikä näin ole osa subjektin psyykkistä autonomiantunnetta. Mikäli ohjaus onnistuu, ja saadaan aikaan jokin päätös sen asian suhteen, miksi subjekti ohjaukseen hakeutui, saadaan tämä aiemmin ohjattavan minän rajojen ulkopuolella ollut asia ohjattavan minän rajojen sisäpuolelle.

3.2 Autonomiapyrkimys vs. tarvitsevuus

Vuorisen mukaan autonomiapyrkimys ja tarvitsevuus ovat subjektin minää määritteleviä peruspilareita, jotka ovat varhaislapsuudessa kokemuksellisesti sopusoinnussa toistensa kanssa mutta joutuvat iän myötä törmäyskurssille (Vuorinen 1997, 59). Tarvitsevuus on mahdollista nähdä autonomiapyrkimyksen vastavoimana.

Autonomiapyrkimyksellä tarkoitetaan sitä, että subjekti toimii aina sellaisella tavalla, joka mahdollistaa hänelle mahdollisimman eheän kokemuksen hänen omasta minuudestaan. Tämä tarkoittaa subjektin itsehallintaa – erityisesti omien tunteidensa kohdalla. (Vuorinen 1995, 143–144.) Autonomiapyrkimys siis ohjaa subjektia saamaan eheän minäkokemuksen itsestään.

Autonomiapyrkimys on määrää ensisijaisesti subjektin psyykkisiä tapahtumia. Tämä siksi, että ihminen pyrkii aina toimimaan oman *mielihyväperiaatteensa* mukaan ja autonomiapyrkimys mahdollistaa mielihyväperiaatteen toteutumisen parhaalla mahdollisella tavalla. Mielihyväperiaate toteutuu kaikkein parhaimmalla tavalla silloin kun subjekti kykenee muodostamaan ehjän kokemuksen minuudestaan. Tämä siksi, koska psyykeen tasapainotila on yhtä kuin minän eheys. Kuten edellä tuli ilmi, juuri tämä on subjektin autonomiapyrkimyksen perimmäinen tarkoitus: toimia sillä juuri sellaisella tavalla, joka mahdollistaa subjektille mahdollisimman eheän minäkokemuksen. (Vuorinen 1995, 141, 143–145.)

Kun edellä autonomiapyrkimys määriteltiin sellaiseksi asiaksi, jonka avulla subjekti saa mahdollisimman suuren kokemuksen siitä, että kykenee hallitsemaan itseään, kokemusmaailmansa sisältöjä ja että subjekti voi muodostaa ehjän kokemuksen omasta minuudestaan, voimme myös miettiä, mitä autonomiapyrkimys tällöin käytännössä tarkoittaa. Subjektin mahdollisimman eheä minäkokemus muodostuu silloin, kun subjekti on muodostanut mielikuvansa omasta itsestään oman psyykkisen autonomiansa alueelle. Tämä tarkoittaa sitä, että subjektin autonomiapyrkimys toteutuu, kun subjektin mielikuvat omasta itsestään ”käyvät yhteen” realiteettien kanssa. Esimerkiksi mikäli ympäristössä (tai subjektin sisäisissä realiteeteissa) ei tapahdu kovin suuria yhtäkkisiä muutoksia, voitaisiin melko todennäköisesti olettaa, että subjektin autonomiapyrkimys toteutuu, sillä subjekti on melko tietoinen siitä, mitä ympäristössä tapahtuu ja tulee tapahtumaan.

Tilanne on silloin toinen, kun subjektin elinympäristössä tapahtuu jotain poikkeavaa: esimerkiksi jos joku läheinen henkilö kuolee. Tällöin subjekti ei välttämättä pysty muodostamaan mielikuvaa omasta itsestään psyykkisen autonomiansa alueen puitteissa, ja joutuu kamppailemaan, jotta pystyisi muodostamaan tällaisen mielikuvan. Tällaisissa yllättävissä elämänmuutostilanteissa on kuitenkin tärkeää yhtä lailla kuin normaaleissakin olosuhteissa, että subjekti saisi ylläpidettyä mielikuvaa omasta itsestään. Ratkaisuna voi joissain tapauksissa olla subjektin minän regressoituminen sille minän kehitystasolle, jossa subjektilla on vielä ollut kokemus omasta itsestään. Tämä voi käytännössä tarkoittaa pahimmillaan esimerkiksi psykoosiin asti regressoitumista (subjektin minän kehityksen taantumista alle yhden vuoden ikäiseksi) ja menetyksen realiteetin kieltämistä (Tähkä, 1979, 122). Tässä huomaamme jälleen kerran, kuinka subjektin kokemus itsestään, omasta hallitsevuudestaan on ensisijainen tekijä subjektin psyykkiselle hyvinvoinnille.

On kuitenkin olemassa myös toinen, autonomiapyrkimyksen vastavuoroinen voima joka liittyy subjektin minäkokemukseen. Tämä on subjektin tarvitsevuus. Tarvitsevuudella on useita erilaisia konsepteja. Hyvinä esimerkkeinä tarvitsevuudesta toimivat vaikkapa pienen lapsen psyykkinen tarvitsevuus ensisijaiseen hoitajaansa nähden tai sosiaalinen perustarvitsevuus. Tarvitsevuus on jotain sellaista, joka on koko ajan läsnä subjektin minäkokemuksessa. Subjektilla on tarve siihen, että muut ihmiset suhtautuvat subjektin hänen omien kuvitelmiensa mukaisesti. (Vuorinen 1995, 157, 159–160.)

Subjektin tarvitsevuus ja autonomiapyrkimys joutuvat useissa elämänvaiheissa ristiriitaan toistensa kanssa. Toisaalta subjektin psyykessä on olemassa vahva halu olla itsenäinen ja hallita itseään, mutta toisaalta janoamme esimerkiksi toisten hyväksyntää. Tähän tilanteeseen löytyy kuitenkin ratkaisu: vapaaehtoinen tarvitsevuus. (Vuorinen 1995, 167–170.) Vapaaehtoisella tarvitsevuudella tarkoitetaan sitä, että subjektilla on ”kyky hyväksyä oma ja toisen tarvitsevuus sekä kyky pitää kiinni omasta ja toisen oikeudesta autonomiaan” (Vuorinen 1995, 170).

Puhuttaessa subjektin tarvitsevuuden ja autonomiapyrkimyksen välisestä ristiriidasta huomontia ratkaisuja vapaaehtoisen tarvitsevuuden kanssa ovat pakonomainen tarvitsevuus ja

tarvitsevuuden kieltäminen. Pakonomaisessa tarvitsevuudessa subjektin autonomiapyrkimyksen ja tarvitsevuuden välinen ristiriita ratkaistaan erilaisilla riippuvuuksilla ympäristön tarjoamille tyydytyksen lähteille (esimerkiksi alkoholi, toinen ihminen, ideologia), kun taas mikäli subjekti kieltää oman tarvitsevuutensa seuraa siitä hyvin romahdusaltis subjektin minuus, vaikkakin se olisi näennäisesti itsenäinen. Tämä vaihtoehto, kuten myös pakonomainen tarvitsevuus vaikeuttaa merkittävästi subjektin ihmissuhteita, sillä mikäli subjekti kieltää oman tarvitsevuutensa seuraa siitä myös se, että subjektin on vaikea muodostaa suhteita toisiin ihmisiin. Tämä siksi, koska esimerkiksi läheisyyden osoittaminen ja vastaanottaminen on subjektille vaikeaa. (Vuorinen 1995, 170.) Luvun loppuun täytyy kuitenkin myös todeta, että ihmiselämän alussa autonomia saavutetaan juuri toisen ihmisen avulla, ja että tätä normaalia ihmisen psyykeen kehitysvaihetta ei pidä sekoittaa (aikuisilla esiintyvään) pakonomaisen tarvitsevuuden ja tarvitsevuuden kieltämisen väliseen ristiriitaan.

3.3 Minuuden kokemuksen ylläpitäminen

Eero Rechartt puhuu artikkelissaan ”Uhattu minuus” siitä, millä tavoin subjekti kykenee ylläpitämään omaa minäkokemustaan. Recharttin mukaan joissain tapauksissa minuus voidaan ylläpitää vain symbioottisessa kokemuksessa (ihmisen psyykeen varhainen kehitysvaihe, jolloin subjekti ei ole eriytynyt objektista), kun taas joissain tapauksissa on mahdollista, että minuuden kokemus vaatii esimerkiksi autistista vetäytymistä. Mikäli eriytynyt minä tai sellainen minä, joka on kanssakäymisissä toisten kanssa, ei anna subjektille kokemusta minuudesta, jää subjektin minä eriytymättömäksi tai autistiseksi subjektin puolustaessa omaa minuuden kokemustaan. (Rechartt 1988, 42.) Näin ollen Rechartt tuntuukin korostavan jo aikaisemmin tässä luvussa esille tullutta asiaa siitä, kuinka subjektin kokemus omasta itsestään on ehdoton. Minäkokemus on jotain niin ehdotonta, että subjekti turvautuu mihin tahansa keinoon minäkokemuksen saavuttamiseksi, vaikka ylläolevan esimerkin mukaan vetäytymällä autistiseksi.

Rechartt erottaa kolme päämenettelytapaa, joiden avulla subjekti suojelee omaa minuuttaan. Nämä menettelytavat ovat tuhoaminen, takertuminen ja psyykkisen työn käyttäminen

(Rechardt 1988, 46–48). Tuhoaminen lienee näistä menettelytavoista kaikkein vahingollisinta tai ainakin vähiten ”korjaavaa”, sillä tällä tavalla menetellessään subjekti pyrkii konkreettisesti poistamaan kokemusmaailmastaan kaiken sen, joka uhkaa hänen hallintaansa, hänen minuuttaan. Käytännössä näitä toimia voivat olla esimerkiksi asian kieltäminen tai subjektin väkivaltainen käyttäytyminen. Joka tapauksessa, nämä subjektin uhkakuvat eivät pääse psyykkisen työn piiriin, ja näin ollen koska uhkakuvia ei käsitellä muodostavat ne jatkuvan uhan subjektin minuuden ylläpitämiselle. (Rechardt 1988, 46–47.)

Toinen minän suojautumismekanismi on takertuminen, jolloin subjekti hakee turvaa tai suojaa jostain, esimerkiksi lapsuuden kokemuksistaan tai jostain pelastavasta olennosta. Tässäkin toimintatavassa psyykkisen työn tekeminen jää pois ja subjektin uhkakuvat jäävät jälleen kerran käsittelemättömiksi, psyykkisen työn ulottumattomiin. Rechardt mukaan niin tuhoavuutta kuin takertumista esiintyy erityisen paljon erilaisissa psyykkisissä häiriöissä, mutta takertuvuus on yleisempää: sitä esiintyy välillä myös jokaisella meistä kun jotain sellaista odottamatonta tapahtuu, joka uhkaa minuuttamme. (Rechardt 1988, 47.)

Kolmas tapa, jolla subjekti voi suojella omaa minuuttaan, on psyykkisen työn tekeminen. Psyykkisen työn tekemisessä voi auttaa terapeutti, mikäli subjekti tarvitsee siihen apua. (Rechardt 1988, 48.) Voisin ajatella, että periaatteessa myös ohjaus voi auttaa ohjattavaa tekemään psyykkistä työtä ja näin suojaamaan ohjattavan henkilön minuutta ja tällä tavoin vahvistavan hänen psyykkisen autonomian tunnetta. Tämä siksi, koska ohjauksessa pyritään siihen, että ohjattava onnistuisi tekemään jonkin päätöksen sen asian suhteen, miksi hän on ohjaukseen päätenyt. Tästä näkökulmasta on mahdollista ajatella, että ohjauksella pyritään auttamaan ohjattavaa tekemään psyykkistä työtä, ylläpitämään ohjattavan psyykkisen autonomian tunnetta, minuutta, terveellä ja rakentavalla tavalla.

En voi olla huomaamatta sitä, kuinka samanlaisilta Eero Rechardtmin minän suojautumismekanismit ja Risto Vuorisen esittämä subjektin autonomiapyrkimyksen ja tarvitsevuuden ristiriita vaikuttavat. Kuten edellä tuli ilmi, Vuorinen esitti, että subjektin on jollain tavalla ratkaistava autonomiapyrkimyksen ja tarvitsevuuden ristiriita, ja näitä ratkaisuvaihtoehtoja on Vuorisen mukaan olemassa kolme: subjektin pakonomainen takertuvuus, tarvitsevuuden kieltäminen ja vapaaehtoinen tarvitsevuus (Vuorinen 1995, 170). Rechardt esittämät

subjektin minän suojautumismekanismit ovat tuhoaminen, takertuminen ja psyykkisen työn tekeminen (Rechardt 1988, 46–48). Olisiko mahdollista, että näissä molemmissa katsantokannoissa on kyseessä sama asia eri tavoin esitettynä? Niin Vuorinen kuin Rechardt puhuvat lopulta subjektin minän toiminnasta, ehkäpä sellaisessa tilanteessa, jossa subjektin minän kokemus, subjektin kokemus omasta psyykkisestä autonomiastaan ei ole ihan itseltään selvää. Rechardtilla asia on esitetty mahdollisesti yleisemmässä muodossa kuin Vuorisella, joka rajaa tilanteen autonomiapyrkimyksen ja tarvitsevuuden väliseen ristiriitaan, mutta toisaalta Vuorinen korostaakin tämän ristiriidan olevan ihmisen minää määrittelevä perusprosessi (Vuorinen 1997, 59). Jos otamme esimerkiksi Vuorisen teoriasta tarvitsevuuden kieltämisen ja vertaamme sitä Rechardtın teorian tuhoamiseen, huomaamme näissä molemmissa yhtäläisyyksiä esimerkiksi sen suhteen, että molemmissa subjekti pyrkii kieltämään jotain omasta kokemusmaailmastaan.

Mikäli siis subjektin pakonomainen takertuvuus/tarvitsevuuden kieltäminen (Vuorisen mukaan) tai tuhoaminen/takertuminen (Rechardtın mukaan) ovat tasapainossa vapaaehtoisuuden (Vuorisen mukaan) tai psyykkisen työn tekemisen (Rechardtın mukaan) kanssa johtaa tästä, että subjektin minän suojaamismekanismit ovat terveitä, autonomisia ja psyykkistä työtä hyväksikäyttäviä.

Näkisin, että ohjaustyössä tulisi pyrkiä vahvistamaan ohjattavan psyykettä näillä terveillä, psyykkistä työtä hyväksikäyttävillä mekanismeilla, joihin Vuorinen viittaa puhuessaan subjektin vapaaehtoisesta tarvitsevuudesta ja Rechardt puhuessaan psyykkisen työn tekemisestä. Ohjaustyön tehokkuuden kannalta tärkeää on varmastikin myös se, että ohjattava osaisi käyttää itsenäisesti näitä mekanismeja vielä ohjauksen päättymisen jälkeenkin.

4 MITÄ OHJAUS ON (PEDAGOGISENA TOIMINTANA)?

Kirjoitan tämän pääluvun alussa siitä, mitä ohjauksella yleensä tarkoitetaan, ja miten se on mahdollista hahmottaa. En kuitenkaan tässä tutkielmassa keskity ohjauksen yleiseen määrittelyyn, koska tutkielmassani hyödynnettävä ohjauksen näkökulma on ohjauksen näkeminen pedagogisena toimintana. Ohjauksen näkeminen ja hahmottaminen pedagogisena toimintana auttaa myös ohjauksen kokonaiskuvan löytämisessä.

4.1 Kuinka ohjaus määritellään?

John McLeodin mukaan ohjaukseen liittyy seuraavia piirteitä: Ohjaukseen tarvitaan aina asiakas, joka etsii apua sellaiseen ”arkipäivän ongelmaansa”, jota ei osaa itse ratkaista käyttämällä hyväkseen jokapäiväisen elämänsä resursseja. Itse ohjaustoiminnassa pääpaino on keskustelussa. Ohjattavan ja ohjaajan keskinäisellä suhteella on paljon merkitystä itse ohjaustoiminnan onnistumisen kannalta. Oletetaan myös, että ohjauksen asiakkaalla on itsessään olemassa ne vahvuudet, jotka ohjauksessa uudelleen kanavoimalla toimivat myös asiakkaan ongelman ratkaisemisen välineenä. Henkilö, joka toimii ohjaajana, ei välttämättä omaa erityistä koulutusta tai tietoa psykologisista teorioista vaan onnistuneesti ohjaajana toimiminen edellyttää ensisijaisesti inhimillisiä vuorovaikutustaitoja kuten asiakkaan kuuntelua. Ohjaustilanteessa ohjaajan tulisi olla kannustava ja kunnioittaa erilaisuutta ja erilaisia näkemyksiä. Ohjaustilanteiden tulee olla luottamuksellisia, ja ohjaussuhteessa ohjaajan on osoitettava keskeisiä ihmisten välisiä arvoja kuten esimerkiksi luottamusta. Ohjaus edustaa paikkaa, jossa tuetaan, reflektoidaan ja uudistetaan ohjattavaa. Ohjauksen tulokset voidaan jakaa kolmeen kategoriaan: alkuperäisen ongelman ratkaisemiseen, oppimiseen ja sosiaaliseen inkluusioon. Lisäksi ohjaus sisältää aina sosiaaliset ja kulttuuriset roolit sen suhteen, mitä sosiaalisesti ja kulttuurisesti kuuluu ohjattavana olemiseen ja ohjaajana olemiseen. (McLeod 2009, 7-8.) McLeodin ohjauksessa esiintyvät piirteet ovat hyvin yleisluontoisia ja ohjaukseksi kutsutun toiminnan tulisi täyttää nämä piirteet jotta toiminta voidaan määritellä ohjaukseksi.

Ohjauksessa on olemassa monia eri lähestymistapoja, riippuen kulttuurista ja siitä, minkä ajan ohjauksesta puhutaan. Lairio, Puukari & Nissilä (2001) jakavat ohjauksen lähestymistavat viiteen erilaiseen lähestymistapaan. Nämä ovat:

Psykodynaaminen lähestymistapa; jonka keskeisenä edustajana on Freud. Ohjaussuuntaus on erityisen hyödyllinen ohjattavan elämänhistorian ja tunne-elämän merkityksen hahmotamisessa. Ohjausalan asiantuntijat ovat Lairion, Puukarin ja Nissilän mukaan sitä mieltä, että jokaisen ohjausalan ihmisen tulisi tuntea Freudin perusajatukset.

Eksistentiaalis-humanistinen lähestymistapa, jonka keskeisenä edustajana voidaan pitää asiakaskeskeisen terapian 1950-luvulla kehittänyttä Carl Rogersia. Eksistentiaalis-humanistiseen ohjauksen teoreettiseen lähestymistapaan voidaan lukea myös Pearsin hahmoterapia ja Franklinin logoterapia. Keskeisenä ajatuksena eksistentiaalis-humanistisessa lähestymistavassa on ihmisen elämän tarkoituksen löytäminen ja ihmisen vapauden ja vastuun korostaminen sekä ihmisen kasvun tukeminen, jolloin ihminen oppii tunnistamaan omia mahdollisuuksiaan elämässään.

Konstruktivistinen lähestymistapa, jossa keskeisenä pidetään yksilön omaa aktiivisuutta. Konstruktivistinen lähestymistapa on yhteneväinen nykyisen ohjaskäsityksen kanssa. Konstruktivistinen lähestymistapa korostaa myös ihmisen tunteiden merkitystä hänen tiedonmuodostuksen kanssa.

Monikulttuurinen lähestymistapa. Tämä ohjauksen lähestymistapa on tullut erityisen tarpeelliseksi muutaman viime vuosikymmenen aikana monikulttuurisuuden lisääntyessä. Tärkeimpänä ajatuksena lähestymistavassa on erilaisten kulttuuristen ennako-oletusten tiedostaminen ja kulttuureihin liittyvien stereotyyppien purkaminen.

Ratkaisukeskeinen lähestymistapa korostaa yksilön omia voimavaroja. Ratkaisukeskeisessä lähestymistavassa nähdään, että yksilöllä itsellään on olemassa ne vahvuudet, joiden avulla

ongelma voidaan ratkaista. Lähestymistapa on hyvin tulevaisuuteen suuntautunut ja eroaa näin perinteisistä, menneisyyttä korostavista lähestymistavoista.

Siitä, mitä ohjauksella tarkoitetaan ja mitä asioita ohjaukseen ja ohjaustoimintaan liittyy, ei ole olemassa yhtä selkeää määritelmää, jonka kaikki ohjausalan ihmiset voisivat allekirjoittaa. Ohjaus on aikojen saatossa ja eri maissa nähty eri asioita korostavana toimintana. Voidaan myös sanoa, että ohjaus ja ohjauksen tutkimus on jäänyt pimentoon, eikä tutkimusta ohjauksesta ole juuri harjoitettu. Ohjaus on helposti peittynyt esimerkiksi sosiaalityön ja psykoterapian taakse, eikä sitä ole juuri tutkittu itsenäisenä toimintana. (Spangar, Pasanen & Onnismaa 2000, 5.)

Ohjaus on nähty erityisesti Amerikassa vahvasti psykoterapiaan linkittyneenä toimintana, ikään kuin ”lievänä” psykoterapiana. Suomessa tätä yhteyttä ei ole nähty niin voimakkaana kuin angloamerikkalaisessa kirjallisuudessa. Sitä, ettei ohjaus ole terapiaa perustellaan sillä, että ohjauksessa ei ole kyse jonkin puutteen tai vamman korjaamisesta tai sairauden diagnosoimisesta tai hoitamisesta. (Spangar, Pasanen & Onnismaa 2000, 7.) Myös esimerkiksi McLeod vertaa teoksessaan ”An introduction to counselling” (2009) ohjausta psykoterapiaan: sitä, mitä eroja ohjauksella on psykoterapiaan nähden. Vaikka eroja löytyy, kertoo kokonaisen sivun mittainen taulukko teoksessa siitä, kuinka ohjaus myös Isossa-Britanniassa nähdään vahvasti psykoterapiamaisena toimintana, jota on järkevää verrata psykoterapiaan. (McLeod 2009, 11.)

On tehty selväksi, että ohjaus ei ole psykoterapiaa, mutta mikäli ohjaus ei ole psykoterapiaa, mitä se sitten on? Jussi Onnismaa kirjoittaa teoksensa ”Ohjaus- ja neuvontatyö” ohjauksen olevan ajan, huomion ja kunnioituksen antamista. Käytännössä tämä tapahtuu keskustelun avulla, jolloin keskustelun kautta pyritään edistämään ohjattavan hyvinvointia sen asian suhteen, minkä vuoksi ohjattava on ohjaukseen hakeutunut. (Onnismaa 2007, 7.)

Sinikka Ojanen puhuu ohjauksesta toimintana, jonka tarkoitus on saavuttaa syvempää ymmärrystä niin ohjaajan kuin ohjattavan kesken. Tärkeää on myös se, että ohjattava oivaltaa ajattelussaan ”sokeita pisteitä” ja pyrkii vähentämään ajattelussa kaavamaisuuttaan. (Ojanen, 2003.) Ojansen mukaan ohjauksen avulla siis pyritään saavuttamaan monitasoi-

sempaa ajattelua ohjattavan ongelman suhteen, ja tämän avulla ratkaisemaan ohjattavan ohjausta tarvitseva asia.

Yleisesti voidaan sanoa että ohjauksella tarkoitetaan sellaista (keskustelu)toimintaa, joka ei ole psykoterapiaa ja joka antaa ohjattavalle Jussi Onnismaan sanoin aikaa, huomiota ja kunnioitusta. Ohjauksen tarkoituksena on edistää ohjattavan hyvinvointia sen asian suhteen, minkä vuoksi ohjattava on ohjaukseen hakeutunut. Ohjaukseen liittyy myös se, että sen avulla pyritään monipuolistamaan ohjattavan ajattelua ohjaukseen liittyvän asian suhteen.

4.2 Ohjaus pedagogisena toimintana

Olen päätenyt tutkielmassani tarkastelemaan ohjausta pedagogisena toimintana. Tähän ratkaisuun olen päätenyt, koska ohjauksen näkeminen pedagogisena toimintana on selkeämpi lähestymistapa ohjaukseen kuin muut yleiset ohjausnäkemykset. Ohjauksen hahmottaminen pedagogisena toimintana sopii myös tutkielmani konseptiin paremmin kuin muut ohjausnäkemykset.

Koen että ohjauksen päämäärä on helpoin hahmottaa, mikäli tarkastelemme ohjausta pedagogisena toimintana. Kun ohjaus nähdään pedagogisena toimintana, on sillä selkeä päämäärä: ohjauksen tarkoituksena on tehdä itsestään tarpeeton, eli lisätä ohjattavan kompetenssia sen asian suhteen, minkä vuoksi ohjattava on ohjaukseen päätenyt. Toisin sanoen tämä tarkoittaa ohjattavan psyykkisen autonomian tunteen lisäämistä. Ohjauksen näkeminen pedagogisena toimintana sopii tutkielmaani, koska ohjauksen näkeminen pedagogisena toimintana korostaa ohjattavassa tapahtuvaa psyykeen sisäistä muutosta: ohjattavan kompetenssin lisääntymistä. Ohjattavan kompetenssin lisääntyminen voidaan lähes suoraan kääntää ja ymmärtää ohjattavan psyykkisen autonomian tunteen lisäämiseksi. Näin ollen ohjauksen hahmottaminen pedagogisena toimintana sopii teoreettiseen tarkasteluun tutkielman myöhemmässä osassa, jossa pohdin teoreettisesti ohjauksen ja psyykkisen autonomian tunteen yhteyttä.

Kasvatustieteellisessä kirjallisuudessa pedagoginen toiminta voidaan kiteyttää yhdeksi sanaksi: kasvatus. Pedagoginen toiminta on jonkinlaista kasvattamista, johon liittyy sille ominaisia piirteitä. Näitä piirteitä ovat muun muassa pedagogisen toiminnan päämääräsuuntautuneisuus (pedagogisella toiminnalla on aina jokin tarkoitus tai päämäärä) ja pedagogisen toiminnan osapuolten asymmetria; kasvattaja on jollain tapaa kasvatettavaa kehittyneempi kasvatettavan asian tiimoilta. Yksi tärkeä pedagogisen toiminnan perspektiivi on myös se, että kasvatettavasta pyritään tekemään itsemääräytynyt (autonominen) pedagogisen toiminnan avulla, eli siis pedagogisen toiminnan (kasvatuksen) tarkoitus on tehdä itsestään tarpeeton. Tällöin voidaan puhua kasvatuksen ja sivistyksen välisestä suhteesta, jossa siis kasvatuksen tehtävä on kasvattaa kasvatettavan sivistystä ja tehdä itsestään tarpeeton. (Siljander 2005.) Sivistyksellä tarkoitetaan muutakin kuin esimerkiksi ”kirjasivistynyttä” ihmistä – tässäkin tutkielmassa sivistys nähdään kaikenlaisina taitoina ja tietoina, joita ihminen voi kerryttää.

Timo Latomaan mukaan ohjauksen teoria on (Suomessa) hukassa, eikä siitä ole luotu kokonaiskuvaa. Ohjauksesta kertovissa teoksissa ohjaus määritellään melko hajanaisesti ja systemaattista perusoppikirjallisuutta ei löydy. Joitain pyrkimyksiä ohjauksen kokonaisuutteen toteuttamiseen on ollut, mutta ne eivät ole olleet kovin kattavia. (Latomaa 2011 a, b.) Ohjauksen näkeminen pedagogisena toimintana on yksi mahdollisuus ohjauksen (teoreettisen) kokonaiskuvan hahmottamiseksi.

Esimerkiksi Jussi Onnismaa kirjoittaa teoksen ”Ohjaus- ja neuvontatyö” (2007) Esipuheessa näin: ”Ohjausta voi kuvata laaja-alaiseksi elämänsuunnittelun menetelmäksi. Sen tavoitteena on auttaa ohjattavaa elämään aiempaa tasapainoisemmin ympäristönsä kanssa ja käyttämään omia mahdollisuuksiaan tavoitteellisesti hyväkseen”. Tässä lainauksessa käy esiin Onnismaan tapa ajatella ohjausta toimintana, jonka tavoitteena on parantaa ohjattavan kykyä elää ympäristössään sekä käyttää hyväksi omia mahdollisuuksiaan paremmin. Vaikka Onnismaa ei tässä lainauksessa käytä ohjauksen määrittelyssä termiä ”pedagoginen toiminta”, kuvataan lainauksessa kuitenkin pohjimmiltaan pedagogista toimintaa, sillä kuten Onnismaa kirjoittaa, on ohjauksen tarkoituksena jollain tapaa näyttää tai osoittaa ohjattavalle sellainen tapa elää, joka mahdollistaisi ohjattavan elämään tasapainoisempaa elämää ja käyttämään omia mahdollisuuksiaan paremmin hyväksi. Tarvitaan siis joku, joka jollain

tapaa osoittaa tai näyttää tämän tavan elää. Ohjauksen teoreettisen kokonaiskuvan hahmotus jää kuitenkin tässä vajaaksi ja irralliseksi, koska kokonaiskuvaa ei jäsennetä juuri esimerkiksi pedagogisen toiminnan kautta ja näin ohjauksen yhdistäminen tai vertaaminen johonkin muuhun toimintaan on vaikeaa.

Kun ohjausta tarkastellaan pedagogisena toimintana, tarkastellaan sitä kasvatus- ja sivistysteoreettisesti. Tällöin ohjauksen tarkoituksena on tehdä ohjaajasta ohjattavalle tarpeeton. (Latomaa 2011 a, b.) Ohjausta voidaan siis tarkastella samalla tavalla kuin sivistyksen ja kasvatustoiminnan suhdetta ja ohjauksen (ohjaajan) ja ohjattavan suhde voidaan ajatella samanlaisena kuin sivistyksen ja kasvatuksen suhde. Kasvatuksen ja sivistyksen suhde ajatellaan tällaisena: kasvatustoiminnan avulla subjektista pyritään tekemään mahdollisimman itsemääräytynyt, eli autonominen, kasvatustieteen kielellä ”sivistynyt”. Kasvatuksen tehtävä on tehdä itsestään tarpeeton, eli sen päämäärä on tehdä subjektista niin autonominen, ettei subjekti enää tarvitse kasvatusta. Varsinaisesti sivistysprosessi ei kuitenkaan koskaan lopu. (Siljander 2005, 36–37.) Käännettäessä sama ohjauksen ja ohjattavan suhteeksi, ohjauksen avulla ohjattavasta pyritään tekemään mahdollisimman itsemääräytynyt eli (psykkisesti) autonominen. Ohjauksen tarkoituksena on tehdä itsestään tarpeeton, eli ohjauksella pyritään siihen, että ohjattava kykenee tekemään ohjauksen edessä tai ohjauksen lopussa jonkinlaisen päätöksen sen asian suhteen, miksi ohjattava ohjaukseen hakeutui.

Ajattelen ohjattavan asian olevan jonkinlainen yksittäinen asia, jokin yksittäinen tilanne jossa ohjattava ei ole autonominen (esimerkiksi sellainen tilanne, jossa ohjattava ei osaa päättää mihin koulutukseen pyrkisi). Ohjaus voisi tästä näkökulmasta olla myös jonkinlaista kasvatuksen ”korjaamista”, tai jonkinlaista ohjattavan varsinaiseen sivistysprosessiin kuulumattoman kasvatuksen lisäämistä, jonka mukaan jokin yksittäinen asia olisi jäänyt puuttumaan ohjattavan varsinaisesta sivistysprosessista lapsuudessa tai nuoruudessa, ja tätä asiaa lähdetäisiin ohjauksen avulla korjaamaan. Ymmärrän ohjauksen olevan osa subjektin sivistysprosessia, joka ei periaatteessa koskaan ole lopussa. Ohjaukseen hakeutunut subjekti on toisaalta ollut niin itsemääräytynyt, niin autonominen, että on kyennyt tunnistamaan itsessään tarpeen saada ohjausta jossain asiassa. Tällaisen henkilökohtaisen tarpeen tunnistaminen kertoo kasvatustieteen kielellä enemmän ohjattavan ”täysi-ikäisyydestä” (Mündigkeit) kuin ohjattavan ”alaikäisyydestä” (Siljander 2005, 36–37). Jonkinlainen asymmet-

ria ohjauksessa toki kuitenkin on ohjattavan ja ohjaajan välillä, miksi muuten ohjaukseen edes hakeuduttaisiin? Asymmetriaa ei kuitenkaan mielestäni tulisi käsitellä pelkästään täysi-ikäisyyden näkökulmasta edellä mainitsemistani syistä johtuen.

Latomaa tarkastelee ohjausta myös suhteessa muihin pedagogisiin toimintoihin. Tästä näkökulmasta ohjaus pedagogisena toimintana liikkuu muiden pedagogisten toimintojen välimaastossa saaden välillä piirteitä muista pedagogisista toiminnoista olematta kuitenkaan mikään niistä; muita pedagogisia toimintoja ohjauksen lisäksi ovat kasvatus, opetus/koulutus, uudelleen koulutus ja psykoterapia. Ohjaus pedagogisena toimintana voi siis sisältää kaikkien edellä mainittujen pedagogisten toimintojen piirteitä olematta silti mikään niistä. (Latomaa 2011, a.) Esimerkiksi ohjaava koulutus sisältää opetuksen piirteitä, olematta kuitenkaan opetusta; tästä esimerkkinä voisi olla opinto-ohjaus. Voitaisiin olettaa, että tässä tutkielmassa tutkittavana oleva ohjaus myös sisältää piirteitä opetuksesta, sillä ohjaukseen on sisältynyt myös käytännön tietoa esimerkiksi aloitettavien opintojen suhteen. Vaikka ohjaus on tässä tapauksessa sisältänyt myös opetuksen piirteitä, ohjaus ei silti ole ollut opetusta.

4.3 Ohjauksen peruskäsitteet

Koska olen päätenyt käsittelemään ohjausta pedagogisena toimintana, määrittelen ohjauksen peruskäsitteet sen mukaan, kuinka Latomaa ohjauksen peruskäsitteet määrittelee artikkelissaan ”Mitä ohjaus on – Ohjaus pedagogisena toimintana” (Latomaa 2011, a). Koen tämän olevan järkevä tapa ohjauksen peruskäsitteiden jaotteluun, koska haluan pitäytyä valitsemassani teoreettisessa viitekehityksessä eli tässä tapauksessa siinä, kuinka itse näen ja hahmotan ohjauksen teoreettisena ilmiönä (eli ohjauksen pedagogisena toimintana). Koska muita julkaisuja ohjauksesta pedagogisena toimintana ei juuri löydy, pitäydyn nimenomaan Latomaan määrittelyssä. Edellä olevat ohjauksen peruskäsitteet on mahdollista löytää myös ohjauksen perusteoksista, mutta eri käsitteitä on niissä käsitelty vaihtelevasti ja eri painotuksilla.

Ohjaus on toiminnallinen käsite. Lyhykäisyydessään ohjauksella tarkoitetaan ohjaajan toimintaa ohjaustilanteessa. (Latomaa 2011a, 49–50.) Myös esimerkiksi McLeod määrittelee ohjausta toiminnan kautta vaikka liittäänkin siihen paljon myös muita ominaisuuksia (McLeod 2009, 6). Samoin tekevät Lairio & Puukari (Lairio & Puukari 2001, 11). Tutkielmassani ohjauksella tarkoitetaan siis sitä toimintaa, jota ohjaaja on harjoittanut ohjauksen aikana ohjattavan kanssa ennen tämän tutkielman tekoa. Tässä tutkielmassani tutkin ohjauksen yhteyttä ohjattavan psyykkisen autonomian tunteeseen, eli sitä onko ohjaajan harjoittamalla toiminnalla ollut yhteyttä ohjattavan psyykkiseen autonomian tunteeseen ja mikäli yhteys on olemassa, millainen tämä yhteys on?

Muutos on yksi ohjauksen peruskäsitteistä. Muutoksella tarkoitetaan sitä, että ohjauksen avulla ohjattava kykenee siirtymään nykytilannetta parempiin mentaalisiin tai toiminnallisiin kompetensseihin. (Latomaa 2011a, 50.) McLeod kirjoittaa, että yksi ohjauksen päämääristä on muutoksen aikaansaaminen usealla eri tasolla (ohjattavan kognitiivisen tason muutokset, muutos ohjattavan käyttäytymisessä ja muutoksen aikaansaaminen sosiaalisiin systeemeihin, kuten perheen sisälle) (McLeod 2009, 16). Näen myös itse, että ohjauksen tavoitteena on aikaansaada positiivisia muutoksia ohjattavan hyväksi. McLeodista poiketen ymmärrän kuitenkin, että ohjauksella pyritään lähinnä ohjattavan sisäiseen muutokseen, siihen että ohjattavan kompetenssi kasvaa. Myös tässä tutkielmassa sivutaan muutoksen teemaa ohjauksessa sillä selvitän, tapahtuuko ohjattavien psyykkisessä autonomian tunteessa muutosta ohjauksen avulla. Kysyn sitä, onko ohjauksella ollut yhteys ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen. Jos yhteys on olemassa, millainen yhteys on? Lisäksi myös yhtenä tutkimuskysymyksenäni on se, halusivatko ohjattavat muutosta elämäänsä. Tutkimuskysymyksessä muutoksen konsepti koskee ohjattavien arkielämää.

Ohjaussuhteella tarkoitetaan ohjaajan ja ohjattavan välistä suhdetta. Ohjaussuhteeseen liittyy ohjattavan pyrkimys muutokseen ja ohjaajan halu auttaa ohjattavaa muutokseen pyrkimisessä. (Latomaa 2011a, 50.) Tutkielmani ei korosta ohjaussuhdetta tai sen merkitystä ohjaukseen vaikka ymmärrän, että ohjaussuhteen onnistumisella lienee merkitys ohjauksen kokonaisuuden onnistumisen suhteen. Ohjauksen kokonaisuuden onnistumisella tarkoitan sitä, että ohjattavan muutospyrkimys ja ohjaajan apu kohtaava ja ohjattavan muutos ohjauksen avulla onnistuu. Ohjaussuhteeseen liittyy myös ajatus ”kemioiden koh-

taamisesta” eli siitä, että ohjaajan ja ohjattavan persoonallisuudet toimivat hyvin yhdessä eikä esimerkiksi ohjattava ärsyynny ohjaajan persoonallisuudesta.

Kompetenssilla tarkoitetaan ohjattavan lisääntynyttä mentaalista ymmärryskykyä ja toimintakykyä (Latomaa 2011a, 50). Kompetenssi voidaan siis nähdä kuin ohjauksen lopputuloksena ja näen sen myös linkittyvän läheisesti muutoksen käsitteeseen. Myös esimerkiksi Onnismaa määrittelee ohjauksen tehtäväksi ”edistää keskustelun keinoin ohjattavan kykyä parantaa elämäänsä hänen haluamallaan tavalla”. Myös Onnismaan määritelmä ohjauksen tehtävästä voidaan ajatella samanlaiseksi asiaksi, kuin mitä ohjattavan kompetenssin lisääminen tarkoittaa kun ohjaus nähdään pedagogisena toimintana (Onnismaa 2007, 28), vaikkakin koen että ohjattavan kompetenssi ja ohjattavan kompetenssin lisääntyminen kartoittaa paremmin ohjauksen lopputulosta, ainakin oman tutkielmani teoreettisten valintojen puitteissa. Tässä tutkielmassa ohjattavan kompetenssilla tarkoitetaan ohjauksen lopputilannetta, ohjattavan päätösvalmiutta tai päätösvarmuutta. Mikäli ohjattava ohjauksen avulla kykenee tekemään päätöksen hänen tilanteeseensa liittyen tai saa lisää varmuutta päätöksentekoon, on ohjaus lisännyt ohjattavan kompetenssia.

5 OHJAUKSEN JA PSYKKISEN AUTONOMIAN TUNTEEN YHTEYS

Yhtenä ohjauksen tärkeimmistä tehtävistä voidaan pitää ohjattavan psyykkisen autonomian tunteen lisäämistä, ohjattavan tekemistä psyykkisesti autonomisemmaksi ohjattavan asian suhteen (Latomaa 2011 a, b). Ohjauksen tavoitteeksi voidaan määritellä myös se, että ohjattavan kykyä ohjata itse elämäänsä tuetaan ja hänen autonomiaansa vahvistetaan (Kosonen 2000, 315). Ohjauksella (erityisesti mikäli ohjaus määritellään pedagogiseksi toiminnaksi) voidaan ajatella olevan sama peruseriaate kuin kasvatuksen ja sivistyksen suhteessa – ohjauksen tavoite on tehdä itsensä tarpeettomaksi ja näin lisätä ohjattavan kompetenssia rakentaa itse omaa elämäänsä. (Siljander 2005, 36.)

Näin ollen ohjauksen ja psyykkisen autonomian tunteen yhteys on seuraava: ohjauksen tarkoitus on lisätä ohjattavan psyykkisen autonomian tunnetta. Ohjauksen onnistuessa ohjattavan autonomian tunne lisääntyy ja ohjattavan oma mentaalinen toimintakapasiteetti kasvaa, jolloin ohjattavasta tulee enemmän autonomisempi, *itse-ohjautuva*.

Tässä tutkielmassa ohjattavan psyykkisen autonomian tunteen lisääntyminen tarkoittaa konkreettisesti sitä, että ohjattava kokee ohjauksen lisänneen hänen varmuudentunnettaan tehdä jokin päätös sen asian suhteen, minkä vuoksi henkilö on ohjaukseen päätenyt. Tämä päätös voi koskea vaikkapa opiskelun aloittamista tai työpaikan vaihtamista. Käytännössä tässä tutkielmassa tutkitaan siis sitä, onko ohjaus antanut ohjattavalle varmuudentunnetta päätöksen tekoon ja onko ohjaus auttanut ohjattavaa tekemään jonkin päätöksen ohjattavan asian suhteen.

Tässä tutkielmassa tarkoituksena on selvittää ohjattavien psyykkisen autonomian tunteen kokemusta ainoastaan ohjattavien saaman ohjauksen puitteissa. Tarkoituksena ei siis ole selvittää esimerkiksi ohjattavien muussa elämässä esiintyviä mahdollisia tilanteita, joissa ohjattavilla on tai ei ole kokemusta omasta psyykkisen autonomian tunteesta.

Se, että ohjattava kokee psyykkisen autonomian tunnetta ohjauksen päätyttyä tarkoittaa tässä tutkielmassa sitä, että ohjattava onnistuu tekemään ohjauksen avulla jonkun päätöksen sen asian suhteen, miksi ohjattava on päätenyt ohjaukseen. Näen siis, että ohjattavan saapuessa ohjaukseen ei ohjattava koe ainakaan tarpeeksi psyykkistä autonomian tunnetta sen asian suhteen, miksi on ohjaukseen päätenyt. Psyykkisen autonomian tunteen saavuttaminen näissä puitteissa tarkoittaa siis sitä, että ohjattava saavuttaa ohjauksen avulla *varmuuden siitä, mitä hän on tekemässä*. Varmuudella tarkoitan sitä, että ohjattava kokee, että hänen tuleva ratkaisunsa on juuri oikea ratkaisu hänelle. Kuten Eero Rechartt kuvaa psyykkisen autonomian tunteen tunteeksi, jossa henkilöllä on hallinnan ja toiminnan kykyä (Rechartt 1988, 46), samalla tavalla voimme ajatella ohjauksen pyrkivän siihen, että ohjattavalla on hallinnan ja toiminnan kykyä ohjauksen päätyttyä sen asian suhteen, miksi ohjattava hakeutui ohjaukseen.

Asiaa voidaan tarkastella myös minän rajojen näkökulmasta. Tästä näkökulmasta käsin voimme ajatella ohjauksen olevan sellaista toimintaa, jonka tarkoituksena on kasvattaa ohjattavan minän rajoja. Tutkielmani puitteissa voidaan ajatella, että se asia minkä vuoksi ohjattava on ohjaukseen saapunut, ei ole ohjattavan minän rajojen sisäpuolella ohjauksen alussa. Näin ollen ohjauksen avulla pyrimme kasvattamaan ohjattavan minän rajoja. Ohjauksen avulla pyritään saamaan se asia, minkä vuoksi ohjattava saapui ohjaukseen ohjattavan minän rajojen sisäpuolelle, jolloin asiasta tulee osa ohjattavan minuutta.

Psyykkisen autonomian tunteen kokemus ohjauksen konseptissa voidaan siis tässä tutkielmassa tiivistää siten, että ohjattava *kokee varmuutta siitä, mitä hän on tekemässä*, ja kykenee tämän takia *tekemään elämässään jonkinlaisen ratkaisun* sen asian suhteen, miksi hän päätyi ohjaukseen. Ohjauksen näkeminen pedagogisena toimintana auttaa lisäksi muodostamaan näkökulman siitä, kuinka ohjattavan varmuus ratkaisua koskien kasvaa ohjauksen avulla, ja ohjaus tekee itsensä pikkuhiljaa tarpeettomaksi. Tarpeettomaksi ohjaus muuttuu siinä vaiheessa, kun ohjattava on kykenevä tekemään itse ratkaisun sen asian suhteen, miksi on ohjaukseen päätenyt.

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkielmani tekemisen alkuvaiheessa lähdin pohtimaan, millaista aihetta olisi mielenkiintoista tutkia. Pohdinnan jälkeen päädyin siihen, että haluan tutkia pro gradu -työssäni ohjausta ja sen yhteyttä ohjattavan psyykkisen autonomian tunteeseen. Jatkumo oli tälle luonnollinen, sillä olin jo kandidaatintyössäni käsitellyt psyykkisen autonomian tunnetta. Minulle oli myös selvää, että halusin tehdä empiirisen tutkimuksen, sillä halusin saada kokemusta myös esimerkiksi tutkimushaastatteluiden tekemisestä.

Näiden päätösten jälkeen otin yhteyttä Pohjois-Pohjanmaan työ- ja elinkeinotoimistoon, jonka jälkeen asiat lähtivät liikkeelle. Pääsin haastattelemaan kolmea Pohjois-Pohjanmaan työ- ja elinkeinotoimiston tarjoaman ammatinvalintaohjauksen asiakasta. Haastateltavat valikoituivat siten, että heidän ohjaajansa kysyi haastateltavilta heidän halustaan osallistua tutkimuksen tekoon. Näin minulle löytyi kolme ohjattavaa, jotka olivat halukkaita kertomaan heidän kokemuksistaan ohjauksen suhteen. Tutkimushaastattelut suoritettiin kevään 2014 aikana.

Tutkielmassani oli tarkoituksena haastatella henkilöitä, joiden ohjaus oli jo loppunut, ja haastattelut toteutettiin ohjattavien viimeisen ohjaukserän jälkeen. Yhden ohjattavan kanssa kävi kuitenkin niin, että hän kaipasi vielä lisäohjausta suunnitellun viimeisen ohjaukserän jälkeen, joten hänen ohjauksensa ei ollut vielä lopussa. Olimme kuitenkin jo sopineet aikataulun ohjattavan haastattelemiselle, joten hänen kanssaan sovelsin haastattelukysymyksiä siten, että ne sopivat myös hänen tilanteeseensa. Suurempia ongelmia ei tämän asian kanssa ollut. Esimerkiksi kysyessäni muilta haastatelluilta ”koetko, että ohjaus on auttanut sinua tekemään jonkin päätöksen?”, kysyin nimenomaiselta haastateltavalta ”koetko, että ohjaus on tähän mennessä auttanut sinua päätöksenteossa?”. Tämän haastateltavan kanssa keskustelimme myös hänen uskomuksistaan sen suhteen, kuinka ohjaus hänen kohdallaan todennäköisesti etenisi (esimerkiksi siitä, uskooko haastateltava ohjauksen olevan hänelle avuksi).

Haastattelut toteutettiin Pohjois-Pohjanmaan työ- ja elinkeinotoimiston tiloissa. Haastateltavien ja tutkielman tekijän kesken solmittiin myös sopimus tietojen käytöstä ja tutkittavien henkilöllisyyden salassapitovelvollisuudesta.

Haastattelut nauhoitettiin, jonka jälkeen ne litteroitiin.

6.1 Tutkielman tutkimuskysymykset

Tutkielmassani halutaan tutkia ohjattavien kokemuksia ohjauksen yhteydestä heidän psyykkisen autonomian tunteeseen. Tutkielmani päätutkimuskysymyksenäni on järjestyksessä kolmas tutkimuskysymys ”Kokivatko ohjattavat, että ohjauksella on yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa?”. Tutkielmani päätutkimuskysymyksen tärkeyttä voidaan perustella sillä, että ohjattavan *kompetenssin* lisääminen voidaan nähdä ohjauksen tavoitteeksi, ja kompetenssi voidaan myös lukea kuuluvan ohjauksen peruskäsitteisiin (Latomaa 2011, a). Mikäli ohjaus onnistuu lisäämään ohjattavan psyykkisen autonomian tunnetta, on tällöin ohjaus lisännyt myös ohjattavan mentaalista kompetenssia.

Käsittelyjärjestyksessä ensimmäinen tutkimuskysymys ”Millainen oli ohjattavien alkutilanne ennen ohjauksen aloittamista?” haluaa tutkia sitä, onko ohjattavilla jotain yhtenäistä alkutilanteessaan ennen ohjaukseen saapumista. Hakeudutaanko ohjaukseen usein esimerkiksi jossain tarkassa elämänvaiheessa? Jakavatko ohjattavat samoja ajatuksia ja odotuksia ohjausta kohtaan ennen ohjauksen alkamista? Ensimmäisen tutkimuskysymyksen avulla on tarkoituksena saada myös tietoa siitä, millainen kokemus ohjattavilla oli omasta psyykkisen autonomian tunteesta ennen ohjauksen alkamista.

Järjestyksessä toinen tutkimuskysymys, ”Halusivatko ohjattavat muutosta elämäänsä”, on tutkimuskysymyksenä sen vuoksi, että muutos voidaan nähdä ensisijaisena tekijänä ohjauksen onnistumiselle. Muutos on myös yksi ohjauksen peruskäsitteistä. (esim. Latomaa 2011, a.) Mikäli ohjattava ei halua elämäänsä muutosta, on turhaa olettaa että ohjattava ohjauksessa ”oikeista syistä”. Toisen tutkimuskysymyksen avulla voimme varmistaa, että

ohjattavien vastaukset tutkielman päätutkimuskysymykseen ”Kokivatko ohjattavat, että ohjauksella on yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa” ovat relevantteja, ja että ohjattavat ovat olleet ohjauksessa siksi, että ovat halunneet muutosta elämäänsä. Mikäli ohjattava ei haluaisi elämäänsä muutosta (eikä muutos näin ollen olisi toivottu) olisi kysymys siitä, onko ohjauksella ollut yhteys ohjattavan psyykkisen autonomian tunteeseen, koska muutoshaluttomalla ohjattavalla ei olisi omaa halua psyykkisen autonomian tunteensa vahvistukseen. Toisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena on siis varmistaa sitä, että ohjattavien vastaukset tutkielmani päätutkimuskysymykseen ovat relevantteja.

Seuraavaksi tarkempaa tietoa siitä, mitä tutkimuskysymyksillä yksityiskohtaisesti halutaan saada selville:

1. Millainen ohjattavien alkutilanne oli ennen ohjauksen aloittamista?

Alkutilanteella tarkoitan niin ohjattavien ajatuksia ja tunteita ohjausta kohtaan kuin myös heidän elämäntilannettaan. Termi ”alkutilanne” on hieman haastava hahmottaa, mutta halusin tutkimuskysymyksessä käyttää sellaista termiä, joka kattaisi niin tutkittavien elämäntilanteen kuin myös ohjattavien odotuksia ja tunteita ohjausta kohtaan.

Tällä kysymyksellä halutaan selvittää ohjattavien elämäntilannetta ja yleisiä tunteita ennen ohjaukseen saapumista. Tarkoituksena on saada myös selville, löytyykö tutkimushenkilöiden alkutilanteesta (eli tutkimushenkilöiden elämäntilanteesta ja tunteista ja odotuksista ohjausta kohtaan) jotain yhteistä. Haluan tietää, ovatko tutkittavat päätyneet ohjaukseen samansuuntaisissa elämäntilanteissa ja onko heidän ajatuksissaan ja tunteissaan ohjausta kohtaan jotain yhteistä?

2. Halusivatko ohjattavat muutosta elämäänsä?

Jotta ohjaus voidaan nähdä onnistuneeksi ohjaukseksi, liittyy siihen aina muutos. Voidaan ajatella, että ohjaukseen hakeudutaan siksi, että ohjattava on tyytymätön elämäntilanteeseensa ja toivoo siihen muutosta. Muutos voi tulla periaatteessa koskeakseen myös vaikkapa oh-

jattavan ajattelutavan muutosta, mutta tällä tutkimuskysymyksellä muutoksen käsitteellä ajetaan takaa ohjattavan (työ)elämäntilanteen muutosta. (Latomaa 2011, a.)

Tämän tutkimuskysymyksen tarkoituksena on saada tietoa siitä, kuinka halukkaita ja valmiita ohjattavat olivat elämänmuutokseen. Näen, että ohjattavien halukkuus elämäntilanteensa muutokseen on avainasemassa ohjauksen onnistumisessa. Mikäli ohjattavilla ei ole minkäänlaista halua muuttaa omaa työelämäntilannettaan on ohjaus käytännössä turhaa. Työelämätilanteella tarkoitetaan tässä tutkielmassa ohjattavien työelämään liittyvää elämäntilannetta. Esimerkiksi opiskelijana tai työttömänä oleminen ovat vaihtoehtoja erilaisille työelämätilanteille. Tämän tutkimuskysymyksen avulla pystymme näin myös varmistelemaan ohjattavien motivaatiota ohjausta kohtaan. Ohjattavien motivaation tarkasteleminen on tärkeää, jotta saamme mahdollisimman totuudenmukaisen vastauksen myös tutkielman päättämiskysymykseen, eli siihen, kokivatko ohjattavat, että ohjauksella olisi yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa.

3. Kokivatko ohjattavat, että ohjauksella on yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa?

Tällä tutkimuskysymyksellä halutaan selvittää ohjauksen yhteyttä ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen. Psyykkisen autonomian tunne tarkoittaa tämän tutkielman parissa sitä, että ohjattava on saanut ohjauksesta varmuutta siihen, että kykenee tekemään jonkin päätöksen sen asian suhteen, minkä vuoksi on ohjaukseen hakeutunut. Ohjattavan psyykkisen autonomian tunne voidaan siis tässä kiteyttää ohjattavan varmuudentunteeksi päätöksestään.

6.2 Aineistonkeruu

Tutkielman lopusta löytyvästä liitteestä (Liite 1) käy ilmi pohdintani aiheeseen liittyvistä teemoista ja haastattelukysymyksistä, jotka halusin haastattelutilanteessa kysyä tutkimushenkilöiltä. Teema- ja haastattelukysymysluettelon olen tehnyt haastatteluideni tueksi, jotta

itse haastattelutilanteessa saisin parhaalla mahdollisella tavalla vastaukset tutkielmani tutkimuskysymyksiin. Tutkielmani tutkimuskysymysten (esitetty luvussa 6.1) avulla pyrin taas saamaan parhaat mahdolliset vastaukset tutkimastani ilmiöstä, ohjattavien kokemuksista ohjauksen yhteydestä heidän psyykkisen autonomian tunteeseen. Näin ollen aineistonkeruussa minulla oli mukana valmis teema- ja kysymysluettelo, jonka tarkoituksena oli varmistaa sitä että tutkimushaastattelussa saadaan vastaukset tutkielmani tutkimuskysymyksiin.

Tutkielmani pohjautuu fenomenologiseen psykologiaan jonka mukaan paras mahdollinen tilanne olisi käyttää mahdollisimman avointa haastattelua, jotta tutkittava voisi mahdollisimman hyvin kertoa omista kokemuksistaan (esim. Perttula 1995a). Koen kuitenkin aloittelevana tutkijana, että avoin haastattelu olisi ollut minulle liian hankala aineistonkeruumenetelmä koska pelkäsin, että en olisi kyennyt pitämään haastattelua raameissa ilman selkeitä tutkimuskysymyksiä. Tämän vuoksi minulla oli haastattelussa mukana selkeitä tutkimuskysymyksiä mutta koetin pitää haastattelun luonteen mahdollisimman avoimena ja sellaisena, että haastateltava sai kertoa kokemuksistaan myös tutkimuskysymysten ulkopuolelta. Aineistonkeruussa käyttämäni haastattelutyylä voi kutsua teemahaastatteluksi, josta kuitenkin pyrin tekemään niin avoimen kuin se oli mahdollista omien taitojeni mukaan. Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumuoto (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47) joka formaaliuudessaan voidaan nähdä sijoittuvan avoimen haastattelun ja lomakehaastattelun välimaastoon (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Tarkoituksena oli mahdollistaa tutkittavalle hänen omien kokemustensa julkituonti parhaalla mahdollisella tavalla. Tätä mahdollisuutta pyrin haastattelutilanteessa lisäämään kertomalla ennen varsinaisen haastattelun aloittamista siitä, että haastattelu itsessään saa rönseyllä ja lähteä niin sanotusti raiteiltaan myös varsinaisesta tutkimuskysymyksestä. Perttula kirjoittaa artikkelissaan ”Kokemuksesta tiedoksi: fenomenologisen metodin uudelleen muotoilua” (Perttula 2000, 430), että mitä eksistentiaalisemmasta fenomenologiasta on kyse, sitä tärkeämpää on huomioida tutkimushenkilöiden kokemusten yksilöllisyys. Koska tutkielmani sijoittuu eksistentiaalis-fenomenologisen psykologian alueelle, olen pyrkinyt tutkimushenkilöiden kokemusten yksilölliseen huomiointiin usealla tavalla, kuten juuri kertomalla ennen haastattelun tekemistä tulevan tutkimushaastattelun luonteesta haastateltaville.

Pyrin myös tekemään haastateltavalle mahdollisimman selväksi sen, että olen kiinnostunut juuri hänen kokemuksistaan ja että jokainen kokemus on tärkeä, vaikka se saattaisi haastateltavalle itselleen tuntua päivänseivältä. Tällä täsmennyksellä pyrin ajamaan takaa sitä, että vaikka jokin kokemus olisi haastateltavalle päivänseivä, hänen kokemuksensa ei välttämättä näyttäyty päivänseivänä muille. Näin pyrin eliminoimaan sitä mahdollisuutta, että haastateltava jättäisi jonkin kokemuksen kertomatta koska ajattelisi, että kokemus olisi päivänseivä kaikille muillekin kuin hänelle.

Juha Perttula kirjoittaa, että fenomenologisen psykologian tutkimusta tehdessä on tärkeää se, että haastattelijä vaikuttaa mahdollisimman vähän haastateltavan (julkituomiin) kokemuksiin (Perttula 1995a, 64). Tämä on ymmärrettävää, jotta saisimme tietoa juuri haastateltavan kokemuksista ja etteivät tutkijan merkitysyhteydet vaikuttaisi haastateltavan kokemuksiin. Olin tiedostanut asian ennen haastattelujen tekemistä ja pyrin haastatteluja tehdessä muistuttamaan itseäni tästä vähän väliä. Siitä huolimatta litteroidessani tutkimushaastatteluja saatoin huomata muutamia kohtia, joissa olin kommentoinut haastateltavan kokemusta sillä tavalla, että omat merkitysyhteyteni asian suhteen pääsivät vaikuttamaan esimerkiksi jatkokysymysten tekoon aiheesta. Tämä lienee kuitenkin inhimillistä ja vaikka toki fenomenologisessa psykologiassa tulee pyrkiä mahdollisimman suurissa määrin tutkijan omien ennakko-oletusten sulkeistamiseen, pääsevät tutkijan omat merkitysyhteydet aina jossain määrin pinnalle (esim. Rauhala 2005a, 121).

Perttula kirjoittaa myös siitä, että tutkimushaastatteluissa tulisi pyrkiä vuorovaikutteisuu-teen (Perttula 1995a, 68). Omassa tutkielmassani pyrkimys vuorovaikutteisuu-teen näkyi siinä, että pyrin heti haastateltavan tavattuani ottamaan häneen kontaktia (esimerkiksi haastateltavan tervehtiminen ja kättely) ja olemaan luotettavan oloinen tarkistamalla esimerkiksi oliko haastateltavalla jotain kysyttävää ennen varsinaisen haastattelun aloittamista. Itse haastattelutilanteessa vuorovaikutteisuus näkyi siinä, että haastattelu alkoi yleisten kuulusten kysymisellä. Vuorovaikutteisuus näkyi haastattelussa myös siinä, että kuuntelin mitä haastateltava minulle kertoi ja pyrin esittämään tarkentavia kysymyksiä hänen kokemuksistaan. Lisäksi vuorovaikutteisuuteen kuului haastattelussa myös ”normaalit” sosiaali- set taidot, kuten vaikkapa katsekontakti ja nyökkäileminen.

6.3 Aineiston analyysi

Aineiston keräämisen jälkeen litteroin aineiston sanatarkasti. Sanatarkka litterointi on hie-
man peruslitterointia tarkempi litteroinnin taso, eli otin litterointiin mukaan myös esimer-
kiksi sen, mikäli haastateltava tai haastattelija naurahti. Sanatarkkaan litterointiin kuuluu
myös esimerkiksi täytesanojen mukaan ottaminen (kuten esimerkiksi ”niinku”) ja puhekie-
lisyyden käyttäminen. Jätin kuitenkin erilaiset äänenpainotukset kirjaamatta. Valitsin sana-
tarkan litteroinnin litteraation tasoksi, koska koin, että sen avulla minun olisi helpompi
tavoittaa haastateltavien aitoa kokemusta. Koin, että tarkempi litterointi eli keskusteluanaly-
tyttinen litterointi olisi ollut aineistoni kannalta jo turhan tarkkaa eikä olisi palvellut tar-
koitustaan niin hyvin kuin sanatarkka litterointi. Lisäksi uskon, että keskusteluanalyttisen
litteroinnin taso olisi vaatinut liian paljon resursseja ajankäytön suhteen. Kuitenkin koin
myös, että mikäli olisin sanatarkan litteroinnin sijaan valinnut vähemmän tarkemman litte-
roinnin tason kuten peruslitteroinnin, olisi silloin haastateltavien kokemus ollut vaikeaa
tavoittaa litteroidusta aineistosta. (Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto, 2014.) Kaikkien
haastattelujen litteroinnin jälkeen tutkimusaineistoa oli 28 sivua.

Aineiston varsinaisen analyysin toteutin Amadeo Giorgin viisiportaisella menetelmällä.
Giorgin analyysimenetelmä on yleisesti käytetty menetelmä ymmärtävän psykologian pii-
riin tehdyissä opinnäytetöissä (Niskanen 2009, 103). Sen nähdään myös soveltuvan pa-
remmin pienten aineistojen analysoimiseen kuin esimerkiksi Perttulan kehittämän, moni-
vaiheisemman fenomenologisen psykologian analyysimenetelmän (Perttula 1995a, 119–
175).

Esitellessäni Amadeo Giorgin aineiston analyysimenetelmän vaihteita osoitan samalla esi-
merkkejä siitä, kuinka itse olen toiminut kyseisessä aineiston analysointivaiheissa. Tutkijan
on tärkeää tehdä näkyväksi se, millä tavalla on analysoinut aineistoa jotta lukija saa koko-
naiskuvan siitä millä logiikalla tutkija on esimerkiksi erottanut aineiston merkitysyksiköt
toisistaan.

Giorgin viisiportaisen analyysimenetelmän vaiheet ovat:

1. Tutkija lukee koko aineiston läpi useaan kertaan, jotta saa siitä kokonaiskuvan. Tässä vaiheessa ei periaatteessa ole mitään epäselvää – tärkeää on, että tutkija tutustuu ja lukee aineistoa ja ymmärtää aineistossa käytetyn kielen. Aivan pieniin, 1–2 sivun aineistoihin voi riittää myös yksi lukukerta. (Giorgi 1996, 10–11.)

Tutkielmani tekemisen alkuvaiheessa luin jo litteroimani aineiston useita kertoja läpi kokonaiskuvan saamiseksi. Omalla kohdallani analyysin ensimmäistä vaihetta helpotti myös se, että olin itse tehnyt haastattelut ja näin ollen ollut myös haastatteluissa mukana. Tämän vuoksi uskon, että kokonaiskuvan hahmottaminen oli minulle helpompaa verrattuna sellaiseen tilanteeseen, jossa tutkimusaineisto olisi ollut minulle täysin vieras.

2. Tutkija lukee tutkimusaineistonsa jälleen kerran läpi, pyrkien löytämään tutkimusaineistostaan merkitysyksiköt (meaning units) (Giorgi 1996, 10). Tutkija erottaa tekstistä kohdat, joissa on selvästi eri merkityksenanto kuin edellisessä kohdassa. Kun tekstin merkityksenanto vaihtuu, vaihtuu tällöin myös tekstin merkitysisältö (Latomaa 2009, 52) jolloin merkitysisällön vaihtuminen tarkoittaa sitä, että tutkimusaineistossa asian *tarkoitus* (esimerkiksi puheenaihe) vaihtuu. Koko tutkimusaineisto siis jaetaan pienempiin osiin, ja jako tapahtuu sillä perusteella, missä tutkimusaineiston merkityksenanto vaihtuu. Merkitysyksiköiden erottelussa tulisi hyödyntää *psykologista asennetta* (psychological attitude) ja lisäksi tutkijan tulisi pitää mielessä tutkittava ilmiö. (Giorgi 1996, 11–12.)

Esimerkki merkitysyksiköstä:

merkitysyksikkö alkaa:

/// H: Eli tuotamm... Kerro vähän itsestäsi että kuka sää oot ja minkä ikänen sää oot ja om.. mitä sulle kuuluu, ihan tämmösiä juttuja vaan

O: Jaa, no... määhän nyt oon *** vuotias ööö.. viimevuodet töissä *** ja määhän... tässä harkinnu alanvaihtoa monestaki syystä ku ei ne hommat enää niin paljon kiinnosta. Ja myöskin ei

oo ennää niinku... tai ei oo koskaan ollukkaan semmonen että tekisin sitä koko ikäni ja... mut sitte on toisaalta ollu se ettei oo aina ollu ihan täyt... Ihan täyttä varmuutta että mitä sitä oikeesti haluaa tehdä niin sitten mää tuln tänne... työkkäriin vähän niinku kuulin tämmösestä että... ohjauksesta että... sieltä vois saada jotain vahvistusta ni.. niin niin... nii täälläpä sitä sitten ollaan. /// merkitysyksikkö loppuu.

Merkitysyksiköiden erottelemisessä pidin mielessäni, että koetan tällä tutkimuksella tavoittaa nimenomaan tutkittavien kokemuksia siitä, kuinka he ohjauksen kokevat. Muistuttelin itseäni vähän väliä siitä, etten saa sekoittaa omia kokemuksiani tai merkityksenantojani siihen, millä tavalla erottelen merkitysyksiköt toisistaan, eli pyrin omien merkityksenantojeni sulkeistamiseen. Koetin myös hyödyntää merkitysyksiköiden erottelussa psykologista asennetta eli pyrin siihen, että lähestyin merkitysyksiköitä pitämällä mielessä ymmärtävän psykologian lähtökohtia. Merkitysyksiköt erotettiin aineistosta pitkälti puheenvuorojen vaihtuessa (esitin kysymyksen – haastateltava vastasi kysymykseen = yksi merkitysyksikkö) mutta oli myös tilanteita, joissa katsoin parhaaksi katkaista puheenvuoron kahteen tai useampaan eri merkitysyksikköön. Näin saattoi käydä, mikäli puheenvuoro oli haastateltavalla erityisen pitkä ja puheen merkitys selvästi muuttui puheenvuoron edetessä.

3. Tutkija kääntää erottelemansa merkitysyksiköt ”psykologian kielelle”. Tällä tarkoitetaan sitä, että tutkimusaineistosta erotetut, arkikieliset merkitysyksiköt eksplikoidaan ja tulkitaan tutkijan psykologisella kielellä esitettynä. Jotta tämä vaihe aineiston analyysissä onnistuu, on ehdottoman tärkeää, että tutkija eläytyy ja pyrkii ymmärtämään tutkittavan kokemuksia. (Giorgi 1996, 17; Latomaa 2009, 52.) Tässä vaiheessa tapahtuu myös merkitysyksiköiden tiivistämistä, jolloin aiemmin mahdollisesti hyvinkin pitkästi selitetty ilmiö on mahdollista kuvata lyhyesti ja tiiviisti. Tärkeää on, että tutkittavan kokemus sellaisenaan edelleen säilyy merkitysyksikössä myös eksplikoinnin jälkeen.

Esimerkki merkitysyksikön kääntämisestä psykologian kielelle:

Merkitysyksikkö:

/// H: Eli tuotamm... Kerro vähän itsestäsi että kuka sää oot ja minkä ikänen sää oot ja om.. mitä sulle kuuluu, ihan tämmösiä juttuja vaan

O: Jaa, no... mä nyt oon *** vuotias ööö.. viimevuodet töissä *** ja mä... tässä harkinnu alanvaihtoa monestaki syystä ku ei ne hommat enää niin paljon kiinnosta. Ja myöski ei oo enää niinku... tai ei oo koskaan ollukkaan semmonen että tekisin sitä koko ikäni ja... mut sitte on toisaalta ollu se ettei oo aina ollu ihan täyt... Ihan täyttä varmuutta että mitä sitä oikeesti haluaa tehdä niin sitten mä tulin tänne... työkkäriin vähän niinku kuulin tämmösestä että... ohjauksesta että... sieltä vois saada jotain vahvistusta ni.. niin niin... nii täälläpä sitä sitten ollaan. ///

Merkitysyksikön kääntäminen psykologian kielelle:

Haastateltava oli kuullut työ- ja elinkeinotoimiston tarjoamasta ohjauksesta, ja ajatteli että saisi sieltä vahvistusta omille epävarmoille ajatuksilleen siitä, mikä voisi olla hänelle hyvä ala.

Merkitysyksiköiden eksplikoinnissa kiinnitin erityistä huomiota siihen, että pyrin todella ymmärtämään tutkimushenkilöiden kokemuksia ja eläytymään niihin. Merkitysyksiköt tiivistyivät huomattavasti, kun ne eksplikoitiin arkikielen avulla ilmaisuista kokemuksista psykologiselle kielelle.

4. Tutkija luo tutkimusaineistonsa pohjalta yksityiset merkitysverkostot. Yksityisillä merkitysverkostoilla tarkoitetaan sitä, että tutkija tekee synteetin yhden tutkittavan merkitysyhteyksistä eli yhdistää yhden tutkimushenkilön merkitysyhteydet yksityiseksi merkitysverkostoksi. (Giorgi 1996, 19.) Käytännössä tämä usein tarkoittaa sitä, että mikäli yhdessä haastattelussa on haastateltu yhtä tutkimushenkilöä luo tutkija siis yksityisen merkitysverkoston tämän yksittäisen haastattelun pohjalta. Näin ollen yksityinen merkitysverkosto koskee yhden tutkittavan henkilökohtaista merkitysverkostoa.

Tutkielmassani loin kolme yksityistä merkitysverkostoa, koska minulla oli yhteensä kolme haastattelua ja kolme haastateltavaa. Yksityisten merkitysverkostojen luominen onnistui yhä edelleen ikään kuin tiivistämällä tutkimushenkilöiden merkitysyhteyksiä. Liitin tutkittavien merkitysyhteydet yhteen sisältöalueittain. Tämä tarkoittaa sitä, että yhdistin tutki-

mushenkilöiden merkitysyhteyksiä haastattelussa niin pitkälle kuin merkitysyhteyksissä oli kyse samasta sisällöstä. Seuraavassa esimerkki siitä, kuinka olen luonut synteetin merkitysyksiköistä yksittäiseen merkitysverkostoon.

Merkitysyksiköt:

- *Haastateltava oli kuullut työ- ja elinkeinotoimiston tarjoamasta ohjauksesta, ja ajatteli että saisi sieltä vahvistusta omille epävarmoille ajatuksilleen siitä, mikä voisi olla hänelle hyvä ala.*
- *Haastateltava kokee että haluaa vaihtaa työpaikkaa.*

Yksityinen merkitysverkosto:

Haastateltava haluaa vaihtaa työpaikkaa ja toivoo saavansa ohjauksesta vahvistusta ajatuksilleen koskien alan- ja työpaikanvaihtoa.

5. Tutkija yhdistää yksittäiset merkitysverkostot yleiseksi merkitysverkostoksi. Tämä tapahtuu siten, että ensin yksityisistä merkitysverkostoista etsitään ja erotetaan merkityssuhteita, jonka jälkeen niiden merkitysyhteydet eksplikoidaan. Tämän jälkeen eksplikoidut merkityssuhteet liitetään toistensa kanssa yhteen. (Latomaa 2009, 55.)

Analyysissa kävin läpi yksityisiä merkitysverkostoja ja eksplikoin ja tiivistin niiden merkityssuhteita. Tämän jälkeen liitin tiivistetyt ja eksplikoidut merkityssuhteet yhteen. Yleistä merkitysverkostoa luodessani pyrin saamaan siihen mukaan kaiken tutkielman kannalta olennaisen yksityisistä merkitysverkostoista. Tutkielmani yleisessä merkitysverkostossa on kolme pääsisältöaluetta: ohjattavien alkutilanne, ohjattavien muutosvalmius ja ohjauksen yhteys ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen. Nämä kolme pääsisältöaluetta saivat alleen 2–3 alasisältöaluetta. Tutkielmani tutkimuskysymykset ohjasivat yleisen merkitysverkoston syntyä, eli yleinen merkitysverkosto on kirjoitettu pääsääntöisesti siihen muotoon ja järjestykseen, jossa myös tutkielmani tutkimuskysymykset on esitetty. Seuraavassa luvussa esittämäni tutkielman tutkimushavainnot esitetään tutkimusaineistosta luomani yleisen merkitysverkoston rakenteen mukaan.

7 TUTKIMUSHAVAINNOT

Tutkimushavaintoni olen jakanut aineiston analyysin tuloksen mukaan kolmeen pääsisältö-alueeseen, joiden alla on 2–3 sisältöaluetta. Kolme pääsisältöaluetta muodostuvat:

- ohjattavien alkutilanteesta, jonka tarkoituksena on kertoa ohjattavien elämäntilanteesta ja tuntemuksista ja odotuksista ennen ohjausta.
- ohjattavien muutosvalmiudesta, jonka tarkoituksena on kertoa siitä kuinka valmiita ja halukkaita ohjattavat olivat muutokseen elämässään.
- ohjauksen yhteydestä ohjattavan psyykkisen autonomian tunteeseen.

Tutkimushavainnot -luku esittää siis tutkielmani tutkimushavainnot siltä osin kuin ne on aineistosta saatu käyttämällä Amadeo Giorgin viisiportaista aineiston analyysimenetelmää. Tutkimushavainnot -luvussa kerrotaan ohjattavien puhtaista kokemuksista ohjattavien alkutilanteesta, ohjattavien muutosvalmiudesta ja ohjauksen merkityksestä ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen.

7.1 Ohjattavien alkutilanne

Ohjattavien alkutilanne -kategoriassa kerrotaan tutkimushavainnoista, jotka koskevat ohjattavien elämäntilannetta ja ohjattavien tuntemuksia ja odotuksia ohjausta kohtaan ennen ohjauksen aloittamista.

7.1.1 Ohjattavien elämäntilanne ennen ohjaukseen saapumista

Jokaisella ohjattavalla elämäntilanne oli ennen ohjaukseen saapumista haastava. Elämäntilanteen haastavuus johtui erilaisista tekijöistä, jotka kuitenkin liittyivät ohjattavien työtilan-

teeseen. Elämäntilanteen haastavuuteen saattoi kuitenkin liittyä myös yksityiselämässä olevia vaikeuksia, jotka mahdollisesti edesauttoivat ohjattavan tyytymättömyyttä myös työtilannetta kohtaan.

Elämäntilanteen ollessa yksityiselämän puolella haastava ajateltiin ammatinvalinnanohjauksen olevan sellainen asia, johon ohjattava pystyisi itse vaikuttamaan. Osalla ohjattavista oli ajatus siitä, että vaikka hän ei pystyisi vaikuttamaan yksityiselämänsä haastaviin tilanteisiin, oli työelämä ja siihen liittyvä tyytymättömyys kuitenkin jotain sellaista, johon myös itse oli mahdollista vaikuttaa. Ohjattavien ollessa tyytymättömiä meneillään olevaan työtilanteeseensa halusivat he siihen parannusta ja olivat hakeutuneet ohjaukseen.

7.1.2 Ohjattavien tuntemukset ennen ohjaukseen saapumista

Ohjattavat tunsivat ennen ohjauksen alkamista monenlaisia tuntemuksia. Uteliaisuus ohjausta kohtaan oli yleinen tunne. Uteliaisuuden tunne liittyi siihen, kohtaisivatko omat ajatukset itselle sopivasta ammatista tai työpaikasta ohjaajan ajatusten ja ohjauksessa tehtävien testien tulosten kanssa.

Uteliaisuuden lisäksi kerrottiin, että myös ahdistuksen ja epävarmuuden tunteita oli koettu. Myös sekavuuden tunne mainittiin. Nämä negatiiviset tuntemukset ennen ohjaukseen saapumista johtuivat suurimmaksi osaksi ohjattavan työelämätilanteesta, joka ei ollut ohjattavalle mieluisa, jolloin tilanne aiheutti ohjattavalle negatiivisia tuntemuksia.

7.1.3 Ohjattavien odotuksia ohjausta kohtaan

Päällimmäisin odotus ohjauksen suhteen oli se, että ohjauksessa saataisiin selkiytettyä ohjattavan työelämätilannetta. Ohjaukselta odotettiin erilaisten vaihtoehtojen esiintuomista ja erilaisista vaihtoehtoista keskustelua. Osa ohjattavista mainitsi myös odottavansa, että

ohjauksessa käytettäisiin jonkinlaisia testejä, jotka antaisivat tietoa siitä, mikä ammatti olisi ohjattavalle hyvä valinta.

Ohjaukselta odotettiin myös sitä, että se haastaisi ohjattavan oman näkökulman asioista ja auttaisi näkemään asioita pintaa syvemmltä. Myös se, että haluttiin kuulla ulkopuolisen ajatuksia siitä millaisessa työssä ohjattava olisi hyvä, mainittiin odotukseksi ohjausta kohtaan.

Ohjaukselta odotettiin myös sitä, että se vahvistaisi ohjattavien omia ajatuksia esimerkiksi alanvaihtoa koskien. Aineistosta nousi esille selkeästi, että ohjaukseen mentiin usein siinä tapauksessa, kun ohjattava koki tarvitsevansa vahvistusta valinnalleen. Lisäksi ohjauksella nähtiin olevan myös merkitys sen suhteen, että ohjattava pääsisi liikkeelle ja saisi rytmiä päiväänsä.

Myös joitain neutraaleiksi ja negatiiviseksi luokiteltuja odotuksia liitettiin ohjausta kohtaan. Yksi ohjattavista kertoi, ettei asettanut ohjaukselle sen suurempia odotuksia. Toisella ohjattavalla oli myös sellainen mielikuva, että ohjauksessa kyseltäisiin paljon, mutta vastauksia ei juurikaan saataisi.

7.2 Ohjattavien muutosvalmius

Ohjattavien muutosvalmius -kategoriassa kerrotaan tutkimushavainnoista, jotka liittyvät siihen halusivatko ohjattavat muutosta elämäänsä ja siitä, millaisia ajatuksia ohjattavilla oli (mahdollisen) muutoksen yhteydestä heidän elämänlaatuunsa.

7.2.1 Ohjattavien muutoshalukkuus

Ohjattavien muutosvalmiutta selvittäessä pyysin ohjattavia muistelemaan heidän elämäntilanteitaan ennen ohjaukseen saapumista ja miettimään kokivatko ohjattavat, että he halusivat elämäänsä muutosta. Kaikki ohjattavat toivoivat elämäänsä muutosta.

Toivottu muutos ohjattavilla liittyi heidän työelämätilanteisiinsa ja siihen, että ohjauksen toivottiin selkiyttävän heidän omia ajatuksiaan työelämän suhteen. Muutoshalu näkyi ohjattavilla voimakkaana, ja se tuli esiin epäröimättömistä vastauksista kysymykseen siitä, toivoivatko he elämäänsä muutosta.

7.2.2 Ohjattavien ajatuksia muutoksen yhteydestä elämänlaatuun

Ohjattavat löysivät mahdollisesta muutoksesta positiivisia yhteyksiä heidän elämänlaatuunsa. Muutoksesta seuraaviksi positiivisiksi asioiksi mainittiin muun muassa ryhdin löytäminen päivään, uusien ja mielenkiintoisten asioiden oppiminen ja myös uusien sisältöjen elämään saaminen. Mainittiin myös, että muutoksen aikaansaaminen auttaisi myös siinä että ohjattava saisi myös muuta ajateltavaa elämäänsä kuin yksityiselämässä olevat vaikeudet.

Ohjattavat löysivät myös joitain negatiivisia asioita muutoksen ja elämänlaadun yhteydestä. Selkein näistä oli huoli taloudellisesta toimeen tulemisesta, mikäli ohjattava oli päätenyt ratkaisuun opiskelemaan lähtemisestä. Lisäksi mainittiin huoli siitä, ettei opiskelu onnistuisi, että opiskeltava ala olisi sittenkin väärä tai ettei ohjattava yksinkertaisesti pärjäisi opinnoissa. Ohjattavien oli kuitenkin vaikeampaa löytää negatiivisiksi luokiteltavia asioita muutoksen ja elämänlaadun yhteydestä kuin positiiviseksi luokiteltuja.

7.3 Ohjauksen yhteys ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen

Tässä pääkategoriassa kerrotaan niistä tutkimushavainnoista, joita tuli esiin ohjauksen yhteydestä ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen. Luvussa 7.3.1 kerrotaan niistä ohjauksen elementeistä, jotka tukivat ohjattavien päätöksentekoa. Luvusta 7.3.2 olen tiputtanut otsikosta pois sanan ”ohjauksen”, sillä siinä käydään läpi myös muita kuin ohjaukseen liittyviä elementtejä, jotka eivät tukeneet ohjattavien päätöksentekoa.

7.3.1 Ohjauksen elementit, jotka tukivat ohjattavien päätöksentekoa

Erityisen hyödylliseksi asiaksi ohjauksessa ohjattavat kokivat ammatinvalintaohjelmien tekemisen. Ohjaajan kanssa ammatinvalintaohjelmien tuloksista keskusteleminen sekä yleinen keskustelu hänen kanssaan koettiin myös hyödylliseksi. Ohjattavan omien näkökulmien haastaminen mainittiin toimivaksi asiaksi keskusteluissa. Tärkeäksi koettiin myös se, että asioista päästiin keskustelemaan perhe- ja ystäväpiiristä ulkopuolisen henkilön kanssa.

Ohjaajan kanssa vuorovaikutus oli ollut pääosin toimivaa ja myös itse työ- ja elinkeinotoimisto antoi hyvän vaikutuksen. Ohjattavan vastaanotto ja lähestyminen ohjattavaa kohtaan oli ollut inhimillistä niin toimiston kuin ohjaajan puolelta.

Eräs ohjattava oli ennen varsinaisen ohjauksen alkua aloittanut ohjauksen siten, että oli mennyt työ- ja elinkeinotoimiston tiskille kyselemään tilanteestaan. Tiskiltä hän oli saanut luettavakseen papereita. Nämä paperit auttoivat häntä näkemään asioita uudesta näkökulmasta ja olivat olleet hänelle hyödyllisiä.

7.3.2 Elementit, jotka eivät tukeneet ohjattavien päätöksentekoa

Ohjattavat kertoivat, että ensimmäinen ohjauskerta ei ollut ollut niin hyödyllinen kuin seuraavat ohjauskerrat. Ensimmäinen ohjauskerta oli ollut sellainen, että sen avulla asiat saa-

tiin ikään kuin liikkeelle, mutta varsinaisia vastauksia ei ollut vielä syntynyt. Ensimmäisen ohjaukserän aikana lähinnä tutustuttiin ja tilannetta kartoitettiin.

Byrokratia ei myöskään tukenut päätöksentekoa, sillä se osittain poissulki vaihtoehtoja koulutuksen kanssa. Yliopistokoulutus nähtiin ongelmallisena erityisesti koulutuksen kestön vuoksi ja sen vuoksi että aikaisemmat koulutukset oli hankala saada hyväksi luettua. Lisäksi ohjaukseroille toivottiin aikaisempia aikoja, joskin tässä tapauksessa ymmärrettiin se että ohjattavan itse olisi pitänyt olla aiemmin liikkeellä ohjaukserän ajanvarauksen kanssa. Myös toimeentulo mietitytti: mikäli ohjattava oli ollut palkkatyössä aiemmin, kuinka hän pärjäisi taloudellisesti opiskelun aikana?

Yksi ohjattavista kertoi, ettei ohjauksessa syntynyt ideaa uudesta ammatista, vaikka se oli ollut hänellä jonkinlaisena odotuksena ohjauksen puolesta.

7.3.3 Ohjauksen merkitys ohjattavien päätöksenteossa

Ohjattavat olivat yhtä mieltä siitä, että ohjaus auttoi heitä päätöksenteossa. Ohjaus on vahvistanut heidän omia ajatuksia ammatinvalinnan suhteen ja on antanut heille varmuutta. Ohjaus nähtiin sellaisena toimintana, ettei siinä varsinaisesti tehty päätöksiä ohjattavan puolesta, vaan ohjattava teki päätökset itse mutta ohjaus vahvisti ohjattavan päätöksentekoa.

8 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä osiossa käyn läpi tutkielmani tutkimustulokset. Käyn tutkimustulokset läpi siten, että vastaan aiemmin esittämiini tutkimuskysymyksiin. Tutkimuskysymyksiin vastatessa hyödynnän niin tutkielmani teoriaosaa kuin tutkielmani empiiristä osaa, eli niitä tutkimushavaintoja, joita tutkimushaastatteluista on tehty.

8.1 Ohjattavien alkutilanne ennen ohjausta

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä minulla oli kysymys siitä, **millainen oli ohjattavien alkutilanne ennen ohjauksen aloittamista**. Tutkimuskysymys jakaantui kahteen osaan jossa ensimmäisessä haluttiin selvittää, millainen oli ohjattavien elämäntilanne ennen ohjaukseen saapumista ja toisessa osassa haluttiin saada selville ohjattavien odotuksia ja tunteuksia ohjausta kohtaan ennen ohjauksen aloittamista.

Kävi ilmi, että tutkittavien elämäntilanteesta löytyi jotain samaa: kahdella tutkittavalla oli yksityiselämässään meneillään jotain, johon he eivät olleet tyytyväisiä ja joka koettiin rasakaaksi. Yksi tutkittava ei kertonut mistään yksityiselämän puolella olevasta tyytymättömyydestä, mutta hänelläkin tyytymättömyyttä oli työelämätilanteen puolella. Kaikki tutkitavat olivat jollain tapaa tyytymättömiä meneillään olevaan työelämäntilanteeseensa.

On merkittävää, että kahdella tutkittavalla oli meneillään jonkinlainen kriisi myös yksityiselämän puolella ja että he tulivat ammatinvalinnanohjaukseen juuri tässä tilanteessa. Yhdessä haastattelussa tulikin ilmi ajatus siitä, että vaikka yksityiselämässä olisi sellaisia vaikeuksia, joihin ohjattava ei itse voi vaikuttaa, on kuitenkin työelämä sellainen asia, johon ohjattava voi vaikuttaa. Tästä syystä ohjattavan kokonaishyvinvointia on siis mahdollista parantaa ammatinvalinnanohjauksen avulla, vaikka toki yksityiselämässä oleva hankala tilanne voi ohjattavan kokonaishyvinvointia varmasti heikentää eikä ammatinvalinnanohjaus ”tehoa” yksityiselämässä olevaan hankalaan tilanteeseen.

Ammatinvalinnanohjaus olisi mahdollista näin nähdä asiana, jonne mahdollisesti hakeudutaan jo muutenkin vaikeassa elämäntilanteessa. Ohjattavat voivat nähdä ohjauksen asiana, joka parantaisi heidän psyykkistä kokonaisyhyvinvointiaan. Vaikuttaisi siltä, että ohjattavat ovat kokeneet ammatinvalinnanohjauksen asiaksi, joka parantaa heidän psyykkistä kokonaisyhyvinvointia. Tällöin on mahdollista, että ohjaukseen hakeuduttaisiin juuri silloin kun ihmisellä on muutenkin vaikea tilanne elämässään: ammatinvalinnanohjauksen avulla ainakin yhtä elämänlaatua haittaavaa tekijää (eli tyytymättömyys työelämäntilanteeseen liittyen) on mahdollista käsitellä ja siihen on mahdollista löytää ratkaisu.

Millainen elämäntilanne tutkittavilla siis oli ennen ohjauksen aloittamista? Tutkielman puitteissa on mahdollista antaa vastaus: tutkittavien elämäntilanne oli siltä osin samanlainen, että kaikki tunsivat tyytymättömyyttä työelämäntilannettansa kohtaan ja että kahdella tutkimushenkilöllä oli tyytymättömyyttä myös työelämäntilanteen ulkopuolella olevaan elämäntilanteeseensa.

Ohjattavien alkutilanteeseen liittyvässä tutkimuskysymyksessä oli myös toinen osa, joka käsitteli ohjattavien tuntemuksia ja odotuksia ohjausta kohtaan ennen ohjauksen aloittamista. Tuntemusten käsitteellä tarkoitan niitä tunnetiloja, joita ohjattavat liittivät ohjaukseen ennen ohjauksen alkua, eli sitä, minkälaisia tuntemuksia ohjaus heissä herätti. Odotuksilla tarkoitetaan sitä, mitä ohjattavat odottivat ohjauksen olevan, eli mitä odotuksia ohjaukseen liitettiin. Ohjattavilla oli hyvin samanlaisia tuntemuksia ja odotuksia ohjausta kohtaan.

Päällimmäiseksi tuntemukseksi ohjausta kohtaan mainittiin uteliaisuus. Ohjattavat olivat kiinnostuneita ja uteliaita siitä, mitä ohjauksessa tapahtuisi ja että kohtaisivatko omat ajatukset itselle sopivasta työpaikasta tai ammatista ohjaajan näkemysten kanssa. Ohjattavat mainitsivat tunteneensa myös ahdistuksen ja epävarmuuden tunteita. Nämä tuntemukset eivät kuitenkaan liittyneet ohjaukseen, toisin kuin uteliaisuuden tunne. Ahdistuneisuuden ja epävarmuuden tunteet liittyivät ohjattavien työelämäntilanteeseen.

On luonnollista, että ohjattavat kokivat ahdistuneisuuden ja epävarmuuden tunteita ennen ohjauksen alkua koskien heidän työelämäntilannettaan. Työelämäntilanne oli kaikille ohjatta-

ville jollain tavalla epämieluisa, sellainen mihin he toivoivat muutosta. Etenkin epävarmuuden tunne voidaan liittää myös siihen, ettei ohjattava välttämättä koe psyykkisen autonomian tunnetta liittyen meneillään olevaan työelämäntilanteeseensa ennen ohjauksen alkua. Mikäli ohjattava kokee epävarmuutta ja ahdistuneisuutta työelämäntilanteeseensa liittyen, tarkoittaa se sitä että hän ei ole työelämäntilanteeseensa tyytyväinen. Ohjattava voi myös kokea, ettei hänellä ole hallintaa työelämäntilanteestaan. Tämä tarkoittaa silloin sitä, että ohjattavan työelämäntilanne on ennen ohjauksen alkua ainakin jossain määrin ollut ohjattavan psyykkisen autonomian ulkopuolella.

Ohjattavat siis kokivat ohjausta kohtaan uteliaisuutta. Ohjattavat tunsivat työelämää kohtaan epävarmuutta ja ahdistuneisuutta. Epävarmuuden ja ahdistuneisuuden tunteiden kokeminen työelämää kohtaan kertoo myös siitä, että ainakin osittain ohjattavien työelämäntilanteet saattoivat olla ohjattavien psyykkisen autonomian ulkopuolella. Tämä tarkoittaa sitä, että ohjattavat eivät kokeneet hallitsevansa työelämäntilannettaan ainakaan kokonaisvaltaisesti. (Luku 3.)

Ohjattavat odottivat ohjauksen selventävän heidän työelämäntilannettaan. Ohjattavat toivoivat ohjaukselta erilaisista vaihtoehdoista keskustelua ja odottivat myös, että ohjauksessa tulotaisiin käyttämään erilaisia testejä, jotka mahdollisesti kertoisivat siitä, mikä olisi ohjattavalle sopiva ammatti tai ala. Ohjaukseen liitettiin myös odotuksia koskien esimerkiksi rytmin löytämistä päivään ja ulkopuolisen henkilön näkökulman kuulemista. Esille tuli myös enemmän negatiiviseksi tai neutraaliksi luokiteltava odotus: odotuksena oli, että juuri mitään ei tapahtuisi.

Ohjaukselta odotettiin sitä, että se haastaisi ohjattavan ajattelun näkökulmia ja auttaisi ohjattavia näkemään asioita pintaa syvemmillä. Ohjauksen odotettiin myös tuovan varmuutta ohjattavan näkemyksiin ja tällä tavalla tuovan varmuutta esimerkiksi ohjattavan uravalintaan. Ohjattavat näyttivät siis odottavan ohjaukselta sitä, että se lisäisi heidän psyykkisen autonomian tunnetta työelämäntilanteeseen liittyen (Luku 3). Lisäksi voidaan sanoa että ohjattavat odottivat ohjauksen olevan pitkälti pedagogista toimintaa: kun ohjaus nähdään pedagogisena toimintana, on ohjauksen tavoite pitkälti kasvattaa ohjattavan varmuutta sen asian suhteen, miksi ohjattava on ohjaukseen päätenyt siihen pisteeseen, että ohjaus tekee

itsensä tarpeettomaksi ja ohjattava kykenee tekemään ohjauksen avulla päätöksen (Luku 4.2). Toki myös muissa ohjauksen määrittelyissä tärkeässä osassa on se, että ohjattava saavuttaa jonkinlaista syvempää ymmärrystä tilanteesta ohjauksen jälkeen (esim. Ojanen 2003), mutta ohjauksen hahmottaminen pedagogisena toimintana auttaa hahmottamaan kokonaisuuden.

Tässä tutkielmassa ohjattavien merkittävin odotus ohjausta kohtaan oli siis se, että ohjaus tulisi lisäämään heidän psyykkisen autonomian tunnetta liittyen ohjattavien työelämätilanteeseen.

8.2 Ohjattavien muutoshalukkuus

Toisena tutkimuskysymyksenä minulla oli, **halusivatko ohjattavat muutosta elämäänsä**. Ohjattavien halu muutokseen voidaan nähdä yhtenä onnistuneen ohjauksen edellytyksenä. Mikäli ohjattavalta puuttuu halu muuttaa elämäänsä, ei ohjaukseen meneminen ole järkevää, koska ohjauksen ideana on muuttaa ohjattavan elämää sellaiseksi, että ohjattava on siihen tyytyväinen. Näin ollen ohjattavien työelämätilanteen muutos ohjattaville mieluisaksi on yksi tärkeimmistä asioista joita ohjauksella tavoitellaan. (Luku 4.3.)

Kaikki ohjattavat halusivat muutosta elämäänsä. Muutoksenhalu näkyi mielestäni voimakkaana ja se tuli esiin haastateltavien epäröimättömissä vastauksissa siihen, halusivatko he muutosta elämäänsä.

Konkretisoin muutoksen käsitettä haastateltaville myös kysymällä haastateltavilta kysymyksiä siitä, millä tavalla muutos vaikuttaisi heidän elämänlaatuunsa. Tällä tavalla halusin myös varmistua siitä, että ohjattavat todella halusivat muutosta, sillä kysymällä muutoksen vaikutuksista ohjattavan elämänlaatuun saadaan abstraktista muutoksen käsitteestä konkreettisempi ja tällä tavoin on mahdollista varmistaa että ohjattavat todella haluavat elämäänsä niitä muutoksia, joita onnistunut ohjaus voi tuoda tullessaan. Melkein kaikki ajatukset joita ohjattavilla tämän asian suhteen oli, olivat positiivisia. Ohjattavat ajattelivat,

että heidän toivomansa muutos toisi muun muassa päivään ryhtiä ja antaisi heille muuta ajateltavaa kuin heidän yksityiselämässään oleva tilanne. Toisaalta mainittiin myös mahdollisia muutoksen aiheuttamia negatiivisia vaikutuksia esimerkiksi ohjattavien taloustilanteeseen. Muutoksen mahdollisesti aikaansaamat positiiviset asiat ohjattavien elämässä kuitenkin nousivat paljon merkityksellisemmiksi kuin negatiiviset.

Kaiken kaikkiaan voidaan sanoa, että kaikki ohjattavat todella toivoivat muutosta heidän työelämäntilanteeseensa. Tämä tarkoittaa sitä, että ohjattavilla oli muutoshalun kohdalla olemassa kaikki edellytykset siihen, että ohjaus heidän kohdallaan onnistuu ja että ohjauksessa saadaan aikaan sellainen työelämätilanteen muutokseen liittyvä päätös, johon he ovat tyytyväisiä.

8.3 Ohjauksen yhteys ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen

Tutkielmani kolmas tutkimuskysymys: ”**Kokivatko ohjattavat, että ohjauksella on yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa?**” on tutkielmani päätutkimuskysymys. Tutkielmani luvussa 5 olen perustellut, että ohjattavan psyykkisen autonomian tunteen saavuttaminen ohjauksen puitteissa tarkoittaa sitä, että ohjattava kykenee ohjauksen avulla tekemään jonkin päätöksen sen asian suhteen, minkä vuoksi on ohjaukseen hakeutunut. Psyykkisen autonomian tunteella ja sen lisäämisellä tarkoitetaan siis tutkielmani kontekstissa ohjattavan varmuudentunnetta ja varmuudentunteen lisäämistä päätöksenteossa sen asian suhteen, minkä vuoksi ohjattava on ohjaukseen hakeutunut. Käytännössä tällainen tilanne tämän tutkielman parissa oli esimerkiksi se, että ohjattava kaipasi varmuutta siihen, että lähtisi opiskelemaan tutkintoa jonkin tietyn alan parista.

Onnistuneen ohjauksen tunnusmerkkinä voidaan siis pitää sitä, että se lisää ohjattavan psyykkisen autonomian tunnetta sillä tavalla, että ohjaus antaa ohjattavalle varmuudentunnetta sen asian suhteen, miksi ohjattava on ohjaukseen hakeutunut (esimerkiksi antaa varmuutta sen suhteen, että ohjattavan on järkevää lähteä opiskelemaan) ja ohjattava kykenee tekemään jonkinlaisen päätöksen asian suhteen. Tämä tarkoittaa myös sitä, että päätutki-

muskysymyksen voidaan kääntää myös tähän muotoon: ”Onko ohjattavan saama ohjaus onnistunut?”.

Vastaus tutkimuskysymykseen ”kokivatko ohjattavat että ohjauksella on yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa?” on yksiselitteinen: ohjattavat kokivat, että ohjaus antoi heille varmuudentunnetta päätöksen tekemiseen koskien sitä asiaa, minkä vuoksi he ohjaukseen hakeutuivat, eli sitä asiaa mihin ohjattavat halusivat ohjauksen avulla saada lisää varmuutta. Onnismaa kirjoittaa, että koulutusohjelmien sisällä käytetystä ohjauksen ja neuvonnan vaikuttavuudesta on näyttöä ja tulokset ohjauksen ja neuvonnan vaikuttavuudesta ovat olleet parhaita silloin, kun ohjaus ja neuvonta ovat olleet henkilökohtaista (Onnismaa 2007, 121). Tässäkin tapauksessa ammatinvalintaohjaus on ollut hyvin henkilökohtaista, jolla todennäköisesti ollut merkitys sen suhteen, että ohjattavat ovat kokevat ohjauksen antaneen heille varmuutta päätöksentekoon sen asian suhteen, minkä vuoksi he ovat ohjaukseen hakeutuneet.

Ohjattavat nimesivät asioita, jotka he olivat kokeneet ohjauksessa erityisen hyödyllisiksi. Näitä olivat ohjauksessa käytetyt testit (esimerkiksi AVO-ohjelma) ja se, että testien tuloksista pääsi keskustelemaan ammattilaisen kanssa. Myös yleinen keskustelu ohjaajan kanssa koettiin toimivaksi elementiksi ohjauksen suhteen. Mervi Pekkariin väitöskirjasta on löydettävissä samankaltaisia tuloksia oman tutkielmani kanssa: Pekkari on tutkinut väitöskirjassaan ohjauskeskustelua nuorten lukio-opintojen ja uran pohdinnan tukena. Pekkari kirjoittaa, että ohjauksessa erityisen käyttökelpoisena välineenä on ollut juuri erilaisten testien yhdessä tulkitseminen ohjaajan kanssa. Myös se, että ylipäänsä joku ulkopuolinen ohjaaja antaa ohjattavalle aikaa ja kuuntelee opiskelijaa oli opiskelijoiden mielestä arvokasta (Pekkari 2006). Vaikka omassa tutkielmassani käsitelty ammatinvalintaohjaus ja Pekkariin tutkimassa opinto-ohjaus ovat erilaisia ohjauksia ja niissä on ollut erilaiset ohjattavat, (Pekkariin tutkimassa ohjauksessa lukio-opiskelijat, ammatinvalintaohjauksessa työ- ja elinkeinotoimiston asiakkaat) voimme löytää ohjattavien mielipiteistä ohjausta kohtaan jotain yhteistä: erityisen hyödyllisiksi on molemmissa ohjauksissa koettu yleinen keskustelu ohjaajan kanssa ja ohjauksessa käytettyjen testien tulosten yhdessä purkaminen.

Ohjattavat löysivät myös sellaisia elementtejä, jotka eivät tukeneet heidän päätöksentekoaan. Ensimmäinen ohjauskerta oli jättänyt ajatuksen siitä, että sitä ei koettu niin hyödylliseksi kuin muita ohjauskertoja. Ensimmäistä ohjauskertaa luonnehdittiin sellaiseksi, että siinä tutustuttiin ja lähinnä saatiin prosessi käyntiin, mutta varsinaisia ratkaisuja ei ensimmäisellä ohjauskerralla syntynyt. Yhdellä ohjattavalla oli ollut yksityiselämään liittyvä kriisi päällä ensimmäisen ohjauskerran aikana, ja tämä oli vaikeuttanut ensimmäisen ohjauskerran onnistumista hänen kohdallaan. Muita varsinaisesti itse ohjaukseen liittyviä, ohjattavan päätöksenteon syntyyn negatiivisesti vaikuttavia elementtejä ei tullut esille. Byrokratia ja toive aikaisemmista ohjausajoista mainittiin asioina, jotka eivät tukeneet ohjattavien päätöksentekoa, mutta ne eivät varsinaisesti liity itse ohjaustoimintaan. Kaiken kaikkiaan voidaan kuitenkin sanoa, että ohjattavilla oli paljon vaikeampaa löytää ohjauksesta sellaisia piirteitä, jotka eivät tukeneet heidän päätöksentekoaan kuin sellaisia piirteitä, jotka tukivat heidän päätöksentekoaan. Kenties tästä johtuen mukaan tuli myös sellaisia parannusehdotuksia, jotka eivät varsinaisesti kuulu itse ohjaustoiminnan piiriin (esimerkiksi byrokratia).

Näin ollen voidaan sanoa, että ohjattavien saama ohjaus on onnistunut tavoitteessaan. Kaiken kaikkiaan ohjaus on vahvistanut ohjattavien psyykkisen autonomian tunnetta ja näin auttanut ja vahvistanut heidän päätöksentekoaan sen asian suhteen, minkä vuoksi ohjattavat ovat ohjaukseen hakeutuneet. Ohjattavien kokemus ohjauksen yhteydestä heidän psyykkisen autonomian tunteeseen on seuraava: ohjattavat kokevat, että ohjauksella on ollut positiivinen ja edesauttava, kasvattava yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa, joka siis tässä tutkielmassa määritellään arkikielellä ohjattavien varmuudentunteeksi päätöksenteossa sen asian suhteen, minkä vuoksi he ovat tulleet ohjaukseen. Ohjattavat kokevat, että ohjaus on auttanut heitä tekemään päätöksen sen asian suhteen, minkä vuoksi he ovat ohjaukseen päätyneet.

9 LUOTETTAVUUDEN ARVIOINTI

Luotettavuuden arviointi on tärkeä osa tutkielmaa, jotta tutkielman läpinäkyvyys ja mahdolliset ongelmakohdat saadaan tuotua esille. Tutkielman luotettavuuden arvioinnissa tutkielman tekijä voi tuoda esille ajatuksiaan siitä, mitä ansiokasta tutkielmassa on tutkielman luotettavuuden suhteen ja mitä mahdollisia ongelmakohtia tutkielma sisältää sen luotettavuuden näkökulmasta.

Tutkimani ilmiö, ohjattavien kokemukset heidän saamastaan ohjauksesta, sijoittuu symboliseen merkitystodellisuuteen. Tieteenperinteiden näkökulmasta tutkimusmenetelmäni voidaan sijoittaa kuuluvaksi rekonstruktiiivisen tieteenperinteen pariin. Ohjattavien kokemuksista minulla ei ole mahdollista saada tietoa esimerkiksi havainnoimalla, vaan ainoa tapa ymmärtää ohjattavien kokemuksia on pyytää ohjattavia ilmaisemaan kokemuksiaan esimerkiksi puhumalla. Merkittävä tapa saada tietoa rekonstruktiiiviseen tieteenperinteeseen kuuluvista ilmiöistä on ymmärtäminen. (Habermas 1979, 8–10.)

Koska tutkielmani kuuluu selvästi rekonstruktiiivisen tieteenperinteen pariin, olen tutkielmassani soveltanut niitä menetelmiä, jotka ovat rekonstruktiiiviselle tieteenperinteelle ominaisia. Olen siis tutkinut ilmiötä sellaisella tavalla, jonka kautta ilmiöstä saa parhaiten tietoa. Tutkielman teossa tutkimusmenetelmät tulisi aina valita tutkimuskohteen mukaan (esim. Latomaa 2009, 24–25) ja tässä olen mielestäni onnistunut hyvin. Olen pyrkinyt saamaan tietoa ilmiöstä ymmärtämällä ilmiötä ja aineistonkeruussa käyttänyt fenomenologista strategiaa.

Tutkielmani teoreettiset lähtökohdat ovat myös kohteenmukaisia ja ne ovat loogisia tutkimuskohteen huomioon ottaen. Tutkielmani lähtökohdissa mainitsemisen arvoisia lähtökohdita ovat ymmärtävä psykologia osana rekonstruktiiivista tieteenperinnettä, fenomenologinen (eksistentiaalinen) psykologia sekä holistinen ihmiskäsitys. Nämä kaikki teoreettiset lähtökohdat tukevat toisiaan ja sopivat hyvin lähtökohdiksi rekonstruktiiivisen tieteenperinteen

mukaiseen tutkielmaan. Tutkielman luotettavuuden kannalta on myös tärkeää, että tutkija analysoi ja tuo esille tutkielman teoreettiset lähtökohdat (Perttula 1995b, 40).

Fenomenologisen psykologian pariin liittyvässä tutkimuksessa tutkija pyrkii ymmärtämään pääsääntöisesti subjektin ja objektin välistä kokemusta. Subjektin ja objektin välisen kokemuksen ymmärtämiseksi täytyy meidän tutkia subjektin ja objektin välistä merkityssuhdetta. (Perttula 2009a, 116–117.) Myös tässä tutkielmassa olen pyrkinyt ymmärtämään ja tulkitsemaan ohjattavan ja ohjauksen välillä olevaa merkityssuhdetta. Tutkielmani on kohteenmukainen, sillä se tutkii juuri sitä asiaa mitä sen on tarkoituskin tutkia. Niin tutkimushaastatteluja tehdessäni kuin myös tutkimushaastatteluja analysoidessani yritin kaikin puolin ymmärtää ja tavoittaa haastateltavan kokemuksen. Tähän pyrin eläytymällä haastateltavan kokemukseen. Pyrin siihen, että ymmärsin haastateltavan kokemusta ”hänen silmillään”. McLeod kirjoittaaakin, että laadullista tutkimusta tehdessä on tärkeää huomioida se, että laadullisen tutkimuksen menetelmät ja menettelyt eivät itsessään tuota teemoja ja kategorioita, vaan tekstin merkitys on mahdollista saavuttaa vain tutkijan omalla työllä ja ymmärtämisen halulla (McLeod 2001, 140-141).

Tutkijan tehtävänä on (fenomenologista) tutkimusta tehdessään pyrkiä eliminoimaan omaa subjektiviteettiaan. Olen pyrkinyt vähentämään subjektiviteettiani pitämällä etenkin tutkimustuloksia analysoidessani mielessä sen, että pyrin kaikin mahdollisin tavoin vähentämään omien ajatusten solmiutumista analyysiin. Yksi hyvä keino jonka avulla tutkija voi vähentää subjektiviteettiaan tutkimuksessa on se, että tutkija tekee itselleen selväksi omat miellelyhtymänsä tutkimuksen aiheesta. Tein myös itse itselleni selväksi omat ajatukseni ja miellelyhtymäni aiheesta ennen tutkimuksen tekoa, jotta ne eivät pääsisi vaikuttamaan tutkimuksen analyysin tuloksiin. Tutkimuksessa on kuitenkin aina mukana tutkijan subjektiviteettia, sillä varotoimenpiteistä huolimatta kukaan tutkija ei pysty täysin estämään oman subjektiviteettinsa vaikutusta tutkimukseen. (Rauhala 2005a, 121.) Tällä tarkoitetaan sitä, että vaikka tutkija kuinka pyrkisi jättämään omia miellelyhtymiään pois tutkimuksesta vaikkapa tarkoituksenmukaisesti pohtimalla ensin omia käsityksiään ja tulemalla niistä tietoiseksi ja tämän jälkeen ne poissulkemalla, ei tämä voi koskaan onnistua täydellisesti. Dialogisessa tutkimuksessa tutkijan voidaan sanoa tulevan erityisellä tavalla osaksi tutkittavaa, jolloin tutkija myös jakaa tutkittavan kokemusta (Rauhala 2005a, 122).

Ymmärrän, että juuri tutkimuksen dialogisuudesta johtuen tutkijan tullessa osaksi tutkittavaa, ei tutkijan ole mahdollista täysin eliminoida tutkimuksesta omaa subjektiviteettiaan. Huomasin tutkimushaastatteluja litteroidessani, että myös oma subjektiviteettini pääsi jossain määrin vaikuttamaan haastattelun kulkuun. Tutkimushaastatteluja tehdessä on kuitenkin kaikin tavoin vältettävä oman subjektiviteetin vaikutusta tutkimushaastattelun kulkuun ja vältettävä johdattelevien kysymysten esittämistä (Kvale 1996, 157). Tässä tehtävässä en onnistunut täydellisesti ja tämä toki osaltaan vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Mikäli kuitenkin tutkija tiedostaa oman mahdollisen johdattelevuutensa ja subjektiviteettinsa vaikutuksen haastattelutilanteessa, on ensinäkään mahdollista vähentää tutkijan oman subjektiviteetin osuus tutkimuksessa minimiin ja toiseksi myös lukijan on mahdollista suhtautua tutkielman tietoon siten, että siinä voi olla rippeitä tutkielman tekijän subjektiviteetista. Vaikka haastatteluita litteroidessani huomasin jossain kohtaa toimineeni siten, että oma subjektiviteettini pääsi vaikuttamaan haastatteluiden kulkuun, olin ennen haastatteluiden tekemistä tiedostanut tämän mahdollisuuden ja näin suurimmassa osassa haastatteluiden tekemistä pystyin välttämään johdattelevien kysymysten tekoa.

Tutkimushaastatteluja tehdessäni minulla oli haastattelutilanteessa selkeitä kysymyksiä, joita käytin hyväkseni. Fenomenologisen psykologiaan kuuluvassa tutkimuksessa tulisi kuitenkin pitää tutkimushaastattelu aina mahdollisimman avoimena (esim. Perttula, 1995a). Tutkielmassani ymmärrän kritiikin tämän asian suhteen, mutta toisaalta koen myös että aloittelevana tutkijana täysin avoimen haastattelun tekeminen olisi ollut minulle liian haastava tehtävä. Koen, että tarvitsin haastattelua tehdessäni selkeitä kysymyksiä haastatteluni tueksi, jotta tutkimushaastattelu ylipäänsä onnistui. Uskon, että myös haastatelluille tilanne olisi voinut olla kiusallinen, mikäli minulla ei olisi ollut kysymyksiä haastatteluni runkona. Tämä siksi, koska uskon että olisin ilman haastattelurunkoa mennyt haastattelutilanteessa ”lukkoon” enkä olisi osannut kysyä aiheeseen liittyviä kysymyksiä.

Yksi kritisoinnin kohde tutkielmassani on lähteiden käyttö etenkin ”Mitä ohjaus on (pedagogisena toimintana)” -luvussa. Päädyin tarkastelemaan ohjausta lähinnä pedagogisena toimintana, jolloin tarkastelu perustuu lähinnä Timo Latomaan kirjoittamaan artikkeliin ohjauksesta pedagogisena toimintana. Olisi ollut hyvä käyttää enemmän myös muita kuin Latomaan lähdeä tarkastellessani ohjausta pedagogisena toimintana, mutta perusteluna

tälle valinnalle minulla on se, että halusin hahmottaa ohjauksen teoreettisen pohjan juuri pedagogisen toiminnan kautta. Perusteluna tälle minulla on, että juuri tällainen näkemys ohjauksesta on sellainen, joka sopi myös tutkielmani aiheeseen ja lisäksi ohjauksen näkeminen pedagogisena toimintana hahmottaa ohjauksen teoreettista kokonaiskuvaa selkeällä tavalla.

10 POHDINTA

Tutkielmani tarkoituksena on ollut laajentaa ymmärrystä siitä, kuinka ohjattavat kokevat ohjauksen ja heidän psyykkisen autonomian tunteensa yhteyden. Olen tutkielmassani tarkastellut tätä yhteyttä rekonstrukttiivisen tieteenperinteen menetelmin ja teoreettisin lähtökohdin. Mielestäni olen onnistunut laajentamaan ymmärrystä siitä, millainen yhteys ohjauksella on ohjattavien psyykkisen autonomian tunteeseen, ja mikä on ollut ohjauksessa erityisen ansiokasta. Toisaalta tutkielmassani on tullut esille myös, mitä mahdollista kehitettävää ohjauksessa voisi olla.

Kaiken kaikkiaan Pohjois-Pohjanmaan työ- ja elinkeinotoimiston tarjoama ammatinvalintaohjaus näyttää toimineen kaikkien ohjattavien kohdalla. Kaikki ohjattavat kokivat, että ohjauksella on ollut positiivinen yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseen. Tässä psyykkisen autonomian tunteen positiivinen yhteys ohjaukseen tarkoittaa sitä, että ohjaus on auttanut ohjattavia tekemään päätöksen sen asian kanssa, minkä vuoksi he ovat ohjaukseen hakeutuneet. Kaiken kaikkiaan tutkimustulosten perusteella voi sanoa, että Pohjois-Pohjanmaan työ- ja elinkeinotoimiston ammatinvalinnanohjaus on ollut onnistunutta ja lisännyt kaikkien tutkittavien psyykkisen autonomian tunnetta. Ohjattavien kokemana ohjauksen yhteys heidän psyykkisen autonomian tunteeseensa on ollut positiivinen, kasvattava.

Tämän tutkielman parissa ainoa asia joka konkreettisesti voidaan nähdä kehittämiskohteenä itse ohjaustoiminnalle, on ensimmäinen ohjauskerta. Vaikka ohjattavat ymmärsivät ensimmäisen ohjauskerran olevan sellainen, jonka avulla asiat saatiin liikkeelle ja tutustuttiin ohjaajaan, oli ohjattavien kokemus siitä kuitenkin sellainen, ettei kerta ollut niin hyödyllinen verrattuna myöhempisiin ohjauskertoihin. Ensimmäiselle ohjauskerralle olisi mahdollista miettiä jotain sellaista, joka muuttaisi ohjattavien kokemusta siitä, ettei kerta ole niin hyödyllinen kuin myöhemmät ohjauskerrat. Olisiko esimerkiksi mahdollista, että ohjattava tekisi ennen ohjauksen alkua itse enemmän jonkinlaista taustatyötä, jolloin ensimmäisellä ohjauskerralla olisi valmiina konkreettista työstettävää materiaalia?

Ohjaus on tärkeä tutkimuskohde. Ohjauksen avulla meidän on mahdollista vähentää niin subjektiivista kärsimystä kuin yhteiskunnallista menetystä. Onnistunut (ammatinvalinta)ohjaus auttaa ohjattavia tekemään päätöksiä ja selvittämään mahdollisuuksiaan yhteiskunnassa, jossa on Ulrich Beckin sanojen mukaan yhä enemmän vaihtoehtoja (Beck, 1992). Tällä tavoin onnistunut (ammatinvalinta)ohjaus on yhteiskunnallisesti myös tehokasta, ja voi ehkäistä esimerkiksi työelämästä syrjäytymistä löytämällä ohjattavalle mielekkään ammatin. Aiheen tärkeyden vuoksi aiheesta on tärkeää tehdä myös jatkotutkimusta.

LÄHTEET

Bacman, J & Himanka, J. (2007). Fenomenologia. Saatavilla html -muodossa: <http://filosofia.fi/node/2712/>. Viitattu 27.6.2014.

Beck, U. (1992). Risk society; towards a new modernity. London: Sage

Giorgi, A. (1986). Theoretical justification for the use of descriptions in psychological research. Teoksessa: Ashworth, P; Giorgi, A; Koning, A (toim.). Qualitative research in psychology: proceedings of the international association for qualitative research in social science. (s. 3–23). Pittsburgh, PA: Duquesne University Press.

Giorgi, A. (1996). Introduction, sketch of psychological phenomenological method. Teoksessa: C. Aanstoos, W. F. Fischer, A. Giorgi & F. J. Wertz (toim.) Phenomenology and psychological research. (s. 1–23). Pittsburgh, PA: Duquesne University Press.

Habermas, J. (1979). Communication and the evolution of society. (engl. T. McCarthy). Alkuperäinen julkaisuvuosi 1976. London: Heinemann Educational Books.

Heidegger, M. (2000). Oleminen ja aika. (suom. R. Kupiainen). Alkuperäinen julkaisuvuosi 1926. Tampere: Vastapaino.

Hirsjärvi, S & Hurme, H. (2001). Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Husserl, E. (1995). Fenomenologian idea. Viisi luentoa. (suom. J. Himanka, J. Hämäläinen & H. Silvenius). Alkuperäinen julkaisuvuosi 1950. Helsinki: Loki-Kirjat.

Kosonen, P. (2000). Elämäntaidolliset haasteet ja ohjaus – näkökohtia habitaatin muotoutumisesta ja auttamisen asiantuntijuudesta myöhäismodernissa. Teoksessa: Onnismaa, J; Pasanen, H & Spangar, H. (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana 2 – ohjauksen toimintakentät. (s. 314–354). Jyväskylä: PS –kustannus.

Kvale, S. (1996). Interviews: an introduction to qualitative research interviewing. Thousand Oaks: Sage.

Laatikainen, M. (2014). Oulun diakoniaopiston opiskelijoiden kokemuksia ohjauspalveluista ja niiden merkitys autonomiantunteeseen. Pro-Gradu tutkielma. Saatavilla pdf -muodossa: <<http://herkules.oulu.fi/thesis/nbnfioulu-201403141195.pdf>>. Viitattu 4.12.2014.

Lairio, M & Puukari, S. (2001). Johdanto. Teoksessa: Lairio, M & Puukari, S. (toim.) Muutoksista mahdollisuuksiin – Ohjauksen uutta identiteettiä etsimässä. (s. 5–9). Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, koulutuksen tutkimuslaitos.

Lairio, M; Puukari, S & Nissilä, P. (2001). Ohjauksen teoreettinen perusta. Teoksessa: Lairio, M & Puukari, S. (toim.) Muutoksista mahdollisuuksiin – Ohjauksen uutta identiteettiä etsimässä. (s. 41–69). Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, koulutuksen tutkimuslaitos.

Latomaa, T. (2000). Psykologinen ymmärtäminen; psykodynaamisen metapsykologisen ja näyttämöllisen ymmärtämisen perusteet. Oulu: Oulu university press.

Latomaa, T. (2009). Ymmärtävä psykologia: psykologia rekonstruktiivisena tieteenä. Teoksessa: Perttula, J & Latomaa, T. (toim.) Kokemuksen tutkimus: merkitys-tulkintaymmärtäminen. (s. 17–89). Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Latomaa, T. (2011)a. Mitä ohjaus on? Ohjaus pedagogisena toimintana. Kasvatus (1/2011). (s. 46–57).

Latoma, T. (2011)b. Ohjauksen psykologia. Ohjauksen metateoriaa, teoriaa ja menetelmiä. Ohjauksen psykologia I –kurssin kurssimoniste (3. versio). Oulu: Oulun yliopisto.

Lehtonen J & Lönnqvist, J. (2007). Mielenterveys. Teoksessa: Lönnqvist, J; Heikkinen, M; Henriksson, M; Marttunen, M & Partonen, T. (toim.) Psykiatria. (s. 26–33). Helsinki: kustannus Oy Duodecim.

Mattila, M & Paulio, H. (2012). Ohjausta ja tukea nuorille aikuisille: asiakastytyväisyystutkimus Mikkelin TE -toimiston ammatinvalinnanohjaukselle. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, opinnäytetyö. Saatavilla pdf -muodossa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/40110/Hanna_Paulio_ja_Marjaana_Mattila.pdf?sequence=1>. Viitattu 4.12.2014.

McLeod, J. (2001). Qualitative research in counselling and psychotherapy. London: SAGE.

McLeod, J. (2009). An introduction to counselling. Alkuperäinen julkaisuvuosi 1993. Maidenhead, Berkshire: Open University Press.

Niiniluoto, I & Saarinen, E. (2002). Filosofia muutoksen tilassa – johdanto nykyajan filosofiaan. Teoksessa: Niiniluoto, I & Saarinen, E. (toim.) Nykyajan filosofia. (s. 13–42). Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Niskanen, S. (2009). Hermeneuttisen psykologian tieteenfilosofinen traditio. Teoksessa Perttula, J & Latoma, T. (toim.) Kokemuksen tutkimus: merkitys-tulkinta-ymmärtäminen. (s. 89–115). Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Ojanen, S. (2003). Ohjauksesta oivallukseen – ohjausteorian kehittelyä. Teoksessa: Silkelä, R. (toim.) Tutkimuksia opetusharjoittelun ohjauksesta. (s. 11–23). Joensuu: Suomen harjoittelukoulut.

Onnismaa, J. (2007). Ohjaus- ja neuvontatyö: aikaa huomiota ja kunnioitusta. Helsinki: Gaudeamus

Peavy, V. (2000). Ammatinvalinnan ja urasuunnittelun ohjaus postmodernina aikana. (suom. Petri Auvinen). Teoksessa: Onnismaa, J; Pasanen, H; Spangar, T. (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana 1 – ohjauksen lähestymistavat ja ohjaustutkimus. (s. 14–41). Jyväskylä: PS-kustannus.

Pekkari, M. (2006). Ohjauskeskustelu nuorten lukio-opintojen ja uran pohdinnan tukena. Saatavilla pdf -muodossa: <<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67672/951-44-6793-0.pdf?sequence=1>>. Viitattu 4.12.2014.

Perttula, J. (1995)a. Kokemus psykologisena tutkimuskohteena – johdatus fenomenologiseen psykologiaan. Tampere: Suomen fenomenologinen instituutti.

Perttula, J. (1995)b. Kokemuksen tutkimuksen luotettavuudesta. Kasvatus (1/1995). (s. 39–46).

Perttula, J. (2000). Kokemuksesta tiedoksi: fenomenologisen metodin uudelleen muotoilua. Kasvatus (5/2000). (s. 428–442).

Perttula, J. (2009). Kokemus ja kokemuksen tutkimus. Fenomenologisen erityistieteen tie-teenteoria. Teoksessa: Perttula, J & Latomaa, T. (toim.) Kokemuksen tutkimus: merkitystulkinta-ymmärtäminen. (s. 115–162). Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Rauhala, L. (1989). Ihmisen ykseys ja moninaisuus. Helsinki: Sairaanhoidtajien koulutus-
säätiö.

Rauhala, L. (2005)a. Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyyssejä ja sovelluksia. Helsinki:
Yliopistopaino.

Rauhala, L. (2005)b. Ihminen kulttuurissa – kulttuuri ihmisessä. Helsinki: Yliopistopaino.

Reenkola, T. (1996). Freudin metapsykologia ja psykoanalyttinen tiedonmuodostus. Te-
oksessa: Manninen, V., Roos, E., Välimäki, J. (toim.) Kohti piilotajuntaa. (s. 77–120). Hel-
sinki: Yliopistopaino.

Rechardt, E. (1988). Uhattu minuus. Julkaisussa: Lehtonen, J., Rechardt, E., Vauhkonen,
K. (1988). Psychiatria Fennican julkaisusarja. No 85. Unohdettu neuroosi. (s. 38–57). Hel-
sinki: Psykiatrian tutkimussäätiö.

Saaranen-Kauppinen, A & Puusniekka, A. (2006). KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen
tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saaravilla html -muodossa:
<<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>>. Viitattu 5.12.2014.

Saarinen, E. (2002). Fenomenologia ja eksistentialismi. Teoksessa: Niiniluoto, I & Saari-
nen, E (toim.) Nykyajan filosofia. (s. 215–261). Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Siljander, P. (2005). Systemaattinen johdatus kasvatustieteeseen. Helsinki: Otavan Kirja-
paino Oy.

Spangar, T; Pasanen, H; Onnismaa, J. (2000). Alkusanat. Teoksessa: Onnismaa, J; Pasa-
nen, H; Spangar, T. Ohjaus ammattina ja tieteenalana 1 – ohjauksen lähestymistavat ja
ohjaustutkimus. (s. 5–11). Jyväskylä: PS-kustannus.

Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. (2014). Tampereen yliopisto. Saatavilla html -muodossa: <<http://www.fsd.uta.fi/tiedonhallinta/osa6.html>>. Viitattu 15.7.2014.

Tähkä, V. (1996). Mielen rakentuminen ja psykoanalyttinen hoitaminen. Juva: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Vilkko-Riihelä, A. (1999). Psyhyke: psykologian käsikirja. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Vuorinen, R. (1995). Persoonallisuus & Minuus. Juva: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Vuorinen, R. (1997). Minän synty ja kehitys: ihmisen psyykkinen kehitys yli elämänkaaren. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö.

LIITTEET

Liite 1. Tutkimushaastattelun teemat ja kysymykset

Alkutilanteen kartoitus

”Kuka olet, minkä ikäinen olet...jne?”

”Millainen tilanteesi oli ennen ohjausta?”

”Miksi päädyit ohjaukseen?”

”Millaista odotit ohjauksen olevan?”

”Täyttikö saamasi ohjaus odotuksesi?”

Ohjattavan muutospyrkimys

”Kun muistelet tilannettasi ennen ohjausta, tuntuiko sinusta silloin siltä että halusit muuttaa elämääsi (eli tässä työelämäntilanteeseen)?”

”Oliko sinulla mielessäsi jokin ajatus työelämäsi suhteen, muttet osannut tehdä päätöstä ajatuksen kanssa? Esimerkiksi, olitko miettinyt jotain uutta ammattia tai työpaikkaa?”

”Kun muistelet tilannettasi ennen ohjausta, millä tavalla päätöksenteko tulisi parantamaan elämänlaatuasi?”

”Olisiko päätöksenteosta voinut olla jotain haittaa?”

Ohjauksen/ohjaajan muutostukemisen kartoittaminen

”Tunnetko, että ohjaus auttoi sinua päätöksenteossa?”

”Mitkä olivat sellaisia elementtejä ohjauksessa, jotka tukivat päätöksentekoasi?”

” ”—” ohjaajassa, ”—”

”Oliko ohjauksessa sellainen vaihe, jossa päätöksenteko kirkastui? Millainen tämä vaihe oli?”

”Oliko ohjauksessa mukana elementtejä, jotka eivät tukeneet päätöksentekoasi?”

”Lisäsikö ohjaus varmuuttasi ammatinvalinnan/työpaikanvalinnan suhteen?”