



Yrittäjien
hyvinvointikilta

Yrittäjän yksinäisyyden helpottaminen -kokemuksia kiltatapaamisista

Leena Ehrling

Suunnittelija (VTT)

Suomen Mielenterveysseura, Koulutuskeskus

3.11.2010 Yrittäjien hyvinvointi Kilta -seminaari



Tutkimuksen tehtävä

- Kerätä ja kuvata kiltaryhmäläisten ja ryhmien ohjaajien kokemuksia kiltatapaamisista:
 - Mitä kiltaryhmän tapaamiset ovat merkinneet osallistujille ja ohjaajille?
 - Mikä on ollut hyvää, mitä pitäisi tehdä toisin?
 - Miten toimintaa voisi kehittää?



Aineisto ja menetelmä

- Ääninauhoidetut ryhmähaastattelut
 - 3 kiltaryhmää, haastattelu viimeisellä tapaamisella, yhteensä 16 osallistujaa
 - ohjaajien haastattelu erikseen
- Sisällön analyysi jokaisesta haastattelukysymyksestä erikseen



Kiltaryhmäläisten kokemuksia

- Yleisesti positiivinen ja merkityksellinen kokemus
 - paikka **pysähtymiselle** ja **itsehavainnoinnille** ilman kilpailuhenkeä, jaksamiseen liittyvien **taitojen** oppiminen
- Oleellista ammattitaitoinen ohjaaja ja liittymisen matala kynnyys
- Parannettavaa rakenteisiin (aloitus, ohjelma) ja ohjaajien työnjakoon liittyen



Ohjaajien kokemuksia

- **Vaativa, yllätyksellinen ja antoisa prosessi**
 - osallistujien erilaiset taustat, kokemukset, odotukset, tarpeet, sitoutuminen; yrittäjyyden merkitys
- **Kehittämistarpeita:**
 - markkinointi: miten, missä
 - aloitus tulee rauhoittaa: alkuhaastattelut, alkukoulutuksen paikka
 - rakenne ja suunnitelmallisuus: teemat etukäteen vs. osallistujien mukaan, ohjaajien työnjako, kokonaisprosessi



Yhteenveto sisällöstä

- Yksinäisyyden kokemus yhdisti yrittäjiä
- Jaksamista on vaikea tunnistaa ja ymmärtää; paine tehdä töitä on kova
- Ryhmissä yksinäisyyteen tuli tukea ja ymmärrystä, havainnoijan näkökulma
- Ryhmämuotoinen työskentely on hyödyllistä, sillä siinä on mahdollisuus oppia, jakaa ja luoda uutta