

Jani Vottonen

AMMATILLISTEN OPISKELIJOIDEN OPISKELIJAHYVINVOINTI AMMATILLI- SEN KOULUTUKSEN REFORMIN JÄL- KEEN

Opinnäytetyö
Yhteisöpedagogikoulutus

2020



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tekijä	Tutkinto	Aika
Jani Vottonen	Yhteisöpedagogi (AMK)	Huhtikuu 2020
Opinnäytetyön nimi		
Ammatillisten opiskelijoiden opiskelijahyvinvointi ammatillisen koulutuksen reformin jälkeen		46 sivua 3 liitesivua
Toimeksiantaja		
Suomen Ammattiin Opiskelevien Liitto – SAKKI ry		
Ohjaaja		
Katja Komonen		
Tiivistelmä		
<p>Laki reformoidusta ammatillisesta koulutuksesta tuli voimaan 1.1.2018 ja se oli yksi pääministeri Juha Sipilän hallituksen kärkihankkeista. Ammatillista koulutusta uudistettiin tulevaisuuden osaamistarpeita vastaavaksi ja samalla luotiin rahoitus- ja ohjausjärjestelmästä yhtenäinen kokonaisuus painottaen koulutuksen vaikuttavuutta. Työpaikoilla tapahtuvaa oppimista lisättiin ja byrokratiaa kevennettiin. Ammatillisen aikuiskoulutus ja nuorisoasteen koulutus yhdistettiin ammatilliseksi koulutukseksi.</p>		
<p>Opinnäytetyössä tutkittiin, millainen on ammatillisten opiskelijoiden opiskelijahyvinvointi ammatillisen koulutuksen reformin jälkeen ja alatutkimuskysymyksinä millainen on opiskelijoiden psyykinen ja fyysinen hyvinvointi. Tutkimus toteutettiin laadullisella tutkimusmenetelmällä ja sen aineisto tuotettiin keväällä 2020 kahdeksan opiskelijan haastatteluilla.</p>		
<p>Tutkimuksessa selvisi, että lähes puolet haastateltavista opiskelijoista kokivat hyvinvointinsa huonoksi. Syyt olivat moninaisia, johtuen arjen ja opiskelun yhteensovittamisen haasteista, opiskelijan omista tavoista ja oppilaitoksien toiminnoista. Opiskelijahyvinvointia parantavia tekijöitä olivat luokkahenki, yhteisöllisyys ja oppimisympäristön viihtyisyys sekä opettajien rooli.</p>		
<p>Tutkimuksen mukaan psyykkisen hyvinvoinnin koki erittäin huonoksi lähes kolmasosa haastateltavista. Syytä tähän olivat psyykkiset sairaudet, kuten masennus, ja arjen stressi. Tämä vaikutti koulussa jaksamiseen. Psyykkistä hyvinvointia paransivat innostus opinnoista, aika itselle ja ystävät.</p>		
<p>Fyysinen hyvinvointi koettiin psyykkistä paremmaksi. Suurimpia laskevia tekijöitä olivat erilaiset vammat ja ylipaino. Fyysistä hyvinvointia paransivat viikonloppujen rauhoittaminen ja liikunta. Puolet tutkimukseen osallistuneista nukkui määrällisesti liian vähän ja herääminen oli suurimmalle osalle vaikeaa.</p>		
<p>Tutkimuksen tuloksia voi hyödyntää yhdessä Amisbarometrin tulosten kanssa täydentämään toisiaan. Tutkimus antaa myös kokemuksellista tietoa ammatillisten opiskelijoiden opiskelijahyvinvoinnin tilasta.</p>		
Asiasanat		
Hyvinvointi, ammatillinen koulutus, reformi		

Author	Degree	Time
Jani Vottonen	Bachelor of Humanities	December 2016
Thesis title		
The student welfare of vocational school students after vocational education reform		46 pages 3 pages of appendices
Commissioned by		
Suomen Ammattiin Opiskelevien Liitto – SAKKI ry		
Supervisor		
Katja Komonen		
Abstract		
<p>Vocational training has undergone a major change and was reformed. The new Vocational Training Act entered into force on 1 January 2018. Vocational education reform was one of the top projects of Prime Minister Juha Sipilä's government. Vocational education and training were reformed to respond to the coming demands of skillfulness. A coherent whole of the financial and guidance system was created emphasizing the effectiveness of education. Work-based learning was increased, and bureaucracy was reduced. Vocational adult education and youth education were combined into vocational training.</p> <p>This study is about vocational school students' well-being after the reform of vocational training. The research was carried out using a qualitative research method. The research material was produced by interviewing eight students. The frame for the theme interview was based on the Sakki Association's Amisbarometer.</p> <p>Almost half of the interviewed students had poor student well-being, both mental and physical. The reasons were manifold, due to the challenges of reconciling everyday life with studying, the student's own habits, and the activities of educational institutions. Slightly over half of the students in the study had at least seemingly good well-being. But they also found a few things to improve in various areas. Healing factors included class spirit, community spirit and the comfort of the learning environment, as well as the role of teachers.</p> <p>Some students had very poor mental well-being. The reasons for this were mental illness and everyday stress. Some factors improving mental well-being were enthusiasm for studies, time for oneself and friends. Physical well-being was perceived to be better than mental health. Injuries and overweight were factors having a negative effect on well-being. Exercising was considered to improve physical well-being. Half of the participants in the study did not get enough sleep.</p>		
Keywords		
Welfare, vocational education, reform		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	TOISEN ASTEEN AMMATILLINEN KOULUTUS	8
2.1	Laki ammatillisesta koulutuksesta.....	8
2.2	Ammatillisen koulutuksen reformin tuomat muutokset.....	9
2.3	Ammatillisen koulutuksen volyymi	11
3	OPISKELIJAHYVINVOINTI	13
3.1	Hyvinvoinnin käsite opiskelussa	13
3.2	Opiskelukyky.....	14
3.3	Opiskelu ammatillisessa koulutuksessa.....	16
3.4	Aiemmat tutkimukset	18
3.4.1	Kouluterveyskysely	18
3.4.2	Amisbarometri.....	19
3.4.3	Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus.....	21
3.4.4	Muiden tutkimusten tuloksia opiskelijahyvinvoinnista	22
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	24
4.1	Tutkimuksen kohde.....	24
4.2	Tutkimuskysymykset.....	24
4.3	Tutkimusote ja aineistonkeruumenetelmä	25
4.4	Aineistonkeruuprosessi.....	27
4.5	Aineiston analyysi	28
5	TUTKIMUSTULOKSET	29
5.1	Opiskelijahyvinvointi reformin jälkeen	29
5.2	Psyykinen hyvinvointi.....	33
5.3	Fyysinen hyvinvointi.....	37
5.3.1	Fyysisen hyvinvoinnin osatekijät.....	37
5.3.2	Uni ja ruokailu	39
5.4	Oppilaitoksen vaikutukset hyvinvointiin.....	41

6	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	44
6.1	Tutkimustulosten tiivistys	44
6.2	Tutkimuksen johtopäätökset	45
6.3	Tutkimuksen pohdinta.....	46
6.4	Luotettavuuden arviointi ja eettisyys	50
	LÄHTEET.....	52

LIITTEET Liite 1. Haastattelurunko.

Liite 2. Sähköpostiviesti opinto-ohjaajille.

1 JOHDANTO

Ammatillinen koulutus on suuressa muutoksessa, ja 1.1.2018 astui voimaan uusi laki ammatillisesta koulutuksesta. Ammatillisen koulutuksen uudistaminen reformin avulla on yksi pääministeri Sipilän hallituksen kärkihankkeista. Reformissa uudistetaan ammatillista koulutusta vastaamaan tulevaisuuden osaamistarpeita sekä tehdään rahoitus- ja ohjausjärjestelmästä yhtenäinen kokonaisuus. Rahoituksessa painotetaan koulutuksen vaikuttavuutta ja tehokkuutta. Työpaikoilla tapahtuvaa oppimista lisätään ja byrokratiaa kevennetään.

Opiskelijan hyvinvointi on hyvin monitahoinen ilmiö ja tärkeä sellainen. Ammatillisen toisen asteen opintojen jälkeen pitäisi olla valmis lähtemään työelämään. Vaatimus taso kasvaa, kun siirtyy pois turvaa tuovasta oppilaitoksesta ja ryhtyy ottamaan suurempaa vastuuta työelämässä. Jotta jaksaa työelämässä ja pystyy säilyttämään, työkykynsä on myös opiskelun aikaisen hyvinvoinnin oltava riittävää.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien opiskelijoiden opiskelijahyvinvointia liittyen ammatillisen koulutuksen reformin tuomiin muutoksiin. Opinnäytetyön tutkimuksen päätutkimuskysymys oli, millainen on toisen asteen ammatillisten opiskelijoiden opiskelijahyvinvointi reformin jälkeen? Alatutkimuskysymyksiä oli kaksi, millainen on psyykkinen hyvinvointi ja millainen on opiskelijoiden fyysinen hyvinvointi?

Opinnäytetyö on kvalitatiivinen tutkimus. Amisbarometrin 2019 aineiston pohjalta laadittiin kvalitatiivinen teemahaastattelurunko, jota käytettiin avuksi haastatteluja tehdessä. Opinnäytetyön tilaaja on Suomen Ammattiin Opiskelevien Liitto – SAKKI ry. Teemahaastatteluihin osallistui yhteensä kahdeksan opiskelijaa Mikkelistä, Helsingistä ja Nurmijärveltä.

Opinnäytetyön taustalla on opinnäytetyöntekijän työura ammatillisen koulutuksen parissa ja kiinnostus kehittää opiskelijahyvinvointia. Tarve selvitykselle on varmasti suuri ja sillä saadaan syvennettyä tietoa reformin jälkeisestä opiskelijoiden hyvinvoinnista. Ammattikoulut hyötyvät tutkimuksesta ja voivat sen pohjalta tehdä jopa muutoksia omiin toimiinsa.

Koulunuorisotyö on yhteisöpedagogin tulevaisuuden ala. Yhteisöpedagogeja tarvitaan ennalta ehkäisemään syrjäytymistä myös koulutuksen puolelle. Ammattikouluihin hakee paljon nuoria, mutta koulupudokkaiden määrä on suuri. Aho ja Mäkiaho (2014) toteavat seurantatutkimuksessaan jopa joka neljännen keskeyttävän ammatilliset opintonsa. Yhteisöpedagogi pystyy mukautumaan opiskelijahuollon erilaisiin tehtäviin ja parantamaan opiskelijahyvinvointia.

Toisaalta ammatillisen koulutuksen reformi on saanut myös huomattavan paljon negatiivista julkisuutta ammatillisten opettajien ja opiskelijoiden vanhempien puolelta. Opettajien ammattijärjestö (OAJ 2019) otsikoi oman Selvityksensä opettajien kokemuksista reformista: Uudistus ilman resursseja – Selvitys opettajien kokemuksista ammatillisen reformin jälkeen. Selvityksessä mm. jatkuva haku sai osakseen kritiikkiä siihen varattujen vähien resurssien takia. Opettajien mukaan reformi on heikentänyt opiskelijaryhmien ryhmäytymistä ja yhteisöllisyyttä: 68 % vastanneista oli tästä täysin tai jokseenkin samaa mieltä.

Vuoden 2019 Amisbarometrissa noin 29 % kaipasi lisää lähiopetusta. Tulos on samankaltainen kuin kaksi vuotta aiemmin tehdystä Amisbarometrissa. Reformin muutosten myötä on ajankohtaista tarkastella lähiopetuksen ja työpaikalla tapahtuvan opetuksen suhdetta. Vuoden 2019 barometrissa lähiopetuksen lisäämistä puoltavien määrä on suurempi kuin työssäoppimista kannattavien määrä. (SAKKI ry 2019.)

Sandberg (2017) kirjoittaa olevansa huolissaan vanhempana ja koulutuksen asiantuntijana ammatilliselle toiselle asteelle siirtyvistä nuorista, joille ei järjestetä jokaisena koulupäivänä opetusta tai ei edes itsenäistä sellaista tehtävien muodossa. Nuoret ovat kuitenkin peruskoulussa oppineet käymään koulua jokaisena arkipäivänä. Itsenäisen työskentelyn tunnit koettiin hyvin vaikeiksi opiskelijoiden, huoltajien ja opettajien näkökulmasta. Osalle nuorista itsenäinen työskentely on hankalaa ja resursseja ohjata tai tukea itsenäiseksi merkityjä tunteja ei ole. Ne tuntuvatkin olevan ainoastaan vapaatunteja osalle nuorista.

2 TOISEN ASTEEN AMMATILLINEN KOULUTUS

2.1 Laki ammatillisesta koulutuksesta

Laki 531/2017 ammatillisesta koulutuksesta tuli voimaan 1.1.2018. Se kumosi edelliset lait ammatillisesta peruskoulutuksesta, 630/1998, ja ammatillisesta aikuiskoulutuksesta, 631/1998. Laissa säädetyt ammatillisten perustutkintojen perusteet tulivat voimaan 1.8.2018. Monissa opiskelijaan vaikuttavissa asioissa sovellettiin siirtymäaikaa, jos opiskelija oli aloittanut opiskelut ennen lain voimaan tuloa. (Laki ammatillisesta koulutuksesta 531/2017 128 §; Opetushallitus 2018.)

Laissa tarkoitettujen tutkintojen ja koulutuksen tehtävät ovat nostaa ja ylläpitää väestön ammatillista osaamista, mahdollistaa ammattitaidon osoittaminen riippumatta sen hankintatavasta, uudistaa työ- ja elinkeinoelämää ja reagoida sen osaamistarpeisiin, toimia työllisyyden lisääjinä, valmistaa yrittäjyyteen ja työ- ja toimintakyvyn kokoaikaiseen ylläpitoon sekä vahvistaa elinikäistä oppimista ja ammatillista kasvua. Tarkoituksena on myös edistää tutkintojen tai niiden osien suorittamista. Koulutuksen tulisi myös tukea opiskelijoiden kehitystä hyviksi, tasapainoisiksi ja sivistyneiksi ihmisiksi ja yhteiskunnan jäseniksi sekä antaa opiskelijoille jatko-opintovalmiuksien, ammatillisen kehittymisen, harrastusten sekä persoonallisuuden monipuolisen kehittämisen kannalta tarpeellisia tietoja ja taitoja. (Laki ammatillisesta koulutuksesta 2 §.)

Tavoitteet ja toteutus ammatillisessa koulutuksessa perustuvat opiskelijan ja työelämän edellytyksiin. Koulutuksen antaminen pohjautuu valtakunnallisiin tutkinnonperusteisiin, jotka on rakennettu yhteistyössä koulutuksen järjestäjien ja työelämän kanssa. Tällä halutaan varmistaa, että perusteet toteuttavat työelämän osaamistarpeita. Koulutuksessa on mahdollista suorittaa perus-, ammatti- ja erikoisammattitutkintoja, joista opiskelija voi opiskella koko tutkinnon tai tutkintojen osia, omien tarpeittensa mukaan. Saatavilla on myös valmentavia tai ammatillista osaamista kehittäviä koulutuksia, esimerkiksi kortti- ja pätevytymiskoulutuksia sekä valmentavaa VALMA-koulutusta. (Opetushallitus 2018, 3.)

Ammatillisten perustutkintojen laajuus on 180 osaamispistettä (osp) ja se sisältää 145 osaamispistettä ammatillisia tutkinnon osia ja 35 osaamispistettä kaikille perustutkinnoille yhteisiä tutkinnon osia. Ammattitutkintojen laajuus on 120, 150 tai 180 osaamispistettä ja erikoisammattitutkintojen laajuus on 160, 180 tai 210 osaamispistettä riippuen tutkinnosta. (Laki ammatillisesta koulutuksesta 10 §; Opetushallitus 2018, 4.)

2.2 Ammatillisen koulutuksen reformin tuomat muutokset

Ammatillisen koulutuksen reformi oli yksi Juha Sipilän hallituksen hallitusohjelman kärkihankkeista. Tavoitteena oli uudistaa ammatillinen koulutus osaamisperustaiseksi ja asiakaslähtöiseksi kokonaisuudeksi sekä tehostaa sitä. Työpaikalla tapahtuvaa oppimista sekä yksilöllisiä opintopolkuja lisättiin. Päällekkäisyyksiä ja sääntelyä myös purettiin. Uudistettiin ammatillisen koulutuksen rahoitusta, ohjausta, toimintaprosesseja, tutkintojärjestelmää ja järjestäjära-kenteita. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2019.)

Reformi koostui useasta eri vaiheesta ja se aloitettiin joulukuussa 2015. Syyskuussa 2016 tuli hallituksen esitys rahoitusjärjestelmän ensimmäisestä vaiheesta ja vuoden 2017 säästöt. 2017 tammikuussa käynnistettiin opetus- ja ohjaushenkilöstön osaamisen kehittämisohjelma. Ammatillisen koulutuksen rahoitus uudistettiin, uusi koulutussopimusmalli tuli käyttöön, uudet järjestämisluvut koulutuksien järjestäjille ja opiskelijaksi ottamisen uudet perusteet tulivat käyttöön vuosina 2017–2018. Lopullisesti uudistus tuli voimaan kaikilta osin tammikuussa 2019. (Valtioneuvosto 2019.)

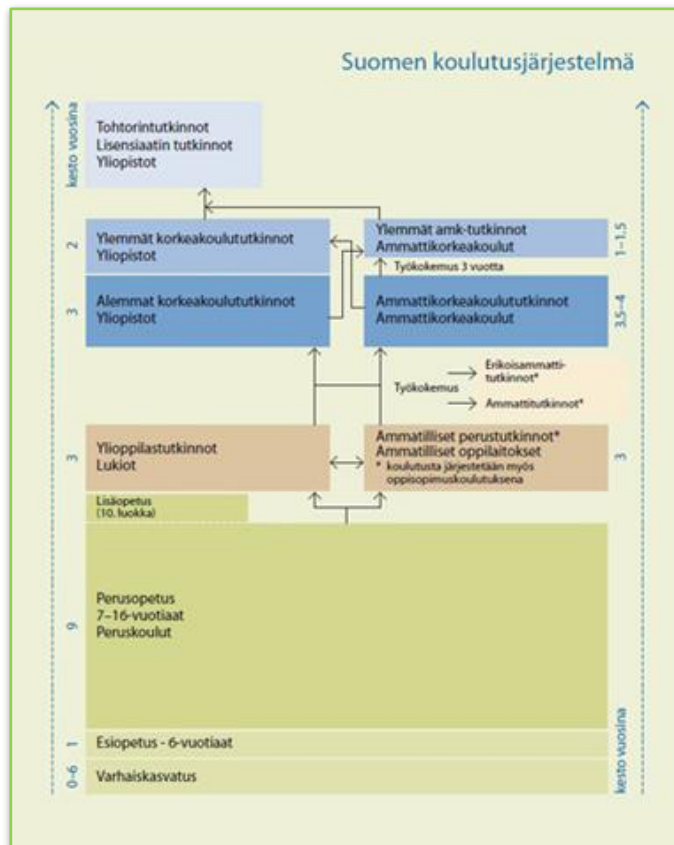
Reformin kokeneessa ammatillisessa koulutuksessa ei enää tehdä eroa nuorten koulutuksen ja aikuiskoulutuksen välillä. Vanhassa rakenteessa oli opetus-suunnitelmaperusteinen tutkinto, nuoret, ja näyttötutkinto, aikuiset (SVT 2019). Koulutuksen tutkintorakenteet uudistuivat ja tutkintoja on myös vähemmän kuin ennen, mutta ne ovat laaja-alaisempia. Tutkintojen sisälle lisättiin useampia osaamisaloja. Tutkinnoista saa yleisen jatko-opintokelpoisuuden. Jokaiselle opiskelijalle suunnitellaan oma yksilöllinen henkilökohtaisen osaamisen kehittämissuunnitelma (HOKS) ja siihen kirjataan suunnitelma siitä, millaisilla

opetuksen, ohjauksen ja työpaikalla tapahtuvan oppimisen toimenpitein osaaminen karttuu sillä tavoin, että opiskelija onnistuu suorittamaan opintonsa. (Opetushallitus 2018, 4.)

Ammatilliseen koulutukseen voi reformin jälkeen hakea jatkuvassa haussa joustavasti tarpeen mukaan ja edelleen keväisin järjestetään yhteishaku, joka on tarkoitettu lähinnä peruskoulun päättävälle nuorille. Urasuunnittelu on merkittävä osa opintojen aikaista ohjausta. Opiskelijalle annetaan tukea koulutuksen valinnassa ja sisältöjen suunnittelussa opinnoilleen, näin mahdollistetaan työllistyminen ja uralla eteneminen. Onnistunut ohjaus tukee sujuvia siirtymiä opiskelun, työelämän ja muun elämän välillä. (Opetushallitus 2018, 4.)

Ammatillisissa opinnoissa otetaan huomioon aikaisempi tai aiemmin hankittu osaaminen ja opiskelijat opiskelevat ainoastaan sitä, mitä eivät vielä osaa. Tämä vaikuttaa tutkinnon suorittamiseen kuluvaan aikaan huomattavan yksilöllisesti. Osaamisensa opiskelijat osoittavat näytöissä suorittamalla käytännön työtehtäviä aidoissa työtilanteissa. Opiskelussa, ammatillisen osaamisen lisäksi, kehittyvät myös elinikäisen oppimisen avaintaidot, joita ovat digitaalisen osaaminen, yrittäjäyys sekä viestintä ja vuorovaikutustaidot. (Opetushallitus 2018, 4.)

Suomessa opiskelu ja koulutus on laaja-alaista ja pärjää hyvin kansainvälisessä vertailussa. Kuva 1 selkeyttää Suomen koulutusjärjestelmän rakenteen. Varhaiskasvatus ja esiopetus kattaa alle 6-vuotiaat, perusopetus 1.–9.-luokat, toisella asteella tarkoitetaan, joko ylioppilas- tai ammatillisen tutkinnon suorittamista ja ylimpänä ovat korkeakoulut ja tohtorintutkinnot. (Nokso-Koivisto 2011, 12.)



Kuva 1 Suomalainen koulutusjärjestelmä (Opetushallitus 2019)

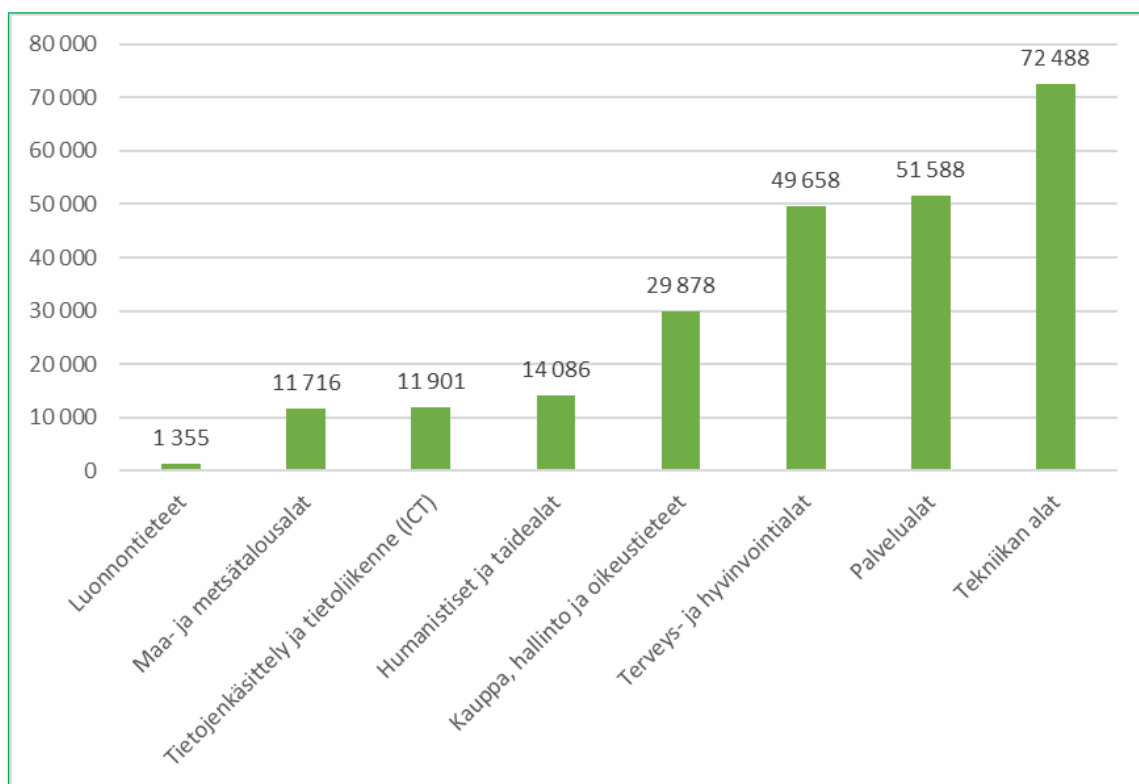
Vuonna 2008 lähes jokainen suomalainen 7–15-vuotias opiskeli peruskoulussa. Hieman vanhempana 16–18-vuotiaan opiskeli yli 90 prosenttia ja vielä yli 50 prosenttia opiskeli 19–24-vuotiaana. Suomalaisista 25–29-vuotiaista opiskeli peruskoulun jälkeisessä tutkintotavoitteisessa koulutuksessa noin 30 prosenttia. Yhteensä perusasteen jälkeisessä tutkintotavoitteisessa koulutuksessa opiskeli 661 000 henkilöä, joka tarkoittaa 12 prosenttia väestöstä. Peruskoulun uusista oppilaista poikia on hieman isompi osuus kuin tyttöjä, ja sama tilanne on ammatillisessa koulutuksessa. Muilla koulutuksen sektoreilla ja -asteilla vallitsee päin vastainen tilanne. (Nokso-Koivisto 2011, 13.)

2.3 Ammatillisen koulutuksen volyymi

Vuonna 2017 tutkintoon johtavassa ammatillisessa koulutuksessa opiskeli uusia opiskelijoita 126 900. Naisia oli 52 prosenttia. Nuorille suunnatussa opetussuunnitelmaperusteisessa ammatillisessa peruskoulutuksessa uusia opiskelijoita oli 46 200, näyttötutkintoon valmistavassa ammatillisessa peruskoulu-

tuksessa 41 800 opiskelijaa ja ammatillista lisäkoulutuksessa, ammatti- ja erikoisammattitutkinnot, 38 900 opiskelijaa. Uusien opiskelijoiden määrä kasvoi prosentilla verrattuna edelliseen vuoteen. (SVT 2017.)

Vuonna 2017 oppilaitosmuotoisessa opetussuunnitelmaperusteisessa ammatillisessa peruskoulutuksessa opiskeli yhteensä 156 400 opiskelijaa. Ammatillisen koulutuksen koulutusaloilla opiskelijamäärät ovat huomattavan erilaisia, tämä selviää kuvasta 2. Tekniikan alat ovat selvästi suosituimpia. Näyttötutkintoon valmistavassa ammatillisessa peruskoulutuksessa opiskelijoita oli 71 300 ja ammatillisessa lisäkoulutuksessa 46 500 opiskelijaa. (SVT 2017.)



Kuva 2 Ammatillisen koulutuksen opiskelijamäärä koulutusaloittain vuodelta 2018. (Ammatillisen koulutuksen opiskelijat 2018. 2019)

Vuonna 2017 opetussuunnitelmaperusteisen ammatillisen peruskoulutuksen tutkintoja suoritettiin 34 800 kappaletta, näyttötutkintoon valmistavan ammatillisen peruskoulutuksen tutkintoja taas 20 500 ja ammatillisen lisäkoulutuksen tutkintoja 21 500. Tutkinnon suorittaneista 54 prosenttia oli naisia. Tekniikan sekä kaupan ja hallinnon koulutusaloilta tutkinnon suoritti 47 prosenttia valmistuneista. (SVT 2017.)

3 OPISKELIJAHYVINVOINTI

3.1 Hyvinvoinnin käsite opiskelussa

Hyvinvointiin kuuluu monia tekijöitä, joihin liittyy sekä objektiivisesti mitattavia aiheita että subjektiivisia tunteita. Subjektivismiin mukaan yksilön hyvinvointi kytkeytyy yhteen tämän mielen sisältöihin, kokemuksiin ja haluihin. Objektivismiin mukaan hyvinvointi on yhteydessä siihen, millainen yksilö on ja voi harhautua pitämään hyvinvointina jotain mikä ei sitä todellisuudessa ole. Hyvinvoinnin objektiivisiksi tekijöiksi lasketaan sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen ja onnellisuus. Nämä hyvinvoinnin objektiiviset ja subjektiiviset tekijät tukevat toisiaan. Hyvä terveys, elinolot ja riittävä toimeentulo heijastuvat subjektiivisena hyvinvointina. (Moisio ym. 2008, 14; Lagerspetz 2011, 84–85.)

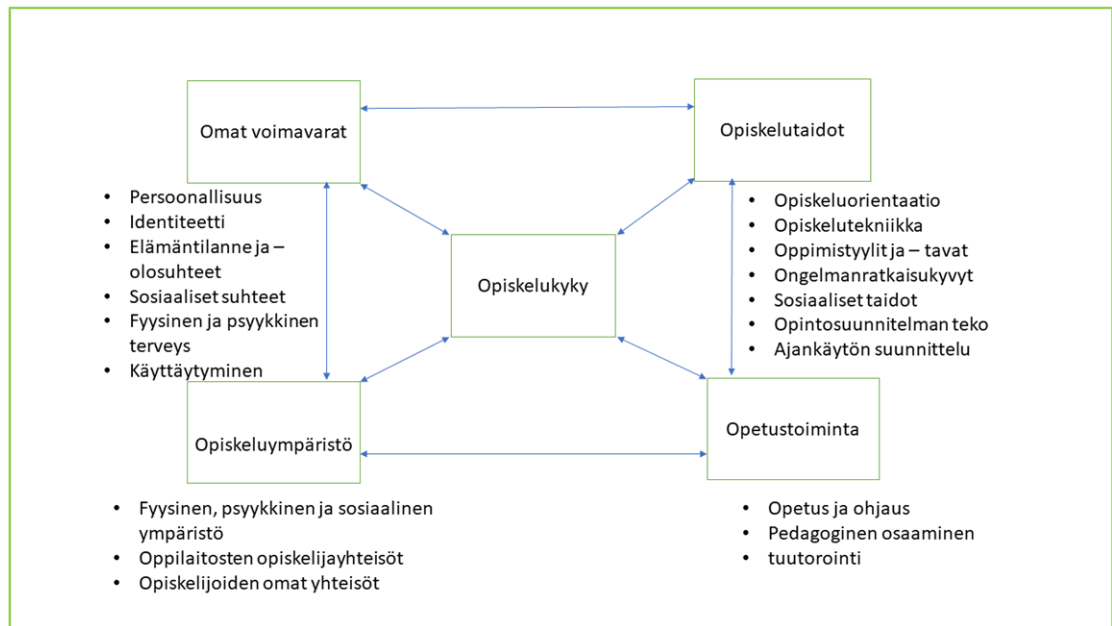
Käsitteenä hyvinvoinnin määrittäminen ei ole yksinkertaista. Perinteikkäästi sillä tarkoitetaan ihmisen sosiaalisen, henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin käsitteitä. Hyvinvoinnille edellytyksenä on toimintakyky, jonka avulla yksilö pystyy osallistumaan yhteisönsä mielekkäisiin aktiviteetteihin ja ylläpitämään sosiaalisia suhteita, jos yksilö onnistuu ratkaisemaan elämänsä kuuluvia kehitystehtäviä, hän on itseensä tyytyväinen ja kokee subjektiivista hyvinvointia. Pedagogisen hyvinvoinnin käsite kietoo hyvinvoinnin käsitteen eri formaalin koulujärjestelmän yhteyksiin. Pedagogisen hyvinvoinnin käsitteen voidaan katsoa olevan sellaista pedagogiikkaa, joka tuottaa positiivisia tunnekokemuksia, tukee oppimisen prosesseja ja on osallisena yksilön kokonaisvaltaisessa kehityksessä. Pedagoginen hyvinvointi ei ole suoraan mitattavissa, vaan arvioiminen tarvitsee erilaisten mittalukujen, vaikkapa tyytyväisyyden, hyödyntämistä. Ikä- ja kontekstisidonnaisuus on myös tarpeen huomioida. (Meriläinen ym. 2008, 7–11.)

Hyvinvointia on mahdollista tutkia yleisenä hyvinvointina tai hyvinvointina jossain erityisalueella, kuten työssä, koulussa tai sairaalaympäristössä. Kouluissa huomio on jo lähes sadan vuoden ajan kiinnittynyt opiskelijahyvinvointiin. Kiinnostuksen kohteena on ollut etupäässä valistaa ja edistää kouluterveyttä ja hygieniaa sekä havainnoida opiskelijoiden terveydentilaa. Tehokkuus- ja laaduntutkimuksien myötä, kouluissa on ryhdytty huomioimaan myös hyvinvoinnin aspekti. (Konu 2002, 10.)

Oppimisympäristö ja -yhteisö ovat merkittävässä roolissa opiskelijan jaksamista, hyvinvointia ja opintojen edistymistä tarkasteltaessa. Tarkastelua voidaan tehdä esimerkiksi opiskelukyvyn, opiskelijahyvinvoinnin tai terveyden näkökulmista. Opiskelijahyvinvointi ja opiskelukyky ovat yhteydessä myös muihin kuin yksilön persoonallisiin tekijöihin. Koulutuksen järjestäjät joutuvat ottamaan hyvinvointi aspektin huomioon kaikessa toiminnassaan. Opiskelijahyvinvointiin, koulussa viihtymiseen ja opetuksen laatuun projisoituu vahvasti myös opettajien työhyvinvointi. Opiskelijan työtä on opiskelu ja opiskelukyky on opiskelijan työkykyä. Opiskelukyky on usean eri tekijän summa, siihen vaikuttaa opiskelijan oma terveys ja voimavarat sekä opiskeluympäristö, opiskelutaidot ja opetustoiminta. Opiskelijan hyvinvointia tukevat opiskeluyhteisön vuorovaikutus sekä yhteisöllisyys sen toimintakulttuurissa. Niillä on myös vaikutusta jaksamiseen ja menestymiseen opinnoissa sekä sosiaalisten taitojen kehittymiseen. (THL 2020.)

3.2 Opiskelukyky

Opiskelijan hyvinvointi linkittyy vahvasti opiskelukykyyn. Opiskelukykyä on ryhdytty tarkastelemaan ja määrittelemään työkykyä vastaavana kattavana käsitteenä vasta viimeisten kymmenen vuoden aikana. Vuonna 2007 Työterveyslaitos ja Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö toteuttivat yhteistyössä opiskelukykymallin (kuva 3), joka perustuu työkyvyn tetraedrimalliin. Opiskelukykyä mallissa määrittävät yksilön terveys ja voimavarat, opiskelutaidot ja opetus sekä opiskeluympäristö. Kolmea mallin ulottuvuutta voidaan peilata työkykymalliin, terveys ja voimavarat ovat samat molemmissa malleissa, opiskelu- ympäristö on vastine työympäristölle ja ammattitaito vastaa opiskelutaitoa. Ominaispiirre opiskelukykymallille on opetus ja ohjaustoiminta, jolle ei ole vastaavuutta työkykymallissa. (Kunttu 2011, 34.)



Kuva 3 Dynaaminen opiskelukykymalli (Kunttu 2011, 34)

Kunttu (2011, 34) kertoo opiskelukykymallissa omien voimavarojen sisältävän opiskelijan persoonallisuuteen, sosiaalisiin suhteisiin, psyykkiseen ja fyysiseen terveydentilaan sekä terveyteen vaikuttavia käyttäytymistottumuksia. Omien kykyjen riittävyden ja elämänhallinnan kokemukset sekä sosiaalinen tuki ovat merkittäviä hyvinvointiin ja opiskelun onnistumiseen vaikuttavia tekijöitä.

Ammatillista osaamista mallissa edustavat opiskelutaidot, joita ovat teknisten taitojen lisäksi ongelmanratkaisukyky, oppimistyyli, kriittinen ajattelu, sosiaaliset taidot, esimerkiksi esiintyminen, ja opiskelun merkitys opiskelijalle. Ajankäyttö ja suunnitelmallisuus ovat myös tärkeitä taitoja. Opiskeluorientaatio eli opiskelun tärkeys on perustava asia opiskelulle. Koulu- ja opiskelu-uupumukseen linkittyvällä kynnisytyksellä, opintojen tärkeyden laskemisella, on yhteyksiä opintojen keskeytymiseen. Itsetuntemus, oman oppimistyylin löytäminen sekä omien tietojen ja taitojen ymmärrys kuuluvat myös opiskelutaitoihin. Tarpeellisia taitoja ovat myös kriittisen ajattelukyky, ongelmanratkaisu- ja sosiaaliset taidot. (Kunttu 2011, 34–35.)

Puutteelliset opiskelutaidot vaikuttavat luonnollisesti suoraan opiskelutuloksiin, mutta ne saattavat aiheuttaa myös sen, etteivät tulokset vastaa tehtyä työmäärää tai että työmäärä tuntuu jatkuvasti liian suurelta. Tällainen tilanne turhauttaa ja tuo stressiä ja saattaa sitä kautta heikentää opiskelumotivaatiota ja johtaa mielialaoireisiin. Opiskelutaitojen opetus jää liian usein liian vähälle. On

tehotonta, jos niitä joutuu opettelemaan yrityksen ja erehdyksen kautta. Erittäin tärkeää opiskelukyvyllä ovat opetuksen ja ohjauksen merkitys. Opiskelukykyä merkittävästi muovaavia tekijöitä ovat laadukas ja asiantunteva opetus ja ohjaustoiminta. Ne pitävät sisällään tarpeeksi vuorovaikutusta opettajan ja opiskelijan välillä sekä palautteen annon ja arvioinnin. Toimintaan kuuluvat myös tutorointi ja opiskelijan integroituminen opiskelijayhteisönsä. (Kunttu 2011, 35.)

Opiskeluympäristö pitää sisällään kolme ulottuvuutta: fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ympäristön. Fyysinen rakentuu erilaisista oppimisympäristöistä, opetusvälineistä, fyysisistä opiskeluolosuhteista ja taukotiloista. Psyykkinen ja sosiaalinen koostuvat henkilökunnan ja opiskelijoiden välisestä ja keskinäisestä vuorovaikutuksesta, opiskeluilmapiiiristä ja opiskelijayhteisöjen tarjonnasta. Vertaistuki on merkittävässä roolissa opiskelijan edistymisen kannalta. (Kunttu 2011, 35.)

Sosioekonomiset, kulttuuriset ja ympäristön olosuhteet ja asenteet vaikuttavat opiskelukykymallin taustalla. Ne voivat vahvistaa tai heikentää opiskelijan voimavaroja, opiskelutaitoja, opiskelu ympäristöjä ja opetustoimintaa. Kyse on tasapainosta ja opiskelukyky on toiminnallinen kokonaisuus, jossa osatekijät muovaavat toisiaan. Elämäntilanteen tilapäisesti horjuttaessa persoonallisia voimavaroja, voivat hyvä opetus, hyvät opiskelutaidot ja opiskeluyhteisön vuorovaikutus auttaa. Hyvät omat voimavarat taas vievät yli puutteellisten opiskelutaitojen. Ohjaustoimin tukemalla voidaan näitä puutteellisia opiskelutaitoja taas korjata löytämällä tukevia työtapoja. Opiskelijan opiskelukykyä voidaan edistää ja tukea, kun vaikutetaan jokaiseen ulottuvuuteen ja niissä kuvattuihin tekijöihin. (Kunttu 2011, 35.)

3.3 Opiskelu ammatillisessa koulutuksessa

Ranta (2011) kirjoittaa, että nuoret elävät kallisarvoisia nuoruusvuosiaan siirtäessä peruskoulusta toisen asteen opintoihin, lukioon tai ammatilliseen oppilaitokseen. Tähän nivelvaiheeseen liittyy monia haasteita ja vastuunotto omasta itsestä ei ole helppoa. Koulutuspolitiikka Suomessa tähtää tarjoamaan jokaiselle nuorelle koulutuspaikan. Peruskoulun 9. luokan päättäneistä vuonna

2016 lähes kaikki hakivat heti jatko-opintoihin, hakematta jätti vain 0,1 prosenttia ja 53 prosenttia jatkoi lukiossa ja 42 prosenttia toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa (SVT 2016).

Ammatillisessa koulutuksessa tutkinto määrää hyvin pitkälti opiskeluympäristön ja sen haasteet. Ne poikkeavat hyvinkin paljon eri tutkintojen välillä. Sisään opiskelemaan pääsy on vaikeampaa niillä aloilla, joille hakee paljon nuoria. Esimerkiksi kulttuurialalla voi keskiarvo nousta korkeaksi. Osalle aloista hakee vähän opiskelijoita ja perusvalmiuksissa ammatin opiskeluun voi ilmetä suuria puutoksia. Jatkokoulutuskelpoisuus kuuluu jokaiseen tutkintoon, joten ammattiin opiskelevan täytyy selvittää melko pulmallisista teoria-aineista. (Ranta 2011, 30.)

Nuorten hyvinvoinnin polarisoituminen erottuu selvästi ammattiin opiskelevien keskuudessa. Osa nuorista laatii aikaisessa vaiheessa urasuunnitelman, hakeutuu ja pääsee haluamalleen alalle, opiskelee tavoitteellisesti ja pääsee tutkintotavoitteisiin sekä vuorovaikutus ja muut sellaiset taidot, joilla selviytyy jatko-opintojen ja työelämän haasteista. Nuori saa kasvussa aikuisuuteen tukea perheeltään ja tarvittaessa oppilaitoksen sekä yhteiskunnan palveluilta. (Ranta 2011, 31.)

Osalla nuorista taas peruskoulun jälkeen on hankalaa löytää opiskelupaikkaa, lisäopetukselle on tarvetta, he tarvitsevat ammatilliseen koulutukseen ohjaavaa tai valmentavaa koulutusta tai työpajatoimintaa eteenpäin päästäkseen. Opiskelupaikan saatuaan nämä nuoret eivät kiinnity opintoihin, poissaolomäärät ovat suuret, opintosuorituksia ei kerry ja lopulta opinnot katkeavat. Nuoren opintojen ja elämän tukitoimia pohditaan opettajien, moniammatillisen opiskelijahuollon ja kodin yhteistyössä. Suunnitelmiin sitoutumisessa voi olla haluttomuutta nuoren osalta. Ammatillisen koulutuksen reformi mahdollistaa osatutkintojen suorittamisen ja opintojen jatkamisen myöhemmässä vaiheessa. Osa nuorista on tärkeämpää tukea arkielämän taitojen hallinnassa ja psyykkisessä jaksamisessa, kuin opintosuunnitelmien tekemisessä. (Ranta 2011, 31.)

Oppilaitos muodostaa nuoren tärkeän kasvuympäristön. Nuoret tarvitsevat aikuisia, mutta vertaisryhmään sitäkin enemmän, johon voi kuulua. Näin kasvu

kohti tasapainoista aikuisuutta on turvatumpaa. Toisen asteen suorittaminen on yksi väliaskel nuorille kansalaisille. Identiteettiä rakennetaan, luodaan suhdetta itseen ja muihin sekä aikuisempaa ja autonomisempaa suuntaa olla olemassa. Kaikessa toiminnassa oppilaitoksen tulee tukea tätä kehitystä. Lämmin suhde vanhempiin ja hyvä, rakentava kaveripiiri sekä strukturoituun tukea antavaan luokkaan tai yhteisöön kuuluminen koulussa voimistavat nuoren pärjäämistä. Nuorta elämän myrskyissä tukevat kyky arvioida, sitä mihin voi vaikuttaa ja oma ymmärrys, siitä miksi asioita tapahtuu sekä kokemus oman aktiivisuuden vaikuttavuudesta. (Ranta 2011, 31.)

3.4 Aiemmat tutkimukset

3.4.1 Kouluterveyskysely

THL (2019) toteuttaa kouluterveyskyselyn joka toinen vuosi. Perusopetuksen 8. ja 9. luokkaa käyviltä oppilailta tietoja on kerätty vuodesta 1996. Lukioissa vuodesta 1999 ja ammatillisesta koulutuksesta vuodesta 2008 alkaen. Ammatillisissa oppilaitoksissa kyselyyn osallistuvat ammatillista perustutkintoa opiskelevat alle 21-vuotiaat ja vuoden 2019 kysely oli suunnattu vuosina 2017–2019 aloittaneille opiskelijoille. Vuodesta 2017 mukana ovat olleet myös perusopetuksen 4. ja 5. luokkaa käyvät lapset ja heidän huoltajansa. Kysely tuottaa laaja-alaista ja luotettavaa tietoa niin maakunta kuin paikallistasoilla eri ikäisten lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, koulunkäynnistä, opiskelusta ja osallisuudesta sekä avun ja palveluiden saannista.

Vuonna 2019 kyselyssä painotettiin lasten väkivaltakokemuksia ja kysymyksiä kohdennettiin myös sijoitettuihin asuville lapsille ja nuorille. Näin saadaan tuotettua jatkossa säännöllistä seurantatietoa sijoitettujen lasten ja nuorten hyvinvoinnista ja palvelukokemuksista. Uusien kysymysten kehittämisessä huomioitiin kansainväliset suositukset ja mittaristot, Lapsiuhritutkimus ja aikaisemmat Kouluterveyskyselyn aihetta käsittelevät kysymykset. Niillä vastattiin Lapsi- ja perhepalvelujen muutosohjelman 2016–2018 tavoitteeseen tuottaa säännöllistä seurantatietoa lasten ja nuorten väkivaltakokemusten yleisyydestä. (THL 2019.)

Kouluterveyskyselyyn 2019 vastasi yhteensä yli 250 000 lasta ja nuorta. Vastanneista pääosa oli tyytyväisiä elämäänsä ja suurin osa koki, että heillä on keskusteluyhteys vanhempiinsa. 8.–9.-luokkalaisista yli puolet, 4.–5.-luokkalaisista 75 prosenttia ja toisen asteen opiskelijoista kertoivat pitävänsä koulunkäynnistä. Humalahakuinen alkoholin juominen oli vähentynyt viimeisen vuosikymmenen aikana, ammattikoululaisista noin 25 prosenttia kertoi kuitenkin juovansa humalatilaa vähintään kerran kuukaudessa. Pojilla tämä oli yleisempää kuin tytöillä kaikilla luokka-asteilla. Henkistä väkivaltaa, eli kieltäytymistä puhumaan, loukkaamista, nöyryyttämistä, hylkäämisellä uhkaamista, esineiden lyömistä, lukitsemista johonkin tai väkivallalla uhkaamista vanhempiensa tai muun huolen pitäjän taholta kertoi viimeisen vuoden aikana kokeneensa 4–5. luokkalaisista noin 17 prosenttia, 8.–9.-luokkalaisista ja lukiolaisista yli 25 prosenttia. (THL 2019.)

Valtakunnan tasolla tuloksia käytetään politiikanohjelmien ja lakien toimeenpanon seurannassa ja arvioinnissa. Kunnallisella tasolla tuloksia sovelletaan hyvinvointijohtamisessa ja esimerkiksi laadittaessa lapsi- ja nuorisopoliittista ohjelmaa tai lastensuojelusuunnitelmaa. Oppilaitokset hyödyntävät tietoja kehittääkseen hyvinvointia, opiskeluhoitotyötä ja terveystiedon opetusta. (THL 2019.)

3.4.2 Amisbarometri

Amisbarometri on Suomen laajin toisen asteen ammatillisen koulutuksen kysely, se kerää tietoa ammattiin opiskelevien koulutuksesta ja hyvinvoinnista. Barometri toteutetaan, joka toinen vuosi ja sen toteuttaa Suomen Ammattiin Opiskelevien Liitto – SAKKI ry ja Opiskelun ja koulutuksen tutkimussäätiö Otus sr. SAKKI ry on ideoinut hankkeen ja sitä tukee Opetus- ja kulttuuriministeriö sekä Työ- ja elinkeinoministeriö. Ensimmäinen barometri toteutettiin vuonna 2015. Kysely on valtakunnallinen ja se jaetaan kaikkiin Suomen ammatillisiin oppilaitoksiin. Kyselyyn pyydetään vastausta kaikilta ammattiin opiskelevilta nuorilta ja aikuisilta perustutkinto-opiskelijoilta. Vuonna 2015 kyselyyn vastasi lähes 21 000 opiskelijaa kaikilta koulutusaloilta. (Amisbarometri 2019.)

Amisbarometrin (2019) avulla pyritään tuottamaan kattava kokonaiskuva Suomen ammattiin opiskelevien arjesta. Barometrin tuloksilla tähdätään paikkaamaan tiedollista aukkoa nuorten elämästä ja arjesta aina koulutuksesta asuinoihin ja sosiaalisiin kysymyksiin asti. Tutkimuksen tulokset ovat avoimia ja niitä voivat käyttää opiskelijat, oppilaitokset, yritykset, tutkijat ja toimittajat työssään. Amisbarometri on kokonaisuus, joka on luotu yhdessä koko ammatillisen koulutuksen kentän kanssa. Sen ei ole tarkoitus olla pelkkää tiedonkeräämistä, vaan myös työkalu kehittämistyöhön.

Amisbarometri (2019) koostuu seitsemästä erilaisista aihealueista tutkivista osista sekä taustatiedoista:

1. nykyiset opinnot
2. koulutukseen hakeutuminen ja aiemmat opinnot
3. kokemukset opiskelusta ja opetuksesta
4. opintojen edistyminen ja kiinnittyminen opintoihin
5. työssäkäynti, asuminen ja toimeentulo
6. työelämä ja tulevaisuus
7. hyvinvointi ja vapaa-aika
8. taustatiedot.

Vuoden 2019 Amisbarometriin osallistui 9584 ammatillisen toisen asteen opiskelijaa, vastanneista 19-vuotta tai alle oli 5810 opiskelijaa ja yli 20-vuotiaita 3199 opiskelijaa, joista kolmekymmentä ikävuotta ylitti 1580 opiskelijaa. Yli 30-vuotiaita oli mukana huomattavasti enemmän kuin aiempina vuosina. Ammatillista perustutkintoa opiskeli 8747 vastaajista ja tekniikan alan opiskelijoilta saatiin eniten vastauksia yhteensä 2 944 kappaletta. (Amisbarometri 2019.)

Vuoden 2019 barometrissä nousi esille lähiopetuksen tarve, sitä halusi lisää merkittävä 29 prosentin osuus. Kiinnostavan asiasta tekee myös se, että vuonna 2019 lähiopetuksen lisäämistä kannattavien osuus on ensimmäistä kertaa suurempi kuin työssäoppimista kannattavien. Vuosien vertailussa lähiopetuksen määrän sopivaksi katsoi vuonna 2015 yli 70 prosenttia, mutta

vuosina 2017 ja 2019 enää noin 60 prosenttia. Lähiopetuksen lisäämistä kannattavista 44 prosenttia kasvattaisi myös työpaikalla oppimisen määrää ja kymmenen prosenttia vähentäisi sitä. (SAKKI ry 2019.)

Merkittäväksi ongelmaksi nousi kiusaaminen. Ammatillisista opiskelijoista vertaisiltaan kiusaamista oli kokenut 19 prosenttia ja opettajien kiusaamisen tai väkivallan kohteeksi oli joutunut 12 prosenttia. Aiempiin vuosiin verrattaessa kiusaaminen oppilaiden kesken on vähentynyt, vaikka luku on edelleen huomattavan korkea. Opettajien oppilaisiin kohdistama kiusaaminen ei ole vähentynyt. Kaikissa vastaajaryhmissä on kokemuksia kiusaamisesta, häirinnästä, syrjinnästä ja rasismista, mutta vähemmistö ryhmät ovat uhreina useammin kuin muut. Kiusaamista kokivat erityisesti opiskelijat, joiden äidinkieli oli muu kuin suomi tai ruotsi. (SAKKI ry 2019.)

3.4.3 Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö (YTHS 2019) on toteuttanut valtakunnallisen opiskelijoiden terveystutkimuksen vuosina 2000, 2004, 2008, 2012 ja 2016. Tutkimuksen kohteena ovat alle 35-vuotiaat perustutkintoa suorittavat yliopisto-opiskelijat ja vuonna 2008 tutkimukseen mukaan otettiin ammattikorkeakouluopiskelijat. Kahdella ensimmäisellä kerralla otoksessa oli noin 5000 yliopisto-opiskelijaa ja jälkimmäisissä noin 5000 opiskelijaa molemmilta koulutussektoreilta. Vastausprosentit ovat vuosittain olleet 31–63 % välissä.

Opiskelijoiden terveydentilaa, terveystyötyymistä ja niihin linkittyviä tekijöitä, kuten sosiaaliset suhteet, opiskelu ja toimeentulo sekä terveyspalveluiden käyttöä, on kartoitettu tutkimuksessa fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta perspektiivistä kattavasti. Eri vuosina peruskysymykset on toistettu samalla tavalla. (YTHS 2019.)

Tutkimuksissa on ollut mukana erityisteemoja, jotka ovat vaihtuneet. Näitä ovat oppimisvaikeudet, sähköiset terveyspalvelut, internetin käyttö, rahapelaaaminen, matkustaminen, kiusaamisen ja väkivallankokemukset, opiskelu-uupumus liikunnan kulttuurien ja sosiaalinen merkitys, seksuaaliterveys ja seksuaalinen suuntautuminen, astma, atooppinen ihottuma, pään ja kasvojen alueen

kiputilat, istuminen sekä opiskelun ja perheen yhteensovittaminen. Useat tutkista aiheista linkittyvät opiskelijan työkykyyn eli opiskelukykyyn. (YTHS 2019.)

Terveystutkimuksen aineistosta on tehty yli sata julkaisua mm. väitöskirjoja, tutkimusraportteja, artikkeleita, abstrakteja ja muita kirjoituksia. Tietoja käytetään hyväksi myös opiskeluterveydenhuollon suunnittelussa ja ohjeistuksissa. Useassa yhteisöllisen terveyden edistämisen hankkeessa tiedot ovat toimineet ohjaavana tekijänä. (YTHS 2019.)

3.4.4 Muiden tutkimusten tuloksia opiskelijahyvinvoinnista

Opiskelijahyvinvointia on tutkittu monissa opinnäytetöissä, kandidaatin- ja pro gradu -tutkielmassa sekä muissa tutkimuksissa. Opiskelijahyvinvointia on tutkittu myös monesta näkökulmasta, näitä ovat muun muassa opiskelijoiden kokemuksen, kiusaamisen ja tukitoimien, tutoroinnin ja opiskeluympäristön näkökulma. Opiskelijahyvinvointia on myös tutkittu erilaisilla otoksilla, laajemmista valtakunnallisista tutkimuksesta, alueelliseen hyvinvointiin ja oppilaitokseen opiskelijoihin sekä aina rajoittuen yhden oppilaitoksen tiettyyn alaan.

Kavén (2018) tutki opiskelijakunnissa toimivien opiskelijoiden kokemuksia siitä, miten he kokevat opiskelijakuntatoiminnan vaikutukset hyvinvointiinsa ja osallisuuteensa Turun ammatti-instituutissa. Tulokset olivat, että opiskelijat kokivat pystyvänsä vaikuttamaan omaan ja muiden hyvinvointiin, mutta opiskelijat kokivat, ettei heidän järjestämäänsä toimintaa arvosteta muiden opiskelijoiden taholta yhtä paljon kuin henkilökunnan ja opettajien toimesta.

Lantto (2019) selvitti pro gradu -tutkielmassaan korkeakouluopintojen loppuvaiheessa olevien opiskelijoiden hyvinvointia ja pyrki löytämään hyvinvointia lisääviä tekijöitä sekä hyvinvointia vähentäviä tekijöitä. Tutkimuksen mukaan hyvinvointia heikensivät stressi, kiire, ahdistus, epävarmuus, sekä muiden ja omat odotukset ja hyvinvointia tukivat sosiaaliset suhteet, työ, oman elämäntilanteen arvostaminen, taloudellinen vakaus ja terveys.

Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian opiskelijoiden hyvinvoinnista tehtiin vuonna 2007 kattava kvantitatiivinen tutkimus, jossa kerättiin tietoa opiskelijoiden terveydentilasta, terveyskäyttäytymisestä, toimeentulosta ja opiskeluympäristöstä, sekä opiskeluterveydenhuoltopalveluista. Tutkimukseen vastanneista noin 400 opiskelijasta yli 70 prosenttia arvioi terveytensä hyväksi tai melko hyväksi. terveyttä heikentävänä tekijä ilmeni väsymystä sekä oireina ilmeni eniten niska- ja hartiakipuja, jännittyneisyyttä, hermostuneisuutta, päänsärkyä, vatsavaivoja, selän alaosankipuja, sekä ahdistuneisuutta. Ruokailutottumukset olivat parantuneet verrattuna vuonna 2005 Stadiassa suoritettuun tutkimukseen, 60 prosenttia piti ruoan terveellisyyttä tärkeänä. Opiskeluympäristöön oltiin suhteellisen tyytyväisiä ja opiskeluterveydenhuoltopalveluja käytettiin niukasti, johtuen palvelun tietoisuudesta. Opiskelijoista yli puolet olisivat suostuneet maksamaan opiskeluterveydenhuoltopalveluista, jos niiden laatu paranisi. (Harrington & Repo 2007.)

Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian opiskelijoiden hyvinvoinnista tehtiin vuonna 2007 myös kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimuksen funktiona oli selvittää opiskelijahyvinvointiin ja motivaatioon vaikuttavia tekijöitä. Haastattelututkimukseen otti osaa 11 harkinnanvaraisesti valittua opiskelijaa Stadian kolmelta eri toimialalta. Tutkimuksessa haastatellut nostivat esiin useita hyvinvointiinsa, terveyteensä ja motivaatioonsa linkittyviä asioita, joita olivat esimerkiksi opetusjärjestelyt, ilmapiiri, ihmissuhteet ja terveys. Tutkimustulosten mukaan stressi ja sen aiheuttamat psyykkiset ja somaattiset oireet olivat suurin yksittäinen hyvinvointia ja terveyttä heikentävä tekijä. Aineisto osoitti myös, että opiskelijat olisivat halunneet enemmän tilaisuuksia palautteenvaihtoon ja vuorovaikutukseen opettajiensa kanssa. Esiin tuotiin myös puutteita opetusjärjestelyissä sekä opiskeluilmapiirin ja ihmissuhteiden vaikutusta hyvinvointiin ja motivaatioon. (Suontama ym. 2007.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

4.1 Tutkimuksen kohde

Tutkimuksen kohteena on toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien opiskelijahyvinvointi. Kohderyhmänä tutkimuksessa ovat ammatillisen koulutuksen opiskelijat iästä ja sukupuolesta sekä koulutusalaista riippumatta. Tutkimukseen haastateltavat valikoituivat ammatillisista oppilaitoksista omalta toimialueeltani Helsingistä ja Mikkelistä. Lähetin sähköpostia oppilaitosten opinto-ohjaajille ja etsin halukkaita osallistujia tutkimukseen, osallistuminen oli siis täysin vapaaehtoista.

Tavoitteena on saada tietoa miten ammatillisessa koulutuksessa opiskelevat opiskelijat kokevat opiskelijahyvinvointinsa tällä hetkellä. Ammatillisen koulutuksen reformi on tuonut paljon muutoksia mukanaan ja tutkimuksessa halutaan syventää tietoa ammattikouluopiskelijoiden hyvinvoinnista.

4.2 Tutkimuskysymykset

Tieteellinen tutkimus vaatii päättäväistä ja vakavaa ponnistelua ratkaista jokin täsmällisesti määritelty tutkimusongelma. Perinteisesti etenevässä tutkimuksessa ongelma määritellään ja esitetään mahdollisimman tarkkaan. Puhutaan tutkijan ammattitaidosta muotoilla ongelmia. Tutkimuksen pääongelma pyritään tiivistämään tutkimuksen johtoajatuksen mukaisesti. Pääongelman tarkasteleminen saattaa synnyttää osaongelmia. Metodioppaat sanovat, että tutkimusongelmat tulee olla selvillä ja selkeät ennen aineiston keräämisen aloittamista. Järjestys kuitenkin voi muuttua, jos kyseessä on kvalitatiivinen tutkimus. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ongelma saattaa muuttua tutkimuksen edetessä. Pääongelma on usein yleisluonteinen kysymys, joka kuvaa tutkittavaa kokonaisuutta. Alaongelmien vastauksien avulla saadaan vastauksia myös pääongelmaan. Tutkijan tulee osata havaita ongelmia ja rajata niitä. Nämä taidot kehittyvät, kun on etsittävä ja huomattava oikea tutkimuskysymys tai -kysymykset. Vanha sanonta kuuluu, hyvä kysymys on puoli vastausta. Yleisesti tutkimusongelmat esitetään kysymysmuodossa, perusmuoto määrittää tutkimuksen tarkoituksen. Kuvaileva tutkimus kysyy, miten tai millainen jo-

kin asia on. Selittävä tutkimus puolestaan kysyy, miksi jokin asia on tietyllä tavalla tai mitä seuraa tietyistä asioista. Tutkimus kysymykset on hyvä muotoilla siten, että ne voidaan ratkaista käyttämällä alan tutkimusmenetelmiä. (Kniivilä ym. 2017, 28–29; Hirsjärvi ym. 2013, 121–124.)

Tutkimuksessa on yksi päätutkimuskysymys ja kaksi alatutkimuskysymystä. Ne muotoituivat prosessin aikana seuraavanlaisiksi:

Millainen on toisen asteen ammatillisten opiskelijoiden opiskelijahyvinvointi reformin jälkeen?

Alatutkimuskysymykset

1.1 Millainen on opiskelijoiden psyykkinen hyvinvointi?

1.2 Millainen on opiskelijoiden fyysinen hyvinvointi?

Opinnäytetyön tutkimusongelma oli hyvin selkeä alusta asti. Opinnäytetyön tekijä oli prosessoinut aihetta ennalta ja päätenyt kyseessä olevaan tutkimusongelmaan. Ongelma oli helposti muunnettavissa tutkimuksen päätutkimuskysymykseksi. Alatutkimuskysymykset muotoituivat päätutkimuskysymyksen taustateorian analysoimisen kautta. Alatutkimuskysymykseksi oli ehdolla myös kolmas alakysymys, millainen on opiskelijoiden sosiaalinen hyvinvointi? Opinnäytetyön tekijä halusi kuitenkin rajata tutkimusta jättäen tämän aspektin suoran tutkimisen pois. Opiskelijahyvinvointiin sisältyy kuitenkin oppimisympäristöt, opiskelijayhteisöt ja opiskelijan omat yhteisöt, joita tutkittiin päätutkimuskysymyksen yhteydessä.

4.3 Tutkimusote ja aineistonkeruumenetelmä

Tutkimusotteena käytetään kvalitatiivista tutkimusotetta. Kvalitatiivinen tutkimusote sopii tähän tutkimukseen, koska aineistoa käsitellään sisältäpäin juuri sellaisena kuin tutkimukseen osallistuneet opiskelijat sen kokevat. Kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimusotteella toteutetussa tutkimuksessa tutkitaan merkitysten maailmaa, joka on ihmisten välinen ja sosiaalinen. Merkitykset kehittyvät suhteina ja niiden edustamina merkityssuhteina, jotka puolestaan syntyvät ihmisistä lähtevistä ja päättyvistä tapahtumista, esimerkiksi toimintana,

ajatuksina, päämäärinä ja yhteiskunnan rakenteina. Tarkoituksena on saavuttaa ihmisen omat kuvaukset koetusta todellisuudesta. Kuvausten voimme olettaa sisältävän asioita, joiden ihminen katsoo olevan merkityksellisiä itselleen. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään yleensä tapahtuneiden tosiasioiden löytämiseen tai paljastamiseen, ei haluta näyttää toteen olemassa olevia teorioita. (Vilkkä 2015, 118–119; Hirsjärvi ym. 2013, 156–157.)

Laadullisen tutkimuksen luonteenomaisia aineistonkeruumenetelmiä ovat teema- ja ryhmähaastattelut, avoin haastattelu ja osallistuva havainnointi. Tieteellisessä tutkimuksessa laadullisia menetelmiä käytetään aiheiden tutkimiseen, joista ei ole tietoa kovinkaan paljon ja joista tahdotaan enemmän ymmärrystä. Tutkittavien määrä on huomattavasti pienempi kuin määrällisessä tutkimuksessa, mutta toisaalta analysoitavaa aineistoa muodostuu usein paljon. Suppeasta kohteesta on tarkoitus hankkia runsaasti tietoa, jotta ilmiötä voidaan ymmärtää paremmin ja kokonaisvaltaisemmin. Lähtökohta laadulliselle tutkimukselle on kuvata todellista elämää, jonka ymmärrämme monimuotoiseksi kokonaisuudeksi. Tutkimuksen kohteen valinta on tarkkaa ja tutkija on tutkittavien läheisyydessä, jopa osallisena toiminnassa. Tutkijan tulee tehdä luotettavia tulkintoja tutkittavasta ilmiöstä. Luotettavuutta voidaan lisätä triangulaatiota käyttämällä, tutkimalla ilmiötä useilla menetelmillä ja eri näkökulmista. Tämä voidaan tehdä mahdolliseksi käyttämällä eri aineistoja ja tiedonkeruumenetelmiä. (Ojasalo ym. 2014, 105.)

Teemahaastattelu on tyypiltään lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto ja sille on tyypillistä, että teemat ovat tiedossa, mutta kysymysten tarkka järjestys puuttuu. Teemahaastattelua käytetään paljon kasvatustieteellisessä tutkimuksessa. Tämä on käyttökelpoinen myös kvantitatiiviseen painotuneessa tutkimuksessa, koska siitä voidaan laskea esimerkiksi frekvenssejä ja se voidaan saattaa tilastolliseen muotoon. Teemahaastattelun etuna voidaan pitää myös sitä, että se ei sido tiettyyn muottiin, kvalitatiiviseen tai kvantitatiiviseen, eikä se määrittele miten syvälle haastattelussa mennään tai haastattelukertojen määrää. Tämän sijaan haastattelu etenee tiettyjen teemojen mukaan. Teemahaastattelussa tuodaan esiin se, että ihmisten käsitykset ja heidän asioilleen antamat merkitykset ovat ensisijaisia ja syntyvät vuorovaikutuksessa. (Hirsjärvi ym. 2013, 203; Hirsjärvi & Hurme 2000, 41–47.)

Teemahaastattelulla voidaan saavuttaa monia etuja. Kahdenkeskisessä haastattelussa on suuremmat mahdollisuudet motivoida ihmistä verrattuna lomake-tutkimukseen ja etsiä kokemuksia syvemmillä ihmisestä. Aiheiden järjestyksen säätely on myös helpompaa ja mahdollistaa tarkentavat kysymykset ja täsmennykset. Haastateltava kohdataan tutkimustilanteessa subjektina ja hän luova ja aktiivinen osapuoli. Teemahaastattelun ongelmakohtiksi on katsottu se, että haastattelussa ei pystytä takaamaan anonyymiutta ja lisäksi haastattelut ovat aikaa vieviä ja työläitä toteuttaa. Haastateltava voi kertoa myös sosiaalisesti hyväksytyjä tai itsensä kannalta edullisia vastauksia. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 36.)

Teemahaastattelu valikoitui tutkimuksen aineistonkeruumenetelmäksi, koska haastattelu on mukautuva menetelmä aineiston keräämiseen. Haastateltavat ottavat tutkimuksessa aktiivisesti osaa ja luovat merkityksiä. Tutkija on suorassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa haastattelu tilanteessa ja tämä tekee tiedonhankinnan kohdistamisen mahdolliseksi ja voidaan saada esiin myös haastateltavan motiiveja. Haastattelu tilanteessa on myös mahdollista esittää tarkentavia kysymyksiä suoraan haastateltaville. Teemahaastattelun sävyyn kuuluu, että myös haastateltava esittää tarkennuksia. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 34–35, 47–48, 66.)

4.4 Aineistonkeruuprosessi

Aineistonkeruuprosessin kulmakivenä toimi Amisbarometri 2019 -kyselytutkimuksen tulosten pohjalta laadittu teemahaastattelulomake. Amisbarometrin aineistonkeruu piti alkuperäisen suunnitelman mukaan toteuttaa keväällä 2019 ja aineiston tulla ulos syksyllä 2019. Aineiston keruuseen haluttiin kuitenkin lisää vastaajia ja sen vastausaikaa jatkettiin syksyyn 2019. Aineisto julkaistiin joulukuussa 2019. Amisbarometriin pohjautuen laadittiin teemahaastattelu-runko joulukuussa 2020. Barometrin määrällisen aineistosta nousi esiin monia mielenkiintoisia teemoja muuna muassa kiusaaminen, yksinäisyys ja lähiope-tuksen tarve.

Tutkimuksen aineisto muodostuu laadullisista teemahaastatteluista. Teema-haastattelulomakkeen runko tehtiin Amisbarometrin tulosten pohjalta. Laadulli-

seen tutkimusaineistoon haastateltiin kahdeksaa ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevaa opiskelijaa. Haastateltavista kuusi ovat naisia ja kaksi miestä. Iän vaihteluväli oli 16–38-vuotta. He opiskelivat neljän eri koulutuksen järjestäjän alaisuudessa ja myös neljässä eri perustutkinnossa. Haastateltavat valikoituivat kaupungeista, joissa pääasiassa toimii Mikkelistä, Helsingistä ja Nurmijärveltä. Laadin sähköpostiviestin (liite 2), jonka lähetin näissä kaupungeissa toimivien ammatillisten oppilaitosten opinto-ohjaajille. Opinto-ohjaajat osoittivat minulle opiskelijoita. Osaan olin itse yhteydessä ja sovin haastattelut ja osan sopivat opinto-ohjaajat. Jokainen haastattelu tallennettiin samaa ääninauhuriapplikaatiota hyödyntäen. Teemahaastatteluihin kuuluu luonteenomaisesti haastattelujen tallentaminen. Tallentaminen sujuvoittaa ja saa haastattelun etenemään ilman katkoja (Hirsjärvi & Hurme 2000, 92). Haastattelupaikat olivat joko luokahuoneita tai muita oppilaitosten tiloja, joissa olivat paikalla opinnäytetyöntekijä ja haastateltava. Aikaa yhteen haastatteluun kului keskimäärin puoli tuntia.

4.5 Aineiston analyysi

Haastatteluin kerätty tutkimusaineisto täytyy muuttaa tutkittavaan ja analysoitavaan muotoon. Analysoitava aineisto laadullisessa tutkimuksessa on yleensä joko kuva- tai tekstimuotoisena ja näin ollen nauhoitetut haastattelut litteroidaan tekstiksi. Vuoropuhelua tutkijan ja tutkimusaineiston välillä tapahtuu litteroinnin aikana, tästä on apua määriteltäessä mikä on riittävää tulkintaa tutkimusongelman näkökulmasta. Litterointi parantaa tutkimusaineiston analysointia eli sen johdonmukaista läpikäyntiä, ryhmittelyä ja lajittelua. Usein keskustellaan siitä, pitääkö aineisto litteroida kokonaan vai osittain, koska litterointi on vallan työläs vaihe tutkimuksessa. Litteroinnin tarkkuus riippuu hyvin pitkälti tutkimuksen muista lähestymistavoista. Kielen rakenteiden merkityksiin suunnatussa tutkimuksessa, kuten diskurssianalyysi, litteroinnin tulee olla erittäin pikku tarkkaa ja huolellista kohdistuen koko aineistoon. Tehtiin litterointi, miten vain, sen tulee kuitenkin vastata haastateltujen kertomia, eikä sitä saa muokata tai muuttaa. Nykyisin käytetään myös ulkopuolisia litterointi palveluja, silloin on tärkeää varmistaa, että tutkija ja litteroija ovat ymmärtäneet symbolit ja niiden selitykset samalla tavalla. (Vilkkä 2015, 137–142.)

Tutkimuksessa aineiston litterointi tehtiin, jokaisen haastattelun kohdalla samalla tavalla ja tarkkuudella. Tarkkuudessa huomioitiin se, että litterointi vastasi haastateltavien kertomia asioita täsmällisesti. Opinnäytetyöntekijä litteroi itse kaiken aineistonsa.

Laadullista tutkimuksen aineistoa voidaan analysoida usein eri tavoin. Analyysitavat pystytään karkeasti erottelemaan kahteen eri ryhmään, selittämiseen pyrkivään tai ymmärtämiseen pyrkivään analyysiin. Tutkijan on valittava analyysitapa, jolla saadaan parhaiten vastaus tutkimusongelmaan. Laadullisessa tutkimuksessa aineistoa voi olla niin paljon että, tutkija ei pysty hyödyntämään kaikkea, tosin kaiken materiaalin ei ole tarpeenkaan päätyä analyysin alle. (Hirsjärvi ym. 2013, 219–220.)

Sisällönanalyysiä on mahdollista toteuttaa joko aineistolähtöisesti tai teorialähtöisesti. Aineistolähtöisessä analyysissä tutkijan tavoite on löytää tutkimuksen aineistosta eräänlainen toiminnan logiikka tai aineistonsa ohjaamana jonkinlainen tyyppikertomus. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä liikkeelle lähdetään teoriasta, heti alusta alkaen tutkimus tukeutuu jonkun auktoriteetin teoriaan, malliin tai ajatteluun. Alussa kuvataan tutkimusta suuntaavat mallit ja teoriat ja ne ohjaavat voimakkaasti analyysiä. Sisällönanalyysitavat eroavat toisistaan siten, että teorialähtöisessä sisällönanalyysissä on tarkoitus uudistaa teoreettista käsitystä tutkittavien kertomien merkitysten avulla. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä taas pyritään ymmärtämään tutkimuksen kohteena olevien toiminta- ja ajattelutapoja. (Vilkkä 2015, 163–171.)

Tutkimuksessa on toteutettu teorialähtöistä sisällönanalyysiä. Ensin on mietitty mitä osa-alueita opiskelijahyvinvointiin kuuluu ja otettu ne osa-alueet aineiston luokittelun lähtökohdiksi. Haastateltavien kertomukset luokiteltiin analyysiä näiden osa-alueiden mukaan.

5 TUTKIMUSTULOKSET

5.1 Opiskelijahyvinvointi reformin jälkeen

Ammatillisen koulutuksen reformi on opiskelijoille hyvin vieras. Tutkimuksessa haastatelluista kahdeksasta opiskelijasta ainoastaan yksi tiesi sen tuomista

muutoksista ja tunnisti vaikutuksia opiskeluun. Hän oli uudelleen kouluttautuja, joka oli suorittanut ensimmäisen ammatillisen koulutuksensa 2000-luvun alussa. Toki suurin osa haastateltavista tiesi esimerkiksi, että nykyään arvioidaan osaamista eikä niinkään sitä missä ajassa asiat opitaan.

H1: Sekavampaa, koulutus on paljon sekavampaa nykyään. Nyt ei oo selkeätä linjaa, että mitä tehdään milloinkin, vaan se vaihtelee koko ajan. Ennen se oli, että on tietyt asiat mitä käydään ja ne käytiin kahden vuoden aikana kaikki eikä ne muuttunu.

Muut haastatellut eivät olleet tietoisia, että ammatillista koulutusta on reformoitu ja muuttunut. Kysyttäessä tietoja, kokemuksia tai opiskelun muutoksia ammatillisen koulutuksen reformista vastaukset osoittivat selkeästi tietämättömyyden tällä osa-alueella.

H4: Aika tuntematon juttu...Hei kesälomasta muistan et oli vaan neljä viikkoo...Onhan se vähän silleen, että harmittaa, että ei pääsekään kesällä tekeen mitä huvittaa. On se sitten kuitenkin heinäkuu meillä loma.

H5: Ei ole kyllä mitään tietoa, tuun lukiopohjalta amikseen opiskelee.

H6: En kyl tiä tosta mitään. Valmistuin 2018 kevääl kyl amiksesta.

Haastateltavat, jotka kertoivat, etteivät tieneet ammatillisen koulutuksen reformista, tunnistivat kuitenkin sen muutoksia. Esimerkiksi loma-aikojen muutokset ja osaamisperusteisuuden sekä joustavan hakemisen. Ammatillisiin oppilaitoksiin oli tultu opiskelemaan hyvin erilaisilla taustoilla. Osalla oli toinen ammatillinen tutkinto vanhojen tutkinnonperusteiden mukaan suoritettuna. Osa tuli lukion jälkeen oppimaan ammattia ja osa oli aloittanut uuden ammatillisen koulutuksen suoraan peruskoulun jälkeen.

Ammatillisen koulutuksen osaamisperusteisuutta jokainen haastateltava piti hyvänä asiana. Sen todettiin olevan myös tärkeä opintoja nopeuttava tekijä. Ammatillisessa koulutuksessa arvioidaan opiskelijan osaamista ja sillä missä se on hankittu ei ole merkitystä. Tämä mahdollistaa hyvinkin nopean siirtymisen osaamisen osoittamiseen ammattiosaamisen näytössä.

H1: Ei tarvii enää tuntitolkulla enää treenailla. Sit jos sä osaat sen ni sit sä teet sen ja that's it.

H4: Ni sitten, ku opettajat huomaa, että oot oppinu ni opettajat kyllä järjestää että voit mennä johonkin työssäoppimaan.

H7: Näytöillä voi nopeuttaa, jos löytyy osaamista...Amiksessa meille annettiin aikaa tehdä asioita omaan tahtiin – – Osaamiseen perustuva on hyvä juttu.

Nykyään ammatillisessa koulutuksessa on käytössä opintoviikkojen sijaan osaamispisteet. Osaaminen ei ole enää sidottu aikaan. Haastateltavat arvioivat kuinka kauan osaamisen hankkiminen kestää ja millaiset asiat sen nopeuteen vaikuttaa. Oma historia oli tekijä, jonka katsottiin vaikuttajan eniten osaamisen hankkimisen nopeuteen. Taustalla voi olla toinen tutkinto, josta on jo kertynyt osaamista. Myös harrastusten tai mielenkiinnon kohteiden kautta hankittujen taitojen koettiin nopeuttavan osaamisen hankkimista. Käytännön tekeminen katsottiin tärkeäksi osaamisen hankkimisen kannalta, niin koulussa kuin työpaikoilla.

H8: Ite opin työhön liittyvät helpommin, ku tykkään tehdä käsillä asioita.

H7: 2 vuodessa voi saada perusosaamisen tähän alaan. Perustutkintoon 2 vuotta.

H6: Hyvin yksilöllistä. Jollain voi olla luonnostaan jotain amisalojen taitoja.

H2: Kun pääsee käytännön juttuun ja näkee ni sittenhän sen oppii melkein niinku samantien.

H1: Niin ja onhan se ihan hirveesti ihmisestä riippuvaista. Jos tää ois mun ensimmäinen tutkinto, ni sit tää varmaan olis hankalaa. Mutta tottakai kun on sitä kokemusta niin.

Tutkimuksen mukaan osaamisperusteisuuteen ja osaamispisteisiin siirtymistä pidettiin hyvänä asiana. Koulutuksen koettiin olevan paljon joustavampaa, kun katsotaan kertyvää osaamista tai jo olemassa olevaa osaamista. Osaamisen näyttämistä näytöillä pidettiin myös joustavana. Opiskelijan taustat ja opiskeltava ala liittyivät osaamisen hankinnassa yhteen. Joku voi olla tehnyt harrastuksena esimerkiksi mopojen yms. korjausta. Näin hän on hankkinut harrastuksellaan osaamista vaikkapa autoalan tutkintoihin.

Opintoja nopeuttaviksi tekijöiksi haastateltavat totesivat oman aktiivisuuden ja myös työpaikoilla tapahtuvan oppimisen katsottiin nopeuttavan opintoja. Niissä pääsi suorittamaan myös tutkinnonosien näyttöjä ja edistämään omia opintojaan. Ammatillisen koulutuksen osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen koettiin myös tutkintoja nopeuttavaksi tekijäksi. Jos on aikaisempia soveltuvia koulutuksia niin niistä saa suoraan osaamispisteitä.

H6: Oma aktiivisuus...Työssäoppimiset niissä sai suoritettua paljon näytöillä opintoja. Hyväksiluvut nopeuttaa kans.

H8: No antaa tehdä omaan tahtiin tehtäviä eikä tarvi oottaa koko ryhmää.

Lähiopetuksessa ja opinnoissa yleensäkin omaan tahtiin tehtävien tekeminen oli myös mieluisa tapa nopeuttaa osaamisen kertymistä. Ei tarvitse odottaa, että kaikki opiskelijat ovat valmiita tehtävistä, vaan voi pitää omien resurssiansa mukaista opiskelu tahtia.

Opintoja hidastavia tekijöitä haastateltavat kertoivat monia. Esimerkiksi oppimisvaikeudet koettiin haastaviksi ja niitä oli osalla todettukin. Poissaolot, joko sairaudesta tai muusta sellaisesta, tai luvattomina koettiin hidastaviksi. Opetustyyli, siirtyminen eri oppimisympäristöjen välillä ja kavereidenkin todettiin hidastavan oppimista.

H8: Oppimisvaikeudet oppilaalla. Mulla on itellä luetun ymmärtäminen ja vieraat kielet on vaikeita. Lukeminen aika hidasta. Lintsaaminen voi hidastaa ja poissaolot.

H7: Meil on iso avoin oppimistila siel kerrokseks mis on vaan meidän alaa. Sinne voi mennä tekee tehtävii mut sinne, jos mene kavereiden kaa niin ei tehdä mitään vaan ollaa vaan. Harvinaisen usein menee sit jutteluks.

H6: Huonot opettajat, ei osallistuta vaan kertoo vaan ja pitää vaan kuunnella. Osallistava opettaminen toimii mun mielestä parhaiten.

H5: Vammat hidastaa ei pysty osallistumaan niin paljon.

H4: Ehkä se että käydään samoja asioita aika pitkään. Niin että sitten kun osaa sen, mutta sit jotkut, jotka ei siinä ryhmässä osaa ni pitää oottaa että nekin sitten oppii.

H1: Se että hypitään koulun ja harjoitusalueen välillä...Joo, se varsinainen harjoitusalue on kauempana. Sinne menee se puol tuntia

ajaa tästä näin Mutta kun tässä on just sekasi kaikkea. Et pitäis olla pelkästään kuukausi siellä ja siellä pitäis sitten teoritkin käydä.

Opintoja hidasti tehtävien tekemättömyys, osaltaan tähän vaikuttivat oppimisvaikeudet ja myös se, että itsenäinen tehtävien tekemisen sijaan sosialisoiduttiin kavereiden kanssa. Oppilaitoksien struktuurin katsottiin myös olevan hidastava tekijä, esimerkiksi jos siirtyisiin eri oppimisympäristöjen välillä kului aikaa. Myös erilaisia vammoja pidettiin hidastavana tekijänä, koska ne aiheuttavat poissaoloja tai vaikeuttavat osallistumista opetukseen.

5.2 Psyykinen hyvinvointi

Psyykkisen hyvinvointinsa erittäin huonoksi kokivat kaksi haastatelluista. Tähän olivat syynä arjen haasteet ja aiemmin sairastetut psyykkiset sairaudet. He kokivat suhteellisen suurta stressiä ja väsymystä arjessa ja koulussa. Stressi ja väsymys puolestaan näkyivät poissaoloina koulusta.

H3: Huonoksi, noi asiat aiheuttaa stressiä...mul on niin paljo kaikkee muuta, että tuntuu ettei jaksa tulla kouluun kun on niin väsyny niistä muista jutuista.

H4: Koska on ollu just masennusta ja tälleen ni.

Masennus ja muut psyykkiset sairaudet olivat aiheuttaneet poissaolojen lisäksi, jopa koulutuksen keskeyttämistä. Psyykkisten sairauksien tapauksessa oli vaikeaa tulla paikalle kouluun ja näihin olikin tehty erityisjärjestelyitä muun muassa lyhentämällä kouluviikkoa. Tämä oli helpottanut kuormaa opiskelusta ja antanut aikaa levolle.

H4: Mullakin oli tuossa syksyllä lyhennettyjä viikkoja, niin et kävin vaan kolme kertaa viikossa koulussa ja loput olin sitten kotona.

Kuusi haastatelluista asetti psyykkisen hyvinvointinsa vähintään tyydyttävälle tasolla. Stressiä ja huolestuneisuutta aiheuttivat yhteishaku korkeakouluihin, rahan riittävyys, työssäoppimispaikan saanti ja näytöt sekä menneisyyden tapahtumat. Nämä eivät kuitenkaan vaikuttaneet liikaa psyykkiseen hyvinvointiin ja haastateltujen toimintakyky pysyi yllä.

H1: Melkosen hyvä, ei silleen. Kyllähän sitä nyt välillä mieltii jotain menneitä asioita mitä on toilaillu mutta et pääsääntöisesti se on tosi hyvä. Mää oon psyykelääkkeet lopettanu tuossa 1,5 vuotta sitten ja pärjään ilman niitä. Ja mieliala pysyy korkealla eikä oo mitään semmosta surullisia hetkiä.

H2: Joo toki välillä on vähän stressiä, vaikka jostain näytöistä tai työpaikan saamisesta mutta kaikki muuten hyvin.

H7: Ihan hyväks, et ei oo mitään hirveetä stressiä tai tuntuis että olis asiat huonosti.

H6: Yhteishaku ens kuussa niin sieltä tulee pientä stressiä, muuten hyvä. Noin kasi. Raha stressaa kans jonkin verran.

Myös tyydyttävälle tasolle psyykkisen hyvinvointinsa asettaneet kokivat stressiä erilaisista asioista. Monella stressi johtui muista kuin sen hetkisestä koulutuksesta. Rahan riittävyys on yksi tekijä joka opiskelijoissa aiheuttaa stressiä. Tämä koskee erityisesti sitä osaa, joka on muuttanut opiskelemaan toiselle paikkakunnalle. Opiskeluun ohella täytyi välillä tehdä töitä, jotta pärjäsi rahallisesti.

H6: Välil käyn vielä töissä.

Hieman alle puolet kokivat opiskelijahyvinvointinsa suhteellisen huonoksi. Kokemukseen heikentävästi vaikuttivat, opiskelun ja tehtävien aiheuttama stressi ja osa koki myös vuodenajan olevan sellainen, että on hankalampaa. Koulun ulkopuolinen elämä aiheutti myös opiskelijahyvinvoinnin laskemista, kokemukset siitä, että on liikaa tekemistä koulun ulkopuolella mm. pienempien sisarusien hoitoa vanhempien työn teon takia. Toisaalta myös koulun isohkot ryhmäkoot ja luokassa tapahtuvan yleisen hälinän koettiin vaikuttavan hyvinvointiin.

H3: Tosi korkea ...Joudun hoitaa mun kolmee alle 3 vee pikku veljee ja isä tekee 12 tuntisii työpäivii ja mä oon koulussa kaikesta jäljessä.

H4: Kyllä koulu on välillä aika stressaavaa, ku tulee paljon tehtäviä ja tälle. Ite otan semmosen asenteen, että teen niin paljon ku jaksan ja loput myöhemmin...No mulla ainakin tämä talviaika on tosi vaikee ku ei oikein jaksais ja väsyttää koko ajan.

H8: "Välil tunnrit on et ei pysty keskittyy luokassa... koska siel on hälinää ja en tykkää olla isos porukassa pienessä tilassa.

Haastatteluissa hieman yli puolet opiskelijoista koki opiskelijahyvinvointinsa vähintään hyväksi. Koulun oli helppo mennä ja se koettiin innostavaksi. Haluttiin opiskella lisää ja koulun sanottiin olevan innostavaa.

H1: Erittäin hyväksi. Innostuneeksi. Millään en malttais lopettaa koulua vielä kesäkuussa, että haluaisin vähän vielä opiskella.

H2: Ihan hyvä kait. Ei nyt mitenkään, en nyt hirveemmin liiku, mutta tuota, emmä tiiä ei se oo vaikuttanu elämään millään tavalla.

H7: Hyväksi koen. Koulun on mukava mennä, se ei tunnu pakolta. Mietin että nyt pääsen taas koulun.

Luokan ryhmädynamiikkaa painotettiin parantavana tekijänä. Opiskelijoiden hyvä luokkahenki oli osan haastateltavista mukaan tärkeässä roolissa hyvinvoinnin parantamisessa ja myös se että, koulussa on kavereita. Koko oppilaitoksen yhteisöllisyyden merkitystä pohdittiin myös hyvinvoinnin rakentajana.

H5: Hyvä ryhmä henki parantaa, meil on kyl hyvä.

H7: Ehkä vois parantaa, että tehtäs tutkintojen välillä yhteistyötä. Kaikki pääsis tutustuu kaikkiin. Koko koulun yhteisöllisyys paranis.

H2: Kaverit. Vapaa-aika aika, saa hengaila ulkona.

Kokonaiskuormituksen hallinnan kanssa oli hankaluuksia noin puolella haastatelluista. Pitkä koulumatka aiheutti päivien venymistä myöhään iltaa. Osalla muun elämän opiskelujen ulkopuolella aiheutti poissaoloja koulusta ja tehtävien laiminlyömistä. Myös työssäoppimisten keskeytyksiä oli aiheutunut.

H3: Joo ja poissaoloja...Ja oon tosi ylikuormittunut, että jaksaa tulla koulun...Tullu liikaa poissaoloja niinku mulla on nyt. Mun sairauspoissaolojen takia ja tän väsymyksen takia. Mitä mä oon kokenut vapaa-ajalla ja koulussa.

H4: No itellä ainakin, kun on niin pitkä matka kotiin ni just menee tunnin välein busseja ni sitten on aika myöhään illalla kotona.

H8: Pitkät bussimatkat 45 min suunta on aika kuormittavii.

Kiusaamisen jokainen haastateltava nosti esiin opiskelijahyvinvointia laskevaksi tai psyykkistä hyvinvointia heikentäväksi tekijäksi. Osa koki myös että,

kiusaamiseen ei oppilaitoksen tai opettajien suunnasta puututa tarpeeksi. Yksikään haastateltavista ei maininnut opettajaa kiusaajaksi, tosin erilaiset uhkailut esimerkiksi oppilaitoksesta erottamisella nousi esiin. Osa koki myös, että kiusaamista tapahtuu jopa heidän luokallaan ja, että opettajat eivät puutu siihen tarpeeksi tai eivät ollenkaan.

H8: Kiusaaminen ja tällee ja sit motivaatio loppuu...on kyl mejän luokassa ollu, mut ei mua. Pilkataan ja sillee.

H3: Tosi paljon semmosta haukkumista, sanoilla enemminkin, oon yrittänyt puuttua asioihin mutt ei mua oo kuunneltu. En oo kuullu että opettajat olis puuttunut.

H5: Kiusaaminen olis kyl semmonen mikä laskis hyvinvointii ja niin, mut meil ei koulussa oo kiusaamista. Et täälä on tosi hyvä porukka jäljellä.

H3: Enemmänkin uhkaa erottamisella...jos on tullu liikaa poissaoloja, niinku mulla on nyt. Mun sairaspöissaolojen takia ja tän väsymyksen takii – – Kannustus toimis paremmin. Uhkailu vaan tuottaa enemmän vaan stressiä.

Yksinäisyys nousi haastatteluissa vahvana psyykkisenä tekijänä esiin. Kavereiden puute oli tähän yksi selkeä tekijä. Syitä kavereiden vähyyteen olivat muun muassa toiselta paikkakunnalta muuttaminen ja jaksamattomuus lähteä kotoa kavereiden luo. Kuitenkin kun kavereita lähti tapaamaan, niin se oli hauskaa ja paransi hyvinvointia.

H2: Et jos on vaikka yksinäinen tai muuta, se varmaan tietysti...Tällä hetkellä en sano, että oon yksinäinen, mutta enemmänkin että jaksaako mennä. Kattooko netflixia vai meneekö ulos. – – Sitten ku menee niin onkin, että hyvä että jaksoin mennä. On kivaa.

H3: Ei oo. Mä muutin viime kesänä vasta tänne...Jos olis aikaa niin, olis kiva tehdä kavereiden kanssa jotain mennä, vaikka leffa.

Noin puolet haastateltavista kokivat, että heillä on tarpeeksi kavereita. Yksi haastateltava koki, että kavereita on tarpeeksi, mutta nyt on menossa opiskelun takia hiljaisempi jakso kavereiden tapaamisessa. Hän kuitenkin piti säännöllisesti muulla keinoin yhteyttä kavereihin.

H1: Joo, mutta mulla on ollu nyt noin kuukauden verran semmonen hiljainen jakso, etten mää on oikein pitäny oikein keneenkään yhteyttä. Se on just näiden opiskelujen takia, ei halua sitten sitä ylimääräistä höyhentämistä mihinkään suuntaan. En jaksa käydä kenelläkään.

H4: Joo, semmonen kourallinen. En mä silleen hirveesti tarvii. Paremmat kaverit asuu eri paikkakunnilla, mutta on mulla koulussa muutama hyvä kaveri.

H5: On tarpeeks. Täältä saanu hyviä kavereita joukkueesta ja koulusta.

Osalla kaverit olivat jääneet entiselle asuinpaikalle ja uusia ei ollut vielä ehtinyt tai halunnut hankkia. Osalla kavereita oli vähän, mutta he kokivat määrän kuitenkin riittäväksi. Kavereiden kanssa olemiseen tarvitsee myös aikaa, jota opiskelukin kuluttaa. Kavereiden rooli nähtiin tutkimuksessa tärkeänä voimavarana parantamaan hyvinvointia.

5.3 Fyysinen hyvinvointi

5.3.1 Fyysisen hyvinvoinnin osatekijät

Haastateltavat kokivat fyysisen hyvinvointinsa huomattavasti paremmaksi kuin psyykkisen hyvinvointinsa. Ainoastaan yksi haastateltavista koki fyysisen hyvinvoinnin olevan erittäin huono, yksi keskinkertaiseksi ja loput kuusi koki fyysisen hyvinvoinnin vähintään hyväksi.

H3: Tosi huonoksi

H4: No omasta mielestä hyvä. Se on parempi, ku psyykkinen.

H2: Väsymystä silloin tällön mutta se johtuu siitä, kuitenkin jos käyt koulussa ja meet vähän töihinkin niin.

H6: Oikein hyvä, kasi puoli. – –Salilla ja tanssin. Koirakin pakottaa lenkkeilee.

Fyysistä hyvinvointia laskevia tekijöitä tutkimuksessa tuli ilmi monia. Yksi osatekijä joka, laski huomattavasti fyysistä hyvinvointia, olivat erilaiset vammat ja sairaudet. Opiskellessa joutuu myös istumaan paljon, joka yhdessä esimer-

kiksi nivelsairauden kanssa laski fyysistä hyvinvointia ja aiheutti erilaisia kiputiloja. Hyvinvointia laski myös lihavuus ja siihen liittyvät ongelmat sekä liikkumattomuus.

H3: Mulla on polvessa vikaa, mul on selkä vinossa, mul on nilkka paskana, mul on oikee ranne paskana. Mä tarviin lasit. Enkä kuule mitään oikean puolen korvalla.

H1: Joo, nivelet. Ne on ihan tosi rikki. Se on heti kun täällä koulussa istuu liian paljon ni se vaikuttaa heti niinku särkee jalkoja ja ei pysty oleen paikoillaan. Sen takia sitä odottaa taas sitä työharjoittelua taas.

H1: Ylipainoa, vähän ruoka maistuu eri tyylin ni ei tuu liikuttua sen mukaan mitä tulee syötyä.

H7: ihan hyvä mut nyt selkä on ollu rikki pari kuukautta, mut se menee parempaan koko ajan.

Liikunta, ulkoilu ja urheileminen nostettiin haastatteluissa vahvasti esiin tekijäksi, joka parantaa fyysistä hyvinvointia. Opiskelun sisälle toivottiin liikuntatunteja, kuten peruskoulussa tai edes jotain liikunnallista tapahtumaa. Osa harjoitti liikuntaa kotonaan ja osa harrasti myös kilpaurheilua.

H4: Liikun ja pidän itsestäni huolta...Lenkkeilyä ja sit tuota peruskotitreeniä.

H8: Liikuntaa ei oo ollu ollenkaan koulussa. Joskus ehkä sitä sit tulee. Sitä sais kyl olla, koska liikunta on kyl hyvästä. Vaikka vaan jotain liikunnallista tapahtumaa.

H7: Urheiluharjoitukset. Sali pari kolme kertaa viikossa...Ja pelaillen viel frisbeegolfii ihan vaan huviks.

H1: Kun ei viikonloppuja kokonaan rilluttele missään, että on kotona viikonloput. – – No joo ja ulkona oleminen. Koirien kanssa lenkkeilen.

H2: Liikuntatunteja oli alkuvuodesta ja nehen on ihan hyvä...Nyt on ollu tosi paljon kaikkea teoriaa. Vois kai sinne tänne liittää jotain liikuntaakin tai tommosta.

Opiskelijahyvinvointia parantavia fyysisiä asioita nousi esiin paljon ja niitä haastateltavat myös omasta elämästään tunnistivat. Viikonloppujen rauhoittaminen kotona olemiselle auttoi kokonaiskuormituksen hallinnassa. Samoin lii-

kunta kotona ja oppilaitoksen liikuntatunnit nousivat tärkeään osaan. Tutkimuksen mukaan monet liikkuivat säännöllisesti ja totesivat sen olevan tärkeä keino ylläpitää opiskelija- ja fyysistä hyvinvointia. Osa myös opiskeli alalla, jolla tulee paljon liikuntaa opintojen sisällä. Osa haastateltavista toivoi liikuntaa kuitenkin lisää kouluihin.

5.3.2 Uni ja ruokailu

Puolet haastateltavista sanoi nukkuvansa liian vähän. Yleisin nukkumaanmeno-aika löytyi klo 23-01 väliltä ja herääminen tapahtui välillä klo 5.30-8.00 opiskelupäivinä. Haastateltavat, jotka sanoivat nukkuvansa liian vähän myös, tiedostivat sen ja ymmärsivät vähäisen unen vaikutukset.

H8: En nuku tarpeeks. Meen 12 jälkee nukkuu ja herään kuuden aikaa.

H3: En. Joskus 23–24 meen nukkuu ja herään puol kuus.

H6: En nuku mut se on oma syy. kympin jälkeen välillä 12 jälkeen ja seittemältä nousen. Huomaan kyl et se on liian vähän.

H4: Joskus se venyy sinne kahteentoista asti, mutta kyllä mä pyrin yheksän yhentoista aikaan menemään sinne nukkumaan. Mut se viis tuntii on aika vähän...sitten niitä päiviä, että on ollu tosi myöhään kotona ja on ollu pakko tehdä jotain juttuja.

Toinen puoli haastateltavista koki nukkuvansa tarpeeksi ja siltä se myös tunteissa laskettuna näytti. Unta tuli jokaisella vähintään 7-8 tuntia, osalla jopa yli tämän. Yksi haastateltava oli muuttanut nukkumistapojaan viimeisen puolen vuoden aikana, koska oli ymmärtänyt sen vaikuttavan arkeen.

H7: Nukun tarpeeksi, aikaisemmin ollu huonompi unirytmii mutta oon nyt parantanu sitä viimeisen puolen vuoden aikana...Huomasin että arjen rytmi tuntu tosi raskaalta ja ajattelin että syy siihen on toi uni niin muutin sitä.

H1: Tulee nukuttua joo. Klo 19-05.15... viideltä herää ni kyllähän siinä seittemältä alkaa jo väsyttämään.

H2: Nukun tarpeeks, jos ei niin kyl se tuntuu. 7-8 tuntii nukun.

H5: Nukun. Meen nukkuu kympin yhentoista välillä ja herään puol kasi. Oon aina ollu iltauninen.

Herääminen oli lähes kaikille haastateltaville vähintään hieman hankalaa tai erittäin hankalaa. Torkkunapin painaminen herätyskellosta useampaan kertaa oli yleistä. Sängystä ylös nouseminen vaati osalta suuriakin henkisiä ponnisteluja. Osa sanoi heräämisen vaikeuksien johtuvan aamu-unisuudesta.

H3: "Huonosti! Ainakin semmonen parikymmentä minuuttia ma-koilen sängyssä ja koitan psyykata että nyt on lähdettävä."

H2: "välil vaikeeta mut yleensä ihan helppoo. Sen huomannu et ku peruskoulus vaihteli kouluun meno ajat ja tääl ollu aina 8.15 niin se helpottaa kyl rytmii."

H6: "Torkutan, ei oo helppoo."

H7: "Mun tapauksessa ei, mut oon vaan aamu-uninen. Torkutan toiseen tai kolmanteen herätykseen."

Ruokailutottumuksiaan parannettavina pitivät kolme haastateltavaa. Yhdellä heistä parantamisen varaa löytyi paljon, koska hän söi noin joka toinen päivä kunnolla. Lisäksi löytyi määrällisesti turhan vähäistä ruokailua ja laadullisesti-kin oli parantamisen varaa.

H1: Onhan siinä parantamista, mutta kyllä mä syön salaattia, hedelmärahkaa ja tämmösiä proteiini pitoisia ja kuitupitoisia. Ja aina tummaa leipää. Mutta siltikin kyllä niitä lihapiirakoita tulee aina välillä syötyä

H3: Mä en syö ehkä joka toinen päivä kunnol.

H8: Yritän syödä terveellisesti, mut joskus tulee syöty tosi vähän. Koulutukses on kyl puhuttu ruuan tärkeydestä paljo.

Syömistä ja ruokailutottumuksiaan hyvänä piti viisi haastatelluista. He söivät tarpeeksi usein ja sopivan monipuolisesti. Pieniä korjattavia asioita heiltäkin löytyi esimerkiksi aamupalan väliin jättäminen. Nämä haastateltavat myös söivät koulussa tarjottavan lounaan joka päivä, vaikka joskus olikin ruokaa mistä ei pidetty.

H2: Suht terveellisesti otan salaattiikin. Koulus on hyvin vaihtoehtoi ja syön aina koulussa.

H4: Kyllä omasta mielestäni...Aamupalaa ei kyllä tuu syötyä, kun ei niin aikasin pysty.

H5: Syön ihan ookoo terveellisesti. Koulus saadaan aamupala, lounas ja päivällinen. Ruoka on ihan ookoo, kerran viikos kasvisruokaa, josta en tykkää mut syön silti.

H6: Syön terveellisesti. Perusnormi kotiruokaa. Syön aina koulussa.

H7: Syön monipuolisesti aamupalan, koulussa lounaan ja sit välipala ennen treenei. Urheilu rytmittää ruokailua. – –Koulussa on ihan hyvää ruokaa yleisesti, välil huonompii päivii mut pitää vaan syödä.

Koulussa tarjotun lounaan jättivät syömättä myös kolme haastateltavaa. Perusteena oli muun muassa se, että ei ole nälkä ja koulun ruuan raaka-aineet. Osa oli ollut oppilaitoksensa keittiössä työharjoittelujaksoilla, ja he kokivat valmistustavan ja raaka-aineiden olevan huonoja.

H8: En syö koulussa, en tykkää niist ruuista. Olin keittiös töissä nii en tykkää miten siel valmistetaa ruoka suurin osa pusseista valmiina.

H4: Niin en mä yleensä, jos ottaa jonku sämpylän.

H3: Ei oo oikeen nälkä...Olin siellä pari viikkoo töissä ja se ruuan laitto tapa oli ällöttävä ja epähygieeninen.

Hieman alle puolen haastateltavista ruokailutottumukset olivat heikot. Koulussa tarjottava lounas jätettiin syömättä ja samoin aamupala saattoi jäädä. Ruoka oli sekä määrällisesti että laadullisesti riittämätöntä. Syötiin liian vähän ja liian harvoin. Ruuaksi saatettiin myös ottaa pelkkä leipä.

5.4 Oppilaitoksen vaikutukset hyvinvointiin

Tutkimuksen mukaan opettajajohtoisuus oli yksi tekijä, jonka koettiin parantavan opiskelijahyvinvointia. Selkeys lukujärjestyksessä, opetuksessa ja tilojen viihtyvyydessä katsottiin myös merkityksellisiksi tekijöiksi parantamaan opiskelijahyvinvointia. Opetuksessa joustaminen koettiin mielekkääksi ja se, että pääsee itse tekemään luennoinnin kuuntelemisen sijaan koettiin myös tärkeäksi.

H1: Semmonen selkee oppimisen, et se lukujärjestys on selkee ja se että opettajat tietää mitä tehdään...Niillä on selkee suunta. Se antaa opiskelijalle hirveesti turvaa.

H6: Koulun henkilölunta, viihtyisät tilat. Ja että on tekemistä, ei joudu odottelee tai tunnu turhalta koulussa käynti.

H3: Pitäs päästä enemmän tekemään, eikä vaan istua luokassa missä on meteliä ja tämmöstä. ei pysty keskittymään.

H4: Se että pystyy kuitenkin joutaan silleen, että opettajalle voi laittaa viestiä, jos ei jaksakaan just tulla kouluun ni sitten se on monesti laittanu mulle viestillä tehtävät ja ohjeet ni mä teen ne koton.

Tutkimuksessa tuli ilmi, että opettajien ratkaisulla on vaikutusta opiskelijahyvointiin merkittävästikin. Opetusmenetelmillä luennot ja oppitunnit voitiin tehdä kiinnostaviksi, pelkän luennoimisen sijaan. Myös tekemällä oppimista haastateltavat pitivät tärkeänä, pääsi itse kokeilemaan asioita käytännössä. Opettajien joustaminen oli myös tärkeää. Jos opiskelijalla oli haastavaa lähteä kouluun, opiskella pystyi myös itsenäisesti ohjeistuksen avulla.

Seitsemän haastateltavaa koki, että oppilaitoksissa pääsee vaikuttamaan hyvinkin helposti ja, että opiskelijoita kuullaan. Suurin osa haastatelluista tunnisti oppilaitoksensa erilaisia vaikutus mahdollisuuksia. Moni nosti esiin oppilaitoksien opiskelijakunnat tai hallitukset. Näiden toimintaan ei kuitenkaan kukaan ollut lähtenyt mukaan.

H8: kyl pääsee vaikuttamaan, esim opettajien tuntien toteutukseen jaksojen jälkeen. Oppilaskunta taitaa meillä olla mut en oo ottanu selvää.

H7: Kyllä et meil on erikseen semmoset porukat aloittain mis pystyy vaikuttamaan, järjestetään esim peliturnauksii ja muuta ja sit on tuutorina olemista. Ja kyl mä pääsen, jos mä ite haluan. Se on vähän niinku meidän alan oppilaskunta. Mun mielestä ei oo koko koulun oppilaskuntaa.

H5: On kysytty haluaako mennä johonki opiskelijahallitukseen mut ei meistä kukaan menny. Luokan kesken vaan huutoäänestyksii mut saa äänen kuuluviin.

H4: Joo, kyllä. Yleensä kun tuossa lepotilassa, kun on nuo työntekijät ni sitten voi niille aina sanoa, että mitä vois muuttaa ja parantaa ni ne sit yleensä just auttaa siinä.

H1: No kyllä nyt, ku on avannu suunsa ja on ruvennu meuhkaamaan. Kyllä mä nyt uskon, että nyt on vähän havahtunu nämä et

kyl siin tulee semmosta ku mää oon avannu suuni ja kovaan ääneen asioista sanonu niin, kyl se on niinku muutki ihmiset ruvennu havahtuun siihen et okei että näistä voi sanoo

H2: Kyl mä luulen, että pystyy vaikuttamaan. En oo vielä kauheesti.

Kolme haastateltavaa kokivat, että eivät saaneet tarpeeksi tai yhtään palautetta opettajilta. Kokemukset olivat suhteellisen negatiivisia, varsinkin iältään vanhempi opiskelija koki jopa, että iän takia ei saanut palautetta. Kaikki opiskelijat halusivat ehdottomasti palautetta opiskelustaan. Saatu palaute saattoi olla myös pelkästään negatiivista.

H1: Ei kyllä oikein saa. Ne tulee siellä yto-aineiden kokeiden palautetta, negatiivista. Tää on vähän niinku työpaikoilla. Positiivinen palaute unohtuu ja negatiivinen muistetaan. Täällä ei kyllä tuu sit niin mitään palautetta. Ollaan täällä kaikki aikuisia ni pelätään antaa aikuiselta aikuiselle sitä palautetta. Kun pitäs suhtautua silleen, että sinä olet opettaja ja minä oppilas ja vaikka olisin sinua vanhempi niin sillä ei ole mitään merkitystä vaan johtajan pitää pystyä sanoon niinku alaisilleen, et nyt se ei ole näin. Mut ei täällä tapahdu sitä.

H3: En oo oikeen kuullu palautetta, sitä pitäs saada lisää.

H8: En ole saanut mielestäni, opetuksesta oon kyllä antanu sitä. Haluisin enemmän palautetta kyl.

Haastatelluista viisi koki saavansa tarpeeksi palautetta. Osa sai suorituksiinsa myös vertaisopiskelija palautetta. Palautteen saaminen koettiin positiivisena asiana ja sille annettiin myös arvoa. Osa kertoi saavansa myös yksilöllistä palautetta jokaisen suoritettun tehtävän jälkeen.

H2: Jos on vaikka jonku asian tehny ni sanotaa onko se hyvin vai huonosti tehty.

H4: No, kyllä mä silleen palautetta saan että, oon tehny hyvin ja tälleen, mutta sitten ku tulee että on joku tehtävä, menee väärin tai on vastannu huonosti ni sit vaan tulee joku merkintä, ettei oo tehty kunnolla.

H5: Annetaan suullisesti kyl hyvin, esim. ohjausten vedosta. Opettaja sanoo ja sit on vertaisarviointii.

H7: Saan joo, jos palautan, mun työn saan siitä arvosanan. Sit tulee antaa vielä palautetta, et jos on jotain parannettavaa tai jos oli

erityisen hyvin tehty. Tai jos siinä oli käytetty omaa henkilökohtasta osaamista.

Kannustamista opettajien taholta koki saavansa tarpeeksi tai jonkun verran seitsemän haastateltavaa ja yksi haastateltava näistä seitsemästä sanoi, että sitä voisi olla enemmänkin. Yksi haastateltava koki, ettei saa yhtään kannustusta opettajilta.

H2: Joo, ainahan ne sanoo, että ootte ekaa vuotta vasta koulussa, että ei teillä kaikkea tarvii vielä osatakkaan. Mun mielestä se on kannustavaa, me opitaan vielä... Älkää huoliko, jos kaikki suju, kyllä te osaatte vielä ku pääsette pois.

H4: Kyllä ne kannustaa. Että jos, on tyylin ollu vaikeaa ettei oo jaksanu tulla viikolla kouluun ni sitten on yleensä tullu semmonen pienimuotoinen palaveri, sit keskustellaan miten opintoja vois järjestää niin että jaksais käydä ja olla.

H7: Kyllä opettajat kannustaa tekemään asioita ja rohkasee kokeilemaan.

H8: Jonkun verran kannustetaan, mut vois sitäkin enemmän.

Kannustuksen ja tuen haastateltavat kokivat positiivisena asiana. Kannustusta saatiin myös opettajilta suhteellisen paljon. Sen koettiin myös olevan rohkaisua kokeilla asioita erilaisissa tehtävissä. Kannustusta jaettiin yksittäisistä tehtävistä, ammattialan oppimiseen ja seuraavaan koulutukseen jatkamiseen.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

6.1 Tutkimustulosten tiivistys

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli tutkia, millainen on reformoidun ammatillisen koulutuksen opiskelijoiden opiskelijahyvinvointi. Alatutkimuskysymyksinä olivat fyysinen ja psyykinen hyvinvointi. Tutkimukseen osallistuneista haastateltavista hieman alle puolen opiskelijahyvinvointi oli huonolla tasolla. Syyt olivat moninaisia, johtuen arjen ja opiskelun yhteensovittamisen haasteista, opiskelijan omista tavoista ja oppilaitoksien toiminnoista. Arki aiheutti stressiä, joka näkyi poissaoloina koulusta ja väsymyksenä. Opiskelijahyvinvointia laskevat kiusaaminen ja yksinäisyys.

Tutkimuksen haastateltavista hieman yli puolen opiskelijahyvinvointi oli vähintään hyvä päällisin puolin. Heillä oli innostusta mennä kouluun ja tutkinnot etenivät hyvin. Parantamisen varaa heiltäkin löytyi erilaisilla osa-alueilla. Opiskelijahyvinvointia nostaviksi tekijöiksi nousivat luokkahenki, yhteisöllisyys ja oppimisympäristön viihtyisyys sekä opettajien rooli.

Tutkimuksen mukaan psyykinen hyvinvointi oli osalla jopa erittäin heikolla tasolla. Syitä tähän olivat psyykkiset sairaudet ja arjen stressi, jota moni tunsi, vaikka se ei suuremmin vaikuttanutkaan. Psyykkistä hyvinvointia parantavat innostus opinnoista, aika itselle ja ystävät.

Tutkimuksessa fyysinen hyvinvointi koettiin psyykkistä paremmaksi. Suurimpia fyysistä hyvinvointia laskevia tekijöitä olivat erilaiset vammat ja ylipaino. Fyysisistä hyvinvointia parantavat viikonloppujen rauhoittaminen ja liikunta. Puolet tutkimukseen osallistuneista nukkuivat määrällisesti liian vähän.

6.2 Tutkimuksen johtopäätökset

Vapaa-aika, kaverit, sosiaalinen vuorovaikutus ja perheen sekä läheisten tuki ovat tärkeässä roolissa ammattikoululaisten elämässä. Tasapainoilu opiskelun ja muun elämän kanssa on haastavaa ja asettaa puolin ja toisin rajoituksia. Tarve vaikuttamiseen ja kuulluksi tulemiseen on tärkeässä osassa. Oppilaitoksissa on päästävä vaikuttamaan omiin opintoihinsa ja myös oppilaitoksen sisäisiin asioihin. Opiskelijat haluavat äänensä kuuluviin. Opiskelijahyvinvointia edistävinä tekijöinä opiskelijat pitivät mukavia luokkakavereita, hyvää luokkahenkeä, hyviä, ammattitaitoisia opettajia ja viihtyisää opiskelu ympäristöä.

Opiskelijoiden jaksaminen on monen tekijän summa ja asioihin tulisi puuttua riittävän varhaisessa vaiheessa. Opiskelun ja muun arjen yhteensovittamista täytyy auttaa opiskeluhuollon keinoin ja niillä voidaan myös helpottaa opiskelun henkistä raskautta. Samoin yksilöllinen opintopolku ja HOKS-prosessin onnistuminen auttavat opiskelijoita keventämään opiskelun kuormaa. Opettajilta vaaditaan myös ymmärrystä ja kannustusta opiskelijoita kohtaa. Opiskelijan poissaolot ja jaksamattomuus johtuu usein ihan muista syistä kuin laiskudesta tai välinpitämättömyydestä.

Kiusaaminen on opiskelija- ja psyykkiseen hyvinvointiin vahvasti sidoksissa ja se nousi tutkimuksessa myös esiin. Kiusaamiselle pitää olla oppilaitoksissa nolla toleranssi ja siihen on puututtava heti havaitessa. Kiusaamisesta on myös puhuttava avoimesti ja opiskelijat on herätettävä ajattelemaan, että vaikka toinen ihminen voi kokea asiat eri lailla ja vaikka toisesta ei tunnu kiusaamiselta, voi toiselle se sitä olla. Oppilaitosten opettajilla ja johdolla on tässä tärkeä rooli. Kiusaamisen torjumisella ja ennaltaehkäisyllä on suora vaikutus opiskelijahyvinvointiin. Tämän lisäksi opiskelijat kaipaavat opettajilta myös kannustusta opintoihin ja jaksamiseen liittyvissä asioissa. Kannustus opettajalta auttaa jaksamaan opiskelun stressiä ja luo uskoa ja toivoa tulevaisuudesta esimerkiksi ammatin oppimisen ja korkeakouluopintojen suhteen.

Tutkimuksen mukaan fyysinen hyvinvointi koettiin paremmaksi kuin psyykinen. Fyysistä hyvinvointiaan useat tutkimukseen osallistuneet pitivät yllä ja jopa paransivat liikunnalla ja urheilemalla. Liikunnan merkitystä fyysisen hyvinvoinnin osalta korostettiin voimakkaasti. Kouluihin kaivattiin lisää liikuntaa ja liikunnallisia tapahtumia.

6.3 Tutkimuksen pohdinta

Toisen asteen koulutuksen tai muunlaisen ammattiin pätevöittävän koulutuksen saaminen on tämän päivän nuorille erittäin tärkeää työelämään kiinnittymisen kannalta. Reitti kulkee peruskoulusta toisen asteen koulutukseen ja edelleen työelämään. Sujuvaa siirtymää nivelvaiheesta toiseen voidaan pitää nuorisopolitiikkaa luotsaavana kulttuurisena ihanteena ja myös nopeasti muuntautuvan työelämän ehtona. Suurin syy ammatillisen koulutuksen keskeyttämiseksi on väärän alan valinta ja toisena olevat syyt liittyvät kouluviihtymiseen, nuorten odotuksiin ja resursseihin. (Haapakorva ym. 2017, 167.)

Opiskelijahyvinvoinnista on syytä pitää hyvää huolta. Oppilaitoksien viihtyisyyttä on lisättävä ja luotava myös uudenlaisia oppimisympäristöjä sekä liikunnallista tiloja, jotta istumista saadaan vähennettyä. Opiskelijahuollon ja opettajien täytyy tukea opiskelijoiden resursseja. Näin saadaan keskeyttämisiä vähennettyä.

Tutkimuksen mukaan tietoisuus reformin muutoksista on heikko. Opiskelijat eivät tiedä mikä on muuttunut ja millä tavalla se vaikuttaa heidän opiskeluunsa. Muutoksista esimerkiksi jatkuvasta hausta olisi hyödyllistä tietää. Tämä tieto auttaa esimerkiksi koulutusta vaihdettaessa tai haettaessa uutta ammattia opiskelemaan. Sen suuntaisia tuloksia näytti myös amisbarometri, jonka mukaan kaikista vastaajista yhteishaualla koulukseen haki 60 prosenttia, alle 17-vuotiaista 93 prosenttia ja yli 30-vuotiaista 18 prosenttia ja vastaavasti jatkuvalla haulla kaikista vastaajista haki 30 prosenttia, alle 17-vuotiaista 5 prosenttia ja yli 30-vuotiaista 63 prosenttia vastaajista (Amisbarometri 2019). Tietoisuus reformin hakuun tuoneista muutoksista auttaisi voisi auttaa opiskelijoita hakuprosessissa. Entisille niin sanotun aikuispuolen opiskelijoille, tulisi muutoksista ennen kaikkea yhteisten tutkinnon osien osalta tiedottaa paremmin ja valmistella niihin. Monilla on pitkä aika viimeisestä koulun penkillä istumisesta ja opiskelutaidot eivät välttämättä kohtaa vaatimuksia. Yhteisiin tutkinnon osiin kuuluu 35 osaamispistettä muun muassa matemaattista-, viestintä- ja yhteiskuntataidollisia osia (Opinpolku 2018). Tutkimukseen osallistui vain yksi aikuisopiskelija, loput olivat yhteishaun kautta suoraan yläasteelta toiselle asteelle siirtyneitä, mutta hän kertoi yhteistentutkinnon osien vaikuttavan opiskeluun aikuispuolella.

Mielenkiintoinen ja tutkimusta vaativa kohde olisi selvittää opiskelijahyvinvoinnin osalta esimerkiksi yli 30-vuotiaiden opiskelijoiden tilannetta ja yhteisten tutkinnonosien vaikutusta siihen. Ammatillisen koulutuksen reformi toi opiskelija-huollon piiriin myös entiset aikuisopiskelijat. Tämän päivän nopeasti muuttuva työelämä tuo ammatillisen koulutuksen piiriin paljon alan vaihtajia. Tämän vuoksi olisi ensiarvoisen tärkeää saada tietoa myös heidän opiskelijahyvinvoinnistaan jatkotutkimuksella.

Tutkimuksen haastateltavista kolme kokivat opiskelijahyvinvointinsa huonoksi ja kokonaiskuormituksen opiskelusta ja muusta elämästä liian suureksi. Samansuuntaisia tuloksia kertoi myös Amisbarometri (2019), jonka mukaan opiskelun ja muun elämän yhdistämisen jatkuvasti vaikeaksi kokivat lähes 21 prosenttia vastaajista ja samoin opiskelua henkisesti raskaana pitivät 25 prosenttia eli joka neljäs vastaajista sekä 13 prosenttia vastanneista koki myös että, muun elämän sovittaminen on hidastanut opintoja. Näitä tekijöitä olisi tarpeen

tutkia lisää ja löytää keinoja auttaa opiskelijoita yhdistämään opiskelu ja arki toisiinsa kummankaan kärsimättä.

Tutkimuksessa suurin osa nosti liikunnan, urheilun ja ulkoilun tärkeäksi tekijäksi fyysisen hyvinvoinnin kannalta. Haastatelluista puolet liikkui viikoittain säännöllisesti. Saman suuntainen oli myös amisbarometrin tulos, jonka mukaan 70 prosenttia harrasti itsenäistä liikuntaa tai urheilua ja 37 prosenttia liikkui tai urheili kaveriporukassa tai jossain seurassa (Amisbarometri 2019.) Prosentit ovat suuria ajatellen barometrinkin tapauksessa 3000 opiskelijaa ei harrasta liikuntaa. Tutkimuksessa opiskelijat kaipasivat lisää liikuntaa opiskeluun. Reformin jälkeen tutkinnonperusteisiin liikunnan ja terveystiedon sijalla on kaksi osaamispistettä pakollista osa-aluetta nimeltään työkyvyn ja hyvinvoinnin ylläpitäminen (Opinpolku 2018). Tämän voi suorittaa monissa oppilaitoksissa osallistumalla näyttökokeeseen ja varsinaista liikuntaa ei välttämättä vaadita. Liikkuva opiskelu – ohjelma pyrkii lisäämään opiskelijoiden fyysistä aktiivisuutta ja tätä kautta kykyä opiskella edistämällä aktiivista toimintakulttuuria (Aira & Kämppe 2017, 8–12). Liikunnan harrastamista ja aktiivisuutta koulupäiviin on syytä lisätä toisella asteella opiskelijahyvinvoinnin ja myöhemmin työssä jaksamisen vuoksi.

Toisen asteen opiskelijoiden liikuntatutkimukset osoittavat, että noin 25 % tämän ikäisistä nuorista harrastaa liikuntaa suositusten mukaan riittävästi. Oppilaitosten liikunnanopetuksen tavoite on tuottaa eväitä liikunnallisesti aktiivisella elämäntavalla. Opiskelijoiden fyysiseen aktiivisuuteen nojaten olisi tärkeää lisätä yhteistä liikuntaa jokaiselle lukuvuodelle. Tärkeitä tavoitteita liikunnan harrastamiselle ovat terveys, fyysinen kunto ja toimintakyky. Motivaattoriksi liikkua täytyisi tarjota kuitenkin monipuolisia erilaisia liikuntamuotoja sekä tapoja harrastaa, löytää omat sopivat lajit terveellisen liikunnan harrastamiseksi. (Laakso 2011.)

Toinen fyysiseen hyvinvointiin vaikuttava tärkeä asia on uni. Tutkimuksen kahdeksasta haastatellusta opiskelijasta puolet nukkui liian vähän, joka on varsin paljon. Liian vähän nukkuvia oli myös niiden haastateltavien joukossa, jotka pitivät fyysistä ja psyykkistä hyvinvointiaan hyvänä. Samansuuntaisia tuloksia saatiin myös Amisbarometrissä, sen vastaajista 24 prosenttia nukkui harvoin

tai tuskin koskaan tarpeeksi sekä 8 prosenttia ei osannut sanoa (Amisbarometri 2019). Unen merkityksestä jaksamiseen elämässä ja opiskelussa tulisi oppilaita valistaa riittävästi.

Uniongelmat ovat varsin yleinen vaiva. Unen tarve vaihtelee ihmisestä ja elämäntilanteesta riippuen. Opiskelijoilla unettomuutta eniten aiheuttavat stressi, opiskelupaineet ja ihmissuhdeongelmat. Uni on erittäin tärkeää ihmisen hyvinvoinnille, koska aivot tarvitsevat lepoa ja unella on myös suuri vaikutus muistiin ja oppimiseen. Uni parantaa ja antaa lepoa ihmisen immuunijärjestelmälle. Syvän unen vaihe on fyysisen levon ja palautumisen kannalta tärkeää ihmiselle. Pitkään jatkunut univaje heikentää fyysisen terveyden lisäksi psyykkistä terveyttä ja immuunijärjestelmän toimintaa. Unen häiriöiden tunnistaminen jo mahdollisimman aikaisessa vaiheessa olisi tärkeää. Opiskeluterveydenhuollon tulisi kiinnittää huomiota unihäiriöihin, puuttua nopeasti ja ennaltaehkäistä neuvoen ja ohjaten. (Hannula & Mikkola 2011, 203–204.)

Tutkimus oli erittäin mielenkiintoinen toteuttaa ja laadullisella teemahaastattelulla pystyi kunkin haastateltavan kanssa keskustelemaan joustavasti haastateltavan esiin nostamista asioista. Haastateltavat olivat taustoiltaan huomattavan erilaisia ja jokainen haastattelu tilanne oli myös tunnelmaltaan erilainen, mutta kuitenkin opiskelijahyvinvoinnissa samankaltaisuudet nousivat vastauksissa esiin.

Opiskelijahyvinvointi, kuten hyvinvointi yleensäkin, koostuu monista osa-alueista, se konkretisoitui tutkimuksen aikana. Yhdenkin osa-alueen puutteet ja haasteet voivat aiheuttaa opiskelijahyvinvoinnissa muutoksia ei-toivottuun suuntaan. Puhumattakaan siitä, kun haasteita ja puutteita löytyy useilta osa-alueilta, se voi aiheuttaa raskaita seurauksia opiskelijahyvinvoinnissa. Tutkimuksessa kävi ilmi, että opiskelijoilla saattaa olla haasteita monella osa-alueella. Tähän on syytä suhtautua vakavasti ja pyrittävä parantamaan opiskelijahyvinvoinnin eri alueita.

6.4 Luotettavuuden arviointi ja eettisyys

Laadullisella tutkimusmenetelmällä suoritettussa tutkimuksessa yleisyys voidaan tuoda esille monella eri tavalla. Yleisyys voidaan esittää väitteenä, yleisesti pätevänä eettisenä periaatteena tai ohjeena. Se voi olla myös yleinen kuvailu tutkimuksen laaduista, merkitykset, tai laatujen rakentumisesta. Kirkkaana mielessä on pidettävä se, että yleistäminen tehdään aina tulkinnasta eikä tutkimusaineistosta. Tulkinta on taasen tutkijan, aineiston ja teorian välisen vuorovaikutuksen tulosta. (Vilkka 2015, 195.)

Laadullisessa tutkimusmenetelmällä tehdyn tutkimuksen voidaan todeta olevan luotettava, kun tutkimuskohde ja tulkittu aineisto sopivat yhteen ja teorianmuodostukseen eivät ole vaikuttaneet epäolennaisuudet tai satunnaiset tekijät. Tutkimusprosessin luotettavuus voidaan määritellä siinä, että tutkijan käsitteellistäminen ja tutkijan tekemät tulkinnat edustavat tutkittavien käsityksiä. Laadullinen tutkimus ei ole yksi yhtenevä perinne, ja siitä löytyy monenlaisia käsityksiä koskemaan tutkimuksen luotettavuutta. (Vilkka 2015, 196.)

Laadullisen tutkimuksen toteuttamista ja luotettavuutta ei ole mahdollista pitää irti toisistaan. Viimeisenä luottavuuden lenkinä toimii tutkija itse ja hänen rehellisyytensä, koska arvioinnin alaisena ovat tutkijan tutkimuksessaan tekemät teot, valinnat ja ratkaisut. Tutkijan täytyy arvioida tutkimuksensa luotettavuutta, jokaisessa valinnan paikassa, suhteessa teoriaan, analyysitapaan, aineiston ryhmittelyyn, tutkimiseen, tulkintaan, tuloksiin ja johtopäätöksiin. (Vilkka 2015, 196–197.)

Tutkimuksessa kerätty laadullinen tutkimusaineisto on tutkijan keräämää ja tutkimukseen osallistuneiden haastateltavien tuottamaa, joista tutkija on tehnyt omat johtopäätöksensä. Kerätty materiaali on myös sidoksissa aikaan ja toimintaympäristöön, ja tutkija on tehnyt tulkintansa ja johtopäätöksensä omasta näkökulmastaan. Tutkijan täytyy perustella menetelmänsä luotettavasti, tästä huolimatta toinen tutkija voi päätyä erilaiseen tulokseen, eikä sitä täydy pitää menetelmän tai tutkimuksen heikkoutena (Hirsjärvi & Hurme 2000, 89). Toinen tutkija tarkastelee aineistoa aina omasta näkökulmastaan ja myös eri toimintaympäristöstä kerätty aineisto voi olla erilaista. Mitä enemmän aikaa reformista tuomista muutoksista kuluu voi opiskelijahyvinvointi myös muuttua.

Tutkimuksessa on pyritty tuomaan ilmi mahdollisimman selkeästi ja tarkasti tutkimuksen eri vaiheet, aineistonkeruuprosessi, mitä on tehty sekä miksi ja miten on tehty. Tutkimuksessa on myös saadut tulokset ja menetelmät selostettu vääristelemättä ja suurelle tarkkuudelle. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta parantaa tutkijan täsmällinen selostus tutkimuksen toteuttamisesta kaikissa sen vaiheissa (Hirsjärvi ym. 2007, 227).

Tässä tutkimuksessa eettisiä kysymyksiä herätti luottamuksellisuus ja tutkimukseen osallistuneiden anonymiteetin säilyminen sekä se tuleeko haastattelussa esiin jotain sellaista arkaluontoista tietoa, josta voi julkaistaessa koitua haittaa haastateltavalle. Anonymiteetin säilyttämiseksi nimiä ei julkaistu. Tutkimuksen tietoja ja aineistoa säilytettiin ainoastaan tutkimuksen tekijän hallinnassa sitä mihinkään jakamatta. Aineistot hävitetään, kun opinnäytetyö on valmis ja julkaistu. Ihmisarvon kunnioittaminen otettiin huomioon kertomalla haastateltaville tutkimuksen tarkoitus ja tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista. Tutkimuksessa ei ole tuotu esiin tutkittavien henkilötietoja tai opiskelupaikkaa.

Opinnäytetyöntekijän työympäristö on viimeiset kymmenen vuotta ollut ammatillinen oppilaitos. Hän on oppilaitoksen puolelta käynyt ammatillisen reformin muutokset läpi ja niiden vaikutukset oppilaitoksen arkeen. Tämä on varmasti antanut tietynlaisia ennakkokäsityksiä tutkimuksen tekoon. Toteuttaessaan tutkimusta opinnäytetyöntekijä on pyrkinyt asettamaan sivuun omat ennakkoletuksensa ja niiden vaikutus ei ole tutkimustuloksissa nähtävissä.

Tämän opinnäytetyön tutkimus noudattaa tutkimuseettisen neuvottelukunnan periaatteita. Hyvän tieteellisen käytännön mukaan tutkija on pitänyt kiinni tiedeyhteisön tunnustamista toimintatavoista, joita ovat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimusten arvioinnissa. Tutkijan on kerrottava käyttämänsä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät ja toteutettava avoimuutta julkaistaessa tutkimuksen tuloksia. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6; Tuomi & Sarajärvi 2009, 132–33.)

LÄHTEET

- Aho, S. & Mäkiäho, A. 2014. Toisen asteen koulutuksen läpäisy ja keskeyttäminen. Vuosina 2001 ja 2006 toisen asteen koulutuksen aloittaneiden seuranta tutkimus. Opetushallituksen raportit ja selvitykset 2014:8. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.oph.fi/download/156221_toisen_asteen_koulutuksen_lapaisy_ja_keskeyttaminen.pdf [viitattu 19.1.2019].
- Aira, A. & Kämppi, K. (toim.) 2017. Kohti aktiivisempia ja viihtyisämpiä koulu-päiviä. Liikkuva koulu -ohjelman väliraportti 1.8.2015–31.12.2016. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 329.
- Amisbarometri. 2019. Amisbarometri. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.amisbarometri.fi/> [viitattu 2.3.2019].
- Ammatillisen koulutuksen opiskelijat 2018. 2019. PX-Web Statfin -tietokannan muodostama tilasto ammatillisen peruskoulutuksen opiskelijoiden lukumäärästä koulutusaloittain. WWW-dokumentti. Päivitetty 27.9.2019. Saatavissa: <https://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/> [viitattu 20.4.2020].
- Haapakorva, P., Ristikari, T. & Kiilakoski, T. 2017. Toisen asteen opintojen keskeyttämisen taustatekijöitä. Teoksessa Pekkarinen, E. & Myllyniemi, S. (toim.) Opin polut ja pientareet. Nuorisobarometri 2017. Helsinki: Valtion nuorisoneuvosto, 167–177. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://tietoanuri.fi/wp-content/uploads/2018/03/Nuorisobarometri_2017_WEB.pdf [viitattu 24.2.2020].
- Hannula, R. & Mikkola, O. 2011. Uni ja opiskelukyky. Teoksessa Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim. 203–206.
- Harrington, K. & Repo, M. 2007. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian opiskelijoiden hyvinvointitutkimus 2007. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Saatavissa: <https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/29196/stadia-1194532012-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 3.4.2020].
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. 15.–17. painos. Helsinki: Tammi.
- Kavén, R. 2018. Opiskelijakuntatoiminnan vaikutus opiskelijoiden hyvinvointiin. Turun ammattikorkeakoulu. Sosionomikoulutus. Opinnäytetyö. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/156048/Kaven_Riia.pdf?sequence=1 [viitattu 30.3.2020].
- Kniivilä, S., Lindblom-Ylänne, S. & Mäntynen A. (2017). Tiede ja teksti. Tehoa ja taitoa tutkielman kirjoittamiseen. 3. uudistettu painos. Helsinki: WSOY.

Konu, A. 2002. Oppilaiden hyvinvointi koulussa. Tampereen yliopisto. Terveystieteen laitos. Väitöskirja. Tampere: Yliopistopaino.

Kunttu, K. 2011. Opiskelukyky. Teoksessa Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim, 34–35.

Laakso, L. 2011. Nuorten liikunta ja liikuntaan motivoiminen. Teoksessa Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.). Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 196–198.

Lagerspetz, E. 2011. Hyvinvoinnin filosofia. Teoksessa Saari, J (toim.). Hyvinvointi Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Vilna: Balto print, 79–105.

Laki ammatillisesta koulutuksesta 11.8.2017/531.

Lantto, L. 2019. Korkeakouluopintojen loppuvaiheessa olevien opiskelijoiden hyvinvointi. Lapin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. Saatavissa: https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/64084/PRO%20GRADU%20-TUTKIELMA_Laura_Lantto_.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 3.4.2020].

Meriläinen, M., Lappalainen K. & Kuittinen, M. 2008. Pedagogiikan ja hyvinvoinnin suhde. Teoksessa Lappalainen, K., Kuittinen, M. & Meriläinen, M. (toim.) Pedagoginen hyvinvointi. Kasvatusalan tutkimuksia 41. Turku: Suomen Kasvatustieteellinen Seura, 7–11.

Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J & Heikkilä, M. 2008. Johdanto. Teoksessa: Moisio, P. & Karvonen, S. & Simpura, J. & Heikkilä M. (toim.) Suomalaisen hyvinvointi 2008. Helsinki: Stakes, 14–28.

Nokso–Koivisto, A. 2011. Opiskelijat tilastojen valossa. Teoksessa Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 12–14.

OAJ. 2019. Uudistus ilman resursseja. Selvitys opettajien kokemuksista ammatillisen reformin jälkeen. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.oaj.fi/contentassets/f82267bcbdb949858fe33524ee3d2b57/uudistus-ilman-resursseja.pdf> [viitattu: 25.2.2020].

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro.

Opetushallitus. 2018. Ammatillisen koulutuksen reformi –Tietopaketti ohjaajille. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://docplayer.fi/105612129-Ammatillisen-koulutuksen-reformi-tietopaketti-ohjaajille.html> [viitattu 12.2.2019].

Opetushallitus. 2019. Kasvatus, koulutus ja tutkinnot. WWW-sivu. Saatavissa: https://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot [viitattu 26.2.2019].

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2019. Ammatillisen koulutuksen reformi. WWW-sivu. Saatavissa: <https://minedu.fi/amisreformi> [viitattu 24.2.2020].

Opinpolku. 2018. Yhteiskunta- ja työelämäosaaminen, 9 osp. WWW-sivu. Saatavissa: <https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/esitys/3667905/reformi/tutkinonosat/4205306> [viitattu 30.3.2020].

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 30.12.2013/1287.

Ranta, E. 2011. Opiskelun haasteet lukioissa ja ammatillisissa oppilaitoksissa. Teoksessa Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) Opiskeluterveys Helsinki: Duodecim, 30–31.

SAKKI ry. 2019. Amisbarometri-tutkimus 2019 on julkaistu. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://sakkiry.fi/amisbarometri-tutkimus-2019-on-julkaistu/> [viitattu 1.3.2020].

Sandberg, E. 2017. Mihin ammatillista koulutusta viedään? Blogikirjoitus. Saatavissa: <https://www.erjasandberg.eu/adhd/mihin-ammattillista-koulutusta-viedaan/> [viitattu 27.2.2020].

Suontama, H., Wettenhovi, J. & Widenius, J. 2007. Stadian opiskelijahyvinvointitutkimus 2007: kvalitatiivinen näkökulma hyvinvointiin, motivaatioon ja terveyteen. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Saatavissa: <https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/33648/stadia-1197561541-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 3.4.2020].

SVT. Suomen virallinen tilasto. 2016. Koulutukseen hakeutuminen. WWW-dokumentti. Helsinki: Tilastokeskus. Saatavissa: http://www.stat.fi/til/khak/2016/khak_2016_2017-12-13_tie_001_fi.html [viitattu: 3.3.2019].

SVT. Suomen virallinen tilasto. 2017. Ammatillinen koulutus. WWW-dokumentti. Helsinki: Tilastokeskus. Saatavissa: http://www.stat.fi/til/aop/2017/aop_2017_2018-09-27_tie_001_fi.html?ad=notify [viitattu: 11.3.2019].

SVT. Suomen virallinen tilasto. 2019. Käsitteet. Ammatillinen peruskoulutus. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.stat.fi/meta/kas/ammatil_perusk.html [viitattu 26.2.2019].

THL. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Kouluterveyskysely. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely> [viitattu 26.2.2019].

THL. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Opiskeluhoolto. WWW-dokumentti. Päivitetty 3.4.2020. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/opiskeluhoolto> viitattu 13.4.2020].

Tilastokeskus px-web-tietokannat. 2019. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/sq/1506638c-48b2-4f8a-b760-ba98f9f19e88> [viitattu 11.3.2019].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf [viitattu 13.4.2020]

YTHS. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. 2019. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.yths.fi/tutkimukset/korkeakouluopiskelijoiden_terveystutkimus [viitattu 27.2.2019].

Valtioneuvosto. 2019. Osaaminen ja koulutus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://valtioneuvosto.fi/hallitusohjelman-toteutus/osaaminen> [viitattu 24.2.2020].

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Haastattelurunko

Perustiedot

Nimi

Asuinkunta

Ikä

Oppilaitos

Opiskeluvuosi

Perustutkinto

Ammatillisen koulutuksen reformi

- Millaisia muutoksia koulutuksen käynnissä olet havainnut?
- Onko lähiopetusta enemmän, vähemmän vai saman verran verrattuna aiempaan?
- Opintoja hidastavat tekijät
- Opintoja nopeuttavat tekijät

Opiskeluun käytetty aika h/vko

- Itsenäisesti
- Lähiopetus
- Kuinka kauan osaamisen hankkiminen kestää

Opiskelijahyvinvointi

- Millaiseksi koet hyvinvointiasi tällä hetkellä?
- Mikä parantaa hyvinvointia?
- Mikä taas laskee hyvinvointia?

Uupumus opinnoissa

Opetus

- Palaute
- Kannustus
- Arviointi

Oppilaitos

- Turvallisuus
- Työvälineet
- Vaikuttaminen

Muu arki

- Kokonaiskuormitus

Psyykinen hyvinvointi

- Millaiseksi koet psyykkisen hyvinvointisi tällä hetkellä?

Tyytyväisyys itseensä

- Oletko tyytyväinen

Yksinäisyys

- Tarpeeksi kavereita
- Tarpeeksi luotettavia ihmisiä
- Haluavatko muut seuraasi

Fyysinen hyvinvointi

- Millaiseksi koet fyysisen hyvinvointisi tällä hetkellä?

Nukkuminen

- Nukutko tarpeeksi
- Herääminen

Syöminen

- Syötkö terveellisesti?
- Syötkö tarpeeksi usein

Sähköposti opinto-ohjaajille

Hei.

Opiskelen Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa yhteisöpedagogiksi ja teen opinnäytetyötä. Aiheena on opiskelijahyvinvointi reformin tuominen muutosten jälkeen. Työn tilaajana toimii Suomen Ammattiin Opiskelevien Liitto – Sakki ry.

Opinnäytetyö tehdään laadullisella tutkimusotteella ja aineisto kerätään yksilö teemahaastattelulla, haastattelut nauhoitetaan myöhempää litteroimista varten. Työn valmistumisen jälkeen kaikki aineisto, nauhoitukset ja litteroinnit, tuhoetaan. Tutkimuksessa turvataan myös vastaajan anonymiteetti.

Tiedustelen, jos teidän oppilaitoksestanne olisi mahdollista saada tutkimukseen haastateltavia. Tutkinnolla, koulutuslalla tai opiskelijan iällä ei ole merkitystä, ainoastaan sillä, että opiskelee ammatillisessa oppilaitoksessa. Haastattelut voin tulla toteuttamaan oppilaitoksen tiloihin, joten opiskelijan ei tarvitse siirtyä minnekään. Haastattelu vie aikaan noin 30 – 60 minuuttia.

Olisiko teillä osoittaa opiskelijoita, jotka olisivat kiinnostuneita?

Ystävällisin terveisin

Jani Vottonen