



Kohti uutta kansalaisopistoa

Seinäjoen kaupungin asukkaiden näkemyksiä unelmien kansalaisopistosta

Outi Tikkamäki

Opinnäytetyö
Syyskuu 2020

Sosiaalialan ylempi tutkinto-ohjelma
Sosionomi (ylempi AMK)

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan ylempi tutkinto-ohjelma
Sosionomi (ylempi AMK)

TIKKAMÄKI, OUTI

Kohti uutta kansalaisopistoa
Seinäjoen kaupungin asukkaiden näkemyksiä unelmien kansalaisopistosta

Opinnäytetyö 76 sivua, joista liitteitä 4 sivua
Syyskuu 2020

Kansalaisopiston toimintaan osallistuminen vaikuttaa asukkaiden terveyteen, hyvinvointiin, osallisuuteen ja sosiaaliseen pääomaan. Tämän vuoksi kansalaisopiston palveluja tulisi kehittää entisestään. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, millainen on unelmien kansalaisopisto Seinäjoen kaupungin asukkaiden näkökulmasta. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää, mitkä asiat saavat asukkaat osallistumaan kansalaisopiston toimintaan ja hyödyntämään sen palveluja. Opinnäytetyöni tavoitteena oli tuottaa Seinäjoen kansalaisopistolle tietoa siitä, millainen on unelmien kansalaisopisto Seinäjoen kaupungin asukkaiden näkökulmasta ja mitkä asiat saavat asukkaat osallistumaan toimintaan ja hyödyntämään palveluja.

Tämä opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Seinäjoen kaupungin kansalaisopiston Hyvinvoinnin tilat-hankkeen kanssa. Opinnäytetyö on toteutettu laadullisena tutkimuksena. Opinnäytetyön aineisto on kerätty työpajan ja eläytymismenetelmän kahden eri kehyskertomuksen kautta. Tutkimuksen kohderyhmänä ovat olleet Seinäjoen kaupungin asukkaat. Aineisto koostuu 93 ideasta työpajan teemoihin liittyen sekä 63 kehyskertomuksesta. Aineiston analyysi on tehty aineistolähtöisen sisällönanalyysin mukaisesti.

Tutkimuksen mukaan kansalaisopiston merkitys nousi esille osallisuuden, sosiaalisten suhteiden sekä terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta. Kansalaisopiston toimintaan osallistuminen mahdollistaa ihmisten väliset sosiaaliset kontaktit ja ylläpitää hyvinvointia. Parhaimmillaan kansalaisopisto voi toimia ihmisten sosiaalisia suhteita vahvistavana toimijana ja vaikuttaa ihmisten sosiaalisen pääoman rakentumiseen ja hyvinvoinnin vahvistumiseen. Tulevaisuuden jatkotutkimusaiheita voisi suunnata heikommassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kohderyhmään ja tutkia niitä keinoja, joiden avulla myös heitä saataisiin mukaan toimintaan.

Asiasanat: vapaa sivistystyö, terveys ja hyvinvointi, sosiaalinen pääoma, osallisuus

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Master`s Degree Programme in Social Services

TIKKAMÄKI, OUTI:

On the way to the new adult learning centre

Master`s thesis 76 pages, appendices 4 pages

September 2020

The purpose and aim of the thesis was to find out what the civic college of dreams is from the perspective of the residents of the city of Seinäjoki and what issues make residents participate in the activities of civic college and utilize its services.

This thesis was conducted in collaboration with the city of Seinäjoki Citizens' College's Well-Being Facilities project. The study was qualitative in nature. Material was collected through two different framework reports of the workshop and the empathy method. The target group of the study were the residents of the city of Seinäjoki. Material consists 93 ideas related to the themes of the workshop and 63 framework reports. The data were analysed using data-driven content analysis.

According to study, participation in the activities of civic college enables social contacts between people and maintains well-being. At its best, civic college can act as a factor in strengthening people's social relations and the strengthening of their well-being. Future study topics could be targeted at people in disadvantaged situations and explore ways to involve them as well.

Key words: free educational work, the benefits of a civic college, health and wellbeing, social capital, participation

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	8
3	VAPAA SIVISTYSTYÖ	9
	3.1 Kansalaisopistojen historia.....	10
	3.2 Seinäjoen kansalaisopisto.....	11
	3.3 Hyvinvoinnin tilat-hankkeen perustiedot ja tavoitteet.....	12
4	TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	13
	4.1 Terveys ja hyvinvointi.....	13
	4.2 Sosiaalinen pääoma.....	15
	4.3 Osallisuus	17
	4.4 Kansalaisopiston merkitys kuntalaisille	19
	4.4.1 Terveysten ja hyvinvoinnin lähde	19
	4.4.2 Sosiaalisen pääoman edistäjä.....	21
	4.4.3 Osallisuuden vahvistaja.....	24
	4.5 Teoreettinen viitekehys tässä opinnäytetyössä.....	25
5	TUTKIMUS: IDEASTA ANALYYSIIN	27
	5.1 Laadullinen tutkimus	27
	5.2 Työpajatyöskentely aineistonkeruumenetelmänä.....	28
	5.3 Eläytymismenetelmä aineistonkeruumenetelmänä	30
	5.4 Aineiston analysointi	33
6	UNELMIEN KANSALAIPOISTO TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN EDISTÄJÄNÄ.....	37
	6.1 Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta.....	38
	6.1.1 Viihtyisät ja osallisuutta tukevat tilat	38
	6.1.2 Monipuoliset palvelut.....	41
	6.1.3 Sijainnin ja pysäköintialueen merkitys osallisuuteen	44
	6.2 Näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta.....	45
	6.2.1 Kohtaamispaikka tilana.....	45
	6.2.2 Kohtaamispaikka toiminnan mahdollistajana	47
	6.3 Osallisuuteen vaikuttavat tekijät.....	49
	6.3.1 Sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys.....	49
	6.3.2 Terveysten ja hyvinvoinnin edistäminen.....	51
	6.3.3 Kansalaisopiston palvelut ja ystävällinen ilmapiiri	51
	6.4 Keskeisten tutkimustulosten yhteenveto	52
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	54
	7.1 Tulosten tarkastelua aiempiin tutkimuksiin ja näkökulmiin	54

7.2 Terveys ja hyvinvointi ilmiönä tutkimuksessani	55
7.3 Sosiaalinen pääoma ilmiönä tutkimuksessani	57
7.4 Osallisuus ilmiönä tutkimuksessani	59
8 POHDINTA	61
8.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	64
8.2 Kehittämisehdotuksia tutkimustuloksiin ja -kysymyksiin peilaten .	65
8.2.1 Kehittämisehdotukset liittyen unelmien kansalaisopistoon .	65
8.2.2 Kehittämisehdotukset liittyen avoimeen kohtaamispaikkaan	66
8.2.3 Kehittämisehdotukset liittyen osallisuuteen	67
LÄHTEET	69
LIITTEET	73
Liite 1. Työpajan ideapuu ja teemat	73
Liite 2. Kehyskertomus 1	74
Liite 3. Kehyskertomus 2	75
Liite 4. Esimerkki aineistonanalyysin taulukoinnista	76

1 JOHDANTO

Menestyvän yhteiskunnan perusta on toimintakykyinen, osaava sekä hyvinvoiva väestö. Väestön terveydentilan ja toimintakyvyn lisääntyminen vähentää palvelujen tarvetta ja hillitsee sosiaalimenojen kasvua. (Hyvinvointi on toimintakykyä 2014, 13.) Hyvinvoivan kunnan perustana ovat terveet asukkaat. Tämän vuoksi terveyden edistämisen tulisi näkyä kunnan ja maakunnan päätöksenteossa sekä toiminnassa. (Hyvinvointijohtaminen 2019.) Kuntien perustehtävänä on asukkaiden terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Kunnissa tulee olla pysyviä tahoja, jotka edistävät väestön terveyttä. (Hätönen n.d.)

Kunta muokkaa toiminnoillaan, teoillaan sekä valinnoillaan toimintaympäristöään ja sen kehitystä. Kunnat edistävät paikallista yhteisöllisyyttä, hyvinvointia ja elinvoimaa. Hyvinvoivat kuntalaiset ovat edellytys elinvoimaiselle kunnalle. Hyvinvointia lisäävät kuntalaisten toimivat osallistumis- sekä vaikuttamismahdollisuudet. Kunnan asukkaiden tulee saada olla itse edistämässä hyvinvointia yhteisöisään. Kaiken tekemisen keskiössä on kuntalainen, hänen tarpeensa ja hyvinvointinsa. Tärkeää on yhteisöllinen välittäminen, turvallisuuden tunne ja ihmisten vaikuttamismahdollisuudet. (Paahtama & Nieminen 2017.)

Kunnat tarjoavat asukkailleen monia eri mahdollisuuksia itsensä kehittämiseen. Kunnan rooli esimerkiksi koulutuspalvelujen tarjoajana onkin merkittävä niin sivistyksen, hyvinvoinnin, elinvoiman kuin osallisuudenkin näkökulmasta. Kunnan turvallinen ja viihtyisä elinympäristö tarjoaa mahdollisuuden aktiiviseen ja hyvinvoivaan elämään. Kunnan yhteistyötahoja hyvinvoinnin edistämisessä ovat esimerkiksi vapaa sivistystyö, järjestöt ja seurakunnat. Vapaan sivistystyön palveluilla on suuri merkitys kuntalaisten hyvinvoinnin edistämisessä. Kansalaisopistot ovat kaikille avoimia oppilaitoksia ja niissä voi oppia uusia tietoja ja taitoja. Tarjontaan sisältyy erilaisia kursseja aina taideaineista kieliin sekä liikunnasta avoimiin yleisöluentoihin. Opintojen perustana on ajatus elinikäisestä oppimisesta ja ihmisen halusta kehittyä. (Nieminen & Tiainen 2018.)

Kansalais- ja työväenopistot ovat olleet tärkeä osa kuntien ja kaupunkien sivistyspalveluita jo yli sadan vuoden ajan. Niiden merkitystä erityisesti kunnan ja

kuntalaisten näkökulmasta on kuitenkin tutkittu vähän. Omaehtoinen harrastus-tavoitteinen aikuisopiskelu tuottaa merkittäviä laajempia hyötyjä, kuten sosiaalista pääomaa, terveyttä ja hyvinvointia sekä itseluottamusta ja osaamista. Kansalaisopisto on tärkeä tutkimuskohde kunnan ja kuntalaisten näkökulmasta. Tutkimisen arvoista on esimerkiksi, ketkä kansalaisopiston kursseille osallistuvat ja miksi ja mitä hyötyjä syntyy osallistujille ja yhteiskunnalle. (Manninen ym. 2019, 1, 4–5.)

Vapaan sivistystyön katsotaan olevan tärkeä osa kuntalaisten terveyden edistämistä. Kuntalaisilla tulee olla mahdollisuus itse vaikuttaa palvelutarjontaan sekä niiden kehittämiseen. Lisäksi kansalaisopistotoiminta tuottaa laajoja hyötyjä käyttäjälleen. Näiden näkökulmien vuoksi opinnäytetyöni on tärkeä ja ajankohtainen. Opinnäytetyöni kautta Seinäjoen kaupungin asukkaille annetaan osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuus. Asukkaat pääsevät kehittämään uuden kansalaisopiston toimintaa ja palveluja ja tämän myötä uudesta kansalaisopistosta voidaan kehittää kuntalaisia entistä paremmin palveleva kokonaisuus. Lisäksi tulevaisuudessa kansalaisopistoilla voi olla entistä merkittävämpi rooli kuntalaisten terveyden edistämisessä, joten myös tämän vuoksi on erityisen tärkeää osallistaa uuden kansalaisopiston suunnitteluun Seinäjoen kaupungin asukkaita.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää, millainen on unelmien kansalaisopisto Seinäjoen kaupungin asukkaiden näkökulmasta. Lisäksi tarkoituksena on selvittää, mitkä asiat saavat asukkaat osallistumaan kansalaisopiston toimintaan ja hyödyntämään sen palveluja. Tässä opinnäytetyössä käsitteellä unelma tarkoitetaan Seinäjoen kaupungin asukkaiden toiveita, ajatuksia sekä kuvitelmia uudesta kansalaisopistosta.

Tutkimuskysymykset:

1. Millainen on unelmien kansalaisopisto vuonna 2030?
2. Millainen voisi olla uuden kansalaisopiston avoin kohtaamispaikka?
3. Mitkä asiat saavat ihmiset osallistumaan kansalaisopiston toimintaan?

Opinnäytetyöni tavoitteena on tuottaa Seinäjoen kansalaisopistolle tietoa siitä, millainen on unelmien kansalaisopisto Seinäjoen kaupungin asukkaiden näkökulmasta ja mitkä asiat saavat asukkaat osallistumaan toimintaan sekä hyödyntämään palveluja. Opinnäytetyöni tuloksia Seinäjoen kansalaisopisto voi hyödyntää kehittäessään uutta kansalaisopistoa eli tulevaa kansalaishampusta, jotta se voisi tulevaisuudessa toimia tavoitteidensa mukaisesti entistä avoimempaa kohtaamispaikkana sekä toiminnan järjestäjänä ja mahdollistajana.

3 VAPAA SIVISTYSTYÖ

Vapaan sivistystyön lain mukaan vapaan sivistystyön toiminnan tarkoitus ja tavoitteet määritellään seuraavasti:

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. (Laki vapaasta sivistystyöstä 1998/632.)

Sivistystyössä olennaista on se, että koulutukseen hakeutuminen on avointa kaikille. Koulutus ei kuitenkaan ole tutkintotavoitteista ja sen sisällöistä ei säädetä lainsäädännöllä. Oppilaitosten ylläpitäjät, joita voivat olla kunnat, kuntayhtymät, yhdistykset tai säätiöt, päättävät koulutuksen tavoitteista ja sisällöistä. Vapaan sivistystyön oppilaitoksissa tarjotaan esimerkiksi kansalaistaitoihin valmentavia sekä yhteiskunnallisia ja yleissivistäviä opintoja. Lisäksi tarjolla on harrastuksellista, omaan mielenkiintoon pohjautuvaa tietojen sekä taitojen kartuttamista. Vapaan sivistystyön kautta järjestettävän koulutuksen tavoitteena on edistää ihmisten monipuolista kehittymistä, hyvinvointia sekä kestävän kehityksen, monikulttuurisuuden ja kansainvälisyyden toteutumista. Vapaan sivistystyön toiminnassa korostuu omaehtoinen oppiminen, osallisuus sekä yhteisöllisyys. (Bussman, Heikkinen & Rasila n.d.)

Vapaa sivistystyö edistää ihmisten monipuolista kehittymistä elinikäisen oppimisen periaatteen mukaisesti sekä järjestää koulutusta, joka tukee yhteiskunnan eheyttä, tasa-arvoa ja aktiivista kansalaisuutta (Bussman, Heikkinen & Rasila n.d). Elinikäisellä oppimisella tarkoitetaan ihmisen tietojen ja taitojen jatkuvaa kehittämistä koko ihmisen elämän ajan. Se kattaa kaiken oppimisen, kuten esimerkiksi epävirallisen arkioppimisen työssä tai vapaa-ajalla sekä muodollisen oppimisen koulussa tai koulutuksissa. Elinikäisellä oppimisella on vaikutusta sosiaaliseen osallisuuteen ja aktiiviseen kansalaisuuteen. Elinikäinen oppiminen auttaa

ihmisiä saavuttamaan erilaisia tavoitteita, kuten terveyden sekä hyvinvoinnin vahvistamisen. Se myös kannustaa yhteisölliseen toimintaan ja antaa ihmisille tietoja, taitoja ja ymmärrystä, joita tarvitaan elämässä yksilöinä, kansalaisina ja työntekijöinä. Sen myötä voidaan vahvistaa ihmissuhdetaitoja, saada uusia ystäviä ja luoda arvokkaita suhteita. (Laal & Salamati 2011.)

Schuller ja Watson (2009) tuovat artikkelissaan esille elinikäisen oppimisen vaikutuksen ihmisen hyvinvointiin ja lisäksi arvioivat tämän suhteen elinikäisen oppimisen taloudellista arvoa. Heidän mukaansa osa-aikaisen koulutuksen suorittamiseen liittyy hyvinvoinnin lisääntyminen ja tämä subjektiivisen hyvinvoinnin paraneminen nostaa kotitalouksien vuotuisia tuloja. Kuitenkin muodollisen kelpoisuuden saaminen myöhemmässä kuin tavanomaisessa iässä johtaa koetun hyvinvoinnin alhaisempaan tasoon verrattuna muodollisen kelpoisuuden saamiseen tavanomaisessa iässä. Tämän tuloksen voitaisiin nähdä viittaavan siihen, että elinikäisen oppimisen prosessilla on myönteinen vaikutus ihmisten hyvinvointiin. (Schuller & Watson 2009, 2,14.)

3.1 Kansalaisopistojen historia

Vapaan sivistystyön opetusta on tarjottu kansalaisopistoissa yhtäjaksoisesti jo 120 vuotta. Ensimmäinen suomalainen kansalaisopisto perustettiin vuonna 1899 Tampereelle. Suurlakon jälkeen opistojen perustamista alettiin kannattaa ja vuonna 1907 työväenopistot perustettiin Ouluun, Vaasaan ja Viipuriin. Turussa työväenopisto aloitti toiminnan vuonna 1908 ja Helsingissä 1914. Sotavuosina 1917–1918 kansalaisopistotoiminta oli tauolla. Itsenäistymisen jälkeen opistot alkoivat saada valtionapua, joka antoi uuden sysäyksen uusien opistojen perustamiselle. (Kansalaisopistotoiminnan historia n.d.)

Vuonna 1963 voimaan tullut valtionapulainsäädäntö tarjosi taloudellisia mahdollisuuksia kansalaisopistojen perustamiselle myös maaseudulle. Laki mahdollisti paremmat toimintaedellytykset ja vuosien 1960–1974 perustettiin 150 uutta kansalaisopistoa kansalaisopiston nimellä. Tullessaan 1980-luvulle kansalaisopistojen kokonaismäärä oli yli 270 ja opistotoimintaa oli jokaisessa kunnassa. Kansalaisopistosta tuli vuonna 1992 kansalaisopistolain myötä koko oppilaitosmuodon

kattava hallinnollinen termi ja sanasta työväenopisto luovuttiin lainsäädännössä. Uuden lain avulla kansalaisopistosta muodostui kaikkien ikäluokkien opisto entisten aikuisoppilaitosten sijasta. (Kansalaisopistotoiminnan historia n.d.)

Vuosituhanne vaihteessa kansalaisopistojen määrä oli suurimmillaan, jolloin opistoja oli 279. Valtiontalouden ahdingossa 2010-luvulla kansalaisopistot saivat osansa koulutusleikkauksista, ja opistojen tuli sopeutua uuteen taloudelliseen tilanteeseen. Vuonna 2019 Suomessa oli yhteensä 181 kansalaisopistoa ja ne toimivat jokaisen Suomen nykyisen kunnan alueella. Opetustunteja järjestetään vuosittain yli 2 miljoonaa ja kansalaisopiston toiminnan tavoittaa yli 650 000 suomalaista. Toiminta on edelleen 120 vuoden jälkeen elinvoimaista ja kansalaisopistosta on kasvanut Suomen suurin oppilaitosmuoto. (Kansalaisopistotoiminnan historia n.d.)

3.2 Seinäjoen kansalaisopisto

Seinäjoen kansalaisopisto on opetusministeriön järjestämislupaan perustuva oppilaitos, joka on kaupungin ylläpitämä. Kansalaisopisto antaa yleissivistävää ja pätevöittävää koulutusta sekä taiteen perusopetusta. Kansalaisopisto on vapaan sivistystyön oppilaitos ja sen tehtävänä on tukea kuntalaisten itsensä kehittämistä sekä omaehtoista opiskelua. Seinäjoen kansalaisopisto on aloittanut toimintansa vuonna 1945 Seinäjoen Työväenopistona kannatusyhdistyksen ylläpitämänä. Vuonna 1950 Työväenopisto kunnallistettiin. Seinäjoen kaupunginvaltuusto muutti opiston nimen Seinäjoen Kansalaisopistoksi vuonna 1979. Nykyisen opistotalon Seinäjoen kansalaisopisto sai käyttöönsä vuonna 1995. (Seinäjoen kansalaisopisto n.d.)

Opistolla opiskellaan niin yksilöopetuksessa kuin ryhmissäkin. Ryhmissä opiskeltaessa yhdessä toimiminen on luontevaa ja asiaan kuuluvaa. Jokaisella ryhmäläisellä on vapaus valita mitä tekee, millä tavalla ja millaiset tavoitteet itselleen asettaa. Tärkeä osa Kansalaisopistossa opiskelua on opiskelusta nauttiminen ja hyvän mielen tuottaminen niin itselle kuin muillekin. Kansalaisopiston kursseille voi osallistua matalan kynnyksen periaatteella. Toisinaan kurssit voivat olla ensimmäinen askel kohti ammattilaisuutta tai yrittäjyyttä, mutta voivat toimia myös

täydennyskoulutuksena työhön. Opiston kurssit antavat hyvää vastapainoa työelämälle, opinnoille ja arjessa jaksamiselle. (Seinäjoen kansalaisopisto n.d.)

Seinäjoen kansalaisopistossa opiskeli lukuvuoden 2017–2018 aikana n. 8200 kaupunkilaista. Tyypillisin Seinäjoen kansalaisopiston opiskelija on keski-ikäinen työssä käyvä nainen. Opiskelijoista työssäkäyviä oli 40,8 %, työttömiä 5,91 %, eläkeläisiä 21,45 % ja opiskelijoita sekä koululaisia 17,21 %. Eniten kansalaisopiston opiskelijoita oli liikunta-aineissa. Seuraavaksi suurimpina ryhmiä olivat kielet, musiikki ja kädentaidot. Lukuvuoden aikana opetusta annettiin noin tuhanella eri kurssilla. Opistotalon lisäksi opetusta annettiin yli sadassa eri toimipisteessä Seinäjoen alueella. (Seinäjoen kansalaisopisto n.d.)

3.3 Hyvinvoinnin tilat-hankkeen perustiedot ja tavoitteet

Hyvinvoinnin tilat- hanke on valtakunnallinen ja siinä kehitetään neljää eri hyvinvoinnin tilaa Suomessa vuosien 2014–2020 aikana. Seinäjoen kansalaisopisto osallistuu hankkeeseen ja kehittää hankkeen myötä uutta kansalaiskampusta. Seinäjoen kansalaisopistolle eli tulevalle kansalaiskampukselle rakentuu uudet tilat Seinäjoen vanhaan lääninsairaalaan. Uusi miljöö on kulttuurihistoriallisesti arvokas ja luo hyvät puitteet ympäristön sekä toiminnan hyvinvointivaikutusten yhdistämiselle ja samalla tuo esille alueen potentiaalin mielen hyvinvoinnin lähteenä. (Hyvinvoinnin tilat-hanke 2017.)

Uuden kansalaiskampuksen tavoitteena on avata kansalaisopiston toimintaa laajempaan kokonaisuuteen. Pedagogisilla toimenpiteillä sekä muutoksilla kehitetään kansalaisopistoa entistä avoimemmaksi kohtaamispaikaksi. Hankkeen tarkoituksena on kerätä kokemustietoa tähänastisesta toiminnasta ja myös unelmia, malleja sekä visioita tulevaisuuden kansalaiskampuksesta. Kansalaiskampusta rakennetaan yhteistyössä Seinäjoen kaupungin ja muiden Seinäjoen alueen sidosryhmien kanssa. Uusi kansalaiskampus tarjoaa osallistumisen mahdollisuuden kaikille. Kansalaiskampuksen on tarkoitus olla matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jossa eri-ikäiset ihmiset, kuten lapsiperheet, nuoret, opiskelijat, työttömät, työikäiset ja eläkeläiset, voivat kohdata yhteisöllisen kohtaamispaikan sydämessä. (Hyvinvoinnin tilat-hanke 2017.)

4 TOOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

4.1 Terveys ja hyvinvointi

Maailman terveysjärjestö WHO:n terveyden määritelmän mukaan terveys on täydellinen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila. Määritelmää on kuitenkin arvosteltu, koska tällainen tila ei ole kenenkään saavutettavissa. Tämän vuoksi määritelmää on kehitetty korostamalla terveyden dynaamisuutta. Terveys on jatkuvasti muuttuva tila, johon vaikuttavat niin sairaudet kuin fyysinen ja sosiaalinen ympäristökin ja varsinkin ihmisen omat kokemukset sekä arvot ja asenteet. Kaikki ihmiset määrittelevät terveytensä omalla tavallaan ja ihmisen oma määritelmä omasta terveydestään on lopulta se tärkein. Oma koettu terveys voi erota esimerkiksi paljonkin lääkärin arviosta sekä muiden ihmisten käsityksestä. Ihminen saattaa tuntea itsensä terveeksi, vaikka hänellä olisikin vaikea sairaus, johon hän saa hoitoa. Koettuun terveyteen vaikuttaa ihmisen tavoitteet ja se, millaisessa fyysisessä sekä sosiaalisessa ympäristössä hän elää. Merkittävä koetun terveyden osa on riippumattomuus, autonomia sekä kyky ja mahdollisuus itse päättää teoistaan sekä toimistaan. Ihminen kokee sitä paremmaksi oman terveytensä, mitä paremmin hän on itse oman elämänsä ohjaksissa. (Huttunen 2018.)

Huttunen (2018) tarkastelee terveys käsitettä koetun terveyden kautta, kun taas Kurenniemi (2000) nostaa esille terveyden arjessa jaksamisen sekä elinympäristön vaikutuksen näkökulmista. Kurenniemen (2000) mukaan terveys mahdollistaa yksilön erilaiset toiminnot ja hänen osallistumisensa elämän moninaisuuteen yksilön omien halujen sekä tarpeiden mukaisesti. Fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden lisäksi terveys voidaan nähdä jaksamisena. Ihminen kykenee pakollisten asioiden lisäksi tehdä sellaisia asioita, jotka tuottavat hänelle tyydytystä. Ihmisen fyysiset, psyykkiset sekä sosiaaliset tarpeet luovat kokonaisuuden, jonka tasapainona toimii terveyden edellytys. Ollakseen terve ihminen tarvitsee fyysisten tarpeiden tyydyttämistä, mutta myös hyvinvointiaan tukevia sosiaalisia suhteita sekä psyykkisten tarpeidensa huomioimista. Yhä enemmän on alettu hyväksyä näkemys kokonaisvaltaisesta ihmisestä. Sen mukaan tiettyjen psykologien ja sosiaalisten tekijöiden osuus ihmisen terveyden ja sairastumisen suhteen on suuri. (Kurenniemi 2000.)

Ihmisten terveyttä ei ylläpidetä ainoastaan terveydenhuollon parissa, vaan ihmisten terveyteen vaikuttaa koko hänen fyysinen elinympäristönsä. Elinympäristö luo puitteet ihmisen fyysiselle, psyykkiselle sekä sosiaaliselle terveydelle. Elinympäristön on tärkeä tukea ihmisen terveyttä sekä mahdollistaa paikkoja virkistäytymiselle sekä palautumiselle. Terveyttä tukeva ympäristö saattaa olla virikkeellinen, tuttu sekä esteettinen. Ympäristöllä voi olla yhteys luontoon tai alueen historiaan. Terveyttä tukematon elinympäristö voi olla riski sosiaaliseen syrjäytymiseen sekä sairastumiseen. On kuitenkin hyvä muistaa, että terveyden ja ympäristön väliset suhteet ovat yleensä epäsuoria. Tästä syystä ei ole aina mahdollista osoittaa suoria keinoja siihen, miten ympäristö voi kehittää ihmisten terveyttä. Ihmiset ovat yksilöitä, kuten myös heidän suhteensa elinympäristöönsä. Hyvä elinympäristö huomioi ihmisen fyysiset, psyykkiset sekä sosiaaliset tarpeet. Lisäksi ihmisen terveyteen vaikuttaa ympäristön viihtyisyys. Viihtyisässä elinympäristössä halutaan asua ja olla, mutta epäviihtyisästä ympäristöstä halutaan nopeasti pois. (Kurenniemi 2000.)

Tarkasteltaessa terveyden määritelmää voidaan huomio kiinnittää myös hyvinvoinnin käsitteeseen, sillä terveyttä pidetään usein hyvinvoinnin keskeisenä tekijänä. Hyvinvoinnin käsitettä voidaan jäsentää eri tavoin riippuen teoreettisesta lähestymistavasta. Erilaisista määritelmistä huolimatta yleisesti ajatellaan, että hyvinvointia ei voida mitata ainoastaan yhdellä mittarilla, vaan sitä tulisi lähestyä useamman ulottuvuuden kautta. Pohjoismaisessa hyvinvointitutkimuksessa hyvinvoinnin käsitettä tarkastellaan usein Erik Allardtin (1976) hyvinvointiteorian kautta, jossa hyvinvoinnin ulottuvuudet nimetään käsitteillä *having* (aineellinen elintaso), *loving* (sosiaaliset suhteet) ja *being* (itsensä toteuttaminen). Viimeiseen käsitteeseen sisältyy vielä *doing*, joka tarkoittaa mielekästä tekemistä. Elintason osatekijöihin kuuluu Allardtin mukaan esimerkiksi terveys, asuinolosuhteet, taloudelliset resurssit ja koulutus. Sosiaaliin suhteisiin liittyy esimerkiksi suhteet perheeseen, ystäviin ja paikallisyhteisöön. Itsensä toteuttaminen pitää sisällään esimerkiksi vaikutusmahdollisuudet omaan elämään ja vapaa-ajan toimintaan. (Allardt 1976, 32–49, 134; Kestilä ym. 2019, 121.)

Hyvinvointiin liittyy sekä yksilöiden että yhteisöjen hyvinvointi. Suomalaisten hyvinvointi on kehittynyt keskimäärin myönteiseen suuntaan, mutta väestöryhmien väliset erot hyvinvoinnin suhteen eivät kuitenkaan ole kaventuneet.

Väestöryhmien kesken on suuria eroja kaikkien hyvinvoinnin ulottuvuuksien kesken. Yhteisöjen hyvinvointiin vaikuttavat esimerkiksi asuinolot, työllisyys sekä toimeentulo. Yksilön hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat sosiaaliset suhteet, onnellisuus, sosiaalinen pääoma ja itsensä toteuttaminen. Koettua hyvinvointia voidaan mitata elämänlaadulla. Sitä muokkaavat ihmisen terveys, ihmissuhteet, mielekäs tekeminen ja materiaallinen hyvinvointi. (Hyvinvointi 2019.)

4.2 Sosiaalinen pääoma

Nykyajan sosiaalinen pääoma käsitteen keskustelun tausta on lähinnä 1970–1980-luvuilta, jolloin sosiologit James Coleman ja Pierre Bourdieu toivat käsitteen yhteiskuntatieteellisen keskustelun kohteeksi. Tästä huolimatta laajempi yhteiskunnallinen kiinnostus käsitettä kohtaan syntyi vasta 1990-luvun puolivälissä. Tällöin yhdysvaltalainen Robert Putnam julkaisi Italian aluehallintouudistukseen liittyvän tutkimusraportin. Kiinnostuksen kohteeksi raportista nousi varsinkin Putnamin selitysmalli Italian hallinnonuudistuksen onnistumisen alueellisista eroavaisuuksista. Putnamin mukaan alueelliset erot olivat yhteydessä alueiden erilaisiin sosiaalisiin ympäristöihin. Putnamin mukaan on tyypillistä, että sivilisoituneilla alueilla ihmiset kuuluvat kansalaisjärjestöihin. Lisäksi ihmiset luottavat toisiinsa ja siihen, että lakia noudatetaan. Alueiden johtajat ovat rehellisiä ja luottavat osallistuvaan hallintoon. Colemanin mukailleen Putnam kutsui tämän tyyllisiä sosiaalisten ympäristöjen ominaisuuksia sosiaalisesti pääomaksi. (Ruuskanen 2002, 5–8.)

Putnam kiinnostui Italia tutkimuksen jälkeen sosiaalisesta pääomasta entisestään ja tarkasteli sitä ja sen vaikutuksia Yhdysvaltain yhteiskuntaelämän muutokseen liittyvässä tutkimusprojektissaan. Putnam tuo esille, että sosiaalisella pääomalla on laajoja hyvinvointipoliittisia vaikutuksia. Putnamin mukaan sosiaalinen pääoma helpottaa kollektiivisten ongelmien ratkaisua ja luottamus järjestelmien toimivuuteen sekä toisiin kansalaisiin auttaa yhteishyödykkeisiin liittyvien haasteiden ratkaisemisessa. Lisäksi sosiaalinen pääoma on yhteisön toimintaa helpottava sosiaalinen voiteluaine, sillä silloin kun ihmiset ovat tekemisissä toistensa kanssa ja luottavat toisiinsa, helpottuu myös sosiaalinen vuorovaikutus. Sosiaalisen pääoman kautta ihmiset ymmärtävät, että he ovat riippuvaisia toisistaan.

Osallistuvat ihmiset osaavat ottaa huomioon myös muut ihmiset, ja he ovat empaattisempia muiden huolille. Sosiaalisella pääomalla on vaikutusta myös informaation kulkuun ja tämä taas tehostaa talouden toimintaa sekä auttaa toimijoita saavuttamaan päämääränsä. Sosiaalisella pääomalla on niin psykologisia kuin biologisiakin vaikutuksia ja näiden kautta voidaan parantaa ihmisten terveyttä sekä elämänlaatua. (Ruuskanen 2002, 5–8.)

Putnamin sosiaalisen pääoman määritelmän lisäksi voidaan huomio kiinnittää vertailun vuoksi James Colemanin näkemykseen sosiaalisesta pääomasta. Colemanin näkemyksen mukaan sosiaalisen pääoman määritelmää tarkasteltaessa, voidaan huomio kiinnittää yhteisön sosiaalisten suhteiden tiiviyyteen sekä kykyyn ylläpitää luottamusta, normeja ja tiedon kulkua. Colemanin mukaan sosiaalinen pääoma ei ole itsenäinen ja yksittäinen kokonaisuus, vaan muodostuu monista eri kokonaisuuksista, joilla on kaksi yhteistä ominaisuutta. Ne kaikki kuuluvat sosiaaliseen rakenteeseen ja helpottavat tuohon rakenteeseen kuuluvien toimijoiden toimintaa. Sosiaalinen pääoma on tuottavaa ja se mahdollistaa niiden päämäärien saavuttamisen, joiden saavuttaminen ei olisi ilman sitä mahdollista. Colemanin määritelmässä tulee esille rationaalisen valinnan teorian tausta. Sen mukaan toimija pohtii jatkuvasti toimintansa seurauksia ja valitsee tavoitteidensa toteutumisen näkökulmasta parhaan käytettävissä olevan toimintamallin. Colemanin mukaan sosiaalinen pääoma toimii rationaalisen yksilön resurssina. Tämän mukaan se on sosiaaliseen rakenteeseen liittyvä tuottava resurssi, jonka tarkoituksena on helpottaa toimijoiden tarkoituksenmukaista toimintaa. Yksi Colemanin erottama sosiaalisen pääoman muoto on vastavuoroisuuden velvoite. Keskeinen tekijä tässä on luottamus. Vastavuoroisuuden velvoite mahdollistaa palvelusten suorittamisen toisille niin, että toimijalle kertyy varanto odotettavista olevista vastapalveluksista. Sosiaalinen vuorovaikutus helpottuu, kun tietää, että muita auttaessaan voi luottaa siihen, että itsekkin saa tarvittaessa apua. (Ruuskanen 2002, 8–13; Ruuskanen 2001, 15-19.)

Toinen Colemanin esille tuoma sosiaalisen pääoman muoto on informaation kulku. Sosiaaliset suhteet mahdollistavat edullisen väylän informaation kululle. Mitä enemmän yksilöllä on kontakteja muihin ihmisiin, sitä paremmin hän pystyy toteuttamaan tavoitteitaan. Verkostoina sosiaalinen pääoma toimii informaatiokanavana. Mitä tiiviimmät verkostot ovat, sitä tehokkaammin tieto menee eteenpäin.

Kolmas Colemanin esille tuoma muoto on normit. Coleman pitää erityisen tärkeinä sellaisia normeja, jotka vaativat luopumista lyhyen tähtäimen omasta edusta, sillä ne ehkäisevät julkishyödykkeisiin nivoutuvaa vapaamatkustamista. Normien ylläpito vaatii yhteisön sisäisiä tiiviitä verkostoja. Yhteisön jäsenten tunniessa toisensa, voi yhteisö kollektiivisesti rangaista normeja rikkovaa yksilöä. Colemanin teorian mukaan sosiaalinen pääoma on vaihtelevasti yksityishyödyke tai julkishyödyke. Se muodostuu julkishyödykkeeksi, kun se koostuu yhteisön hyvinvointia edistävästä vapaamatkustamista ehkäisevistä normeista ja sosiaaliseen rakenteeseen liittyvästä luottamuksesta. Yksityishyödyke se on silloin, kun se muodostuu yksilön käytettävissä olevista informaatioverkoista ja vastavuoroisuuteen perustuvasta takaisinmaksu periaatteesta. (Ruuskanen 2002, 8-13; Ruuskanen 2001, 15-19.)

Putnamin ja Colemanin sosiaalisen pääoman määritelmien lisäksi voidaan sosiaalista pääomaa tarkastella myös Granovetterin näkemyksen mukaan, joka tarkastelee sosiaalista pääomaa heikkojen ja vahvojen siteiden merkityksen kautta. Granovetterin mukaan vahvoilla siteillä tarkoitetaan kiinteää yhteyttä lähipiiriin, kuten sukulaisiin, ystäviin tai työkavereihin. Heikot siteet taas ylittävät lähipiirin ja yhdistävät yli suku-, ammatti-, ja luokkarajojen vähemmän tuttuihin elämämpiireihin. Kehityksen esteenä voi olla luottamuksen ja osallistumisen rajoittuminen vahvoihin siteisiin. Vahvoihin siteisiin yhdistettyä sosiaalista pääomaa sanotaan sitovaksi sosiaalisesti pääomaksi. Heikkojen siteiden sosiaalista pääomaa sanotaan silloittavaksi. Heikot siteet kasvattavat sitä sosiaalista pääomaa, jota useimmat sosiaalisella pääomalla tarkoittavat. Muun muassa luottamusta mitataan usein luottamuksena kehen vain ja sanotaan yleistetyksi luottamukseksi. Osallistumista mitataan laajemman yhteisön toimintoihin osallistumisena. (Kajanoja 2009, 74.)

4.3 Osallisuus

Jämsenin ja Pyykkösen (2014) mukaan osallisuus määritellään monitasoiseksi ja -syiseksi tuntemisen, tekemisen sekä kuulumisen kokonaisuudeksi. Keskeistä siinä on sitoutuminen, luottamus ja kuulluksi tuleminen. Osallisuus on ihmisen yksilöllinen tunne tai kokemus johonkin yhteisöön ja yhteiskuntaan kuulumisesta.

Yhteiskunnan tasolla osallisuus nivoutuu edustukselliseen demokratiaan, jossa keskeistä on se, että ihmisellä on mahdollisuus osallistua päätöksentekoon. Ihmistä ympäröivissä yhteisöissä osallisuudessa on kyse kiinnittymisestä esimerkiksi johonkin yhteisöihin, ympäristöön tai yhteiskuntaan. Lisäksi merkittävää on yhteenkuuluvuuden tunne, turvallisuus ja oikeudenmukaisuus. Osallisuus toimii vastavoimana syrjäytymiselle. Ihmisen omassa elämässä osallisuus muodostuu voimaantumisen, identiteetin ja elämänhallinnanvalmiuksista. Tässä tärkeää on omakohtainen sitoutuminen ja toiminta sekä vaikuttaminen omaa elämää koskeviin asioihin ja vastuun ottaminen seurauksista. Osallisuuden kokemukset kuin myös osallisuus ovat aina sidoksissa ihmisen ihmiskäsitykseen ja henkilökohtaiseen elämämaailmaan. (Jämsen & Pyykkönen 2014, 9–10.)

Jämsenin ja Pyykkösen (2014) osallisuuden määritelmään verrattuna Isola ym. (2017) tarkastelevat osallisuutta vaikuttamismahdollisuuden näkökulmasta. Isolan ym. (2017) mukaan osallisuus on osallistumista ja siihen liittyvää vaikuttamista. Lisäksi se on johtamista ja järjestämistä. Kaikella tällä on vaikutusta toimijuuden mahdollisuuksiin sekä rajoituksiin eli siihen, kuinka ihminen kykenee ja tulkitsee kykenevänsä vaikuttamaan resursseihinsa sekä tarpeisiinsa. Osallisuus ilmenee päätösvaltana oman elämän suhteen eli mahdollisuutena säädellä olemistaan sekä tekemisiään ja lisäksi ymmärrettävänä sekä ennakoitavana toimintaympäristönä. Tämän lisäksi osallisuus tulee esille vaikuttamisen prosesseissa, joissa yksilöllä on mahdollisuus vaikuttaa itsensä ulkopuolelle esimerkiksi ryhmässä tai palveluissa. Osallisuus voi ilmetä myös paikallisesti, kuten yhteiseen hyvään panostamalla, osallistumalla merkityksellisyyden luomiseen ja liittymällä vastavuoroisiin sosiaalisiin suhteisiin. (Isola ym. 2017, 5, 16.)

Amartya Senin (1999) sekä Martha Nussbaumin (2011) korostavat capability-viitekehysessään toimijuutta. Capability-viitekehys on muunnettu toimintakykyteorioiksi, toimintavalmiuksien sekä toimintamahdollisuuksien viitekehykseksi tai pystyvyyslähestymistavaksi. Sen ja Nussbaum tarkoittavat capability määritteellä ihmisen olennaisia vapauksia tavoitella yksilön tai yhteisön arvostamia asioita. Lisäksi he viittaavat instrumentaalisiin vapauksiin, kuten terveystalouteen ja koulutukseen. He myös kirjoittavat prosesseista, joissa ihminen vahvistaa toimintavalmiuksiaan eli vapauttaa tavoitella arvostamia asioita. Capability liittyy toimintaan eli kykenemiseen ja tavoittelemiseen ja samoin suomen kielen sana

osallisuus on myös olemista ja kiinnittymistä tarvittaviin voimavaroihin. Ihminen on sidoksissa yhdessä tai useammassa kokonaisuudessa, jossa erilaiset arvotukset sekä arvot muokkaantuvat. Näitä kokonaisuuksia voi olla esimerkiksi työmarkkinat tai hyvinvointivaltio. (Isola ym. 2017, 9–10.)

4.4 Kansalaisopiston merkitys kuntalaisille

4.4.1 Terveiden ja hyvinvoinnin lähde

Mannisen ym. (2019) tekemän tutkimuksen mukaan kansalaisopistotoiminta tuottaa hyvinvointia kunnalle. Terveys- ja hyötyosion alle sijoitettiin elämänlaatua, terveystyötyymistä, terveydentilaa ja onnellisuuden tunnetta mittaavia väittämiä. Terveystyötyyminen tarkoittaa aikomusta noudattaa terveellisiä elämäntapoja ja ruokavaliota, alkoholin käyttöä, tupakointia sekä liikunnan harrastamista. Haastatteluissa ja avovastauksissa puolet vastaajista toi tärkeimpinä hyötyinä esille opiskelun aikaansaamat hyvinvointi- ja terveystyötyymiset. Kansalaisopistoilla on selkeä ja tärkeä rooli kuntalaisten hyvinvoinnin, osaamisen sekä aktiivisuuden ylläpitäjänä ja kehittäjänä. (Manninen ym. 2019, 30, 110–118.)

Mannisen ym. (2019) tekemässä tutkimuksessa terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä koettuja hyötyjä tuli esille fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin saralla ja terveystyötyymisessä. Fyysisinä hyötyinä koettiin liikunta ja terveystyötyymiset, kuten niska-hartiaseudun kunnossa pysyminen ja lihasvoimat. Henkisen hyvinvoinnin hyötyinä koettiin parempi jaksaminen arjessa ja työssä, stressin vähentyminen ja mielenterveys sekä tarkoituksellisuuden kokemus. Opintojen myötä opiskelijat olivat virkistyneet ja opinnot olivat vähentäneet yksinäisyyttä. Terveystyötyymisen hyötyinä koettiin terveydestä huolehtiminen, terveystyötyymisen ja terveystyötyymisen tietoisuus. Opinnot olivat esimerkiksi herättäneet miettimään omaa ravintoa, ja opinnoista sai lisää teoreettista osaamista eri ravintoaineista. Henkisen hyvinvoinnin lisääntyminen oli eniten mainittu hyötykategoria, mutta lähes yhtä monta kertaa mainittiin fyysiseen hyvinvointiin liittyviä asioita. (Manninen ym. 2019, 78–81.)

Lehtosen (2015) tekemä tutkimus tuo esille samankaltaisia tuloksia terveyden suhteen kuin Mannisen ym. (2019) tekemä tutkimus. Samansuuntaisten tulosten lisäksi Lehtosen tutkimus tuo esille iän merkityksen hyvinvoinnin lisääntymiselle. Lehtosen (2015) tutkimuksen mukaan opiskelijoista 99 % koki opintojensa edistäneen vähintään jonkin verran hyvinvointia. Hyvinvointi lisääntyi niin fyysinen kuin henkisen hyvinvoinnin alueilla ja konkreettisesti tämä näyttäytyi parempana työssä sekä arjessa jaksamisena. Iällä oli merkitystä hyvinvoinnin kokemiseen siltä osin, että 61–66-vuotiaat opiskelijat kokivat opintojen edistävän heidän hyvinvointiaan enemmän kuin 26–30-vuotiaat. Opiskelijoiden vastausten mukaan heidän kokemuksensa hyvinvoinnista eivät olleet erilaisia koulutustaustasta tai sosioekonomisesta asemasta johtuen. Liikuntakurssien opiskelijat kokivat opintojensa vaikuttaneen heidän hyvinvointiinsa, kun taas taide- ja taitoaineiden kokemus hyvinvoinnin lisääntymisestä oli matalampi liikunnan opiskelijoihin verrattuna. Vähiten merkitystä hyvinvointiin kokivat kielten opiskelijat. (Lehtonen 2015, 74, 102.)

Manninen (2015) tarkastelee tutkimuksessaan aikuiskoulutuksen terveysvaikutuksia erilaisen näkökulman kautta kuin esimerkiksi Lehtonen (2015). Manninen nostaa esille terveysvaikutusten rahallisen arvon merkityksen. Mannisen (2015) tekemän esitutkimuksen mukaan aikuiskoulutuksen tuottamat merkittävät terveysvaikutukset jäävät kuitenkin helposti huomioimatta, ellei niille kyetä osoittamaan rahallista arvoa. Niissä arvioinneissa, joita on tehty aikuisopiskelun alueella, on koulutusinvestointien kustannus - hyötysuhde ollut positiivinen. Aikuisopiskelu kannattaa siis taloudellisesti ja sen lisäksi se tuottaa käyttäjilleen hyvinvointia sekä mielihyvää. Hyvä esimerkki rahalliseen muotoon muunnettavasta terveyskäyttäytymisen muutosta kuvaavasta hyödystä on se, mikäli opiskelija esimerkiksi tupakoi kurssien ansiosta vähemmän, hän luultavasti ostaa vähemmän savukkeita vuoden aikana. Jos savukeaski maksaa keksimäärin 5 euroa, ja oletetaan tupakoinnin vähenevän edes yhden askin viikossa, säästää henkilö vuodessa 260 euroa. Yhteiskunnan tasolla tupakoinnin vähenemisen rahallinen hyöty on kuitenkin huomattavasti haastavampaa arvioida. Yksi selkeä mittari on esimerkiksi tupakasta johtuvien sairaanhoitokulujen väheneminen, mutta sen rahallisen arvon määrittely on vaikeampaa. (Manninen 2015, 9, 50.)

4.4.2 Sosiaalisen pääoman edistäjä

Kedon (2019) tekemä väitöstutkimus osoittaa, että Järvilakeuden kansalaisopistossa toteutetut yhteisöteatterihankkeet lisäsivät alueellista yhteistoimintaa sekä luottamusta väen liikkua yli kunta- ja murrerajojen. Hankkeiden avulla voitiin edistää samaan aikaan niin etäisempiä tuttavuuksia kuin läheisiä ystävyysuhteitäkin. Sosiaalisen pääoman vahvistuminen tuotti sekä hyvinvointiin liittyviä resursseja että hyötyyn liittyviä resursseja. Sosiaalisen pääoman syntymistä edisti yhteisöteatterihankkeiden uutuus ja omaperäisyys, hyvä henki sekä viestintä ja kommunikaatio. Yksi sosiaalista pääomaa edistävä tekijänä koettiin hyvä henki. Sosiaalisen pääoman tuottamina vaikutuksina koettiin elämisen laadun paraneminen, voimaantuminen ja hauskuus. Lisäksi yhteisöteatterihankkeet vahvistivat ja lisäsivät erilaisten ihmisten välisiä verkostoja. (Keto 2019, 212–218.)

Kedon (2019) väitöstutkimukseen verrattuna Manninen ym. (2019) nostavat tutkimuksessaan esille kurssien tarjoamat sosiaalisen vuorovaikutuksen mahdollisuudet. Kansalaisopistossa suoritettavat kurssit lisäsivät suvaitsevaisuutta ja opiskeluhalukkuutta sekä vahvistivat ystäväverkostoja. Tutkimuksessa sosiaalisen pääoman eri osatekijöitä arvioitiin selvittämällä opiskelijoilta yhteisöön kuulumisen tunnetta, luottamusta kanssaihmiin, suvaitsevaisuutta, ystävyysuhteiden määrää ja laatua sekä aktiiviseen kansalaisuuteen liittyviä asioita, kuten vapaaehtoistyötä. Ystäväverkostot olivat yksi merkittävimmistä muuttujista, joissa tapahtui tilastollisesti muutosta vuoden aikana. Esimerkiksi kaikissa erilaisten ystävyysuhteiden määrää ja luonnetta mittaavissa väittämässä oli tapahtunut vuoden aikana paranemista. Samantyyllisiä muutoksia on ollut myös ystävä- ja kollegaverkostoissa sekä laajempaan yhteisöön kuulumisessa. Tärkeä muiden hyötyjen alulle laittaja oli sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys. Ryhmässä opiskelu oli muun muassa lisännyt kielitaidon lisäksi vuorovaikutustaitoja, tuonut ystäviä ja sosiaalisia taitoja. (Manninen ym. 2019, 63–69.)

Mannisen ym. (2019) mukaan vuoden aikana muutosta tapahtui myös suvaitsevaisuudessa. Esimerkiksi kielikurssien kautta syntyvä kulttuuriosaaminen näytti lisäävän erilaisten kulttuurien arvostamista. Lisäksi muiden ihmisten näkemysten arvostamista lisäsi erilaisten kurssien tarjoama mahdollisuus ihmisten kohtaamiseen, uusiin ystävyysuhteisiin ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen. (Manninen

ym. 2019, 63–69.) Myös BeLL-hankkeen tutkimuksen tulokset osoittavat, että vapaan sivistystyön opinnot edistävät opiskelijoiden kokemusten mukaan sosiaalisia verkostoja, sosiaalista vuorovaikutusta ja opiskelijat saavat uusia ystäviä. Sosiaaliset hyödyt ja verkostot olivat tärkein ja yksi useimmin mainituista hyödyistä. (Manninen ym. 2014, 48–51.)

Myös Mannisen (2009) tekemän tutkimuksen mukaan osallistuminen vapaaseen aikuiskoulutukseen tukee aktiivista kansalaisuutta, kehittää sosiaalisia verkostoja ja itseluottamusta sekä tarjoaa tarvittavia taitoja nykyisessä yhteiskunnasta selviytymiseen. Tutkimuksen tulokset perustuvat aikuisopiskelijoiden kokemuksiin. Aikuiskoulutuksella on monia laajempia hyötyjä välittömän oppimisen lisäksi yksilölle, yhteisölle ja yhteiskunnalle. Tämän vuoksi vapaalla aikuiskoulutuksella on tärkeä rooli nykyajan yhteiskunnassa, sillä se kehittää monia eri asioita, kuten elinikäistä oppimista ja sosiaalisia verkostoja. Tulosten mukaan oppimisprosessiin suoraan liittyviä hyötyjä oli esimerkiksi yhteisöllisyyden tunne eli tunne siitä, että kuuluu johonkin ryhmään ja taitojen sekä osaamisen kehittyminen kuten kielitaidon vahvistuminen. Nämä oppimiseen liittyvät suorat hyödyt taas tukevat pidemmällä aikavälillä yksilön elämänlaatua, sosiaalisia ystävyysuhteita, työhyvinvointia ja päivittäistä elämää. (Manninen 2009, 2–12.)

Mannisen ym. (2019) ja Kedon (2019) tutkimuksiin nähden Lehtonen (2015) tuo tutkimuksessaan esille, että opetuksen vaikuttavuus tulee yksilötasolla esille sosiaalisena pääomana sekä yhteiskunnallisena osallistumisena. Tutkimus osoitti, että kyselyyn vastanneista opiskelijoista yhdeksän kymmenestä koki opintojensa edistäneen sosiaalista pääomaa eli sosiaalisia taitoja, vuorovaikutusta ja sosiaalisia verkostoja vähintään jonkin verran. Sosiaalisen pääoman lisääntymistä kokivat eniten taito- ja taideaineiden opiskelijat. Toiseksi eniten vaikutuksia mainitsivat kielten opiskelijat ja vähiten liikunnan opiskelijat. Koulutustaustalla näytti olevan yhteyttä opiskelijan kokemukseen siltä osin, että toisen asteen koulutuksen suorittaneet kokivat sosiaalisten taitojensa ja vuorovaikutuksen lisääntyneen korkeakoulutuksen saaneisiin verrattuna. Opiskelijoista yli 66-vuotiaat kokivat opiskelun edistäneen sosiaalisten vuorovaikutussuhteiden kehittymistä enemmän kuin esimerkiksi 31–35-vuotiaat tai 46–50-vuotiaat. Sosiaalisen pääoman näyttää edistyneen eniten opintojen myötä yli 66-vuotiailla, toisen asteen koulutuksen suorittaneilla taide- ja taitoaineiden opiskelijoilla. (Lehtonen 2015, 71–76.)

Mannisen ym. (2019) tutkimukseen verrattuna Euroopan laajuinen Benefits of Lifelong Learning-tutkimus tuotti laajaa vertailutietoa aikuisopiskelujen merkityksestä yksilölle ja yhteiskunnan hyvinvoinnille kymmenestä eri maasta ja 8646 vastaajalta. BeLL-hankkeen tutkimuksen tulokset osoittavat, että vapaan sivistystyön opinnot edistävät opiskelijoiden kokemusten mukaan sosiaalisia verkostoja, sosiaalista vuorovaikutusta ja opiskelijat saavat uusia ystäviä. Sosiaaliset hyödyt ja verkostot olivat tärkein ja yksi useimmin mainituista hyödyistä. Monet tutkimukseen osallistuvista toivat esille kurssien kautta löytämänsä uudet kontaktit ja mahdollisuuden tavata uusia ihmisiä. Kursseille osallistumisen myötä on voinut syntyä väliaikaisia sosiaalisia kontakteja. Väliaikaisetkin uudet verkostot koettiin kuitenkin positiivisessa valossa, vaikka ne eivät johtaisikaan pysyviin ystävyssuhteisiin. Vaikka kurssit eivät yleensä liittyneet työhön, niin osa tutkimukseen osallistuvista mainitsivat kuitenkin, että kursseilla luoduilla sosiaalisilla verkostoilla saattoi olla hyötyä myös ammatillisessa yhteydessä. Sosiaalisen vuorovaikutuksen erityisenä etuna tutkimukseen osallistuvat toivat esille rentoutumisen ja töistä irtautumisen. (Sgier ym. 2014, 27–30)

Toisin kuin Manninen ym. (2019) ja Keto (2019) Harpham, Grant ja Thomas (2002) tarkastelevat sosiaalista pääomaa negatiivisten elämäntapahtumien vähenemisen näkökulmasta. Harphamin, Grantin ja Thomasin (2002) mukaan voidaan olettaa, että sosiaalinen pääoma voi vähentää negatiivisia elämäntapahtumia, kuten työpaikan menetystä tai huonoa fyysistä terveyttä. Vaikka sosiaalinen pääoma sitoo olemassa olevia tukiverkkoja, silloittava sosiaalinen pääoma laajentaa potentiaalisia mahdollisuuksia tukiverkon kautta. Sosiaalisen pääoman rakenteelliset näkökohdat tarjoavat pääsyn virallisiin ja epävirallisiin instituutioihin, jotka vähentävät elämäntapahtumien kielteisiä vaikutuksia ja mahdollistavat siten lisätuen. Kognitiiviset näkökulmat, kuten sosiaalinen luottamus ja yhteiset arvot, voivat lisätä turvallisuuden tunteita sekä itsetuntoa yhteisöissä. Näin ollen voidaan olettaa, että sosiaalisella pääomalla voi olla vaikutusta terveydentilaan, mutta lisätutkimuksiakin tarvitaan. (Harpham, Grant & Thomas 2002, 106–108.)

4.4.3 Osallisuuden vahvistaja

Mannisen ym. (2019) tekemässä tutkimuksessa toimijuuteen liittyvät hyödyt kuvaavat elämän koettua tarkoituksellisuutta sekä elämänhallinnan tunnetta eli kokemusta siitä, kuinka paljon voi vaikuttaa itseään koskeviin asioihin sekä tehdä valintoja, jotka liittyvät omaan elämään. Noin 80 prosentilla vastaajista oli ainakin jonkinlainen kokemus siitä, että he voivat tehdä erilaisia valintoja sekä kykenevät vaikuttamaan omaan elämään vaikuttaviin asioihin. Toimijuuteen liittyvä elämän tarkoituksellisuuden kokemus nousi esille elämän laadullisena sekä sisällöllisenä kehittymisenä. Opiskeleminen esimerkiksi jäsensi vastaajien arkea ja näkyvissä oli myös elämänpiirin laajenemiseen sekä itsensä toteuttamiseen kuuluvia hyötyjä. Opintojen kautta muodostui tärkeä tunne yhteisöön kuulumisesta ja opiskelu antoi uusia keinoja elämänhallintaan. Osallisuuden lisääntyminen näkyi esimerkiksi vapaaehtoistyönä tehtyjen tuntien määrän lisääntymisenä kokonaisuudessaan. Syksyllä 2017 seurantaryhmän vastaajat arvioivat tehneensä viimeisten kuuden kuukauden aikana yhteensä 1 755 tuntia vapaaehtoistyötä, ja vuotta myöhemmin 1 951 tuntia, eli 196 tuntia enemmän kuin vuotta aikaisemmin. (Manninen ym. 2019, 59–69.)

Manninen ym. (2019) tarkastelevat osallisuutta yhteisöön kuulumisen ja vaikuttamismahdollisuuden kautta. Euroopan laajuinen Benefits of Lifelong Learning-tutkimus taas tuotti vertailutietoa aikuisopiskelijoiden merkityksestä yksilölle ja yhteiskunnalle. Tutkimustulosten mukaan omaehtoinen opiskelu lisäsi opiskelumotiivaatiota, hyvinvointia ja sosiaalista kanssakäymistä. Lisäksi opinnoilla oli merkitystä elämänlaadun paranemiseen. Tulosten mukaan, mitä vähemmän osallistujilla oli aiempaa koulutusta, sen suurempia olivat koetut hyödyt. Aikuisopiskelun hyödyt säteilevät osallistujien lisäksi myös ympäristöön, kuten kotiin ja työpäikälle. Bell-tutkimus nosti myös aikuisopettajuuden arvoonsa. Tulosten mukaan opettajan persoonallisuus, asiantuntemus ja lähestymistapa ovat oppimiselle merkityksellisiä. Lisäksi ryhmän merkitys on suuri. Tulosten mukaan julkisia investointeja aikuisten oppimiseen ja erityisesti vapaaseen aikuiskoulutukseen tulisi lisätä. (Bell final report 2014, 3, 9–21; Manninen & Meriläinen n.d., 122–124; Kouvo 2014.)

Manninen (2018) tuo tutkimuksessaan esille uuden näkökulman osallisuuden suhteen. Manninen tarkastelee tutkimuksessaan osallisuutta itseluottamuksen ja osaamisen näkökulmista. Tutkimuksen mukaan kansalaisopisto-opiskelulla on merkittäviä suoria ja välillisiä hyötyjä sekä yksilölle että yhteiskunnalle. Kursseille osallistuminen antaa suurimmalle osalle vastaajista opittujen asioiden lisäksi merkittäviä laajempia hyötyjä. Osallistuminen tuottaa itseluottamusta ja uutta arkeen tai työhön liittyvää osaamista. Toimijuuteen liittyviä koettuja hyötyjä näyttäisi olevan eniten minäpysyvyyteen ja elämän tarkoituksellisuuteen kuuluvissa kategorioissa. Minäpysyvyyden näkökulmasta luottamusta omaan osaamiseen ja itsensä tuntemiseen on lisääntynyt. Elämän tarkoituksellisuus näyttäytyy esimerkiksi elämänpäiirin laajentumisena ja itsensä toteuttamisena. Tutkimuksen laadullisen ja tilastollisen analyysin tulokset osoittavat varsin hyvin, että kansalaisopisto toimii opiskelijoiden toimijuuden vahvistajana ja toimijuudella on suuri merkitys muidenkin hyötyjen syntymiseen. (Manninen 2018, 11–14, 62–65.)

Kilin, Motschilningin ja Thöne-Geyerin (2012) artikkelissa tuodaan esille, että osallistuminen antaa yksilölle mahdollisuuden pohtia omia tapojaan sekä rikastuttaa omaa elämää. Osallistuminen aikuiskoulutukseen voi myös johtaa yleisellä tasolla positiiviseen asenteeseen elämässä. Lisäksi osallistuminen aikuiskoulutukseen näyttää liittyvän läheisesti sosiaaliseen osallistumiseen ja yhteisötoimintaan. (Kil, Motschilning & Thöne-Geyer 2012, 5–7.)

4.5 Teoreettinen viitekehys tässä opinnäytetyössä

Tässä opinnäytetyössä teoreettinen viitekehys muodostuu kolmesta eri teoreettisesta näkökulmasta, jotka ovat terveys ja hyvinvointi, sosiaalinen pääoma ja osallisuus. Näitä kolmea teoreettista lähtökohtaa tarkastelen ensin ilmiötasolla omina kokonaisuuksinaan. Tämän jälkeen tarkastelen näiden kolmen teoreettisen näkökulman merkitystä kuntalaisille vapaan sivistystyön eli tässä tapauksessa kansalaisopiston toiminnan viitekehyksessä (kuvio 1). Terveiden ja hyvinvoinnin määritelmiä tarkastellaan tässä opinnäytetyössä koetun terveyden, hyvinvoinnin osatekijöiden ja elinympäristön vaikutuksen kautta. Sosiaalisen pääoman määritelmä pohjautuu tässä tutkimuksessa Putnamin, Colemanin ja

Granovetterin määritelmiin sosiaalisesta pääomasta. Osallisuutta tarkastellaan tuntemisen, tekemisen sekä kuulumisen kokonaisuutena.



KUVIO 1. Kansalaisopiston merkitys kuntalaisille

5 TUTKIMUS: IDEASTA ANALYYSIIN

5.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyöni on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadullinen tutkimus on kokonaisvaltaista tiedonhankintaa ja aineisto kootaan todellisissa tilanteissa. Tutkija suosii tiedonlähteenä ihmistä ja luottaa omiin havaintoihinsa sekä keskusteluihin tutkittavien kanssa enemmän kuin erilaisiin mittausvälinein kerättyihin tietoihin. Tutkija pyrkii tuomaan esille ennalta arvaamattomia asioita, eikä tutkimuksen lähtökohdana ole teorian tai hypoteesin testaaminen. Aineistonkeruumenetelminä suositaan tapoja, joissa tutkittavien ääni ja näkökulmat nousevat esille. Tutkimuksen kohde valitaan aina tarkoituksenmukaisesti, eikä satunnaisotoksen menetelmää hyödyntäen. Tutkimus toteutuu joustavasti ja suunnitelmaa muokataan olosuhteiden mukaan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164.)

Laadullisessa tutkimuksessa kuvataan jotakin valittua ilmiötä tai tapahtumaa ja pyritään ymmärtämään tiettyä toimintaa sekä annetaan teoreettinen tulkinta jollekin ilmiölle. Laadullisessa tutkimuksessa ei yritetä päästä tilastollisiin yleistyksiin, jonka vuoksi on tärkeää, että tutkittavat tietävät asiasta mahdollisimman paljon tai heillä on kokemusta asiasta. Tässä suhteessa tutkittavien valinnan ei pidä olla satunnaista vaan tarkoitukseen sopivaa. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 91, 103.)

Kanasen (2014, 18–19, 36) mukaan laadullisen tutkimuksen kautta pyritään löydöksiin ilman määrällisiä keinoja tai tilastollisia menetelmiä. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on tutkittavan ilmiön kuvaaminen, ymmärtäminen sekä tulkinnan antaminen. Laadullisessa tutkimuksessa yhdestä havaintoyksiköstä koitetaan saada mahdollisimman paljon tietoa. Laadullisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita siitä, miten ihmiset kokevat ja näkevät oikean maailman. Tutkimuksen taustalla on aina jokin tutkimusongelma, joka muotoillaan tutkimuskysymykseksi. Tutkimuskysymykseen saadut vastaukset ratkaisevat tutkimusongelman. Tutkimuskysymyksen tulee ohjata tutkimusta sekä tiedonkeruuta. Tutkimuskysymys ei useinkaan riitä yksinään, vaan tarvitsee vierelleen muutaman apukysymyksen. Apukysymysten alla on joukko muita kysymyksiä, jotka auttavat saamaan vastauksen ylemmän tason kysymyksille. (Kananen 2014, 18–19, 36.)

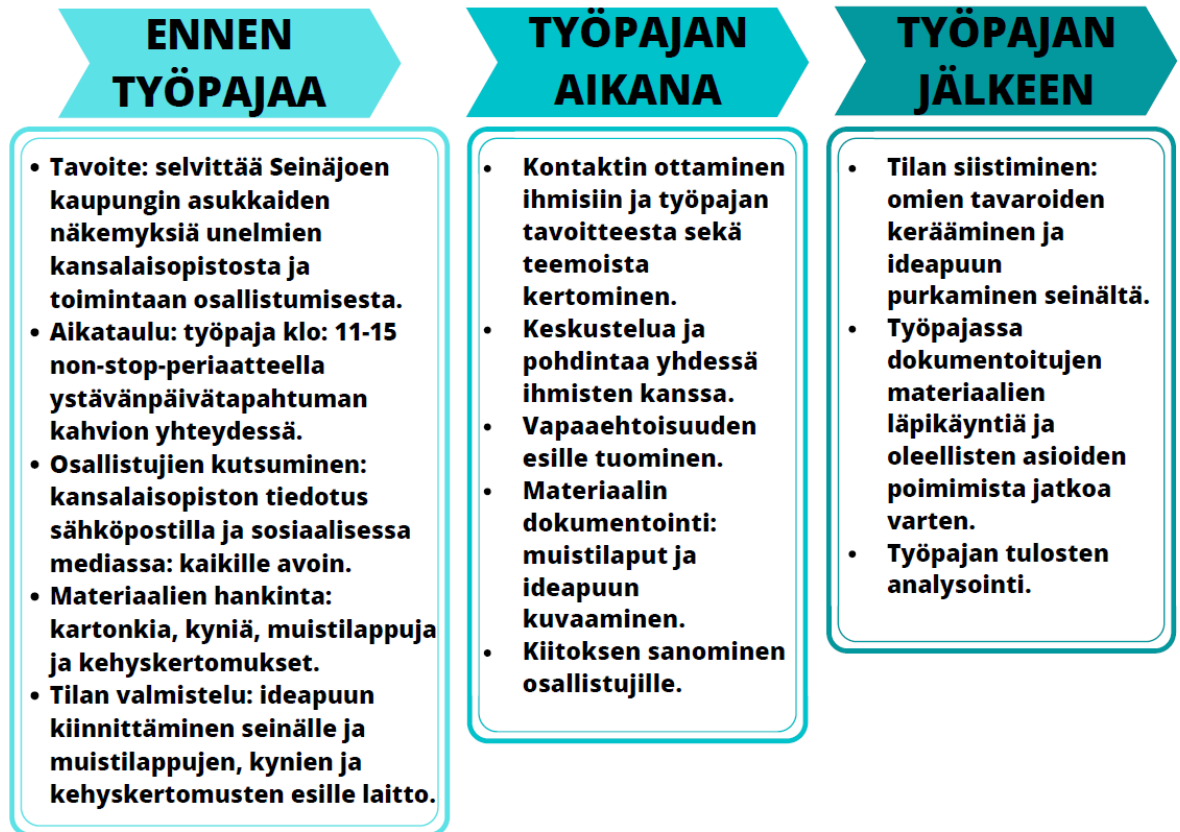
5.2 Työpajatyöskentely aineistonkeruumenetelmänä

Työpajoihin osallistujilla on yleensä jokin henkilökohtainen motiivi, jonka vuoksi he ovat kiinnostuneita osallistumaan tiettyyn työpajaan. Työpajan järjestäjä voi luvata osallistujille palkkioksi esimerkiksi lahjakortin, jonka avulla on tarkoitus motivoida ihmisiä osallistumaan työpajaan. Työpajaan osallistuminen vaatii osallistujalta usein ajallista panostusta, ja tämän vuoksi osallistujan oma kiinnostus on tärkeää. Työpajaan osallistujat ovat luultavasti sitoutuneempia, mikäli työpajasta on jotakin konkreettista hyötyä esimerkiksi omaan työhön tai harrastuksiin liittyen. (Nyström & Leminen 2011, 69–70; Kantojärvi 2012, 41–43.)

Työpaja tulee valmistella hyvin. Tärkeää on, että työpajan tavoitteet on määritelty tarpeeksi selkeästi, jotta tiedetään, mitä lähdetään ideoimaan tai minkälaista ongelmaa lähdetään ratkaisemaan. Työpajaa järjestettäessä tulee huomioida, ketä halutaan osallistaa, miksi ja miten. Osallistujille tulee tehdä selväksi, mikä on työpajan tarkoitus. Konkreettisia asioita, joita työpajaa järjestettäessä pitää huomioida, ovat esimerkiksi osallistujien ja tarvikkeiden hankinta, tilojen varaukset, tarjoiluiden hankinta ja laitteiden toiminta. Valittaessa tilaa, jossa työpaja on tarkoitus järjestää, tulee huomioida, että tila todella toimii työpajan järjestämisessä, eli valitut menetelmät on mahdollista toteuttaa siellä. Työpajaa järjestettäessä on hyvä varautua yllättäviin tilanteisiin, esimerkiksi jos osallistujia ei tulekaan niin paljoa, kuin oli tarkoitus. (Kantojärvi 2012, 41–53).

Opinnäytetyössäni käytin aineistonkeruumenetelmänä työpajatyöskentelyä (kuvio 2). Valitsin työpajan aineistonkeruumenetelmäksi, sillä sen kautta ihmiset saivat mahdollisuuden kehittää uutta kansalaisopistoa yhteistyössä muiden ihmisten kanssa. Järjestin työpajan Seinäjoen kansalaisopiston suunnitteleman ystävänpäivätapahtuman yhteydessä pe 14.2.2020 klo: 11–15. Ystävänpäivätapahtuma oli kaikille avoin. Tarkoituksena oli, että tapahtumaan osallistuvat kansalaisopiston opiskelijat saivat tuoda tapahtumaan mukanaan omia ystäviään, jotka eivät vielä ole kansalaisopiston opiskelijoita. Järjestämäni työpaja toteutettiin kahvion yhteydessä. Ihmisten tullessa kahville ja leivokselle, saivat he samalla halutesaan osallistua järjestämäni työpajaan. Työpajaan osallistuminen oli kuitenkin täysin vapaaehtoista. Työpajaan osallistujat pääsivät kehittämään uuden kansalaisopiston toimintaa ja palveluja. Työpajassa oli kolme erilaista teemaa, jotka

olivat muodostuneet tutkimuskysymysten mukaisesti. Tein työpajaan ison kartonkisen ideapuun, johon laitoin kaikki teemat ja niihin liittyvät kysymykset esille (liite 1). Työpajaan osallistujien ideat ja ajatukset kirjattiin muistilapuille ja kiinnitettiin puuhun, sen teeman kohdalle, johon ne liittyivät.



KUVIO 2. Työpajan suunnittelu ja järjestäminen

Työpajan aikana sain kerättyä muistilappuja ideoiden kera kuusikymmentä kappaletta. Työpajaan osallistui sekä naisia että miehiä. Osallistujien tarkkaa määrää en osaa sanoa, koska ihmisiä tuli ja meni omia aikojaan. Tämän vuoksi en myöskään pysty määrittelemään, kuinka moni työpajaan osallistuja oli jo kansalaisopiston opiskelija ja kuinka moni ei ollut. Toki ihmisten kanssa keskustelun lomassa tuli osittain esille se, oliko ihminen opiskelija vai ei, mutta katsoin tärkeämmäksi oman opinnäytetyöni kannalta keskittyä ihmisten kanssa keskusteluun kuin statusten selvittämiseen ja kirjaamiseen. Mikäli olisin keskittynyt ihmisten statuksien kirjaamiseen, olisi minulle jäänyt vähemmän aikaa ihmisten kanssa keskusteluun eli aineistonkeräämiseen.

Kansalaisopistolla pidetyn työpajan lisäksi toteutin työpajan ideapuun kolmessa kansalaisopiston ryhmässä maanantaina 17.2.2020. Ryhmät saivat kyseiselle kerralle tullessaan tai lähtiessään kirjoittaa ideoita muistilapuille ja kiinnittää ne ideapuuun sen teeman kohdalle, johon ne liittyivät. Tiedotin kaikille kolmelle ryhmälle, että teen opinnäytetyötä ja siihen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja nimetöntä. Lisäksi annoin ohjeet työpajaan osallistumiseen. Tämän kautta sain kerättyä vielä kolmekymmentäkolme ideaa muistilapuille. Eli sain ideapuun kautta kerättyä kaiken kaikkiaan 93 ideaa muistilappuihin kirjoitettuina. Ideoiden määrä toi esille saavutetun saturaatiopisteen, sillä ideat alkoivat toistamaan toisiaan.

5.3 Eläytymismenetelmä aineistonkeruumenetelmänä

Eläytymismenetelmä on aineistonkeruumenetelmä, jota voidaan hyödyntää kvalitatiivisen tutkimuksen aineistonkeruussa. Eläytymismenetelmässä tutkimuksen kohderyhmälle annetaan orientaatioksi lyhyt kehyskertomus. Kohderyhmän tehtävänä on jatkaa kehyskertomusta eteenpäin tai vaihtoehtoisesti kertoa, mitä on tapahtunut, jotta on päädytty kehyskertomuksessa kuvattuun tilanteeseen. Ajatuksena eläytymismenetelmässä on varioida yhtä tekijää eli muuttujaa kehyskertomuksessa muiden olosuhteiden pysyessä samana. Tällä tavoin voidaan selvittää sitä, miten yhden tekijän muuttaminen vaikuttaa tutkittavaan asiaan. Eläytymismenetelmän etuna on se, että kohderyhmän henkilöt voivat käyttää vastauksessaan ihmisille tyypillisiä toimintatapoja eli ajattelua, punnintaa ja kieltä todellisuutta konstruoivana tekijänä. (Eskola ym. 2017, 267.)

Eläytymismenetelmän käytössä usein haastavinta on kehyskertomusten laadinta. Tavoitteena pidetään yleensä hyvin lyhyitä kehyskertomuksia, jotta niistä saadaan mahdollisimman napakkoja ja toimivia. Eläytymismenetelmä soveltuu yllättävän monille vastaajille. Vastaajina voi olla niin lapsia, nuoria, työikäisiä kuin ikääntyneitäkin. Eläytymismenetelmälle merkityksellistä on kuitenkin vastaustilanne. Kertomuksen kirjoittaminen voi olla sen verran työlästä, että sen liittäminen esimerkiksi osaksi internetkyselyä, ei ole välttämättä kannattavaa. Tilanteeseen eläytymiselle sekä kirjoittamiselle tulee olla oma aikansa ja paikkansa. Vastaukset kirjoitetaan usein jossain ryhmän kokoontumisessa, joten

vapaaehtoisuuskaan ei tällöin tuota ongelmaa. Mikäli joku jättää vastaamatta, tämä ei tilannetta sekoita, varsinkin kun vastaamattomuus on yleensä melko vähäistä. Eläytymismenetelmän aineiston ei myöskään tarvitse olla valtavan suuri. Määrän suhteen pätee saturaation eli kylläntymisen periaate. Sen mukaan tietyn määrän eli noin 15–20 vastausta kehyskertomusta kohden jälkeen, vastaukset alkavat toistamaan itseään ja tämän enempää ei ole enää tarvetta kerätä aineistoa. (Eskola & Wallin 2015, 60–61.)

Työpajatyöskentelyn lisäksi keräsin opinnäytetyöhöni aineistoa eläytymismenetelmän avulla. Valitsin toiseksi aineistonkeruumenetelmäksi eläytymismenetelmän, koska sen kautta ihmiset saivat tuoda vapaasti omat ajatuksensa esille siten, ettei muiden ihmisten mielipiteet vaikuttaneet omiin ajatuksiin. Suunnittelin kaksi erilaista kehyskertomusta (liite 2 ja liite 3). Testasin kehyskertomukset neljällä ystävälläni 20.1.2020 ja muokkasin kehyskertomuksia heidän palautteidensa mukaisesti yksinkertaisemmiksi. Tarkoituksena oli eläytymismenetelmän kautta kerätä tietoa siitä, millaista toimintaa ja palveluja uudella kansalaisopistolla tulisi olla ja mitkä asiat saavat ihmiset osallistumaan toimintaan. Ajatuksenani oli toteuttaa eläytymismenetelmää kansalaisopistolla järjestämäni työpajan yhteydessä pe 14.2.2020. Huomasin kuitenkin nopeasti työpajan aikana, että ihmiset lähtivät mieluummin keskustelemaan ja kirjoittamaan ideoitansa muistilapuille kuin täyttämään kehyskertomuksia. Lisäksi huomasin, että oma aikani ei riittänyt ihmisten kanssa keskusteluun ja kehyskertomusten täyttämiseen, joten muutin nopeasti suunnitelmaani ja keskityin työpajassa ideapuun toteuttamiseen ja jätin kehyskertomukset vähemmälle. Toimin näin, koska tiesin, että saan toteutettua kehyskertomusta muuallakin, joten halusin panostaa työpajassa ihmisten kanssa keskusteluun. Työpajasta sain kerättyä kolme kehyskertomus 1:stä.

Työpajan lisäksi keräsin kehyskertomuksia kahdessa eri kansalaisopiston ryhmässä maanantaina 17.2.2020. Nämä kaksi ryhmää valikoituivat kohderyhmäkseen sen mukaan, että niissä kehyskertomusten toteuttaminen oli aikataulullisesti mahdollista ja lisäksi ryhmät sopivat kohderyhmäksi. Ennen tuntien aloitusta kerroin opiskelijoille opinnäytetyöstäni ja annoin ohjeet kehyskertomuksiin vastaamiseen. Lisäksi toin esille, että kehyskertomukseen vastaaminen tapahtuu nimettömästi ja on täysin vapaaehtoista. Aikaa kehyskertomuksen kirjoittamiseen oli 15 minuuttia. Opiskelijat vastasivat jompaankumpaan kehyskertomukseen

sattumanvaraisesti. Opiskelijat vastasivat vain toiseen kehyskertomukseen aikataulullisista syistä, koska emme voineet varata koko kertaa kehyskertomuksiin vastaamiseen. Joka toiselle jaettiin kehyskertomus 1. ja joka toiselle kehyskertomus 2.

Näistä kahdesta ryhmästä kehyskertomus 1:stä kertyi 15 kappaletta ja kehyskertomus 2:sta kertyi 17 kappaletta eli yhteensä kehyskertomuksia kertyi näistä kahdesta ryhmästä 32 kappaletta. Tämän lisäksi työpajasta kertyi kolme kehyskertomusta eli nyt minulla oli kehyskertomuksia kaiken kaikkiaan 35 kappaletta. Lisäksi neljä ihmistä, jotka kuuluivat opinnäytetyöstäni ystäväni kautta, halusivat täyttää molemmat kehyskertomukset ja tämän jälkeen minulla oli kehyskertomuksia yhteensä 43 kappaletta. Nämä neljä ihmistä olivat ystäväni tuttuja, jotka kuuluivat opinnäytetyöstäni ystäväni kautta ja kysyivät, voisivatko osallistua siihen. He kuuluivat kohderyhmääni, joten annoin heidän osallistua opinnäytetyöhöni. He halusivat täyttää molemmat kehyskertomukset, joten annoin heidän täyttää molemmat. Nämä kehyskertomukset keräsin sähköisesti koronaepidemian vuoksi.

Olin saanut kerättyä kehyskertomuksia saturaatiopisteen verran, sillä kehyskertomukset alkoivat toistamaan toisiaan. Alun perin olin suunnitellut kerääväni aineistoa myös ei-opiskelijoilta, joten tämän vuoksi toteutin kehyskertomuksia vielä ihmisillä, jotka eivät olleet kansalaisopiston opiskelijoita. Alun perin suunnitelmieni oli mahdollisesti toteuttaa toinen työpaja ihmisille, jotka eivät olleet kansalaisopiston opiskelijoita ja kerätä aineistoa sitä kautta. Kevään 2020 maailmanlaajuinen koronaepidemia kuitenkin vaikutti siihen, etten voinut järjestää toista työpajaa. Tämän vuoksi päädyin siihen, että keräsin kehyskertomuksia omien verkostojeni kautta, kuten ystäviltäni ja tuttaviltani, jotka eivät olleet kansalaisopiston opiskelijoita. Nämä kehyskertomukset keräsin sähköisesti koronaepidemian vuoksi. Tässä kohtaa voi tietenkin pohtia näiden kehyskertomusten luotettavuutta, koska vastaajina on ollut minulle tuttuja henkilöitä. Aiheeni on kuitenkin sen verran neutraali eikä ihmisille henkilökohtaisesti arka, joten en usko tällä olleen suurta vaikutusta tuloksiin. Tämän kautta kymmenen ihmistä vastasi molempiin kehyskertomuksiin eli minulle kertyi tämän kautta kehyskertomuksia vielä 20 kappaletta. He vastasivat molempiin kehyskertomuksiin, sillä ajattelin, että minun olisi hyvä saada kerättyä ajatuksia molempiin kehyskertomuksiin useammalta vastaajalta. Kaiken kaikkiaan minulle kertyi kehyskertomuksia siis yhteensä 63

kappaletta. Kehyskertomus 1:stä kertyi 32 ja kehyskertomus 2:sta 31 kappaletta. Kehyskertomuksiin vastanneista naisia oli 57 ja miehiä 6. Iältään vastaajat olivat 25–72-vuotiaita (kuvio 3).

TYÖPAJA 14.2.2020	KERTYNEET AINEISTOT
Ideapuuhan muistilappuja	60 kappaletta
Kehyskertomus 1	3 kappaletta
TYÖPAJAN TEEMAT KOLMESSA KANSALAIPOISTON RYHMÄSSÄ 17.2.2020	KERTYNEET AINEISTOT
Ideapuuhan muistilappuja	33 kappaletta
KEHYSKERTOMUKSET KAHESSA KANSALAIPOISTON RYHMÄSSÄ 17.2.2020	KERTYNEET AINEISTOT
Kehyskertomus 1	15 kappaletta
Kehyskertomus 2	17 kappaletta
KEHYSKERTOMUKSET NELJÄLTÄ IHMISELTÄ	KERTYNEET AINEISTOT
Kehyskertomus 1	4 kappaletta
Kehyskertomus 2	4 kappaletta
KEHYSKERTOMUKSET EI OPISEKELIJOILTA	KERTYNEET AINEISTOT
Kehyskertomus 1	10 kappaletta
Kehyskertomus 2	10 kappaletta
IDEAPUUN MUISTILAPPUJA YHTEENSÄ	93 kappaletta
KEHYSKERTOMUKSET	
Kehyskertomus 1	32 kappaletta
Kehyskertomus 2	31 kappaletta
Yhteensä	63 kappaletta

KUVIO 3. Yhteenvedo aineistonkeruusta

5.4 Aineiston analysointi

Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen perinteissä. Sisällönanalyysin avulla voidaan analysoida erilaisia dokumentteja. Dokumentti voi olla muun muassa haastattelu tai keskustelu ja miltei mikä tahansa kirjalliseen muotoon kirjoitettu dokumentti. Sisällönanalyysin tarkoitus on luoda tutkittavasta ilmiöstä kuvaus mahdollisimman yleisessä sekä tiivistetyssä muodossa. Sisällönanalyysin kautta voidaan jäsentää ja järjestellä tutkittua aineistoa ja dokumentteja sekä etsiä aineistosta

eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia. Sisällönanalyysiin pohjautuen voidaan tehdä johtopäätöksiä tutkittavasta ilmiöstä. Sisällönanalyysi voi olla aineistolähtöistä, teorialähtöistä tai teoriaohjaavaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103, 117–121.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi voidaan jakaa karkeasti kolmeen eri vaiheeseen. Nämä kolme vaihetta ovat aineiston redusointi eli pelkistäminen, aineiston klusterointi eli ryhmittely ja abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Sisällönanalyysi voidaan tehdä myös teorialähtöisesti. Näin ollen aineiston analyysin luokittelu perustuu aikaisempaan viitekehykseen. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä muodostetaan analyysirunko, jonka sisälle tehdään erilaisia luokituksia aineistosta aineistolähtöisen sisällönanalyysin periaatteita noudattaen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–126.) Aineiston analysoinnissa hyödynsin sekä aineisto- että teorialähtöistä sisällönanalyysiä. Käytin aineistolähtöisen sisällönanalyysin lisäksi teorialähtöistä sisällönanalyysiä, sillä tutkimastani ilmiöstä oli jo olemassa olevaa teoretietoa, joten pystyin hyödyntämään sitä oman aineistoni tukena.

Aineiston analysoinnin ensimmäistä vaihetta eli pelkistämistä ohjaa tutkimustehtävä, jonka avulla aineistoa pelkistetään litteroimalla tutkimustehtävälle olennaiset ilmaukset. Tavanomaista on merkitä samantyyppisiä ilmauksia aineistosta samoilla väreillä myöhempää ryhmittelyä varten. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–126.) Työpajan toteutumisen ja kehyskertomusten keräämisen jälkeen tutustuin aluksi saamaani aineistoon suurpiirteisesti aineistoja silmäillen. Tämän jälkeen etenin tutkimusaineiston analysoinnissa vaiheittain. Ensimmäisessä vaiheessa pelkistin työpajasta saamani aineiston sekä kehyskertomuksista saadut aineistot. Merkitsin samantyyppisiä ilmauksia aineistosta samoilla väreillä.

Analysoinnin toisessa vaiheessa eli aineiston ryhmittelyssä aineistosta poimitut alkuperäisilmaukset käydään huolellisesti läpi ja aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia ja muodostetaan niistä alaluokkia. Muodostuneita alaluokkia yhdistellään ja luodaan yläluokkia sekä niiden pohjalta pääluokat. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–126.) Analysoinnin toisessa vaiheessa etsin ensin työpajasta saadusta aineistosta erilaisia ilmauksia, samankaltaisuuksia sekä eroavaisuuksia, joista muodostin erilaisia alaluokkia. Tämän jälkeen yhdistelin toisiinsa liittyvät alaluokat yhteen ja muodostin niistä yläluokkia (liite 4). Vertasin

aineistosta muodostamiani yläluokkia myös teoreettisiin lähtökohtiini ja tarkastelelin yläluokkia niihin pohjautuen. Viimeisenä yhdistelin aineistosta ja teoreettisista lähtökohdista kokoamiani yläluokkia yhteen ja muodostin niille yhteisiä kokoavia käsitteitä.

Tämän jälkeen analysoin eläytymismenetelmän kautta keräämäni aineiston. Kehyskertomuksista etsin samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia työpajasta keräämäni aineiston suhteen. Huomasin, että kehyskertomuksista nousi esille samoja teemoja kuin työpajastakin, mutta myös eroavaisuuksia löytyi. Huomasin, että työpajasta nousi esille vahvemmin sosiaaliset ja terveydelliset tekijät, kuten se, että kansalaisopiston toimintaan halutaan osallistua, koska halutaan uusia ystäviä tai ylläpitää omaa hyvinvointia. Kehyskertomukset taas nostivat esille vahvemmin konkreettisia asioita unelmien kansalaisopistosta, kuten ajatuksia tilojen ja kurssien suhteen. Kehyskertomuksista ei noussut erilaisia teemoja toisiinsa nähden, vaan samat teemat toistuivat molemmissa kehyskertomuksissa. Tähän saattoi vaikuttaa se, että osa vastaajista vastasi molempiin kehyskertomuksiin, mutta en usko tällä olleen suurta vaikutusta, koska molempiin kehyskertomuksiin vastaajia oli 14 ja suurin osa eli 49 vastasi vain yhteen kehyskertomukseen. Nämä kaksi erilaista aineistonkeruumenetelmää tukivat toisiaan, mutta toivat tutkimukseni kannalta esille myös toisiaan täydentäviä tuloksia.

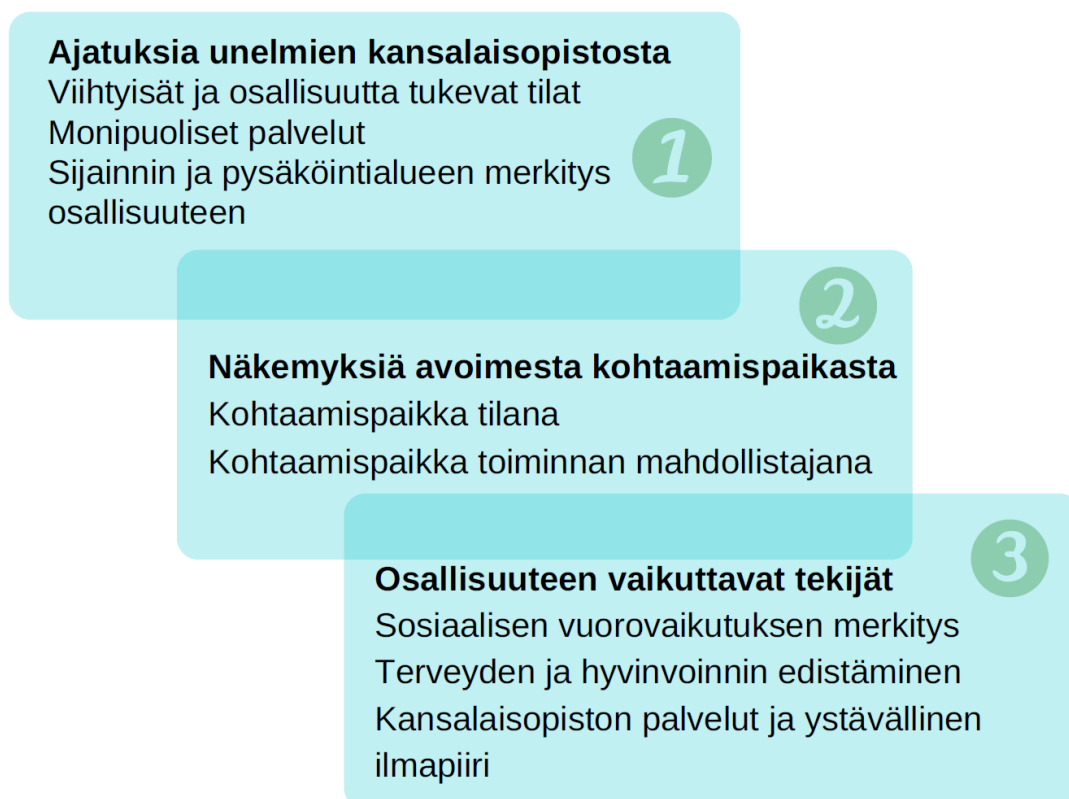
Aineistoni jakaantui kolmeen eri yläluokkaan 1) ajatuksia unelmien kansalaisopistosta, 2) näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta ja 3) osallisuuteen vaikuttavat tekijät. Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta yläluokan alaluokkia ovat viihtyisät ja osallisuutta tukevat tilat, monipuoliset palvelut sekä sijainnin ja pysäköintialueen merkitys osallisuuteen. Näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta yläluokan alaluokkia ovat kohtaamispaikka tilana ja kohtaamispaikka toiminnan mahdollistajana. Osallisuuteen vaikuttavat tekijät yläluokan alaluokkia ovat sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys, terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä kansalaisopiston palvelut ja ystävällinen ilmapiiri.

Analysoinnin toista vaihetta seuraa analysoinnin kolmas vaihe eli käsitteellistäminen. Tässä vaiheessa erotetaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto ja valikoidun tiedon pohjalta muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Käsitteellistämässä edetään alkuperäisinformaatiosta teoreettisiin käsitteisiin sekä johtopäätöksiin.

Käsitteellistämistä jatketaan luokituksia yhdistelemällä niin kauan kuin se on aineiston sisällön näkökannalta mahdollista. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–126.) Kolmannessa vaiheessa nostin aineistosta esille tutkimukseni kannalta olennaisen tiedon ja muodostin valikoidun tiedon pohjalta teoreettisia käsitteitä, joita käsittelemän opinnäytetyöni teoriaosuudessa. Olennaista tietoa oli se, mikä liittyi tutkimuskysymyksiini, kuten se, että osallistuminen tuotti hyvinvointia tai sosiaaliset kontaktit lisääntyivät toimintaan osallistumisen myötä. Analysoinnin jokaisessa vaiheessa pidin mielessäni asettamani tutkimuskysymykset ja etsin aineistosta vastauksia niihin.

6 UNELMIEN KANSALAI SOPISTO TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN EDISTÄJÄNÄ

Tässä luvussa esittelen tutkimukseni tulokset keräämäni aineiston pohjalta. Etsin aineistoista erilaisia ilmauksia, samankaltaisuuksia sekä eroavaisuuksia, joista muodostin erilaisia alaluokkia. Tämän jälkeen yhdistelin toisiinsa liittyvät alaluokat yhteen ja muodostin niistä yläluokkia. Aineistoni jakaantui kolmeen eri yläluokkaan 1) ajatuksia unelmien kansalaisopistosta, 2) näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta ja 3) osallisuuteen vaikuttavat tekijät. Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta yläluokan alaluokkia ovat viihtyisät ja osallisuutta tukevat tilat, monipuoliset palvelut sekä sijainnin ja pysäköintialueen merkitys osallisuuteen. Näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta yläluokan alaluokkia ovat kohtaamispaikka tilana ja kohtaamispaikka toiminnan mahdollistajana. Osallisuuteen vaikuttavat tekijät yläluokan alaluokkia ovat sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys, terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä kansalaisopiston palvelut ja ystävällinen ilmapiiri (kuvio 4).

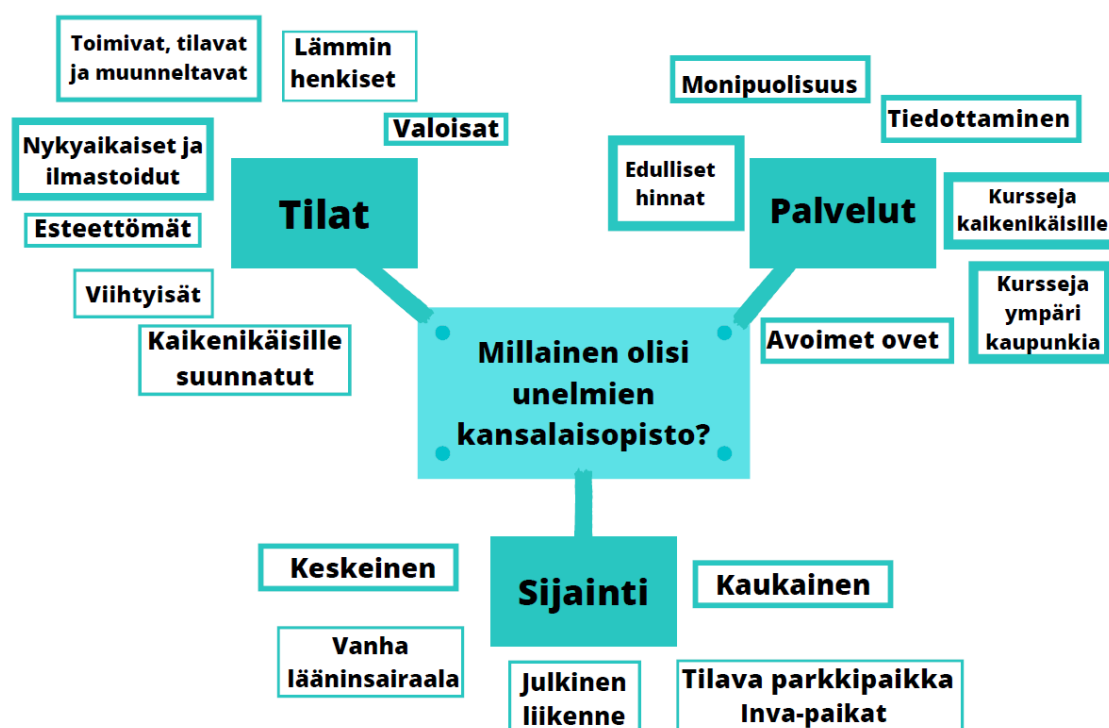


KUVIO 4. Aineiston jakaantuminen ylä- ja alaluokkiin

6.1 Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta

6.1.1 Viihtyisät ja osallisuutta tukevat tilat

Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen siitä, millainen olisi unelmien kansalaisopisto vuonna 2030? Lähdin hakemaan vastauksia työpajan ensimmäisen teeman eli millainen olisi unelmien kansalaisopisto ja kehyskertomusten kautta. Tutkimusaineistosta nousseet unelmien kansalaisopistoon liittyvät teemat olivat hyvin konkreettisia asioita siitä, millainen uuden kansalaisopiston tulisi olla tilojen, palvelujen ja sijainnin suhteen (kuvio 5).



KUVIO 5. Unelmien kansalaisopisto tutkimukseen osallistuvien näkökulmasta

Tutkimuksen mukaan näiden konkreettisten asioiden (tilat, palvelut ja sijainti) merkitys on osallisuuden kannalta tärkeä, sillä esimerkiksi viihtyisät tilat sekä monipuoliset palvelut motivoivat ihmisiä osallistumaan. Toimintaan osallistuminen lisäsi esimerkiksi ihmisten sosiaalisia kontakteja sekä hyvinvointia. Osa toimintaan osallistujista halusi esimerkiksi vahvistaa sosiaalisia kontaktejaan ja toiset nauttivat rauhassa olemisesta, ja sen myötä tukivat omaa jaksamistaan.

”Viihtyisät tilat, parantaa motivaatiota ja intoa.”

”Halutessaan tilat mahdollistavat myös rauhassa itsekseen oleminen.”

Tutkimuksen mukaan tiloilla vaikutti olevan suuri merkitys viihtyvyyteen, osallistumiseen ja kansalaisopiston palvelujen käyttämiseen. Tilojen toivotaan olevan viihtyisiä, valoisia, tunnelmallisia ja kaikenikäisille suunnattuja. Tilojen toivotaan luovan lämminhenkisen ympäristön, johon on mukava tulla seurustelemaan ja harrastamaan. Tilojen ei tule olla liian juhlallisia, vaan tavallisille taviksille sopivia. Osittain tiloilta odotetaan myös modernia ja uudenaikaista ilmettä, kuitenkin siten, että remontti on toteutettu vanhaa miljöötä kunnioittaen. Viihtyisyyden lisäämiseksi tiloihin toivottiin viherkasveja ja mahdollisesti jonkinlaista näyttelyä miljöön historiasta, johon voisi vapaasti tutustua kansalaisopistolla käydessä. Sisustuksessa voisi hyödyntää kierrätysmateriaaleja ja lisäksi kaikissa tiloissa tulisi olla käytössä wifi.

”Tilat ja käytettävät laitteet ovat nykyaikaiset, viihtyisät ja toimivat.”

”Sairaala-alueen historiaa kunnioittava remontti tehtynä.”

”Ympäristö olisi rauhallinen ja tunnelmallinen ja väriä voisi myös käyttää.”

”Tilat ovat tilavat ja ennen kaikkea valaistut.”

”Valoista, lämminhenkinen ympäristö.”

Tutkimuksen mukaan yleisiltä tiloilta odotetaan toimivuutta, tilavuutta ja tilojen muunneltavuutta. Yleisissä tiloissa tulisi olla aula, jossa olisi infopiste, josta voisi tarvittaessa saada neuvoja. Lisäksi aulassa voisi olla televisioruutu, joka antaa kävijöilleen tietoa. Yleisiin tiloihin toivottiin myös riittävästi istumapaikkoja, naulakoita ja siistejä wc-tiloja. Yleisissä tiloissa voisi olla tietokoneen käyttömahdollisuus ja vesipisteitä. Lisäksi tilojen tulisi olla esteettömät, jotta kaikkiin tiloihin pääsisi esteettömästi. Tiloissa tulisi olla myös selkeät ohjeistukset, jotta löytyy helposti se tila, johon on menossa. Lisäksi tutkimus toi esille, että tiloihin toivottaisiin aistihuoneita ja luentosalia. Yleisten tilojen suhteen tutkimuksessa korostui selvästi se, että tilojen tulisi olla sellaiset, joissa voisi viettää aikaa myös kurssien ulkopuolella. Esille nousi se, että tilojen toivottiin mahdollistavan itsekseen

olemisen, mutta myös ystävien kanssa seurustelun. Yleisten tilojen toimiessa niin ystävien kohtaamispaikkana kuin itsekseen olemisen mahdollistajana, vahvistavat tilat ihmisten välistä sosiaalista vuorovaikutusta kuin myös oman hyvinvoinnin tukemista.

”Naulakot, peilit, istumapaikkoja käytävillä.”

”Hyvä luentosali, jossa pidetään vaihtelevia luentoja aiheesta kuin aiheesta.”

”Selkeät ohjeistukset (kyltit).”

”Ihanaa olisi myös muutama aistihuone. Toinen voisi olla maanläheinen, jossa vihreää kasvillisuutta, linnun ääniä ja muita luonnonääniä, kuten veden solinaa ja tuulen henkäystä. Ja toinen, jossa olisi rauhallinen tunnelma ja pehmeitä materiaaleja, jossa voisi rauhoittua ja haistella erilaisia tuoksuja.”

”Tilat ja materiaalit sopivat erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden toimintaan.”

”Täytyy olla esteettömät tilat ja esteetön pääsy joka paikkaan.”

”Wc-tilat ovat siistit ja toimivat.”

Tutkimustuloksista nousi selvästi esille, että ryhmätilojen tulisi olla tilavia, hyvin ilmastoituja, valoisia sekä viihtyisiä. Ryhmätiloissa tulisi olla hyvä äänentoista ja äänieristys. Ryhmätilojen lähellä tulisi olla tilavat pukuhuoneet, jonne olisi helppo jättää ylimääräinen tavara ja vaihtovaatteet. Pukuhuoneissa tulisi olla myös peseytymismahdollisuus. Tuloksista nousi esille, että uudelle opistolle toivotaan ainakin kuntosalia, lämmintä joogasalia, ompeluhuoneita ja kieliryhmille tiloja. Kuntosalille voisi olla avoimia käyttövuoroja ja lisäksi toivottiin, että kursseilla tarvittavia välineitä olisi riittävästi, kuten esimerkiksi ompelukoneita ja jumppamattoja. Jumppatilojen seinillä olisi hyvä olla peilejä ja jumppasalin lattian tulisi olla lämmin. Puutyötiloilta toivotaan, että kurssilaisilla olisi mahdollisuus säilyttää omia keskeneräisiä töitä puutyötiloissa. Ryhmätilat voisivat olla helposti muunneltavissa, kuten esimerkiksi jumppasaliin voisi saada helposti katsomon.

”Ryhmätiloissa hyvä äänentoista ja akustointi.”

”Ilmavat, valoisat ja hyvän ilmavaihdon omaavat liikuntasalit.”

”Uusi hieno kuntosali, jossa hyvät ja uudet laitteet.”

”Väljät tilat ja lämmin lattia, ei kova parkettilattia.”

6.1.2 Monipuoliset palvelut

Tutkimuksen mukaan uudelle kansalaisopistolle odotetaan monipuolista kurssitarjontaa. Kurssien toivotaan olevan kiinnostavia ja ilmapiiriltään avoimia, lämminhenkisiä ja viihtyisiä. Uusien kansalaisopiston tilojen lisäksi kursseja toivotaan järjestettävän edelleen ympäri Seinäjokea, jotta kurssit ovat lähellä kaikkia käyttäjiä ja helposti asukkaiden saavutettavissa. Koko lukukauden kestävien kurssien lisäksi voisi olla enemmän myös lyhytkursseja.

”Kansalaisopiston kurssitarjonta on monipuolista ja sieltä löytyy myös itselleni mieluista ohjelmaa: musiikkia, taidetta ja käsitöitä.”

”Kurssin sisältö oli innostava ja rikastuttava. Kurssin ilmapiiri leppoisaa ja riemukasta.”

”Eri puolilla kaupunkia järjestetään → kaikille hyvin saavutettavissa.”

”Mukavia kursseja. Matalakynnys tulla mukaan.”

”Kursseja, joissa opetetaan asioita/saa jonkun pätevyyden omassa työelämässä tarvitsemiin asioihin liittyen. Kursseja omakotitaloasujan rakentamiseen/pihan rakentamiseen liittyviä asioita.”

Ajankohtaisia ja sopivia kursseja tulee järjestää kaikenikäisille. Kursseja tulisi järjestää aamupäivisin, iltapäivisin ja iltaisin. Huomioon tulisi ottaa myös vuorotyöläiset ja erityistä tukea tarvitsevat osallistujat. Osittain toivottiin sitä, että kurssit jatkuisivat keväällä pidemmälle ja kesäisinkin voisi olla enemmän jotakin toimintaa. Kurssien ryhmäkokoihin tulisi kiinnittää huomiota ja kursseille tulisi ottaa sopivasti osallistujia. Vanhojen hyvien kurssien toivotaan säilyvän, mutta uusiakin kursseja voisi aina olla, kuten terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä kursseja. Toisinaan ihmisiä harmittaa, kun eivät mahdu johonkin kurssille mukaan. Tutkimuksessa nousi esille useasti se, että kursseja tulee järjestää kaikenikäisille. Tämä on erittäin tärkeä asia osallisuuden näkökulmasta, sillä järjestäessä toimintaan kaikenikäisille, voidaan toimintaan saada mukaan sellaisiakin ihmisiä, jotka eivät

vielä ole kansalaisopiston opiskelijoita. Kansalaisopiston onkin tärkeää pohtia sitä, haluavatko he saada esimerkiksi jotakin tiettyä ikäryhmää enemmän toimintaan mukaan. Tämän myötä olisi mahdollisuus saada esimerkiksi nuoria aikuisia enemmän mukaan toimintaan ja mahdollistaa heidän sosiaalisten suhteidensa sekä hyvinvointinsa vahvistuminen.

”Kansalaisopisto tarjoaa ajankohtaisia kursseja myös nuorisolle. Ajankohtaista, monipuolista ja kiinnostavaa ohjelmaa kaikenikäisille.”

”Kansalaisopiston tarjonta oli monipuolista ja sieltä löytyi sopivat ryhmät myös erityistä tukea tarvitseville osallistujille. Kurssin sisältö on suunniteltu vastaamaan ryhmäläisten tarpeita ja se on mukautettavissa jokaisen tarpeiden mukaan. Ryhmien osalta pyritään jatkuvuuteen ja kiinnitetään huomiota ryhmäkokoihin sekä ryhmäläisten tarpeisiin. Huomioidaan erityistarpeet sekä mahdollinen avustajan mukanaolo.”

”Ryhmäkoot. Aluksi syksyllä kurssit täynnä, muutaman viikon päästä selviä poisjääntejä, voisiko myöhemmin kutsua varasijoilta pienellä alennuksella kesken lukukauden.”

”Vaihtelevat teemat tunneilla, mielenkiinto pysyy korkealla.”

”On vanhat hyvät kurssit, mutta uusiakin on kivasti. Esim. kirjoittajakursseja lisää.”

Ennen lukukauden alkua toivotaan, että kansalaisopisto järjestäisi jonkinlaisen avoimien ovien päivän, jolloin ihmiset saisivat tulla etukäteen tutustumaan eri kurssien sisältöihin. Avoimien ovien päivässä voisi olla esimerkiksi lyhyitä näytetunteja kursseista ja lisäksi kurssin opettaja olisi paikalla kertomassa tarkemmin kurssin sisällöstä. Avoimien ovien myötä ihmisen voisivat innostua kursseista ja halu osallistua toimintaan lisääntyä. Ihmisillä voisi avoimien ovien myötä olla myös matalampikynnys osallistua toimintaan, kun ovat jo päässeet tutustumaan kursseihin ennen niihin ilmoittautumista.

”Tutustumispäivä → silloin innostuu paremmin.”

”Avoimien ovien päivä voisi houkutella.”

”Kansalaisopisto järjestää mahdollisuuden tutustua kurssitarjontaansa antamalla näytetunteja kiinnostuneille järjestämässään avoimien ovien päivässä.”

Tutkimuksen mukaan tiedottamista pidetään tärkeänä osana kansalaisopiston palveluja. Tiedottamiselta toivotaan sujuvuutta, ajantasaisuutta ja näkyvyyttä. Ennen lukuvuoden alkua tulisi alkavista kursseista tiedottaa hyvissä ajoin ja mahdollisesti usean eri kanavan kautta. Tällöin mainonta tavoittaisi mahdollisimman monen. Tietoa olisi hyvä saada usean eri kanavan kautta, koska esimerkiksi toiset seuraavat sosiaalista mediaa ja toiset lehti-ilmoituksia.

”Kansalaisopiston mainonta oli niin näkyvää, että huomasin uuden kauden alkamisen ja kiinnostuin tarjonnasta.”

”Tietojen saatavuus eri lähteistä.”

”Hyvät mainokset kursseista.”

”Kursseista on hyvät, selkeät kuvaukset.”

Tärkeänä osana tiedottamista nousi esille myös lukukauden aikana eri kursseilla tapahtuvien muutosten tiedottaminen. Kursseja koskevien muutosten tiedottamiselta odotetaan ajantasaisuutta ja selkeyttä. Lisäksi kurssien sisältöjen tiedottamiselta ennen lukukauden alkua toivotaan selkeyttä, kattavuutta ja monipuolisuutta.

”Kun pääsee kurssille, niin sieltä tulee hyvin infoa viestillä, jos kerta peruuntuu, on loma tai pitää olla mukana jotain tiettyä.”

”Kurssien sisältö oli kuvattu esitteissä kattavasti. Nimen ja opettajan lisäksi kursseista kerrottiin kurssin sisällön keskeiset teemat, toteuttamistavat ja tavoitteet.”

”Kurssien edetessä tiedottaminen muutoksista tai huomioitavista asioista tulivat selkeästi ja ajantasaisesti myös lasten ryhmistä vanhemmille.”

Tutkimuksessa nousi esille hinnan ja ilmoittautumisen merkitys osallistumiseen. Osa vastaajista kokee, että ilmoittautuminen netissä on helppoa, kun taas osa toi esille, että ilmoittautuminen netin kautta on haastavaa esimerkiksi eläkeläiselle.

”Ilmoittautuminen netissä eläkeläiselle hankalaa.”

”Ilmoittautuminen on helppoa ja hyvään aikaan netissä.”

Kurssien lukukausihinnat koetaan edullisiksi ja toivotaan, että myös jatkossa kurssien hinnat pysyvät edullisina. Hinnan suhteen toivotaan, että esimerkiksi eläkeläiset, työttömät ja opiskelijat saisivat kurssit edullisempaan hintaan kuin muut. Lisäksi ajatuksia nousi myös siitä, jos esimerkiksi pariskunnasta toinen osallistuu kurssille, niin myös toinen pääsisi mukaan samalle kurssille hieman edullisemmin. Ideoita hinnan kohdalla tuli myös sen suhteen, että aktiivisetkin kävijät palkittaisiin esimerkiksi bonuspisteillä, joiden kautta he voisivat saada esimerkiksi seuraavana vuonna jonkin kurssin edullisemmin. Lisäksi esille nousi perhe-/sisarusalennus ja maksaminen eri maksutavoilla kuten Smartum-seteileillä. Osittain toiminta voisi olla jopa ilmaista esimerkiksi joidenkin tapahtumien tai luentojen suhteen. Hintaan vaikuttaa varmasti monikin asia, mutta ihmiset pitivät kansalaisopistoa edullisena mahdollisuutena harrastaa. Edullisuutensa ansiosta monilla ihmisillä on mahdollisuus päästä osallistumaan toimintaan. Kansalaisopisto mahdollistaa edullisten hintojen ansiosta esimerkiksi työttömien, opiskelijoiden sekä eläkeläisten osallistumisen toimintaan edullisesti. Osallistumisen myötä, voidaan tukea esimerkiksi yksinäisen eläkeläisen hyvinvointia sekä sosiaalisia kontakteja.

”Hinta tarpeeksi alhainen, voi ottaa useamman piirin, johon ilmoittautuu.”

”Halpa osallistumismaksu esimerkiksi työttömille.”

”Perheille käytössä perhe-/sisarusalennus.”

6.1.3 Sijainnin ja pysäköintialueen merkitys osallisuuteen

Tutkimuksen mukaan uuden kansalaisopiston sijainti koetaan osittain keskeisenä ja osittain kaukaisena. Tähän vaikuttaa varmasti tutkimukseen osallistuvien oma asuinpaikka suhteessa uuden kansalaisopiston sijaintiin. Lisäksi toivotaan, että julkisella liikenteellä pääsee perille asti. Uusi kansalaisopisto sijaitsee vanhan lääninsairaalan alueella ja tämä luo toiminnalle erilaisia mahdollisuuksia ja rajoituksia. Vanhan lääninsairaalan alue tarjoaa hienot puitteet ja mahdollisuudet harrastamiselle. Toisaalta taas sijainti keskellä kaupunkia, saattaa toisille olla liian kaukainen ja tämän vuoksi osallistuminen ei onnistu. Tämän vuoksi onkin tärkeää, että kurssveja järjestetään edelleen ympäri kaupunkia. Tällöin kaikilla

kaupungin asukkailla on mahdollisuus osallistua toimintaan kansalaisopiston sijainnista riippumatta.

”Julkinen liikenne perille asti.”

”Keskeinen sijainti.”

”Liian kaukana, ei pääse paikalle.”

”Maantieteellinen sijainti voi olla haaste.”

Pysäköintialueen suhteen toivotaan tilavia parkkipaikkoja, joita on riittävästi. Lisäksi parkkipaikkojen odotetaan olevan ilmaisia tai parkkikiekollisia. Mikäli parkkipaikat ovat kiekollisia, niin pysäköintiajan tulisi olla vähintään 4 tuntia. Parkkipaikoilta toivotaan myös mahdollisuutta auton lämmityksen. Lisäksi invapysäköinnin tulee olla hyvin järjestetty ja invapaikkoja on oltava riittävästi. Osa kävijöistä kulkee myös polkupyörällä, joten pysäköintialueelle toivotaan hyviä ja riittäviä telineitä polkupyörien pysäköintiä varten.

”Hyvät ja maksuttomat parkkipaikat.”

”Riittävästi parkkikiekollista pysäköintitilaa.”

”Tilava ja iso parkkipaikka.”

”Hyvät ja riittävät pyörätelineet.”

6.2 Näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta

6.2.1 Kohtaamispaikka tilana

Työpajan toinen teema rakentui toisen tutkimuskysymyksen mukaisesti eli millainen voisi olla uuden kansalaisopiston avoin kohtaamispaikka? Työpajan kautta lähdin hakemaan vastauksia siis kysymykseen millainen voisi olla uuden kansalaisopiston avoin kohtaamispaikka ja mitä siellä voisi tehdä (kuvio 6 ja 7). Lisäksi aineistoa kertyi kehyskertomusten kautta. Tutkimuksessa nousi selkeästi esille konkreettisia asioita, siitä millainen avoimen kohtaamispaikan tulisi olla ja mitä

siellä voisi tehdä. Aineistosta tuli esille kohtaamispaikan merkitys myös osallistumisen, sosiaalisten suhteiden ja hyvinvoinnin näkökulmasta. Kohtaamispaikalla nähtiin olevan merkitystä oman hyvinvoinnin ja sosiaalisten suhteiden ylläpidossa sekä uuden oppimisessa. Nämä asiat tulivat esille esimerkiksi sen myötä, että kohtaamispaikan toivottiin olevan kaikenikäisille sopiva ja sinne saisi tulla seurustelemaan sekä tapaamaan muita ihmisiä. Lisäksi toivottiin, että kohtaamispaikassa järjestettäisiin erilaisia luentoja, tapahtumia ja vertaisryhmiä, joiden myötä ihmisillä olisi mahdollisuus uuden oppimiseen. Näiden asioiden kautta voitaisiin esimerkiksi omalta osaltaan vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen.

”Helppo kohtaamispaikka ja kahvio on kiva.”

”Tila, johon voisi vain tulla.”

”Ei liian juhlallinen ja hieno, vaan tavallisille taviksille.”

”Eri ikäiset uskaltaa ja voi tulla.”

”Kansalaisopiston tilat ovat toimivat ja nykyaikaiset. Ne toimivat eri ikäisten ihmisten viihtyisänä kohtaamispaikkana.”

”Ohjattua/säestettyä laulamista kaikenikäisille. Se tekee hyvää mielen terveydelle.”

Tutkimuksen mukaan uudella kansalaisopistolla tulisi olla kahvio, joka voisi olla mahdollisesti kohtaamispaikan yhteydessä. Kohtaamispaikkaan voisi kuitenkin tulla, vaikka kahviosta ei mitään ostaisikaan. Kahviossa voisi olla tarjolla myös keittoja tai salaatteja. Kohtaamispaikassa voisi käydä seurustelemassa ja tapaa-massa ystäviä ja samalla nauttia kahvia tai muuta juomaa ja pientä purtavaa. Kohtaamispaikasta ja kahviosta odotetaan viihtyisää, avointa ja kaikenikäisille, niin nuorille, työikäisille kuin ikääntyneillekin, sopivaa seurustelupaikkaa. Kahvion ja kohtaamispaikan toivotaan olevan hyvin avoinna aamusta iltaan. Kohtaamispaikassa voisi olla sohvaryhmiä, joissa on mukava istuskella ja rupertella. Sisustuksessa voisi hyödyntää kierrätyshuonekaluja.

”Hyvät sohvut ja nojatuolit.”

”Siellä voisi olla kahvila kohtaamiselle.”

”Viihtyisä, kierrätyshuonekaluista sisustettu ”soppi”.”

”Avoin myös kesäaikana.”

”Matalan kynnyksen keittiö, ravintola.”



KUVIO 6. Avoin kohtaamispaikka tutkimukseen osallistuvien näkökulmasta

6.2.2 Kohtaamispaikka toiminnan mahdollistajana

Uuden kansalaisopiston kohtaamispaikkaan toivotaan erilaisia aktiviteettimahdollisuuksia, kuten lehdenluku mahdollisuutta, tietokonetta, televisiota ja pelejä sekä pelikortteja (kuvio 7). Kohtaamispaikassa voitaisiin järjestää erilaisia avoimia yleisötilaisuuksia, vertaisryhmiä tai keskustelutilaisuuksia. Lisäksi voitaisiin järjestää pienimuotoisia esityksiä, konsertteja tai yhteislaulua. Kohtaamispaikassa tulisi olla hyvä äänentoistolaitteisto mahdollista musiikin kuuntelua ja tapahtumia varten. Lisäksi toivottiin erilaisia hyvinvointiin ja terveyteen liittyviä luentoja tai kursseja, kuten rentoutushetkiä, omankehon tuntemiseen ja stressinhallintaan liittyviä luentoja sekä parisuhdeasioita. Kohtaamispaikassa voitaisiin järjestää yhteisiä illanviettoja musiikin, elokuvien, esiintyjän tai näytelmän parissa. Kohtaamispaikan yhteiset tapahtumat mahdollistaisivat ihmisten osallistumisen ilman sitoutumista pidempiaikaiseen toimintaan. Kohtaamispaikkaan voisi tulla ystävien kanssa viettämään aikaa ja tämän myötä vahvistaa omia sosiaalisia kontakteja. Kohtaamispaikka tarjoaisi mahdollisuuden myös uusiin ihmisiin

tutustumiseen. Lisäksi luentojen tai tapahtumien myötä ihmisillä olisi mahdollisuus uuden oppimiselle.

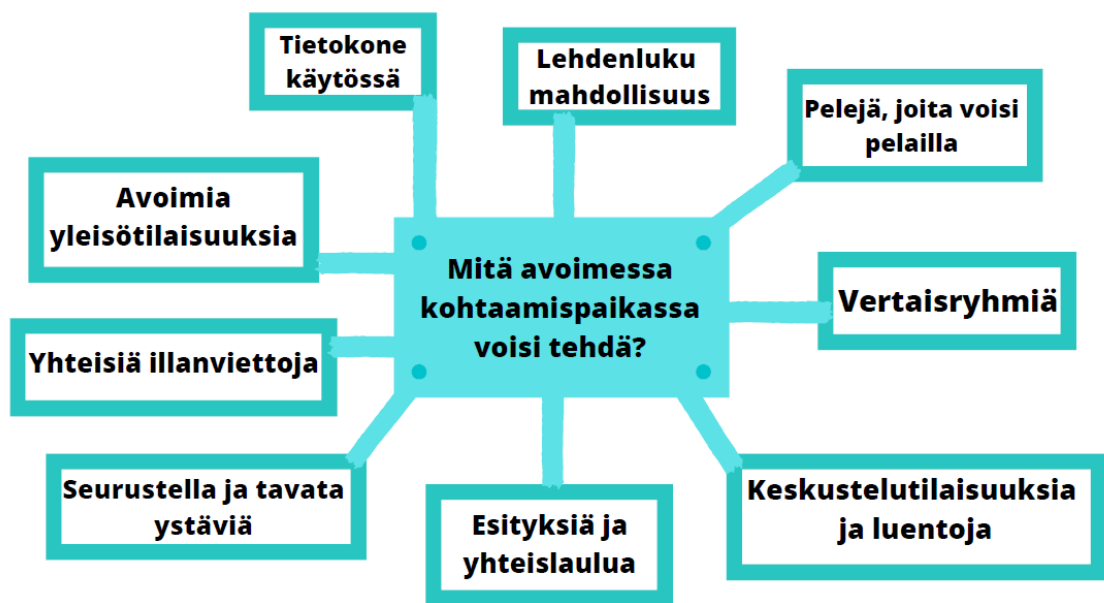
”Ilmainen tietokone käyttöön. Paikalla apu, joka ohjaa.”

”Yhteiset illanvietot; musiikkia, esiintyjä, näytelmiä.”

”Terveysluentoja: ”Kiireen poistoa”.”

”Rentoutushetkiä ihan kaikille.”

”Erilaisia vertaisryhmiä.”



KUVIO 7. Tutkimukseen osallistuvien näkemyksiä siitä, mitä avoimessa kohtaamispaikassa voisi tehdä

Kansalaisopiston avoimen kohtaamispaikan merkitystä tukee esimerkiksi Vainionpää-Seilon (2016) tekemä tutkimus. Tutkimuksessa nousee esille yhteisöllisen kylätalon merkitys. Kyläläiset kokivat tärkeinä yhteisöllisen toiminnan perusteina fyysiset kokoontumispaikat eli kylätalot. Kylätalon toiminnassa erityisen tärkeää on, että kylätaloissa järjestetään toimintaa koko vuoden. Toiminnan kautta kylien vireys pysyy yllä. Tutkimusaineiston mukaan kyläyhdistyksissä toimiminen tuottaa kyläläisille yhteisöllisiä kokemuksia, hauskoja hetkiä ja ystävyysuhteita. (Vainionpää-Seilo 2016, 34–43.)

6.3 Osallisuuteen vaikuttavat tekijät

6.3.1 Sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys

Kolmanteen tutkimuskysymykseeni eli mitkä asiat saavat ihmiset osallistumaan kansalaisopiston toimintaan? Lähdin hakemaan vastauksia työpajan kolmannen teeman eli mitkä asiat saavat sinut osallistumaan ja mitkä asiat tekevät kansalaisopistosta helposti lähestyttävän sekä kehyskertomusten kautta. Työpajan ja kehyskertomusten kautta esille nousevat teemat liittyivät sosiaaliseen vuorovaikutukseen, terveyteen ja hyvinvointiin sekä kansalaisopiston palveluihin ja ilmapiiriin (kuvio 8). Työpajan kautta nousi erityisesti esille terveys ja hyvinvointi sekä sosiaaliset kontaktit, kun taas kehyskertomukset toivat esille enemmän kansalaisopiston palveluihin ja ilmapiiriin liittyviä asioita.



KUVIO 8. Osallisuuteen vaikuttavat tekijät

Tutkimuksen mukaan osallistumiseen vaikutti sosiaalisen vuorovaikutuksen ja seurustelun mahdollisuus muiden ihmisten kanssa. Kansalaisopiston toimintaan osallistumisen kautta sai siis seuraa ja uusia ystäviä. Lisäksi esille nousi se, että toimintaan osallistuminen mahdollistaa sen, ettei jää yksin ja osallistuminen pitää ihmisen aktiivisena. Toimintaan osallistumisen nähtiin siis mahdollistavan sosiaalisia suhteita sekä vähentävän yksinäisyyttä.

”Yksinäisyys → saa mennä vain, ei jäisi yksin.”

”Saan uusia, mieluisia sosiaalisia kontakteja.”

”Ihminen ei saa pysähtyä; musta ei tuu mummo, joka istuu keinutuolis ja kutoo.”

”Mukavat opiskelukaverit lisää viihtyvyyttä.”

Tutkimustulosten mukaan kurssien ja ryhmien ilmapiiri vaikutti omalta osaltaan osallistumiseen. Mukavaa kurssiryhmää pidettiin tärkeänä osana osallistumista. Kannustavat ja innostavat ryhmät houkuttelevat jatkamaan toimintaan osallistumista. Lisäksi esille nousi se, että ihmiset voisivat houkutella omia ystäviään mukaan toimintaan ja sen myötä saada toimintaan mukaan uusia ihmisiä.

”Mukavia hetkiä esimerkiksi ryhmissä ollessa.”

”Houkuttelevat ryhmät.”

”Ystävät houkuttelisivat; vertaismarkkinointia.”

”Ryhmähenki muodostui kannustavaksi, sitoutuneeksi ja innostavaksi.”

Bell-hanke tuo esille samanlaisia tuloksia kuin oma tutkimukseni. BeLL-hankkeen tutkimuksen tulokset osoittavat, että vapaan sivistystyön opinnot edistävät opiskelijoiden kokemusten mukaan sosiaalisia verkostoja, sosiaalista vuorovaikutusta ja opiskelijat saavat uusia ystäviä. Monet tutkimukseen osallistuvista toivat esille kurssien kautta löytämänsä uudet kontaktit ja mahdollisuuden tavata uusia ihmisiä. (Sgier ym. 2014, 27–30.)

6.3.2 Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen

Tutkimuksen mukaan hyvinvointiin ja terveyteen liittyvät hyödyt vaikuttavat toimintaan osallistumiseen. Osallistumisen myötä halutaan pitää huolta omasta terveydestä ja hyvinvoinnista. Lisäksi eläkkeellä on esimerkiksi lisääntyntä vapaa-aikaa, joten kansalaisopiston toimintaan halutaan osallistua. Osallistuminen pitää aktiivisena niin henkisesti kuin fyysisestikin. Toimintaan osallistuminen vahvistaa ihmisten terveyttä sekä hyvinvointia. Tämän vuoksi olisikin tärkeää saada opiskelijoiksi myös esimerkiksi hankalammassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä.

”Pysyy elämän syrjässä kiinni.”

”Pitää virkeänä ja pitää henkisesti ja fyysisesti liikkeessä.”

”Matalakynnys. Ei vaadita; huippuosaamista, -kuntoa tai -taitoja.”

”Oman hyvinvoinnin ylläpito.”

Mannisen ym. (2019) tekemässä tutkimuksessa terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä koettuja hyötyjä tuli esille fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin saralla ja terveyskäyttäytymisessä. Fyysisinä hyötyinä koettiin liikunta ja terveyshyödyt, kuten niska-hartiaseudun kunnossa pysyminen ja lihasvoimat. Henkisen hyvinvoinnin hyötyinä koettiin esimerkiksi parempi jaksaminen arjessa ja työssä sekä stressin vähentyminen. (Manninen ym. 2019, 78–81.)

6.3.3 Kansalaisopiston palvelut ja ystävällinen ilmapiiri

Tutkimuksen mukaan henkilökunta oli yksi merkittävä tekijä osallistumiseen. Koko henkilökunnan tulee olla avoimia ja helposti lähestyttäviä. Kurssien opettajien toivotaan olevan ammattitaitoisia, ystävällisiä, motivoituneita ja kannustavia. Lisäksi toivotaan avoimuutta henkilökunnan ja asiakkaiden kesken. Asiakaspalvelun toivotaan olevan iloista ja rentoa. Kurssien kohdalla osallistumista lisää ilmapiiriin lisäksi myös kurssien kiinnostavuus ja monipuolisuus. Lisäksi kurssien aiheet ja kurssien sijainti vaikuttavat osallistumiseen. Osallistumiseen kurssien suhteen vaikuttaa myös edullinen hinta ja se, että osallistuja hyötyy itse opinnoista ja oppii uutta.

”Ammattitaitoiset opettajat.”

”Helposti lähestyttävä henkilökunta.”

”Hyvä ohjaaja - ehdottomasti ja kannustava.”

”Aihe vaikuttaa osallistumiseen.”

”Kursseja järkätään ympäriinsä, asuinpaikasta riippumatta on helppo osallistua jollekin kurssille.”

”Hyötyy opinnoista ja tekemisestä.”

”Mukavaa tekemistä, mitä muualla arjessa ei ole tarjolla.

”Oppii uusia taitoja.”

Bell-tutkimus nosti myös aikuisopettajuuden arvoonsa. Tulosten mukaan opettajan persoonallisuus, asiantuntemus ja lähestymistapa ovat oppimiselle merkityksellisiä. Lisäksi ryhmän merkitys on suuri. Tulosten mukaan julkisia investointeja aikuisten oppimiseen ja erityisesti vapaaseen aikuiskoulutukseen tulisi lisätä. (Bell final report 2014, 3, 9–21; Manninen & Meriläinen n.d., 122–124; Kouvo 2014.)

6.4 Keskeisten tutkimustulosten yhteenveto

Alla olevassa kuviossa (kuvio 9) on kuvattuna tutkimukseni keskeiset tulokset. Kuvio havainnollistaa sitä, kuinka eri osa-alueilla on vaikutusta toisiinsa. Kuviossa kuvataan tutkimuksessa keskeisenä nousseet asiat liittyen unelmien kansalaisopistoon, kohtaamispaikkaan ja osallistumiseen. Keskeiset tulokset muodostavat ympyränmuotoisen kokonaisuuden, jonka kaikki osat vaikuttavat toinen toisiinsa.

Ympyrän unelmien kansalaisopisto-pala tuo esille konkreettisia asioita unelmien kansalaisopistosta, kuten tilojen ja palvelujen suhteen. Ympyrän kohtaamispaikka-pala nostaa esille niin konkreettisia kuin sosiaaliseen vuorovaikutukseenkin liittyviä asioita. Ympyrän osallistuminen-pala tuo esille kansalaisopiston sosiaalisen merkityksen ja hyvinvoinnin ylläpidon sekä uuden oppimisen ja viihtyisyyden tärkeyden. Nämä kaikki kolme palasta muodostavat yhdessä unelmien

kansalaisopiston. Tämän vuoksi palasia tulee tarkastella kokonaisuutena, sillä esimerkiksi tilojen viihtyisyys vaikuttaa osallistumiseen ja sitä kautta muun muassa myös sosiaalisten kontaktien luomiseen. Mikäli kansalaisopiston palvelut ovat käyttäjilleen mieluisia, haluavat ihmiset osallistua ja osallistumisen myötä heidän hyvinvointinsa sekä sosiaalisten suhteiden määrä mahdollisesti lisääntyy. Tämän myötä kansalaisopisto voi toimia kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistäjänä ja avoimena kohtaamispaikkana kaikille. Tästä on hyötyä niin yksilölle, kunnalle kuin yhteiskunnallekin.



KUVIO 9. Keskeisten tulosten yhteenveto

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän luvun tarkoituksena on esitellä opinnäytetyöni keskeisimmät johtopäätökset pohjautuen työni tuloksiin ja teoreettisiin lähtökohtiin. Johtopäätösten alussa tarkastelen tutkimukseni tuloksia aiempiin tutkimuksiin nähden terveyden ja hyvinvoinnin sekä sosiaalisen pääoman näkökulmasta. Tämän jälkeen tarkastelen ilmiötasolla opinnäytetyöni teoreettisia lähtökohtia suhteessa omaan tutkimukseeni ja sitä, miten ne tutkimuksessani ilmenevät. Opinnäytetyöni teoreettisia lähtökohtia ovat terveystyö, sosiaalinen pääoma ja osallisuus. Näiden näkökulmien kautta olen tehnyt johtopäätöksiä, joita käsittelen tässä luvussa.

7.1 Tulosten tarkastelua aiempiin tutkimuksiin ja näkökulmiin

Tutkimukseni tuo esille terveyden ja hyvinvoinnin merkityksen kansalaisopiston toimintaan osallistumisessa. Tutkimukseni mukaan hyvinvointiin ja terveyteen liittyvät hyödyt saavat ihmiset osallistumaan. Ihmiset haluavat osallistua, jotta he voivat pitää huolta omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan. Lisäksi osallistuminen pitää aktiivisena niin henkisesti kuin fyysisestikin. Terveyden ja hyvinvoinnin vahvistumisen vuoksi olisikin tärkeää, että kansalaisopiston toiminta tavoitaisi mahdollisimman monen kuntalaisen. Terveyden ja hyvinvoinnin lisäämisen kautta, voitaisiin tukea kuntalaisten kokonaisvaltaista hyvinvointia ja jaksamista.

Opinnäytetyöni teoreettisissa lähtökohdissa tarkastelen kansalaisopiston merkitystä kuntalaisille terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta. Aiemmat tutkimukset osoittavat, että kansalaisopiston toimintaan osallistuminen tuottaa osallistujalle terveyteen liittyviä hyötyjä. Esimerkiksi Mannisen ym. (2019) tekemässä tutkimuksessa terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä koettuja hyötyjä tuli esille fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin saralla ja terveystyötyössä. Opintojen myötä opiskelijat olivat esimerkiksi virkistyneet ja opinnot olivat vähentäneet yksinäisyyttä. (Manninen ym. 2019, 30, 78–81, 110–118.) Lehtosen (2015) tutkimus tuo puolestaan esille, että hyvinvointi lisääntyi niin fyysisen kuin henkisen hyvinvoinnin alueilla ja konkreettisesti tämä näyttötyö parempana työssä sekä arjessa jaksamisena sekä elämänlaadun paranemisena. (Lehtonen 2015, 74, 102.)

Tutkimukseni mukaan kansalaisopiston toimintaan osallistuminen mahdollistaa ihmisten väliset uudet sosiaaliset kontaktit ja ystävyysuhteet. Osallistumiseen vaikutti sosiaalisen vuorovaikutuksen ja seurustelun mahdollisuus muiden ihmisten kanssa ja kurssien hyvä ryhmähenki. Tutkimuksen mukaan toimintaan osallistumisen nähtiin mahdollistavan sosiaalisia suhteita sekä vähentävän yksinäisyyttä. Kansalaisopistolla on tärkeä merkitys sosiaalisten suhteiden näkökulmasta. Parhaimmillaan kansalaisopisto voi toimia ihmisten sosiaalisia suhteita vahvistavana toimijana ja sen myötä vaikuttaa ihmisten sosiaalisen pääoman rakentumiseen ja hyvinvoinnin vahvistumiseen.

Sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys kansalaisopiston toimintaan osallistumisessa tulee esille aiemmissakin kansalaisopiston toiminnan hyötyjä käsittelevissä tutkimuksissa. Kedon (2019) tekemä väitöstutkimus tuo esille, että sosiaalisen pääoman tuottamina vaikutuksina koettiin elämisen laadun paraneminen ja voimaantuminen. Yksi sosiaalista pääomaa edistävänä tekijänä koettiin hyvä henki. (Keto 2019, 212–218.) Kedon lisäksi Mannisen (2009) tekemän tutkimuksen mukaan osallistuminen vapaaseen aikuiskoulutukseen kehittää sosiaalisia verkostoja ja itseluottamusta sekä tarjoaa tarvittavia taitoja nykyisessä yhteiskunnasta selviytymiseen. (Manninen 2009, 2–12.)

7.2 Terveys ja hyvinvointi ilmiönä tutkimuksessani

Terveys ja hyvinvointi näyttäytyvät ilmiönä tutkimuksessani etenkin kolmen eri teeman kautta, joita ovat koettu terveys, arjessa jaksaminen ja elinympäristö (kuvio 10). Tässä luvussa käsittelen sitä, miten nämä kolme terveyteen ja hyvinvointiin liittyvää ilmiötä näyttäytyvät omassa tutkimuksessani ja sitä, mitä ne ilmiöillä teoreettisesti tarkoittavat verrattuna tutkimukseeni.



KUVIO 10. Terveys ja hyvinvointi ilmiönä tutkimuksessani

Tutkimuksessani koettu terveys näyttäytyy siten, että ihmiset haluavat osallistua kansalaisopiston toimintaan, jotta he voivat ylläpitää omaa terveyttään sekä hyvinvointiaan. Ihmiset kokevat osallistumisen vaikuttavan heidän omaan terveyteensä, joten kansalaisopistolla on tärkeä rooli ihmisen koetun terveyden edistäjänä. Koettu terveys on merkittävä tekijä, sillä toisinaan se saattaa olla merkittävämpi tekijä ihmisen hyvinvoinnin kannalta kuin terveydenhuollon antama lausunto. Opinnäytetyöni teoreettisissa lähtökohdissa käsittelen terveyttä ja hyvinvointia ihmisen koetun terveyden kautta. Huttusen (2018) mukaan ihmiset määrittelevät terveytensä omalla tavallaan ja ihmisen oma määritelmä omasta terveydestään on lopulta se tärkein. Merkittävä koetun terveyden osa on riippumattomuus sekä mahdollisuus itse päättää teoistaan sekä toimistaan. (Huttunen 2018.)

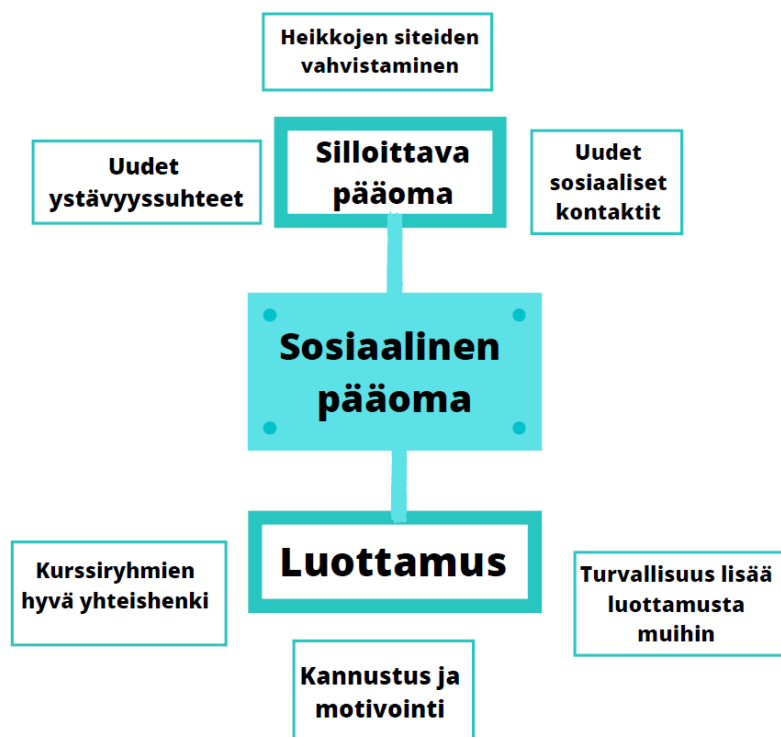
Terveys ja hyvinvointi ilmiönä nousi tutkimuksessani esille myös arjessa jaksamisen näkökulmasta. Tutkimukseni mukaan toimintaan osallistuminen pitää ihmisen virkeänä niin henkisesti kuin fyysisestikin. Ihmisen ollessa virkeämpi,

jaksaa hän arjessa paremmin. Kansalaisopiston toiminnan kautta ihmisellä on mahdollisuus saada vastapainoa esimerkiksi työelämälle. Kurenniemen (2000) mukaan fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden lisäksi terveys voidaan nähdä jaksamisena. Ihminen kykenee pakollisten asioiden lisäksi tehdä sellaisia asioita, jotka tuottavat hänelle tyydytystä. (Kurenniemi 2000.)

Lisäksi terveys ja hyvinvointi näyttäytyivät ilmiötasolla tutkimuksessani elinympäristön merkityksen kautta. Tutkimukseni mukaan esimerkiksi kansalaisopiston tiloilla ja sijainnilla on merkitystä osallistumiseen ja sen kautta hyvinvointiin. Viihtyisillä tiloilla voidaan vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin, koska viihtyisät tilat houkuttelevat ihmisiä puoleensa. Uuden kansalaisopiston avoin kohtaamispaikka tarjoaa hyvät puitteet virkistäytymiselle ja palautumiselle. Uusi kansalaisopisto sijaitsee Vanhan lääninsairaalan alueella, joka tarjoaa hyvät puitteet ja mahdollisuudet harrastamiselle. Kurenniemen (2000) mukaan elinympäristön on tärkeä tukea ihmisen terveyttä sekä mahdollistaa paikkoja virkistäytymiselle sekä palautumiselle. Terveyttä tukevalla ympäristöllä voi olla yhteys luontoon tai alueen historiaan. Hyvä elinympäristö huomioi ihmisen fyysiset, psyykkiset sekä sosiaaliset tarpeet. Lisäksi ihmisen terveyteen vaikuttaa ympäristön viihtyisyys. Viihtyisässä elinympäristössä halutaan olla, mutta epäviihtyisästä ympäristöstä halutaan nopeasti pois. (Kurenniemi 2000.)

7.3 Sosiaalinen pääoma ilmiönä tutkimuksessani

Sosiaalinen pääoma nousee ilmiönä esille tutkimuksessani etenkin silloittavan sosiaalisen pääoman ja luottamuksen näkökulmasta (kuviot 11). Tässä luvussa käsittelemme näiden kahden sosiaalista pääomaa käsittelevän ilmiön näyttäytymistä tutkimuksessani ja sitä, mitä ne ilmiötasolla tarkoittavat verrattuna tutkimukseeni.



KUVIO 11. Sosiaalinen pääoma ilmiönä tutkimuksessani

Tutkimukseni mukaan ihmiset osallistuvat kansalaisopiston toimintaan uusien sosiaalisten kontaktien mahdollisuuden vuoksi. Uusien sosiaalisten kontaktien kautta ihmiset voivat vahvistaa heikkoja siteitään eli laajentaa sosiaalisia suhteitaan lähipiirinsä ulkopuolelle. Kansalaisopiston toimintaan osallistuminen voi tuoda ihmisille uusia ystävyysuhteita, jotka tukevat ihmisen silloittavan pääoman muodostumista. Opinnäytetyöni teoreettisissa lähtökohdissa käsittelen vahvoja ja heikkoja siteitä sosiaalisen pääoman näkökulmasta. Granovetterin mukaan vahvoilla siteillä tarkoitetaan kiinteää yhteyttä lähipiiriin, kuten sukulaisiin. Heikot siteet ylittävät lähipiirin ja yhdistävät ihmisen vähemmän tuttuihin elämänpiireihin. Vahvoihin siteisiin yhdistettyä sosiaalista pääomaa sanotaan sitovaksi sosiaalisiksi pääomaksi. Heikkojen siteiden sosiaalista pääomaa sanotaan silloittavaksi. (Kajanoja 2009, 74.)

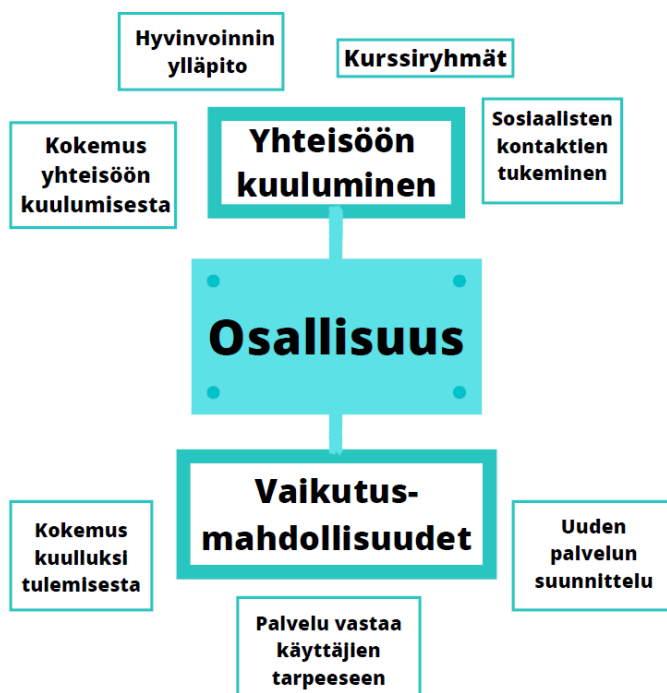
Tutkimuksessani sosiaalinen pääoma näyttäytyi luottamuksena toisia ihmisiä kohtaan. Toimintaan osallistumisen yhtenä tärkeänä tekijänä nähtiin kurssiryhmien hyvä yhteishenki. Ryhmän osallistujat kannustivat ja motivoivat toisiaan, jolloin ihmisten oli turvallista osallistua toimintaan. Tämän myötä ihmisten luottamus toisiaan kohtaan kasvoi ja ihmiset halusivat jatkaa toimintaan osallistumista.

Motivoiva ryhmä lisää ihmisten välistä sosiaalista vuorovaikutusta ja luottamuksen kautta voidaan mahdollistaa ihmisten uudet sosiaaliset kontaktit.

Putnamin mukaan sosiaalinen pääoma on yhteisön toimintaa helpottava sosiaalinen voiteluaine, sillä silloin kun ihmiset ovat tekemisissä toistensa kanssa ja luottavat toisiinsa, helpottuu myös sosiaalinen vuorovaikutus. Osallistuvat ihmiset osaavat ottaa huomioon muut ihmiset, ja he ovat empaattisempia muiden huolille. Sosiaalisella pääomalla on niin psykologisia kuin biologisiakin vaikutuksia ja näiden kautta voidaan parantaa ihmisten terveyttä sekä elämänlaatua. (Ruuskanen 2002, 5–8.)

7.4 Osallisuus ilmiönä tutkimuksessani

Osallisuus näyttäytyy ilmiönä tutkimuksessani yksilön kokemuksena yhteisöön kuulumisesta sekä mahdollisuutena päästä osallistumaan sekä vaikuttamaan yksilöä koskevan palvelun suunnitteluun (kuvio 12). Tässä luvussa tarkastelen sitä, miten nämä kaksi eri osallisuuden ilmiötä näyttäytyvät tutkimuksessani ja, mitä ne ilmiötasolla tarkoittavat verrattuna tutkimukseeni.



KUVIO 12. Osallisuus ilmiönä tutkimuksessani

Osallisuus tulee ilmiönä tutkimuksessani esille yksilön kokemuksena yhteisöön kuulumisesta. Tutkimuksessani ihminen kokee kuuluvansa kansalaisopisto toiminnan muodostamiin yhteisöihin. Näitä yhteisöjä voivat kansalaisopistolla olla esimerkiksi kurssiryhmät. Yhteisöjen kautta ihminen kokee esimerkiksi kuulumista, suhteissa olemista ja toimimista. Yhteisöön kuulumisen kautta ihminen voi vahvistaa omia sosiaalisia kontaktejaan sekä ylläpitää omaa hyvinvointiaan. Jämsenin ja Pyykkösen (2014) mukaan osallisuus on ihmisen yksilöllinen tunne tai kokemus johonkin yhteisöön ja yhteiskuntaan kuulumisesta. Lisäksi merkittävää on yhteenkuuluvuuden tunne, turvallisuus ja oikeudenmukaisuus. Ihmisen omassa elämässä osallisuus muodostuu voimaantumisesta, identiteetistä ja elämänhallinnanvalmiuksista. (Jämsen & Pyykkönen 2014, 9–10.)

Osallisuus näyttäytyy ilmiönä tutkimuksessani myös mahdollisuutena päästä osallistumaan ja vaikuttamaan yksilöä koskevan palvelun suunnitteluun. Tutkimuksessani Seinäjoen kaupungin asukkaat saavat mahdollisuuden vaikuttaa siihen, millainen uusi kansalaisopisto voisi olla. Vaikuttamismahdollisuus on erittäin tärkeä asia, sillä silloin ihminen kokee tulleensa kuulluksi. Lisäksi palvelut voidaan suunnitella palvelunkäyttäjien toiveiden mukaisiksi. Isola ym. (2017) tuovat esille, että osallisuus on osallistumista ja siihen liittyvää vaikuttamista. Osallisuus tulee esille vaikuttamisen prosesseissa, joissa yksilöllä on mahdollisuus vaikuttaa itsensä ulkopuolelle esimerkiksi ryhmissä tai palveluissa. Osallisuus voi ilmetä myös paikallisesti, kuten yhteiseen hyvään panostamalla, osallistumalla merkityksellisyyden luomiseen ja liittymällä vastavuoroisiin sosiaalisiin suhteisiin. (Isola ym. 2017, 5, 16.)

8 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessi on ollut mielenkiintoinen ja innostava, mutta samalla myös työläs ja aikaa vievä. Opinnäytetyöprosessi lähti liikkeelle syyskuussa 2019 yhteydenotolla Seinäjoen kansalaisopistoon ja yhteisen palaveriajan sopimisella Tapasin syyskuussa kansalaisopiston apulaisrehtorin ja kaksi projektikoordinaattoria, jotka esittelivät minulle mahdollisia opinnäytetyön aiheita. Innostuin Hyvinvoinnin tilat-hankkeesta ja lähdin tekemään opinnäytetyötäni osana sitä. Tämän jälkeen jatkoin opinnäytetyöni ideointia ja suunnittelua. Esitin opinnäytetyöni idean koulun seminaarissa marraskuussa 2019 ja toimitin ideapaperin tuolloin myös kansalaisopistolle. Tämän jälkeen tein kirjallisuuskatsauksen ja tutkimussuunnitelman valmiiksi tammikuussa 2020. Esitin tutkimussuunnitelmani koulun seminaarissa tammikuussa 2020. Tutkimussuunnitelman hyväksynnän jälkeen hain opinnäytetyölleni tutkimusluvan. Tutkimusluvan saatua aloitin aineiston keräämisen. Helmikuussa 2020 olin mukana kansalaisopiston ystävänpäivätapah-tumassa ja järjestin siellä työpajan. Lisäksi keräsin aineistoa kolmesta eri kansalaisopiston ryhmästä helmikuun 2020 aikana sekä yksittäisiltä ihmisiltä maaliskuuhuhtikuun 2020 aikana. Aineistonkeruun jälkeen analysoin aineistoni ja työstin opinnäytetyöni teoreettisia lähtökohtia.

Kaikki prosessit pitävät sisällään yleensä niin onnistumisia kuin haasteitakin. Koen, että olen onnistunut viemään opinnäytetyöprosessin kokonaisuudessaan hyvin läpi, niin aikataulullisesti kuin sisällöllisestikin. Yhteistyö kansalaisopiston kanssa lähti sujumaan heti hyvin ja sain heiltä sopivasti tukea ja ajatuksia koko opinnäytetyöni prosessin ajan. Sain olla mukana projektissa, jonka kautta sain opinnäytetyöni avulla antaa Seinäjoen kaupungin asukkaille mahdollisuuden päästä vaikuttamaan heitä koskevan palvelun suunnitteluun. Toivon, että tutkimukseni tarjoaa kansalaisopistolle pohdittavaa ja, että he voivat hyödyntää tuloksia uuden kansalaisopiston suunnittelussa sekä toiminnan toteuttamisessa. Osa tuloksista saattaa olla toki jo kansalaisopiston tiedossa, mutta toivon, että tulokset herättelevät ajattelemaan ja pohtimaan ja ehkä nostavat joitakin jo tutuntuntuisia ajatuksia uudestaan esille. Opinnäytetyön teko antoi minulle uusia näkökulmia esimerkiksi vapaan sivistystyön merkityksestä sekä mahdollisuuden päästä osaksi kehittämistyötä.

Opinnäytetyöni aineistonkeruumenetelminä olivat työpaja ja eläytymismenetelmä. Nämä menetelmät olivat minulle entuudestaan vieraita, joten oli mielenkiintoista ja opettavaa kerätä aineistoa itselle uusien menetelmien kautta. Menetelmät soveltuivat opinnäytetyöni aineistonkeruuseen hyvin. Tämän osoittaa se, että sain menetelmien avulla kerättyä aineiston, joka vastasi tutkimuskysymyksiini. Lisäksi sain näiden menetelmien kautta osallistettua laajan kohderyhmän. Työpajan ideapuuhan osallistuminen oli osallistujille yksinkertaista, sillä siihen pystyi jokainen halutessaan laittamaan omia ajatuksiaan ja ideoitaan. Haastavinta kehyskertomusten kohdalla oli kehyskertomusten laadinta. Kehyskertomuksista tuli tehdä riittävän lyhyet ja yksinkertaiset kuitenkin siten, että niiden kautta sai vastauksia tutkimuskysymyksiin.

Haasteena opinnäytetyössäni nousi esille kevään 2020 yhteiskunnallinen tilanne eli koronan vuoksi vallitsevat poikkeusolot. Poikkeusolot toivat haasteita opinnäytetyölleni siinä mielessä, että en päässyt pitämään kuin yhden työpajan. Onneksi kuitenkin sieltä yhdestä työpajasta ja eläytymismenetelmistä kerätyt aineistot osoittautuivat monipuolisiksi sekä riittäviksi. Toisen työpajan ajatuksena olisi ollut kerätä tietoa sellaisilta henkilöiltä, jotka eivät ole kansalaisopiston asiakkaita. Sain kuitenkin osallistettua opinnäytetyöhöni eläytymismenetelmän kautta sellaisiakin ihmisiä, jotka eivät olleet opiston asiakkaita ja tämän myötä myös heidän näkökulmansa tuli opinnäytetyössäni esille. Jouduin tässä kohtaa turvautumaan koronan vuoksi kuitenkin omiin kontakteihini eli ystäviini ja tuttuviini, jotka eivät olleet kansalaisopiston opiskelijoita. Onneksi tutkimusaiheeni ei ollut arkaluontoinen, joten en usko, että omien verkostojen hyödyntämisellä on ollut merkittävää vaikutusta tutkimuksen tuloksiin.

Analysointivaiheessa huomasin, että olisi ollut helpompaa, kun olisin johdonmukaisesti toteuttanut kehyskertomusta kaikilla siihen osallistuvilla vain siten, että he olisivat vastanneet vain toiseen kehyskertomukseen. Huomasin nimittäin analysointivaiheessa, että ihmiset, jotka vastasivat molempiin kertomuksiin, toivat samat asiat esille molemmissa kehyskertomuksissa, mutta vain eri näkökulman kautta. Eli se, että he vastasivat molempiin kehyskertomuksiin, ei sinänsä tuonut uutta tietoa tutkimukseeni. Tokikaan molempiin kehyskertomuksiin vastaamisesta ei myöskään ollut haittaa, mutta tutkimuksen näkökulmasta olisi ollut selkeämpää, kun olisin toiminut samansuuntaisesti. Jälkikäteen ajateltuna olisin

myös selkeyttänyt aineistonkeruuta, enkä olisi välttämättä kerännyt aineistoa niin monen eri kanavan kautta.

Koulutuksen saatavuus sekä muut osaamisen kehittämismahdollisuudet tulee varmistaa yksilöille ja yhteisöille kaikkialla Suomessa. Jokaisen tulee voida täydentää sekä parantaa osaamistaan riippumatta esimerkiksi työttömyydestä, osittaisesta työkyvystä, nykyisen työn luonteesta, iästä tai taustasta. Myöskään tuloihin liittyvä epävarmuus ei saa estää yksilöitä kehittämästä osaamistaan. Jatkuva osaamisen kehittäminen toteutetaan elämän eri vaiheissa integroimalla koulutusta ja muita oppimistapoja, jotta ne sopivat paremmin yksilöiden tarpeisiin ja elämäntilanteisiin. Tulevaisuudessa erilaiset oppimisyhteisöt, kuten työpaikat ja vapaa-ajantoimintaa tarjoavat organisaatiot, muodostavat merkittävän osan oppimisympäristöistä. (Eloranta ym. 2019, 20.)

Eloranta ym. (2019) tuovat esille, että koulutuksen saatavuus sekä osaamisen kehittämismahdollisuudet tulee taata kaikille omasta elämäntilanteesta riippumatta kaikkialla Suomessa. (Eloranta ym. 2019, 20). Myös opinnäytetyöni tuo esille, että kansalaisopistolla on vaikutusta kaupungin asukkaiden terveyteen, hyvinvointiin, osaamiseen ja sosiaaliseen pääomaan. Näiden asioiden vuoksi kansalaisopisto tulee nähdä mahdollisuutena vaikuttaa asukkaiden hyvinvointiin ja kansalaisopiston palveluja tulisi kehittää entisestään.

Kansalaisopisto on mahdollisuus päästä osallistumaan, luomaan uusia verkostoja ja viettämään aikaa. Kansalaisopisto on avoinna kaikille ja kaikenikäisille. Tähän liittyen on tärkeää, että kansalaisopisto saisi toimintaansa mukaan myös niitä ihmisiä, jotka eivät vielä ole kansalaisopiston asiakkaita ja niitä, jotka ovat hieman hankalamassa elämäntilanteessa esimerkiksi työttömyyden vuoksi. Tähän liittyen tulevaisuudessa kehittämistyötä sekä jatkotutkimusaiheita voisikin suunnata tähän kohderyhmään ja tutkia niitä keinoja, joiden avulla myös heitä saadaan mukaan toimintaan. Lisäksi tulevaisuudessa voisi tutkia kyseisen kohderyhmän tarpeita ja ajatuksia kansalaisopiston toiminnasta ja sitä, mitkä asiat saisivat juuri heidät osallistumaan.

8.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen tekemisessä on tärkeää noudattaa hyvän tieteellisen käytännön periaatteita. Tutkimusetiikan näkökulman mukaan on keskeistä noudattaa tarkkuutta, huolellisuutta sekä rehellisyyttä tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Tutkimukseen tulee soveltaa tieteellisen tutkimuksen mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus-, ja arviointimenetelmiä. Tutkimuksessa noudatetaan avoimuutta ja vastuullisuutta tutkimuksen tuloksia julkaistaessa. Tutkijoiden tulee kunnioittaa muiden tutkijoiden työtä sekä saavutuksia viittaamalla heidän julkaisuihinsa asianmukaisesti ja antamalla heidän saavutuksilleen arvoa ja merkitystä omassa tutkimuksessa. Tutkimuksessa syntyneet tietoaineistot tallennetaan tieteelliselle tiedolle annettujen vaatimusten mukaisesti. Lisäksi tutkimukselle hankitaan tarvittavat tutkimusluvut. Tutkimukseen liittyvät asiat sovitaan ennen tutkimuksen tekoa kaikkien osapuolten kesken ja näitä tarkennetaan tarvittaessa tutkimuksen edetessä. Tutkija ei myöskään osallistua päätöksentekoon, johon hänen katsotaan olevan esteellinen. Tutkimuksessa otetaan huomioon tietosuojaan liittyvät asiat. Jokainen tutkija vastaa ensisijaisesti itse hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta, mutta vastuu kuuluu myös koko tiedeyhteisölle, kuten tutkimusta harjoittavien organisaatioiden johdolle. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6–7.)

Olen noudattanut näitä tieteellisen käytännön periaatteita koko opinnäytetyöprosessin ajan. Tutkimuksen alussa olen hakenut tutkimusluvan ja sopinut yhteistyötahoni eli Seinäjoen kansalaisopiston kanssa tutkimukseen liittyvistä asioista. Tutkimuksen edetessä olemme olleet yhteydessä toisiimme molemmin puolin. Yhteistyö on ollut avointa ja rehellistä. Opinnäytetyössäni olen kunnioittanut muiden tutkijoiden saavutuksia ja tuloksia esimerkiksi viittaamalla heidän tutkimuksiinsa asianmukaisesti ja arvostamalla heidän tutkimustuloksiaan. Tutkimusaineistoa olen käsitellyt luottamuksellisesti, siten että aineistot ovat olleet vain minun hallussani ja analysoitavana. Tutkimuksen tulokset olen toimittanut asianmukaisesti Seinäjoen kansalaisopistolle. Alustavat tulokset toimitin jo toukokuussa 2020 ja valmiit tulokset toimitin syksyllä 2020.

Tutkijan rooli nousee esille laadullisen tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa. Voidaan tarkastella sitä, miten tutkija on toiminut tutkimuksen eri vaiheissa

ja millaisia valintoja hän on tehnyt. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää kuvata tutkimusprosessi mahdollisimman tarkasti ja tutkijan tulee voida perustella tekemiään ratkaisuja. (Vilka 2015, 196–198.) Tutkimuksen luottamuksellisuus pitää sisällään sen, että tutkija kertoo tutkimukseen osallistujille totuudenmukaisesti tutkimuksen tarkoituksen ja käsittelee sekä säilyttää saamiaan aineistoja luottamuksellisesti ja suojelee tutkimukseen osallistuvien henkilöiden anonymisyyttä. Lisäksi tutkimukseen osallistuvilta tarvitaan suostumus tutkimukseen osallistumiseen. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 17–18.)

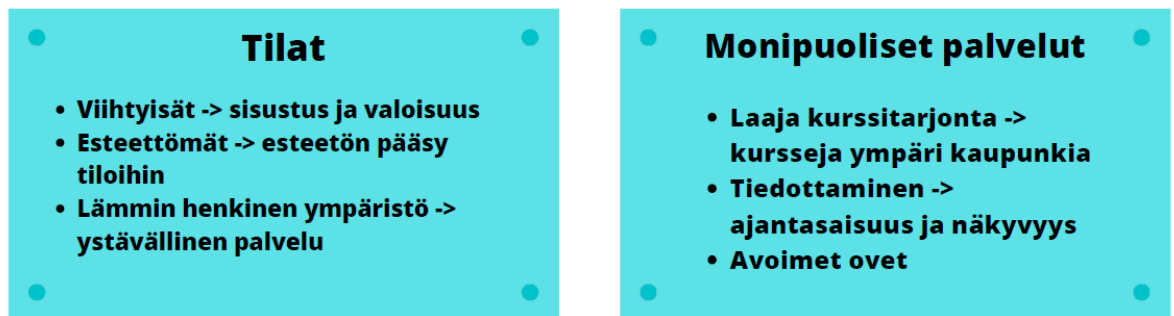
Tutkimukseen osallistujille kerroin selkeästi opinnäytetyöstäni ja, että kerään aineistoa sitä varten. Tutkimukseen sai osallistua vapaaehtoisesti ja nimettömästi. Ainoastaan sähköisesti kerätyt kehyskertomukset tulivat minulle nimellisinä, mutta niihin vastaajat tiesivät tämän ja nimet jäivät vain minun tietooni. Kehyskertomuksia kerätessäni kansalaisopiston ryhmistä, olisi vastaajilla ollut mahdollisuus jättää esimerkiksi vastaamatta ja palauttaa tyhjä paperi. Näin ei kukaan kuitenkaan toiminut. Aineistojen analysoinnissa olin huolellinen ja tarkka. Analysoidessani aineistoja jätin omat ennakkokäsitykseni ja tietoni aiheesta taka-alalla ja tarkastelin aineistoja ilman ennakkoluuloja. Raportin teossa kiinnitin huomiota viittausten oikeellisuuteen sekä merkitsemiseen. Pysin kuvaamaan koko opinnäytetyöprosessin mahdollisimman tarkasti ja läpinäkyvästi. Säilytän kaiken saamani aineiston asianmukaisesti, siten ettei muilla henkilöillä ole niihin pääsyä. Opinnäytetyön hyväksymisen jälkeen hävitän tutkimuksen aineistot asianmukaisesti.

8.2 Kehittämisehdotuksia tutkimustuloksiin ja -kysymyksiin peilaten

8.2.1 Kehittämisehdotukset liittyen unelmien kansalaisopistoon

Kehittämisehdotukseni liittyen ensimmäiseen tutkimuskysymykseeni eli millainen olisi unelmien kansalaisopisto vuonna 2030, liittyvät tiloihin ja monipuolisiin palveluihin (kuvio 13). Unelmien kansalaisopiston tilojen tulisi olla viihtyisät, valoisat sekä esteettömät. Tiloissa ja tiloihin tullessa tulee huomioida se, että tiloihin pääsee esteettömästi. Viihtyisyyteen voidaan vaikuttaa sisustuksella ja tilojen valoisuudella. Lisäksi kansalaisopiston tulisi luoda lämmin henkinen ympäristö, johon on mukava tulla seurustelemaan ja harrastamaan. Kansalaisopiston tulisi

kiinnittää huomiota palvelujen monipuolisuuteen. Monipuolisuudella tarkoitetaan sitä, että kurssitarjonta olisi laaja ja kursseja järjestettäisiin edelleen ympäri Seinäjokea. Lisäksi tiedottamisen tulisi olla ajantasaista ja näkyvää. Tiedottamisessa voidaan hyödyntää sosiaalista mediaa, mutta myös perinteinen lehdessä tiedottaminen on tärkeää. Kansalaisopisto voisi järjestää avoimien ovien päivän vuositteittäin, jolloin olisi mahdollisuus tutustua kurssitarjontaan ja tiloihin. Avoimissa ovissa voisi olla näytetunteja ja opettajia paikalla kertomassa kursseista.

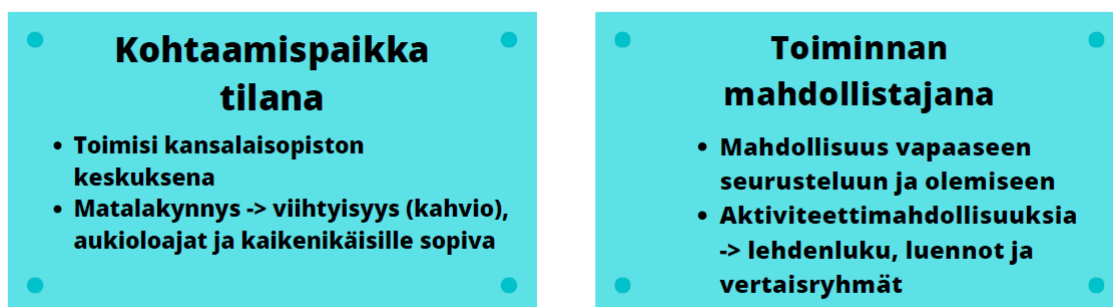


KUVIO 13. Kehittämissuhteet tilojen ja palvelujen suhteen

8.2.2 Kehittämissuhteet liittyen avoimeen kohtaamispaikkaan

Kehittämissuhteideni liittyen toiseen tutkimuskysymykseeni eli millainen voisi olla uuden kansalaisopiston avoin kohtaamispaikka, liittyvät kohtaamispaikkaan tilana sekä toiminnan ja seurustelun mahdollistajana (kuvio 14). Avointa kohtaamispaikkaa suunniteltaessa ja toteutettaessa olisi tärkeää huomioida se, että kohtaamispaikka toimisi kansalaisopiston keskuksena, johon on matalakynnys tulla. Matalakynnys voidaan saavuttaa sen avulla, että kohtaamispaikka on viihtyisä ja kaiken ikäisille sopiva. Lisäksi kohtaamispaikan tulisi olla avoinna aamusta iltaan, jolloin sinne olisi helppo tulla kellonajasta riippumatta. Viihtyisyyttä lisää se, että kohtaamispaikan yhteydessä olisi kahvio. Kohtaamispaikassa tulisi olla mahdollisuus vapaaseen olemiseen ja seurusteluun. Kohtaamispaikassa tulisi kuitenkin olla mahdollisuus myös erilaisiin aktiviteettimahdollisuuksiin, kuten tietokoneen käyttöön tai lehden lukemiseen. Kohtaamispaikassa voitaisiin järjestää erilaisia tapahtumia, kuten luentoja, vertaisryhmiä, musiikkiesityksiä tai

näytelmiä. Näihin tapahtumiin osallistuminen tulisi olla vapaaehtoista ja ainakin osittain ilmaista.



KUVIO 14. Kehittämisehdotukset avoimen kohtaamispaikan suhteen

8.2.3 Kehittämisehdotukset liittyen osallisuuteen

Kehittämisehdotukseni liittyen kolmanteen tutkimuskysymykseeni eli mitkä asiat saavat ihmiset osallistumaan kansalaisopiston toimintaan, liittyvät kurssien monipuolisuuteen, opettajiin, hintoihin ja yhteistyöhön eri toimijoiden kanssa (kuvio 15). Monipuoliset kurssit ja ammattitaitoiset opettajat saavat ihmiset osallistumaan. Monipuolisten kurssien suhteen on tärkeää, että kansalaisopisto tarkastelee kurssejaan vuosittain ja mahdollistaa myös uusien kurssien toteutumisen. Ammattitaitoisten opettajien suhteen on tärkeää, että opettajilla on mahdollisuus kehittää itseään esimerkiksi koulutusten kautta tai osallistumalla halutessaan toisinaan muiden opettajien tunneille, jolloin opettajat voivat saada uusia ideoita ja ajatuksia omaan opetukseensa. Tällä tavoin voidaan edistää ja ylläpitää opettajien ammattitaitoa.

Lisäksi osallistumiseen vaikuttavat edulliset kurssihinnat ja oman hyvinvoinnin sekä terveyden ylläpito. Edullisia kurssihintoja voidaan ylläpitää esimerkiksi tarjoamalla erilaisia alennuksia, kuten sisar-, tai perhealennus. Kansalaisopisto tekee yhteistyötä eri tahojen kanssa ja tätä yhteistyötä kannattaa jatkossa pitää yllä ja kehittää eteenpäin. Yhteistyötä voisi tehdä entistä tiiviimmin esimerkiksi sosi-aali- ja terveystalvelujen kanssa. Tämän myötä voitaisiin saada toimintaan mukaan enemmän myös hankalammassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Lisäksi

yhteistyötä voidaan tehdä esim. eri oppilaitosten kanssa, jolloin toimintaan voidaan saada mukaan enemmän opiskelijoita.



KUVIO 15. Kehittämisehdotukset osallisuuteen liittyen

LÄHTEET

Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Helsinki: WSOY.

Bell final report. 2014. Benefits of lifelong learning. Luettu 13.5.2020. <http://www.bell-project.eu/cms/wp-content/uploads/2014/06/Final-Report1.pdf>

Bussman, A., Heikkinen, P. & Rasila, S. N.d. Vapaa sivistystyö. Opetus ja kulttuuriministeriö. Luettu 20.4.2020. <https://minedu.fi/vapaa-sivistystyo>

Eloranta ym. 2019. Towards lifelong learning. The shared aim, funding principles and challenges. Sitra studies 159. Luettu 13.5.2020. <https://media.sitra.fi/2019/09/16162911/towards-lifelong-learning.pdf>

Eskola J., Karayilan, S., Kaski, T., Lehtola, T., Mäenpää, T., Nishimura-Sahi, Oshe., Oede, A-M., Rantanen, M., Saarinen, S., Toivikko, P., Valtonen, M. & Wallin, A. 2017. Eläytymismenetelmä 2017: Ohjeita ja kokemuksia menetelmästä kiinnostuneille. Teoksessa Eskola, J., Mäenpää, T. & Wallin, A. (toim.) Eläytymismenetelmä 2017. Perusteema ja 11 muunnelmaa. Tampere: Tampere University Press. Luettu: 14.2.2020. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/102485/Eskola_ym_Elaytymismenetelma_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Eskola, J. & Wallin, A. 2015. Eläytymismenetelmä: perusteet ja mahdollisuudet. Teoksessa: Valli, R. & Aaltola, J. (toim.) 2015. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 4.uud. ja täyd. painos. 56–69. Jyväskylä: PS-kustannus.

Harpham, T., Grant, E. & Thomas, E. 2002. Measuring social capital within health surveys: key issues. Health policy and planning; 17(1) 106-111. Luettu 14.5.2020. <https://academic.oup.com/heapol/article/17/1/106/652243>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Huttunen, J. 2018. Mitä terveys on? Duodecim. Luettu 15.4.2020. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903

Hyvinvointi on toimintakykyä. 2014. Hyvinvointi on toimintakykyä ja osallisuutta. Sosiaali- ja terveysministeriön tulevaisuuskatsaus 2014. Luettu 3.4.2020. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70306/URN_ISBN_978-952-00-35228.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hyvinvoinnin tilat-hanke. 2017. Seinäjoen kansalaisopisto. Luettu: 15.3.2020. <https://www.seinajoenkansalaisopisto.fi/hyvinvoinnin-tilat-hanke/>

Hätönen, H. N.d. Terveysten edistäminen kunnissa. Sosiaali- ja terveysministeriö. Luettu 10.3.2020. <https://stm.fi/terveyden-edistaminen/kunnat>

Isola ym. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Jyväskylä: Juvenes Print. Luettu 3.5.2020. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Jämsen, A. & Pyykkönen, A. 2014. Mitä on osallisuus? Teoksessa: Jämsen, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Osallisuuden jäljillä 2014. Saarijärvi: Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. Luettu 3.5.2020.

<https://docplayer.fi/2821514-Osallisuuden-jaljilla-osallisuuden-jaljilla-toim-arja-jamsen-ja-anne-pyykkonen.html>

Kajanoja, J. 2009. Sosiaalinen pääoma: yhteisöllisyyden paluuta vai henkistä väkivaltaa. Yhteiskuntapolitiikka 74 (2009):1. Luettu 15.5.2020. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100952/kajanoja.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä -Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kansalaisopistotoiminnan historia. N.d. Kansalaisopistotoiminnan historia 1899-2019. Kansalaisopistojen liitto. Luettu 23.4.2020. <https://kansalaisopistot.fi/kansalaisopistojen-historia/>

Kantojärvi, P. 2012. Fasilitointi luo uutta: menesty ryhmän vetäjänä. Helsinki: Talentum.

Kestilä, L., Karvonen, S., Parikka, S., Seppänen, J., Haapakorva, P. & Sutela, E. 2019. Nuorten hyvinvoinnin erot. Teoksessa: Kestilä, L. & Karvonen, S. (toim.) Hyvinvoinninulottuvuuksia. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 120–137.

Keto, L. 2019. ”Eihän ne ihmiset kummempia oo” Etnografinen tutkimus kansalaisopiston yhteisöteatterihankkeista sosiaalisen pääoman vahvistajina. Kasvatustieteen ja psykologian tiedekunta. Jyväskylän yliopisto. Luettu: 10.4.2020. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/66486>

Kil, M., Motschilnig, R. & Thöne-Geyer, B. 2012. What Can Adult Education Accomplish? The Benefits of Adult Learning – The Approach, Measurement and Prospects. Luettu 14.5.2020. <https://www.die-bonn.de/doks/2013-benefits-en-01.pdf>

Kouvo, T. 2014. BELL-tutkimus paljasti opiskelun hyödyt. Souli. Luettu 12.5.2020. <https://www2.souli.fi/uutinen/bell-tutkimus-paljasti-opiskelun-hyodyt/>

Kurenniemi, M. 2000. Ympäristökin vaikuttaa terveyteen. Stakes. 20.4.2020. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77321/ideakortti1_00.pdf?sequence=1

Laal, M. & Salamati, P. 2011. Lifelong learning; why do we need it? Procedia. Social and Behavioral Sciences 31 (2012) 399 – 403. Luettu 4.4.2020. <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1877042811030023?token=C08B3C8FEBE576EF373D97F24CF9634DF0F08D57B7A50F3A2BDE831A3020591A4DCAFE0CA270E608CA2D73201D100DB0>

Laki vapaasta sivistystyöstä. 21.8.1998/632.

Lehtonen, S. 2015. Kansalaisopetuksen vaikuttavuus ja laatu opiskelijoiden kokemana. Kasvatustieteen ja psykologian osasto. Itä-Suomen yliopisto. Pro gradu-tutkielma. Luettu: 4.2.2020. https://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20150165/urn_nbn_fi_uef-20150165.pdf

Manninen, J. 2009. Liberal adult education as civic capacity builder. Paper presentation for civil society as an arena of learning – esrea research network conference. Sweden: Stockholm. June 11-13.2009. Luettu 4.5.2020. https://www.academia.edu/9998713/LIBERAL_ADULT_EDUCATION_AS_CIVIC_CAPACITY_BUILDER_PAPER_PRESENTATION_FOR_CIVIL_SOCIETY_AS_AN_ARENA_OF_LEARNING_-_ESREA_RESEARCH_NETWORK_CONFERENCE

Manninen, J. 2015. Suomi nousuun sivistystyöllä? Kansalaisopisto-opiskelun tuottamien hyötyjen taloudellinen merkitys -esitutkimus. Kansalaisopistojen liiton julkaisuja 2. Luettu: 15.2.2020. https://kansalaisopistojenliitto.fi/wp-content/uploads/2016/01/2_SUOMI-NOUSUUN-SIVISTYSTY%20%96LL%20%84_2015.pdf

Manninen, J. 2018. Kansalaisopistojen aikuiset luokkakuvasa. Kansalaisopiston merkitys kuntalaisille ja kunnalle. Kansalaisopistojen liiton julkaisuja 3. Luettu: 6.1.2020. https://kansalaisopistojenliitto.fi/wp-content/uploads/2018/09/Kansalaisopiston_aikuisopiskelijat_luokkakuvasa_2018.pdf

Manninen, J. & Meriläinen, M. N.d. Benefits of Lifelong Learning. BeLL Survey Results. Luettu 13.5.2020. <http://www.bell-project.eu/cms/wp-content/uploads/2014/06/BeLL-Survey-results.pdf>

Manninen, J., Karttunen, A., Meriläinen, M., Jetsu, A. & Vartiainen, A–K. 2019. Hyvinvointia ja sosiaalista pääomaa – kansalaisopiston hyödyt osallistujille, kaupungille ja alueelle. KAKS – Kunnallisan kehittämissäätiö. Kunnallisan kehittämissäätiön Julkaisu 24. Luettu: 26.1.2020. https://kaks.fi/wp-content/uploads/2019/05/julkaisu_hyvinvointia-ja-sosiaalista-paaomaa-kansalaisopiston-hyodyt-osallistujille-kaupungille-ja-alueelle-2.pdf

Manninen, J., Sgier, I., Fleige, M., Thöne-Geyer, B., Kil, M., Možina, E., Danihelková, H., Mallows, D., Duncan, S., Meriläinen, M., Diez, J., Sava, S., Javrh, P., Vrečer, N., Mihajlovic, D., Kecap, E., Zappaterra, P., Kornilow, A., Ebener, R. & Operti, F. 2014. Benefits of Lifelong Learning in Europe: Main Results of the BeLL –ProjectResearch Report. Luettu: 3.4.2020. <http://www.bell-project.eu/cms/wp-content/uploads/2014/06/BeLL-Research-Report.pdf>

Nieminen, V. & Tiainen, L. 2018. Tulevaisuuden kunnan hyvinvoinnin edistämisen hyvät käytännöt. Luettu: 1.1.2020. <https://www.kuntaliitto.fi/hyvinvoinnin-edistamisen-hyvat-kaytannot>

Nyström, A. & Leminen, S. 2011. Innovoi(tko) yhdessä asiakkaittesi kanssa. Vantaa: Hansaprint Oy.

Paahtama, S. & Nieminen, V. 2017. Kuntalaisten hyvinvoinnin edistäminen. Kuntaliitto. Luettu: 1.1.2020. <https://www.kuntaliitto.fi/osallistuminen-ja-vuorovaikutus/johtaminen-ja-kehittaminen/hyvinvoinnin-edistaminen>

Ruuskanen, P. 2001. Sosiaalinen pääoma – käsitteet, suuntaukset ja mekanismit. Valtion taloudellinen tutkimuskeskus.

Ruuskanen, P. 2002. Sosiaalinen pääoma hyvinvointipoliittisessa keskustelussa. Teoksessa: Ruuskanen, P. (toim.) Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille. Jyväskylä: PS-kustannus. 5–27.

Schuller, T. & Watson, D. 2009. Lifelong Learning and Well-being: An Analysis of the Relationship Between Adult Learning and Subjective Well-being. IFLL Public Value Paper 3. Luettu 4.5.2020. <https://www.learningandwork.org.uk/wp-content/uploads/2017/01/Lifelong-Learning-and-Well-being-Public-Value-Paper-3.pdf>

Seinäjoen kansalaisopisto. N.d. Kansalaisopisto lyhyesti. Luettu: 3.1.2020. <https://www.seinajoki.fi/varhaiskasvatusjakoulutus/kansalaisopisto/kansalaisopistolyhyesti.html>

Sgier, E. ym. 2014. Qualitative Data Analysis Report Analysis of the BeLL interviews in 10 countries: overall report. Luettu 30.4.2020. <http://www.bell-project.eu/cms/wp-content/uploads/2014/06/BeLL-Qualitative-Data-Analysis-Report.pdf>

Tiittula, L. & Ruusuvuori, J. 2005. Johdanto. Teoksessa: J. Ruusuvuori & L. Tiittula (toim.). Haastattelu: tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Jyväskylä: Gummerus. 9-21.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Uud.laitos. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen tiedekunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa. Luettu 23.7.2020. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Vainionpää-Seilo, T. 2016. Tulevaisuuden yhteisöllinen kylä. Sosiaalialan koulutusohjelma. Tampereen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö (Yamk). Luettu: 15.4.2020. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/105386/Vainionpaa-Seilo_Tuija.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4.uud. painos. Juva: PS-kustannus.

LIITTEET

Liite 1. Työpajan ideapuu ja teemat



Liite 2. Kehyskertomus 1.

Taustatiedot:

Ikä:

Sukupuoli:

Kansalaisopiston opiskelija: Kyllä Ei

*Kuvittele, että Seinäjoen uusi kansalaisopisto on valmistunut ja toimii nyt avoimena kohtaamispaikkana ja toiminnan järjestäjänä. Olet ollut kansalaisopiston asiakkaana ja **olet ollut tyytyväinen**. Miksi ja mihin olet ollut tyytyväinen? Eläydy tilanteeseen ja kirjoita ajatuksesi alapuolelle.*

Liite 3. Kehyskertomus 2.

Taustatiedot:

Ikä:

Sukupuoli:

Kansalaisopiston opiskelija: Kyllä Ei

*Kuvittele, että Seinäjoen uusi kansalaisopisto on valmistunut, mutta se ei ole onnistunut toimimaan avoimena kohtaamispaikkana ja toiminnan järjestäjänä. Olet ollut kansalaisopiston asiakkaana, mutta **et ole ollut tyytyväinen**. Miksi ja mihin et ole ollut tyytyväinen? Eläydy tilanteeseen ja kirjoita ajatuksesi alapuolelle.*

Liite 4. Esimerkki aineistonanalyysin taulukoinnista

TYÖPAJASTA NOUSSEITA ALKUPERÄISIÄ ILMAUKSIA	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
"Kahvio keskellä avointa tilaa; pelejä, pelikortteja."	Kohtaamispaikka toiminnan mahdollistajana	Näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta
"Tila, johon voisi vain tulla."	Kohtaamispaikka tilana	Näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta
"Oman hyvinvoinnin ylläpito."	Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen	Osallisuuteen vaikuttavat tekijät
"Osallistumaan saavat taitavat ja innostavat opettajat."	Kansalaisopiston palvelut ja ystävällinen ilmapiiri	Osallisuuteen vaikuttavat tekijät
"Yksinäisyys, saa mennä vain, ei jäisi yksin."	Sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys	Osallisuuteen vaikuttavat tekijät
"Pitää virkeänä, uusia ystäviä ja taitoja sekä pitää henkisesti ja fyysisesti liikkeessä."	Sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys ja hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen	Osallisuuteen vaikuttavat tekijät
"Kiinnostavat opiskeluaiheet ja monipuolinen tarjonta."	Monipuoliset palvelut	Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta
"Hyvin ilmastoidut jumpasalit ja suihkut."	Viihtyisät ja osallisuutta tukevat tilat	Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta
"Ilmoittautuminen eläkeläiselle hankalaa nettissä."	Monipuoliset palvelut	Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta

KEHYSKERTOMUKSISTA NOUSSEITA ALKUPERÄISIÄ ILMAUKSIA	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
”Siellä voisi olla kahvila kohtaamiselle.”	Kohtaamispaikka tilana	Näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta
”Mukava kahvila, jossa käydä ystävien kanssa nauttimassa herkuista ja seurasta.”	Kohtaamispaikka tilana	Näkemyksiä avoimesta kohtaamispaikasta
”Täytyy olla esteettömät tilat ja esteetön pääsy joka paikkaan.”	Viihtyisät ja osallisuutta tukevat tilat	Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta
”Tietojen saatavuus eri lähteistä.”	Monipuoliset palvelut	Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta
”Kurssimaksut sopuhintaisia.”	Monipuoliset palvelut	Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta
”Maantieteellinen sijainti voi olla haaste.”	Sijainnin ja pysäköinnin vaikutus osallistumiseen	Ajatuksia unelmien kansalaisopistosta
”Ohjaajat ovat osaavia ja ystävällisiä.”	Kansalaisopiston palvelut ja ystävällinen ilmapiiiri	Osallisuuteen vaikuttavat tekijät
”Ystävällinen tuulahdus.”	Kansalaisopiston palvelut ja ystävällinen ilmapiiiri	Osallisuuteen vaikuttavat tekijät
”Kansalaisopiston kursistarjonta on monipuolista ja sieltä löytyy myös itselleni mieluista ohjelmaa: musiikkia, taidetta ja käsitöitä.”	Kansalaisopiston palvelut ja ystävällinen ilmapiiiri	Osallisuuteen vaikuttavat tekijät