



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU

*Uuden edellä*

# Kauneus ja hyvinvointi -artikkelit Martat-lehteen

---

Hoffrén-Suhonen, Liisa

2013 Tikkurila

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Laurea Tikkurila

## Kauneus ja hyvinvointi -artikkelit Martat-lehteen

Liisa Hoffrén-Suhonen  
Kauneudenhoitoala  
Opinnäytetyö  
Marraskuu, 2013

Liisa Hoffrén-Suhonen

### **Kauneus ja hyvinvointi -artikkelit Martat-lehteen**

Vuosi 2013 Sivumäärä 43

---

Opinnäytetyön käytännöllinen osa oli kuusi Martat-lehteen kirjoitettua asiantuntija-artikkelia. Artikkeleiden aiheiksi valikoitui: Mitä kosmetiikka on?, Antioksidantit aktiiviaineina, Kosmetiikan säilyvyys, Kosmetiikan myytit, Kosmetiikan mainonta sekä Ulkonäkö ja itsetunto. Artikkeleiden aihevalintoihin ja sisältöihin vaikutti Laurea-ammattikorkeakoulun Tikkurilan yksikön estenomikoulutuksen sisältö. Artikkeleiden myötä Marttatoiminnan sisältö laajeni käsittämään kauneuden ja hyvinvoinnin.

Teoreettinen osuus käsitti artikkeleita ja raporttiosuutta yhdistäviä asioita. Siksi työssä kerrottiin Martoista, teoriaa elinikäisestä oppimisesta ja ryhmässä oppimisesta/opiskelemisesta. Opinnäytetyötä tehdessä havaittiin, että Marttajärjestön käyttämä oppimistapa edisti osaltaan elinikäisen oppimisen teorian ja käytäntöjen syntymistä Suomessa. Eri kansalaisjärjestöjen 1900-luvun alussa aloittama kansansivistystyö nimettiin elinikäiseksi oppimiseksi 1960-luvulle tultaessa. Elinikäisen oppimisen käsitettä selvennettiin pohtimalla eri-ikäisten oppimista. Teoriaosuudessa syvennyttiin myös ryhmässä oppimiseen/opiskelemiseen, ja esiteltiin niitä edistäviä asioita. Marttajärjestön ja sen opintotarjonnan kuvaus auttoi hahmottamaan artikkeleiden tulevaa käyttötarkoitusta. Työssä avattiin myös marttojen vertaisopintoryhmässä opiskelua. Artikkelisarjan merkitystä arvioitiin työn lopuksi SWOT-analyysin avulla.

Artikkeleita tullaan käyttämään vuodesta 2014 alkaen järjestön opintomateriaalina. Myös raporttiosan ryhmässä oppimista ja opiskelemista kuvaava luku otetaan Marttajärjestön käyttöön pienin ulkoasumuutoksin.

Asiasanat: Aikuiskasvatus, elinikäinen oppiminen, Martat, ryhmät

Liisa Hoffrén-Suhonen

**Articles on beauty and wellbeing in a magazine called Martat**

Year	2013	Pages	43
------	------	-------	----

---

The practical part of this thesis was based on six articles published in a magazine called Martat. These articles discussed cosmetics, anti-oxidants as active agents, preservation of cosmetics, myths about cosmetics, advertising claims made about cosmetic products as well as appearance and self-esteem. These articles were selected due to their relevance the curriculum of the Degree Programme in Beauty and Cosmetics at Laurea Tikkurila. These articles expanded the activities of the Martha Association so that they now include also beauty and wellbeing.

This thesis describes the Martha Association, the theory of lifelong learning and group learning. The study revealed that the Martha Association contributed to the emergence of lifelong learning in theory and practice in Finland. In the early 20th century various non-government organisations started common education and during the 1960's it was called lifelong learning. The theoretical part also discusses learning in groups or teams and the different ways that can be used to further promote learning in these situations. The description of the Martha Association and the studies they offer helped to understand the future use of these articles. This thesis also examines peer-study groups in the Martha Association.

From 2014 the Martha Association will start using these articles as study material. They will also use the group learning reports, with minor changes to the original reports.

Key words: Adult learning, lifelong learning, the Martha Association, groups

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Marttajärjestö .....	7
2.1	Sivistystehtävästä Penninvenyttäjän ruokakurssiin .....	7
2.2	Marttaopinnot .....	9
2.2.1	Taitoavain .....	10
2.2.2	Harrastusmerkki .....	10
2.2.3	Erikoisavain .....	11
2.2.4	Osaajapassit .....	11
3	Kansansivistyksestä elinikäiseen oppimiseen .....	12
3.1	Elinikäinen oppiminen .....	14
3.2	Elinikäisen oppimisen muodot ja elämänvaiheet .....	15
3.2.1	Formaali koulutus .....	17
3.2.2	Ei-formaali koulutus .....	17
3.2.3	Informaali oppiminen/koulutus .....	17
4	Ryhmässä oppiminen ja opiskeleminen .....	18
4.1	Ryhmässä oppimista ja opiskelemista edistäviä asioita .....	18
4.1.1	Sosiokognitiivinen ristiriita .....	19
4.1.2	Yhteinen tavoite .....	19
4.1.3	Oppimisprosessin emotionaalisuus .....	20
4.1.4	Ryhmän jäsenten välinen positiivinen keskinäinen riippuvuus .....	20
4.1.5	Yksilöllinen vastuu .....	21
4.1.6	Vuorovaikutteinen viestintä ja sosiaaliset taidot .....	21
4.1.7	Toiminnan ja oppimisen arviointi .....	22
4.2	Marttojen vertaisopintoryhmässä opiskeleminen .....	23
4.3	Ryhmässä oppimisen ja opiskelemisen sekä marttojen vertaisopintoryhmässä opiskelemisen yhteenveto .....	26
5	Artikkelit Martat-lehteen .....	28
6	Yhteenveto .....	31
7	Artikkeleiden merkityksen arviointi SWOT-analyysin avulla .....	33
8	Pohdinta .....	35
	Lähteet .....	38
	Kuvat .....	41
	Kuviot .....	42
	Taulukot .....	43

## 1 Johdanto

Ajallemme on tyypillistä yksilöllisyyden korostaminen tekemisissä ja valinnoissa. Selkeimmin se on nähtävissä ulkonäössämme ja elintavoissamme. Taustavaikuttimina voi olla erilaisia elämänarvoja. Ne voivat vaikuttaa myös kosmetiikan valintaperusteisiin. Koska kaikki käyttävät kosmetiikkaa, niin jokaisella on mielipide tai -kuva siihen liittyen. Usein mielipiteet muodostuvat henkilökohtaisiksi eri syistä. Ajallemme on tyypillistä myös helppo tiedonsaanti. Aina helposti saatava tieto kosmetiikasta ei ole kuitenkaan oikeaa tai edes ajantasaista. Tiedonhankijalta voi puuttua myös oikeanlainen lähdekritiikki. Osa tiedoista on elämään jääneitä myyntejä vuosikymmenten takaa ja ne voivat johtaa kuluttajaa harhaan. Myös uudet tutkimustulokset ovat voineet jo muuttaa kosmetiikkaa ja sen lainsäädäntöä, mutta muutokset eivät ole yltäneet kuluttajan tietoisuuteen. Helposti saatavilla oleva tieto voi synnyttää vääriä käsityksiä, ja niiden perusteella tehdyistä uskomuksista voi seurata jopa oman mielipiteen fanaattista puolustusta melko julkisestikin, esimerkiksi sosiaalisen median kautta. Estenomiopinnot ovat lisänneet ymmärrystä lähestyä myös edellä kuvattuja asioita. Siksi tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitus on kirjoittaa kuusi luotettavaa ja ajantasaista tietoa antavaa artikkelia. Yhteistyökumppanina toimii Marttaliitto. Artikkelit julkaistaan vuoden 2014 aikana Martat-lehdissä. Siksi ne eivät ole tämän työn liitteinä. Artikkelit käsittelevät hius- ja kauneudenhoitoalaan liittyviä aiheita. Vuodesta 2015 alkaen jäsenet voivat perustaa vertaisopintoryhmiä, ja suorittaa Marttajärjestön taitoavaimia Opintotoiminnan Keskusliiton (myöhemmin OK-opintokeskus) alaisena ja tukemana. Artikkelit tulevat toimimaan Marttaliiton opintomateriaalinakin.

Marttaopinnot tapahtuvat yhteisöllisesti vertaisoppimisen kautta. Vertaisoppiminen tarkoittaa ryhmässä oppimista ja opiskelua vertaistensa joukossa ja vertaisiltaan. Tässä työssä kerrotaan ryhmässä oppimisen/opiskelemisen peruseriaatteista, ja annetaan nimiä yleisille ryhmäilmioille. Luku hyödyttää kaikkia, jotka haluavat tiiviin tietopakettien ryhmätyöskentelyä edistävästä ja siihen vaikuttavista asioista. Tiedot ovat sovellettavissa niin harrastetoimintaan kuin työelämääinkin. Luku hyödyttää myös opetustyöstä vastaavia.

114-vuotias Marttajärjestö on merkittävä toimija maamme vapaan sivistystyön kentällä. Marttojen järjestämä koulutus on osa marttajäsenten elinikäistä oppimista. Siksi tässä opinnäytetyön teoreettisessa raporttiosuudessa on luontevaa tutustua Marttajärjestöön ja sen tapaan kouluttaa jäseniään. Tutustuminen helpottaa myös artikkeleiden kohderyhmän määrittelyssä. Marttojen historiaan tutustuminen lisää tietoa maamme sivistyshistorian alkuvaiheista ja antaa näkökulmia yhteistyökumppanina toimivasta järjestöstä. Elinikäistä oppimista käsitellään sen historiaa tarkastelemalla ja kerrotaan mitä yhteistä sillä on 1900-luvun alun kansansivistyksen ja nykyisen vapaan sivistystyön kanssa maassamme. Työssä kerrotaan myös elinikäisen oppimisen muodoista eri ikävaiheissa.

## 2 Marttajärjestö



Kuva 1: Marttaliiton logo (Martat 2013)

Vuonna 2013 Martat on noin 46 000 jäsenen järjestö, joka on edelleen keskittynyt valvuneesti ruuanlaittoon, kodinhoitoon, puutarhanhoitoon ja taloudenhoitoon. Tähän työhön liittyvillä Martat-lehteen kirjoitettavilla hius- ja kauneusalan artikkeleilla haetaan toimintaan uutta sisältöä. Marttailu on viimevuosina herättänyt mielenkiintoa nuorten naisten keskuudessa ja koetaan, että eteenpäin on mentävä. Marttojen kekseliäisyydestä ja rohkeudesta seurata aikaa kertoo myös uusin marttayhdistys; Virtuaalimartat.

16 Marttapiirissä ja 1300 marttayhdistyksessä ympäri Suomea järjestetään teemailtoja, joista tiedotetaan muun muassa järjestön nettisivustoilla ja paikallislehdissä. Nettisivustolla toimii myös aktiivisia keskusteluryhmiä. Martoilla on maksullinen neuvontapuhelin, josta saa ohjeita järjestön toimialaan kuuluvista asioista. Järjestön julkaisema Martat-lehti ilmestyy kahdeksan kertaa vuodessa. Järjestöä johdetaan Helsingin keskustassa sijaitsevasta Marttatalosta käsin, ja siellä sijaitsee myös Uudenmaan Marttojen opetuskeittiö. Suosituinta toimintaa ovat kuitenkin yhdistysten omat marttaillat, joiden sisällöstä ja kokoontumisista jäsenet saavat päättää itsenäisesti. Toiminnanjohtajana Martoissa on vuodesta 2010 alkaen toiminut Marianne Heikkilä. (Martat 2013.)

### 2.1 Sivistystehtävästä Penninvenyttäjän ruokakurssiin

Vuonna 1899 perustetun Marttajärjestön historia on osa suomalaista sivistyshistoriaa ja osa suomalaisen naisen historiaa. 114 vuotta sitten Lucina Hagman, Marttajärjestön perustaja, määritteli uuden yhdistyksen tavoitteita ja hän koki kansalaisvelvollisuudekseen tiedon lisäämisen eritoten naisten keskuudessa. Tavoitteet ja tiedon lisääminen koskivat maamme venäläistämistoimia ja rajaseutujen kurjia oloja. Marttajärjestön juuret ovat siis osa laajempaa järjestäytymisliikettä, jolla oli juurensa fennomaanisessa liikkeessä. Marttajärjestön tarkoitus oli herättää voimakas kansallistunne kansan syvissä riveissä, ja vahvistaa aineellista ja henkistä hyvinvointia. Ratkaisevassa asemassa tässä sivistystehtävässä olivat Hagmanin mielestä naiset, sillä heillä oli päävastuu uusien suomalaisten, lasten, kasvatuksesta. Tavoitteeseen pyrittiin välitavoitteiden kautta: kun kansannaisten kotiolot ja taloudellinen tilannetta pystyttiisiin parantamaan, niin voimia jäisi myös isänmaalliselle ponnistelulle, maan kehittämiseksi sekä raittius- ja sivistystyölle. Aluksi järjestön nimi oli Sivistystä kodeille -yhdistys. Suomen Keisarillinen senaatti koki nimen kuitenkin vaaralliseksi, jopa vallankumoukselliseksi, joten

nimi muutettiin raamatulliseksi ja puuhakkaaksi Martaksi. Tärkein toimintamalli oli alusta alkaen neuvonta, joka oli erittäin käytännönläheistä. Neuvontatyön avuksi alettiin vuonna 1902 julkaista Emäntälehteä. Martta-Yhdistys, Föreningen Martha, aloitti toimintansa kaksikielisenä. Vuodesta 1924 lähtien suomenkielinen Marttaliitto ja ruotsinkielinen Finlands svenska Marthaförbund ovat toimineet erillisinä. (Koskelainen 1999,9-69; Martat 2013.)

Vuonna 1917 Suomen valtio syntyi. Järjestö vahvisti asemaansa vuosien myötä muiden naisyhdistysten joukossa lähinnä siksi, että se vaali perinteistä naiskäsitystä ja korosti kotityön merkitystä. Kotitalouden neuvontatyö muotoutui kurssitoiminnaksi ja myös neuvonta-asemia perustettiin työn laajennuttua. 1930-luvulta alkaen toimintaa ohjasivat erilaiset teemavuodet. (Koskelainen 1999; Martat 2013.)

Koti oli Marttojen vuoden 1939 iskulauseen mukaan yhteiskunnan pienin yksikkö. Sen hyvinvoinnista katsottiin riippuvan koko yhteiskunnan hyvinvointi. Sodan alettua järjestö sopeutti toimintansa vallitsevaan tilanteeseen ja yhteistyö muiden naisjärjestöjen kanssa auttoi maamme naisia, lapsia, miehiä ja sotilaita selviämään sodan aikana. Emäntälehdessä artikkeleilla yritettiin luoda kannustavaa me-henkeä ja torjua masentunutta mielialaa. Rauhan koitettua yhteiskunnallinen järjestys oli muuttunut ja elettiin taloudellisesti niukkoja aikoja. Naisten lisääntyvä työskentely kodin ulkopuolella, naisliikkeen voimistuminen ja maaltamuutto kaupunkiin pakottivat myös Marttoja muutokseen. Martat alkoivat taas järjestää laajemmin neuvontakursseja morsiuskursseista käsityö- ja ruuanlaittokursseihin asti. Erilaiset kilpailut teemavuosien aiheiden ympärillä yleistyivät ja niiden katsottiin olevan myös tärkeä oppimismuoto. (Koskelainen 1999, 9-69; Martat 2013.)

1950-luvulla perheenemännille järjestettiin lomakursseja. Niiden tarkoitus oli virkistää ja antaa lepoa perheen äideille raskaiden sota- ja pulavuosien jälkeen. 1954 käynnistyivät niin sanotut ketjukoulutuskurssit, joissa yksi yhdistyksen jäsen kävi kurssin ja koulutti muut jäsenet. 1960- ja 1970-luvuilla pitkäaikaisten kurssien sijaan suosioon tulivat lyhytkurssit. Kurssien määrä lisääntyi ja opetus monipuolistui. Suuntaus johtui naisten työssäkäynnin yleistymisestä. Myös taitoavainsuorituksiin tähtäävää opintokerhotoimintaa (nyk. vertaisopintoryhmä) elvytettiin uudelleen. (Koskelainen 1999, 9-69; Martat 2013.)

1970-luvulla huomattiin tarve tukea nuorten kotitalousopetusta. Opetusministeriön määrärahojen turvin Marttajärjestön piiriliitot järjestivät kotitalouskursseja nuorille työttömille. Samoin kiinnitettiin huomiota erilaisilla vammautuneiden mm. sokeiden kotona selviytymistaitoihin. 1980-luvulla piiriliitot järjestivät ruokaneuvontakursseja yhteistyössä mm. T-kauppojen kanssa. 1990-luvulla toteutettiin Maito ja Terveys ry:n kanssa Ruokailu päivähoitossa-ohjelma. 1980 - ja 1990-luvuilla suosittuja kursseja ovat olleet mikroruokakurssit ja Penninvenyttäjän ruokakurssit. (Koskelainen 1999,9-69; Martat 2013.)



Enimmillään Marttajärjestössä oli jäseniä 1960-luvulla. Jäsenmäärä oli tuolloin lähes 100 000 henkeä. Marttajärjestön vaikuttajista on noussut aikanaan vaikuttajia valtakunnanpolitiikkaan. Muun muassa ensimmäisissä edunkuntavaaleissa vuonna 1907 naiskansanedustajien joukossa oli nimekkäitä Martta-vaikuttajia, kuten järjestön perustaja Lucina Hagman ja Alli Nisinen. ( Koskelainen 1999, 9-69; Martat 2013.)

## 2.2 Marttaopinnot

Marttajärjestö on ollut kautta historiansa opettava kansalaisjärjestö, joka on herkästi reagoi-  
nut ja ottanut tekemällä kantaa yhteiskunnallisiin suuntauksiin. Aikuiskoulutusjärjestönä  
Marttajärjestö mahdollistaa itsensä kehittämisen elinikäisen oppimisen hengessä tänäkin päi-  
vänä. Koko järjestön toiminta perustuu opiskelulle. Marttaliiton koulutusstrategia ohjaa kou-  
lutuksen suunnittelua, toteutusta, arviointia ja kehittämistä. Tavoitteena on edistää toimi-  
henkilöiden ammatillista osaamista ja jäsenistölle tarjottavaa elinikäisen oppimisen mahdol-  
listavaa koulutustarjontaa. Marttayhdistykset voivat opiskella yhdessä esimerkiksi perustamal-  
la vertaisopintoryhmän. Jäsen voi mielenkiintonsa mukaan osallistua kurssille myös ilman laa-  
jempaa suunnitelmaa. Marttaliiton järjestämä koulutustoiminta kattaa järjestön kaikki toi-  
minta-alueet ja koulutus on tunnustettu luotettavaksi, laadukkaaksi ja arvostetuksi. (Martat  
2013.)

Marttaopintoja ovat:

- Taitoavain
- Harrastusmerkki
- Erikoisavain
- Osaajapassit

### 2.2.1 Taitoavain



Kuva 2: Marttojen Taitoavain -logo (Martat 2013)

Taitoavaimia on kolme. Taitoavainopintojen aloituspaketti sisältää työkirjan, ohjeet, suorituksen kriteerit/perusteet ja tehtävät. Lisäksi on opintokirja, johon merkitään suoritukset ja tehtävien kuvaus/laajuus. Taitoavaimia voi suorittaa myös Moodlessa, sähköisellä oppimislustalla. (Martat 2013.)

Taitoavaimiin liittyvien tehtävien vaativuus kasvaa avaintasolta toiselle siirryttäessä. Ensimmäinen taitoavain on viiden opintopisteen arvoinen, toinen taitoavain suoritus on kymmenen opintopisteen arvoinen ja kolmannelta taitoavaimesta ansaitsee 15 opintopistettä. Jokaisessa taitoavaimessa opiskellaan niin, että edellisestä suorituksesta on hyötyä uuden alueen opiskelmissä. Tehtävät ovat tiedonsoveltamista, käytännöntehtäviä, pohtimista ja kehittämistä. Tehtäväkokonaisuuteen kuuluu oman opiskelusuunnitelman tekeminen, toimintatapahtuman järjestäminen, itsearviointi sekä opintokerhoja. Todistus ja avaimet annetaan opintosuorituksen päätyttyä. III-avaimen jälkeen voi syventyä erikoisavaimen suorittamiseen. Erikoisavain tulee suorittaa vaativuutensa takia yhteistyössä Marttaliiton kanssa. (Martat 2013.)

### 2.2.2 Harrastusmerkki

Harrastusmerkkejä on mahdollista opiskella vuoden 2013 syksystä alkaen. Harrastusmerkkien sisältöalueet ovat kodinhoito, kotipuutarhanhoito, kädentaidot, ruoka- ja ravitsemus, sienet sekä vieraat kulttuurit ja kehitysyhteistyö. (Martat 2013.) Harrastusmerkin rakenne on toiminnallisempi kuin muut opinnot. Näin käytännön ihmisiäkin motivoidaan suorittamaan marttaopintoja ja jakamaan taitotietoaan sekä saamaan tunnustusta siitä. Opintojen laajuus on yhteensä viisi opintopistettä ja ne koostuvat eri osa-alueista. Opintoihin kuuluu mm. vapaaehtoistoiminnan perusteiden opiskelua, osallistuminen piirin toimintaan ja oppimistehtävän kirjallinen osuus. Tärkeimpänä painottuu kuitenkin toimintatapahtuman järjestäminen omassa

yhdistyksessä sekä jollekin kolmannelle osapuolelle. (Henkilökohtainen tiedonanto M. Salonen 2013.)

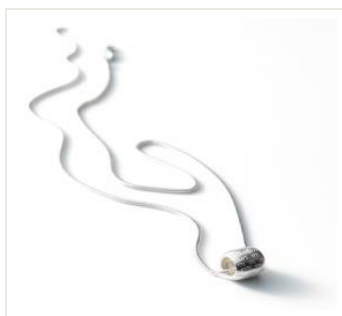
### 2.2.3 Erikoisavain



Kuva 3: Marttojen erikoisavain -rintamerkki (Martat 2013)

Ennen erikoisavainopintojen aloittamista tulee opiskelijalla olla suoritettuna III-taitoavain. Erikoisavainten ohjauksesta ja arvioinnista vastaavat Marttaliiton toimihenkilöt. Erikoisavaimen suorittaminen perustuu vapaaehtoistyöhön. Se on syvällisempää erikoistumista johonkin Marttajärjestön aiheeseen. Henkilökohtaisen opetussuunnitelman, perusopintojen, syventämisen ja toimintatapahtuman järjestämisen jälkeen tehdään osaamiskansio ja itsearvio. Kokonaisuudessaan erikoisavain on 20 opintopisteen arvoinen opintokokonaisuus. (Martat, 2013.)

### 2.2.4 Osaajapassit



Kuva 4: Marttojen osaajamerkki (Martat 2013)

Osaajapassiopinnoissa on mahdollista opiskella järjestö- puutarha- tai käsityöosaajaksi. Osaajapassin tarkoitus on lisätä valmiuksia suunnitella ja toteuttaa toimintaa yhdistyksessä tai toimintaryhmässä ja antaa valmiuksia toimia vertaisohjaajana. Osaajapassi opinnot kestävät noin vuoden ja ne tehdään Marttaliittoon.

Passien sisältö muodostuu kolmesta opintokokonaisuudesta. Ensin tehdään henkilökohtainen vuosikellosuunnitelma, jossa opinnot aikataulutetaan opiskelijalle henkilökohtaisesti. Toiseksi opiskelijalle annetaan syventävä oppimistehtävä, jonka tarkoitus on lisätä tietoja ja taitoja valitulta erikoistumisalueelta. Se antaa myös valmiuksia vastata ja kehittää toimintaa omassa yhdistyksessä. Viimeiseksi tehdään osaamiskansio ja kokoava itsearviointi, joka on kooste opintosuoritusten ajalta. Se kuvaa oppijan oppimisprosessin kokonaisuutta. Passi on maksullinen ja sisältää opinto-oppaan, tarkastukset ja osajatodistuksen. Merkiksi suorituksesta jäsenellä on kurssin lopuksi mahdollisuus hankkia itselleen osajamerkki. Osaajapassikoulutus on avoin kaikille järjestötoiminnasta ja vaikuttamisesta kiinnostuneille martoille. Passin suorittaminen on yhteensä 15 opintopisteen kokonaisuus ja se ei edellytä aiempia taitoavain- tai muita opintoja. (Martat 2013.)

### 3 Kansansivistyksestä elinikäiseen oppimiseen

1800-1900-lukujen taitteessa alkanut kansanvalistuksen aika vahvisti suomenkielen asemaa. Myös kulttuurin arvostuksen ja yhteisöllisen osallistumisen arvostaminen vahvistuivat. Ne mahdollistuivat kirjoitus- ja lukutaidon lisääntyessä. Fennomaaninen liike osallistui kansanvalistuksen alkuaikoina oppimattoman rahvaan kasvattamiseen ja Martat omaksuivat itselleen fennomaanien ajatuksia kansan sivistämisestä. On sanottu, että kansansivistysliikkeet (kuten Martat) loivat kansakunnan, sillä ajatus lukutaidosta kytkeytyy vahvasti kansalaisten sivistämiseen ja sen jälkeen oman valtion synnyttämiseen. Suomalaisen sivistysanakirjan mukaan (2013) termi sivistys juontaa juurensa latinan sanasta *civilis*, joka tarkoittaa ”kansalaista tai kaupunkilaista, joka elää kaupunkinsa sääntöjen mukaan”. Merkittävää oli, että valtio ryhtyi kansansivistystyön rahoittajaksi ilman, että puuttui opetuksen sisältöön (Kallio 2012). Kansansivistyksen aikakaudesta ei voi puhua tai kirjoittaa mainitsematta J.V. Snellmania (1806-1881), joka oli omaksunut ajatuksiaan filosofi, sivistysajattelija Georg Wilhelm Friedrich Hegeliltä (1770-1831) ( ks. esim. Kakkuri, Marja-Liisa & Patoluoto, Ilkka (toim.): Tutkimuksia Hegelistä. Helsinki: Suomen tutkijaliitto 1984). Snellmanille oli sydämen asia sivistää kansalaiset, jotta kansakunnan synnyn jälkeen päästään rakentamaan myös taloudellisesti hyvin voivaa ja tasa-arvoista Suomea. Suomalaiseen arvomaailmaan istutettiin näihin aikoihin myös hyveiksi käsitykset muun muassa ahkeruudesta, säästäväisyydestä, siveellisyydestä ja raittiudesta. (Tuomisto 1999, 70-89; Kolari, 1-2.)

Ensimmäiset vuosikymmenet maamme itsenäistymisen jälkeen (1917-1939) olivat voimakasta vapaan kansansivistystyön nousukautta. Se näkyi selvimminkin aikuisopintoja järjestävien laitosten ja sivistystoimintaa harjoittavien järjestöjen määrän kasvuna. Sivistysjärjestöt järjestivät opintokerhoja, jotka olivat toiminnan päämuoto. (Pantzar 2007,22,25.) Vapaat sivistysjärjestöt, kuten Martat, järjestivät mahdollisuuksiensa mukaan opintokerhoja myös sodan aikana 1940-luvulla (Koskelainen 1999, 27-39).

1950-luvulla ja eritoten 1960-luvulta alkaen aikuisille tarjotun opintotoiminnan peruskäsitteeksi vakiintui aikuiskasvatus. Vapaa sivistystyö jäi merkitsemään yhtä toiminnan osa-aluetta ja sen toiminta laajentui ja opiskelijamäärät kasvoivat. Aikuiskasvatus alkoi saada yhteiskunnallisesti ja henkilökohtaisesti merkityksellisempiä piirteitä. Kiinnostus aikuiskasvatukseen kasvoi, sillä aikuisten monipuolisen opiskelun katsottiin olevan merkittävä voimavara työ- ja kansalaiselämään. Jälleenrakennuksen ja hyvinvointivaltion rakentamisen aikakaudella (1940-1989) alkoi valtiollinen aikuiskoulutuspolitiikka. Sodasta palaaville oli saatava nopeasti työssä tarvittava koulutus. Ammattikoulutus alkoi kehittyä keskusammattikoulujen myötä 1950-luvulla. Ammatillista kasvatusta ei alkuun pidetty aikuiskasvatuksena, koska sen päämäärät poikkesivat vapaan kansansivistystyön tavoitteista. Aikuiskasvatuksessa alettiin toteuttaa ammatillisia ja tutkintotavoitteisia muotoja. Tärkeää oli myös koulutuksellisen tasa-arvon saavuttaminen. (Kallio 2012). 1960- ja 1970-luvun aikuiskasvatuksen rakenteissa on vielä tänä päivänäkin tunnistettavia muotoja. Nykypäivänä aikuiskasvatusta jaotellaan eri tavoilla. Puhutaan yleissivistävästä ja ammatillisesta aikuiskasvatuksesta ja -koulutuksesta. Sen osa-alueita ovat:

- omaehtoinen aikuisopiskelu ja -koulutus
- työvoimapolitiittinen aikuiskoulutus
- henkilöstökoulutus ja henkilöstön osaamisen kehittäminen.

Omaehtoinen aikuisopiskelusta ja -koulutuksesta vastaa opetus- ja kulttuuriministeriö. Työvoimapolitiittisesta aikuiskoulutuksesta vastaa työ- ja elinkeinoministeriö. Työnantajien vastuulle jää henkilöstökoulutus ja henkilöstön osaamisen kehittäminen. (Aikuiskasvatuksen Tutkimusseura 2013.)

Myöhemmin tullaan tarkastelemaan ja avaamaan koko elinikäistä oppimista ja sen muotoja eri elämänvaiheissa (3.2. Elinikäisen oppimisen muodot ja elämänvaiheet). Pääpiirteisissään se jakautuu kolmeen eri muotoon: formaaliseen muotoon, ei-formaaliseen muotoon ja informaaliseen muotoon. (Pantzar 2007,25-28.)

Elinikäinen oppiminen tuli suomalaisen keskusteluun 1960-luvulla Unescon eli Yhdistyneiden kansakuntien kasvatus-, tiede- ja kulttuurijärjestön (engl. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization) kautta (Kallio 2012). Ajatus ei ollut suomalaisille koulutussuunnittelijoille vieras, sillä J.V. Snellman oli aikanaan viitoittanut suuntaa elinikäisen oppimisen polulle. (kts. Elinikäinen oppiminen 3.1.)

Merkittävää historiassa oli myös 1990-luvun rakennemuutoksen, laman, globalisaation ja tietoyhteiskunnan vaikutukset aikuiskasvatukseen ja -koulutuksen suunnitteluun. Kun 1970-luvulla aikuiskoulutusta kehitettiin työelämän tarpeisiin, niin 1980-luvun puolivälistä lähtien

koulutustoiminta alkoi siirtyä markkinaohjatuksi. Suunnittelun sijaan yritettiin vastata kysyntään. Kohderyhmänä oli koko työikäinen väestö. Elinikäinen oppiminen vahvisti asemiaan koulutusmarkkinoilla. (Kallio 2012.)

Kansansivistys on muuttunut nyt vapaaksi sivistystyöksi. Sen tarkoitus ja tavoitteet ovat pysyneet lähes muuttumattomana. Finlexissä on määritelty Laki vapaasta sivistystyöstä (21.8.1998/632). Sen 1 §:ssä (29.12.2009/1765) vapaan sivistystyön tarkoituksia ja tavoitteita kuvataan seuraavanlaisesti:

*”Vapaan sivistystyön tarkoituksena on järjestää elinikäisen oppimisen periaatteen pohjalta yhteiskunnan eheyttä, tasa-arvoa ja aktiivista kansalaisuutta tukevaa koulutusta.*

*Vapaana sivistystyönä järjestettävän koulutuksen tavoitteena on edistää ihmisten monipuolista kehittymistä, hyvinvointia sekä kansanvaltaisuuden, moniarvoisuuden, kestävän kehityksen, monikulttuurisuuden ja kansainvälisyyden toteutumista. Vapaassa sivistystyössä korostuu omaehtoinen oppiminen, yhteisöllisyys ja osallisuus.”*

Tältä pohjalta Marttajärjestön opinnot ponnistavat kohti tulevaisuutta. Joku viisas on joskus todennut: jotta voisi tietää minne on menossa, tulee tietää mistä on tulossa. Myös siksi historian tuntemus on yleisesti hyväksi.

### 3.1 Elinikäinen oppiminen

Opetus- ja kulttuuriministeriön tulevaisuuskatsauksen määritelmän mukaan

*Elinikäinen oppiminen edellyttää, että yksilöillä on tiedolliset, taidolliset ja taloudelliset mahdollisuudet uuden oppimiseen koko elämänkaaren ajan, ja koulutusjärjestelmä tarjoaa kaikille opiskelijaryhmille heille sopivia tapoja osaamisen kehittämiseen.*

(Osaava ja luova Suomi. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2010:15:11.)

Käsitteen määrittelyä

Käsiteltäessä elinikäistä oppimista Suomessa ja maailmalla, ei voi välttyä törmäämästä erilaisiin termeihin siihen liittyen. Seuraavaksi niitä pohditaan ja selvennetään kirjallisuuslähteiden perusteella. Elinikäisellä oppimisella (engl. *lifelong learning*) tarkoitetaan läpi ihmiselämän

tapahtuvaa oppimista. Elinikäisestä oppimisesta on tullut aikojen saatossa eräs merkittävä Suomalaista sivistyshistoriaa leimaava ja kuvaava osa-alue. Myös J.V. Snellman (1806-1881) totesi, että ”- - sivistys ei pääty kouluun tai johonkin tiettyyn tutkintoon, vaan koko elämä on sitä koulua, jossa yksilö muokataan ihmiseksi (Tuomisto 2001, 67). Elinikäinen oppiminen rinnastetaan myös termiin elinikäinen kasvatus (engl. *lifelong education*). Kasvatuksen merkitystä ovat korostaneet erityisesti humanistit. Heidän mielestään kasvatus on avaintekijä, joka auttaa ihmistä kehittymään sivistyneeksi ihmiseksi, joka taas voi oppia. Näin kasvatus ja oppiminen liittyvät toisiinsa. (Tuomisto 2001, 14-18; Kallio 2012.) Käsitteillä on kuitenkin selkeä toiminnallinen ero, sillä kasvatus tai kasvattaminen on jonkun muun toimintaa ja kohdistuu yksilöön tai ryhmään, kun taas oppiminen on jotain, joka yksilön on tehtävä itse (Tuomisto 2001,16). Ruotsissa elinikäisen oppimisen rinnalla on alettu käyttää myös käsitettä elinikäinen ja elämänlaajuinen oppiminen (engl. *lifelong and lifelong learning*; ruots.*livslångt och livsvitt lärande*). Larssonin (1997,41) mukaan elinikäisessä oppimisessa on eroteltavissa kaksi eri tasoa. Ensimmäinen taso korostaa elinikäisen oppimisen prosessia läpi koko elämänsä kehdestä hautaan. Tämä taso kuvaa erilaisia muodollisia (ammattillista, formaalia) koulutuksia. Toinen taso taas kuvaa elämänlaajuisen oppimisen kattavan elämän yleisesti sen koko laajuudessaan (ei-formaali). Tämä taso voidaan ymmärtää yleissivistävänä, laaja-alaisena ja ihmisen kokonaispersoonallisuutta käsittävänä tietoina, taitoina ja asenteina, joita ihminen tarvitsee arjessa.

Larssonin esittämän kaksitasoisen käsityksen elinikäisestä oppimisesta koetaan tässä työssä erityisen hyvin selventävän termin moniulotteisuutta ja eri tasojen täydentävyyttä. Tässä työssä käytetään selkeyden vuoksi kuitenkin vain termiä elinikäinen oppiminen, sillä myös Marttajärjestö käyttää samaa termiä. Lisäksi koetaan, että kappaleen alussa esiin tullut elinikäisen kasvatuksen termi *kasvatus* liittyy läheisemmin lapsuusikään, (aikuinen kasvattaa lasta) kuin aikuisuuteen, ja tämän työn yhteydessä oppijina tarkoitetaan aikuisia ihmisiä.

### 3.2 Elinikäisen oppimisen muodot ja elämänvaiheet

Elinikäiselle oppimiselle on tyypillistä tiedon, taidon tai muun sellaisen kumuloituminen, jossa aikaisemmin opittu on taustalla auttamassa uuden omaksumista sekä oppimista. (mm. Bron 2005; Larsson 1997,41 ym.) Seuraava taulukko auttaa hahmottamaan elinikäisen oppimisen muodot ja keskeiset elämänvaiheet, jossa myös tiedon kumuloitumista tapahtuu.

	Formaalinen	Ei-formaalinen	Informaalinen	Satunnais-oppiminen
Lapsuus/ nuoruus	Koululaitos: -perusaste -keskiaste -korkea-aste	Organisoidut opinnot koulun ulkopuolella: esim. erilaisissa järjestöissä ja harrastusryhmissä	-tavoitteellinen itseopiskelu  -oppiminen vapaa-ajan harrastuksista (yksin/ryhmässä)	Arkipäivä-oppiminen esim. perhe- ja ystäväpiirissä
Aikuisuus	-aikuisten tutkinto- ja kouluopinnot  -ammattilliset pätevyys-tutkinnot	Aikuisten muut organisoidut opinnot, esim. <b>-harrastusopinnot</b> -henkilöstökoulutus/ täydennys-koulutus -yhteiskunnalliset opinnot <b>-yleissivistävät opinnot</b>	<b>-tavoitteellinen oppiminen (self-directed learning)</b>  <b>-itseopiskelu</b>  -tavoitteellinen opiskelu työssä (mentoring, coaching, laatu- piirit yms.)	-arkipäivä-oppiminen (vardagsinläring)  -kokemuksesta oppiminen työssä ja muussa toiminnassa  -satunnais-oppiminen (incidental learning)  -äänettömät tiedot (tacit knowledge)
Vanhuus		<b>-organisoidut opinnot</b> <b>-harrastusopinnot</b> -ikäntyvien yliopisto	<b>-tavoitteellinen itseopiskelu</b>	-arkipäivä-oppiminen

Taulukko 1: Elinikäisen oppimisen muodot ja keskeiset elämänvaiheet (Tuomisto 2001,25)(mukailtu; korostukset lisätty)



Tutkijat, jotka ovat pohtineet elinikäisen oppimisen kehittämistä, jakavat oppimisen formaaliseen, ei-formaaliseen ja informaaliseseen oppimiseen. Tämä luokittelu pyrkii huomioimaan kaiken inhimillisen elämässä esiintyvän oppimisen eri muotoineen lapsuudessa/nuoruudessa, aikuisuudessa sekä vanhuudessa. (Tuomisto 2001, 23.) Luetteloon on lisätty myös satunnaisoppiminen. Tässä työssä avataan kuitenkin vain formaalia, ei-formaalia ja informaalia oppimista ja koulutusta.

### 3.2.1 Formaali koulutus

Formaalisella eli muodollisella koulutuksella tarkoitetaan hierarkisesti ja ajallisesti rakentuvaa, asteittain etenevää järjestelmää, joka alkaa peruskoulusta jatkuen keskiasteen ja/tai korkea-asteen opintoihin. Aikuisuudessa tapahtuva (vähintään 20-vuotiaille suunnattu) formaali koulutus/oppiminen on tarkoitettu sellaisille aikuisille, jotka eivät syystä tai toisesta ole suorittaneet yleissivistävää ja /tai ammatillista perustutkintoa. Myös uudelleen kouluttajat, ammatilliseen täydennyskoulutukseen osallistuvat tai avoimen korkeakoulujen opiskelijat kuuluvat tähän ryhmään. Formaali koulutus on tavoitteiden mukaista oppimista ja perustuu aina tutkintoihin, kriteereihin, joiden avulla työelämään sijoittuminen helpottuu ja/tai mahdollistuu. (Tuomisto 2001, 23,29,32.) Formaalin koulutuksen ei katsota koskettavan vanhuusikää, joten siitä ei ole mainintaa taulukossa (Taulukko 1).

### 3.2.2 Ei-formaali koulutus

Ei-formaalinen koulutus kattaa kaiken sellaisen organisoidun oppimisen, joka tapahtuu muodollisen (formaalisen) koulujärjestelmän ulkopuolella ja jonka tarkoitus on palvella erilaisten ihmisten spesifejä oppimistarpeita. Lapsuudessa ja nuoruudessa ei-formaalia oppimista edustavat harrastuksiin liittyvät yksityiset koulut, kuten musiikkikoulut. (Tuomisto 2001, 23, 30.) Aikuisuudessa ja vanhuudessa tapahtuvaa ei-formaalia oppimista on kaikki se oppiminen, joka ei tähtää tutkintojen suorittamiseen. Vapaa sivistystyö lukeutuu suurelta osin ei-formaaliin oppimiseen. (Radcliffe & Colletta 1989, 60 - 61.) Esimerkiksi kansalaisopistojen opintotarjontaan osallistuminen voi kohentaa työ-, perhe-, yhdistyselämässä tarvittavia tietoja ja taitoja, mutta samalla se voi tyydyttää myös sosiaalisia tarpeita. Samoin ammatillinen täydennys- eli henkilöstökoulutus, joka ei ole sidottu koulutusjärjestelmän tutkintoihin on luonteeltaan ei-formaalia. (Tuomisto 2001, 33-34.)

### 3.2.3 Informaali oppiminen/koulutus

Informaalisen oppimisen eräs ilmenemismuoto on nuorisotyö, jota tekevät muun muassa valtakunnalliset nuorisojärjestöt, yleiset kansalaisjärjestöt, kunnat, eri kirkot sekä koulut. Aikuisille informaalia oppimista tapahtuu luonnostaan esimerkiksi työelämässä. Se edistää

oppimista, joka on ammattitaidon ylläpitämiseksi ja kehittämisessä tärkeää. Informaalia oppimista tapahtuu mm. työn kierrättämisessä, viransijaisuuksien hoidossa, ryhmätöihin osallistuesssa, työtehtävien laajentumisessa, kollegiaalisessa oppimisessa, mentoringissa (mentori ohjaa oppijaa), coachingissa (yksilöllinen valmennus), innovaatio- ja tutkimustoimintaan osallistumisessa ja laatupiireissä (ks. esimerkiksi Marsick 1987). Marsick & Watkinsin (1990) mukaan vain 17% oppimisesta tapahtuu formaalisen koulutustilaisuuden avulla. Heidän mukaansa suurempi osa oppimisesta tapahtuu aikuisilla käytännössä informaalisti esimerkiksi tuotesuunnittelun, työn kehittämisen ja erilaisten osallistumisen yhteydessä työpaikoilla. Omalla ajalla opiskeleminen ja itsensä kehittäminen oma-aloitteisesti ja vapaa-ajalla kertoo aikuisen ihmisen motivaatiosta oppia. Tällaista opiskelua nimitetään itseohjautuvaksi oppimiseksi. Suurinta se on ylempien toimihenkilöiden parissa. (Tuomisto 2001,30, 36-37.)

#### 4 Ryhmässä oppiminen ja opiskeleminen

Viime vuosikymmeninä oppimiskäsitykset ja pedagoginen ajattelu ovat kokeneet muutoksen. Siinä missä ennen opiskeltiin yksilöinä, niin nyt korostetaan opiskelemisen ja tiedonhankinnan yhteisöllistä luonnetta, ryhmässä oppimista/opiskelua. (Jauhiainen 2012, 6.) Perinteisesti oppimisella tarkoitetaan uuden tiedon varastoimista ja siirtämistä muistiin. Tietoyhteiskunnan myötä oppiminen on kokenut käsitteellisen muutoksen. Oppiminen nähdään nyt prosessina, jossa ihminen liittyy uutta tietoa ennalta tietämäänsä tai suostuu muokkaamaan ennakkokäsityksiään. (Repo-Kaarento 2007,15.) Ryhmän tunnusmerkit puolestaan ovat tietty koko, tarkoitus eli yhteinen päämäärä, säännöt, vuorovaikutus, työnjako, roolit sekä johtajuus (Niemistö 2004:16). Ryhmässä oppimisesta käytetään alan kirjallisuudessa myös käsitteitä yhteistoiminnallinen oppiminen (Sahlberg & Sharan 2002) ja vertaisoppiminen (mm. Repo-Kaarento 2007). Käytännössä ne tarkoittavat samaa asiaa. Tässä työssä käytetään termiä ryhmässä oppiminen. Kokonaisuutta käsitellään tässä työssä niin, että alkuun on koottu eri kirjallisuuslähteistä löydettyjä ryhmässä oppimisen tunnusmerkkejä ja peruseriäitteitä. Sen jälkeen kerrotaan Marttojen vertaisopintoryhmistä tarkemmin. Niiden yhteydessä käsitellään myös Marttojen vertaisopintoryhmien rooleja ja sääntöjä. Lopussa on luvun yhteenveto.

##### 4.1 Ryhmässä oppimista ja opiskelemista edistäviä asioita

Ryhmässä oppijan olisi hyvä ymmärtää muutama ryhmässä opiskelemista edistävä asia. Jotkin niistä saattavat aluksi kuulostaa hankalilta tai työskentelyä haittaavalta, mutta tarkemmin ajateltuna näin ei ole. Ryhmässä opiskelemisessa on yleensä enemmän yksilöä hyödyttäviä kuin haittaavia puolia. Seuraavat alaotsikot kuvaavat yleisiä ryhmässä oppimisen piirteitä.

#### 4.1.1 Sosiokognitiivinen ristiriita

Repo -Kaarento (2007, 24) tuo ryhmäoppimisessa esiin Doise & Mugnyn (1984) kuvaaman sosiokognitiivisen ristiriidan. Siinä ryhmän yksilöiden ajattelun ja käsitysten välille syntyy ristiriitoja, kun omat ajatukset poikkeavat niistä. Ristiriitatilanne asettaa oppijan vertailemaan omaa ja toisen ajattelu- tai toimintatapaa. Tilanne voi joko opettaa uutta tai kannustaa pitäytymään omassa mielipiteessään, jolloin oppimisen ei arvioida edistyvän. (Repo-Kaarento 2007,24.)

Ryhmän jäsenet voivat auttaa ja tukea toisiaan ylittämään tosiasiallisen kehitystasonsa, toimien itse omalla lähikehityksen vyöhykkeellään. Sanonta ”sen minkä osaat tänään yhdessä, osaat huomenna yksin” pitää näin paikkansa. (Repo-Kaarento 2007,24-25.) Marttojen toiminnassa tällainen tilanne voisi tulla eteen esimerkiksi tiedonhankinnan tai tietokoneen käytön opastuksena. Vaikka sosiokognitiivinen ristiriita voidaan kokea usein hieman negatiivisena asiana, niin asiaa voidaan tarkastella myös toisesta suunnasta. Venäläinen psykologi Lev Vygotski (1982, 184) kehitti käsitteen lähikehityksen vyöhyke. Se kuvaa yksilön tosiasiallisen kehitystason ja autettuna saavutetun kehitystason eroa. Parhaimmillaan ryhmässä oppiminen on siis ilmiö, jossa oppiminen on kehittymistä uudelle ajattelun tai toiminnan tasolle.

Sosiokognitiiviset ristiriidat voivat siis saada aikaan omien ajatusmallien tarkastamisen. Tämä voidaan kokea erääksi ryhmässä oppimisen positiivisimmiksi anneiksi. Omat ajatusmallit joutuvat tarkemmin pohdittaviksi ja näin ne joko vahvistuvat tai murenevat. Oikeastaan on toivottavaa, että ryhmän henki olisi niin avoin ja ryhmän koko niin pieni, että erimieltä olevat jäsenet voisivat tuoda mielipiteensä perustellusti esiin, ja jokainen ryhmän jäsen joutuisi rehellisesti peilaamaan omia ajatuksia tai asenteita. Näin ryhmällä olisi mahdollisuus oivaltaa ja muodostaa ryhmän yhteinen ja oma perusteltu mielipide. Parhaimmillaan siitä voi seurata myös vahvempi ja tiiviimpi ryhmän me-henki.

#### 4.1.2 Yhteinen tavoite

Ryhmän yhteinen tavoite vahvistaa opiskelumotivaatiota. Se motivoi silloinkin, kun oma kiinnostus ja innostus laskevat. Kyse on yhteistyöstä, jossa kaikkien ponnistelua tavoitteiden saavuttamiseksi tarvitaan. Kyse ei siis ole pelkästään yksilön suorituksesta, vaan yksilön työpanosta tarvitsevat muutkin kuin hän itse. Näin opiskelusta tulee ryhmän yhteinen prosessi yksilöllisen prosessin lisäksi. (Repo-Kaarento 2007,25.) Yhteisen tavoitteen saavuttamisen esteiksi voi joskus muodostua väärät roolijaot. Vähänkään tuntemattomampi joukko ihmisiä yhdessä vaatii hyvän tutustumisen, jolloin tehtävän vaatimat roolijaot sujuvat luonnollisemmin. Rooleja voi vaihtaa myös kesken tehtävän, jos se edistää yhteiseen tavoitteeseen pääsemistä. Pääasia on, että opiskelumotivaatio ryhmässä saadaan säilymään.

#### 4.1.3 Oppimisprosessin emotionaalisuus

Ryhmässä oppimisen eräs oppimista edistävä vaikutus perustuu oppimisprosessin emotionaalisuuteen. Ryhmän muiden jäsenten tuki kannustaa haasteellisempien tehtävien tai hetkien yli. Samalla ryhmä voi oivaltaa, etteivät vertaisryhmässä jaetut ongelmat ole yksilöllisiä, vaan voivat kuulua oppimisprosessiin luonnollisena osana. Vertaisryhmällä tarkoitetaan samassa elämäntilanteessa tai asemassa olevien henkilöiden ryhmää, esimerkiksi Marttojen vertaisopintoryhmä. Vertaisryhmä kannattelee myös epäonnistumisen hetkillä. Muun ryhmän ja ohjaajan luottamus oppimisprosessiin estää opiskelijaa juuttumasta ongelmakohtiin. Vertaisryhmä voi toimia myös siltana uuden omaksumisessa silloin, kun opiskelija on tiedostanut tarpeen muuttaa vanhaa käsitystä tai toimintatapaa. Oppimisprosessin emotionaaliin hetkiin kuuluvat luonnollisesti myös jaetut oppimisen ilon ja onnistumisen kokemukset. (Repo-Kaarento 2007,25.)

#### 4.1.4 Ryhmän jäsenten välinen positiivinen keskinäinen riippuvuus

Jäsenten välisellä positiivisella keskinäisellä riippuvuudella tarkoitetaan sitä, että ryhmän jäsenet tarvitsevat toisiaan saavuttaakseen omat tavoitteensa. Ryhmän jäsenet ovat tietoisia ja kantavat vastuunsa sovitusta osa-alueestaan ja ymmärtävät vaikutuksen kokonaisuuden kannalta. Ryhmän on tarkoitus viisastua yhdessä ja siihen tarvitaan kaikkia sen jäseniä. Luonnollisesti yhteinen kiinnostuksen kohde tai aihe on hyvä perusta positiiviselle keskinäisriippuvuudelle. Jos ryhmän ohjaaja tuntee ryhmän jäsenten henkilökohtaisia taitoja ja elämäkokemusta hyvin, niin hän voi jakaa ryhmän tehtävät niin, että kaikkien tietämys ja asiantuntijuus saadaan jollain tavalla käyttöön. Ryhmä voi myös itsenäisesti päättää tehtävien jaosta. Vaikka yleisesti ajatellen heterogeeniset taidot ja tiedot ryhmässä (erilaiset statukset) voivat olla negatiivinen asia, niin niiden avulla on mahdollisuus käyttää erilaisuutta myös hyväkseen. (Repo-Kaarento 2007,37-38.) Ohjaajan olisikin hyvä yrittää tunnistaa erilaisia statuksia, mutta aistia myös muutoshalukkuus ja antaa siihen mahdollisuus. Martta-opinnoissa heterogeeniset tiedot ja taidot voivat tulla esiin esimerkiksi eri-ikäisinä opiskelijoina ryhmässä. Nuoremmilta puuttuu se elämäkokemus, joka vanhemmilla on. Vanhemmat saattavat tarvita monenlaista käytännön apua nuoremmilta esimerkiksi oppimistehtävien kirjoittamisessa ja tekstin tuottamisessa. Positiivisessa riippuvuussuhteessa siis kaikki voittavat, oppiminen tapahtuu huomamatta ja yhteisöllisyys lisääntyy.

Negatiivinen riippuvuus ryhmässä ilmenee kilpailuna ryhmän jäsenten kesken. Ryhmässä esiintyy torjuntaa, epäluottamusta ja vastenmielisyyttä. Kilpailullisuus vähentää myös sitoutumista oppimiseen, sillä henkilö ei saa tukea toisilta omaan oppimisprosessiinsa. Hän on silloin vain omien tietojensa ja kykyjensä varassa. Oppimismotivaation ylläpito on usein myös haastavampaa. (Repo-Kaarento 2006,19.)

#### 4.1.5 Yksilöllinen vastuu

Yksilöllinen vastuu on sidoksissa positiiviseen keskinäisriippuvuuteen muun muassa tehtävän jaon suhteen. Yksilöllinen vastuu ryhmässä tarkoittaa sitä, että ryhmän kullakin jäsenellä on oma vastuualueensa esimerkiksi kykyjensä ja taipumustensa mukaan. Näin kaikkien taitoja tarvitaan. Yksilöllinen vastuu tarkoittaa myös vastuuta omasta oppimisestaan. Ryhmätyöllä on aina lopputavoite, kuten yhteinen tuotos tai jonkun kokonaisuuden oppiminen. Ryhmä pääsee lopputulokseen kunkin jäsenen vastuualueen toteuduttua. Ryhmätyöskentelyn etu on siis yksilön taakan väheneminen. Joskus huonosti organisoidussa ryhmässä muutama jäsen tekee koko ryhmän työn ja muista tulee niin sanottuja peukalokyytiläisiä. He laiskottelevat eli matkustavat ilmaiseksi tehden hyvin vähän työtä ryhmässä, mutta nauttivat kuitenkin ryhmän saamasta palkkiosta (Repo-Kaarento 2007, 37-38; Pennington 2005, 198). Se vaikuttaa ryhmän muidenkin jäsenten oppimiseen, ryhmädynamiikkaan sekä ryhmähenkeen yleensä negatiivisesti. Sitoutumattomuus, vastuuttomuus ja laiskottelu estävät yleensäkin oppimista. Peukalokyytiläiset ovat syrjäytymisvaarassa, sillä yleensä heitä ei suvaita. Ryhmän yksilöiden oppimista saatetaan joskus arvioida myös henkilökohtaisien oppimistehtävien avulla. Silloin peukalokyytiläisten tila paljastuu. Marttaopinnoissa, joita OK-opintokeskus tukee, kirjoitetaan yleensä henkilökohtainen oppimispäiväkirja valitun aihepiirin ympäriltä tai vastataan viiteen valmiiksi esitettyyn kysymykseen (OK-opintokeskus 2013; Marttaliitto 2013). Näistä saatuja opintopisteitä keräämällä voidaan suorittaa Marttaliiton omia taitomerkkejä tai opintopisteitä voi mahdollisesti hyödyntää muissa jatko-opinnoissa aiemmin hankitun osaamisen tunnistamisen (AHOT) kautta.

#### 4.1.6 Vuorovaikutteinen viestintä ja sosiaaliset taidot

Ryhmässä oppiminen on yksilöiden samanaikaista ja samaan päämäärään tähtäävää toimintaa pienissä 2-4 hengen ryhmissä. Opettaja tai ryhmän ohjaaja voi välillä käyttää esittävää ja opettajajohtoista opetusmenetelmää, mutta silti pienryhmätyöskentelyllä on koko oppimisprosessissa tärkeä osuus. Ryhmätyöskentelyssä tarvitaan sosiaalisia taitoja ja kykyä kommunikoida vuorovaikutteisesti. Näiden taitojen kehittyminen vaatii harjoittelua. Aito läsnäolo, kuuntelu, perusteltu kannanotto, oman toiminnan arviointi ja rakentavan palautteen antaminen ovat tärkeitä ryhmässä työskentelyn ominaisuuksia. Ryhmän ohjaaja voi ryhmäjäoilla ja tehtäväksi annoillaan vaikuttaa vuorovaikutukseen ja avoimuuteen. Mitä pienempi ryhmä, sitä helpompi siinä on kommunikoida avoimesti. (Repo-Kaarento 2007, 38-39.) Sosiaalisen vuorovaikutuksen avulla pyritään vahvistamaan jokaisen oppijan oppimista siten, että oppiminen on laadullisesti ja määrällisesti parempaa (Sahlberg & Leppilampi 1994, 61). Sosiaalisten taitojen puute tai häiriöt vuorovaikutuksessa voivat olla ryhmässä oppimisen esteenä. Sosiaalisia taitoja voi opetella ryhmässä myös sovitusti eri roolien kautta (Sahlberg & Sharan 2002, 47).

Kopakkalan (2011, 109-110) mukaan erilaisia ryhmän jäsenten rooleja ovat muun muassa keksijä, tiedustelija, tekijä, takoja, viimeistelijä, arvioija, diplomaatti ja kokoaja.

#### 4.1.7 Toiminnan ja oppimisen arviointi

Ryhmässä oppimista tulisi arvioida prosessin jokaisessa vaiheessa. Arvioinnin tarkoituksena on parantaa ryhmässä oppimista. Arvioijina ovat sekä opiskelevat yksilöt, ryhmä yhdessä että ryhmän ohjaaja. Tällöin muodostuu riittävä kokonaiskuva toiminnasta ja oppimisesta. Arviointikohteina on sisältö, opiskelutaidot ja opiskelutaidot ryhmässä. Kutakin osa-aluetta arvioidaan ryhmän ja yksilön kannalta. (Repo-Kaarento 2007, 41.) Alla oleva taulukko selventää toiminnan ja oppimisen arviointia.

	Yksilö	Ryhmä
Sisältö	Miten yksilö edistyy opiskeltavan aiheen oppimisessa?	Miten ryhmä edistyy opiskeltavan aiheen oppimisessa? Muodostuuko heterogeenisyys voimavaraksi?
Opiskelutaidot	Miten yksilö edistyy opiskelutaitojen oppimisessa (esim. pohtiminen, kirjoittaminen ja tehtävien tekeminen)?	Miten ryhmä edistyy opiskelutaitojen oppimisessa? Oppivatko opiskelijat toisiltaan opiskelutaitoja?
Opiskelutaidot ryhmässä	Miten yksilö osaa opiskella ryhmässä (esim. kuunnella, kysyä toisilta ja keskustella)? Oppiiko yksilö hyödyntämään ryhmää?	Miten ryhmä osaa ohjata omaa toimintaansa (pelisäännöt, johtajuus, asiassa pysyminen ja tunneilmapiiristä huolehtiminen)?

Taulukko 2: Ryhmässä oppimisen arviointi (Repo-Kaarento 2007, 40)

Yksilön edistymisessä tulisi kiinnittää huomiota opittavan aiheen oppimiseen. Toiseksi tulisi kiinnittää huomiota oppimiseen ja opiskeluun liittyvien taitojen arviointiin. Kolmanneksi ryhmässä oppimisen kannalta on tärkeää arvioida ryhmän toiminnan sekä kunkin oppijan ryhmätyötaitojen kehittymistä. Ryhmän toimintaa tulisi arvioida ainakin kahdesta näkökulmasta. Ensinnäkin tulisi arvioida sitä, miten ryhmä on pystynyt työskentelemään yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Toisaalta tulisi kiinnittää huomiota ryhmän kiinteyteen, me-henkeen ja arvioida, onko se riittävä yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Tehokkainta arviointi ja siitä

saatu palaute on, kun itsearviointin rinnalla kokonaiskuva edistymisestä laajennetaan vertaisilta sekä opettajalta saadulla palautteella. (Repo-Kaarento 2006, 18; 2007, 40-41.)

Merkittävää on, että kaikki edellä luetellut asiat vaikuttavat ryhmädynamiikkaan. Etenkin keskinäisen riippuvuuden muoto (positiivinen tai negatiivinen) vaikuttaa voimakkaasti sekä yksilöiden väliseen että ryhmän sisäiseen vuorovaikutukseen ja toimintaan. Myös lopputuloksen kannalta sillä on vaikutuksia. Siihen tarvitaan muun muassa kaikkia edellä lueteltuja asioita ja ryhmädynamiikan hallintaa. (Repo-Kaarento 2006, 18-19.)

#### 4.2 Marttojen vertaisopintoryhmässä opiskeleminen

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on ollut kirjoittaa vuoden 2014 Martat-lehtiin kuusi artikkelia. Aihepiirit esitellään otsikkotasolla luvussa 5. Marttajäsenet voivat muodostaa vertaisopintoryhmiä, joissa artikkeleiden aihepiirejä opiskellaan yhdessä. Vuonna 2015 artikkelit liitetään myös Marttojen Moodle -oppimisolustalle opintomateriaaliksi. Vertaisopintoryhmän jäsenet voivat suorittaa vuoden 2015 alusta alkaen sovittuja opintotehtäviä henkilökohtaisesti, ja kerätä näin itselleen opintopisteitä taitoavaimiin. Aiheita voi käsitellä ilman tavoitteita-kin jäsenjärjestöissä.

#### OK-opintokeskus ja Marttojen vertaisopintoryhmän perustaminen



Kuva 5: Osaavaa kansalaistoimintaa - OK-opintokeskus-logo (OK-opintokeskus)

OK-opintokeskus on valtakunnallinen aikuisoppilaitos ja koulutuksen järjestäjä 67 valtakunnalliselle kansalaisjärjestölle. Niitä yhdistää puoluepoliittinen sitoutumattomuus.

OK-opintokeskus on järjestökoulutuksen asiantuntija, joka tukee ja ohjaa aikuisten oppimista. Se tukee taloudellisesti jäsenjärjestöjensä ja toteuttaa jäsenjärjestöjensä kanssa kansallisia sekä kansainvälisiä hankkeita. OK-opintokeskus osallistuu kansalliseen ja myös kansainväliseen opintokeskusten yhteistyöhön. (OK-opintokeskus 2013.)

Marttajärjestö on OK-opintokeskuksen jäsenjärjestö. Näin ollen OK-opintokeskus neuvoo ja tukee Marttaopintoja. Laki vapaasta sivistystyöstä on luonnollisesti Marttaopintojen keskiössä.

Opintokeskuksen toimintaa ylläpitää Opintotoiminnan Keskusliitto ry (OK), ja sitä valvovat opetus- ja kulttuuriministeriö sekä Opetushallitus. Toiminnasta säädetään vapaata sivistystyötä koskevassa laissa. (OK-opintokeskus 2013.)

Marttayhdistyksen jäsenet voivat perustaa vertaisopintoryhmiä valitsemansa aihepiirin ympärille. Ryhmän jäsenten on tarkoitus oppia taitoja ja tietoja toinen toisiltaan sekä lisätä yhteisöllisyyttä. Vertaisopintoryhmän voi muodostaa, jos yhdistys

- saa kokoon viisi 15 -vuotta täyttäneitä jäsentä,
- kokoontuu vähintään viisi kertaa,
- yhteensä kymmeneksi 45 minuutin opintotunniksi (10 x 45min).

Itsenäisesti opiskelevalla ryhmällä tulee olla myös nimetty ohjaaja. Kokoon tumiskerrat tulee toteuttaa 1.1.– 31.12. välisenä aikana. Nämä kriteerit täytettyään marttayhdistys voi hakea taloudellista ja neuvonnallista tukea toimintaansa OK-opintokeskukselta. (Martat 2013; OK-opintokeskus 2013.)

Suurin osa Marttojen vertaisopintoryhmistä on peruserhoja, joissa opiskellaan esimerkiksi järjestötoiminnan hallitustyöskentelyyn liittyviä asioita. Erikoiserhoiksi voidaan hyväksyä sellaiset vaativampaa opiskelua toteuttavat opintoryhmät, joiden opiskelun tuloksena on esimerkiksi tentti, tutkinto, järjestön suoritusmerkki tai muu tuotos. Tällaisiksi erikoiserhoiksi voidaan lukea esim. Marttojen taitoavaimet, harrastemerkit tai erikoisavaimet. (Martat 2013.) Tämän työn artikkelisarjan pohjalta perustetut vertaisopintoryhmät voidaan lukea myös tällaiseksi erikoiserhoksi, jossa voi suorittaa kolmiosaista taitoavainta. Se tapahtuu keräämällä opintopisteitä. Opintopisteistä ja -suorituksista voi olla hyötyä myös jatko-opinnoissa formaalilla puolella. Esimerkiksi Marttojen käsityöpassista voi olla hyötyä aikaisemmin hankitun osaamisen tunnistamisen (AHOT) kautta. Korkeakouluun hakeneella ja siellä opiskelevalla on mahdollisuus hakea osaamisen tunnistamista riippumatta siitä, missä tai miten osaaminen on hankittu. Osaamisen tulee vastata koulutusohjelman opetussuunnitelman osaamistavoitteita. (Henk.koht.tiedonannot: Martat 2013, Salonen 3.5.2013; Itä-Suomen Yliopisto, Kröger 1.10.2013.)

Marttaopiskelijoilla on erilaisia tavoitteita oppia. Pääsääntöisesti halutaan oppia uusia asioita ja taittoja omaksi iloksi ja hyödyksi. Kun opiskelusta tulee tavoitteellisempaa, niin vertaisopintoryhmässä opiskelu on hyvä mahdollisuus oppia uutta yhteisöllisesti.



## Ohjaajajäsen

Marttojen vertaisopintoryhmä koostuu varsinaisista ryhmän jäsenistä sekä ryhmän ohjaajajäsenestä, joka vastaa ryhmän etenemisestä yhteisten tavoitteiden mukaisesti ja hoitaa yhteydet Marttajärjestön ja OK-opintokeskuksen kanssa. (OK-opintokeskus 2013; Martat 2013; Työväen Sivistysliitto ry 2003, 6-7.) OK-opintokeskus velvoittaa vertaisopintoryhmää valitsemaan itselleen keskuudestaan ohjaajan.

Hyvän ohjaajan ominaisuuksia:

- pyrkii luomaan oppimista tukevan oppimisympäristön
- ymmärtää, että jokainen ryhmä ja sen jäsen on omanlaisensa
- ohjaa tavoitteellisesti ryhmää ja sen jäseniä
- on kiinnostunut muiden kokemuksista, kuuntelee, havainnoi
- ymmärtää olevansa osa ryhmää
- tasavertaisuus
- antaa palautetta, tukee ja rohkaisee
- tunnistaa opiskelijoiden vahvuuksia ja kehittämisen kohteita
- huolehtii ryhmän oppimisaikatulusta sovitusti

(Repo-Kaarento 2007, 126-127; Jauhiainen 2012, 12)

Ohjaajajäsen toimii ryhmässä opiskelevien oppimisen ohjaajana. Tehtävien ja ryhmien toiminnan suunnittelu auttaa häntä varmistamaan, että ryhmässä opiskelu voi toteutua. Luvussa 4.1 (Ryhmässä oppimista ja opiskelemista edistäviä asioita) alaotsikoin käsitellyt asiat tulisi olla ohjaajajäsenen tiedossa ja ne olisi hyvä käydä läpi myös ryhmän kanssa. Näin kaikille muodostuisi heti alussa käsitys mistä ryhmässä opiskelemisessä on kyse ja mitä hyötyjä ja haasteita se tuo eteen.

Ohjaajan rooli on luoda sellainen oppimisympäristö, jossa oppimistehtävät ja niiden ryhmässä oppimista tukeva rakenne edistävät oppimista ja asetettujen tavoitteiden saavuttamista. Ohjaaja tarkkailee toimintaa ryhmänjäsenenä ja puuttuu siihen ohjaten ja kannustaen. Mitä enemmän tavoitteista ja työtavoista neuvotellaan yhdessä, sitä lähempänä ollaan tällä hetkellä vallalla olevaa konstruktivistista oppimiskäsitystä. Ryhmässä oppimisessa vertaisten auttaminen ja avun pyytäminen on suotavaa ja sitä tuetaan. (Repo-Kaarento 2006, 18.)

Palautetta antamalla ohjaaja voi rohkaista ja tukea oppijaa eteenpäin.

## Opiskelijajäsen

Marttojen vertaisopintoryhmissä opiskeleminen on omaehtoista aikuisopiskelua, jonka kantavana voimana on oma toiminta ja aloitteellisuus.

Aktiivisen opiskelijan ominaisuuksia:

- motivoitunut
- ymmärtää asetetut tavoitteet ja oman roolinsa
- toimii tavoitteita tukien
- kannustaa vertaisiaan
- kunnioittaa erilaisuutta
- kommunikoi ja riittävät sosiaaliset taidot omaava
- vastuuntuntoinen annetussa tehtävässä ja ymmärtää vaikutuksen kokonaisuuden kannalta
- osaa arvioida omaa sekä ryhmän toimintaa ja oppimista
- sitoutuu ryhmänsä sääntöihin

(mm. Repo-Kaarento 2007, 38-39; Sahlberg & Leppilampi 1994, 61; Sahlberg & Sharan 2002, 47).

Marttaopinnoissa kukin ryhmän jäsen vastaa sekä ryhmän oppimisesta että omasta oppimisestaan ja niiden tuloksista. Vertaisryhmässä opitaan yhdessä, joten yhdessä tutkiva, kannustava ja arvioiva asenne korostuu. Yhdessä laadittujen sääntöjen noudattaminen osoittaa kunnioitusta vertaisiaan kohtaan.

## Säännöt

Vertaisopintoryhmä sopii yhdessä ryhmän säännöt. Ne voivat koskea muun muassa kokoontumiskertoja, oppimistavoitteita ja aikatauluja.

### 4.3 Ryhmässä oppimisen ja opiskelemisen sekä marttojen vertaisopintoryhmässä opiskelemisen yhteenveto

Ryhmässä opiskelemisella voidaan sanoa olevan kaksitasoinen tavoite: asia- tai tehtävätavoite (perustehtävä) ja sosioemotionaalinen (ryhmän kiinteyteen liittyvä) tavoite (Repo-Kaarento 2006, 18-19). Marttojen eräs tavoitteesta on oppia uutta yhteisöllisesti (Martat 2013). Ryhmässä oppiminen on yleensä mukavaa, mutta myös haastavaa. Siksi on tärkeää tunnistaa ryhmässä oppimisen mahdollisuudet ja haasteet. Kyseessä on monivivahteinen prosessi, jonka aikana kaikki oppivat todennäköisesti jotain. Joskus oppi voi olla oppia työskentelemään

ryhmässä. Varsinkin iäkkäämmille martoille se voi olla iso haaste heidän erilaisena kokemansa oppimiskulttuurin takia ja haasteet voivat johtua esimerkiksi kommunikaatioon liittyvästä rohkeuden puutteesta tai vaikkapa tiedonhankinnan vaikeudesta (mm. atk-taidot). Aiemmin opettaja opetti ja siirsi tietoa opittavalle, mutta nyt sitä tietoa pitäisi etsiä ja prosessoida yhdessä ryhmän kanssa. Ryhmän ohjaajan tehtävänä on tasoittaa heidänkin oppimistietään erilaisin valinnoin, kuitenkin niin, että vastuu oppimisesta ja opiskelusta säilyy oppijalla.

Positiivisessa keskinäisessä riippuvuudessa olennaista on avoimuus, luottamus ja vastuu. Yhteistyötaitoja lisää se, että pohditaan vuorovaikutteisesti yhdessä, miten tietty asia tehdään, mitä hyvää ja huonoa siinä oli. Myös reflektointi ryhmässä parantaa oppimista. Motivaatio puolestaan lisääntyy ja heikko itsetunto voi kohentua. Kun työskennellään pienissä ryhmissä, hiljaisemmatkin oppijat uskaltavat vähitellen osallistua työskentelyyn myös isommissa ryhmissä.

Marttaopinnot eivät ole ikä- eivätkä sukupuolisidonnaisia. Naiset, miehet ja lapset voivat jäsenenä opiskella järjestön kautta. Ainoastaan vertaisopintoryhmässä opiskelevalta vaaditaan vähintään 15 vuoden ikä. Eri-ikäisten opiskelu samassa ryhmässä on antoisaa, sillä siinä toteutuu ryhmässä oppimisen monet hyödyt. Sosiokognitiivinen ristiriita tuo parhaimmillaan eri-ikäisten jäsenten ajatukset opittavan asian tiimoilta esiin ja niistä voidaan muodostaa ryhmän omia ajatuksia. Ryhmä ilman jäsenten välistä positiivista keskinäistä riippuvuutta ei ole ehjä ryhmä, jos on ryhmä ollenkaan. Marttajäsenten välinen positiivinen keskinäinen riippuvuus voi tulla vertaisopintoryhmässä esiin juuri erilaisten henkilökohtaisten taitojen jakamisena (esim. tietokone-, käsityö-, ruuanlaittotaito) ja vaikka konkreettisesti ryhmäkokoontumisiin pääsyn kuljetusapuna. Tällainen toiminta lisää automaattisesti yhteisöllisyyttä sekä yhteyden tunnetta, ja voi saada jäsenet aktivoitumaan suurempiinkin hankkeisiin kylänsä, kaupunkinsa tai koko yhteiskunnan hyväksi. Lisäksi Marttaopinnot voivat olla oman osaamisen osoittamista itselleen ja läheisilleen. Siihen rohkaisee opintojen aloittamisen matala kynnys.

## 5 Artikkelit Martat-lehteen

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus käsittää kuusi lehtiartikkelia Marttaliitolle. Artikkelisarjaa käytetään myöhemmin myös järjestön opintomateriaalina. Artikkelien aiheet on esitetty alla olevassa kuviossa.



Kuvio 1: Kauneus ja hyvinvointi -teeman aihealueet Martat-lehteen

Vuonna 2014 Martat-lehti ilmestyy kahdeksan (8) kertaa. Kuudessa (6) niistä on Kauneus ja hyvinvointi - otsikon alla julkaistava tähän työhön liittyvä artikkeli. Jäsenjärjestöt voivat halutessaan käsitellä aiheita itsenäisesti kokoontumisissaan tai perustaa vertaisopintoryhmän. Ryhmässä opiskelu on tavoitteellisempaa ja artikkelit toimivat niissä opintomateriaalina. Vertaisopintoryhmien perustaminen on mahdollista vuoden 2015 alusta alkaen, jolloin kaikki artikkelit on julkaistu ja myös siirretty Marttajärjestön Moodle-oppimisolustalle. Artikkeleiden lopussa on kysymyksiä, jotka johdattavat lukijaa pohtimaan kulloinkin esillä olevaa asiaa. Vertaisopintoryhmässä aihepiirejä käsitellään myös yhdessä, mutta jokainen taitoavainta

tavoitteleva jäsen tekee kirjalliset yksilötehtävät kulloinkin esillä olevasta aiheesta. Alla oleva kuvio (Kuvio 2) kuvaa sitä, kuinka artikkelit mahdollistavat taitoavaimen suorittamisen.

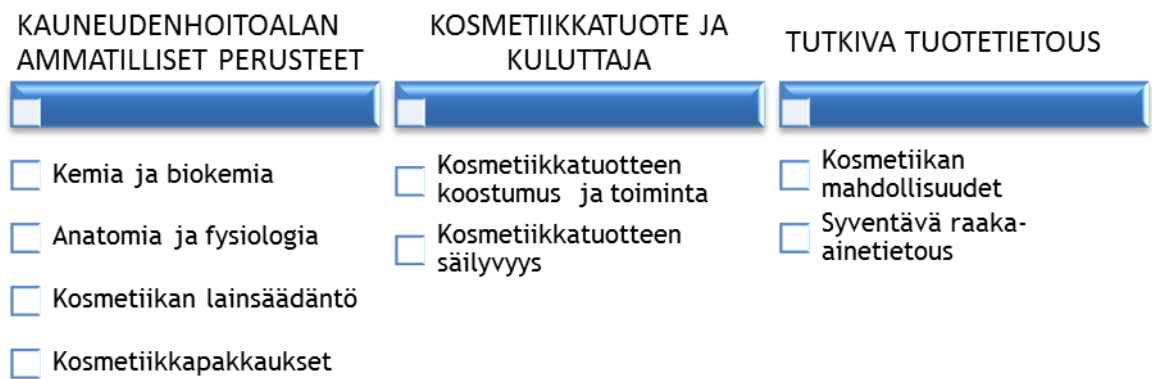


Kuvio 2: Artikkeleista taitoavaimeen

### Työn kulku

Ensimmäinen ajatus opinnäytetyön yhteistyökumppanista syntyi tammikuussa 2013. Maaliskuussa 2013 järjestyi tapaaminen Marttaliiton toimistoon Helsinkiin. Tapaamisessa oli mukana kehittämispäällikkö Teija Jerkku, Martat-lehden toimituspäällikkö Helena Kokkonen ja opinnäytetyön tekijä. Tapaamisessa keskusteltiin estenomitutkintoon johtavan koulutuksen sisällöstä ja laajasti kosmetiikkaan liittyvistä asioista aina raaka-aineista kosmetiikan mainontaan. Tapaaminen johti päätökseen, että Martat-lehden kirjoitetaan kuusi artikkelia, jotka toimisivat samalla opintomateriaalina vertaisopintoryhmäopinnoissa. Eri aihealueita pohdittiin tapaamisessa ja niistä alettiin koostaa lukijaa kiinnostavia ja ajankohtaisia kokonaisuuksia. Päätettiin, että Kauneus ja hyvinvointi olisi sopiva otsikointi uudelle Marttojen aihepiirille, jonka alle artikkelisarja kootaan. Aiheita muokattiin vielä yhdessä kemianlehtori, FM Sari Viitalan kanssa. Hän oli toiminnallisen osuuden ohjaajana ja artikkelien asiasisällön tarkastajana koko prosessin ajan.

Artikkelien aihepiirit nousevat estenomikoulutuksen sisällöstä käsin. Aiheet pyrittiin valitsemaan tavallista kosmetiikankäyttäjää ja marttaa ajatellen sopivan informatiivisiksi ja mielenkiintoa herättäviksi. Alla olevassa kuviossa on esitelty artikkeleiden kannalta merkityksellisiä kauneudenhoitoalan koulutusohjelman opintosisältöjä.



Kuvio 3: Ote kauneudenhoitoalan koulutusohjelman opintosisällöstä

Ikääntymistä ja ulkonäköä koskeva artikkeli ei suoraan liity opintoihin. Se koettiin kuitenkin mielenkiintoiseksi yleisen ajankohtaisuuden vuoksi, sillä Suomen väestön ikärakenne osoittaa, että hieman yli 60-vuotiaiden miesten ja naisten osuus on suurin muihin ikäluokkiin verrattuna (Tilastokeskus 31.12.2011). Tämä ilmiö näkyy myös Marttojen jäsenistössä ja Martat-lehden lukijakunnassa. Otsikon aiheeseen liittyen opinnot käsittelivät lähinnä ikääntyvää ihoa ja sen hoitomahdollisuuksia. Opinnot käsittivät myös ikääntymisen merkkien ennaltaehkäisyyn liittyviä tekijöitä. Artikkelissa tuotiin esiin myös psykologista näkemystä asiaan, ja pohdittiin vanhenevan ihon ulkonäkömuutosten vaikutuksia itsetuntoon.

Artikkeleiden varsinainen kirjoitustyö alkoi elokuussa 2013. Viimeinen artikkeli valmistui marraskuussa. Samaan aikaan työstettiin loppuun opinnäytetyön raporttiosaa. Artikkelien kirjoittaminen kokosi käytännössä laajasti estenomikoulutuksen opintosisältöä. Lähdemateriaalina on käytetty pääasiassa Tikkurilan Laurea-ammattikorkeakoulun kauneudenhoitoalan koulutusohjelman opintomateriaalia vuosilta 2011-2013, suomen ja englannin kielistä alan kirjallisuutta sekä englanninkielisiä tieteellisiä artikkeleita.

Aihealueet suunniteltiin koostettavaksi yleisestä lähestymistavasta syvällisempään lähestymistapaan. Koettiin tärkeäksi, että ensimmäinen artikkeli oli helppolukuinen ja johdatti lukijaa yleisesti sisälle aihepiiriin. Kolme seuraavaa artikkelia olivat informatiivisia. Kaksi viimeistä artikkelia syvensivät ja laajensivat aihealueita. Niiden tarkoitus oli myös haastaa lukijaa pohtimaan artikkeleiden aihepiirejä syvällisemmin. Näin artikkeleita on mahdollisuus myös käyttää Marttaopinnoissa taitoavainten saavuttamiseen, jossa haastekerroin kasvaa opintojen edessä elinikäisen oppimisen hengessä.

Työ eteni käytännössä niin, että artikkelin valmistuttua se lähetettiin ohjaajalle. Ohjaaja tarkasti asioiden oikeellisuuden, ja ehdotti tarvittaessa muutoksia. Sen jälkeen artikkeli lähetettiin asiantuntijalausuntoa varten Teknokemian yhdistykseen Eeva-Mari Karineelle luettavaksi. Ulkonäkö ja itsetunto -artikkelin asiantuntijalausunnon antoi HelsinkiMissiossa työskentelevä

psykoterapeutti Sari Eskelin. Artikkelit editoitiin Marttaliiton toimesta ja niihin liitettiin kuvitus. Editoinnin ja kuvituksen jälkeen artikkelit luettiin vielä läpi, jotta varmistuttiin, ettei tekstin asiasisältö ollut vääristynyt editointivaiheessa.

Kirjoittaminen vaati monen asian yhtäaikaista hallintaa. Kirjoitustyön ohessa tutkittiin muun muassa raaka-aineiden koostumuksia ja seurattiin kosmetiikkalainsäädännön meneillään olevia uudistuksia. Samalla pidettiin mielessä kohderyhmä, jolle kirjoitettiin, sillä tekstin sisällöstä ei saanut tulla vaikealukuista kemiallista selontekoa. Myös artikkeleiden myöhempi käyttö opintomateriaalina asetti haasteita kirjoittamiselle, sillä tiedon tulee olla pätevää vielä myöhemminkin, kun artikkelit siirtyvät Marttaliiton sähköiseen järjestelmään.

Lehtiartikkeleille asetettiin noin 6000 merkin maksimimäärä artikkeleita kohden. Kirjoitustyön aikana asiantuntija-apua pyydettiin ja saatiin Tikkurilan Laurea-ammattikorkeakoulun kaudenhoitoalan koulutusohjelman kemian lehtoreilta, Allergia- ja Astmaliitosta, Helsingin Allergia- ja Astmayhdistyksestä, HelsinkiMissiosta sekä Teknokemian Yhdistys ry:stä.

## 6 Yhteenveto

Yhteenvedon tarkoitus on kertoa, miten toiminnallisen työn osuus ja raporttiosuus kohtaavat. Työn tarkoitus oli kirjoittaa artikkelit Marttojen jäsenlehteen. Teoriaosuuden tarkoitus oli perehtyä tarkemmin järjestöön, jolle työtä tehtiin. Oli tärkeää tutustua yhteistyökumppaniin, sen opintojärjestelmään ja sitä kautta saada käsitys siitä, millaisiin tarpeisiin artikkelit kirjoitetaan.

Taustateoria kerättiin selvitystyön perusteella. Selvitystyö sisälsi myös tarkempaa tutustumista Marttajärjestön historiaan ja nykypäivään. Erityisesti elinikäisen oppimisen ja ryhmässä oppimisen teemat nousivat merkityksellisiksi. Laajoja aiheita rajattiin tähän työhön sopiviksi. Oli tärkeää tunnistaa järjestön määrittelemät oppimis- ja opiskelutavat, ennen kuin artikkeleiden kirjoitustyö alkoi. Se auttoi laatimaan lehtikirjoitukset ja siihen liittyvät tehtävät jäsenien oppimista tukeviksi. Historiaosuus haluttiin tuoda melko laajasti esiin, jotta lukijalle aukeaa Marttojen laaja vaikutuspiiri yhteiskunnassamme jo menneinä vuosikymmeninä.

### Elinikäinen oppiminen

Martat osallistuvat omalta osaltaan kansansivistystyön tekemiseen Suomessa jo sivistyshistoriamme alkuvaiheista lähtien 1900-luvun alussa. Kansansivistystyö nimike jäi pois käytöstä ja käsitteet laajenivat yhteiskuntamuutosten takia. 1960-luvulla alettiin puhua elinikäisestä oppimisesta. Aikuiskoulutusjärjestönä Marttajärjestö uskoo elinikäiseen oppimiseen ja tarjoaa mahdollisuuden itsensä monipuoliseen kehittämiseen. Eräs viime vuosina esiin noussut

suuntaus on myös ollut valtuuttava jäseniä järjestötoiminnassa ja tukea aktiivista kansalaisuutta. Tämä työ on siitä hyvä osoitus käytännössä. Voidaan myös ajatella, että koko järjestö on yksi suuri ryhmä, jossa voi oppia toisiltaan.

Elinikäiselle oppimiselle on tyypillistä tiedon kumuloituminen. Taitoavainopinnot edustavat Marttaopinnoissa selkeimmillään tätä ominaisuutta. Artikkeleiden pohjalta luotava taitoavain opintokokonaisuus (taitoavaimet I, II ja III) on omiaan lisäämään tietoja ja taitoja, jossa aikaisemmin opittu on taustalla auttamassa uuden omaksumista sekä oppimista.

Elinikäinen oppiminen tarkoittaa sananmukaisesti elinikäistä oppimista. Siksi työssä haluttiin esitellä elinikäisen oppimisen muodot eri ikävaiheissa. Marttajärjestön iäkkäimmille jäsenille mahdollistaan oppiminen ja itsensä kehittäminen vielä formaalin koulutuksen jälkeenkin. Se voi olla joillekin jäsenille myös niin sanottu kolmas ikäkausi, jossa voi oppia. Ensimmäinen ikä kuvaa lapsuudessa ja nuoruudessa oppimista, ja toinen ikä työelämässä oppimista. Kolmanneksi iäksi on alettu kutsua elämänvaihetta, jossa työ on takana, mutta varsinainen vanhuus vielä edessä. Sitä pidetään aktiivisena, toiminnantäyteisenä ikänä, hyvän vanhenemisen aikana.

Elinikäisen oppimisen muotona tunnettu vapaa sivistystyö lukeutuu suurelta osin ei-formaalien oppimisen piiriin. Nähtävissä on myös viitteitä informaalista oppimisesta. Marttaopinnoista saatavat yleispätevät opintopisteet voivat laajentaa vapaan sivistystyön opintoja myös formaalin koulutuksen puolelle. Aiemmin hankitun osaamisen tunnistaminen (AHOT) on osa elinikäistä oppimista. Korkeakouluun hakeneella ja siellä opiskelevalla on mahdollisuus hakea osaamisen tunnustamista riippumatta siitä, missä tai miten osaaminen on hankittu. Osaamisen tulee vastata koulutusohjelman opetussuunnitelman oppimistavoitteita.

Marttojen elinikäinen oppimisen teema näkyy punaisena lankana koko toiminnassa. Se muodostaa ikään kuin sateenvarjon, jonka alla kaikki toiminta tapahtuu. Historiasta tähän päivään saakka järjestö on luottanut jäsentensä omatoimiseen ja elinikäiseen oppimiseen. Se ei ole ollut kuitenkaan yksin puurtamista. Ryhmässä oppiminen ja yhteisöllisyys nostetaan oppimisen keskiöön ja sitä halutaan tukea. Erilaiset tavat jakaa arjen tietoa ja taitoja ovat rikastuttaneet Marttojen toimintaa kautta järjestön historian.

#### Ryhmässä oppiminen

Taitoavaimen suorittaminen edellyttää opiskelemista ryhmässä. Artikkelien aiheita käsitellään vertaisopintoryhmässä, jonka jälkeen kukin jäsen tekee henkilökohtaiset oppimistehtävänsä. Tässä raporttiosuudessa haluttiin tuoda ryhmässä oppimisen perusperiaatteita näkyviksi



syvällisemmin, ja antaa yleisille ryhmäilmiöille nimiä. Ryhmässä oppimisen yhteenvedoa löytyy laajemmin luvussa 4.3.

#### Artikkelit

Yleisesti ottaen voidaan lopuksi todeta, että taustateoriat nousevat artikkeleiden käyttötarkoituksesta. Elinikäisen oppimisen teoriat ja ryhmässä oppimisen teoriat nähtiin tässä laajuudessaan riittäväksi viitekehyyksi tälle työlle.

#### 7 Artikkeleiden merkityksen arviointi SWOT-analyysin avulla

Artikkeleiden merkitys käytiin läpi SWOT-analyysin avulla. Merkityksellisyyttä tarkastellaan muun muassa järjestön, jäsenten, järjestön tulevaisuuden tai/ja estenomikoulutuksen kannoilta katsottuna niin kuin se kulloinkin asiaan sopii.

#### SWOT:

- Vahvuudet (Strengths)
- Heikkoudet (Weaknesses)
- Mahdollisuudet (Opportunities)
- Uhat (Threats)

SWOT-analyysi on nelikenttämenetelmä, jota voidaan käyttää arvioinnissa ja kehittämisessä. Nelikentässä kaavion vasemmassa puoliskossa kuvataan myönteiset ja oikeassa puoliskossa negatiiviset asiat. Organisaation ulkoiset asiat kuvataan kaavion alapuoliskoon ja sisäiset asiat yläpuoliskoon. Tämän jälkeen voidaan analysoida ja tehdä päätöksiä, miten vahvuuksia voidaan käyttää hyväksi, miten heikkoudet muutetaan vahvuuksiksi, miten tulevaisuuden mahdollisuuksia hyödynnetään ja miten uhat vältetään. Tuloksena saadaan toimintasuunnitelma ja ehdotuksia siitä, mitä millekin asialle pitää ja voi tehdä. (Wikipedia 2013.)

<b>SISÄI- NEN YMPÄ- RISTÖ</b>	<b>VAHVUUDET</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Järjestö kehittyi</li> <li>•Opiskeltavat aiheet lisääntyvät</li> <li>•Aihepiirit voivat uutuudellaan innostaa laajempia ikäryhmiä Taitoavain-opiskeluun</li> <li>•-&gt; yhteisöllisyys lisääntyy</li> <li>•Opintopisteiden kautta mahdollisesti AHOT</li> <li>•Valmiiksi kirjoitettua lehtimateriaalia, joista myöhemmin hyötyä</li> <li>•Artikkelit lisäävät tietoa</li> <li>•Kirjoittajana martha ja estenomi</li> <li>•Tietoa estenomikoulutuksesta ja kauneusalan asiantuntijuudesta</li> </ul>	<b>HEIKKOUEDET /RISKIT</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Liitolta puuttuu artikkeliaiheiden asiantuntija, jos aiheet herättävät jatkokysymyksiä ja/tai keskustelua</li> </ul>
<b>ULKOI- NEN YMPÄ- RISTÖ</b>	<b>MAHDOLLISUUDET/VISIO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Voi lisätä kiinnostusta järjestöä kohtaan</li> <li>•Voi tuoda lisää jäseniä, kun aihepiiri laajenee kauneuteen</li> <li>•Opintopisteiden kautta mahdollisesti AHOT</li> </ul>	<b>UHAT</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Artikkeleiden sisältämä tieto vanhentuu uusien tutkimustulosten ja lainsäädäntöuudistusten myötä</li> </ul>

Taulukko 3: Artikkeleiden merkityksen analysointi SWOT-analyysin avulla

Sisäiset vahvuudet ja ulkoiset mahdollisuudet/visiot näyttäytyvät positiivisina vahvuuksina. Ne tukevat Marttoja aihepiirin laajentamiseen. Jo silmäys taulukkoon kertoo, että suurin sarake on sisäisen ympäristön vahvuudet. Se tarkoittaa, että Marttajärjestö hyötyisi sisäisesti jäseneen artikkeleista. Sisäiset heikkoudet/riskit ja ulkoiset uhat näyttäisivät kulkevan käsi kädessä. Eräs ratkaisu niihin voisi olla järjestön oma kosmetiikka-alan asiantuntija. Aika näyttää, miten artikkeleiden aiheet otetaan vastaan ja innostutaanko niiden perusteella muodostamaan vertaisopintoryhmiä ja oppimaan uutta. Se pakottanee järjestöä miettimään myös oman kosmetiikka-alan asiantuntijan hankkimista käyttöönsä.

## 8 Pohdinta

Kaikki lähti liikkeelle jonkinlaisen yhteistyön ehdotuksesta Martoilille tammikuussa 2013. Tuskin koskaan olisin keksinyt kysyä työn yhteistyökumppaniksi Marttoja, ellen olisi itsekin martta.

Työn toiminnallinen osuus, artikkelit, julkaistaan Martat-lehdissä vasta vuoden 2014 aikana. Siitä syystä niitä ei julkaista tämän raporttiosan liitteinä. Tässä tuodaan esiin kuitenkin artikkeleiden otsikot ja kerrotaan kirjoitusprosessista. Julkaistavien kirjoitusten kirjoittajalla on suuri vastuu tietojen luotettavuudesta. Vaikka artikkeleiden lähteet olivat kunnossa ja tieteellisesti todistettuja, niin silti artikkelit haluttiin luetuttaa ohjaajan lisäksi ulkopuolisilla asiantuntijoilla.

Tämän raporttiosan taustateoriat nousevat artikkelien käyttötarkoituksesta. Koska ne ovat tulevaisuudessa myös opetusmateriaalia, niin oli luontevaa tutkia Marttojen toimintaa ja opintojärjestelmää lähemmin. Marttojen toiminnan sanottiin tapahtuvan elinikäisen oppimisen hengessä, ja siksi se oli tärkeää nostaa teoriaksi. Marttaopinnot tapahtuvat pääosin ryhmässä vertaisoppimisen avulla, joten siksi teoriaosuudessa käsiteltiin myös ryhmässä oppimista/opiskelemista.

Marttajärjestön historiaan tutustuessani huomasin sen ja elinikäisen oppimisen historiallisen siteen toisiinsa. Järjestö on saanut alkunsa kansaa opettavan ja sivistävän ilmapiirin vallitessa ja voidaan kai sanoa, että järjestö on omalta osaltaan vaikuttanut elinikäisen oppimisen kehittymiseen. Ainakin se on opettanut kansaamme historian aikana käytännöttöissä ja sitä kautta osaltaan mahdollistanut yhteiskuntamme järjestäytymistä eri vaiheiden jälkeen tällaiseksi kuin se nyt on. Marttaopintoja on arvostettu sen historian joka vaiheessa. Arvostuksesta kertoo myös OK-opintokeskuksen taloudellinen ja pedagoginen tuki. Kun yhteiskuntarakenteen muutosten myötä alettiin puhua elinikäisestä oppimisesta, niin marttajärjestön opintojärjestelmä siirtyi luontevasti sen alle. Elinikäisen oppimisen muotojen ja keskeisten elämänvaiheiden esittely selkeyttää Marttajärjestön sijaintia koko elinikäisen oppimisen kentässä. Se myös tuo esiin oppimisen kumulatiivisuuden sekä niin sanotun kolmannen iän opiskelumahdollisuudet. Tämän kokonaisuuden ymmärtäminen motivoi kertomaan elinikäisestä oppimisesta ja Marttojen historiasta melko laajasti.

Lähestyttäessä elinikäistä oppimista kirjallisuuden kautta, huomio kiinnittyi ensin asiaa koskevaan termiviidakkoon. Sama ilmiö tuli eteen ryhmässä oppimista tutkittaessa. Eri lähde-oksissa samantyyppiset asiat oli kuvattu eri termein. Niiden soveltaminen työn otsikkoihin sopiviksi vaati runsaasti ajattelutyötä. Termien laajuus näin yleisiä asioita käsitellessä haastoi myös materiaalin hankinnassa.

Ryhmässä oppimisen/opiskelemisen lukuun haluttiin löytää helposti käytäntöön siirrettävää sisältöä. Jälkeenpäin ajatellen se oli hyvä ratkaisu, sillä Marttaliitolta tuli myöhemmin toive voida irrottaa ryhmässä oppimiseen liittyvä luku palvelemaan jäseniään. Iloitsenkin, että työn kumpikin osuus (raportti ja produkti) tulevat osittain tai kokonaan käyttöön.

Ihminen oppii erilaisia taitoja läpi elämän eri tilanteissa. Työelämä on kokenut suuria muutoksia viime vuosina. Vaikka työpaikan saanti vaatiikin todistuksia sopivasta koulutuksesta ammattiin, niin tärkeiksi henkilöön kohdistuneista taidoista ovat muodostuneet niin sanotut aineettomat taidot työelämässä. Sellaisia taitoja voi olla esimerkiksi yhteisöllinen osaaminen, sosiaaliset taidot ja viestintätaidot. Tällaiset taidot voivat kehittyä, kun niitä harjoitellaan. Vertaisopintoryhmässä opiskeleminen tarjoaa oivan ympäristön näiden taitojen kehittämiseen. Tällainen oppiminen ei tietenkään välttämättä ole suunniteltua, mutta elinikäinen oppiminen tarkoittaa myös tätä, että työssä tarvittavia taitoja voi huomaamattaan hioa harrastustoiminnassa.

Niin paljon kuin ryhmässä oppimisen hyvistä puolista puhutaan ja kirjoitetaankin, niin aina täytyy olla tilaa myös spekulatiolle teoriassa. Marttajäsenten enemmistö on seniori-ikäisiä. Toki keski-ikä on viime vuosina nuorentunut. Mutta mitä tapahtuu, jos ja kun perinteiseen tiedonsiirtoon tottuneet jäsenet joutuvat uuteen tilanteeseen? Vertaisopintoryhmissä oppiminen tapahtuu pitkälti yhteisen osallistumisen ja yhteisen tiedonrakentelun kautta, mikä eroaa merkittävästi perinteisestä tiedonsiirron metaforasta, jossa on yksilökeskeinen lähtökohta. Toisaalta uusi tapa voi olla positiivinen kokemus verrattuna heidän aikaisempiin oppimiskokemuksiinsa. Joka tapauksessa toivon, että tähän työhön liittyvät artikkelit olisivat niin inspiroivia ja yhteisöllinen opiskelu tukisi aiheiden oppimista, ettei opiskelutapa muodostu kenellekään esteeksi. Sitä paitsi, olisihan järjestö tällaisen heikkouden huomannut toimimattomaksi jo aiemmin.

Ryhmässä oppimiseen/opiskeluun liittyvä tutkimus voisi olla mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe tälle työlle. Siinä voisi määrällisesti tai laadullisesti ja osittain määrällisesti kuvantaa sekä analysoida todennäköisesti esiin nousevia hyötyjä. Lisäksi voisi pohtia, olisiko suomalaisen opetuksen laajemminkin hyödyllisempää siirtyä enemmän vertaisoppimisen ja ryhmässä opiskelemisen suuntaan, kuin mitä se tänä päivänä on. Pohtia voisi myös, mitä vaikutuksia sillä olisi yksilön, yhteisön ja kansakunnan kannalta katsottuna. Kollektiivisen älykkyyden lisääntymisellä voisi olla jopa kansantaloudellisia vaikutuksia esimerkiksi innovaatioiden lisääntymisen muodossa.

Koko opinnäytetyön tekeminen vaati pitkäjänteisyyttä, ahkeruutta kirjoitustyössä ja kokonaisuuden hallintaa. Artikkelit kokosivat yhteen laajoja aihepiirejä estenomikoulutuksen sisällöstä ja osittain hieman sen ulkopuoleltakin. Asiantuntija-artikkeleiden kirjoittaminen

kohderyhmälle vaati sopivaa viestintätapaa kohderyhmälle. Se tuli teoriassa ja käytännössä tutuksi estenomikoulutuksen markkinointiopintojen myötä. Artikkeleiden kirjoittamista helpottivat hieman aikaisemmat kokemukset lehtiin kirjoittamisesta.

Yleisesti voidaan kai todeta, että Marttajärjestö on saavuttanut vahvan aseman vapaan sivistystyön järjestönä maassamme. Marttojen tarjoamaan koulutukseen on ollut matala kynnys osallistua ja ne ovat olleet tietoja ja taitoja kehittäviä. Järjestö on kasvanut yhdessä kansakuntamme kanssa, ja työntänyt juurensa syväälle suomalaisuuteen. Nyt Martat laajentavat toiminta-alueitaan uudella aihepiirillä, ja saavat tavallista kosmetiikankäyttäjää hyödyttävää tietoa asiantuntija-artikkeleiden muodossa. Aika näyttää minkälaisen vastaanoton artikkelit saavat. Itse uskon niiden tuovan jäsenille mielenkiintoisen lisän Martat-lehtiin, sekä aihepiiriin täydentävän Marttaopintoja hyvin.

Kiitokset Martoille rohkeudesta laajentaa toiminta-alueitaan kauneuteen. Marttojen toiminnanjohtaja Marianne Heikkilän sanoin: ”Hyvä järjestö ja sen johtajat ymmärtävät perinteiden ja traditioiden arvon, mutta osaavat integroida ne muutokseen ja ajassa elämiseen.” Marttaliiton kehittämispäällikkö Teija Jerkulle, Martat-lehden toimituspäällikkö Helena Kokkoselle ja kehitysjohtaja Marjahelena Saloselle kiitokset hyvästä yhteistyöstä. Teknokemian yhdistyksen kosmetiikka-asiantuntija Eva-Mari Karineelle ja HelsinkiMission psykoterapeutti Sari Eskelinille kiitokset hyvistä kommentteista artikkeleihin liittyen. Allergia- ja Astmaliiton sekä Helsingin Allergia- ja Astmayhdistyksen asiantuntijoille osoitan kiitokset artikkeleiden yksityiskohtien tarkennuksista. Lopuksi haluan kiittää opinnäytetyön raporttiosan ohjaajaa, lehtori Auli Hietasta sekä artikkeleiden ohjaajaa, lehtori Sari Viitalaa viisaista ja kannustavista sanoista. Kiitos, että uskoitte minun pystyvän tähän.

## Lähteet

- Bron, A. 2005. Paradigm Change in Adult Education Research. Teoksessa Heikkinen, A. (toim.) Aikuiskasvatuksen tutkimuspolut. Aikuiskasvatuksen tutkimusseura. Helsinki: Kansanvalistusseura
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Jauhiainen, A. (toim.). 2012. Yhteisöllisesti oppien parempiin tuloksiin. Kuopio: Savonia-Ammattikorkeakoulu
- Kallio, K. 2012. Johdatus kasvatustieteisiin. Luentosarjan muistiinpanot kesältä 2012. Helsingin Avoin yliopisto.
- Kolari, E. 2012. Aikuiskasvatustieteen hahmottelua. Helsingin avoimen yliopiston kesän 2012 opintomateriaaleja.
- Kopakkala, A. 2011. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita Prima Oy
- Koskelainen, L. 1999. Marttaa ja vähän Mariaakin. Marttajärjestön toiminta ja aatteellinen tausta talvisodan päivistä nykyaikaan. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy
- Larsson, S. 1997. Livslångt och livsvitt lärande. Teoksessa Mäkitalo & Olsson (red.), Vuxenpedagogik i teori och praktik. Kunskapslyftet i fokus. SOU 1997: 158. Stockholm: Nordstedts Tryckeri AB.
- Marsick, V.J. (ed.). 1987. Learning in the Workplace. Croom Helm. London.
- Marsick, V.J. & Watkins, K. 1990. Informal and Incidental Learning in the Workplace. Routledge. London.
- Niemistö, R. 2004. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Helsingin yliopiston Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia. Helsinki: Gaudeamus.
- Pantzar, E. 2007 Aikuiskasvatuksen toimintakentät. Teoksessa: Collin, K. & Paloniemi, S. (Toim.) Aikuiskasvatus tieteenä ja toimintakenttänä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pasanen, T. (toim). 2003. Opimme yhdessä. Työväen Sivistysliitto ry.
- Pennington, D. 2005. Pienryhmän sosiaalipsykologia. Helsinki: Gaudeamus
- Radcliffe, D. & Colletta, N.J. 1989. Nonformal Education. Teoksessa Titmus (ed.), Lifelong Education to Adults. An International Handbook. Pergamon Press: Oxford.
- Repo-Kaarento, S. 2007. Innostu ryhmästä. Miten ohjata oppivaa yhteisöä. Kansanvalistuseura Helsinki. Vantaa: Dark Oy.
- Repo-Kaarento, S. 2006. Yliopisto-opetuksen yhteistoiminnallinen kehittäminen. Helsinki: Yliopistopaino.
- Sahlberg, P. & Leppilampi, A. 1994. Yksinään vai yhteisvoimin? Yhdessäoppimisen mahdollisuuksia etsimässä. Helsinki: Yliopistopaino.
- Sahlberg, P. & Sharan, S. 2002. Yhteistoiminnallisen oppimisen käsikirja. Porvoo: WSOY.
- Tuomisto, J. 1999. Kansanliikkeestä koulutukseksi. Teoksessa Kasvava aikuinen. YLE Opetuspalvelut.

Tuomisto, J. 1994. Elinikäinen kasvatus - aatteesta strategiaksi. Teoksessa Elinikäinen oppiminen. . Vapaansivistystyön 35. vuosikirja. Kansanvalistusseura ja Aikuiskasvatuksen Tutkimusseura. 10.muuttumaton painos. Saarijärvi 2001: Gummerrus Kirjapaino Oy. 49-84.

Vygotski, L. S. (1982/1934). Ajattelu ja kieli. Espoo: Amer-yhtymä Oy Weilin+Göös kirjapaino.

Sähköiset lähteet:

Aikuiskasvatuksen ja -koulutuksen jaottelu: Aikuiskasvatuksen tutkimusseura. 2013. Viitattu 24.3.2013

<http://www.aikuiskasvatuksentutkimusseura.fi/aikuiskasvatus/>

Finlex: Vapaan sivistystyön tarkoitus ja tavoitteet 1 § (29.12.2009/1765) Viitattu 1.7.2013

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980632#L4P11>

Jauhiainen, A.2012. PBL - yhteisöllisyyttä oppimiseen. Savonia. Viitattu 23.8.2013

<http://www.uef.fi/documents/1009628/1186935/PBL+-yhteis%C3%B6llisytt%C3%A4%20oppimiseen.pdf/58c4387a-7f2d-4238-a5fa-5ea8a576519a>

Luettelo alojensa ensimmäisistä naisista Suomessa. Viitattu 19.3.2013. Wikipedia.

[http://fi.wikipedia.org/wiki/Luettelo\\_alojensa\\_ensimm%C3%A4isist%C3%A4\\_naisista\\_Suomessa](http://fi.wikipedia.org/wiki/Luettelo_alojensa_ensimm%C3%A4isist%C3%A4_naisista_Suomessa)

Martat: Marttaperinne: aikajana 1960 -luku. Viitattu 19.3.2013.

<http://www.marttaperinne.fi/aikajana/1960/>

Martat: Marttaliiton historiaa. Viitattu 20.3.2013.

<http://www.marttaperinne.fi/lahteet/marttaliiton-historia/>

Martat: Marttaliiton logo. Viitattu 18.10.2013

[http://www.martat.fi/site/assets/files/11616/marttaliitto\\_logo\\_4\\_vari.jpg](http://www.martat.fi/site/assets/files/11616/marttaliitto_logo_4_vari.jpg)

Martat: Opi uutta. Viitattu 19.3.2013.

<http://www.martat.fi/marttailu/jasenille/opi-uutta/>

Martat: Opi uutta: Erikoisavain. Viitattu 19.3.2013.

<http://www.martat.fi/marttailu/jasenille/opi-uutta/erikoisavain/>

Martat: Opi uutta: Harrastusmerkki. Viitattu 19.3.2013.

<http://www.martat.fi/marttailu/jasenille/opi-uutta/harrastusmerkki/>

Martat: Opi uutta: Opintokerhot. Viitattu 19.3.2013.

<http://www.martat.fi/marttailu/jasenille/opi-uutta/opintokerhot/>

Martat: Opi uutta: Osajapassit. Viitattu 19.3.2013.

<http://www.martat.fi/marttailu/jasenille/opi-uutta/osaajapassit/>

Martat: Opi uutta: Taitoavaimet. Viitattu 19.3.2013.

<http://www.martat.fi/marttailu/jasenille/opi-uutta/taitoavaimet/>

Martat: Yhteisöllisyys. Viitattu 23.8.2013.

<http://www.martat.fi/info/jarjesto/>

OK-opintokeskus: Koulutus: Vertaisopintoryhmät. Viitattu 19.3.2013  
<http://ok-opintokeskus.fi/etusivu-0>

OK-opintokeskus: Osaavaa kansalaistoimintaa - OK-opintokeskus-logo  
<http://ok-opintokeskus.fi/logot>

Osaava ja luova Suomi. Opetus- ja kulttuuriministeriön tulevaisuuskatsaus. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2010:15. Viitattu 28.8. 2013  
<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/okm15.pdf?lang=fi>

Unesco: Nimen tarkennus englanniksi ja suomeksi. Viitattu 3.7.2013  
<http://fi.wikipedia.org/wiki/Unesco>

Suomalainen sivistyssanakirja: sivistys. Viitattu. 3.7.2015  
<http://www.suomisanakirja.fi/sivistys>

SWOT-analyysi. Viitattu 29.9.2013.  
<http://fi.wikipedia.org/wiki/SWOT-analyysi>

Tilastokeskus: Suomen väestön ikärakenne. Viitattu 26.9.2013  
[http://tilastokeskus.fi/tup/vl2010/vaelak\\_findi\\_vaik.html](http://tilastokeskus.fi/tup/vl2010/vaelak_findi_vaik.html)

#### Muut lähteet

FM Kallio, Kirsi. Helsingin yliopisto. 27.6. - 1.7.2013. Sähköpostit.

Jerkku, Teija. Marttaliitto. Tapaaminen, puhelinkeskustelut ja sähköpostit.

Kokkonen, Helena. Marttaliitto. Tapaaminen, puhelinkeskustelut ja sähköpostit.

KTT Kröger, Tarja. Itä-Suomen yliopisto. 1.10.2013. Puhelinkeskustelu.

Salonen, Marjahelena. Marttaliitto. Puhelinkeskustelut ja sähköpostit.



## Kuvat

Kuva 1: Marttaliiton logo (Martat 2013) .....	7
Kuva 2: Marttojen Taitoavain -logo (Martat 2013) .....	10
Kuva 3: Marttojen erikoisavain -rintamerkki (Martat 2013) .....	11
Kuva 4: Marttojen osajamerkki (Martat 2013).....	11

## Kuviot

Kuvio 1: Kauneus ja hyvinvointi -teeman aihealueet Martat-lehteen .....	28
Kuvio 2: Artikkeleista taitoavaimeen.....	29
Kuvio 3: Ote kauneudenhoitoalan koulutusohjelman opintosisällöstä.....	30

## Taulukot

Taulukko 1: Elinikäisen oppimisen muodot ja keskeiset elämänvaiheet (Tuomisto 2001,25)(mukailtu; korostukset lisätty) .....	16
Taulukko 2: Ryhmässä oppimisen arviointi (Repo-Kaarento 2007, 40) .....	22
Taulukko 3: Artikkeleiden merkityksen analysointi SWOT-analyysin avulla .....	34