



## OPISKELUN IMUA?

Pedagogisen hyvinvoinnin ja korkeakouluorganisaation tarjoaman tuen merkitys opiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Sosiaali- ja terveysalan kehittämisen ja johtamisen tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä 6. Katja Kettunen	
Työn nimi OPISKELUN IMUA? Pedagogisen hyvinvoinnin ja korkeakouluorganisaation tarjoaman tuen merkitys opiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen	
Päiväys	6.5.2025
	51/2
Yhteistyötaho Savonia-ammattikorkeakoulu	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opintojen keskeyttämistä on tutkittu laajasti, mutta aihe säilyy ajankohtaisena yhteiskunnallisten ja työelämän muutosten vuoksi. Tutkimuksessa tarkasteltiin korkeakouluopiskelijoiden opintoihin sitoutumista sekä Savonia-ammattikorkeakoulun tarjoaman tuen yhteyttä opintojen etenemiselle. Työ toteutettiin osana Savonian "Moni-Tori – monipaikkaisen opiskelun tuki" -hanketta, jonka tavoitteena oli kartoittaa oppimisvajeeseen liittyviä tukipalvelutarpeita, tavoittaa koronapandemian aikana opintonsa keskeyttäneitä opiskelijoita sekä saada heidät kiinnittymään opintoihin. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys pohjautui pedagogisen hyvinvoinnin, oppimisen ja osaamisen johtamisen, ohjauksen sekä opiskelun imun ja minäpystyvyyden teorioihin. Keskeisiä käsitteitä olivat opiskelun imu, minäpystyvyys, opiskelukyky, ohjaus ja osaamisen johtaminen. Opiskelun imu viittaa tarmokkuuteen, omistautumiseen ja uppoutumiseen, jotka edistävät oppimista. Minäpystyvyys puolestaan kuvaa uskoa omaan kykyihinkin selviytyä opiskelutehtävistä.</p> <p>Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena tutkimuksena, jossa hyödynnettiin Webropol-kyselyä. Kysely suunnattiin Savonian sosiaali- ja terveysalan sekä rakennusalan toisen ja kolmannen vuoden opiskelijoille. Tulokset osoittivat, että opiskelijat kokivat opintonsa itselleen merkityksellisiksi ja lähes kaikki olivat edenneet opinnoissaan suunnitelmiansa mukaan. Opiskelijoilla oli yleisesti hyvät opiskelutaidot ja korkea minäpystyvyys – he eivät myöskään luovuttaneet helposti. Kuitenkin lähes puolet opiskelijoista koki epävarmuutta omista kyvyistään, ja monilla oli puutetta voimavaroista opiskeluun. Henkilökohtaisessa elämässä läheiset ihmissuhteet sekä oma asenne ja motivaatio olivat tärkeimpiä opintojen etenemistä tukevia tekijöitä. Organisaation tarjoaman tuen osalta opettajien antama tuki, neuvot ja vuorovaikutus koettiin erittäin tärkeiksi. Kehittämistarpeina esiin nousivat ohjauksen selkeys, aikataulutukset sekä tiedonsaanti tukipalveluista. Huomionarvoista oli, että lähes neljännes opiskelijoista ei tiennyt, mitä tukea oli saatavilla. Tulokset osoittivat myös eroja opiskelualojen ja sukupuolten välillä; sotealan opiskelijat kokivat saaneensa vähemmän tukea, ja heillä oli vähemmän voimavaroja verrattuna teknisen alan opiskelijoihin ja miehiin.</p> <p>Tutkimuksessa todettiin, että opintojen etenemisen kannalta on tärkeää huomioida opiskelijoiden hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Jatkotutkimusehdotuksena ehdotetaan aihepiiriä, jossa tarkasteltaisiin sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden kokeman tuen ja voimavarojen puutteen taustatekijöitä.</p>	
Avainsanat Opiskelun imu, pedagoginen hyvinvointi, minäpystyvyys, opiskelukyky, opintojen ohjaus, osaamisen johtaminen	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Master's Degree Programme in Management and Development for Social and Health Care Professionals	
Author Katja Kettunen	
Title of Thesis STUDY ENGAGEMENT? The significance of pedagogical well-being and the support provided by the higher education organisation for students' commitment to their studies	
Date 6.5.2025	Pages/Appendices 51/2
Client Organisation /Partners Savonia University of Applied Sciences	
<p><b>Abstract</b></p> <p>Early school leaving has been widely studied, but the topic remains topical due to changes in society and working life. The study examined the commitment of higher education students to their studies and the relationship between the support provided by Savonia University of Applied Sciences and the progress of their studies. The work was carried out as part of Savonia's "MoniTorii - support for multi-site learning" project, which aimed to identify the support service needs related to the learning gap, to reach students who dropped out during the interest rate pandemic and to get them to stick to their studies. The theoretical framework of the study was based on the theories of pedagogical wellbeing, learning and competence management, guidance, and learning satisfaction and self-efficacy. The key concepts were suction, self-efficacy, learning ability, guidance and competence management. Learning enthusiasm refers to the drive, dedication and immersion that contribute to learning. Self-efficacy, on the other hand, describes the belief in one's own ability to cope with learning tasks.</p> <p>The study was conducted as a quantitative research using a Webropol survey. The questionnaire was addressed to second and third year students of social and health care and construction at Savonia. The results showed that students perceived their studies as meaningful to them and almost all of them had progressed in their studies according to their plans. Students generally had good study skills and a high level of self-reliance - they also did not give up easily. However, almost half of the students felt insecure about their own abilities, and many lacked the resources to study. In their personal lives, close relationships and their own attitude and motivation were the most important factors in helping them to progress in their studies. In terms of organisational support, teachers' support, advice and interaction were perceived as very important. The clarity of guidance, scheduling and access to information about support services were identified as areas for improvement. It was noteworthy that almost a quarter of students did not know what support was available. The results also showed differences between fields of study and gender, with students in the science sector feeling less supported and having fewer resources compared to students in the engineering sector and men.</p> <p>The study found that a holistic approach to students' well-being is important for progression in their studies. As a further research proposal, it is suggested that a thematic area be explored to examine the determinants of the lack of support and resources experienced by students in the social and health care sector.</p>	
<p><b>Keywords</b></p> <p>Study engagement, pedagogical well-being, self-efficacy, study ability, academic guidance, competence management</p>	

## SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	5
2	PEDAGOGINEN HYVINVOINTI .....	6
2.1	Työn ja opiskelun imu osana pedagogista hyvinvointia .....	6
2.2	Minäpystyvyys ja opiskelukyky osana opiskelijan arkea .....	8
3	OPINTOIHIN SITOUTUMISEN TUKEMINEN OPPILAITOSORGANISAATIOSSA .....	10
3.1	Oppimisen, osaamisen ja hyvinvoinnin johtaminen .....	10
3.2	Opetus- ja ohjaussuunnitelmat.....	12
3.3	Ohjauksen merkityksestä opintojen etenemisen kannalta .....	13
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	15
4.1	Tutkimusmenetelmä .....	15
4.2	Aineiston keruu viitekehyksen ohjaamana .....	16
4.3	Kohdejoukko.....	18
4.4	Aineiston käsittely ja analysointi.....	18
5	TUTKIMUSTULOKSET .....	21
5.1	Pedagoginen hyvinvointi vaikuttaa opintoihin sitoutumiseen .....	21
5.2	Korkeakouluorganisaation antama tuki vaikuttaa opintoihin sitoutumiseen.....	32
6	POHDINTA.....	37
6.1	Tulosten tarkastelua .....	37
6.2	Tutkimuksen luotettavuuden arviointi.....	43
6.3	Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimus- sekä kehittämissuositukset.....	45
	LÄHTEET .....	48
	LIITE 1: ALKUPERÄISET MITTARIT JA VÄITTÄMÄT .....	52
	LIITE 2: WEBROPOL-KYSELYLOMAKE .....	55

## 1 JOHDANTO

Kajastus (2024) kertoo tutkimuksessaan, että joka lukuvuosi jopa yli 15 % opiskelijoista eroaa oman alansa opinnoista joillakin ammatillisen koulutuksen aloilla (Vehviläinen 2019). Oppilaitoksissa on tärkeää kiinnittää huomiota opiskelijoiden opintoihin kiinnittymisen edellytyksiin, joten on keskeistä tunnistaa tekijöitä, jotka ovat yhteydessä alanvaihtoaikaisiin. Lisäksi on hyvä pohtia, mihin näistä tekijöistä on mahdollista vaikuttaa. (Kajastus 2024, 34, 46.) Vaikka syitä siihen, miksi joidenkin opiskelijoiden opinnot etenevät ja toisten keskeytyvät, on tutkittu paljon (Rautopuro ym. 2011), on aihe edelleen ajankohtainen ja kiinnostava. Muutokset korkeakouluissa luovat uusia haasteita opintojen etenemiselle. Kuitenkin opintojen saaminen valmiiksi on luonnollisestikin lähtökohtainen tavoite opiskelulle. Opintojen keskeyttämistä voidaan ajatella työntövaikutuksena ja opinnoissa kiinnittymistä vetovaikutuksena. (Rautopuro ym. 2011, 38.) Oppilaitoksen henkilökunta on nuorten opiskeluhuvinvoinnin kannalta merkittävässä roolissa. Lisäksi heillä on tärkeä tehtävä nuorten terveyden ja voimavarojen tunnistamisessa. Etenkin ne nuoret, joilla on hyvinvoinnin ongelmia sekä puutteita sosiaalisissa suhteissa, tulisi huomioida. Opiskelijoiden ja opettajien välistä vuorovaikutusta pitää kehittää koko koulutuksen aikana. (Suvanto, Siira, Kaakinen, Männikkö & Ruotsalainen 2020, 42.)

Nykyään ihmiset elävät jatkuvien muutosten keskellä. Muutokset voivat tuoda mukanaan merkittäviä haasteita ja koetella ihmisten kykyä uudistua. On tärkeää, että kaiken muutoksen keskellä huomioidaan jokaisen yksilön jaksaminen ja hyvinvointi. (Sydänmaalakka 2009, 20.) Opiskelun sujuva eteneminen vaatii huolenpitoa ja oikeanlaista johtamista myös oppilaitokselta. Jokaisen opiskelijan tulee saada tarvitsemansa tuki opintojen sujuvan etenemisen varmistamiseksi. Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että opiskelijoiden aiemmat käsitykset ja kokemukset koulusta ovat yhteydessä myös myöhemmän elämän tuloksiin (Salmela-Aro & Upadyaya 2014, 138). Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan pedagogista hyvinvointia ja oppilaitosorganisaation antamaa tukea korkeakouluopiskelijoille.

Opinnäytetyön aiheen valintaan vaikutti tutkijan ammatti erityisopettajana, ja aiheen toivottiin sijoittuvan sotealan ja kasvatus- ja opetusalan rajapintaan. Opinnäytetyön idea selkiytyi Savonian ”Moni-Tori -monipaikkaisen opiskelun tuki” -hankkeen tiimoilta. Hankkeen tavoitteena oli selvittää ja kartoittaa oppimisvajeesta aiheutuneita oppimisen tuen palvelutarpeita sekä tavoittaa koronapandemian aikana opintonsa keskeyttäneet sekä saada heidät mahdollisuuksien mukaan kiinnittymään uudelleen opintoihin. Hanke toimii tässä tutkimuksessa toimeksiantajana. Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkimuksen keinoin tuottaa tietoa opintoihin sitoutumisen, opiskeluhuvinvoinnin, osaamisen johtamisen ja minäpystyvyyden merkityksestä opinnoissa etenemiseen sekä siihen, miten kouluorganisaatio voisi tukea entistä paremmin opiskelijoita. Opinnäytetyössä tutkitaan tekijöitä, jotka ovat yhteydessä korkeakouluopiskelijoiden opiskelun imuun eli siihen, mitkä tekijät saavat opiskelijat suorittamaan tai keskeyttämään opintonsa. Lisäksi tutkitaan sitä, millaiset opiskelijan oman korkeakouluorganisaation opiskelun ohjauksen ja tukemisen tavat ovat jo toimivia, ja mitä pitäisi vielä kehittää.

## 2 PEDAGOGINEN HYVINVOINTI

Pedagoginen hyvinvointi on merkittävä asia oppilaitosorganisaatioissa sekä myös opiskelijoiden arjessa. Meriläinen, Lappalainen & Kuittinen määrittelevät pedagogista hyvinvointia käsitteiden ”pedagogiikka” ja ”hyvinvointi” kautta. Pedagogiikka on heidän mukaansa saanut aikojen kuluessa useita eri merkityksiä. Käsitteen alkulähteillä kreikan kielessä pedagogiikalla on tarkoitettu poikien kasvatamista ja ohjaamista, sittemmin käsite on laajentunut tarkoittamaan esimerkiksi sekä kasvatusta koskevaan oppiin (didaktiikka) kuin kasvatusajatteluun ja käytännön kasvatustoimintaan. Myöskään hyvinvoinnin määrittelemisen ei ole aivan yksinkertaista, mutta yksi perinteinen malli on ajatella hyvinvointia ihmisen sosiaalisen, henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin kokonaisuutena. Onnellisuus, tyytyväisyys elämään sekä positiivinen mieliala ovat hyvinvoinnin laajasti näkyviä ilmentymiä. Pedagogiikka voidaan siis tarkastella myös hyvinvoinnista käsin. (Meriläinen, Lappalainen & Kuittinen 2008, 7–8.)

Ahtola puolestaan kertoo, että psyykkisellä hyvinvoinnilla ja oppimisella on vakuuttava yhteys. Oppilaiden psyykkinen hyvinvointi lisääntyy, kun he pärjäävät koulussa hyvin. Lisäksi Ahtola kertoo Ruotsin kuninkaallisen tiedeakatemian tekemästä tutkimuskatsauksesta (Gustafsson ym. 2010), jonka mukaan 1) koulumenestyksen voidaan todeta liittyvän psyykkiseen terveyteen ja hyvinvointiin, 2) koulumenestyksen vaikuttavan positiivisesti oppilaiden itsetuntoon ja 3) itsetuntoon liittyvien seikkojen (kuten motivaatio ja hallinnan tunne) vaikuttavan oppimiseen ja koulusuorituksiin. Katsauksessa jatketaan, että myös hyvät suhteet opettajiin ja ystäviin ehkäisevät psyykkistä pahoinvointia, ja että huono koulumenestys ja psyykkinen pahoinvointi voivat muodostaa itseään kiihdyttävän negatiivisen kierteen. (Ahtola 2016, 304.) Sekä Meriläisen ym. että Ahtolan tutkimuksissa on nostettu esiin samoja pedagogisen hyvinvoinnin elementtejä kuin tässä tutkimuksessa. Lisäksi tässä tutkimuksessa käsitellään pedagogista hyvinvointia työn ja opiskelun imun, minäpystyvyyden sekä opiskelukyvyn käsitteiden kautta.

### 2.1 Työn ja opiskelun imu osana pedagogista hyvinvointia

Työn imua kuvataan myönteisen tunnetilana, jota luonnehtii tarmokkuus, omistautuminen ja uppoutuminen. Työhönsä sitoutuneet työntekijät ovat täynnä energiaa, ja he ovat omistautuneet työlleen sekä uppoutuvat työtehtäviinsä. (Hakanen 2009, 9; Bakker 2011, 265–269.) Opintoihin sitoutumisen on todettu kiinnostavan yhä enemmän, koska se on yhteydessä oppimiseen. Sitoutuneita opiskelijoita kuvaillaan itsevarmemmiksi akateemisten taitojensa suhteen ja heidän mukaansa sitoutuneet opiskelijat arvostavat koulutyötä ei-sitoutuneita opiskelijoita enemmän (Wang & Eccles 2013, 13, 466.) Hakanen (2009, 49) tarkentaa, että uppoutumisella ei tarkoiteta hetkellistä ”flown” kaltaista huippukokemusta, vaan pysyvämpää ja laajemmalle levittäytyvää tilaa. Hänen mukaansa uppoutuminen ei myöskään kohdistu mihinkään yksittäiseen tapahtumaan tai asiaan, eikä myöskään tiettyyn yksilöön tai tiettyyn käyttäytymiseen.

Tarmokkuutta voidaan kuvata energisyyden ja lannistumattomuuden kokemuksina työssä sekä siinä, miten yksilö haluaa paneutua työhönsä. Tarmokkuutta on lisäksi sinnikkyys ja ponnistelut myös vastoinkäymisissä. Henkilö, joka saa korkeat pisteet tarmokkuudessa, on useimmiten energinen, innostunut ja sisukas työssään. Omistautumisen kuvataan olevan kokemuksia työn merkityksellisyydestä ja haasteellisuudesta. Lisäksi omistautuminen on innokkuutta, inspiraatiota ja ylpeyttä

työstä. Korkeat pisteet saava henkilö samastuu työhönsä ja kokee työnsä merkityksellisenä, inspiroivana ja haastavana. Uppoutumista kuvataan puolestaan syvänä keskittyneisyyden tilana sekä paneutuneisuutena työhön. Uppotumista on myös keskittymisestä ja paneutumisesta saatu nautinto. Aika kuluu nopeasti, kun on uppoutunut työn tekemiseen ja työstä voi olla vaikea irrottautua. (Hakanen 2009, 9–11.) Parhaimmillaan opiskelu vie mukanaan, tällöin opiskelun imu on sopivassa suhteessa opintojen vaatimuksiin nähden.

Tutkimuksissa on tunnistettu useita tekijöitä, jotka vahvistavat työn imua. Nämä tekijät voidaan jakaa kahteen ryhmään: työhön liittyviin ja työn ulkopuolisiin tekijöihin. Työvoimavarat voivat vastaavasti olla sekä sisäisesti motivoivia tai ulkoisesti vaikuttavia. Sisäisesti motivoivat voimavarat tukevat työntekijän henkilökohtaista kasvua, oppimista ja kehittymistä, kun taas ulkoiset voimavarat ovat erityisen tärkeitä työtavoitteiden saavuttamisen kannalta. Näitä tekijöitä ovat esimerkiksi voimavarat, jotka koskevat työtä ja työoloja sekä työasemassa tapahtuvat muutokset. (Bakker 2011, 265–269; Hakanen 2009, 11–12.) Lisäksi muita työhön liittyviä voimavaroja ovat yksilöiden väliset sitoutumiset, jokaisen yksilölliset voimavarat sekä se, miten yksilö palautuu työpäivän jälkeen. Myös rikastava vuorovaikutus kotona ja töissä sekä muut myönteiset interventiot liittyvät työn voimavaroihin. Oletetaan, että työn imu on vahvimmin yhteydessä nimenomaan työhön liittyviin voimavaroihin. Tällä tarkoitetaan tekijöitä, jotka auttavat saavuttamaan työn tavoitteet sekä vähentämään työssä koettuja vaatimuksia. (Hakanen 2009, 11–12.) Myös Bakkerin (2011, 265–269) mukaan useat tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet sen, että työvoimavaroilla ja työhön sitoutumisella on vahva yhteys.

Työhön liittyvät voimavarat toimivat niin sanottuina "energisaattoreina", jotka vahvistavat sekä sisäistä että ulkoista motivaatiota. Näiden voimavarojen esiintyminen ja merkitys voivat vaihdella työtehtävän ja organisaation kontekstin mukaan. Tällaisia voimavaroja voivat olla esimerkiksi työn tuloksellisuus, yksilön mahdollisuudet kehittyä työssään, työn itsenäisyys, työyhteisön ja esihenkilön tarjoama tuki sekä työilmapiiri, joka on kannustava, perheystävällinen ja kehitysorientoitunut. (Hakanen 2009, 12.) Useat tutkimukset korostavat työn voimavaratekijöiden merkitystä työntekijän hyvinvoinnin kannalta. Johtamisen kannalta tulisikin kiinnittää huomiota siihen, että työn tekemisen mahdollisuudet vastaavat työntekijän tarpeita.

Työhön liittyvät voimavarat voidaan jollain tasolla rinnastaa opiskeluun. Sanotaanhan, että opiskelu on opiskelijan työtä. Myös Salmela-Aro ja Upadyaya (2014, 137) toteavat tutkimuksessaan, että opiskelun voimavarat ja minäpystyvyys vaikuttivat positiivisesti opintoihin sitoutumiseen ja negatiivisesti opiskelu-uupumukseen. Myös Lindblad (2017, 21) kertoo sitoutuneiden opiskelijoiden saavan parempia arvosanoja ja sopeutuvan paremmin koulunkäyntiin sekä sen jälkeiseen elämään. Liiallisiksi koetut vaatimukset johtavat opiskelu-uupumukseen. Voimavaratekijät puolestaan auttavat opiskelijaa sitoutumaan opinnoissa sekä auttavat saavuttamaan tyytyväisyyttä elämässä opintojen jälkeenkin (Salmela-Aro & Upadyaya 2014, 146). Rautapuro kertoo Bergenhenegouwenin (1987) esittäneen, että se, miten korkeakouluopiskelijat kokevat tutkinnon ja opintojensa arvot, vaikuttaa ratkaisevasti korkeakouluopintojen keskeyttämiseen. Kuitenkin nämä kokemukset ovat aina yksilöllisiä. Keskeyttämisajatukset kuitenkin helposti lisääntyvät, jos opiskelijat kokevat ristiriitaa omien tavoitteiden, orientaatioiden ja omien arvostusten välillä. (Rautapuro ym. 2011, 43.)

Opintojen hitaan etenemisen yhteyksiä keskeyttämisriskeihin ei ole juurikaan aiemmin tutkittu. Voidaan kuitenkin alustavasti ajatella, että opintojen hidas käynnistyminen ennustaa myös suurta riskiä keskeyttää opinnot tai jopa luopua niistä kokonaan. Korhonen ja Hietava (2011) kuvailevat erilaisia

ongelmia, jotka hidastavat opintojen etenemistä tarkoituksettomasti. Näitä ongelmia ovat esimerkiksi työskentely opintojen ohella, motivaation puute, omaan hyvinvointiin liittyvät asiat sekä ihmissuhteet opiskeluympäristössä ja omassa lähipiirissä. Myös vaikeudet ajan hallinnassa ja itsenäisessä työskentelyssä näkyvät heikentyneenä otteena opinnoissa. (Rautopuro ym. 2011, 52.) Opintoihin sitoutumiseen vaikuttavat myös muut asiat. Esimerkiksi muut ihmiset, kuten opettajat, perhe ja kaverit. Myös kouluympäristöllä ja luokan ilmapiirillä on merkitystä, kuten myös opiskelijan persoonaan liittyvillä ominaisuuksilla, akateemisella menestyksellä ja hyvinvoinnilla. (Salmela-Aro & Upadyaya 2013, 137). Opintoihin kiinnittyminen kannattaa ajatella prosessina. Opintoihin kiinnittymiseen tai opinnoista eroamiseen liittyy vähitellen kehittyviä käyttäytymisen ja tunnetason ulottuvuuksia. Opetuksen avulla voidaan osallistaa opiskelijoita, ja sitä kautta auttaa heitä kiinnittymään opintoihinsa. (Niitty-lahti 2021, 31.)

## 2.2 Minäpystyvyys ja opiskelukyky osana opiskelijan arkea

Kunttu (2011, 34) kertoo opiskelukyvyn olevan opiskelijan työkykyä. Tämä korkeakouluissa ja opiskelijajärjestöissä käytetty opiskelukykymalli (Kuva 1) on Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) ylläpitäjä Kristina Kuntun ja Työterveyslaitoksen kehittämä. Malli pohjautuu työkykymalliin ja se koostuu yksilöä ja ympäristöä koskevista neljästä ulottuvuudesta. Opiskelukykyä määritellään neljän elementin avulla. Nämä elementit ovat opiskelijan omat voimavarat, opiskelutaidot, opiskeluympäristö ja opetustoiminta. Kuntun mukaan opiskelukyky on monitahoinen kokonaisuus, jossa osatekijät vaikuttavat myös toisiinsa. Esimerkiksi motivaatio-ongelmissa hyvä opetus ja hyvä opiskeluyhteisö tukevat opiskelua, tai hyvät opiskelijan voimavarat auttavat suoriutumaan, jos opiskelutaidot ovat puutteellisempia. Kunttu korostaa opetuksen ja ohjauksen merkitystä yhtenä merkittävänä rakentavana tekijänä opiskelukyvylle. Myös kokemus elämänhallinnasta, omien voimien ja taitojen riittävydestä sekä sosiaalinen tuki ovat tärkeitä hyvinvoinnin ja opiskelukyvyn tekijöitä. (Kunttu 2011, 34–35.)



Kuva 1. Opiskelukykymalli (YTHS 2024).

Minäpystyvyys tarkoittaa yksilön uskomuksia omista kyvyistään suoriutua tehtävistä ja saavuttaa tavoitteita. Albert Banduran (1977) mukaan minäpystyvyys ohjaa käyttäytymistä, päätöksentekoa ja sitoutumista tavoitteisiin. Se ilmenee eri elämäalueilla, kuten opiskelussa, työssä, liikunnassa ja terveydessä. Korkea minäpystyvyys vahvistaa motivaatiota, lisää sinnikkyyttä ja parantaa vastoinikäymisten sietokykyä, kun taas heikko minäpystyvyys voi heikentää suoriutumista riippumatta todellisista kyvyistä. Koska minäpystyvyydellä on useita ulottuvuuksia, siihen liittyvät uskomukset ohjaavat yksilön käyttäytymistä ja päätöksentekoa. Bandura korostaa, että yksilöt toimivat aktiivisina toimijoina oman elämänsä suunnittelussa. Minäpystyvyys kuvastaa yksilön käsitystä kyvystään suunnitella ja toteuttaa toimenpiteitä tavoitteen saavuttamiseksi. Uskomukset omasta suoriutumiskyvystä vaikuttavat merkittävästi opiskelijoiden ja muiden yksilöiden toimintaan. Vaikka henkilöt omaisivat samanlaiset kyvyt, heidän suoriutumisensa vaihtelee riippuen siitä, miten vahvasti he uskovat kykyihinsä. Korkean minäpystyvyyden omaavat henkilöt tarttuvat helpommin haasteisiin, työskentelevät sitkeämmin ja kestävät vastoinkäymisiä paremmin kuin ne, joiden minäpystyvyys on heikko. (Bandura 1977, 12, 158–159, 215.)

Niillä oppilailla, joilla on oppimisen vaikeuksia, voi olla myös muita akateemisia vaikeuksia. Heidän vaikeutensa näyttäytyvät enemmän alisuoriutumisena kuin yleisesti matalana suoritustasona. Oppimisvaikeuksia omaavien oppilaiden positiiviset minäpystyvyysuskomukset eivät välttämättä johdakaan samanlaiseen akateemiseen nosteeseen kuin opiskelijoilla ilman oppimisvaikeuksia. (Lindblad 2017, 19.) Lindbladin mukaan oppimisvaikeuksia omaavien oppilaiden minäpystyvyysuskomukset voivat onnistumisen sijaan johtaa huonoon valmistautumiseen ja asioiden tehoon hoitamiseen. Koska arviot omasta minäpystyvyydestä ovat metakognitiivisen tietoisuuden toimintaa, voivat ne vaikuttaa myös vajaaseen käsitykseen omista vahvuuksista ja heikkouksista. Oppilailla, joilla on oppimisvaikeuksia, on haasteita muillakin metakognition osa-alueilla. Heillä saattaa olla vaikeuksia keskittymisen, suunnittelun ja motivaation kanssa sekä vaikeuksia analysoida tehtäviä. Lisäksi heidän on yleisemmälläkin tasolla vaikea tunnistaa omat vahvuutensa ja heikkoutensa. (Lindblad 2017, 20.)

Terveyden ja hyvinvoinnin käsitteet ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa, ja niiden määrittelyä sekä vuorovaikutusta on tutkittu muun muassa psykologian, sosiologian, taloustieteen, kansanterveyden ja lääketieteen alueilla. Näiden käsitteiden yhteydessä puhutaan usein myös elämänlaadusta. Hyvinvointia voidaan tarkastella joko yksilön tai laajemman yhteisön näkökulmasta. Sen mittaaminen voi tapahtua subjektiivisesti tai objektiivisesti, ja mittareissa voidaan painottaa joko ulkoisia olosuhteita tai yksilön omia kokemuksia elämästään. Yhteiskunnassa voidaan olla kiinnostuneita myös niistä järjestelmistä, joiden oletetaan edistävän hyvinvointia yhteisön tasolla. Hyvinvointi liitetään toisaalta tarpeisiin ja toisaalta resursseihin. Tämän lisäksi hyvinvointia saatetaan tarkastella myös negatiivisesta näkökulmasta, eli usein ongelmien, pahoinvoinnin ja sairauksien puuttumisena. (Konu 2002, 10–11.) Opiskelijan pedagoginen hyvinvointi, minäpystyvyys ja opiskelukyky muodostuvat useista eri osa-alueista, ja näitä käsitteitä onkin vaikea erottaa täysin toisistaan. Opiskelijan hyvinvointi on subjektiivinen ja kontekstisidonnainen asia, jossa eri tekijät limittyvät toisiinsa. Tästä syystä on hyvä muistaa tarkastella pedagogista hyvinvointia myös useasta eri näkökulmasta.

### 3 OPINTOIHIN SITOUTUMISEN TUKEMINEN OPPILAITOSORGANISAATIOSSA

Opintojen ojauksen ja opiskelijoiden tukemisen merkitys tiedostetaan myös yhteiskunnallisella tasolla. Tällä hetkellä opetus- ja kulttuuriministeriössä on käynnissä oppimisen tukijärjestelmän uudistaminen sekä esi- ja perusopetuksessa, lukiokoulutuksessa että ammatillisessa koulutuksessa. Eduskunta on hyväksynyt myös lainsäädännön ammatillisen koulutuksen oppimisen tuen uudistuksesta jo viime vuoden lopulla. Ammatillisen koulutuksen lakimuutos astuu voimaan 1.8.2026. Oppimisen tuen uudistuksen keskeisenä tavoitteena on selkiyttää tuen rakenteita ja vahvistaa tuen jatkuvuutta esiopetuksesta toisen asteen koulutukseen. Uudistuksen myötä oppimisen tuki integroidaan osaksi tutkintoon johtavaa koulutusta, ja se sisältää sekä opettajien tarjoamaa tukiovetusta että opetus- ja ohjaushenkilöstön antamaa pedagogista ja ohjauksellista tukea. Lisäksi opiskelijalla on oikeus saada erityistä tukea myös työpaikalla tapahtuvan koulutuksen aikana. (OPH 2025.)

Myös koulutuksen aiemmat muutokset, kuten ammatillisen koulutuksen reformi (OKM 2018) ja oppivelvollisuuden laajentaminen (OKM 2021), ovat vaikuttaneet merkittävästi opiskelijoiden opintoihin kiinnittymiseen ja etenemiseen. Ammatillisen koulutuksen reformi toi mukanaan joustavampia opiskelupolkuja, työelämälähtöisyyttä sekä osaamisperusteisuutta. Tämä tarkoittaa, että opiskelijat voivat edetä opinnoissaan yksilöllisten suunnitelmien mukaan ja aiemmin hankittu osaaminen voidaan tunnistaa ja tunnustaa osaksi tutkintoa. Toisaalta itsenäisempi opiskelutapa ja suurempi vastuu omasta oppimisesta voivat haastaa opiskelijoita, joilla on heikommat itseohjautuvuuden taidot tai jotka tarvitsevat enemmän tukea opinnoissaan. Oppivelvollisuuden laajentaminen puolestaan velvoittaa nuoret opiskelemaan pidempään, mikä on lisännyt painetta löytää mielekäs ja motivoiva opiskelupolku jokaiselle. Opintoihin kiinnittymistä tukevat vahvasti yksilöllinen ohjaus, oppimisympäristöjen joustavuus ja työelämäyhteistyö.

#### 3.1 Oppimisen, osaamisen ja hyvinvoinnin johtaminen

Jo lasten oikeuksien julistuksessa nostetaan esiin sekä koulutuksen että terveyden merkitys lasten elämässä (UN 1989). Sen jälkeen useat muutkin tahot (esimerkiksi Maailman terveysjärjestö WHO 1986, Jakartan julistus 1997) ovat tuoneet esiin niitä areenoita, joissa lasten ja nuorten terveydelle luodaan edellytyksiä. Koulu on yksi tällainen paikka. (Konu 2002, 26.) Painopiste kouluterveydenhuollosta ja terveystkasvatuksesta on siirtynyt pikkuhiljaa kokonaisvaltaisemman hyvinvoinnin huomiointiin. Nykyisin hyvinvointi huomioidaan myös opetussuunnitelmissa, kuntastrategioissa sekä erilaisissa hyvinvointisuunnitelmissa. Kuntalain (410/2015) mukaan hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on kunnan tehtävä (THL 2023, verkkojulkaisu). Myös strategisen johtamisen tärkeys on nousut esiin monissa organisaatioissa, sillä uudet trendit ja ilmiöt haastavat nykyisiä työskentelytapoja. Strategiaa pidetään keskeisenä tekijänä organisaation selviytymisen kannalta. Strategian kehittäminen on tiiviisti sidoksissa johtajuuteen, sillä todellinen johtaja luo vision ja tekee strategisia päätöksiä organisaatiossa. Eri johtamismallit, kuten henkilöstöhallinta, tiedonhallinta ja laadunhallinta, perustuvat organisaation strategiaan, ja henkilöstöpolitiikan tulee tukea tätä strategiaa. Tiedonhallinnassa strategian tuntemus on myös keskeinen lähtökohta tiedon tarpeiden tunnistamiselle ja hallinnalle. Strategia toimii siten perustana muille johtamistoiminnoille. (Bruijn 2010, 46.)

Osaaminen voidaan määritellä erityisiksi tiedoiksi ja taidoiksi, joita yksilö kykenee soveltamaan taroituksenmukaisesti asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi. Osaamisen soveltaminen vaihtelee tilanteen mukaan, ja työelämässä se ilmenee työn edellyttämien tietojen ja taitojen hallintana sekä

niiden käytäntösovelluksina. (Virtainlahti 2008, 23.) Osaamisen johtaminen puolestaan kattaa kaikki ne toimenpiteet, joilla organisaation toiminta- ja kilpailukykyä ylläpidetään ja kehitetään hyödyntämällä sen osaamispääomaa. Sen keskeisenä tavoitteena on varmistaa, että organisaatio kykenee saavuttamaan strategiset päämääränsä. Osaamisen johtaminen käsittää osaamisen vaalimisen, hankkimisen, uudistamisen ja systemaattisen kehittämisen. (Viitala 2008, 14.) Osaamisen johtamista ei kuitenkaan voida pitää oppimisen johtamisen synonyymina. Osaaminen on luonteeltaan staattisempaa ja ajan myötä hiipuvaa; se tukee olemassa olevien resurssien ja prosessien ylläpitämistä. Siinä painottuu suorituskeskeisyys sekä jo hankitun tiedon hyödyntäminen. Oppiminen sen sijaan on jatkuvasti kehittyvä ja dynaaminen prosessi, joka edellyttää vuorovaikutteista toimintaa, innovointia ja uusien ajatusten tuottamista. Näin ollen osaamisen ja oppimisen johtaminen eroavat toisistaan sekä luonteeltaan että prosessien tasolla. (Ryky 2022, 9–10.) Opiskelijoiden eteneminen opinnoissaan on selkeä oppilaitoksen tavoite. Ohjaavat opettajat vastaavat oikeanlaisen tiedon antamisesta sekä mahdollistavat opiskelijoiden oppimista sekä auttavat opiskelijoita hyödyntämään jo olemassa olevaa tietotaitoa. Lisäksi he ohjaavat oppimista oikeaan suuntaan jokaisen oppilaan omien tavoitteiden mukaisesti.

Tietotyöhön ja sen käytännön menetelmiin vaikuttaa työntekijän kyky hankkia ja omaksua uutta informaatiota, sekä työstää ja välittää informaatiota eteenpäin. Tietotyötä tehdään informaatorikaassa ja monikanavaisessa ympäristössä. Nykyään tietotyön tekeminen on toimimista useiden erilaisten informaatioärsykkeiden kanssa. Tämä työympäristön muutos on vaikuttanut myös työn tekemisen luonteeseen. Tietotyö on nykyään pirstaloitunutta ja keskeytyksiä tulee jatkuvasti. Työn psyykkinen kuormittavuus on vaihtelevaa. Tietotyön tutkimisessa pitäisikin käsitellä informaation käsittelyyn liittyviä viestinnällisiä, sosiaalisia ja kognitiivisia ulottuvuuksia. Työympäristön piirteet vaikuttavat myös työn tekemiseen (Franssila, Okkonen & Savolainen 2014, 8.) Opiskelemisessä on paljon samaa kuin tietotyön tekemisessä. Opiskeleminen etenkin aikuisiällä vaatii enemmän kuin esimerkiksi opiskeleminen peruskoulussa. Kuten tietotyönkin, on opiskelunkin konteksti moninaistunut ja pirstaloitunut. Viimeisen kolmenkymmenen vuoden ajan jatkuva oppiminen, sen johtaminen ja muutosvauhdin nopeutuminen sekä toimintaympäristöjen muuttuminen kompleksisimmiksi ovat olleet organisaatioiden keskiössä. Nämä koko ajan muuttuvat toimintaympäristöt luovat tarpeen oppimisen johtamiselle.

Oppimisen johtamista voi vaikeuttaa organisaatioiden vähäiset resurssit sekä puutteellinen tietämys työntekijöiden oppimisen tukemisessa. Jotta oppimista voidaan johtaa, on ensiksi ymmärrettävä, mitä oppiminen ilmiönä tarkoittaa. Oppiminen on samanaikaisesti sekä kognitiivinen prosessi että tämän prosessin tuottama lopputulos. Käytännön työelämässä oppimisen ja osaamisen kehittämisen käsitteet limittyvät usein toisiinsa: osaamista ei voida kehittää ilman oppimista, ja osaaminen voidaan näin ollen nähdä oppimisen seurauksena. Oppimisella on kumulatiivinen ja konstruktiiivinen luonne. Uusi tieto rakentuu aiemmin opitun varaan ja aikaisempaa tietoa muokataan sekä hyödynnetään uusien käsitysten muodostamisessa. Oppimista voidaan kuvailla aina vuorovaikutukselliseksi prosessiksi, josta seuraa muutoksia yksilön tiedoissa, taidoissa ja asenteissa. (Ryky 2022, 3, 9–10.)

Oppilaitosorganisaation käytännöllillä ja ohjauskulttuurilla on merkittävä vaikutus opintojen viivästymisen tai keskeyttämisen riskeihin. Kysymys kuuluukin, halutaanko näihin vaikuttaa korjaavasti vai ennaltaehkäisevästi? Ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä ovat esimerkiksi oppimisyhteisön, toimintakult-

tuurin ja ohjauksen kehittäminen. Myös oppimisyhteisön hyvä johtaminen auttaa opiskelijoita sitoutumaan ja osallistumaan enemmän. Hyvän johtamisen avulla tuetaan samalla opiskelijoiden oppimisidentiteetin rakentumista ja vahvistumista. (Rautapuro, Korhonen, Mäkinen, Annala, Kalli & Svärd 2011, 52–53.) Opiskeleminen on nykyään yhä itseohjautuvampaa ja monikanavaisempaa ja tietoa on saatavilla ähkyy asti. Erilaiset viestintäkanavat, sosiaalisen median alustat sekä monikanavainen vuorovaikutus voivat uuvuttaa osan opiskelijoista. Kuten töissä esimiehen tehtävä on huomioida erilaistuneet työympäristön piirteet, tulisi oppilaitoksissa huomioida samat asiat myös opiskelijoiden opinpoluilla. Warr 1999 kertoo työhyvinvoinnin olevan moniulotteinen ilmiö, jonka osa-alueita ovat virittyminen ja mielihyvä. Lisäksi ilmiöön liittyy vastakkaisia tasoja: stressi ja alkava työuupuminen – työssä viihtyminen ja palautuminen, vakava työuupumus – työn imu. (Hakanen 2009, 8.) Paljon löytyy tietoa siitä, miten hyvä johtaminen luo hyvinvointia, mutta tarkkaan käsitteeseen ”hyvinvoinnin johtaminen” onkin vaikeampi päästä kiinni. Käytännön tasolla nämä termit ovat kuitenkin rinnakkaisia.

Davis ja Elias 2003 luettelevat sellaisia keskeyttämisen syitä, joihin oppilaitos ei juurikaan pysty vaikuttamaan. Näitä ovat esimerkiksi opiskelijan henkilökohtaiset syyt ja sosioekonominen tausta, taloudellinen tilanne sekä työmarkkinoiden rakenne. Henkilökohtainen syy voi olla esimerkiksi puutteelliset opiskelu-, kielelliset tai matemaattiset taidot. Korkeakouluorganisaatio voi kuitenkin vaikuttaa siihen, millaisia kokemuksia opiskelijalle syntyy oppimisympäristöistä, opintojen ohjauksesta sekä opetuksen laadusta. (Rautapuro ym. 2011, 40.) Siinä missä yritykset tavoittelevat tuottoa ja tarkastelevat kustannustehokkuutta rahan kautta, oppilaitosten antama pääoma ei ole mitattavissa rahana. Hyvinvoiva opiskelija on myös hyvinvoiva yhteiskunnan jäsen. Toki myös oppilaitosten talouspolitiikkaan liittyy se, kuinka paljon tutkinnon suorittaneita saadaan vuosittain valmistumaan.

Jatkuvan oppimisen merkitys ja sen tavoitteellinen johtaminen kytkeytyvät suoraan opiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen ja opiskelun imuun. Kun oppimista tuetaan systemaattisesti ja opiskelijoiden yksilölliset tarpeet huomioidaan, syntyy edellytyksiä sisäiselle motivaatiolle ja merkitykselliselle oppimiselle. Tällöin oppiminen ei näyttäydä pelkästään suorituksena, vaan prosessina, jossa opiskelija kokee kasvua, osallisuutta ja vaikutusmahdollisuuksia – keskeisiä tekijöitä opiskelun imun ja sitoutumisen kehittymiselle. Myös ohjaavien opettajien työtä määrittelee paljon organisaation tavoitteet ja asettamat toimintamallit. Tästä syystä opiskelijoiden tukeminen opintojen aikana linkittyy vahvasti myös oppilaitoksen johtamiseen ja toimintakulttuuriin

### 3.2 Opetus- ja ohjaussuunnitelmat

Nuoren on tärkeää saada valita itse omien kiinnostuksen kohteiden mukainen koulutuspolku. Tämä lisää nuoren sisäistä motivaatiota sitoutua koulutuksellisiin tavoitteisiin sekä auttaa nuorta keskittymään ja työskentelemään tavoitteidensa mukaisesti. Sisäinen motivaatio auttaa siis työskentelemään tehokkaasti, vaikka työskentely tuntuisi vaikealta, eikä tuottaisi mielihyvää. Kouluympäristö vaikuttaa siis nuoren motivaatioon. Yhteenkuuluvuuden, vapaaehtoisuuden ja kyvykkyyden tunne lisääntyy nuoren kehitystä tukevassa kouluympäristössä. (Vasalampi & Salmela-Aro 2014, 17–19.) Myös opintosuunnitelmalla on vaikutusta opiskeluun. Oppilaat, jotka kokevat opintosuunnitelman asiat merkityksellisiksi ja omien kiinnostusten mukaisiksi, käyttävät enemmän itsesääätelystrategioita opiskelussa ja he ovat myös innostuneempia (Wang & Eccles 2013, 20).

Jokaisessa oppilaitoksessa pitää olla suunnitelma oppilaiden opintojen tukemiseksi. Savonia-ammattikorkeakoulun sivuilta löytyy strategia vuosille 2021–2024 ja se sisältää keskeiset linjaukset organisaation toiminta-ajatuksesta, tehtävästä, visiosta, arvoista, profiileista ja vahvuusaloista. Strategian painopistealueita ovat muun muassa yksilöllisesti muotoiltu koulutus, työelämälähtöinen jatkuvan oppimisen malli, opiskelijoiden hyvinvointi, missiolähtöinen tutkimus-, kehitys- ja innovaatiotoiminta sekä liiketoiminta, osaamista uudistava kansainvälisyys ja johtaminen, joka tukee sekä työn merkityksellisyyttä että tuloksellisuutta. Strategia toimii koko toiminnan yhteisenä perustana, ja siihen perustuva ohjaus ja johtaminen nojaavat tavoitteiden järjestelmälliseen asettamiseen ja niiden toteutumisen suunnitelmalliseen seurantaan. Strategiassa määritellyt linjaukset konkretisoidaan erillisessä strategian toteutusohjelmassa. (Savonia ammattikorkeakoulu 2023.)

Savonia-ammattikoulun strategiassa mainitaan personoitu koulutus sekä hyvinvoiva opiskelija tulevaisuuden tekijänä. Siellä kerrotaan myös, että johtamisella tuetaan merkityksellistä ja tuloksellista työtä. Savonia-ammattikoulun strategia mainostaa myös sitä, että ”Parasta mitä opiskelijoillemme voimme tarjota, on asiantuntijayhteisö, johon opiskelija kiinnittyy jo opintojensa aikana. Tällä varmistamme opiskelijan osaamisen ja samalla tuemme alueen kannalta tärkeää pitovoimaa.” (Savonia-ammattikorkeakoulu 2023.) Sosiaali- ja Terveysministeriön mukaan opiskeluympäristöön sisältyvät fyysiset opiskeluolosuhteet, opintojen järjestäminen ja ohjaus sekä erilaiset oppimisympäristöt, oppilaitoksen opiskeluyhteisö sekä opiskelijoiden omat yhteisöt. Opiskeluterveydenhuolto on osa opiskeluhuoltoa ja se sisältää nämä edellä mainitut fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset hyvinvoinnin näkökulmat. Opiskeluterveydenhuolto on myös hyvinvoinnista huolehtimisen edellytyksiä lisäävää toimintaa. (STM 2023.) Organisaation strategia on kaiken toiminnan pohjalla. Myös opiskelijoiden hyvinvointi lähtee strategiasta, mikä näkyy opiskelijoiden arjessa useina eri hyvinvointia tukevinä keinoina. Nämä keinot puolestaan auttavat heitä selviämään opinnoistaan.

Savonia-ammattikorkeakoululla on myös oma opinto- ja uraohjauksen suunnitelma. Suunnitelmassa esitellään muun muassa ohjauksen neljä osa-aluetta, joita ovat oppimisen ja opiskelun ohjaus, asiantuntijuuden kehittyminen ja urasuunnittelun ohjaus, hyvinvoinnin edistäminen ja henkilökohtainen ohjaus sekä tiedotus ja neuvonta. Oppimisen ja opiskelun ohjaus nivoutuu opetussuunnitelman mukaisiin tavoitteisiin, ja se näkyy esimerkiksi monimuotoisena pedagogiikkana erilaisissa oppimisympäristöissä. Opinto- ja uraohjaussuunnitelmassa mainitaan myös se, että opettajan tulee huomioida opiskelijoiden erilaiset lähtökohdat, jotta oppimisprosessista tulee mahdollisimman tehokas ja tarkoituksenmukainen. Oppimisen- ja uraohjauksen avulla tuetaan opiskelijaa kokonaisvaltaisesti opiskelun aikana sekä tuetaan myös ammattiin valmistumista. Ohjauksen tulisi olla sekä ennaltaehkäisevää että korjaavaa. Oppilaita ohjaavat opettajatuutorit, jotka pitävät oppilaille HOPS-keskusteluja eli keskusteluja, joissa laaditaan henkilökohtainen opintosuunnitelma. Tähän suunnitelmaan voidaan kirjata esimerkiksi hyväksilukuja aiemmista opinnoista. Savonia-ammattikorkeakoulussa pyritään koko ajan kehittämään opiskeluhuvinvointi-palveluita sekä panostetaan selkeään neuvontaan ja tiedotukseen. (Opinto- ja uraohjaus 2023.)

### 3.3 Ohjauksen merkityksestä opintojen etenemisen kannalta

Oppimisen ja opiskelun ohjaus on yksi merkittävä osa opiskelua. Onnismaa kuvailee ohjausta työmenetelmäksi, toisin sanoen ammatilliseksi keskusteluksi. Ohjaustyön määritelmät poikkeavat myös sen mukaisesti, nostetaanko niissä enemmän esiin ohjaajan ja ohjattavan välistä vuorovaikutusta,

menetelmää vai koko sitä prosessia, johon ohjauksella halutaan vaikuttaa. Ohjaus on joka tapauksessa ajan, huomion ja kunnioituksen antamista. Ohjaustyö edistää parhaimmillaan ohjattavan elämää hänen haluamallaan tavalla, ohjaajan ja ohjattavan välisten neuvottelujen avulla. Ohjauksen yksi tarkoitus on auttaa ohjattavaa käyttämään omia mahdollisuuksiaan tavoitteellisemmin hyväksien. Eri ohjausmuodot ovat aina olemassa asiakkaan tavoitetta varten. Lisäksi ohjauksen tavoitteena on ohjattavan oppiminen ja kehittyminen. Ohjaus on siis prosessi, jota ohjataan. Ohjauksen kuuluu olla aina luottamuksellista ja siinä annetaan myös palautetta sekä arvioidaan prosessia ja sen etenemistä. (Onnismaa 2021, 7–8.)

Onnismaan kertoo aikuisten ohjauksen lisääntyneen 2000-luvulla. Ohjauksen avulla voidaan parhaimmillaan tukea aikuista vaikeissa tilanteissa, tarjoten aikaa, huomiota ja kunnioitusta, sekä korjata työelämän muutoksista aiheutunutta arvokkuuden puutetta. Toimijuuden tukeminen ohjauksella tarkoittaa valtauttamista, henkilökohtaisten tavoitteiden tunnistamista ja valmiutta niiden toteuttamiseen. Aikuisten ohjausta voidaan myös pitää identiteettineuvotteluna, jonka tavoitteena on palauttaa ohjattavan mahdollisesti menettänyt luottamus. (Onnismaa 2021, 76.) Vehviläinen (2014) korostaa sitä, että ohjauksen tulee olla tietoista pedagogiikka, ei pelkästään perinteistä kumpuavaa toimintaa. Tämä vaatii sitä, että ohjaaja harkitsee tietoisesti, mitä toimintatapoja kannattaa käyttää, jotta niillä tuetaan ja vahvistetaan ohjattavan omaa toimijuutta eli tunnistamaan ja tiedostamaan omat vahvuudet ja voimavarat, arvioimaan omaa toimintaansa sekä kokeilemaan uusia toimintatapoja. (Vehviläinen 2014, 20.) Ohjauksen merkitys opintojen etenemisen kannalta voi olla hyvinkin merkittävässä roolissa. Vaikka puhutaan nuorten aikuisten, tai aikuisten, ohjauksesta, ei pidä väheksyä ohjauksen tarvetta. Opinnoissa opiskelijat ovat usein uuden edessä, ikään tai taustaan katsomatta.

Toisen ja korkeakouluasteen opiskelijoiden opintoja tarkasteltaessa on hyvä huomata, että opintojen keskeyttäminen voi olla myös vapaaehtoista eikä aina pakon sanelemaa. Opintojen keskeyttäminen voi olla joko tietystä yliopistosta lähtemistä tai koko korkeakoulujärjestelmästä poistumista. Keskeyttäminen ei myöskään aina merkitse syrjäytymistä tai epäonnistumista. Yksilö voi lähteä elämässään uudelle elämänurallekin. Suomalaisissa korkeakouluissa opintojen keskeyttäminen on nähty enemmän opiskelijan kuin yliopiston ongelmana. Opintojen keskeyttämisen sosiaalista kontekstia on alettu tutkia vasta 1960-luvulta lähtien. Lähteenoja esittelee Tintonin (1996) kokoamat syyt opintojen keskeyttämiseen vaikuttavista syistä. Syitä ovat esimerkiksi opiskeluun ja sopeutumiseen liittyvät vaikeudet, vaikeudet suhteessa omiin tavoitteisiin ja orientaatioon sekä heikko sitoutuminen. Lisäksi Tinton mainitsee opiskelijan taloudelliset vaikeudet sekä opiskelijan ja yliopiston yhteensopimattomuuden sekä irrallisuuden tunteen. (Lähteenoja 2010, 46, 48–49.)

Riittävät työn ja yksilön voimavarat sekä korkea työn imu ovat yhteydessä myönteisiin seurauksiin niin yksilön kuin organisaationkin tasolla. Työn imua kokevat yksilöt kokevat itsensä pätevämmiksi, tunnistavat työssään uusia mahdollisuuksia ja kykenevät aktiivisesti muokkaamaan työtään ja sen vuorovaikutussuhteita. He eivät ainoastaan sopeudu olosuhteisiin, vaan kehittävät työympäristöään ja työn voimavaroja aktiivisesti (Hakanen 2009, 6, 17). Opiskelu muodostaa merkittävän osan opiskelijan elämää, joten opintojen sujuvuudella on laaja-alaisia vaikutuksia hyvinvointiin. Kokonaisvaltainen opiskelijan hyvinvoinnin huomioiminen onkin tärkeää, jotta yksilö kykenee sitoutumaan opintoihinsa. Tämän vuoksi oppilaitosten on tarjottava joustavia opintopolkuja sekä tukea opiskeluyhteisöön kiinnittymiseksi. Tällaiset yksilölliset, joustavat ratkaisut ja tuen muodot ovat tärkeää huomioida myös opiskelijan henkilökohtaisessa ohjaussuunnitelmassa.

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa tietoa korkeakouluopiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen yhteydessä olevista tekijöistä. Erityisesti tutkimus pyrki selvittämään pedagogisen hyvinvoinnin ja korkeakouluorganisaation tarjoaman tuen yhteyttä opintojen etenemiselle ja opintoihin sitoutumiseen. Tutkimuksen avulla pyrittiin myös ymmärtämään, miten Savonia-ammattikorkeakoulu voisi entistä paremmin tukea opiskelijoitaan heidän opinnoissaan. Tavoitteena oli selvittää opintoihin sitoutumista opiskelun imun, minäpystyvyyden, opiskelukyvyn sekä osaamisen ja oppimisen johtamisen ja opiskeluhuvinvoinnin tekijöiden avulla. Lisäksi tarkasteltiin osaamisen ja opiskelun ohjausta. Tutkimuksessa pyrittiin saamaan opiskelijoilta konkreettisia käytännön esimerkkejä siitä, mitkä tekijät auttavat heitä suorittamaan opintonsa loppuun asti. Lisäksi tutkittiin myös sitä, mitkä Savonia-ammattikorkeakoulun opinto- ja uraohjauksen tukimuodot ovat opiskelijoiden mielestä jo toimivia ja mitä tulisi vielä kehittää.

Näitä tavoitteita lähestyttiin muun muassa seuraavien tutkimusongelmien kautta: Mikä on pedagogisen hyvinvoinnin, opiskelun imun ja minäpystyvyyden merkitys Savonia-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden opintoihin sitoutumisessa? Millainen merkitys Savonia-ammattikorkeakoulun tarjoamalla tuella on opiskelijoiden opintojen etenemiselle? Mitkä konkreettiset tekijät opiskelijoiden omissa kokemuksissa edistävät heidän opintojensa etenemistä? Miten opiskelijat kokevat Savonia-ammattikorkeakoulun nykyiset opinto- ja uraohjauksen tukimuodot, ja mitä kehittämistarpeita heillä on tähän liittyen? Tältä osin tutkimus selvitti myös oppimisen tuen palvelutarpeita.

### 4.1 Tutkimusmenetelmä

Tämä tutkimus on kvantitatiivinen tutkimus. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2021, 140) mukaan kvantitatiivisessa eli määrällisessä tutkimuksessa on keskeistä aiemmat teoriat ja aiemmista tutkimuksista tehdyt johtopäätökset, hypoteesin esittäminen, käsitteiden määrittelemine sekä suunnitelmat aineiston keruusta. Suunnitelmassa on tärkeää varmistaa, että havaintoaineisto on sopivaa määrälliseen (numeraaliseen) mittaamiseen. Vilkan mukaan määrällisessä menetelmässä tarkastellaan tietoa numeerisesti. Tyypillisiä kysymyksiä määrällisessä tutkimuksessa ovat kuinka monta, kuinka paljon ja kuinka usein. Tutkimustieto saadaan numeroina tai kerätty laadullinen aineisto ryhmitellään numeeriseen muotoon. Tulokset esitetään numeerisesti hyödyntäen erilaisia tunnuslukuja. Tulokset tulkitaan ja selitetään kuitenkin sanallisesti. Tutkija selittää millä tavalla asiat liittyvät tai eroavat toisistaan eli antaa yleisen kuvan muuttujien välisistä suhteista. Määrällisen tutkimuksen tarkoitus on joko kartoittaa, selittää, kuvailla tai ennustaa asioita ja ilmiöitä. Selittävä tutkimus etsii selitystä ongelmaan tai asiaan yleensä syy-seuraussuhteiden muodossa. Selittävä tutkimus myös tunnistaa näitä syy-seuraussuhteita. (Hirsjärvi ym. 2021, 138–139.) Tämä tutkimus pyrkii kuvailemaan ilmiöitä opiskelijoiden antamien vastausten kautta, sekä myös etsimään mahdollisia syy-seuraussuhteita.

Hirsjärvi ym. (2021) kertovat kuitenkin kvantitatiivisen ja kvalitatiivisen tutkimuksen olevan lähestymistapoja, joita on käytännössä vaikea tarkasti erottaa toisistaan. Nämä lähestymistavat voidaan nähdä myös toisiaan täydentävinä. Vaikka yleensä kvantitatiivisen tutkimuksen sanotaan käsittelevän numeroita ja kvalitatiivisen merkityksiä, ei siltikään ole tarpeellista asettaa näitä toistensa vastakohtiksi. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2021, 136.) Tämän opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus on pääosin määrällistä tutkimusta.

## 4.2 Aineiston keruu viitekehyksen ohjaamana

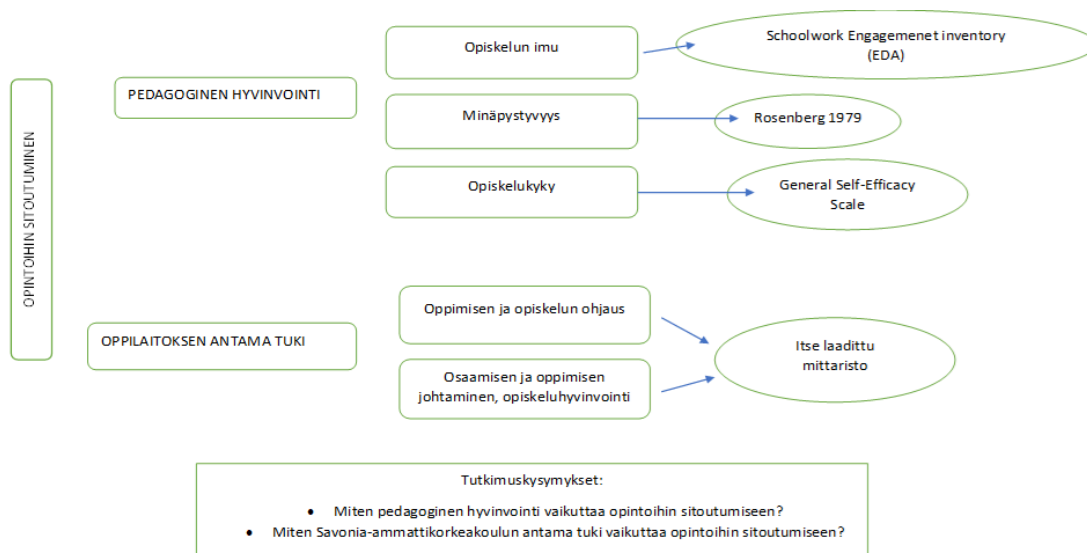
Teoriaa tutkittaessa huomattiin, että työn ja opiskelun imu ovat aiheena sellaisia, joita on tutkittu paljon. Tässä tutkimuksessa käsiteltiin opiskelun imua myös osaamisen johtamisen kautta. Tutkimuksen aineiston keruun pohjana käytettiin useampaa aiempaa teoriaa, joista muokattiin tähän tutkimukseen sopiva mittaristo. Opiskelun imun tutkimiseen hyödynnettiin työnimun kolmea ulottuvuutta: tarmokkuutta, omistautumista sekä uppoutumista. Lisäksi hyödynnettiin Bakkerin ja Schaufelin (2003) kehittämän työn imun arviointimenetelmän (Utrecht Work Engagement Scale) pohjalta laadittua EDA-mittaria. Aineiston keruuseen sovellettiin myös Lindbladin (2017) sekä Suvannon ym. (2020) tutkimuksesta löytyneitä kysymyksiä, joilla on tutkittu opiskelun imua ja minäpystyvyyttä sekä oppimisen tukea. Nämä alkuperäiset menetelmät ja niiden sisältämät kysymykset näkyvät liitteessä 1. Opiskeluhyvinvointia ja osaamisen johtamista tutkittiin sekä avoimilla kysymyksillä että väittämällä, jotka mietittiin yhteistyössä hankkeen vetäjän kanssa.

Seuraavassa esitellään lyhyesti nämä yllä mainitut teoriasta nousseet mittaristot ja manuaalit. Sherer, Maddux, Mercandante, Prentice-Dunn, Jacobs & Rogers kehittivät jo vuonna 1982 minäpystyvyyden (self-efficacy) teorian. Shererin ym. mukaan yksilön henkilökohtaiset odotukset kyvyistään määrittävät ensisijaisesti myös käyttäytymisen muutoksia. Lisäksi yksilöiden erilaiset aikaisemmat kokemukset sekä sattumukset vaikuttavat odotuksiin. Shererin ym. kehittivät näiden yleisten odotusten pohjalta asteikon (General self-efficacy scale), jota hyödynnetään myös tässä tutkimuksessa. Asteikossa on kaksi osiota. Yleisemmän tason minäpystyvyys -osiossa on 17 väittämää ja sosiaalista minäpystyvyyttä mittaavia väittämiä on kuusi. (Sherer, Maddux, Mercandante, Prentice-Dunn, Jacobs, & Rogers 1982.) Mittarin väittämiä arvioidaan viisiportaisella Likert-asteikolla.

Hakanen (2009) on koonnut Työterveyslaitoksen sivuille kattavan käsikirjan Työn imu -menetelmän (Utrecht Work Engagement Scale/UWES) käyttämisestä, validoinnista ja viitetiedoista Suomessa. Hakanen esittelee Työn imu -menetelmän, jonka professorit Wilmar Schaufeli ja Arnold Bakker ovat kehittäneet. Menetelmä eri kielillä olevat versiot löytyvät myös Wilmar Schaufelin kotisivuilta ([www.schaufeli.com](http://www.schaufeli.com)). Bakkerin ja Schaufelin (2003) kehittämän Työn imun -arviointimenetelmään sisältyy kolme alaulottuvuutta, jotka ovat energia/tarmokkuus, omistautuminen ja uppoutuminen (Bakker 2003; Salmela-Aro & Upadyaya 2012, 61). Opiskelun imua mitataan EDA-mittarilla (Salmela-Aro & Upadyaya 2012), joka on nimenomaan opiskelijoille muokattu versio Schaufelin, Bakkerin & Salanovan (2006) kehittämästä Utrecht Work Engagement Scale –mittarista (Salmela-Aro & Upadyaya 2012, 61.) Kysymyksiä on yhdeksän ja niihin vastataan valitsemalla parhaiten kuvaava vaihtoehto.

Tavallisin määrällisessä tutkimusmenetelmässä käytetty aineistonkeruutapa on kyselylomake (Vilkkä 2021b, 94). Kyselystä käytetään myös Survey-tutkimus nimitystä. Tämä viittaa siihen, että kysely on standardoitu eli vakioitu. Vakioimisella tarkoitetaan, että asiasisältö pyritään kysymään jokaiselta vastaajalta täsmälleen samalla tavalla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 182.) Tässä tutkimuksessa tutkimusaineisto kerättiin kaikilta vastanneilta samalla Webropol-kyselyllä, joten kyselyä voidaan pitää tältä osin vakioituna. Kysely koostui 13 kysymyksestä. Taustatietoja (sukupuoli, ikä, opiskeltava ala, työssäkäyntiä/opiskelua) mitattiin yksinkertaisilla luokitteluasteikoilla. Opiskelun imua,

omaa toimintaa, opintoihin saatua tukea sekä minäpystyvyyttä tutkittiin Likertin 5-portaisella järjestyksasteikolla. Asteikon vaihtoehdot olivat jokaisessa kysymyksessä samat, mikä on osaltaan helpottanut vastaamista sekä vastausten tulkintaa. Asteikko oli: 1. täysin eri mieltä – 2. jokseenkin eri mieltä – 3. En samaa enkä eri mieltä – 4. jokseenkin samaa mieltä – 5. täysin samaa mieltä. Opiskelijoilta kysyttiin lisäksi avoimilla kysymyksillä mielipiteitä siitä, mitkä asiat ovat tukeneet heitä opintojen etenemisessä sekä sitä, miten he kehittäisivät oppimisen ja opiskelun ohjausta. Lisäksi avoimilla kysymyksillä pyydettiin tietoa siitä, mitkä kaikki tekijät omassa elämäntilanteessa tukevat opiskelua sekä pyydettiin nimeämään tärkein asia (vain yksi) opintojen etenemisen kannalta. Kyselylomake oli siis strukturoitu, mutta sisälsi myös avoimia kysymyksiä. Muuttujien valinta (koko tutkimuksessa ja kyselylomakkeessa) tulee olla perusteltua tutkimukseen valitun teorian ja tutkimuskysymysten mukaisesti (Vilkkä 2020, 101). Tässä tutkimuksessa sekä tutkimuslomakkeen kysymykset, että tutkimuskysymykset, ovat nousseet viitekehuksesta. Kuvassa 2 näkyy tutkimusasetelman muodostuminen viitekehuksesta mittaristoihin.



Kuva 2. Tutkimuksen muodostuminen viitekehuksesta mittaristoihin

#### 4.3 Kohdejoukko

Koska määrällisen tutkimuksen tavoitteena on yrittää selittää ja ymmärtää, eikä etsiä keskimääräisiä yhteyksiä tai tilastollisia säännönmukaisuuksia, aineiston koonkaan ei tarvitse pohjautua näihin seikkoihin (Hirsjärvi ym. 2013, 181). Opinnäytetyöhön kerättiin aineisto Webropol-kyselyllä huhti- ja toukokuussa 2023 Savonia-ammattikorkeakoulun toisen ja kolmannen vuoden opiskelijoilta. Kyselyyn osallistui kaksi terveydenhoitajaopiskelijoiden ryhmää sekä kaksi rakennusarkkitehtiopiskelijoiden ryhmää. Vastauksia tuli yhteensä 52, jotka jakautuivat tasan näiden kahden alan välillä. Molemmilta aloilta tuli siis yhtä paljon vastauksia (n=26). Vastanneista naisia oli 75 %, miehiä oli 23,1 % ja yksi vastaaja ei halunnut kertoa sukupuoltaan (Taulukko 1). Vastaajista 79 % oli iältään 20–30 vuotta ja 17,3 % iältään 30–40 vuotta. Kaksi vastaajista oli 40–50 vuotta (Taulukko 2). Opiskelijoista 63,5 % prosenttia opiskeli päätoimisesti ja 36,5 % teki osa-aikatöitä opiskelun ohella. Tutkimuksen tekijä kävi itse teettämässä kyselyt oppitunneilla. Vastaajille esiteltiin lyhyt kuvaus tutkimussuunnitelmasta ja tutkimuksen tarkoituksesta, tutkimuslupa, tietosuojailmoitus sekä kerrottiin aineiston käsittelystä. Tärkeä tieto oli, että tutkimuksessa ei käsitellä mitään arkaluonteisia tietoja, eikä vastaajia pysty tunnistamaan. Lisäksi vastaajille painotettiin vastaamisen vapaaehtoisuutta sekä siitä, että kyselyn täyttämisen saa myös keskeyttää.

Taulukko 1. Vastaajien ikä

	n	Prosentti
20-30	41	78,8%
30-40	9	17,3%
40-50	2	3,9%
50-60	0	0,0%
yli 60	0	0,0%

Taulukko 2. Vastanneiden opiskelijoiden sukupuoli

	n	Prosentti
Nainen	39	75,0%
Mies	12	23,1%
Muu	0	0,0%
En halua kertoa	1	1,9%

#### 4.4 Aineiston käsittely ja analysointi

Tutkimuksen keskeisimpiä asioita on aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätökset. Koko tutkimus tähtää näihin. Vasta analyysivaiheessa tarkentuu, millaisia vastauksia aineistosta saadaan ja myös se, miten tutkimuskysymykset olisi pitänyt asettaa. Aineiston analysoinnissa on useita vaiheita. Ensiksi aineisto pitää järjestää ja tarkistaa tiedot. Yksi tehtävä on varmistaa, onko joukossa hylättäviä

vastauksia. Toinen vaihe on tietojen täydentäminen, jos esimerkiksi vastausprosentti jää liian pieneksi. Viimeisessä vaiheessa aineisto järjestellään tiedon tallentamista ja tehtäviä analyysejä varten. (Hirsjärvi ym. 2013, 221–222.) Etenkin yhteiskunnallisessa ja käyttäytymistieteellisessä tutkimuksessa on pyrittävä myös tulkitsemaan ja selittämään havaittuja yhteyksiä ja riippuvuuksien luonnetta sekä syitä. Tilastolliseen päättelyyn liittyvät numeeriset tulokset eivät aina pysty antamaan suoria vastauksia. Vastausten tulkitsemiseen tarvitaan argumentointia aiemman teorian ja tutkimustiedon perusteella. (Tähtinen, Laakkonen & Broberg 2020, 54–55.) Tässä tutkimuksessa saatu aineisto käytiin ensin läpi kokonaisuutena. Tutkija kävi aineiston läpi huolella ja varmisti samalla, oliko hylättyjä vastauksia. Samalla tutkittiin, oliko vastauksia riittävästi. Otoksen riittävyys varmistettiin myös hankkeen toimeksiantajalta sekä ohjaavalta opettajalta.

Määrällisen tutkimuksen aineiston analysointi voi olla luonteeltaan selittämiseen tai ymmärtämiseen pyrkivää. Koska analysointi pyrkii ymmärtämään asioita, tuloksista yritetään tehdä myös päätelmiä. Tuloksia analysoidaan tilastollisia menetelmiä hyödyntäen. Määrällisessä tutkimuksessa on keskeistä muun muassa johtopäätökset aiemmista tutkimuksista, aiemmat teoriat, käsitteiden määrittäminen ja muuttujien muodostaminen taulukkomuotoon ja aineiston käsitteleminen niin, että sitä voidaan käsitellä tilastollisesti. Saatuja tuloksia voidaan esittää ja kuvailla esimerkiksi erilaisten taulukoiden ja graafisten kuvioiden sekä prosenttilukujen avulla. (Hirsjärvi ym. 2013, 138–140).

Määrällisessä tutkimuksessa valitaan sellainen analyysimenetelmä, jolla saadaan tietoa asiasta, mitä ollaan tutkimassa. Vaikka analyysimenetelmä pyritään aina ennakoimaan, ei se ole käytännössä aina mahdollista. Analyysitavan valintaan vaikuttaa esimerkiksi se, tutkitaanko yhtä vai useampaa muuttujaa. Tämän perusteella päätetään, millaisia tunnus- tai hajontalukuja käytetään. (Vilkkä 2021a, luku 4). Tässä tutkimuksessa valmiit mittarit kuten RSE, EDA ja Minäpystyvyyden General self-efficacy scale määrittivät osaltaan myös aineiston keräämistä ja analysointia. Esimerkiksi minäpystyvyyden asteikko sekä RSE mittaristojen asteikot olivat Likertin 5-portaisia asteikkoja.

Kvantitatiivisessa tutkimuksessa vastauksia joudutaan joskus ryhmittelemään hallittavampaan muotoon. Tällöin tutkija joutuu itse tekemään päätöksen, mitkä tapaukset, kyselyn osiot, henkilöt tai muut tutkimusyksiköt voidaan jonkin samankaltaisuuden perusteella sijoittaa yhteen ryhmään. Asennekyselyssä on tyypillistä käyttää osiojoukkoja, jotka kattavat asenteen ilmeisimmät muodot. Osiot voivat olla väitelauseen muodossa, kuten esimerkiksi ”Opetus etenee mielestäni liian nopeasti”. Vastaaja ottaa kantaa esimerkiksi 5-portaisella Likert-asteikolla. Tutkijaa kiinnostaa, mitkä osiot korreloivat keskenään. Ryhmittelyä voidaan pitää keskeisenä osana tieteellistä toimintaa, koska sen avulla voidaan saada monimutkaisiakin kokonaisuuksia rakenteellisesti hallintaan. (Erätuuli, Leino & Yli-Luoma 1994, 45–46.) Myös Vallin (2015, 70) mukaan avoimia kysymyksiä voidaan analysoida tilastollisin menetelmin, kunhan vastaukset on luokiteltu samansisältöisiä vastauksia sisältäviin ryhmiin.

Tässä tutkimuksessa on hyödynnetty luokittelua sekä ryhmittelyä useamman vastausosion analysoinnissa. Tutkimuksen menetelmä muistuttaa osin myös pääkomponenttianalyysia. Tähtinen ym. (2020) kuvaavat kirjassaan pääkomponenttianalyysia, jossa suoritetaan suuremman muuttujamäärän (väittämien) jäsentäminen ja tiivistäminen. Alkuperäisväittämistä muodostetaan pienempi määrä merkitysulottuvuuksia. (Tähtinen 2020, 218–219.) Esimerkiksi tutkittaessa tässä tutkimuksessa saatuja vastauksia siitä, miten opiskelijat kehittäisivät oppimisen ja opiskelun ohjausta, tai mitkä tekijät vaikeuttavat/hidastavat opintoja, annetut vastaukset luokiteltiin lopulta viiteen eri kategoriaan: 1) Ohjaukseen liittyvät, 2) Opettajien toimintaan liittyvät, 3) toimin-nallisuuteen/osallisuuteen liittyvät, 4)

käytännön asioihin liittyvät ja 5) Omaan toimintaan liittyvät tekijät. Tämän jälkeen laskettiin eri kategorioihin kuuluvien vastausten mainintojen määrä. Myös opiskelua tukevia ja yhtä tärkeintä opiskelua tukevaa tekijää, oli puolestaan helpompi tutkia, kun vastaukset kategorioitiin seitsemään kokonaisuuteen. Nämä olivat perheeseen liittyvät asiat, työhön liittyvät asiat, ihmissuhteisiin liittyvät asiat, opiskelukykyyhin liittyvät asiat, muut tekijät ja opintoihin muilta ihmisiltä saatu tuki. Kategoriat nousivat saaduista vastauksista tutkimalla vastausten sisältöjen merkityksiä. Saatua aineistoa tutkittiin erikseen myös sukupuolen ja opiskeltavan alan suhteen.

Koska aineiston kuvailu ja haltuunotto on tärkeä osa tulkintaprosesseja, voidaan kuvailevilla menetelmillä ensin järjestää ja tiivistää havaintoaineistoa selkeämpään muotoon. Tässä voidaan tarkastella keskeisiä muuttujia käyttäen frekvensseihin liittyviä esityksiä ja erilaisia tunnuslukuja. Kuvailevan tarkastelun jälkeen sovelletaan eri analyysimenetelmiä. Koska menetelmien hallinta ei koskaan voi yksinään taata, että ilmiön todelliset ilmiöt tulevat esiin, on tätäkin tärkeämpää tutkijan aito halu ja kiinnostus tutkittavaa asiaa kohtaan ja halu tulkita monipuolisesti ilmiöön liittyvien asioiden yhteyksiä. (Tähtinen ym. 2020, 91) Tässä tutkimuksessa havaintoaineistoa kuvattiin frekvenssijakaumien, keskiarvojen ja prosenttiosuuksien avulla. Avoimissa kysymyksissä hyödynnettiin myös pääkomponenttianalyysistä tuttua ryhmittelyä. Lisäksi hyödynnettiin erilaisia graafisia kuvioita sekä taulukoita havainnollistamaan aineiston kuvailua. Myös Tähtisen ym. (2020, 93) mukaan graafisten kuvioiden avulla voidaan esittää tutkimustuloksia tehokkaasti, ymmärrettävästi ja havainnollisesti. Tutkijalla oli myös aito halu tutkittavaa ilmiötä kohtaan myös ammatillisesta näkökulmasta

## 5 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä osiossa esitellään tutkimuksen keskeisimmät tulokset. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää erityisesti pedagogisen hyvinvoinnin ja korkeakouluorganisaation antaman tuen merkitystä opintoihin sitoutumiseen, joten myös tuloksia käsitellään näistä kahdesta pääasiallisesta näkökulmasta. Näkökulmat kytkeytyvät tutkimuskysymyksiin ja teoreettiseen viitekehykseen. Ensimmäisenä tarkastellaan pedagogisen hyvinvoinnin yhteyttä opintoihin sitoutumiseen. Tähän sisältyvät muun muassa opiskelun imu ja minäpystyvyys. Tämän jälkeen esitellään korkeakouluorganisaation antamaan tukeen liittyvät tulokset ja niiden vaikutus opiskelijoiden opintojen etenemiseen. Tähän osioon liittyy sekä olemassa olevien tukimuotojen tarkasteleminen sekä tukimuotojen kehittäminen.

Tutkimustuloksista tarkemmassa tarkastelussa ovat etenkin seuraavat osiot tai kysymykset: Opiskelun imu, opiskelijan oma toiminta, itsetunto ja minäpystyvyys, mitkä kaikki tekijät omassa elämäntilanteessa tukevat opiskelun etenemistä, mitkä oppimisen ja opiskelun ohjaukseen liittyvät asiat ovat tukeneet opintojen etenemistä sekä miten opiskelijat kehittäisivät oppimisen ja opiskelun ohjausta. Vastauksia tarkastellaan osittain myös sukupuolen sekä opiskeltavan alan mukaan. Kyselyyn osallistui kaksi terveydenhoitajaopiskelijoiden ryhmää sekä kaksi rakennusarkkitehtiopiskelijoiden ryhmää, tuloksissa näistä ryhmistä käytetään nimityksiä soteala (sosiaali- ja terveysala eli terveydenhoitajaopiskelijat) ja tekniikan ala (rakennusarkkitehtiopiskelijat).

### 5.1 Pedagoginen hyvinvointi vaikuttaa opintoihin sitoutumiseen

Kun tutkimuksen tuloksia tarkastelee sukupuolen ja opiskeltavan alan mukaan, naisten ja sotealan opiskelijoiden vastaukset ovat kaikissa kysymyksissä linjassaan toistensa kanssa. Tämä johtuu siitä, että sotealan opiskelijoista naisia oli 24 ja miehiä vain kaksi (Taulukko 3). Tekniikan alan vastauksissa sukupuolen merkitystä ei voi tässä tutkimuksessa tulkita, koska siellä oli opiskelijoina 15 naista ja 10 miestä. Lisäksi vastauksissa, joissa tarkastellaan tuloksia sukupuolia vertaillen, ei huomioida yhtä opiskelijaa, joka ei halunnut kertoa sukupuoltaan. Tästä syystä tarkastelussa on toisinaan vain 51 opiskelijan vastaukset, vaikka osallistujia oli yhteensä 52. Joissakin osiossa samaa tutkittavaa asiaa on kysytty myös käänteisesti. Tästä syystä joidenkin osioiden väittämiä täytyy tarkastella yksitän.

Taulukko 3. Vastanneiden opiskelijoiden määrä alan ja sukupuolen mukaan

	Naiset	Miehet	En halua kertoa
Sosiaali- ja terveysala	24	2	
Tekniikan ala	15	10	1
Yhteensä	39	12	1

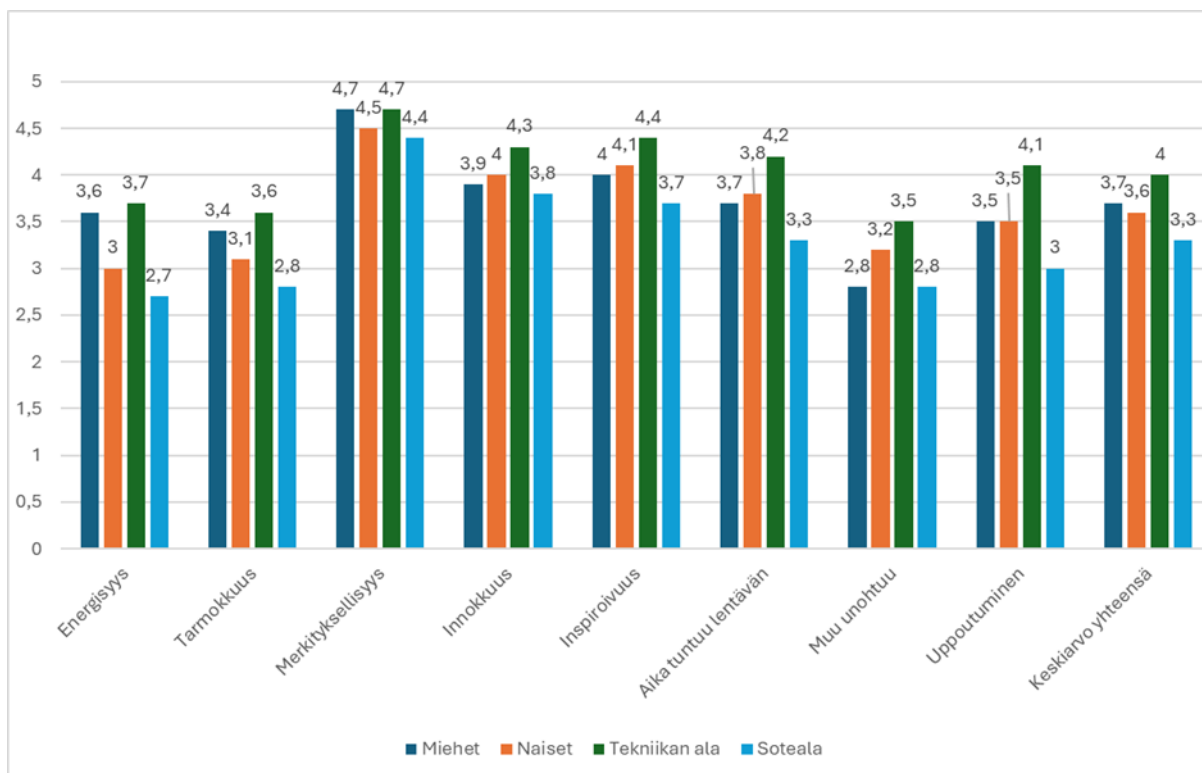
## Opiskelun imu

Opiskelun imu on yksi keskeinen osa pedagogista hyvinvointia tässä tutkimuksessa. Taulukossa 4 näkyvät tämän osa-alueen kysymyksiin sekä vastanneiden määrä, että prosentit. Parhaimmat keskiarvot ”Opiskelun imu” -osiossa saivat väittämät: ”Opiskelu on minulle hyvin merkityksellistä”, ”Olen innoissani opiskelusta” ja ”Opiskelu inspiroi minua”. Vastaajista 55,8 % (n=29) oli täysin samaa mieltä ja 42,5 % (n=22) jokseenkin samaa mieltä väittämän ”Opiskelu on minulle hyvin merkityksellistä” kanssa. Vain 1,9 % (eli yksi vastaaja) oli valinnut vaihtoehdon ”En samaa enkä eri mieltä”. Opiskelusta innoissaan oli yhteensä 43 opiskelijaa. He vastasivat olevansa samaa tai jokseenkin samaa mieltä väitteen kanssa. Kolme opiskelijaa oli jokseenkin eri mieltä, joten he eivät koe opiskelua niin innostavaksi. Opiskelun tuottama energisyys ja tarmokkuus jakoivat opiskelijoita jonkin verran. Näissä osioissa 17 opiskelijaa oli jokseenkin tai täysin eri mieltä väittämän kanssa. Noin puolet vastaajista tunsivat kuitenkin energisyyttä ja tarmokkuutta.

Taulukko 4. Opiskelijoiden kuvaama opiskelun imu

	1. Täysin eri mieltä	2. Jokseenkin eri mieltä	3. En samaa enkä eri mieltä	4. Jokseenkin samaa mieltä	5. Täysin samaa mieltä	Yhteensä	Keskiarvo
Opiskellessani olen täynnä energiaa	3	14	10	22	3	52	3,2
	5,8%	26,9%	19,2%	42,3%	5,8%		
Opiskellessani tunnen itseni tarmokkaaksi	3	14	9	22	4	52	3,2
	5,8%	26,9%	17,3%	42,3%	7,7%		
Opiskelu on minulle hyvin merkityksellistä	0	0	1	22	29	52	4,5
	0,0%	0,0%	1,9%	42,3%	55,8%		
Olen innoissani opiskelusta	0	3	6	30	13	52	4,0
	0,0%	5,8%	11,5%	57,7%	25,0%		
Opiskelu inspiroi minua	0	1	12	22	17	52	4,1
	0,0%	1,9%	23,1%	42,3%	32,7%		
Aika tuntuu lentävän siivillä, kun opiskelen	1	10	7	16	18	52	3,8
	1,9%	19,2%	13,5%	30,8%	34,6%		
Kun työskentelen opintojeni parissa, unohdan kaiken muun ympäriltäni	1	16	14	17	4	52	3,1
	1,9%	30,8%	26,9%	32,7%	7,7%		
Kun opiskelen, tunnen uppoutuvani siihen	1	10	10	21	10	52	3,6
	1,9%	19,3%	19,2%	40,4%	19,2%		
<b>Yhteensä</b>	<b>9</b>	<b>68</b>	<b>69</b>	<b>172</b>	<b>98</b>	<b>416</b>	<b>3,7</b>
<b>Yhteensä</b>	<b>2,2%</b>	<b>16,4%</b>	<b>16,6%</b>	<b>41,4%</b>	<b>23,6%</b>		

Kuvassa 4 on opiskelijoiden kuvaama opiskelun imu sukupuolen ja opiskeltavan alan mukaan. Luokittelun termit on poimittu opiskelun imun väittämistä, esimerkiksi energisyys tarkoittaa väittämää ”Opiskellessani olen täynnä energiaa”. Sotealan opiskelijoilla on hieman heikompi energisyys, tarmokkuus ja uppoutuminen kuin muilla. He eivät myöskään uppoudu niin hyvin, että muut asiat ympärillä unohtuisivat. Energisyys, tarmokkuus ja uppoutuminen saivat parhaimmat keskiarvot miehiltä ja tekniikan alan opiskelijoilta. Kaikissa (paitsi ”muu unohtuu”) väittämässä sotealan opiskelijoiden vastaukset saivat heikompia keskiarvoja. Tekniikan alan vastaukset saivat puolestaan parhaat keskiarvot. Merkityksellisyys sai kaikilta ryhmiltä korkean arvosanan, tässä väittämässä myös hajontaa oli suhteellisen vähän.



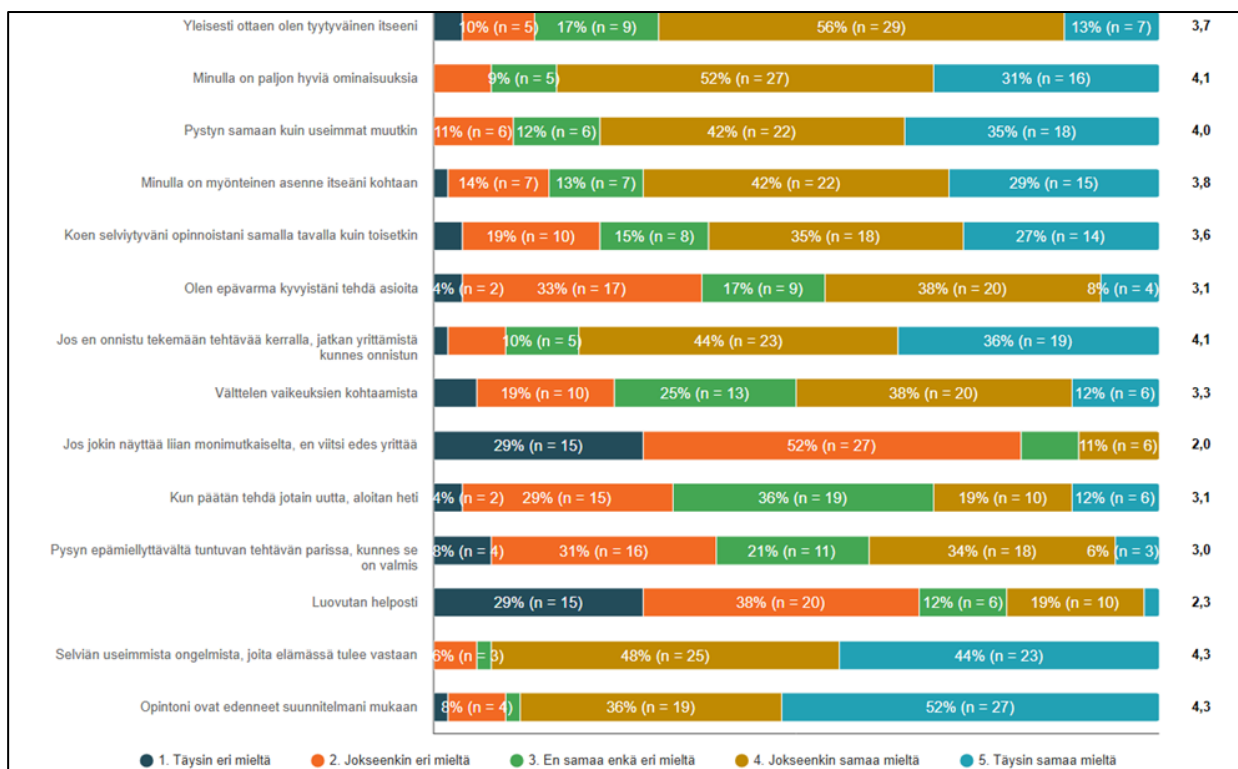
Kuva 4. Opiskelun imu sukupuolen ja opiskeltavan alan mukaan

### Itsetunto ja minäpystyvyys

Kuvassa 5 kuvataan opiskelijoiden antamia vastauksia itsetuntoon ja minäpystyvyyteen. Itsetuntoa ja minäpystyvyyttä kysyttiin 14 eri väittämän avulla. Alkuperäiset väittämät ovat General self-efficacy scale asteikosta, jossa on kaksi asteikkoa. Yleisemmän tason minäpystyvyys -asteikossa on 17 väittämää ja sosiaalista minäpystyvyyttä mittaavia väittämiä on kuusi. Tähän tutkimukseen valittiin 14 väittämää. Tämän osion kokonaiskeskiarvoksi tuli 3,5. Tässä asteikossa keskiarvoa ei voi verrata samalla tavalla kuin toisissa osioissa, koska tässä samaa asiaa on kysytty myös käänteisesti. Tuloksia tarkasteltaessa on siis hyvä kiinnittää huomiota, miten kysymys on aseteltu. Tässä kysymyksessä kysyttiin itsetuntoon ja minäpystyvyyteen liittyviä asioita sekä myönteisestä että negatiivisesta näkökulmasta. Esimerkiksi kysymyksen ”Luovutan helposti” keskiarvo on alhaisempi, koska opiskelijat ovat enemmän eri mieltä väitteen kanssa (jokseenkin eri mieltä ja täysin eri mieltä vastasi yhteensä 35 opiskelijaa). Tämä kertoo siitä, että opiskelijat eivät luovuta helposti. Sama kysymysasettelu oli kysymyksessä ”Jos jokin näyttää liian monimutkaiselta, en viitsi edes yrittää”. Tässä osiossa täysin ja jokseenkin eri mieltä oli peräti 42 opiskelijaa. Eli opiskelijat yrittävät kyllä ratkaista myös monimutkaisia tehtäviä. ”Välttelen vaikeuksia” -kysymyksen kysymysasettelu oli myös negatiivinen, mutta osioon tuli hajontaa. Opiskelijoista 13 vastasi olevansa täysin tai jokseenkin eri mieltä, ja sen lisäksi 13 opiskelijaa ei ollut samaa eikä eri mieltä.

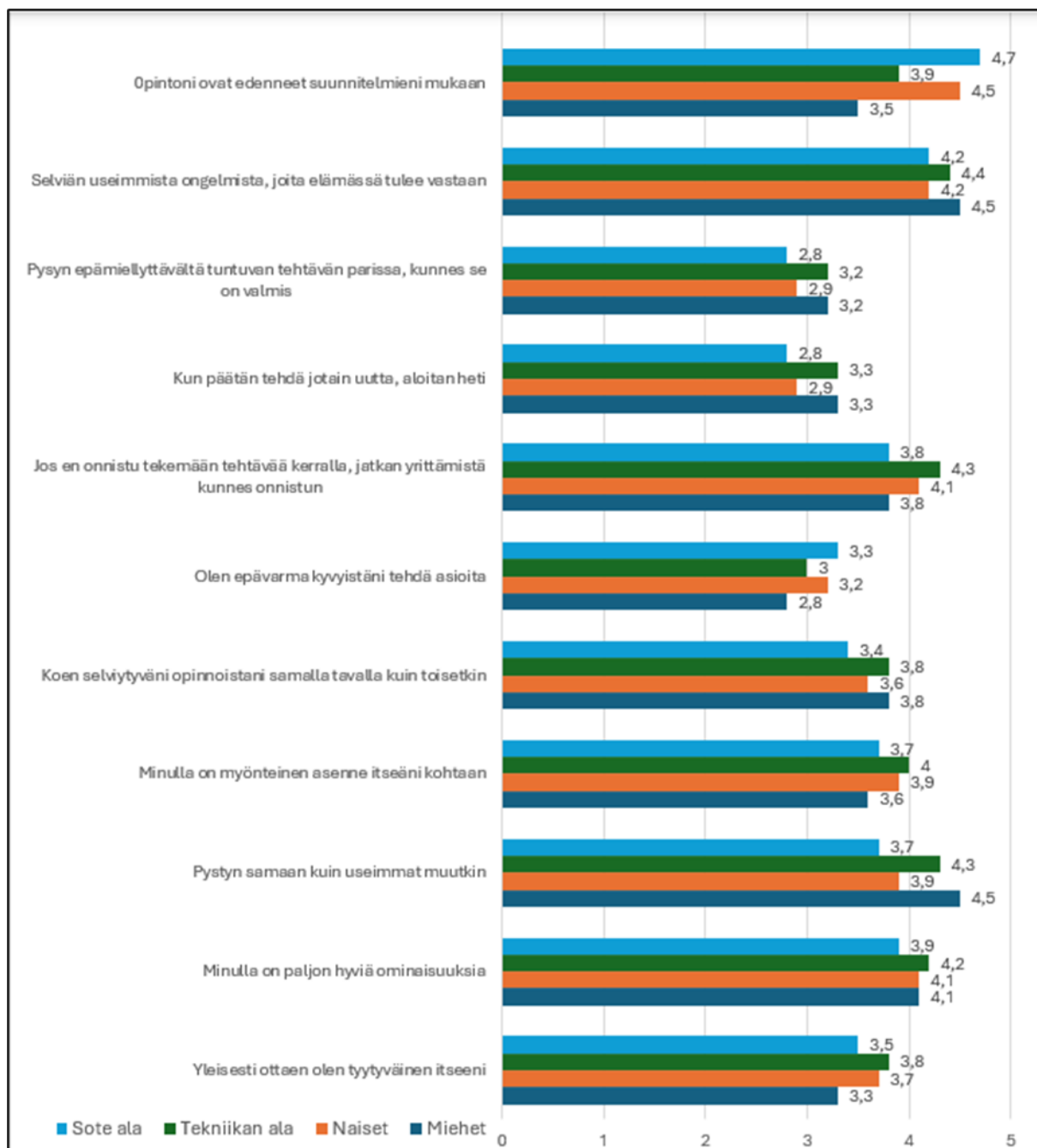
Väittämät kuten ”Minulla on paljon hyviä ominaisuuksia” ja ”Jos en onnistu kerralla, jatkan yrittämistä, kunnes onnistun”, ”Selviän useimmista ongelmista, joita elämässä tulee vastaan”, ”Pystyn samaan kuin useimmat muutkin” ja ”Opintoni ovat edenneet suunnitelmani mukaisesti” saivat 4 tai yli 4:n keskiarvon. Tämä tarkoittaa, että he ovat jokseenkin tai lähes täysin samaa mieltä väittämien kanssa. Toisaalta väittämä ”Luovutan helposti” tai ”Jos asia näyttää liian monimutkaiselta, en viitsi edes yrittää” saivat keskiarvon läheltä 2. Vastajat eivät siis ole samaa mieltä näiden väittämien

kanssa. Yksi huomio on myös se, että opiskelijoista 88 % kokee, että opinnot ovat edenneet suunnitelmien mukaan. He ovat vastanneet olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa. Opiskelijoiden kokema epävarmuus aiheutti hajontaa. Väittämä ”Olen epävarma kyvyistäni tehdä asioita” sai keskiarvon 3,1. Vastaajista neljä oli täysin samaa mieltä väitteen kanssa (eli kokivat epävarmuutta kyvyistään tehdä asioita) ja 20 oli jokseenkin samaa mieltä väitteen kanssa. Eli vajaa puolet opiskelijoista (46 %) kokivat epävarmuutta.



Kuva 5. Opiskelijoiden itsetunto ja minäpystyvyys

Kuvassa 6 on tarkasteltu itsetuntoa ja minäpystyvyyttä sukupuolen sekä opiskeltavan alan mukaan. Kuvasta näkyy, että vain kysymys ”Selviän useimmista ongelmista, joita elämässä tulee vastaan”, sai sekä aloittain että sukupuolittain yli 4 olevan keskiarvon kaikilta ryhmiltä. Voidaan tiivistää, että opiskelijat uskovat omiin kykyihinsä. Opinnot ovat edenneet parhaiten suunnitelman mukaan sotealan opiskelijoilla (KA 4,7) ja heikoiten miehillä (KA 3,6). Naisten keskiarvo oli tässä väittämässä 4,5. Naisten keskiarvo heijastaa myös sitä, että sotealalla on huomattavasti enemmän naisia opiskelijoina. Voimavaroja on puolestaan sotealalla vähiten (KA 2,9) ja tekniikan alalla ja miehillä enemmän (KA 3,5). Sotealan opiskelijat ja naiset kokivat ”pystyvänsä samaan kuin useimmat muutkin” hieman heikommin kuin miehet. Miesten keskiarvo oli 4,5 ja naisten keskiarvo oli 3,9.



Kuva 6. Opiskelijoiden minäpystyvyys ja itsetunto sukupuolen ja alan mukaan

### Opiskelijan oma toiminta

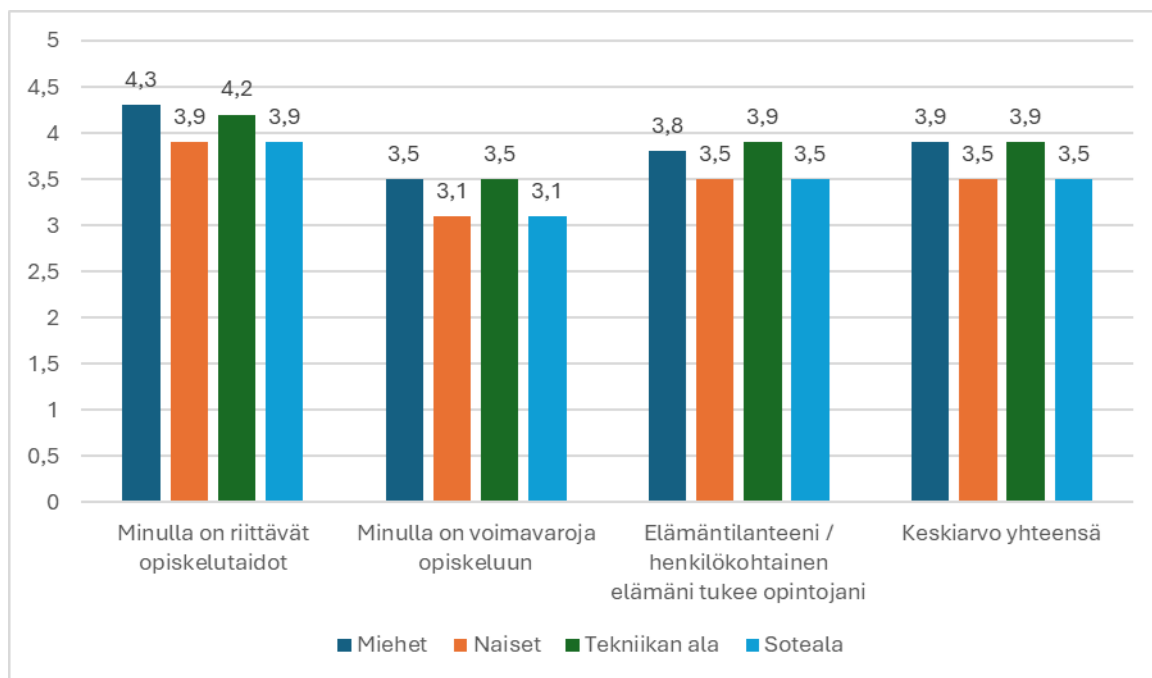
Taulukko 5 kuvaa opiskelijan omaa toimintaa. Opiskelijan omaa toimintaa tutkittiin opiskelutaitojen, voimavarojen sekä henkilökohtaisen elämän kautta. Vastauksista näkyi, että useimmat (85 %, n=44) vastanneista kokivat omaavansa riittävät opiskelutaidot. Hajontaa kuitenkin oli jonkin verran ja 7,7 % (n=4) vastaajista vastasi tähän kysymykseen joko ”Täysin eri mieltä” tai ”Jokseenkin eri mieltä”. Opiskelijoiden joukossa on siis myös niitä, jotka kokevat, että heillä ei ole riittävät opiskelutaidot. Voimavaroihin liittyvään kysymykseen tuli aika paljon hajontaa ja vastaukset keskittyivät asteikon keskelle. Vastaajista peräti viisi koki, että heillä ei ole voimavaroja opiskeluun ja samantapaisesti koki myös 17 muuta opiskelijaa. Vain seitsemän opiskelijaa koki, että voimavaroja on riittävästi ja 13 koki että voimavaroja oli jokseenkin riittävästi. Elämäntilanteen/henkilökohtaisen elämän koki 61,5 %

(n=32) vastanneista tukevan opiskelua ja 26,9 % (n=14) oli sitä mieltä, että elämäntilanne tai henkilökohtainen elämä ei tue opintoja. Lähes kolmannes opiskelijoista ei kokenut saavansa riittävästi tukea opiskeluun elämäntilanteestaan tai henkilökohtaisesti elämästään.

Taulukko 5. Opiskelijan oma toiminta

	1. Täysin eri mieltä	2. Jokseenkin eri mieltä	3. En samaa enkä eri mieltä	4. Jokseenkin samaa mieltä	5. Täysin samaa mieltä	Yhteensä	Keskiarvo	Mediaani
Minulla on riittävät opiskelutaidot selvitäkseni opinnoistani	1	3	4	31	13	52	4,0	4,0
	1,9%	5,8%	7,7%	59,6%	25,0%			
Koen, että minulla on voimavaroja opiskeluun	3	17	6	19	7	52	3,2	3,5
	5,8%	32,7%	11,5%	36,5%	13,5%			
Koen, että elämäntilanteeni/henkilökohtainen elämäni tukee opintojani	1	13	6	19	13	52	3,6	4,0
	1,9%	25,0%	11,6%	36,5%	25,0%			
<b>Yhteensä</b>	<b>5</b>	<b>33</b>	<b>16</b>	<b>69</b>	<b>33</b>	<b>156</b>	<b>3,6</b>	<b>4,0</b>
<b>Yhteensä</b>	<b>3,2%</b>	<b>21,2%</b>	<b>10,3%</b>	<b>44,2%</b>	<b>21,2%</b>			

Kuvassa 7 on tarkasteltu opiskelijan omaa toimintaa sukupuolen ja opiskeltavan alan mukaan. Oma toiminta tukee parhaiten miehiä ja tekniikan alan opiskelijoita. He saivat tämän osion kaikista kohdista keskiarvon 3,9. Naisilla ja sotealan opiskelijoilla vastaava keskiarvo oli 3,5. Tämän osion heikoimmat pisteet sai osio ”Minulla on voimavaroja opiskeluun”. Tässä opiskelijoiden antamat vastaukset olivat aika samansuuntaisia, naisten ja sotealan keskiarvo oli 3,1 ja miesten ja tekniikan alan 3,5. Kuvasta näkyy myös, että opiskelijoilla on hyvät opiskelutaidot.



Kuva 7. Opiskelijan oma toiminta sukupuolen ja alan mukaan

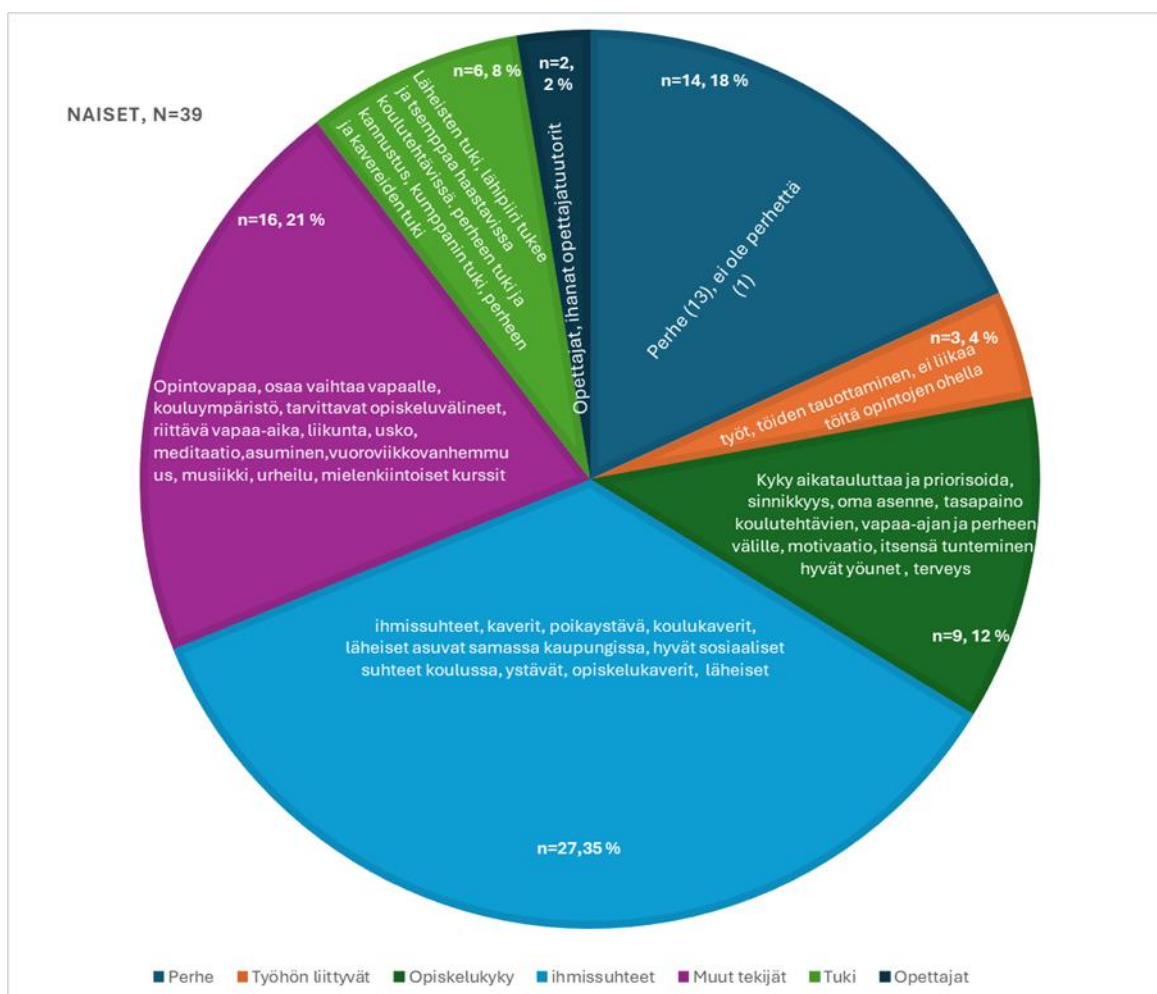
### Mitkä kaikki tekijät omassa elämäntilanteessa tukevat opiskelun etenemistä

Oman elämäntilanteen opiskelua tukevia tekijöitä tutkittiin avoimilla kysymyksillä. Vastaukset ryhmiteltiin ja niihin liittyvät maininnat laskettiin. Nämä tekijät on koottu taulukkoon 6. Ystävät, kaverit ja ihmissuhteet sekä perhe saivat eniten mainintoja, perhe mainittiin 24 kertaa ja muut ihmissuhteet 25 kertaa. Tässä toki vaikuttaa tutkijan tekemä rajausta siitä, että esimerkiksi tyttö- ja poikaystävät luokiteltiin tässä ihmissuhteisiin, eikä perheeseen. Joka tapauksessa läheiset ihmiset ovat tärkeimmässä roolissa henkilökohtaisessa elämässä opintojen tukemisen kannalta. Kolmanneksi eniten mainintoja sai oma asenne ja toiminta. Esimerkiksi motivaatio valmistua, sinnikkyys, asioiden priorisoinnin osaaminen sekä itsensä tunteminen tukivat opiskelua. Lisäksi myös taloudellisella tilanteella ja opintojen rahoituksella oli merkitystä. Kaiken kaikkiaan tasapainoinen arki, sopivasti vapaa-aikaa ja kunnossa olevat ihmissuhteet sekä talous tukivat opiskelijoita. Toisaalta myös yllättävä tilanne kuten lomautus tai irtisanominen, antoivat mahdollisuuden opiskelemiselle.

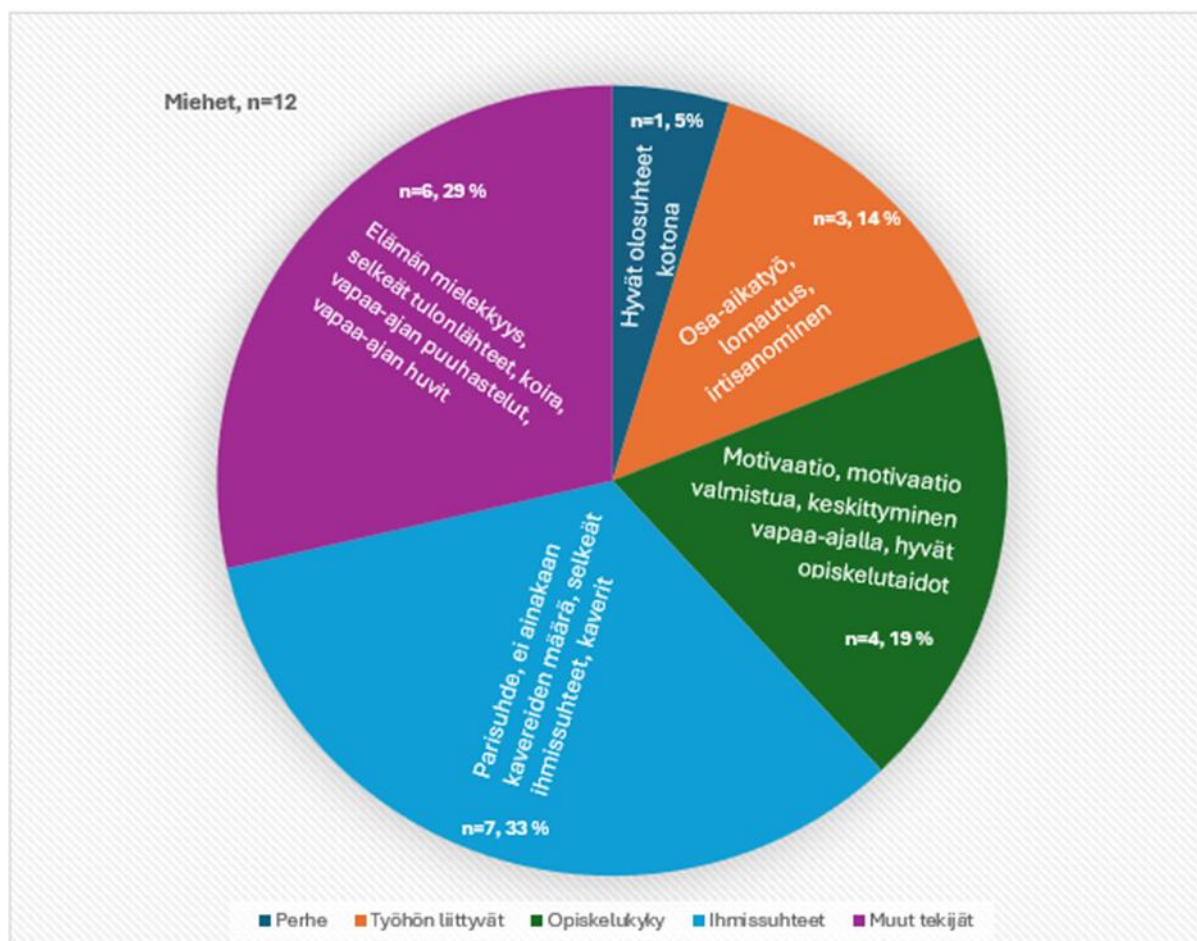
Taulukko 6. Opiskelijan oman elämäntilanteen tekijöitä, jotka tukevat opiskelun etenemistä

<b>Mitkä kaikki tekijät omassa elämäntilanteessasi tukevat opiskelusi etenemistä?</b>		
<b>Kategoriat</b>	<b>Mainintojen määrä</b>	<b>Esimerkkejä vastauksista</b>
Perhe	24	Perhe, läheisten tuki, tukeva puoliso, hyvät olosuhteet kotona, perheen tuki, parisuhde
Muut ihmissuhteet, ystävät	25	Ystävät, ihmissuhteet, poikaystävä, selkeät ihmissuhteet, tyttöystävä, kaverit, kumppanin tuki
Opintovapaa	1	Opintovapaa
Osa-aikatyö	4	Osa-aikatyö, ei liikaa töitä opintojen ohella, työnteon tauottaminen
Vapaa-aika	3	Riittävä vapaa-aika, sopivasti omaa aikaa
Harrastukset	6	harrastukset, meditaatio, liikunta, urheilu, musiikki
Lomautus tai irtisanominen	1	Lomautus ja irtisanominen antoi aikaa
Koulukaverit	8	Opiskelutoverit, hyvät sosiaaliset suhteet koulussa, mukavat koulukaverit, ihanat ystävät luokalta
Taloudellinen tilanne	4	Taloudellinen tilanne, hyvä taloudellinen tilanne, selkeät tulonlähteet, työt (mahdollistaa opiskelun)
Se, että ei ole perhettä	1	Ei ole perhettä
Oma asenne ja toiminta	10	Motivaatio valmistua ja työllistyä, oma kyky aikatauluttaa ja priorisoida, osaan vaihtaa vapaalle, oma sinnikkyys, itsensä tunteminen, hyvät yönnet, oma motivaatio, hyvät opiskelutaidot
Tarvittavat välineet	1	Tarvittavat välineet opintoihin
Opettajat	2	Opettajat, ihanat opettajatuutorit
Muut	11	Ei ainakaan kaverien määrä, elämän mielekkyyden, kouluympäristö, vapaa-ajan hovit, tasapaino vapaa-aikaan, vuoroviikko vanhemmuus, tasainen arki, usko, ruoka, terveys, mielenkiintoiset kurssit
En osaa vastata	1	

Kuvissa 8 ja 9 näkyvät opiskelijoiden nimeämät opintoja tukevat oman henkilökohtaisen elämäntilanteen asiat eriteltynä sukupuolen mukaan. Miehillä ihmissuhteisiin, muihin tekijöihin ja opiskelukykyyn liittyvät asiat saivat eniten mainintoja. Miehistä vain yksi mainitsi perheen opintoja tukevana asiana. Miehet mainitsivat muiksi opintoja tukeviksi asioiksi muun muassa: Elämän mielekkyys, selkeät tulonlähteet, koira, vapaa-ajan puuhastelut ja vapaa-ajan hovit. Naiset antoivat eniten mainintoja perheelle, muille tekijöille sekä ihmissuhteille. Naiset nimesivät muiksi tekijöiksi opintovapaan, taidon osata vaihtaa vapaalle, kouluympäristön, tarvittavat opiskeluvälineet, riittävän vapaa-ajan, liikunnan, uskon, meditaation, asumisen, vuoroviikkovanhemmuuden, musiikin, urheilun sekä mielenkiintoiset kurssit. Miehistä poiketen naiset mainitsivat myös opintoihin saamansa tuen sekä opettajat opintoja tukevinä asioina.

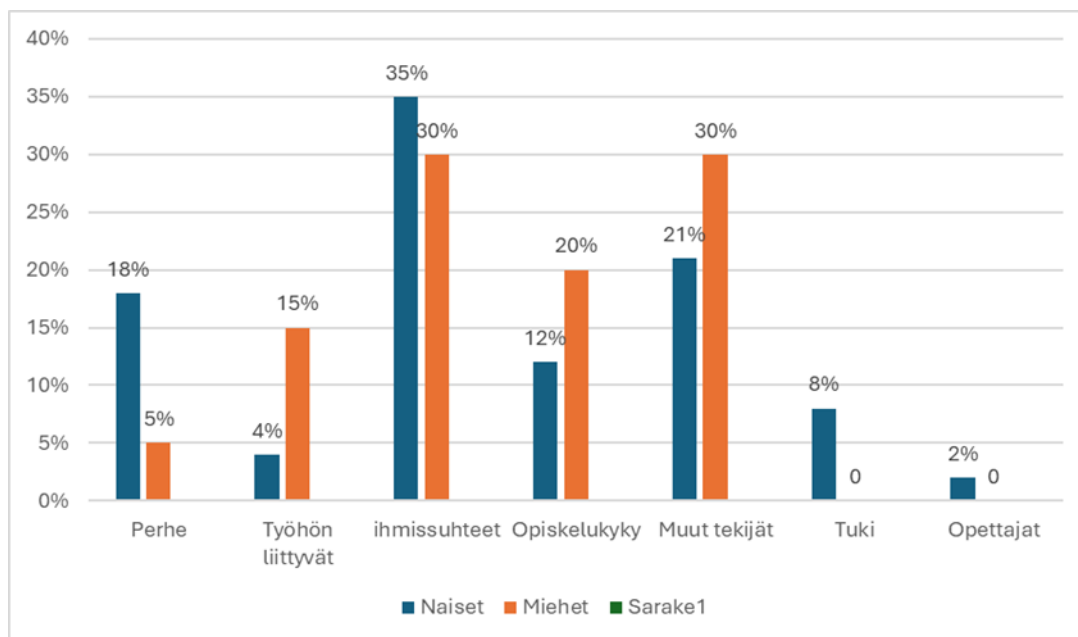


Kuva 8. Mitkä tekijät omassa elämäntilanteessa tukevat opiskelun etenemistä, naiset (n=39)



Kuva 9. Mitkä tekijät omassa elämäntilanteessa tukevat opiskelun etenemistä, miehet (n=12)

Kuvassa 10 on vertailtu opiskelua tukevia oman elämäntilanteen vastauksia prosentteina sukupuolen mukaan. Tässä vertailussa on huomioita se, että miehiä oli mukana tutkimusjoukossa paljon vähemmän (naiset n=39, miehet n=12). Vastauksista näkee kuitenkin sen, että naiset mainitsivat perheen opiskelua tukevana tekijänä miehiä useammin. Miehillä oli puolestaan jonkin verran enemmän opiskelukykyyn liittyviä mainintoja sekä selvästi prosentuaalisesti enemmän työelämään liittyviä mainintoja. Kuitenkin sekä naiset että miehet mainitsivat kolme työelämään liittyvää asiaa, jotka tukivat heidän opiskeluaan. Näitä asioita olivat työt, töiden tauottaminen/ei liikaa töitä, osa-aikatyö, lomautus ja irtisanominen. Opiskelukykyyn miehet nimesivät motivaation, hyvät opiskelutaidot sekä opintoihin keskittymisen vapaa-ajalla. Naiset puolestaan nimesivät opiskelukykyyn kyvyn aikatauluttaa ja priorisoida opintoja, sinnikkyuden, oman asenteen, motivaation, itsensä tuntemisen, hyvät yöunet, terveyden sekä tasapainon koulutehtävien, vapaa-ajan ja perheen välillä. Ihmissuhteet olivat molemmille sukupuolelle merkittävässä roolissa. Naiset mainitsivat ihmissuhteet 27 kertaa ja miehet 7 kertaa.



Kuva 10. Naisten ja miesten antaminen vastausten mainintojen määrä prosentteina (naiset, n=39, miehet n=12)

### Kaikista tärkein opintojen etenemistä tukeva yksittäinen asia

Viimeisessä avoimessa kysymyksessä pyydettiin nimeämään yksi, kaikista tärkein asia opintojen etenemisen kannalta. Vastauksissa (Taulukko 7.) ykköstekijäksi nousivat opiskelijan sisäiset voimavarat, minäpystyvyyteen sekä opiskelukykyyn liittyvät asiat. Vastauksissa nimettiin muun muassa oma jaksaminen, oma asenne, oman ajan hallinta, periksiantamattomuus, oma mielenterveys, opintojen suunnittelu sujuvasti, jaksaminen, palautuminen oma motivaatio sekä kiinnostus opiskeltavaa alaa kohtaan. Myös motivaatio mainittiin yhdeksän kertaa. Näiden lisäksi eniten mainintoja saivat muut opiskelu- ja koulukaverit. Lisäksi mainittiin muun muassa riittävä tuki ja kannustus, työllistymisen alalle, taloudellinen mahdollisuus opiskella aikuisiällä, tietokone ja ajan järjestäminen.

Taulukko 7. Kaikkein tärkein asia opintojen etenemisen kannalta

Mikä on mielestäsi kaikkein tärkein asia opintojesi etenemisen kannalta? Saat nimetä vain yhden asian.		
	Mainintojen määrä	Esimerkkejä vastauksista
Muut opiskelijat, vertaistuki	10	Koulukaverit, ryhmähenki, yhteisöllisyys samaa alaa opiskelevien kanssa, ihanat opiskelukaverit, vertaistuki
Motivaatio	9	
Kiinnostus alaa kohtaan, työllistyminen	6	yleinen kiinnostus alaa kohtaan, opintojen mielekkäisyys sekä mahdollinen työllistyminen valmistumisen jälkeen, päämäärä, löytyy oma juttu jossa pääsee asiantuntijaksi, työllistyminen, halu valmistua
Motivaatio	9	Oma motivaatio, motivaatio, motivaation säilyminen
Muut sisäiset voimavarat, opiskelukyky, asenne	15	Oma jaksaminen, oma asenne, oman ajan hallinta, periksiantamattomuus, oma mielenterveys, opintojen suunnittelu sujuvasti, jaksaminen, palautuminen,
Muut tekijät	10	Mieluisa koulu paikka riittävä tuki ja kannustus, tietokone, taloudellinen mahdollisuus opiskella, etäopiskelun mahdollisuus, aikataulut, opintojen aloitus opiskelijoiden jaksavuuden mukaan, riittävästi aikaa, tuki
En osaa vastata	1	

Jotta tärkeintä opiskelua tukevaa tekijää oli helpompi tutkia sukupuolittain, vastaukset ryhmiteltiin uudelleen viiteen kategoriaan (Taulukko 8). Nämä olivat työhön liittyvät asiat, ihmissuhteisiin liittyvät asiat, opiskelukykyyn liittyvät asiat, muut tekijät ja opintoihin muilta ihmisiltä saatu tuki. Perhettä ei kukaan ei maininnut tärkeimpänä opiskelua tukevana asiana, vaikka se muuten mainittiin usein opintoja edistävänä asiana. Naiset mainitsivat ihmissuhteisiin liittyviä asioita kahdeksan mainintaa, miehet puolestaan seitsemän mainintaa. Ihmissuhteissa oli havaittavissa sellainen ero, että naiset nimesivät pääsääntöisesti opiskeluun liittyviä ihmissuhteita (luokka- ja opiskelukaverit), kun miehet puolestaan nimesivät kaverit tai kumppanin. Naiset eivät maininneet työhön liittyviä asioita lainkaan, miehet mainitsivat työn kolmesti. Eli kolme miestä nosti työhön liittyvät asiat (osa-aikatyö, lomautus, irtisanominen) tärkeimmiksi yksittäiseksi opintoja tukevaksi asiaksi omassa elämäntilanteessa. Opiskelukyky nousi merkittäväksi tekijäksi sekä miehillä että naisilla. Opiskelukykyyn liittyviä asioita naiset mainitsivat 22 kertaa, ja miehet neljä kertaa. Naiset mainitsivat motivaation seitsemän kertaa, ja miehistä kaksi nimesivät motivaation. Myös oma jaksaminen ja mielenterveys sai naisilta useampia mainintoja. Muita tekijöitä oli naisilla 11 mainintaa ja miehillä 6 mainintaa.

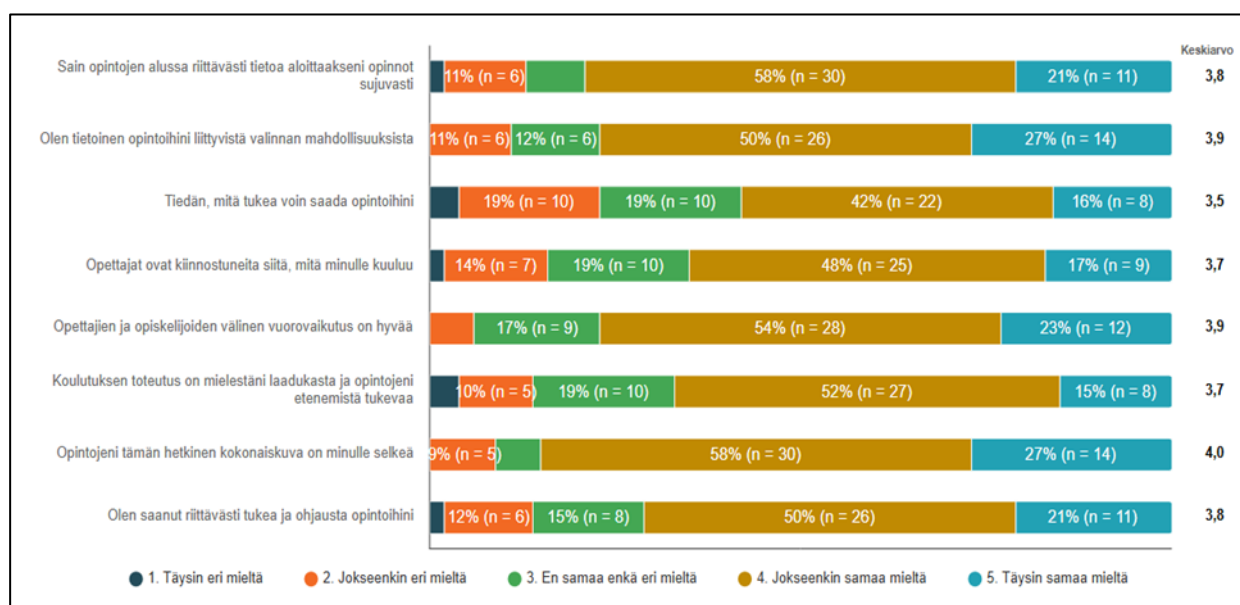
Taulukko 8. Tärkein yksittäinen asia opintojen etenemisen kannalta sukupuolen mukaan

kategoriat	Mainintojen määrä	
	Naiset (n=39)	Miehet (n=12)
<b>Työhön liittyvät</b>	0	3 osa-aikatyö, lomautus, irtisanominen
<b>Ihmissuhteet</b>	8 koulu- ja opiskelukaverit, luokkakavereiden vertaistuki, hyvä opiskeluporukka	7 parisuhde, selkeät ihmissuhteet, kaverit, ei ainakaan kavereiden määrä, tyttöystävä
<b>Opiskelukyky</b>	22 motivaatio, oma jaksaminen, tuntee olonsa merkittäväksi, mielenterveys, palautuminen, tasapaino	4 motivaatio valmistua, oma motivaatio, pystyy keskittymään vapaa-ajalla opiskeluun, hyvät opiskelutaidot
<b>Muut tekijät</b>	11 on aikaa opiskella, mieluisa koulupaikka, omaa tahtia eteneminen, tietokone, riittävästi aikaa tehtävien tekemiseen, saa omaa aikaa, löytyy oma juttu, mielenkiinto alaa kohtaa, halu valmistua, opintojen suunnittelu joustavasti	7 elämän mielekkäisyys, hyvät olosuhteet kotona, selkeät tulonlähteet, vapaa-ajan puuhastelut ja hovit, koira
<b>Tuki</b>	2 riittävä tuki ja kannustus, tuki	0

## 5.2 Korkeakouluorganisaation antama tuki vaikuttaa opintoihin sitoutumiseen

**Oppimisen ja ohjauksen tukeminen**

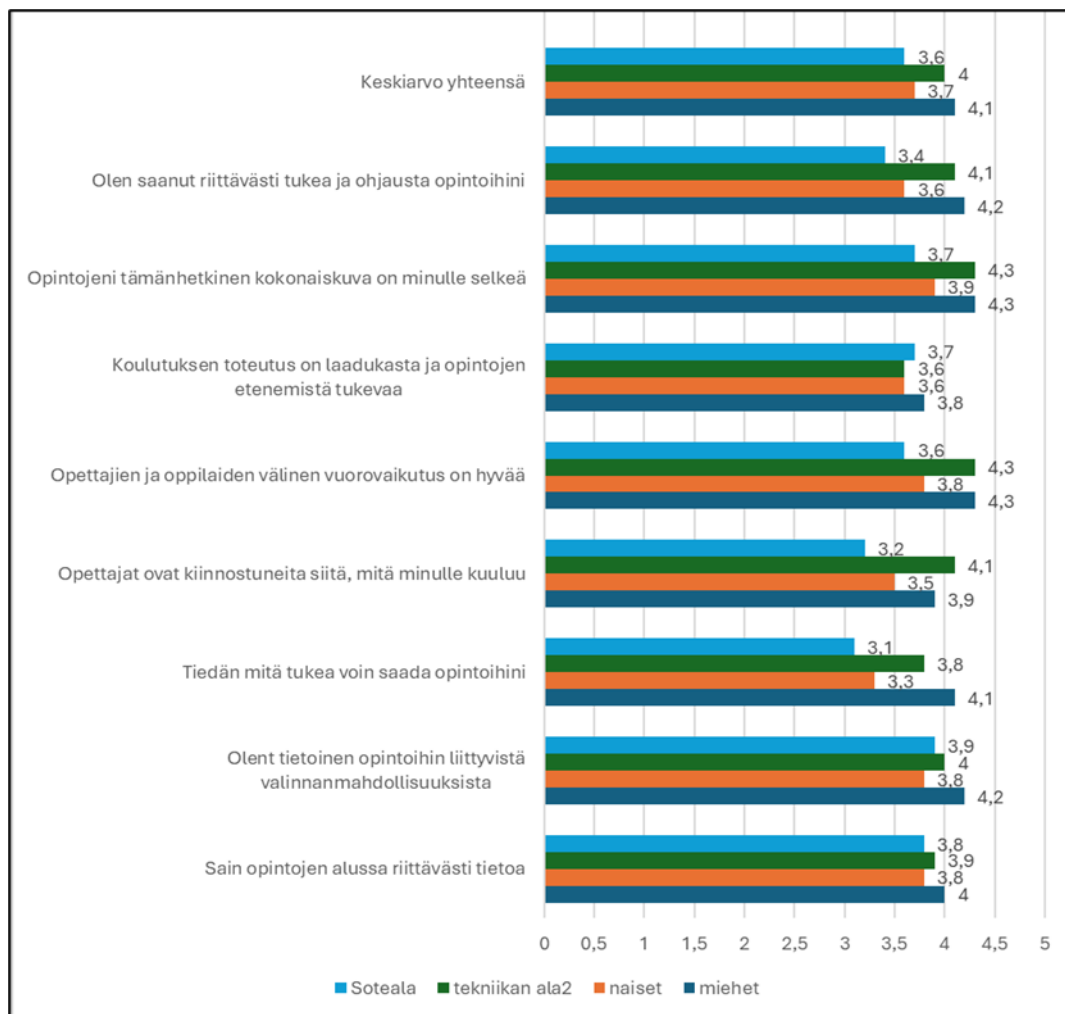
Opintoihin liittyvän oppimisen ja ohjauksen tuen osiossa tutkittiin muun muassa sitä, tiesivätkö opiskelijat mitä tukea on saatavilla, onko opintojen alussa saatu tukea riittävästi, opettajien toimintaan liittyviä tekijöitä sekä opintojen laatua. Heikoin keskiarvo oli väittämällä ”Tiedän, mitä tukea voin saada opintoihini” ja korkein väittämällä ”Opintojeni tämänhetkinen kokonaiskuva on minulle selkeä”. Tässä osiossa hajontaa eri väittämien keskiarvojen välillä oli aika vähän. Kuva 11 havainnollistaa opiskelijoiden saamaa tukea frekvensseinä, prosentteina ja keskiarvoina. Opiskelijoista 78,9 % koki saaneensa opintojensa alussa riittävästi tietoa aloittaakseen opintonsa sujuvasti ja 76,9 % vastaajista oli tietoisia opintoihin liittyvistä valinnan mahdollisuuksista. Opiskelijoista 23,1 %, eli lähes neljännes, ei puolestaan tiennyt, mitä tukea voi saada opintoihin. Tämä on näin pienestä otoksesta aika huomattava määrä.



Kuva 11. Opiskelijoiden opintoihin saama tuki

Kuvaan 12 on koottu opiskelijoiden saama tuki sukupuolittain ja aloittain. Tekniikan alan opiskelijat antoivat koko osa-alueen keskiarvoksi 4,0 ja miehet 4,1. Sotealan vastaavat keskiarvot olivat 3,6 ja naisilla 3,7. Tulokset kertovat, että tekniikan alan opiskelijat kokivat opintojen tuen kokonaisuutena paremmaksi kuin sotealan opiskelijat. Isoimmat erot näkyivät väittämässä ”Olen saanut riittävästi tukea ja ohjausta” sekä ”Opettajien ja oppilaiden välinen vuorovaikutus on hyvää”. Näissä tekniikan alan opiskelijat ja miehet antoivat selvästi paremman keskiarvon kuin naiset tai sotealan opiskelijat. Sotealan opiskelijoiden antama keskiarvo tuen saamiseen oli 3,4; naisten keskiarvo 3,6; miesten keskiarvo 4,2 ja tekniikan opiskelijoiden antama keskiarvo 4,2. Tämä kertoo, että sotealan opiskelijat ja naiset eivät kokeneet saaneensa niin riittävästi tukea kuin miehet tai tekniikan alan opiskelijat. Opettajien ja opiskelijoiden välisen vuorovaikutuksen keskiarvot olivat hyvin samansuuntaisia (naiset KA=3,6; soteala KA=3,8; miehet ja tekniikan opiskelijat KA=4,3). Osio ”Koulutuksen toteutus on laadukasta ja opintojen etenemistä tukevaa” ja ”Sain opintojen alussa riittävästi tietoa” saivat puolestaan tasaiset keskiarvot kaikilta opiskelijoilta. Osioon ”Tiedän, mitä tukea voin saada opintoihini” tuli

myös hajontaa. Heikoimman keskiarvon (KA=3,1) antoivat sotealan opiskelijat. Miehet puolestaan antoivat parhaan keskiarvon (KA=4,1). Näiden keskiarvojen ero on aika suuri.



Kuva 12. Opiskelijoiden saama tuki sukupuolen ja alan mukaan

Taulukossa 9 näkyy puolestaan opiskelijoiden vastaukset kysymykseen: ”Mitkä oppimisen ja opiskelun ohjaukseen liittyvät asiat ovat tukeneet opintojen etenemistä”. Nämä vastaukset ryhmiteltiin kategorioihin: Opettajiin liittyvät asiat, tutoropettajaan liittyvät asiat, muut opiskelijat, joustavuus, oppimisen tukeen liittyvät asiat ja muut asiat. Yksitoista vastaajaa ei osannut vastata lainkaan. Opettajiin ja tutoropettajiin liittyvät asiat saivat selvästi eniten mainintoja. Myös oppimisen tukemisen erilaisia keinoja nimettiin useita. Yksi tällainen keino, joka mainittiin, on opettajien toimintaan linkittyvä joustavuus. Kuten seuraavat sitaatti osoittaa, opettajien antama tuki koettiin todella tärkeäksi.

*” Opettajien innokas ja osallistuva toiminta. He jaksavat kannustaa ahkerasti ja tsempata. Myös ymmärrystä elämäntilanteisiin ja siihen, että opiskelijalla on muutakin elämää, on tuntunut löytyvän.”*

Muitakin opiskeluun liittyviä konkreettisia tukikeinoja mainittiin. Näitä olivat esimerkiksi erilaiset pajat kuten taitopaja, simulaatiot ja rästimaja. Myös opiskelijahuollon tuki kuten kuraattori ja lukivaikeuden selvittäminen sekä tuen saatavuus mainittiin. Lisäksi mainittiin henkilökohtainen ohjaus. Mainintoja saivat myös muun muassa toimiva tietotekniikka, Reppu (opiskelijoiden intranet), tiedotus, Savonian antama apuraha vaihtoon ja myönteinen ilmapiiri.

Taulukko 9. Oppimisen ja opiskelun ohjaukseen liittyvät opintoja tukeneet asiat

<b>Mitkä oppimisen ja opiskelun ohjaukseen liittyvät asiat ovat tukeneet opintojesi etenemistä?</b>		
	<b>Mainintojen määrä</b>	<b>Esimerkkejä vastauksista</b>
<b>Opettajiin liittyvät asiat</b>	20	Opettajien tuki ja neuvot, opettajien ja oppilaiden välinen vuorovaikutus, opettajat auttavat aina, opettajat välillä, opettajien innokas ja osallistuva toiminta ja ymmärrys eri elämäntilanteisiin, opetus pääosin laadukasta ja kattavaa, hyvät opet kykenevät vastaamaan ja neuvomaan vaikeammassakin ongelmissa, opettajien kanssa juttelu, opettajan antama ohjaus, opettajien joustavuus, opettajat vastaavat pääosin hyvin viesteihin, opettajat pääsääntöisesti auttavat, saumaton yhteistyö.
<b>Tutoropettajaan liittyvät asiat</b>	7	Tutor-tunnit ja henkilökohtainen ohjaus, aloituskeskustelu, opetutor tunnit, tutoropettajien tuki harkkapaikan puuttuessa ja opettajatutorit ovat auttaneet, heidän kannustus ja oikea kiinnostus, tutor-opettajien kiinnostus siitä miten minulla menee ja miten opinnot sujuvat.
<b>Muut opiskelijat</b>	4	Kanssaopiskelijoiden tuki, opiskelijakaverin jakama tieto ja osaaminen, luokkatoverit auttavat aina, yhteishengessä ollut voimavara.
<b>Joustavuus</b>	5	Joustavuus, joustavuus esim. palautuspäivissä.
<b>Oppimisen tukeen liittyvät asiat</b>	9	Taitopaja, simulaatiot, rästimaja, lukivaikeuden selvittäminen, kuraattori, tuen saatavuus, lisäaika/tukiseteli, henkilökohtainen ohjaus/lisäohjaus.
<b>Muut asiat</b>	9	Oppilaitos kannustaa opiskelemaan, toimiva tietotekniikka, Reppu x 2, (opiskelijoiden intranet), tiedotus, Savonian antama apuraha vaihtoon, myönteinen ilmapiiri ja halu kehittyä yhdessä, selkeät aikataulut.
<b>En osaa sanoa / Ei vastausta</b>	11	

### Oppimisen ja opiskelun ohjauksen kehittäminen

Myös oppimisen ja opiskelun ohjaukseen liittyviä opintojen etenemistä tukevia asioita kysyttiin avoimilla kysymyksillä. Kysymykseen siitä, miten opiskelijat kehittäisivät oppimisen ja opiskelun ohjausta, tai mitkä tekijät vaikeuttavat/hidastavat opintoja, annetut vastaukset luokiteltiin viiteen eri kategoriaan: 1) Ohjaukseen ja opettajien toimintaan liittyvät, 3) toiminnallisuuteen/osallisuuteen liittyvät, 4) käytännön asioihin liittyvät ja 5) Omaan toimintaan liittyvät tekijät. Taulukossa 10 näkyvät eri kategorioihin luokitellut vastaukset. Mielenkiintoinen huomio on, että 16 opiskelijaa jätti vastamatta tähän kysymykseen. Opiskelun ja ohjauksen kehittämisessä nousi eniten esiin käytännön asiat.

Taulukko 10. Oppimisen ja opiskelun kehittäminen

Miten kehittäisit oppimisen ja opiskelun ohjausta?		
	Mainintojen määrä	
<b>En osaa sanoa / Ei vastausta</b>	16	
<b>Ei mitään kehitettävää</b>	1	-
<b>Ohjaukseen ja opettajien toimintaan liittyvät</b>	15	Ohjaukselle enemmän aikaa, parempaa ohjausta opintojen suhteen, opinto-ohjausta enemmän opintojen loppupuolelle/siirtymisvaiheessa työelämään, kehityskeskustelu ”yliopettajan” kanssa, tukea pitäisi olla paremmin saatavilla, enemmän henkilökohtaista ohjausta tutoropettajilta, enemmän tietoa tukitoimista ja helpommin saatavia tukitoimia, poikkeustapauksiin (esim. siirtohaun kautta tulleet) enemmän apua ja tukea, selkeyttämällä opetusta, opettajien yhteistyö (yhteisesti sovitut käytännöt ja samat tekniikat), enemmän opettajan ja opiskelijan välisiä keskusteluja (säännöllisyys), opettajien eroavat opetustyylit, viesteihin nopea vastaaminen, opettajien lukujärjestyksiin lisää aikaa ”tukiopetukselle” ja ohjaukselle
<b>Toiminnallisuus/Osallisuus</b>	5	Enemmän ryhmässä oppimista, oppilaiden yhteisiä oppimishetkiä ja tiedon jakamista, ”läsnäolopakko”/aktiivinen kannustaminen tunneille osallistumiseen, enemmän ryhmätöitä ja keskusteluita, erilaiset tietovisat ennen ja jälkeen luentoja
<b>Käytännön asiat</b>	17	Selkeyttämällä kurssin runkoa, selkeämmät yhteiset pelisäännöt kursseille (tieto, mihin panostaa), lähituntien määrän lisääminen, aikataulutus (selkeämmäksi, tasaisemmaksi ja heti alusta tietoon), simulaatiot pois sekä koemaiset tilanteet, joustaminen poikkeustilanteissa, ei liikaa tehtävää, liian nopea aikataulu/kurssit päällekkäin, opinnot pitäisi suunnitella ja aikatauluttaa paremmin, opiskelijoiden voimavarojen arviointi, lisää aikaa kursseihin, itsenäisen opiskelun ja koulupäivien tasapainottaminen paremmin, ryhmähenki tiivistyy lähitunneilla
<b>Oma toiminta</b>	3	Ottamalla niskasta kiinni

Myös opettajien toimintaan liittyvät asiat saivat paljon mainintoja. Opetukseen, ohjaukseen ja käytännön järjestelyihin liittyvät asiat mainittiin useammin oppimisen ja opiskelun tukemisen kehittämis-kohteina. Opiskelijat kaipaavat yhtenäisempiä käytäntöjä ja sääntöjä opettajien välille sekä selkeitä aikatauluja sekä sitä, että opintojen suunnittelussa ja aikataulutuksessa huomioitaisiin opiskelijoiden voimavarat paremmin. Lisäksi opiskelijat toivoivat enemmän henkilökohtaisempaa ohjausta.

*”Kaipaisin enemmän henkilökohtaista ohjausta tutor-opettajilta. Alaan liittyy monenlaisia ajatuksia ja itsellä on ollut tosi vaikeita ajatuksia ja hetkiä opintojen aikana. Kaipaisin siis enemmän henkilökohtaista tukea ja ehkä tapaamisia..? Lisäksi vies-teihin vastaaminen on välillä hidasta opettajien puolelta, mikä voi sekoittaa omia opintoja. Pohdin myös Savonian joustokykyä poikkeuksellisissa tilanteissa, jolloin opintoja pitäisi hopsata jotenkin erillä tavalla (esim. äitiysloma tai sairastuminen).”*

Myös toiminnallisuutta ja osallisuutta toivottiin. Yksi vastaaja toivoi ”läsnäolopakkoa” tai vahvempaa kannustamista tunneille osallistumiseen. Hän perusteli asiaa sillä, että silloin ryhmähenki olisi parempaa sekä ohjaus sulavampaa. Muita konkreettisia keinoja, joita opiskelijat toivat esiin, olivat esimerkiksi: Kurssin rungon selkeyttäminen ja myös selkeämmät yhteiset pelisäännöt kursseille (tieto, mihin opiskelijan kannattaa panostaa), lähituntien määrän lisääminen, aikataulutuksen selkeämmäksi ja tasaisemmaksi ja heti alusta tietoon, simulaatioita toivottiin pois kuten myös koemaisia tilanteita. Lisäksi toivottiin joustamista etenkin poikkeustilanteissa, ei annettaisi liikaa tehtävää, eikä liian nopeaa aikataulua. Toivottiin myös, että kurssit eivät olisi päällekkäin. Kaiken kaikkiaan opinnot pitäisi suunnitella ja aikatauluttaa paremmin, huomioiden myös opiskelijoiden voimavarat.

## 6 POHDINTA

Opinnäytetyössä tutkittiin korkeakouluopiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen vaikuttavia tekijöitä Savonia-ammattikorkeakoulussa. Erityisesti tarkasteltiin pedagogisen hyvinvoinnin, opiskelun imun, minäpystyvyyden sekä korkeakouluorganisaation tarjoaman tuen merkitystä opintojen etenemiselle. Tutkimuksen viitekehyksenä olivat pedagogisen hyvinvoinnin, osaamisen ja oppimisen johtamisen, ohjauksen sekä työn ja opiskelun imun teoriat. Tutkimus toteutettiin yhteistyössä Savonia-ammattikorkeakoulun ”MoniTorin”-hankkeen kanssa. Keskeisiä käsitteitä olivat opiskelun imu (tarmokkuus, omistautuminen, uppoutuminen), minäpystyvyys, pedagoginen hyvinvointi ja osaamisen johtaminen. Tutkimuksessa selvitettiin myös, mitkä opinto- ja uraohjauksen tukimuodot koettiin toimiviksi ja mitä tulisi vielä kehittää. Tutkimuksen tuloksia tarkastellaan suhteessa tutkimuskysymyksiin, joita olivat 1) Miten pedagoginen hyvinvointi vaikuttaa opintoihin sitoutumiseen. 2) Miten Savonia-ammattikorkeakoulun antama tuki vaikuttaa opintoihin sitoutumiseen? Lisäksi tuloksia tarkastellaan viitekehyksestä nousseen osaamisen johtamisen kautta.

Erätuuli ym. (1994) kertovat tutkimustulosten käyttökelpoisuuden määräytyvän niiden luotettavuudesta, yleistettävyydestä ja merkityksestä ihmisten todellisuudessa sekä luonnollisesti siinä, että mitausten ja testien käytön tulee soveltua johonkin merkittävään tarkoitukseen käytännön tasolla. Tutkimuksen pohjana toimii valittu viitekehys ja teoriat, joten myös tulokset on tulkittava teorian puitteissa. (Erätuuli ym. 1994, 98.) Tämän tutkimuksen aihe on hyvin käytännönläheinen ja myös teoriaa aiheesta löytyi paljon. Pedagoginen hyvinvointi, opiskelun tukeminen sekä opiskeleminen itsessään, koostuvat hyvin monenlaisista asioista ja kokonaisuuksista. Seuraavassa tarkastellaan tutkimuksen tuloksia nostamalla esiin havaintoja opiskelijoiden antamista vastauksista sekä peilaamalla havaintoja aiheesta löytyviin aiempiin teorioihin, tutkimukseen ja kirjallisuuteen. Tutkimuksen tuloksista nostetaan esiin myös avoimista kysymyksistä nousseita konkreettisia käytännön esimerkkejä.

### 6.1 Tulosten tarkastelua

#### **Pedagoginen hyvinvointi on yhteydessä opinnoissa etenemiseen**

Tutkimuksessa tutkittiin pedagogisen hyvinvoinnin yhteyttä opintojen etenemiseen. Tutkimuksen vastauksista voidaan tehdä päätelmä, että tutkimukseen osallistuneet opiskelijat eivät luovuta helposti ja ovat sinnikkäitä sekä kokevat pystyvänsä samaan kuin toisetkin. Tämä tukee tutkimuksen viimeisessä kysymyksessä saatua vastausta oman asenteen merkityksestä. Tutkimuksen viimeisessä kysymyksessä pyydettiin nimeämään yksi, kaikista tärkein asia opintojen etenemisen kannalta. Vastauksissa ykköstekijäksi nousi oma motivaatio. Lisäksi mainittiin muun muassa riittävä tuki ja kannustus, työllistyminen alalle, taloudellinen mahdollisuus opiskella aikuisiällä, tietokone, ajan järjestäminen, tasapaino sekä mielenterveys. Vastausten perusteella elämäntilanteella sekä omalla asenteella on kaiken kaikkiaan selvästi merkitystä opiskelujen etenemisen kannalta.

Vaikka kyselyn otos oli pieni, osa vastauksista herätti huolta opiskelijoiden jaksamisesta ja hyvinvoinnista. Useammassa vastauksessa tuotiin esiin, että oppimisen ja ohjauksen tukea pitäisi olla vielä enemmän saatavilla. Opiskelijoiden omaa tilannetta tutkittaessa voimavaroja mittaava osio sai vähäisimmät pisteet. Myös käytännön järjestelyihin kaivattiin selkeyttä ja opiskelijoiden voimavarojen huomioimista sekä vuorovaikutusta opiskelijakavereiden kanssa. Myös Kajastus (2024, 36) nostaa

esiin Piirto ym. (2022) ajatuksen siitä, että yhteenkuuluvuuden voidaan ajatella sisältävän sekä tehäviin liittyvää henkisen ja ammatillisen tuen saamista, mutta myös sitä, että saa mahdollisuuden kuulua joukkoon. Näin ollen molemmat, sekä ohjaus että käytännön asiat, ovat tärkeitä elementtejä opintoihin sitoutumisessa.

Tutkimustulokset osoittivat myös sen, että opiskelijat kokevat opiskelun merkitykselliseksi ja ovat siitä innoissaan, mutta energisyys ja tarmokkuus eivät olleet yhtä vahvoja. Vain noin puolet vastanneista tunsivat energisyyttä ja tarmokkuutta. Hakasen mukaan henkilö, joka saa korkeat pisteet tarmokkuudessa, on useimmiten energinen, innostunut ja sisukas työssään (Hakanen 2009, 9–11). Tässäkin tutkimuksessa energisyys ja tarmokkuus korreloivat keskenään, ne saivat lähes samoja pisteitä. Sisukkuutta osoittaa kuitenkin se, että lähes kaikki vastaajista olivat edenneet opinnoissaan suunnitelmiansa mukaan. Opinnot olivat kuitenkin edenneet parhaiten suunnitelman mukaan sotealan opiskelijoilla ja heikoiten miehillä. Toisaalta voimavaroja on puolestaan sotealan opiskelijoilla vähiten ja tekniikan alalla ja miehillä enemmän. Tämä osoittanee sinnikkyyttä sotealan opiskelijoilta. Kajastuksen mukaan opiskelun merkityksellisyyden kokeminen on yksi vahvasti vaikuttava tekijä sekä miesten että naisten alanvaihtoaikaisiin. Opiskelijoilla, jotka pitivät opiskelua hyvin merkityksellisenä itselleen, näitä ajatuksia alanvaihdosta oli puolet vähemmän. (Kajastus 2024, 44.) Tässä tutkimuksessa opiskelijat kokivat opiskelun itselleen merkitykselliseksi, alasta tai sukupuolesta riippumatta.

Suurin osa opiskelijoista koki omaavansa riittävät opiskelutaidot ja minäpystyvyys oli yleisesti hyvällä tasolla. Vastausten perusteella myös omalla elämäntilanteella on selvästi merkitystä opiskelujen etenemisen kannalta. Opiskelijoiden henkilökohtainen elämäntilanne ei tukenut melkein kolmannesta opiskelijoista, eikä lähes samalla määrällä opiskelijoita ollut riittäviä voimavaroja opiskeluun. Nämä samat asiat heijastuivat myös siinä, että joustavuus koettiin yhdeksi tärkeimmistä opintojen etenemistä tukevana asiana. Kuten myös se, että opettajat ymmärtävät opiskelijan kokonaistilanteen. Joka tapauksessa tutkimuksessa esiin noussut opiskelijoiden voimavarojen vähyyks ja oma elämäntilanne herättävät myös huolta. Oppimisen ja ohjauksen tukea tarvitaan selvästi lisää sekä tutoropettajilta että kurssien opettajilta, opiskelijahuoltoon unohtamatta. Yksi vastaajista mainitsi ohjauksen kehittämisen yhteydessä itseään niskasta kiinni ottamisen. Voisiko tulkita, että korkeakouluorganisaatiossa tarvitaan tukea myös opiskelijan toiminnanohjaukselle? Vai onko näin, että opiskelijat tekevät jo parhaansa opiskelun ja henkilökohtaisen elämän paineiden alla?

### **Opiskelukyky on moninainen ja yksilöllinen kokemus**

Opiskelukyky on osa opiskelijan pedagogista hyvinvointia. Tutkimustulokset osoittivat, että opiskelukyky koostuu useista eri tekijöistä asioista ja on yksilöllinen kokemus. Tutkimuksessa mainittiin useita opiskelua tukevia tekijöitä. Ystävät, kaverit ja ihmissuhteet sekä perhe mainittiin useissa osioissa. Läheiset ihmiset ovat tärkeimmässä roolissa henkilökohtaisessa elämässä opintojen tukemisen kannalta. Lisäksi useita mainintoja sai oma asenne ja toiminta. Esimerkiksi motivaatio valmistua, vapaa-ajan puuhut, hyvät opiskelutaidot, sinnikkyys, asioiden priorisoinnin osaaminen sekä itsensä tunteminen tukivat opiskelua. Kaiken kaikkiaan tasapainoinen arki, sopivasti vapaa-aikaa ja kunnossa olevat ihmissuhteet sekä taloudellinen tilanne tukivat opiskelijoita. Voisi tiivistää, että kun elämän peruspalikat ovat kunnossa, myös opiskeleminen sujuu.

Opiskelukyvyn merkitystä on tutkittu myös motivaation kannalta. Motivaation merkityksen todetaan olevan kiistaton opintosaavutusten ja oppimisen kannalta. Motivaatioon liittyviä kysymyksiä voidaan tarkastella sosiaalisten, ammatillisten ja akateemisten tavoitteiden sekä näiden teemojen vuorovaikutuksen avulla. Lisäksi tavoitteiden taustalla olevat motiivit sekä opettajien antamat palkinnot (palkitsemiskäytännöt) vaikuttavat merkittävästi oppimisen määrään, laatuun sekä opintojen jatkamiseen. (Meriläinen 2008, 145.) Tämän tutkimuksen tulokset ovat hyvinkin samansuuntaisia Meriläisen ajatusten kanssa. Motivaation merkitys tuli esiin useammassa eri tutkimuksen osiossa. Tutkimuksesta nousee selvästi esiin motivaation merkitys opintoihin sitoutumisessa sekä sitä kautta opintojen etenemisessä.

Mieli ry:n mukaan lasten ja nuorten mielenterveys Suomessa on vakavassa kriisitilassa. Kelan tilastot osoittavat, että jopa noin neljännes nuorista kärsii mielenterveyden häiriöstä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kouluterveyskyselyiden perusteella yläkoululaisten, lukiolaisten ja ammatillisten opiskelijoiden hyvinvointi on heikentynyt verrattuna aiempiin vuosiin. Erityisen huolestuttavaa on, että tytöillä ahdistus- ja masennusoireet ovat yleistyneet merkittävästi. Vuoden 2023 kouluterveyskyselyn mukaan noin kolmasosa tytöistä ja viidesosa pojista koki toimintakykyä heikentävää ahdistuneisuutta tai masennusta. Samansuuntaista kehitystä on havaittu myös Turun yliopiston lastenpsykiatrian tutkimusyksikön havaintojen perusteella. (Åstrom, Nurmilaakso, Kyllönen & Kontturi 2024, verkkouutinen.) Niitylahden tutkimuksessa opintoihin kiinnittyminen muuttui koko opintojen ajan. Epävarmuuden tunteita oli etenkin ensimmäisen vuoden opiskelijoilla. Epävarmuustekijöitä olivat alan valinta, uusi koulu, oman paikan etsiminen ja aikuistuminen. (Niitylahti 2021, 5.) Tässä tutkimuksessa ei tutkittu opiskelijoiden kokemaa ahdistusta suoraan, mutta opiskelijoiden itsetuntoa tarkastellessa tuli ilmi, että lähes 39 % vastanneista oli epävarma omista kyvyistään. Tämänkin tutkimuksen mukaan voidaan todeta, että opiskelijat kokevat epävarmuutta eri vaiheissa opintoja. Olisi myös mielenkiintoista tutkia, heijastuuko epävarmuus opiskelijan omista kyvyistä ahdistuksena opinnoissa pärjäämisessä ja opintoihin liittyvissä vaatimuksissa.

Meriläinen puolestaan luettelee erilaisten kokeiden ja esseiden, aikatauluvaatimusten, taloudellisten tekijöiden, muutokset ruokailu- ja nukkumistottumuksissa, uusien vastuiden ottamisen, urasuunnittelun, uusien ihmisten tapaamisen, epäonnistumisen pelon, vanhempien odotusten sekä opintojen kasvaneen kuormittumisen olevan esimerkkejä yleisimmistä opiskeluaikojen stressitekijöistä. Lukuisat tutkimukset ovat selvittäneet stressin vaikutusta opintosuorituksiin, mutta siltikään tulokset eivät ole yksiselitteisiä, eivätkä suoraan kerro, miten stressi vaikuttaa opiskelijan itsetuntoon. Voidaan kuitenkin todeta, että stressistä selviäminen parantaa itsetuntoa. Mutta toisaalta pitkittynyt stressi heikentää itsetuntoa. Opiskelijan kokemalla stressillä on myös yhteyttä epäterveellisiin elämäntapoihin. Stressin määrä ja itsetunto eivät siis korreloi suoraan keskenään. (Meriläinen 2008, 143, 145.) Myös teoriaosuudessa mainittiin (Korhonen ja Hietava 2011) samantyyllisiä haasteita, jotka hidastavat opintojen etenemistä. Näitä ongelmia ovat esimerkiksi työskentely opintojen ohella, motivaation puute, omaan hyvinvointiin liittyvät asiat sekä ihmissuhteet opiskeluympäristössä ja omassa lähipiirissä. (Rautopuro ym. 2011, 52.)

Tutkimuksen tulokset vahvistavat osaltaan sekä Meriläisen että Korhosen ja Hietavan toteamia asioita. Vastaajista 37 % kävi samalla osa-aikatoivissa, ja 14 vastaajaa koki, että elämäntilanne ei tue opiskelua. Tutkimuksessa tuli ilmi, että opiskelijat toivovat opinnoissaan joustavuutta ja aikataulun

sovittamista. He myös mainitsivat perheen yhtenä tärkeänä opiskelun tukijana. Nämä kaikki kertonevat osaltaan myös opiskelun vaatimuksista ja paineista. Kuten Meriläinen toteaa, stressin määrä ja itsetunto eivät välttämättä korreloi keskenään. Vaikka tutkimukseen osallistujien vastauksista voidaan nähdä stressitekijöitä, yhdellekään vastaajista ei ollut tullut keskeytyksiä opintoihin. He olivat myös innoissaan opinnoistaan.

### **Korkeakouluorganisaation antama tuki vahvistaa opiskelun imua**

Tässä tutkimuksessa tutkittiin myös sitä, miten korkeakouluorganisaation antama tuki vaikuttaa opiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen ja opinnoissa etenemiseen. Tutkimukseen osallistuneet opiskelijat kokivat opettajien tuen, neuvot ja vuorovaikutuksen erittäin tärkeiksi asioiksi opinnoista selviytymisen kannalta. Vastausten perusteella opiskelijat kokivat saaneensa riittävästi tukea opintojen alussa, mutta kuitenkin oppimisen ja ohjauksen tukea kaivattiin enemmän. Lähes neljännes vastaajista ei tiennyt, mitä tukea on saatavilla ja osa ei tiennyt opintoihin liittyvistä valinnan mahdollisuuksista.

Opiskelijat toivat esiin useita oppimisen ja ohjauksen tukemiseen liittyviä asioita, jotka olivat tukeet heidän opintojensa etenemistä. Näitä olivat muun muassa opettajien tuki ja neuvot, opettajien ja oppilaiden välinen vuorovaikutus sekä opettajien innokas ja osallistuva toiminta. Myös tutoropettajat koettiin tärkeiksi. Tutkimustuloksien pohjalta voidaan todeta, että opettajan rooli heijastuu oppilaan hyvinvointiin ja opiskelun imuun. Tätä tukevat myös aiemmat tutkimukset. Wenström kertoo työn imun olevan teoreettinen vastine käytännön käsitteelle ”innostuminen”. Hänen mukaansa innostuminen on myös hyvän opettajan tunnuspiirre. Peter Warrin laatimassa (1990) luokittelussa työn imuun kytkeytyvät myönteinen tunne ja korkea aktivaatiotaso. Myönteisiä tunteita hän kuvaa sanoilla pirteä, innostunut, iloinen, positiivinen ja energinen. (Wenström 2020, 30–32.)

Tässä tutkimuksessa sotealan opiskelijoilla oli hieman heikompi energisyys, tarmokkuus ja uppoutuminen kuin muilla. Energisyys, tarmokkuus ja uppoutuminen saivat parhaimmat keskiarvot miehiltä ja tekniikan alan opiskelijoilta. Useimmissa opiskelun imuun liittyvissä kysymyksissä sotealan opiskelijoiden vastaukset saivat heikompia keskiarvoja. Tekniikan alan vastaukset saivat puolestaan parhaat keskiarvot. Samansuuntaiset tulokset tulivat opettajien ja oppilaiden välisestä vuorovaikutuksesta – Tekniikan alan opiskelijat kokivat vuorovaikutuksen parempana kuin sotealan opiskelijat. On siis selvää, että jokin tekijä parantaa tekniikan alan opiskelijoiden kokemaa vuorovaikutusta sekä lisää heidän opiskelun imua. Sotealan opiskelijoiden ja naisten antamat pisteet olivat kaikissa ”Opiskelijoiden saama tuki” -osion kysymyksissä kauttaaltaan heikompia kuin tekniikan alan opiskelijoiden tai miesten antamat pisteet. Tämä herättää miettimään sitä, että olisiko sotealan opinnoissa syytä tehdä tarkempi kartoitus siitä, millaista tukea opiskelijat kaipaavat ja miten sotealan opettajat jaksavat.

Opettajien subjektiivisen hyvinvoinnin, koetun opettajatuen sekä oppilaiden koetun mielenterveyden ja fyysisen terveyden välisiä yhteyksiä on myös tarkasteltu. Koulutusjärjestelmien muutokset ovat laajentaneet opettajan roolia tiedon välittämisestä myös oppilaiden sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen tukemiseen sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseen (Braun et al., 2020; Jennings & Greenberg, 2009). Tämä kehitys on vahvistanut opettajien merkitystä oppilaiden fyysisen ja psyykki-

sen terveyden tukemisessa (Denny et al., 2011). Tutkimuksen mukaan opettajan kokemaa itsetehokkuus oli yhteydessä oppilaiden parempaan mielenterveyteen, ja koettu opettajatuki puolestaan liittyi myönteisesti sekä oppilaiden fyysiseen että psyykkiseen hyvinvointiin koko lukukauden ajan. (Pap ym. 2023, 811–812, 827–828.) Yksi vastaajista kirjoitti: ”Opettajienkin lukujärjestykset on ympätty niin täyteen, ettei ole mahdollista saada kunnon apua tai tukiopetusta”. Muutama vastaus sisälsi myös sanan ”pääsääntöisesti” tai vastaavan muun ilmaisun. Esimerkiksi: ”Pääosin opettajat vastaavat viesteihin”, ”pääsääntöisesti opettajat auttavat aina”. Tästä herää ajatus siitä, että myös opettajia on monenlaisia. Joukossa lienee myös sellaisia opettajia, jotka eivät ihan niin paljon tue opiskelijoita. Nämä kommentit herättävät heti toiveen siitä, että opettajille järjestettäisiin enemmän aikaa vuoropuheluun opiskelijoiden kanssa sekä tarvittaessa myös koulutusta ohjaukseen.

Yksi kommentti vastauksissa oli se, että ”Kursseilta kysytään palautetta, mikä osoittaa kiinnostuksen kehittää toimintaa.” Sekä organisaation toimintamallien että opettajan oman toiminnan kehittäminen on tärkeää. Tämä sama näkyi myös oppimisen ja ohjauksen kehittämistä koskevassa osiossa. Joku opiskelija kokee esimerkiksi istuvansa tunneilla turhaan, koska opettajan opetustyyli ei sovi hänelle ja hän ei koe oppivansa mitään. Myös opettajien erilaiset toimintatavat/tekniikat/säännöt saman aiheen ympärillä kaipaisivat yhteistä keskustelua ja sopimista. Aikaa ja resursseja opettajien yhteiselle vuoropuhelulle ja kurssien yhteiselle suunnittelemiselle voisi olla enemmän. Resurssien väheneminen heijastuu selvästi opiskelijoiden saamaan tukeen. ”Aika paljon joutuu itse selviytymään, ja olemalla tarkkana. Joskus opiskelun ohjaus on liian nopea tahtista johtuen resursseista.” Tutkimuksessa tuli useassa eri osiossa selvästi esiin opettajien toiminnan ja asenteen merkitys opiskelijoiden opintojen etenemisen kannalta. Opettajien työhyvinvointiin ja koulutusmahdollisuuksiin kannattaakin satsata, jotta nämä opiskelijoiden opintojen kannalta keskeisimmät avainhenkilöt pysyvät motivoituneina ja sitoutuvat työhönsä ja organisaatioonsa. Ammattitaitoiset ja hyvinvoivat opettajan luovat laadukasta oppimista sekä ohjausta, mikä puolestaan heijastuu positiivisesti opiskelijoihin. Tutkimuksessa lähes kolmannes opiskelijoista ei kokenut saavansa riittävästi tukea opiskeluun elämäntilanteestaan tai henkilökohtaisesti elämästään, joten oppilaitosorganisaation antama tuki saattaa korostua, jotta opiskelija jaksaa sitoutua opintoihinsa. Voidaankin todeta, että sekä opettajat että opiskelijat hyötyvät oppilaitosorganisaation antamasta tuesta.

### **Osaamisen johtaminen vaikuttaa pedagogiseen hyvinvointiin ja opinnoissa etenemiseen**

Opiskelijoiden hyvinvointia ja siihen yhteydessä olevia pedagogisia tekijöitä on tutkittu. Opiskeluolosuhteiden kerrotaan vaikuttavan opiskelijoiden psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Myös pedagogisella hyvinvoinnilla on merkitystä opiskelijoiden opiskelukyvyyn sekä tavoitemotivaation kannalta. Vaikka oppilaitokset eivät voi ottaa kokonaisvastuusta opiskelijoiden hyvinvoinnista (esimerkiksi mielenterveydellisistä kysymyksistä), oppilaitokset voivat silti kehittää toimintaansa erilaisilla pedagogisilla ratkaisuilla sekä opiskelijoiden hyvinvointia tukemalla. (Meriläinen 2008, 135–140.) Viitala puolestaan toteaa osaamisen johtamisen olevan organisaation tulevaisuuden tahtotila. Jotta voi suunnitella reitin perille, pitää tietää suunta ensin. (Viitala 2008, 15.) Sanotaan, että organisaatiot ovat johtajiensa näköisiä. Tässä on varmasti perää. Johtaminen heijastuu aina organisaatioissa alaspäin, työntekijöihin ja sitä kautta asiakkaisiin. Oppilaitosorganisaatioissa opiskelijat ovat asiakkaita. Kyselylomaketta miettiessä pohdittiin, kysytäänkö opiskelijoilta, miten organisaation johtaminen näkyy opiskelijoiden opiskelun tukemisessa. Tämä aihe rajattiin pois, koska ennakkokäsitys asiasta oli,

että aihe on liian etäällä opiskelijoiden arjesta. Tätä näkemystä vahvistaa se, että usea opiskelija ei osannut nimetä oppimiseen ja ohjaukseen liittyviä asioita. Tämäkin voisi toki olla yksi mahdollinen jatkotutkimuksen aihe.

Tutkimuksen vastauksista nousi esiin myös toive toiminnallisuudesta ja osallisuudesta. Näihin käytännön linjauksiin on mahdollista vaikuttaa osaamisen johtamisen keinoin. Yksi vastaaja toivoi ”läsnäolopakkoa” tai vahvempaa kannustamista tunneille osallistumiseen ja perusteli asiaa sillä, että silloin ryhmähenki olisi parempaa sekä ohjaus sulavampaa. Etäopetus on mahdollisuus, mutta myös uhka. Myös Niittyalahti toteaa koulumuotoisen opiskelun kehittävän ammatillisen koulutuksen opiskelijoiden opiskeluvalmiuksia sekä antavan opiskelijoille aktiivisen roolin. Selkeiden rajojen asettaminen ja opiskelijan tukeminen ottamaan hallitusti vastuuta omista opinnoistaan on helpompaa koulumuotoisessa opiskelussa. Myös erilaiset oppimisen tavat, sekä opettajien ammattitaito sekä mahdollisuus tehdä pedagogisia ratkaisuja tilanteen vaatimalla tavalla korostuivat. (Niittyalahti 2021, 6.)

Kajastus on tutkinut ammatillisten opiskelijoiden erillisyyden kokemusta, ja hän toteaa, että näiden kokemusten tunnistaminen on tärkeää opiskelijoiden elämänkulun kannalta ja etenkin elämänkulkuun vaikuttavista alanvaihtoaikeista. Erillisyyden kokemuksista saatuja tuloksia voi hyödyntää holistisemmän ohjausotteen kehittämisessä, jolloin ohjauksen tavoitteena on huomioida yksilön resurssit ja tarpeet kokonaisvaltaisemmin, huomioiden myös opiskelijan arvopohjan. (Kajastus 2024, 33.)

Vastauksissa huomiota kiinnitti joka osiossa yksi eriävä näkökulma, joka heijasti opiskelijan erillisyyden kokemusta. Opiskelija vastasi muun muassa: ”Ei ainakaan kaverien määrä”, ”Tuki (ja ystävät, perhe) joita ei tällä hetkellä ole”. Nämä vastaukset kertovat erillisyyden kokemuksesta. Vastaavasti useat opiskelijat korostivat perheen, kavereiden ja toisten opiskelijoiden merkitystä opinnoissa etenemisen tukijoina.

Läsnäolon merkitystä kannattanee siis miettiä usealta kantilta. Voiko olettaa, että opettajan aika tulisi paremmin käyttöön, jos paikalla olisivat kaikki, eikä osa olisi etäyhteyksien päässä? Vai onko tämä enemmän kiinni opettajan persoonasta ja taidoista järjestää opetusta eri tavoin? Voisiko opetusta yhtenäistää niin, että kurssit jaettaisiin ”läsnäolovelvoitteisiin” ja etäyhteyksin järjestettäviin? Tämä voisi auttaa opiskelijoita valitsemaan myös itselleen parhaiten sopivan opetustyylin, ja tukisi samalla sitä, että opiskelijat eivät jäisi yksin. Myös Niittyalahti on saanut samantapaisia tuloksia ammatillisen koulun opiskelijoilta. Heille opiskeluyhteisöön kuulumisen sekä omien valmiuksien ja opiskelun yhteen sopiminen korostuivat. Myös perheen tuen merkitys korostui opintoihin kiinnittymisessä. Niiden opiskelijoiden, joilla ei ole omaa tukiverkostoa, tunnistaminen ja tukeminen opinnoissa on tärkeää. (Niittyalahti 2021, 62.)

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että opettajien toiminta, ohjaukseen liittyvät asiat sekä käytännön asiat vaikuttavat selvästi opiskelijoiden opintojen etenemiseen. Opiskeluympäristön merkitys on myös huomionarvoinen. Tutkimus osoitti, että ystävät, perhe ja oma asenne tukevat opintojen etenemistä. Oppilaitoksen rooli osaamisen johtamisessa on luoda turvallinen ja kannustava oppimisympäristö, jossa opiskelijat voivat kehittyä ja sitoutua opintoihinsa. Hyvä johtaminen tukee myös opiskelijoiden oppimisidentiteetin rakentumista. Myös opetuksen ja ohjauksen kehittäminen on keskeinen osa osaamisen johtamista. Opiskelijat toivoivat yhtenäisempiä käytäntöjä opettajien välille, selkeämpiä aikatauluja sekä opetuksen toiminnallisuuden ja osallisuuden lisäämistä. Osaamisen johtaminen edellyttää, että oppimisen mahdollisuudet vastaavat opiskelijoiden tarpeita. Kehittämällä

opetusta ja ohjausta vastaamaan opiskelijoiden toiveita, oppilaitos voi paremmin tukea heidän oppimistaan ja osaamisensa kehittymistä. Myös tiedonsaannin parantaminen on tärkeä osa osaamisen johtamista. Lähes neljännes vastaajista ei tiennyt, mitä tukea he voisivat saada opintoihinsa. Osaamisen johtamiseen kuuluu oikeanlaisen tiedon antaminen ja opiskelijoiden ohjaaminen hyödyntämään jo olemassa olevaa tietotaitoa. Selkeä tiedotus tukipalveluista ja valintamahdollisuuksista on siten olennainen osa organisaation osaamisen johtamista. Panostaminen selkeään neuvontaan ja tiedotukseen mainitaan myös Savonia-ammattikorkeakoulun opinto- ja uraohjaussuunnitelmassa.

Kaiken kaikkiaan osaamisen johtaminen, jonka avulla pyritään säilyttämään ja hyödyntämään osaamista, on keskeinen toiminta oppilaitosorganisaatioissa. Tämä käsite kattaa erityiset tiedot ja taidot, joita sovelletaan tarkoituksenmukaisesti tavoitteiden saavuttamiseksi. Oppilaitosten näkökulmasta opiskelijoiden opintojen sujuva eteneminen on yksi tärkeimmistä tavoitteista. Myös tämän opinnäytetyön tutkimustulokset toivat esiin useita seikkoja, joilla on suora kytkös osaamisen johtamiseen. Ensinnäkin opiskelijoiden voimavarojen tukeminen on olennaista. Lisäksi tutkimus osoitti, että opiskelijoiden oma motivaatio, asenne ja kiinnostus alaa kohtaan ovat tärkeitä tekijöitä opintojen etenemisessä. Osaamisen johtamisen näkökulmasta on tärkeää tunnistaa ja tukea opiskelijoiden sisäisiä voimavaroja ja motivaatiotekijöitä. Oppilaitoksen tulisi luoda olosuhteita, jotka vahvistavat opiskelijoiden motivaatiota ja sitoutumista kokonaisvaltaisesti.

## 6.2 Tutkimuksen luotettavuuden arviointi

Kvantitatiivisen tutkimuksen luotettavuudessa on kiinnitettävä huomiota ainakin kahteen asiaan: 1. Miten luotettavia saadut tulokset ovat, eli miten hyvin tulokset vastaavat todellisuutta ja 2. Saadanko tutkimuksessa käytetyillä menetelmillä oikeasti vastaukset asetettuihin kysymyksiin. Nämä molemmat ovat hieman ongelmallisia ihmistieteissä. Tutkimustulosten käytettävyys riippuu niiden luotettavuudesta, yleistettävyyden laajuudesta ja merkityksestä ihmisten todellisuudessa. (Erätuuli ym. 1994, 98.) Kvantitatiivinen tutkimus vaatii tutkittavan ilmiön tuntemista, joten taustalla täytyy olla ilmiötä selittävää teoriaa. Teorioiden pohjalta laaditaan tutkimuskysymykset. Kvantitatiivisen tutkimuksen valmiita aineistoja joudutaan usein myös tarkistamaan, muokkaamaan ja yhdistelemään, ennen kuin niitä voi käyttää tutkimuksessa. (Kananen 2010, 73–74.) Tässä tutkimuksessa saadut tulokset ja teoriat tukivat toisiaan. Teoriasta nousseita ilmiöitä hyödynnettiin tutkimuskysymysten laadinnassa ja samat ilmiöt tulivat esiin myös opiskelijoiden antamissa vastauksissa. Tältä osin voi todeta, että valitut mittarit tukivat tutkimuskysymyksiä ja antoivat perusteltuja tuloksia.

Tutkittavasta aiheesta oli saatavilla paljon teoriaa ja aiempia tutkimuksiakin. Tämä osaltaan sekä lisää että heikentää tutkimuksen luotettavuutta. Koska teoriaa oli olemassa paljon, tutkijan on pitänyt itse rajata viitekehys hyvinkin tarkkaan. Teoriasta nousseet valmiit testit olivat hyvä ja turvallinen tapa kerätä aineistoa. Tutkimuksessa käytettiin siis aiempia, jo vakiintuneita mittareita (UWES, General self-efficacy scale). Näiden mittareiden luotettavuus on yleensä jo testattu aiemmissä tutkimuksissa. Avoimet kysymykset ovat puolestaan hyvä valinta sen takia, että vastausten joukosta voi saada uusia ideoita. Avoimet kysymykset mahdollistavat myös vastaajien mielipiteiden selvittämisen perusteellisemmin. Avointen kysymysten huonompi puoli on, että niihin jätetään helposti vastamatta. (Valli 2015, 70–71.) Tässäkin tutkimuksessa osa jätti vastamatta kysymyksiin. Tutkimusta tehdessä huomattiin lisäksi se, että avoimissa vastauksissa nousi paljon samoja aiheita, kuin mitä oli

kysymyksissäkin. Tämä herättää kysymyksen siitä, että ohjasiko valmiit aiheet liiaksi avoimia kysymyksiä? Ja toisaalta tämä huomio laittoi miettimään sitä, että miksi niin moni jätti vastaamatta vähän vaikeampiin kysymyksiin, vaikka itse kyselylomakkeesta olisi saanut vinkkejä siihen, mitä mahdollisessa vastauksessa olisi voinut käsitellä.

Kvantitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkastella validiteetin ja reliabiliteetin avulla. Validiteetilla arvioidaan sitä, miten hyvin valittu mittari tai tutkimusmenetelmä tai valittu mittaa sitä, mitä oli tarkoituskin mitata. Tavoitteena on, että tutkimuksessa ei olisi systemaattista virhettä, johon vaikuttaa suoraan se, miten vastaajat ovat ymmärtäneet, mittarin tai kyselylomakkeen kysymykset. Validiutta on siis tarkasteltava jo mittareita suunniteltaessa. (Vilka 2021b, 193–194.) Tämän tutkimuksen luotettavuutta heikentää hieman se, että on vaikeaa arvioida, miten huolellisesti opiskelijat vastasivat tuloksiin, tai ymmärsivätkö he kysymykset oikein. Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittareiden antamaa tulosten tarkkuutta. On toivottavaa, että sattumanvaraisia tuloksia ei tulisi ja että tutkimus olisi toistettavissa mahdollisimman tarkkaan. On mahdotonta tietää esimerkiksi se, onko jonkun opiskelijan ajatus lähtenyt karkailemaan kyselyyn vastattaessa. Tästä syystä tutkimuksen reliabiliteetti jääkin tutkijan tulkinnan varaan. (Vilka 2021a, 194.)

Opinnäytetyön pitää siis olla objektiivinen ja perustua vain tosiasioihin. Johtopäätökset nostetaan kerätyistä aineistosta. Tekstissä ei myöskään saa olla kirjoittajan omia mielipiteitä tai toiveita. (Kananen 2015, 121.) Koska tämän tutkimuksen tutkija on ammatiltaan erityisopettaja, ja aihe kuuluu vahvasti hänen työnkuvaansa, piti objektiivisuuteen keskittyä tarkasti. Sanotaan myös, että tutkimus pitää kuvata niin hyvin, että se voidaan toistaa. Tämä on kuitenkin usein mahdotonta, koska toistettavuus edellyttää koetilanteen tarkkaa uusimista (Kananen 2015, 121–122). Tämän tutkimuksen luotettavuutta heikentää osaltaan myös tutkimuksen tekemisen ja raportoinnin pitkä aikaväli. Tutkimusaineisto kerättiin jo keväällä 2023 ja raportointi tapahtui vasta keväällä 2025. Aineiston keräämisestä on jo niin pitkä aika, että on mahdotonta muistaa kaikkia pieniä nyansseja aineiston keruusta, ja toiseen tilanteeseen korkeakouluorganisaatiossa sekä opiskelijoilla itsellään, ovat jo muuttuneet.

Tutkimuksen tekemisessä on tärkeää myös mittarin luotettavuuden arviointi. Tiedon hankinnan pitää olla systemaattista ja kontrolloitua, joten on tärkeää, että mittarit mittaavat asiaa, joita niiden on haluttu mittaavan. Täytyy kuitenkin muistaa, että yhteiskunnallisessa ja kasvatustieteellisessä tutkimuksessa tutkimuksen kohteena olevia ilmiöitä ei voi mitata suoraan tai yksiselitteisesti. Esimerkiksi asennekysymykset ovat luonteeltaan abstrakteja. Tämän tyylisten käsitteiden mittaaminen edellyttääkin niiden muuttamista mitattavaan muotoon. (Tähtinen ym. 2020, 84.) Tämän tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että tutkija kävi itse teettämässä kyselyt Savonia-ammattikorkeakoulun tunneilla. Tämä tehtiin myös sen takia, että saatiin riittävästi vastauksia. Tutkimuksessa aineistoa kerättiin Webropol-kyselyn avulla. Kyselylomake pitää testata ennen varsinaisen aineiston keräämistä (Vilka 2021a, luku 4). Tutkimuksen kyselylomake testattiin hankkeen vetäjän sekä muutaman vapaaehtoisen opettajakollegan avustuksella useamman kerran. Tutkimusaineisto kerättiin kaikilta samalla Webropol-kyselyllä, joten kyselyä voidaan pitää tältä osin vakioituna, mikä puolestaan lisää tulosten luotettavuutta. Kyselylomakkeen testaaminen varmisti myös sen, että käsitteet, mitä haluttiin tutkia, saatiin mitattavaan muotoon.

Tutkimuksen luotettavuudessa on tärkeää huomioida, että eettisen tarkastelun tulisi koskea koko tutkimusprosessia, tutkijan omien lähtökohtien ja tutkimussuunnitelman perusteiden eettisyyden arvi-

oinnista aina aineiston tulkitsemista koskeviin ratkaisuihin asti. (Tähtinen ym. 2020, 57.) Tämän tutkimuksen tekijällä ei ole kovinkaan paljoa tutkimuksen tekemisestä, mutta hän on kiinnittänyt huomiota eettisyyteen tutkimusprosessin jokaisessa vaiheessa, aina ideaseminaarista valmiiseen työhön. Opinnäytetyö tehtiin niin rehellisesti, avoimesti ja vastuullisesti kuin tutkijan taidot riittivät. Tutkija on myös kiinnittänyt huomiota tutkimusetiikkaan ja sen opiskeluun opinnäytetyön tekemisen aikana. Eettisyyttä on pohdittu tarkkaan muun muassa hankkimalla tarvittavat tutkimusluvut, painottamalla vastaamisen vapaaehtoisuutta ja varmistamalla tietoinen suostumus, kuvaamalla tutkimusprosessi mahdollisimman selkeästi, tekemällä tarkat lähdeviittaukset ja tarkastamalla lopullinen työ plagioinnin tunnistusohjelmalla. Eettisyyttä lisää osaltaan myös se, että mitään henkilötietoja ei kysytty.

### 6.3 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimus- sekä kehittämissuhteet

Opintoihin kiinnittymistä on tarkasteltu laajasti erityisesti näkökulmasta, jonka mukaan opiskelijoiden sitoutumisen vahvistaminen voi ehkäistä opintojen keskeyttämistä ja samalla vähentää riskiä syrjäytyä yhteiskunnasta. Suomessa noin 4–5 % 17–18-vuotiaista nuorista jää koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle. Näistä nuorista valtaosalla (yli 80 prosentilla) ei ole 21–22 vuoden ikään mennessä suoritettuna yhtään peruskoulun jälkeistä tutkintoa. Nuorilla, jotka eivät jatka vähintään toisen asteen koulutukseen, on suurempi haaste kiinnittyä työelämään ja yhteiskuntaan. (Niittylahti 2021, 13.) Tutkimuksessa vastaajat nostivat esiin konkreettisia esimerkkejä ja vinkkejä käytännön työhön opettajille ja ohjaajille. Näin ollen tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää suoraan opetuksen ja ohjauksen, opintoihin sitoutumisen sekä opiskeluhyvinvoinnin kehittämisessä sekä ammatillisessa koulutuksessa, että korkeakoulussa.

Ohjausta voidaan kuvata toimijuuden tukemisena oppimis-, kasvu ja ongelmanratkaisuprosesseissa. Ihmisten elämän ja uran aikana on paljon erilaisia valintatilanteita, muutosprosesseja sekä käännteitä. Tarvitaan siis oman elämän ja identiteetin prosessointia valintatilanteiden tukemisen rinnalle. Ohjauksesta on myös tullut henkilökohtaisempaa ja kokemuksellisempaa. (Vehviläinen 2014, 34.) Tutkimuksessa tuli myös ilmi opiskelijoiden tarve saada yksilöllistä ohjausta. Opiskelun ja perhe- ja työelämän yhdistäminen vaatii opiskelijoilta paljon opiskelutaitoja sekä myös arjen- ja elämänhallinnan taitoja. Jokaisen opiskelijan tilanne on yksilöllinen, joten myös tuen tarpeet ovat erilaisia. Kuitenkin opiskelijat ovat viime kädessä itse vastuussa opintojensa etenemisessä, joten opiskelijan oman toimijuuden tukemista olisi myös hyvä tarkastella säännöllisesti.

Kuten tutkimuksen tuloksetkin osoittivat, opintojen sujuva eteneminen heijastuu kokonaisvaltaisesti myös muille elämän osa-alueille. Siksi on tärkeää tarkastella yksilöä kokonaisuutena, kaikki hyvinvoinnin osa-alueet huomioiden. Kuten Pietarinen, Soini & Pyhäntö (2009, 54–55) toteavat aiempienkin tutkimusten näyttäneen (ks. esim. Pelletier, Legault & Séguin-Lévesque ym.2002; Ryan & Deci 2000; Savolainen 2001; Silins & Mulford 2002; Tarter & Hoy 2004; Van Houtte 2006), ei koulun toimijoiden oppimisprosesseja tai hyvinvoinnin rakentumista kannata tutkia toisistaan irrallisina. He kiteyttävät pedagogisen hyvinvoinnin olevan monitahoinen- ja tasoinen kokonaisuus, johon vaikuttaa useita eri tekijöitä samanaikaisesti. Kehittämissuhteina tässä tutkimuksessa voidaan nostaa esiin opettajien yhteistyön yhtenäisten käytäntöjen luominen, selkeämpien aikataulujen laatiminen sekä opiskelijoiden tiedonsaannin parantaminen tarjolla olevasta tuesta. Myös opetuksen toiminnallisuuden ja osallisuuden lisääminen sekä opiskelijoiden hyvinvoinnin lisääminen voisivat tukea opintoihin sitoutumista. Myös opiskelijoiden resilienssin vertaileminen eri opintovaiheissa voisi tuottaa uutta mielenkiintoista tietoa.

Tieteen kehityksenkin näkökulmasta on tärkeää huomata, että ihmistieteiden kenttä ei ole staattinen. Eri ongelmakentät kehittyvät ja muuttuvat jatkuvasti. (Erätuuli ym. 1994, 99.) Pap ym. ovat aiemmissa tutkimuksissaan todenneet, että oppilas-opettaja-suhteet ovat merkittäviä nuorempien lasten hyvinvoinnille. Uusien tutkimusten myötä on kuitenkin käynyt ilmi, että tämä havainto pätee myös korkeammassa koulutusasteissa. (Pap ym. 2023, 828). Kajastus tuo esiin, että oppimisen tukeminen voi myös vahvistaa merkityksellisyyden kokemusta. Tämän vuoksi yksilölliset opetukselliset ratkaisut ja opiskelijoiden aktiivinen osallistaminen voivat tarjota tukea, joka korostaa yksilön ainutlaatuisuutta. Tavoitteena on luoda jokaiselle ammatilliselle opiskelijalle opintopolku, joka vastaa hänen omiin ek-sistentiaalisiin kysymyksiinsä. Tämän saavuttamiseksi tuen käytäntöjen on oltava joustavia ja kyettävä vastaamaan monenlaisiin tarpeisiin. (Kajastus 2024, 48.). Tutkimustulokset vahvistivat, että myös korkeakouluopiskelijat hyötyvät oppilaitoksen antamasta tuesta ja että tukea tarvitaan koko opiskelun ajan. Tuen tarpeet osoittautuivat myös hyvin yksilöllisiksi.

Tarve saada enemmän tietoa opiskeluun saatavasta tuesta nousi myös esiin useammasta osiosta. Kuitenkin kokonaiskuva opinnoista oli opiskelijoiden mielestä jokseenkin selkeä. Tässä tuntui aluksi olevan pieni ristiriita, mutta tutkimuksen kaikkien vastausten takia, voidaan tulkita, että opiskelijat tarvitsevat tukea enemmän muihin asioihin kuin opintojen hahmottamiseen kokonaisuutena. Lähes neljännes vastaajista ei myöskään tiennyt, mitä tukea voisi saada opintoihin. Tämä on näin pienestä otoksesta aika merkittävä määrä. Osioon ”Tiedän, mitä tukea voin saada opintoihini” tuli myös hajontaa alan ja sukupuolen mukaan. Heikoimman keskiarvon antoivat sotealan opiskelijat. Miehet puolestaan antoivat parhaan keskiarvon. Näiden keskiarvojen ero oli suurehko, joten olisikin mielenkiintoista tutkia asiaa lisää. Vaikuttaako alan vaatavuus tuen tarpeeseen, vai suhtautuvatko miehet jotenkin eri tavalla opiskeluun? Ja mitkä ovat sotealan heikomman tuloksen taustatekijät?

Korkeakouluopiskelijoiden haasteita on tutkittu opintopsykologisesta näkökulmasta jo vuosia sitten. Yksi merkittävät tekijä on se, mitä opiskelija ajattelee omista kyvyistään ja itsestään. Heidän mukaansa ihminen pärjää siinä, missä kokee ja uskoo olevansa hyvä. Tämä korostuu korkeakouluopinnoissa, jossa annetaan vähemmän konkreettista palautetta omasta toiminnasta. Kuitenkaan pelkäänsä opiskelijan mielen sisäiset asiat eivät pysty riittävästi selittämään opintojen sujuvuutta tai mielekkyyttä, vaan myös ympäristön odotuksilla, rakenteilla ja vaatimuksilla on oma merkityksensä. Myös opiskelijan oma aktiivisuus ja itseohjautuvuus korostuvat, koska opiskeluun liittyvää ohjausta on korkeakoulussa vähemmän ja opiskelijoiden on myös hankala löytää tietoa, mistä mitään palvelua saa. (Heikkilä, Keski-Koukari & Eerola 2011, 32–33.) Opiskelijoiden opintojen tukeminen on ollut jo vuosia ajankohtainen asia, kuten Heikkilän ym. tutkimuksestakin voidaan todeta. Onkin tärkeää pohtia, miten eri tavoin korkeakouluorganisaatiot voivat tukea opiskelua esimerkiksi osaamisen johtamisen keinoin tai hyödyntämällä erilaisia opetus- ja ohjaussuunnitelmia sekä ennen kaikkea ymmärtämällä ohjauksen merkityksen opinnoissa etenemisen kannalta.

Tiedetään kyllä, että opettajan aktiivinen rooli luokassa, kuten myös vaihtelet, aktiivisen ja yhteistoinnalliset menetelmät, auttavat opiskelijoita kiinnittymään paremmin opintoihinsa. Täytyy kuitenkin muistaa, että opettajan vuorovaikutustaidot eivät yksinään ole se tekijä, mikä auttaa opintoihin kiinnittymisessä. Opiskelijat kokevat tilanteet yksilöllisesti. (Niittyalahti 2021, 33.) Kuka tahansa saattaa tarvita opinnoissaan tukea, kannustusta ja ohjausta. Myös elämäntilanteet saattavat muuttua äkillisesti ja aiheuttaa haasteita opinnoissa etenemiselle. Vaikka kyselyn otos oli aika pieni, se toi esiin aika kattavasti niitä tarpeita, joita opiskelijoilla on juuri tällä kyseisellä hetkellä, tässä kontekstissa ja

tässä yhteiskunnallisessa tilanteessa. Oppimisen ja ohjauksen tukemiseen ja opintojen etenemiseen liittyviä kyselyitä kannattaakin tehdä säännöllisesti. Tällöin pystytään seuraamaan ja kehittämään kokonaisvaltaisemmin opiskelijoiden hyvinvointia, opintoihin sitoutumista sekä korkeakouluorganisaation johtamista ja toimintatapoja.

## LÄHTEET

- Bakker Arnold B. 2011. An evidence-Based Model of Work Engagement. Sagepub.com/journalsPermissions.nav. DOI: 10.1177/0963721411414534. <https://journals-sagepub-com.ezproxy.savonia.fi/doi/epub/10.1177/0963721411414534>. Viitattu 20.2.2023.
- Bandura Albert 1977. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* 84 (2), 191–215. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.13.2.158>. Viitattu 20.2.2023.
- de Bruijn Hans 2010. *Managing Professionals*, Taylor & Francis Group. Luku 4. ProQuest Ebook Central, Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203848272>. Viitattu 4.1.2025.
- Erätuuli Matti, Leino Jarkko & Yli-Luoma Pertti 1994. *Kvantitatiiviset analyysimenetelmän ihmistieteissä*. Rauma: Kirjapaino Oy West Point.
- Franssila Heljä, Okkonen Jussi & Savolainen Reijo 2014. School of Information Sciences, ja University of Tampere. Tietotyön informaatioergonomian arviointi- ja kehittämismenetelmä. Tampereen yliopisto, informaatiotieteiden yksikkö. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-9700-1>. Viitattu 20.2.2023
- Hakanen Jari 2009. Työn imun arviointimenetelmä. Työn imu -menetelmän (Utrecht Work Engagement Scale) käyttäminen, validointi ja viitetiedot Suomessa. Helsinki: Työterveyslaitos. [file:///C:/Users/hp/Downloads/Ty%C3%B6n\\_imun\\_arviointimenetelm%C3%A4.pdf](file:///C:/Users/hp/Downloads/Ty%C3%B6n_imun_arviointimenetelm%C3%A4.pdf) Viitattu 14.2.2023.
- Hirsjärvi Sirkka, Remes Pirkko & Sajavaara Paula 2013. *Tutki ja kirjoita*. Porvoo: Bookwell oy.
- Heikkilä Annamari, Keski-Koukari Anu & Eerola Satu 2011. *Korkeakouluopiskelun haasteet*. Teoksessa Kunttu K., Komulainen A., Makkonen K. & Pynnönen P. (toim). *Opiskelukyky*. Porvoo: Bookwell Oy.
- Lindblad Tiina 2017. *Ammattikouluopiskelijoiden Opiskelun Imu, Itsetunto Ja Minäpystyvyys*. Itä-Suomen yliopisto. <https://erepo.uef.fi/handle/123456789/17674>. Viitattu 14.2.2023.
- Kananen Jorma 2015. *Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun*. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja -sarja. Suomen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.
- Kajastus Kati 2024. Alanvaihtoaikaiden yhteys erillisyyden ja merkityksellisyyden kokemuksiin. *Ammattikasvatuksen aikakauskirja*, 26(2), 32–52. <https://doi.org/10.54329/akakk.146282>. Viitattu 23.3.2025.
- Kavander Anni 2025. Kova väite: Suomessa on parin vuoden päästä työvoimapula – ”On ilman muuta selvää”. *Yle.fi*. Verkkouutinen. Julkaistu 26.2.2025. <https://yle.fi/a/74-20146022>. Viitattu 21.3.2025.
- Konu Anne 2002. *Oppilaiden hyvinvointi koulussa. Akateeminen väitöskirja*. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy Juvenes Print. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/67186/951-44-5445-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 22.3.2025.
- Kunttu Kristina 2011. *Opiskelukyky*. Teoksessa Kunttu K., Komulainen A., Makkonen K. & Pynnönen P. (toim). *Opiskelukyky*. Porvoo: Bookwell Oy.
- Lähteenoja Susanna 2010. *Uusien opiskelijoiden integroituminen yliopistoon. Sosiaalipsykologinen näkökulma. Sosiaalipsykologisia tutkimuksia* 23. Helsingin yliopisto. <http://hdl.handle.net/10138/23378>. Viitattu 20.2.2023.
- Meriläinen Matti, Lappalainen Kristiina & Kuittinen Matti 2009. *Pedagogiikan ja hyvinvoinnin suhde*. Teoksessa Meriläinen Matti, Lappalainen Kristiina & Kuittinen Matti (toim.) *Pedagoginen hyvinvointi*. Turku: Painosalama Oy.
- Niittylahti Satu 2021. "Mä olen saanut mahdollisuudet oppia": Opintoihin kiinnittyminen ammatillisessa koulutuksessa. *Tampere University Dissertations - Tampereen yliopiston väitöskirjat*,

vol. 436, Tampere University, Tampere. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-2014-0>. Viitattu 3.5.2025.

Onnismaa Jussi 2021. Ohjaus- ja neuvontatyö. Aikaa, huomiota ja kunnioitusta. Helsinki: Gaudeamus.

Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM) 2021. Verkkojulkaisu. <https://okm.fi/oppivelvollisuuden-laajentaminen>. Viitattu 21.3.2025.

Opinto- ja uraohjaus, opiskeluhyvinvoinnin edistäminen 2023. Savonia-ammattikorkeakoulu. Verkkojulkaisu. <https://drive.google.com/file/d/0Bz1V9P-a-cT2N2F1RWtrYnIJR0k/view?pli=1&resourcekey=0-Hpl9IbzcUSe3G7xgxYQb1A>. Viitattu 20.3.2023.

OPH 2025. Opetushallitus. Oppimisen tuki uudistuu – ammatillisen koulutuksen toimeenpanon tuki käynnistyy helmikuussa. Verkkouutinen. Julkaistu 21.1.2025. <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2025/oppimisen-tuki-uudistuu-ammattillisen-koulutuksen-toimeenpanon-tuki-kaynnistyy>. Viitattu 22.3.2025.

Oppivelvollisuuslaki 30.12.2020 /1214. <https://finlex.fi/fi/lainsaadanto/2020/1214>. Viitattu 21.3.2025.

Pap Zselyke, Maricuțoiu Laurentiu, Vîrgă Delia, Ilie Marian, Mladenovici Velibor, Popescu Bianca & Valache Daniela 2023. Happy teacher, healthy class? Linking teachers' subjective well-being to high-school and university students' physical and mental health in a three-level longitudinal study. *Social psychology of education*, 26(3), pp. 811–831. doi:10.1007/s11218-023-09768-0. Viitattu 21.3.2025.

Pietarinen Janne, Soini Tiina & Pyhältö Kirsi 2008. Pedagoginen hyvinvointi – uutta ja tuttua koulun arjesta. Teoksessa Meriläinen Matti, Lappalainen Kristiina & Kuittinen Matti (toimi.) *Pedagoginen hyvinvointi*. Turku: Painosalama Oy.

Rautopuro Juhani, Korhonen Vesa, Mäkinen Marita, Annala Johanna, Kalli Pekka, Svärd Päivi & Värri Veli-Matti 2011. Yliopisto-opintojen Keskeyttämisriski Ja Opintoihin Kiinnittymisen Ongelmat. Tampereen yliopisto. <https://urn.fi/urn:nbn:uta-3-936>. Viitattu 20.3.2023.

Ryky Pinja 2022. Oppimisen johtaminen: Teoreettinen katsaus klassikoihin ja uudempiin malleihin. TYÖ2030 - Työn ja työhyvinvoinnin kehittämisohjelma. Työterveyslaitos. <https://www.julkari.fi/handle/10024/144530>. Viitattu 20.3.2023.

Salmela-Aro Katariina & Upadyaya Katja. 2012. The schoolwork Engagement Inventory. Dedication, and Absorption (EDA). *European journal of Psychological Assessment* 2012: Vol.28(1):60-67 DOI: 10.1027/1015-5759/a000091. Viitattu 22.2.2023.

Salmela-Aro Katariina & Upadyaya Katja. 2013. School burnout and engagement in the context of demands–resources model. *British Journal of Educational Psychology* 84, 137–151. <https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/106073/bjep12018.pdf?sequence=1>. Viitattu 15.3.2023.

Salmela-Aro Katariina & Upadyaya Katja 2012. The schoolwork engagement inventory: Energy, dedication and absorption (EDA). *European Journal of Psychological Assessment*, 28, 60–67. doi:10.1027/1015–5759/a000091. Viitattu 15.3.2023.

Savonia-ammattikorkeakoulu 2023. Strateginen ohjaus ja johtaminen. Verkkosivusto. <https://www.savonia.fi/tutustu-savoniaan/organisaatio-ja-johtaminen/strateginen-ohjaus-ja-johtaminen/>. Viitattu 21.3.2023.

Schaufeli Wilmar B. & Bakker Arnold B. 2003. UWES-Utrecht Work Engagement Scale: test manual. Unpublished manuscript, Department of Psychology, Utrecht University. [file:///C:/Users/hp/Downloads/Test\\_manual\\_UWES\\_English\(1\).pdf](file:///C:/Users/hp/Downloads/Test_manual_UWES_English(1).pdf). Viitattu 15.2.2023.

Sherer Mark, Maddux James E., Mercandante Blaise, Prentice-Dunn Steven., Jacobs Beth & Rogers Ronald W. 1982. The self-efficacy scale: construction and validation. *Psychological Reports* 51,663–671. DOI 10.2466/pr0.1982.51.2.663. Viitattu 19.2.2023.

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2023. Opiskeluterveydenhuolto. Verkkosivusto. <https://stm.fi/opiskeluterveydenhuolto>. Viitattu 15.2.2023.

Suvanto Annika, Siira Heidi, Kaakinen Pirjo, Männikkö Niko & Ruotsalainen Heidi 2020. Ammattiin Opiskelevien Nuorten Opiskeluhyvinvointi. *Hoitotiede* 32 (1):41–51. <https://search-ebSCOhost-com.ezproxy.savonia.fi/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,shib&db=cui&AN=142221848&lang=fi&site=ehost-live>. Viitattu 23.2.2023.

Sydänmaanlakka Pentti 2009. Jatkuva uudistuminen. Luovuuden ja innovatiivisuuden johtaminen. Helsinki: Talentum Media. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789521415715>. Viitattu 2.3.2025.

THL 2023. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Hyvinvointijohtaminen kunnassa. Verkojulkaisu. Päivitetty 7.12.2023. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/hyvinvointijohtaminen-kunnassa#:~:text=Kuntalain%20%282015%29%20mukaan%20kuntalaisten%20hyvinvoinnista%20ja%20terveydest%C3%A4%20huolehtiminen,kunnan%206%C2%A7%20%28Finlex%29%20edist%C3%A4m%C3%A4nC3%A4n%20asukkaidensa%20hyvinvointia%20ja%20terveytt%C3%A4>. Viitattu 22.3.2025.

Tähtinen Juhani, Laakkonen Eero & Broberg Mari 2020. Tilastollisen aineiston käsittelyn ja tulokannan perusteita. Turku: Painosalama Oy.

Upadyaya Katariina & Salmela-Aro Katja 2013. Development of school engagement in association with academic success and well-being in varying social contexts. A review of empirical research. *European Psychologist* 18 (2), 136–147. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000143>. Viitattu 20.3.2023.

Upadyaya Katariina & Salmela-Aro Katja 2015. Cross-lagged associations between study and work engagement dimensions during young adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 10 (4), 346–358. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.983958>. Viitattu 21.3.2023.

Valli Raine 2015. Johdatus tilastolliseen tutkimukseen. Juva: Bookwell Oy.

Vasalampi Kati & Salmela-Aro Katariina 2014. Sisäinen motivaatio ja kouluinnokkuus edistävät nuorten opintopolkuja. "Oppia ikä kaikki": Kouluttautumisen edellytykset eri elämänvaiheissa, 12–23. <http://www.urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201501151117>. Viitattu 21.3.2023

Vehviläinen Sanna 2014. Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Tallinna Raamatutrükikoja OÜ: Gaudeamus.

Viitala Riitta 2008. Johda osaamista! Osaamisen johtaminen teoriasta käytäntöön. Keuruu: Otava.

Vilkkä Hanna 2021a. Tutki Ja Kehitä. Verkkokirja. Jyväskylä: PS-kustannus. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523701731>. Viitattu 22.2.2023

Vilkkä Hanna 2021b. Tutki ja kehitä. Päivitetty painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Vilkkä Hanna 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino oy.

Wang, Ming-Te, ja Jacquelynne S. Eccles 2013. School Context, Achievement Motivation, and Academic Engagement: A Longitudinal Study of School Engagement Using a Multidimensional Perspective. *Learning and Instruction*, vol. 28, pp. 12-23. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2013.04.002>. Viitattu 20.3.2023.

Wenström Sanna 2020. Positiivinen johtaminen. Johda paremmin opetus- ja kasvatusalalla. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

YTHS 2024. Opiskelukyky. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. Verkkojulkaisu.  
<https://www.yths.fi/palvelut/opiskeluyhteisoty/opiskelukyky/?cn-reloaded=1>. Viitattu 21.3.2025.

Åstrom Maarit, Nurmilaakso Tiia, Kyllönen Tero & Kontturi Katariina 2024. Nuorten mielenterveysongelmat ovat räjähtämässä käsiin, mutta ilmiössä on myös toivo. Ylen verkkojulkaisu.  
<https://yle.fi/aihe/a/20-10006638>. Viitattu 15.7.2024.

## LIITE 1: ALKUPERÄISET MITTARIT JA VÄITTÄMÄT

### **GENERAL SELF-EFFICACY SCALE (Sherer, Maddux, Mercandante, Prentice-Dunn, Jacobs & Rogers 1982)**

1. Kun teen suunnitelmia, olen varma, että saan ne toimimaan.
2. Yksi ongelmistani on, etten käy käsiksi tehtäviini silloin kun pitäisi.
3. Jos en onnistu tekemään tehtävää kerralla, jatkan yrittämistä, kunnes onnistun.
4. Saavutan vain harvoin itselle asettamani tärkeät tavoitteet.
5. Luovutan, ennen kuin saan asiat tehtyä valmiiksi.
6. Välttelen vaikeuksien kohtaamista.
7. Jos jokin näyttää liian monimutkaiselta, en viitsi edes yrittää.
8. Kun minulla on jotain epämiellyttävää tehtävänäni, pysyn tehtävän parissa, kunnes se on valmis.
9. Kun päätän tehdä jotain uutta, aloitan heti.
10. Kun yritän oppia jotain uutta, luovutan pian, ellen onnistu siinä heti aluksi.
11. Jos vastaan tulee odottamattomia ongelmia, en pysty käsittelemään niitä.
12. Välttelen uusien asioiden opettelua silloin kun ne näyttävät liian vaikeilta minulle.
13. Epäonnistumiset saavat minut vain yrittämään kovemmin.
14. Olen epävarma kyvystäni tehdä asioita.
15. Olen omatoiminen.
16. Luovutan helposti.

### **WORK ENGAGEMENT SCALE**

Wilmar Schaufeli Wilmar & Bakker Arnold 2004. Preliminary Manual. Version 1.1, December 2004. Utrecht. file:///C:/Users/hp/Downloads/Test\_manual\_UWES\_English(1).pdf

Suomalaisissa tutkimuksissa on käytetty sekä alkuperäistä että lyhyempää kyselyä. Alkuperäinen koostuu 17 väittämästä ja siitä myöhemmin lyhennetty yhdeksän väittämää. Alle on koottu työn imun arvioimisessa käytetyt osiot sovitussa kansainvälisessä järjestyksessä (TA1, TA2 jne.). Tähdellä (\*) merkityt väittämät sisältyvät myös Työn imun lyhennettyyn versioon. (Hakanen 2999; Schaufeli & Bakker 2003). Tästä kyselystä on suomennettu ja muokattu seuraavana oleva EDA-kysely, joka on suunnattu opiskelijoille.

TARMOKKUUS:

- (TA1) Tunnen olevani täynnä energiaa, kun teen työtäni.
- (TA2) Tunnen itseni vahvaksi ja tarmokkaaksi työssäni.
- (TA3) Aamulla herättyäni minusta tuntuu hyvältä lähteä töihin.
- (TA4) Jaksan työskennellä hyvinkin pitkiä aikoja kerrallaan.
- (TA5) Olen hyvin sinnikäs työssäni.
- (TA6) Jatkan hellittämättä työssäni silloinkin, kun asiat eivät suju niin hyvin.

#### OMISTAUTUMINEN:

- (OM1) Työni on mielestäni merkityksellistä ja sillä on selvä tarkoitus.
- (OM2) Olen innostunut työstäni.
- (OM3) Työni inspiroi minua.
- (OM4) Olen ylpeä työstäni.
- (OM5) Minulle työni on haastavaa.

#### UPPOUTUMINEN:

- (UP1) Työskennellessäni unohdan ajan kulun.
- (UP2) Kun työskentelen, unohdan kaiken muun ympärilläni.
- (UP3) Tunnen tyydytystä, kun olen syventynyt työhöni.
- (UP4) Olen täysin uppoutunut työhöni.
- (UP5) Kun työskentelen, työ vie minut mukanaan.
- (UP6) Minun on vaikea irrottautua työstäni, kun olen siihen uppoutunut.

#### **EDA**

Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. (2012). The schoolwork engagement inventory: Energy, dedication and absorption (EDA). *European Journal of Psychological Assessment*, 28, 60–67.  
doi:10.1027/1015–5759/a000091

#### Valitse parhaiten omaa tilannettasi kuvaava vaihtoehto

Vaihtoehdot: 0. En koskaan, 1. pari kertaa vuodessa, 2. kerran kuukaudessa, 3. pari kertaa kuukaudessa, 4. kerran viikossa, 5. pari kertaa viikossa ja 6. päivittäin

1. Opiskellessani olen täynnä energiaa.
2. Opiskelu on minulle hyvin merkityksellistä.
3. Aika tuntuu lentävän siivillä, kun opiskelen.
4. Opiskellessani tunnen itseni tarmokkaaksi.
5. Olen innoissani opiskelusta.
6. Kun työskentelen opintojeni parissa, unohdan kaiken muun ympäriltäni.
7. Opiskelu inspiroi minua.
8. Kun herään aamulla, minusta tuntuu hyvältä lähteä opiskelemaan.
9. Olen uppoutunut opiskeluuni.

#### **OPPIMISEN TUKEEN LIITTYVÄT KYSYMYKSET**

Alkuperäiset kysymykset löytyvät: Suvanto Annika, Siira Heidi, Kaakinen Pirjo, Männikkö Niko & Ruotsalainen Heidi 2020. Ammattiin Opiskelevien Nuorten Opiskeluhyvinvointi. Hoitotiede 32 (1):41–51. <https://search-ebSCOhost-com.ezproxy.savonia.fi/login.aspx?direct=true&Auth-Type=ip,shib&db=cul&AN=142221848&lang=fi&site=ehost-live>.

Alkuperäiset kysymykset:

Minua on tuettu rakentamaan oma opintopolkuni (HOPS)

Olen tietoinen opintoihini liittyvistä valinnan mahdollisuuksista

Aikaisemmin hankkimani osaaminen on selvitetty opintojeni alussa

Opettajat ovat kiinnostuneita siitä, mitä minulle kuuluu

Opiskeluryhmässäni on hyvä yhteishenki

Opettajien ja opiskelijoiden välinen vuorovaikutus on hyvää

(Kyllä/Ei -kysymykset)

## LIITE 2: WEBROPOL-KYSELYLOMAKE

## Opintoihin sitoutuminen

 Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (\*)

## 1. Olen \*

- Nainen  
 Mies  
 Muu  
 En halua kertoa

## 2. Opiskelemani ala \*

- Sosiaali- ja terveysala  
 Tekniikan ala

## 3. Ikäni (vuotta) \*

- 20-30  
 30-40  
 40-50  
 50-60  
 yli 60

## 4. Tilanteeni \*

- Opiskelen päätoimisesti  
 Opiskelen ja käyn kokoaikatyössä  
 Opiskelen ja käyn osa-aikatyössä  
 jokin muu, mikä
-

## 5. Onko sinulle tullut keskeytyksiä opintoihisi \*

- Kyllä  
 Ei

## Syy opintojen keskeytykselle

- Opintoihin liittyvä  
 Muuhun kuin opintoihin liittyvä syy  
 Voit halutessasi kertoa keskeytyksen syyn tähän: \_\_\_\_\_

## 6. Opiskelun imu \*

(tarmokkuus, omistautuminen, uppoutuminen)

	1. Täysin eri mieltä	2. Jokseenkin eri mieltä	3. En samaa enkä eri mieltä	4. Jokseenkin samaa mieltä	5. Täysin samaa mieltä
Opiskellessani olen täynnä energiaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskellessani tunnen itseni tarmokkaaksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelu on minulle hyvin merkityksellistä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen innoissani opiskelusta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelu inspiroi minua	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aika tuntuu lentävän siivillä, kun opiskelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kun työskentelen opintojeni parissa, unohdan kaiken muun ympäriltäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kun opiskelen, tunnen uppoutuvani siihen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 7. Oma toimintani \*

	1. Täysin eri mieltä	2. Jokseenkin eri mieltä	3. En samaa enkä eri mieltä	4. Jokseenkin samaa mieltä	5. Täysin samaa mieltä
Minulla on riittävät opiskelutaidot selvittääkseni opinnoistani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen, että minulla on voimavaroja opiskeluun	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen, että elämäntilanteeni/henkilökohtainen elämäni tukee opintojani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 8. Opintoihin saamani tuki \*

	1. Täysin eri mieltä	2. Jokseenkin eri mieltä	3. En samaa enkä eri mieltä	4. Jokseenkin eri mieltä	5. Täysin eri mieltä
Sain opintojen alussa riittävästi tietoa aloittaakseni opinnot sujuvasti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen tietoinen opintoihini liittyvistä valinnan mahdollisuuksista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tiedän, mitä tukea voin saada opintoihini	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opettajat ovat kiinnostuneita siitä, mitä minulle kuuluu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opettajien ja opiskelijoiden välinen vuorovaikutus on hyvää	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksen toteutus on mielestäni laadukasta ja opintojeni etenemistä tukevaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintojeni tämän hetkinen kokonaiskuva on minulle selkeä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen saanut riittävästi tukea ja ohjausta opintoihini	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 9. Mitkä oppimisen ja opiskelun ohjaukseen liittyvät asiat ovat tukeneet opintojesi etenemistä? \*

(Oppimisen ja opiskelun ohjauksella tarkoitetaan tässä Savonia-ammattikorkeakoulun sinulle antamaa tukea)

---



---



---



---



---

## 10. Miten kehittäisit oppimisen ja opiskelun ohjausta? \*

---



---



---



---



---

## 11. Itsetunto / Minäpystyvyys \*

	1. Täysin eri mieltä	2. Jokseenkin eri mieltä	3. En samaa enkä eri mieltä	4. Jokseenkin samaa mieltä	5. Täysin samaa mieltä
Yleisesti ottaen olen tyytyväinen itseeni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on paljon hyviä ominaisuuksia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pystyn samaan kuin useimmat muutkin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on myönteinen asenne itseäni kohtaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen selviytyväni opinnoistani samalla tavalla kuin toisetkin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen epävarma kyvyistäni tehdä asioita	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jos en onnistu tekemään tehtävää kerralla, jatkan yrittämistä kunnes onnistun	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Välttelen vaikeuksien kohtaamista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jos jokin näyttää liian monimutkaiselta, en viitsi edes yrittää	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1. Täysin eri mieltä	2. Jokseenkin eri mieltä	3. En samaa enkä eri mieltä	4. Jokseenkin samaa mieltä	5. Täysin samaa mieltä
Kun päätän tehdä jotain uutta, aloitan heti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pysyn epämiellyttävältä tuntuvan tehtävän parissa, kunnes se on valmis	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Luovutan helposti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Selviän useimmista ongelmista, joita elämässä tulee vastaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintoni ovat edenneet suunnitelmani mukaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 12. Mitkä kaikki tekijät omassa elämäntilanteessasi tukevat opiskelusi etenemistä? \*

---



---



---



---



---

## 13. Viimeinen kysymys: Mikä on mielestäsi ollut kaikkein tärkein asia opintojesi etenemisen kannalta? Saat nimetä vain yhden asian. \*

---



---



---



---



---