

Saimaan ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Hoitotyön koulutusohjelma
Terveystenhoitotyö

Tiina Ratilainen, Charlotta Seppäläinen & Jenna Vauhkonen

Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kokemuksia opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisestä

Sisältö

1	Johdanto.....	5
2	Opiskelun ja vanhemmuuden yhdistäminen	6
2.1	Opiskelijavanhemmuus.....	6
2.2	Korkeakouluopiskelijan hyvinvointi.....	7
2.3	Vanhemmuuden voimavarat	9
3	Opiskelijavanhemman tukeminen korkeakouluopinnoissa.....	10
3.1	Yhteiskunnallinen tuki	10
3.2	Ammattikorkeakoulun tuki.....	12
3.3	Yksilöllinen tuki	14
3.4	Muu tuki	16
4	Opinnäytetyön tarkoitus	17
5	Opinnäytetyön toteutus.....	18
5.1	Kohderyhmä ja kyselylomake	18
5.2	Aineiston käsittely ja analyysi.....	20
6	Tulokset.....	21
6.1	Vastaajien taustatiedot.....	21
6.2	Kokemuksia vanhemmuuden ja opiskelun yhdistämisestä	23
6.3	Perheellisyyden vaikutus opiskelumotivaatioon ja hyvinvointiin	28
6.4	Opiskelijavanhempien kokemus saamansa tuen riittävydestä	30
6.4.1	Yhteiskunnallinen tuki.....	30
6.4.2	Saimaan ammattikorkeakoululta saatu tuki	32
6.4.3	Muualta saatu tuki	33
6.5	Opiskelijavanhempien tuen kehittäminen.....	35
6.6	Tulosten yhteenveto.....	36
7	Pohdinta.....	38
7.1	Tulosten tarkastelua.....	38
7.2	Luotettavuus ja eettiset näkökohdat.....	41
7.3	Jatkotutkimusaiheet	43
7.4	Oma oppimisprosessi	43
	Kuviot.....	45
	Taulukot.....	45
	Lähteet.....	46

Liitteet

- Liite 1 Saate
- Liite 2 Kyselylomake

Tiivistelmä

Tiina Ratilainen, Charlotta Seppäläinen ja Jenna Vauhkonen
Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kokemuksia opiskelun
ja vanhemmuuden yhdistämisestä, 52 sivua, 2 liitettä
Saimaan ammattikorkeakoulu Lappeenranta
Sosiaali- ja terveysala
Hoitotyön koulutusohjelma, Terveystieteiden tutkimuskeskus
Opinnäytetyö 2016
Ohjaajat: yliopettaja Anja Liimatainen, Saimaan ammattikorkeakoulu, koulutus-
sihteerit Jaana Tarkki, Saimaan ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kokemuksia perhe-elämän ja opiskelun yhdistämisestä sekä selvittää perheellisten opiskelijoiden tuen kehittämistarpeita. Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Kohderyhmänä olivat Saimaan ammattikorkeakoulun kaikkien koulutusalojen nuoriso- ja aikuisopiskelijat, joilla on 0 – 12-vuotiaita lapsia. Aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella. Kyselyyn osallistui 179 vastaajaa.

Tutkimustuloksista kävi ilmi, että perheelliset opiskelijat kokevat hyvinvointinsa ja opiskelumotivaationsa hyväksi. Väsymyksen ja opiskelusta johtuvan stressin koettiin heikentävän hyvinvointia. Saimaan ammattikorkeakoulun koettiin suhtautuvan myönteisesti perheellisiin opiskelijoihin, vaikka useat kokivatkin läsnäolovaatimusten olevan liian tiukkoja. Opettajilta saatiin parhaiten tukea opinnoissa suoriutumiseen. Enemmistö myös koki puolisolta saadun sosiaalisen ja taloudellisen tuen tärkeänä opinnoista suoriutumista edistävänä tekijänä.

Suurimpia kehittämistarpeita ilmeni Saimaan ammattikorkeakoulun lukujärjestysten suunnittelussa, opintojen joustavuudessa sekä perheellisille opiskelijoille suunnattujen tapahtumien järjestämisessä. Erityisesti toivottiin perheellisille suunnattuja tapahtumia, joissa opiskelijoiden olisi mahdollista tavata toisiaan. Noin puolet (53 %) toivoi Saimaan ammattikorkeakoulun yhteyteen järjestettävän lastenhoitopalvelun, jota olisi mahdollista hyödyntää esimerkiksi iltaluentojen tai tenttien yhteydessä.

Opinnäytetyöstä saatuja tuloksia voidaan hyödyntää perheellisten opiskelijoiden hyvinvoinnin, opinnoissa suoriutumisen ja opiskeluvanhemmuuden tukemiseen. Tuloksista saatuja kehittämisehdotuksia voitaisiin hyödyntää Saimaan ammattikorkeakoulun ja sen ohessa toimivien järjestöjen palvelujen ja tapahtumien kehittämiseen perheellisiä opiskelijoita paremmin huomioiviksi.

Asiasanat: korkeakouluopiskelija, vanhemmuus, hyvinvointi, tuki, opiskelijavanhemmuus

Abstract

Tiina Ratilainen, Charlotta Seppäläinen and Jenna Vauhkonen
Experiences of student parents at Saimaa University of Applied Sciences,
52 pages, 2 appendices
Saimaa University of Applied Sciences Lappeenranta
Health Care and Social Services, Degree Program in Public Health Nursing
Bachelor's Thesis 2016

Instructors: Ms Anja Liimatainen, Principal Lecturer at Saimaa University of Applied Sciences, Ms Jaana Tarkki, student Affairs Officer, Saimaa University of Applied Sciences

The aim of this thesis was to describe students' experiences on combining studying and family life at the Saimaa University of Applied Sciences and to examine how to support students with families. The research was conducted by using quantitative methodology. The sample consisted of students studying at the Saimaa University of Applied Sciences, who have children aged between 0-12. The data were collected by using an online survey. In total, 179 students responded to the survey.

The results indicated that well-being and study motivation were good among students with families. Fatigue and stress were perceived to affect student's well-being adversely. The results showed that students with families were well taken into account at the Saimaa University of Applied Sciences, even though some experienced that attendance demands were too strict. Students felt that they got the most support for their studies from their professors. Furthermore the partner's financial and social supports were experienced to improve performance in studies.

The biggest development wishes were planning the schedules more flexible, making studies more versatile and organizing events for students with children. Especially, student parents wished for events where they could meet other students with children. According to the results, approximately half of the students (53%) wished for a childcare opportunity, which could be used short-term, for example, during evening lectures and exams.

The results of this thesis could be used to support students' well-being, study performance and students with children. The development proposals given by the students could be used to develop services for student parents and to organize events for students with children at the Saimaa University of Applied Sciences.

Keywords: university student, parenting, well-being, support, student parent

1 Johdanto

Perheen perustamisen viivästyminen, ensisynnytyksiensä nousu ja sitä kautta väestön kehityksen hidastuminen huolestuttavat Suomessa sekä muualla Euroopassa (Sutela 2013). Euroopan unionin alueella lastenhankinta on siirtynyt myöhäisempään elämänvaiheeseen. Ensimmäinen lapsi saadaan yleensä noin 30-vuotiaana tai sitäkin myöhemmin. Sama trendi näkyy myös Suomessa. (Miettinen & Rotkirch 2008, 11.) Ensisynnyttäjien keski-ikä kohoaminen liittyy läheisesti korkeakoulututkintojen yleistymiseen ja siitä johtuvaan opiskeluaikojen pidentymiseen (Ali-Löytty 2009, 1).

Viime vuosina mediassa on paljon puhuttu opintojen suorittamisen viivästyisestä, josta johtuen opiskelijoiden työuralle siirtyminen tapahtuu myöhemmin. Opintotukilaissa (Opintotukilaki 65/1994) on määritelty, että opintoihin on mahdollista saada Kelan myöntämää opintotukea ennalta määrättyltä opintoajalta. Viivästykset ovat kuitenkin hyväksytyjä, mikäli opiskelijalla on perusteltu syy, esimerkiksi elämäntilanteen muuttuminen.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kokemuksia perhe-elämän ja opiskelun yhteensovittamisesta. Opinnäytetyön kohderyhmäksi valikoituivat Saimaan ammattikorkeakoulussa päiväopetukseen ja monimuotokoulutukseen osallistuvat nuoriso- ja aikuisryhmien opiskelijat, joilla on 0–12-vuotiaita lapsia.

Käytämme opinnäytetyössämme käsitettä opiskelijavanhemmuus, jolla tarkoitamme ammattikorkeakoulussa opiskelevaa opiskelijaa, jolla on yksi tai useampi lapsi. Käsite opiskelijavanhemmuus on käytetty aiemmissa aiheeseen liittyvissä tutkimuksissa, kuten Ali-Löytyn (2009) tekemässä pro gradu-tutkielmassa Opiskelijavanhemmuuden ristiriidat. Muita käytettyjä termejä, joilla kuvataan opiskelijaa, jolla on lapsia, ovat esimerkiksi perheellinen korkeakouluopiskelija (Nissinen 2006) ja perheellinen opiskelija (Virtala 2011).

Tarkastelemme opinnäytetyössä tuen muotoja yhteiskunnallisesta, taloudellisesta, yksilöllisestä sekä Saimaan ammattikorkeakoulun näkökulmasta. Yhteiskunnalta saatavalla tuella tarkoitamme lainsäädännöllisiä, perhepoliittisia sekä

taloudellisia tukimuotoja. Yksilöllisessä näkökulmassa huomioimme sosiaalisen, fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin sekä niiden tukemisen vaikutukset opiskelijan opinnoissa suoriutumiseen. Saimaan ammattikorkeakoulun tuella tarkoitamme oppilaitokselta sekä sen yhteydessä toimivilta järjestöiltä saatua tukea. Opinnäytetyön avulla kerätään tietoa siitä millaiseksi perheelliset opiskelijat kokevat korkeakouluopiskelun opiskelijavanhempana, millaista tukea he tarvitsevat sekä millaiseksi he kokevat asemansa Saimaan ammattikorkeakoulussa.

2 Opiskelun ja vanhemmuuden yhdistäminen

2.1 Opiskelijavanhemmuus

Lastenhankinnan siirtyminen myöhempään elämänvaiheeseen liittyy yhteiskuntamme arvojen sekä normien muutoksiin (Paajanen 2005, 10). Enemmistö opiskelijoista tuntuu ajattelevan, että lapset hankitaan vasta opintojen päätyttyä (Ali-Löytty 2009, 18). Opiskelun lisääntyminen sekä opiskeluaikojen pidentyminen ovat vaikuttaneet ensisynnytyksiän nousuun. Koulutuksen lisääntymisen myötä myös naisten palkkatyöhön osallistuminen on lisääntynyt, joka on myös osaltaan vaikuttanut perheenperustamisen siirtämiseen myöhemmäksi. Monet yhteiskunnan järjestelmät eivät myöskään suosi nuorena perheellistymistä. Esimerkiksi tiukentunut opiskelutahti, työelämän vaatimukset, lisääntyneet määräaikaiset työsuhteet sekä matalat taloudelliset tukimuodot eivät kannusta perheen perustamiseen opiskeluaikana. (Paajanen 2005, 10–11.)

Vuonna 2014 tehdyssä opiskelijatutkimuksessa käy ilmi, että joka kuudennella opiskelijalla on lapsi. Ammattikorkeakouluopiskelijoista 20 prosentilla on lapsi tai useampia lapsia. (Opiskelijatutkimus 2014, 16.) Perheellisten opiskelijoiden on todettu olevan motivoituneempia sekä myönteisemmin opiskeluun suhtautuvia kuin perheettömien. Opiskelijavanhemmat kokevat opiskelun yhtenä elämän voimavarana. Heidän opintojensa on kuitenkin todettu pitkittyvän muita opiskelijoita useammin. Perheen perustaminen jo opiskeluaikana kuitenkin vähentää ongelmia myöhemmin yhdistäessä työtä ja perhe-elämää. (Virtala 2011, 16.)

Aiempien tutkimusten mukaan perheelliset opiskelijat ovat muita opiskelijoita vanhempia. He työskentelevät opintojen ohessa perheettömiä opiskelijoita useammin ja kokevatkin taloudellisen tilanteensa perheettömiä opiskelijoita paremmaksi. Poikkeuksena tästä ovat yksinhuoltajat, jotka kokevat taloudellisen tilanteensa muita huonommaksi. (Virtala 2011, 16.) Ali-Löytyn (2009) tutkielmassa käy ilmi, että opiskelijavanhemmat kokevat ristiriitoja yhteiskunnan kielteisten asenteiden, opiskeluyhteisöön sopeutumisvaikeuden, ajankäytön sekä taloudellisen pärjäämisen suhteen.

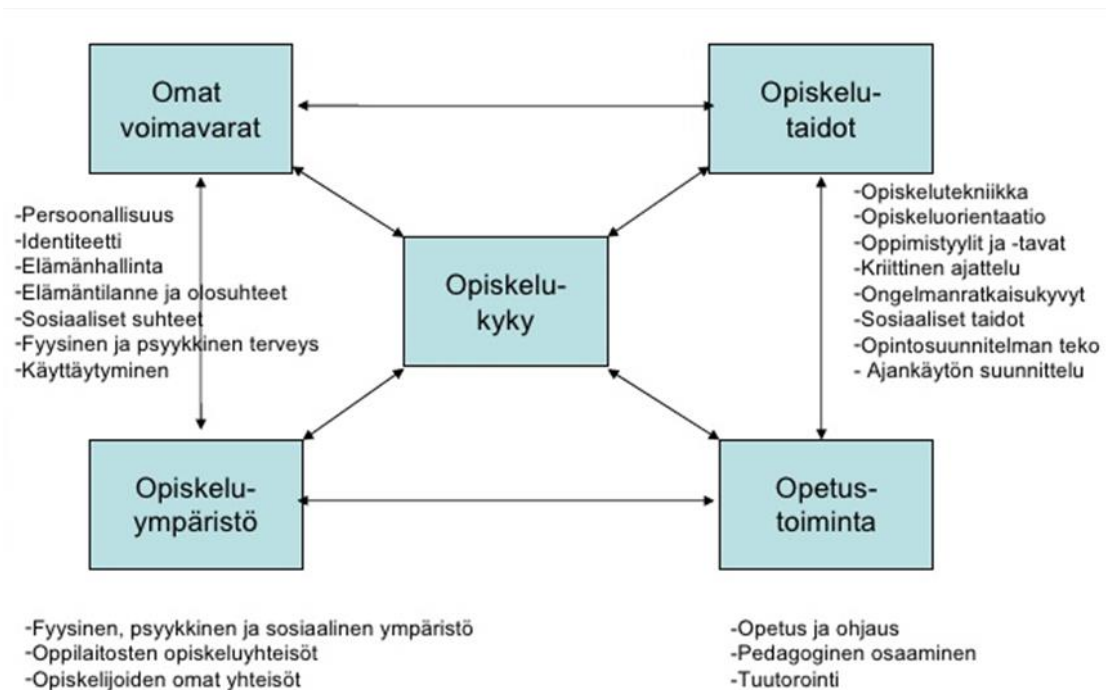
Euroopan parlamentti on ottanut kantaa perheellisten opiskelijoiden aseman parantamiseksi jäsenvaltioissaan. Parlamentti kehottaa muokkaamaan opintosuunnitelmia joustavimmiksi, parantamaan lastenhoitopalveluita, alentamaan perheellisiä opiskelijoita koskevaa verotusta sekä helpottamaan perheellisille opiskelijoille lainojen myöntämistä. (Euroopan parlamentti 2007.)

2.2 Korkeakouluopiskelijan hyvinvointi

Korkeakouluopiskelijalla tarkoitetaan opiskelijaa, joka opiskelee yliopistossa tai ammattikorkeakoulussa. Ammattikorkeakouluopiskelija on ammattikorkeakoulutilaston määritelmän mukaan tilastovuonna 20.9. oppilaitoksen kirjoilla oleva tutkintotavoitteiseen ammattikorkeakoulukoulutukseen osallistuva opiskelija. (Tilastokeskus 2016).

Hyvinvointia voidaan tarkastella tässä tapauksessa opiskelijan eli yksilön tai yhteisön näkökulmasta. Yksilön hyvinvointiin vaikuttavat muun muassa sosiaalinen pääoma, sosiaalisten suhteiden määrä, onnellisuus sekä mahdollisuus toteuttaa itseään. Yhteisön hyvinvointiin puolestaan voidaan ajatella vaikuttavan elinolot, koulutukseen tai työhön liittyvät asiat ja toimeentulo. (THL 2015.) Korkeakouluopiskelijoiden hyvinvointiin ja terveyteen vaikuttavia tekijöitä on kuvattu Työterveyslaitoksen sekä Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön vuonna 2007 julkaisemassa opiskelukykyymallissa. Opiskelukyvyn ajatellaan olevan opiskelijan työkykyä. Siihen vaikuttavat opiskelijan opiskelutaidot, opiskeluympäristö ja opetustoiminta. Myös opiskelijan omat voimavarat vaikuttavat. Opiskelijan voimavarat koostuvat opiskelukykyymallissa (Kuvio 1) opiskelijan persoonallisuudesta, fyysi-

sestä ja psyykkisestä terveydestä, terveyttä tukevasta käyttäytymisestä, sosiaalisesta verkostosta sekä elämäntilanteesta. Tukemalla kaikkien opiskelukyvyn ulottuvuuksien tasapainoa, edistetään opiskelijan hyvää opiskelukykyä sekä jaksamista. (Kunttu 2011, 34–35).



Kuvio 1. Opiskelukyky malli (Kunttu, 2004)

Opiskelussa jaksamista edistää riittävän levon ja liikunnan määrä sekä terveelliset ruokailutottumukset. Tehtyjen tutkimusten perusteella korkeakouluopiskelijoista joka viides kokee nukkuvansa riittämättömästi ja joka neljäs kertoo harrastavansa rasittavaa liikuntaa alle tunnin viikossa. Korkeakouluopiskelijoiden ruokailutottumukset ovat melko yksipuoliset, alle puolet vastaajista kertoo syövänsä kasviksia päivittäin. (Kunttu & Puusniekka 2011, 38.)

Opiskelumotivaatio on laaja käsite, johon sisältyvät kiinnostus opiskeltavaa alaa kohtaan sekä halu saavuttaa opiskelulle asetetut tavoitteet. Yksilöt motivoituvat erilaisista asioista. Opiskelumotivaatioon vaikuttavat opiskelijan persoonallisuus ja opiskelijan sekä opiskelu-ympäristön hänelle asettamat tavoitteet ja päämäärät. Motivaatioon vaikuttavat myös opiskelijan käsitys itsestä sekä luottamus omien kykyjen riittävyteen. (Pantzar 2007, 34–38.) Korkeakouluopiskelijoiden terveys-tutkimuksissa käy ilmi, että opiskelijat kokevat opiskeluun liittyvän työmäärän liian

suureksi korkeakouluissa. Kokemus opintojen kuormittavuudesta vaihtelee yksilöiden välillä. Kuormituksen kokemukseen vaikuttavat yksilön voimavarat sekä koulutuksien erilaiset vaatimukset. Vuonna 2011 julkaistun Esteetöntä opiskelua -hankkeen selvityksen pohjalta opiskelumotivaatiota sekä opinnoissa suoriutumista tukivat muihin opiskelijoihin tutustuminen ja tunne ryhmään kuulumisesta. Opiskeluissa suoriutumista tukivat myös kokemus toimintaan vaikuttamisen mahdollisuudesta sekä oman elämän hallinnasta. (Kunttu & Puusniekka 2011, 38–40.)

2.3 Vanhemmuuden voimavarat

Vanhemmaksi tulemistä kuvaillaan tutkimuskirjallisuudessa yksilöllisenä kehitystehtävänä ja normaalina elämänkaareen kuuluvana muutoksena (Schmitt 2003, 298). Vanhemmuuteen kasvetaan ajan myötä, kun lapsia saadaan ja oppia vanhemmuudesta kertyy kokemuksen kautta. Yksilön elämäkokemus, perhetausta, persoonallisuus, koulutus ja elämäntilanne vaikuttavat vanhemmuuteen sekä kasvatustapoihin. Myös ympäröivä yhteiskunta ja sen kasvatussuositukset, vaatimukset, ihanteet ja tuki vaikuttavat vanhempien kasvatustapoihin. (MLL 2016a.)

Perhe on tärkeä yksilön hyvinvointiin vaikuttava tekijä. Perhe-elämä ja vanhemmuus vaativat yksilöltä kuitenkin psyykkisiä sekä fyysisiä voimavaroja. (Lammi-Taskula & Salmi 2009a, 38–39.) Yksilön sekä vanhemmuuden voimavaroja tukeamalla pystytäänkin tukemaan koko perheen hyvinvointia (STM 2004, 80).

Vanhemmuuden voimavaroihin vaikuttavat vanhempien elämäntavat, parisuhde, omat lapsuuden kokemukset sekä tukiverkostolta saatu tuki. Myös lasten hoito, kasvatustapa, taloudellinen tilanne ja tulevaisuuden odotukset vaikuttavat voimavaroihin. (Äitiysneuvolaopas 2013, 33.) Äidit ja isät kokevat kuormittumista eri elämäntilanteilla, esimerkiksi kotityöt sekä lastenhoito kuormittavat äitejä enemmän kuin isiä (Lammi-Taskula & Salmi 2009b, 50). Äidit kokevat myös useimmiten isiä enemmän rooliristiriitoja ja ongelmia parisuhteessaan sekä terveydessään. Kuormittumista tapahtuu erityisesti, kun vanhemmat eivät saa tukea perheen ulkopuolelta. Vanhempien voimavaroja vahvistavien ja kuormittavien tekijöiden tunnistaminen sekä voimavarojen tukeminen edistävät koko perheen hyvinvointia. (Äitiysneuvolaopas 2013, 33.)

3 Opiskelijavanhemman tukeminen korkeakouluopinnoissa

3.1 Yhteiskunnallinen tuki

Perhepolitiikan avulla pyritään edistämään perheellistymistä ja hyvää vanhemmuutta tukien lasten kasvatusta ja parisuhteen hyvinvointia. Yleisesti näillä tukimuodoilla pyritään takaamaan, että lasten saanti olisi turvallista ja ettei siitä koidu perheelle kohtuuttomia kustannuksia. Naisten tasa-arvoista asemaa työmarkkinoilla pyritään vahvistamaan samalla kun taataan molemmille vanhemmille mahdollisuus osallistua lapsen hoitoon ja kasvatukseen. (Väestöliitto 2007, 2.)

Perhepolitiikka on ollut suuressa roolissa Suomen hyvinvointivaltion rakentamisessa aina 1900-luvun alusta tähän päivään asti. Perhepoliittiset tukitoimet jaetaan taloudelliseen tukeen, perheille suunnattuihin palveluihin sekä perhevapaisiin. Tulonsiirtojen tarkoituksena on tasoittaa lapsista aiheutuvia kustannuksia. Tällä tavoin yhteiskunta on tukemassa perheitä ja heidän hyvinvointiaan, jotta heille ei synny kohtuutonta taloudellista taakkaa lasten kasvatuksesta. Suurimman tuen lapsiperheet saavat yhteiskunnalta lapsilisien ja päivähoitojärjestelmän muodossa. (STM 2013, 6–9.)

Korkeakouluopiskelijat ovat oikeutettuja hakemaan Kansaneläkelaitokselta (Kela) ateriatukea ja opintotukea johon kuuluvat opintoraha, asumislisä ja opintolainan valtiontakaus. Aikuisopiskelijat voivat hakea koulutusrahastolta aikuis-koulutustukea, jos ovat olleet työelämässä vähintään kahdeksan vuotta. (Kela 2015a.)

Opintotuen myöntämisen yleisinä edellytyksinä ovat oppilaitokseen hyväksyminen, opintojen päätoiminen harjoittaminen ja opinnoissa edistyminen sekä taloudellisen tuen tarve (Opintotukilaki 5 § 2004/345).

Opintorahan suuruuteen vaikuttavat hakijan oppilaitos, ikä, asumismuoto sekä siviilisääty. 1.8.2014 jälkeen korkeakouluopintonsa aloittaneet saavat opintorahaa 336,76 €/tukikuukausi, kun ennen 1.8.2014 opintonsa aloittaneet saavat 303,19 € tukikuukaudelta. Perheellisten korkeakouluopiskelijoiden opintoraha on yhtä suuri kuin lapsettomien opiskelijoiden. Opintorahaa alentavasti vaikuttavia

asioita ovat opiskelijan asuminen vanhempiensa luona tai se, että on vielä alle 18-vuotias. (Kela 2015b.)

Perheellinen opiskelija ei voi kuitenkaan saada asumislisää kuten lapseton vuokralalla asuva opiskelija. Jos opiskelija asuu samassa taloudessa lapsensa tai puolisonsa lapsen kanssa, kuuluu hän yleisen asumistuen piiriin. (Kela 2015c.)

Yleistä asumistukea Kela maksaa pienituloisille samassa taloudessa asuville henkilöille, asumismenojen pienentämiseksi (Kela 2015d). Yleisen asumistuen määrä on enintään 80 % kohtuullisista asuinmenoista. Yleinen asumistuki on kuitenkin yksilöllinen, sillä siihen vaikuttavat perheen koko, tulot sekä kunta missä asunto sijaitsee. Tuki myönnetään vuodeksi kerrallaan. (Kela 2015e.)

Jokaisella Suomessa asuvalla äidillä on oikeus äitiysavustukseen, kun raskaus on kestänyt vähintään 154 päivää ja äiti on käynyt terveystarkastuksessa neuvolassa tai lääkärissä ennen kuin raskaus on kestänyt viisi kuukautta. Perhe voi valita haluaako avustuksen rahana vai äitiyspakkauksena. Äitiyspakkaus sisältää mm. vauvanvaatteita ja -hoitotarvikkeita. Jos perhe valitsee rahan, sen suuruus on verottomana 140 €. (Kela 2015f; STM 2013,13.)

Äitiysvapaa alkaa 30–50 päivää ennen laskettua aikaa. Äitiysrahaa Kela maksaa 105 arkipäivältä eli noin neljän kuukauden ajan. (Kela 2015g.) Äitiysvapaan jälkeen äiti voi jäädä vanhempainvapaalle. Kela maksaa vanhempainrahaa 158 arkipäivältä. Tuki loppuu, kun lapsi on noin yhdeksän kuukauden ikäinen. Vanhempainvapaalle voi jäädä isä tai äiti. He voivat myös vuorotella niin, etteivät ole kuitenkaan samaan aikaan vanhempainvapaalla. (Kela 2015h.) Isät voivat jäädä isyysvapaalle, jonka pituus on enintään 54 arkipäivää. Vapaan voi jakaa jaksoihin tai pitää kaikki kerralla. Kela maksaa isyysvapaan aikana isyysrahaa. Työnantajalta kannattaa selvittää onko isyysvapaa palkallista vai palkatonta, jos isyysvapaan aikana saa palkkaa, maksaa Kela isyysrahan työnantajalle. (Kela 2015i.)

Äitiys-, isyys- ja vanhempainrahan suuruus lasketaan verotuksessa vahvistettujen tulojen mukaan. Päivärahan suuruuteen vaikuttaa myös se, onko vanhempi ollut aiemmin töissä, työttömänä, opiskellut vai sairaslomalla. Jos äiti opiskelee

päätoimisesti ja saa opintotukea, maksaa Kela hänelle äitiysrahan vähimmäismääräisenä eli 23,93€/arkipäivä. (Kela 2015j.) Työssäkäyvän päiväraha on yleensä noin 70 % tuloista (Kela 2016).

Lapsilisää maksetaan kaikille lapsiperheille ja se on saman suuruinen tuloista ja varallisuudesta riippumatta. Lapsen tulee olla alle 17-vuotias ja asua Suomessa jommankumman vanhemman luona, jotta Kela maksaa lapsesta lapsilisää. Lapsilisän suuruus on ensimmäisestä lapsesta 95,75 € ja toisesta 105,80 €. Lapsilisän määrä kasvaa lasten lukumäärän mukaan. Yksinhuoltajille maksetaan yksinhuoltajakorotusta, joka on 48,55 €/kk /lapsi. (Kela 2015k.)

Vuoden 2016 alusta Kelan maksamiin etuuksiin on tullut muutoksia. Kansaneläkeindeksiin sidottuihin etuuksiin ei tehty vuosittaista indeksikorotusta, jota aikaisemmin on tehty. Sen sijaan monien etuuksien määrä pieneni 0,4 %. Tämä muutos ei kuitenkaan koske opintorahaa eikä lapsilisää, sillä ne on irrotettu kansaneläkeindeksistä. (Kela 2015l.)

Toimeentulotuki on viimeinen toimeentuloturvan muoto. Toimeentulotuen saamiseen on oikeutettu, jos perheen menot ovat tuloja suuremmat. Kunta maksaa perheelle toimeentulotukea, jos perheellä ei ole tarpeeksi tuloja maksaakseen jokapäiväiset välttämättömät menot. Tukea voidaan myöntää myös omatoimisen suoriutumisen tukemiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. (STM 2013, 14).

3.2 Ammattikorkeakoulun tuki

Koulutusorganisaatiolla tässä opinnäytetyössä tarkoitetaan Saimaan ammattikorkeakoulua sekä sen alaisuudessa toimivia opiskelijajärjestöjä. Saimaan ammattikorkeakoulussa opiskelee yli 3000 opiskelijaa. Koulutustarjontaa on viidellä eri alalla. Lappeenrannan kampuksella on mahdollista opiskella tekniikkaa, liiketaloutta sekä sosiaali- ja terveystaloutta sekä Imatran kampuksella hotelli- ja ravintola-alaa sekä kulttuurialaa. (Saimaan ammattikorkeakoulu 2014a.) Opetusta järjestetään pääasiassa päiväopetuksena ja monimuotokoulutuksena. Päiväopetusta järjestetään pääosin arkipäivisin päätoimisesti opiskeleville. Nuorille suunnatut koulutukset järjestetään päiväopetuksena. (Opintopolku 2014.) Suurin osa aikuisryhmien opetuksesta järjestetään monimuotokoulutuksena, jossa yhdiste-

tään erilaisia opetusmuotoja, esimerkiksi lähiopiskelua, etäopiskelua sekä itse-
näistä työskentelyä. Monimuotokoulutus mahdollistaa päiväopetusta paremmin
työssäkäynnin opiskelun ohella. (Aikuiskoulutus 2014.)

Saimaan ammattikorkeakoulu tarjoaa opiskelijoille tukea opiskelijanohjauksen,
opiskelua helpottavien prosessien sekä opiskelijajärjestöiltä saatavien palvelujen
avulla. Opiskelijanohjauksesta vastaa tuutoropettaja, jonka tehtävänä on tukea
opiskelijan ammatillista kasvua ja kehitystä koko opiskeluajan. (Opettajatuutorin
käsikirja 2013.) Myös muilta opettajilta sekä koulutuspäälliköiltä voi tarvittaessa
saada ohjausta. Saimaan ammattikorkeakoulun opintotoimistosta opiskelijoiden
on mahdollista saada neuvontapalveluita opintoihin liittyvissä asioissa.

Saimaan ammattikorkeakoulun yhteydessä toimii myös opiskelijajärjestöjä, jotka
tarjoavat palveluita opiskelijoille. SAIKO eli Saimaan ammattikorkeakoulun opis-
kelijakunta edistää ja valvoo opiskelijoiden etuja. Eri koulutusaloilla on omat opis-
kelijajärjestönsä, jotka myös ajavat opiskelijoiden etuja sekä järjestävät erilaisia
vapaa-ajan tapahtumia. Saimaan ammattikorkeakoulussa koulutusalojärjestöt
ovat LaKOSTE ry eli Lappeenrannan korkeakouluopiskelijat sosiaali- ja terveys-
alalta ry, LapIO ry eli Lappeenrannan insinööriopiskelijat ry, LapTOP ry eli Lap-
peenrannan tradenomiopiskelijat ry sekä IMAKO ry eli Imatran ammattikorkea-
kouluopiskelijat ry. (Saimaan ammattikorkeakoulu 2016a.)

SaLUT eli Saimaan korkeakoululiikunta järjestää erilaisia liikuntapalveluita opis-
kelijoille (SaLUT 2016). Saimaan korkeakoululiikunnan palveluita käyttää tällä
hetkellä 625 opiskelijaa Saimaan ammattikorkeakoulusta ja Lappeenrannan tek-
nillisestä yliopistosta (Bohm 2016). Korkeakoululiikuntapalvelujen avulla on mah-
dollista tukea opiskelijoiden hyvinvointia ja terveyttä. Liikuntapalveluita tulisi tuot-
taa niin, että ne vastaisivat mahdollisimman hyvin käyttäjien tarpeita. Liikuntapal-
veluiden avulla on mahdollista lisätä opiskelijoiden kiinnostusta liikunnan harras-
tamiseen. Vuonna 2008 tehdystä Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuk-
sessa käy ilmi, että ammattikorkeakouluopiskelijoista vain harvat käyttävät oppi-
laitoksen tarjoamia liikuntapalveluja. (Ansala 2011, 143.)

Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoille tarjottava mahdollisuus henkilökoh-
taisen opiskelusuunnitelman eli HOPS:in tekemiseen on esimerkki opiskelijan

opiskelukykyä tukevasta opintoja helpottavasta prosessista (Opiskelijan ohjaus ja opiskelijatuutorointi). Henkilökohtaisen opintosuunnitelman avulla voidaan suunnitella sekä seurata opintojen etenemistä. Opiskelijan on mahdollista henkilökohtaisen opintosuunnitelman avulla suunnitella opintonsa yksilöllisesti ja samalla määrittää opintojen suoritusaikataulu itselleen sopivaksi. Henkilökohtainen opintosuunnitelma on mahdollista tehdä sähköisesti jo opintojen alussa Saimaan ammattikorkeakoulussa käytettävässä SoleOPS- järjestelmässä, josta opiskelijat saavat tietoa opetus- ja toteutussuunnitelmista. (Saimaan ammattikorkeakoulu 2014b.) Opintojen suunnittelun lähtökohtana tulisi näkyä työelämälähtöisyys, jonka on todettu edistävän myös opinnoista suoriutumista (Annala 2009).

Henkilökohtaisen opintosuunnitelman lisäksi opiskelijoilla on mahdollisuus käyttää AHOT-prosessia, jossa pyritään huomioimaan opiskelijan jo olemassa oleva osaaminen. AHOT-prosessi eli aiemman osaamisen tunnistaminen ja sen tunnistaminen on väline, jonka avulla opiskelijan on mahdollisuus hyväksilukea opintojaksoja. (Opettajatuutorin käsikirja 2013.) Aiemmin opitun tunnistamisen ja tunnistamisen avulla pyritään mahdollisimman sujuvaan opintojen suorittamiseen (Annala 2009, 66). Hakemuslomake löytyy Saimaan ammattikorkeakoulun verkkosivuilta. Hakemuksia on kahdenlaisia: hakemus ja päätös opintojen suorittamisesta näytöin sekä hakemus ja päätös opintojen hyväksilukemisesta. Täytetty lomake toimitetaan koulutuspäällikölle. (Saimaan ammattikorkeakoulu 2016b.)

3.3 Yksilöllinen tuki

Liikunta on keskeisessä osassa yksilön fyysisen hyvinvoinnin, terveyden sekä toimintakyvyn ylläpitämisessä. Liikunnan on todettu tukevan myös hyvää opiskelukykyä sekä opinnoissa suoriutumista. Kuitenkin vain pieni osa korkeakouluopiskelijoista liikkuu riittävästi. Taloudelliset vaikeudet sekä riittämätön vapaa-aika vaikuttavat liikunnan vähäiseen harrastamiseen. Monipuolisten liikuntamahdollisuuksien järjestämisen avulla on mahdollista tukea opiskelijoiden liikkumista. Ruokailutilanne, kuten myös yhdessä liikkuminen tukevat opiskelijoiden sosiaalista hyvinvointia. (Kunttu & Miettinen 2011, 198–200). Hyvin suunnitellulla ja toteutetulla opiskelijaruokailulla tuetaan opiskelijan hyvinvointia ja terveyttä (Manninen 2011, 138). Lepo on yksilön hyvinvoinnin sekä aivojen toiminnan kannalta

elintärkeää. Riittävä lepo ehkäisee sairastumista sekä stressin aiheuttamia haittoja. Opiskelijoiden riittävää unen saantia tukee fyysinen ja psyykkinen terveys sekä hyvä unihygienia. (Hannula & Mikkola 2011, 203–205.)

Opiskelijaterveydenhuollolla on suuri rooli opiskelijoiden fyysisen sekä psyykkisen terveyden ja hyvinvoinnin tukemisessa. Lain mukaan kuntien on järjestettävä opiskelijaterveydenhuoltopalveluja korkeakouluopiskelijoille (Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskelijaterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 2009/380). Saimaan ammattikorkeakoulussa opiskeluterveydenhuollosta vastaa Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiiri. Opiskelijoiden terveydenhuoltoon sisältyvät terveysneuvonta, sairaanhoito, mielenterveys- ja päihdepalvelut sekä seksuaaliterveysneuvonta. (Saimaan ammattikorkeakoulu 2016c.)

Opiskeluterveydenhuollon palveluiden lisäksi opiskelijoiden psyykkistä hyvinvointia voidaan tukea luomalla mielenterveyttä tukeva opiskeluympäristö. Opiskeluympäristössä oleellisia asioita psyykkisen hyvinvoinnin kannalta ovat luottamus, avoimuus, opiskelijoiden yksilöllinen kohtaaminen, kannustus, keskustelu ja kuuntelu. Psyykkisen tuen tarpeen tunnistaminen ja varhainen puuttuminen psyykkisiin ongelmiin tukevat opiskelijoiden hyvinvointia. Yksilöllinen ohjaus, kuten mahdollisuus henkilökohtaisen opintosuunnitelman (HOPS) käyttämiseen sekä yksilölliset opetusjärjestelyt ja -menetelmät mahdollistavat opintojen toteuttamisen yksilöllisesti. Tällöin opintojen kuormittavuus ei pääse kasvamaan liian suureksi. Oppilaitoksen sisäinen tiedonkulku ja yhteisöllisyys sekä yhteistyö oppilaitoksen ulkopuolisten toimijoiden kanssa vaikuttavat opintojen sujuvuuteen. (Invalidiliitto 2008, 6.)

Sosiaalinen tuki voidaan määritellä ihmisten vuorovaikutukseksi, jossa molemmat sekä antavat että saavat tukea. Sosiaalinen tuki on yksilön hyvinvointia ja terveyttä tukeva tekijä, jota muut ihmiset tuottavat. (Mäenpää 2008, 10–11.) Korkeakouluopiskelija tarvitsee sosiaalista tukea opinnoissaan selviytymiseen perheeltään, puolisoiltaan, ystäviltään, koululta sekä toisilta opiskelijoilta (Mäenpää 2008, 14–15). Erityisesti vanhempien on todettu kuormittuvan, mikäli he eivät saa tukea perheen ulkopuolelta (Äitiysneuvolaopas 2013, 33). Perheen, lähipiirin

sekä opiskeluyhteisön lisäksi tukea on mahdollista saada myös julkisista palveluista, kuten opiskeluterveydenhuollosta, perheneuvolasta sekä äitiys- ja lastenneuvolasta (MLL 2016b). Opiskelijatoimintaa sekä tukea tarjoavat myös seurakunnat. Saimaan ammattikorkeakoulussa Lappeenrannan evankelisluterilainen seurakunta järjestää kristillisiä opiskelijailtoja sekä toimintaa nuorille, aikuisille ja perheille. Seurakunta antaa tukea opiskelijoille kriisitilanteissa esimerkiksi tarjoamalla keskusteluapua. Saimaan ammattikorkeakoululla toimii oma opiskelijapappi. (Saimaan ammattikorkeakoulu 2014c.)

3.4 Muu tuki

Opiskelijavanhemmuuden tukemista korkeakouluopinnoissa on tutkittu Suomessa melko vähän, aiheesta löytyy muutamia pro gradu-tutkimuksia (Ali-Löyty 2009; Nissinen 2006), tieteellinen artikkeli (Repo, Ruokolainen & Vuoksenranta 2014) sekä väitöskirja (Virtala 2007), joissa tarkastellaan pääasiassa psyykkistä sekä sosiaalista tukea. Viime vuosina aiheesta on kuitenkin tehty useita opinnäytetöitä (Ihanus & Ihanus 2012; Jalaistus 2012; Kiiskinen & Pekkanen 2010; Martikainen 2014; Murto & Viinamäki 2013; Siro & Valkonen 2015; Vedenoja 2015). Etelä-Karjalan alueelta ei löytynyt aiempia tutkimuksia aiheesta.

Muutamissa oppilaitoksissa Suomessa sekä ulkomailla on tarjottu perheellisille opiskelijoille mahdollisuutta jättää lapsi lyhyeksi ajaksi oppilaitoksen ylläpitämään lapsiparkkiin. Lapsiparkkeja on käytössä esimerkiksi Helsingin yliopistolla sekä Satakunnan ammattikorkeakoululla. Molemmissa oppilaitoksissa Lapsiparkin toiminnasta vastaavat opiskelijajärjestöt. (HYY 2011; SAMMAKKO 2016.) Satakunnan ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelman opiskelija on tehnyt opinnäytetyönä ohjeen lapsiparkkitoiminnan suunnitteluun, jossa pyritään selvittämään millä tavoin lyhytkestoisessa hoidossa voitaisiin tukea hoitolasten vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisten taitojen kehittymistä (Martikainen 2014).

Lapsiparkkitoiminnan avulla on mahdollista edistää perheellisten opiskelijoiden opinnoista suoriutumista sekä määräajassa valmistumista. Helsingin yliopisto on todennut lapsiparkkitoiminnan olevan myös yliopiston etu. Helsingissä palvelu on

ollut pidetty ja tarve lapsiparkkitoiminnalle kasvaa jatkuvasti. Oppilaitoksen yhteydessä toimivan lapsiparkin eduksi voidaan ajatella olevan joustava ja edullinen opiskelijoiden tarpeita vastaava lastenhoitopalvelu. (HYY 2011.)

Yhdysvalloissa opiskelijoita, jotka suunnittelevat lasten hankintaa sekä ne joilla on jo lapsia, kannustetaan opiskelemaan. Sosiaalista tukea opiskelijoille tarjotaan esimerkiksi perheellisille opiskelijoille suunnattujen ryhmien avulla. New Yorkin yliopiston kampukselle on järjestetty kaksi imetys- sekä lastenhoitohuonetta, joita opiskelijat voivat käyttää. Perheellisille opiskelijoille suunnitellaan myös yhteisiä tapahtumapäiviä, jossa heidän on mahdollisuus tavata toisiaan. Yliopiston verkkosivuilta perheelliset opiskelijat löytävät myös tietoa lastenhoitopalveluista sekä vakuutuksista. (New York University 2016). Myös Michiganin ja Cornellin yliopistot ovat luoneet perheellisille opiskelijoille kattavan verkkosivuston, josta löytää tietoa muun muassa taloudellisesta- ja sosiaalisesta tuesta, lastenhoitopalveluista ja terveydenhuollon palveluista. (University of Michigan 2008; Cornell University 2016). Suomessa Kokkolan yliopistokeskus Chydeniuksessa on luotu perheellisille opiskelijoille verkkosivu, josta löytyy ohjeita opiskelun, perheen ja työn yhteensovittamiseen (Chydenius 2016).

Muita aiheeseen liittyviä hankkeita ja projekteja Suomessa ovat muun muassa Väestöliiton Perheystävällisesti töissä-hanke 2014–2018, jossa edistetään perheiden hyvinvointia viemällä perheystävällisiä käytäntöjä työpaikoille (Väestöliitto 2016a). Väestöliitto on myös luonut Maailman paras syy-kampanjan, jolla pyritään edistämään perhe-elämän ja työn yhteensovittamista. Kampanjan tarkoitus on luoda yrityksille työkaluja perheystävällisemmän työpaikan luomiseksi. (Väestöliitto 2016b.) Vuosina 2011–2014 toteutetussa Kyky-projektissa pyrittiin edistämään opiskelijoiden opiskelukykyä ja hyvinvointia. Projektia ohjasi SYL eli Suomen ylioppilaskuntien liitto. Projektin ansiosta opiskelukykyyn kiinnitetään nykyään enemmän huomiota oppilaitoksissa. (SYL 2014.)

4 Opinnäytetyön tarkoitus

Opinnäytetyön tarkoitus on kuvata Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kokemuksia perhe-elämän ja opiskelun yhdistämisestä. Tutkimuksen tavoitteena

on, että saatuja tuloksia voidaan hyödyntää Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoille tarjottavan tuen sekä opiskelijoille suunnattujen palveluiden kehittämisessä.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Miten perheelliset korkeakouluopiskelijat kokevat vanhemmuuden ja opiskelun yhteensovittamisen?
2. Kuinka perheellisyys on vaikuttanut korkeakouluopiskelijoiden opiskelumotiivaatioon ja hyvinvointiin?
3. Miten perheelliset korkeakouluopiskelijat kokevat saamansa tuen riittävyyden?
4. Miten perheellisten korkeakouluopiskelijoiden tukea voitaisiin kehittää?

5 Opinnäytetyön toteutus

5.1 Kohderyhmä ja kyselylomake

Opinnäytetyön kohderyhmäksi valikoituivat Saimaan ammattikorkeakoulussa päiväopetukseen ja monimuotokoulutukseen osallistuvat nuoriso- ja aikuisryhmien opiskelijat, joilla on 0–12-vuotiaita lapsia. Rajasimme lasten ikäjakamaa, koska ajattelimme, että alle 12-vuotiaat lapset vaativat enemmän vanhemman aikaa ja huomiota kuin sitä vanhemmat lapset. Ajattelimme myös lapsen iän vaikuttavan opiskelijavanhemman suoriutumiseen opinnoissa. Kohderyhmään kuuluvat Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijat kaikilta koulutusaloilta, joita ovat sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala, yhteiskuntatieteiden-, liiketalouden ja hallinnon-ala, tekniikan- ja liikenteenala, matkailu-, ravitsemus- ja talousala sekä kulttuuriala.

Opinnäytetyö toteutettiin pääasiassa kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Tutkimuksessa hyödynnettiin myös laadullisia tutkimusmenetelmiä. Kvantitatiivisessa tutkimusmenetelmässä selvitetään tutkittavasta asiasta lukumääriin ja prosenttiosuuksiin liittyviä kysymyksiä. Tutkimuksen toteuttaminen vaatii riittä-

vän suurta ja edustavaa otosta kohdejoukosta, jolloin tuloksia pyritään yleistämään tutkittuja havaintoyksiköitä laajempaan joukkoon tilastollisen päättelyn keinoin. Määrällisen tutkimusmenetelmän avulla saadaan yleensä kartoitettua olemassa oleva tilanne, mutta asioiden syitä ei pystytä selvittämään tarkemmin. (Heikkilä 2014, 15) Määrällinen tutkimus sopi tutkimusmenetelmäksemme, sillä halusimme juuri kartoittaa opiskelijavanhempien tilannetta Saimaan ammattikorkeakoulussa.

Aineisto kerättiin Webropol-ohjelman avulla tehdyllä sähköisellä kyselyllä. Sähköiseen kyselyyn päädyttiin, koska otannasta haluttiin laaja ja kysely sisälsi useita henkilökohtaisia asioita käsitteleviä kysymyksiä. Saimaan ammattikorkeakoulussa opiskelevista perheellisistä opiskelijoista ei myöskään ole rekisteriä, joten kyselyä ei pystytty kohdistamaan suoraan tietynlaiselle ryhmälle, minkä vuoksi sähköinen kysely tavoitti kohdejoukon helpoiten.

Ennen kyselyn julkaisua, valmis kysely esitettiin kolmella perheellisellä opiskelijalla. Saatujen kehittämisehdotusten pohjalta kyselylomakkeeseen tehtiin korjauksia ja tarkennuksia.

Saatekirje (Liite 1) sekä linkki kyselyyn julkaistiin Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijasivujen ajankohtaista osiossa, kaikkien alojen ilmoitustauluilla Saimaan ammattikorkeakoulun Moodlessa sekä Saimaan ammattikorkeakoulun Facebook-sivulla. Kysely oli vastaajille avoinna kuukauden ajan. Kaksi viikkoa ennen kyselyn sulkeutumisesta Saimaan ammattikorkeakoulun Facebook-sivulla julkaistiin muistutus kyselystä, jotta varmistettaisiin mahdollisimman suuri vastaajamäärä.

Kyselyyn liitettyssä saatekirjeessä kerrottiin lyhyesti opinnäytteen tarkoituksesta, tavoitteesta sekä kyselyyn vastaamisesta. Saatekirjeen avulla pyrittiin motivoimaan kohderyhmää vastaamaan kyselyyn (Heikkilä 2014, 59). Lisäksi motivoimme kohdejoukkoa vastaamaan kyselyyn arpomalla vastanneiden kesken palkinnon. Vastaajat saivat halutessaan lähettää meille yhteystietonsa arvontaa varten luotuun sähköpostiin, josta kyselyn umpeuduttua arvoimme palkinnon voittajan. Erillisen vapaaehtoisen sähköpostiarvonnan avulla takasimme vastaajien anonymiteetin säilymisen, niin ettei henkilöä ja kyselyn vastausta voida yhdistää.

Kyselylomake sisälsi avoimia ja strukturoituja kysymyksiä. Strukturoituihin kysymyksiin vastaajan on nopeampi vastata ja tulosten tilastollinen käsittely on sujuvampaa. Mieliä pidettä kysyvissä kysymyksissä usein käytetyn Likertin asteikon avulla vastaajan tulee valita parhaiten omaa mieliä pidettään kuvaava vaihtoehto. (Heikkilä 2014, 49–52.) Avoimia kysymyksiä käytetään pääasiassa kvalitatiivisissa tutkimuksissa, mutta kyselytutkimuksissa usein käytetään mukana laadullisia kysymyksiä (Heikkilä 2014, 47). Avointen kysymysten avulla halusimme saada esille mahdollisia kehittämisideoita sekä kuulla vielä yleisesti opiskelijoiden mieliä piteitä perhe-elämän ja opiskelun yhteensovittamisesta.

5.2 Aineiston käsittely ja analyysi

Tulokset analysoitiin IBM SPSS Statistics 23.0 -ohjelman avulla, sillä se mahdollistaa laajan aineiston käsittelyn (Heikkilä 2014, 118–119). IBM SPSS Statistics 23.0 -ohjelman lisäksi käytettiin myös taulukkolaskentaohjelma Exceliä aineiston käsittelyssä. Strukturoidusta kysymyksistä tuotettiin numeerista tietoa frekvenssien, prosenttien ja keskiarvojen avulla. Analysoinnissa käytettiin myös ristiintaulukointia, jonka avulla selvitettiin muuttujien välisiä riippuvuuksia. Tuloksia ristiintaulukoitiin sukupuolen ja koulutusalan avulla. Varianssianalyysin avulla selvitetään eri ryhmien keskiarvojen väliltä tilastollisesti merkitseviä eroja. Varianssianalyysin tekeminen edellyttää kuitenkin, että ryhmien keskiarvot ovat lähes normaalisti jakautuneet (Heikkilä 2014, 210–211). Kyselyyn vastanneista suurin osa oli naisia sekä sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan opiskelijoita, joten vertailu muuttujien avulla ei olisi antanut luotettavaa tulosta tilastollisesta merkittäväydestä.

Avoimet kysymykset analysoitiin käyttäen induktiivista sisällönanalyysiä, jossa tekstin sanoja tai niistä koostuvia ilmaisuja luokitellaan niiden merkityksen perusteella (Juvakka & Kylmä 2007, 112 – 113). Teemojen muodostamisessa käytettiin apuna koodausta sekä kvantifiointia. Sisällön analyysi eteni aineiston huolellisen lukemisen jälkeen aineistolähtöisesti. Aineisto kirjoitettiin tekstimuotoon litteroimalla, minkä jälkeen aloitettiin aineiston jakaminen pienempiin osiin teemoittelun avulla. Koodaus tapahtui värien avulla. Kommenteista nousi esille toistuvia teemoja, joista muodostettiin ylä- ja alaluokat aihepiirien mukaan. Näin aineisto pelkistyi vähitellen tiiviimmäksi ja helpommin ymmärrettäväksi.

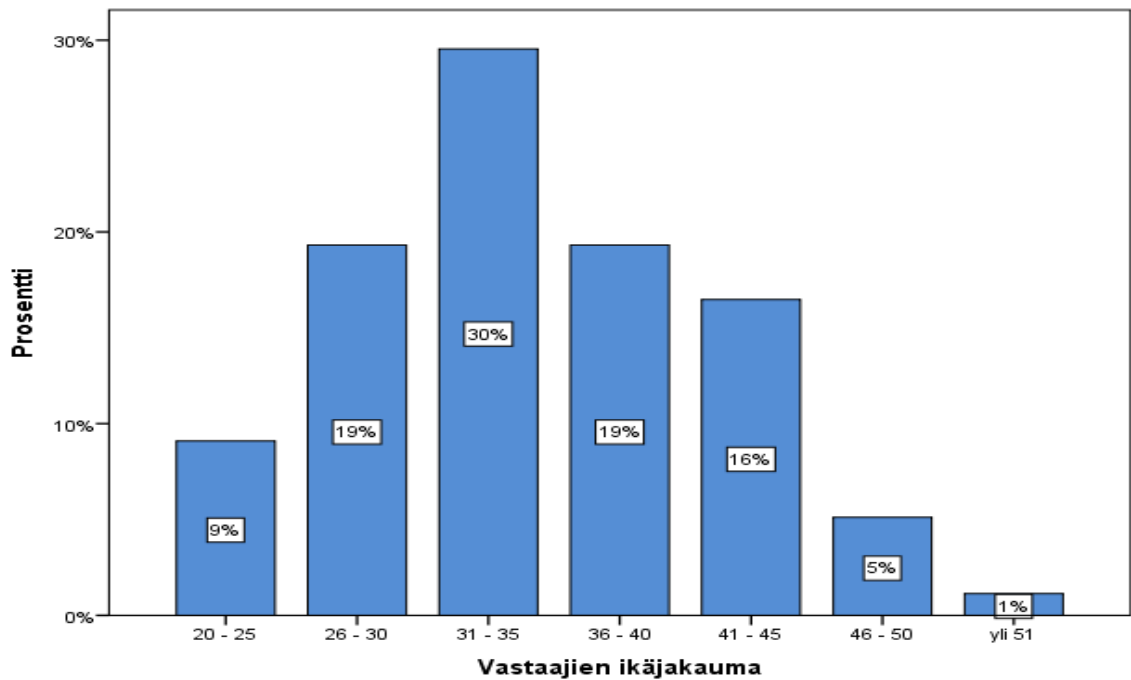
Analysoinnin aikana tehtiin havaintoja ja muistiinpanoja aineistosta. Näin saatiin helposti jaoteltua käsiteluokan alle alaluokat, joihin pystyttiin laskemaan teeman toistumisen määrä kvantifioinnin eli sisällön erittelyn avulla. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 163). Lopuksi loimme aineistosta taulukon, jossa analysoinnin tulokset pystyttiin esittämään selkeämmin.

6 Tulokset

6.1 Vastaajien taustatiedot

Kysyimme vastaajien taustatietoina (Liite 2, kysymykset 1–4, 7–9.) sukupuolta, ikää, huoltajuusmuotoa, alle 12-vuotiaiden lasten lukumäärää, opiskeltavaa tutkintoa ja opiskelutoteutusta. Kyselyyn vastasi yhteensä 179 opiskelijaa. Yksi vastaajista oli jättänyt vastaamatta lähes jokaiseen kysymykseen, minkä vuoksi hänet jätettiin tilastoinnin ulkopuolelle, koska muuten kokonaistulokset olisivat vääristyneet. Analysoimme 178 vastausta. Vastaajista 90 % (n=157) oli naisia ja 10 % oli miehiä (n=18).

Enemmistö vastaajista (30 %, n=52) oli iältään 31–35-vuotiaita. Kuviossa 2 on esitetty vastaajien ikäjakauma prosentteina ikäryhmittäin. Kuviosta nähdään, että vastaajia saatiin runsaasti useista eri ikäryhmistä. Alle 20-vuotiaita vastaajia ei ollut yhtään, joten ikäryhmä jätettiin pois taulukosta. Kyselyyn vastanneista kaksi ei ilmoittanut ikäänsä.



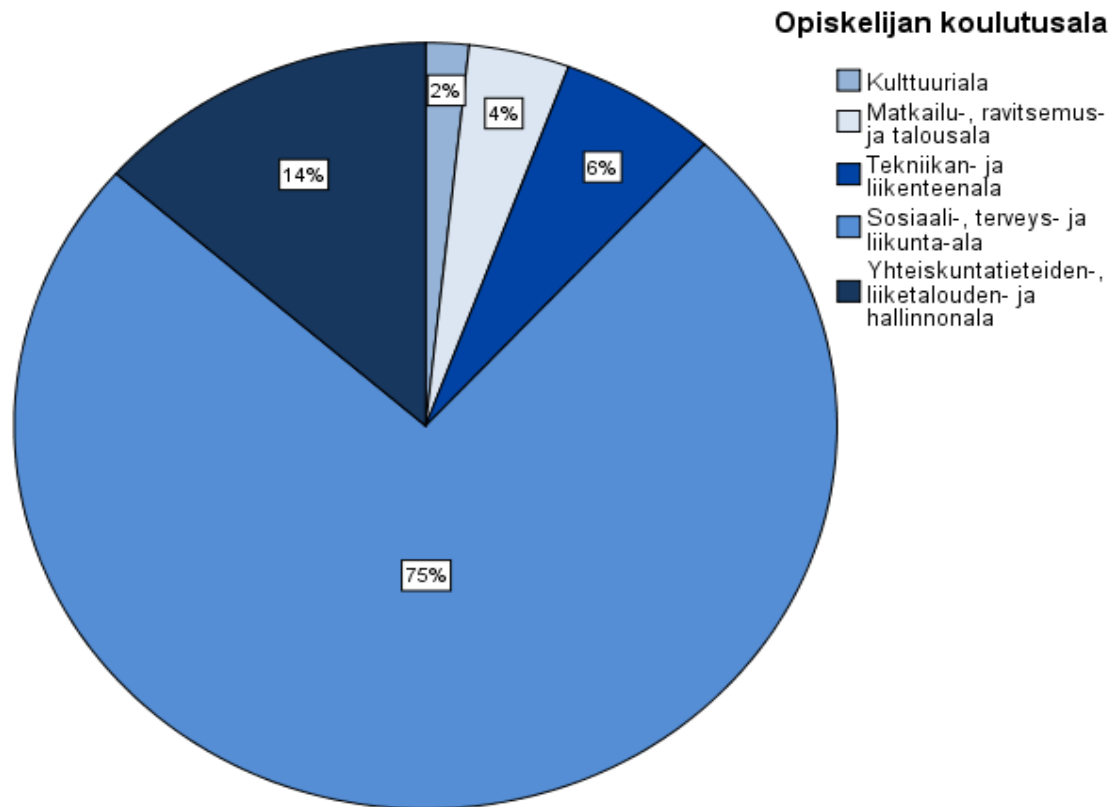
Kuvio 2. Vastaajien ikäjakauma (N = 176)

Suurimmalla osalla vastaajista oli yksi tai kaksi alle 12-vuotiasta lasta (78 %, n=139). Lopuilla vastaajilla oli useampi kuin kaksi lasta (22 %, n=38). Yhteishuoltajuuden huoltajuusmuodoksi ilmoitti 92 % (n=164) ja yksinhuoltajia ilmoitti olevansa 8 % (n=14) vastaajista.

Kaikista vastanneista 81 % (n=144) ilmoitti asuvansa samassa taloudessa lapsen toisen huoltajan kanssa ja 11 % (n=20) ilmoitti asuvansa eri taloudessa. Vastaajista 70 % (n=125) kertoi asuvansa omistusasunnossa. Vuokra-asunnossa asui 26 % (n=46) ja 4 % (n=7) asui vanhempien, sukulaisten tai puolison omistamassa asunnossa. Opiskelun ohessa osa-aikatyössä kertoi käyvänsä 17 % (n=30) ja kokopäivätyössä 19 % (n=34) vastaajista. Isyys-, äitiys- tai hoitovapaalla kertoi olevansa 7 % (n=12) vastaajista.

Vastaajia saatiin kaikilta Saimaan ammattikorkeakoulun koulutusaloilta. Suurin osa vastaajista opiskeli sosiaali-, terveys- ja liikunta-alalla (75 % n=132). Yhteiskuntatieteiden-, liiketalouden ja hallinnon alaa opiskeli 14 % (n=24) vastaajista. Tekniikan- ja liikenteen alaa opiskeli 6 % (n=11), matkailu-, ravitsemus- ja talous-

alaa 4 % (n=7) ja kulttuurialaa 2 % (n=3) vastaajista. Kuviossa 3 on esitelty pii-rakkadiagrammin avulla vastaajien prosentuaalista jakautumista koulutusaloit-tain.



Kuvio 3. Opiskelijan koulutusala (N = 177)

Tarkastelimme ristiintaulukoinnin avulla nais- ja miesvastaajien lukumääriä kou-lutusaloittain. Naisvastaajia oli yhteensä 156. Naisvastaajat opiskelivat sosiaali-, terveys- ja liikunta- alaa (n=121), yhteiskuntatieteiden-, liiketalouden- ja hallinnon- alaa (n=21), matkailu-, ravitsemus- ja talousalaa (n=7), tekniikan- ja liikenteen- alaa (n=4) ja kulttuurialaa (n=3). Miesvastaajia oli yhteensä 18. Miesvastaajat opiskelivat sosiaali-, terveys- ja liikunta- alaa (n=8), tekniikan- ja liikenteen alaa (n=7) ja yhteiskuntatieteiden-, liiketalouden- ja hallinnon alaa (n=3). Vastaajat oli- vat jakautuneet tasaisesti molempiin opiskelutoteutuksiin. Monimuotototeutuk- sella opiskeli 53 % (n=94) ja päiväopetuksessa opiskeli 47 % (n=83) vastaajista.

6.2 Kokemuksia vanhemmuuden ja opiskelun yhdistämisestä

Vastaajilta kysyttiin heidän positiivisia sekä negatiivisia kokemuksiaan opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisessä (Liite 2, kysymykset 31–32). Hieman yli puolet

(55 %, n=96) koki, ettei opiskelun ja vanhemmuuden yhdistäminen ole helppoa (Liite 2, kysymys 30). Taulukoissa 1 ja 2 on esitelty positiivisten ja negatiivisten kokemusten jakaantumista.

Vanhemmuuden koettiin vaikuttavan positiivisesti opinnoissa suoriutumiseen. Vastauksista esille nousivat opiskelun joustavuus sekä opiskelumotivaation kasvu lasten saannin myötä. Perheen ja lasten vuoksi opiskeluun käytettävä aika haluttiin käyttää mahdollisimman tehokkaasti. Vastajat kokivat elämäkokemuksen ja sitä kautta saatujen tietojen olevan eduksi opinnoissa. Opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisen kautta vastaajat kertoivat oppineensa myös elämäntaitoja, kuten joustavuutta, ajanhallintaa, organisointitaitoja sekä priorisoimaan eli asettamaan asiat tärkeysjärjestykseen.

Opiskelu vaikutti positiivisesti perheen hyvinvointiin. Vastajat kokivat, että opiskeluaikana on enemmän aikaa perheelle. Opiskelu nähtiin mahdollisuutena opiskella ja oppia yhdessä lasten kanssa. Erityisesti kouluikäisten lasten vanhemmat kokivat positiivisena mahdollisuuden tehdä koulutehtäviä yhdessä lasten kanssa. Opiskelu toi myös säännöllisyyttä arkeen.

Opiskelun vaikutti positiivisesti myös vastaajien omaan hyvinvointiin. Vastajat kertoivat opiskelun tuovan vastapainoa perhe-elämälle ja toisinpäin. Opiskelun ajateltiin olevan omaa aikaa. Osa koki myös, että opiskellessa on enemmän aikaa itselle, ja että sosiaaliset kontaktit olivat lisääntyneen opiskelun myötä.

Opiskelun koettiin helpottavan lastenhoitojärjestelyjä. Enemmistö koki helpottavana tekijänä lyhyet koulupäivät, jotka mahdollistivat lasten lyhyemmät päivähoitajat. Vastaajista kolme kertoi, että vanhemmuuden ja opiskelun yhdistämisessä ei ole mitään positiivista, kun taas yksi vastaaja kertoi vanhemmuuden ja opiskelun yhdistämisessä lähes kaiken olevan positiivista. Kysymykseen vastaamatta jätti 43 vastaajaa.

Kommentteja yhteensä	Käsiteluokka	Alateema <i>(sulkeissa kommenttien määrä)</i>
69	Opinnoissa suoriutuminen	<ul style="list-style-type: none"> - Opiskelun joustavuus (20) - Elämäkokemuksesta saatu hyöty (16) - Motivoituminen (2) - Ajankäytön tehostuminen (18) - Elämäntaitojen oppiminen (13)
44	Perheen hyvinvointi	<ul style="list-style-type: none"> - Enemmän aikaa perheelle (28) - Säännöllinen arki (6) - Yhdessä oppiminen lasten kanssa (10)
30	Oma hyvinvointi	<ul style="list-style-type: none"> - Opiskelu omaa-aikaa (9) - Enemmän vapaa-aikaa (3) - Opiskelu ja perhe vastapainoa toisilleen (16) - Sosiaaliset kontaktit muihin opiskelijoihin (2)
11	Lasten hoito	
3	Ei positiivista	
1	Vain positiivista	

Taulukko 1. Vastaajien positiivisia kokemuksia perhe-elämän ja opiskelun yhteensovittamisesta (N=135)

Perheen ja opiskelun yhdistämisessä negatiivisena vastaajat kokivat itsenäiseen opiskeluun, ajan käyttöön ja omaan hyvinvointiin liittyvät asiat. Vastaajat kertoivat, että opiskelun ja perheen ohella on vaikea löytää omaa aikaa. Aikatauluttaminen koettiin myös haasteelliseksi, koska vastaajien täytyi tasapainotella lastenhoidon, oman opiskelun sekä puolison töiden välillä. Enemmistö vastaajista kertoi, että heillä ei ole aikaa lapsilleen tai puolisolleen niin paljon kuin he halusivat.

Itsenäisen opiskelun määrä koettiin liian suureksi. Suurin osa vastaajista kertoi pystyvänsä opiskelemaan vasta illalla lasten mentyä nukkumaan. Osa koki, että iltaisin ei ollut aikaa itsenäiselle opiskelulle ja lukurauhan saaminen oli vaikeaa.

Saimaan ammattikorkeakoulun läsnäolovaatimusten koettiin olevan liian tiukkoja perheelliselle opiskelijalle. Lukujärjestyksiin liittyvissä kommentteissa käsiteltiin lukujärjestysten vaihtelevuutta sekä sitä, että aina ei voi luottaa toteutuvatko aikataulut varmasti. Ilta- ja yöluennot koettiin myös hankaliksi lastenhoidon kannalta. Vastaajien kommentteissa nousi esille myös vapaa-aikana toteutettaviin ryhmittöihin, opiskelijatapahtumiin ja henkilökohtaiseen opintosuunnitelmaan (HOPS) liittyviä asioita. Muutamat vastaajat kokivat, että Saimaan ammattikorkeakoulu ei huomioi perheellistä opiskelijaa millään tavalla.

Vastaajat kokivat stressin ja väsymyksen vaikuttavan negatiivisesti heidän hyvinvointiinsa ja jaksamiseensa. Monet kokivat, että koulutöille ei ole tarpeeksi aikaa, jolloin ne kasautuvat ja pyörivät mielessä jatkuvasti. Ilta- ja yöaikaan tehdyt itsenäiset tehtävät vähentävät yöunen pituutta, mikä aiheuttaa väsymystä. Osa vastaajista kertoi tuntevansa riittämättömyyden tunnetta siitä, ettei pysty panostamaan tarpeeksi perheeseen tai opiskeluun.

Muita teemoja, jotka nousivat vastaajien kommentteista esiin, olivat heikentynyt taloudellinen tilanne sekä lastenhoitoon liittyvät hankaluudet. Vastaajista neljä koki, ettei opiskelun ja perhe-elämän yhteensovittamisessa ole mitään negatiivista ja yksi vastaaja ei osannut sanoa. Kysymykseen vastaamatta oli jättänyt 30 vastaajaa.

Kommentteja yhteensä	Käsiteluokka	Alateema <i>(sulkeissa kommenttien määrä)</i>
64	Itsenäinen opiskelu	<ul style="list-style-type: none"> - Itsenäisen opiskelun määrä liian suuri (11) - Vaikea saada lukurauhaa (17) - Ei ole aikaa itsenäiselle opiskelulle (8) - Illat menevät itsenäiseen opiskeluun (7) - Itsenäinen opiskelu tapahtuu vasta lasten käytyä nukkumaan (21)
52	Ajan käyttö	<ul style="list-style-type: none"> - Oman ajan puute (14) - Aikatauluttamisen haasteet (15) - Ajan riittämättömyys (23)
44	Oma hyvinvointi	<ul style="list-style-type: none"> - Riittämättömyyden tunne vanhempana tai opiskelijana (16) - Väsymys ja stressi (23) - Fyysisen hyvinvoinnin ylläpito hankalaa (5)
28	Perheen yhteinen aika jää vähäiseksi	
17	Organisaatio	<ul style="list-style-type: none"> - Tiukat läsnäolovaatimukset ja poissaolojen korvaaminen (6) - "Tempoilevat" lukujärjestykset (4) - Iltaluennot (3) - Pitkä koulumatka (4)
11	Lasten hoitoon liittyvät hankaluudet	
6	Heikentynyt taloudellinen tilanne	
4	Ei mitään negatiivista	

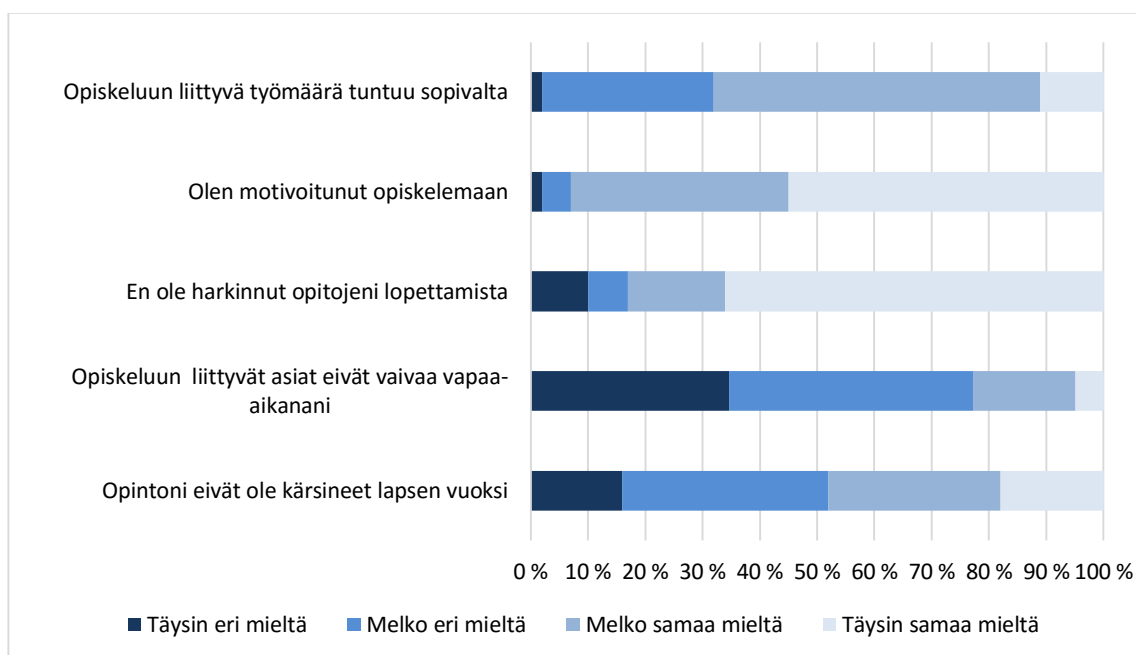
Taulukko 2. Vastaajien negatiiviset kokemukset opiskelun ja perhe-elämän yhdistämisestä (N = 148)

6.3 Perheellisyyden vaikutus opiskelumotivaatioon ja hyvinvointiin

Vastaajista suurin osa, 93 % (n=165) koki olevansa motivoitunut opiskelemaan (Liite 2, kysymys 16). Kuviossa 4 esitetään vastaajien mielipiteiden jakautumista opiskelumotivaatiota mittaavissa kysymyksissä. Yhteensä vastaajista 68 % (n=120) oli täysin tai melko samaa mieltä, siitä että opiskeluun liittyvä työmäärä tuntuu sopivalta. Suurin osa ei ollut harkinnut opintojen lopettamista (72 %, n=146). Vastaavasti 18 % vastanneista (n=31) oli harkinnut jossain vaiheessa opintojen lopettamista.

Enemmistö (78 %, n=138) vastaajista koki, että opiskeluun liittyvät asiat vaivavat vapaa-aikana. Kuviossa 4 käy ilmi, että väittämässä *opiskeluun liittyvät asiat eivät vaivaa vapaa-aikanani*, täysin tai melko samaa mieltä oli 22 % (n=39). Täysin tai melko eri mieltä oli vastaajista 78 % (n=138).

Väittämässä *opintoni eivät ole kärsineet lapsen vuoksi* vastaajien mielipiteet jakautuivat tasaisesti. Pieni enemmistö vastaajista (52 %, n=93) koki, että opinnot ovat kärsineet jossain määrin lapsen vuoksi. Väittämään vastanneista melko eri mieltä oli 36 % (n=64) ja täysin eri mieltä oli 16 % (n=29). Vastaavasti täysin samaa mieltä oli 18 % (n=31) ja melko samaa mieltä oli 30 % (n=52) vastaajista.



Kuvio 4. Opiskelumotivaation kokeminen (N = 177)

Psykkistä hyvinvointia selvitettiin kysymyksissä 21–23 (Liite 2, 21–23). Psykkisen vointinsa hyväksi koki suurin osa vastaajista (85 %, n=152). Mielenterveyspalveluita kertoi käyttäneensä 8 % (n=15) vastaajista. Yleisimmin käytetty mielenterveyspalvelu oli psykologin vastaanotto. Vastaajista 92 % (n=162) ei ollut käyttänyt mielenterveyspalveluita opintojen aikana. Tarvittaessa keskusteluapua terveydenhuollon ammattihenkilöltä koki saavansa 73 % (n=109). 27 % (n=40) vastaajista ei kokenut saavansa keskusteluapua terveydenhuollon ammattihenkilöltä, koska ei ollut sitä tarvinnut tai ei ollut tietoinen, mistä keskusteluapua olisi mahdollista saada tai sen saaminen oli vaikeaa.

Fyysistä hyvinvointia selvitettiin kysymyksissä 24–29 (Liite 3). Fyysisen vointinsa hyväksi koki enemmistö vastaajista (75 %, n=131), täysin tai melko eri mieltä oli 25 % (n=44). Vastaajista 46 % (n=81) kertoo harrastavansa liikuntaa keskimäärin 3–5 tuntia viikossa. Viikoittain 6–8 tuntia liikuntaa kertoi harrastavansa 24 % (n=42). Vastaajista 11 % (n=20) harrasti liikuntaa 9–11 tuntia viikossa, ja yli 12 tuntia viikossa liikuntaa kertoi harrastavansa vastaajista 3 % (n=6). Viikoittain alle 2 tuntia liikuntaa harrasti 15 % (n=26) vastaajista. 1 % (n=2) vastaajista ei harrastanut ollenkaan liikuntaa. Naisten ja miesten liikuntakäyttytymisessä ei havaittu eroja.

Vastaajista 57 % (n=99) koki nukkuvansa hyvin. Muutamia vastaajista kertoivat kokevansa unen laatunsa hyväksi, mutta liian vähäiseksi. Huonosti koki nukkuvansa 43 % (n=76) vastaajista. Huonosti nukkuvista useat kokivat unen määrän riittämättömäksi ja unen laadun huonoksi. Unen laatuun negatiivisesti vaikuttivat itsenäisen opiskelun painottuminen ilta- ja yöaikaan, stressi ja unihäiriöt, kuten unettomuus tai nukahtamisvaikeudet. Lapsen yöheräily vaikutti negatiivisesti vastaajien kokemukseen omasta unen laadusta. Suurin osa vastaajista (69 %, n=122) kertoi nukkuvansa 7 – 8 tuntia yön aikana. Vastaajista 24 % (n=42) kertoi nukkuvansa 5 – 6 tuntia ja 7 % (n=12) 9 – 10 tuntia yön aikana. Alle 4 tuntia yössä kertoi nukkuvansa yksi vastaajista. Kukaan vastaajista ei kertonut nukkuvansa yli 11 tuntia yön aikana.

Suurin osa koki syövänsä monipuolisesti (88 %, n=155). Enemmistö vastaajista kertoi syövänsä säännöllisesti ja ravintosuositusten mukaisesti. Useat kertoivat syövänsä tavallista sekä monipuolista koti- ja kouluruokaa. Osa vastaajista koki

monipuolisen ja terveellisen ruokavalion noudattamisen tärkeänä siksi, että he pystyvät opettamaan lapsille hyviä ruokailutottumuksia. Vastaajista 12 % (n=21) oli sitä mieltä, ettei syö monipuolisesti. Suurin osa vastanneista koki, että kiireisen arjen vuoksi monipuoliseen ja terveelliseen ruokavalioon ei ehdi tai jaksakaan enää kotona kiinnittää niin paljon huomiota. Myös sairauksien, allergioiden sekä taloudellisten vaikeuksien koettiin vaikeuttavan monipuolisen ruokavalion noudattamista.

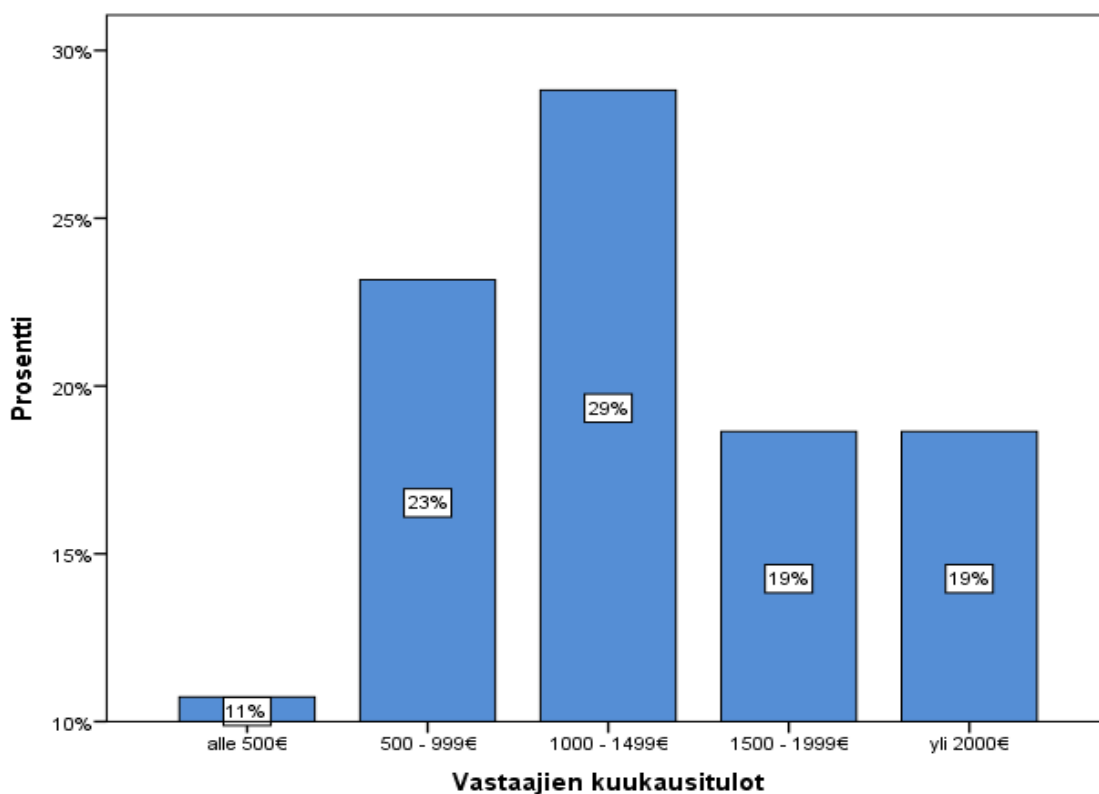
Sosiaalista hyvinvointia mitattiin sosiaalisen tuen näkökulmasta. Tulokset on esitelty tarkemmin seuraavassa kappaleessa, jossa tarkastellaan vastaajien kokemuksia saamansa tuen riittävydestä.

6.4 Opiskelijavanhempien kokemus saamansa tuen riittävydestä

6.4.1 Yhteiskunnallinen tuki

Enemmistö vastaajista (89 %, n=158) koki taloudellisen tilanteensa tyydyttäväksi (Liite 2, kysymys 13–15). Melko hyväksi taloudellisen tilansa koki 49 % (n=87) kun taas melko huonoksi sen koki 40 % (n=71) vastaajista. Selkeästi vähemmistö edusti ääripäiden vaihtoehtoja. Erittäin hyväksi taloudellisen tilansa koki 3 % (n=6) vastaajista ja vastaavasti 8 % (n=15) koki taloudellisen tilansa erittäin huonoksi. Naisten ja miesten välillä ei ilmene merkittävää eroa taloudellisen tilanteen kokemisessa.

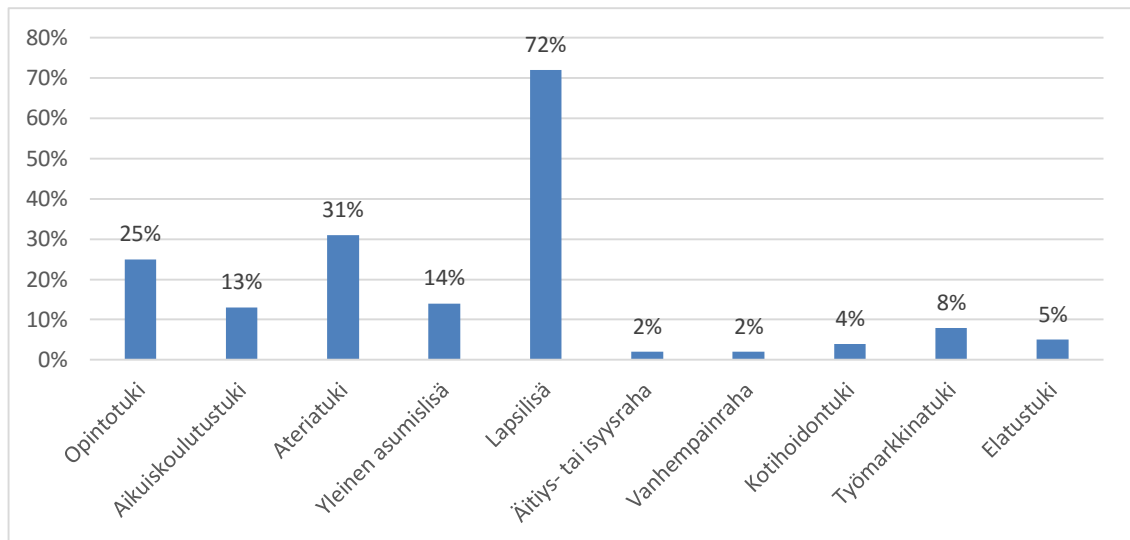
Vastaajien kuukausitulot on esitetty Kuviossa 5. Vastaajia pyydettiin huomioimaan kuukausituloja kysyttäessä myös Kelalta saamansa tuet. Taulukosta käy ilmi, että suurimman osan kuukausitulot olivat 1000 – 1499 € (29 %, n=51). Seuraavaksi eniten vastaajia kertoi kuukausituloikseen 500 – 999 € (23 %, n=41). 1500 – 1999 € kuukausituloikseen kertoi 19 % (n=33) vastaajista. Yli 2000 € tienasi kuukaudessa 19 % (n=33) ja alle 500 € kuukaudessa kertoi tienäänsä 11 % (n=19) vastaajista.



Kuvio 5. Vastaajien kuukausitulot (N = 177)

Vastaajista suurin osa kertoi samassa taloudessa asuvan puolison tai lasten toisen vanhemman olevan tällä hetkellä työssäkäyvä (75 %, n=143). Vastaajien kommentteista käy ilmi, että puolison työssäkäynti helpottaa oleellisesti taloudellista tilannetta.

Kelalta saatavan taloudellisen tuen jakautumista on esitetty kuviossa 6. Suurin osa vastaajista ilmoitti saavansa Kelalta lapsilisää (72 %, n=139). Seuraavaksi yleisin saatu tuki oli ateriatuki (31 %, n=59). Opintotukea kertoi saavansa 25 % (n=48) ja aikuiskoulutustukea 13 % (n=24) vastaajista. Yleistä asumislisää sai 14 % (n=27) vastaajista. *Jokin muu* -vaihtoehdossa useat vastaajat kertoivat saavansa työmarkkinatukea (8 %, n=15) sekä elatustukea (5 %, n=9), minkä vuoksi tulokset lisättiin erillisinä kohtina taulukkoon (Kuvio 6). *Jokin muu* -vaihtoehdoissa esiintyi useasti myös ansiosidonnainen päiväraha, joka kuitenkin ei ole Kelan tarjoama tuki, minkä vuoksi jätimme sen tarkastelun ulkopuolelle.



Kuvio 6. Kelalta saadut tuet (N = 169)

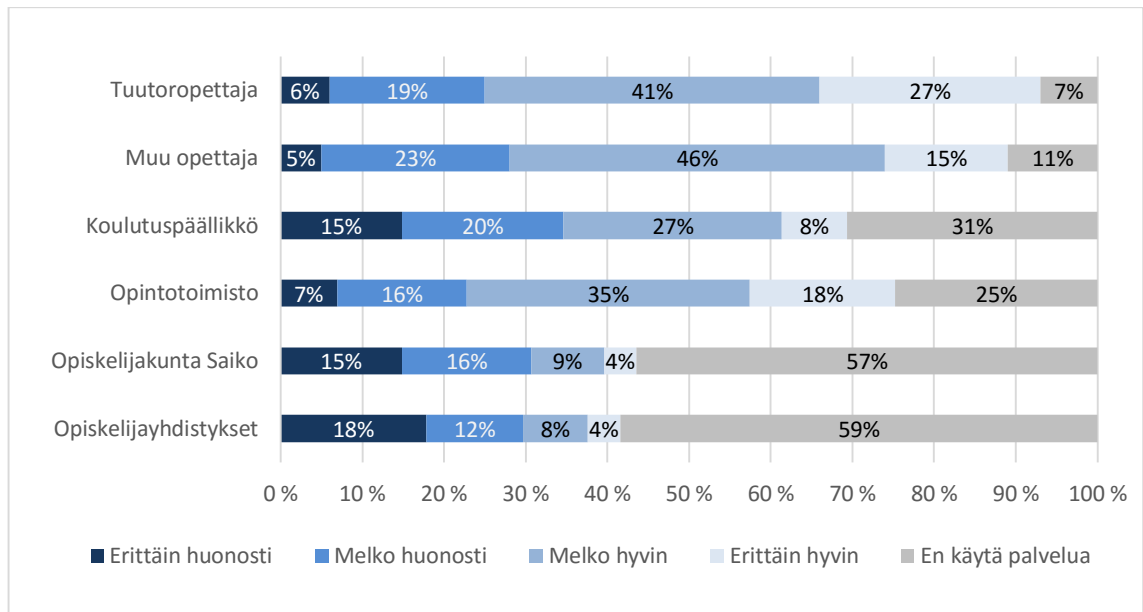
6.4.2 Saimaan ammattikorkeakoululta saatu tuki

Vastaajista 45 % (n=79) oli melko samaa mieltä, että Saimaan ammattikorkeakoulussa ollaan joustavia poissaolojen suhteen (Liite 2, kysymys 16). Melko eri mieltä puolestaan oli 25 % (n=44) vastaajista. Vastaajista 53 % (n=109) oli melko tai täysin samaa mieltä, että Saimaan ammattikorkeakoulussa ollaan joustavia tehtävien palautusaikojen suhteen, melko tai täysin eri mieltä oli 39 % (n=67) vastaajista.

Suurin osa koki, että oman koulutusohjelman asenne on positiivinen perheellistä opiskelijaa kohtaan. Täysin tai melko samaa mieltä oli 65 % (n=115) vastaajista. Täysin tai melko eri mieltä oli 35 % (n=62) vastaajista. Oman opiskeluryhmän asenne perheellistä opiskelijaa kohtaan koettiin myönteisenä (88 %, n=156). Kielteiseksi opiskeluryhmän asenteen perheellistä opiskelijaa kohtaan koki 11 % (n=21).

Vastaajat kokivat saavansa parhaiten tukea opiskeluunsa tuutoropettajalta (68 %, n=121) (Liite 2, kysymys 18). Vastaajien Saimaan ammattikorkeakoululta saaman tuen kokemista on esitetty Kuviossa 7. Muilta opettajilta tukea kertoi saavansa melko hyvin tai erittäin hyvin 61 % (n=106) vastaajista. Opintotoimistosta melko hyvin tai erittäin hyvin tukea koki saaneensa 53 % (n=89). Koulutuspäälliköltä saadun tuen kokeminen jakautui tasaisesti. Melko hyvin tai erittäin hyvin

tukea koulutuspäälliköltä kertoi saaneensa 35 % (n=60) ja melko huonosti tai erittäin huonosti 35 % (n=60) vastanneista. Vähiten vastaajat kokivat saavansa tukea opiskeluunsa opiskelijakunta Saikolta (31 %, n=47) sekä opiskelijayhdistyksiltä (30 %, n=50). Taulukosta käy ilmi, että huomattava osa vastaajista ei käyttänyt opiskelijakunta Saikon (57 %, n=96) tai opiskelijayhdistysten (59 %, n=101) palveluita.



Kuvio 7. Saimaan ammattikorkeakoululta saatu tuki (N = 177)

Melko hyvin henkilökohtaista opintosuunnitelmaa (HOPS) koki pystyneensä hyödyntämään 39 % (n=66) vastaajista (Liite 2, kysymys 16). Vastaajista 59 % (n=100) koki saaneensa henkilökohtaisesta opintosuunnitelmasta melko tai erittäin hyvin tukea opiskeluunsa. Vastaajista 17 % (n=29) kertoi, että ei ole käyttänyt henkilökohtaista opintosuunnitelmaa opinnoissaan.

Aiemmin hankitun osaamisen tunnustamisesta (AHOT) tukea melko tai erittäin hyvin koki saaneensa 38 % (n=73) vastaajista. Vastaajista 35 % (n=60) kertoi, että ei ole hyödyntänyt aiemmin hankitun osaamisen tunnustamisen mahdollisuutta opinnoissaan.

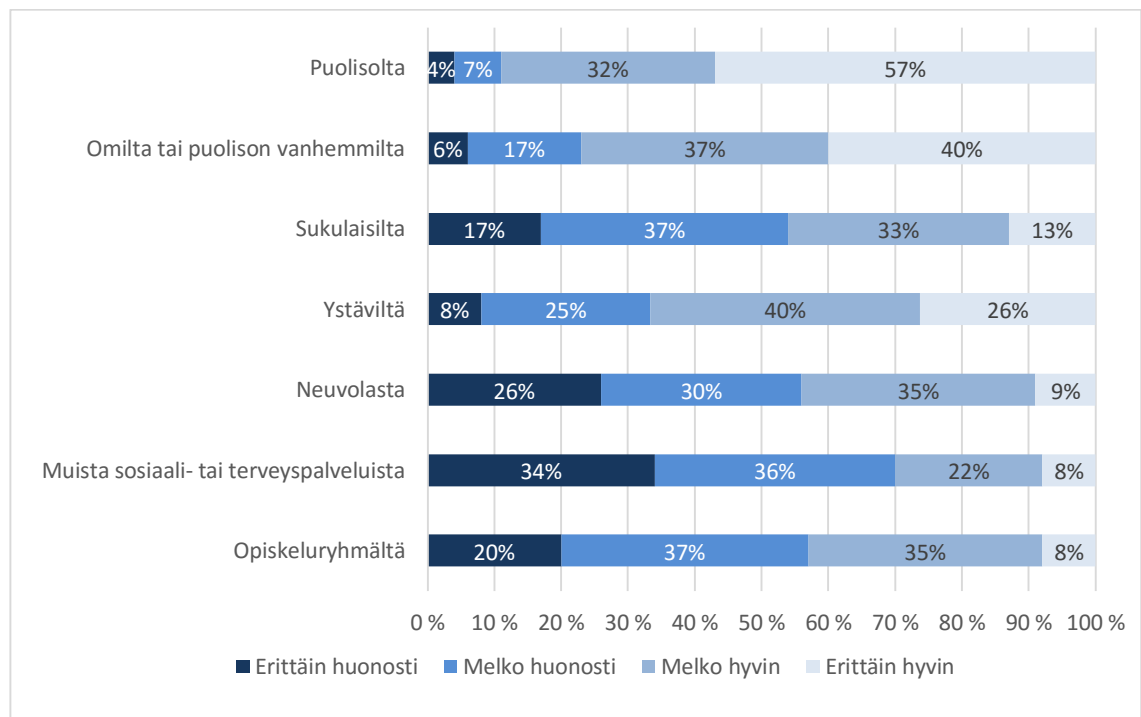
6.4.3 Muualta saatu tuki

Enemmistö vastaajista kertoi saavansa parhaiten tukea vanhemmuuteensa puolisoltaan (89 %, n=147) (Liite 2, kysymys 17). Kuviossa 8 on esitelty tarkemmin

vastauksien prosentuaalista jakautumista. Omilta tai puolison vanhemmilta tukea koki saavansa melko tai erittäin hyvin 77 % (n=134). Vastaajien kokemukset sukulaisilta saadusta tuesta jakoutuivat tasaisesti. Vastaajista 46 % (n=79) kertoi saavansa sukulaisiltaan tukea vanhemmuuteen melko tai erittäin hyvin, ja puolestaan 54 % (n=94) vastaajista koki saavansa sukulaisilta huonosti tukea.

Ystäviltä melko tai erittäin hyvin tukea kertoi saavansa 66 % (n=116) vastaajista. Vastaajista 43 % (n=69) oli sitä mieltä, että sai melko tai erittäin hyvin tukea vanhemmuuteensa opiskeluryhmältään, puolestaan 57 % (n=91) koki saavansa tukea melko tai erittäin huonosti.

Noin puolet vastanneista (56 %, n=85) koki saaneensa neuvolasta huonosti tukea vanhemmuuteensa, 44 % (n=67) piti neuvolasta saatua tukea melko tai erittäin hyvänä. Muista sosiaali- tai terveystalveluista 70 % (n=103) vastaajista koki saavansa melko tai erittäin huonosti tukea vanhemmuuteensa. Jostain muualta-vaihtoehdossa vastaajat (n=19) kertoivat saavansa tukea vanhemmuuteensa myös lasten päivähoitosta, työyhteisöltä sekä omista tai lasten harrastuksista.



Kuvio 8. Vanhemmuuteen saatu tuki (N = 177)

Seurakunnalta tukea melko tai erittäin hyvin koki saavansa 6 % (n=10) ja vastaavasti melko tai erittäin huonosti tukea koki saavansa 14 % (n=52) vastaajista (Liite

2, kysymys 18). Suurin osa (63 %, n=106) vastaajista kertoi, että ei käytä seurakunnalta saatuja palveluja.

6.5 Opiskelijavanhempien tuen kehittäminen

Vastaajilta kysyttiin millaista toimintaa, tukea tai palvelua he toivoisivat saavansa Saimaan ammattikorkeakoululta (Liite 2, kysymys 33). Taulukossa 3 on esitetty vastaajien kommenttien jakaantumista.

Enemmistö vastaajista toivoi Saimaan ammattikorkeakoulun kiinnostävän huomiota opintojen joustavuuteen ja aikataulujen suunnitteluun. Toivomuksia olivat muun muassa laadukkaampi opetus, selkeät kurssisisällöt sekä joustavuus läsnäolovaatimuksissa. Aikataulujen suunnitteluun toivottiin selkeyttä ja opetukseen käytettävän ajan tehostamista sekä sen ajoittamista niin, että opetusta ei olisi iltaisin kello neljän jälkeen. Itsenäinen työskentely, intensiivi- ja projektityöskentelyviikko toivottiin järjestettävän lasten lomien kanssa samaan aikaan. Kurssien suorittamiseen toivottiin monipuolisuutta, kuten etäopiskelumahdollisuutta verkkokurssien muodossa, tentittäviä opintokokonaisuuksia sekä mahdollisuutta käyttää joustavaa henkilökohtaista opintosuunnitelmaa (HOPS).

Opiskelijavanhemmat toivoivat tapaamisia muiden samassa tilanteessa olevien perheiden kesken, näin ollen heidän olisi mahdollista saada vertaistukea toisiltaan. Perheellisille järjestettävien tapahtumien toivottiin olevan lasten tai koko perheen tapahtumia, kuten esimerkiksi erilaisia liikuntaryhmiä, luontorastit sekä perhepäivät.

Lastenhoitopalveluita toivottiin järjestettävän lapsiparkin muodossa lyhytaikaisesti, esimerkiksi tentin tai oppitunnin ajaksi sekä pidempiaikaisesti kokopäiväisenä lastenhoitopalveluna. Muutama vastaaja ehdotti, että Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijat voisivat järjestää lapsiparkkitoimintaa osana harjoittelujaksoa tai kehittämistehtävää. Vastaajista 53 % (n=94) koki, että hyötyisi Saimaan ammattikorkeakoulun järjestämästä lastenhoitopalvelusta ja puolestaan 47 % (n=82) ei kokenut sille olevan tarvetta (Liite 3, kysymys 34).

Muita esille nousseita toiveita olivat oikeudenmukaisuus harjoittelupaikkojen jaossa, mahdollisuus ostaa kampuksen lounasravintoloista ruokaa mukaan kotiin

sekä tapahtumien parempaa markkinointia. Vastaajista 11 koki, ettei heillä ole tarvetta erilliselle Saimaan ammattikorkeakoulun järjestämälle toiminnalle, tuelle tai palveluille. Vastaajista 17 ei osannut sanoa ja 53 vastaajaa jätti vastaamatta kysymykseen.

Kommentteja yhteensä	Käsiteluokka	Alateema <i>(sulkeissa kommenttien määrä)</i>
75	Organisaation tuki	<ul style="list-style-type: none"> - Joustavuus opinnoissa (25) - Läsnäolovaatimukset (12) - Aikataulujen suunnittelua (17) - Opintojen suorittaminen (21)
20	Tapahtumat perheellisille	<ul style="list-style-type: none"> - Liikuntatapahtumat (6) - Lasten tapahtumat (6) - Perhetapahtuma (8)
19	Lapsiparkki	<ul style="list-style-type: none"> - Lasten hoitopalvelu (11) - Lyhytaikainen lastenhoitopalvelu esim. tenttien aikana (8)
16	Vertaistuki	
17	En osaa sanoa	
11	Ei tarvetta toiminnalle, tuelle tai palveluille	

Taulukko 3. Vastaajien toiveita Saimaan ammattikorkeakoululta saatavasta toiminnasta, tuesta ja palveluista (N = 125)

6.6 Tulosten yhteenveto

Vanhemmuuden koettiin vaikuttavan positiivisesti opinnoissa suoriutumiseen. Lasten kautta saatu elämäkokemus koettiin myös hyödyksi opinnoissa. Haasteellisena koettiin itsenäisen opiskelun suuri määrä. Itsenäiseen opiskeluun ei koettu olevan riittävästi aikaa, ja opiskelu painottui ilta- ja yöaikaan, jolloin lapset olivat nukkumassa. Vastaajien positiiviset ja negatiiviset kokemukset opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisestä olivat hyvin ristiriitaisia keskenään. Tuloksissa

kävi ilmi esimerkiksi, että osa vastaajista koki opiskeluaikana olevan enemmän aikaa perheelle, mutta sen koettiin myös vievän aikaa perheeltä.

Opiskelijat kokivat olevansa motivoituneita opiskelemaan, ja perheellisyys vaikutti positiivisesti opiskelumotivaatioon. Hyvinvointinsa opiskelijat kokivat pääasiassa hyväksi. Stressin ja väsymyksen koettiin vaikuttavan negatiivisesti hyvinvointiin. Unen laatua heikensivät itsenäisen opiskelun painottuminen ilta- ja yöaikaan, unihäiriöt sekä lasten yöheräily.

Taloudellisen tilanteensa opiskelijat kokivat pääsääntöisesti tyydyttäväksi. Rahan koettiin riittävän pakollisiin menoihin, mutta yllättäviin kustannuksiin varautuminen oli vaikeaa. Taloudellista tilannetta helpottivat puolison työssäkäynti ja asu-
miskustannusten jakaminen.

Saimaan ammattikorkeakoulun koettiin suhtautuvan positiivisesti perheellisiin opiskelijoihin. Opintoihin liittyvien tehtävien palautusaikojen suhteen oltiin melko joustavia, mutta läsnäolovaatimukset tuntuivat liian tiukoilta. Opiskeluun saatiin parhaiten tukea tuutoropettajalta ja muilta Saimaan ammattikorkeakoulun opettajilta. Opiskelijakunnalta ja opiskelijayhdistyksiltä saatiin vähiten tukea. Opiskelijayhdistysten järjestämälle toiminnalle, jossa huomioitaisiin paremmin perheelliset opiskelijat, oli kysyntää. Vanhemmuuteen saatiin parhaiten tukea omalta puolisoilta.

Opetuksen toivottiin olevan laadukkaampaa, monimuotoisempaa ja kurssien sisältöjen selkeämpiä. Lukujärjestysten suunnitteluun toivottiin selkeyttä ja opetuksen toteutuvan arkisin kello 8–16. Läsnäolovaatimukseen toivottiin joustavuutta, etenkin lapsen sairastumisen yhteydessä.

Perheellisille toivottiin omia tapahtumia, joissa heillä olisi mahdollisuus tutustua muihin perheellisiin opiskelijoihin. Tapahtumien toivottiin olevan liikunta-, perhe- tai lastentapahtumia. Tapahtumia voisivat järjestää esimerkiksi Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta ja -yhdistykset. Saimaan ammattikorkeakoulun yhteyteen toivottiin järjestettävän lastenhoitopalvelu.

7 Pohdinta

7.1 Tulosten tarkastelua

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kokemuksia opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisestä sekä kartoittaa heidän saamansa tukea. Saamamme tulokset opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisestä ovat samansuuntaisia kuin muissa aiheesta tehdyissä opinnäytetyöissä (Ihannus & Ihannus 2012; Murto & Viinamäki 2013) ja tutkimuksessa (Ali-Löytty 2009).

Ristiriitoja opiskelijavanhemmat kokivat ajanhallintaan liittyvissä tekijöissä. Toisaalta opiskelun koettiin tuovan enemmän aikaa perheelle, mutta sen koettiin myös vievän aikaa perheeltä. Itsenäisen opiskelun suuri määrä, joka usealla opiskelijavanhemmalla painottui ilta- ja yöaikaan vaikuttaa todennäköisesti siihen, että käytettävissä oleva aika koettiin riittämättömänä. Aikaa ei koettu riittävän perheelle, mikä aiheutti syyllisyyden tunteita opiskelijavanhemmissa. Ihannus & Ihannus (2012) saivat opinnäytetyössään samankaltaisia tuloksia. Heidän opinnäytetyönsä tuloksissa kävi myös ilmi, että perheellisyys on lisännyt opiskelumotivaatiota sekä opiskelutehokkuutta. Nämä tekijät nousivat esiin myös tässä opinnäytetyössä.

Opinnäytetyön tuloksista kävi ilmi, että enemmistö opiskelijavanhemmista kokee opiskeluun liittyvän työmäärän sopivana. Itsenäisen opiskelun aiheuttama stressi koettiin kuitenkin kuormittavana. Murto & Viinamäki (2013) ovat saaneet opinnäytetyössään päinvastaisia tuloksia kuormittavuudesta. Heidän opinnäytetyössään enemmistö koki opiskelun kuormittavana. Ero voidaan osin selittää oppilaitosten käytäntöjen eroavaisuuksilla. Kuormituksen kokemiseen voi vaikuttaa todennäköisesti myös vastanneiden opiskelijavanhempien lasten iät, sillä mitä nuorempi lapsi on sitä enemmän hän tarvitsee vanhemman aikaa ja huolenpitoa. Opiskelijavanhempien itsenäisen opiskelun kuormittavuutta saattaisi olla mahdollista vähentää esimerkiksi niin, että lukujärjestyksiin olisi varattu aikaa tehtävien suorittamiselle koulupäivän aikana. Näin myös illoista vapautuisi enemmän aikaa perheelle, ystäville sekä harrastuksille. Olisi mielenkiintoista tietää hyödyntäisivätkö

opiskelijavanhemmat tällaista mahdollisuutta vai siirrettäisiinkö itsenäinen opiskelu jatkossakin ilta- ja yöaikaan.

Opintojen sisältö sekä läsnäolovaatimukset eroavat eri koulutusaloilla. Olisi ollut mielenkiintoista tutkia tarkemmin eroja eri koulutusalojen välillä. Tulosten analysointia vaikeutti kuitenkin se, että selvä enemmistö vastaajista oli sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan opiskelijoita. Sosiaali-, terveys- ja liikunta-alalla työharjoitelluita on useammin kuin muilla koulutusaloilla, mikä varmasti tuo lisää haasteita esimerkiksi lastenhoidon järjestämiseen. Kommentteista nousi esille myös se, että lapsen sairastuessa työelämässä voi omalla ilmoituksella jäädä kotiin hoitamaan lasta, mutta läsnäolopakolliselle luennolle on silti tultava. Saman käytännön tuomista Saimaan ammattikorkeakouluun voitaisiin mahdollisesti kokeilla. Opiskelijavanhempien kohdalla voisi kokeilla joustoa niin, että poissaolon pystyisi korvaamaan erillisellä tehtävällä.

Opinnäytetyön kyselyyn vastanneista opiskelijavanhemmista vain 36 % kertoi työskentelevänsä opiskelujen ohella, mikä on hieman yllättävää, sillä opiskelijavanhemmat kokivat olevansa melko tyytyväisiä taloudelliseen tilanteeseensa. Ali-Löytyn (2009) tutkimuksessa kävi ilmi, että ne opiskelijavanhemmat, joiden puoliso oli työelämässä, eivät kokeneet ongelmia perheen taloudellisessa tilanteessa. Opinnäytetyöhömmme vastanneista 75 % kertoi heidän puolisonsa olevan tällä hetkellä työssäkäyvä, jolla voidaankin selittää taloudellisen tilanteen kokemista melko hyvänä. Kelalta saaduista tuista koettiin olevan hyötyä taloudellisesti, mutta ne yksin vaikuttavat kuitenkin olevan riittämätön tulonlähde. Opiskelijavanhemmat saavat lapsetonta opiskelijaa enemmän taloudellista tukea Kelalta, mutta heidän menonsa ovat yleensä myös suurempia. Opiskelijavanhempien taloudellisen tuen lisäämisestä on käyty keskustelua ja esimerkiksi Euroopan komissio on ottanut kantaa taloudellisen tuen lisäämisen puolesta. Tutkia lisäämällä mahdollistettaisiin opiskelijavanhempien päätoiminen opiskelu ja sitä kautta valmistuminen aikataulussa.

Opinnäytetyössä kävi ilmi, että opiskelijavanhemmat kokivat opettajien olevan tärkein tuen lähde Saimaan ammattikorkeakoulussa. Myös opiskeluryhmän tuki koettiin tärkeäksi opintojen etenemisen näkökulmasta. Esimerkiksi ryhmätehtä-

vistä suoriutuminen on helpompaa, kun opiskeluryhmässä vallitsee hyvä yhteishenki ja kaikki tulevat toimeen keskenään. Oppilaitoksen viihtyvyys sekä hyvä opiskeluryhmä tukevat opiskelijavanhempien opinnoissa suoriutumista.

Saaduista tuloksista selvisi, että suurin osa opiskelijavanhemmista ei käyttänyt opiskelijakunnan tai -yhdistysten palveluita. Tähän vaikutti todennäköisesti se, että opiskelijavanhemmat eivät kokeneet saavansa opiskelijajärjestöiltä heidän tarpeitaan vastaavaa palvelua tai toimintaa. Perheellisille opiskelijoille suunnatulle toiminnalle ja tapahtumille olisi ollut kuitenkin kysyntää. Näin opiskelijavanhemmille olisi mahdollisuus tutustua muihin samassa tilanteessa oleviin ja saada vertaistukea opintojen ja perheen yhdistämisessä. Monipuolisten opiskelijapalvelujen ja -tapahtumien avulla opiskelijakunnat ja -yhdistykset saisivat varmasti lisää jäseniä.

Noin puolet opiskelijavanhemmista koki lastenhoitopalvelulle olevan tarvetta. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijajärjestöjen olisi mahdollista olla mukana luomassa lastenhoitopalvelua Saimaan ammattikorkeakoulun yhteyteen, kuten Helsingin yliopistossa ja Satakunnan ammattikorkeakoulussa on järjestetty. Lastenhoitopalvelun järjestämisessä voitaisiin myös hyödyntää Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoita esimerkiksi osana heidän harjoittelujaksossa tai kehittämistehtävässä. Opiskelijavanhemmat hyötyisivät erityisesti lyhytaikaisesta lastenhoitopalvelusta esimerkiksi tentin tai yksittäisen oppitunnin ajaksi. Vastauksista ilmeni myös se, että opiskelijavanhemmat käyttäisivät esimerkiksi Salutin palveluita mahdollisesti enemmän, jos lapsen voisi jättää käynnin ajaksi lapsiparkkiin. Opiskelijavanhemmat toivoivat Salutilta myös enemmän toimintaa, johon he voisivat tuoda myös lapsensa mukaan.

Muilta tahoilta saadusta tuesta, parhaiten tukea koettiin saavan vanhemmuuteen ja opinnoissa suoriutumiseen puolisolta sekä omilta ja puolison vanhemmilta. Puolison merkitys sosiaalisena tukijana oli korostunut myös Ihanuksen & Ihanuksen (2012) opinnäytetyössä. Yllättävää oli, että vain harva koki saavansa sukulaisilta riittävästi tukea, 54 % vastaajista kertoi saavansa huonosti tukea muilta sukulaisilta vanhemmuuteensa. Samansuuntaisia tuloksia saivat opinnäytetyössään myös Murto & Viinamäki (2013). Sukulaisilta saatua huonoa tukea perusteltiin tässä kyselyssä sillä, että esimerkiksi sisaruksilla on myös omia lapsia sekä

kiirettä, jonka vuoksi heillä ei ollut aikaa. Sukulaiset voivat asua myös toisella paikkakunnalla, eikä heidän kanssaan välttämättä olla niin paljon tekemisissä, mikä saattaa vaikuttaa tuen kokemiseen.

7.2 Luotettavuus ja eettiset näkökohdat

Opinnäytetyön tutkimusmateriaali kerättiin sähköisenä Webropol-kyselynä kohderyhmään kuuluvilta Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoilta. Riskinä sähköisissä kyselyissä on, että lomakkeen kysymykset eivät ole tarpeeksi hyvin muotoiltuja, mikä saattaa johtaa vääriin tulkintoihin ja näin ollen virheellisiin tuloksiin. Ennen kyselyn julkaisua kyselylomake esiteltiin kolmella Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijavanhemmalla, jonka jälkeen se muokattiin saadun palautteen mukaan, jotta lomake vastaisi mahdollisimman hyvin tutkimuskysymyksiin. Sähköisen kyselyn etuina voidaan ajatella olevan, että se mahdollistaa laajan otannan ja sen avulla kerätty tutkimusmateriaali mahdollistaa vastaajan nimettömänä pysymisen. Anonyymiyden säilyminen on eettisyyden näkökulmasta merkittävää, sillä opinnäytetyömme käsitteli useita sensitiivisiä aiheita.

Reliabiliteetilla ilmaistaan, miten luotettavasti mittari kertoo mitattavasta ilmiöstä ja sitä, miten hyvin mittaustulokset ovat toistettavissa (Heikkilä 2014, 178). Kyselyyn vastasi 178 vastaajaa, mikä on opinnäytetyön mittakaavassa laaja otanta. Vastaajamäärä ylitti reilusti myös asettamamme tavoitteen, mihin olemme erittäin tyytyväisiä. Suureen vastaajamäärään vaikutti todennäköisesti aiheen ajankohtauus. Myös kyselyn markkinointi oli onnistunutta ja se tavoitti kohderyhmän. Vaikka saamamme aineisto onkin laaja, sen yleistettävyyttä on vaikea arvioida, sillä Saimaan ammattikorkeakoulussa ei ole rekisteriä perheellisistä opiskelijoista, joten vastaajaprosenttia emme pysty laskemaan. Yleistettävyyteen, eettisyyteen ja luotettavuuteen vaikuttavat myös vastaajien ominaisuudet, kuten se, onko suurin osa vastaajista opiskelijoita, jotka haluavat vaikuttaa asioihin ja jättävätkö tilanteeseensa tyytyväiset opiskelijat kokonaan vastaamatta kyselyyn.

Kyselylomakkeeseen ei määritelty pakollisia kysymyksiä, minkä vuoksi vastaajat jättivät vastaamatta osaan kysymyksistä. Tämä ilmeni vastaajamäärien vaihteluna kysymysten välillä, mikä voi vaikuttaa tulosten luotettavuuteen. Eettisestä

näkökulmasta katsottuna oli parempi jättää kysymyksiin vastaaminen vapaaehtoiseksi, jolloin vastaajat saivat halutessaan jättää kiusallisiin kysymyksiin vastaamatta. Eniten tämä näkyi avointen kysymysten kohdalla, joihin useat vastaajat olivat jättäneet vastaamatta. Tulosten luotettavuutta lisää kuitenkin se, että saadut vastaukset ovat samassa linjassa aiemmin tehtyjen opinnäytetöiden ja tutkimusten kanssa.

Tuloksien vertailusta teki hankalaa vastaajien sukupuolen sekä koulutusalojen epätasainen jakautuminen. Tuloksia tarkastellessa esimerkiksi ilmeni, että vastaajista valtaosa oli naisia (90 %), mikä vaikeutti naisten ja miesten kokemusten välistä vertailua. Koulutusalojen perusteella tuloksia vertaillaessa sama ongelma toistui, sillä enemmistö vastaajista (75 %) opiskeli sosiaali-, terveys- ja liikunta-alalla.

Validiteetilla ilmaistaan sitä, miten hyvin käytetty mittaristo mittaa tutkittavaa ilmiötä (Heikkilä 2014, 177). Saimme vastaukset kaikkiin tutkimuskysymyksiimme mittarin eli tässä opinnäytetyössä kyselylomakkeen avulla. Kyselylomakkeen avulla saatujen tulosten voidaan siis näin ollen olettaa olevan valideja. Muutamien kysymysten kohdalla muotoiluun olisi kuitenkin voinut kiinnittää paremmin huomiota. Esimerkiksi lasten ikien kysyminen avoimena kysymyksenä oli huono valinta, sillä saatujen vastausten analysointi oli hankalaa, minkä vuoksi kysymys päätettiin jättää kokonaan analysoimatta. Kelan tuista kysyttäessä kysymykseen olisi voinut liittää jatkokysymyksen siitä, kokevatko vastaajat Kelalta saamansa taloudellisen tuen riittävänä.

Meillä tutkimuksen tekijöinä ei ole henkilökohtaista kokemusta valitsemastamme tutkimusaiheesta, joten tarkastelimme aihetta täysin objektiivisesta näkökulmasta. Koimme tämän olevan etu saatuja tutkimustuloksia tarkastellessa. Noudatimme Saimaan ammattikorkeakoulun opinnäytetyön virallisia kirjoittamisohjeita koko prosessin ajan. Prosessi kesti kaksi vuotta, mikä lisää opinnäytetyön luotettavuutta, sillä se on laadittu huolella ja pitkän ajan kuluessa. Opinnäytetyöprosessin aikana aiheeseemme liittyen on ilmestynyt uutta tietoa, joka on pyritty ottamaan huomioon opinnäytetyössämme. Lähteitä on pyritty käyttämään monipuolisesti ja ne on päivitetty ajan tasalle. Opinnäytetyö toteutettiin metodologisen triangulaation avulla eli käytimme kahta eri tutkimusmenetelmää, kvalitatiivista ja

kvantitatiivista, jolloin pystyimme saamaan monipuolisemmin tietoa vastaajilta (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 75). Opinnäytetyön luotettavuutta lisää myös se, että aineistoa säilytettiin ohjeiden mukaisesti sen käsittelyn ajan, jonka jälkeen se hävitettiin asianmukaisesti.

7.3 Jatkotutkimusaiheet

Tämän opinnäytetyön aihetta voisi tarkastella eri näkökulmasta sekä tarkastella esimerkiksi työn ja vanhemmuuden yhdistämistä. Kyseistä aihetta on tutkittu enemmän kuin opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämistä. Kvalitatiivista tutkimusmenetelmää käyttäen voitaisiin saada tarkempaa tietoa haastatteleamalla opiskelijavanhempia ja siten selvittää heidän kokemuksiaan opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisestä. Aihetta voisi tutkia myös suuremmalla otannalla, jolloin tuloksista saataisiin yleistettävämpiä.

Tutkimustamme hyödyntäen olisi mahdollista tehdä myös toiminnallinen opinnäytetyö, esimerkiksi oppaan muodossa. Oppaassa voisi olla tietoa tapahtumista ja palveluista opiskelijavanhemmille, erilaisia ohjeita opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämiseen sekä tukimuotoja, joita oppilaitos järjestää perheellisille opiskelijoille.

7.4 Oma oppimisprosessi

Aiheemme on ajankohtainen sekä hyödynnettävissä, tämä oli tavoitteena heti alusta saakka. Halusimme tehdä opinnäytetyön, joka jollain tavalla liittyy terveydenhoitajan työhön ja lapsiin. Idean lopullisesta aiheesta saatiin puolivahingossa eräältä opiskelijavanhemmalta.

Pitkä opinnäytetyöprosessi toi mukanaan omia haasteita, mutta kokonaisuutena prosessi sujui hyvin. Suunnitelmavaiheessa teorettinen viitekehys rajautui jomelko selkeäksi. Prosessin aikana olemme muokanneet sitä tarkoitusta vastavammaksi, mutta pääasiat ovat säilyneet koko ajan samana. Työstämiseen haasteita lisäsi myös kolme tekijän aikataulujen ja erilaisten ajattelutapojen yhteensovittaminen. Opinnäytetyön työstämistä helpotti se, että jaoimme teoriaosuudet työn alkuvaiheessa. Samoin teimme aineiston analysoinnin sekä pohdintaosuu-

den kanssa. Tiedonkeruuvaihetta hankaloitti se, että tutkimustietoa aiheesta löytyi niukasti. Viimeistelyvaiheessa kävimme koko tuotoksen yhdessä läpi. Analysointiin haastetta toivat myös sekä kvantitatiivisen että kvalitatiivisen menetelmän käyttö, mutta koemme sen myös etuna, koska saimme kokemusta molempien menetelmien käytöstä. Opinnäytetyöprosessi on kehittänyt myös ryhmätyö- ja organisointitaitojamme. Olemme myös oppineet lisää tiedonhakuprosessista sekä erityisesti haetun tiedon kriittisestä tarkastelusta.

Saatuja tuloksia ja kerättyä teoretietoa pystymme hyödyntämään myös tulevaisuudessa terveydenhoitajan työssä. Suomen tämän hetkinen huono työllisyystilanne lisää todennäköisesti perheellisten kouluttautumista. Opinnäytetyön avulla saadun tiedon avulla pystymme tarjoamaan opiskelua suunnitteleville vanhemmille tukea sekä tietoa. Opinnäytetyömme on korostanut perheen merkitystä yksilön voimavarana, mihin ei kuitenkaan meidän kokemuksemme pohjalta kiinnitetä kovinkaan paljon huomiota työelämässä. Opinnäytetyömme ansiosta huomioimme todennäköisesti enemmän myös perheen merkitystä yksilön hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä.

Kuviot

Kuviot 1. Opiskelukykymalli, s. 8

Kuviot 2. Vastaajien ikäjakauma, s. 22

Kuviot 3. Opiskelijan koulutusala, s. 23

Kuviot 4. Opiskelumotivaation kokeminen, s. 28

Kuviot 5. Vastaajien kuukausitulot, s. 31

Kuviot 6. Kelalta saadut tuet, s. 32

Kuviot 7. Saimaan ammattikorkeakoululta saatu tuki, s. 33

Kuviot 8. Vanhemmuuteen saatu tuki, s. 34

Taulukot

Taulukko 1. Vastaajien positiivisia kokemuksia perhe-elämän ja opiskelun yhteensovittamisesta, s. 25

Taulukko 2. Vastaajien negatiivisia kokemuksia perhe-elämän ja opiskelun yhteensovittamisesta, s. 27

Taulukko 3. Vastaajien toiveita Saimaan ammattikorkeakoululta saatavasta toiminnasta, tuesta ja palveluista, s. 36

Lähteet

Aikuiskoulutus 2014. http://www.aikuis-koulutus.fi/Aikuiskoulutus__d3115.html.
Luettu 16.10.2014.

Ali-Löytty, A. 2009. Opiskelijavanhemmuuden ristiriidat. Tampereen yliopisto. Sosiaalitutkimuksen laitos. Pro gradu-tutkielma. <http://tam-pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/80659/gradu03608.pdf?sequence=1>. Luettu 28.02.2016.

Annala, J. 2009. Henkilökohtainen opintojen suunnittelu ammattikorkeakou-lussa. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulujen julkaisuja B:18. Toimittanut Lätti, M. & Putkuri, P. Jyväskylä: Kopiojyvä Oy.

Ansala, J. 2011. Korkeakoululiikunta edistää opiskelukuntaa. Teoksessa Komu-lainen, A., Kunttu, K., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell Oy, 143-144.

Bohm, H. Fysioterapeutti. Saimaan ammattikorkeakoulu. Lappeenranta.
14.03.2016. Henkilökohtainen tiedonanto.

Chydenius 2016. Kokkolan yliopistokeskus. Opiskelu, työ ja perhe. <https://www.chydenius.fi/opiskelijaportaali/hyvinvointi/opiskelu-tyo-ja-perhe>. Lu-
ettu 05.02.2016.

Cornell University 2016. Students with children. <http://studentswithfamilies.cor-nell.edu/>. Luettu 28.02.2016.

Esteetön opiskelu korkea-asteen oppilaitoksissa 2011. ESOK- hanke 2006-
2011. <http://www.esok.fi/esok-hanke>. Luettu 09.03.2016.

Euroopan parlamentti 2007. Opiskelun ja perheen yhteensovittaminen.
<http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?pubRef=-%2F%2FEP%2F%2FNONSGML%20IM-PRESS%2020070615IPR07885%200%20DOC%20PDF%20V0%2F%2FFI&lan-guage=FI>. Luettu 28.02.2016.

Hannula, R-L. & Mikkola, O. 2011. Uni ja opiskelukyky. Teoksessa Komulainen, A., Kunttu, K., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell Oy, 203-205.

Heikkilä, T. 2010. Tilastollinen tutkimus. 7.- 8. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. 9. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

HYY 2011. Helsingin yliopiston ylioppilaskunta. Hyy'n lapsiparkki. <https://hyy.hel-sinki.fi/fi/opiskelijalle/hyvinvointi-vapaa-aika/hyy-lapsiparkki>. Luettu:
09.03.2016

Ihanus, A. & Ihanus, S. 2012. "...AIKAMOISTA NUORALLATANSSIA VÄLILLÄ...". Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun perheellisten terveystieteen opiskelijoiden opinnoissa jaksaminen. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/47980/OPINNAYTETYO%2013.9.pdf?sequence=1>. Luettu: 08.03.2016

Invalidiliitto 2008. Psyykkistä tukea tarvitsevan opiskelijan opetus ja ohjaus ammatillisessa oppilaitoksessa. Opas opettajille ja opiskelijahuollon työntekijöille. http://www.validia-ammattiotisto.fi/wp-content/uploads/2014/04/Psyykkinen_tuki.pdf. Luettu 03.02.2016.

Jalaistus, T. 2012. Opiskelijoiden kokemuksia äitiyden ja opiskelun yhdistämisestä. Laurea ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/40586/ONT_tiina_jalaistus_.pdf?sequence=1. Luettu 12.03.2016.

Juvakka, T. & Kylmä, J. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kela 2015a. Kansaneläkelaitos. Opiskelijalle. <http://www.kela.fi/opiskelijat>. Luettu 05.02.2016.

Kela 2015b. Kansaneläkelaitos. Opintoraha, määrä. http://www.kela.fi/opintoraha_maara. Luettu 26.02.2016.

Kela 2015c. Kansaneläkelaitos. Asumislisä, Kenelle? http://www.kela.fi/asumislisa_kenelle. Luettu 05.02.2016.

Kela 2015d. Kansaneläkelaitos. Yleinen asumistuki. <http://www.kela.fi/yleinen-asumistuki?inheritRedirect=true>. Luettu 05.02.2016.

Kela 2015e. Kansaneläkelaitos. Yleinen asumistuki. Määrä ja verotus. http://www.kela.fi/yleinen-asumistuki_maara-ja-verotus. Luettu 05.02.2016.

Kela 2015f. Kansaneläkelaitos. Äitiysavustus. <http://www.kela.fi/aitiysavustus>. Luettu 05.02.2016.

Kela 2015g. Kansaneläkelaitos. Äitiysraha. <http://www.kela.fi/aitiysraha>. Luettu 05.02.2016.

Kela 2015h. Kansaneläkelaitos. Vanhempainraha. <http://www.kela.fi/vanhempainraha>. Luettu 5.2.2016.

Kela 2015i. Kansaneläkelaitos. Isyysraha. <http://www.kela.fi/isyysraha>. Luettu 05.02.2016.

- Kela 2015j. Kansaneläkelaitos. Vanhempainrahojen määrä.
<http://www.kela.fi/vanhempainpaivarahat-maara-ja-maksaminen>. Luettu 05.02.2016.
- Kela 2015k. Kansaneläkelaitos. Lapsilisän määrä ja maksaminen.
<http://www.kela.fi/lapsilisa-maara-ja-maksaminen>. Luettu 08.03.2016.
- Kela 2015l. Kansaneläkelaitos. Muutoksia Kelan etuuksiin vuonna 2016.
<http://www.kela.fi/-/muutoksia-kelan-etuuksiin-vuonna-2016?inheritRedirect=true>. Luettu 29.01.2016.
- Kela 2016. Kansaneläkelaitos. Vanhempainraha työntekijälle.
<http://www.kela.fi/vanhempainpaivarahat-tyontekijalle>. Luettu 29.02.2016.
- Kiiskinen, E. & Pekkanen, M. 2010. Mihin eksyi haikara? Yliopisto-opiskelijoiden mielteitä perheen perustamisesta. Tampereen ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Terveystutkimuksen suuntautumisvaihtoehto. Opinnäytetyö.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/21231/pekkanen_mari.pdf?sequence=1. Luettu 12.03.2016.
- Kunttu, K. 2004. Oireilevan opiskelijan viesti? Tutkimuksia Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2000 –aineistosta. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 63. Kela 2004. Helsinki: Edita Prima oy.
- Kunttu, K. 2011. Opiskelukyky. Teoksessa Komulainen, A., Kunttu, K., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell Oy, 34-35.
- Kunttu, K. & Puusniekka, R. 2011. Miltä suomalaisten opiskelijoiden opiskelukyky näyttää tutkimusten valossa? Teoksessa Komulainen, A., Kunttu, K., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell Oy, 36-40.
- Kunttu, K. & Miettinen, I. 2011. Korkeakouluopiskelijoiden liikunta. Teoksessa Komulainen, A., Kunttu, K., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell Oy, 198- 201.
- Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2009a. Työ, perhe ja hyvinvointi. Teoksessa Ahlström, S., Karvonen, S. & Lammi-Taskula, J. (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki: Yliopiston kirjapaino. <http://julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1#page=39>. Luettu 10.02.2016.
- Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2009b. Työnjako ja tyytyväisyys parisuhteeseen pikkulapsiperheissä. Teoksessa Ahlström, S., Karvonen, S. & Lammi-Taskula, J. (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Helsinki: Yliopiston kirjapaino. <http://julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1#page=39>. Luettu 10.02.2016.
- Manninen, M. 2011. Opiskelijaruokailu. Teoksessa Komulainen, A., Kunttu, K., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell Oy, 138- 143.

- Martikainen, M. 2014. Ohje Soteekin lapsiparkkitoiminnan suunnitteluun. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/77508/Martikainen_Marissa.pdf?sequence=1. Luettu 08.03.2016.
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2008. Milloin on lapsen aika? Lastenhankinnan toiveet ja esteet. Perhebarometri 2008. Väestöntutkimuslaitos katsauksia E34. http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/julkaisut/perhebarometri/. Luettu 09.03.2016.
- MLL 2016a. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Kasvatus ja kasvatustietoisuus. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/kasvatuksen_tapoja/. Luettu 27.02.2016.
- MLL 2016b. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Mistä apua? Huolia ja kriisejä. Vanhempainnetti. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/kipupisteita/mista_apua/. Luettu 27.02.2016.
- Murto, R. & Viinamäki, S. 2013. Vanhemmuuden ja opiskelun yhteensovittaminen. Alle kouluikäisten lasten vanhempien kokemuksia Seinäjoen ammattikorkeakouluopiskelijoiden näkökulmasta. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/67522/Vanhemmuuden%20ja%20opiskelun%20yhteensovittaminen.pdf?sequence=1>. Luettu 12.03.2016.
- Mäenpää, M. 2008. "Laajempi ystäväpiiri-kevyempi mieli?" Yliopisto-opiskelijoiden sosiaalinen tuki ja positiivinen mielenterveys. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Pro gradu-tutkielma. http://www.yths.fi/filebank/592-Maenpaa_M_pro_gradu_Laajempi_ystavapiiri_.pdf. Luettu 27.02.2016.
- Nissinen, E. 2006. Outo lintu opiskelijana ja perheellisenä, perheellisen korkeakouluopiskelijan ja hänen perheensä ongelmia toimeentuloturvassa. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu-tutkielma. https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12863/URN_NBN_fi_jyu-2006378.pdf?sequence=1. Luettu 12.03.2016.
- New York University 2016. Student with children. <http://www.nyu.edu/clubs/studentswithchildren/>. Luettu 09.03.2016.
- Opettajatuutorin käsikirja 2013. Saimaan ammattikorkeakoulu.
- Opintopolku 2014. Nuorten AMK-tutkinnot. <https://opintopolku.fi/wp/fi/ammattikorkeakoulu/kevaan-2014-haut/nuorten-amk-tutkinnot/>. Luettu 16.10.2014.
- Opintotukilaki 1994/65.
- Opintotukilaki 2004/345.
- Opiskelijan ohjaus ja opiskelijatuutorointi. Saimaan ammattikorkeakoulu.
- Opiskelijaterveys. 2011. Duodecim. Toim. Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. Porvoo: Bookwell Oy.

Opiskelijatutkimus. 2014. Korkeakouluopiskelijoiden toimeentulo ja opiskelu. Opetus ja kulttuuriministeriö. Opetus ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2014:10. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2014/liitteet/okm10.pdf?lang=fi>. Luettu 28.02.2016.

Paajanen, P. 2005. Eri teitä vanhemmuuteen – kaksikymppisenä ja kolmekymppisenä lapsen saaneiden näkemyksiä perheellistymisestä ja vanhemmuudesta. Perhebarometri 2005. Väestötutkimuslaitos katsauksia E24. http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/e6c1886d5569b122591cda485daa4e5e/1456661447/application/pdf/4953164/Perhebarometri%202005_web.pdf. Luettu 28.02.2016.

Panzar, E. 2007. Yliopisto-opiskelijoiden opiskelumotivaatio ja sen edistäminen. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu-tutkielma. <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/78185/gradu01961.pdf?sequence=1>. Luettu 27.02.2016.

Repo, S., Ruokolainen, O. & Vuoksenranta S. 2014. Kuinka avoimen yliopiston opiskelija yhdistää opiskelun, työn ja perheen. Aikuiskasvatus 34(2014):4, 259-268. <http://ezproxy.saimia.fi:2131/se/a/0358-6197/34/4/kuinkaav.pdf>. Luettu 28.02.2016

Saimaan ammattikorkeakoulu 2014a. Esittely. <http://www.saimia.fi/fi-FI/esittely>. Luettu 24.02.2016.

Saimaan ammattikorkeakoulu 2014b. Opintosuoritukset ja arviointi. <http://www.saimia.fi/fi-FI/opiskelu/info/opintosuoritukset-ja-arviointi>. Luettu 24.02.2016.

Saimaan ammattikorkeakoulu 2014c. Seurakuntien opiskelijatoiminta. <http://www.saimia.fi/fi-FI/opiskelu/opiskelua-tukeva-toiminta/seurakuntien-opiskelijatoiminta>. Luettu 24.02.2016.

Saimaan ammattikorkeakoulu 2016a. Opiskelijatoiminta. <http://www.saimia.fi/fi-FI/opiskelu/opiskelijatoiminta>. Luettu 03.02.2016.

Saimaan ammattikorkeakoulu 2016b. Opiskelijalle. Lomakkeet. <http://www.saimia.fi/fi-FI/opiskelu/lomakkeet>. Luettu 21.03.2016.

Saimaan ammattikorkeakoulu 2016c. Opintososiaaliset asiat. Opiskeluterveydenhuolto. <http://www.saimia.fi/fi-FI/opiskelu/opintososiaaliset-asiat/opiskeluterveydenhuolto>. Luettu 03.02.2016.

SaLUT 2016. Saimaan korkeakoululiikunta. <http://www.salut.fi/fi/>. Luettu 09.03.2016.

SAMMAKKO 2016. Satakunnan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta. SAMMAKKO:n ja Soteekin yhteistyösopimuksella etuja perheellisille SAMMAKKO:n jäsenille. http://www.sammakko.fi/index.php?option=com_content&view=article&id=440:sammakko-ja-soteekin-yhteistyosopimuksella-etuja-perheellisille-sammakko-jasenille&catid=69:kategoria-suomi&Itemid=176&lang=fi. Luettu 28.02.2016

Siro, E. & Valkonen, J. 2015. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu opiskelijoiden perheystävällisen opiskelun tarpeet ja muodot. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/94052/Elisa_Siro.pdf?sequence=1. Luettu 08.03.2016

Schmitt, F. 2003. Riittävän hyvä vanhemmuus. Teoksessa Sinkkonen J. (toim.) Pesästä lentoon, kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY, 298-326.

STM 2004. Sosiaali- ja terveysministeriö. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena: opas työntekijöille. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114371/Opp200414.pdf?sequence=1>. Luettu 07.02.2016.

STM 2013. Sosiaali- ja terveysministeriö. Lapsi- ja perhepolitiikka Suomessa. Esitteitä 9(2013). https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104415/URN_ISBN_978-952-00-3374-3.pdf?sequence=1. Luettu 09.03.2016.

Sutela, H. 2012. Aikuisuuteen siirtymisen ehdot ovat muuttuvat. Tilastokeskuksen hyvinvointikatsaus 1/2012. http://www.stat.fi/artikkelit/2012/art_2012-03-12_010.html. Luettu 09.03.2016.

SYL 2014. Suomen ylioppilaskuntien liitto. Kyky-projekti. <http://www.opiskelukyky.fi/tietoa/>. Luettu 03.02.2016.

THL 2015. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Hyvinvointi. <https://www.thl.fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>. Luettu 10.02.2016.

Tilastokeskus 2016. Tietoa tilastoista – Käsitteet ja määritelmät - Opiskelija. <http://www.stat.fi/meta/kas/opiskelijat.html>. Luettu 03.02.2016.

University of Michigan 2008. Students with children. <http://www.studentswithchildren.umich.edu/>. Luettu 28.02.2016.

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 3§ 2009/380.

Virtala, A. 2007. Family planning among university students in Finland. Tampereen yliopisto. Lääketieteen laitos. Väitöskirja. <http://tam-pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67708/978-951-44-6888-9.pdf?sequence=1>. Luettu 12.03.2016.

Virtala, A. 2011. Perheelliset opiskelijat. Teoksessa Komulainen, A., Kunttu, K., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell Oy, 16-17.

Vedenoja, R. 2015. ”Kuitenkin se tärkein juttu, et opiskelevaa äitiä/isää tuettais” Opas vanhemmuuden ja opiskelun yhdistämisestä. Centria ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/89457/Vedenoja_Riikka.pdf?sequence=1. Luettu 08.03.2016

Väestöliitto 2007. Perhe kannattaa. Perhepoliittinen ohjelma. http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/7b1802d89fd7f4bddb5e2fc38e3342b/1458152956/application/pdf/263809/PP-ohjelma_nettiversio.pdf Luettu 09.03.2016.

Väestöliitto 2016a. Perheystävällisesti töissä hanke 2014- 2018. <http://www.vaestoliitto.fi/perhe-ja-tyo/tietoa-hankkeesta/>. Luettu 12.03.2016.

Väestöliitto 2016b. Maailman paras syy- kampanja. <http://www.parassyy.fi/>. Luettu 12.03.2016

Äitiysneuvolaopas. 2013. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Toim. Klementti, R. & Hakulinen-Viitanen, T. Tampere: Juves Print-Suomen Yliopistopaino Oy.



Kysely- Opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisestä

Sosiaali- ja terveysala

SAATE

Hei!

Olemme terveydenhoitajaopiskelijoita Saimaan ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä, jossa kuvaamme opiskelijoiden kokemuksia opiskelun ja vanhemmuuden yhteensovittamisesta. Kohderyhmänämme ovat kaikki Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijat, joilla on 0-12 -vuotiaita lapsia. Tutkimuksen avulla pyritään saamaan perheellisen opiskelijan ääni kuuluviin. Tutkimuksesta saatuja tuloksia voidaan hyödyntää esimerkiksi Saimaan ammattikorkeakoulun henkilökohtaisen opintosuunnitelman sekä opiskelijoille suunnattujen palveluiden suunnittelussa.

Keräämme aineistomme sähköisellä kyselylomakkeella kaikilta koulumme opiskelijoilta, joilla on alle 12-vuotiaita lapsia. Opinnäytetyömme on määrä valmistua viimeistään keväällä 2016. Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Vastaaminen vie aikaa noin 15 min. Toivomme, että vastaatte kysymyksiin huolellisesti ja totuudenmukaisesti. **Kyselyyn voi vastata 21.9. -18.10.2015 välisenä aikana.** Vastaukset ovat luottamuksellisia sekä anonyymeja eikä teitä pystytä niistä tunnistamaan. Aineistoa säilytetään aineiston käsittelyn ajan ja hävitetään tämän jälkeen asianmukaisesti. Tulokset ovat luettavissa valmiista opinnäytetyöstä.

Lähettämällä sähköpostilla nimenne ja sähköpostiosoitteenne meille osoitteeseen saimiaopinnaytetyo@gmail.com osallistutte yhden 100€ arvoisen hiihapatuskoneen arvontaan. Voittajalle ilmoitetaan henkilökohtaisesti sähköpostitse. Mikäli teillä on opinnäytetyöhön liittyvää kysyttävää, voitte ottaa yhteyttä meihin.

Tiina Ratilainen
terveydenhoitajaopiskelija, Saimaan AMK
e-mail: tiina.ratilainen@student.saimia.fi

Charlotta Seppäläinen
terveydenhoitajaopiskelija, Saimaan AMK
e-mail: charlotta.seppalainen@student.saimia.fi

Jenna Vauhkonen
terveydenhoitajaopiskelija, Saimaan AMK
e-mail: jenna.vauhkonen@student.saimia.fi



Kysely- Opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisestä

Kyselyyn pääset tästä

TAUSTATIEDOT

1. Sukupuoli

- Nainen
- Mies

2. Ikä

- alle 20
- 20-25
- 26-30
- 31-35
- 36-40
- 41-45
- 46-50
- yli 51

3. Huoltajuus

- Yksinhuoltaja
- Yhteishuoltajuus (huoltajat asuvat samassa taloudessa)
- Yhteishuoltajuus (huoltajat asuvat eri talouksissa)

4. Alle 12-vuotiaiden lasten lukumäärä

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5+

5. Kaikkien alle 12-vuotiaiden lasten iät (erota pilkulla)

6. Lasten päivähoitomuoto (tarvittaessa voit valita useamman vaihtoehdon)

- Kotona (esim. puoliso, isovanhempi, sukulainen tai ystävä hoitaa)
- Perhepäivähoito
- Päiväkoti/ryhmäperhepäivähoito
- Jokin muu, mikä?

7. Millä koulutusallalla opiskelet?

- Kulttuuriala
- Matkailu-, ravitsemus- ja talousala
- Tekniikan ja liikenteenala
- Sosiaali-, terveys- ja liikuntala
- Yhteiskuntatieteiden-, liiketalouden- ja hallinnonala

8. Tällä hetkellä olen (voit valita useamman vaihtoehdon)

- Opiskelija
- Osa-aikatoisissa
- Kokopäivätoisissa
- Isyys-/äitiys-/hoitovapaalla

9. Millä toteutuksella opiskelet?

- Päivöopetus
- Monimuotokoulutus

10. Missä ajassa olet suunnitellut suorittavasi tutkinnon? (lukuvuosina)

- 3 3,5 4 4,5 5 5,5 6 Muu, mikä?

11. Samassa taloudessa asuva puoliso tai lasten toinen vanhempi on tällä hetkellä (voit valita useamman vaihtoehdon)

- Opiskelija
- Työssäkäyvä
- Työtön
- Isyys-/äitiys-/hoitovapaalla
- Asun yksin

Jokin muu, mikä?

12. Asumismuoto

- Vuokralla
- Omistusasunto
- Vanhempien, sukulaisen tai puolison omistamassa asunnossa
- Jokin muu, mikä?

Taloudellinen tuki

13. Kuukausituloni? (huomioi myös Kelalta saamasi tuet)

- Alle 500€ 500-999€ 1000 -1499€ 1500 -1999€ yli 2000€

14. Mitä tukia saat Kelalta?

- Opintotuki (opintoraha, asumislisä, opintolainan valtiontakaus)
- Aikuiskoulutustuki
- Ateriatuki
- Yleinen asumislisä
- Lapsilisä
- Äitiysraha/erityisäitiysraha/isyysraha
- Vanhempainraha
- Kotihoidontuki
- Yksityisenhoidontuki
- Joustava hoitoraha
- Osittainen hoitoraha
- Muu, mikä?

15. Millaiseksi koet taloudellisen tilanteesi tällä hetkellä?

- Erittäin huonoksi
- Melko huonoksi
- Melko hyväksi
- Erittäin hyväksi
- Perustele vastauksesi

Sosiaalisen hyvinvoinnin tuki

16. (1 täysin eri mieltä, 2 melko eri mieltä, 3 melko samaa mieltä, 4 täysin samaa mieltä)

	1	2	3	4
Opiskeluun liittyvä työmäärä tuntuu sopivalta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen motivoitunut opiskelemaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
En ole harkinnut opintojeni lopettamista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskeluun liittyvät asiat eivät vaivaa vapaa-aikanani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintoni eivät ole kärsineet lapsen/lasten vuoksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutusohjelmani asenne perheellistä opiskelijaa kohtaan on myönteinen myönteinen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskeluryhmäni asenne perheellistä opiskelijaa kohtaan on myönteinen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
En koe itseäni väsyneeksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppilaitoksessani ollaan joustavia poissaolojen suhteen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppilaitoksessani ollaan joustavia tehtävien palautusaikojen suhteen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pystyn hyödyntämään HOPS:ia opinnoissani (henkilökohtainen opintosuunnitelma)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Perheellisille opiskelijoille järjestetään tapahtumia, joissa on mahdollisuus tavata muita perheellisiä opiskelijoita	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

17. Saan tukea vanhemmuuteeni (1 erittäin huonosti, 2 melko huonosti, 3 melko hyvin, 4 erittäin hyvin)

	1	2	3	4
Puolisolta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Omilta tai puolison vanhemmilta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sukulaisilta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ystäviltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Neuvolasta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muista sosiaali- ja terveyspalveluista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskeluryhmältä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jostain muualta, mistä? <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
mistä?				

Organisaatiolta saatu tuki

18. Koen saavani tukea opiskeluuni (1 erittäin huonosti, 2 melko huonosti, 3 melko hyvin, 4 erittäin hyvin, 5 en käytä palvelua)

Tuutoropettajalta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muulta opettajalta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuspäälliköltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
HOPS (henkilökohtainen opintosunnitelma)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
AHOT (aiemmin hankitun osaamisen tunnustaminen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintotoimistolta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelijakunnalta (Saiko)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelijayhdistyksiltä (Lakoste, Lapio yms.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seurakunnalta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Psyykkisen hyvinvoinnin tuki

19. Tiedätkö mistä voit saada opiskeluterveydenhuolto palveluita? (psykologi/terveydenhoitaja/lääkäri)

- Kyllä
 En

20. Oletko tyytyväinen saamiisi palveluihin? Perustele vastauksesi.

- Kyllä
 En

21. Koen psyykkisen vointini hyväksi

- Täysin eri mieltä Melko eri mieltä Melko samaa mieltä Täysin samaa mieltä

22. Oletko käyttänyt opintojesi aikana mielenterveyspalveluita?

- Kyllä, mitä?
 En

23. Saatko tarvittaessa keskusteluapua? (esim. psykologilta/terveydenhoitajalta/lääkäriltä) Perustele vastauksesi.

- Kyllä
 En

Fyysisen hyvinvoinnin tuki

24. Koen fyysisen vointini hyväksi?

- Täysin eri mieltä Melko eri mieltä Melko samaa mieltä Täysin samaa mieltä

25. Miten paljon harrastat liikuntaa keskimäärin viikossa? (huomio hyötyliikunta)

- alle 2h 3-5h 6-8h 9-11h yli 12h En harrasta liikuntaa

26. Käytätkö SaLUT:in liikuntapalveluja?

- Kyllä
 En

27. Miten monta tuntia nukut keskimäärin yössä?

- alle 4h 5-6h 7-8h 9-10h yli 11h

28. Nukutko mielestäsi hyvin? Perustele vastauksesi.

- Kyllä
 En

29. Syötkö mielestäsi monipuolisesti? Perustele vastauksesi.

- Kyllä
 En

30. Valitse parhaiten nykyistä tilannettasi kuvaava vaihtoehto (1 täysin eri mieltä, 2 melko eri mieltä, 3 melko samaa mieltä, 4 täysin samaa mieltä)

	1	2	3	4
Koen, että minulla on aikaa itselleni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen, että minulla on aikaa perheelleni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen, että minulla on aikaa ystäväilleni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen, että minulla on aikaa liikkua	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen, että minulla on aikaa harrastuksilleni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen tarvitsevani apua vanhemmuuteeni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen tarvitsevani apua kodinhoidossa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen opiskelun ja vanhemmuuden yhteensovittamisen helpoksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

31. Mitä positiivisia asioita koet opiskelun ja vanhemmuuden yhteensovittamisessa?

32. Mitä negatiivisia asioita koet opiskelun ja vanhemmuuden yhdistämisessä?

33. Millaista toimintaa, tukea tai palveluita toivoisit Saimaan ammattikorkeakoulun tarjoavan perheellisille opiskelijoille?

34. Hyötyisitkö Saimaan ammattikorkeakoulun järjestämästä lastenhoitopalvelusta?

- Kyllä
- En

Kiitos vastauksestasi! Voit osallistua SodaStreamin hiilihapotuskoneen arvontaan laittamalla sähköpostia suoraan meille osoitteeseen saimiaopinnaytetyo@gmail.com Otsikoksi- arvonta ja viestiin oma nimesi. Ilmoitamme voittajalle sähköpostitse.