

Mielekkään elämän malli (GLM)

Mielekkään elämän malli (*Good Lives Model: GLM*) on voimavarasuuntautunut kuntoutuksellinen viitekehys, jossa painotetaan asiakkaan yksilökohtaisia kiinnostuksia, kykyjä ja pyrkimyksiä. Lisäksi se ohjaa työntekijöitä laatimaan suunnitelmia, joiden avulla autetaan asiakkaita hankkimaan valmiuksia ja kykyjä saavuttaa päämääriä, jotka ovat asiakkaalle itselleen merkityksellisiä.¹

Keskeistä mielekkään elämän mallin mukaisessa työskentelyssä on tavoitteiden konkretisointi sekä uudenlaisten hyväksyttävien keinojen löytäminen merkitykselliseksi koetun elämän saavuttamiseksi. Työskentelyssä tulee huomioida, että rikollisuudesta irrottautuminen edellyttää yksilön oman päättävyyden ja päämäärätietoisuuden lisäksi myös yhteiskunnan tarjoamia riittäviä sosiaalisia ja psykologisia resursseja.²

Oletamus on, että kaikilla yksilöillä on samankaltaiset pyrkimykset ja perustarpeet, mutta keinot niiden tavoittelemiseksi vaihtelevat yksilöllisesti riippuen henkilön arvoista ja kehitysvaiheesta.³ GLM:n mukaisten interventioiden tavoitteena on varustaa asiakkaat tarvittavin tiedoin ja taidoin sekä tarjota mahdollisuuksia ja resursseja, joiden avulla ensisijaisia tarpeita on mahdollista tavoitella keinoin, jotka eivät ole haitallisia tai vahingollisia.⁴

Myös interventioissa käytettävien käsitteiden tulisi olla myönteisiä sekä tavoitteisiin ja tulevaisuuteen suuntautuneita; retkahduksen ehkäisy voitaisiin vaihtaa esimerkiksi itsen hallinnaksi tai elämän muutokseksi. Lisäksi on mielekkäämpää puhua kehittämisestä tai kasvusta kuin jonkin asian vajauksesta⁵.

Ensisijaiset tarpeet

Perusoletamus on, että kaikki ihmiset tavoittelevat tiettyjä ensisijaisia tarpeita (*primary human goods*), mutta tarpeiden painotukset vaihtelevat yksilöllisesti riippuen henkilön arvoista ja elämän päämäärästä⁶. Ensisijaiset tarpeet ovat itsessään tavoittelemisen arvoisia tunnetiloja, yksilöllisiä piirteitä tai kokemuksia⁷.

¹ Purvis, Ward & Willis 2011, 6, 10

² Ward & Fortune 2013, 43

³ Chu, Ward & Willis 2014, 3

⁴ Purvis, Ward & Willis 2011, 6

⁵ Ward & Mann 2004, 613–614; Ward, Mann & Gannon 2007, 93; Fortune, Ward & Mann 2015, 31

⁶ Purvis, Ward & Willis 2011, 7

⁷ Ward, Yates & Willis 2012, 95

Alun perin Ward ja hänen kollegansa (2004) määrittivät kaikille ihmisille yhteiset yhdeksän perustarvetta⁸. Myöhemmin Ward & Gannon (2006) jakoivat yhteenkuuluvuuden kahteen: läheisiin toisiin ja laajempaan yhteisöön⁹. Sittemmin Purvis (2006; 2010) havaitsi, että myös pystyvyys oli syytä erotella työhön ja vapaa-aikaan, minkä perusteella Purvis, Ward & Willis (2011) määrittivät yksitoista perustarvetta, jotka ovat¹⁰ (ks. myös KUVIO 5 sivulla [59](#)):

1. HYVINVOINTI

fyysinen, psyykkinen ja seksuaalinen hyvinvointi; terveellinen elinympäristö ja toiminta

2. TIETÄMYS

perusasioiden osaaminen; tietämys niistä asioista, jotka ovat itselle tärkeitä

3. PYSTYVYYS VAPAA-AJALLA

osaamisen ja kyvykkyyden ilmaiseminen ihmissuhteissa ja harrastuksissa

4. PYSTYVYYS TYÖSSÄ

osaamisen ja kyvykkyyden ilmaiseminen työelämässä; ammattitaito

5. TOIMIJUUS

terve itsetunto, mahdollisuus vaikuttaa omiin asioihin, hallinnan tunne

6. MIELENRAUHA

henkinen tasapaino; vapaus tunnemyllerryksistä ja stressistä

7. YHTENKUULUVUUS

yhteys läheisiin ja perheeseen; läheisyys, tuki, vastavuoroisuus ja ystävyys

8. YHTEISÖLLISYYS

yhteys toisiin laajemmin yhteiskunnassa; liittyminen osaksi ympäröivää yhteiskuntaa

9. TARKOITUS

elämän sisällön ja merkityksellisyyden löytäminen; elämän tarkoitus ja arvot

10. ONNELLISUUS

tyytyväisyys omaan itseeseen ja elämään

11. LUOVUUS

mahdollisuus ilmaista luovuutta itselle ominaisella tavalla

⁸ Ward & Mann 2004, 602

⁹ Ward & Gannon 2006, 79; ks. myös Ward, Mann & Gannon 2007, 90

¹⁰ Purvis 2006, 2010; Purvis, Ward & Willis 2011, 7; ks. myös Fortune, Ward & Mann 2015, 14–16



KUVIO 5. Mielekkään elämän osa-alueet / ensisijaiset tarpeet
(Purvis, Ward & Willis 2011, 7)

Toissijaiset tarpeet

Toissijaiset tarpeet (*secondary goods*) ovat konkreettisia keinoja, joita ihmiset käyttävät ensisijaisten tarpeiden saavuttamiseksi¹¹. Työskentelyn tavoitteena on lisätä asiakkaan tietoja, taitoja ja kykyjä, jotta hänellä olisi mahdollisuuksia saavuttaa ensisijaiset tarpeensa sosiaalisesti hyväksyttävien keinoin. Keinot liittyvät asiakkaan sisäisiin voimavaroihin (taidot, asenteet ja uskomukset), ulkoisiin olosuhteisiin (mahdollisuudet ja sosiaalinen tukiverkosto) sekä siihen, millainen ensisijaisten tarpeiden tärkeysjärjestys hänellä elämässään on¹².

GLM:n mukaisesti henkilön sisäiset voimavarat ja ulkoiset olosuhteet vaikuttavat siis oleellisesti siihen, käyttääkö hän sosiaalisesti hyväksyjä keinoja vai turvautuuko hän sosiaalisesti sopimattomiin keinoihin saavuttaakseen ensisijaisia tarpeitaan¹³.

¹¹ Ward & Fortune 2013, 35

¹² Ward & Gannon 2006, 79–80

¹³ Van Damme, Fortune, Vandeveldt & Vanderplasschen 2017, 180

Haitalliset / vahingolliset keinot

Mielekkään elämän mallin mukaisesti rikollinen käyttäytyminen liittyy:

- ongelmallisiin/sopimattomiin **keinoihin** ensisijaisten tarpeiden tavoittelussa (*means*)
- **laajuuden puuttumiseen** hyvän elämän suunnitelmassa (*lack of scope*)
- ensisijaisten ja toissijaisten tarpeiden väliseen **ristiriitaan** tai **epäjohdonmukaisuuteen** (*conflict or lack of coherence*)
- ulkoisiin esteisiin tai sisäiseen **kyvykkyyden puutteeseen** muodostaa ja muokata omaa hyvän elämän mallia muuttuvissa elämänolosuhteissa (*lack of capabilities*).¹⁴

Laajuuden puuttuminen suunnitelmassa voi ilmetä esimerkiksi siten, että henkilö tavoittelee yhtä ensisijaista tarvetta liiallisesti ja muiden ensisijaisten tarpeiden kustannuksella. Jos esimerkiksi pystyvyys työssä ylikorostuu, voi se ilmetä rajoitettuna mahdollisuutena tavoitella yhteenkuuluvuutta ja onnellisuutta.¹⁵ Suunnitelman laajuuden ongelmat voivat liittyä myös välinpitämättömyyteen jonkin tarpeen suhteen, mutta suoranaiset puutteet johtuvat yleensä ulkoisiin esteisiin ja sisäiseen kyvykkyyteen liittyvistä ongelmista. Tarpeiden tulee olla yhteydessä toisiinsa johdonmukaisella tavalla tai toisiaan täydentäen, jolloin ne eivät muodosta ristiriitaa tai asetu vastakkaisiksi toisiinsa nähden.¹⁶ Esimerkiksi pyrkimys turvata toimijuutta ja itsemääräämisoikeutta hallitsemalla kumppania (mikä itsessään on esimerkki sopimattomasta keinosta) on ristiriidassa samassa parisuhteessa toteutuvan yhteenkuuluvuuden tavoittelun kanssa.¹⁷

Vaikka kaksi ensisijaista tarvetta voivat olla yhtä tärkeitä, voi ongelmaksi muodostua niiden tavoittelemiseen käytettyjen keinojen ristiriitaisuus. On siis tarpeen syventää ymmärrystä siitä, mitkä tarpeet ovat yksilölle itselleen kaikkein tärkeimpiä, sillä se vaikuttaa ratkaisevasti siihen, millaiseen tekemiseen ja toimintaan hän haluaa omistautua.¹⁸ Kyvykkyyteen liittyen esimerkiksi heikot tunnesäätelytaidot voivat estää mielenrauhan saavuttamista. Ulkoisiin esteisiin liittyvät seikat viittaavat mahdollisuuksiin, tukeen ja/tai resursseihin, kuten prososiaalisen kaveripiirin tai työllistymismahdollisuuksien puutteeseen.¹⁹

GLM:n mukaisesti rikoksiin syyllistyminen on aina joko välittömästi tai välillisesti yhteydessä ensisijaisiin ja toissijaisiin tarpeisiin. Rikoksentehtijä saattaa pyrkiä aktiivisesti (ja usein epäsuorasti) täyttämään ensisijaisia tarpeitaan rikoksen kautta.²⁰

¹⁴ Purvis, Ward & Willis 2011, 8-10; Chu, Ward & Willis 2014, 4

¹⁵ Chu, Ward & Willis 2014, 4

¹⁶ Purvis, Ward & Willis 2011, 9-10

¹⁷ Chu, Ward & Willis 2014, 4

¹⁸ Purvis, Ward & Willis 2011, 9-10

¹⁹ Chu, Ward & Willis 2014, 4-5

²⁰ Purvis, Ward & Willis 2011, 8

Henkilö voi esimerkiksi pyrkiä tavoittelemaan kokemusta yhteenkuuluvuudesta turvautumalla epäsosiaaliseen kaveripiiriin²¹ tai kokemusta mielenrauhasta käyttämällä päihkeitä²², jolloin on kyse välittömästä rikosten ja tarpeiden välisestä yhteydestä. Välillinen yhteys ilmenee, kun henkilöllä ei ole aikomusta syyllistyä rikokseen, mutta hänellä on ongelmia tarpeiden saavuttamisen suhteen, mikä lopulta johtaa rikokseen syyllistymiseen²³.

Ensisijaisten tarpeiden tavoittelusta seuraa heijastusvaikutuksia henkilökohtaisiin olosuhteisiin ja nämä odottamattomat seuraukset voivat lisätä rikokseen syyllistymisen todennäköisyyttä. Esimerkiksi yhteenkuuluvuuden ja toimijuuden välinen ristiriita voi johtaa parisuhteen päättymiseen, josta voi seurata yksinäisyyden ja ahdistuneisuuden tunteita. Päihdekäyttö näiden epämiellyttävien tunteiden torjumiseksi tai lievittämiseksi saattaa puolestaan tietyissä olosuhteissa johtaa hallinnan menettämiseen, mikä puolestaan voi johtaa rikokseen syyllistymiseen.²⁴

Suunnitelmien laatiminen

Asiakassuunnitelmissa on tarpeen määritellä, mitä voimavaroja ja resursseja on vahvistettava ja mitkä esteet on ylitettävä, jotta henkilön on mahdollista saavuttaa henkilökohtaisesti merkityksellinen ja sosiaalisesti hyväksyttävä elämä²⁵. Esimerkiksi yhteenkuuluvuuden tarpeeseen voi vastata ajanvietto perheen tai ystävien kanssa, uusien ihmisten tapaaminen taikka parisuhteessa oleminen. Pystyvyyden tarpeen vapaa-ajalla voi puolestaan saavuttaa esimerkiksi mielekkäässä harrastustoiminnassa.²⁶

Suunnitelmat on syytä tehdä voimavarasuuntautuneesti, jolloin tavoitteena on enemmän jonkin myönteisen asian konkreettinen saavuttaminen (*approach goal*) kuin jonkin välteltävän asian poissaolo (*avoidance goal*). Oleellista suunnitelmissa on, että niiden kautta henkilön tulee saada tosiasiallisia mahdollisuuksia saavuttaa mielekkäämpi ja merkityksellisempi elämä.²⁷ GLM:n mukaisessa kuntoutuksessa siis keskitytään yksilön arvoihin, rooleihin, käytäntöihin ja toimiin, joilla hänen on mahdollista saavuttaa ensisijaisia tarpeita sosiaalisesti hyväksyttävin (rikoksettomin) keinoin²⁸.

²¹ Ward, Yates & Willis 2012, 96

²² Van Damme, Fortune, Vandeveldt & Vanderplasschen 2017, 180

²³ Ward, Yates & Willis 2012, 96

²⁴ Ward, Mann & Gannon 2007, 92; ks. myös Ward, Yates & Willis 2012, 96

²⁵ Van Damme, Fortune, Vandeveldt & Vanderplasschen 2017, 186; ks. myös Willis & Ward 2013, 308

²⁶ Ward, Yates & Willis 2012, 96

²⁷ Ward & Fortune 2013, 37, 43

²⁸ Ward, Yates & Willis 2012, 96

On myös tarpeen huomioida, että meillä kaikilla on useita eri rooleja eri yhteyksissä, mikä merkitsee sitä, että henkilö voi käyttää erilaisia merkityslähteitä eri konteksteissa riippuen kunkin roolin perustana olevista arvoista. Mielekkään elämän suunnitelman tulee vastata henkilön yksilöllisiä mieltymyksiä, voimavaroja, taitoja, temperamenttia ja mahdollisuuksia. Tätä kautta voidaan varmistaa mahdollisuudet tavoitella ensisijaisia tarpeita sellaisin prososiaalisin keinoin, jotka ovat myös itsessään hyödyllisiä ja merkityksellisiä henkilölle itselleen.²⁹

GLM huomioi sekä uusimisriskin vähentämisen että ensisijaisten tarpeiden saavuttamisen edistämisen³⁰, ja jokainen GLM:n ensisijainen tarve onkin yhdistettävissä yhden tai useamman RNR:n dynaamisen kriminogeenisen riski- ja tarvetekijän kanssa³¹.



KUVIO 6. Oletetut yhteydet kriminogeenisten ja ensisijaisten tarpeiden välillä (mukaillen Chu, Ward & Willis 2014, 25/208; Fortune & Ward 2014, 441)

²⁹ Purvis, Ward & Willis 2011, 7, 10

³⁰ Ward, Yates & Willis 2012, 97

³¹ Ward & Maruna 2007; ref. Purvis, Ward & Willis 2011, 9

Mielekkään elämän osa-alueet

(Purvis, Ward & Willis 2011; Fortune, Ward & Mann 2015)

HYVINVOINTI

fyysinen, psyykkinen ja seksuaalinen hyvinvointi;
terveellinen elinympäristö ja toiminta

TIETÄMYS

perusasioiden osaaminen;
tietämys niistä asioista, jotka ovat itselle tärkeitä

PYSTYVYYS VAPAA-AJALLA

osaamisen ja kyvykkyyden ilmaiseminen ihmissuhteissa ja harrastuksissa

PYSTYVYYS TYÖSSÄ

osaamisen ja kyvykkyyden ilmaiseminen työelämässä;
ammattitaito

TOIMIJUUS

terve itsetunto, mahdollisuus vaikuttaa omiin asioihin, hallinnan tunne

MIELENRAUHA

henkinen tasapaino;
vapaus tunnemyllerryksistä ja stressistä

YHTEENKUULUVUUS

yhteys läheisiin ja perheeseen;
läheisyys, tuki, vastavuoroisuus ja ystävyys

YHTEISÖLLISYYS

yhteys laajemmin yhteiskunnassa;
liittyminen osaksi ympäröivää yhteiskuntaa

TARKOITUS

elämän sisällön ja merkityksellisyyden löytäminen;
elämän tarkoitus ja arvot

ONNELLISUUS

tyytyväisyys omaan itseensä ja elämään

LUOVUUS

mahdollisuus ilmaista luovuutta itselle ominaisella tavalla

NIMI _____

PVM _____

Mielekäs elämäni

(mukaillen Purvis, Ward & Willis 2011)

TÄRKEYS- JÄRJESTYS	OSA-ALUE	Aiemmin käyttämäni keinot: myönteiset (+) ja kielteiset (-)	Mitä uusia myönteisiä keinoja voisin käyttää tämän päämäärän saavuttamiseen?
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			

Lähteet

- Chu, C. M., Ward, T. & Willis, G. 2014. Practicing the Good Lives Model. <https://www.researchgate.net/publication/272483702> All content following this page was uploaded by Chi Meng Chu on 16 March 2015. Julkaistu alun perin teoksessa Durnescu, I. & McNeill, F. (toim.) Understanding penal practice. London, UK: Routledge, 206–222.
- Fortune, C. A. & Ward, T. 2014. Integrating strength-based practice with forensic CBT. Teoksessa Tafrate, R. C & Mitchell, D. (toim.) Forensic CBT: A handbook for clinical practice. Hoboken: Wiley, 436–455.
- Fortune, C. A., Ward, T. & Mann, R. 2015. Good lives & the rehabilitation of sex offenders: A positive treatment approach. <https://www.researchgate.net/publication/299858478> Julkaistu alun perin teoksessa Linley, A. & Joseph, S. (toim.) Positive psychology in practice (2nd ed). John Wiley & Sons.
- Purvis, M., Ward, T., & Willis, G. 2011. The Good Lives Model in Practice: Offence Pathways and Case Management. European Journal of Probation, 3(2), 4–28.
- Van Damme, L., Fortune, C. A., Vandeveldel, S. & Vanderplasschen, W. 2017. The Good Lives Model among detained female adolescents. Aggression and Violent Behavior, Volume 37, 179–189. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1359178917301295>
- Ward, T. & Fortune, C. A. 2013. The Good Lives Model: Aligning risk reduction with promoting offenders personal goals. European Journal Of Probation, 5, 29–46. http://www.ejprob.ro/uploads_ro/795/The_Good_Lives_Model_Aligning_Risk_Reduction_with_Promoting_Offenders_Personal.pdf
- Ward, T. & Gannon, T. A. 2006. Rehabilitation, etiology, and self-regulation: The comprehensive good lives model of treatment for sexual offenders. Aggression and Violent Behavior, 11(1), 77–94. <https://ccoso.org/sites/default/files/import/Ward---Gannon-2006.pdf>
- Ward, T. & Mann, R.E. 2004. Good Lives and the Rehabilitation of Offeders: A Positive Approach to Sex Offender Treatment. Teoksessa Linley, PA. & Joseph, S. (toim.) Positive psychology in practice. Hoboken (N.J.): John Wiley & Sons, 598– 6 1 6 .
- Ward, T., Mann, R. E. & Gannon, T. A. 2007. The good lives model of offender rehabilitation: Clinical implications. Aggression and Violent Behavior, 12(1), 87–107. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1359178906000462>
- Ward, T. & Maruna, S. 2007. Rehabilitation: Beyond the risk assessment paradigm. London, UK: Routledge.
- Ward, T., Yates, P. M. & Willis, G. M. 2012. The Good Lives Model and the Risk Need Responsivity Model. A Critical Response to Andrews, Bonta, and Wormith (2011). Criminal Justice and Behavior 39(1): 94–110. SAGE Publications. <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0093854811426085>