

# HUMAK<sup>®</sup>

**Vapautta,**

**vaihtuvia työyhteisöjä**

**ja vahvistuvaa**

**osaamista**

**Freelancerit  
osaamista  
kehittämässä!**

Toimittanut  
Sikke Leinikki  
Zita Kóbor-Laitinen



Rahoittaja

Jatkuvan oppimisen ja  
työllisyyden palvelukeskus



**Toim. Sikke Leinikki ja Zita Kóbor-Laitinen**

**Vapautta, vaihtuvia työyhteisöjä  
ja vahvistuvaa osaamista**

**Freelancerit osaamista kehittämässä!**

ISBN 978-952-456-465-6 (verkko)

ISSN 2343-0664 (painettu)

ISSN 2343-0672 (verkkojulkaisu)

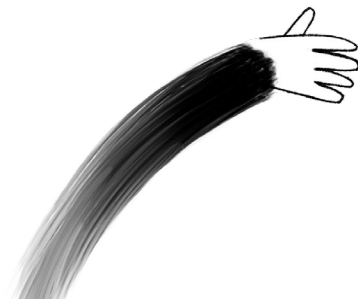
Humanistinen ammattikorkeakoulun julkaisu, 181

© Humanistinen ammattikorkeakoulu, 2024, Helsinki

Taitto: Emilia Reponen

**HUMAK<sup>®</sup>**

Rahoittaja  
 **Jatkuvan oppimisen ja  
työllisyyden palvelukeskus**



# Sisällys

Sikke Leinikki ja Zita Kóbor-Laitinen <b>Johdanto</b> .....	4
Sikke Leinikki <b>Koulutukset hankkeessa</b> .....	5
Zita Kóbor-Laitinen <b>Hankkeen opintojaksot ja niiden suunnittelu</b> .....	7
Milla Leinonen <b>Freelancerin moninaiset työyhteisöt</b> .....	10
Pauliina Salminen <b>Yksinyrittäjän psykososiaalinen kuormitus ja muut riskit</b> .....	12
Elina Henttonen <b>Freelancerit yhdessä oppimassa</b> .....	16
Sikke Leinikki <b>Valmennus freelance-työtä tekeville on Freelancer osaa! -hankkeen ytimessä</b> .....	21
Suvi Tuominen <b>Tekoäly freelancerin työkaluna</b> .....	24



## Johdanto

Sikke Leinikki ja Zita Kóbor-Laitinen

**F**reelance-työ yleistyy ja laajenee aiemmin vakaita työsuhteita tarjonneille aloille. Samaan aikaan tiedon määrä lisääntyy huimaa vauhtia ja teknologiset muutokset pakottavat opettelemaan uusia toimintatapoja ajattelutapoja kaikissa ammateissa. Jokaisen on välttämätöntä kehittää omaa osaamistaan ja oppia uutta jatkuvasti. Freelance-työtä tekevä ei kuitenkaan välttämättä saa työnantajalta ohjausta oman osaamisen kehittämisen suuntaamisessa. Kehityskeskustelut ja yhteistoimintasuunnitelmat harvoin kurottavat freelancereihin asti. Tässä tilanteessa Humanistinen ammattikorkeakoulu (Humak) on halunnut varmistaa jatkuvan oppimisen mahdollisuudet kaikille, myös freelancereille. Humakissa käynnistetyllä 2022 Jatkuvan oppimisen ja työllisyyden palvelukeskuksen (Jotpa) rahoittama Freelancer osaa! -hanke. Tässä julkaisussa esittelemme hankkeen toimintoja ja tuotoksia ja pohdimme freelancer-työn erityispiirteitä. Hanke päättyy vuoden 2024 lopussa.

Julkaisun ensimmäisessä artikkelissa **Sikke Leinikki** esittelee hankkeessa tarjottuja koulutuksia ja tapaa, joilla olemme freelance-työtä tekeviä lähestyneet. Tämän jälkeen **Zita Kóbor-Laitinen** kertoo opintojaksojen suunnittelusta. Opintojaksojen suunnittelussa on kiinnitetty erityistä huomiota freelancereille tärkeään ajalliseen ja paikalliseen joustavuuteen sekä vaihtoehtoisiin suoritumahdollisuuksiin.

Freelancerin työyhteisöjä pohtii **Milla Leinonen** ja yksinyrittäjän työarkea avaa **Pauliina Salminen**. Keskeisenä antina julkaisussa on myös freelance-työtä tekeville hankkeen tiimoilta tarjotun valmennussarjan esittely ja tuotetun valmennuskonseptin kuvaus. Konsepti on vapaasti hyödynnettävissä. Konseptista kirjoittaa freelancereille suunnattujen työpajojen suunnittelijana ja valmentajana toiminut **Elina Henttonen**. Sikke Leinikki puolestaan haastattelee valmennuksen läpikäyneitä freelancereita.

Ajankohtaisena uutuuksena tarjosimme hankkeessa myös freelance-työtä tekeville suunnatun tekoälyn käyttöön opastavan mikrokurssin. Vaikka tämän mikrokurssin sisältö käytettävien ohjelmien osalta vanhenee hyvinkin nopeasti, mikrokurssi varmasti auttaa lähestymään tekoälyä. Tässä julkaisussa käsittelemme myös tekoälyä hiukan, sitä avaa **Suvi Tuominen**.



# Koulutukset hankkeessa

Sikke Leinikki

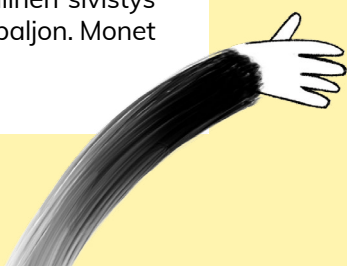
## Mitä on tarjottu ja miten

Freelancer osaa! -hankkeessa tarjottiin freelance-työtä tekeville Humakin avoimen ammattikorkeakoulun opintojaksoja ilmaiseksi. Tällä tarjonnalla vastattiin Teatteri- ja mediatyöntekijäliitto Teme ry:n ja Humakin Freet2030-hankkeessa ja monissa selvityksissä tehtyyn havaintoon, että freelancereilla on tarpeita ja kiinnostusta oman osaamisen kehittämiseen. Erityisesti työelämätaidot ja tuottamiseen liittyvät taidot kaipaisivat kohentamista (mm. Oksanen-Särkelä, Katja ja Kurlin Niiniaho Ari 2020). Freelancerit itse pitävät omia koulutusmahdollisuuksiaan merkittävästi huonompina kuin palkkatyötä tekevilla on. Tällaiset epäoikeudenmukaisen kohtelun kokemukset helposti laajenevat koskemaan koko yhteiskuntaa ja syntyy epäluottamusta kaikkia instituutioita kohtaan. Kehityskulku heikentää hyvinvointivaltiomme keskeistä voimavaraa eli luottamusta ja pyrimme osaltamme tähän puuttumaan.

Yhteiskunnallisesti on tärkeää vahvistaa freelancereiden työelämä-, monimuotoisuus ja yrittäjyysosaamista. Ilman työyhteisöä he jäivät helposti yksin ja heille syntyy paine suostua epätoivottaviin työolosuhteisiin tai syrjivään kohteluun, toisaalta työn hallinnointi vaatii osaamista, jota ei oppilaitoksista aina saa. Vahvistamalla työelämäosaamista tuemme freelancereita omien oikeuksien ja reilun kohtelun vaatimisessa ja edistämisessä. Ajattelimme myös, että kestävän kehityksen ja saavutettavuuden osaaminen on nousemassa keskeiseksi työelämätaidoksi, joten myös freelancereiden osaamista tällä saralla tulisi vahvistaa. Tältä pohjalta suunnittelimme neljä koulutuspakettia ja markkinoimme niitä yhteistyökumppaneiden kautta freelance-työtä tekeville. Yhteistyökumppaneitamme ovat olleet edellä mainittu Teme, Teatterien tiedotuskeskus Tinfo, Kuurojen Liitto, Kuuloliitto, Kehitysvammaliitto, Puhevammaisten vertaistukiyhdistys, Muusikkojen liitto, Journalistiliitto, Taide- ja kulttuurialan ammattijärjestö Taku ry ja Taiteen edistämiskeskus Taike.

## Freelance-työssä tilanteet vaihtuvat nopeasti

Hankkeen alussa havaitsimme, että hankesuunnittelijoiden ajatukset eivät kohtaa freelance-työtä tekevien nopeasti muuttuvia tilanteita ja niiden synnyttämiä toiveita ja tarpeita. Opiskelijaksi saatettiin ilmoitautua ja muuttaman päivän päästä todeta, että aika ei sittenkään riitä, kun ilmoittautuja sai uuden työkeikan. Olimme markkinoineet esimerkiksi Ekososiaalinen sivistys ja saavutettavuus opintojaksoa (5 op) ja sille ilmoitauduttiinkin paljon. Monet



osallistujista kuitenkin vain perehtyivät materiaaleihin, eivätkä suorittaneet tehtäviä. Jäimme miettimään, onko freelancerille tärkeää vain saada uutta osaamista eikä opintopisteiden suorittamisella ole suurtakaan merkitystä. Tämä lähestymistapa haastaa oppilaitostamme pohtimaan, millaisin menetelmin oman opetustarjonnan voisi avata oppimisorientoituneelle yleisölle, joka ei suoritusmerkinnöistä piittaa. Miten tällainen tarjonta taas kohtaa oppilaitoksen rahoitusrakenteen? Hankkeiden avulla voimme tarjota oppimismahdollisuuksia, mutta miten tämä voisi olla osa oppilaitoksen vakiintunutta toimintaa?

## **Mitä freelance-työn taustalla on**

Erityisesti kulttuurialalla moni päätyy freelanceriksi, koska alalla ei ole työpaikkoja tarjolla. Freelancerina työskentelyssä on hyviä puolia, esimerkiksi vapaus ja itsenäisyys, mutta siinä on myös haasteita. Haasteista tässä hankkeessa on paneuduttu oman osaamisen kehittämiseen, johon loimme valmennussarjan. Tunnistettuihin haasteisiin (verotus, yritysmuodot, vakuumukset) vastaamisessa tarvittavia taitoja pyrimme vahvistamaan hankkeen koulutustarjonnan avulla, esimerkiksi yrittäjänä toimimiseen opasti hankkeessa suunniteltujen Projektit ja talous (5 op), Kehittävät verkostot (5 op), Innovaatiotoiminta (5 op) ja Yritystoiminta muuttuvassa työelämässä (5 op) opintojaksojen avulla. Lisäksi halusimme tarjota englanninkielisiä opintojaksoja, jotta myös muuta kuin suomea äidinkielenään puhuvat freelance-työtä tekevät pääsisivät hankkeen tarjonnasta nauttimaan.

Vaikka aluksi tarjosimme hankkeessa vain määriteltyjä opintojaksoja, päätimme avata koko Humakin avoimen amk:n tarjonnan freelancereille. Ajattelimme, että huomioimme kaikkien opintojaksojen suunnittelussa sen, että ne mahdollisimman hyvin palvelevat eri työelämätilanteissa olevia ja freelance-työtä tekeviä. Ajatuksemme oli, että näin ainakaan emme rajoita opiskelijoiden mahdollista kiinnostumista jo etukäteen ja toisaalta opetussuunnitelman uudistaminen tarjosi tilanteen ajanmukaistaa opintojaksoja. Lisäksi aloimme markkinoimaan Humakin ilmaisia mikrokursseja freelancereille (<https://kauppa.humak.fi/tuote-avainsana/mikrokurssi/>). Tuotimme myös uuden, ilmaisen kurssin tekoälystä hankkeen puitteissa. Nämä ilmaiset opintojaksot ovat saaneet hyvää palautetta nimenomaan freelancereilta. Muutama on todennut, että juuri tällainen tarjonta olisi paikallaan: lyhyitä, ilmaisia, aikaan ja paikkaan sitomattomia opintojaksoja, joilla voi kohentaa omaa osaamistaan nopeasti ja täsmällisesti.

*Kirjoittaja on Sikke Leinikki, VTT, tiimivastaava, Humak*

**Lähde:** Oksanen-Särelä Katja ja Kurlin Niiniaho Ari (2021) Sinnikkyys ja rakkaus liikkuvaan kuvaan. Elokuva-alalle 2005-2019 valmistuneiden työllistyminen. Kulttuuripolitiikan tutkimuskeskus Cuporen verkkojulkaisuja 61. [https://www.cupore.fi/images/tiedostot/2020/sinnikkyys-ja\\_rakkaus\\_liikkuvaan\\_kuvaan\\_raportti.pdf](https://www.cupore.fi/images/tiedostot/2020/sinnikkyys-ja_rakkaus_liikkuvaan_kuvaan_raportti.pdf)



## Hankkeen opintojaksot ja

## niiden suunnittelu

Zita Kóbor-Laitinen

**H**umanistisessa ammattikorkeakoulussa käynnistyi laajamittainen [opetussuunnitelmien uudistustyö](#) vuonna 2022. Tähän uudistusprosessiin nivoutuva [Freelancer osaa! -hankkeemme](#) alkoi samana vuonna ja ajoittui vuosille 2022–2024, joten COVID-pandemian laantumisen jälkeen se tarjosi ponnistuslautaa freelancereille tiedostamaan, tarkentamaan ja laajentamaan osaamistaan.

### Freelancereille sopivia opintoja monenlaisiin tarpeisiin

Freelancer osaa! -hankkeen lähtökohtana on, että opiskelijaksi hankkeeseen ilmoittautuneet saavat ilman rajoituksia valita heille parhaiten sopivat kurssit tai opintokokonaisuudet Humakin avoimen ammattikorkeakoulun tarjonnasta. Ilmoittautuminen tapahtuu verkkokaupan kautta hankkeen koodilla, ja opiskelija saa osallistua valittuihin opintoihin maksutta. Hankkeen puitteissa olemme laajentaneet Humakin kurssivalikoimaa ja muokanneet jo olemassa olevia opintojaksoja siten, että ne tavoittavat paremmin myös freelancereita. Muokkaukset saattoivat koskea esimerkiksi opetuksen rytmitystä, muotoa, sisältöä tai tehtäviä Freelancer osaa! - hankkeen osallistujien tarpeita silmällä pitäen.

Hankkeen alussa keskityimme sellaisten opintojaksojen rakentamiseen, jotka arvioimme freelancereita kiinnostaviksi tai heille erityisesti hyödyllisiksi. Hankkeen edetessä arvioimme, että avaamalla Humakin avoimen ammattikorkeakoulun opintojaksojen koko tarjonnan saavutamme enemmän osallistujia. Seuraavaksi esittelemme poimintoja opintojaksoista, joita on kehitetty Jotpa-rahoituksella, osana hanketta.

### **Ekososiaalinen sivistys ja saavutettavuus (5 op)**

Tämä opintojakso perehdyttää kestävän kehityksen lähtökohtiin ja periaatteisiin ja YK:n tavoitteisiin. Kestävän kehityksen neljä pilaria ovat taloudellinen, ekologinen, sosiaalinen ja kulttuurinen kestävyys. Kurssin sosiaalisesta kestävyydestä kertovan osion teemoja ovat väestönkasvu, köyhyys, ruoka- ja terveydenhuolto, sukupuolten välinen tasa-arvo, yhdenvertaisuus ja saavutettavuus sekä koulutus. Kulttuurista kestävyyttä käsitellään ihmisoikeuksien, yhteistyön, perinteen säilyttämisen, kansalaisjärjestöjen ja kielten tarkastelun kautta. Opintojakson kokoavassa osiossa käsitellään esimerkkejä

vastuullisesta toiminnasta maailmalla. Osiossa painottuvat vastuullisuus sosiaalisesta ja kulttuurisesta näkökulmasta. Lisäksi aiheena ovat yksilön mahdollisuudet ja vastuu sekä ekososiaalinen sivistys. Opintojakso sisältää webinaareja, vierailevien asiantuntijoiden haastatteluja sekä paljon muutakin kiinnostavaa tietoa ekososiaalisen sivistyksen ja saavutettavuuden aihepiireistä.

### **Projektit ja talous (5 op)**

Tässä verkkokurssin muodossa tarjolla olevassa opintojaksossa opiskelijat perehtyvät projektinhallinnan perusteisiin sekä projektisuunnittelun ja -hallinnan välineisiin itsenäisten harjoitteiden avulla. Tehtäviä on yhteensä 12 ja ne suoritetaan kurssin aikana itsenäisesti omassa tahdissa, mutta tietyssä järjestyksessä. Tavoitteena on, että opiskelija ymmärtää projektien merkityksen oman alansa toimintakentällä, tietää projektin toteutuksen vaiheet ja osaa laatia projektille realistisen talousarvion. Opintojakso tähtää myös siihen, että osallistujat oppisivat käyttämään projektinhallinnan työkaluja ja tuntisivat erilaisia rahoitusmuotoja ja -mahdollisuuksia. Tähänkin opintojaksoon kuuluu webinaarisarja ja itseopiskeltava materiaalipaketti.

### **Kehittävät verkostot (5 op)**

Tämä opintojakso on kehittäjätasoinen kurssi. Tämä tarkoittaa, että opintojakso on suunnattu niille, jotka ovat jo korkeakouluopinnoissaan pitemmällä tai joilla on riittävästi kokemusta oman alansa toimijoista ja toimintatavoista. Opintojakson tavoitteena on, että osallistuja ymmärtää verkostoitumisen merkityksen ja osaa tunnistaa sekä luoda verkostoja ja kehittää kumppanuuksia monialaisissa työympäristöissä. Freelancer-työtä tekevien kohdalla yhteisöllisyyden puute ja yksin tekeminen koetaan usein kuormittavaksi, vaikka samalla nautitaan itsenäisen työn tuomasta vapauden tunteesta. Opintojaksossa freelanceritkin voivat saada uusia työkaluja muun muassa ilmiöpohjaisesta työskentelystä ja verkostokarttamenetelmästä omien verkostojensa analyttiseen tarkasteluun ja kehittämiseen.

### **Innovaatiotoiminta (5 op)**

Tässä opintojaksossa keskitytään innovaation eri muotoihin, innovaatioprosessin sykleihin, megatrendeihin, tulevaisuuden ennakkoinnin menetelmiin ja innovatiiviseen ongelmaratkaisuun. Innovaatiotoiminta-opintojakso on saanut hyvää palautetta siitä asti, kun sitä on järjestetty. Kurssi on muotoutunut vuosien varrella monien toteutusten kautta yhä monipuolisemmaksi ja joustavammaksi. Opintojakson voi suorittaa joustavasti kolmella eri tavalla: a) osallistumalla webinaareihin ja tekemällä tehtävät, b) suorittamalla itsenäisen tehtäväpaketin tai c) harjoittelijana jossakin Humakin TKI-hankkeessa. Tehtävävalikoimasta löytyy niin luovuutta ja heittäytymistä vaativia tehtäviä, kuten flaneeraustehtävä ja tulevaisuuden muistelu, kuin perinteisiäkin

vaihtoehtoja, muun muassa verkkotentti ja essee. Tehtävien joukossa on myös vaihtoehtoisia harjoitteita, joista opiskelija voi valita hänelle sopivimmat tai mieluisimmat. Suoritettuaan onnistuneesti kaikki valittuun suoritustavan tehtäväpakettiin kuuluvat tehtävät opiskelija saa opintopisteiden lisäksi Innovaattori-osaamismerkkin.

### **Yritystoiminta muuttuvassa työelämässä (5 op)**

Tässä opintojaksossa opiskelijat perehtyvät yrittäjämäiseen tekemiseen ja asenteeseen sekä pohtivat, miten yrittäjyydestä voi mahdollisesti tulla osa omaa urapolkua. Tavoitteena on tarkastella yksityisen sektorin roolia suomalaisessa yhteiskunnassa ja työllistymisessä sekä omaksua yritystoiminnan peruskäsitteistö ja selvittää kannattavan yritystoiminnan perusteet. Opiskelijat pääsevät miettimään oman osaamisensa tuotteistamista, hinnoittelua ja myyntiä ja kehittämään omia liikeideoitaan. Suorittamalla opintojakson opiskelija saa myös Minä yrittäjänä-osaamismerkkin.

Yrittäjyystoiminta muuttuvassa työelämässä -opintojakson voi suorittaa lukuvuoden aikana itsenäisesti työskennellen opiskelijan oman aikatauluun sopivalla rytmityksellä. Yrittäjyyden opintojaksoon ei sisälly opetuswebinaareja. Sen sijaan tarjolla on vapaaehtoisia ohjaustunteja verkossa. Ohjaustunneilla käydään läpi opiskelijoiden etukäteen toimittamia kysymyksiä.

## **Monenlaisia kokemuksia**

Edelliset poiminnat antavat kuvan siitä, millaisia opintojaksoja on kehitetty hankkeen aikana. Suurin osa näistä opintojaksoista on jo tarjolla [myös englanniksi](#). Muillekin kursseille on englanninkieliset toteutukset työn alla tai vähintään suunnitteluvaiheessa.

Hankkeen aikana freelancereita on osallistunut ennen kaikkea hankkeessa järjestettyihin työpajoihin. Opintojaksoihin ilmoittautumiseen innostuttiin myös usein juuri työpajoihin osallistumisen kautta. Työpajojen osallistujat saattoivat suorittaa joitakin yksittäisiä opintojaksoja. Yksi heistä esimerkiksi teki Humakissa 10 opintopisteen opintojakson harjoitteluna. Joukosta toinen opiskelija taas aloitti Humakissa 60 opintopisteen polkuopinnot, tavoitteenaan päästä tutkinto-opiskelijaksi.

*Kirjoittaja on Zita Kóbor-Laitinen, FM, KM, viittomakielen tulkki (AMK), yliopettaja, Humak.*

**Lähde:** Opetussuunnitelmat. Humanistinen ammattikorkeakoulu. <https://opetussuunnitelmat.humak.fi/>



## Freelancerin moninaiset työyhteisöt

Milla Leinonen

**V**uoden 2022 Taiteen ja kulttuurin barometrin mukaan taiteilijoiden työhyvinvointia kuormitti yksin työskentely erityisesti niillä taiteenaloilla, joilla työtä tehdään yksin. Myös esittävisissä taiteissa freelancereille yksin jääminen koettiin kuormittavaksi, sillä töitä tehdään usein vaihtuvissa työyhteisöissä. Työhyvinvoinnin ja jaksamisen näkökulmasta on siis tärkeää, että freelancer pystyisi löytämään yhteisöllisyyttä ja osallistumisen kokemuksia, vaikkei kiinnittyisikään juuri yhteen, perinteisesti ajateltuun työyhteisöön.

Modernissa työelämässä freelancerit ovat osa yhä moninaisempia ja joustavampia työympäristöjä, jotka haastavat perinteiset työyhteisökäsitykset. Perinteisesti työyhteisö on nähty organisaation sisäisenä ilmiönä, jossa joukko työntekijöitä työskentelee yhdessä saavuttaakseen yhteiset tavoitteet. Työyhteisö ei kuitenkaan elä tyhjiössä, vaan se ilmenee ja saa merkityksensä ihmisten kokemuksissa ja ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Yhteisöjä muodostuu minne vain, missä on ihmisiä. Siellä, missä tehdään työtä, on myös työyhteisöjä. Näin ollen freelancereille mahdollistuu työskentely osana omaa, ei niin perinteistä työyhteisöä. Miten freelancer sitten voi hyödyntää moninaisia työyhteisöjä?

Freelancerin yhteisöllisyyden kokemukset rakentuvat usein erilaisten kontaktien ja verkostojen varaan. Muiden freelancereiden lisäksi verkosto ulottuu yhteistyökumppaneihin ja asiakkaisiin. Organisaatiot käyttävät yhä enemmän ulkoisia palveluntarjoajia ja alihankintaa ja tämä mahdollistaa freelancereille tiiviin yhteistyön organisaation sisäisten työntekijöiden kanssa.

Työyhteisöä kaipaavan kannattaa olla aktiivinen ja hakeutua työtiloihin, joita hyödyntävät samanhenkiset ihmiset. Etätöyön yleistyttyä coworking-tilat ovat tuoneet yhteen eri alojen ammattilaisia, jotka eivät välttämättä työskentele saman tavoitteen parissa, mutta jakavat saman työympäristön. Näissä tiloissa syntyy väistämättä spontaania vuorovaikutusta, joka jäisi tapahtumatta kotitoimistolla kököttäessä. Kahvihuoneessa käydyt, mitättömiltä vaikuttavat pienet keskustelut voivat kevyesti töytäistä ideoita eteenpäin ja lopputuloksesta syntyy uutta yhteistyötä ja uusien ideoiden kehittelyä.

### Freelancerin asiantuntijuuden jakaminen

Freelancerille asiantuntijuuden jakaminen on yritystoiminnan elinehto ja sillä hankitaan asiakkaita. Asiantuntijuuden jakamisen kautta ovi aukeaa kuitenkin myös sosiaalisiin verkostoihin – sisältöohjautuviin yhteisöihin, joissa asiantuntijuutta jaetaan organisaatorajojen yli. Esimerkiksi tekoälyn

käyttö on tällä hetkellä monen verkoston keskustelun ytimessä ja näitä keskustelupaikkoja freelancereiden kannattaa hyödyntää myös sosiaalisesta näkökulmasta. Tällaiset tapahtumat voivat olla tärkeä osa yksittäisen freelancerin ammatillista verkostoa ja jopa työhyvinvointia tarjoten mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen, kehittymiseen ja tietojen vaihtoon. Sisältöohjautuvat yhteisöt tarjoavat mahdollisuuden ammatilliselle kasvulle ja uusien oivallusten jakamiselle. Digitaalisuus on myös tehnyt tällaiset verkosto yhä entistä saavutettavammiksi.

Verkostojen lisäksi sisältöohjautuvuus korostuu freelancereiden työyhteisöissä: freelancerit liittyvät yhteisöihin ja projekteihin osaamisen, kiinnostuksen ja tavoitteiden perusteella, eikä niinkään organisaation rakenteiden tai hallinnollisten tiimien kautta. Sisältöohjautuvissa yhteisöissä jokainen jäsen tuo oman asiantuntemuksensa ja näkökulmansa keskusteluun, mikä rikastaa yhteistyötä ja luo synergiaa eri alojen välillä.

## **Muutoksesta voimaa**

Freelancereiden työtilanteet voivat vaihdella kovastikin ja tästä syystä freelancerit eivät kiinnity pitkäjätkoisesti yhteen tiettyyn tiimiin tai organisaatioon. Onneksi työyhteisöjen jatkuva muutos ei ole pelkästään haaste, vaan se voi olla myös mahdollisuus. Koska freelancerit voivat valita, mihin projekteihin ja yhteisöihin he liittyvät, heillä on ainutlaatuinen etu kehittää ja mukauttaa omaa työyhteisöään tarpeidensa ja kiinnostuksen kohteidensa mukaan. On mahdollista sanoa "ei" epämiellyttäville yhteistöille ja rajata omasta työyhteisöstä pois ihmiset, joiden kanssa yhteistyö ei suju.

Maailma muuttuu. Digitaalisuuden lisääntyminen mahdollistaa yhteisöllisyyden rakentumisen maantieteellisistä rajoista välittämättä. Freelancer voi hyödyntää teknologian kehitystä ja digitaalisia työkaluja ja avata itselleen oven globaaliin verkostoon. Näin freelancer voi toimia paitsi paikallisena niin myös kansainvälisenä toimijana, mikä tuo uusia näkökulmia ja kasvumahdollisuuksia uralle.

Muutos kannattaa kääntää voimavaraksi. Freelancerin kyky räätälöidä työympäristöään voi johtaa innovatiivisiin yhteistyömuotoihin ja luovuuden lisääntymiseen. Freelancereiden kannattaa käyttää tätä mukautuvuutta hyväkseen luodakseen ympäristön, jossa he voivat jatkuvasti oppia, kasvaa ja jakaa ideoita, mikä puolestaan voi vahvistaa heidän ammatillista ja henkilökohtaista hyvinvointiaan.

*Kirjoittaja on Milla Leinonen, TtM, Projektipäällikkö, Humak*

**Lähde:** Ruusuvirta, M., Lahtinen, E., Rensujeff, K. & Leppänen, A. 2023. Taiteen ja kulttuurin barometri 2022: Taiteilijoiden työhyvinvointi. Cuporen verkkojulkaisuja 72. Kulttuuripoliitiikan tutkimuskeskus Cupore.



## Yksinyrittäjän psykososiaalinen

### kuormitus ja muut riskit

**Pauliina Salminen**

**K**un työnteon voimavarat ja vaatimukset ovat epätasapainossa, syntyy psykososiaalisia kuormitustekijöitä. Psykososiaaliset kuormitustekijät ovat usein työn sisältöön ja järjestelyihin liittyviä, kuten liiallinen kiire tai vastuu, epäselvät työnkuvat, vuorotyö tai puutteet työvälineissä. Myös työyhteisön sosiaaliseen toimivuuteen liittyvät tekijät voivat kuormittaa, näitä voivat olla esimerkiksi yksin työskentely, toimimaton vuorovaikutus, epätasa-arvoinen kohtelu, puutteellinen tiedonkulku tai häirintä. Kuormittaviksi tekijöiksi lasketaan myös fyysisen vaaran tunne, puutteellinen valaistus, liiallinen melu tai muuta työntekoa haittaava ja vaarantava tekijä.

Työntekijät voivat kuormittua näistä tekijöistä haitallisesti tai sopivasti. Sopiva kuormitus ei luonnollisesti vaadi toimenpiteitä, mutta työnantajien pitää välttää tai vähentää liiallisten psykososiaalisten kuormitustekijöiden aiheuttamaa haittaa työntekijöiden terveydelle. Jos työnantajalla ei ole tarpeeksi osaamista tunnistaa ja arvioida psykososiaalisia kuormitustekijöitä, tulee hänen käyttää riittävän päteviä ulkopuolisia asiantuntijoita.

Psykososiaalinen kuormitus yksinyrittäjillä muodostuu usein vastuusta, siitä, että on yksin vastuussa kaikesta yrityksen toimintaan liittyvästä. Yksinyrittämiseen liittyy usein myös suuret ja vaativat työmäärät, kiire, taloudelliset huolet ja pitkät työpäivät. Työtä ja vapaa-aikaa on usein mahdoton erottaa toisistaan. Usein tehdään myös työtehtäviä, jotka eivät välttämättä kuulu omaan substanssiosaamiseen, kuten brändin luomista, kirjanpitoa tai vaikka somemarkkinointia, videoiden editointia ja sopivien hashtagien miettimistä. On hyvä muistaa, että ihmiset ja yrittäjät ovat erilaisia ja he sekä kuormittuvat että palautuvat kuormituksesta eri tavoin. Kirjoitan tässä esseessä omista kokemuksistani yksinyrittäjänä, painopisteenä suunnittelemisen, ennakointi ja verkostoitumien.

### Miten minusta tuli yksinyrittäjä

Olen toiminut yksinyrittäjänä vuodesta 2019. Perustin yritykseni vain sen takia, että minulle tarjottiin työtä, joka piti pystyä laskuttamaan. En ole tarkoituksella tähdännyt yrittäjäksi, ajattelin että yrittäjyys on vain hetkellinen vaihe elämässäni. Osan töistäni teen perinteiseen tapaan verokortilla ja osan laskutan. Suhteet työnantajiin ovat muodostuneet välittömiksi ja

luottamuksellisesti. He tietävät, että olen sitoutunut tuottamaan laadukasta opetus-, arviointi- ja kurssitoimintaa ja työnjako ja vastuut ovat selviä. Luotamme vuosien mittaiseen yhteistyöhön ja toistemme ammattitaitoon. Luottamus tuo keveyttä yrittämiseen monella tapaa.

## **Yksin yrittämisen kuormittavia tekijöitä**

Olen yksin vastuussa kaikesta yrittämiseen liittyvästä, suunnittelusta, brändämisestä, markkinoinnista, kirjanpidosta, laskutuksesta, hankinnoista, asiakassuhteiden ylläpidosta, verkostoitumisesta, viestinnästä ja tietenkin varsinaisesta työsuorituksesta. Olen yökaudet murehtinut asioita, jotka voivat mennä vikaan, mitä olen ehkä unohtanut tai jättänyt huomiotta. Olen aina yksin hoitamassa tilanteen, jos jokin menee pieleen tai asiakas käyttäytyy odottamattomasti, negatiivisesti tai jopa väkivaltaisesti. Jokainen virhe on minun harteillani. Entä jos osallistuja saa vaikean allergisen kohtauksen? Kyyne pureman?

Yksinyrittäjän pää pysyy kasassa ennakoimalla ja suunnittelemalla tulevia työtehtäviä, pysymällä aikataulussa ja pitämällä työvälineet kunnossa. Luottamalla omaan ammattitaitoon ja osaamisen henkinen väsyminen pysyy hyvin kurissa. Tiukassa tilanteessa muistutan itseäni positiivista asiakaspalautteista ja saan takaisin tunteen siitä, että olen oikeasti hyvä työssäni.

Taloudellinen pärjäämisen paine on kohdallani onneksi suhteellisen pieni, yritykseni perustamiskulut olivat muutaman sata euroa. Yritykselläni on myös hyvin vähän omaisuutta, joten vastuu veloista tai konkreettisista investoinneista ja materiaalista on vähäistä.

## **Fyysisen turvallisuuden tekijät työssäni**

Työhöni kuuluu mm. luontoalan näyttöjen arviointi ja kurssien pitäminen maastossa. Kun viedään ihmisiä ulos luontoon, turvallisuus on erittäin tärkeää. Turvallisuudesta huolehditaan suunnittelun lisäksi hankkimalla tarvittavat vakuutukset, huoltamalla varusteita ja varmistamalla että kulkuvälineet ovat asianmukaisessa kunnossa. Myös oman fyysisen kunnan ylläpito on tärkeää.

Jos maasto on minulle uusi, pyrin käymään paikan päällä tutustumassa paikkaan ennen opiskelijoiden tai asiakkaiden kanssa maastoon menemistä. Yritän havaita mahdolliset vaaraa aiheuttavat kohdat reitissä, mm. eksymisen, liukastumisen, kaatumisen tai muun loukkaantumisen varalta. Mietin myös, miten apu pääsee paikalle tapaturmatilanteessa. Jokaisesta retkestä laadin riskianalyysin, turvallisuussuunnitelman, ja toimintaohjeen tapaturman varalta, paikan koordinaatit, yhteyshenkilön, joka tietää mihin

retki suuntautuu ja koska sieltä palataan, sekä selkeät varustetarpeet ja varustevastuut sekä erilaisiin sääolosuhteisiin varautumisen.

Otan huomioon myös osallistujien mahdolliset allergiat ja liikkumisen esteet. Nuotiolla toimimisen turvallisuuteen kiinnitän erityistä huomiota. Ensiapupakkauksen sijainnin kerron kaikille osallistujille. Isompaa ryhmää ohjatessa valtuutan aina jonkun ryhmän jäsenen huolehtimaan, että kukaan ei jää jälkeeseen, jos kuljen itse ensimmäisenä enkä pysty näkemään koko ryhmää itse. Jos osallistujat ovat asiakkaita, eivätkä oppilaita, heille lähetän ennen retkeä tiedon tarvittavasta vakuutuksesta, kuljettavasta reitistä, varusteista, turvallisuuteen liittyvistä seikoista ja retken arvioidusta aikataulusta. Tarkistan osallistujien varusteet ja kertaan turvallisuuteen liittyvät asiat aina ennen lähtöä.

## **Työn organisointi keskeinen taito**

Edellinen ammattini, markkinointiasistentti, antoi hyvän näkemyksen yrittäjämaailmasta ja taidot töiden organisointiin. Minulla on vakiintuneita työtapoja ja olen suunnitellut työtehtäviä niin, että ne ovat helposti toistettavia ja muokattavia. Vuosisuunnitelma vuosittain toistuviin tapahtumiin on kätevä, se elää ja muuttuu merkintöjen uusien tehtävien mukaan. Käytän useampaa kalenteri- ja puhelinmuistutuksia ja muistiinpano-ohjelmaa. Joudun liikkumaan työssäni jonkun verran ja kun teen kalenterimerkinnän, lisään siihen aina myös paikan osoitteen ja yhteyshenkilön puhelinnumeron.

Varsinaista suunnittelun apuvälinettä en käytä kalentereiden lisäksi. Yhteisissä projekteissa kirjoitamme usein suunnitelmaa jaettuun Word- tiedostoon, joka sisältää ajankohdan, sisällön, tekijät ja työnjaon, turvallisuus- tai toimintasuunnitelman ja markkinointivastuut. Hyvin valmistautuneena ehtii tekemään korjauksia ja muutoksia, jos niitä viime tingassa ilmenee. Työkonaisuuksien ja suurenkin työkuorman hallinta on hyvällä suunnittelulla helpompaa. Se on myös eräänlaista työsuojelua, valmistautumattomana ja kiireessä on alttiimpi tapaturmille kotipihassa ja maastossa. Kun tuntuu, että jaksaminen alkaa hiipua, lisään kalenteriin enemmän vapaata. Vuosien mittaan olen oppinut, että vain levänneenä saan työt tehtyä hyvin ja tehokkaasti. Väsyneenä menee asioihin enemmän aikaa ja virheet lisääntyvät.

## **Verkosto jaksamisen tukena**

Verkostoni ovat muodostuneet vanhoista työkavereista, opiskelijakavereista, vakiintuneista asiakkaista, erilaisissa koulutuksissa, tilaisuuksissa ja tapahtumissa tapaamistani ihmisistä. Heidän kanssaan puhutaan alan uusista tuulista, meneillään olevista projekteista ja suunnitellaan yhteistyötä, yhteisiä kursseja ja tapahtumia. Kokemusten ja ajatusten jakamisesta oppii,

saa uusia ideoita ja motivaatiota. Verkostoituminen ja sitä kautta saatava vertaistuki on erityisen tärkeää, kun ei ole työkavereita. Ilman verkostoa, jonka kanssa sparrata kokemuksia ja ajatuksia, paineet voivat kasautua nopeasti. Minulla on muutaman läheisen naisyrittäjän porukka, joita tapaan epäsäännöllisen säännöllisesti ja heidän kanssaan on ihana reflektoida menneitä, harmitella mahdollisia epäonnistumisia ja hehkuttaa onnistumisia. Heidän tukensa on korvaamatonta. Erityisesti huijarisyndrooma tuntuu oleva yleinen ammattitauti, joka kukoistaa naisyksinyrittäjien parissa. Nykyään pystymme jo nauramaan kokemuksillemme ”huijaamisesta”. On sekä lohdullista että inspiroivaa tavata kanssaryittäjiä ja yhteistyökumppaneita.

## **Mikä yrittäjää innostaa**

On todella innostavaa työskennellä niin, että saa tehdä itselle mieleisiä ja merkityksellisiä asioita omassa tahdissa. Voin suunnitella työjärjestyksen oman toiveeni ja jaksamiseni mukaan ja jopa valita, missä ja kenen kanssa töitä teen. Henkilökohtaisesti nautin yrittäjyydessä eniten kurssien suunnittelusta ja organisoinnista omassa tahdissa.

On mahtava tunne, kun saa päätökseen jotain, minkä on luonut ja toteuttanut loppuun asti itse, oman osaamisensa varassa. Voin myös vapaasti suunnitella jatko-opintoja ja hankkia sellaista osaamista, josta koen itse hyötyväni eniten. Palkitsevinta ja voimaannuttavinta ovat onnistuneet työsuoritukset ja tyytyväiset asiakkaat ja opiskelijat. Nyt kun verkostojen kautta tulee jo tarpeeksi mieluisia yhteistyö- ja työtarjouksia, olen todella tyytyväinen saavutuksiini ja valintaani toimia yrittäjänä.

## **Tulevaisuus yrittäjänä**

Kun perustin yritykseni, ajattelin, että se on vain muutaman kuukauden projekti, mutta niin vain olen tällä tiellä edelleen. Enkä malta odottaa, mitä kaikkea hienoa se tuokaan mukanaan, kun valmistun yhteisöpedagogiksi. Olen tavallaan luonut itseni uudestaan ja saanut upeita tilaisuuksia työskennellä sellaisten projektien parissa, jotka olen kokenut todella merkityksellisiksi. Aion ehdottomasti jatkaa sivutoimisena yrittäjänä, laajentaa palveluitani ja yhteistyöverkostojani tulevaisuudessa. Tulevaisuus näyttää mielenkiintoiselta ja motivoivalta.

*Kirjoittaja on Pauliina Salminen, yksinyrittäjä ja Humakin opiskelija*



## Freelancerit yhdessä oppimassa

Elina Henttonen

**M**inulla oli ilo suunnitella ja ohjata Freelancer osaa! -työpajakokonnaisuus, jossa keskityimme kulttuurialoilla toimivien osallistujien osaamisen ja työhyvinvoinnin kehittämiseen. Työpajat olivat inostava oppimismatka niin osallistujille kuin minulle ohjaajana. Tässä jutussa kerron työpajojen taustasta ja toteutuksesta. Lisäksi jaan oivalluksiamme freelancereiden osaamistarpeista ja oppimista ja vertaisuutta mahdollistavasta dialogista ammatillisen toimijuuden vahvistajana.

### Freelancer osaa! -työpajat pähkinäkuoressa

- Neljä työpajaryhmää verkossa syksyllä 2022, keväällä 2023, syksyllä 2023 ja keväällä 2024.
- Osallistujina 33 kulttuurialan freelanceria.
- Tavoitteena osaamisen ja työhyvinvoinnin kehittäminen.
- Työskentelymuotoina ohjatut harjoitukset, dialogi ja vertaiskeskustelu.
- Tuloksena yhteistä oppimista, työkaluja oman osaamisen kehittämiseen ja arjen hallintaan sekä uusia ammatillisia verkostoja.

### Freelancerien tarpeet osaamisen kehittämisessä

Usein ajatellaan, että henkilön tutkinnot, tehtävä- tai ammattinimike ja työpaikka kertovat hänen osaamisestaan. Etenkin itseään työllistävien freelancereiden kohdalla asiaa on ajateltava laajemmin: mitä juuri minä osaan, millainen kokonaisuus erilaisista vahvuksistani syntyy, mihin suuntaan haluan osaamistani kehittää, ja millaista työtä juuri minun ainutlaatuinen osaamiseni voisi toimintakentälleni luoda?

Freelancerien mahdollisuudet kehittää omaa osaamistaan ovat kuitenkin palkkatyössä olevia satunnaisempia. Oma osaamista vahvistavat koulutukset täytyy sekä löytää että kustantaa itse. Koulutusmaksujen ohella on huomioitava koulutuksen ajalta saamatta jäävät työtulot. Freelancerin työ on tyypillisesti projektiluontoista ja työarki sirpalemaista, jolloin aikaan ja paikkaan sidottuihin koulutuksiin voi olla vaikea sitoutua.

Osaaminen kytkeytyy myös tunteisiin. Yksin ja itsenäisesti, vailla yhteisön ja esihenkilön tukea tehtävässä työssä voi olla vaikea hahmottaa, milloin on tehnyt riittävän paljon tai riittävän hyvin. Tämä korostuu erityisesti luovilla aloilla, joissa osaamisen, työn riittävyuden ja sen laadun arviointi voi olla monitahoista. Erityisesti apuraharuletissa joutuu jatkuvasti valmistautumaan pettymyksiin, jolloin oma ammatillinen itseluottamus on koetuksella.

Freelancer osaa! -työpajojen osallistajat toimivat laaja-alaisesti kulttuurin eri kentillä: esittävässä taiteessa, käsikirjoittajana, näyttelijänä, ääninäyttelijänä, kuvataiteessa, tanssissa, musiikissa, valokuvataiteessa ja valokuvauksessa, pukusuunnittelussa, lavastussuunnittelussa, kulttuurituottajana, radio- ja televisiotyössä, graafisina suunnittelijoina, toimittajana sekä oman alan opetustyössä.

Osallistujien monialaisen taustan vuoksi suuntasin työpajat osaamiseen kehittämiseen metataitoihin: oman osaamisen ja sen kehittämistarpeiden tunnistamiseen, osaamisen sanoittamiseen ja näkyväksi tekemiseen, osaamiseen liittyvien tunteiden käsittelyyn, omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen sekä erilaisten ammatillisten verkostojen hyödyntämiseen osaamisen kehittämisessä. Jokaisen ryhmän käynnistyessä kartoitin osallistujien omia töhön ja osaamiseen liittyvien kehittämistarpeita.

Kulttuurialojen freelancerien työssä korostuivat erityisesti seuraavat kehittämistarpeet:

- Sirpaleimaisen ja projektimaisen työarjen hallinta ja suunnittelu
- Tietoinen ajankäyttö ja priorisointi
- Kuormituksen ja stressin hallinta
- Työn ja vapaa-ajan tasapaino
- Omien tarpeiden ja rajojen tunnistaminen
- Epävarmuuden sietäminen
- Huijaritunteiden ja riittämättömyyden tunteiden käsittely
- Ammatillisen itseluottamuksen vahvistaminen
- Oman osaamisen arvostaminen, sanottaminen ja vahvistaminen
- Markkinointi-innostuksen löytäminen
- Tulevaisuuden suunnan kirkastaminen
- Mielekkäiden ammatillisten vertaisyhteisöjen löytäminen
- Freelancetyön tavat, käytännöt ja tulomallit velvoitteineen ja oikeuksineen

Tältä pohjalta rakensin kullekin ryhmälle räätälöidyn työpajaohjelman ja -rakenteen. Yhteistä kaikille ryhmille oli tutustuminen ja luottamuksellisen ilmapiirin luominen, virittyminen työn mielekkyyteen, työhyvinvointiin liittyvät kysymykset, arjen ja ajankäytön haasteet projektimaisessa ja sirpaleisessa työssä, neuvottelutaidot ja -tilanteet, oman työn ja osaamisen hinnoittelu, markkinointi ja myyminen sekä oman ammatillisen tulevaisuuden kirkastaminen. Osassa ryhmistä käsiteltiin myös freelance -työn eri muotoihin ja

freelancerin työmarkkina-asemaan liittyviä haasteita ja säädöksiä käytännön esimerkkien kautta.

## **Osaksi yhteisöä**

Jo aivan ensimmäisissä työpajoissa havaitsin, että mahdollisuus kohdata muita freelancerina työtä tekeviä ja jakaa heidän kanssaan ajatuksia ja tunteita oli osallistujille ensiarvoisen tärkeää. Moni freelancer työskentelee yksin, vailla työyhteisön tukea, ja kaipaa mielekkäitä ammatillisia verkostoja. Tämä vahvisti työpajojen dialogisuuteen ja vertaisuuteen perustuvaa työskentelytapaa. Työpajoissa vuorottelivat alustukseni kunkin työpajan aiheesta, ohjatut harjoitukset ja vertaiskeskustelu. Halusin antaa osallistujille tilaa ja aikaa jakaa omia kokemuksiaan sekä oppia ja saada tukea toisiltaan. Ryhmiin syntyikin luottamuksellinen, kannustava ja vertaistuellinen henki.

Työpajoissa jaettiin kokemuksia ja tietoa myös monenlaisista mielekkäistä ammatillisista yhteisöistä, joihin lukeutui ammattijärjestöjä ja niiden puitteissa tapahtuvaa toimintaa, erilaisia koulutusryhmiä sekä sosiaalisessa mediassa toimivia avoimia ja yksityisiä ryhmiä. Osallistujat tunnistivat tarpeen arjen yhteisöllisyyteen ja avun ja neuvojen saamiseen, mutta peräänkuuluttivat myös vahvempaa kollektiivista edunvalvontaa haavoittuvissa työmarkkina-asemissa työskenteleville freelancereille.

Vertaisuuden henkeä ylläpitääkseen yksi työpajaryhmistä päätti ohjatun työpajakokonaisuuden päätyttyä jatkaa toimintaansa itseohjautuvana vertaisryhmänä. Nyt jo vuoden ajan ryhmä on itsenäisesti kokoontunut erilisten teemojen, osaamisen jakamisen ja yhdessä kokeilemisen äärelle. Ryhmä osallistui johdollani myös syksyn 2023 ja kevään 2024 Kansallisiin dialogeihin, joissa keskustelimme teemoista ”Yhdessä ja yksin” ja ”Turvallisuus ja luottamus” freelancerin elämässä. Näin saatoin nostaa freelancereiden kokemukset ja näkökulmat osaksi myös kirjoittamiani Kansallisten dialogien kokemusraportteja.

## **Osallistujien kokemuksia ja ohjaajan huomioita**

Osallistujat kokivat saavansa työpajoihin osallistumisesta seuraavia hyötyjä:

- Tietoa ja ajatuksia
- Työkaluja itsenäiseen kehittymiseen
- Varmuutta omaan työhön
- Paremman käsityksen omista vahvuuksista ja kehittämisen paikoista
- Pohdintaa omasta työurasta tässä hetkessä
- Tukea omalle suunnalle
- Rohkeutta harkita omannäköistä uraa ja työtä

- Uusia ideoita ja ahaa-hetkiä
- Inspiraatiota ja esimerkkejä, joihin voi itsekin pyrkiä
- Valopilkkuja arkeen
- Aitojen ihmisten kohtaamista ja vertaistukea

Monet osallistujista olisivat kaivanneet neljästä työpajasta koostuvaa työpajasarjaa pidempää kokonaisuutta, sillä ”oman ajattelun herääminen kestää” ja ”tuntuu, että nyt vasta alkaa oivaltamaan asioita”. Ohjaajana jaoin tämän kokemuksen: tutustuminen, luottamuksen syntyminen, oman työuran ja -käytäntöjen reflektio ja uusien näkökulmien omaksuminen ei käy käden käänteessä. Toisaalta osallistumisen kynnyks on syytä pitää matalana, tätä rajatun laajuinen työpajasarja tukee. Ohjaajana tein työpajakokonaisuuksien aikana seuraavia huomioita:

- Koska freelancerin työmarkkina-asema ja siitä seuraavat haasteet ja mahdollisuudet poikkeavat monin tavoin pysyvässä työsuhteessa työtä tekevästä oli tärkeää, että kaikki osallistujat toimivat jossain määrin yhtenäisessä työmarkkina-asetmassa freelancereina ja pystyimme keskittymään nimenomaan freelancer-arjen ja elämän kysymyksiin.
- Ryhmän osallistujien ikään, sukupuoleen, uravaiheeseen, alaan ja ammatilliseen osaamiseen liittyvä moninaisuus sen sijaan rikasti keskustelua. Osallistujat kuulivat mielellään kokemuksia ja vertailukohtia eri aloilta, mikä auttoi myös tunnistamaan oman alan julkilausumattomia käytäntöjä.
- Vertaistuki on ryhmän tärkeintä antia ja työskentelymenetelmien on tärkeää mahdollistaa ja tukea tätä. Vertaistuellista vuorovaikutustakin on kuitenkin tärkeää ohjata ja rakenteistaa dialogin keinoin, jotta erilaiset ihmiset pääsevät tasavertaisesti keskusteluun mukaan ja voivat kokea oman kokemuksensa arvokkaaksi yhteisen ymmärryksen kartuttamisessa.
- Oma yrittäjätaustani ja kokemukseni myös muista freelancereille tyypillisistä työn tekemisen muodoista (pätkätyöt, työkorvaukset, apurahat) oli ryhmän ohjaamisessa tärkeä voimavara ja toi konkretiaa käsiteltäviin aiheisiin.
- Osallistujat arvostivat minulta ja toisiltaan saamia käytännön vinkkejä erilaisiin tilanteisiin, toimintatapoihin, asioiden sanoittamiseen ja esimerkiksi oman työn hinnoitteluun. Varsinkin rahasta on uskallettava puhua!

## **Lopuksi**

Freelancer osaa! -työpajat vastasivat selkeään tarpeeseen ja tarjosivat osallistuneille kulttuurialan ammattilaisille mahdollisuuden pysähtyä pohtimaan oman työnsä, työuransa ja osaamisensa suuntaa, jakaa kokemuksia ja oppia toisilta. Myös joissain ammattiliitoissa ja koulutusorganisaatioissa käynnistyi samoihin aikoihin freelancereita tukevaa koulutus-, valmennus- ja ohjaustoimintaa. Näkisin mielelläni pitkälti hankepohjaisesti organisoituvan ja eri tahoihin hajaantuneen toiminnan vakiintuvan pysyviksi freelance-neuvolan tyypiksi toimintamalleiksi. Tarve freelancerien ja muiden ”epätyypillisissä” työmarkkina-asemissa työtä tekevien osaajien tukemiselle ja edunvalvonnalle on jo nyt merkittävä ja kasvaa entisestään.

*Kirjoittaja on Elina Henttonen, KTT, yrittäjä (Valtaamo Oy) ja kouluttaja.*

---

Lisäksi järjestettiin viittomakielinen työpaja, josta alla infolaatikko/Zita Kóbor-Laitinen

### **Freelancer osaa! -työpaja tarjottiin myös suomalaisella viittomakielellä**

- Viittomakielinen työpaja toteutui 19.9.2023.
- Osallistujina 5 kuuroa
- Viittomakielisille ja viittomakieltä työssään käyttäville suunnattu, kokonaan viittomakielinen työpaja
- Vetäjänä toimi Maarit Widberg-Palo FM, KM, viittomakielen tulkki (AMK), työnohjaaja Viittomakielialan Osuuskunta Viasta
- Tavoitteena oli tarjota kohtaamispaikkaa kuuroille freelancereille sekä monipuolistaa ja vahvistaa heidän osaamistaan ja asemaansa työmarkkinoilla.
- Saatiin hyvää palautetta, työpajalle toivottiin jatkoa!



## Valmennus freelance-työtä tekeville on

## Freelancer osaa! -hankkeen ytimessä

Sikke Leinikki

**F**reelancer osaa hankkeessa tarjottiin mukaan tuleville valmennussarja ja sitä tukemaan osallistujan valitsemaa koulutusta Humakin avoimesta verkkokaupasta. Tässä jutussa pureudutaan hankkeen tarjoamaan valmennussarjaan. Valmennussarjan taustalla on ajatus siitä, että ammatillisen toimijuuden ja identiteetin vahvistumien tarvitsee säännöllistä vuorovaikutusta samassa tai samankaltaisessa tehtävässä tai asemassa toimivien kanssa (Vähäsantanen, Paloniemi, Hökkä ja Vasama 2022). Yleensä tämä ammatillisesti vahvistava vuorovaikutus tulee melko automaattisesti työyhteisön mukana, mutta freelancerit työskentelevät itsenäisesti vaihtelevissa ryhmissä ja ammatillisuuden kehittyminen jää pitkälti yksilön oman aktiivisuuden varaan. Avaan kokemuksia valmennuksesta kahden haastattelun sekä valmennuksiin ja infotilaisuuksiin osallistuneiden kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta.

### Mikä sai hakeutumaan mukaan valmennukseen?


Haastateltavat totesivat, että erityisesti tarve verkostoitumiselle sai hakeutumaan mukaan valmennukseen. Toinen haastateltavista oli kuullut valmennuksesta Muusikkojen liiton tilaisuudessa, jossa olin hankkeen vetäjänä puhumassa. Toinen taas tarttui tilaisuuteen hankkeen yhteistyökumppanin uutiskirjeen perusteella.

### Mitä jäi mieleen eli mikä oli valmennuksen tärkein tai paras anti?

*”Valmennuksen myötä minulle jotenkin kirkastui uusi uratavoite. Valmennuksessa sain pohtia omaa osaamista ja omia valintoja ja omaa tekemistä vertaisten kanssa.”*

*”Minulla ihmisten tapaaminen aktivoi ajatukset ja ohjaa katsomaan eteenpäin sekä uskomaan omiin ideoihin ja ajatuksiin. Syntyy innostusta ja luottamusta siihen, että minä osaan ja pystyn.”*

Haastateltavat totesivat, että valmennussarjasta on jäänyt oma yhteisö, vertaisryhmä. He kokivat ryhmän tapaamiset syksyn valopilkkuna. He kertoivat, että valmennusryhmässä löydettiin paljon yhteisiä asioita, saatiin



voimaa ja inspiraatiota uusille projekteille ja väylä miettiä eteenpäin omia pohdintoja. Haastateltavat kuvasivat keskustelua avoimeksi, turvalliseksi ja luottamukselliseksi ja tunnistivat, että osallistujat elivät samankaltaisissa todellisuuksissa. Tällainen kokemus tuntui vahvistavan ammatillista it-seluottamusta ja paikkaa yhteiskunnassa. Erityisen tärkeänä pidettiin sitä, että valmennusryhmässä puhuttiin siitä, mitä osataan ja missä ollaan hyviä, oppi kannustamaan itseäkin.

*”Tällainen valmennus auttaa rakentamaan omanarvontuntoa. Se on tyyny, joka pehmentää putoamista. Freelancerin työssä on todella paljon vaihtelua, liikettä ylös ja alas.”*

Myös Vähäsantanen ym. (2022) puhuvat artikkelissaan siitä, miten ammatillisen identiteetin vahvistumisesta seuraa armollisuutta, rohkeutta ja innostusta. Myös haastateltavat kuvaavat kuinka vahvistuva ammatillinen identiteetti toimii tyynynä ammatin varjopuolia vastaan ja tukee työhyvinvointia ja toimivan työ-muu elämä suhteen säilymistä.

## **Freelancerin osaamisen ydintä on kyky yhteistyöhön**

Kun freelancer työskentelee vaihtelevissa ryhmissä, myös oman osaamisen tunnistaminen ja ammatillisuuden vahvistuminen suuntautuu toisin kuin vaikiintuneemmissa työyhteisöissä. Silloin on erityisen tärkeää tunnistaa sekä omat erityiset substanssiin liittyvät osaamiset että yleisemmät työelämätaidot. Kun työ järjestyy palapelimäisesti, myös taidot ja osaaminen kehittyvät moneen suuntaan (Leinikki, Järvensivu ja Pyykkönen 2022).

Kun keskustelin haastateltavien kanssa aiheesta, he totesivat lähes yhteen ääneen, että ”Freelancerin osaamisen ytimessä on kyky yhteistyöhön. Taito kasvattaa me-henkeä samalla, kun huolehtii omista oikeuksistaan.”

Haastateltavat pitivät kollegiaalisuutta hyvin tärkeänä, koska jokaisen toiminnat heijastuvat koko kenttään. Erityisen tärkeää on miettiä, millä hinnalla työtä tekee. Tähän haastateltavat toivovat myös koulutusta, että kaikki freelance-työtä tilaavatkin ymmärtäisivät työn hinnoittelua.

## **Onko tällaiselle valmennukselle tarvetta?**

Haastattelujen ja käytyjen keskustelujen pohjalta on kirkastunut, että freelancereille pitäisi olla jokin väylä ammatilliseen reflektioon ja vertaisryhmän rakentamiseen. Lisäksi nopeasti muuttuva työelämä vaatii kaikilta jatkuvaa koulutautumista, tähän pitäisi freelance-työtä tekeville rakentaa omat, toimivat ja muiden työn tekemisen tapojen kanssa yhdenvertaiset järjestelmät. Parasta olisi, jos tähän olisi tarjolla julkinen tai puolijulkinen helposti saavutettava palvelu.

Haastattelujen lisäksi tutustuin Työterveyslaitoksen Tuura-valmennukseen. Tuon valmennuksen työkirja voisi toimia mainiosti myös freelance-työtä tekevien oman työelämän kestävyyskohentamisen tukena, jos tällaista valmennusta ei ole tarjolla. Työkirja löytyy täältä: <https://hyvatyo.ttl.fi/mielenterveyden-tyokalupakki/tyokalut/youran-uurtaja-materiaali>

*Kirjoittaja on Sikke Leinikki, VTT, tiimivastaava, Humak*

**Lähteet:**

Katja Vähäsantanen, Susanna Paloniemi, Päivi Hökkä & Teemu Vasama (2022) Tunteet ja työssä oppiminen – Rohkeus, turvallisuus, epävarmuus ja häpeä. Artikkeliteoksessa [Lemmetty, Soila](#) ja [Collin, Kaija](#) (toim.) 2022. Jatkuva oppiminen ja aikuispedagogiikka työssä.

Leinikki Sikke, Järvensivu Anu, Pyykkönen Miikka (2022) Kulttuurialojen palapelimäinen ja jatkuva oppiminen. Blogikirjoitus <https://lookout.humak.fi/tag/kulttuuri/>

Haastateltavat Hella Pakaslahti ja Katy Suutari, haastattelu 12.3.2024



## Tekoäly freelancerin työkaluna

Suvi Tuominen

**T**ekoälyn nopea kehitys on mullistanut ja tulee jatkossakin mullistamaan työelämää monilla aloilla. McKinsey Global Institutun (2024, 3) mukaan tekoäly voi automatisoida jopa 30 prosenttia nykyisistä työtehtävistä vuoteen 2030 mennessä. Samalla se luo uusia työpaikkoja ja muuttaa olemassa olevia rooleja. Erityisesti generatiivinen tekoäly, kuten ChatGPT, on jo nyt muuttanut merkittävästi monien alojen työskentelytapoja.

Muun muassa World Economic Forum (2023, 5) mukaan tekoäly tulee muuttamaan työmarkkinoita merkittävästi. Raportti ennustaa, että 75 prosenttia yrityksistä aikoo ottaa käyttöön generatiivista tekoälyä tai big dataa seuraavien viiden vuoden aikana, mikä korostaa tekoälyosaamisen merkitystä myös freelancereiden kilpailukyvyille.

Tekoäly tehostaa väistämättä työntekoa monin tavoin. Se voi esimerkiksi hoitaa rutiininomaisia ja toistuvia tehtäviä vapauttaen työntekijöiden aikaa luovempiin ja strategisempiin tehtäviin. Toisaalta tekoäly kykenee myös luovuutta vaativiin tehtäviin, ja se voikin auttaa ideoinnissa, sisällöntuotannossa ja ongelmanratkaisussa. Tekoäly pystyy käsittelemään ja analysoimaan valtavia määriä dataa nopeasti, mikä auttaa muun muassa tekstin käsitelyssä ja päätöksenteossa.


Freelancereille tekoäly tarjoaa erityisiä mahdollisuuksia. Se voi auttaa taasaamaan resurssien epätasapainoa suurempiin yrityksiin verrattuna ja mahdollistaa kilpailun laajemmilla markkinoilla. Esimerkiksi kääntäjä voi hyödyntää tekoälyä nopeuttamaan käänösprosessia, graafikko voi käyttää tekoälyä apuna visuaalisten sisältöjen luomisessa ja kirjoittaja voi hyödyntää tekoälyä ideointiin ja tekstin editointiin.

### **Tekoälyn käyttäminen tekee työstä**

#### **hauskempaa ja parantaa työn laatua**

Freelancer osaa -hanke otti tekoälyn yhdeksi koulutussisällökseen edellä mainituista syistä: tekoälytaidot ovat nykypäivänä välttämättömiä kilpailukyvyyn kannalta. Mutta ennen kaikkea tekoälyn kekseliäs käyttäminen tekee työstä hauskempaa ja laadukkaampaa!

Tekoälyn sisällyttäminen Freelancer osaa -hankkeeseen perustuikin ajatuksen, että generatiivinen tekoäly voi olla freelancerin ”paras työkaveri”. Tekoälytyökalut tarjoavat freelancereille mahdollisuuden tehostaa työskentelyään,



parantaa tuottavuuttaan ja laajentaa palvelutarjontaansa. Ne voivat toimia apuna niin luovassa työssä, projektinhallinnassa kuin asiakaspalvelussakin.

Tekoälyllä on myös potentiaalia parantaa freelancereiden työhyvinvointia. Tekoälyassistentit voivat auttaa työn organisoinnissa, tarjota tukea ja jopa toimia virtuaalisena työpsykologina. Tämä voi olla erityisen arvokasta yksin työskenteleville freelancereille, jotka saattavat kaivata sparrailuapua ja tukea työarjessaan. Gyan Dookie, Humanistisen ammattikorkeakoulun lehtori, kertoi hankkeessa tuotetussa podcastissa kokemuksestaan oman tekoälybotin luomisesta työhyvinvoinnin tueksi: ”Tein ChatGPT:hen työhyvinvointibotin, joka kyselee kuulumisiani ja tekee sitten yhteenvetoja, miten minä voin. Sieltä tuli ihan hyviä neuvoja ja vinkkejä, että mitä voisi tehdä.”

## **Miten omaa tekoälyosaamista voi treenata?**

Kaikilla freelancereilla olisi hyvä olla perustason ymmärrys tekoälystä ja sen käyttömahdollisuuksista omalla alallaan. Tärkeimpiin tekoälytaitoihin kuuluvat taito muotoilla tehokkaita kehotteita tekoälylle. Gyan Dookie korostaa-kin yhdessä hankkeen podcastissa kehotteen muotoilun tärkeyttä: ”Hyvän kehotteen muotoilu vaatii jonkinlaista ymmärrystä käsiteltävänä olevasta aiheesta. Kehotteen muotoilulla voit vaikuttaa todella paljon lopputuloksen muotoon ja sisältöön.”

Toinen tärkeä tekoälykyky on kyky arvioida ja editoida tekoälyn tuottamaa sisältöä. Tekoälyn tuottamassa sisällössä on vinoumia ja hallusinoitua, joten tiedon oikeellisuus tulee aina tarkistaa luotettavista lähteistä. Lisäksi on olennaista ymmärtää tekoälyn käyttöön liittyviä eettisiä kysymyksiä ja vastuullisia käyttötapoja. Ehkä tärkeimpänä taitona voidaan kuitenkin pitää valmiutta jatkuvaan oppimiseen, sillä tekoälykenttä kehittyy jatkuvasti ja todella nopeasti.

Omia tekoälytaitoja voi harjoitella monin tavoin. Hyvä lähtökohta on kokeilla rohkeasti erilaisia maksuttomia tekoälytyökaluja, kuten tekstin tuottamiseen erikoistuneita ChatGPT:tä, Copilotia tai Geminiä. Visuaalisen sisällön ja videoiden tuottamiseen voi kokeilla esimerkiksi Canvaa tai Adobe Expressiä. Kehotteiden muotoilua voi harjoitella testailemalla erilaisia tapoja sanoittaa kehotteita ja analysoimalla, tuottiko tekoäly haluamasilaista sisältöä. Verkossa on tarjolla lukuisia YouTube-videoita, MOOC-kursseja ja mikrokursseja, joilla syvennyttään tekoälyyn – kuten Freelancer osaa -hankkeessa tuotettu kurssi, joka on Thinglinkissä avoinna kaikille, osoitteessa <https://www.thinglink.com/scene/1837428017928864230>.

Tavoitteena voisi olla tekoälyn ottaminen osaksi omia jokapäiväisiä työrutiineja. Alkuun pääsee sillä, että miettii, millaisia vaiheita omaan työhön kuuluu ja miten tekoälyä voisi hyödyntää niissä. Jarno Alastalo, media-alan

yrittäjä ja freelancer, korosti hankkeessa tuotetussa podcastissa tekoälyn merkitystä ideointivaiheessa: ”ChatGPT on mulle sellainen sparrauskaveri. Mä käytän sitä ideointiin ja kirjoittamiseen. Se auttaa mua pääsemään alkuun ja antaa uusia näkökulmia, joita en ehkä itse olisi tullut ajatelleeksi.”

## **Freelancer osaa -hankkeen tekoälykurssin sisältö**

Hankkeen tekoälykurssi on suunniteltu mikrokurssiksi, jonka arvioitu suoritusaika on noin 10 tuntia. Kurssi on suunnattu freelancer-yrittäjille, jotka haluavat saada perustiedot tekoälystä ja sen soveltamisesta omaan työhönsä. Kurssin sisältö koostuu monipuolisista elementeistä, kuten podcasteista, videoista, teksteistä ja käytännön tehtävistä.

Kurssin pääsisältö on kolme noin puolen tunnin mittaista podcastia, jotka käsittelevät tekoälyn käyttöä freelancerin työssä, työhyvinvoinnin parantamista tekoälyn avulla ja tekstin kirjoittamista tekoälyn avustuksella. Noin puolen tunnin mittainen video puolestaan havainnollistaa tekoälytyökalujen käyttöä käytännössä, ja informatiiviset tekstit ja blogit tarjoavat tietoa tekoälyn perusteista ja sen soveltamisesta freelance-työhön. Kurssilla on runsaasti linkkejä erilaisiin tekoälytyökaluihin ja lisätietomateriaaleihin, joiden avulla voi syventää omaa oppimistaan.

Kurssilaiset pääsevät kokeilemaan tekoälytyökaluja käytännön tehtävien avulla. Esimerkiksi yhtenä tehtävänä on luoda oma markkinointiasistentti ChatGPT:hen tai Geminiin. Kurssilla opitaan myös, miten muotoillaan tehokkaita kehotteita tekoälylle.

Kurssin tavoitteena on tarjota käytännönläheinen ja ihmisläheinen johdatus generatiivisen tekoälyn maailmaan. Se kannustaa osallistujia kokeilemaan erilaisia työkaluja ja soveltamaan oppimaansa omaan työhönsä. Kurssi korostaa myös jatkuvan oppimisen tärkeyttä tekoälyn nopeasti kehittyvällä kentällä.

*Kirjoittaja on Suvi Tuominen, YTM, lehtori, Humak*

### **Lähteet:**

McKinsey Global Institute, 2024. A new future of work: The race to deploy AI and raise skills in Europe and beyond. <https://www.mckinsey.com/mgi/our-research/a-new-future-of-work-the-race-to-deploy-ai-and-raise-skills-in-europe-and-beyond/>

World Economic Forum, 2023. Future of Jobs Report. [https://www3.weforum.org/docs/WEF\\_Future\\_of\\_Jobs\\_2023.pdf](https://www3.weforum.org/docs/WEF_Future_of_Jobs_2023.pdf)

*Tämä tekstin tuottamisessa hyödynnettiin Claude 3.5-tekoälyä. Tekoälylle syötettiin podcastien tekstivastineet ja pyydettiin laatimaan niiden pohjalta runko tälle tekstille. Tekstiä täydennettiin ja muotoiltiin.*

