

KUNTOUTUS OPPIMISPROSESSINA VOIMAANTUMISEN TUKENA

Olen saanut kokea vuoden kestävästä Aslak-kuntoutusprosessista, jossa kehittyneet oivallukseni haluan jakaa lukijoille. Aslak on kuntoutuksellinen keino ylläpitää työkykyä. Sen tavoitteena on motivoida kuntoutujaa huolehtimaan kunnostaan, terveydestään ja työkyvystään. Kuntoutuksen tavoitteena on tukea kuntoutujan kokonaistilanteen huomioivaa urasuunnittelua ja opastaa häntä työn soveltamisessa itselleen sopivaksi. (Mäkinen 2010.)

Minulle Aslak-kuntoutus avautui erityisesti oppimisprosessina (ks. myös Voutila 2010, Koukkari 2011), jossa sovelletaan aikuiskasvatuksen ideoita. Siinäkin tavoitteena on uuden oppimisen ja kasvun kautta voimaantuminen. Oppimisessa on olennaista irrottautuminen ja poisoppiminen vanhasta sekä harjoittelun ja koettelemusten kautta uuden toiminta- ja asennoitumistavan omaksuminen. Aslakissa uutta identiteettiä kehitetään monipuolisella, moneen otteeseen ja monin eri keinoin työtetyllä itsehoitosuunnitelmalla.

Miksi osallistuin Aslakiin?

Kuntoutus kiinnosti minua kokonaisuudessaan, myös prosessina. Oman työhyvinvointini riskitekijät liittyivät työn pirstaleisuuteen, runsaaseen matkatyöhön sekä osin siihen, että organisaatiossani työn tekemisen tapa liukui ohi vahvuusalueitteni. Näistä asioista joutui ottamaan henkilökohtaisen vastuun, vaikka kyse on organisaation rakenteellisista tekijöistä (vrt. Kuntoutus muutoksessa -teos 2011). Tavoitteenani oli saada välineitä siihen, että voisin työssäni pysähtyä ja rauhoittua opis-

kelijoideni kanssa oppimisen äärelle sekä säilyttää ihmisseläisyyden voimakkaasti teknologisoituvassa opettajankoulutuksessa.

Työssäni ohjaamille ryhmille on ollut tyydyttävää voimakas kokemus yhteenkuuluvuustunteen syntymisestä sekä ryhmätoiminnan osallistujia virkistävästä ja voimaannuttavasta vaikutuksesta. Voimaantuminen oli minulle yllättävä tulos, joka alkoi kiinnostaa yhä enemmän. Aslakissakin halusin tarkastella, miten voimaantuminen tapahtuu.

Aslak on oppimista yksin ja koko työyhteisössä

Aslak-prosessini aikana tunnistin, että hyvinvoinnin teema on oman elämäni tarkoitus. Olen tiedostamattani, mutta myös tietoisesti, tehnyt elämässäni valintoja, jotka edistävät sekä omaa että toisten hyvinvointia. Tällaisiksi valinnoiksi tunnistan nyt liikunnan harastamisen (jopa haaveammattini!) sekä työyhteisödynamiikan ihmettelyn, joka on johtanut myös tunne- ja vuorovaikutuskirjoitukseen, työnohjaajaksi kouluttautumiseen ja nyt viimeisimpänä Aslak-kuntoutukseen osallistumiseen.

Olen onnistunut säätämään työtäni, vaikka minun on pitänyt nöyrytyä siihen, että muutosten saavuttaminen on hidasta, haastavaa ja vaatii koko ajan tarkkuutta. Aslak-prosessin tulos syntyy erilaisten sosiaalisten voimien ja vastavoimien verkostossa. Prosessi on syventänyt hetkessä läsnäolemisen taitoni sekä sen seuraamista, mitä kasvu tuo tullessaan. Olen oppinut tarkastelemaan arjen

ainutlaatuisia ilmiöitä arvokkaina kehittymisen lähtökohtina, sen sijaan että pitäisin niitä häiriöinä ja ongelmina. Olen oppinut käyttämään voimavarojani omalta kannaltani mielekkäiden asiointilojen tavoitteluun.

Aslak-prosessissa oppivat kaikki osapuolet. Paras tulos saadaan, mikäli toimijoiden väliset voimavarat tiedostetaan, saadaan voimavarat liikkeelle ja pidetään ne liikkeessä. Olen tarvinnut tukea kuntoutusprosessin eri vaiheissa ja tarvitsen edelleen eri asioiden tullessa akuuteiksi. Jos yhteistyö saataisiin työyhteisön kanssa sujumaan jo Aslakiin hakeutumisvaiheessa, sujuisi se ehkä jatkossakin kivuttomasti.

Aslak-kokemuksen soveltaminen työssäni opiskelijoiden ammatillisen kasvun tukemisessa

Omaksumiani oppeja olen soveltanut ohjaustyössäni. Ohjaajana voin vaikuttaa aikuisen oppimiseen tukemalla opiskelijoiden hyvinvointia pedagogisin ratkaisuin. Vain hyvinvoiva opiskelija kykenee oppimaan tuloksellisesti. On myös tärkeää kartoittaa opiskeluun liittyvät odotukset suhteessa opetussuunnitelman tavoitteisiin ja tarkastella niiden toteutumista opiskeluprosessin aikana esimerkiksi oppimispäiväkirjaa käyttäen.

Yhteisöllisyys

Yhtenä pedagogisena lähtökohtana käytän yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisyys on yhteisen mielen synnyttämistä ja yhdessä elämistä. Yhteisöllisyys ei ole suunnitelma, vaikka sen sisällä elää suunnitelmia. (Heikkilä, Hyyppä & Puutio 2009.) Minulle yhteisöllisyys merkitsee sitä, miten ihmiset oppivat tunnistamaan ja sen jälkeen käyttämään ja hyödyntämään omaa osaamistaan ja omia lahjojaan – kutsumustaan – suhteessa organisaationsa tehtävään ja tavoitteisiin. Yhteisöllisyys ja yhteisönsensitiivisyys merkitsevät myös sitä, että ihmiset erilaisissa ryhmissä voivat yhdistää osaamistaan ja sitä kautta myös luoda aivan uudenlaisia taitoja. Ryhmässä teot ovat aina vastavuoroisia. Toimintani vaikuttaa sii-

hen, miten muut ryhmän jäsenet voivat toimia ja päinvastoin. Toiminta myös aina muokkaa ryhmän jäsenten asenteita, motivaatiota, tunteita, havaintoja ajattelua. (Isokorpi 2009.)

Omannäköiseen kasvuun rajojaan rikkoen

Kuten Aslak-ryhmässä, myös työssäni ohjaamisissa ryhmissä opimme arvostamaan erilaisuutta ja moninaisuutta. Kunnioitus ja arvostaminen näkyivät ryhmässä kaikkien kesken: jokaista tarvitaan omanlaisenaan ja jokaisen kokemuksia, tunteita, ajattelua ja mielipiteitä opetus- ja ohjaustyöstä arvostettiin. Aidon läsnäolon ja rennon vapautuneen ilmapiirin myötä ryhmälle syntyi voimakas me-henki. Vapautunut ilmapiiri antoi tilaa voimaantumiselle.

Omassa työssäni opiskelijaryhmän vetäjänä minulla ei ole olemassa aukotonta tietoa esimerkiksi siitä, millaista olisi hyvä opettajuus kunkin opiskelijan kohdalla. Tehtävänäni on innostaa jokaista etsimään omaa potentiaaliaan ja kehittämään sitä edelleen; kasvaamaan kohti autonomista opettajuutta omista lähtökohdistaan käsin. Tällainen autonomia on voimavaroja ylläpitävää. Autonominen yksilö ei toimi sokeasti yhteisön totuttujen toimintatapojen ja uskomusten pohjalta.

Ammatillinen ja inhimillinen kasvu on ollut pysähtymistä kokemuksellisen tiedon, tunnetiedon ja ehkä intuitiivisenkin tiedon äärelle. Myös olemaan oppiminen on ollut tärkeää. Näin on tullut tilaa tekemiselle ja uudistamiselle omassa työssä. Olen antanut aikaa asioiden jäsentymiselle. Tämä on edellyttänyt toisinaan viiveen, pysähtymisen ja myös luovuttamisen hyväksymistä. Muutos – kasvu – on mahdollista, kun tietoisesti käy läpi ajatteluaan, tunteitaan ja tahtoaan.

Ammatillisen kasvun mallin sovelluksia voi käyttää missä tahansa työssä. Jos saisin päättää, jokainen työntekijä osallistuisi Aslak-kuntoutusprosessiin työuransa aikana.

KT **TIA ISOKORPI** TYÖSKENTELEE LEHTORINA AMMATILISESSA OPETTAJAKORKEAKOULUSSA.

Lähteet

- Heikkilä, J-P, Hyyppä, H. & Puutio, R 2009. Johdanto. Teoksessa: Heikkilä, J-P, Hyyppä, H & Puutio, R (toim.) Yhteisön lumo. Systemisiä kytkeytymisiä. Oulu: Metanoia Instituutti, 6-11.
- Isokorpi, T 2009. Aikuisopiskelijan ohjaajan jakaminen ja voimaantuminen. Teoksessa: Lätti, M & Putkuri, P (toim.) Löytöretki aikuisohjauksen maailmaan – kokemuksia ja käytänteitä ammattikorkeakoulusta. Joensuu: Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun julkaisuja B: 18, 36-44.
- Järvikoski, A, Lindh, J & Suikkanen, A (toim.) Kuntoutus muutoksessa. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 166-187.
- Koukkari, M 2011. Kuntoutujien käsityksiä kuntoutuksesta ja kuntoutumisesta. Teoksessa: Järvikoski, A, Lindh, J. & Suikkanen, A (toim.) Kuntoutus muutoksessa. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 220-226.
- Mäkinen, A 2010. Kuntoutus saapuu työpaikalle. Kuntoutus 1, 21-36.
- Voutila, E 2010. Aslak oppimisprosessina. Miten aikuiskasvatuksen ideoita voidaan soveltaa kuntoutuskursseilla. Kuntoutus 3, 48-61.