



Korkeakouluopiskelijoiden kokemuksia opiskelumotivaatiosta, -innosta ja -uupumuksesta pandemia-ajan etäopin- noissa

Susanna Määttä

Opinnäytetyö, AMK

Toukokuu 2022

Liiketalouden ala

Tradenomi (AMK), Liiketalouden tutkinto-ohjelma

Määttä, Susanna

Korkeakouluopiskelijoiden kokemuksia opiskelumotivaatiosta, -innosta ja -uupumuksesta pandemia-ajan etäopinnoissa

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Toukokuu 2022, 40 sivua.

Liiketalouden ala. Liiketalouden tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

COVID-19 ravisteli korkeakouluopintoja keväällä 2020, kun lähiopetuksesta siirryttiin rajoitusten vuoksi etäopetukseen. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää korkeakouluopiskelijoiden kokemia haasteita ja onnistumisia pandemia-ajan etäopiskelussa, sekä etäopiskelun koettuja vaikutuksia opiskelumotivaatioon, opiskeluuntoon ja opiskelu-uupumukseen. Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Empiirinen aineisto kerättiin toukokuussa 2022 semistrukturoiduilla teemahaastatteluilla, joihin osallistui seitsemän korkeakouluopiskelijaa.

Teemahaastattelujen aihepiirit ja kysymysrunko luotiin perehtymällä pandemia-ajan aiempiin kvantitatiivisiin tutkimuksiin etäopiskelusta, sekä opiskelumotivaatiota käsittelevään kirjallisuuteen. Teemahaastatteluun valittiin korkeakouluopiskelijoita, joiden lähiopintoina alkaneet opinnot olivat vaihtuneet COVID-19 poikkeusolojen myötä etäopinnoiksi.

Tutkimustulokset osoittavat, että suurin osa haastatelluista koki etäopintojen vaikuttaneen opiskelumotivaatioon, opiskeluinnostukseen tai opiskelu-uupumukseen. Koettu vaikutus kuitenkin vaihteli, sillä osalla opiskelumotivaatio nousi ja osalla se laski. Osa haastatelluista koki etäopinnot uuvuttaviksi, kun taas osa alkoi suorastaan kukoistaa opinnoissaan etäopiskelun ansiosta.

Tutkimustulosten perusteella etäopiskelun haasteiksi koettiin vertaistuen ja yhteisöllisyyden puute, opiskelurytmin ja opiskelurutiinien ylläpidon vaikeus, vuorovaikutuksen heikkeneminen, keskittymisvaikeudet etäluentojen seuraamisessa sekä oman ajankäytön suunnittelun vaikeus. Onnistumisina koettiin etäopiskelun vaivattomuus, parantuneet arvosanat, opiskelun tehostuminen ja nopeutuminen sekä etätenteissä onnistuminen.

Jatkotutkimuksen kannata merkittävin havainto oli, että opiskelijat eivät kaivanneet etäopinnoissa tukea niinkään oppilaitoksen edustajilta, vaan muilta opiskelijoilta. Mahdollisten tulevien etäopintoihin johtavien poikkeusolojen varalta olisi tärkeää kehittää keinoja ja käytäntöjä opiskelijoiden välisen vertaistuen rakentamiseen.

Avainsanat (asiasanat)

etäopiskelu, etäopetus, verkko-opiskelu, motivaatio, opiskelumotivaatio, COVID-19

Määttä, Susanna

Distance learning during the pandemic – Experienced effects on motivation, study engagement and burn-out among university students

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, May 2022, 40 pages.

Business Administration, Degree Programme in Business Administration, Bachelor's Thesis

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

University students felt the effects of COVID-19 pandemic in 2020 when universities all over Finland closed their doors and switched to distance learning. The purpose of the thesis was to study what kind of challenges and successes university students faced during the distance learning period, and how university students experienced the effects of distance learning on motivation, study engagement and burnout. The research was conducted as a qualitative study. The empirical data was collected in May 2022 with semi-structured interviews.

The themes and questions for the interviews were created by researching previous qualitative studies that had been conducted during the pandemic. Publications about distance learning and motivation were also used as reference. The seven students who took part in the interviews had all participated in in-person lectures on the campus before the pandemic. The restrictions following COVID-19 had forced them to switch to distance learning.

The results suggest that the majority of the interviewed students felt that the distance learning period had an effect on their motivation, study engagement or feelings of burnout. However, the effects varied between feelings of heightened motivation and feelings of lowered motivation. Some of the interviewed students had feelings of burnout, while some flourished in their studies because of distance learning.

The interviewed students faced challenges with lack of peer support and communality, keeping up study routines and study rhythm, dealing with weakened communication and interaction, difficulties in concentration during online lectures and difficulties in time management. Success was found in the ease of not having to leave the house to attend lectures. For some students this resulted in better grades, faster and more effective studying, and easier (open book) exams.

The most notable observation was that the interviewed students did not seek support from their teachers or other authorities from the university, but instead felt the need for peer support. This was identified as a potential theme for further research when the possibility of future pandemics and restrictions exists.

Keywords/tags (subjects)

distance learning, distance teaching, e-learning, motivation, study motivation, study engagement, burnout

Sisältö

| | | |
|----------|---|-----------|
| 1 | Pandemia ravistelee opiskelukäytäntöjä | 3 |
| 2 | Etäopiskelu | 4 |
| 2.1 | Etäopiskelun erityispiirteitä | 5 |
| 2.1.1 | Itseohjautuvuus ja suunnitelmallisuus | 5 |
| 2.1.2 | Teknologian käyttö opetuksessa | 5 |
| 2.1.3 | Vuorovaikutus opettajan ja muiden opiskelijoiden kanssa | 6 |
| 2.1.4 | Ohjauksen ja tuen tarve | 7 |
| 2.2 | Etäopiskelu pandemia-aikana | 7 |
| 2.2.1 | Poikkeusolojen vaikutus opintoihin | 8 |
| 2.2.2 | Etäopintojen tuomia haasteita | 9 |
| 2.2.3 | Etäopintojen hyviä puolia | 10 |
| 2.2.4 | Etäopinnot poikkeusolojen jälkeen | 11 |
| 3 | Motivaatio | 11 |
| 3.1 | Oppimismotivaatio, opiskeluinto ja opiskelu-uupumus | 12 |
| 3.2 | Oppimisen motivaatioteoriat | 14 |
| 4 | Tutkimusasetelma | 16 |
| 4.1 | Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset | 16 |
| 4.2 | Tutkimusmenetelmät | 16 |
| 4.3 | Aineistonkeruu | 17 |
| 4.4 | Aineiston analysointi | 18 |
| 5 | Tutkimuksen toteutus ja tulokset | 18 |
| 5.1 | Etäopetukseen siirtyminen | 19 |
| 5.2 | Opiskelumotivaation muutokset etäopinnoissa | 20 |
| 5.3 | Opiskeluinnostus ja opiskelu-uupumus | 21 |
| 5.4 | Opiskelurytmi ja tarve rutiineille | 22 |
| 5.5 | Vertaistuen ja vuorovaikutuksen tarve | 23 |
| 5.6 | Hybridimalli toiveena jatkossa | 26 |
| 6 | Johtopäätökset | 27 |
| 7 | Pohdinta | 28 |
| | Lähteet | 37 |
| | Liitteet | 40 |
| | Liite 1. Teemahaastattelun runko | 40 |

Kuviot

| | |
|---|----|
| Kuvio 1. Optimaaliset oppimiskokemukset | 13 |
|---|----|

1 Pandemia ravistelee opiskelukäytäntöjä

Opinnäytetyön kirjoittamisen aikaan keväällä 2022 koronapandemian alkamisesta on kulunut kaksi vuotta. Tuona aikana pandemia on vaikuttanut merkittävästi korkeakouluopiskelijoiden arkielämään ja opiskeluun. Opetusta on jouduttu toteuttamaan etänä, opiskeluun perinteisesti liittyvät tapahtumat ovat olleet tauolla tai rajoitettuja, monet opiskelijaravintolat ovat olleet kiinni ja opiskelijat ovat muun väestön tavoin joutuneet rajoittamaan lähikontakteja. THL:n tuottaman asiantuntijaselvityksen mukaan erityisesti korkeakouluopiskelijoiden kokema stressi ja psyykinen oireilu on lisääntynyt pandemian aikana (Kestilä ym. 2022, 4). Opiskeluvaikeudet ovat olleet yleisiä ja opiskelu-uupumus ja -into ovat vaihdelleet epidemiatilanteen ja rajoitusten mukaan (mts. 169).

Nyt kun rajoituksia ollaan keväällä 2022 purkamassa, rajoitustoimien seurauksista voidaan asiantuntija-arvion mukaan toipua nopeastikin (mts. 2022, 11). Samalla pitkän pandemia-ajan vaikutuksia on yhteiskunnallisesti perusteltua tutkia. Etäopiskelun vaikutuksia korkeakouluopintoihin on tutkittu kvantitatiivisin menetelmin pandemian aikana useiden tahojen toimesta. Oulun yliopiston ylioppilaskunta tutki heti pandemian ensimmäisenä keväänä opiskelijoiden kokemuksia etäopiskelusta (Kangasniemi & Rossi 2020, 2). Tutkimuksen mukaan noin kolmannes vastaajista ei ollut voinut edistää opintojaan suunnitellusti ja suurin osa vastaajista koki poikkeusolojen vaikeuttaneen opiskelua.

Myös Helsingin yliopiston tutkimusryhmä selvitti opiskelijoiden hyvinvointia pandemia-aikana kolmessa kyselyssä keväällä 2020, loppuvuodesta 2020 ja keväällä 2021. Tutkimuksen perusteella opiskeluinto laski ja opiskelu-uupumus lisääntyi voimakkaasti pandemian aikana. Opiskelijoita uuttivat tutkimuksen mukaan uudet etäopiskelun vaatimukset, kuten korkea työmäärä ja digitaalisten työkalujen käyttö. (Salmela-Aro & Uotinen 2022.)

Tämän pohjalta opinnäytetyön tekijässä heräsi kiinnostus kvalitatiiviseen tutkimukseen, jossa karotetaan teemahaastattelujen avulla yksittäisten opiskelijoiden kokemuksia etäopiskelusta ja sen koetuista vaikutuksista opiskelumotivaatioon, opiskeluuntoon ja opiskelu-uupumukseen. Aihe on rajattu korkeakouluopiskelijoihin, jotka ovat pandemian johdosta joutuneet siirtymään lähiopetuksesta etäopiskeluun, tai ovat aloittaneet opinnot pandemia-aikana ja joutuneet opiskelemaan etänä, vaikka olisivat normaalisti valinneet lähiopetuksen. Opinnäytetyöllä ei ollut toimeksiantajaa.

2 Etäopiskelu

Digitaaliset työvälineet ovat nykyään tärkeä osa opiskelua. Lähiopetuksessakin käytetään verkko-opiskeluympäristöjä, joista opiskelija näkee opintojakson sisällön, materiaaleja, tehtävät ja aikataulut. Esimerkiksi Jyväskylän ammattikorkeakoulussa opintojaksojen tehtävät ja raportit palautetaan Moodle-verkko-oppimisympäristöön, opintosuoritukset tarkastetaan ja ilmoittautumiset hoidetaan verkkoselaimella toimivan Peppi-järjestelmän kautta ja oppilaitoksen verkkosivuilta löytyy kaikki opinto-oppaista opinnäytetyöhjeisiin.

Vaikka verkkopohjaiset työvälineet ovatkin vahvasti mukana, lähiopetuksessa olevat opiskelijat käyvät kuitenkin pääsääntöisesti luennoilla oppilaitoksen tiloissa. Etäopinnoissa, joista käytetään synonyyminä myös termiä verkko-opinnot, opetus ja opiskelu tapahtuvat lähtökohtaisesti kokonaan verkon välityksellä. Luennot seurataan tietokoneella esimerkiksi Zoom-etäkokousohjelmiston kautta joko livenä tai tallenteena. Opettajaan ja muihin opiskelijoihin ollaan yhteydessä verkkotyökalujen välityksellä. Näistä verkkotyökaluista voidaan käyttää nimitystä ”virtuaalinen oppimisympäristö” (Mäkitalo & Wallinheimo 2012, 15).

Virtuaalisissa oppimisympäristöissä opetuksen mahdollistavat työvälineet muuttuvat, mutta opetuksen sisältö ja tavoitteet pysyvät useimmiten samana. Oppimisympäristön muutokset eivät myöskään muuta sitä, miten ihminen pohjimmiltaan oppii. Sekä opiskelija että opettaja hyötyvät selkeistä tavoitteista, ja verkkoympäristössä yksi opettajan tärkeimmistä tehtävistä onkin motivoida opiskelijaa työskentelemään tavoitteidensa eteen. (Mts. 20; Määttä 2019, 8.)

Verkko-opinnot ovat viime vuosina kasvattaneet suosiotaan. Jyväskylän ammattikorkeakoulu tiedotti keväällä 2020, että monimuoto-opintoihin tuli yli neljännes enemmän hakijoita kuin edellisellä vuonna. Monimuoto-opinnot mahdollistavat opiskelun esimerkiksi töiden ohella. ”Yhä useammat haluavat opiskella joustavasti ja siihen on korkeakoulujen luonnollisesti vastattava. Jamkilla on vahvaa osaamista digipedagogiikan saralla.”, Jamkin silloinen rehtori Jussi Halttunen kommentoi. (Jamk Suomen kolmanneksi vetovoimaisin ammattikorkeakoulu - verkko-opintojen suosio kasvoi jälleen 2020.)

2.1 Etäopiskelun erityispiirteitä

2.1.1 Itseohjautuvuus ja suunnitelmallisuus

Etäopiskelussa korostuvat opiskelijan itseohjautuvuus ja vastuu omasta oppimisestaan, sillä opettaja ei ole samalla tavalla läsnä kuin lähiopetuksessa. Itseohjautuvuutta voidaan tukea asettamalla oppimiselle selkeät tavoitteet ja aikatauluttamalla opinnot ja opintojaksot järkevästi (Hartikainen, Aksovaara & Koskinen 2021, 34). Verkko-opinnoissa opintojaksolla voi olla suurempia opiskelijaryhmiä kuin lähiopetuksessa, kun fyysiset tilat eivät ole rajoittamassa opiskelijaryhmän kokoa. Opettajan resurssit yhtä opiskelijaa kohtaan eivät välttämättä ole kovin suuret, mutta opetuksen tulisi silti tukea erilaisia oppijoita. (Mäkitalo & Wallinheimo 2012, 8.)

Itseohjautuvuus tarkoittaa opiskelijan valmiutta itseohjattuun oppimiseen. Opiskelija vaikuttaa itse oppimisen suunnitteluun ja tavoitteenasetteluun, aikatauluttaa opintonsa sekä valitsee itselleen sopivat oppimismenetelmät ja -materiaalit. Opiskelija suoriutuu itsenäisesti opiskeluprosessin toteuttamisesta, mutta itseohjautuvuus ei tarkoita, etteikö opiskelija voisi saada tukea ja ohjausta opettajilta tai opiskelukavereilta. (Ruohotie 2002, 157–158.)

Itseohjautuvaan etäopintojen suorittamiseen liittyy myös itsesääätely. Itsesääätely on oman toiminnan tietoista ja kriittistä tarkastelua ja arviointia. Opiskelijan itsesääätelyn taidot vaikuttavat siihen, kuinka hän onnistuu kontrolloimaan omaa opiskeluaan, eli vaikkapa tekemään opiskelutehtäviä, lukemaan kokeeseen tai kirjoittamaan opinnäytetyötä. Itsesääätelyyn vaikuttavat myös yksilön uskomukset omasta kyvykkyydestään kontrolloida omia toimintojaan ja ohjata elämäänsä vaikuttavia tapahtumia. (Mts. 160, 165.)

2.1.2 Teknologian käyttö opetuksessa

Verkko-opinnoissa oppimista rajoittavana tekijänä voi olla niin opettajan kuin opiskelijankin tekninen osaaminen. Toimivan verkkokurssin rakentaminen vaatii opettajalta sekä teknistä osaamista että ymmärrystä verkko-oppimisesta ja oppimisanalytiikasta. (Ruohotie 2002, 26.) Opiskelijan on tietenkin myös osattava käyttää virtuaalisia oppimisympäristöjä. Ongelmatilanteissa opettaja ei välttämättä ole heti tavoitettavissa, eikä aina ehkä osaa auttaa opiskelijaa teknisissä ongelmissa. Opiskelijoille voi olla iso kynnyks pyytää apua verkkotyökalujen käyttämiseen tai kertoa ongelmista

niiden käytössä (Kemell & Minkkinen 2021, 78). Verkko-opiskelijat tarvitsevatkin selkeät ja kattavat ohjeet virtuaalisten oppimisympäristöjen käyttöön.

Virtuaalisissa oppimisympäristöissä, esimerkiksi etäluennolla, voi olla myös laitteiden tai yhteyksien aiheuttamia teknisiä ongelmia. Opiskelijan tai opettajan internet-yhteys voi pätkiä, opintojakson oppimateriaalien käyttöoikeuksissa tai näkyvyydessä voi olla epäselvyyksiä ja järjestelmissä voi olla käyttökatkoja.

Virtuaaliset oppimisympäristöt tarjoavat kuitenkin myös mahdollisuuksia monipuolistaa opintomateriaaleja. Erilaiset oppijat voivat hyötyä siitä, että opiskelumateriaali on tarjolla eri muodoissa, esimerkiksi tekstinä ja videoina. (Mäkitalo & Wallinheimo 2012, 26.) Verkko-opintomateriaalit ovat yleensä tarjolla koko opintojakson ajan ja esimerkiksi luennot voi usein katsoa tallenteina itselleen sopivana ajankohtana. Tämä antaa opiskelijalle joustavuutta opintojen suorittamiseen. Oppimateriaalien saatavuudessa voi kuitenkin olla myös rajoitteita, jos opiskelija ei pääse fyysisesti esimerkiksi oppilaitoksen kirjastoon. Kaikki kirjat eivät ole saatavilla sähköisesti.

2.1.3 Vuorovaikutus opettajan ja muiden opiskelijoiden kanssa

Etäluennoilla opiskelijan ja opettajan vuorovaikutus tapahtuu eri tavalla, kuin lähiopetuksessa. Luokkahuoneessa opettaja näkee opiskelijan kehonkielen ja voi seurata tämän aktiivisuutta ja ryhmäytymistä. Etäluennoilla opettajan on vaikea seurata opiskelijan toimintaa, etenkin jos käytössä ei ole web-kameraa. Keskusteluun osallistuminen tai avun pyytäminen on erilaisen kynnyksen takana kuin kasvokkain tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Opiskelija saattaa olla tilassa, jossa on perheenjäseniä tai hälinää, eikä hän halua tai voi osallistua keskusteluun aiheuttamatta häiriötä muille opiskelijoille. (Kemell & Minkkinen 2021, 77.)

Opiskelijoiden keskinäinen vuorovaikutus voi etäopiskelussa ja etäluennoilla jäädä vähäiseksi. Lähiopetuksessa on helppo jakautua luennolla pienryhmiin keskustelemaan tai tekemään ryhmätyötä ja opettaja yleensä tunnistaa keskinäisen vuorovaikutuksen opiskelijoille tuoman lisäarvon. Etäluennolla tätä ei ole niin helppo toteuttaa, jolloin keskustelujen ja yhteisen osallistumisen potentiaali vertaisoppimiseen voi jäädä hyödyntämättä. Vertaisoppimista tapahtuu, kun opiskelijat kuuntelevat toistensa näkemyksiä aiheesta ja yhdistävät toistensa näkemykset uusiksi oivalluksiksi (Kimmerle ym. 2015, 121). Tällaisten vuorovaikutustilanteiden luominen etäopetuksessa vaatii

opettajalta paneutumista teknisiin mahdollisuuksiin ja vuorovaikutustilanteiden huolellista suunnittelua etukäteen. (Kemell & Minkkinen 2021, 80.)

2.1.4 Ohjauksen ja tuen tarve

Verkko-opinnoissa opettajalla tai muulla opintojen ohjaajalla on tärkeä rooli opiskelijan motivoimisessa. Opettajan pitäisi pystyä tukemaan opiskelijan oppimista jarruttamatta kuitenkaan tämän itseohjautuvuutta. (Mäkitalo & Wallinheimo 2012, 20.) Itseohjautuva opiskelija kykenee opiskelemaan itsenäisesti, mutta itseohjautuvuutta on silti tuettava. Ohjaajalta saatu kannustava palaute, yhteistyötä suosiva ilmapiiri ja opiskelijan mahdollisuus pyytää tukea silloin kun hän sitä tarvitsee, ovat avainelementtejä itseohjautuvan oppimisen onnistumiseen. (Toivola, Peura & Humaloja 2017, 39).

Lähiopetuksessa opettaja pystyy havainnoimaan opiskelijoiden toimintaa opintojakson edetessä ja antamaan palautetta sekä ohjaamaan opiskelijoita havaintojensa perusteella. Virtuaalisessa oppimisympäristössä opettajan täytyy käyttää oppimisalustan tarjoamaa dataa havainnointiin ja kyetä tunnistamaan ohjauksen tarpeet opiskelijan digitaalisen jalanjäljen perusteella. Käytännössä tämä tarkoittaa esimerkiksi edistymisen seuranta opintojakson palautettavien töiden kautta. Tämä taas vaatii sitä, että oppimisanalytiikka on otettu huomioon jo opintojakson suunnittelussa. Opiskelijan edistymistä ja oppimista ei voida seurata, jos digitaalisia jalanjälkiä ei synny. (Hartikainen, Aksovaara & Koskinen 2021, 33.) Verkkokurssin opettajalla ei välttämättä ole resursseja seurata opiskelijoiden edistymistä yksilötasolla. Ohjausta ja tukea voidaankin saada opettajan lisäksi myös opiskelukavereilta (Toivola, Peura & Humaloja 2017, 48).

2.2 Etäopiskelu pandemia-aikana

Koronapandemian alkuvaiheessa maaliskuussa 2020 korkeakoulut siirtyivät pitkälti etäopetukseen. Esimerkiksi Jyväskylän ammattikorkeakoulu tiedotti etäopiskeluun siirtymisestä 16.3.2020 alkaen. Myös Jamkin henkilöstöä kehoitettiin siirtymään etätyöskentelyyn. (Jamk keskeyttää lähiopetuksen koronavirustilanteen vuoksi 2020.) 17.3.2020 ilmoitettiin Jamkin tilojen sulkemisesta 18.3.–13.5. väliseksi ajaksi ja lähes kaiken opetustoiminnan siirtymisestä etänä tehtäväksi (Jamkin tilat ja toiminta 18.3. alkaen 2020). Myös ammattikorkeakoulujen valintakoe järjestettiin keväällä 2020 etäkokeena (Ammattikorkeakoulujen valintakoe järjestetään etäkokeena 2020).

Keväästä 2020 aina nykyhetkeen eli kevääseen 2022 saakka opetusta on järjestetty vaihdellen etäopetuksen ja lähiopetuksen välillä aina kulloinkin vallitsevan tilanteen mukaan. Tämä tarkoittaa, että osa opiskelijoista on saattanut olla etäopetuksessa jo kaksi vuotta. Syksyllä 2020 tai sen jälkeen opintonsa aloittaneilla etäopiskelua on voinut olla koko opiskeluaika.

Jamk tiedotti helmikuussa 2022, että koronarajoituksista luovutaan maaliskuuhun mennessä. Tuolloin Jamkin rehtori Vesa Saarikoski totesi: ”Lähiopetukselle on ollut perusteltu tarve myös opiskelijahyvinvoinnin näkökulmasta. Nyt tautitilanne näyttäisi siltä, että voimme vihdoin palata normaali-järjestykseen”. (Jamk luopuu koronarajoituksistaan – lähiopetukseen siirrytään viimeistään maaliskuussa 2022.)

Opiskelijoiden hyvinvointia pandemia-aikana on jo tutkittu ainakin kvantitatiivisin menetelmin. Oulun yliopiston ylioppilaskunta (tästä lähtien OYY) toteutti huhtikuussa 2020 kvantitatiivisen kyselytutkimuksen koronaviruksen aiheuttamien poikkeusjärjestelyjen vaikutuksista opiskelijoihin. Kyselyyn vastasi 1603 Oulun yliopiston opiskelijaa eri tiedekunnista. (Kangasniemi & Rossi 2020, 3.) Helsingin yliopiston (tästä lähtien HY) tutkimusryhmä selvitti opiskelijoiden hyvinvointia pandemia-aikana kolmessa kyselyssä keväällä 2020, loppuvuodesta 2020 ja keväällä 2021. Kyselyihin vastasi yhteensä 4712 Helsingin yliopiston opiskelijaa. (Salmela-Aro & Uotinen 2022.) Suomen opiskelijakuntien liitto (tästä lähtien SAMOK) toteutti keväällä 2021 kyselyn amk-opiskelijoille heidän kokemuksistaan poikkeusajalta. Kyselyyn vastasi 7341 opiskelijaa 19 eri ammattikorkeakoulusta. (AMK-opiskelijoiden etäopiskelukyselyn tulokset 2021, 1.) Akava Worksin korkeakouluopiskelijoille tehdyssä kyselytutkimuksessa kartoitettiin korkeakouluopiskelijoiden kokemuksia opiskelusta korona-aikana. Kyselyyn vastasi 1107 opiskelijaa. (Venäläinen 2020.) Seuraavissa luvuissa avataan tarkemmin näiden tutkimusten tuloksia.

2.2.1 Poikkeusolojen vaikutus opintoihin

Kyselyissä tuli ilmi, että iso osa opiskelijoista kokee poikkeusolojen vaikeuttaneen opiskelua. OYY:n kyselyn vastaajista suurin osa koki poikkeusolojen vaikeuttaneen opiskelua hieman (47 %) tai merkittävästi (24 %). Noin kolmasosan opinnot eivät edenneet suunnitellusti. 42 % opiskelijoista vastasi etäopiskeluun siirtymisen olleen kohtalaisen kuormittavaa tai todella kuormittavaa. (Kangasniemi & Rossi 2020, 7–9.) Akava Worksin kyselyyn vastanneista kolmasosa koki oppimistulostensa

heikentyneen ja noin viidesosa opintojensa hidastuneen. HY:n kyselyn vastaajien opiskeluinto romahti ja opiskelu-uupumus lisääntyi voimakkaasti pandemian aikana. Kyselyn mukaan opiskeluinto oli alhaisimmillaan loppuvuodesta 2020.

SAMOKin kyselyn vastaajista lähes 62 % koki motivaationsa laskeneen pandemia-aikana. Motivaation puute mainittiin opintoja vaikeuttavana tekijänä myös Akava Worksin ja OYY:n kyselyissä. SAMOKin kyselyssä moni vastaaja koki aiempaa enemmän yksinäisyyttä, sekä koki jaksamisensa ja mielenterveytensä heikentyneen. Hyvinvointiin liittyvät haasteet nousivat korostuneesti esiin etenkin yksin tai kämppiksen kanssa asuvien vastauksissa. (AMK-opiskelijoiden etäopiskelukyselyn tulokset 2021, 1.)

Pieni osa vastaajista on hyötynyt poikkeusoloista. Akava Worksin kyselyyn vastanneista noin 16 % koki opintojensa nopeutuneen, opiskelumotivaation parantuneen, kurssitarjonnan monipuolistuneen tai oppimistulosten parantuneen. (Venäläinen 2020.) HY:n tutkimuksissa osa opiskelijoista pärjäsi etäopinnoissa niin hyvin, että opiskelutulokset jopa paranivat. Tutkimuksessa todettiin, että pandemian myötä erot opiskelijoiden pärjäämisessä kasvoivat. (Salmela-Aro & Uotinen 2022.)

2.2.2 Etäopintojen tuomia haasteita

OYY:n kyselyssä esiin nousseita opintoja vaikeuttaneita tekijöitä olivat opiskelumateriaalien (esimerkiksi kirjaston kirjojen) ja opiskelutilojen muuttunut saatavuus ja tarvittavien välineiden puute sekä opintojaksojen lisääntynyt työmäärä. Osa opiskelijoista koki, että opettajat eivät tarjonneet riittävästi materiaaleja, opetusta tai tukea poikkeusoloihin siirryttäessä. Opintojaksojen muuttunut arvostelu, tietämättömyys arviointiperusteista ja vaikeammat tentit aiheuttivat huolta opiskelijoissa. (Kangasniemi & Rossi 2020, 14–15, 22.) Salmela-Aro (2022) toteaa, että psykologiset perustarpeet selittivät yli puolet opiskelu-uupumuksen vaihtelusta. Yhteisöllisyyden tunteet vähenivät ja opiskelijat kokivat olevansa yksin. Uupumuksen myötä nousseet vaikeudet opiskelutehtävien suorittamisessa laskivat onnistumisen kokemuksia. Salmela-Aro painottaakin, että etenkin pandemian kaltaisissa kriisitilanteissa opiskelijoita pitää kuunnella, on luotava yhteisöllisyyttä ja onnistumisen kokemuksia.

Osalla OYY:n kyselyn vastaajista oli hankaluuksia järjestää kotiopiskeluun sopivaa häiriötöntä tilaa ja osalla oli haasteita nettiyhteyden riittävyyden kanssa (Kangasniemi & Rossi 2020, 14–17). Akava

Worksin kyselyssä esiin nostettiin opettajien puutteelliset taidot etätyökalujen käytössä (Venäläinen 2020).

SAMOKin kyselyn vastaajat kokivat kuormittavaksi sen, että eivät tunne luennoilla ja ryhmätöissä mukana olevia muita opiskelijoita (AMK-opiskelijoiden etäopiskelukyselyn tulokset 2021, 1–2). Myös Akava Worksin kyselyssä yli puolet vastaajista mainitsi etäopetuksen huonoiksi puoliksi vuorovaikutuksen heikentymisen opettajien ja opiskelutovereiden kanssa sekä ohjauksen tai palautteen heikentymisen (Venäläinen 2020). OYY:n kyselyssä etenkin etänä tehtävät ryhmätyöt koettiin huonosti toimiviksi.

Vajaa puolet Akava Worksin kyselyn vastaajista koki opiskeluajan ja vapaa-ajan rajaamisen vaikeaksi. Vastaajat kokivat myös opiskelijaelämän ja hauskanpidon vähentyneen. (Venäläinen 2020.) SAMOKin kyselyn mukaan osalla opiskelijoista pandemian myötä vähentyneet opintosuoritukset ovat johtaneet opintotuen menetykseen ja siten toimeentulon heikkenemiseen. Oppilaitosten ruokalajat ovat olleet pitkälti suljettuina, jolloin opiskelijoilla on kulunut enemmän rahaa ruokaan. (AMK-opiskelijoiden etäopiskelukyselyn tulokset 2021, 1–2.)

2.2.3 Etäopintojen hyviä puolia

OYY:n kyselyn mukaan erityisesti etäluentojen tallentamisen ja sen myötä helpottuneen asioiden kertaamisen koettiin edistävän oppimista. (Kangasniemi & Rossi 2020, 18–19.) Myös SAMOKin kyselyssä osa opiskelijoista kertoo hyötynensä nauhoitetuista luennoista. Osa kertoo pystyvänsä keskittymään kotona opintoihin jopa paremmin, kuin hälyisessä kouluympäristössä. Opiskelijat ovat kokeneet hyvänä asiana myös uusien työskentelytapojen ja digitaalisten järjestelmien oppimisen. (AMK-opiskelijoiden etäopiskelukyselyn tulokset 2021, 2, 5.)

Osa OYY:n kyselyn vastaajista kertoo opintojaksojen järjestelyjen joustavuuden ja toimivuuden helpottaneen opintoja. Kiitosta saivat aikatauluissa joustavat opettajat sekä sellaiset järjestelyt, joissa opiskelija pääsi itse vaikuttamaan opintojakson aikatauluun. Sekä OYY:n että SAMOKin kyselyissä opiskelijat kertovat työn ja opiskelun yhteensovittamisen helpottuneen. (Kangasniemi & Rossi 2020, 18–19.) Joustavuus nousi esiin etäopetuksen hyvänä puolena myös Akava Worksin kyselyssä. Yli kaksi kolmasosaa vastaajista koki opintojen ja muun elämän yhteensovittamisen helpottuneen etäopintoihin siirtymisen myötä. (Venäläinen 2020.)

SAMOKin kyselyn mukaan osalla opiskelijoista toimeentulo on pandemian myötä parantunut, kun etenkin sote-alan opiskelijoille on ollut paljon töitä tarjolla ja joustavat etäopintokäytänteet ovat helpottaneet töiden tekoa. Etenkin oppilaitokseen matkustamisesta säästyneen ajan koetaan helpottaneen arkea. (AMK-opiskelijoiden etäopiskelukyselyn tulokset 2021, 5–6.) Myös Akava Worksin vastaajat ovat kokeneet ajan ja rahan säästymisen positiivisena asiana koulumatkojen jäätyä pois. Osa vastaajista on ollut tyytyväisiä saadessaan nukkua pidempään. (Venäläinen 2020.)

2.2.4 Etäopinnot poikkeusolojen jälkeen

Suurin osa Akava Worksin kyselyyn vastanneista oli sitä mieltä, että opinnot pitäisi voida suorittaa täysin etänä myös pandemian aiheuttaman poikkeustilan jälkeen. Valtaosa vastanneista toivoi myös etäopetustarjonnan laajentamista korkeakoulujen välillä sekä Suomessa että kansainvälisesti. (Venäläinen 2020.) SAMOKin kyselyssä osa vastaajista toivoo, että lähiopetus normalisoituisi mahdollisimman pian (AMK-opiskelijoiden etäopiskelukyselyn tulokset 2021, 5–6).

3 Motivaatio

Motivaatio voidaan määritellä sisäiseksi tilaksi, joka saa aikaan, ohjaa ja pitää yllä toimintaa. Motivaatio vaikuttaa yksilön valintoihin eri toiminta- ja käyttäytymisvaihtoehtojen välillä, toiminnan määrätietoisuuteen ja intensiivisyyteen ja siihen, miten sitkeästi yksilö keskittyy aloittamaansa toimintaan. Ihminen pyrkii suosimaan mielihyvää tuottavia asioita ja välttämään negatiivisia kokemuksia. (Lehtinen, Vauras & Lerkkanen 2016, 116.)

Motivaatiosta on kehitetty erilaisia teorioita, joiden avulla motivaatiota kuvataan ja jaotellaan. Motivaatioteorioiden kautta voidaan tarkastella sitä, miksi eri ihmiset kokevat saman tilanteen eri tavalla ja miten kokemukset vaikuttavat ihmisten toimintaan (Toivola, Peura & Humaloja 2017, 28). Yhden yleisen määritelmän mukaan motivaatio voidaan jakaa persoonallisuuden piirteenä ilmenevään motivaatioon, joka on yksilön pysyvä ominaisuus, ja tilana ilmenevään, eli tilanteen mukaan muuttuvaan motivaatioon. Toinen motivaation määrittelytapa on jaotella se sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Sisäinen motivaatio tarkoittaa, että yksilö on motivoitunut suoritukseen ilman ulkoista tekijää tai pakkoa, eli tekee asian sen itsensä vuoksi. Ulkoinen motivaatio taas tarkoittaa asian suorittamista jostain ulkoisesta syystä, esimerkiksi muiden odotuksista tai opintojen deadlinesta. (Lehtinen, Vauras & Lerkkanen 2016, 116.)

Maslowin tarvehierarkia on yksi tunnetuimmista motivaatioteorioista. Sen mukaan yksilön tarpeet etenevät hierarkkisesti, jolloin hierarkiassa alempana olevat tarpeet on tyydytettävä ennen kuin voidaan tyydyttää korkeammalla olevia tarpeita. Hierarkiassa alempana ovat hengissä säilymisen edellytykset, kuten ruoka ja juoma, jota seuraavat turvallisuuden tarpeet, yhteenkuuluvuuden ja rakkauden tarpeet, arvostuksen tarpeet ja lopulta itsensä toteuttamisen tarpeet. (Maslow 1943.) Maslowin tarvehierarkiaa on kuitenkin kritisoitu ongelmalliseksi, sillä sen perusteella on vaikea ennustaa yksilön käyttäytymistä tai vaikuttaa siihen (Lehtinen, Vauras & Lerkkanen 2016, 117). Siksi tässä opinnäytetyössä perehdytään motivaatioteorioihin, jotka soveltuvat paremmin opiskeluun ja oppimiseen.

3.1 Oppimismotivaatio, opiskeluinto ja opiskelu-uupumus

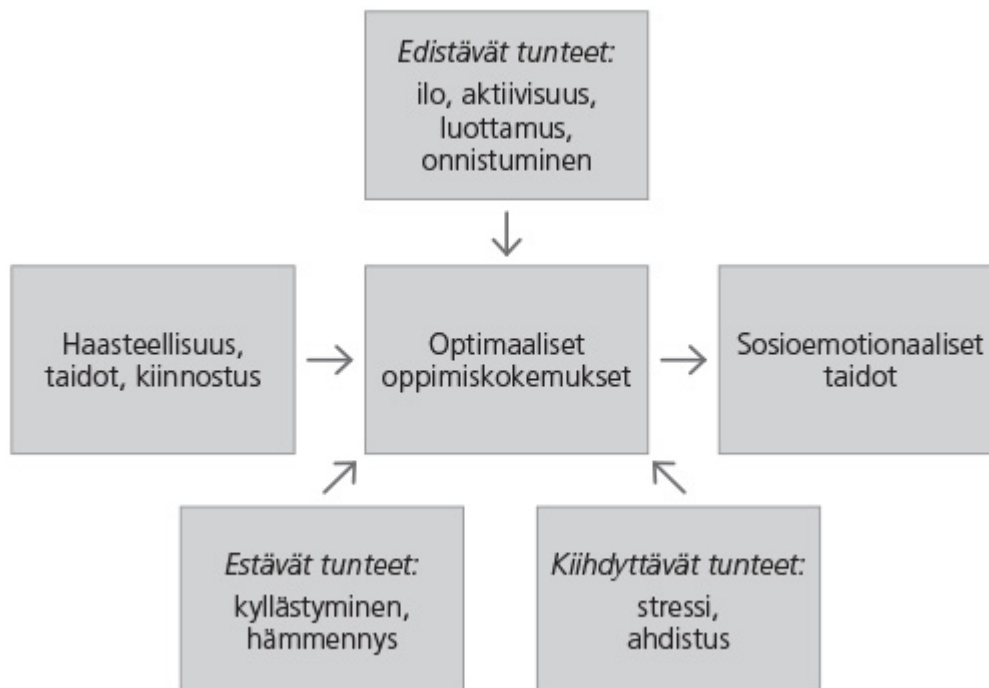
Helsingin yliopiston kasvatustieteen alan professori Katariina Salmela-Aro (2018, 6) kuvaa oppimismotivaation olevan toimijuutta, pystyvyyttä ja merkityksellisyyttä. Salmela-Aron mukaan merkityksellisten tavoitteiden asettaminen ja yhdessä työskentely tuottaa oppimisen iloa ja oppija jaksaa ponnistella tavoitteiden eteen. Merkityksettömyys sen sijaan uuvuttaa.

Opiskelijoiden hyvinvointia ja opiskelumotivaatiota koskevassa laajassa tutkimusprojektissa tunnistettiin neljä opiskelijatyyppeä: innostuneet, stressaantuneet, kyyniset ja uupuneet. Nämä opiskelijatyypit pätevät niin lukio-opiskelijoihin kuin korkeakouluopiskelijoihinkin. Tutkimuksen mukaan 44 % opiskelijoista oli innostuneita opinnoista ja jopa 56 % koki jonkinasteista uupumusta. Tutkimuksessa todetaan myös, että siirtymät koulutusasteelta toiselle ovat nuorille kriittisiä vaiheita ja saattavat vaikuttaa hyvinvointiin merkittävästi. Uudet opiskelijat olivat kuitenkin todennäköisemmin innostuneita opinnoista. (Mts. 24.) Tämä on hyvä ottaa huomioon, kun pohditaan pandemia-aikana opintonsa aloittaneiden opiskeluinnostusta ja -motivaatiota.

Yllä mainitun tutkimuksen mukaan opiskelu-uupumus lisääntyi opintojen edetessä. Opiskelu-uupumus syntyy, kun opiskelija kohtaa enemmän haasteita ja vaatimuksia, kuin mihin hänellä on resursseja. Uupumus nostaa riskiä myös masentumiseen opintojen aikana. Yksinäisyys on yhteydessä uupumusriskiin ja sosiaalinen tuki suojaa uupumukselta. (Mts. 26.) Tämä on huomionarvoista etenkin pandemia-aikana, kun sosiaalista kanssakäymistä on jouduttu rajoittamaan niin opiskelumaailmassa kuin yhteiskunnassa muutenkin.

Mainitussa tutkimuksessa puhutaan paljon opiskeluinnoista. Salmela-Aron (2018, 19) mukaan opiskelu ei tarkoita pelkästään sitä, että opiskelu on kivaa ja opiskelija on tyytyväinen. Opiskelu syntyy, kun opiskelijalla on sopivasti haasteita ja mahdollisuus käyttää taitojaan. Ihanteellisessa tilanteessa opiskelun vaatimukset ovat kohtuullisia ja opiskelijalla on tarpeeksi voimavaroja selvittää vaatimuksista. Innostunut opiskelija saavuttaa yleensä parempia arvosanoja ja levittää opiskeluintoa ympärilleen muihin opiskelijoihin. Salmela-Aro (2018, 26) toteaa myös, että opiskelu pysyy yllä sitä todennäköisemmin, mitä paremmin ihmisen psykologisiin perustarpeisiin kuuluvat tarpeet huomioidaan. Tarpeisiin kuuluu halu vaikuttaa, saavuttaa tavoitteita ja kokea yhteenkuuluvuutta.

Opiskelu voi johtaa optimaalisiin oppimiskokemuksiin (Kuvio 1), jotka taas ruokkivat opiskeluintoa ja syntyy positiivinen kierre. Kuviossa on kuvattu optimaalisia oppimiskokemuksia edistäviä tunteita ja niitä estäviä tunteita. Edistäviin tunteisiin luetaan esimerkiksi ilo, aktiivisuus, luottamus ja onnistuminen. Estäviin tunteisiin sen sijaan kuuluvat kyllästyminen ja hämmennys. Kiihdyttävät tunteet, eli stressi ja ahdistus, lisäävät optimaalisia oppimiskokemuksia pieninä määrinä, mutta suurissa määrinä ne toimivat hankaloittavana tekijänä. Optimaalisten oppimiskokemusten syntyymiseen vaikuttavat myös opiskelun haasteellisuus sekä opiskelijan taidot ja kiinnostuneisuus opitavaan aiheeseen. (Mts. 19.)



Kuvio 1. Optimaaliset oppimiskokemukset (Salmela-Aro 2018, 20.)

3.2 Oppimisen motivaatioteoriat

Oppimismotivaatioon vaikuttavia yksilöllisiä tekijöitä ovat muun muassa opiskelijan oppimistyyli, mielenkiinnon kohteet, minäkäsitys ja -arvostus sekä sosiaalinen kyvykkyys. Motivaatioon voi vaikuttaa opiskelijan yksilöllinen tarve suoriutumiseen ja opiskelijan tulosodotukset, mutta myös esimerkiksi epäonnistumisen pelko. Itsesääteilyyn liittyvät asiat, kuten tavoitteiden asettaminen, sinnikkyys ja yksilöllinen tahto ponnistella tavoitteiden eteen, liittyvät myös vahvasti motivaatioon. (Ruohotie 2002, 82–83.)

Oppimisen motivaatiotutkimuksissa on viime vuosina keskitytty yhä enemmän oppimismotivaation sosiaaliseen ulottuvuuteen. Nykykäsitys on, että yksilön kognitiiviset ja motivaationaaliset prosessit ovat vahvasti sidoksissa sosiaaliseen yhdessä oppimisen vuorovaikutustapahtumaan. Itsesääteilyn ja pystyvyyden oheen on syntynyt yhteissääteilyn käsite. Yhteissääteily tarkoittaa opiskelijoiden, opettajien, opiskelukavereiden ja muiden yhteisön jäsenten (mm. vanhempien) vastavuoroista sosiaalista kontekstia, jossa tekijät säätelevät toistensa motivaatiota, oppimista ja hyvinvointia. Erityisesti ystäviltä saatu opiskeluun liittyvä tuki on vahvasti yhteydessä oppimismotivaatioon. (Salmela-Aro 2018, 11.)

Decin ja Ryanin itsemääräämisteoria

Decin ja Ryanin (2000, 229) itsemääräämisteorian mukaan ihminen on luonnostaan aktiivinen toimija, joka pyrkii osallistumaan valitsemiinsa kiinnostaviin toimintoihin, toteuttamaan ja kehittämään itseään ja valitsemiaan päämääriä, sekä hakemaan yhteenkuuluvuutta sosiaalisissa verkostoissa. Tästä kumpuavat myös teorian määrittämät ihmisen kolme psykologista perustarvetta: omaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteisöllisyys. Näiden tarpeiden täytyminen motivoi ja ohjaa teorian mukaan ihmistä luontaiseen kasvuun, kun taas puutteet tarpeiden täyttymisessä ovat liitoksissa heikentyneeseen hyvinvointiin ja suorituskykyyn. Käytännössä teorian mukaan motivaatio siis muodostuu sisäisten tarpeiden täyttämisestä, eikä ulkoisten palkkioiden tai pakkojen kautta.

Odotusarvoteoria

Wigfield ja Eccles (2000) kuvaavat odotusarvoteoriassa, kuinka oppiminen ja opiskelijan valinnat pohjautuvat opiskelijan omiin odotuksiin tehtävässä selviytymisestä ja siihen, kuinka paljon opiskelija arvostaa tehtävää ja siinä suoriutumista. Käytännössä teorian mukaan opiskelija panostaa tehtävään ja suoriutuu siitä parhaiten silloin, kun hän uskoo pärjäävänsä siinä ja arvostaa siinä onnistumista. Arvostus jaetaan teorian mukaan neljään tekijään: kiinnostus tehtävää kohtaan, tehtävän henkilökohtainen tärkeys, tehtävän hyötyarvo tulevaisuudessa ja tehtävän hinta, eli herättääkö se ahdistusta tai viekö se aikaa joltain kiinnostavammalta asialta. Odotusarvoteoriaa sovelletaan yleensä juuri oppimisen motivaatioon liittyviin tilanteisiin.

Tavoiteorientaatioteoria

Dweck (2007) jakaa tavoiteorientaatioteoriassa ihmiset tehtäväsuuntautuneisiin ja minäsuuntautuneisiin oppijoihin. Dweckin mukaan tehtäväsuuntautunut oppija on kiinnostunut itse tehtävästä ja uskoo, että hänen on mahdollista oppia tehtävän edellyttämät taidot ja oppia virheistään, ja että kyvykkyys ja älykkyys ylipäättään ovat kehitettävissä olevia ominaisuuksia. Minäsuuntautunut oppija sen sijaan uskoo, että älykkyys ja kyvykkyys ovat syntymässä määritettyjä ominaisuuksia, joihin hän itse ei voi vaikuttaa. Hänellä joko on ne tai sitten ei ole. Minäsuuntautunut oppija saattaa Dweckin mukaan haluta osoittaa olevansa tehtävässä parempi kuin muut, jos hän kokee omaavansa tehtävässä vaadittavat ominaisuudet. Toisaalta minäsuuntautunut oppija ei yleensä usko panostuksen ja ahkeruuden auttavan tehtävän suorittamisessa, jos hän ei koe omaavansa tehtävässä vaadittuja kykyjä, sillä oppija pitää itseään muuttumattomana.

Vaatimusten ja voimavarojen merkitys oppimiselle ja hyvinvoinnille

Tämän vaatimusten ja voimavarojen malliin perustuvan oppimismotivaatioteorian mukaan oppijaa motivoi vaatimusten ja voimavarojen tasapainoinen suhde. Oppiminen vaikeutuu vaatimusten ylitäessä voimavarat ja tämä aiheuttaa opiskelijalle haasteita hyvinvoinnissa. Teoriaan liittyvän tutkimuksen mukaan riittävät voimavarat auttavat opinnoissa onnistumista, joka taas vaikuttaa positiivisesti yleiseen hyvinvointiin tulevaisuudessa. Liialliset vaatimukset sen sijaan ennakoivat opiskelu-

uupumusta, joka puolestaan ennakoi tulevaisuuden masennusoireita. (Salmela-Aro & Upadyaya 2014.)

4 Tutkimusasetelma

4.1 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, miten pandemia-ajan poikkeusolojen takia etäopintoihin siirtyneet opiskelijat itse kokevat etäopiskelun vaikuttaneen opiskelumotivaatioon, opiskeluuntoon ja -uupumukseen sekä millaisia haasteita tai onnistumisia opiskelijat ovat kokeneet etäopintoihin liittyen. Pyrkimyksenä on nimenomaan syventää viime aikoina tutkittua aihetta teemahaastattelujen avulla. Pandemiaan liittyvä tutkimus on yhteiskunnallisesti tärkeää, joten pandemian, rajoitusten ja muiden toimenpiteiden vaikutuksia yhteiskuntaan on syytä arvioida erilaisista lähtökohdista ja erilaisin menetelmin.

Tutkimuksen tärkeimmät kysymykset ovat:

1. Miten pandemia-ajan etäopiskelu on vaikuttanut opiskelijoiden kokemaan opiskelumotivaatioon, opiskeluuntoon ja opiskelu-uupumukseen?
2. Millaisia haasteita tai onnistumisia opiskelijat ovat kokeneet pandemia-ajan etäopintoihin liittyen?

Tutkimuksen lopputuloksena on katsaus haastateltavien opiskelijoiden ajatusmaailmaan ja koettuihin haasteisiin tai onnistumisiin etäopiskelussa, sekä siihen miten nämä ovat heijastuneet koettuun opiskelumotivaatioon, opiskeluuntoon ja opiskelu-uupumukseen.

4.2 Tutkimusmenetelmät

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on tavoittaa ihmisen omat kuvaukset koetusta todellisuudestaan (Vilka 2021) ja selvittää mistä tutkittavassa ilmiössä on kyse (Kananen 2017, 32). Laadullinen tutkimus sopii tilanteeseen, jossa halutaan saada ilmiöstä syvällisempää näkemystä (mts. 33). Se sopii menetelmäksi opinnäytetyöhön, jossa kartoitetaan opiskelijoiden omia kokemuksia ja tuntemuksia. Aiheesta tehdyt määrälliset tutkimukset pyrkivät yleistämään ilmiön isompaa ryhmää koskevaksi, mutta laadullisella tutkimuksella selvitetään ilmiötä yksilöiden kokemusten kautta (mts. 32).

Aineistonkeräämismenetelmäksi valittiin teemahaastattelu. Teemahaastatteluun päädyttiin pohtimalla, miten tutkimusongelmasta saataisiin syventävää tietoa ja opiskelijoiden omia kokemuksia mahdollisimman avoimesti kerrottuna. Vilkan (2021) mukaan teemahaastattelussa tutkimusongelmasta poimitaan keskeiset teemat ja aiheet, jotka esitetään haastateltaville avointen kysymysten muodossa ja joihin kukin haastateltava antaa oman kuvauksensa. Haastattelu on puolistrukturoitu, eli kysymykset eivät etene tiukan kaavan mukaisesti ja tyyli voi olla jopa keskusteleva.

4.3 Aineistonkeruu

Tutkimuksen kohderyhmänä ovat korkeakouluopiskelijat, jotka ovat pandemian takia joutuneet opiskelemaan etänä. Tutkimuksen aineistona käytetään opinnäytetyössä toteutettujen teemahaastattelujen vastauksia. Teemahaastattelun rakenteen luomisessa käytettiin apuna tietoperustaa ja etenkin aiheesta aiemmin tehtyjä tutkimuksia.

Teemahaastattelun osallistujat valittiin opinnäytetyön kirjoittajan opiskelijatuttavista. Haastateltavien valinnassa tärkeää on, että haastateltavalla on omakohtainen kokemus aiheesta (Vilka 2021). Siksi haastatteluun valittiin harkinnanvarainen näyte tutkimushetkellä oppilaitoksissa kirjoilla olevia opiskelijoita, jotka ovat opiskelleet vähintään yhden vuoden korkeakoulussa pandemia-aikaan. Laadullisessa tutkimuksessa ei tehdä otoksia (Mt.), mutta ilmiön ymmärtämistä ja vastausten monipuolisuutta pyrittiin lisäämään valitsemalla eri korkeakouluissa ja eri aloilla opiskelevia henkilöitä.

Haastatteluja tehtiin seitsemän kappaletta. Kanasen (2014, 95) mukaan laadullisessa tutkimuksessa ei ole olemassa selkeää haastateltavien määräsääntöä. Tässä opinnäytetyössä haastattelujen lukumäärän määrittämiseen päätettiin käyttää saturaatiota. Saturaatio tarkoittaa, että haastatteluja tehdään, kunnes aineisto alkaa toistaa itseään ja uudet haastateltavat eivät tuo aineistoon enää juurikaan uutta tietoa, eli saavutetaan kylläätymispiste.

Yksi haastatteluista tehtiin kasvotusten ja loput verkon välityksellä. Kasvotusten tehty haastattelu nauhoitettiin iPhonen sanelin-sovelluksella. Verkkohaastattelut tehtiin tietokoneella Discordin verkkopohjaisen kommunikaatio-ohjelman välityksellä ja ne tallennettiin videotiedostoiksi OBS

Studio -tallennusohjelmistolla. Haastattelut litteroitiin tekstimuotoon Word-tiedostoiksi, joista jätettiin pois vastaajien tunnistetiedot ja tilalle koodattiin anonyymit tunnisteet, kuten ”haastateltava 1” ja ”haastateltava 2”.

4.4 Aineiston analysointi

Aineistoa analysoitiin laadulliseen tutkimukseen ja teemahaastatteluihin sopivalla sisällönanalyysimenetelmällä, aineistolähtöisellä teemoittelulla. Teemat muodostettiin haastattelujen vastausten perusteella, eikä niinkään teemahaastattelurungon tai haastattelijan etukäteen miettimien teemojen perusteella. Tekstimuotoista aineistoa tarkasteltiin tutkimuskysymysten näkökulmasta ja etsittiin ne tekstikokonaisuudet, jotka liittyivät tutkittavaan ilmiöön. Näistä kokonaisuuksista etsittiin vastauksia yhdistäviä ja niitä erottavia seikkoja ja vastaukset järjesteltiin teemoittain. (Kananen 2014, 99–112; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Teemojen alle kerättiin kustakin haastattelusta kyseistä teemaa käsittelevät kohdat. Käytännössä tämä tehtiin pitämällä kaikki litteroidut tekstitiedostot auki ja kopioimalla tiedostoista vastaukset uuteen tekstitiedostoon kirjoitettujen teemaotsikoiden alle. Joskus sama tekstikappale sopi useaan teemaan, jolloin se lisättiin kaikkiin sopiviin teemoihin. Teemoittelun yhteydessä poimittiin raportin kannalta olennaisia sitaatteja käytettäväksi tulosten esittelyssä. Valittujen sitaattien koettiin olevan tarpeellisia, jotta tuloksiin saatiin sitä syvyyttä, jota koko opinnäytetyössä tavoiteltiin. Sitaitteja käytettäessä huomioitiin vastaajan anonymiteetti, eikä sitaateiksi valittu vastauksia, joista haastateltavan voi tunnistaa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

5 Tutkimuksen toteutus ja tulokset

Opinnäytetyötä varten haastateltiin seitsemän eri alojen korkeakouluopiskelijaa eri oppilaitoksista. Haastatelluista kaksi opiskeli yliopistossa ja viisi ammattikorkeakoulussa. Vastaajien sukupuolija-kauma oli kuusi miestä ja yksi nainen. Vastaajat olivat iältään 22–36-vuotiaita. Yksi vastaaja oli aloittanut opinnot vuodenvaihteessa 2021 ja loput kuusi olivat aloittaneet opintonsa vuosien 2018 ja 2019 aikana. Anonymiteetin suojaamiseksi oppilaitosta, sukupuolta, ikää tai aloittamisvuotta ei eritellä tuloksia raportoitaessa, jotta haastateltavien vastaukset eivät ole tunnistettavissa. Kaikkien

vastaajien oli etukäteen vahvistettu kuuluvan kyselyn kohderyhmään. Vastaajat olivat korkeakouluopiskelijoita, joiden lähiopintoina aloittamat opinnot olivat muuttuneet etäopiskeluksi koronaviruspandemian vuoksi.

Kysymysrunko oli laadittu etukäteen, mutta kysymyksiä mukailtiin haastattelujen aikana opiskelijan vastauksista riippuen. Ensimmäinen haastattelu toimi samalla kysymysrungon testauksena, ja sen perusteella muutamaa kysymystä hiottiin toimivammaksi. Haastattelut olivat kestoiltaan noin 20–30 minuutin mittaisia.

5.1 Etäopetukseen siirtyminen

Haastateltujen ennakoajatukset etäopiskelusta vaihtelivat huolestuneesta innostuneeseen. Osa suhtautui muutokseen neutraalisti. Huolestuneisuutta aiheutti epäily opetuksen tason huonontumisesta ja etäopetuksen vaikutuksesta omaan ja opettajien mielenkiintoon. Osa taas oli toivonut etäopetusta jo ennen poikkeusoloja, jolloin siihen siirtyminen oli erittäin positiivista.

Kaikilla haastatelluilla oli hyvät työkalut ja valmiudet etäopintojen suorittamiseen. Käytännössä tämä tarkoitti tietokonetta, jonka koettiin olevan suurelta osin jopa parempi kotona kuin koululla. Haastatelluista kukaan ei kertonut kohdanneensa itse mitään erityisiä teknisiä haasteita etäopinnoissa. Mainitut haasteet liittyivät itsestä riippumattomiin tekijöihin, kuten verkkojen kuormitukseen ja yhteyksien pätkimiseen, järjestelmien takkuiluun sekä opettajien tai muiden opiskelijoiden teknologisiin haasteisiin. Opettajien suunnalta ilmenevinä teknisinä haasteina mainittiin ongelmat palautuslaatikoiden toimivuudessa, lähiopetusmateriaalien siirtäminen verkkoon sekä näytön jakamiseen liittyvät haasteet. Osa haastatelluista koki heikoksi myös opettajien pedagogiset valmiudet onnistuneen etäopetustilanteen aikaansaamiseen.

Oppilaitosten toimintaan etäopiskeluun siirryttäessä ja etäopintojen aikana oltiin pääpiirteittäin tyytyväisiä. Haastateltavat kokivat, että tilanne oli kaikille uusi, jolloin oppilaitoksen suuntaan oltiin ymmärtäväisiä.

5.2 Opiskelumotivaation muutokset etäopinnoissa

Noin puolet haastatelluista koki motivaationsa olleen korkealla ennen etäopintoihin siirtymistä. Osa opintonsa juuri ennen pandemiaa aloittaneista kertoi korkean motivaation liittyvän uuteen jännittävään elämäntilanteeseen ja opintojen alun innostukseen. Muita korkean motivaation koettuja tekijöitä olivat valmistumisen jälkeen odottava työpaikka ja itselle sopivaksi muotoutuneet opiskelurutiinit.

Suurin osa haastatelluista, joiden motivaatio oli korkealla ennen etäopintoja, koki etäopintojen vaikuttaneen opiskelumotivaatioonsa negatiivisesti. Tekijöiksi motivaation vähenemiseen koettiin esimerkiksi poikkeusolojen aiheuttama epävarmuus, vertaistuen puute etäopinnoissa, opiskelurutiinien puute sekä opiskelun sekoittuminen arkeen. Osa koki etäopiskelun helppouden olevan tavallaan motivaatiota vähentävä tekijä, kun ennen koululle lähteminen antoi jo tietynlaista aikaansaamisen tunnetta, joka ylläpiti motivaatiota. Kun opintoihin ryhtyminen oli ”liian helppoa”, ei sen kautta syntynyt samalla tavalla onnistumisen kokemuksia, ja opintoihin ryhtymistä saatettiin vitkuttella. Haastateltavat pohtivat motivaation heikentymistä seuraavasti:

Ehkä siinä on se, että ei ollu niitä kavereita siinä lähellä kokemassa sitä samaa, ja tuntu et kukaan ei näe sitä mitä sä teet. (Haastateltava 1.)

Kaikkein negatiivisin asia mikä on etäopinnoista jääny mieleen, on se, että se passivoi omaa mieltä todella paljon, kun ei käy missään. Se koululla käyminen itsessään on jo niin tärkeää mielelle. (Haastateltava 4.)

Vajaa puolet haastatelluista kuvasi motivaationsa olleen ennen poikkeusoloja huono. Etäopiskelun kuitenkin koettiin vaikuttaneen heillä motivaatioon ja opintojen etenemiseen positiivisesti. Nämä haastateltavat olivat kokeneet osittain kuormittavaksi kampukselle lähtemisen, jolloin etäopiskelu kotona teki opiskelusta vaivattomampaa. Osa koki kotona opiskelemisen huomattavasti tehokkaammaksi ja mielekkäämmäksi, kun netistä pystyi etsimään vaihtoehtoisia opetusmateriaaleja, eikä kaikki oppiminen liittynyt luentojen seuraamiseen. Tästä seurasi opiskelumotivaatiota ja -innostusta, arvosanojen nousua, opintojen nopeutumista tai jälkeen jääneiden opintojen ottamista kiinni.

5.3 Opiskeluinnostus ja opiskelu-uupumus

Haastatelluista suurin osa koki etäopintojen aikana opiskeluinnostusta riippumatta motivaation tasosta tai muista tekijöistä. Innostus ei aina liittynyt niinkään etäopintoihin, vaan yleensäkin opintojen aikana ilmeneviin asioihin. Innostuksen aiheet vaihtelivat, mutta niitä yhdistivät onnistumisen kokemukset. Osa koki onnistumista ja sitä kautta innostusta saatuaan suoritettua odotettua enemmän opintopisteitä tai onnistuttuaan odotettua paremmin tenteissä tai ylipäätään opinnoissa niiden ollessa etänä. Osa onnistui erityisen hyvin ryhmätöiden teossa hyvän ryhmän ansiosta, jolloin yhteinen tekeminen nostatti opiskeluinnostusta. Eräs vastaaja palasi innostuneena takaisin opintojen pariin kesätöistä, eikä tässä kohtaa haitannut, että opinnot olivat etänä. Toinen vastaaja taas innostui siitä, että kaikki opiskelumateriaalit olivat etäkurssilla tarjolla heti alusta asti, jolloin kurssin sai ahmittua ennätystahtiin.

Yli puolet vastaajista koki etäopintojen aikana myös opiskelu-uupumusta. Useampi vastaaja koki uupumuksen liittyvän opintojen ja vapaa-ajan yhteensulautumiseen ja siihen, että koko elämä tuntui supistuneen kotiin tietokoneen äärelle. Etenkin opinnäytetyön kirjoittamisen yhteydessä lähiopetusta olisi kaivattu tuomaan vaihtelua arkeen. Osa koki vertaistuen ja yhteisöllisyyden kokemusten puutteen uuvuttavaksi muutenkin vaikeassa tilanteessa.

Osa koki uuvuttavaksi järjestelmien paljouden. Yksi haastateltu kuvasi uupumuksen aiheuttajia seuraavasti:

On Teamsia ja Zoomia ja monia muitakin etäkokousohjelmistoja, ja sit on erilaisia koulujen järjestelmiä, joissa on tehtäviä, tehtäväksiantoja, ohjeita ja oppimateriaaleja sellasina sekalaisina kansioina siellä sun täällä, ni sit ei oikeen meinaa pysyä kärkyillä, että mitäs kaikkee tässä pitäiskään tehdä. Se sit tuntu jopa vähän lamaannuttavalta. (Haastateltava 3.)

Vajaa puolet opiskelijoista ei kokenut lainkaan opiskelu-uupumusta etäopintoihin liittyen. Heillä opinnot sujuivat suurelta osin paremmin etänä, ja uupumusta oli koettu enemmänkin etäopintoja edeltäneissä opinnoissa.

5.4 Opiskelurytmi ja tarve rutiineille

Opiskelurytmi oli teema, joka mainittiin melkein kaikissa haastatteluissa. Moni haastateltu kertoi koululla käynnin luontaisesti rytmittäneen opintoja ennen etäopiskelua. Nämä haastateltavat kertoivat koululle lähtemisen tuottavan aikaansaamisen tuntemuksia, jotka antoivat potkua koko päivälle. Yksi vastaaja kuvaili asiaa seuraavasti:

Se koneella istuminen ja kouluhommien tekeminen ilman sitä, että tarvii mennä mihinkään, on tuntunu lähes siltä, että olisi vaan työtön eikä tekis yhtään mitään. (Haastateltava 4.)

Kun siirryttiin etästä takasin lähiin, tajus kuinka iso ero siinä on, varsinkin omalle jaksamiselle. Arki sujuu paljon paremmin silloin, kun sä oot aamulla menny koulun ja tuut koulusta. Verrattuna sit siihen, että sä aamulla kaks minuuttia ennen kokousta heräät ja juokset koneelle ja samalla kun avaat Teamsin, laitat sukkia jalkaan. (Haastateltava 4.)

Osa haastatelluista koki vastaavasti erittäin hyvänä asiana sen, ettei koululla tarvinnut enää käydä. Nämä haastateltavat kokivat kotiin jäämisen säästävän aikaa sekä helpottavan ja tehostavan opiskelua. Tähän liittyi aikataulujen vapaus ja se, että opintoja pystyi tekemään juuri silloin kun ehtii tai huvittaa.

Etäopinnoissa luontainen opiskelurytmi koettiin yleisesti hankalammaksi löytää. Osalla opiskelu siirtyi aamusta tai päivästä iltaan ja yöhön ja eräs vastaaja mainitsi joutuneensa kiinnittämään erityistä huomiota unirytmien säilyttämiseen. Opiskelurytmiä pyrittiin löytämään muun muassa opiskelemalla kaverin kanssa yhdessä joka päivä tiettyyn aikaan. Osalla etäluennoille osallistuminen toi opintoihin jonkinlaista rytmiä.

Reilu puolet haastatelluista koki, että opintojen työmäärä lisääntyi etäopintojen myötä. Loput kokivat, että työmäärä vähentyi tai pysyi suurin piirtein samana. Yksi haastateltu kertoi, että pienet tehtävät, jotka normaalisti tehtiin yhdessä lähiluennoilla, siirtyivät etäopintojen myötä kotona yksin tehtäväksi. Pienistä tehtävistä kasautuikin sitten iso kasa ylimääräiseltä tuntuva tehtävää.

Haastateltu totesi:

Kyl se jossain vaiheessa tuntu aika raskaalta, et vaikka miten paljon vääntäis paperia, ni aina tulee uusia vaan lisää. (Haastateltava 3.)

Lähes kaikki vastaajat kokivat, että etäopetukseen siirtyminen muutti oman ajankäytön suunnittelemaa merkittävästi. Etäopiskelun vapaus aikataulujen suhteen tarkoitti monille haastatelluille sitä, että päivä ei enää muotoutunut opintojen ympärille, vaan opinnot mukautuivat muun tekemisen oheen. Tämä aiheutti osalla haasteita, kun omaa opiskeluaan ei ollut aiemmin joutunut suunnittelemaan. Osa kertoi, että lähiopetuksessa luentojen välissä tuli tehtyä kotitehtäviä tai muita kouluhommia ja tuo aika koettiin opiskeluun käytettynä aikana, mutta etäopiskelussa luentojen välinen aika koettiin enemmänkin vapaa-ajaksi. Kotona opiskelu aiheuttikin osalle vastaajista vaikeutta erottaa opiskeluaikaa vapaa-ajasta.

5.5 Vertaistuen ja vuorovaikutuksen tarve

Haastateltujen joukosta kukaan ei kertonut hakeneensa tai tarvinneensa erityisesti apua tai tukea oppilaitoksen suunnalta etäopinnoissa jaksamiseen. Suurin osa muistaa nähneensä jonkinlaista mainostusta auttamiskanavista ja kokee, että apua todennäköisesti olisi ollut tarjolla, jos sitä olisi hakenut. Yksi vastaaja kuitenkin toivoi, että joku koululta olisi edes kerran ollut henkilökohtaisesti yhteydessä ja kysynyt ihan vain, miten menee. Toinen vastaaja totesi, että avun pyytämisen kynnyks on etäopetuksessa paljon suurempi, kuin lähikontaktissa.

Oppilaitoksen tarjoaman tuen sijaan moni haastateltu mainitsi kaivanneensa enemmänkin vertaistukea muilta opiskelijoilta. Ryhmätöiden ulkopuolella vuorovaikutus opiskelijoiden välillä jäi monen haastatellun mukaan olemattomaksi. Moni mainitsi yhteisöllisyyden puutteen vaikuttaneen osaltaan jopa opinnoissa jaksamiseen. Etäopiskeluun siirtymistä kuvattiin etäännyttäväksi, shokeeraavaksi, lamaannuttavaksi tai uuvuttavaksi. Odottamattomissa poikkeusoloissa olisi kaivattu jonkinlaista näkemystä siihen, että ei olla vaikeassa tilanteessa yksin. Jo pelkkä tieto siitä, että ei ole ainoa, jolla on vaikeaa, olisi voinut tuoda lohtua. Yksi haastateltu käytti tästä tarpeesta sanaa ”vertaisoleilu”, joka tuntui kuvaavan hyvin monen haastatellun vaikeasti sanoitettavissa olevaa tarvetta yhdessäololle. Eräs haastateltu totesi vertaistuen tarpeesta seuraavaa:

Joskus opinnot on haastavia ja semmonen vertaistuki, joka tulee kun näkee toiset ihmiset ja nauraa niiden kanssa livenä, ni se lisää omaa motivaatiota opiskeluun. Mut sitä kun ei etäilyssä kauheesti saa, niin totta kai siinä tulee vähän uupunu olo. (Haastateltava 4.)

Etäluentojen ei yleisesti koettu täyttävän sitä yhteisöllisyyden ja vuorovaikutuksen tarvetta, joka opiskeluun liittyy. Vaikka etäluennot mahdollistivat monelle haastateltavalle vapautta aikatauluihin, niiden koettiin heikentävän merkittävästi vuorovaikutusta sekä opettajiin että muihin opiskelijoihin. Moni haastatelluista koki etäluentojen vuorovaikutuksen epäluontevaksi ja pakotetun tuntuiseksi. Elekielen ja ilmeiden puuttuminen vuorovaikutuksesta mainittiin kommunikaatiota heikentävänä tekijänä. Oman sanoman ei koettu menevän perille yhtä hyvin, kun vastaanottajaa ei nähnyt. Yksi vastaaja kertoi ymmärtävänsä keskustelukumppaniaan huomattavasti paremmin silloin, kun näkee tämän livenä.

Haastateltavien mukaan opettajat yrittivät etenkin etäopintojen alkuvaiheessa kannustaa vuorovaikutukseen, mutta keinot siihen olivat melko heikkoja. Eräs haastateltu kertoi etäluentojen olleen kuin yläasteella, kun kaikkien oli pakko pitää kameraa päällä, ja vuorovaikutukseen pyrittiin sitä kautta. Tätä ei koettu kovin onnistuneeksi, ja haastateltu kertoo, että jossain kohtaa kamerapakosta luovuttiin, kun opiskelijat mieluummin jäivät etäluennoilta pois, kuin tulivat sinne kamera päällä. Eräs haastateltava, joka oli tottunut hyvinkin keskustelemaan luentoympäristöön, koki ettei etäluennoilla päästy sinne päinkään. Moni haastateltava koki kynnyksen opettajan keskeyttämiseen ja kysymysten esittämiseen korkeammaksi etäopetustilanteessa, kuin lähiopetuksessa. Useammassa haastattelussa mainittiin, että oli pitkälti opettajan tyylistä ja menetelmistä kiinni, kuinka hyvin opiskelijat lähtivät etäluennoilla mukaan vuorovaikutustilanteisiin. Eräs haastateltu kuvasi etäluentotilanteita näin:

Tämmöset avoimen keskustelun breakout roomit oli kaikista pahimpia. Sanottiin vaikka, että keskustelkaa tästä aiheesta, ja katotaan 15 minuutin päästä uudestaan. Ei siellä kukaan mitään keskustellu. Mut sit jos oli vaikka sellanen, et tässä on kymmenen kysymystä ja vastatkaa näihin siinä teidän ryhmässä, ni se ehkä vähän aktivoi sitä. Mut se tuli vasta vähän myöhemmin mukaan, kun oli jo tavallaan sopeuduttu siihen tilanteeseen ja opittu uusia aktivointitapoja. (Haastateltava 3.)

Osa haastateltavista koki opettajien valmiudet laadukkaan etäopetuksen antamiseen heikoiksi. Opettajien ei koettu aina onnistuneen siirtymään lähiluennoille sopivista opetusmenetelmistä etäluennoille sopiviin. Etäluentoja kuvattiin puuduttaviksi ja yksitoikkoisiksi. Yksi haastateltu kuvasi asiaa seuraavasti:

Opettajista, jotka ei ollu tottunu pitämään etäluentoja, saatto vähän aistia semmoisen tietynlaisen turhautumisen siihen tilanteeseen, kun ei ollu sitä livekontaktin tekemää tiettyä tilaa mihin ne oli tottunu ja missä ne oli parempia. Et monet saatto olla jollain tapaa ehkä vähän apaattisia luennoitsijoita verrattuna siihen, mitä on nähny aikasemmin liveluentojen yhteydessä. (Haastateltava 3.)

Etäluentojen huonoiksi puoliksi kerrottiin useassa haastattelussa luento keskittymisen vaikeus. Kotioloissa häiriötekijöitä ja houkutuksia oli enemmän, jolloin saattoi joutua tekemään paljonkin työtä keskittymisen eteen. Kynnys lähteä tekemään jotain muuta kesken luennon koettiin melko pieneksi. Toisaalta ”multitaskaaminen” mainittiin myös hyvänä puolena, kun luennon aikana sai mahdollisesti edistettyä muitakin opiskeluhommia.

Osa vastaajista sen sijaan koki etäluentojen sopineen itselle paremmin kuin lähiluentojen. Syynä tähän ei ollut ainoastaan osallistumisen helppous, vaan jotkut kokivat pystyvänsä keskittymään etäluennoilla paremmin tai osallistuvansa keskusteluun jopa enemmän, kuin lähiluennoilla. Yhdelle vastaajalle oli se ja sama, ovatko luennot etä- vai lähiopetusta.

Kaikki haastateltavat kertoivat etäopintoihin sisältyneen ryhmätyöskentelyä. Etänä toteutettavissa ryhmätöissä koettiin olevan sekä hyvät että huonot puolensa. Parhaimmillaan ne toivat opiskeluun innostuneisuutta ja yhdessä onnistumisen kokemuksia. Huonoimmillaan ne koettiin opettajan laiskuudeksi, kun yksi haastateltava kertoi joillain kursseilla opettajien sysänneen melkein kaiken oppimisen ryhmien vastuulle ryhmätöiden muodossa. Eräs haastateltu kertoi parhaan ryhmätyökokemuksensa tulleen siitä, kun ryhmän kanssa tavattiin pari kertaa kasvotusten. Hän koki, että etänä ryhmäläisten välisessä kommunikaatiossa tuli helpommin puutteita. Osa kertoi ryhmätöiden kuihtuneen siihen, että jokainen ryhmäläinen tekee yksin oman sovitun osansa, ja itse ryhmässä tekeminen jäi minimiin.

Noin puolet haastatelluista ei kokenut ryhmätöiden muuttuneen juurikaan lähiopetukseen verrattuna. Osa kertoi myös tavanneensa ryhmäläisten kanssa normaalisti, kuten lähiopetusaikanakin. Ryhmätöiden koettiin sujuvan mukavasti etenkin, jos ryhmän sai muodostaa kavereiden kanssa. Eräs haastateltu kertoi ryhmätöiden onnistuneen sitä paremmin, mitä pienempi ryhmä oli. Hän koki pienemmän porukan vuorovaikutuksen helpommaksi etätyökaluilla, kun taas isommalla porukalla suurin osa oli hiljaa ja teki mahdollisesti jotain muuta sillä aikaa, kun yksi tai kaksi oli äänessä.

Reilu puolet haastatelluista kertoi joutuneensa rajoittamaan sosiaalisia kontaktejaan poikkeusolojen aikana. Osa kertoi, että yhteydenpito opiskelukavereihin tuntui viestisovellusten ja etäyhteyksien kautta pinnalliselta. Moni mainitsi ryhmäytymisen ja verkostojen luonnin vaikeuden etäviestimien kautta. Osa kertoi välttelevänsä opiskelijatapahtumia normaalistikin, jolloin sosiaalisilla rajoituksilla ei ollut sen kummempaa merkitystä.

Poikkeusolojen päättyessä ja rajoitusten heltyessä moni haastateltu kertoi sosiaalisen kanssakäymisen tarpeen korostuneen. Opiskelijat tulivat mielellään viettämään aikaa koululle, vaikka varsinaisia lähiluentoja tai muuta varsinaista syytä koululle tuloon ei olisi ollutkaan. Eräs haastateltu kertoi etäopintojen lopulta lähentäneen ryhmänsä opiskelijoita, kun rajoitusten hellittäessä ryhmä tapasi toisiaan aiempaa tiheämmin. Yhdessä järjestettiin muun muassa lautapeli-iltoja ja käytiin vaeltamassa. Toinen vastaaja koki poikkeusolojen laskeneen kynnystä mielenterveysasioista puhumiseen, ja kuvasi asiaa näin:

Yks isoin havainto, mitä tällä ajalla on tehny, on se miten paljon avoimempia ihmiset on mielenterveyteen liittyen. Koska voit kysyy keneltä tahansa korkeakouluopiskelijalta ja ne on kaikki jollain tasolla rikki tästä tilanteesta. Se on ollu kyl sosiaalisesti mun mielestä aika mullistava ilmiö, vaikka kaikilla meneeki vähän ikävästi. (Haastateltava 1.)

5.6 Hybridimalli toiveena jatkossa

Kaikki haastateltavat sanoivat suhtautuvansa positiivisesti etäopintoihin jatkossa osana opiskelua. Kaksi vastaajaa oli sitä mieltä, että voisivat opiskella jatkossa täysin etänä, kun taas loput toivoivat jonkinlaista omaan tilanteeseen mukautuvaa hybridimallia. Hybridimallissa yhdistyisivät etä- ja lähiopintojen hyvät puolet. Etänä tekemisen koettiin tukevan opiskelun joustavuutta ja opiskelun yhdistämistä työntekoon, mutta lähiopintoja toivottiin oheen lieventämään itseohjautuvuuden, aikaansaamisen ja opiskelurytmin ylläpidon haasteita. Moni kertoi tiedonhakutaitoja ja kokonaisuuksien hallintaa korostaneiden etätenttien sopineen itselleen paremmin, kuin puuduttaviksi ja ulkoa opettelua painottaviksi koetut paperi- tai lähitentit.

Moni haastateltava mainitsi etäopiskelun hyvänä puolena uusien järjestelmien ja ohjelmien käytön oppimisen. Poikkeusajan onni onnettomuudessa oli usean haastatellun mielestä se, että oppilaitokset joutuivat pakon edessä panostamaan etäopetuksen laatuun, materiaaleihin ja työkaluihin. Tämän koettiin todennäköisesti tukevan myös jatkossa erilaisia oppimistyyplejä paremmin. Eräs

haastateltava kertoi opiskeluryhmänsä toivoneen opintojen alusta saakka luentojen tallennusmahdollisuutta, mutta pyyntöön taivutettiin vasta poikkeusolojen myötä.

Useampi vastaaja koki tarvitsevänsä lähikontaktien tuomaa vaihtelua etenkin opinnäytetyövaiheessa, jolloin muutenkin tulee puurrettua itsekseen kotona. Osa myös koki, että opinnäytetyövaiheessa lähituen ja -ohjauksen tarve on siinä määrin merkittävä, että ilman sitä tuntuu olevansa hieman hukassa. Lähikontaktit koettiin yleisesti parhaaksi myös ryhmätöissä ja ylipäätään yhteisöllisyyden ylläpitämisessä. Kurssikavereihin tutustumisen koettiin onnistuvan käytännössä ainoastaan kasvotusten.

6 Johtopäätökset

Opinnäytetyön tuloksista voidaan muodostaa vastaukset tutkimuskysymyksiin. Ensimmäinen tutkimuskysymys oli, miten etäopiskelu on vaikuttanut opiskelijoiden kokemaan opiskelumotivaatioon, opiskeluuntoon ja opiskelu-uupumukseen. Tutkimuskysymystä käsitellään seuraavaksi lyhyesti jokaisen kolmen tekijän osalta: motivaation, innon ja uupumuksen.

Haastattelujen perusteella etäopinnot vaikuttivat yhtä lukuun ottamatta kaikkien osallistuneiden opiskelijoiden koettuun opiskelumotivaatioon. Osa koki motivaationsa kasvaneen ja osa laskeneen etäopiskelun myötä. Yksi koki opiskelumotivaationsa pysyneen samana.

Kaikki haastatellut kertoivat kokeneensä opiskeluuntoa etäopintojen aikana, mutta kaikkien kohdalla into ei varsinaisesti johtunut etäopiskelusta, vaan normaaliin opiskeluun liittyvistä asioista. Osalla haastatelluista etäopinnot olivat selkeä tekijä opiskeluinnon kasvamisessa. Etäopinnot siis vaikuttivat opiskeluuntoon osalla haastatelluista positiivisesti. Loppujen kohdalla vaikutusta ei ollut tai tulos jäi epäselväksi.

Osa haastatelluista koki etäopintojen nostaneen opiskelu-uupumukseen liittyviä tuntemuksia. Niiden joukossa, joille etäopiskelu sopi hyvin, voidaan kuitenkin todeta opiskelu-uupumuksen jopa vähentyneen. Etäopinnot siis vaikuttivat haastateltujen koettuun opiskelu-uupumukseen joko lisäävästi tai vähentävästi. Kahden haastatellun kohdalla vaikutusta ei koettu olevan, tai tulkinta jäi epäselväksi.

Toinen tutkimuskysymys oli, millaisia haasteita tai onnistumisia opiskelijat ovat kokeneet etäopintoihin liittyen. Etäopiskeluajan haasteiksi koettiin opiskelurytmin ja opiskelurutiinien luominen ja ylläpito, opetuksen laadun heikkeneminen, vertaistuen ja yhteisöllisyyden puute, vuorovaikutuksen voimakas heikkeneminen, verkostojen luomisen vaikeus, opinnäytetyön kirjoittaminen poik-keusoloissa, muutokset opintojen työmäärässä, oman ajankäytön suunnittelun vaikeus ja etäluen-toihin liittyvät keskittymisvaikeudet.

Etäopiskeluajan onnistumiseksi koettiin etäopiskelun vaivattomuus, kun opiskelijan ei tarvinnut lähteä koululle. Tämä näkyi osalla parantuneina arvosanoina, sekä opiskelun tehostumisena ja nopeutumisenä. Onnistumisia koettiin myös kotona tehdyissä etätenteissä, kadoksissa olleen opiske-lurytmin löytämisessä ja vaihtoehtoisten opiskelumateriaalien löytämisessä verrattuna perintei-seen luennoilla käyntiin.

7 Pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli kartoittaa opiskelijoiden kokemuksia etäopinnoista ja sen koetuista vaikutuksista opiskelumotivaatioon, opiskeluuntoon ja opiskelu-uupumukseen. Haastattelujen avulla onnistuttiin saamaan vastauksia kaikkiin tutkimuskysymyksiin.

Muutokset motivaatiossa etäopintojen aikana kytkeytyvät varmasti motivaatioon yleensäkin vai-kuttaviin asioihin. Kuten luvussa 3.2 todettiin, Ruohotien (2002, 82–83) mukaan opiskelumotivaati-oon vaikuttavat muun muassa opiskelijoiden oppimistyyli ja persoonallisuuden piirteet. Erilaisia ominaisuuksia omaavat opiskelijat sopeutuivat etäopetuksen tuomiin muutoksiin eri tavoin. Esi-merkiksi hyvin sosiaalinen opiskelija reagoi rajoituksiin oletettavasti eri tavalla, kuin enemmän yk-sin viihtyvä. Jos opiskelija kaipaa normaalistikin enemmän sosiaalista kontaktia, on pudotus poik-keusolojen rajoituksiin voinut olla raju.

Lehtinen, Vauras ja Lerkkanen (2016, 116) toteavat, että ihminen pyrkii suosimaan mielihyvää tuottavia asioita ja välttämään negatiivisia kokemuksia. Odotusarvoteorian (Wigfield & Eccles 2000) mukaan tehtävään ryhtymisen motivaatioon vaikuttaa, viekö tehtävä aikaa joltain kiinnosta-vammalta asialta. Jos negatiiviset kokemukset etäopiskelusta ja sen tuomista seurauksista olivat vahvoja, saattoi sillä olla vaikutusta myös halukkuuteen tehdä opiskelutehtäviä. Jos jokin toinen kotona käsillä oleva tehtävä toi mielihyvää tai oli kiinnostavampi kuin opiskelutehtävät, saattoi

opiskelutehtäviin ryhtymiseen kynnys kasvaa jo melko korkeaksi. Ruohotien (2002, 82–83) mainitsema epäonnistumisen pelko saattoi myös herätä, kun työmäärä tuntui kasvaneen, järjestelmien paljous lamaannutti ja vertaistukea ei ollut tarjolla.

Ruohotie (mts. 160–165) kertoo opiskelijan itsesäätelyn taitojen vaikuttavan siihen, kuinka hän onnistuu kontrolloimaan omaa opiskeluaan. Osa haastatelluista sivusikin itsesäätelyn vaikeutta kertomalla, kuinka helppoa kotona oli ”*vahingossa klikata itsensä Ilta-Sanomien sivuille*” (Haastateltava 4). Toivola, Peura ja Humaloja (2017, 39) huomauttavat, että vaikka opiskelijan odotetaan suoriutuvan opinnoista itsenäisesti, on itseohjautuvuutta silti tuettava. Tukemisen keinot, kuten ohjaajan kannustava palaute, yhteistyötä suosiva ilmapiiri ja opiskelijan mahdollisuus pyytää apua, vaikuttivat etäopinnoissa jäävän tavallista vähäisemmiksi. Tämä on voinut osaltaan lisätä yksin jäämisen tunteita poikkeusolojen aikana.

Osa haastatelluista koki työmäärän lisääntyneen etäopintojen myötä, osa taas sen vähentyneen. Salmela-Aron ja Upadyayan (2014) vaatimusten ja voimavarojen malliin perustuvan oppimismotivaatioteorian mukaan oppijaa motivoi vaatimusten ja voimavarojen tasapainoinen suhde. Haastatelluista ne opiskelijat, jotka kokivat etäopintojen helpottaneen vaatimuksia (työmäärän vähentyminen) tai kasvattaneen voimavaroja (opintoihin ryhtymisen helppous, onnistumisten tuoma motivaatio), vaikuttivat menestyvän etäopinnoissa parhaiten. Sen sijaan ne opiskelijat, jotka kokivat etäopiskelun ja poikkeusolojen kasvattaneen vaatimuksia (lisääntynyt työmäärä) tai vähentäneen omia voimavaroja (mm. yksin puurtaminen, itsesäätelyn haasteet), vaikuttivat kokeneen helpommin myös opiskelu-uupumusta ja heikentynyttä otetta omista opinnoistaan. Samoin kuin Salmela-Aron (2018, 26) mukaan opiskelu-uupumus yleisesti lisääntyy opintojen edetessä, myös uupumus poikkeusoloihin tuntui osalla haastatelluista lisääntyneen tilanteen pitkittyessä. Opintojaksojen työmäärän uudelleenarviointi voisi olla paikallaan, kun siirrytään lähiopetuksesta etäopiskeluun. Huomioita tulisi kiinnittää etenkin yhden haastateltavan mainitsemiin tehtäviin, jotka aiemmin tehtiin yhdessä osana lähiluentoa, mutta jotka etäopiskelussa jäivät helposti opiskelijan itse tehtäviksi. Työmäärä voi kasvaa merkittävästi, jos tämänkaltaisia tehtäviä on runsaasti.

Luvussa 2.2.1 esiteltyjen aiempien tutkimusten perusteella osattiin odottaa, että osalle opiskelijoista etäopinnot sopivat erinomaisesti ja oppimistulokset saattavat jopa parantua. Odotusarvorteorian (Wigfield & Eccles 2000) mukaan usko omaan pärjäämiseen kasvattaa motivaatiota ja lisää

halua panostaa tehtävään. Onnistumisen kokemukset ovat todennäköisesti onnistujien joukossa kasvattaneet myös uskoa omaan pärjäämiseen ja kyvykkyyteen. Voisi ajatella, että kun huomaa opiskelutehtävien tekemisen tuntuva aiempaa vaivattomammalta, muutkin motivaatiota ajavat tekijät voimistuvat ja opiskelutehtäviin ryhtyminen on entistä mielekkäämpää. Tulosten parantumisessa, opiskelun tehostuessa ja opintopisteiden karttuessa onnistujat saattoivat päästä optimaalisten oppimiskokemusten positiiviseen kierteseen, jossa onnistumiset ruokkivat motivaatiota uusiin onnistumisiin (Salmela-Aro 2018, 20).

Kuten aiemmin toteutetuissa kyselytutkimuksissa, tämänkin opinnäytetyön haastatteluissa laajaksi teemaksi nousi opiskelijoiden yhteisöllisyyden tunteiden puute. Salmela-Aron (2018, 6) mukaan yhdessä työskentely tuottaa oppimisen iloa ja oppija jaksaa ponnistella tavoitteiden eteen. Tällaista sosiaalista yhdessä oppimisen vuorovaikutustapahtumaa ei haastateltujen mukaan saatu etäopinnoissa aikaan. Etäopinnoissa korostuvan itsesäätelyn ohien kuuluva yhteissäätely (mts. 11) ei välttämättä toteutunut, kun sosiaalisia kontakteja jouduttiin rajoittamaan. Kuten Salmela-Aro (mts. 11) toteaa, erityisesti ystäviltä saatu opiskeluun liittyvä tuki on vahvasti yhteydessä oppimismotivaatioon. Tulevaisuudessa keinoja etänä onnistuvaan yhteisöllisyyden luomiseen olisikin aiheellista kehittää, sillä yhteisöllisyyden puute on osalla haastatelluista heijastunut negatiivisesti koko opiskelukokemukseen. Opiskelijat hyötyisivät etäopiskelukäytänteiden, etäyhteisöllisyyden ja vertaistukikanavien kehittämisestä, kun kokemuksia voitaisiin kääntää positiivisemmaksi.

Yhteisöllisyyden lisäksi puutteita koettiin etänä tapahtuvassa vuorovaikutuksessa niin opettajien kuin opiskelijoidenkin välillä. Kaikilla opettajilla ei koettu olevan valmiuksia vuorovaikutusta sisältävään laadukkaaseen etäopetukseen. Tämä saatettiin tulkita opiskelijoiden näkökulmasta jopa välinpitämättömyytenä, kuten yksi haastateltu opetusta luonnehti. Kemellin ja Minkkisen (2021, 80) mukaan vuorovaikutustilanteiden luominen etäopetuksessa vaatii opettajalta paneutumista teknisiin mahdollisuuksiin ja vuorovaikutustilanteiden huolellista suunnittelua etukäteen. Tähän ei ehkä ollut poikkeustilanteessa tarpeeksi resursseja. Nyt kun olemme ensimmäistä kertaa kohdanneet pandemian aiheuttamat poikkeusolot, tulisi oppilaitosten kohdistaa resursseja etäopiskelumateriaalien kehittämiseen, tehokkaampien vuorovaikutuskeinojen kehittämiseen ja opettajien kouluttamiseen etäopetusta tukevien teknisten taitojen osalta, jotta opiskelu mahdollisissa tule-

vissa poikkeusoloissa sujuisi jouhevammin. Pahimmassa tapauksessa opiskelun vaihtelu lähiope-
tuksen ja poikkeusolojen välillä voi olla enemmän tai vähemmän pysyvää. Tähän varautuminen tu-
lisi ottaa vakavasti.

Kaiken kaikkiaan voidaan ajatella, että etäopiskelussa motivaatioon kohdistuvat haasteet ovat sa-
mankaltaisia, kuin opiskelussa yleensäkin. Osalla opiskelijoista poikkeusolot kuitenkin tuntuivat
toimivan ikään kuin haasteiden vahvistimena, jolloin normaalioloissa selvitettävissä olevat haas-
teet moninkertaistuivat. Keinovalikoiman kasvattaminen suurimpien etäopiskeluun liittyvien haas-
teiden kanssa selviämiseen onkin avainasemassa tulevaisuuden etäopiskelun kehittämisessä. Ku-
ten tämä ja aiemmat tutkimukset kertovat, kaikki eivät reagoi etäopiskeluun samalla tavalla, eikä
siksi voida olettaa yhden tai kahden ratkaisumallin toimivan kaikille. Oppilaitoksilta tarvitaan nyt
luovaa ja innovatiivista otetta etäopetuksen ja etäopiskelun käytänteiden kehittämiseen ja vastaa-
viin tilanteisiin varautumiseen tulevaisuudessa.

Tutkimuksen eettisyys

Opinnäytetyöprosessissa otettiin huomioon alusta asti tutkimuseettiset näkökohdat. Hirsjärvi ja
Hurme (2015, 20) mainitsevat laadulliseen tutkimukseen liittyvän moniulotteisia eettisiä kysymy-
ksiä. Tutkimuksen tarkoituksen tulee tieteellisen tiedon etsimisen ohella olla tutkittavana olevan
inhimillisen tilanteen parantaminen. Juuri tästä lähtökohdasta tutkimukseen ryhdyttiin. Aiempien
tutkimusten perusteella havaittiin poikkeusajan etäopintoihin liittyviä haasteita, joita haluttiin tut-
kia tarkemmin, jotta haasteisiin voitaisiin mahdollisesti tulevaisuudessa löytää ratkaisuja.

Etenkin haastattelutilanteissa kiinnitettiin huomiota eettisiin seikkoihin. Hirsjärven ja Hurmeen
(mts. 20) mukaan haastattelutilanne voi aiheuttaa osallistujille stressiä, joten aikataulujen ja järjes-
telyiden suhteen pyrittiin olemaan niin joustavia, kuin aikarajoitteiden puitteissa kyettiin. Haasta-
teltavien yksityisyyden suojaan kiinnitettiin myös huomiota. Haastateltaville kerrottiin, että haas-
tattelut nauhoitetaan, ja että nauhoituksiin ei ole pääsyä muilla kuin opinnäytetyön tekijällä.
Tallenteet ja litteroinnit poistetaan, kun opinnäytetyöprosessi on ohi. Verkossa toteutettujen
haastattelujen toteuttamiseen ei aina saatu täysin häiriötöntä tilaa, mutta tällaisessa tilanteessa
haastateltaville kerrottiin, että heidän puheensa kuuluu vain haastattelijalle kuulokkeiden kautta.

Haastattelun aiheet ja teemat käsittelivät yksityisiä asioita, mutta aiheista keskustelun ei arvioitu aiheuttavan haastateltavissa erityistä stressiä tai ahdistusta, joka tulisi ottaa huomioon.

Haastatteluissa kysyttiin vastaajan nimi ja ikä, mutta tunnistetietoja ei käytetty opinnäytetyön raportoinnissa. Anonymiteetin suojelemiseksi vastaajiin viitattiin tulosten raportoinnissa yleisillä termeillä, kuten ”osa haastatelluista”, ”eräs vastaaja” ja sitaattien yhteydessä koodauksin ”haastateltava 1”, ”haastateltava 2” ja niin edelleen.

Raportin kirjoittamisessa otettiin huomioon Hirsjärven ja Hurmeen (mts. 20) mainitsemat mahdolliset seuraukset, joita julkaistulla raportilla voi olla haastateltaville tai ryhmille, joita he edustavat. Tätä pohdittiin tutkimuksen tulosten kautta, joiden ei kuitenkaan nähdä heikentävän osallistuneiden asemaa eikä vaikuttavan haitallisesti korkeakouluopiskelijoiden ryhmään, jota haastateltavat edustavat. Tutkimuksen tuloksia voidaan sen sijaan mahdollisesti käyttää heidän asemansa kohentamiseen.

Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuuden varmistaminen ohjasi opinnäytetyön tekoa alusta loppuun. Opinnäytetyön tietoperustan lähteitä etsittiin ensisijaisesti Jamkin kirjaston verkkokokoelmista, Google Scholar-hakukoneen avulla tieteellisistä artikkeleista ja Yliopistojen verkkosivuilta. Näitä tietokantoja on suositeltu luotettavina Jamkin tutkimukseen liittyvillä opintojaksoilla. Tiedonhaku täydennettiin tavallisilla Google-hauilla, mutta silloin kiinnitettiin vielä aiempaakin tarkempaa huomiota lähteiden luotettavuuteen. Opinnäytetyöhön valikoitujen lähteiden osalta selvitettiin kirjoittajien taustoja ja arvioitiin teosten luotettavuutta kirjoittajien ansioituneisuuden perusteella. Lähteiksi valittiin vain erittäin luotettavaksi arvioituja julkaisuja. Tutkimusmenetelmien kuvauksen lähteiksi valittiin opintojen aikana opintojaksoilla käytettyjä tutkimukseen keskittyviä julkaisuja, joita opettajat ovat suositelleet.

Opinnäytetyön tulosten luotettavuutta arvioitaessa on todettava, että tulokset eivät ole yksiselitteisesti yleistettävissä koskemaan suurempaa opiskelijajoukkoa. Harkinnanvaraisen otannan homogeenisuus tulee ottaa huomioon tulosten yleistettävyydessä, kun kaikki haastateltavat olivat opinnäytetyön tekijän tuttuja tai puolituttuja. Vastausten sukupuolijakauma on myös vahvasti

miespainotteinen. Ei voida myöskään sulkea pois sitä mahdollisuutta, että vastaajat ovat kaunistelleet vastauksiaan tai vastanneet siten, miten ajattelevat opinnäytetyön tekijän haluavan. Tulokset ovat kartoitus haastatteluun osallistuneiden opiskelijoiden näkemyksistä poikkeusoloista ja sen vaikutuksista opintoihin. Kananen (2014, 86) toteaa, että haastateltavien vastaukset ovat heijastuksia heidän omasta todellisuudestaan, joita on yhtä monta kuin haastateltaviakin. Haastatteluissa saadaan täten mahdollisuus tutustua henkilöiden välisiin yhteneväisyyksiin ja eroihin keskustelemalla samasta todellisen maailman ilmiöstä eri ihmisten kanssa.

Tulokset ovat kuitenkin yhteneväisiä aiempien tutkimustulosten kanssa, joka vaikuttaa Hirsjärven ja Hurmeen (2015, 186) mukaan positiivisesti tutkimustuloksen luotettavuuteen. Hirsjärvi ja Hurme (mts. 184) toteavat myös, että laadullisen tutkimuksen haastatteluiden luotettavuutta ja kerättävän aineiston laadukkuutta voidaan tavoitella jo etukäteen luomalla hyvä haastattelurunko. Haastattelurunkoon panostettiin tässä opinnäytetyössä hiomalla kysymysrunkoa melko pitkäänkin, pyytämällä siihen ulkopuolista näkemystä opinnäytetyön ohjaajalta ja muilta opiskelijoilta, sekä muokkaamalla haastattelukysymyksiä toimivammaksi ensimmäisen haastattelun jälkeen.

Yksi aiemmista tutkimuksista eriävä tekijä oli aiemmissä tutkimuksissa esiin nousseet tekniset haasteet etäopiskeluun liittyen, joita tämän opinnäytetyön tuloksissa ei esiintynyt. Tämä selittynee sillä, että opinnäytetyön tekijä on tutustunut haastateltaviin tietokoneharrastukseen liittyvissä aktiviteeteissa. Tietokoneharrastuneisuuden myötä teknologian käyttö on haastatelluille tuttua ja ongelmattonta. Laajemmalla otannalla voitaisiin saada monipuolisempia vastauksia teknologian osalta ja vastaajat totesivatkin, että kokevat teknologisen osaamisensa olevan keskivertoa parempaa.

Tietokoneharrastus auttoi myös opinnäytetyön tekijää haastattelujen teknisen puolen suunnittelussa ja toteutuksessa. Kuten Hirsjärvi ja Hurme (mts. 184) painottavat, on haastattelun teknisen toteuttamisen oltava toimivaa, jotta aineisto on käyttökelpoista. Käytetyt laitteet ja ohjelmistot olivat haastattelijalle ennestään tuttuja, mutta haastattelutilannetta ja tallennusta testattiin silti useaan otteeseen ennen varsinaisten haastattelujen aloittamista. Tallenteille oli varattu tarpeeksi tilaa tallennuslaitteena toimineen tietokoneen kovalevyiltä ja teknisten ongelmien varalta oli mietitty vaihtoehtoisia toteutustapoja ja ohjelmistoja.

Teemahaastattelujen toteutuksen yhteydessä huomattiin, että vaikka haastattelurunkoon oli panostettu, kysymyksiä olisi voinut jaotella myös eri tavalla. Osassa haastatteluista keskustelu hyppi teemasta toiseen, jolloin piti olla erityisen tarkkana, että kaikki halutut asiat saatiin kysytyä. Lisäksi havaittiin, että jotkut tietoperustassa oleellisena esiin nostetut tekijät jäivät haastatteluissa odotettua vähemmälle huomiolle. Jos opinnäytetyöhön olisi ollut käytettävissä enemmän aikaa, olisi ensimmäisen haastattelukierroksen jälkeen voitu tutkia tuloksia ja poimia niistä teemoja, joihin olisi vielä syvennytty paremmin.

Etenkin motivaatioon liittyviä kysymyksiä olisi voinut muotoilla eri tavoin ja motivaatiokysymyksiä olisi voinut olla enemmän, sillä vastaajien oman motivaation sanoittaminen ja arviointi osoittautui haastavaksi ja jäi siten ehkä hieman pintapuoliseksi. Hirsjärvi ja Hurme (mts. 103) painottavat haastattelukysymysten ja -tyylin joustavuutta, jolloin mukaudutaan haastateltavan kielelliseen ilmaisuun ja termistöön, ja pyritään käyttämään haastateltaville tuttua arkikäsitteistöä. Yksilön tulkinta motivaatiosta käsitteenä voi vaihdella suurestikin ja jopa tutkijat saattavat mieltää motivaation eri tavoin, jolloin olisi ollut parempi käyttää kysymyksissä motivaatio-termin sijaan motivaatiota kuvaavia tai selittäviä lauseita ja ilmaisuja. Kysymykset pyrittiin joka tapauksessa esittämään monitulkintaisuutta välttämällä ja kysymyksiä tarkennettiin tarvittaessa haastattelun aikana. Silti on aina olemassa se mahdollisuus, että vastaaja on ajatellut asian eri tavalla, kuin kysyjä on sen tarkoittanut.

Yllä mainittuihin haasteisiin vaikutti varmasti suurelta osin opinnäytetyön tekijän kokemattomuus haastattelijana. Haastatteluihin oli valmistauduttu kertaamalla hyvän haastattelijan ominaisuuksia ammattiroolissa, mutta jotkut hyvän haastattelijan piirteet kehittyvät todennäköisesti vasta kokemuksen karttuessa. Hirsjärvi ja Hurme (mts. 98) mainitsevat haastattelijan ammattirooliin kuuluvan olennaisena osana kiinnostuneisuuden tehtävään, mutta kiinnostus täytyy erottaa uteliasuudesta ja kohdistaa nimenomaan tiedon hankkimiseen. Tämä pidettiin mielessä niin kysymysrungon laatimisessa kuin haastattelutilanteessakin, eikä tutkimuksen kannalta epäolennaisiin uteluihin sorruttu.

Reliaabelia tutkimustulosta tavoiteltiin pyrkimällä tulkitsemaan haastattelujen tuloksia mahdollisimman objektiivisesti. Hirsjärvi ja Hurme (mts. 186, 189) kuvaavat laadullisen tutkimuksen tulok-

sen reliaaabeliuden hankalaksi määritellä. Reliaabeliutta voidaan kuitenkin nostaa jo sillä, että tutkimuksen kaikki käytettävissä oleva aineisto on sisällytetty tulosten tulkintaan ja aineisto on litteroitu huolellisesti. Tästä syystä haastattelujen litterointivaiheessa tallenteet kirjoitettiin tekstimuotoon sanatarkasti. Tallenteiden laatu oli erinomainen, joten litteroinnissa ei ollut laadullisia ongelmia. Opinnäytetyön tekijän aiempi kokemus teemahaastattelujen litteroinneista myös auttoi litterointiosuuden toteuttamisessa.

Tuomi ja Sarajärvi (2018, 123) mainitsevat luotettavuuden parantamisen keinoina etenkin riittävän ajan varaamisen tutkimuksen tekoon. Opinnäytetyön suunnitteluun, työstöön ja kirjoittamiseen oli aikaa noin viisi viikkoa. Lisäaika olisi mahdollistanut toisen haastattelukierroksen, tulosten syvällisemmän analyysin, mahdollisen ulkopuolisen arvioinnin tai jopa haastateltavien osallistumisen tulosten tulkintaan.

Opinnäytetyössä on aikarajoituksista huolimatta tehty huolellista työtä ja noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu olennaisesti rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä ja raportoinnissa, tutkimusmenetelmien eettisyys, muiden tutkijoiden työn huomiointi ja arvostus sekä aineiston säilyttämistä koskevien vastuiden ja kysymysten määrittely (Tuomi & Sarajärvi 2018, 111–112). Aineiston käsittelyssä ja raportoinnissa on noudatettu erityistä tarkkuutta ja huolellisuutta. Aineistoa on pyritty tulkitsemaan mahdollisimman yleispätevästi ja tasapuolisesti, välttämään tulkinnan ennako-odotuksia, sekä välttämään monitulkintaisten vastausten liiallista yksinkertaistamista. Tulokset on pyritty esittämään sellaisina kuin ne ovat aineistosta nousseet ja tuloksia ei ole valikoitu aineistosta jättäen olennaisia tuloksia pois.

Jatkotutkimusehdotuksia

Yksi tutkimuksen huomionarvoisimmista havainnoista jatkotutkimuksen kannalta oli haastateltavien kokema tarve vertaistuelle. Ei ollut niinkään tärkeää, että hankalassa tilanteessa löytyy auttavia auktoriteetteja, vaan enemmänkin haluttiin kokea, ettei tilanteessa olla yksin. Haluttiin ehkä saada vahvistusta sille, että muillakin opiskelijoilla on vaikeaa. Tähän oppilaitosten kannattaisi paneutua. Vertaistuen järjestäminen olisi oletettavasti ”virallista” apua kustannustehokkaampaa, ja

siihen osallistumisen kynnyks voisi olla opiskelijoille matalampi. Kukaan haastateltava ei ollut hakenut oppilaitokselta apua, vaikka moni koki tilanteen kuormittavaksi. Kuten Kemell ja Minkkinen (2021, 77) toteavat, avun pyytäminen on erilaisen kynnyksen takana etäopetuksessa, kuin kasvokkain tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Ehkä opiskelijat eivät kokeneet haasteitaan tarpeeksi merkittäviksi, tai kynnyks ”virallisen” avun pyytämiseen oli liian korkea. Vertaistukeen saatettaisiin tarttua helpommin ja se täydentäisi muita tarjolla olevia tukipalveluita.

Tutkimuskysymyksiinä jatkotutkimuksissa voisi olla esimerkiksi millaisin keinoin opiskelijoiden keskinäistä vuorovaikutusta etäopiskelussa voitaisiin parantaa ja tukea opettajien toimesta, tai miten opiskelijoiden keskinäistä vertaistukea saataisiin etäopiskelussa konkreettisesti lisättyä ja hyödynnettyä.

Lisäksi olisi kiinnostavaa nähdä myös muita opiskelijaryhmiä koskevia etäopiskeluun liittyviä tutkimuksia. Voitaisiin esimerkiksi tutkia eroavatko tulokset aikuisopiskelijoilla verrattuna nuorempiin opiskelijoihin, tai miten peruskoululaiset ovat kokeneet pandemian vaikutukset koulutyössään.

Lähteet

AMK-opiskelijoiden etäopiskelukyselyn tulokset. 2021. Raportti Suomen opiskelijakuntien liiton kyselyn tuloksista SAMOKin verkkosivuilla 6.5.2021. Viitattu 7.5.2022. <https://samok.fi/wp-content/uploads/2021/05/amk-opiskelijoiden-etaopiskelukyselyn-tulokset-2021.pdf>

Ammattikorkeakoulujen valintakoe järjestetään etäkokeena. 2020. Uutinen Jyväskylän ammattikorkeakoulun verkkosivuilla 9.4.2020. Viitattu 26.4.2022. <https://www.jamk.fi/fi/uutiset/2020/ammattikorkeakoulujen-valintakoe-jarjestetaan-etakokeena>

Deci, E. & Ryan, R. 2000. The "what" and "why" of goal pursuits: human needs and self-determination of behaviour. Tutkimusartikkeli Psychological Inquiry -julkaisussa. Viitattu 20.4.2022. <https://users.ugent.be/~wbeyers/scripties2012/artikels/The-what-and-why-of-goal-pursuits.pdf>

Dweck, C., Blackwell, L. & Trzesniewski, K. 2007. Implicit Theories of Intelligence Predict Achievement Across an Adolescent Transition: A Longitudinal Study and an Intervention. Tutkimusartikkeli Child Development -julkaisussa. Viitattu 20.4.2022. https://www.researchgate.net/publication/6477294_Implicit_Theories_of_Intelligence_Predict_Achievement_Across_an_Adolescent_Transition_A_Longitudinal_Study_and_an_Intervention

Eskola, J., Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelu: lyhyt selviytymisopas. Artikkelikirjassa Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 10.5.2022. <https://www.elibrary.com/book/9789524515160>

Hartikainen, S., Aksovaara, S. & Koskinen, M. 2021. Oppimisanalytiikka opettajan ohjaustyön tukena. Koulutuksen kehittämisen katsaus 2020. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja. Viitattu 26.4.2022. <https://www.theseus.fi/handle/10024/493926>

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus. Viitattu 18.5.2022. <https://www.elibrary.com/fi/book/9789524958868>

JAMK keskeyttää lähiopetuksen koronavirustilanteen vuoksi. 2020. Uutinen Jyväskylän ammattikorkeakoulun verkkosivuilla 14.3.2020. Viitattu 26.4.2022. <https://www.jamk.fi/fi/uutiset/2020/jamk-keskeyttaa-lahiopetuksen-koronavirustilanteen-vuoksi>

Jamk luopuu koronarajoituksistaan – lähiopetukseen siirrytään viimeistään maaliskuussa. 2022. Uutinen Jyväskylän ammattikorkeakoulun verkkosivuilla 16.2.2022. Viitattu 26.4.2022. <https://www.jamk.fi/fi/uutiset/2022/jamk-luopuu-koronarajoituksistaan-lahiopetukseen-siirrytaan-viimeistaan-maaliskuussa>

JAMK Suomen kolmanneksi vetovoimaisin ammattikorkeakoulu - verkko-opintojen suosio kasvoi jälleen. 2020. Uutinen Jyväskylän ammattikorkeakoulun verkkosivuilla 2.4.2020. Viitattu 26.4.2022. <https://www.jamk.fi/fi/uutiset/2020/jamk-suomen-kolmanneksi-vetovoimaisin-ammattikorkeakoulu-verkko-opintojen-suosio>

JAMKin tilat ja toiminta 18.3 alkaen. 2020. Uutinen Jyväskylän ammattikorkeakoulun verkkosivuilla 17.3.2020. Viitattu 26.4.2022. <https://www.jamk.fi/fi/uutiset/2020/jamkin-tilat-ja-toiminta-183-alkaen>

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja. Viitattu 10.5.2022. <https://janet.finna.fi/Record/jamk.992431544806251>

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja. Viitattu 13.4.2022. <https://janet.finna.fi/Record/jamk.993276444806251>

Kangasniemi, S. & Rossi, A. 2020. Raportti koronaviruksen aiheuttamien poikkeusolojen vaikutuksista Oulun yliopiston opiskelijoihin. Oulun yliopiston ylioppilaskunta. Viitattu 13.4.2022. <https://drive.google.com/file/d/1FPHb00uvKvwzAPakvjzvePeSGe7sWBO4/view>

Kemell, K. & Minkkinen, S. 2021. Opettaja oman työnsä kehittäjänä: Esimiehen vuorovaikutustaidot -opintojakson toteutus verkossa. Koulutuksen kehittämisen katsaus 2020. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisu. Viitattu 26.4.2022. <https://www.theseus.fi/handle/10024/493926>

Kestilä, L., Kapiainen, S., Mesiäislehto, M. & Rissanen, P. 2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. THL. Viitattu 13.4.2022. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-865-1>

Kimmerle, J., Moskaliuk, J., Oeberst, A. & Cress, U. 2015. Learning and collective knowledge construction with social media: A process-oriented perspective. Tutkimusartikkeli Educational Psychologist -julkaisussa. Viitattu 27.4.2022. <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/00461520.2015.1036273?needAccess=true>

Lehtinen, E., Vauras, M. & Lerkkanen, M-K. 2016. Kasvatuspsykologia. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 20.4.2022. <https://www.ellibslibrary.com/book/9789524517614>

Maslow, A. 1943. A Theory of Human Motivation. Tutkimusartikkeli Psychological Review -julkaisussa. Viitattu 20.4.2022. <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>

Mäkitalo, E. & Wallinheimo, K. 2012. Virtuaaliset ympäristöt: innostava oppiminen, tehokas koulutus. Helsinki: Talentum. Viitattu 26.4.2022. <https://www.ellibslibrary.com/book/978-952-14-1693-4>

Määttä, J. 2019. Kohti uutta oppimisen aikakautta: Suunnitelmallista vuorovaikutusta ja ohjausta verkossa – kokemuksia ja havaintoja digioppimisesta. Artikkelit Kampuksella digittää -julkaisussa. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. Viitattu 26.4.2022. <https://www.theseus.fi/handle/10024/226459>

Ruohotie, P. 2002. Oppiminen ja ammatillinen kasvu. Porvoo: WSOY. Viitattu 4.5.2022. <https://www.ellibslibrary.com/book/951-0-31618-0>

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. Teemoittelu. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Verkkojulkaisu. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 11.5.2022. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html

Salmela-Aro, K. 2018. Motivaatio ja oppiminen. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 20.4.2022. <https://www.ellibslibrary.com/book/978-952-451-874-1>

Salmela-Aro, K. & Uotinen, S. 2022. Pandemia haastoi korkeakouluopiskelijoiden opiskeluintoa ja lisäsi voimakkaasti uupumusta. Helsingin Yliopiston tiedote. Viitattu 13.4.2022. <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/koulutus-ja-oppiminen/pandemia-haastoi-korkeakouluopiskelijoiden-opiskeluintoa-ja-lisasi-voimakkaasti-uupumusta>

Salmela-Aro, K. & Upadyaya, K. 2014. School burnout and engagement in the context of demands-resources model. Tutkimusartikkeli British journal of educational psychology -julkaisussa. Viitattu 20.4.2022. https://janet.finna.fi/PrimoRecord/pci.cdi_proquest_miscellaneous_1520320968

Toivola, M., Peura, P. & Humaloja, M. 2017. Flipped learning : käännteinen oppiminen. Helsinki: Edita. Viitattu 5.5.2022. <https://www.ellibslibrary.com/book/978-951-37-7128-7>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi. Viitattu 19.5.2022. <https://www.ellibslibrary.com/book/9789520400118>

Venäläinen, E. 2020. Korkeakouluopiskelu korona-aikana. Kooste Akava Worksin kyselytutkimuksesta. Viitattu 27.4.2022. https://akavaworks.fi/wp-content/uploads/sites/2/2020/12/Kooste_korkeakouluopiskelu_korona-aikana-kysely.pdf

Vilka, H. 2021. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 13.4.2022. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523701731>

Wigfield, A. & Eccles, J. 2000. Expectancy-Value Theory of Achievement Motivation. Tutkimusartikkeli Contemporary Educational Psychology -julkaisussa. Viitattu 20.4.2022. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0361476X99910159>

Liitteet

Liite 1. Teemahaastattelun runko

Taustatiedot:

Kerrotko aluksi kuka olet ja minkä ikäinen olet?
 Mitä ja missä opiskelet ja milloin olet aloittanut opinnot?
 Olitko ennen pandemiaa lähiopetuksessa näissä opinnoissa?
 Miten pitkään olet suorittanut pandemian aikana opintoja etänä?
 Oletko palannut lähiopetukseen?

Ennako-odotukset etäopetuksesta ja etäopetukseen siirtyminen:

Millaisia ajatuksia tai mielipiteitä sinulla oli etäopetuksesta ennen pandemiaa?
 Miltä etäopetukseen siirtyminen tuntui?
 Miten etäopetukseen osallistuminen muokkasi ajatuksia etäopetuksesta?
 Millaiset työkalut ja tilat sinulla on/oli etäopintojen suorittamiseen?
 Miten suunnittelit etäopetuksessa ajankäyttöä tai opintoja verrattuna lähiopetusaikaan?

Etäopetus ja motivaatio:

Millaisena koet motivaatiosi olleen ennen etäopiskeluun siirtymistä?
 Koetko että etäopetuksella olisi ollut vaikutusta opiskelumotivaatioon?
 Millaiset asiat ovat vaikuttaneet tähän?
 Oletko tuntenut opiskeluinnoitusta etäopiskelun aikana?
 Jos olet, minkälaiset asiat ovat saaneet innostumaan?
 Entä oletko tuntenut opiskelu-uupumusta etäopiskeluun ja poikkeusoloihin liittyen?
 Jos olet, minkälaiset asiat ovat aiheuttaneet uupumusta?
 Miltä opintojen työmäärä etäopiskelun aikana tuntui verrattuna lähiopetukseen?

Ohjaus ja tuki etäopintojen aikana:

Millaista tukea sait oppilaitoksen suunnalta etäopetuksen aikana?
 Tuntuiko, että tukea oli mahdollista saada tarvittaessa?
 Mitä oppilaitos olisi voinut tehdä eri tavalla poikkeusolojen aikana?

Vuorovaikutus ja sosiaaliset suhteet etäopintojen aikana:

Miltä etäluennot tuntuivat verrattuna lähiopetukseen?
 Oliko sinulla teknisiä haasteita etäopintojen aikana?
 Oliko opettajilla tai opiskelukavereilla teknisiä haasteita etäopintojen aikana?
 Miten ryhmätyöt tai muu opiskelijoiden keskinäinen vuorovaikutus onnistuivat etäopintojen aikana?
 Miten sosiaaliset rajoitukset vaikuttivat kohdallasi opiskelijatapahtumissa käyntiin tai muiden opiskelijoiden näkemiseen?
 Tuntuuko, että pandemia-ajan rajoituksilla olisi ollut vaikutusta opinnoissa jaksamiseen?

Lopuksi:

Millaisia positiivisia asioita etäopiskelu-aikaan mielestäsi liittyy?
 Entä millaisia negatiivisia asioita?
 Miten suhtaudut mahdolliseen etäopiskeluun jatkossa osana opintojasi?