

Millainen ihminen pärjää poliisi (AMK) - tutkinnossa?

Ilona Rinne & Jafar Mohammad Naeemi

4/2023

TIIVISTELMÄ

Tekijät: Ilona Rinne & Jafar Mohammad Naeemi

Julkaisun nimi: Millainen ihminen pärjää poliisi (AMK) -tutkinnossa?

Opinnäytetyön muoto: Tutkimuksellinen

Julkisuusaste: Julkinen

Ohjaaja: Petri Voittomäki & Anna Byckling

Tutkinto: Poliisi (AMK)

Tämän tutkimuksellisen opinnäytetyön tarkoituksena oli käsitellä Poliisiammattikorkeakoulussa opiskelua ja siinä pärjäämistä sekä opinnoissa pärjääville tyypillisiä ominaisuuksia. Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, millainen ihminen pärjää poliisin opinnoissa, mitkä ovat opinnoissa pärjävien poliisiopiskelijoiden yleiset persoonalliset ja fyysiset ominaisuudet, henkinen toimintakyky ja jaksaminen, koulutus- ja työhistoria, ikä, sukupuoli ja muut opinnoissa pärjäämiseen vaikuttavat seikat.

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä käytimme dokumenttianalyysia sekä sisällönanalyysia. Tutkimusta varten analysoimme eri lähteistä, kuten Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijatarinoista ja blogeista opiskelijoiden kokemuksia Poliisiammattikorkeakoulussa opiskelusta ja sen haastavuudesta sekä pyrimme löytämään vastauksen siihen, millainen ihminen pärjää poliisin opinnoissa.

Opinnäytetyö toteutettiin parityönä. Halusimme tehdä opinnäytetyön yhdessä, sillä uskoimme että eri sukupuolten edustajien näkökulmat toivat aiheellista ja oleellista näkökulmaa opinnäytetyöhömmme. Tutkimme dokumenttianalyysin avulla opinnäytetyössämme yksilöiden pärjäämistä Poliisiammattikorkeakoulun opinnoissa ja koimme että oli tarpeellista tarkastella aihetta myös eri sukupuolten näkökulmasta sekä tutkia sukupuolten yhteneväisyyksiä ja eroavaisuuksia poliisi (AMK) opinnoissa ja niissä pärjäämisessä.

Sivumäärä: 39

Tarkastuskuukausi ja vuosi: Syyskuu 2023

Avainsanat: Poliisi (AMK), poliisiopiskelija, poliisiammattikorkeakoulu, jaksaminen, pärjääminen, opiskelu, opinnäytetyö

ABSTRACT

Authors: Ilona Rinne & Jafar Mohammad Naeemi

Title of the Publication: What type of person will do well in the police (AMK) degree?

Type of thesis: Research-based thesis

Publicity: Public

Supervisor: Petri Voittomäki & Anna Byckling

Degree: Police (AMK)

The purpose of this investigative thesis was to deal with studying at the Police Academy and succeeding in it, as well as the typical characteristics of those who succeed in their studies. The degree project works as the qualitative research. The purpose of the thesis was to find out what type of person will do well in police studies, what are the general personal and physical characteristics of police students who do well in studies, mental function and stamina, educational and work history, age, gender and other factors affecting success in studies.

We used document analysis and content analysis as a research method for the thesis. For the research, we analyzed from different sources, such as the police academy's student stories and blogs, students' experiences of studying at the Police Academy and its challenges and trying to find the answer to what type of person would be successful in police studies.

The degree project completed in pairs. We wanted to do the thesis together, because we believed that views from representatives of different genders give an appropriate and relevant perspective to our thesis. In our degree project, we examined the success of individuals in their studies at the Police Academy and we believe that it's necessary to look at the subject from different gender perspectives and to study similarities and differences between the sexes within the police (AMK) studies and success in it.

Pages: 39

Month and year of review: September 2023

Keywords: Police (AMK), police student, Police University College, coping, doing well, study, thesis

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
1.1	Opinnäytetyön aiheen rajausta	7
1.2	Tarkoitus ja tavoitteet.....	7
2	TUTKIMUSKYSYMYS	8
3	TEORIAPOHJA.....	9
3.1	Opinnoissa pärjääminen	9
3.2	Kvalitatiivinen tutkimus	9
3.3	Oppimista ja jaksamista tukevat tekijät.....	10
3.4	Poliisi (AMK) -tutkinto ja rakenne.....	10
3.5	Haku ja valinta	12
3.6	Opintojen sisältö	14
3.7	Työharjoittelu	15
4	OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSMENETELMÄT JA AINEISTO	16
4.1	Aineisto	16
4.2	Dokumenttianalyysi.....	16
4.3	Sisällönanalyysi	17
5	OSAAMINEN, JAKSAMINEN JA HYVINVOINTI	18
5.1	Haasteet	18
5.1.1	Elämäntilanne	19
5.1.2	Ikä, fyysiset ominaisuudet ja sukupuoli.....	20
5.2	Oppimista ja jaksamista tukevat tekijät.....	22
5.2.1	Fyysinen kunto.....	22
5.2.2	Sosiaaliset suhteet ja vapaa-aika	23
5.2.3	Soveltuvuus	23
5.2.4	Elämäkokemus ja aikaisemmat opinnot	24
6	JOHTOPÄÄTÖKSET JA YHTEENVETO	25
6.1	Opintoja kuormittavat tekijät	25
6.2	Opintoja tukevat tekijät	27
6.3	Poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjääminen	29

7	POHDINTA	31
7.1	Tulosten tarkastelu ja analyysi.....	31
7.1.1	Luotettavuus ja eettisyys	32
7.1.2	Jatkotutkimusehdotukset	33
7.2	Omia näkökulmia poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämisestä	34
	LÄHTEET	37

1 JOHDANTO

Poliisi (AMK) -tutkinnosta valmistetaan vanhemmaksi konstaapeliksi. Matka poliisiopiskelijasta vanhemmaksi konstaapeliksi sisältää paljon opiskelua usealla eri menetelmällä, kuten lukemalla ja fyysisesti itse tekemällä. Poliisikoulutus sisältää muun muassa kriminaalitekniikkaa ja voimankäyttöä, ajokoulutusta ja tietojärjestelmiä, kieliä, psykologiaa, rikosoikeutta ja paljon muuta, kuten esimerkiksi lakipykälien ulkoa opettelua. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.) Poliisikoulutus onkin erittäin monipuolinen ja monia kiinnostava, mutta voi kuitenkin olla hyvinkin haastavaa ja kuormittavaa. Kuka sitten selviää tästä kaikesta? Kenelle poliisikoulutus sopii ja millä perusteella?

Tässä opinnäytetyössä perehdytään poliisi (AMK) -tutkintoon, sen sisältöön ja opiskelujen kuormittavuuteen. Pyrimme selvittämään, mitkä ovat niitä keskeisiä ominaisuuksia, joiden avulla pärjää poliisin opinnoista työelämään saakka. Alkuun esittelemme aihetta ja tutkimuksemme tavoitetta, käyttämiämme tutkimusmenetelmiä sekä tutkimuskysymyksiä. Tutkimme aihetta tietopohjan sekä omien kokemusiemme perusteella ja vertailemme lopussa näitä tutkimuksissa saatuihin tuloksiin ja luomme johtopäätelmät siitä, mitkä ominaisuudet todella tukevat poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämistä.

Aiheemme käsittelee melko laajasti usealta eri osa-alueelta, kuten psyykkisellä ja fyysisellä tasolla yhdistäviä tekijöitä poliisin opinnoissa pärjäämiselle. Vastapainona tuomme esille niitä ominaisuuksia, jotka saattavat heikentää yksilön mahdollisuuksia pärjätä Poliisiammattikorkeakoulussa.

Tutkimustuloksemme tulee perustumaan meidän omaan näkökulmaamme, sekä käyttämiimme lähteisiin sekä kirjallisuuteen perustuvaan dokumenttianalyysiin, joista kokoamme tutkimustuloksen eli johtopäätöksen. Tämän dokumenttianalyysiin perustuvan tutkimustuloksen käsittelemme yleisellä tasolla, emmekä yksilöi jokaista yksilöä erikseen. Painotammekin tutkimuksessamme niitä ominaisuuksia, jotka toistuvasti nousevat esille samankaltaisilla ihmisillä, ja jotka yleisesti ottaen vaikuttavat opinnoissa pärjäämiseen. Tutkimustuloksemme perustuukin lähinnä dokumenttianalyysin perusteella esille nousseihin yleisempiin tekijöihin, eikä ne välttämättä päde jokaiseen yksilöön.

Tutkimuksessamme nostamme esille opiskelijoiden eri elämäntilanteet, iän, sukupuolen, taustan ja muut arjen erilaisuudet, mutta lisäksi pohdimme yksilöiden psykologisia valmiuksia ja persoonia, ja sitä miten nämä voivat vaikuttaa poliisiopinnoissa pärjäämiseen. Lisäksi referoimme hieman Poliisiammattikorkeakoulun valintakokeita ja siellä mitattavia ominaisuuksia ja sitä, kuinka nämä valintakokeissa vaadittavat seikat vaikuttavat poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämiseen ja opiskeluun.

Otamme tutkimuksessamme huomioon myös sen, että viimevuosina opinnot ovat käyty koronapandemian aikana lähestulkoon kokonaan. Tutkimme, miten tämä on voinut vaikuttaa opiskelijoiden kokemaan kuormitukseen ja opintojen haastavuuteen.

1.1 Opinnäytetyön aiheen raja

”Aiheen rajaaminen tarkoittaa valitun tutkimusaiheen tarkentamista siten, että tutkimuksen aihe täsmentyy ja kaventuu suppeammaksi. Rajaamisen perusteisiin vaikuttavat muun muassa tutkijan mielenkiinnon kohteet – tutkimus kannattaa kohdistaa aiheessa siihen, minkä tutkija kokee kiinnostavaksi”. (Saukkonen 2021.)

Opinnäytetyömme käsittelee ainoastaan poliisi (AMK) -tutkintoa suorittavia poliisiopiskelijoita. Olemme halunneet rajata työelämässä olevat henkilöt pois tutkimuksestamme, jotta pystymme keskittymään juuri opiskelijoiden kokemuksiin ja löytämään yhteneviä syitä opinnoissa pärjäämiselle. Opinnäytetyöstä on lisäksi rajattu pois työharjoittelussa olevat nuoremmat konstaapelit. Nuoremmat konstaapelit ovat poliisiopiskelijoita, jotka suorittavat 10 kuukauden mittaista työharjoittelua eri poliisilaitoksilla ympäri Suomea. Työharjoitteluun lähdetään noin 1,5 vuoden opintojen jälkeen. Käsittelemmekin siis opinnäytetyössämme poliisiopintoja ensimmäisen 1,5 vuoden ajalta. Referoimme kuitenkin työharjoittelua siinä määrin, kuinka työharjoittelun lähestyminen opinnoissa vaikuttaa opiskelijaan ja opinnoissa pärjäämiseen. Opinnäytetyö ei myöskään käsittele poliisi (YAMK) -tutkintoa suorittavia tai muita Poliisiammattikorkeakoulussa opiskelevia, jotka ovat jo suorittaneet poliisi (AMK) -tutkinon.

Valitsimme tutkimusmenetelmäksi dokumenttianalyysin sekä sisällönanalyysin, koska tutkittava materiaalimme on hyvin moninainen. Analysoimme dokumenttianalyysin avulla eri tietolähteitä, omia kokemuksiamme sekä poliisiopiskelijoiden opiskelijatarinoita ja -blogeja.

1.2 Tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyömme tarkoituksena on selvittää, miksi osa opiskelijoista kokee poliisikoulutuksen raskaana ja kuormittavana, kun taas osalle opinnot saattavat tuntua kevyeltä ja helpolta. Koemme aiheen tärkeäksi, sillä olemme itse opintojen loppusuoralla, ja olemme pohtineet paljon kokemaamme ja oppimiamme asioita sekä sitä, miltä opinnot ovat tuntuneet.

Opinnäytetyön tarkoituksena on vastata tutkimuskysymyksiin ja selvittää, millainen ihminen pärjää poliisiin opinnoissa. Koemme aiheemme myös ajankohtaiseksi, sillä tällä hetkellä käydään paljon

keskustelua siitä, miksi poliisikoulutukseen ei hakeudu tarpeeksi päteviä hakijoita, jotka täyttäisivät hakukriteerit ja pärjäisivät poliisi (AMK) pääsykokeissa.

Aihe on tarpeellinen, sillä vuosittain Poliisiammattikorkeakouluun hyväksytyt opiskelijamäärät ovat suuresti laskussa, ja haluamme tutkia millaisia opiskelijoita Poliisiammattikorkeakoulu tarvitsee ja millaiset henkilöt sitten pärjäävät poliisi (AMK) tutkinnosta sekä näiden tekijöiden yhteyttä. Toimme lisäksi esille niitä seikkoja, jotka voivat edesauttaa opinnoissa pärjäämistä ja jaksamista ja siten motivoida poliisiammattikorkeakoulutuksesta kiinnostuneita hakeutumaan poliisikoulutukseen sekä poliisi (AMK) -tutkintoa suorittavia poliisiopintojen edetessä.

2 TUTKIMUSKYSYMYS

Haluamme selvittää dokumentti- sekä sisällönanalyysin avulla, mitkä ovat keskeisimmät tekijät niillä, jotka kokevat pärjäävänsä poliisikoulutuksesta ilman suurempia henkisiä tai fyysisiä haasteita. Lisäksi haluamme selvittää, mitkä ovat keskeisimmät seikat, jotka aiheuttavat yksilölle kuormitusta sekä haasteita poliisi (AMK) -tutkinnossa.

Tarkoitus on tutkia, miksi jotkut kokevat poliisikoulutuksen hyvinkin raskaana ja kuormittavana, kun taas toiset eivät niinkään. Haluamme löytää keskeiset tekijät henkisen ja fyysisen kuormittavuuden syille poliisiopintojen aikana, sekä selvittää, kuinka esimerkiksi yksilöiden persoonallisuus, elämäntilanne, elämäntapa, ikä, sukupuoli ja asenne voivat vaikuttaa poliisiopinnoissa pärjäämiseen.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

- 1. Mitkä ovat keskeisimmät tekijät, jotka vaikuttavat poliisikoulutuksessa pärjäämiseen?**
- 2. Mitkä ovat keskeisimmät seikat, jotka aiheuttavat haasteita yksilölle pärjätä poliisi (AMK) -tutkinnossa?**

3 TEORIAPOHJA

Tässä luvussa kerromme Poliisiammattikorkeakoulusta ja sen sisällöstä. Käsittelemme poliisi (AMK) - tutkintoa ja sen rakennetta sekä Poliisiammattikorkeakouluun hakemista. Tuomme esille opinnäytetyön tietoperustan avulla kuvausta Poliisiammattikorkeakoulun tutkinnosta, sen sisällöstä ja tavoitteista, joiden avulla pyrimme luomaan lukijalle mahdollisimman selkeän kuvan Poliisiammattikorkeakoulun sisällöstä. Lisäksi käsittelemme haku- ja valintaosiossa Poliisiammattikorkeakoulun hakukriteerejä, valintakoetta ja valintaprosessia. Lisäksi tuomme esille tilastotietoa aikaisempien vuosien opiskelijavalinnoista, niiden muutoksista ja niihin vaikuttavista tekijöistä.

Käytämme Poliisiammattikorkeakoulun verkkosivuja osana teoriapohjaa, koska verkkosivuilla olevat poliisikoulutuksen valintaperusteet ovat ainoita kirjallisia lähteitä siitä, mitä ominaisuuksia opintoihin valittavalta vaaditaan.

3.1 Opinnoissa pärjääminen

Pärjääminen käsitteenä on hyvin laaja ja sen tarkoitus nähdään usein eri tavalla. Tässä opinnäytetyössä puhumme pärjäämisestä pääosin Poliisiammattikorkeakoulusta valmistumisen kannalta, mutta myös opintojen kuormittavuuden osalta. Pärjäämisellä tarkoitamme poliisi (AMK) - tutkinnon eri vaiheiden suorittamista ja niiden varrella opiskelijoiden tuntemia kokemuksia opintojen kuormittavuudesta ja haastavuudesta.

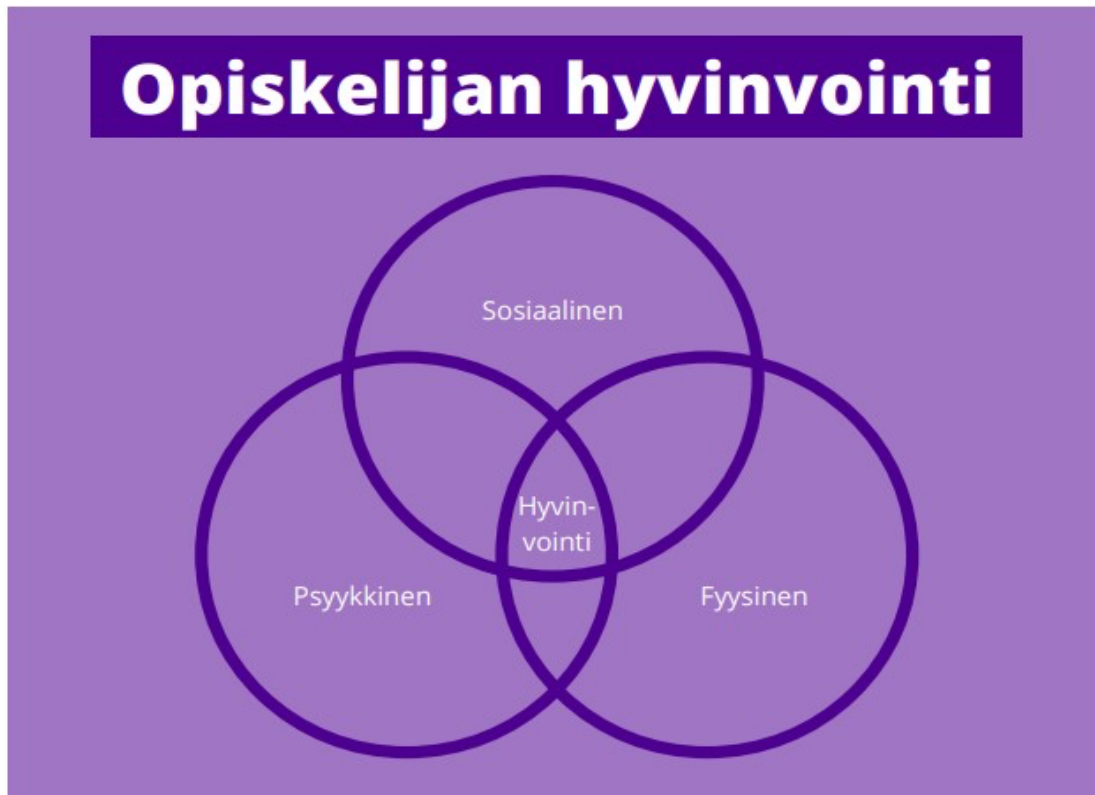
Aiheesta poliisiopinnoissa pärjääminen ei tiedonhakumme perusteella ole saatavilla suomenkielistä teoriakirjallisuutta.

3.2 Kvalitatiivinen tutkimus

Opinnäytetyö on toteutettu kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. ”Kvalitatiivinen tutkimus on tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa pyritään ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti.” (KOPPA 2015.)

3.3 Oppimista ja jaksamista tukevat tekijät

Opiskelijan hyvinvointi koostuu monesta tekijästä, mutta pääosin niihin vaikuttavat henkilön sosiaalinen-, psyykinen- sekä fyysinen hyvinvointi. (Aho & Matikainen 2021.)



Kuva 3: Opiskelijan hyvinvointi. (Aho & Matikainen 2021.)

3.4 Poliisi (AMK) -tutkinto ja rakenne

Poliisiammattikorkeakoulu (Polamk) on Poliisihallituksen alaisuuteen kuuluva korkeakoulu. Koulu kuuluu sisäministeriön toimialaan (1164/2013). Laki Poliisiammattikorkeakoulusta (1164/2013) erittelee Poliisiammattikorkeakoulun tehtävät seuraavasti:

1. ”Antaa sisäisen turvallisuuden alalla tutkimukseen ja sivistyksellisiin lähtökohtiin perustuvaa korkeakouluopetusta ammatillisiin asiantuntijatehtäviin ja johtamistehtäviin sekä tukea yksilön ammatillista kasvua ja edistää elinikäistä oppimista;
2. Harjoittaa soveltavaa tutkimus- ja kehitystyötä, joka palvelee poliisitoiminnan ja sisäisen turvallisuuden suunnittelua ja kehittämistä sekä Poliisiammattikorkeakoulun opetusta.” (1164/2013)

Poliisi (AMK) -tutkinto antaa kelpoisuuden toimia vanhempana konstaapelina. ”Vastavalmistuneet poliisit työskentelevät yleensä valvonta- ja hälytystoiminnan tai rikostorjunnan perustehtävissä. Poliisikoulutuksen suorittaneet voivat hakea avoimna olevia virkoja niin poliisilaitoksilta kuin muistakin yksiköistä, kuten Keskusrikospoliisista tai Suojelupoliisista. Poliisiopiskelijat saavat opintojen aikana poliisityössä tarvittavat käytännön tiedot ja taidot. Peruskoulutus eli poliisi (AMK) -tutkinto on laajuudeltaan 180 opintopistettä, ja tutkinnon suorittaminen kestää noin kolme vuotta. Opintoihin kuuluu noin vuoden pituinen palkallinen harjoittelu poliisilaitoksella.” (Poliisiammattikorkeakoulu 2022b.)

POLIISI (AMK) -TUTKINTO 180 op

Poliisityötä tukeva osaaminen 26 op		Rikostorjunta- ja tutkinta-osaaminen 18 op	Valvonta- ja hälytystoiminta-osaaminen 24 op	Yhteiskunnallisen turvallisuuden kehittämisosaaminen 32 op	
Orientoivat opinnot 3 op	Poliisiviestintä 3 op	Rikostorjunnan perusteet 3 op	Valvonta- ja hälytystoiminnan perusteet 3 op	Poliisi, yksilö ja yhteiskunta 4 op	Poliisin lupahallinto 3 op
Ruotsin kieli ja viestintä 3 op	Englannin kieli ja viestintä 3 op		Liikenneturvallisuus 7 op	Poliisitoiminnan suunnittelu ja johtamisen perusteet 6 op	Tutkimus, kehittäminen ja innovaatiot 7 op
Ajotekniikka ja -taktiikka 3 op	Liikuntakasvatus ja fyysinen toimintakyky 3 op	Esitutkinta 15 op	Operatiivinen kenttätoiminta ja sen johtaminen 14 op	Poliisitoiminnan oikeudellinen perusta 12 op	
Voimankäyttö ja voimankäytön taktiikat 8 op					
Harjoittelu 55 op					
Valvonta ja hälytystoiminta sekä liikennevalvonta		Rikostorjunta	Asiakaspalvelu ja lupavalvonta sekä tekninen rikostutkinta		
Vapaasti valittavat opinnot 10 op					
Opinnäytetyö 15 op					

Kuva 1. Opintokokonaisuudet ja opintojaksot poliisi (AMK) -tutkinnossa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022e, 13.)

”Poliisi (AMK) -tutkinnon perus- ja ammattiopinnot rakentuvat seuraavista opintokokonaisuuksista:

- Poliisityötä tukeva osaaminen (26 op)
- Rikostorjunta- ja tutkintaosaaminen (18 op)
- Valvonta- ja hälytystoimintaosaaminen (24 op)
- Yhteiskunnallisen turvallisuuden kehittämisosaaminen (32 op).”

(Poliisiammattikorkeakoulu 2022e, 13.)

Poliisityötä tukeva osaaminen antaa valmiudet käyttää päivittäisessä poliisityössä tarvittavia menetelmiä, kuten välineitä ja laitteita oikein ja turvallisesti. ”Opintokokonaisuuteen kuuluu muun

muassa ajokoulutusta, liikuntaa ja voimankäytön opintoja sekä suomen, ruotsin ja englannin kielen opintoja.” (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.)

”Rikostorjunta- ja tutkintaosaamisen opintokokonaisuudessa perehdytään muun muassa esitutkintaan liittyviin keskeisiin poliisin tehtäviin, kuten kuulusteluihin ja tekniseen tutkintaan. Muita aiheita ovat esimerkiksi esitutkintayhteistyö syyttäjän kanssa ja rikostorjunnassa käytettävät tietojärjestelmät.” (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.) Valmistuttuaan opiskelija kykenee toimimaan itsenäisesti rikostorjunnan ja -tutinnan asiantuntijatehtävissä. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.)

Valvonta- ja hälytystoimintaosaamisen opintojen aikana opiskelija oppii soveltavaan poliisitoimintaa säätelevää keskeistä lainsäädäntöä oikeudenmukaisesti erilaisissa tilanteissa. Opiskelija saa lisäksi valmiuksia suunnitella, arvioida ja kehittää poliisitoimintaa sekä toimia yhteistyössä eri viranomaisten ja sidosryhmien kanssa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.)

Poliisi (AMK) -tutkintoon sisältyy palkallinen 10 kuukautta kestävä työharjoittelu jollain Suomen poliisilaitoksella. Työharjoittelu on noin 1,5 vuoden poliisiopintojen jälkeen, jolloin opiskelija nimitetään nuoremman konstaapelin virkaan. Opiskelija työskentelee työharjoittelun aikana nuoremman konstaapelin virassa poliisilaitoksella poliisipartiossa kokeneemman poliisimiehen ohjauksessa ja työparina sekä tutkii rikoksia kokeneen rikostutkijan ohjauksessa. Lisäksi opiskelija perehtyy työharjoittelujaksollaan poliisin lupapalveluihin ja asiakaspalvelutehtäviin. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.)

Lisäksi poliisi (AMK) -tutkintoon sisältyy opinnäytetyö, joka voi olla työelämän tarpeista esiin nouseva kehittämistyö tai muu soveltava tutkimus. Opinnäytetyöhön liittyy myös kypsyysnäyte. Opinnäytetyön lisäksi poliisi (AMK) -tutkintoon sisältyy vapaasti valittavia opintoja, joiden avulla opiskelija syventää ja laajentaa osaamistaan. Opiskelija voi valita opintojaksoja Polamkin tarjoamista kursseista tai muusta korkeakoulutasoisesta koulutuksesta. Vapaasti valittavat opinnot voivat liittyä esimerkiksi tieteellisiin tutkimusmenetelmiin, viestintään, vieraisiin kieliin sekä sidosryhmä- ja viranomaisyhteistyöhön. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.)

3.5 Haku ja valinta

Jotta voit hakea Poliisiammattikorkeakouluun, sinun tulee täyttää tietyt hakuvaatimukset. Sinun tulee olla Suomen kansalainen, sinulla tulee olla riittävä koulutustausta, terveydentilan tulee olla poliisin tehtäviin soveltuva sekä sinun tulee olla nuhteeton ja luotettava. Lisäksi sinulla tulee olla voimassa oleva B-luokan ajo-oikeus ja hyvä uimataito. Näillä kriteereillä olet hakukelpoinen poliisiammattikorkeakouluun, mutta edessäsi on vielä kaksiosaiset pääsykokeet sekä

terveystarkastus ja Suojelupoliisin tekemä turvallisuustarkastus. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022a.) Poliisiksi hakeutuvan tulee täyttää hakijalle asetetut vaatimukset hakuajan päättymiseen mennessä. Kelpoisuudesta ammattikorkeakoulututkintoon johtaviin opintoihin säädetään laissa Poliisiammattikorkeakoulusta (1164/2013) sekä valtionneuvoston asetuksessa (282/2014) (Poliisiammattikorkeakoulu 2023).

Valintakoe itsessään koostuu kahdesta osasta. Valintakokeen ensimmäiseen vaiheeseen kutsutaan kaikki hakukelpoiset hakijat. Valintakokeen ensimmäinen vaihe sisältää kirjallisen kokeen, jossa hakijan tulee kirjoittaa essee koetilaisuudessa annetusta aiheesta valintakoekirjan sekä koetilaisuudessa jaetun aineiston perusteella. Kirjallisella kokeella mitataan hakijan kirjallisia perusvalmiuksia, jotka ovat tärkeitä poliisin ammatin kannalta. Valintakokeen ensimmäisessä vaiheessa mitataan myös hakijan kuntoa fyysisellä testillä. Testi sisältää kestävyys- ja ketteryyskokeen, ylätaljan (naisilla) ja leuanvedon (miehillä) sekä penkkipunnerruksen. Fyysisen testin avulla selvitetään, onko hakijalla riittävät fyysiset perusvalmiudet poliisin työhön sekä onko hakijan fyysinen kunto sellaisella tasolla, että hakija selviytyy poliisikoulutuksesta. Viimeisenä osiona valintakokeen ensimmäisessä vaiheessa on soveltuvuuden arvioinnin yksi osa-alue, psykologinen osio. Psykologisessa osiossa arvioidaan muun muassa hakijan tasapainoisuutta ja ongelmanratkaisuvalmiuksia sekä vuorovaikutus- ja yhteistyövalmiuksia. Psykologinen osio suoritetaan erilaisten psykologisten testien avulla valintakokeen ensimmäisessä vaiheessa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022h.)

Valintakokeen ensimmäisessä vaiheessa parhaiten menestyneet hakijat valitaan valintakokeen toiseen vaiheeseen. Valintakokeen toinen vaihe sisältää soveltuvuuden arviointiin kuuluvia psykologisia osioita, haastattelun sekä yksilö- ja ryhmätehtävän. Haastattelussa arvioidaan hakijan motivaatiota, itsetuntemusta ja poliisialan tuntemusta sekä hakijan ymmärrystä alan erityisyydestä ja vaatimuksista. Lisäksi haastattelussa arvioidaan hakijan suhtautumista työelämään ja työkyvyn ylläpitämiseen. Yksilötehtävä mittaa hakijan kykyä itsenäiseen työskentelyyn, analyyttisyyttä sekä esiintymisvalmiuksia. Ryhmätehtävässä arvioidaan hakijan yhteistyö- ja vuorovaikutusvalmiuksia sekä paineensietokykyä ja stressinhallintaa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022h.)

Kun hakija on hyväksytty valintakokeen toisen vaiheen jälkeen ehdollisella opiskelijavalinnalla poliisikoulutukseen, hakijalla on vielä edessä terveydenhuollon ammattilaisen tekemä terveystarkastus, jossa selvitetään hakijan terveydentilan soveltuvuus poliisin ammattiin ja poliisikoulutukseen. Lisäksi Suojelupoliisi tekee turvallisuusselvityksen hakijasta. Näiden jälkeen hakija valitaan opiskelijaksi poliisi (AMK) -tutkintoon. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022h.)

Vuosittain opiskelijapaikkoja Poliisiammattikorkeakouluun on 400, joista vuonna 2022 täytettiin vain 255 opiskelijapaikkaa (Poliisiammattikorkeakoulu 2022d).

Hakijat ja koulutukseen hyväksytyt vuosittain

Koulutuksen aloitusvuosi	Hakijat (miehet/naiset)	Valintakokeeseen osallistuneet (miehet/naiset)	Koulutukseen hyväksytyt (miehet/naiset)	Aloituspaikat	Vetovoimaluku*
2022**	5 468 (3 117 / 2 351)	2 151 (1 298 / 853)	255 (166/89)	400	13,7
2021**	4 441 (2 554 / 1 887)	1 941 (1 167 / 774)	281 (173/108)	400	11,1
2020	5 237 (3 151 / 2 086)	2 372 (1 479 / 893)	342 (205/137)	400	13,1
2019	5 074 (2 992 / 2 082)	2 289 (1 374 / 915)	376 (235/141)	400	12,7
2018	4 069 (2 516 / 1 553)	2 010 (1 260 / 759)	400 (256/144)	400	10,2
2017	3 925 (3 151 / 2 086)	1 865 (1 262 / 603)	345 (239/106)	400	9,8
2016	4 318 (2 977 / 1 341)	2 106 (1 499 / 607)	297 (203/94)	300	14,4
2015	2 802 (1 879 / 923)	1 296 (918/378)	210 (156/54)	320	8,8
2014	2 414 (1 636 / 778)	1 142 (777/365)	175 (121/54)	180	13,4

Kuva 2: Hakijat ja koulutukseen hyväksytyt vuosittain, tilastotietoa poliisi (AMK) -hakijoista. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022d.)

3.6 Opintojen sisältö

Usein uusilla opiskelijoilla voi olla hyvinkin erilaisia mielenkiinnon kohteita poliisiorganisaatiossa, kuten esimerkiksi rikostutkinta, kenttäpoliisin päivittäistoiminta, tai erilaiset erikoistoiminnot. Silti jokainen poliisi (AMK) -tutkintoa suorittava käy saman tutkinnon, samat tutkinnon osa-alueet ja valmistuu samaan ammattiin. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022b).

Opinnot sisältävät muun muassa teoreettisia luentoja, käytännön harjoituksia, simulaatioita ja käytännön harjoittelua. Opiskelijat saavat vankkaa teoreettista tietoa oikeudellisista kysymyksistä, poliisitaktiikoista, viestinnästä, konfliktien hallinnasta, ihmisoikeuksista ja muista aiheista, jotka liittyvät poliisin työhön. Lisäksi poliisiammattikorkeakoulussa opiskelijat kehittävät taitojaan ja valmiuksiaan toimia poliisina. Poliisiammattikorkeakoulussa opiskelijat suorittavat myös käytännön harjoittelua poliisin työssä erilaisissa ympäristöissä, kuten kaupunkiympäristöissä, asunnoissa ja muissa sisätiloissa, liikenteessä ja kulkuvälineissä. Harjoittelun aikana opiskelijat saavat kokemusta erilaisista tilanteista, joita he saattavat kohdata työssään. Poliisiammattikorkeakoulun opiskelussa korostuu

myös yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojen merkitys. Poliisi toimii usein tiimissä, joten opiskelijoiden on tärkeää oppia yhteistyötaitoja ja kommunikointia erilaisten ihmisten kanssa. Siksi poliisikoulutuksen aikana opiskeluihin on sisällytetty paljon ryhmitöitä, seminaareja ja muita tehtäviä ja harjoituksia, joissa ryhmässä toiminen ja vuorovaikutustaidot korostuvat. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.)

Poliisiammattikorkeakoulun opinnot on jaettu periodeihin eli jaksoihin. Vuodessa periodeja on neljä, eli ennen työharjoittelua opiskelija käy yhteensä kuusi periodia. Alusta alkaen opinnot ovat lähiopintoja, suurimmaksi osaksi teoreettisia luentoja auditoriossa tai luokahuoneissa. Opintojen edetessä opinnot siirtyvät enemmän käytännöllisempään suuntaan, jolloin luentojen lisäksi opiskelijalla on muun muassa fyysisiä harjoituksia kuten voimankäyttöä ja ajokoulutusta. Alkuun opittu vankka teoriapohja tukee opintojen etenemistä ja siksi opintojen alkuajat koostuvat lähinnä oikeudellisista teoriaopinnoista. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022g.)

3.7 Työharjoittelu

Poliisi (AMK) -tutkintoon sisältyvä harjoittelu alkaa noin puolentoista vuoden päästä opintojen alkamisesta. Harjoittelu suoritetaan Poliisiammattikorkeakoulun osoittamassa poliisilaitoksessa. Harjoittelun aikana opiskelijat hoitavat poliisille kuuluvia tehtäviä kokeneen poliisimiehen ohjauksessa. Harjoittelun aikana opiskelija työskentelee ohjattuna operatiiviseen poliisitoimintaan liittyvissä valvonta- ja hälytystoiminnan-, liikenteenvalvonnan ja rikostorjunnan miehistötason tehtävissä. Lisäksi opiskelija tutustuu poliisin asiakaspalvelun, teknisen rikostutkinnan ja lupapalvelun tehtäviin. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022f, 16.)

Työharjoittelun osaamistavoitteet on listattu Poliisiammattikorkeakoulun opetussuunnitelmassa 2022–2024 seuraavasti:

- Opiskelija ymmärtää asemansa työyhteisössä ja kykenee toimimaan työelämän asettamien vaatimusten mukaisesti
- Osaa toimia poliisin arvojen edellyttämällä tavalla operatiivisessa poliisitoiminnassa
- Osaa työskennellä valvonta- ja hälytystoiminnan ja liikenteenvalvonnan miehistötason perustehtävissä
- Osaa työskennellä rikostorjunnan miehistötason perustehtävissä
- Ymmärtää poliisin asiakaspalvelun, teknisen rikostutkinnan sekä lupavalvonnan tehtävien merkityksen operatiivisessa poliisitoiminnassa
- Osaa hankkia ja soveltaa teoreettista tietoa operatiiviseen poliisitoimintaan liittyvissä perustehtävissä
- Osaa arvioida omaa osaamistaan ja kehittämistarpeitaan.

4 OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSMENETELMÄT JA AINEISTO

Tässä luvussa tulemme kertomaan opinnäytetyössä käytetyistä tutkimusmenetelmistä sekä opinnäytetyön tutkimusmenetelmien aineistosta.

4.1 Aineisto

Opinnäytetyön aineistona käytämme Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoiden kirjoittamia opiskelijatarinoita, ja -blogeja sekä lähdekirjallisuutta.

Aineistomme koostuu kuudesta eri Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijan blogikirjoituksesta, yhdestä opiskelijatarinasta sekä yhdestä poliisivalmennusasiakkaan blogikirjoituksesta. Aineistot poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoiden kokemuksista löytyy Poliisiammattikorkeakoulun sivuilta. Poliisivalmennusblogi on luettavissa poliisivalmennuksen sivuilta.

Käyttämämme dokumentti- sekä sisällönanalyysin lähdekirjallisuus koostuu pääosin Poliisiammattikorkeakoulun sivustolla luettavissa olevista poliisi (AMK) -tutkintoon hakeutumiseen ja siellä opiskeluun liittyvästä sisällöstä. Lisäksi lähdekirjallisuutena olemme käyttäneet erilaisia valmiita tutkimuksia ja artikkeleita liittyen opinnoissa pärjäämiseen.

4.2 Dokumenttianalyysi

Dokumenttianalyysi on menetelmä, jossa pyritään tekemään analyysiä kirjallisesta aineistosta. Dokumenttianalyysillä saadaan yleensä ilmiölle taustatietoa ja lisänäkökulmia. Tavoitteena on analysoida dokumentteja järjestelmällisesti ja luoda sanallinen ja selkeä kuvaus tutkittavasta ja kehitettävästä asiasta. Dokumenttianalyysillä luodaan selkeyttä aineistoon, jotta voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä (Ojasalo, Moilanen, Ritalahti 2015).

Dokumenttianalyysi on kaiken todennettavissa olevan tutkimusaineiston analyysiä, jota ei saada kokoon suorien havaintojen perusteella. Dokumenttien käyttäminen tutkimusaineistona on vaihtoehto sille, että aineisto kerätään haastatteluina tai kyselylomakkeina. Joskus valmiin aineiston käyttäminen on ainoa mahdollisuus saada kerättyä ja kasattua tietoa jostain tietystä aiheesta. (Anttila 2014.)

Dokumenttianalyysien heikkous on siinä, että aineisto on aikaisemmin luotu mahdollisesti täysin toiseen tarkoitukseen, eikä sitä voida muuttaa toiseksi. Dokumentteja kuitenkin voidaan käyttää triangulaatiossa, eli monen muun lähteen samanaikaisessa tai rinnakkaisessa käytössä, jolla pyritään nostamaan tutkimuksen luotettavuutta. Triangulaation avulla pyritään näyttämään, että tulos ei ole sattumanvarainen, koska samankaltainen tulos on saavutettu monilla muilla eri lähestymistavoilla. (Anttila 2014.)

Tutkimusmenetelmäksemme valitsimme dokumenttianalyysin, sillä opinnoissa pärjääminen on hankala ja hyvin monipuolinen käsite, sekä sitä on haastavaa tutkia muilla menetelmillä. Opinnoissa pärjäämiseen keräämme aineistoa ja tietopohjaa pääosin Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoiden kirjoittamista opiskelijatarinoista, ja -blogeista sekä opiskeluun liittyvästä lähdekirjallisuudesta.

4.3 Sisällönanalyysi

Sisällönanalyysiä pidetään alun perin kvantitatiivisena eli määrällisenä menetelmänä, jonka tavoitteena on kuvata aineiston jakautumista luokkiin ja kategorioihin sekä ilmaista aineiston sisältöä, mutta sitä voidaan käyttää lisäksi kvalitatiivisena eli laadullisena analyysimenetelmänä. Sisällön analyysille on tyypillistä aineiston luokittelu sekä tilastollinen käsittely. Sisällönanalyysin avulla pyritään kokoamaan sisältöä joko sanallisesti kuvaten tai sellaisessa muodossa, jossa niitä voidaan käsitellä edelleen. (Anttila 2014.)

Sisällönanalyysi on tutkimusmenetelmä, jolla voidaan tuottaa toistettavia ja päteviä päätelmiä tutkimusaineiston suhteesta sekä saattaa esiin piileviä tosiasioita. Sisällönanalyysin kohdealueita ovat kommunikatiiviset, verbaaliset sekä symboliset sisällöt. Tutkittava aineisto voi olla lähes mitä tahansa, kunhan sillä on yhteyttä tutkittavaan ilmiöön. (Anttila 2014.)

Sisällönanalyysin on oltava objektiivista eli analyysin vaiheilla pyritään saamaan vastaus etukäteen laadittuihin tutkimuskysymyksiin. Tuotettu aineisto jaetaan kategorioihin, jotka vastaavat ennakkoon laadittuihin kysymyksiin. Sisällönanalyysin on oltava systemaattista toimintaa, eli se ottaa huomioon myös sellaista aineistoa, joka eivät tue tutkijan hypoteeseja. (Anttila 2014.)

Valitsimme toiseksi tutkimusmenetelmäksi sisällönanalyysin, sillä haluamme painottaa tutkimuksessamme niitä ominaisuuksia, jotka toistuvasti nousevat esille samankaltaisilla ihmisillä, ja jotka yleisesti ottaen vaikuttavat opinnoissa pärjäämiseen.

5 OSAAMINEN, JAKSAMINEN JA HYVINVOINTI

Tässä luvussa käsittelemme poliisi (AMK) -tutkinnossa vastaan tulevia haasteita, jotka vaikuttavat poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämiseen. Lisäksi käsittelemme tekijöitä, jotka tukevat poliisiopiskelijan opinnoissa pärjäämistä.

Viime vuosina on puhuttu paljon siitä, että Poliisiammattikorkeakouluun hakeutuu liian vähän potentiaalisia hakijoita, eikä hakijat kata hakukriteereitä. On pohdittu myös sitä, onko poliisiammattikorkeakoulun valintakoe liian haastava, kun sopivia hakijoita ei ole tarpeeksi, eikä haluttu opiskelijakiintiö täyty. (Husu 2022.)

Poliisiammattikorkeakoulun nettisivuilla julkaistusta ”tilastotietoa hakijoista” kaaviosta on havaittavissa, kuinka hakijamäärä on kaksinkertaistunut vuodesta 2014. Kuitenkin vuoden 2018 jälkeen koulutukseen hyväksytyt hakijamäärät eivät täytä aloituspaikkoja. Viimeksi vuonna 2018 opiskelijoita saatiin täydet 400, jonka jälkeen koulutukseen hyväksytyjen hakijoiden määrä on laskenut huomattavasti. (Kuva 2.)

5.1 Haasteet

Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijat joutuvat usein kohtaamaan stressaavia ja haastavia tilanteita, kuten vaativia harjoituksia ja kriisitilanteita. Paineet kasvavat helposti suuriksi, sillä poliisiopiskelijoiden odotetaan olevan valmiita toimimaan nopeasti ja tehokkaasti erilaisissa tilanteissa (Ahola 2022). Lisäksi Poliisiammattikorkeakoulun opiskelu vaatii fyysistä kuntoa, joka on tärkeä osa poliisin työtä. Fyysiset testit voivat olla vaativia, mikä tekee niiden läpäisemisen haastavaksi. Tämä saattaa lisätä useilla opiskelijoilla paineita sekä haasteita jo valmiiksi kuormittavien opintojen rinnalla (Salmivuori 2023).

Husun (2022) julkaisemassa artikkelissa ”Poliisikouluun ei saada enää riittävästi hyviä hakijoita – Useampien sisäänpääsy kaatuu tähän samaan virheeseen” Poliisiammattikorkeakoulun opinto-ohjaaja Jyrki Haapalan mukaan monen hakijan matka tyssää soveltuvuuskokeisiin. Haapala kertoo artikkelissa, että hakijoiden pahin moka onkin juuri valmistautumisen puute. Lisäksi Haapalan mukaan ensimmäisen vaiheen fyysisissä kokeissa putoaa aina noin sata hakijaa.

Poliisihallituksen neuvottelupäällikön Minna Gråstenin mukaan keskustelut Poliisiammattikorkeakoulun kanssa on aloitettu, koska opinnot aloittaneiden opiskelijoiden määrä on ollut laskeva ja poikkeava

nykyisin huomattavasti aloituspaikkamäärästä. Gråstenin mukaan työnjako on se, että Poliisihallitus päättää aloituspaikkojen määrän ja Poliisiammattikorkeakoulu puolestaan sisäänpääsykriteerit. (Husu 2022.)

Husun (2022) artikkelista ilmenee, että jo sisäänpääsy voi olla erittäin haastavaa ja hakuprosessi kuormittavaa niin henkisesti kuin fyysiselläkin tasolla. Mielestämme on hyvä, että jo hakuvaiheessa mitataan henkilöiden soveltuvuutta poliisikoulutukseen monella eri osa-alueella, ja näin varmistetaan, että poliisiopiskelijalla on valmiina hyvä lähtökohta pärjätä poliisiopinnoissa ja tulevaisuudessa poliisin työssä. Vaikka hakuprosessi seuloo omalta osaltaan Poliisiammattikorkeakouluun lähtökohtaisesti hakijoita, joilla on hyvät mahdollisuudet pärjätä poliisiopinnoissa, voi monella silti olla haasteita opintojen edetessä. Opinnoista on saattanut olla erilainen kuva, mitä se todellisuudessa on, tai muuten opinnot tuntuvat kuormittavilta, vaikka pääsykokeista on selvitty ansiokkaasti.

Poliisin ammatti vaatii monia erilaisia taitoja ja ominaisuuksia, joten tietynlainen ihminen ei sovi kaikkeen poliisityöhön. Tärkeimpiä ominaisuuksia, joita poliisilla tai poliisiksi hakeutuvalla tulisi olla, jotka nousivat esille Husun (2022) artikkelista, (Poliisiammattikorkeakoulu 2022d) tilastotietoa hakijoista sekä (Poliisiammattikorkeakoulu 2022h) valintakoe osioista:

1. Eettisyys ja oikeudenmukaisuus: Poliisin on oltava rehellinen ja nuhteeton sekä toimia oikeudenmukaisesti sekä eettisesti lainsäädäntöä noudattaen.
2. Hyvät vuorovaikutustaidot: Poliisi työskentelee ihmisten kanssa, joten hyvät vuorovaikutustaidot ovat välttämättömiä.
3. Stressinsietokyky: Poliisin työ voi olla hyvin stressaavaa ja vaativaa, joten stressinsietokyky sekä -hallinta on tärkeitä ominaisuuksia poliisiksi hakeutuvalla.
4. Fyysinen kunto: Poliisin työ vaatii hyvää fyysistä kuntoa, jotta voidaan varmistaa, että poliisiksi hakeutuva kykenee tarvittaessa toimimaan fyysisen rasituksen alaisena.
5. Tiimityöskentelytaito: Poliisi työskentelee osana isompaa organisaatiota, jossa vallitsee vahva hierarkia. Yksittäisen poliisimiehen on kyettävä toimimaan osana poliisiorganisaatiota.

5.1.1 Elämäntilanne

”Uudet elämänvaiheet luovat uudenlaisia tarpeita yhteensovittamiselle, joita voivat olla perhetilanteen muutos (lapsen syntymä, lapsen kouluun siirtyminen) tai hoivavelvoitteen muutos (omaisten sairastuminen, omien vanhempien hoito)”. (Jaako 2020.)

Erilaiset elämäntilanteet esiintyvät Poliisiammattikorkeakoulussa sekä muilla korkeakoulusektoreilla, poliisi (AMK) -tutkintoon hakeutuvat eroaa merkittävästi iän, sukupuolen sekä aikaisemman työ- ja

opiskeluhistorian suhteen. Tämä vaikuttaa merkittävästi siihen, miksi opiskelijat kokevat opinnot Poliisiammattikorkeakoulussa hyvin eri tavalla. Siviilielämä vaikuttaa opintoihin monella tapaa. Opiskelijan siviilielämä voi sisältää monia tekijöitä, kuten työ, perhe, harrastukset, sosiaaliset suhteet ja terveys, jotka vaikuttavat omalta osaltaan opiskelumotivaatioon, aikatauluihin, resursseihin ja stressitasoihin (Parsola 2022).

Siviilielämän aiheuttamia haasteita opinnoissa voi olla:

1. Työ opintojen ohella voi olla merkittävä aikasyöppö ja kuormittaa opiskelijaa. Opiskelijan on ehkä sovitettava opintojaan työaikatauluunsa ja päinvastoin, mikä voi vaikuttaa aikataulujen joustavuuteen.
2. Perheenjäsenet, kuten lapset, puoliso tai vanhemmat voivat tarvita opiskelijan huomiota, joka voivat vaikuttaa opiskelutaitoihin ja opiskelumotivaatioon.
3. Harrastukset ja muut vapaa-ajan aktiviteetit voivat vaikuttaa opiskeluun ajanhallinnan ja priorisoinnin näkökulmasta. Liikaa aikaa harrastuksille käyttämällä voi olla negatiivinen vaikutus opiskelumotivaatioon.
4. Terveysongelmat voivat häiritä opiskelumotivaatiota ja -aikatauluja. Esimerkiksi nukkumisvaikeudet, stressi ja sairastuminen voivat vaikeuttaa opiskelua.

(Parsola 2022.)

”Opinnot, kahden tunnin koulumatka ja perhe lasten menoineen pitävät huolen siitä, että kalenterissa on ohjelmaa. Pyrin harrastamaan monipuolisesti liikuntaa voimailusta futsaliin ja moneen siltä väliltä, ja toisinaan oman harrastamisen sisällyttäminen muuhun elämään vaatii hieman etukäteissuunnittelua. On tärkeää osata jättää kalenterissa tilaa myös levolle ja palautumiselle. Viikonloppuisin lataan akkuni unohtamalla opiskeluasiat ja viettämällä kiireetöntä aikaa perheeni kanssa.” (Parsola 2022.)

Työnteko opintojen ohella voi olla hyödyllistä, mutta vaatii huolellista aikataulutusta ja oman jaksamisen huomioimista. On tärkeää valita sopiva työ ja löytää tasapaino työn, opintojen ja sosiaalisen elämän välillä. (Liukko 2022.)

5.1.2 Ikä, fyysiset ominaisuudet ja sukupuoli

lääkkäämpänä uusien asioiden opettelu vaatii usein enemmän keskittymistä ja kertaamista kuin nuorempana. Toisaalta uuden oppimisessa asioita yhdistellään aivoissa jo oleviin tietoihin

hyödyntäen elämän varrella kertynyttä kokemusta. Siksi iäkkäämmät ihmiset voivat hahmottaa monimutkaisia asiakokonaisuuksia nuoria paremmin. (Muistiliitto.)

Poliisiammattikorkeakoulu ei määrittele hakijalle ikärajaa. Nuorimmat koulutukseen hakevat ovat 18-vuotiaita ja vanhimmat koulutukseen valitut ovat olleet yli 40-vuotiaita. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022b). Kuitenkin noin joka viides Poliisiammattikorkeakouluun hakutuvista on yli 31-vuotias. (Suolanen 2022.)

Poliisin työssä kaikesta elämäkokemuksesta on hyötyä, kuten edeltävistä opinnoista ja aikaisemmasta ammatista. Tämä ei suoraan tarkoita sitä, etteikö nuorella henkilöllä voisi olla takana useita opintoja tai laajaakin elämäkokemusta, mutta iän tuoma kokemus yleensä lisää kykyä tarkastella asioita useista eri näkökulmista ja käsitellä eteen tulevia haasteita (Huhtasaari 2020.)

Vaikka miesten ja naisten välinen kuntoero on hiukan kaventunut muutaman kymmenen vuoden takaisesta, on ero silti huomattava naisten ja miesten välillä (Ala-Mettälä 2014). Poliisikoulutukseen hakeutuu nykypäivänä yhä enemmän naisia (Poliisiammattikorkeakoulu 2022d). Naisten fyysiset vaatimukset ovat poliisi (AMK) -valintakokeissa hieman miesten vaatimuksia alemmat, jotka mahdollistavat fyysisistä sukupuolieroista huolimatta naisten pääsyn Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijaksi. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022h.)

Vuonna 2014 poliisikoulutukseen hakeutui naisia 778, kun vuonna 2022 naisia hakeutui 2 351. Vuonna 2014 poliisi (AMK) -tutkintoa suorittamaan hyväksyttiin 54, ja vuonna 2018 144. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022d). Tämä tilasto osoittaa, että naisia hakeutuu yhä enemmän poliisi (AMK) koulutukseen, sekä naiset pärjäävät poliisi (AMK) valintakokeissa aikaisempaa paremmin.

Poliisiopiskelijoiden kuntoa mitataan useaan otteeseen poliisi (AMK) -koulutuksen aikana, joilla varmistetaan, että opiskelijoiden fyysinen kunto on vaadittavalla tasolla. Poliisi (AMK) -koulutuksen fyysisen kunnon testaukset sisältävät oman arviointitaulukon miehille sekä naisille, jossa huomioidaan sukupuolten väliset erot. Kuitenkin opintoihin sisältyvät harjoitukset ovat samat sukupuolesta riippumatta ja fyysisesti yhtä kuormittavia niin naisille kun miehille. Siksi opintojen fyysiset harjoitukset voivat tuottaa enemmän haasteita nimenomaan naisopiskelijoille. (Ala-Mettälä 2014.)

5.2 Oppimista ja jaksamista tukevat tekijät

Oppimista ja jaksamista tukevat tekijät voivat vaihdella henkilöstä toiseen, mutta yleisesti ottaen seuraavat tekijät nousevat esille dokumenttianalyyseissä käyttämistämme aineistoista ja lähdekirjallisuudesta:

1. Hyvä fyysinen kunto (Salmivuori 2023).
2. Sosiaaliset suhteet ja vapaa-aika (Köysti 2014).
3. Hyvä elämäntilanne (Karppinen.)
4. Soveltuvuus (Poliisiammattikorkeakoulu 2022c.)
5. Elämäkokemus ja aikaisemmat opinnot (Klaus 2022).

5.2.1 Fyysinen kunto

Liikunnan tärkeydestä puhutaan paljon ja useat tutkimukset osoittavatkin sillä olevan positiivisia vaikutuksia yleiseen jaksamiseen ja opinnoissa pärjäämiseen. Poliisiammattikorkeakoulussa tuetaan opiskelijoiden kunnon ylläpitoa ja Poliisiammattikorkeakoulu tarjoaakin opiskelijoilleen liikuntatilat, jossa on kuntosali, uimahalli, painisali sekä liikunta- ja palloilusalit. Liikuntatilat ovat opiskelijoiden käytössä myös iltaisin ja viikonloppuisin. Lisäksi Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijakunta ylläpitää aktiivisesti liikunnallista harrastetoimintaa, kuten muun muassa erilaisia joukkuelajeja ja kilpailuja. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022f, 22–23.)

Poliisiammattikorkeakoulussa fyysisen kunnon on oltava vähintään perustasolla, jotta opiskelija pärjää poliisi (AMK) -tutkinnosta ja myöhemmin poliisin työstä. Fyysistä kuntoa mitataan jo pääsykokeissa, mutta myös opintojen aikana erilaisilla kuntokokeilla ja mittauksilla. Fyysisen kunnon ylläpitäminen onkin tärkeää, myös kuntokokeista läpipääsyn kannalta, sekä opinnoissa pärjäämisen osalta. Hyvä fyysinen kunto voi myös auttaa ehkäisemään työtapaturmia ja vammoja. Liikunta tutkitusti parantaa myös opiskelukykyä ja jaksamista, joka edesauttaa opinnoissa pärjäämistä. Poliisiammattikorkeakoulussa opinnot koostuvat suurelta osin myös hyvin fyysisesti kuormittavista harjoituksista, joita varten poliisiopiskelijalta vaaditaan hyvää fyysistä kuntoa. Fyysisen kunnon ylläpitämisen lisäksi opiskelijan elämäntavat, kuten monipuolinen ruokavalio, lepo ja palautuminen lisää jaksamista ja tukee opinnoissa pärjäämistä. Itsestään huolehtiminen onkin tärkeää poliisiksi valmistuvalle työkyvyn ylläpitämistä varten (Salmivuori 2023).

5.2.2 Sosiaaliset suhteet ja vapaa-aika

Sosiaalisten suhteiden merkitys ja tärkeys opinnoissa jaksamisen kanssa korostuu opintojen edetessä. Poliisiammattikorkeakoulun nettisivuilla poliisiopiskelija Sini kertoo seuraavasti: ”Poliisina täytyy voida luottaa työkaveriin ja olla itse luottamuksen arvioinen. Kollegaan turvaudutaan, oli sitten kyse kenttäpartion tiukoista tilanteista tai tutkijasta, joka jumittaa jutussaan. Tiimityöskentely korostuu jo kouluaikana: olemme hitsautuneet yhteen ja autamme toisiamme onnistumaan. Pitkät päivät jaksaa paremmin, kun ympärillä on hyvä ryhmä. Aina ei mene kuin elokuvissa, mutta siitä otetaan yhdessä opiksi eikä epäonnistuminen pelota.” (Laitila 2022.)

Poliisiammattikorkeakoululla on oma opiskelijakunta, joka järjestää säännöllisesti koulun opiskelijoille erilaisia tapahtumia ja aktiviteetteja. Oppilaskunta ylläpitää ja edistää opiskelijoiden välisiä suhteita ja tarjoaa mahdollisuuksia vapaa-ajan viettoon. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022f, 24). Vapaa-ajan tärkeys ja vaikutus poliisiopiskelijän hyvinvoinnille korostuu opintojen edetessä. (Jukarinen 2023.)

Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoilla on mahdollisuus hyödyntää esimerkiksi kampuksen päärakennuksessa sijaitsevaa kirjastoa. Sen ensisijaisena tehtävänä on tukea opiskelua sekä poliisialan tutkimusta ja kehittämistä. Kirjastosta löytyy sekä opiskeluun että vapaa-aikaan hyödyllisiä aineistoja ja monipuolisia työskentelytiloja. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022f, 18.)

Poliisiammattikorkeakoulussa opiskelijoiden vapaa-aika voikin sisältää monipuolisia aktiviteetteja, jotka liittyvät opiskeluun, mutta myös rentoutumiseen ja harrastamiseen. ”Vapaa-ajan merkitys yksilön hyvinvoinnille korostuu sen tavassa virkistää ja tuottaa psyykkistä palautumista” (Köysti 2014).

”Stressaavissa ja kuormittavissa elämäntilanteissa sosiaalisten suhteiden merkitys korostuu. Kuormittavista asioista kannattaa avautua ystäville, kumppaneille tai perheenjäsenille. Usein jo pelkkä omien huolien kertominen jollekin toiselle helpottaa omaa oloa. Laatu-aika läheisten kanssa tuo myös vaihtelua opintoihin ja tarjoaa muuta ajateltavaa.” (Karppinen.)

5.2.3 Soveltuvuus

Opiskelijan soveltuvuutta poliisiksi mitataan poliisi (AMK) -tutkinnon valintakokeissa soveltuvuuden arvioinnin osa-alueessa psykologisilla testeillä, haastattelulla ja yksilö- ja ryhmätehtävällä. Soveltuvuuden arvioinnin pisteytys on puolet kokonaispistemäärästä. Soveltuvuuden arvioinnissa arvioidaan muun muassa opiskelijaksi hakeutuvan tasapainoisuutta, ongelmanratkaisutaitoja, itsetuntemusta, asenteita ja suhtautumista työelämään ja työkyvyn ylläpitämiseen. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022c.)

”Stressillä tarkoitetaan tilannetta, jossa henkilöön kohdistuvat haasteet ja vaatimukset ylittävät hänen käytössä olevat voimavaransa.” Stressinhallinnalla on usein vaikutuksia yksilön toimintaan, kuten opiskelukykyyn. (YTHSb). Poliisin työssä kohdataan vaarallisia tilanteita, joista on kyettävä selviytymään. Mitä paremmin kykenee hallitsemaan stressin oireet tilanteessa, sitä tilannetietoisempi ja toimintavalmiimpi on. Siksi jo opiskeluvaiheessa stressinhallinta osana soveltuvuutta on erityisen tärkeää (Ahola 2022).

Itsetuntemus, hyvät ongelmanratkaisutaidot ja motivoitunut asenne voivat vaikuttaa merkittävästi opinnoissa pärjäämiseen. Omien vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen, kyky säädellä ja käsitellä tunteita ja tunnetiloja, kuten stressiä ja epäonnistumisia, hyvät opiskelutaidot sekä motivoituneisuus opinnoissa pärjäämiseen lisää opiskelijan kykyä selviytyä haastavistakin tilanteista, mitä poliisiopiskelija saattaa opintojen aikana kohdata (Poliisiammattikorkeakoulu 2022c).

Opinnot sisältävät teoreettisia opintoja, jotka vaativat paljon itsenäistä opiskelua ja aikatauluttamista. Poliisiammattikorkeakoulun opinnot sopivat parhaiten henkilöille, jotka ovat motivoituneita sekä oma-aloitteisia. Jos poliisiopiskelijalla on esimerkiksi ongelmia itseohjautuvuuden kanssa, tai hän ei ole motivoitunut koulutuksen sisältöön, hän saattaa kokea koulutuksen erityisen raskaaksi ja kuormittavaksi (Poliisiammattikorkeakoulu 2022c).

5.2.4 Elämänkokemus ja aikaisemmat opinnot

Erilaisesta elämänkokemuksesta voi olla hyötyä poliisiammattikorkeakoulun opinnoissa, sekä opintojen jälkeisessä työelämässä. Monilla poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoilla onki aiempaa kokemusta esimerkiksi vapaaehtoistyöstä, palokuntatoiminnasta, sotilaspalveluksesta tai muusta vastaavasta toiminnasta, joka on antanut heille hyvän pohjan poliisin työssä vaadittaviin taitoihin ja ominaisuuksiin (Klaus 2022).

”Jatkuva itsensä kehittäminen on pohja hyvälle ammattitaidolle, joten siihen sopivan ajattelutavan sisäistäminen on hyödyksi. Kun kykenee omaksuma uutta tietoa ja tarkastelemaan omaa toimintaansa terveeseen kriittisesti, kehittyminen mahdollistuu.” Poliisiammattikorkeakoulun opiskelija Aino Turunen kertoo Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijablogissa, kuinka Poliisin on tärkeää kyetä ymmärtämään ympäröivää maailmaa ja sen ilmiötä. Turusen mukaan erityisesti lukion yhteiskuntaoppi sekä armeijassa opitut yhteistyötaidot ovat olleet hyödyllistä poliisin ammattia ajatellen. Turunen korostaa, kuinka kaikenlainen osaaminen katsotaan hyödyksi poliisin opinnoissa. (Turunen 2021.)

”Työ-, koulutus- ja elämäkokemuksesta on vain hyötyä sekä hakuvaiheessa, että poliisin työssä. Valintakokeen soveltavuuden arvioinnissa itsetuntemus ja elämäkokemus on tärkeässä roolissa ja yleensä ”ajokilometrit” ja maailman näkeminen antaa näihin molempiin eväitä.” Klaus kertoo Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijablogissa, kuinka vuoden 2021 Polamkin opiskelijabarometrin mukaan yli 22% opiskelijoista on suorittanut alemman tai ylemmän korkeakoulututkinnon, ja määrä on ollut kasvussa viime vuodet. Klausin mukaan tilanne on erittäin hyvä, niin poliisiorganisaation että opiskelijan kannalta, kun aikaisemmin hankittu osaaminen avaa uusia ovia ja tuo lisäarvoa poliisiorganisaatioon. Aiemman työkokemuksen tai korkeakoulututkinnon antamaa kokemusta voi parhaimmillaan päästä hyödyntämään pianikin valmistumisen jälkeen (Klaus 2022).

Aiemmat korkeakouluopinnot voivat edesauttaa myös poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämistä opinnoissa opittujen asioiden myötä. Esimerkiksi kirjoitustaito, luetunymmärtäminen tai uuden tiedon sisäistäminen voi olla huomattavasti helpompaa poliisiopiskelijalle, joka on käynyt ennen poliisi (AMK) opintoja muita opintoja, kuten korkeakouluopintoja (Klaus 2022).

Turunen ja Klaus tuovat blogikirjoituksissaan hyvin esille sen, kuinka paljon Poliisiammattikorkeakoulussa on opiskelijoita, jotka tulevat erilaisista taustoista. Jokainen opiskelija pystyy hyödyntämään omia vahvuuksiaan opintojen aikana, sekä työelämässä. Erilaisista osaamisista ja kokemuksista on vain hyötyä ja sen huomaa opintojen aikana, sekä varsinkin työelämässä. Kuitenkaan elämäkokemus ei yksin riitä poliisin työn vaatimusten täyttämiseen.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA YHTEENVETO

Tässä luvussa kuvaamme tutkimuksen johtopäätökset ja vastaamme tutkimuskysymyksiimme. Luomme johtopäätökset opintoja kuormittavista tekijöistä sekä opintoja tukevista tekijöistä ja vertailemme näitä keskenään. Lopuksi luomme yhteenvetoon siitä, millainen ihminen pärjää poliisi (AMK) tutkinnossa ja analysoimme tutkimustuloksia ja pohdimme niiden vaikuttavuutta poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämiseen.

6.1 Opintoja kuormittavat tekijät

Poliisi (AMK) -tutkinnon valintakokeiden vaativuudesta ja sisäänpääsyprosentin mataluudesta puhutaan nykypäivänä paljon ja pohditaan, miksi Poliisiammattikorkeakouluun on erityisen vaikea päästä (Husu 2022).

Valintakokeet on suunniteltu siten, että myöhemmin opiskelijaksi valittu henkilö on fyysisitä ja psyykkisiltä ominaisuuksiltaan sekä soveltuvuudeltaan sopiva selviytymään poliisi (AMK) -tutkinnosta sekä myöhemmin poliisin työstä. Silti osa Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoista kokee kuormittavuutta sekä haastavuutta opinnoissa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022h.)

Dokumentti- ja sisällönanalyysiin perustuvassa tutkimuksessa olemme pyrkineet selvittämään tekijöitä, jotka vaikuttavat opintojen kuormittavuuteen hyödyntämällä eri aineistoja, kuten lähdekirjallisuutta, opiskelijoiden kirjoituksia sekä kokemuksia poliisi (AMK) -tutkinnon kuormittavista tekijöistä. Tutkimuksessamme nousi dokumentti- ja sisällönanalyysin perusteella esille seuraavia tekijöitä, jotka voivat vaikuttaa kuormittavasti Poliisiammattikorkeakoulussa opiskeluun:

- Heikot fyysiset ominaisuudet – Opinnot sisältävät teoreettisten opintojen lisäksi paljon konkreettista ja fyysistä opetusta, päivät voivat olla pitkiä ja hyvinkin kuormittavia fyysisesti. Tällöin fyysisen kunnon ylläpitäminen on erityisen tärkeää jaksamisen kannalta. Mikäli opiskelijalla on lähtökohtaisesti heikot fyysiset ominaisuudet, voivat opinnot tuntua erityisen kuormittavilta. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022e.)

Naisten ja miesten fyysiset ominaisuudet eroavat tutkitusti toistaan. Naisten lähtökohtaisesti heikompi kunto ja pienempi lihasmassa voi aiheuttaa naispuolisille opiskelijoilla haasteita, sillä poliisi (AMK) koulutuksen fyysiset harjoitukset ovat samanlaiset kaikille, sukupuolesta riippumatta. Tämä ei kuitenkaan suoranaisesti tarkoita sitä, etteikö naisopiskelija pärjäisi yhtä hyvin, tai paremmin fyysisissä suorituksissa kuin miesopiskelija. (Ala-Mettälä 2014.)

- Vähäinen lepo ja vapaa-aika – Palautumisen ja vapaa-ajan tärkeys korostuvat opintojen edetessä. On tärkeää, että poliisiopiskelija tietää omat rajansa ja osaa suhteuttaa opinnot, vapaa-ajan sekä levon. Unen ja palautumisen merkitys kaikessa jaksamisessa, kuten opinnoissa on tutkitusti isossa osassa, ja siitä tinkiminen voi aiheuttaa ylikuormittuneisuutta sekä yleiskunnon ja hyvinvoinnin heikentymistä. (Salmivuori 2023.)
- Haastava elämäntilanne – Opiskelijat Poliisiammattikorkeakoulussa ovat yksilöitä, jotka tulevat erilaisista taustoista ja elämäntilanteista. Elämäntilanteet ja kotiolosuhteet vaikuttavat huomattavasti opintoihin kuten muuhunkin elämän osa-alueisiin. (Jaako 2020.)
- Ikä – Poliisi (AMK) -tutkinnossa ei ole ikärajaa, mikä tarkoittaa, että vuosittain koulutuksessa aloittaa hyvin eri-ikäisiä poliisiopiskelijoita. Poliisiopiskelijoiden ikä voi vaihdella jopa 18–50-vuotiaiden välillä (Poliisiammattikorkeakoulu 2022b). Iän tuoma elämäkokemus ja aiemmat opinnot voivat vaikuttaa merkittävästi opinnoissa pärjäämiseen ja kykyyn ymmärtää opittuja

asioita ja kyetä soveltamaan niitä käytännössä. Kuitenkin uusien asioiden opettelu voi vaatia hiukan enemmän keskittymistä ja kertaamista kuin nuorempana (Huhtasaari 2020).

6.2 Opintoja tukevat tekijät

Poliisi (AMK) -tutkinnon tavoitteena on, että valmistuttuaan ammattikorkeakoulututkinnosta opiskelijalla on valmiudet toimia sekä itsenäisesti että moniammatillisissa työryhmissä poliisityön asiantuntijana ja kehittää poliisitoimintaa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022f, 4.)

Poliisi (AMK) -tutkinnossa aloittaa vuosittain satoja opiskelijoita, jotka tulevat erilaisista elämäntilanteista ja taustoista. Poliisiopiskelijoita on eri ikäisiä ja eri sukupuolta edustavia (Poliisiammattikorkeakoulu 2022d). Lisäksi poliisiopiskelijat omaavat eritasoiset fyysiset ominaisuudet, luonteenpiirteet sekä tavoitteet.

Jokainen kokee yksilönä opiskelun poliisi (AMK) -tutkinnossa eri tavalla, kohtaa omat haasteet ja helppoudet sekä huolehtii omalla tavallaan opintojensa suorittamisesta. Kokosimme alle dokumentti- ja sisällönanalyysin avulla toistuvasti tutkimustuloksena esille nousseita opintoja tukevia tekijöitä ja seikkoja, jotka mahdollisesti auttavat poliisiopiskelijaa selviytymään poliisi (AMK) -tutkinnosta.

- Hyvät fyysiset ominaisuudet ja terveellinen elämäntapa – Liikunta, lepo ja terveelliset elämäntavat tutkitusti parantavat oppimista ja jaksamista sekä parantavat elämänlaatua. (Leijo 2020.)

Hyvät fyysiset ominaisuudet sekä liikunnallinen ja terveellinen elämäntapa mahdollistaa opiskelijan pärjäämisen Poliisiammattikorkeakoulun kuntotesteissä, sekä fyysistä kuntoa vaativissa harjoituksissa. Hyvä fyysinen kunto ja sen ylläpitäminen edistää aivojen toimintaa, joka auttaa jaksamisessa sekä uuden oppimisessa. (Karpinen).

- Sosiaaliset suhteet ja vapaa-aika – ”Sosiaaliset suhteet ovat keskeinen osa ihmisen hyvinvointia ja mielenterveyttä. Ihmisellä on luontainen tarve liittyä muihin ja tuntea kuuluvansa joukkoon. Toisille tämä tarkoittaa laajaa kaveriverkostoa, toisille riittää yksi tai kaksi läheisempää ystävää. Joka tapauksessa tunne siitä, että on osa jotain ryhmää, toimii voimavarana vaikeina aikoina ja mahdollistaa yhdessä iloitsemisen hyvinä hetkinä.” (YTHSa.)

Sosiaalisista suhteista ja vapaa-ajasta kiinni pitäminen opintojen aikana luo tasapainoa opintojen täydelle ja tapahtumantäyteiselle arjelle. Ystävien sekä läheisten seura ja tuki ovat ensiarvoisen tärkeää opinnoissa jaksamisen kannalta (YTHSa). Poliisiammattikorkeakoulu

tunnetaan hyvästä ryhmähengestä ja yhteisöllisyydestä, joka näkyy ulospäin. Poliisiopiskelijat käyvät yhteisen matkan opintojen aikana ja valmistuvat kaikki samaan ammattiin. Kurssikavereiden tuoma tuki ja yhteenkuuluvuuden tunne luo varmuutta ja uskoa omaan pärjäämiseen ja auttaa jaksamaan haastavissakin tilanteissa (Laitila 2022).

- Hyvä elämäntilanne – Elämäntilanne käsitteenä voi olla haastava ja erittäin laaja. ”Elämäntilanne kuvaa henkilön elämään tiettyinä ajankohtana vaikuttavia tekijöitä. Elämäntilanne on pääasiassa tarkoitettu henkilön nykytilanteen kuvaamiseen, mutta siinä voidaan tarvittaessa kuvata myös henkilön elämänhistoriaa.” (TEPA-Termipankki.)

Tietyt elämäntilanteet vaikuttavat eri yksilöille eri tavalla. Kyse on lähinnä siitä, onko henkilö kykeneväinen yhdistämään opinnot kyseiseen elämäntilanteeseen sillä kyseisellä hetkellä. Esimerkiksi henkilö X voi perheellisenä kokea opiskelun liian raskaaksi elämäntilanteen takia, kun taas henkilö Y voi kokea, että paras aika opiskelulle on lasten hankkimisen jälkeen (Jaako 2020).

Hyvä elämäntilanne, kuten hyvät kotiolosuhteet, tukeva lähipiiri, hyvä taloudellinen tilanne ja terveys tukevat elämän muita osa-alueita, kuten opiskelua. Se, mitä opiskelijan henkilökohtaisessa elämässä tapahtuu, vaikuttaa suoraan opiskelijan motivaatioon ja kykyyn keskittyä opintoihin. Aina elämäntilanteeseen ei pysty itse vaikuttamaan, mutta jokainen pystyy kuitenkin tietyissä määrin ohjaamaan omaa elämää haluamaansa suuntaan. Siksi onkin tärkeä pyrkiä tekemään itselle mieluisia asioita ja ylläpitämään hyvää siviilielämää opintojen ulkopuolella (Jaako 2020).

- Soveltuvuus ja persoonalliset piirteet – Poliisiopiskelijan soveltuvuutta poliisiksi mitataan poliisi (AMK) -valintakokeen aikana ja koulutukseen hyväksytyt opiskelijat täyttävät lähtökohtaisesti poliisiksi vaadittavan soveltuvuuden. Poliisi (AMK) -tutkinnossa hyvin pärjääville opiskelijoille ominaisia piirteitä ovat:

1. Itsetuntemus
2. Hyvät ongelmanratkaisutaidot
3. Stressinhallintataidot
4. Motivaatio ja hyvä asenne
5. Aktiivisuus ja itseohjautuvuus

Hyvät ongelmanratkaisutaidot korostuvat opintojen edetessä. Haastavat olosuhteet vaativat opiskelijalta kykyä ratkoa ongelmia ja käsitellä haastavia tilanteita, joka on poliisille erityisen tärkeää. Ongelmanratkaisutaitoja harjoitellaan poliisi (AMK) -tutkinnon aikana, mutta vastuu niiden kehittämisestä on opiskelijalla itsellään. Näitä taitoja opiskelija tarvitsee opintojen aikana sekä tulevaisuudessa työurallaan. (Poliisiammattikorkeakoulu 2022h.)

Motivaatio ohjaa opiskelijaa opinnoissa kohti tavoittelemansa päämäärää. Itselleen asetetut tavoitteet ja päämäärät kasvattavat poliisiopiskelijan motivaatiota, joka kulkee mukana myös haastavissa ja kuormittavissa tilanteissa, joita opiskelija saattaa opintojen eri vaiheissa kohdata. Asenteet rakentavat tavan ajatella asioita. Positiivinen asenne ehkäisee ennakkoluuloja, avartaa kykyä tarkastella asioita eri näkökulmista ja rikkoo haasteiden luomaa turhautumista (TAMK 2019).

- Elämäkokemus ja aikaisemmat opinnot – Poliisi (AMK) -tutkinnossa kaikella aikaisemmin opitulla on hyötyä ja elämäkokemus luo pohjaa oman poliisi-identiteetin rakentamiselle. Kaikesta aikaisemmasta osaamisesta ja kokemuksesta on hyötyä, ja väyliä alalle on monia. Elämäkokemus voi olla iän tai kokemuksien tuomaa taitoa nähdä asioita eri tavalla, kykyä suhtautua erilaisiin tilanteisiin vaadittavalla tavalla tai sopeutua muuttuvaan ympäristöön. Lisäksi elämäkokemus luo viisautta ja kykyä käsitellä tunnetiloja ja löytää itselleen toimivia käyttäytymismalleja erilaisissa tilanteissa. (Pietilä).

6.3 Poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjääminen

Olemme tutkineet dokumentti- ja sisällönanalyysin avulla useasta eri näkökulmasta poliisi (AMK) -tutkintoon vaikuttavia seikkoja. Olemme pyrkineet hahmottamaan opintoja kuormittavia tekijöitä, sekä opintoja tukevia tekijöitä. Lisäksi olemme perehtyneet poliisi (AMK) -tutkinnon mahdollisiin haasteisiin ja tutkineet niihin vaikuttavia seikkoja. Tässä osiossa haluamme koota dokumentti- ja sisällönanalyysin pohjalta tehdyn tutkimuksen perusteella vastauksen opinnäytetyömme aiheeseen:

1. Millainen ihminen pärjää poliisi (AMK) -tutkinnossa?

HENKIÖ A	<ul style="list-style-type: none"> • IKÄ: 25 • KOULLUTUS: AMMATTIKOULU • AMMATTI: LVI ASENTAJA • SUKUPUOLI: MIES • HARRASTUS: KUNTOSALI, KAMPPAILULAJIT • PERHETAUSTA: EI LAPSIA • ELÄMÄNTILANNE: NAIMATON, VUOKRATYÖLÄINEN, ASUU POLAMK:IN KAMPUKSELLA • OMINAISUUDET: HYVÄ FYYSSINEN KUNTO, MOTIVAATIO, HYVÄ STRESSINHALLINTA
HENKIÖ B	<ul style="list-style-type: none"> • IKÄ: 32 • KOULLUTUS: AIEMPI KORKEAKOULUTUTKINTO • AMMATTI: OPETTAJA • SUKUPUOLI: NAINEN • HARRASTUS: MAALAUUS, LENKKEILY • PERHETAUSTA: 1 ALAIKÄINEN LAPSI • ELÄMÄNTILANNE: NAIMISSA, VAKITUIINEN TYÖSUHDE, VUOKRA-ASUNTO • OMINAISUUDET: VAHVA KIELITAITO, ITSETUNTEMUS, ONGELMANRATKAISUTAIDOT
HENKIÖ C	<ul style="list-style-type: none"> • IKÄ: 45 • KOULLUTUS: USEAMPIA KORKEAKOULUOPINTOJA • AMMATTI: INSINÖÖRI • SUKUPUOLI: MIES • HARRASTUS: SHAKKI, HIIHTO • PERHETAUSTA: 3 TÄYSI-IKÄISTÄ LASTA • ELÄMÄNTILANNE: NAIMISSA, LEMMIKKI, MÄÄRÄAIKAINEN TYÖSUHDE, OMSITUSASUNTO • OMINAISUUDET: LAAJA TYÖKOKEMUS ULKOMAILTA, ELÄMÄNKOKEMUS, SOSIAALISET TAIDOT

Kuva 4: Kolme esimerkkiä erilaisista henkilöistä, jotka voivat pärjätä poliisi (AMK) -tutkinnossa.

Yläpuolelle olemme luoneet kolme kaaviota, jotka sisältävät kolme eri hypoteettista tilannetta, jotka kuvaavat poliisiopiskelijoita. Henkilöt A, B ja C tulevat eri taustoista, heillä on eri elämäntilanne ja ovat iältään, sukupuoleltaan, harrastuksiltaan ja koulutuksiltaan hyvin erilaisia. Kuitenkin jokainen heistä kokee pärjäävänsä poliisi (AMK) -tutkinnossa.

Analysimme osoittaa, että henkilö, joka pärjää poliisi (AMK) -opinnoissa on:

1. Hyvät fyysiset ominaisuudet, henkisesti tasapainoinen ja omaa terveelliset elämäntavat
2. Kykenee ylläpitämään sosiaalisia suhteita ja vapaa-aikaa, omaa hyvät sosiaaliset taidot
3. Hyvä elämäntilanne
4. Hyvä itsetuntemus, ongelmanratkaisutaidot, sosiaaliset taidot, motivaatio, itseohjautuvuus, aktiivisuus ja kyky säädellä stressiä ja muita tunteita
5. Oma elämäntilanne, kyky tarkastella asioita monesta eri näkökulmasta

6. Hyvät opiskelutaidot

Tutkimustuloksemme muodostui dokumentti- ja sisällönanalyysin avulla. Tutkimustuloksemme sisältö nousi tutkittavana olevissa aineistoissa useasti esille, joiden perusteella loimme johtopäätelmät sekä tutkimustuloksen.

7 POHDINTA

Tässä luvussa käsittelemme omaa näkökulmaamme opinnäytetyön aiheesta, tutkimusprosessista ja -tuloksista. Tarkastelemme ja analysoimme tuloksia sekä pohdimme tutkimustulosten luotettavuutta ja eettisyyttä. Tuomme lisäksi esille mahdollisia jatkotutkimusehdotuksia sekä pohdimme tutkimuksemme tarkoitusta ja hyödyntämismahdollisuuksia. Lopussa kuvaamme vielä omia kokemuksiamme poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämisestä.

7.1 Tulosten tarkastelu ja analyysi

Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoista jokainen on erilainen ja tulee erilaisista elämäntilanteista. Osa on saattanut käydä ennen poliisi (AMK) -tutkintoa aikaisempia opintoja eli ovat niin sanottuja alanvaihtajia. Osa taas on saattanut tulla suoraan lukion tai ammattikoulun penkiltä. Lisäksi opiskelijoita on hyvin eri ikäisiä, eri sukupuolta edustavia, kulttuurillisesti erilaisia sekä persoonaltaan myös hyvin erilaisia, vaikka Poliisiammattikorkeakoulun valintakokeet seulovatkin tiettyntyyppisiä opiskelijoita poliisi (AMK) koulutukseen.

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millainen henkilö pärjää poliisin opinnoissa yleisellä tasolla. Tarkoituksenamme oli lisäksi selvittää, mitkä ovat keskeisiä tekijöitä opinnoissa pärjäämiselle, ja mitkä olivat opintoja kuormittavat keskeiset tekijät. Tutkimuksessa analysoimme eri tietolähteitä, joiden avulla loimme opinnäytetyömme tietopohjaa ja analysoimme poliisiopiskelijoiden kertomia kokemuksia poliisikoulutuksesta blogien muodoissa.

Tehdyn dokumenttianalyysin pohjalta kokosimme yleiskuvan niistä tekijöistä, jotka tukevat poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämistä. Nämä poliisi (AMK) -opintoja tukevat tekijät koostuvat pääosin poliisiopiskelijan fyysistä ominaisuuksista, sosiaalisista suhteista, elämäntilanteesta, persoonallisista ominaisuuksista ja sosiaalisista taidoista sekä elämäkokemuksesta ja opiskelutaidoista.

Onnistuimme opinnäytetyössämme vastaamaan tutkimuskysymyksiimme yleisellä tasolla ja kokoamaan johtopäätökset tutkittavasta aiheesta analysoimalla tietolähteitä sekä hyödyntämällä omia

kokemuksiamme. Opinnäytetyössämme olisimme voineet hyödyntää kvalitatiiviselle tutkimusmenetelmälle tyypillistä kyselyhaastattelua, jonka olisimme voineet suunnata poliisi (AMK) -tutkinnon opiskelijoille. Tällöin olisimme saaneet tilastotietoa opiskelijoiden kokemuksista poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämisestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Koemme kuitenkin, että opinnäytetyömme toteutus oli onnistunut ja lopputuloksena saimme vastattua tutkimuskysymyksiimme.

Opinnäytetyömme tutkimustuloksia voidaan hyödyntää esimerkiksi poliisi (AMK) koulutuksen rekrytointiprosessissa. Poliisiammattikorkeakoulun valintakokeessa ja valintaprosessissa tutkimustuloksiamme hyödyntäminen voi edesauttaa sopivien opiskelijoiden valinnassa sekä valintakokeen päivittämisessä.

Lisäksi opinnäytetyömme tutkimustuloksista on hyötyä Poliisiammattikorkeakouluun haluaville ja hakeville henkilöille. Mielestämme opinnäytetyömme tuo esille tärkeitä seikkoja, jotka on otettava huomioon poliisi (AMK) -tutkintoa suorittaessa. Jo hakuvaiheessa olisi hyvä tiedostaa millaista opiskelu Poliisiammattikorkeakoulussa on ja mitä se vaatii opiskelijalta.

Mielestämme kaikista eniten opinnäytetyömme tulee hyödyntämään poliisiopiskelijoita, jotka opiskelevat tällä hetkellä Poliisiammattikorkeakoulussa poliisi (AMK) -tutkintoa sekä suunnittelevat Poliisiammattikorkeakouluun hakeutumista. Opinnäytetyömme voi antaa uusia näkökulmia opiskeluun ja siinä pärjäämiseen, sekä tutkimustuloksemme näyttää, mitkä tekijät edesauttavat opinnoissa pärjäämistä. Tästä opinnäytetyöstämme nykyiset poliisi (AMK) -opiskelijat sekä Poliisiammattikorkeakouluun hakevat voivat löytää opintoja tukevia seikkoja tai näkökulmia poliisi (AMK) pääsykokeisiin valmistautumista varten, joita hyödyntää omassa opiskeluarjessaan tai pääsykoevalmistautumisessaan.

7.1.1 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyömme toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Opinnäytetyössämme käytimme kvalitatiivista tutkimusta koska halusimme tutkia yleisellä tasolla poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämistä ja siihen vaikuttavien tekijöitä ja vertailla niitä. Halusimme käyttää tutkimusmenetelmänä dokumenttianalyysia, sillä halusimme analysoida mahdollisimman laajaa ja moninaista tietopohjaa sekä kirjallisuutta opinnäytetyöhömmme. Tavoitteenamme oli nimenomaan selvittää yleisellä tasolla poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämiseen vaikuttavia tekijöitä.

Olisimme voineet tehdä kvalitatiiviselle tutkimusmenetelmälle tyypillisen haastattelututkimuksen, kuten haastatella eri vaiheessa olevia poliisi (AMK) -tutkinnon opiskelijoita. Tällöin olisimme saaneet

tilastotietoa opiskelijoiden kokemuksista poliisi (AMK) -tutkinrossa pärjäämisestä. Tilastojen puuttuminen opinnäytetyöstä voi heikentää sen luotettavuutta, koska opinnäytetyömme tutkimustulokset perustuvat meidän kokemuksiimme, tietolähteiden sekä poliisi (AMK) -opiskelijoiden kertomusten analysointiin. Lisäksi opinnäytetyön tutkimustuloksen luotettavuutta heikentää sen yleistävä tutkimustulos. Tutkimuksessamme emme huomioineet yksilöiden erityispiirteitä tai muita eroavaisuuksia, vaan keskityimme keräämään tutkimustulosta yleisellä tasolla, keskiarvomaisesti. Tällöin tutkimustuloksemme ei ota huomioon jokaista yksilöä tai käsittele jokaista mahdollista seikkaa, joka saattaa vaikuttaa poliisi (AMK) -tutkinrossa pärjäämiseen.

Emme halunneet eritellä tutkimustuloksessa ikää tai sukupuolta, vaikka ne vaikuttavatkin useissa tilanteissa oleellisesti poliisi (AMK) -tutkinnon suorittamiseen. Iän ja sukupuolen tuomat haasteet ja etuudet poliisi (AMK) -koulutuksessa ovat hyvin yksilöllisiä ja vaihtelevia, joten yleistä keskiarvoa siitä, kuinka nämä vaikuttavat suuntaan tai toiseen poliisi (AMK) -tutkinrossa pärjäämiseen emme pystyneet selvittämään. Vaikka ikä, sukupuoli, koulutus ja useat muut tekijät voivat vaikuttaa alentavasti tai tukevasti poliisi (AMK) tutkinrossa pärjäämiseen, ei asia ole niin jokaisen kohdalla. Kuten olemme aikaisemmin tuoneet esille, pyrimme tutkimuksellamme löytämään ne seikat, jotka yleisesti ottaen voivat vaikuttaa positiivisesti tai negatiivisesti poliisi (AMK) -tutkinnon suorittamiseen. Kuitenkin tutkimuksen ulkopuolelle jää paljon yksilöitä, joihin tämä tutkimustulos ei välttämättä päde.

7.1.2 Jatkotutkimusehdotukset

Opinnäytetyömme tutkimus keskittyy ainoastaan poliisi (AMK) -tutkintoa suorittaviin, ja erityisesti ensimmäisten vuosien opiskelijoihin. Opinnäytetyömme ei siis käsittele poliisi (AMK) -tutkintoa suorittavia opintoja, jotka ovat tällä hetkellä työharjoittelussa tai jo valmistuneita poliisimiehiä. Jatkotutkimusehdotuksena esitämme, että samaa aihetta olisi hyvä tutkia myös työharjoittelua suorittavien poliisi (AMK) -tutkinnon opiskelijoiden osalta sekä vanhempien konstaapelien osalta. Tutkittavia aiheita voisi olla esimerkiksi:

- Millainen ihminen pärjää poliisi (AMK) -tutkinnon työharjoittelussa?
- Millainen ihminen on soveltuva poliisi (YAMK) -tutkintoon?
- Millainen ihminen pärjää poliisin työssä?

Lisäksi tutkimusta voisi kohdentaa vanhempien konstaapeleiden virassa olevien erilaisiin työnkuviin. Kaikki poliisi (AMK) -tutkinrossa valmistuneet eivät työskentele valvonta- ja hälytyssektorilla, vaan monet päätyvät esimerkiksi rikostutkintayksikköön, kuten rikostorjuntaan tai muihin rikostutkintaryhmiin. Jatkotutkimuksessa voisikin selvittää, millaiset henkilöt pärjäävät nimenomaan poliisiorganisaatiossa eri yksiköissä ja toiminnoissa.

7.2 Omia näkökulmia poliisi (AMK) -tutkinnossa pärjäämisestä

Poliisiammattikorkeakoulun opinnot tarjoavat laajan ja monipuolisen koulutuksen, joka antaa opiskelijoille tarvittavat taidot ja tiedot poliisin ammatin harjoittamiseen. Mielestämme poliisi (AMK) – tutkinnon suorittaminen on ollut monella tavalla haastavaa, mutta koimme myös paljon onnistumisen tunteita sekä opimme uusia tapoja selviytyä haastavista osa-alueista ja sitä kautta saimme paljon uutta näkökulmaa opinnoissa pärjäämiseen.

On tärkeää huomioida, että poliisikoulutus on vaativa ja haastava koulutus varmasti jollain tapaa kaikille poliisiopiskelijoille, mutta mielestämme jokainen poliisiopiskelija on yksilö ja opiskelijoiden kokemukset opintojen kuormittavuudesta voivat vaihdella suuresti keskenään.

Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijat tulevat erilaisista taustoista, ovat iältään, sukupuoleltaan, elämäntilanteeltaan sekä persoonaltaan erilaisia, ja tämä on otettava huomioon arvioitaessa opintojen kuormittavuutta ja opinnoissa jaksamista.

Poliisi (AMK) -tutkintoa suorittavat opiskelijat, jotka käyvät saman aikaisesti muita opintoja kokemuksiemme perusteella joutuvat soveltamaan muita enemmän opintoja omaan arkeensa ja pohtimaan aikataulutusta ja omaa jaksamista. Joillekin tämä voi olla tuttua ja useammat samanaikaiset opinnot saattavat mahtua hyvinkin omaan elämäntilanteeseen, eikä opinnoista aiheudu uupumusta tai ylikuormittavuuden tunnetta. On kuitenkin mielestämme normaalia, että useat samanaikaiset korkeakouluopinnot kuormittavat opiskelijaa, kun opintojen edetessä työmäärä kasvaa liian suureksi ja kuormitus kasvaa. Tällöin voi olla tärkeää tarkastella asiaa isossa mittakaavassa ja pohtia, onko useiden korkeakouluopintojen suorittaminen samanaikaisesti itselleen oikea vaihtoehto ja estääkö se poliisi (AMK) -tutkinnon suorittamista ja opinnoissa pärjäämistä.

Osa opiskelijoista on siirtynyt Poliisiammattikorkeakouluun suoraan toisen asteen opinnoista ja osalla voi olla yksi tai useampi aikaisempi korkeakoulu- tai muu tutkinto alla ennen poliisi (AMK) -tutkintoa. Aiemmat opinnot voivat vahvista opiskelijaidentiteettiä ja taitoa omaksua uutta tietoa ja edesauttavat uuden oppimista. Kaikella aikaisemmin opitulla ja koetulla on hyötyä poliisin ammatissa ja poliisi (AMK) -tutkinnossa.

Lisäksi osa opiskelijoista saattaa käydä samanaikaisesti muita opintoja poliisi (AMK) -tutkinnon kanssa. Aikaisemmat tutkinnot voivat edesauttaa opinnoissa pärjäämistä, kun opiskelija tuntee omat heikkoudet ja vahvuudet opiskelijana ja kykenee tasapainottamaan opinnot omaan arkeen ja jaksamiseen.

Lähipiirillä, kuten perheellä, ystävillä, opettajilla ja muilla tärkeillä ihmisillä voi olla merkittävä positiivinen vaikutus opiskelijan elämään ja opiskeluun. Tapoja, joilla lähipiiri voi mielestämme vaikuttaa opiskelijan elämään ja opiskeluun ovat esimerkiksi:

1. Tuki ja kannustus: Läheiset voivat tarjota emotionaalista tukea ja kannustusta, mikä auttaa opiskelijaa selviytymään haasteista ja ylittämään vaikeudet. Tämä voi auttaa opiskelijaa säilyttämään motivaationsa opintojensa suhteen.
2. Kokemuksen jakaminen: Läheiset voivat jakaa kokemuksiaan opiskeluun liittyen esim. antamalla neuvoja ja vinkkejä. Edellä mainitut asiat voivat auttaa opiskelijaa kehittämään parempia opiskelutaitoja ja strategioita, mikä auttaa häntä menestymään paremmin opinnoissaan ja löytämään itselleen oikean tavan opiskella.
3. Taloudellinen tuki: Läheiset voivat auttaa opiskelijaa taloudellisesti, esimerkiksi tarjoamalla rahallista tukea tai auttamalla opiskelijaa löytämään apurahoja tai muita rahoitusmahdollisuuksia. Tämä voi auttaa opiskelijaa keskittymään opiskeluunsa ja välttämään taloudellisia huolia.

Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoista osa saattaa tehdä töitä opintojen ohella. Työnteko voi auttaa rahoittamaan opintoja ja antaa mahdollisuuden hankkia työkokemusta ja oppia uusia taitoja. Päätimme listata asioita, joita kannattaa mielestämme ottaa huomioon, kun harkitsee työntekoa opintojen ohella:

1. Poliisiammattikorkeakoulun opintojen ja työn yhdistäminen vaatii tarkkaa aikataulutusta. On tärkeää varmistaa, että työaikataulu sopii yhteen opiskelujen kanssa, eikä työ vaikuta negatiivisesti opintojen sujumiseen.
2. On tärkeää tiedostaa, kuinka paljon työtä pystyy tekemään opintojen ohella. Liian suuri työmäärä opintojen ohella voi aiheuttaa stressiä ja vaikuttaa opintojen edistymiseen.
3. Työnteko voi vaikuttaa myös sosiaaliseen elämään ja vapaa-aikaan. On tärkeää varmistaa, että löytää tasapainon työn ja sosiaalisen elämän välillä ja pitää huolta omasta hyvinvoinnista.

Poliisi (AMK) -tutkinnossa fyysisen kunnon, ja sitä tukevien seikkojen kuten terveellisten elämäntapojen tärkeys kuitenkin korostuu. Poliisi (AMK) -tutkinnossa opiskelijan fyysisiä ominaisuuksia testataan erilaisilla kuntokokeilla, joilla varmistetaan, että opiskelijan fyysiset ominaisuudet ovat vaadittavalla tasolla.

Kokemuksiemme perusteella kyky tunnistaa omat heikkoudet ja vahvuudet auttavat poliisiopiskelijaa kohdistamaan tarvittavia toimia niihin osa-alueisiin, joissa poliisiopiskelija tarvitsee eniten keskittymistä. Omien vahvuuksien tunnistaminen luo itsevarmuutta ja pärjäämisen tunnetta opinnoissa sekä uralla etenemisessä. Lisäksi itsetuntemus avaa mahdollisuuksia uuden oppimiselle

ja itsensä kehittämiseksi. On kuitenkin tärkeää muistaa, että poliisin tehtävät ja roolit voivat vaihdella suuresti, joten erilaiset ominaisuudet ja taidot voivat olla tarpeen eri tilanteissa. Mielestämme tärkeintä kuitenkin on, että poliisi on sitoutunut suojelemaan yhteisöä, noudattaa eettisiä periaatteita ja on valmis jatkuvasti kehittämään taitojaan.

Aktiivinen ja itseohjautuva poliisiopiskelija mielestämme huolehtii omasta oppimisestaan ja on valmis tekemään töitä sen eteen. Aktiivisuus ja itseohjautuvuus auttavat poliisiopiskelijaa etenemään opinnoissaan haasteista huolimatta, ja pyytämään tarvittaessa apua.

LÄHTEET

Aho, E. & Matikainen, A. 2021: Korkeakouluopiskelijan hyvinvointi. Tampereen ammattikorkeakoulu. Sairaanhoidajakoulutus. AMK-opinnäytetyö.

Ahola, K. 2022: Stressinhallintaa ja palautumista. Poliisi (AMK) blogit. Polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/blogi/-/blogs/stressinhallintaa-ja-palautumista>

Ala-Mettälä, H. 2014: Naisten kunto on huonompi kuin miesten. Yle. Luettavissa: <https://yle.fi/a/37139542>

Anttila, P. 2014: Tutkimuksen taito ja tiedon hankinta. Metodix – Metoditietämystä kaikille. Luettavissa: <https://metodix.fi/2014/05/17/anttila-pirkko-tutkimisen-taito-ja-tiedon-hankinta/#9.2.2%20Sisällönanalyysi>

Huhtasaari, S. 2020: Iän ja viisauden korrelaatio? Uusi Suomi Blogit. Luettavissa: <https://puheenvuoro.uusisuomi.fi/saarahuhtasaari/ian-ja-viisauden-korrelaatio/>

Husu, P. 2022: Poliisikouluun ei saada enää riittävästi hyviä hakijoita – Useimpien sisäänpääsy kaatuu tähän samaan virheeseen. Aamulehti. Luettavissa: <https://www.aamulehti.fi/kotimaa/art2000009231656.html>

Jaako, H. 2020: Elämäntilanteet huomioivat työn ja perheen yhteensovittamisen malli: Perheystävälliset käytännöt erilaisissa elämäntilanteissa. OAMK. Oulun ammattikorkeakoulu. AMK-Opinnäytetyö.

Jukarinen, M. 2023: Mistä on hyvä koulupäivä tehty? Poliisi (AMK) blogit. Polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/blogi/-/blogs/mista-on-hyva-koulupaiva-tehty->

Karppinen, S: Miten edistää omaa hyvinvointia opinnoissa. Jyväskylän yliopisto. Luettavissa: <https://www.jyu.fi/fi/hakijalle/opiskelijatarinat/miten-edistaa-omaa-hyvinvointia-opinnoissa>

Klaus, 2022: Mikä on paras työ- tai koulutustausta Polamkiin? Poliisivalmennus blogit. Poliisivalmennus.fi. Luettavissa: <https://poliisivalmennus.fi/mika-on-paras-tyo-tai-koulutustausta-polamkiin/>

Köysti, K. 2014: Virkistävä ja ei virkistävä vapaa-aika. Tampereen yliopisto. Pro gradu -tutkielma.

Laitila, S. 2022: Pitkät päivät jaksaa hyvässä porukassa. Poliisi (AMK) opiskelijatarinat. Polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/sinin-tarina>

Leijo, L. 2020: Liikunta lisää laatua – taukoliikuntamalli Tampereen ammattikorkeakouluun. KAMK. Kajaanin ammattikorkeakoulu. AMK-Opinnäytetyö.

Liukko, K. 2022: Aikataulutuksen sietämätön keveys. Lab University of Applied Sciences. Luettavissa: <https://blogit.lab.fi/labfocus/aikataulutuksen-sietamaton-keveys/>

Muistiliitto: Muistin toiminta – län vaikutus muistiin. Luettavissa: <https://www.muistiliitto.fi/fi/aivot-jamuisti/muistin-toiminta/ian-vaikutus-muistiin>

Määrällinen tutkimus, 2015. KOPPA. Jyväskylän yliopisto. Luettavissa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/maarallinen-tutkimus>

Ojasalo, Moilanen, Ritalahti, 2015: Kehittämistyön menetelmät – uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Sanoma Pro.

Parsola, N. 2022: Äidistä tulee poliisi. Poliisi (AMK) blogit. Polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/blogi/-/blogs/-aidista-tulee-poliisi->

Pietilä, S: Kaikesta osaamisesta on hyötyä. Poliisi (AMK) blogit. Polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/sampsan-tarina>

Poliisiammattikorkeakoulu 2022a: Poliisi (AMK) -hakuvaatimukset, 2022a, polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/hakuvaatimukset>

Poliisiammattikorkeakoulu 2022b: Poliisiksi (AMK), 2022b, polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/poliisiksi-amk>

Poliisiammattikorkeakoulu 2022c: Poliisi (AMK) Soveltuvuuden arviointi, 2022c, polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/soveltuvuudenarviointi>

Poliisiammattikorkeakoulu 2022d: Poliisi (AMK) Tilastotietoa hakijoista, 2022d, polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/tilastotietoa-hakijoista>

Poliisiammattikorkeakoulu 2022e: Poliisi (AMK) -tutkinto (180 op) opetussuunnitelma 2022–2024, 2022e, polamk.fi. Tampere. Luettavissa: <https://polamk.fi/documents/25254699/37709942/Poliisi-amk-opetussuunnitelma.pdf/>

Poliisiammattikorkeakoulu 2022f: Poliisi (AMK) -tutkinnon opiskelijan opas 2022–2024, 2022f, polamk.fi. Tampere. Luettavissa: <https://polamk.fi/documents/25254699/37709942/Poliisi-amk-opiskelijan-opas.pdf/4699d36e-5769145c-80e3-1e823b084825/Poliisi-amk-opiskelijan-opas.pdf?t=1652681205631>

Poliisiammattikorkeakoulu 2022g: Poliisi (AMK) -tutkinnon rakenne, 2022g, polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/tutkinnon-rakenne>

Poliisiammattikorkeakoulu 2022h: Poliisi (AMK) -valintakoe, 2022h, polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/valintakoe>

Poliisiammattikorkeakoulu 2023: Poliisi (AMK) valintaperusteet, 2023, polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/documents/25254699/37709942/Poliisi-AMK-valintaperusteet.pdf/32636273-7ac9-7a2d-1456e6d98aa4aba5/Poliisi-AMK-valintaperusteet.pdf?t=1609837610802>

Salmivuori, R. 2023: Vain huippukuntoisia poliisiksi, kiitos? Poliisi (AMK) blogit. Polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/blogi/-/blogs/vain-huippukuntoisia-poliisiksi-kiitos->

Saukkonen, P. 2021: Aiheeseen perehtyminen. KOPPA, Jyväskylän yliopisto. Luettavissa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/tutkimusprosessi/aiheeseen-perehtyminen>

Suolanen, K. 2022: Noin joka viides poliisiksi hakeutuva on yli 31-vuotias – 50-vuotisjuhlia on järjestetty peruskoulutuksen aikana. Iltalehti. Luettavissa: <https://www.is.fi/kotimaa/art2000008678453.html>

TAMK, 2019: Opiskelumotivaatio. Tampereen yliopisto. Luettavissa: <https://www.tuni.fi/fi/opiskelijan-opas/kasikirja/uni/opiskelun-ja-hyvinvoinnin-tuki/opiskelutaidot-0/opiskelumotivaatio#>

TEPA-termipankki: Sanastokeskus. Termipankki.fi. Luettavissa: <https://termipankki.fi/tepa/fi/haku/elamantilanne>

Turunen, A. 2021: Lukiosta pohjaa poliisiopintoihin. Poliisi (AMK) blogit. Polamk.fi. Luettavissa: <https://polamk.fi/blogi/-/blogs/lukiosta-pohjaa-poliisiopintoihin>

YTHSa: Sosiaaliset suhteet. Luettavissa: <https://www.yths.fi/terveystieto/mielenterveys/sosiaalisetsuhteet/>

YTHSb: Stressinhallinta. Luettavissa: <https://www.yths.fi/terveystieto/mielenterveys/stressinhallinta/>