

Ikäystävällinen elinikäinen oppiminen

Käsikirja mikro-opintojen suunnitteluun ja toteuttamiseen
kohderyhmänä 55+ -vuotiaat



Ikäystävällinen elinikäinen oppiminen

Käsikirja mikro-opintojen suunnitteluun
ja toteuttamiseen
kohderyhmänä 55+ -vuotiaat

Suomenkielinen käännös: Myller, Terhi & Makkonen, Heli (2026), käännöksen apuna Academic Translator ja ChatGPT. Karelia-ammattikorkeakoulu.

Alkuperäinen englanninkielinen kokoversio käsikirjasta saatavilla: <https://forschung.fh-kaernten.at/alive-handbook/>

Graafinen suunnittelu ja taitto

Salla Anttila

Kansikuva

Christine Dullnig-Pichler, Kärntenin ammattikorkeakoulu

Sisällysluettelo

1 Johdanto	4
2 Ikääntyvät oppijat	5
3 Korkeakoulut ja organisaatiot	10
4 Ohjaajat ja fasilitaattorit	14
5 Poliittikataso ja yhteiskunnalliset rakenteet	21

1 Johdanto

Tämä ikäystävällisen elinikäisen oppimisen käsikirja on tehty osana eurooppalaista Erasmus+ -rahoitteista ALiVE (Age-inclusive Lifelong Learning: Microcredentials and Guidelines) -yhteishanketta (2023-2026). Hankkeessa ovat olleet mukana neljä eurooppalaista korkeakoulua, Kärntenin ammattikorkeakoulu Itävallasta, Corkin yliopisto Irlannista, Kaarlen yliopisto Tsekistä ja Karelia-ammattikorkeakoulu Suomesta. Käsillä olevat tulokset perustuvat osallistavaan toimintatutkimukselliseen prosessiin neljässä eri maassa, ja prosessin pohjalta yhteisesti luotuun synteesiin. Huomio on erityisesti ikääntyvien, 55+ -vuotiaiden oppijoiden kokemuksissa neljässä eri maassa.

Tätä käsikirjaa ohjaava argumenttimme on, että elinikäistä oppimista tulee tarkastella kokonaisvaltaisesti, yksilöiden, yhteisöjen ja yhteiskuntien hyvinvointia tukevana ilmiönä. Ikääntyvien oppijoiden kohdalla työmarkkinaorientoituneet ratkaisut ja jatkuvan oppimisen tarjonta eivät huomioi riittävästi erikäisten osaamista, potentiaalia, toiveita ja tavoitteita. Toivomme, että käsikirja antaa lukijoille ideoita, oivalluksia ja konkreettisia keinoja ikääntyvien elinikäisen oppimisen kokonaisuuksien suunnitteluun ja toteutukseen, sekä toimii innoittajana niin ikääntyville oppijoille, kouluttajille, eri sidosryhmien edustajille kuin päättäjille.

Käsikirjan lisäksi hankkeen aikana on tehty erilaisia kansallisia raportteja (esim. Myller 2024) ja yhteisiä asiantuntijatekstejä ja -artikkeleita (esim. Makkonen ym. 2024), joissa kuvataan laajemmin ikääntyvien elinikäistä oppimista ilmiönä ja yhteiskunnallisena kysymyksenä.

2 Ikääntyvät oppijat

“Oppiminen tulee ikääntyneille merkitykselliseksi silloin, kun sillä on heille henkilökohtaista merkitystä, se on osallistavaa, yhteisölähtöistä ja helposti saavutettavaa.”

Oppiminen voimaannuttaa ikääntyneitä silloin, kun se rakentaa sosiaalista yhteenkuuluvuutta, tarjoaa tärkeitä taitoja, tukee aktiivista osallistumista, hyödyntää vaikuttavia menetelmiä, vahvistaa yhteisöllisiä suhteita sekä on helposti saavutettavaa ja ymmärrettävää.

Ulottuvuudet

- Sosiaalinen ja emotionaalinen osallisuus
- Merkityksellisyys ja käytännöllisyys
- Työelämäosaaminen ja yhteiskunnallinen osallisuus
- Yhteisölähtöinen oppiminen
- Saavutettava ja näkyvä tieto

Tarkistuslista

Luo oppimisympäristöjä, jotka edistävät yhteisöllisyyttä ja emotionaalista yhteyttä

- Soveltuvatko tilat eri-ikäisille toimijoille ja huomioidaanko niissä erilaiset toimintarajotteet?
- Kannustavatko ne vuorovaikutukseen ja yhteenkuuluvuuden tunteeseen?

Varmista, että sisältö on suoraan sovellettavissa arkeen

- Onko oppiminen käytännöllistä ja osallistujien arkea koskettavaa?
- Käsittelee se todellisia elämän haasteita ja kiinnostuksen kohteita?

Ymmärrä oppijoiden motivaatiot

- Ovatko koulutukset suunniteltu vastaamaan uteliaisuuteen, henkilökohtaiseen kasvuun ja sosiaaliseen osallistumiseen?
- Huomioidaanko myös motiivit, jotka liittyvät työelämässä pysymiseen tai sinne palaamiseen?
- Antaako koulutus ikääntyville valmiuksia osallistua yhteiskunnan eri toimintoihin?

Käytä vaikuttavia oppimismenetelmiä

- Ovatko opetuksen strategiat sekä pedagogiset että didaktiset lähestymistavat mukautettu ikääntyvien oppijoiden tarpeisiin?
- Sisältyykö niihin vuorovaikutteisia, käytännönläheisiä ja kokemuksellisia menetelmiä?

Hyödynnä sosiaalisia verkostoja ja vertaistoimintaa

- Tarjotaanko mahdollisuuksia kokemusten jakamiseen ja yhteistoiminnalliseen oppimiseen?
- Kannustetaanko vertaistukeen?

Tee tieto näkyväksi ja saavutettavaksi

- Onko tieto koulutuksen sisällöstä helposti löydettävissä ja ymmärrettävissä?
- Käytetäänkö oppimisen tukena useita aistikanavia (visuaalinen, auditiivinen, kokemuksellinen)?

Ikäystävällisen elinikäisen oppimisen ulottuvuudet ikääntyvien oppijoiden näkökulmasta

Seuraavassa osiossa esitetään keskeiset ikäystävällisen elinikäisen oppimisen ulottuvuudet ikääntyvien oppijoiden näkökulmasta. Kunkin ulottuvuuden osalta on koottu yhteen ohje, ydinsanoma, pääviesti sekä lyhyt kuvaus, joiden avulla korostetaan sitä, mitä ikääntyneet pitävät merkityksellisen oppimisen kannalta tärkeänä. Tiivistys pyrkii tarjoamaan lukijalle selkeän kokonaiskuvan siitä, miten oppimiskokemukset voivat tukea sosiaalista yhteenkuuluvuutta, käytännönläheisyyttä, motivoitunutta osallistumista, yhteisöllistä toimijuutta sekä saavutettavia polkuja elinikäiseen oppimiseen.

Sosiaalinen ja emotionaalinen osallisuus

Ohje Edistä sosiaalisia ja emotionaalisia oppimisympäristöjä

Kuvaus Ikääntyneet oppijat nauttivat yleensä siitä, että he voivat tuoda esiin omaa tietoaan ja kokemuksiaan. Koulutuksiin tulisi sisällyttää epämuodollisia tiloja (esim. kahvitaukoja) sekä mahdollisuuksia jakaa henkilökohtaisia tarinoita. Tämä lisää motivaatiota, sitoutumista ja oppimisen koettua arvoa.

Viesti Ikääntyvät oppijat kukoistavat ympäristöissä, jotka kannustavat vuorovaikutukseen ja jaettuihin kokemuksiin.

"Oppimisympäristöjen tulisi edistää yhteisöllisyyttä ja emotionaalista yhteyttä."

Merkityksellisyys ja käytännöllisyys

Ohje Varmista oppimismahdollisuuksien merkityksellisyys

Kuvaus Elinikäisen oppimisen mahdollisuuksien tulee vastata ikääntyvien oppijoiden henkilökohtaisia tavoitteita ja arjen todellisuutta. Ohjelmien tulisi tukea yksilöllisiä tarpeita tarjoamalla käytännöllistä, relevanttia ja välittömästi sovellettavaa sisältöä. Merkityksellinen oppiminen lisää sitoutumista, itseluottamusta ja tarkoituksellisuuden tunnetta sekä varmistaa, että osallistujat kokevat koulutuksen konkreettisenä välineenä arjen ja tulevaisuuden tavoitteiden tukemisessa.

Viesti Oppimismahdollisuuksien tulisi tukea jokaista yksilöä ja huomioida ikääntyvien oppijoiden moninaiset elämäntilanteet.

”Elinikäisen oppimisen mahdollisuuksien tulee olla merkityksellisiä ikääntyville oppijoille.”

Työelämäosaaminen ja yhteiskunnallinen osallisuus

Ohje Huomioi oppimisessa mahdollinen työelämäyhteys ja kytkös yhteiskuntaan

Kuvaus Vaikka ikääntyviä motivoivat elinikäiseen oppimiseen usein uteliaisuus, henkilökohtainen kasvu ja sosiaalinen vuorovaikutus, osa heistä motivoituu myös työelämässä pysymisestä tai sinne palaamisesta. Heille koulutuksella voi olla myös taloudellinen ulottuvuus, sillä se tukee pidempään työelämässä aktiivisena pysymistä tai uusien roolien löytämistä esimerkiksi vapaaehtoistoiminnassa tai yhteisöllisissä hankkeissa. Yhteiskunnallinen osallisuus on yksi keskeinen lähtökohta myös ikääntyneen oppimiselle.

Viesti Elinikäisen oppimisen mahdollisuuksien tulisi tukea ammatillisen osaamisen kehittämistä myös myöhemmässä elämänvaiheessa.

Yhteisölähtöinen oppiminen

Ohje Huomioi sosiaaliset verkostot ja vertaiset oppimisessa

Kuvaus Sosiaaliset verkostot ja vertaissuhteet ovat tärkeitä tekijöitä vaikuttavan elinikäisen oppimisen taustalla. Oppijoiden välisen vuorovaikutuksen ja kokemusten jakamisen edistäminen vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta, lisää motivaatiota ja syventää yhteistä ymmärrystä. Vertaistuki luo mahdollisuuksia yhteiseen ongelmanratkaisuun ja keskinäiseen kannustamiseen, mikä on erityisen arvokasta ikääntyville, jotka toimivat uusissa oppimisympäristöissä. Sosiaalisten elementtien integroiminen oppimisen suunnitteluun muuttaa koulutuksen yhteisölliseksi kokemukseksi yksilöllisen suorituksen sijaan.

Viesti On tärkeää voida vaihtaa kokemuksia.

”Huomioi sosiaaliset verkostot ja vertaiset oppimisessa.”

Saavutettava ja näkyvä tieto

Ohje Tee tieto saavutettavaksi ja näkyväksi ikääntyvien oppijoiden kohderyhmälle

Kuvaus Selkeä, saavutettava ja oikein sijoitettu tieto on keskeistä ikääntyvien oppijoiden tavoittamisessa. Monet yli 55-vuotiaat eivät välttämättä aktiivisesti etsi oppimismahdollisuuksia, joten oppilaitosten ja organisaatioiden on tärkeää tehdä opintotarjonta näkyväksi useiden kanavien kautta, sekä verkossa että kasvokkain. Saavutettavuus ei rajoitu fyysiseen saatavuuteen, vaan opintotarjonnan tulee olla selkokielistä ja houkuttelevaa. Saavutettavuutta ja näkyvyyttä vahvistamalla organisaatiot madaltavat osallistumisen esteitä ja luovat mahdollisuuksia elinikäiselle oppimiselle.

Viesti Varmista, että tieto on sekä helposti saavutettavaa että näkyvää ikääntyvien oppijoiden kohderyhmälle.

”Saavutettavuus ja näkyvyys ovat olennaisia ikääntyvien oppijoiden sitouttamisessa.”

3 Korkeakoulut ja organisaatiot

“Oppilaitokset luovat yli 55-vuotiaille pääsyn oppimiseen edistämällä luottamuksellista yhteistyötä, ikääntyneiden aktiivista tavoittamista ja osallistumista tukevia rakenteita.”

Elinikäinen oppiminen vahvistuu, kun korkeakoulut ovat aktiivisesti yhteydessä ihmisiin, rakentavat luottamusta ja luovat saavutettavia oppimisympäristöjä. Tekemällä tiivistä yhteistyötä yhteistyökumppanien kanssa, tavoittamalla oppijoiden olinpaikat ja mahdollistamalla ikärajoittamat rakenteet organisaatiot voivat tukea ja ylläpitää yli 55-vuotiaiden kasvua, voimaantumista, oppimista ja tulevaisuuden muovaamista.

Ulottuvuudet

- Yhteistyö luotettavien korkeakoulujen kanssa
- Oppijoiden tavoittaminen ja elinikäisen oppimisen edistäminen
- Työnantajan tukeminen

Tarkistuslista

Tee yhteistyötä kansalaisopistojen ja kansalaisjärjestöjen kanssa

- Onko yhteistyöllä tarkoitus laajentaa elinikäisen oppimisen tarjontaa ja mahdollisuuksia?
- Kuvaavatko kumppanuudet sitoutumista yhteiseen toimintaan?

Tuo oppimismahdollisuuksia sinne, missä ihmiset ovat

- Tarjotaanko koulutuksia tutuissa, esteettömissä paikoissa (esim. yhteisökeskuksissa, työpaikoilla)?
- Tarjotaanko oppimismahdollisuuksia siellä missä ikääntyneet ovat, sen sijaan, että oppijoiden odotettaisiin tulevan oppilaitoksiin?

Sitouta työnantajat keskeisiksi tukijoiksi

- Kannustetaanko työnantajia tarjoamaan aikaa, rahoitusta tai tiloja oppimiseen?
- Räätelöidäänkö työpaikkaoppimisohjelmat ikääntyneiden työntekijöiden tarpeisiin?

Ikäystävällisen elinikäisen oppimisen ulottuvuudet korkeakoulutuksen näkökulmasta

Seuraavassa osiossa esitetään keskeiset ikäystävällisen elinikäisen oppimisen ulottuvuudet korkeakoulujen ja organisaatioiden näkökulmasta. Kunkin ulottuvuuden osalta on koottu yhteen ohje, ydinsanoma, pääviesti sekä lyhyt kuvaus, joiden avulla korostetaan sitä, mitä korkeakoulut ja organisaatiot pitävät merkityksellisen oppimisen kannalta tärkeänä. Tiivistys pyrkii tarjoamaan lukijalle selkeän kokonaiskuvan siitä, miten korkeakoulut voivat tavoittaa kohderyhmät tehokkaammin ja miten ne voivat tukea ikärajoittomia oppimisympäristöjä.

Yhteistyö eri organisaatioiden kanssa

Ohje Tee ja edistä yhteistyötä eri korkeakoulujen ja organisaatioiden kanssa

Kuvaus Ikääntyneille suunnatut koulutuksen tarjoajat, kuten kansalaisopistot, ovat luotettavia ja saavutettavia oppilaitoksia ikääntyneille oppijoille.

Viesti Korkeakoulut voidaan kuitenkin kokea vaikeasti saavutettavina ja ammatillisesti suuntautuneina.

”Yhteistyö kansalaisopistojen ja kansalaisjärjestöjen kanssa kasvattaa tavoitavuutta.”

Oppijoiden tavoittaminen ja elinikäisen oppimisen edistäminen

Ohje Toteuta ennakoivia elinikäistä oppimista vahvistavia toimenpiteitä

Kuvaus Koulutusmahdollisuuksien esittäminen suoraan eläkeläisjärjestöille, kerhoille, yhdistyksille tai yhteisöryhmille mahdollistaa sen, että oppilaitokset voivat tavoittaa useita erilaisia kohderyhmiä. Tämä lähestymistapa tukee inklusiivista oppimista ja yhteisöön integroitumista.

Viesti Passiivinen markkinointi on tehotonta; aktiivinen osallistuminen on avainasemassa.

”Oppilaitosten tulisi mennä aktiivisesti sinne, missä ihmiset ovat.”

Työnantajan tuki

Ohje Luo työpaikalle rakenteita, jotka mahdollistavat ikäystävällisen elinikäisen oppimisen.

Kuvaus Työnantajilla on merkittävä rooli ikääntyvien työntekijöiden elinikäisen oppimisen edistämiseksi. Tarjoamalla joustavia koulutusohjelmia, taloudellista tukea ja hyödyntämällä ajankohtaista oppimisteknologiaa, organisaatiot voivat tukea 55 vuotta täyttäneiden sitoutumista työelämään. Tällaiset aloitteet eivät ainoastaan vahvista yksilön henkilökohtaista kehittymistä, vaan myös organisaation resilienssiä ja innovatiivisuutta. Ikääntyvien oppijoiden tukeminen on investointi hiljaisen tiedon näkyväksi tekemiseen, kokemusten jakamiseen, monimuotoisuuteen ja kestäväan kasvuun.

Viesti Työnantajien tulisi hyödyntää käytettävissään olevia resursseja tukeakseen kaikenikäisiä oppijoita.

”Työnantajien tulisi käyttää heille tarjolla olevia keinoja tukeakseen kaikenikäisiä oppijoita.”

4 Ohjaajat ja fasilitaattorit

“Ohjaajat ja fasilitaattorit mahdollistavat merkityksellisen oppimisen, kun he suunnittelevat osallistumista edistäviä oppimisympäristöjä, luovat kannustavan ilmapiirin ja tukevat voimaantumista esimerkiksi yhteissuunnittelun avulla ja merkityksellisillä ja joustavilla oppimismuodoilla.”

Elinikäinen oppiminen on onnistunutta silloin, kun ohjaajat luovat tiloja, joissa ikääntyvät kokevat tulevansa arvostetuiksi omina itsenään, osallisiksi ja tuetuiksi tarvittaessa. Huolellisen oppimisen suunnittelun, sensitiivisen ohjauksen sekä osallistumisen ja yhteiskehittämisen mahdollisuuksien kautta ohjaajat voivat tukea oppijoiden itseluottamuksen vahvistumisessa, omien kiinnostuksen kohteiden tutkimisessa ja toisiin ihmisiin yhteyksien pitämisessä. Merkityksellisiä oppimiskokemuksia rakentamalla voidaan auttaa ikääntyviä jatkamaan kasvuaan ja osallistumaan yhteiskuntaan heille merkityksellisillä tavoilla.

Ulottuvuudet

- Osallistava oppimisen suunnittelu
- Oppimisilmapiiri ja -tila
- Opintokokonaisuuksien integrointi ja opintojen tunnustaminen
- Institutionaalinen vastuu ja koordinointi
- Voimaantuminen
- Yhteissuunnittelu
- Oppimismuoto
- Merkityksellisyys

Tarkistuslista

Huomioi oppijoiden erilaiset koulutustaustat

- Onko kurssit räätälöity vastaamaan erilaista aiempaa osaamista ja oppimiskokemuksia?
- Onko sisältö saavutettavaa ja mielekästä sekä aloittelijoille että edistyneemmille oppijoille?

Luo erilaisten oppijoiden oppimista mahdollistavia oppimisympäristöjä

- Tuntuuko fyysinen tila turvalliselta ja vastaanottavalta?
- Huomioidaanko emotionaaliset, psykologiset ja sosiaaliset näkökulmat?

Onko opintopisteytys mahdollista?

- Mikäli koulutus tuottaa opintopisteitä, onko opintopisteet integroitu laajempiin oppimiskokemuksiin?
- Onko opintopisteitä mahdollista hyväksilukea osaksi muita opintoja?

Varmista opintojen kehittäminen ja paikallinen koordinointi

- Onko opintojen kehittämiseksi selkeä suunnitelma?
- Hyödynnetäänkö paikallisia verkostoja ja resursseja toteutuksessa?

Sisällytä oppijoiden voimaantuminen keskeiseksi elementiksi

- Edistävätkö opinnot itseluottamusta ja toimijuutta?
- Kannustetaanko oppijoita ottamaan vastuuta omasta oppimispolustaan?

Osallista ikääntyvät oppijat yhteissuunnittelijoiksi

- Ovatko oppijat mukana opintojen muotoilussa?
- Hyödynnetäänkö heidän kokemuksiaan ja toiveitaan aktiivisesti suunnittelussa?

Tarjota sekä formaaleja että non-formaaleja oppimismuotoja

- Onko tarjolla joustavia vaihtoehtoja perinteisten luokkahuonemuotojen lisäksi?
- Sisältyykö opintoihin epämuodollisia, yhteisölähtöisiä oppimismahdollisuuksia?

Varmista oppimismahdollisuuksien merkityksellisyys

- Vastaako sisältö oppijoiden arjen tarpeita ja tavoitteita?
- Onko sisältö käytännöllistä, relevanttia ja henkilökohtaisesti arvokasta?

Ikäystävällisen elinikäisen oppimisen ulottuvuuden ohjaajien ja fasilitaattorien näkökulmista

Seuraavassa osiossa esitetään keskeiset ikäystävällisen elinikäisen oppimisen ulottuvuudet ohjaajien ja fasilitaattorien näkökulmasta. Kunkin ulottuvuuden osalta on koottu yhteen ohje, ydinsanoma, pääviesti sekä lyhyt kuvaus, joiden avulla korostetaan sitä, mitä ohjaajat pitävät merkityksellisen oppimisen kan-

nalta tärkeänä. Tiivistys pyrkii tarjoamaan lukijalle selkeän kokonaiskuvan siitä, miten ohjaajat voivat muotoilla oppimisympäristöjä, työkäytänteitä ja rakenteita, jotka mahdollistavat ikääntyneiden oppijoiden osallisuuden ja osallistumisen elinikäiseen oppimiseen.

Osallistava oppimisen suunnittelu

Ohje Suunnittele osallistavia opintoja erilaisilla koulutustaustoilla oleville oppijoille

Kuvaus Ohjaajien tulisi kehittää räätälöityjä, oppimista tukevia toimenpiteitä sitouttaakseen opintoihin myös oppijat, joilla on vähemmän muodollista koulutusta. Esimerkiksi selkokieliisyys, käytännölliset esimerkit sekä kulttuurisesti sensitiiviset lähestymistavat voivat edistää opintoihin sitoutumista. Lisäksi vuorovaikutteinen sisältö, säännöllinen palaute ja yksilöllinen tuki auttavat vastaamaan osallistujien moninaisiin tarpeisiin.

Viesti Kurssit houkuttelevat usein jo valmiiksi korkeasti koulutettuja.
”Kurssien tulisi huomioida erilaiset koulutustaustat.”

Oppimisilmapiiri ja -tila

Ohje Luo viihtyisiä ja saavutettavia oppimistiloja

Kuvaus Joustavat, avoimet tilat tai luontoon sijoittuvat oppimisympäristöt voivat lisätä mukavuutta ja osallistumista. Ohjaajien tulisi huomioida myös opintojen ajankohdat ja liikenneyhteydet logististen esteiden välttämiseksi. Kurssien ohjaaminen kohderyhmään kuuluvan henkilön (esim. sama ikäryhmä) toimesta voi tehdä sisällöistä helpommin lähestyttäviä ja ymmärrettäviä.

Viesti Perinteiset luentosalit eivät välttämättä sovi ikääntyville oppijoille.
”Fyysisellä, emotionaalilla, psykologisella ja sosiaalisella ympäristöllä on merkitystä.”

Opetussuunnitelmien integraatio ja opintojen tunnustaminen

Ohje Huomioi ja tunnista mikro-opintojen tuottama osaaminen osana tutkinto-opiskelua

Kuvaus Oppilaitosten tulisi kehittää valinnaisia opetussuunnitelmia, jotka mahdollistavat myös mikro-opintojen hyväksilukemisen. Tämä edellyttää yhdenmukaistamista ja joustavuutta korkeakoulujen välillä.

Viesti Jäykät korkeakoulujärjestelmät rajoittavat elinikäisen oppimisen saavutettavuutta.

”Mikro-opintojen tulisi olla osa laajempia opetussuunnitelmarakenteita.”

Institutionaalinen vastuu ja koordinointi

Ohje Luo koordinoitua rakenteita elinikäiselle oppimiselle

Kuvaus Opintojen koordinaattorin tai vastuullisen tahon tulisi vastata ohjelmien ja kurssien kehittämisestä, sidosryhmäyhteistyöstä sekä paikallisesta toimeenpanosta. Tämä varmistaa toiminnan kestävyuden ja reagoitakyvyn yhteisön tarpeisiin.

Viesti Onnistuminen edellyttää omistautunutta henkilöstöä ja strategista suunnittelua.

”Elinikäinen oppiminen vaatii jäsenelityä kehittämistä ja paikallista koordinaointia.”

Voimaantuminen

Ohje Mahdollista voimaantumisen

Kuvaus Elinikäinen oppiminen ei ole pelkästään tiedon ja taitojen hankkimista, vaan myös itseluottamuksen, autonomian ja minäpystyvyyden vahvistamista. Voimaantuminen mahdollistaa oppijoille vastuun ottamisen omasta oppimispolustaan, tietoon perustuvien valintojen tekemisen sekä oman henkilökohtaisen ja ammatillisen kehittymisen aktiivisen muovaamisen. Sisällyttämällä voimaantumisen ulottuvuuden oppimisympäristöihin oppilaitokset voiva luoda osallistavia tiloja, joissa ikääntyvät kokevat itsensä arvostetuiksi, osaaviksi ja motivoituneiksi. Voimaantuminen edellyttää riittäviä rakenteita ja viitekehyksiä.

Viesti Voimaantumisen tulisi olla erottamaton osa elinikäistä oppimista. Huomioi tämä opintoja kehitettäessä.

”Tee voimaantumisen elinikäisen oppimisen ydinosa.”

Yhteissuunnittelu

Ohje Varmista yhteissuunnittelu ikääntyvien oppilaiden kanssa

Kuvaus Keskeistä ikääntyville suunnattujen oppimiskokonaisuuksien yhteissuunnittelussa on varmistaa, että heidän äänensä, kokemuksensa ja tarpeensa ovat perusta opintojen suunnittelulle ja toteutukselle. Tämä tekee opinnoista merkityksellisempiä, saavutettavampia ja voimaannuttavampia sekä edistää oppijoiden osallisuutta ja arvokkuuden kokemusta.

Viesti Osallista ikääntyvät oppijat yhteissuunnittelijoiksi oppimiskokonaisuuksiin.

Oppimismuoto

Ohje Tarjoa oppimismahdollisuuksia eri muodoissa

Kuvaus Jäykät muodot ja liian tiukasti rakennetut opintokokonaisuudet voivat muodostaa esteitä ikääntyville oppijoille. Joustavuus on keskeistä erilaisten tarpeiden, mieltymysten ja elämäntilanteiden huomioimisessa. Opintojen tulisi mahdollistaa mukautuva etenemistahti ja yksilölliset oppimispolut, jotta oppijat voivat osallistua ilman rajoittavaa painetta. Joustavuutta ja opintojen modulaarisuutta painottamalla oppilaitokset edistävät osallisuutta, vähentävät kuormitusta ja tukevat oppijoita yhdistämään oppimisen sujuvasti arkeensa.

Viesti Varmista, etteivät opintojen muoto ja moduulit ole liian jäykkiä. Niiden tulisi tarjota kohderyhmän tarvitsemaa joustavuutta.
”Oppimismahdollisuuksia tulisi tarjota eri muodoissa.”

Merkityksellisyys

Ohje Varmista, että oppimismahdollisuudet ovat merkityksellisiä.

Kuvaus Elinikäisen oppimisen mahdollisuuksien tulee puhutella ikääntyneitä oppijoita ja vastata heidän henkilökohtaisiin tavoitteisiinsa sekä arjen todellisuuteen. Koulutukset tulisi suunnitella tukemaan yksilöllisiä tarpeita tarjoamalla sisältöä, joka on käytännöllistä, relevanttia ja heti sovellettavissa. Merkityksellinen oppiminen lisää sitoutumista, vahvistaa itseluottamusta ja luo tarkoituksellisuuden tunnetta, jolloin osallistujat eivät näe koulutusta itselleen vieraana, vaan arvokkaana osana arkeaan.

Viesti Oppimismahdollisuuksien tulisi tukea jokaista yksilöä ja ottaa huomioon ikääntyneiden oppijoiden moninaiset elämäntilanteet.
”Elinikäisen oppimisen mahdollisuuksien tulee olla merkityksellisiä ikääntyneille oppijoille.”

5 Poliittikataso ja yhteiskunnalliset rakenteet

”Elinikäinen oppiminen voi olla aidosti osallistavaa silloin, kun politiikat ja rakenteet varmistavat joustavan oppimisen, paikallisen saavutettavuuden, taloudellisen oikeudenmukaisuuden, teknologioiden käytön ja siihen liittyvän tuen sekä ikääntyvien moninaisten kokemusten tunnistamisen ja arvostamisen.”

Politiikoilla ja rakenteellisilla edellytyksillä on ratkaiseva rooli siinä, kuinka saavutettavaa, osallistavaa ja merkityksellistä elinikäinen oppiminen voi olla ikääntyville. Joustavat koulutukset, paikallinen saavutettavuus, teknologiset ratkaisut, riittävät tukipalvelut ja oikeudenmukaiset rahoitusrakenteet mahdollistavat elinikäisen oppimisen. Ikääntyviin oppijoihin liitettyjen stereotyyppien purkaminen ja aiemmin hankitun osaamisen tunnistaminen varmistavat osaltaan, että oppimismahdollisuudet voivat vastata yli 55-vuotiaiden tarpeita ja arjen todellisuutta.

Ulottuvuudet

- Koulutusten joustavuus
- Paikallinen saavutettavuus
- Osaamisen tunnustaminen ja sertifiointi
- Teknologia
- Stereotypiat
- Taloudelliset näkökulmat

Tarkistuslista

Varmista joustavuus

- Ovatko oppimismahdollisuudet mukautettavissa aikataulujen ja toteutusmuotojen osalta?
- Onko tarjolla osa-aikaisia, verkko- tai hybridiratkaisuja?

Takaa paikallinen saavutettavuus

- Tarjotaanko opintoja lähellä osallistujien asuinpaikkaa?
- Onko yhteistyötä paikallisten toimijoiden, kuten yhteisökeskusten tai kirjastojen, kanssa?

Arvioi todistuksen merkitystä uudelleen

- Onko muodollinen todistus opintojen suorittamisesta aina tarpeellista?

Pura teknologisia esteitä

- Tarjotaanko digitaalisten välineiden käyttöön riittävästi tukea?
- Ovatko digitaaliset alustat selkeitä ja helppokäyttöisiä?

Vältä negatiivisia stereotypioita

- Puututaanko ikään ja oppimiseen liittyviin ennakkoluuloihin ja syrjintään aktiivisesti?
- Onko viestintä osallistavaa ja kunnioittavaa?

Vähennä taloudellisia esteitä

- Onko tarjolla edullisia tai maksuttomia vaihtoehtoja?
- Onko taloudellista tukea saatavilla tai mahdollisuuksia maksaa opintoja osissa?

Ikäystävällisen elinikäisen oppimisen ulottuvuudet politiikkatason näkökulmasta

Seuraavassa osiossa esitetään keskeiset rakenteelliset ja politiikkatason ulottuvuudet. Kukin ulottuvuus tuo esiin miten joustavuus, saavutettavuus, osaamisen tunnustaminen, teknologia, taloudelliset edellytykset sekä stereotyyppien puuttuminen muovaavat ikääntyvien mahdollisuuksia osallistua elinikäiseen oppimiseen. Tämä kokonaiskuva auttaa ymmärtämään laajempia systeemisistä tekijöistä, jotka joko mahdollistavat tai estävät osallistavien oppimisympäristöjen toteutumisen yli 55-vuotiaille.

Opintojen joustavuus

Ohje Varmista opintojen joustavuus

Kuvaus Opintojen tulisi olla rakenteeltaan modulaarisia ja vaiheittain eteneviä, jotta oppijat voivat osallistua vähitellen ja omassa tahdissaan.

Viesti Rakenteelliset esteet, kuten jäykät opetussuunnitelmat, estävät osallistumista.

”Elinikäisen oppimisen tulee olla joustavaa.”

Paikallinen saavutettavuus

Ohje Varmista paikallinen saavutettavuus.

Kuvaus Paikalliset, matalan kynnyksen opinnot ovat olennaisia moninaisten ikääntyvien ryhmien tavoittamisessa, erityisesti maaseutualueilla. Esimerkkejä ovat yhteisölliset tilaisuudet ja epämuodolliset oppimisympäristöt.

Viesti Rakenteelliset esteet, kuten keskitetyt järjestetyt koulutukset, vaikeuttavat osallistumista.

”Elinikäisen oppimisen tulee olla paikallisesti saavutettavaa.”

Osaamisen tunnistaminen ja todistukset

Ohje Harkitse osaamisen tunnistamisen tarvetta.

Kuvaus Ikääntyvät arvostavat usein henkilökohtaista kasvua ja yhteiskunnallista osallisuutta enemmän kuin muodollisia pätevyksiä. Osallistumistodistukset tai muu epämuodollinen tunnustus voivat lisätä motivaatiota ilman byrokraattisia esteitä.

Viesti Osallistuminen opintoihin on usein riittävää ja merkityksellisempää kuin muodolliset tutkinnot. Tavoite kuitenkin ratkaisee: jos tavoitteena on muodollisen pätevyyden parantaminen, todistus voi olla tarpeellinen.

”Muodollinen todistus ei ole aina tarpeen ikääntyville oppijoille.”

Teknologia

Ohje Tunnista teknologian käyttöön mahdollisesti liittyviä esteitä elinikäiselle oppimiselle.

Kuvaus Elinikäisen oppimisen esteitä voi liittyä teknologian käyttöön, esimerkiksi erilaisten sovellusten ja alustojen käytön omaksumiseen, digiosaamiseen ja järjestelmien yhteensopivuuteen. Nämä voivat estää osallistumista.

Viesti Kun teknologian käyttö on edellytys osallistumiselle, tunnista siihen mahdollisesti liittyvät haasteet.

”Teknologian käyttö tai siihen liittyvä tuen puute voivat olla esteitä elinikäiselle oppimiselle.”

Stereotypiat

Ohje Tunnista elinikäiseen oppimiseen ja ikään liittyvät kielteiset asenteet ja stereotypiat.

Kuvaus Ikäystävällinen elinikäinen oppiminen on keskeistä tasa-arvon, innovatiivisuuden ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden edistämiseksi. Kielteiset asenteet ja stereotypiat voivat luoda esteitä, jotka vähentävät ikääntyvien halukkuutta osallistua opintoihin ja osaamisen kehittämiseen. Näiden ennakkoluulojen tunnistaminen ja haastaminen edistää kulttuuria, jossa oppimista arvostetaan kaikissa elämänvaiheissa.

Viesti Haasta kielteiset asenteet ja stereotypiat ja edistä ikäinklusiivista elinikäistä oppimista.

”Poliittisen tason kielteisillä stereotyyppioilla voi olla merkittävä vaikutus elinikäiseen oppimiseen.”

Taloudelliset näkökulmat

Ohje Selkeytä ohjeistuksia ja vahvista taloudellisia edellytyksiä

Kuvaus Kustannuksiin liittyvät huolenaiheet estävät usein elinikäiseen oppimiseen osallistumista. Lukukausimaksut, materiaalikustannukset ja taloudellisen tuen puute voivat muodostaa merkittäviä esteitä erityisesti ikääntyville tai pienituloisille. Näiden esteiden poistaminen avustusten, tukien ja joustavien maksukäytäntöjen avulla varmistaa, että oppiminen säilyy osallistavana ja yhdenvertaisena. Saavutettavaan elinikäiseen oppimiseen panostaminen hyödyttää koko yhteiskuntaa tukemalla ihmisten jatkuvaa osaamisen kehittämistä ja merkityksellistä osallistumista elämän eri vaiheissa.

Viesti Taloudelliset esteet eivät saisi rajoittaa elinikäistä oppimista. On tärkeää tehdä koulutuksesta saavutettavaa kaikenikäisille sekä huomioida kansallinen sääntely ja mahdollisuudet.

”Taloudelliset tekijät voivat muodostaa esteen elinikäiseen oppimiseen osallistumiselle.”

Lähteet

Myller, T. (2024). Age-inclusive Lifelong Learning: Micro-Credentials and Guidelines, case Finland. <https://www.theseus.fi/handle/10024/867312>. Karelia-ammattikorkeakoulu.

Makkonen, H., Myller, T., & Airaksinen, A. (2024). Ikäystävällinen jatkuva oppiminen – osa aktiivista ikääntymistä. *Gerontologia*, 38(2), 193-199. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.143147>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Tämä ikäystävällisen elinikäisen oppimisen käsikirja on tehty osana eurooppalaista Erasmus+ -rahoitteista AliVE (Age-inclusive Lifelong Learning: Microcredentials and Guidelines) -yhteishanketta (2023–2026).

Käsikirja on tarkoitettu apuvälineeksi elinikäistä oppimista suunnitteleville ja toteuttaville tahoille.

Elinikäistä oppimista tarkastellaan neljästä näkökulmasta: ikääntyvät oppijat, korkeakoulut ja organisaatiot, ohjaajat ja fasilitaattorit sekä politiikkataso ja yhteiskunnalliset rakenteet.

Karelia-ammattikorkeakoulun julkaisuja B:100

ISBN 978-952-275-478-3 | ISSN 1797-383X

