

”Nykyajan trendisana ja tulevaisuuden vaatimus”: opiskelijoiden näkemyksiä itseohjautuvuudesta opiskelussa

Ritva Mustonen

Tekijä(t) Ritva Mustonen	
Koulutusohjelma Johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelma	
Raportin/Opinnäytetyön nimi "Nykyajan trendisana ja tulevaisuuden vaatimus": opiskelijoiden näkemyksiä itseohjautuvuudesta opiskelussa	Sivu- ja liitesivumäärä 80 + 1
<p>Itseohjautuvuus on nykyajan trendi muuttuvan toimintaympäristön, työn murroksen ja teknologian kehityksen myötä. Itseohjautuvuutta on tutkittu jo 1980- ja 1990-luvuilla ja jälleen 2010-luvun lopussa se on ajankohtainen aihe. Näkökulmina itseohjautuvuuskirjallisuudessa ja -keskustelussa ovat yksilön näkökulmasta oppiminen, motivaatio ja hyvinvointi sekä työyhteisöjen näkökulmasta johtaminen ja uudenlaiset organisoitumisen mallit. Tämän laadullisen tutkimuksen tarkoitus oli kartoittaa, kuinka Haaga-Helia ammattikorkeakoulun johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelman (OPS2016) opiskelijat käsittävät itseohjautuvuuden ja mitä itseohjautuvuus on opiskelijan näkökulmasta opiskelussa. Tässä työssä näkökulmana on yksilönäkökulma ja itseohjautuvuus opiskelun kontekstissa.</p> <p>Itseohjautuvuus on yksilön ominaisuus, johon liitetään omaehtoisuus ja kyky toimia ilman ulkoista ohjausta. Itseohjautuvuudelle ei kuitenkaan ole yhteisesti sovittua, tarkkarajaista ja kattavaa määritelmää. Itseohjautuvuutta ja itseohjautuvaa oppimista on tarkasteltu eri näkökulmista useiden vuosikymmenten ajan. Itseohjautuvuus ja itseohjattu oppiminen eivät kuitenkaan ole täysin synonyymisiä. Itseohjautuvuuden käsitteeseen linkittyy myös itsensä johtamisen käsite. Tässä työssä itseohjautuvan oppimisen käsittelyssä tukena käytettiin psykologi Carol Dweckin kasvumielentilateoriaa. Työn keskeisinä käsitteinä ovat itseohjautuvuus, itseohjautuva oppiminen ja itsensä johtaminen. Teoriakeskiössä on Edward L. Decin ja Richard M. Ryanin itseohjautuvuusteoria, sisäinen motivaatio ja siihen aiheen kirjallisuudessa ja keskustelussa paikoin liitetty Mihaly Csikszentmihalyin flow-teoria. Myös psykologi Abraham Maslow'n tarvehierarkiaa sivutaan itseohjautuvuusaiheen yhteydessä uudemman teorian kontrastina.</p> <p>Työn aineistona oli kymmenen puolistrukturoitua teemahaastattelua. Haastattelut toteutettiin elo- ja syyskuussa 2019. Analyysimenetelmänä käytettiin sisällönanalyysia. Analyysi toteutettiin aineistolähtöisesti, mutta analyysituloksia on käsitelty myös teoriasidonnaisesti. Aineiston perusteella voidaan todeta, että itseohjautuvuus on omaehtoisuutta, itsenäisyyttä ja autonomisuutta ja siihen liittyy tai sen edellytyksenä voidaan nähdä yksilön osaaminen ja kyvykkyys. Ympäristö voi joko mahdollistaa, tukea tai tukahduttaa ja estää yksilön itseohjautuvuuden syntymistä, sen kehittymistä tai jatkuvuutta. Myös motivaatiotekijät yhdistettiin itseohjautuvuuteen. Aineiston perusteella keskeiseksi nousi kuitenkin pohdinta, voiko itseohjautuvuutta opettaa ja jos voi, niin miten. Myös epävarmuus ja epäätietoisuus itseohjautuvuuden tarkasta määritelmästä nousi keskeisesti esille haastatteluista. Ympäristö pelkäänsä ei tee kenestäkään itseohjautuvaa, vaan itseohjautuvuudessa on kyse ympäristön luomista mahdollisuuksista ja yksilön omista valinnoista tarttua niihin.</p>	
Asiasanat Itseohjautuvuus, itseohjautuva oppiminen, itseohjautuva opiskelu, itseohjautuvuusteoria, sisäinen motivaatio, itsensä johtaminen	

Sisällys

1	Johdanto	1
1.1	Itseohjautuvuus 2010-luvun trendinä työorganisaatioissa ja tiimeissä	2
1.2	Aiempi tutkimus.....	4
1.3	Työn tavoitteen, tutkimuskysymysten ja rakenteen esittely	8
2	Itseohjautuvuus käsitteenä	10
2.1	Itseohjautuvuuden käsite viime vuosikymmeninä	10
2.2	Itsensä johtaminen osana itseohjautuvuuden käsitettä.....	13
2.3	Itseohjautuva oppiminen ja kasvumielenala	15
3	Itseohjautuvuusteoria ja sisäinen motivaatio	18
3.1	Itseohjautuvuusteoria	18
3.1.1	Maslow'n tarvehierarkia.....	21
3.2	Sisäinen motivaatio	22
3.2.1	Flow-kokemus sisäisen motivaation ilmentymänä	24
4	Tutkimusmenetelmän, aineistonkeruun ja analyysimenetelmän esittely	27
4.1	Tieteellisen tutkimuksen kriteerit	28
4.2	Laadullisesta tutkimuksesta yleisesti.....	30
4.3	Sisällönanalyysi analyysimenetelmänä	32
5	Opiskelijoiden näkemyksiä itseohjautuvuudesta.....	35
5.1	Mitä on itseohjautuvuus?	36
5.2	Motivaation rooli itseohjautuvuudessa ja opiskelussa	41
5.3	Itseohjautuvuus tiimissä	45
5.4	Kehitysideoita itseohjautuvuutta tukevalle opiskeluympäristölle	49
5.4.1	Voiko itseohjautuvuutta opettaa?	51
5.4.2	Miten itseohjautuvuutta tulisi opettaa?.....	53
5.5	Kritiikki itseohjautuvuudelle	56
6	Yhteenveto haastattelutuloksista ja pohdintaa teorian valossa	59
6.1	Itseohjautuvuus opiskelussa	59
6.2	Miten itseohjautuvuus näkyy opiskelussa tai miten sen tulisi näkyä?	62
7	Pohdinta ja itsearviointi	67
7.1	Itsearviointi.....	69
	Lähteet	73
	Liitteet.....	81
	Liite 1. Kontaktointiviesti.....	81

1 Johdanto

Itseohjautuvuus on nykyajan trendi muuttuvan toimintaympäristön, työn murroksen ja teknologian kehityksen myötä. (Martela & Jarenko 2017a, 11.) Toimintaympäristön muutos ja teknologian kehitys on ollut nopeasti kasvavaa 2010-luvulla vallitsevien megatrendien kuten globalisaatio, automatisaatio, digitalisaatio, virtualisaatio, keinoälyn kehitys, robotisaatio, digitaalisten joukkoalustojen ja informaatioteknologian kehityksen myötä. Teknologian kehitys vaikuttaa niin työelämään kuin arkielämään: muuntautumiskyky ja ketteryys ovat tärkeitä taitoja ja kykyjä niin organisaatioiden kuin yksilöidenkin kohdalla. (Kiiski Kataja 2016, 6; Martela & Jarenko 2017a, 11.) Teknologian ja sen kehityksen ymmärrys voidaan nähdä jopa uutena kansalaistaitona. (Kiiski Kataja 2016, 13.)

Etätyö, jatkuva oppiminen, tunneäly, vuorovaikutustaidot ja itseohjautuva työtapa ovat korostetusti esillä digitaalisen ajan työelämässä. (Kariola 15.5.2018.) Tulevaisuudessa työ painottuu yhä enemmän asiantuntijuuteen, kun rutiinityöt vähentyvät digitalisaation, tekoälyn, automatisaation ja robotisaation ansiosta. (Martela & Jarenko 2017a, 11; Savaspuro 2019, 14.) Työelämässä keskeisiä taitoja ovat uudenlainen luovuus, ratkaisukyky ja teknologioiden hyödyntäminen. (Kiiski Kataja 2016, 17.) Uusi työskentelytapa vaatii myös perinteisen johtamistyylin sijaan uutta ja erilaista johtamista. Johtajilta vaaditaan yhä enemmän sosiaalisia taitoja ja empatiakykyä. Itseohjautuvassa toimintamallissa johtajalla on uusi, tärkeä rooli mahdollistajana, valmentajana ja yksilöiden kannustajana itseohjautuvuuteen. Itseohjautuvassa mallissakaan yksilöä ei voi jättää siis täysin ohjauksetta, vaan johtajan rooli on rakentaa turvallista työympäristöä, jossa yksilön on mahdollista toimia itseohjautuvasti. (Kariola 15.5.2018.) Tulevaisuuden johtamisessa ja organisaatioissa korostuu itseorganisointuminen, luovuus, innovaatiot ja hierarkiattomuus. (Kiiski Kataja 2016, 19.)

Työelämä on muuttunut, mutta niin on myös työntekijä. Milleniaalit eli y-sukupolven (vuonna 1983–1994 syntyneet) tai z-sukupolven edustajat (vuonna 1995 ja sen jälkeen syntyneet) ovat kasvamassa vallitsevaksi osaksi työvoimaa. Milleniaalien käsitykset työtaidoista, työn merkityksestä ja työhön sitoutumisesta ovat uudenlaiset verrattuna aiempiin vuosikymmeniin. (Kiiski Kataja 2016, 18.) Työntekijöistä on tullut vaativampia: työnantajalta odotetaan aiempaa enemmän luottamusta, vapautta, autonomiaa, päätöksentekomahdollisuuksia ja hyvää johtamista. (Savaspuro 22.1.2018.) Nuoria työntekijöitä motivoi palkkaa enemmän työn merkityksellisyys, hyvä organisaatiokulttuuri, tasa-arvoisuus, joustavuus ja reiluus sekä yrityksen arvojen vastaavuus omiin arvoihin. (Savaspuro 2019, 40.) Työntekijät haluavat siis kulttuurin ja ihmisten johtamista. Perinteiset johtamismallit on hy-

lättävä ja on opeteltava uudenaikaiseen itseohjautuvuutta tukevaan ja innostavaan johtamiseen, joka vaatii työnantajaorganisaatioilta yhä enemmän inhimillisten tarpeiden ymmärrystä. (Kiiski Kataja 2016, 18; Martela & Jarenko 2017b, 318; Savaspuro 22.1.2018.)

Itseohjautuvuus on keskeistä myös oppimisessa ja hyvinvoinnissa. (Norrena 2019, 18.) Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/923 määrittelee, että ammattikorkeakoulun tehtävä on antaa työelämän ja sen kehittämisen vaatimuksiin perustuvaa korkeakouluopetusta, jonka tarkoitus on tukea opiskelijan ammatillista kasvua asiantuntijatehtäviin. Ammattikorkeakoulun tehtävänä on myös harjoittaa kehittämis- ja innovaatiotoimintaa, joka palvelee sekä ammattikorkeakouluopetusta että edistää työelämää. Ammattikorkeakoulun tulee myös toiminnallaan edistää elinikäistä oppimista. (Ammattikorkeakoululaki 923/2014 1 luku 4 §) Ammattikorkeakoulujen tavoitteena on tukea yksilön ammatillista kasvua ja antaa valmiudet toimia työelämässä ja vastata työelämän tarpeisiin. Koulutus on työelämälähtöistä ja käytännönläheistä. Työelämä vaatii yksilöltä valmiuksia kehittää omaa ammatitaitoaan, kykyjään ja valmiuksiaan. (Vilkkä 2015, 16–17.) Myös ammattikorkeakouluopetuksen tulisi siis vastata itseohjautuvuuden vaateeseen.

1.1 Itseohjautuvuus 2010-luvun trendinä työorganisaatioissa ja tiimeissä

Itseohjautuvuus on yksilöön liitettävä ominaisuus. Sitä vastaava organisaatioon viittaava termi on itseorganisoituminen. (Martela & Jarenko 2017a, 12.) Uudistumiskyky on yksi nykyorganisaatioiden tärkeimmistä ominaisuuksista, sillä vain uudistumiskykyiset ja muutoksensietokykyiset organisaatiot säilyttävät kilpailukykynsä toimintaympäristön vaatimusten muuttuessa. Hierarkkisen organisaatiomallin rinnalle on alkanut nousta organisaatiomalli, jossa vastuu siirtyy yhä enemmän yksilöille ja tiimeille. Itseohjautuvissa, ei-hierarkkisissa tiimeissä byrokratiaa ei ole, sillä vastuu ja lupa tehdä päätöksiä on suoraan tiimin jäsenillä. Tärkeitä tiimiälytaitoja ovat itsetuntemus ja vuorovaikutustaidot. Tiimiälyn ja ketterästi toimivien tiimien hyödyntäminen on digitalisaation edellytys. (Hiila, Tukiainen & Hakola 2019, 40–41, 67, 179–180, 183, 223.)

Itseohjautuvassa organisaatiomallissa asiantuntijuus ja osaaminen ovat päätöksenteossa keskeisiä. Itseohjautuvassa toimintamallissa isoin haaste on uusien ajattelumallien sisäistäminen: muutos on suuri verrattuna vuosikymmeniä vallalla olleeseen hierarkkiseen toimintamalliin, jossa työntekijöille sanellaan, mitä tulee tehdä. Itseohjautuva malli on ratkaisukeskeinen toimintamalli. Riskinä on kuitenkin, että mallin kontrolloimattomuus johtaa tehottomuuteen ja kaaokseen. Organisaation tavoitteiden, strategian ja vision tulee olla selkeitä kaikille työntekijöille, sillä vastuu päätöksenteosta ja toimeenpanosta on tiimeillä. Prosessien läpinäkyvyys ja tiedon avoimuus luo tarvittavaa kontrollia. Johtajien rooli on

mahdollistaa ja valmentaa eli luoda resurssit ja olosuhteet sille, että tiimi saavuttaa päämääränsä. (Hämäläinen 20.5.2019; Hiila ym. 2019, 179–180.)

Tiimien sisäinen itseohjautuvuus on ollut trendi jo 1990-luvulla. (Hämäläinen 20.5.2019.) Itseohjautuva malli on levinnyt IT-alan organisaatioista viime vuosina myös muille aloille, erityisesti asiantuntijatyöhön. Keskeistä itseohjautuvassa organisaatiomallissa on vapauden, vastuun ja päätösvallan lisääminen yksilöille ja tiimeille. Muutos perinteisestä hierarkkisesta organisaatiomallista itseohjautuvaan ketterään organisaatiomalliin on yksilön näkökulmasta iso. Yksilön tulee muuttaa täysin ajatusmallejaan ja oppia uskaltamaan vastuuta, ohjata omaa työtään ja tehdä päätöksiä. Tämä muutos tarvitsee onnistuakseen esihenkilöiden ja johdon apua ja tukea. Jokaisen tiimin jäsenen on kannettava vastuunsa ja annettava työpanoksensa, jotta tiimi yhdessä yhteisohjautuvasti pystyy saavuttamaan yhteisen päämääränsä. (Kauppalehti 2018.) IT-alalla edelläkävijöitä itseohjautuvassa organisoitumismallissa ovat olleet esimerkiksi Futurice ja Reaktor.

Ohjelmistoyritys Futurice perustettiin vuonna 2000 opiskelijakaveriporukan kesken. Vuonna 2008 Futurice oli kasvanut 70-henkiseksi yritykseksi. Tällöin toimintamallimuutokseen paneuduttiin tarkemmin ja toiminta järjestettiin itseohjautuvien tiimien ympärille. (Martela & Jarenko 2015, 117–118.) Vuonna 2019 Futurice on yli 600 hengen yritys, jonka toimipisteitä löytyy Helsingin lisäksi Tampereelta, Tukholmasta, Oslost, Lontoosta, Stuttgartista, Berliinistä ja Münchenistä. (Fudurice 2019a; Futurice 2019b.) Myös Reaktorissa organisaatio on rakenteeltaan matalahierarkkinen. Reaktor tarjoaa asiantuntijapalveluita, ohjelmistonkehitystä ja digitaalista design-työtä. Reaktorissa tiimi tekee päätökset asiantuntemuksella ja seuraukset parhaiten tuntien. Tiimin jäsenillä on samalla käsitys käytännön toteutuksesta kuin myös kokonaiskuvasta. Työssä ja työntekijöillä on autonomiaa, merkitystä ja tunne omistajuudesta ja vastuusta. (Kopteff 23.5.2016.)

Vuonna 2007 perustettu yli 450 hengen teknologiayritys Vincit on luopunut esimiehistä kokonaan. Vincitillä on yhdeksän toimipistettä Suomessa, Yhdysvalloissa ja Sveitsissä. (Vincit 2019.) Organisaatio on pyritty rakentamaan henkilöstön sisäisen motivaation ympärille. (Martela & Jarenko 2015, 13.) Informaatio on laitettu kaikkien työntekijöiden saataville sähköisesti. Esimiehet on korvattu tietojärjestelmien avulla: ongelmatilanteissa työntekijä löytää tietoverkosta tarvittavan informaation tai tiedon siitä, kenen puoleen voi kääntyä, jos valmista vastausta ei löydy tietoverkosta. Sisäisillä viestintäkanavilla keskustelevat niin johtoporras kuin työntekijätkin. (Martela & Jarenko 2015, 173–174.) Palveleva johtaja on työntekijöiden työsaavutusten aikaansaamisen mahdollistaja vastaten työntekijöiden tarpeisiin. Palveleva johtaja pyrkii edistämään työntekijöiden kehittymistä niin ammatillisesti

kuin henkilökohtaisellakin tasolla ja pyrkii luomaan rohkaisevan, vastaanottavaisen ja yhteisöllisen ilmapiirin ja valmentaa työntekijöitään tuomaan uusia ideoita esiin. Palveleva johtajuus on inhimillistä ja ihmislähtöistä. (Hakanen 2011, 77, 79.)

Yksi tunnetuimpia esimerkkejä itseohjautuvasta työorganisaatiosta on hollantilainen kotihoitoon erikoistunut organisaatio Buurtzorg, jossa 10 000 työntekijää työskentelee tiimeissä täysin ilman tiimiesimiehiä. Buurtzorgin perusti vuonna 2006 Jos de Blok sekä kolme muuta sairaanhoitajaa. He halusivat yksinkertaistaa terveydenhoitosysteemiä. Buurtzorgin toimintamallissa keskiössä on potilasnäkökulmalähtöinen hoitomalli ja yksinkertaistettu toimintaprosessi. Buurtzorg on kasvanut yhden tiimin toiminnasta 850 itseään johtavan tiimin ja yli 10 000 sairaanhoitajan kokoiseksi toiminnaksi kymmenen vuoden aikana. Itseohjautuvat tiimit toimivat yrittäjähenkisesti päättäen itse omasta toiminnastaan jatkuvasti kehittäen organisaatiotaan ja sen palveluita. Buurtzorg-tiimeillä on vapaus innovoida ja kokeilla uusia toimintatapoja. Tiimien työskentelyä tukee, muttei johda, 50 työntekijän kokonainen tukifunktio. Turhat hidastavat hierarkkiset rakenteet on poistettu. (Buurtzorg 2019a; Buurtzorg 2019b; Buurtzorg 2019c; Launonen 8.5.2018.)

Itseohjautuva toimintamalli on alkanut levitä myös muille toimialoille. Esimerkiksi pankki- ja finanssialan toimija OP Ryhmä on ottanut käyttöönsä ketterän toimintatavan, jonka tavoitteena on parantaa työntekijä- ja asiakaskokemusta sekä toiminnan tehokkuutta ja lisätä työn merkityksellisyyttä. Työskentelymallin keskiössä ovat ketterät tiimit. Johtaminen on mahdollistamista ja ohjaamista. Tavoitteena on reagointinopeus asiakkaiden odotuksiin vastaamisessa. Toimintamallimuutos on suuri ja sen ensimmäinen vaihe käynnistettiin tammikuussa 2019, jolloin noin 600 henkeä siirtyi ketterään malliin ja lähivuosina tavoitteena on koko OP:n keskusyhteisön 6000 hengen organisaation siirtyminen ketterään toimintamalliin. Kuhunkin tiimiin kuuluu noin 10 jäsentä ja tiimeistä koostuviin heimoihin jopa 150 jäsentä. Tiimien on tarkoitus päättää itse tekemisestään ja tavoitteiden saavuttamisen tavoista. Kullakin heimolla on oma strateginen tarkoituksensa. (OP Ryhmä 2019; Puustinen 30.1.2019.)

1.2 Aiempi tutkimus

Itseohjautuvuus on ollut trendi-ilmiö työelämän murroksessa organisaatioiden uudelleen määrittäessä toimintamallejaan ja strategioitaan muuttuvan toimintaympäristön vaatimusten myötä. Itseohjautuvuus on ollut viime vuosina pinnalla myös oppimisessa ja opetuksessa. Itseohjautuvuutta on tarkasteltu myös opinnäytetyötasolla viime vuosina useista eri näkökulmista ja eri organisaatioiden ja sosiaalisten ympäristöjen konteksteissa. Näkökul-

mia ovat olleet esimerkiksi johtaminen, esimiestyö, tiimityö, motivaatio, hyvinvointi ja oppiminen. Sosiaaliset ympäristöt vaihtelevat työorganisaatioista harrastetoimintaan. Itseohjautuvuuden käsitteen monipuolisuus näkyy aiheesta tehtyjen tutkimusten runsaudessa.

Johtamisen ja esimiestyön näkökulmasta opinnäytetyötutkimusta on tehnyt esimerkiksi Kaisa Jalonen (2017). Jalonen tarkastelee Metropolian ammattikorkeakoulun opinnäytetyötutkimuksessaan *Jaetun johtajuuden haasteet itseohjautuvassa organisaatiossa*, mitä jaettu johtaminen on ja millaisia haasteita jaetun johtajuuden malli ja itseohjautuvuus tuovat esimiestyöhön esimiehen näkökulmasta. Aineistona Jalosella on kyselytutkimus, jonka hän toteutti suomalaisessa asiantuntijaorganisaatiossa. Tutkimustuloksina on, että jaetun johtajuuden kulmakivinä ovat luottamus ja toimiva vuorovaikutus. Haasteina koettiin avoimen vuorovaikutuksen ja luottamuksen puute. (Jalonen 2017.)

Valmentavan esimiestyön näkökulmasta itseohjautuvuutta on tarkastellut Virve Martikainen (2018) opinnäytetyössään *Valmentamalla kohti itseohjautuvuutta*. Opinnäytetyössään Martikainen kuvaa valmentavan esimiestyön ja itseohjautuvuuden kehittämisprosessia ryhmäkotiympäristössä. (Martikainen 2018.) Myös Nicolas Dolenc (2017) on tutkinut Aalto-yliopiston diplomityössään johtamisen ja hallinnon prosessien hajauttamismuotoja itseohjautuvissa organisaatioissa painottaen johtamiseen liittyviä prosesseja. (Dolenc 2017.) Lisäksi Tuukka Puumala (2017) on tarkastellut Aalto-yliopiston diplomityössään itsensä johtamista ja jaettua johtajuutta konsulttiorganisaatiossa ja sen tiimeissä. (Puumala 2017.)

Tiimityön näkökulmasta itseohjautuvuutta on tutkinut myös esimerkiksi Janette Kämppi (2016) Lahden ammattikorkeakoulun opinnäytetyössään *Itseohjautuvan tiimityön edistäminen henkilöstön ja johtamisen näkökulmasta*. Opinnäytetyössään Kämppi kartoittaa erään finanssialan organisaation kulttuuria ja itseohjautuvien tiimien nykytilaa ja pohtii toiminnan ja johtajuuden kehittämistä. Kämppi tarkastelee organisaatiokulttuurin ja itseohjautuvuuden suhdetta sekä johtajuuden merkitystä siinä. Tutkimustuloksina todetaan, että johtajuuden merkitys korostuu itseohjautuvien tiimien aloittaessa toimintansa. (Kämppi 2016.)

Myös Ilja Miskala, Pauli Saksa ja Pauliina Uurto (2017) ovat tarkastelleet itseohjautuvuutta tiimityön näkökulmasta Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyössä *Itseohjautuvuus kotihoidossa: työntekijöiden kokemuksia uudesta tiimimallikokeilusta*. He kartoittavat tutkimuksessaan kotihoidon työntekijöiden kokemuksia itseohjautuvuudesta. Aineisto koostuu kahden itseohjautuvuuskokeilussa mukana olleiden tiimien haastatteluista. Tutkimuksen

teoriatukena Miskala, Saksa ja Uurto hyödyntävät itseohjautuvuusteoriaa ja he tarkastelevat aineistoa sisäisen motivaation neljän psykologisen perustarpeen eli vapaaehtoisuuden, kyvykkyyden, yhteenkuuluvuuden ja hyväntekemisen kautta. (Miskala, Saksa & Uurto 2017.)

Uudempana tutkimuksena itseohjautuvuudesta tiiminäkökulmasta on esimerkiksi Riikka Lantto (2019) Lapin ammattikorkeakoulun opinnäytetyö *Johtamiskulttuurin muutos: esimiesohjauksesta kohti itseohjautuvaa tiimiä*, jossa Lantto tarkastelee Kylmänen Food Oy:n Sodankylässä sijaitsevan tuotantoyksikön toiminnan tehostamista siirtymällä esimiesohjatusta organisaatiosta kohti itseohjautuvia tiimejä. (Lantto 2019.) Lisäksi esimerkiksi Elisa Broman (2019) on tutkinut esimiehettömän organisaatiomallin tuomaa lisäarvoa opinnäytetyössään *Itseohjautuva, esimiehetön organisaatiomalli ja sen tuoma lisäarvo yrityksille*. (Broman 2019.) Aalto-yliopistossa Hilla Polvinen (2017) on tarkastellut yksilön motivaation johtamista ja itsensä johtamisen taitoja itseohjautuvassa tiimissä diplomityössään *"You want to do your own stuff because there is a team that needs you" - an extensive multiple case study on motivational self-management in a self-directed work team*. (Polvinen 2017.)

Motivaation näkökulmasta itseohjautuvuutta on tarkastellut myös esimerkiksi Jenina Railosallo (2017) opinnäytetyössään *Itseohjautuvuusteoria osana työntekijöiden sisäisen motivaation vahvistamista*. Railosalon tutkimuksen aineistona on Elisa Oyj:n asiakaspalvelutyöntekijöiden haastattelut, joiden avulla hän tarkastelee työntekijöiden sisäisen motivaation nykytilaa itseohjautuvuusteorian ja vapaaehtoisuuden, kyvykkyyden, yhteenkuuluvuuden ja hyväntekemisen näkökulmista. Railosallo tarkastelee Edward Decin ja Richard Ryanin itseohjautuvuusteorian avulla sisäistä motivaatiota ja sen vahvistamista erilaisin johtamisen keinoin. (Railosallo 2017.) Itseohjautuvuutta tukevaa palkitsemista on tutkinut Marja Nuutinen (2018) Kajaanin ammattikorkeakoulun opinnäytetyössä *Itseohjautuvuutta tukeva palkitseminen*. Työssä Nuutinen tarkastelee itseohjautuvuuden ja palkitsevuuden suhdetta ja sen vaikutusta henkilöstön hyvinvointiin ja yrityksen menestykseen. Työn tavoitteena oli kehittää kohdeyritykseen itseohjautuvuutta tukeva palkitsemisjärjestelmä. (Nuutinen 2018.)

Työhyvinvoinnin näkökulmasta itseohjautuvuutta on tarkastellut esimerkiksi Laura Kiskonen (2018) Metropolia ammattikorkeakoulun opinnäytetyössään *Itseohjautuvuus työhyvinvoinnin tukena: varhaiskasvattajien näkemyksiä itseohjautuvuudesta osana työtään*. Kiskonen tutkii, miten varhaiskasvattajat kokevat itseohjautuvuuden työssään ja selvittää itseohjautuvuuden kehittämistarpeita työhyvinvoinnin näkökulmasta. (Kiskonen 2018.) Myös

Nelli Vilkkonen (2016) on tutkinut ketterien menetelmien ja työn imun yhteyttä haastattele-
malla kohdeorganisaation ohjelmistoasiantuntijatiimiä Aalto-yliopiston Kauppakorkeakou-
lun pro gradu -työssään *Työskentely ketterässä tiimissä ja työn imun kokemus (Working in
an agile team and the experience of work engagement)*. (Vilkkonen 2016.)

Eri työorganisaatioiden kontekstissa itseohjautuvuutta on tarkasteltu lukuisissa opinnäyte-
työtutkimuksissa. Itseohjautuvuutta asiakaspalveluorganisaatioissa on tarkastellut myös
esimerkiksi Toni Hurskainen (2019) Kareliala ammattikorkeakoulun opinnäytetyössä *Itseoh-
jautuvuuden pilotointi asiakaspalveluorganisaatioissa*, jossa hän tarkastelee Elisa Oyj:n itse-
ohjautuvuutta pilotoivaa tiimiä kuuden kuukauden ajan johtamisen, työmotivaation, hyvin-
voinnin ja digitalisaation näkökulmista. (Hurskainen 2019.) Itseohjautuvan organisaation
konfliktitilanteiden ratkaisua on tutkinut Mira Mattila (2018) Yrkeshögskolan Arcadan opin-
näytetyössään *Konfliktitilanteiden ratkaiseminen itseohjautuvassa organisaatioissa*. Mattila
tarkastelee, miten konfliktitilanteet ratkaistaan itseohjautuvassa organisaatioissa, jossa
esimiehiä ei ole lainkaan. (Mattila 2018.)

Satakunnan ammattikorkeakoulusta Katriina Karlsson (2017) on tarkastellut itseohjautu-
vuutta etätyössä Elisa Oyj:ssä. Karlsson hyödyntää työssään *Työn läikkyminen - etätyön-
tekijöiden itseohjautuvuus Elisa Oyj:n organisaatiokulttuurissa* Decin ja Ryanin itseohjau-
tuvusteoriaa. (Karlsson 2017.) Organisaation kehittämishankkeen puitteissa itseohjautu-
vuutta on tarkastellut myös Mari Lassila (2017) Lahden ammattikorkeakoulun opinnäyte-
työssä *Toimiva tiimiorganisaatio taloushallinnon palvelukeskuksessa*. Kehittämistavoit-
teena oli löytää keinoja, joilla yritys Uponor Suomi Oy voisi toimia ketterämmin, tehok-
kaammin ja innovatiivisemmin. (Lassila 2017.) Itseohjautuvuutta sosiaali- ja terveysalan
kontekstissa on puolestaan tutkinut Sari Koivistoinen (2017) Hämeen ammattikorkeakou-
lun opinnäytetyössään *Itseohjautuvuus sosiaali- ja terveysalalla: Laadun ja työhyvinvoin-
nin rakentaja kotiin tuotavissa palveluissa*, jossa tarkastelun kohteena oli, miten ketterä
organisaatiomalli vaikuttaa työn laatuun ja työhyvinvointiin. (Koivistoinen 2017.)

Harrasteympäristön kontekstissa itseohjautuvuutta on tarkastellut esimerkiksi Sonja Kos-
kinen (2008) Jyväskylän ammattikorkeakoulun opinnäytetyössään *Itseohjautuvuuteen oh-
jaaminen nuorten aikuisten tanssitekniikan opetuksessa*. Myös tanssimisen kontekstissa
itseohjautuva oppiminen tarkoittaa oman opiskelun suunnittelua, oman oppimisen havain-
nointia ja opettajan osalta oppijan yksilöllistä huomioimista. (Koskinen 2008.) Myös Saara
Karjalainen (2015) on tarkastellut itseohjautuvuutta esittävän taiteen alalla näyttelijän
työssä Metropolian ammattikorkeakoulun opinnäytetyössään *Esiintyvä tekijä: Havaintoja
itseohjautuvasta näyttelijäntyöstä*. (Karjalainen 2015.)

Oppimisen näkökulmasta itseohjautuvuutta on tarkastellut esimerkiksi Emmi Kajaala (2009) Jyväskylän ammattikorkeakoulun opinnäytetyössään *"Hei, mä haluan oppia ihan oikeesti": kohti omaehtoista oppimista*. Kajaala käyttää työssään itseohjautuvuudesta termiä omaehtoinen oppiminen. (Kajaala 2009.) Tuire Kontula (2003) on tarkastellut ammattikorkeakouluopiskelijoiden itseohjautuvuusvalmiutta ja oppimistyyliä Helsingin yliopiston pro gradu -työssään *Itseohjautuvuusvalmius ja oppimistyyli ammattikorkeakouluopiskelijoilla*. (Kontula 2003.) Itseohjautuvuutta aikuisopiskelun kontekstissa on tarkastellut Martti Välimäki (2008) Jyväskylän ammattikorkeakoulun opinnäytetyössä *Aikuisoppijan työkalupakki: näkökulmia aikuisen oppimiseen* (Välimäki 2008) ja aikuiskouluttajien käsityksiä itseohjautuvuudesta on tarkastellut esimerkiksi Eija Leinonen (2003) Helsingin yliopiston pro gradu -työssään *Aikuiskouluttajien käsityksiä itseohjautuvuus -käsitteestä*. (Leinonen 2003.)

Uudempana tutkimuksena itseohjautuvuudesta oppimisen näkökulmasta on Emilia Valtonen (2015) Helsingin yliopiston pro gradu -työ *Itseohjautuva oppiminen ja jatkuvan ammatillisen oppimisen valmiudet luokan- ja aineenopettajaopiskelijoilla*, jossa hän tarkastelee itseohjautuvaa oppimista opettajankoulutuksessa. (Valtonen 2015.) Lisäksi Eveliina Vauhkonen (2016) on tarkastellut itseohjautuvuutta yksilön oppimisen näkökulmasta itseohjautuvassa organisaatiossa Helsingin yliopiston pro gradu -työssä *Yksilönä ja yhdessä: Oppimiskäytännöt ja ammatillisen toimijuuden merkitys itseohjautuvassa toimintamallissa*. (Vauhkonen 2016.)

Itseohjautuvuudesta on siis tehty lukuisia opinnäytetyötutkimuksia sekä diplomi- ja pro gradu -töitä viimeisen vuosikymmenen aikana ja sitä aiemmin. Pohdittavaksi jää, puhutaanko kaikissa täysin samasta käsitteestä, kun puhutaan itseohjautuvuudesta ja mikä on itsensä johtamisen ja itseohjautumisen suhde kussakin työssä. Väitöskirjatason tutkimuksissa itseohjautuvuutta on tutkittu erityisesti oppimisen, opetuksen ja opiskelun konteksteissa. Näissä tutkimuksissa on myös pyritty määrittelemään itseohjautuvuuden käsitettä tarkemmin tehtyjen tutkimusten kautta. Keskeisimpinä väitöskirjatason tutkimuksina, joihin myös itseohjautuvuusaiheisessa kirjallisuudessa ja keskustelussa viitataan, ovat Jukka Koron (1993 ja 1999) ja Juha Varilan (1992) tutkimukset, joissa otetaan huomioon myös sosiodemografisten tekijöiden vaikutus itseohjautuvuuteen ja itseohjautuvuusvalmiuteen. Näihin tutkimuksiin palataan tarkemmin luvussa 2.1.

1.3 Työn tavoitteen, tutkimuskysymysten ja rakenteen esittely

Tässä työssä näkökulmana on yksilönäkökulma ja itseohjautuvuus opiskelun kontekstissa. Teoriakeskiössä on itseohjautuvuusteoria ja sisäinen motivaatio. Työn keskeisinä

käsitteinä ovat itseohjautuvuus, itseohjautuva oppiminen, motivaatio ja itsensä johtaminen. Tämän tutkimuksen tarkoitus on kartoittaa, kuinka Haaga-Helia ammattikorkeakoulun johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelman (OPS2016) opiskelijat käsittävät itseohjautuvuuden ja mitä se voisi opiskelijan näkökulmasta olla opiskelussa tai koulutusohjelman toteutuksessa. Päämääränä on siis kuvata opiskelijoiden käsityksiä itseohjautuvuudesta opiskelun, motivaation ja tiimityön näkökulmista sekä esitellä aineistossa esiin tulleita kehitysideoita siitä, mitä itseohjautuvuus voisi olla opiskelussa ja ammattikorkeakouluopetuksessa. Tutkimustulosten tavoitteena on valottaa ajankohtaista aihetta siten, että Haaga-Helia ammattikorkeakoulun koulutusohjelmien suunnittelussa tämän työn luvuissa 5 ja 6 esitellyt kehitysnäkökulmat nähtäisiin hyödyllisenä.

Opinnäytetyöni on kvalitatiivinen tutkimus, jossa aineistona on käytetty puolistrukturoitua teemahaastattelua aineistoa. Haastattelut on toteutettu elo- ja syyskuussa 2019. Aineisto on analysoitu sisällönanalyysin avulla. Aineiston valossa esitellään opiskelijoiden käsityksiä itseohjautuvuudesta: miten itseohjautuvuus ymmärretään sekä millaisia kokemuksia tai näkemyksiä haastateltavilla on itseohjautuvuudesta opiskelun kontekstissa. Tutkimuskysymyksinäni on:

1. Mitä itseohjautuvuus on ja mitä se on opiskelussa opiskelijoiden näkökulmasta?
2. Miten itseohjautuvuus näkyy opiskelussa tai miten sen tulisi näkyä ammattikorkeakouluopetuksessa?

Luvussa 2 esittelen itseohjautuvuuden käsitettä viime vuosikymmeninä tehtyjen tutkimusten valossa. Tarkastelen itseohjautuvuuden käsitteen ohessa myös itsensä johtamisen käsitettä ja itseohjautuvaa oppimista, jotka usein liitetään itseohjautuvuuteen. Luvussa 3 esittelen työni teoriaraameja: keskeisenä teoriana on itseohjautuvusteoria, jonka tukena käytän kirjallisuuden antia sisäisestä motivaatiosta sekä flow-teoriasta. Itseohjautuvusteorian kontrastina sivuan myös Abraham Maslow'n tarvehierarkiaa, johon viitataan paikoin myös itseohjautuvuuskirjallisuudessa ja -keskustelussa. Painopisteenä teoriaraamissa on yksilönäkökulma. Luvussa 4 esittelen tieteellisen tutkimuksen kriteerit, yleisesti laadullista tutkimusta sekä käyttämäni analyysimenetelmää sisällönanalyysiä ja esittelen aineistonkeruumenetelmäni ja aineistoni. Luvussa 5 esittelen aineiston teemoittelua ja kategorisointia kategoria kerrallaan eli esittelen haastateltujen opiskelijoiden näkemyksiä itseohjautuvuudesta opiskelun, motivaation ja tiimityön konteksteissa. Lisäksi esittelen aineistossa esiin tulleita näkemyksiä itseohjautuvuutta tukevasta opiskeluympäristöstä sekä kritiikkiä itseohjautuvuudesta. Luvussa 6 vedän yhteen haastatteluaineiston tuloksia ja tarkastelen niitä myös teorian valossa. Luku 7 sisältää työn johtopäätökset ja pohdintaa sekä itsearvion.

2 Itseohjautuvuus käsitteenä

Itseohjautuvuudelle ei ole yhteisesti sovittua, tarkkarajaista ja kattavaa määritelmää. (Savaspuro 2019, 25.) Itseohjautuvuutta ja itseohjautuvaa oppimista on tarkasteltu eri näkökulmista useiden vuosikymmenten ajan jo 1970-luvulta lähtien. 2000-luvulla itseohjautuvaa oppimista on tarkasteltu erityisesti koulujen, opetuksen ja työyhteisöjen kontekstissa. (Norrena 2019, 13–14.) Suomessa itseohjautuvuutta opiskelussa ja itseohjautuvaa oppimista on tutkinut esimerkiksi Juha Varila (1992), Jukka Koro (ks. Koro 1993 ja 1999) ja Laila Mäkinen (1998). Näihin tutkimuksiin sisältyviä näkemyksiä esitellään tarkemmin luvussa 2.1. Itseohjautuvuuden käsitteeseen linkittyy myös itsensä johtamisen käsite, jota tarkastellaan tarkemmin luvussa 2.2. Kun puhutaan itseohjautuvasta oppimisesta, esiin tulee myös positiivisen psykologian professori Carol Dweckin mindset -teoria eli kasvu-mielentilateoria. (ks. esim. Virolainen & Virolainen 2018; Savaspuro 2019, 142.) Itseohjautuvaa oppimista käsitellään tarkemmin luvussa 2.3.

Itseohjautuvuuden uusi tuleminen on tapahtunut ja tapahtumassa 2010- ja 2020-luvuilla. Tätä muutosta on tarkastellut esimerkiksi filosofit Lauri Järvilehto ja Frank Martela. Uusimpana tutkimuksena vuoden 2018 marraskuussa on käynnistetty Filosofian Akatemian toteuttama MODE-hanke, joka keskittyy juuri itseohjautuvuuden tutkimiseen. Minimalist Organizational Design eli MODE-hanke on Filosofian Akatemian toteuttama ja Haaga-Helia ammattikorkeakoulun koordinoima kaksivuotinen tutkimushanke, jonka tarkoitus on vastata akateemisen tutkimustiedon puutteeseen aiheista itseohjautuvuus ja itseorganisoituminen. Hanke tuottaa myös uutta teoreettista ja käytännön tietoa itseohjautuvista organisaatiosta. Kumppaneina hankkeessa on myös Tampereen yliopisto ja Aalto-yliopisto. (MODE – Minimalist Organizational Design 2019.) Lisäksi hankkeessa ovat mukana myös esimerkiksi Futurice ja Reaktor omilla tutkimus- ja kehitysprojekteillaan. (Filosofian Akatemia 2019.) Vaikka akateemisessa tutkimuksessa itseohjautuvuus on uusi asia, ei itseohjautuvuus ilmiönä ole kuitenkaan uusi. (Savaspuro 2019, 25.)

2.1 Itseohjautuvuuden käsite viime vuosikymmeninä

Itseohjautuvuus on yksilön ominaisuus, johon liitetään omaehtoisuus ja kyky toimia ilman ulkoista ohjausta. (Martela & Jarenko 2017a, 12.) Itseohjautuvuudella viitataan sekä oppijan ominaisuuteen että oppimis- ja opiskeluprosessien kuvaukseen. Itseohjautuvuus ja itseohjattu oppiminen eivät kuitenkaan ole täysin synonyymisiä. (Koro 1999, 8.) Itseohjautuvuuskeskustelussa ei ole myöskään täysin selvää, onko itseohjautuvuus ja itsensä johtaminen eri vai sama asia. (Savaspuro 2019, 13.) Vaikka itseohjautuvasta oppimisesta on puhuttu aikuiskasvatustieteessä jo 1980-luvulla, näkemykset ja määritelmät siitäkään eivät kuitenkaan ole täysin yhteneviä. (Varila 1992, 92.) Itseohjautuvuudella voidaan tarkoittaa

sekä oppijan tietoisuuden tilaa että valmiutta itseohjattuun oppimiseen. Itseohjautuvuus on nähty myös yksilön henkilökohtaisena ominaisuutena tai luonteenpiirteenä. Itseohjautuvuuskeskustelussa nousee esille myös itseohjautuvuusvalmiuden tarkastelu. (Ruohotie 2000, 157, 177–178.)

Itseohjautuvuus on ollut aikuiskasvatuksessa trendinä jo 1980- ja 90-luvuilla. Jukka Koron (1999, 12, 15) mukaan syynä tässä on muutokset tieto- ja oppimiskäsityksissä. Itseohjautuvuuden taustalla vaikuttaa humanistinen ihmiskäsitys, kun tarkastellaan ihmistä ja yksilöä itseohjautuvuuden toimijana sekä kognitiivinen psykologia, kun tarkastellaan itseohjautuvuutta oppimisen ja tiedon käsittelyn näkökulmasta. Itseohjautuvuuskeskustelussa onkin korostunut 1980- ja 1990-luvuilla psykologinen näkökulma, jossa on pohdittu itseohjautuvuuden kytköksiä esimerkiksi yksilön motivaatioon ja sosiodemografisiin ominaisuuksiin. (Koro 1999, 10, 12, 15.)

Koron (1999, 10) mukaan itseohjautuvuuskeskustelussa on unohdettu usein täysin yhteisön ja ympäristön näkökulmat ja toisaalta tutkimus on painottanut myös pelkkää yksilön näkökulmaa itseohjautuvuuteen. Koron mukaan itseohjautuvuus ei liity pelkästään yksilön ominaisuuteen erillään ympäristöstä, vaan itseohjautuvuudessa itseohjautuvan oppimisen näkökulmasta tulisikin muistaa vuorovaikutteisuuden ja sosiaalisen ympäristön merkitys. Itseohjautuvuus oppimisessa ei myöskään rajoitu tiettyyn opetustapaan tai -menetelmään. Sen sijaan itseohjautuvuus liittyy tietynlaiseen ihmiskäsitykseen. (Koro 1999, 10.) Humanistisessa oppimiskäsityksessä keskiössä ovat yksilön itsemääräämistarve ja oppimispotentiali. Ympäristön rooli on mahdollistaa yksilön tarpeiden toteutuminen. (Ruohotie 2000, 158.)

Jukka Koro tutkii itseohjautuvuutta aikuisoppimisessa myös väitöskirjatyössään *Aikuinen oman oppimisensa ohjaajana* (1993). Koro tarkastelee itseohjautuvuutta tutkimuksessaan filosofisesta, andragogisesta ja psykologisesta näkökulmasta. Filosofiseen näkökulmaan hän sisällyttää itseohjautuvuuden tarkastelun ilmiönä ja itseohjautuvan oppijan ominaisuuksien pohdinnan sekä humanistisen ihmiskäsityksen. Andragoginen näkökulma sisältää aikuisopiskelun ja oppimismallien tarkastelun. Psykologinen näkökulma sisältää itseohjautuvan oppimisen kognitiiviset ja emansipatoriset prosessit ja yksilön minäkäsityksen. Itseohjautuva oppija hyväksyy itsensä oppijana eli yksilöllä on positiivinen minäkäsitys, yksilö on suunnitelmallinen ja tavoitteellinen, sisäisesti motivoitunut ja arvioi jatkuvasti oppimistaan. Itseohjautuvaan oppimiseen liittyy myös avoimuus uusille kokemuksille, joustavuus ja itsenäisyys. (Koro 1993, 11, 35–36.)

Koro tuo tutkimuksessaan esiin itseohjatun oppimisen määritelmän monimuotoisuuden sekä pohtii itseohjautuvan oppijan ja itseohjautuvan oppimisprosessin suhdetta. Hän tarkastelee myös opiskelijoiden itseohjautuvuusvalmiutta. Koro tarkastelee tutkimuksessaan itseohjautuvuutta autonomisen ja itsemääräämisoikeuttaan käyttävän aikuisen oppijan ominaisuutena. Hän tarkastelee itseohjautuvuuteen liittyviä yksilön psyykkisiä ja sosiodemografisia ominaisuuksia sekä itseohjautuvaan oppimiseen liitettyjä teorioita. (Koro 1993, 49–51, 107–120, 166–167.) Koro näkee itseohjautuvuuden vahvasti elinikäiseen oppimiseen liittyvänä tekijänä: itseohjautuvuus ei ole ikään liittyvä ominaisuus tai oletama. (Koro 1999, 20–21.)

Juha Varila (1992) tarkastelee tutkimuksessaan itseohjautuvan oppimisen ja itseohjautuvuuden käsitteitä sekä opiskelijoiden valmiuksia itseohjautuvuuteen. Varila tarkastelee tutkimuksessaan, onko sosiodemografiset ominaisuudet yhteydessä itseohjautuvaan oppimiseen ja onko itseohjautuva oppiminen ja sosiodemografiset ominaisuudet yhteydessä opiskelumենestykseen. Varila käsitteellistää itseohjautuvan oppimisen oppijan tilaksi tai valmiudeksi. Varila hahmottaa itseohjautuvan oppimisen prosessiksi, jossa opiskelija asettaa itse omaehtoisesti oppimisensa päämäärät ja tekee opiskelusuunnitelman. Itseohjautuvaan oppimiseen liitettäviä ominaisuuksia ovat Varilan mukaan esimerkiksi päämäärätietoisuus, suunnittelukyky sekä kyky toteuttaa ja arvioida omaa oppimisprosessia eli yksilön itsereflektiokyky. Itseohjautuvassa oppimisessa toimintaa ohjaa sisäiset motiivit ja sanktiot. (Varila 1992, 3–4, 11, 23, 36, 39.)

Varila esittelee näkökulmat, joiden mukaan itseohjautuva oppiminen määritellään joko prosessiksi tai tietoisuuden tilaksi. Prosessina itseohjautuva oppiminen tarkoittaa kykyä suunnitella, toteuttaa ja arvioida omaa opiskeluprosessia. Tilana itseohjautuva oppiminen on olotila, joka käsitetään yksilön suhteellisen pysyvänä ominaisuutena. Itseohjautuva oppiminen on näin oppimisen päämäärä sekä oppijan ominaisuus ja valmius. Humanistisessa kasvatustilofiosofiasa, jonka kautta Varila tarkastelee itseohjautuvaa oppimista, itseohjautuva oppiminen nähdään sekä kasvatuksen päämääränä että menetelmänä. (Varila 1992, 15–18, 21, 30.)

Laila Mäkinen (1998) tarkastelee oppilaan itseohjautuvuusvalmiutta peruskoulun yläasteelle siirtyvien ikäluokassa sekä luokanopettajan antamaa ohjausta itseohjautuvuuteen. (Mäkinen 1998, iii.) Mäkinen nojaa tutkimuksessaan Koron (1993) käyttämään määritelmään itseohjautuvuudesta: adjektiivinen ”itseohjautuva” viittaa opiskelijan ominaisuuksiin ja substantiivinen ”itseohjautuvuus” viittaa ilmiöön ylipäättään, myös opiskelun ulkopuolella. Itseohjautuvuus voidaan käsittää joko prosessina tai tietoisuuden tilana. (Mäkinen 1998, 11–12.)

Mäkisen (1998, 19) mukaan itseohjautuva oppija on ahkera ja neuvokas ja tunnistaa oman oppimisensa tason sekä luottaa omaan oppimiskykyynsä. Itseohjautuva oppija on vastuullinen, suunnitelmallinen, sisäisesti motivoitunut, joustava, itsenäinen ja yhteistyökykyinen. Itseohjautuva oppija arvioi omaa oppimistaan, vastaanottaa palautetta ja on avoin uusille kokemuksille. (Koro 1993, 35–36; Mäkinen 1998, 21.) Itseohjautuva oppiminen on vuorovaikutuksellista, ei eristyksissä oppimista. Itseohjautuva oppiminen ei siis tarkoita samaa kuin yksin oppiminen, vaikka prosessissa korostuukin itsenäisyys ja itsereflektio. Itseohjautuvuudessa on kyse myös itsesäätelykyvystä ja itsereflektoinnista. (Mäkinen 1998, 21, 33, 48.)

Väitöskirjatasoisten tutkimusten lisäksi esimerkiksi Juho Norrena (2019) on kirjoittanut itseohjautuvuudesta erityisesti oppimisen näkökulmasta. Kuten Koro, myös Norrena huomii, että itseohjautuvuuden taustalla on humanistinen ihmiskäsitys ja filosofiset kysymykset ihmisarvosta. (Koro 1999, 13; Norrena 2019, 48.) Norrena määrittelee itseohjautuvuuden yksilön ominaisuudeksi, jonka avulla yksilö suuntaa itseään kohti tavoitteitaan. Itseohjautuvuus ei kuitenkaan ole pysyvä ominaisuus, vaan sen osa-alueiden painotukset vaihtelevat. Norrena määrittelee itseohjautuvuuden myös prosessiksi, jossa siirrytään ulkoisesta säätelystä kohti sisäistä. (Norrena 2019, 42, 105–106.) Myös Savaspuron (22.1.2018) sekä Martelan ja Jarenkon (2017a, 12) mukaan itseohjautuvuus on yksilön kyky toimia omaehtoisesti ilman ulkopuolista ohjausta tai kontrollia.

2.2 Itsensä johtaminen osana itseohjautuvuuden käsitettä

Itseohjautuvuuskirjallisuudessa tulee usein esiin myös itsensä johtamisen teemoja. Itsensä johtamisen osa-alueet, kuten ajanhallinta, priorisointikyky, omien arvojen ja motivaatiotekijöiden pohdinta, itsereflektio ja itsetuntemus sekä itsesäätelykyky ja tahdonvoima, ovat myös osa itseohjautuvuutta. Itsensä johtaminen voidaan siten nähdä osana itseohjautuvuutta: itseohjautuvuuden edellytyksenä voidaan myös tämän tutkimuksen perusteella sanoa olevan hyvät itsensä johtamisen taidot.

Itsensä johtamisen yhteydessä käytetään kirjallisuudessa termejä *self-management* ja *self-leadership*, jotka otettiin käyttöön 1980-luvulla. (Sydänmaanlakka 2017, 27–28.) Itsensä johtamisen taito ei ole synnynnäinen ominaisuus, vaan sitä voi oppia ja harjoitella. Se on omien ajatusten, toiminnan ja tunteiden hallintaa. (Salmimies 2008, 25.) Itsensä johtaminen on prosessi, jossa yksilö pyrkii vaikuttamaan omaan toimintaansa itsereflektion avulla sekä ohjaamaan kehoaan ja mieltään. (Sydänmaanlakka 2017, 297.) Itsensä johtaminen on itsensä kehittämistä, ohjaamista, uuden oppimista, oman toiminnan ja ajatusten kyseenalaistamista sekä vastuunottamista itsestään ja toiminnastaan. (Salmimies

2008, 21.) Itsensä johtaminen on myös itsetuntemusta, itseluottamusta ja reflektiota. (Sydänmaanlakka 2017, 29–34.)

Itsensä johtamista on tarkasteltu useista näkökulmista esimerkiksi psykologian, kasvatus-tieteen ja filosofian näkökulmista. Itsensä johtaminen aiheena vaatii monitieteellistä tarkastelua sen kokonaisvaltaisen luonteen vuoksi. (Sydänmaanlakka 2017, 27–28.) Itsensä johtamisen ja sen lähestymistapojen taustalla on kokonaisvaltainen ihmiskäsitys eli ihminen nähdään fyysisenä, psyykkisenä, emotionaalisenä ja sosiaalisena olentona. Ihmistä tulisi tarkastella näiden kaikkien näkökulmien kokonaisuutena. Psyykinen, fyysinen, emotionaalinen ja sosiaalinen hyvinvointi sekä ammatillinen osaaminen ovat itsensä johtamisen osa-alueita. Itsensä johtamisen taustalla on myös käytännöllinen lähestymistapa ja ymmärrys tietoisuuden merkityksestä. Itsensä johtamisen päämääränä on itsensä toteuttaminen ja hyvä elämä eli onnellisuus. (Salmimies 2008, 59, 61–62; Sydänmaanlakka 2017, 68–69.)

Myös tahdonvoima ja itsesäätelykyky ovat osa itsensä johtamista. Itsesäätelyyn liittyy motivationaaliset tekijät, kuten tavoitteet, tarpeet, halu, kiinnostuksen kohteet ja toiveet sekä tahdonalaiset asiat, kuten päättäväisyys, oma toiminta ja sen kontrollointi. (Salmimies 2008, 79–82.) Tahdonvoima on johdonmukaisuutta ja periksiantamattomuutta. (Martela 2013, 13.) Filosofi Frank Martelan mukaan (2013, 43) motivaatio on tavoitteen vetovoimaa ja tahdonvoima on työntövoimaa, jolla yksilö työntää itsensä kohti tavoitettaan. Tahdonvoima on tietoisista kykyä valita kahden ristiriitaisen halun väliltä. Tahdonvoima ja motivaatio ovat työkaluja saman pyrkimyksen eteen eli mikäli motivaatiota on tarpeeksi, ei tahdonvoimaa tarvita paljoa ja mikäli motivaatio on alhainen, on tahdonvoimaa oltava paljon tavoitteen saavuttamiseksi. Tahdonvoima koostuu itsekurista ja asenteesta, mutta siihen myötävaikuttavat myös oikeiden tapojen opettelu ja rutiinien rakentaminen sekä oman ympäristön muokkaaminen omaa toimintaa ja tavoitteita tukevaksi. Tahdonvoima on siis asennetta ja kykyä kontrolloida itseään. (Martela 2013, 18–19, 21.)

Tahdonvoiman yhteydessä huomioidaan, että ihmisellä on sekä tietoinen että tiedostamaton mieli. Tiedostamaton mieli on automaattinen ja nopea ja tietoinen mieli on analyttinen ja hidas. Tämä tarkoittaa, että yksilön tulee olla tietoinen tarpeistaan, halustaan ja tahdostaan mahdollisimman hyvin: muutoin tulee helposti tilanne, että tiedostamaton mieli ohjaa toimintaa. Harjoittamalla tietoisesti uusia toimintamalleja ja oppimalla pois vanhoista, huonoista tai tuloksettomista tavoista, harjoitamme tiedostamatonta mieltämme. Tahdonvoima on tahtoa olla valitsematta asioita, jotka ovat hetken mielihaluja tai -tekoja ja tahtoa valita asioita, jotka ovat hyödyllisiä ja tuloksellisia pitkällä aikavälillä. Tahdonvoima on itsehillintää, itsesäätelyä ja yksilön omaa toiminnanohjausta. (Martela 2013, 23–24, 26, 28, 49.)

2.3 Itseohjautuva oppiminen ja kasvumielentila

Itseohjautuva oppiminen on prosessi, jossa yksilö oma-aloitteisesti tarkastelee oppimistarpeitaan, asettaa itselleen tavoitteita, suunnittelee opiskeluaan ja opiskelustrategioitaan ja arvioi suoriutumistaan reflektoidusti. Itseohjautuvan oppimisen lähtökohdaksi on, että oppija on sisäisesti motivoitunut. (Knowles 1975, 18, 21.) Filosofin Lauri Järvillehto (2014, 18) yksinkertaistaa, että oppiminen on altistuksen ja kiinnostuksen lopputulos ja yhdistelmä. Tehokkaan oppimisen osatekijöiksi Järvillehto kiteyttää sisäisen motivaation, flow'n ja kasvun asenteen, joka viittaa psykologian professori Carol Dweckin teoriaan eli käsitykseen, että yksilön älykkyys, lahjakkuus ja kyvyt eivät ole synnynnäisiä ja muuttumattomia, vaan yksilö voi kehittää niitä. Kasvun asenteen lähtökohdaksi on ajatus, että yksilö voi kehittää ominaisuuksiaan ja taitojaan harjoittelulla ja haasteiden kautta. (Järvillehto 2014a, 19–20, 54.)

Psykologian professori ja motivaatiotutkija Carol Dweckin teoria kasvumielentilasta perustuu ajatukseen, että ihminen voi oppia koko elämänsä ajan uusia asioita, sillä aivot kehittyvät läpi ihmiselämän. Geenit ja ympäristö toimivat siten yhteistyössä ja vuorovaikuttavasti ympäristön kanssa, että geenit tarvitsevat ympäristön ärsykeitä toimiakseen oikein. Geenit, ympäristö, temperamentti ja asenteet antavat ihmisen toiminnalle raamit, mutta yksilön kokemuksilla, harjoittelulla, pyrkimyksillä ja ponnisteluilla on myös merkitystä ja ne vaikuttavat kehityksen lopputulokseen. Geneettiset lähtökohdat eivät yksin määrää lopputulosta. (Dweck 2012, 5.) Se, mikä näkökulma yksilöllä on oppimiseen ja älykkyyteen, vaikuttaa siis siihen, miten yksilö tulee menestymään elämässään ja tavoitteidensa saavuttamisessa. Tällainen näkökulma on myös hyödyllinen ja keskeinen itseohjautuvassa oppimisessä.

Dweck esittelee teoriassaan kaksi ajattelutapaa: kasvumielentilan (engl. *growth mindset*) ja sen vastakohtaparina Dweck käyttää termiä *fixed mindset*. Lauri Järvillehto käyttää *fixed mindset* -termistä suomenkielisenä käsitteenä muuttumattomuuden asennetta (Järvillehto 6.8.2012). Muuttumattomuuden asenteessa tai mielentilassa yksilö ajattelee, että hän on syntynyt joko älykkääksi tai vähemmän älykkääksi, lahjakkaaksi tai lahjattomaksi. Yksilö on juurtunut ajatukseen, että vain geenit määrittelevät sen, mihin yksilö pystyy, ja geenit myös rajaavat yksilön mahdollisuuksia, taitoja ja osaamista. Kasvumielentilassa yksilö sen sijaan uskoo, että taidot, lahjakkuus ja osaaminen ovat muuttuvia ja yksilö voi kehittää niitä harjoittelemalla: geenit eivät määritä yksilöä, vaan menestymiseen vaikuttaa omat valinnat ja elämän aikainen kehitys, valinnat ja ponnistelut. Yksilö uskoo siis voivansa vaikuttaa itseensä ja ominaisuuksiinsa omilla ponnisteluillaan. Kasvumielentilassa yksilö uskoo siis muutokseen ja yksilön potentiaaliin, kun taas muuttumattomuuden mielentilassa yksilö

ei usko muutoksen mahdollisuuteen, vaan määrittelee itsensä vain geneettisten lähtökoh-
tien perusteella. (Dweck 2012, 6–7.)

Kasvumielentilan yksilöt kokevat haasteet positiivisina kasvun ja kehittymisen mahdolli-
suuksina ja siksi he myös etsivät haasteita ja tarttuvat haasteisiin. Kasvumielentilan yksilöt
näkevät myös epäonnistumiset kasvun mahdollisuuksina ja uusina kokemuksina, eivätkä
anna epäonnistumisten määritellä itseään. He haluavat oppia uutta ja suhtautuvat haastei-
siin positiivisina mahdollisuuksina, pyrkivät näkemään epäonnistumisissa hyötyä ja pyrki-
vät oppimaan niistä, näkevät ponnistelut ja harjoittelun tienä tavoitteisiin ja oppimiseen,
ottavat opikseen saamastaan palautteesta ja inspiroituvat muiden menestyksestä. He us-
kovat, että jopa nerojen tulee ponnistella saavutustensa eteen. Muuttumattomuuden mie-
lentilassa yksilöt sen sijaan pyrkivät välttämään haasteita, ovat defensiivisiä tai luovuttavat
helposti, eivät näe hyötyä tai arvoa ponnisteluissa, eivät ota avoimin mielin vastaan raken-
tavaa palautetta ja tuntevat muiden menestyksen uhkaavaksi. (Dweck 2012, 21, 33, 41,
245.)

Dweckin kasvumielentilateoriaan viittaavat myös Harri Virolainen ja Ilkka Virolainen (2018,
46), jotka käyttävät termejä kasvumielentila ja suljettu mielentila. Oppimiseen vaikuttaa yk-
silön asenne itseään ja oppimista kohtaan ja molempiin voi yksilö vaikuttaa itse. Oppimi-
seen vaikuttavat yksilön asenne oppimiseen, yksilön vahvuudet ja kiinnostuksen kohteet,
tavoitteet, oppimisstrategiat ja oppimisympäristö, tunnetila ja läsnäolo sekä itsensä johta-
misen taidot, kuten ajanhallinta, stressinhallinta ja itseluottamus. Itseohjautuvuus edistää
hyviä oppimistuloksia. Itseohjautuva oppija on vastuullinen eli ottaa vastuun omasta oppi-
misestaan, hän tuntee itsensä ja oppimistyyliinsä, on suunnitelmallinen ja asettaa tavoit-
teita itselleen, on sisäisesti motivoitunut ja itsereflektioiva. Itseohjautuva oppija on myös
avoin uusille kokemuksille eli sietää epävarmuutta ja on utelias uusia asioita kohtaan, on
joustava eli kykenee muuttamaan tarvittaessa tavoitteitaan ja toimintaansa, on itsenäinen,
yhteistyökykyinen ja tuntee omat ajatus- ja toimintamallinsa. (Virolainen & Virolainen
2018, 13–14, 72–74.)

Itseohjautuvuuden taustalla vaikuttaa ihmis- ja oppimiskäsitys, jonka mukaan oppimisen
keskellä on subjektiivinen yksilö, jolla on vapaus ja mahdollisuus tehdä omia valintoja.
(Koro 1999, 20; Norrena 2019, 49–50.) Itseohjautuvuus ei tarkoita, että yksilö ei tarvitse
lainkaan tukea. Itseohjautuvuutta tukeva ohjaaja antaa tukea kohdennetusti siellä missä
yksilö sitä tarvitsee ja näin ollen ohjauksen tarve määrittyy hyvin subjektiivisesti ja yksilö-
kohtaisesti. Yksilön oma tahto käynnistää itseohjautuvuusprosessin, mutta tämän lisäksi

psykologisesti turvallinen ympäristö ja yksilön kokemus vaikutusmahdollisuuksista muodostavat hedelmällisen kasvu ympäristön itseohjautuvuuden syntymiselle. (Norrena 2019, 78, 100.)

Itseohjautuvuus on kuin lihas, jota pitää harjoittaa ja pitää yllä. Se on siis muuttuva ominaisuus ja vaatii harjoitusta koko elämän ajan. Mitä vähemmän taipumusta yksilöllä on itseohjautuvuuteen, sitä enemmän yksilö tarvitsee sen opetteluun tukea. (Norrena 2019, 63, 66, 72.) Itseohjautuvan oppijan piirteisiin kuuluvat itsensä hyväksyminen oppijana eli oppijan minäkäsitys, suunnitelmallisuus ja tavoitteiden asettaminen, sisäinen motivaatio, sisäinen arviointi eli itsereflektio ja arvioinnin vastaanottokyky, avoimuus uusille kokemuksille, joustavuus, itsenäisyys ja yhteistyökyky, jossa korostuu itseohjautuvuuden yhteisöllinen puoli. (Koro 1999, 11.)

Norrena yhdistää itseohjautuvuuteen myös metakognition, jolla hän viittaa tietoisuuteen kognitiivisesta toiminnasta eli esimerkiksi, että oppija kykenee ymmärtämään, mikä hänelle itselleen on tehokkain tapa oppia. Itseohjautuvaan prosessiin tarvitaan osaamista, tietotaitoa sekä asiantuntijuutta ja kykyä säädellä omia voimavarojaan. Norrena pitää itsesäätelyä, itsekontrollia ja itseohjautuvuutta läheisinä käsitteinä. Itseohjautuvuuteen kuuluu siis tiettyjä säätelymekanismeja, jotka tulevat yksilöstä itsestään sisältäpäin. (Norrena 2019, 31–33.) Reflektiivisyydellä ja oman oppimisen tarkastelulla on tärkeä rooli itseohjautuvassa oppimisessä. (Koro 1999, 12.) Itseohjautuvuudessa on myös kyse omasta minäpystyvyykokemuksesta ja kyvykkyyden tunteesta. (Pihlaja 2018, 230.)

Itsetuntemus ja itsevarmuus liittyvät itseohjautuvuuden, itsensä johtamisen ja oppimisen taitoihin. (Hiila ym. 2019, 58; Norrena 2019, 22.) Itsensä johtamisen välineenä on vahva itsereflektio sekä itsetuntemus ja itseluottamus. Innostuneisuus ja uteliaisuus kannustavat ja ohjaavat siirtymään omalta mukavuusalueelta kohti epämukavuusalueetta. Näiden väli maastossa tapahtuu uuden oppiminen ja itsensä kehittäminen. (Sydänmaanlakka 2017, 76–77, 80–81.) Oppimiseen ja motivaatioon vaikuttaa myös yksilön omat uskomukset, mielenkiinnon kohteet ja arvojen priorisointi sekä usko omiin kykyihin ja pystyvyyteen. (Ruohotie 1998, 36.) Itseohjautuvuuden voidaan nähdä linkittyvän näin Dweckin kasvu mielentilateoriaan, jonka mukaan yksilön asenne oppimista ja itseään kohtaan ohjaa yksilön oppimista. Itsetuntemus ja itsevarmuus rakentavat yksilön minäpystyvyyksikäsitystä, joka vaikuttaa yksilön motivaatioon ja rohkeuteen mennä epämukavuusalueelle sekä halun oppia uusia asioita.

3 Itseohjautuvuusteoria ja sisäinen motivaatio

Itseohjautuvuutta on tarkasteltu kirjallisuudessa ja artikkeleissa niin filosofian, psykologian kuin hyvinvoinninkin näkökulmista. Suomessa keskeisiä aiheen käsittelijöitä ovat Filosofian Akatemian Frank Martela, Karoliina Jarenko ja Lauri Järvilehto sekä työhyvinvoinnin näkökulmasta Työterveyslaitoksen Jari Hakanen. (ks. Hakanen 2011; Martela & Jarenko 2014, 31–34.) Itseohjautuvuuskeskustelussa tulee usein esille teorioita sisäisestä motivaatiosta. Erityisesti esille nousee Richard Ryanin ja Edward Decin itseohjautuvuusteoria ja siinä esitetyt käsitykset sisäisestä motivaatiosta. Lisäksi keskusteluissa sisäisen motivaation yhteydessä tulee usein esille psykologi Mihaly Csikszentmihalyin flow-teoria, johon myös Deci ja Ryan (2000, 260–261), Miia Savaspuro (2019), Martela ja Jarenko (2014, 29–30) ja Järvilehto (2014b) viittaavat. Myös psykologi Abraham Maslow'n tarvehierarkiaa sivutaan itseohjautuvuusaiheen yhteydessä, vaikkakaan sitä ei itseohjautuvuuskeskustelussa pidetä enää uudempien motivaatioteorioiden, kuten Decin ja Ryanin teorian, valossa täysin paikkaansa pitävänä, vaan siihen viitataan usein uudemman teorian kontrastina. (ks. esim. Martela 2015, 55–56.)

Koska itseohjautuvuuskeskustelussa sekä itseohjautuvuutta käsittelevässä tutkimuksessa ja kirjallisuudessa nousee keskeisesti esille Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteoria ja sisäisen motivaation rooli itseohjautuvuudessa, toimivat ne myös tämän tutkimuksen teoriaraameina. Myös flow-teoria tulee itseohjautuvuuskeskustelussa ja kirjallisuudessa esille sisäisen motivaation yhteydessä ja sen ilmentymänä. Maslow'n tarvehierarkiaan viitataan, sillä itseohjautuvuudessa ja sisäisessä motivaatiossa yksilön tarpeet vaikuttavat keskeisesti taustalla.

3.1 Itseohjautuvuusteoria

Positiivinen psykologia valtavirtaistui 1990-luvun lopulla ja sai yllätteen vallalla olleiden behavioristisen psykologian motivaatioteorioiden sijaan. (Martela & Jarenko 2014, 12, 20.) Keskeiseksi teoriaksi nousi Rochesterin yliopiston psykologian laitoksen professorien Edward L. Decin ja Richard M. Ryanin itseohjautuvuusteoria (engl. *self-determination theory*), jota oli kehitelty jo 1970-luvun lopusta lähtien. (Martela & Jarenko 2014, 12.) Itseohjautuvuusteorian näkökulma pohjautuu humanistiseen ihmiskäsitykseen ja humanistiseen psykologiaan, joissa yksilö nähdään aktiivisena toimijana, jolla on psykologisia tarpeita. (Liukkonen, Jaakkola & Kataja 2006, 18.) Decin ja Ryanin teoria on keskeisesti esillä ja käytetty myös itsensä johtamisen kirjallisuudessa sekä 2010-luvulla käydyssä itseohjautuvuuskeskustelussa (ks. esim. Liukkonen ym. 2006, 27–28, 89, 140; Martela

2015, 64–67; Vasalampi 2017, 54–65; Toivola, Peura & Humaloja 2017, 33–35.) Itseohjautuvuusteoriaa voidaan jopa pitää 2000-luvun motivaatiopsykologian valtavirtateorianä. (Järvilehto 2014a, 24.)

Sisäsyntyinen motivaatio (engl. *intrinsic motivation*) nousi kritiikiksi 1950- ja 1960-luvuilla pinnalla olleeseen motivaatiokäsitykseen, jossa motivaatio pohjasi ulkoiseen motivaatioon ja ulkoiseen palkitsemiseen. Sitä vastoin Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteoria korostaa sisäsyntyistä motivaatiota, jonka perustana on kolme psykologista tarvetta. (Mayor & Risku 2015, 28.) Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteorian mukaan sisäisen motivaation mahdollistaa, toteuttaa ja koostaa itsenäisyyden, kyvykkyyden ja yhteenkuulumisen perustarpeiden täytyminen. Näiden tarpeiden täytyminen ohjaa sisäistä motivaatiota ja mahdollistaa yksilön hyvinvoinnin. (Sundholm 2000, 18; Hakanen 2011, 30.) Ympäristö, joka mahdollistaa omaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteisöllisyyden kokemisen, motivoi ja mahdollistaa yksilön parhaan suorituksen edellytykset. (Martela 4.4.2014; Martela & Jarenko 2015, 57–61.)

Itseohjautuvuusteorian keskiössä on ajatus ihmisestä aktiivisena, kasvuorientoituneena toimijana, joka pyrkii toimimaan interaktiivisesti suhteessa sosiaaliseen ympäristöönsä. Ihminen nähdään tiedonjanoisena ja uteliaana yksilönä, joka pyrkii kehittämään itseään ja kyvykkyyksiään. Yksilö pyrkii koko elämänsä ajan tehokkuuteen, yhteyteen ja koherenssiin. Itseohjautuvuusteorian mukaan ihmisen kolme psykologista perustarvetta ovat autonomia ja omaehtoisuus (engl. *autonomy*), kyvykkyys (engl. *competence*) ja yhteisöllisyys (engl. *relatedness*). Nämä psykologiset perustarpeet ja niiden täyttymisen tavoittelu vaikuttavat yksilön motivaatioon, henkiseen kasvuun ja hyvinvointiin merkittävästi. Itseohjautuvuusteorian mukaan yksilö pyrkii sisäsyntyisesti ja luonnostaan kohti autonomiaa, kompetenssia ja yhteisöllisyyttä. Nämä sisäsyntyiset psykologiset tarpeet määrittelevät ja muodostavat yksilön tavoitteita ja sen, miten yksilö tavoittelee ja toimii kohti päämääriään: yksilö siis valitsee sellaisia päämääriä ja sosiaalisia suhteita, jotka tukevat hänen tarpeidensa täyttymistä. (Deci & Ryan 2000, 227–230, 255; Martela & Jarenko 2014, 28; Järvilehto 2014a, 24–25, 27; Saarenpää 2017, 92; Savaspuro 2019, 27–28.)

Autonomian tarve tarkoittaa itseohjautuvuusteoriassa yksilön kokemusta itsemääräämiskyvystään ja mahdollisuudestaan tehdä omaan toimintaansa liittyviä päätöksiä ja valintoja. Yksilöllä on tunne, että hänellä on vapaus tehdä ja toimia haluamallaan tavalla. Autonomian kokemus viittaa yksilön kokemukseen siitä, että hänellä on vapaus valita toimintansa ja mahdollisuus vaikuttaa ympäristöönsä toiminnallaan. (Deci & Ryan 2000, 234, 253–254; Hakanen 2011, 31; Järvilehto 2014a, 28–34; Norrena 2019, 38.) Autonomia on omaehtoisuutta ja valinnan- ja toiminnanvapautta, mutta ei tarkoita täysin samaa asiaa kuin

itsenäisyys, täysi riippumattomuus tai eristäytyneisyys. (Deci & Ryan 2000, 242.) Autonomisuus on yksilön itsenäistä toimintaa sekä yksilön kokemusta omaehtoisuudesta eli kokemuksesta siitä, että hänen toimintansa ei ole ulkoapäin ohjattua ja kontrolloitua. (Deci & Ryan 2000, 234; Sundholm 2000, 17; Martela & Jarenko 2014, 28–29.) Yksilön tekemistä ohjaa näin sisäinen motivaatio ja yksilön omat päämäärät. (Martela & Jarenko 2015, 57–61.)

Kyvykkyyden tarpeella tarkoitetaan itseohjautuvuusteoriassa yksilön kokemusta ja uskomuksia omasta osaamisestaan, minäpystyvyydestään ja aikaansaamisestaan. (Sundholm 2000, 17.) Sisäsyntyiseen motivaatioon vaikuttaa yksilön kompetenssin kokemus, johon vaikuttavat yksilön saama positiivinen ja negatiivinen palaute. (Deci & Ryan 2000, 234.) Kyvykkyyden tarve viittaa myös yksilön kontrollin tunteeseen ja kokemukseen siitä, että yksilö kykenee vaikuttamaan ympäristöönsä teoillaan ja valinnoillaan. (Hakanen 2011, 32.) Kyvykkyyden eli kompetenssin tarve on tärkeä, sillä yksilö, joka on oppimiskykyinen, kiinnostunut ja avoin uusille asioille, pystyy paremmin adaptoitumaan uusiin haasteisiin muuttuvassa toimintaympäristössä. Sisäinen motivaatio ja tyydytyksen kokemus uusien asioiden oppimisessa on tärkeää, jotta yksilö kehittäisi taitojaan jatkuvasti. Uteliaisuus oppia uutta on ihmiselle luontainen ominaisuus. (Deci & Ryan 2000, 252–253.) Itseohjautuvuusteoriassa kahden ensimmäisen psykologisen perustarpeen eli autonomian ja kompetenssin, vaikutuksen osuus sisäsyntyiseen motivaatioon on keskeisempi kuin kolmannen psykologisen tarpeen, yhteisöllisyyden, osuus. Yhteisöllisyyden tarve on silti olennainen. (Deci & Ryan 2000, 235.)

Yhteisöllisyyden eli yhteenliittymisen tarve tukee kahta ensimmäistä tarvetta. Psykologisesti turvallinen ympäristö mahdollistaa yksilön autonomian toteutumista ja kompetenssien kehitystä. Yhteenliittymisen tarpeeseen liittyy ihmissuhteiden tarve ja osaksikuulumisen tunne eli tarve rakastaa, välittää ja tulla rakastetuksi. (Deci & Ryan 2000, 231, 235, 253.) Yksilön hyvinvoinnin ja motivaation kannalta on siis tärkeää, että yksilö tuntee kuuluvansa johonkin ryhmään, yhteisöön tai muutoin osaksi ympäristöään osana jotakin itseään suurempaa. (Hakanen 2011, 31; Järvillehto 2014a, 28–34; Martela & Jarenko 2015, 57–61.) Sosiaalinen ympäristö, joka tukee yksilön yhteisöllisyyden tarvetta sekä autonomian ja kyvykkyyden tarpeita, on ympäristö, joka tukee yksilön kasvua ja kehittymistä, sisäistä motivaatiota ja henkistä hyvinvointia. (Deci & Ryan 2000, 227–230; Sundholm 2000, 17; Martela & Jarenko 2014, 29–30.)

Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteorian yhteydessä esitellään myös kolme erilaista motivaatio-orientaatiota: amotivaatio, ulkoinen motivaatio (engl. *extrinsic motivation*) ja sisäinen motivaatio (engl. *intrinsic motivation*). Amotivaatiossa yksilöllä ei ole tahtoa toimia eli

yksilöltä puuttuu intentionaalisuus, tavoitteellisuus ja motivaatio ja yksilön toiminta on täysin ulkoapäin ohjattua. (Deci & Ryan 2000, 237.) Ulkoisessa motivaatiossa yksilön toimintaa ohjaa ulkoiset palkkiot tai rangaistukset. Ulkoisesti motivoitunut eli kontrolliohjoitunut yksilö motivoituu ulkoisilla palkkioilla, mutta kontrolloitu motivaatio käsittää niin ulkoisen kuin sisäisen säätelyn eli ulkoiset palkkiot voivat olla sisäisiä eli sisäinen paine tai paikon tunne tai ympäristöstä tulevia ärsykeitä. Sisäisessä motivaatiossa yksilö toimii toiminnan itsensä vuoksi ja psykologisten perustarpeidensa aktiivisena. Sisäisesti eli autonomisesti ohjoitunut yksilö kokee, että hänellä on valinnan vapaus omiin tekoihinsa ja käyttäytymiseensä. Yksilö on tällöin myös itseohjautuva. Mikäli henkilöllä on rakentumaton orientaatio, kokee yksilö olevansa kykenemätön säätämään toimintaansa tai sen seurauksia. Yksilöltä puuttuu tällöin aloitekyky ja hän saattaa kokea ahdistuneisuutta uusissa tilanteissa, sillä hän kokee, ettei hän voi vaikuttaa niihin lainkaan. (Sundholm 2000, 24–25; Järvilehto 2014a, 24–25; Toivola ym. 2017, 34–35.)

Itseohjautuvuusteoriassa keskiössä on siis näkemys ihmisestä toiminnallisena ja sisäsynnyisesti aktiivisesti ohjautuvana yksilönä. Ihminen on itseään toteuttava, aktiivinen ja ympäristöönsä reagoiva yksilö, jolla on päämääriä. (Martela & Jarenko 2014, 13, 57–61.) Itseohjautuvuusteorian mukaan mitä suurempi autonomia yksilölle sallitaan, sitä enemmän yksilö toimii omien arvojen, tavoitteidensa ja tarpeidensa ohjaamana ja motivoimana. (Martela 2015, 78.) Itseohjautuvuusteorian mukaan itseohjautuneeksi käyttäytymiseksi voidaan kuvata käyttäytymistä, joka on sisäisesti motivoitunutta ja jonka lähtökohtana on yksilön henkilökohtaiset arvot ja yksilölliset tarpeet. (Sundholm 2000, 13.)

3.1.1 Maslow'n tarvehierarkia

Psykologi Abraham Maslow'n (1943) tarvehierarkiateorian mukaan yksilön tarpeet ovat hierarkkisessa järjestyksessä määräävyytensä mukaan. Ensisijaisia perustarpeita ovat fyysiset tarpeet, kuten unentarve, nälkä ja jano. Toissijaisia perustarpeita Maslow'n mukaan ovat turvallisuudentarpeet eli se, että yksilö kokee olevansa fyysisesti ja henkisesti turvassa vallitsevassa ympäristössä. Turvallisuuden tarpeet tulevat esille vain, jos ensisijaiset fyysiset tarpeet ovat täyttyneet. Jos fyysiset perustarpeet kuten nälkä ja turvallisuus ovat tyydyttämättä, myös kaikkien muiden tarpeiden tärkeys siirtyy taka-alalle. (Maslow 1943, 27–29, 40.)

Jos fyysiset tarpeet ja turvallisuuden tarpeet on tyydytetty, on ihmisellä myös kiintymyksen ja ihmissuhteiden tarve eli tarve tulla rakastetuksi. Ihmisellä on myös tarve rakentaa omaa itsetuntoaan. Tähän tarpeeseen liittyy arvostuksen ja saavutusten kokemukset. Ylimpänä Maslow'n tarvehierarkiassa on itsensä toteuttamisen tarpeet. Itsensä toteuttamisen tarve

on yksilön tarvetta toteuttaa omaa potentiaaliaan. Fyysisten ja turvallisuuden tarpeiden lisäksi yksilöllä saattaa olla siis myös intellektuaaleja tarpeita, jotka kuitenkin ovat tyydytettävissä vasta, kun ensisijaiset tarpeet on tyydytetty. Maslow kuitenkin huomauttaa, että joidenkin poikkeuksellisten yksilöiden kohdalla esimerkiksi itsetuntemuksen (engl. *self-esteem*) tarve on tärkeämpi kuin rakkauden tai läheisyyden tarve. (Maslow 1943, 31–33, 36, 40.)

Itseohjautuvuuskeskustelussa Maslow'n tarvehierarkiaan viitataan paikoin, mutta usein kritisoivaan sävyyn. Erityisenä kritiikkinä on teorian ehdottomuus: tarvehierarkian ydinhän on, että fyysisten tarpeiden tulee täytyä ensin, jotta muut syvällisemmät tai hierarkiassa korkeammalla olevat tarpeet tulevat määrääviksi tai toimintaa ohjaaviksi. Decin ja Ryanin (2000, 262) itseohjautuvuusteorian mukaan tarpeet ovat yksilöllisiä. Vaikka ihmisillä voidaan sanoa olevan samantyyppisiä tarpeita, ei voida kuitenkaan olettaa tarpeiden vaikuttavan jokaiseen yksilöön täysin samalla tavalla. Decin ja Ryanin (2000, 262) teorian mukaan jokaisen yksilön tarpeet ovat tilanne- ja henkilökohtaisia ja ne ohjaavat yksilön toimintaa eri tavoin. Myös Martela ja Jarenko (2017b, 317) muistuttavat, että itseohjautuva henkilö pyrkii fyysisen ja psyykkisen selviytymisen lisäksi myös toteuttamaan itseään.

Deci ja Ryan (2000, 262) näkevät tarpeet sisäsyntyisinä sen sijaan, että ne olisivat opittuja. Itseohjautuvuusteoria keskittyy vain psykologisiin tarpeisiin, muttei kuitenkaan kiellä fysiologisten tarpeiden, kuten nälkä ja jano, olemassaoloa. Maslow'n tarvehierarkiassa fysiologiset tarpeet ja psykologiset tarpeet on asetettu kokonaisuutena ja nippuna samalle skaalalle, kun taas Deci ja Ryan argumentoivat sen puolesta, ettei niitä voida arvioida täysin samalla asteikolla. Tarpeiden intensiteetti ja se, mikä tarve ohjaa kutakin yksilöä eniten, vaihtelee yksilöittäin. (Deci & Ryan 2000, 232.) Tätä yksilöllisyyden aspektia ei Maslow'n tarvehierarkiassa juurikaan tuoda esille tai painoteta, vaan tarpeet on esitetty yhteismitallisina tuomatta esille yksilöllisyyden näkökulmaa.

3.2 Sisäinen motivaatio

Motivaatio energisoi, suuntaa ja säätelee yksilön toimintaa. (Liukkonen ym. 2006, 12.) Motivaatio koostuu itseasetetuista tavoitteista, tavoitteen hyödyllisyyden kokemuksesta ja miinäpystyvyydestä eli siitä, miten yksilö kokee ja arvioi onnistuvansa tavoitteidensa saavuttamisessa. Motivaatio on aikomusta ja sen voimakkuutta. Se on toiveita, tavoitteita, tarpeita ja halua. (Salmimies 2008, 75, 81.) Motivaatio suuntaa yksilön toimintaa kohti asetettuja tavoitteita. Motivaatio on kykyä innostua ja sinnikkyyttä tehdä työtä asetetun tavoitteen saavuttamiseksi. Motivaatio on dynaamista, tilannekohtaista. Motivaatio ohjaa yksilön

aktiivisuuden tasoa ja mielenkiinnon suuntautumista. Asenne ja motivaatio ovat yhteydessä toisiinsa siten, että asenne vaikuttaa motivaatioon ja hyvä asenne voi parantaa motivaatiota. Sisäiseen motivaatioon liittyy tavoitteellisuus ja oman toiminnan syy-seuraus -suhteiden näkeminen, merkityksellisyys ja vaikuttavuus, aloitteellisuus, osaaminen ja itsensä toteuttamisen pyrkimykset. Ulkoinen motivaatio sen sijaan viittaa ulkopuolelta tuleviin virikkeisiin ja tekijöihin. (Ruohotie 1998, 41–42; Norrena 2019, 39–40.)

Sisäinen motivaatio on käyttäytymistä, jolla ei ole näkyvää ulkoista palkkiota. Se on toimintaa, jota henkilö tekee omasta mielenkiinnostaan. Sisäinen motivaatio perustuu myös psykologisiin tarpeisiin eli perustarpeisiin. (Sundholm 2000, 16.) Yksilön tavoitteet ja tarpeet ohjaavat myös yksilön itseohjautuvuutta. (Norrena 2019, 23.) Ympäristö, joka tarjoaa haasteita ja positiivisia ärsykeitä, mahdollistaa sisäisen motivaation syntymisen. Autonomian ja sisäisen motivaation saavuttamiseksi toiminnan on oltava itsessään yksilöä kiinnostavaa. Kilpailuasetelma, tiukat toimintaohjeet ja palkkiot sen sijaan heikentävät sisäistä motivaatiota. (Toivola ym. 2017, 34–35.)

Kun toimintaan osallistutaan sen itsensä vuoksi, ilman toiveita palkkiosta tai vastineesta, on kyse sisäisestä motivaatiosta. Sisäiseen motivaatioon liittyy myös autonomian kokemus. Motivaatio on subjektiivinen ja tilannekohtainen. Autonomian ja ulkoisen kontrollin tai tuen ero voi olla hyvinkin pieni: määräävässä osassa on yksilön subjektiivinen kokemus näistä. (Liukkonen ym. 2006, 87, 94, 96, 115, 121.) Sisäinen motivaatio on vahvasti yhteydessä arvoihin eli ne asiat, mitkä ovat yksilön arvoina yleensä motivoivat yksilöä sisäisesti. Perustarpeet ja motiivit vaikuttavat yksilön arvoihin ja asenteeseen. Mitä vahvempi tarve on, sitä enemmän se ohjaa yksilön toimintaa ja käyttäytymistä. (Mayor & Risku 2015, 41–42, 46.)

Sisäinen motivaatio on proaktiivista: tekeminen itsessään motivoi tekijäänsä. Ulkoinen motivaatio sitä vastoin on reaktiivista: yksilöä motivoi ulkoiset kannustimet tai rangaistukset. Sisäinen motivaatio rakentuu omaehtoisuudesta, kyvykkyydestä eli aikaansaamisesta ja oppimisesta sekä yhteisöllisyydestä. Sisäisessä motivaatiossa tekeminen itsessään motivoi ja ikään kuin vetää tekijää puoleensa, kun taas ulkoisessa motivaatiossa tekijä joutuu työntämään itseään kohti tekemistä ulkoisten palkkioiden kannustamana. (Martela & Jarenko 2014, 6, 14, 16.) Decin ja Ryanin (2000, 247) mukaan sisäisesti motivoivat tavoitteet tukevat mielenterveyttä ja henkistä hyvinvointia paremmin kuin ulkoisesti motivoivat tavoitteet.

Sisäisen motivaation ja itseohjautuvuuden yhteydessä tulee usein esille myös työn imun käsite. Työterveyslaitoksen tutkija Jari Hakasen (2011, 38) mukaan työn imu on myönteinen ”tunne- ja motivaatiotila työssä”. Työn imu on tarmokkuutta, omistautumista ja uppoutumista. Tarmokkuus on sinnikkyyttä, ponnistelun halua ja energisyyttä työssä. Omistautuminen on merkityksellisyyden kokemista ja työntoa. Uppoutuminen on syvä keskittyneisyyden tila, paneutumista työhön ja siitä seuraavaa mielihyvää. Se on täyttä läsnäoloa työtehtävässä ja työroolissa. Työn imun yksilöllisiä voimavaroja ovat esimerkiksi optimismi, myönteinen käsitys pystyvyydestä, sinnikkyys ja itsetunto. (Hakaniemi 2011, 39, 43, 71.) Työn imun voidaan siis nähdä liittyvän näin sisäiseen motivaatioon. Työn imuun sisältyvä uppoutumisen kokemus viittaa keskittyneisyyden tilaan, joka parhaimmillaan on flow-tilaa. (Saarenpää 2017, 89.)

3.2.1 Flow-kokemus sisäisen motivaation ilmentymänä

Itseohjautuvuuskeskustelussa viitataan usein sisäisen motivaation yhteydessä myös psykologi Mihaly Csikszentmihalyin flow-teoriaan. (ks. esim. Martela & Jarenko 2014, 19.) Flow-kokemus on joukko inhimillisen kokemuksen positiivisia puolia: se on iloa ja luovuutta ja intensiivisen keskittyneisyyden tila. Flow-tilassa yksilö saavuttaa korkeampia suorituksen tasoja kuin ilman flow-tilaa. Flow on optimaalinen kokemus, jolloin sen kokija tuntee syvää iloa ja hallintaa omasta elämästään. Se on yksilön ponnisteluja, vapaata taitoa, yksilön oman toiminnan aikaansaama kokemus. Kyse on yksilön oman potentiaalinsa ääri rajoilla toimimisesta ja aikaansaamisesta. (Csikszentmihalyi 2005, 11, 17–18, 113, 116.)

Flow on psyykkisen energian kontrollointia ja tietoisuuden järjestystä, syvä keskittyneisyyden ja tunteiden, tavoitteiden ja aistien sopusoinnun tila. Flow-tilassa yksilö kokee olevansa yhtä niin sisäisen kuin ulkoisen ympäristön kanssa ja itsekriittisyys katoaa. Flow-kokemuksen aikana yksilön tietoisuudessa vallitsee järjestys, kun tarkkaavaisuus on suunnattu realistisiin tavoitteisiin: kun yksilö toimii täysin päämääräänsä pyrkien, uppoutuen ja unohtaen kaiken muun ympärillä olevan. Flow-tila saavutetaan, kun tavoitteet ja yksilön taidot vastaavat toisiaan. (Csikszentmihalyi 2005, 22, 70, 72, 87, 131.) Tällainen tekemisen optimaalinen haasteellisuus mahdollistaa flow-tilan. Sen sijaan, mikäli yksilö kokee tekemisen liian haasteelliseksi, johtaa se ahdistuneisuuteen ja liian helppo tekeminen johtaa puolestaan tylsistymiseen. (Deci & Ryan 2000, 260.) Sisäisen järjestyksen puute on ontologista ahdistusta ja eksistentiaalista pelkoa, kun yksilö ei hahmota elämän tarkoitus tai koe merkityksellisyyttä. (Csikszentmihalyi 2005, 30.) Tämän ”psyykkisen entropian” vastakohta on optimaalinen kokemus, jossa psyykkinen energia virtaa eli flow. (Csikszentmihalyi 2005, 68.)

Flow-kokemuksessa ei ole kyse mielihyvästä, joka on hetkellistä, vaan laajemmasta kokemuksesta eteenpäin menemisestä ja tunne saavuttamisesta. Optimaalinen kokemus eli flow ei ole myöskään hedonistisia tekoja tai hedonistista asennetta elämään. Iloa koetaan silloin, kun yksilö suorittaa tehtävää, joka on mahdollista saattaa loppuun, kun yksilö voi keskittyä tekemiseensä, tehtävällä ja tekemisellä on selvä tavoite ja tekemisestä saa palautetta. Tekeminen on spontaania ja lähes automaattista. Kun tekeminen on keskittynyttä, mutta se ei vaadi yksilöltä liian isoja ponnisteluja eli tekemisen vaativuus vastaa tekijän taitoja ja kykyjä, tietoisuus itsestä katoaa ja käsitys ajasta muuttuu tai katoaa eli tekeminen vie mennessään. Transendenssin tunne on osa flow-tilaa. Flow-tilassa yksilö on uppoutunut tekemiseensä ja kokee hallinnan tunnetta toiminnastaan ja itsestään. (Csikszentmihalyi 2005, 78–79, 82, 87–88, 101, 103, 105, 113, 305.)

Huomioitavaa on, että flow-tilassa kyseessä on hallinnan ja kontrollin tunne, ei välttämättä aktuaalinen kontrolli. Esimerkiksi urheilusuorituksessa yksilöllä ei ole varmuutta lopputuloksesta, mutta tärkeää on, että hänellä on tehdessään tunne hallinnasta ja sen mahdollisuudesta. Flow-kokemuksessa tekeminen koetaan ponnistuksettomana ja virtaavana, mutta se vaatii kuitenkin aktiivista ajatustoimintaan ja fyysistä ponnistusta. Flow-tilan voi saavuttaa, kun yksilöllä on selkeät ja realistiset tavoitteet, joiden merkityksen hän ymmärtää, yksilö uppoutuu ja keskittyy tekemiseensä ja suuntaa tarkkaavaisuuteensa täysin käsillä olevaan tehtävään ja toimintaan. Flow-kokemus on merkityksellisyyttä, se on päättäväisyyden ja päämäärään eli tekemisen ja tavoitteiden harmoniaa. (Csikszentmihalyi 2005, 89, 97–98, 300–303, 310–312.)

Lauri Järvilehdon mukaan (2014, 38) flow on kokemusta kompetenssin tarpeen tyydyttämisestä. Flow-kokemus syntyy, kun yksilöllä on täydellinen keskittyminen käsillä olevaan tehtävään, yksilö saa palautetta toiminnastaan, tehtävällä tai toiminnalla on selkeä tavoite ja kun yksilön taidot vastaavat tehtävän vaatimustasoa. Flow on keskittyneisyyden ja uppoutumisen tila, ja jotta tämä olisi mahdollista, ei yksilöllä saa olla tilaa tuntea ahdistuneisuutta puutteellisista kyvyistään tehtävän suorittamisessa, vaan tehtävän tulee olla juuri sopivan haastava, jotta flow-kokemus voi syntyä. (Järvilehto 2014a, 40–41; Martela & Järnke 2015, 101.)

Haasteet kehittävät sinnikkyyttä ja haasteista selviäminen ja niiden menestyksekkäs käsittely vahvistaa ja kehittää itseohjautuvuutta. (Norrena 2019, 41.) Kuten flow-teoriassakin tuodaan esille, motivaatio tarvitsee optimaalista haasteellisuutta eli tekemisen ja yksilön kykyjen tulee olla sopivassa suhteessa toisiinsa, jotta yksilö kokee tekemisen haastavaksi

ja mielekkääksi, mutta ei liian haastavaksi ja ahdistavaksi tai liian helpoksi ja tylsistyttäväksi. Flow on tila, jossa yksilön stressitaso on juuri sopivalla tasolla eli yksilön suoritus paranee eustressin myötä, eikä yksilö ole myöskään tylsistynyt, vaan tehtävän haastavuus mahdollistaa optimaalisen vireystilan. Vireystilan ollessa liian voimakas, yksilö saattaa tuntea distressiä ja ahdistusta. Flow:ssa on siis kyse tasapainoilasta, optimisuoritustilasta. Optimisuoritusalue on jatkuvan kasvun tila, joka on yksilön mukavuusalueen ja epä-mukavuusalueen, tylsyyden ja ahdistuneisuuden välillä. (Järvilehto 2014a, 42–45, 49.) Flow-tilaan päästääkseen tulee yksilöllä olla kyky motivoida itseään. (Sydänmaanlakka 2017, 232–234.)

Flow-teoriassa fokus on sisäsyntyisessä tai sisäisessä motivaatiossa. Toiminta on auto-teelista eli toiminnan tarkoituksena on ainoastaan toiminta itsessään ja toiminta itsessään on motivoivaa. Yksilö on uppoutunut ja keskittynyt tekemiseen niin, että itsetietoisuus katoaa. Deci ja Ryan näkevät, että autonomian, kompetenssin ja yhteenliittymisen tarpeiden huomiointi flow-teoriassa täydentäisivät sitä. Decin ja Ryanin teoriaan verrattuna flow-teoriassa ei tuoda juurikaan esille autonomiaa, vaan korostetaan vain tekemisen optimaalisen haasteellisuuden tärkeyttä. Decin ja Ryanin teoriassa sen sijaan sisäinen motivaatio on vahvasti riippuvainen yksilön kokemasta autonomiasta. Flow-teoria ei myöskään tuo esille yksilön tarpeiden merkitystä. (Deci & Ryan 2000, 260–261.)

4 Tutkimusmenetelmän, aineistonkeruun ja analyysimenetelmän esittely

Tässä tutkimuksessa aineistona on kymmenen haastattelua. Tutkimuksen validiteetin kannalta menetelmäksi on valittu puolistrukturoitu teemahaastattelu. Puolistrukturoitu eli teemahaastattelu on lomakehaastattelun eli strukturoidun haastattelun ja avoimen haastattelun välimuoto. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 203.) Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat kaikille haastateltaville samat, mutta valmiita vastausvaihtoehtoja ei anneta kuten vaikkapa lomakekyselyssä. (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari 1994, 138; Eskola & Suoranta 1998, 87.) Tämän tutkimuksen haastattelut on tehty kasvokkain, jolloin haastateltavat ovat voineet vapaasti kertoa kokemuksiaan ja näkemyksiään aiheesta. Haastattelujen määrä rajattiin siihen, missä kohti alkoi ilmetä saturaatiota. Tämän tutkimuksen haastattelukysymykset olivat:

1. Mitä sinulle tulee mieleen sanasta itseohjautuvuus?
2. Millainen on mielestäsi itseohjautuva henkilö? Miten itseohjautuva henkilö toimii tai mitä ominaisuuksia hänellä on?
3. Koetko itse olevasi itseohjautuva? Miten se näkyy opiskelussasi?
4. Tulisiko itseohjautuvuutta mielestäsi opettaa tai painottaa enemmän ASSI-koulutusohjelmassa tai opiskelussa yleisesti?
5. Miten itseohjautuvuus tai sen puutos näkyy tiimityössä?
6. Mikä motivoi sinua? Mikä estää tai edistää motivaatiotasi tai motivoitumistasi?
7. Mikä mahdollistaa mielestäsi itseohjautuvuuden opiskelussa tai ASSI-koulutusohjelmassa?
8. Soveltuuko itseohjautuvuus kaikkeen opiskeluun? Onko sillä myös reunaehtoja?

Tämän tutkimuksen haastateltavat ovat Haaga-Helia ammattikorkeakoulun johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelman opiskelijoita, jotka suorittavat tutkintoaan OPS2016 mukaan. Rajaus on tehty siksi, että tutkimustuloksia voitaisiin hyödyntää mahdollisesti koulutusohjelman ja sen opintojaksojen kehittämisessä. Haastateltavien kontaktointi toteutettiin elokuussa 2019 viikolla 34 sähköpostitse jakelulistan kautta koko Haaga-Helia ammattikorkeakoulun johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelman opiskelijoille. Lisäksi kontaktointia tehtiin harkinnanvaraiseen otantaan perustuen suoraan kontaktoiden potentiaalisia haastateltavia WhatsApp -pikaviestinsovelluksella.

Haastattelut toteutettiin elo- ja syyskuun vaihteessa viikoilla 35 ja 36. Haastattelut toteutettiin suljetussa ja rauhallisessa tilassa tutkijan eli haastattelijan ja haastateltavan kesken.

Haastateltavilla oli kysymykset kirjallisesti nähtävillä haastattelun ajan. Haastattelukysymykset kysyttiin kultakin haastateltavalta samassa järjestyksessä ja samanmuotoisina, mutta haastateltavilla oli mahdollisuus ja vapaus kertoa vapaasti ajatuksiaan myös kysymysten ulkopuolella ja esitysjärjestyksestä poikkeavasti. Kukin haastattelu kesti noin 15–30 minuuttia. Haastattelujen aikana haastatteliija teki muistiinpanoja ja haastattelut nauhoitettiin.

Haastatteluaineisto on litteroitu ja litteroitu aineisto on koodattu ja taulukoitu teemoihin ja kategorioihin, joiden mukaan on muodostettu analyysiluku 5. Analyysiluvun alaluvut on jaoteltu teemoihin sisältyvien kategorioiden mukaan. Aineisto on pyritty analysoimaan ensin aineistolähtöisesti, mutta analyysin ja tutkimustulosten tulkinta on toteutettu teoriasidonnaisesti eli niitä on ohjannut ja tukenut, muttei sitonut, aiempi tutkimus itseohjautuvuuteen liittyen, itseohjautuvuuskirjallisuus sekä tämän työn teoriaraamit. Luvussa 6 aineiston tuloksia onkin siis tarkasteltu tulosten yhteenvedon yhteydessä teoriasidonnaisesti eli luvussa 5 esiteltyjä teemoja ja kategorioita peilataan ja verrataan luvuissa 2 ja 3 esiteltyihin sisältöihin. Haastatteluihin ja suoriin haastattelulainauksiin viitataan numerokirjainkoodilla tekstiviittauksissa haastateltavien anonymiteetin säilyttämiseksi. Kokonaiset litteroidut haastattelut ovat tutkijan hallussa.

Laadullinen tutkimusmenetelmä on valittu tämän tutkimuksen tutkimusmenetelmäksi, sillä työn tarkoituksena on saada kuvailevia ja syvällisempiä vastauksia tutkimuskysymyksiin, kuin mitä kvalitatiivisella menetelmällä ja esimerkiksi suurelle joukolle lähetettävän strukturoidun lomakekyselyn kautta aiheesta olisi mahdollisesti saatu. Puolistrukturoidut haastattelut koettiin mielekkääksi tavaksi saada vastauksia tutkimuskysymyksiin haastattelukysymysten kautta. Laadullisesta tutkimuksesta kerrotaan yleisesti enemmän luvussa 4.2. Luvussa 4.1 esitellään yleisellä tasolla tieteellisen tutkimuksen määritelmää, johon palataan luvun 7 itsearviointin yhteydessä. Luvussa 4.3 esitellään sisällönanalyysia tähän tutkimukseen valittuna aineiston analyysimenetelmänä sekä esitellään aineiston analysoinnin toteutusta ja analyysilukujen rakenteen muodostumista analyysin etenemiseen perustuen.

4.1 Tieteellisen tutkimuksen kriteerit

Tieteellisen tutkimuksen tavoitteena on uuden tiedon tuottaminen vuorovaikutuksessa aiemman tutkimuksen ja aiempien teorioiden kanssa. (Syrjälä ym. 1994, 128–129; Vilkkä 2015, 33.) Tiede on myös tiedeyhteisön yhteisomistamaa eli tiede on julkista. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 148–149.) Tieteellinen tutkimus on luonteeltaan itseään korjaavaa: tieto tulee olla verifioitavissa eli todennettavissa, eikä tiede ole erehtymätöntä. Uusi tieto rakentuu vanhan tiedon päälle. Tieteellinen teksti on dialogista uuden tiedon ja aiempien tutkimustulosten välillä. (Luukka 2002, 19; Metsämuuronen 2006, 17; Kananen 2017, 76–77,

79.) Tieteellistä tietoa tuotetaan yhdessä sovittujen sääntöjen ja raamien mukaisesti. Käytetyt tutkimusmenetelmät, aineistonkeruutapa ja analyysimenetelmä sekä käytetyt teoriat ja käsitteet tulee perustella. Tarkastelunäkökulma on asiakeskeinen, objektiivinen ja järjestelmällisesti kriittinen. Nämä asiat muodostavat tutkimuksen tieteellisyyden perustan. (Luukka 2002, 18, 20; Vilkka 2015, 38–39.)

Tieteellisen tutkimuksen kriteerejä ovat universaalisuus, yhteisöllisyys, puolueettomuus ja kriittisyys. Universaalisuus viittaa siihen, että tieteellistä totuusarvoa tulee punnita yleispätevin kriteerein ja riippumattomasti. Yhteisöllisyys tarkoittaa, että tutkimusta ei omista sen tekijä, vaan julkaisun jälkeen uuden tiedon tulee olla tiedeyhteisön käytettävissä. Puolueettomuus tarkoittaa, ettei tutkimusta saa tehdä tavoitellen omaa etua. Kriittisyys viittaa siihen, että tutkimusta ja tieteellistä tietoa tulee aina tarkastella kriittisesti ja avoimesti tiedeyhteisössä. (Hirsjärvi ym. 2007, 21.) Hyvä tutkimusteksti on kirjoitettu arvioivalla, argumentoivalla ja kriittisellä otteella. (Vilkka 2015, 199.) Kriittisyys on tutkimuksen tarkastelua useasta eri näkökulmasta objektiivisuuteen pyrkien. (Metsämuuronen 2006, 18; Vilkka 2015, 223.)

Objektiivisuus viittaa laadullisessa tutkimuksessa pitkälti havaintojen luotettavuuteen, puolueettomuuteen ja valideuteen eli siihen, että tutkimuksessa on tutkittu sitä, mitä siinä on kerrottu tutkittavan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160.) Objektiivisuus syntyy tutkijan perehtyneisyydestä, lukeneisuudesta sekä käsitteellistämisen ja menetelmien oikean käytön kautta. Objektiivisuus on myös sitä, että tutkija pyrkii tuomaan esiin tutkimuksen lähtökohdat ja lähtöoletukset mahdollisimman läpinäkyvästi ja avoimesti. (Eskola & Suoranta 1998, 17, 35.) Objektiivisuus tarkoittaa, että tutkija noudattaa tieteen tekemisen eettisiä ja kriteerillisiä sääntöjä kaikissa tutkimuksen vaiheissa. (Kananen 2017, 79.)

Objektiivisuus tarkoittaa erityisesti sitä, että tutkija perustaa johtopäätöksensä aineistonsa ja että johtopäätökset ovat redusoitavissa takaisin aineistoon, eikä johtopäätöksiin vaikuta tutkijan subjektiiviset näkemykset tai mieltymykset. (Alasuutari 2011, 32.) Tutkija ei ole täysin irrallinen ja objektiivinen tutkimuksessa, vaan luotettavuutta kasvattaa tutkijan avoin subjektiviteetti ja se, kuinka tämä on huomioitu tutkimusprosessissa. (Eskola & Suoranta 1998, 211.) Puhdasta objektiivista tietoa ei ole, sillä tutkija päättää viime kädessä tutkimusasetelmasta oman subjektiivisen ymmärryksensä kautta. Aineiston analyysi ja tulokset ovat aina tutkijan omaa konstruktia, eikä siis täysin objektiivista koskaan. (Eskola & Suoranta 1998, 157; Tuomi & Sarajärvi 2018, 25.)

Tieteelliseen tutkimukseen teko kuuluu myös tutkimusetiikka, jolla viitataan tiedeyhteisössä yleisesti sovittuihin sääntöihin tieteellisen tutkimuksen tekemisessä. Tutkijan tulee

siis käyttää tiedeyhteisön hyväksymiä tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä. Hyvään tieteelliseen käytäntöön liittyy myös vilpittömyys ja rehellisyys tutkimusta tehdessä. (Vilka 2015, 41–42.) Eettisesti hyvä tutkimus edellyttää hyvää tieteellisen käytännön noudattamista: tutkimustyö on toteutettu huolellisesti, rehellisesti ja tarkasti ja toiminta on ollut eettisesti kestävää koko tutkimusprosessin ajan. Tutkimuksessa tulee myös ottaa aiempi tutkimus huomioon ja antaa teorioille ja tekijöille niiden ansaitsema arvo. Tuloksia ei saa yleistää kriitikittömästi, eikä plagiointi tai tiedon vääristäminen ole missään tapauksessa sallittua. Raportointi ei myöskään saa olla virheellistä, harhaanjohtavaa tai puutteellista. (Eskola & Suoranta 1998, 52–53; Hirsjärvi ym. 2007, 23–27.)

Tutkimuksen tekemisessä lähtökohtana on ihmisarvon kunnioittaminen. (Hirsjärvi ym. 2007, 23–27.) Tutkijan ja haastateltavan välillä ei saa olla riippuvuussuhdetta, joka esimerkiksi painostaisi haastateltavaa antamaan tietynlaisia vastauksia. Aineiston käsittelyssä on keskeistä luottamuksellisuus ja anonymiteetti eli tutkijan tulee käyttää aineistoa vain siihen tarkoitukseen, johon hän on luvan saanut haastateltavilta ja hänen on käsiteltävä vastauksia siten anonyymisti, että vastaajien henkilöllisyys ei paljastu. (Eskola & Suoranta 1998, 55, 57.)

4.2 Laadullisesta tutkimuksesta yleisesti

Laadullinen tutkimus on kattokäsite eli se on terminä kuin sateenvarjo, joka kattaa alleen useita erilaisia laadullisia tutkimuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 13, 188.) Laadullinen tutkimus on induktiivista eli yksittäisistä havainnoista pyritään rakentamaan yleisiä merkityksiä. (Hirsjärvi ym. 2007, 260.) Laadullinen tutkimus tutkii usein yksittäisiä tapauksia ja pyrkii ymmärtämään tutkittavaa kohdetta tai ilmiötä uudesta näkökulmasta syvällisesti. (Kananen 2017, 36.) Keskustelu laadullisen tutkimuksen luonteesta ja taustasta menee paikoin menetelmäkirjallisuudessa filosofisen tarkastelun ja pohdinnan puolelle, eikä siihen siksi pureuduta tässä sen syvällisemmin. (ks. esim. Tuomi & Sarajärvi 2018, 30–63.)

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ja kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus on usein tutkimuskirjallisuudessa asetettu vastakkain. Ne voidaan kuitenkin ymmärtää myös toisiinsa täydentävinä lähestymistapoina ja toistensa jatkumona: niitä voi käyttää rinnakkain eli laadullinen tutkimus voi pohjustaa määrällistä tutkimusta tai toisinpäin. (Hirsjärvi ym. 2007, 132–133; Alasuutari 2011, 32; Tuomi & Sarajärvi 2018, 72.) Määrällisessä tutkimuksessa pyritään argumentoimaan lukujen ja tilastollisten yhteyksien pohjalta. Keskiössä ovat erilaiset muuttujat ja riippuvuussuhteet. (Alasuutari 2011, 34.) Laadullinen tutkimus sen sijaan ei pyri todentamaan, varmentamaan tai verifioimaan olemassa olevia totuusväittämiä, eikä sen tavoitteena ole etsiä tai osoittaa tilastollisia säännönmukaisuuksia. Laadullinen tutkimus pyrkii induktiivisuuteen siten, että pyritään kuvaamaan tai ymmärtämään jotakin

tiettyä ilmiötä ja muodostamaan induktiivisesti teoreettinen tulkinta, jonka mielekkyys suhteutuu tutkimuksen aineistoon ja tutkittavaan ilmiöön. (Eskola & Suoranta 1998, 61; Hirsjärvi ym. 2007, 157, 176; Tuomi & Sarajärvi 2018, 98.)

Laadullisessa tutkimuksessa aineiston rajausta on tärkeä, sillä aineisto voi periaatteessa olla kuinka suuri tahansa. Siksi sen rajaukseen ja rajauksen perusteluihin on kiinnitettävä huomiota. (Eskola & Suoranta 1998, 65.) Aineiston tärkein kriteeri on, että aineistosta saadaan vastauksia tutkimuskysymyksiin ja että tutkimusongelma voidaan ratkaista aineiston avulla. (Kananen 2017, 43.) Laadullisessa tutkimuksessa aineiston koon määrää sen laatu. Tavoitteena ei ole yleistettävyyttä, vaan tietyn ilmiön kuvaaminen ja aineiston edustavuus. (Vilkko 2015, 150.) Laadullisen tutkimuksen aineistona voi olla esimerkiksi kysely, haastattelu, havainnointiaineisto tai dokumentit. (Hirsjärvi ym. 2007, 187; Tuomi & Sarajärvi 2018, 83.) Primääriaineisto on aineistoa, joka on kerätty nimenomaisen tutkimusongelman ratkaisemiseen. (Kananen 2017, 83.)

Laadullisen tutkimuksen aineiston koon tärkein määrittävä tekijä on aineiston kylläntyminen eli saturaatio: aineisto on tarpeeksi iso, kun siinä alkaa ilmetä toistoa ja kaavamaisuutta eikä lisämäärä toisi kokonaisuuteen enää uutta tietoa. (Eskola & Suoranta 1998, 62–63; Vilkko 2015, 223; Kananen 2017, 128; Tuomi & Sarajärvi 2018, 99–100.) Teeman tutkimuskenttään tutustuminen ja lukeneisuus ohjaavat tietämystä ja tuntemusta siitä, mikä on tarpeeksi paljon toistoa. (Eskola & Suoranta 1998, 62–63.) Aineiston kattavuus perustuu myös siihen, ettei tulkinnat perustu satunnaisiin poimintoihin, vaan aineistossa havaittuihin säännönmukaisuuksiin, toistuvuuteen ja havaittuihin kaavoihin. (Eskola & Suoranta 1998, 216.) Laadullisessa tutkimuksessa ei puhuta aineiston edustavuudesta ja yleistettävyydestä, vaan sen sijaan puhutaan kattavuudesta, jolla viitataan aineiston koon, analyysin ja tulkinnan synergiaan. (Eskola & Suoranta 1998, 60–61.)

Laadullisen tutkimuksen ydin on merkitystulkintojen tekeminen. Analyysin kautta pyritään päättämään ja havaitsemaan jotakin, joka ei suoraan ole raaka-aineistosta nähtävillä. (Alasuutari 2011, 53, 77, 81.) Johtopäätösten ja tulkintojen uskottavuus muodostuu siitä, että ne voidaan johtaa takaisin aineistoon eli on nähtävissä, mistä kohdin aineistoa tietyt kategoriat ja johtopäätökset on johdettu ja ne voidaan myös palauttaa läpinäkyvästi kerättyyn aineistoon. (Syrjälä ym. 1994, 145–146, 163, 165.) Laadullisessa tutkimuksessa valiteetti viittaa aineiston relevanttiuteen eli siihen, vastaako aineisto tutkimuskysymyksiin. Tutkijan tulee pyrkiä tulkinnoissaan objektiivisuuteen siten, ettei hän liitä omia merkityksiä oman kokemuspohjansa värittämänä haastateltavien sanomiin asioihin, vaan johtopäätökset ja tulkinnat vastaavat haastateltavan ajatuksia. Tutkimustulosten on siis oltava aitoja ja relevantteja. (Syrjälä ym. 1994, 129–130, 152.)

Laadullisen tutkimuksen analyysillä pyritään aineiston tiivistämiseen kadottamatta kuitenkaan sen informaatioarvoa tai -sisältöä. Analyysimenetelmän avulla aineistoa pyritään esittelemään ja tarkastelemaan tuoden esille sen sisältämä informaatioarvo selkeästi ja mielekkäästi. (Eskola & Suoranta 1998, 138; Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.) Aineistosta etsitään yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia, poikkeuksellisuuksia ja samankaltaisuuksia. (Eskola & Suoranta 1998, 140.) Myös laadullisessa tutkimuksessa voidaan kvantifioida tutkimustulokset eli esittää ne numeerisessa muodossa tai taulukkomuodossa, mikäli tämä tuottaa lisäarvoa sanalliseen tiedon esitykseen nähden. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 137.) Kokoavasti voitaisiin siis todeta, että laadullista aineistoa tarkastellaan ja analysoidaan kokonaisuutena, ja poikkeukset ja erityisyydet eivät välttämättä kumoa yhtenäisiä johtopäätöksiä, vaan tuovat tulkintaan nyansseja ja syvyyttä, uusia näkökulmia ja tarkastelupintoja. Johtopäätösten tulee olla täysin perusteltavissa aineistolla.

4.3 Sisällönanalyysi analyysimenetelmänä

Tutkimusmetodi tarkoittaa niitä käytäntöjä ja sääntöjä, joiden mukaan tutkija tekee havain- toja, tulkintoja ja johtopäätöksiä aineistosta. (Alasuutari 2011, 82.) Sisällönanalyysi on laa- dullisen tutkimuksen systemaattinen perusanalyysimenetelmä tekstin analysointiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103, 117.) Sisällönanalyysissä aineisto teoretisoidaan luokittele- malla, täsmentämällä käsitteet sekä aineistossa esiintyvien poikkeuksien ja säännönlai- suuksien kautta. Näiden pohjalta tehdään johtopäätökset ja tulkinta. (Metsämuuronen 2006, 124.) Sisällönanalyysi on siis luokittelua, teemoittelua ja tyypittelyä eli aineiston jär- jestämistä. Sisällönanalyysissä aineisto koodataan eli aineistosta etsitään tutkimusongel- maan vastaavat tekstikokonaisuudet, jotka pelkistetään eli niille annetaan asiasisältöä ku- vaava ilmaisu eli koodi. Tämän jälkeen aineisto luokitellaan eli samankaltaisista koodeista muodostetaan ryhmiä eli luokkia yläkäsitteiden alle. (Kananen 2017, 132, 136, 146; Tuomi & Sarajärvi 2018, 105–107.)

Sisällönanalyysissä analyysi on joko aineistolähtöistä tai teorialähtöistä. Aineistolähtöi- sessä sisällönanalyysissä aineiston analysointia ei ohjaa valmis olemassa oleva teoria, vaan aineiston sisällön voi kategorisoida pelkästään aineiston sisäisen logiikan perus- teella. Sen sijaan teorialähtöinen analyysi nojaa koko analyysin ajan aiempaan teoriaan: aiempi teoria ohjaa analyysia ja muodostaa analyysin rungon ja raamit. (Tuomi & Sara- järvi 2018, 110–111, 127.) Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä kategorisointia ohjaa jo- kin valmis teoria tai aiemmat tutkimukset. (Vilkkä 2015, 163, 170–171.)

Aineistolähtöisen ja teorialähtöisen analyysin välimaastoon jää toimintatapa, jossa tutkijaa ohjaa tietty teoriakentän tuoma ennako-oletus, mutta kategorisointi ja aineiston koodaus elää aineiston mukaan. (Eskola & Suoranta 1998, 157.) Teoriaohjaavassa analyysissä teoria toimii analyysin tukena, mutta ei ohjaa sitä suoraan. Analyysiyksiköt valitaan aineistosta itsestään kuten aineistolähtöisessäkin analyysissä, mutta teorian sallitaan olla analyysin avustavana runkona, mikäli tarpeen. Toisin kuin aineistolähtöisessä analyysissä, teoriaohjaavassa tiedostetaan ja tunnistetaan aikaisemman tiedon vaikutus. Tutkijan ajatteluprosessissa vuorottelee valmiit mallit aiemmasta tutkimuksesta ja aineistolähtöisyys ja niitä pyritään yhdistelemään. Teoriaohjaavassa analyysissä päättely on siis induktiivista ja analyysi pyritään aloittamaan mahdollisimman aineistolähtöisesti, mutta teoriaa hyödynnetään ohjaamaan analyysin lopputulosta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109–110, 113.)

Sisällönanalyysissä aineiston tulkinta alkaa aineiston pelkistämisestä eli redusoinnista eli esimerkiksi haastatteluaineistosta karsitaan pois epäolennainen informaatio. Aineisto tiivistetään ja ositetaan tutkimusongelman ja tutkimuskysymysten mukaisesti, minkä jälkeen aineisto jälleen ryhmitellään eli klusteroidaan ja kategorisoidaan yläkäsitteiden avulla etsien aineiston sisällöstä samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Klusteroinnin jälkeen aineisto abstrahoidaan eli käsitteellistetään. Abstrahointi on tutkimusaineiston järjestämistä siten, että sitä voidaan tarkastella yleisellä ja teoreettisella tasolla eli siitä pyritään muodostamaan teoria ja yleistyksiä. Aineisto siis jäsennetään koodaamalla, ryhmittelyllä eli kategorisoinnilla ja teemoittelulla. (Metsämuuronen 2006, 122; Alasuutari 2011, 40, 42; Vilka 2015, 164; Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–125.) Aukoton, täydellinen koodaus on kuitenkin mahdotonta, sillä aina voidaan löytää uusia näkökulmia aineistoon ja tehdä tarkempia koodauskategorioita. (Eskola & Suoranta 1998, 158.)

Tämän tutkimuksen aineiston analyysimenetelmäksi on valittu sisällönanalyysi, sillä se on arvioitu parhaaksi ja konkreettisimmaksi tavaksi pureutua haastattelujen sisällön tarkasteluun tutkimuskysymysten asettelun kannalta. Työn tarkoituksena on löytää kuvailevia vastauksia tutkimuskysymyksiin, eikä pureutua esimerkiksi semanttisiin merkitystulkintoihin tai siihen tyyliin, jolla haastateltavat yksilöt ovat ilmaisseet itseään. Tutkimuksen näkökulmasta on siis tärkeää, mitä haastateltavat ovat sanoneet, ei se, miten he ovat asioita sanoneet. Haastattelujen sisältö, ei muoto, on siis oleellista tämän tutkimuksen tulosten ja validiteetin kannalta. Tähän tarkoitukseen sisällönanalyysi on arvioitu soveltuvan parhaiten.

Tämän työn aineiston sisällönanalyysi on toteutettu redusointi-, koodaus-, ryhmittely- ja teemoitteluvaiheissa pyrkien aineistolähtöisyyteen eli muodostaen kategoriat ja teemat

vain tarkastelemalla aineiston sisältöä itsessään. Luku 5 on siis aineiston esittelyä aineistolähtöisesti. Luvussa 6 aineistoa ja sen tuloksia tarkastellaan myös teoriasidonnaisesti aiempaa tutkimusta ja työssä käytettyä teoriaa vasten peilaten. Seuraavassa analyysiluvussa 5 esitellään siis haastatteluaineistoa teemoittain ja kategoria kerrallaan. Aineistosta tulivat esiin teemoina itseohjautuvuuden määrittely, itseohjautuvuus opiskelussa sekä kehitysideat itseohjautuvuutta tukevalle opiskeluympäristölle. Teemat koostuvat kategorioista, joista muodostuu analyysilukujen seuraavat alaluvut:

- itseohjautuvuuden määrittely (luku 5.1 "Mitä on itseohjautuvuus?")
- Motivaation rooli itseohjautuvuudessa ja opiskelussa (luku 5.2.)
- Itseohjautuvuus tiimissä (luku 5.3)
- Kehitysideoita itseohjautuvuutta tukevalle opiskeluympäristölle (luku 5.4)
- Voiko itseohjautuvuutta opettaa? (luku 5.4.1)
- Miten itseohjautuvuutta tulisi opettaa? (luku 5.4.2)
- Kriitikki itseohjautuvuudelle (luku 5.5)

5 Opiskelijoiden näkemyksiä itseohjautuvuudesta

Tässä luvussa käydään läpi aineiston sisältö teemoittain ja kategorioittain ja esitellään haastatteluaineiston perusteella sitä, mitä itseohjautuvuus on, miten itseohjautuvuus näkyy opiskelussa ja miten se voisi näkyä opetuksessa. Tässä luvussa pyritään siis vastaamaan aineistoa esittelemällä tutkimuskysymyksiin ”Mitä itseohjautuvuus on ja mitä se on opiskelussa opiskelijoiden näkökulmasta?” ja ”Miten itseohjautuvuus näkyy opiskelussa tai miten sen tulisi näkyä ammattikorkeakouluopetuksessa?”

Luku on jäsennetty aineiston teemoihin sisältyvien kategorioiden mukaan. Haastattelukysymykset asettuvat suhteessa kategorioihin ja niistä muodostuviin alalukuihin seuraavasti:

- luku 5.1 ”Mitä on itseohjautuvuus?” sisältää vastauksia haastattelukysymyksiin:
 1. ”Mitä sinulle tulee mieleen sanasta itseohjautuvuus?”,
 2. ”Millainen on mielestäsi itseohjautuva henkilö? Miten itseohjautuva henkilö toimii tai millaisia ominaisuuksia hänellä on?” ja
 3. ”Koetko olevasi itseohjautuva?”
- luku 5.2 ”Motivaation rooli itseohjautuvuudessa ja opiskelussa” sisältää vastauksia kysymyksiin:
 3. ”Koetko olevasi itseohjautuva?” ja
 6. ”Mikä motivoi sinua? Mikä estää tai edistää motivaatiotasi?”
- luku 5.3 ”Itseohjautuvuus tiimissä” koostuu vastauksista haastattelukysymykseen
 5. ”Miten itseohjautuvuus tai sen puutos näkyy tiimityössä?”

Luvussa esitellään aineiston tuloksia myös kehitysideoiden kautta, eli miten haastateltavien näkemysten mukaan itseohjautuvuuden tulisi näkyä opiskelussa ja ammattikorkeakouluopetuksessa. Haastattelukysymykset asettuvat suhteessa tähän kategoriaan ja siitä muodostuviin alalukuihin seuraavasti:

- luku 5.4 ”Kehitysideoita itseohjautuvuutta tukevalle opiskeluympäristölle” sekä sen alaluvut ”Voiko itseohjautuvuutta opettaa?” (luku 5.4.1) ja ”Miten itseohjautuvuutta tulisi opettaa?” (luku 5.4.2) koostuvat vastauksista haastattelukysymyksiin:
 4. ”Tulisiko itseohjautuvuutta mielestäsi opettaa tai painottaa enemmän ASSI-koulutusohjelmassa tai opiskelussa yleisesti?”,
 7. ”Mikä mahdollistaa mielestäsi itseohjautuvuuden opiskelussa tai ASSI-koulutusohjelmassa?” ja
 8. ”Soveltuuko itseohjautuvuus kaikkeen opiskeluun? Onko sillä myös reunaehdotuksia?”

Lisäksi luku 5.5 ”Kritiikki itseohjautuvuudelle” koostuu haastateltavien kriittiseen sävyyn esiin tuomista pohdinnoista haastattelukysymysten yhteydessä ja niiden ulkopuolella haastatteluiden aikana.

5.1 Mitä on itseohjautuvuus?

Haastattelukysymyksillä 1. "Mitä sinulle tulee mieleen sanasta itseohjautuvuus?", 2. "Millainen on mielestäsi itseohjautuva henkilö? Miten itseohjautuva henkilö toimii tai mitä ominaisuuksia hänellä on?" sekä osittain kysymyksellä 3. "Koetko olevasi itseohjautuva? Miten se näkyy opiskelussasi?" pyrittiin saamaan haastateltavilta vastaus siihen, mitä on itseohjautuvuus. Tässä luvussa esitellään itseohjautuvuuden määritelmiä haastattelujen pohjalta.

Itseohjautuvuus nähtiin yksilön toimintana, jossa korostuu yksilön aktiivisuus: "Onhan siinä aika paljon semmosesta niinku vaan omasta toiminnasta niinkun kyse, siitä omasta aktiivisuudesta." (3-C) Itseohjautuvuuteen yhdistettiin vahvasti itsenäisyys, aktiivisuus, sekä omatoimisuus, omaehtoisuus ja oma-aloitteisuus. Myös motivaatio ja oppimishalu liitettiin itseohjautuvuuteen: "No mulle tulee mieleen semmonen motivoitunut, kiinnostunut, oppimishaluinen, että tota, haluaa ite kehittyä ja ottaa asioista selvää --" (4-D). Itseohjautuvan henkilön kuvailtiin usein myös pystyvän toimia omatoimisesti ilman tarkkoja ohjeita: "-- ajattelen semmost opiskelijaa, joka tosiaan niinku -- pystyy omatoimisesti työskentelemään ilman mitään tarkempia ohjeita." (6-F) tai ilman ulkopuolelta tulevaa ohjausta:

No semmosta oma-aloitteisuutta sillä varmasti tarkotetaan ja sitä, että ymmärtää tarttua kullooseenkin tehtävään niinku oma-aloitteisesti ja paneutua siihen ilman, että tarvii koko ajan sitte opettajalta kysyä sitte lisäohjeita tai et mitä täs nyt kannattaa tehdä tai näin -- (8-H)

Itseohjautuva henkilö kykenee myös viemään asiaa eteenpäin omatoimisesti:

-- et jos itseohjautuvalle henkilölle niinku sanoo kerran jonkun toimenkuvan, ohjeen, nii välttämät sen jälkee ei niinku hänelle tarvii enää sit sanoo. Et hän osaa niinku siit ottaa kopin ja jatkaa siitä sit itse -- (6-F)

Itseohjautuvuuteen liitettiin myös vastuunottokyky: "Mul tulee siit ehkä mieleen oma-aloitteisuus. Sitä niinku vastuunottoa." (10-J) Vastuullisuuteen liitettiin myös se, että yksilö saattaa aloittamansa asiat loppuun myös silloin, vaikka ei saisi vastauksia kysymyksiinsä: itseohjautuva henkilö kykenee toimimaan myös ilman lisätietoja ja pystyy tekemään itsenäisesti tarvittavat päätökset ja ratkaista itse ongelmakohdat päästäkseen asiassa eteenpäin ilman ulkopuolista tukea:

-- toivottavasti aiemmin mainitsin sen vastuullisuuden mikä mul tulee mieleen. Nii ku mulle annetaa joku tehtävä, nii mä kyl pystyn sen niinkun itsekin suorittamaan alusta loppuun, vaikka mun kysymyksiin ei niinku vastattais, mut mä yleensä kysyn sen takii että, et mä haluan olla varma asiasta mut se ei tarkota sitä, et mä en kykene toimimaan ilman niitä vastauksia -- (6-F)

Itseohjautuvuudessa on "vastuuta ja valtaa, molempia" (10-J). Itseohjautuvuuteen liitettiin myös järjestelmällisyys sekä itsensä johtamisen taitoja, kuten kokonaisuuksienhallinta-taito, organisointikyky ja ajanhallintataito. Ahkeruus, tunnollisuus ja draivi liitettiin myös itseohjautuvuuteen:

-- No varmaa ehkä ne on yleensä semmosii ahkerampia ihmisiä, jotka on itseohjautuvampia, että ei välttämättä jos sä oot tosi laiska, ni et sä välttämättä oo, mul tulee mieleen et sä et oo ehkä hirveen itseohjautuva. Et ehkä sellanen, et on sellanen tavallaan draivi et halua tehdä juttui -- (7-G)

-- tosi motivoitunu, sellanen tunnollinen tekijä. Kyl mä aina, jos mä alotan jonku tehtävän, mä haluan tehdä sen tunnollisesti ja tavallaan just kehittää itteeni, Mä en oikeen, mä oon aika semmonen organisoiva, täsmällinen.-- mä haluan viedä sitä eteen, mitä mä oon alottanu, saada sen loppuu, eikä jättää kesken. (2-B)

Itseohjautuva henkilö on sellainen, joka "pystyy itse hoitamaan asioita niin, ettei hänelle erikseen tarvitse sanoa ja vaikei oikeestaan oo tullu niinkun välttämättä mitään tarkkoja ohjeita." (6-F) Itseohjautuva henkilö myös "osaa omaa aikaansa hallita ja tietää, että mitä on tekemässä" (3-C) ja "on sellanen henkilö, joka pärjää joka tilanteessa" (2-B). Itseohjautuvuus on myös "oman tekemisen kontrollointia" (3-C).

Itseohjautuvuus on aineiston perusteella myös itsensä kehittämistä ja ohjaamista eteenpäin: "-- ohjataan tavallaan itseä jossain elämässä eteenpäin, kehitetään, niinku itsensä kehittäminen." (2-B) Se on tavoitteellisuutta, motivoituneisuutta, aktiivisuutta ja intohimoa tekemistä kohtaan: "Ainaki itseohjautuvan henkilön täytyy olla -- tosi motivoitunu, ahkera -- niinkun on sitä sellasta intohimoa. -- Tavoitteita täytyy olla." (2-B) Se on myös aktiivisuutta ja proaktiivisuutta omia tavoitteita kohtaan:

Semmost proaktiivisuutta ja että ei vaan kulkeudu massan mukana, vaan on itse selvillä, että mistä löytyy se tieto tai mistä sitä voi etsiä ja mitä pitää seuraavaksi tehdä. Ehkä semmonen punaisten lankojen käsissä pitäminen. (3-C)

Itseohjautuvuuteen liitettiin myös tiedonhakutaito sekä vuorovaikutus- ja verkostoitumistaito (4-D) sekä omatoiminen asioiden ja lisätiedon selvittäminen tarvittaessa. Itseohjautuvuuteen yhdistettiin myös se, että henkilö suunnittelee itse omia opintojaan ja omaa oppimistaan ja tietää, miten hän oppii parhaiten:

No ehkä tää itseohjautuvuus siinä, -- ettei pelkästään kato vaikka oman koulutusohjelman kurssija, vaan että osaa ettii, että mitä muita, mistä muista koulutusohjelmista löytyis -- miten ne tukis sitä niinku omaa opiskelu-uraa ja niitä niiku tulevaisuuden suunnitelmia. Että osaa itte hakee sitä infoa -- (3-C)

-- ni miettii et mitä nää kurssit vaikka antaa mulle mun työelämään ja miten ne edistää mun vaikka haaveammattiin päätymistä ja sitte mennä niinku niit polkuja kohti ja ottaa tavallaan täst opinto-ohjelmasta kaikki semmonen itseä mahdollisimman hyödyttävä ja käyttää ne hyödyks. Ehkä poimis sielt ne tärkeimmät itteä eniten hyödyttävät kurssit. (8-H)

Se on mun mielest semmonen henkilö, joka niiku aina miettii enemmän just sitä, että miten pystyy ite tekee nää, näitä asioita tai opiskelussa, esimerkiks pystyy ite laatimaan miten oppii mitäki asiaa ja millä keinoin. (1-A)

Omien opintojen suunnittelu koettiin myös osaksi itseohjautuvuutta ja mahdollisuus omien opintojen suunnitteluun koettiin itseohjautuvuutta tukevaksi tekijäksi. Myös priorisointikyky ja koordinoitukyky liitettiin itseohjautuvuuteen: "No ainakin ominaisuuksist mul tulis mieleen et niinku semmonen asioiden priorisoiminen, koordinointi --" (6-F). Itseohjautuva henkilö on tavoitteellinen ja "itseohjautuva henkilö tietää mitä se haluaa ja tietää mitä pitää tehdä --" (8-H). Itseohjautuva henkilö ymmärtää myös ulkopuoliset tavoitteet ja osaa "poimia sieltä rivien välistä, et mitä nyt haetaan missäki kurssissa tai tehtävässä ja mennä ite sitä kohti." (8-H) Myös tässä näkemyksessä korostuu omatoimisuus, tavoitteellisuus ja itsenäisyys.

Itseohjautuvuus on myös vastuuta ja vapautta toimia ja tehdä päätöksiä itsenäisesti:

"--vapaus tehdä ja tehdä niit päätöksii, ettei mun tarvi olla vaik kaikkee kysymässä ja hyväksyttämässä koko ajan jossain --" (10-J). Se on itsenäistä, autonomista ja ratkaisulähtöistä ajattelukykyä:

-- sä ite otat vastuun siitä tekemisestäs, sä aikataulutat omaa tekemistä. Sul niinku ei tarvi tulla niit käskyjä yläpuolelta. -- sä pystyt ite löytämään niitä erilaisii tapoja toimia ja löytää se ratkasu, et kaikkee ei tarvi antaa valmiina sulle -- sä lähet ite mieltämään uudenlaisia ratkasujakin ehkä siihen tekemiseen. (10-J)

-- heti ekana semmonen niiku että itsenäinen henkilö, pystyy justiisa tekee itse asioita tai tavallaan ei tarvi niiku kenenkään opastusta tai tarkkaa ohjeita, et pystyy ite justiisa keksii miten tekee ja mitä on tarkoitus tehdä. (1-A)

Itseohjautuvuuteen liittyy siis myös itsevarmuus ja itseluottamus, jotta yksilö uskaltaa luottaa omaan arviointikykyynsä ja ottaa vastuuta päätöksenteossa. Itseohjautuva henkilö on "semmonen joka ehkä luottaa kans itteensä". (8-H) Myös itsetuntemus on itseohjautuvuuden yksi edellytys:

-- ehkä semmonen hyvä itsetuntemus, että tietää omat niinku osaamisensa ja rajoitteensa ja että kuinka paljon tiettyihin asioihin menee aikaa. Semmonen oma-aloitteisuus toki ja niinku itsetuntemus tulee tässä mieleen. Itsevarmuus. Tietää mitä on tekemässä. (3-C)

Epävarmuus taas saattaa olla esteenä itseohjautuvuudelle: " -- just jos tulee se epävarma olo -- ku vaatii tavallaan iteltä paljo, ni sit tulee hirvee epävarma olo, ni sit se on se hetki ehkä kun alkaa, ei ole välttämättä enää niin itseohjautuva." (10-J)

Itseohjautuvuuteen liitettiin myös rohkeus mennä oman mukavuusalueen ulkopuolelle ja toimia epämukavuusalueella. Itseohjautuvaa henkilöä ei siis tyydytä pelkästään "tuttu ja turvallinen" (2-B), vaan hän myös hakeutuu aktiivisesti epämukavuusalueelle ja haluaa oppia uutta: "-- itseohjautuva henkilö on myös semmonen, et se poistuu helposti siltä mu-

kavuusalueeltaan tai saattaa mennä uusiin sellasiin epämurkaviin tilanteisiin --" (2-B). Itseohjautuvuus nähtiin myös muuttavana asiana, jota yksilö voi kehittää jokaisen onnistumisen jälkeen:

--mä sanoisin et ihminen voi kehittää sitä itseohjautuvuutta aina joka onnistumisen jälkeen. Tai mul on tällöinen mielikuva, että sit ku sä saat niit onnistumisi, ja sust tulee rohkeempi, ni ihan varmast sust tulee myös sellanen itseohjautuvampi, etkä sä jää siihen mukavuusalueelle. (2-B)

Haastateltavat kokivat oman itseohjautuvuuden tilannekohtaiseksi: se, kuinka itseohjautuvasti he toimivat, vaihtelee aiheen kiinnostavuuden sekä motivaation ja uteliaisuuden mukaan:

Täs tuntuu, et se itseohjautuvuus niiku vaihtelee aika paljo aiheest toiseen -- joissaki aineissa niiku pystyy hyvin tekee tai niiku pystyy opiskelee hyvin itseohjautuvasti, mut sitte toisii ei tai et sit ei tuu semmost motivaatiota tehä. (1-A)

Must on tullu jotenki tosi paljon uteliaampi uusien asiointen suhteen. Mä haluan oppii uusia juttuja. Se on varmaan vaikuttanu siihen, et on tavallaan myöskin niinkun, no on kiinnostunu asioista ja sitä kautta on ehkä motivoituneempi myöski siihen opiskeleluun -- (10-J)

Yksilön itseohjautuvuuden taso vaihtelee myös iän ja elämäntilanteen mukaan: "-- ihminen muuttuu kuitenkin koko ajan, niin tota, just se et se voi soveltuu jossain elämäntilanteessa, mut sit taas ei välttämättä toisessa." (10-J) Yksilön itseohjautuvuuden taso saattaa vaihdella myös aihekohtaisesti riippuen siitä, kokeeko yksilö aiheen mielenkiintoiseksi, helpoksi tai mieluisaksi:

Niin mä koen niinku et se riippuu ihan tilanteesta ja et niinku semmoset tilanteet mitkä niinku on mulle mieluisia, ni niissä mä oon ehkä itseohjautuva, mut sitte sellaset tilanteet missä, mitkä on vähä semmosia -- nihkeitä ni, ehkä mä en niis oo sit niin itseohjautuva. (7-G)

-- varsinki jos sä niinku koet tietäväs asiast paljo, ni sä et välttämättä niinku, sun ei tarvii hirveesti kysellä ainakaan asiasta. Ja sit sä voit napata sen pallon niinku helposti ite, koska koet olevas asiantuntija tai tiedät paljon tästä asiasta tai muuten vaan kiinnostaa. (6-F)

Itseohjautuvuuteen vaikuttaa myös yksilön lähtötaso ja -taidot eli aiempi tietotaito: "-- niin sillä lailla tietotaitoa pitää olla, et sä tiedät mitä sä lähet tekemään." (10-J) Osaaminen ja kokemus voidaan siis myös nähdä itseohjautuvuuden edellytyksinä:

-- no riippuu aiheesta. Joissain aiheissa mä koen, et mä oon aika avuton ja sellanen et mä en todellakaa oo itseohjautuva, esimerkiks niinku jossain IT-jutuissa. Mutta sit toisissa jutuissa, mitkä mulle on niinku helpompia, niin mä koen et mä oon paljo itseohjautuvampi, et mä ite rupeen selvittää, mitä mun pitää tehä ja haluan tehä niit juttuja, ku toisii mä niinku välttelen viimeeseen asti -- (7-G)

Mikäli aihe tai asia on täysin uusi "ni silloin tällöin pitää mennä niinku silleen joka kohta kädestä pitäen --" (8-H). Yksilön ei ole tällöin helppo tai edes mahdollista olla itseohjautuva:

-- no esimerkiksi työelämästä semmosta, että on jo sitä osaamista ja pätevyyttä. Et jos on jossain alottanut, niin on ehkä vähän vaikea olla uudessa työtehtävässä kovin itseohjautuva heti alkuun. (3-C)

Aikaisemmalla opintotaustalla ja kokemuksella nähtiin olevan vaikutusta myös yksilön itseohjautuvuuden tasoon. Itseohjautuvuus on proaktiivisuutta, autonomisuutta ja riippumattomuutta: "-- ettei ole riippuvainen opiskelijakollegoista esimerkiksi --" (3-C) Itseohjautuvuuteen kuuluu myös itsenäinen tiedonhakutaito sekä itsenäinen toimijuus: "-- ku on se pohja, ni sitte osais myös oikeest toimii itsenäisesti ilman et tarvii koko ajan ottaa selvää joltain et miten tää nyt toimikaan --" (8-H).

Esille tuli myös se, että itseohjautuvuuden koettiin olevan osittain persoonaan tai luonteenpiirteeseen liittyvä ominaisuus: "-- se on ehkä luonteenpiirteestä kiinni." (8-H) ja "-- kaikille se ei oo ehkä niin sellanen -- ominainen asia." (2-B) Joillakin yksilöillä on enemmän taipumusta ja valmiuksia itseohjautuvuuteen kuin toisilla: "-- tääki on ehkä vähän ihmiskysymys, että joillekki se ei sovi se, että antaa paljon vapautta --" (8-H). Yksi haastateltavista pohti, onko itseohjautuvuus yksilön tapa tai luonteenpiirre: "-- onks se sellast ei-näkyvää se itseohjautuvuus vai onks se oikeesti jokaisen mejän luonteesta vaan? -- niinku tapa?" (2-B) Itseohjautuvuus linkitettiin myös tässä yhteydessä aiempaan osaamiseen ja kokemukseen:

-- se on ehkä vähä semmonen, no joillekki se tulee luontasemmasti tai luontevammasti ku toisille, mutta ehkä se vaatii vähän semmosta niinku kokemusta myös sitte no elämästä tai opiskelusta yleensäkin. (3-C)

Eroavina ja poikkeuksellisina näkemyksinä itseohjautuvuuteen liitettiin myös älykkyys tai fiksuus: "-- no jollain tavalla, mä en tiedä miks, mutta mä yhdistän niinku itseohjautuvuuden ehkä semmoseen tietynlaiseen fiksuuteen --" (6-F). Myös luovuus mainittiin yhdessä haastatteluvastauksessa itseohjautuvan henkilön ominaisuutena: "-- käyttää semmosta tietynlaista luovuutta.—" (8-H) Luovuudella viitattiin siihen, että yksilö kykenee ajattelemaan itsenäisesti "eikä sokeesti tuijota vaan jotain yhtä tehtävänantoa tai jotain et nyt tää on pakko tehdä näin, koska se on aina tehty näin tai koska muutki tekee." (8-H) Luovuus liittyy itseohjautuvuuteen myös aiemman tutkimuksen perusteella, mutta älykkyys on poikkeuksellinen mielipide. Syvällisempi tarkastelu näyttäisi, onko älykkyys tai fiksuus itseohjautuvuuden edellytys tai lähtökohta vai sen seuraus.

Keskeisenä aiheena aineistosta tuli esille se, että ei oltu varmoja, mikä itseohjautuvuuden tarkka määritelmä on: "Mun tekis mieli googlettaa, et mikä on itseohjautuvuus -- mä palaan koko ajan vaan miettimään et mitä ihmettä se tarkoittaa --" (7-G) Useampi haastateltava toi esille epävarmuutensa siitä, ovatko he osanneet määritellä itseohjautuvuuden oikein:

“-- mua mietityttää ehkä yleisesti se, että oonks mä ymmärtäny tän käsitteen oikein...toi itseohjautuvuus --” (2-B). He pohtivat, ovatko ehkä ymmärtäneet käsitteen väärin: ”Mä toivon, et mä oon tän itseohjautuvuus-termin niinku suurinpiirtein hahmottanu, että mä en oo nyt ihan täysin puuta heinää puhunu.” (3-C)

Tämä epävarmuus itseohjautuvuuden määritelmästä kertoo itseohjautuvuuden moninaisuudesta ja myös siitä, että terminä itseohjautuvuus ei ole muuttumaton, tarkkarajainen ja yksiselitteinen, vaan termi nousee trendiksi muutaman vuoden välein tai tiettyinä aikakausina ja tietyissä konteksteissa, kuten aiemman tutkimuksenkin perusteella kävi ilmi. Itseohjautuvuuden käsite on laaja ja itseohjautuvuuskeskustelussakin tuodaan esille se, ettei itseohjautuvuudelle välttämättä löydy täysin vakiintunutta määritelmää, minkä esimerkiksi Savaspurokin (2019, 13) tuo esille.

5.2 Motivaation rooli itseohjautuvuudessa ja opiskelussa

Haastattelukysymyksillä 3. ”Koetko olevasi itseohjautuva?” ja 6. ”Mikä motivoi sinua? Mikä estää tai edistää motivaatiotasi?” pyrittiin saamaan vastauksia liittyen motivaatioon opiskelun ja itseohjautuvuuden yhteydessä. Aineistossa itseohjautuvuuteen liitettiin vahvasti motivaatio ja motivoituneisuus: ”-- se liittyy tohon motivoituneisuuteen, että just ne joil ei sitä oo niin paljon, ni ne ei oo ehkä niin motivoituneita tekijöitä, että ku ne joilla on-- ” (2-B).

Itseohjautuvat henkilöt nähtiin keskivertoa motivoituneempina tai ainakin motivoituneempia kuin henkilöt, jotka eivät ole itseohjautuvia. Kun yksilön tavoitteet ovat epäselvät, myös motivaation taso saattaa olla alhainen, eikä yksilö välttämättä koe itseään itseohjautuvaksi: “-- se mikä oikeest täl hetkel estää motivaatioo, ni ettei viel tiiä, et mitä oikeesti halua tehdä --” (5-E). Itseohjautuvuuden puutos saattaa johtaa siihen, että yksilö oppii vähemmän: jos yksilöllä ei ole motivaatiota ottaa itse asiasta selvää, ei hän siitä myöskään opi: “-- eikä siitä opi sitte, jos ei ite oo motivoitunu ottaa selvää.” (4-D)

Kuten edellisessä luvussa 5.1 tuotiin esille, itseohjautuvuuden koettiin olevan tilanne- ja aihekohtaista. Yksilön oma mielenkiinto ja opiskeltavan aiheen kiinnostavuus ohjaa aineiston perusteella vahvasti myös yksilön opiskelumotivaatiota sekä siihen liittyvää itseohjautuvuutta: “-- jos joku kohde on hyvin kiinnostava tai aihe, ni se voi lisätä tietenki niinku sitä itseohjautuvuutta --” (6-F). Kun yksilö kokee aiheen mielenkiintoiseksi, on hänellä myös sisäistä motivaatiota etsiä hyviä ja tehokkaita opiskelutekniikoita ja tietoa ”ihan mielenkiinnon takia ittellensä --” (9-I). Tässä tulee esiin myös itseohjautuvan ja sisäisesti motivoituneen oppimisen itsenäinen puoli: yksilö etsii ja arvioi itse ja itsenäisesti itselleen sopivia

opiskelutapoja. Opiskeltavan aiheen kiinnostavuudella on siis iso vaikutus yksilön motivaatioon ja itseohjautuvuuteen opiskelussa:

-- kielikursseilla on ollut just semmosii kurssi, mitä niiku halua opiskella, ni sit tulee justiiisa aika paljo opiskeltuu ja yrittäny niiku etsii justiiisa erityisesti niihin kielikursseihin jotain hyvii opiskelukeinoi sitte niiku aina, et pystyy opiskelee myös itsenäisesti ja tehokkaasti -- (1-A)

Haastateltavia motivoi myös omien tavoitteiden saavuttaminen: "No motivoi se, että tietää, mitä kohti on menossa ja mitä halua tehdä ammatikseen ja sitte tietää mitä hyötyy näistä kursseista vaikka sitä varten saa --" (8-H). Tällaisia motivoivia tavoitteita ja päämääriä olivat esimerkiksi tutkinnon saaminen ja valmistuminen sekä parempi työpaikka ja toimeentulo. Haastateltavia motivoi myös itsensä kehittämisen mahdollisuus ja uuden oppiminen: "-- mua motivoi, et kyllä mun mielestä on kiva oppii uusii asioita." (4-D) Motivoivina tekijöinä koettiin myös hyvä ja positiivinen tunnetila sekä kokemus siitä, että on suorittanut ja saanut aikaan tavoitteena olleen asian. Uuden oppiminen myös kannusti suorittamaan loppuun asioita:

-- se lopputulos, mulle tulee siitä hyvä fiilis et mä oon tavallaan suorittanu tän asian loppuun. Ja sitte must tuntuu, et mä oon vähän ehkä sellanen suorittajapersoonana -- mulle tulee siit semmonen hyvä fiilis, et jes, mä tein tän. Ja jollain tavalla mä oon ihan varmasti oppinu tästä -- (2-B)

Myös omaehtoisuuden ja itsenäisyyden lisääntyminen tekemisessä motivoi: "-- sitte ku pääsee tekemään oikeesti sitä mitä halua tehdä, et ihan jo koulussa pääsee sit tekeen enemmän niinku omaa juttua --" (8-H). Myös oma henkilökohtainen urakehitys, työn itsenäisyys ja omaehtoisuus sekä oman työn suunnittelu, työtehtävien mielekkyys ja vastuullisuus koettiin motivoivaksi:

-- et saa enemmän vastuuta, pääsee niinku parempaan hommaan, ni se motivoi myös. Ja koska yleensä sitte se työ muuttuu enemmän vielä sellaseks niinkun, mitä just ite halua tehdä -- Semmonen niinku itsenäisyys tai et voi ite niinku päättää ehkä enemmän, et miten tekee asiat ja milloin -- (7-G)

Osa haastateltavien mainitsemista tavoitteista voidaan määritellä ulkoisiksi motivaatiotekijöiksi. Tällaisia olivat esimerkiksi parempi palkka, hyvä toimeentulo sekä tutkinto, parempi asema työssä tai mielekkäät työtehtävät:

-- ni tottakai raha motivoi ja se et tekee duunit hyvin ja pääsee tavallaan sitte ehkä korkeempaan asemaan, saa enemmän rahaa. Ja ehkä myös tavallaan se, niinku työtehtävien mielekkyys niinku motivoi todellaki, et jos mä teen sellasta hommaa mikä on mun mielestä mielekästä, niin motivoi. (7-G)

Mukavuudenhalu saattaa kuitenkin myös estää yksilön motivoitumista ja yksilöä ohjautumasta epä mukavuusalueelle. Itseohjautuvuuteen liitettiin rohkeus kohdata uusia asioita ja epä mukavuusalueelle meneminen ja itsensä ylittäminen. Itsensä kehittäminen ja itsensä ylittäminen koettiin myös motivoivaksi tekijäksi:

--no just se kehittäminen, itsensä kehittäminen -- siis epä mukavuusalueelta poistuminen on semmonen ehkä mikä mua motivoi, et mä tavallaan huomaan jostain tilanteesta et hei mua ehkä jännitti tää, mut sit mä teinki tän, tai mä ajattelin et tää on jotenki vaikeempaa, mutta mä selvisinki hyvin. (2-B)

Motivaatiotekijöissä myös emotionaaliset tekijät tulivat esille aineistossa. Esimerkiksi onnistumiset ja aikaansaamisen kokemukset motivoi: "-- on kiva saada jotain vaikeempia keissejä ja sit ku niis onnistuu, ni se on niin hieno fiilis. -- Tuntuu et on niinku oikeesti saanu jotain aikaan siinä." (10-J) Onnistumiset ja epäonnistumiset siis myös ohjaavat itseohjautuvaa toimintaa: ne rakentavat ja vahvistavat itseohjautuvuutta.

Positiivinen tunnetila motivoi tekemistä: "-- niinku hyvä fiilis motivoi, jos mä oon yleisesti sillee tyytyväinen mun elämään, niin mä oon paljo motivoituneempi ihan niinku kaikkiin asioihin." (7-G) Huono asenne sen sijaan vähentää tai estää motivaatiota: "-- huono asenne johonki juttuun tai joku ennakkoluulo voi estää mun motivoitumisen --" (7-G) Mieliala vaikuttaa yksilön jaksamiseen, energiaan ja motivaatioon:

-- tietenki yksityiselämän vaikka tapahtumat tai asiat ni voi estää semmosta koulumotivaatiota tietenki -- jos on vaik joku, vaikka huoli tai murhe jostain asiasta mikä ei liity ees kouluun, ni se tottakai saattaa sit syödä sitä energiaa ja jaksamista niin siit koulusta ja sitte ne asiat mitkä koulussa niinku jotenki ärsyttää tai harmittaa, ni sit ne viel korostuu ja sit tulee se semmone että, et emmä jaksaa panostaa. Ja sit tietenki onnistumiset ja epäonnistumiset estää tai edistää. (8-H)

-- sit niinkun ylipäätänsä semmonen sen hetken fiilis et mikä niinkun on, et jos elämä potkii päähän vaikka sillä hetkellä niin oli sit asia mikä tahansa ni kyl se saattaa silti, sit ei niinku välttämättä oo oikee motivaatio tehdä sitä. (6-F)

Myös epävarmuus itsessään saattaa vähentää motivaatiota: "-- mä jään liikaa analysoimaan asioita ja vaadin liikaa, jollon sit se syö tavallaan sitä motivaatiota, se tuo epävarmuutta, mikä syö sitä motivaatiota --" (10-J). Osa haastateltavista koki omien motivaatiotekijöiden pohtimisen myös hankalaksi: "Tää on mulle tosi vaikee kysymys tää mikä motivoi sua. Mä, mulle varmaan niinkun, tai ehkä se johtuu siit et se on sit se vaihtelu mikä motivoi mua." (10-J)

Mielialan ja tunnetilan lisäksi yksilön motivaatioon vaikuttaa aineiston perusteella myös fysiologiset tekijät, kuten vireystila eli esimerkiksi väsymys, unentarve ja energiataso: "-- Mä ainaki oon huomannu sen, et kun on vaik säännöllinen unirytmni ni se vaikuttaa mun mielest aika moneenkin asiaan ja tietyl taval sitte niinku motivoi tekemään asioita --" (6-F)

Yleinen hyvinvointi vaikuttaa kokonaisuutena motivaatioon tekemisessä:

--yleinen hyvinvointi, niinku yleisesti tietenki edistää motivaatiota varmaa kaikkee kohtaan. Et jos on tosi väsyny ni ei välttämättä oo motivoitunu tai nälkänen tai kipee tai muuten huonovointinen ni ihan varmasti estää motivaatiota, niinku yleisesti. Ja mikä taas edistää, no siis just niinku mä sanoin, jos sä voit yleisesti hyvin nii tottakai se edistää -- (7-G)

Tässä voidaan nähdä linkki Maslow'n tarvehierarkiaan: vasta kun yksilön ensisijaiset tarpeet, kuten nälkä ja unentarve, on tyydytetty, voi yksilö ohjata motivaatiotaan muuhun tekemiseen. Syvemmillä tarkastelulla kävisi mahdollisesti selväksi, kokevatko haastateltavat nälän ja väsymyksen aina ensisijaiseksi vai ainoastaan tietyissä tilanteissa tai asiakoh-
taisesti. Aineiston perusteella voidaan kuitenkin vain todeta, että fysiologisilla tekijöillä on vaikutusta motivaatioon, mutta ei voida sanoa välttämättä, vaikuttavatko ne enemmän kuin esimerkiksi yksilön itsensä toteuttamisen tarve.

Esille tulee siis myös motivaation ja sen kautta myös itseohjautuvuuteen liittyvä yksilön emotionaalinen puoli ja pystyvyysuskomukset: se, miten yksilö arvioi kykenevänsä tekemään tai suorittamaan tehtävää, vaikuttaa yksilön tekemiseen. Kun yksilö uskaltaa luottaa omiin kykyihinsä, hän kokeilee enemmän ja todennäköisesti myös oppii enemmän. Näin yksilö myös saa enemmän kokemuksia, joiden perusteella hän tekee jatkossa arvioita omasta pystyvyydestään. Itseohjautuva toiminta siis ruokkii itseohjautuvuutta ja motivaatio ohjaa aktiiviseen tekemiseen, joka ruokkii tulevaisuuden tekemistä.

Sosiaalinen ympäristö ja vuorovaikutus saattavat myös vaikuttaa yksilön motivaatioon:

--toimiva opiskeluympäristö, esimerkiksi toimivat tietokoneet, toimivat nettiyhteydet edistää motivaatiota. -- opettajan pätevyys sekä -- ulosanti itsestään. Tai vaikka ois kuinka pätevä opettaja, mutta jos hän ei osaa opettaa, niin siitä ei paljon irti saa.
(3-C)

Yksilön oppimismotivaatioon vaikuttaa myös opetuksen tahti ja toteutus ja opiskeluväli-
neet: "-- tarpeeks hyvät työkalut se, että oikeesti on kerrottu miten mikäki toimii --" (8-H).
Myös opettajan ammattitaidon tasolla, opettamistyyllillä ja innostuneisuudella on merki-
tystä: opettajan innostuneisuus tarttuu ja motivoi, kun taas epäselvät opettamistyyllit saat-
tavat lannistaa motivaatiota: "opettajalla suuri merkitys." (6-F) Tiimityössä motivaatiota
edistäväksi tekijäksi koettiin myös toimiva ryhmädynamiikka ja mukavat tiimikaverit: "-- Jos
on tiimitöistä kyse, ni silloin semmonen toimiva tiimi, jonka kanssa tulee hyvin toimeen." (3-
C) Tekemisessä motivoi myös hyvä ilmapiiri: "--hyvä ilmapiiri ehdottomasti. Sit jos on niin-
kun kiinnostavia persoonia kautta fiksuja ihmisiä ympärillä, ni se kyl edistää ehdottomasti
motivaatiota." (6-F) Kanssaihminen motivoituneisuus vaikutti myös suoraan yksilön moti-
vaatioon: "-- se motivoi myös, et on, voi tehdä juttuja motivoituneitten, oma-aloitteisten ih-
misten kanssa." (10-J)

Aineistossa esiin tulleet yksilöiden motivaatiotekijät olivat sekä sisäisiä että ulkoisia. Kes-
keisenä motivaattorina voidaan nähdä yksilön omat tavoitteet ja päämäärät, jotka voidaan
kategorisoida sekä sisäisiksi että ulkoisiksi riippuen siitä, millainen tavoite on kyseessä.

Esimerkiksi valmistuminen ja tutkinto voidaan nähdä sekä sisäisenä että ulkoisena motivaatiotekijänä riippuen siitä, näkeekö yksilö tavoitteen ulkoisen pakotteen asettamana vai itsensä kehittämisen näkökulmasta. Haastateltavia motivoi myös mielenkiintoinen opiskeluaihe, itsensä kehittämisen mahdollisuus ja uuden oppiminen, onnistumiset ja hyvä tunnetila sekä itsensä ylittäminen. Yksilön emotionaalinen tila, fysiologiset tekijät ja sosiaalinen ympäristö saattavat vaikuttaa motivaatioon joko positiivisesti motivaatiota lisäten ja sitä tukien tai negatiivisesti motivaatiota estäen ja tukahduttaen.

5.3 Itseohjautuvuus tiimissä

Tämä alaluku koostuu vastauksista haastattelukysymykseen 5. ”Miten itseohjautuvuus tai sen puutos näkyy tiimityössä?” Aineiston perusteella itseohjautuvuuden merkitys korostuu tiimityössä: sen puutos tai läsnäolo vaikuttaa merkittävästi työn sujuvuuteen: ”Jos taas se puuttuu, ni sitte se on vähä sellast junnaamista varmaa ja on vähä sellast hakemista, et kuka meit nyt täs ohjaa --” (7-G). Itseohjautuvuus vaikuttaa myös tiimityön laatuun: “-- varmasti näkyy laadussa, niinku työn laadussa, jos itseohjautuvuutta puuttuu henkilöiltä ja siten myös niinku tiimiltä.” (6-F) Itseohjautuvuus vaikuttaa lisäksi työskentelyn tehokkuuteen: “-- mä koen sit et kaikkeen semmoseen epäolennaiseen saattaa kuluu sit niinkun aika, et se tiimityö ei välttämättä oo hirveen tehokasta sillon, jos ei oo itseohjautuvuutta ollenkaan.” (6-F)

Itseohjautuvuus näyttäytyy tiimityössä tehokkuutena, sujuvuutena työn tekemisessä sekä tiimityön lopputuloksen laadussa. Itseohjautuvuuden ja motivaation välillä nähdään myös linkki: jos tiimin yksilöt ovat itseohjautuvia, myös motivaatio on hyvällä tasolla ja tiimityöskentely on sujuvaa ja tehokasta. Omatoimisuus korostuu myös tiimin itseohjautuvuudessa: jos tiimi on itseohjautuva tai tiimissä on tarpeeksi itseohjautuvia henkilöitä, ei tiimin tarvitse kysyä ohjeita tai tarkennuksia esimerkiksi tehtävänantoon tai etenemiseen liittyen, vaan he pystyvät ratkaisemaan sisäisesti eteen tulevia ongelmia ja hakemaan itse tarvittavaa tietoa ongelman ratkaisemiseksi:

Tiimityössä eniten se näkyy varmaan mun mielest siinä, että porukka pystyy niiku omatoimisesti tekemään projektitöitä, että ei tarvi välttämättä kysellä justiisa muilta miten voi tehdä ja sitte pystyy suorittaa se, kaikki tiimityöt ajallaan tai sillee huolellisesti. Ja sit ehkä sitte se puutos ehkä näkyy siinä, että porukalla ei ehkä oo semmost hirveet motivaatiota tehdä sitä tai et siin ainoo motivaatio on tehdä sitä, et on sitte se joku deadline. (1-A)

-- sen puutos näkyy sillee, että ei päästä ehkä oikeen eteenpäin ja junnataan vähä paikallaan ja jos se on tosi itseohjautuva porukka, ni sitte taas päästää tehokkaasti eteenpäin ja ei tarvii jäädä pohtimaan jotai miks joku yks ohje puuttuu tai niinku muuta, vaa sit otetaan selvää ja mennää eteenpäin. (7-G)

Itseohjautuva tiimi toimii siis oma-aloitteisesti: ”-- itseohjautuvuus ni näkyy jollain tapaa siinä, et miten sitte siin tiimis tavallaan lähetää tekee sitä tehtävää, mikä on annettu.” (5-E) Itseohjautuva tiimi ei siis tarkoita välttämättä, että työskentely olisi helppoa ja ongelmattonta, vaan se tuo esille positiivisen, ratkaisukeskeisen ja aikaansaavan asenteen, jonka ansiosta työskentely voi tuntua helpolta ja ongelmattomalta. Itseohjautuvuudessa on kyse myös oikeasta asenteesta tekemiseen ja oppimiseen sekä siihen, kuinka yksilö ajattelee sekä itsensä että muiden kyvyistä ja mahdollisuuksista. Itseohjautuva tiimi ja yksilö on myös sisäisesti motivoitunut, kun taas itseohjautuvuuden puute rinnastetaan ulkoiseen motivaatioon, jolloin tekemisen motivaattorina on esimerkiksi tehtävän deadline. Kun tiimin yksilöt ovat itseohjautuvia, on oppimiseen sisäinen motivaatio:

-- jos porukalla on korkea motivaatio näissä niiku tehä tiimityötä, ni sit tuntuu, että siin aika monesti porukka niiku hakee lisää tietoo tai enemmän semmosta niiku projektiin liittyvää infoo ynnä muuta mitä tarvii, mut sitte jos porukalla on vähä semmonen niinku -- halua tehä vaan sen takii et pääsee kurssista läpi, ni siin aika useesti tuntuu että -- yrittää vaan tehä se mahdollisimman nopeesti eikä sitä niiku opetella tai tehä vaan sen takii et oikeesti haluais niiku oppia jotaki. (1-A)

Eräs haastateltavista toi poikkeuksellisesti esille myös tiimityön sosiaaliseen vaateen ja velvollisuuden: ”-- tiimityössä ni sitte se kans motivoi, ku ei sitte halua niiku tavallaan tehä sitä nopeesti alta pois, ku sitte vaikuttaa kaikkiin muihinki siinä.” (1-A) Tiimityöhön kuuluu-kin samanaikaisesti yksilön vapaus sekä vastuu itseään kohtaan mutta myös tiimikaveri- taan kohtaan. Sosiaalinen kannustus tai paine saattaa siis kannustaa yksilöä itseohjautu- vuuteen ja vahvistaa yksilön motivaatiota, kun yksilö ei halua vaikuttaa negatiivisesti mui- den tekemiseen ja yhteisen työn etenemiseen. Jos yksilö on itseohjautuva ja tiimissä on itseohjautuvia yksilöitä, ”jokainen yksilö pystyy kantaa vastuuta ja tekemään oman roo- linsa” (6-F) ja näin työskentely on mielekästä ja sujuvaa. Tiimityöympäristössä riippuvuus- suhteet ja velvollisuudentunto muille tiimiläisille voi olla potentiaalisesti motivoiva tekijä.

Tiimityön osalta aineistossa korostui se, että mikäli itseohjautuvia henkilöitä on tiimissä vain yksi, tulee tämä yksilö ottaneeksi usein vetovastuun yhteisestä työstä: ”--tiimityössä ni joskus siitä vaan tuntuu siltä, että jonku pitää ottaa se niinku johtajan rooli, että se niiku ohjaa sitte muita --” (9-I). Tämän yksilön harteille saattaa tällöin myös kasautua suurempi vastuu yhteisestä työstä: ”-- se on tosi rankkaa, jos ihminen ei oo tavallaan niinkun yhtään itseohjautuva ja ottaa vastuuta -- Ni se on tosi rankkaa, eikä se, niinku se imee sit itteiltäki tavallaan myös vähä sitä motivaatioo siihen tekemiseen.” (10-J) Mitä enemmän itseohjau- tuvia yksilöitä tiimissä on, sen sujuvammaksi tiimityöskentely koettiin – mikäli kommuni- kaatio on sujuvaa, eikä itseohjautuvien persoonat ota yhteen. Itseohjautuva henkilö näh- tiin usein määrätietoisena ja päättäväisenä, ja mikäli tällaisia ”johtajapotentialia omaavia henkilöitä” (3-C) on tiimissä useita, saattaa se johtaa myös konflikteihin:

Toki sillon kun tiimissä sattuu olemaan hirveesti tämmösiä itseohjautuvia tai tämmö- siä niinkun johtajapotentialia omaavia opiskelijoita, ni sillonki se saattaa olla vähä

hankalaa, ku sitte saattaa olla vähä enemmänki semmosta päälle pääsmäröintiä siten. (3-C)

Empatian ja tunneällyn tarve ei tullut korostetusti esille aineistosta, mutta eräässä vastauksessa se kuitenkin tuotiin esille. Tiimityö on sosiaalista kanssakäymistä, ja tiimissä saattaa olla myös hyvin erilaisia ihmisiä, jotka tavoittelevat eri tavoin yhteistä päämäärää. Tunneäly ja empatia ovat tarpeen tiimityössä, jotta väärinkäsityksiltä ja konflikteilta vältyttäisiin. Itseohjautuvuuden puutos saattaa siis näkyä myös ”riitoina ja väärinkäsityksinä ja työn lopputuloksessa”. (4-D)

Korostuneesti tiimityön yhteydessä tuli aineistossa esille työmäärän ja vastuun epätasainen jakautuminen yksilöiden itseohjautuvuuden vaihdellessa:

-- tiimitöissä ehkä niin että, toki joitai joutuu sitte ehkä avustaa enemmän jossain tehtävän tekemisessä ja muistuttaa jostain deadlineista ja sitte just jos joku on vähä niinku enemmän perillä jostain -- ni sitte ne, jotka ei oo niin perillä, ni saattaa tukeutuu siihen eikä sit itseohjaudu, vaan olettaa et heitä niinku ohjataan. Ja sit tietenki vastapäin niin että ne, jotka on sitte semmosia itseohjautuvia, niin sitte ne helposti ottaa sit sen liidin siitä projektista ja työstä. (8-H)

Työn ja vastuun jakautumisen epätasaisuus koettiin negatiivisena asiana, mikäli tiimissä kaikki eivät ole yhtä itseohjautuvia tai tiimin yksilöiden itseohjautuvuuden taso vaihteli keskenään suuresti: "-- itseohjautuvuus tai sen puutos näkyy just siinä, kun tiimissä on monia niinkun itseohjautuvuudeltaan eri tasossa olevia opiskelijoita." (3-C) Itseohjautuvat yksilöt ovat taipuvaisia ottamaan yhteisestä työstä enemmän vastuuta: "Ja sitte taas, jos siel on erilaisii tyyppejä, niiku et osa on itseohjautuvii ja osa ei oo, nii se voi olla hankala koska sit ne muut saattaa niinkun tehdä ehkä enemmän hommii ne itseohjautuvat --" (7-G). Sen sijaan yksilöt, jotka eivät ole itseohjautuvia, saattavat suorastaan vältellä vastuuta ja oman työpanoksensa antamista ja "ne vähän jää sinne taka-alalle ja -- odottaa et joku muu hoitais sen niitten puolesta." (5-E)

Sekä itsensä tiimissä itseohjautuvaksi kokeneet että ne henkilöt, jotka eivät kokeneet olevansa itseohjautuvia, toivat tämän työmäärän epätasaisen jakautumisen itseohjautuvuuden vaihdellessa esille: "-- ihmiset, jotka just on näitä ei-niin-itseohjautuvia, niin musta tuntuu, et ne ei ehkä sit tee sitä ryhmätyötä niin hyvin, et ne ei, niil ei oo sama panos siihen ku niillä itseohjautuvilla." (2-B) Tämä näkökulma tuo esiin myös kriittisen asenteen tiimityötä kohtaan: kuka velvoittaa tiimin yksilöitä toimimaan vastuullisesti, kun tiimille annetaan täysi autonomia ja päätäntävalta toiminnastaan?

Aineistosta tuli esiin näkemys, jonka mukaan Haaga-Helia ammattikorkeakoulun johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelmaan hakeutuu keskivertoa sosiaalisesti ja vuoro-

vaikutustaidoiltaan lahjakkaampia yksilöitä: "Mut mä oon kyl kokenu, että tähän koulutusohjelmaan hakeutuvat ihmiset on kyl sosiaalisesti aika lahjakkaita, että niinku vähemmän on semmosta kykenemättömyyttä yhteistyöhön tai yhteisymmärrykseen." (3-C) Samassa yhteydessä nousi kuitenkin myös huoli siitä, miten ammattikorkeakoulutasollakin tästä huolimatta on tiimityössä usein se tilanne, että tiimin vetovastuu ja yhteisestä deadlinesta huolehtiminen jää vain yhden itseohjautuvan yksilön vastuulle muiden vähemmän itseohjautuvien yksilöiden välttellessä vastuutaan huomattessaan, että heidän ei tarvitse sitä kantaa. Tällaisen vastuun jakautumisen epätasaisuuden tiimityössä ja vastuun välttelyn ei koettu enää kuuluvan työelämään eikä korkeakouluopintoihin, vaikka opiskelijoiden tiedostettiin olevan erilaisia:

Tietysti tiimissä on monia erilaisia opiskelijoita ja semmonen itseohjautuvuuden puutos kyllä saattaa näkyä siinä, et sit siin tulee vähä semmonen, että ne ketkä on tiimissä semmosia itseohjautuvampia, ni joutuu ottaa vähä semmosen niinkun -- joutaja-asenteen, äidillisen asenteen siihen, et sit ne joutuu vähän niinku näitä muita sitte patistamaan -- että vähän semmosta mikä ei ehkä kuulu sitte tämmöseen, no ensinnäkään tietenkään työelämään mutta myöskään opiskeluympäristöön korkeakoulussa. (3-C)

Esille tuli myös kritiikkiä siitä, miten tiimityö ja ryhmätyöt mahdollistavat myös "vapaamatkustajuuden" eli kun tiimissä vastuu ja työ jakautuu epätasaisesti, on joidenkin henkilöiden mahdollista vältellä vastuuta niinkin paljon, että heidän henkilökohtainen työpanoksensa jää minimaaliseksi:

Must tuntuu et niinku ylipäätänsä, ei pelkästään ehkä tässä koulutusohjelmassa, mutta myös muissakin Haaga-Helian koulutusohjelmissa, niin koen et tääl on niinkun useita semmosia, miten mä kuvailisin, vapaamatkustajia ehkä, jotka voi edetä opinnoissa hyvinkin helposti tekemättä oikeestaan itse hirveesti mitään, koska -- monet tehtävät, mitä tääl tehdään tai monet projektit tehdään tiimeissä -- (6-F)

Tiimityömuoto pelkästään ei siis luo itseohjautuvuutta automaattisesti, eikä itseohjautuvuuden syntymistä ja toteutumista voi pakottaa ryhmätyön kautta. Mikäli yksilö ei halua tai kykene toimimaan itseohjautuvasti, ei ryhmätyömuoto siihen välttämättä velvoita tai edes kannusta. Myös tiimityöskentelyssä – ja ehkä jopa korostuneesti siinä – yksilön motivaatio vaikuttaa hänen työpanokseensa ja tiimityössä lisäksi muiden tiimiläisten motivaatioon ja työtaakkaan. Vaikka poissuljettua ei ole se, etteikö tiimityö voisi motivoida tiimiä itsenäiseen ongelmanratkaisuun tai tiedonhakuun, korostuu aineistossa tiimityön kohdalla selkeästi se, että vastuu ja työmäärä jakautuu usein tiimitöissä epätasaisesti. Tästä näkökulmasta yksilön itseohjautuvuutta tulisi ensin tukea, ennen kuin itseohjautuva tiimi, jossa kaikki yksilöt toimivat itseohjautuvasti, on todennäköistä tai mahdollista.

5.4 Kehitysideoita itseohjautuvuutta tukevalle opiskeluympäristölle

Tämä luku ja sen kaksi alalukua koostuvat vastauksista haastattelukysymyksiin 4. ”Tulisi siko itseohjautuvuutta mielestäsi opettaa tai painottaa enemmän ASSI-koulutusohjelmassa tai opiskelussa yleisesti?”, 7. ”Mikä mahdollistaa mielestäsi itseohjautuvuuden opiskelussa tai ASSI-koulutusohjelmassa?” ja 8. ”Sovellettuuko itseohjautuvuus kaikkeen opiskeluun? Onko sillä myös reunaehtoja?”

Aineistossa tuli keskeisesti esille ympäristön, opettajan ja ohjeiden tärkeyden rooli itseohjautuvuuteen ohjaamisessa ja sen tukemisessa sekä yksilöllisyyden huomioimisen tärkeys opiskeluympäristössä. Joustava, itsenäisen opiskelun salliva ja mahdollistava ympäristö mahdollistaa myös itseohjautuvuuden. Ympäristön tulisi siis mahdollistaa ja tarjota opiskelijalle itsenäisen suorituksen mahdollisuus. Sitä vastoin läsnäolopakko nähtiin pääosin negatiivisena ja itseohjautuvuutta ja itsenäisyyttä estävänä asiana: ”No just läsnäolopakko, siitä mun mielestä vois vähän joustaa. -- saadaan ainakin kuulostamaan siltä, että et voi käydä kurssia, jos et oo tääl tunnilla.” (10-J)

Huomattava on kuitenkin, ettei itsenäinen opiskelu tarkoita ohjeiden puutosta tai edes niiden vähäisyyttä: viestinnän merkitys jopa kasvaa itsenäisessä ja itseohjautuvassa oppimisessä. Ideana tässä on, että tarvittavan tiedon tulee olla saatavilla, jotta itseohjautuva yksilö voi tiedon löytää ja sen ymmärtää:

-- riittävän kuitenkin selkeet ohjeet ainakin, koska ethän sä voi olla itseohjautuva jos et sä oikeesti tiedä mitä sun pitää tehdä. Nii, esimerkiks monella kurssilla on ollu vähän sekavaa, nii sen takii se on niinku estäny sitä et ois voinu itsenäisesti mennä eteenpäin, vaan on pitäny aina palaa kysymään jotain ohjeita joltain opettajalta. Mut emmä tiedä onks toiki sitte niinku kuitenkin opettanu tavallaan sitä itseohjautuvuutta, ettei oo ollu niin selvästi kaikkee -- (7-G)

Ohjeistuksen puute saattaa siis myös pakottaa yksilön etsimään tietoa itsenäisesti: ”-- joskus tää ohjeistus saattaa olla semmonen, että joutuu oikeesti niiku paljon ohjautuu itte niiku ettimään tietoa tai keksimään, et mistä sitä lähtis menemään --” (9-I). Vähäinen tieto lisää kuitenkin yksilön riippuvaisuutta ulkoiseen tukeen, esimerkiksi opettajaan, kun yksilö ei pääse itse selvittämään tarvittavaa tietoa ja etenemään. Itseohjautuvuus on myös riippumattomuutta ja autonomiaa. Ohjeistuksen puute saattaa toisaalta myös kannustaa – pakon edessä – opiskelijaa itsenäiseen tiedonhakuun. Riittävän ohjeistuksen puute on kuitenkin riski, sillä se saattaa estää toiminnan kokonaan:

-- ohjeistuksen puute välillä ni mahdollistaa sitä niin itseohjautuvuutta -- ku ei oo niitä ohjeita niin hyvin, ni sitte joutuu itte yrittää ettimään, mut siin on myös sitte, voi myös vaikuttaa silläkin tavalla, että jos ohjeistus puuttuu ni mitäs tässä pystyy tekemään. Että se on sekä hyvä että huono asia. (9-I)

Apua tulisi kuitenkin olla tarvittaessa tarjolla, jotta yksilön on mahdollista edetä itsenäisesti: "-- et sä saat sit apua, jos sä tarviit ja sit sä pääset eteenpäin et sä et jää jumiin miinkään --" (7-G). Itseohjautuvuutta tukee selkeät ohjeet ja opiskelumateriaalit sekä näiden hyvä saatavuus. Kiteyttävästi yksi haastateltavista totesi: "Itseohjautuvuus on hyvä, mut kyl siihen tueks tarvitaan myös sitten sitä niinkun ohjeistusta, kunnan ohjeistusta." (4-D)

Ohjeistuksen laatu ja määrä vaikuttavat tekemisen mielekkyyteen ja kokemukseen tekemisen mielekkyydestä, mikä puolestaan vaikuttaa motivaatioon ja itseohjautuvuuteen:

Viel ehkä lisäisin et selkeet ohjeet kaikessa, että sanotaan et on itsenäinen kurssi ni jos jossain vaikka Moodlessa näkyy tosi selkee niinkun se kurssiohjelma ja tavote, ni sitte jokasen on helppo seuraa niitä aikatauluja. Koska sitäkin on kohdannu, että kaikki päivämäärät ja deadlinet ei oo niin selvästi saatavilla, ni sit sitä on vaikeempi seurata itsenäisesti. (8-H)

Lähtökohtaisesti opintojaksojen ja opintokokonaisuuksien selkeä suunnittelu ja toteutus, jossa yksilölle jätetään kuitenkin valinnanvaraa, edesauttaa itseohjautuvuutta:

-- semmonen selkee suunnittelu, organisointi. Sit ehkä tietynlainen semmonen niinkun, miten mä sanoisin, avoin tehtävänanto ehkä tai semmonen ei liian avoin, mut niinku semmonen sopivan avoin tehtävänanto, et jää vähän niinku valinnanvaraa päättää." (6-F)

Opettajan tärkeä tehtävä on luoda oppimisympäristö, jossa omaehtoista ja omatahtista oppimista tuetaan. Oppimisympäristössä opettajalla on tärkeä rooli, jossa on potentiaalia joko lannistaa tai edistää opiskelijan motivaatiota: "-- jos se opettaja on oikeesti tosi hankala -- kyl siit ehkä vähän huono fiilis tulee, jos ei yhtää tsempata." (4-D) Opettajan suhtautuminen oppilaisiin vaikuttaa myös oppilaan vastuunkantotaipuvaisuuteen:

-- opettajien niinkun suhtautuminen oppilaisiin. Et suhtaudutaan siihen, että ollaan niinku korkeakoulussa ja että on aikuisia ja niinkun annetaan sitä vastuuta, ja kun vastuuta annetaan niin se useimmiten motivoi ihmisiä myös sitte kantamaan sen vastuun. Et sitte jos kohdellaan tai oletetaan, että toinen on osaamaton ja tyhmä niin usein semmosta käytöstä sitten myös syntyy. (3-C)

Itseohjautuvan ympäristön tulisi siis mahdollistaa ja kannustaa itsenäiseen opiskeluun ja tarjota itsenäisen opiskelun vaihtoehto sitä haluaville:

--ehkä vaikka olis vähemmän sitä lähiopetusta tai lähiopetusta olis vaan sellasille opiskelijoille, ketkä sitä tarvitsee enemmän. Että sitten ne, ketkä kykenee semmoiseen enemmän itsenäiseen työskentelyyn ja pysymään aikataulussa ilman lähiopetustakin, nii heillä olis sitten semmonen niinku mahdollisuus. (3-C)

Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että tuen tarve poistuisi kokonaan. Yksilöllä on kuitenkin tärkeää olla mahdollisuus saada tukea ja pyytää apua, mikäli hän ei kykene täysin itsenäiseen opiskeluun tai mikäli itsenäinen opiskelu ei lainkaan sovellu yksilölle kyseisessä oppiaineessa. Kullakin yksilöllä on erilaiset valmiudet itseohjautuvuuteen: "--kaikille ei voi antaa yhtä vapaita käsiä samoissa asioissa, koska ei vaan yksinkertaisesti oo niinku samat

valmiudet toimia yhtä itsenäisesti.” (8-H) Itseohjautuvuus nähdään siis valintana, vaihtoehtona ja mahdollisuutena, eikä sen tulisi olla pakotettua tai pakollista. Lähtökohtaisesti jotta yksilö olisi itseohjautuva, tulee hänen valita itseohjautuvuus: tämä onkin itseohjautuvuuden ydin.

5.4.1 Voiko itseohjautuvuutta opettaa?

Aineistossa tuli keskeisesti esille pohdinta, voiko itseohjautuvuutta opettaa suoraan tai perinteisin menetelmin:

Mä en oo ihan varma, et pystyysk tota itseohjautuvuutta opettaa, tai et millä tavalla sen niinku opettais toiselle, ku mulla itellä tulee ainakin mieleen et se on enemmän jostain luonteenpiirteestä kiinni. Mut et voisko sit sitä jotenki tavallaan saada enemmän esille ihmisistä jollain tapaa, et pystyiskö sitä jotenki eri aineissa sitte niinku ohjeistaa, et miten olla enemmän itseohjautuva. (5-E)

-- mä en edes tiedä, miten sitä voi opettaa, suoraan sanoen. Tai siis mä tiedän että...nii...voiks sitä ees opettaa? Tai siis kai sitä nyt voi jotenki opettaa, mut en ainakaan ymmärrä et miten suoraan sanottuna. Mutta siis, jos sitä voi opettaa ja siihen on joku hyvä keino, ni todellakihan se kannattaa. (7-G)

Mikäli itseohjautuvuutta ei voi suoraan opettaa, voi sitä ainakin painottaa ja siihen tulisi kannustaa. Opettajan tulisi esimerkiksi opettaa tiedonhankintataitoja, joiden myötä opiskelijalle annettaisiin välineet itseohjautuvuuden toteuttamiseen: “Opettaa niiku opiskelijoita hankkimaan itse tietoo tai oppii niiku sitä taitoo, että miten oppii tai hankkii tietoja.” (1-A) Itseohjautuvuuden opettaminen nähtiin siis metataitojen ja opiskelutekniikoiden ja -taitojen opettamiseksi: “--jos halua välttämättä opettaa opiskelijalle sitä itseohjautuvuutta, ni mun mielest ois ehkä kans tärkeet niinku opettaa ensteks oppilaiden niiku löytämään ne omat parhaat tavat niiku opiskella.” (1-A)

Aineistossa koettiin siis myös tärkeäksi, että yksilö itse oppii ja oivaltaa itselle sopivat opiskelutavat: opettaja voi vain ohjata yksilöä löytämään itseohjautuvia taitoja puolia itseltään. Yksilön tulee itse käydä läpi ja huomata, mitkä opiskelutavat sopivat itselle ja mitkä eivät: “-- ku o pitäny suorittaa jotain kurssei itsenäisesti tai muuten työskennellä, ni siin kesti varmaa pari kolme kurssii, ennen ku löys just semmosen, tai ymmärs miten ite oppii nois parhaiten.” (1-A)

Aineiston perusteella opetuksessa tulisikin huomioida opiskelijan yksilöllisyys:

-- aika paljon opettajat, ne niinkun helposti aika ykssuuntasesti niinku ohjaa kaikkii täs niinku opiskelussa ja työelämään, että helposti ku tää on johdon assistenttilinja, toki monista tulee assistentteja, mut sitte tää on vaikka myös viestinnän tai markkinoinnin alan opiskelijoille tai HR tai johtotehtäviin -- jotta oppilaat ymmärtää et mihin, miten moneen vaikka tästä opintoalasta niinku on, koska sitä ei välttämät moni oo niinku, varsinki jos on vaikka vasta valmistunu lukiosta, ni ei tajuu miten hyvät vaik mahdollisuudet täst on eri ammatteihin valmistua.” (8-H)

Aineistossa tuli esille myös, että mikäli yksilön tarpeita, tavoitteita ja yksilöllisyyttä ei huomioida, vaikuttaa se yksilön emootioihin ja mahdollisesti opiskelumotivaatioon: ”että jos kaikki nähdään vaan semmosena yhtenä oppilaiden massana ni sit tulee semmonen olo et ei niil mun omilla haaveilla oo mitää väliä --” (8-H). Itseohjautuvuutta tavoittelevan oppimisympäristön tulisi tukea ja kannustaa yksilöä tavoittelemaan omia päämääriään.

Yksilönäkökulma tulisi huomioida itseohjautuvuuteen ohjatessa ja sitä painotettaessa opetuksessa esimerkiksi mahdollistamalla personoidumpien lukujärjestysten laatiminen ja yksilöllisten tavoitteiden ja tulevaisuuden suunnitelmien huomioiminen:

Mutta ehkä niinkun opinnoissa semmonen niinku opiskelijan enemmän yksilöllinen huomioiminen siinä, että jos tosiaan jotkut on semmosia aktiivisempia opiskelijoita, ni että heille ois se mahdollisuus sit enemmän semmoseen niinkun omien opintojensa yksilöimiseen. (3-C)

Yksilöllisyyden huomioiminen on tärkeä myös opetuksen ja oppimisen tehokkuuden kannalta. Itseohjautuvat yksilöt voivat olla persoonallisuudeltaan hyvin erilaisia ja oppimistyyliä voivat vaihdella: ”-- se voi olla introvertti, ekstrovertti -- Toiset nii oppii -- sillä tavalla, et ne on niinku sosiaalinen ja menee sillä tavalla eteenpäin. Toiset on taas ekstrovertejä et ne menee niinku itte hakemaan niinku kirjoista niitä tietoja tai netistä.” (9-I) Myös tämä yksilöllisyyden puoli tulisi ottaa huomioon opetuksessa ja oppimisympäristössä.

Korostuneesti tuli myös esille, että itseohjautuvuuden tulisi perustua vapaaehtoisuuteen ja valinnaisuuteen: yksilöllisyys on huomioitava tässäkin. Itseohjautuvuuteen kannustamisessa on huomioitava yksilöllisesti opiskelijan osaamisen lähtötaso: kaikilla ei ole valmiuksia olla yhtä itseohjautuvia oppisessaan ja opiskelussaan. Tukea on oltava tarjolla sitä tarvitseville:

--mun mielest ehkä toi tuki tai semmonen et se on enemmän vaihtoehto, et sitte esimerkiksi jos pitää tehdä jotai työtä, jotai pientä projektii, mut siinä saa päättää justiisa että, et tuleeko lähitunneille tekee sitä vai pyrkiiks tekee sitä täysin itsenäisesti ni semmoset -- ois mun mielestä iha hyvii. Et siin pystys niiku päättää, et pystyy ees kokeilee sitä et työskentelee itsenäisesti ja sitte jos ei toimi, ni voi kuitenkin niiku tulla sinne lähitunneille tekee ja pyytää apuu niissä. Et just semmonen et se on vaihtoehto tai semmonen, et siin on kuitenkin tukee, mahdollista hakee tukee, jos ei suju.” (1-A)

--se on eri asia vaikka 25-vuotiaalle ehkä sitte tavallaan kertoo juurta jaksain totain tosi simppelei asiaa kun semmoselle, joka on vaikka just valmistunu niinku toisen asteen tutkinnosta, ni myös ehk semmosii vois, en tiedä onks se mahdollista miettii, et onks niinku katotaaks se vaik tilannekohtaisesti et kuka vois suorittaa itsenäisesti -- itsenäisen opiskelun mahdollisuus, ni se on aika hyvä olla. (8-H)

Eri yksilöt kokevat omaehtoiseksi erilaiset tilanteet: esimerkiksi toinen saattaa motivoitua tiimityöstä ja tiimityö tukee hänen itseohjautuvuuttaan, kun toista pakotetut tiimityötilanteet saattavat ahdistaa tai ne saattavat vähentää yksilön autonomian tunnettaan ja itseohjautuvuuttaan. Yksilöllisyyden huomioiminen, vapaaehtoisuus, vaihtoehtojen mahdollisuus ja

vapaus valita sekä tarvittava tuki ja ohjaus ovat keskeisiä asioita itseohjautuvuutta tukevassa ympäristössä.

5.4.2 Miten itseohjautuvuutta tulisi opettaa?

Aineistossa itseohjautuvuus koettiin pääosin positiivisena, tärkeänä ja työelämässäkin hyödyllisenä asiana. Vaikka haastateltavat pohtivatko, voiko itseohjautuvuutta suoraan opettaa, painottui aineistossa myös näkemys, että itseohjautuvuutta tulisi kuitenkin pyrkiä opettamaan tai ainakin painottaa opetuksessa: "--voitaa painottaa enemmän, koska mä koen et se antaa kyl hyötty työelämässä." (6-F) Näkemykset vaihtelivat kuitenkin, missä oppiaineissa itseohjautuvuutta tulisi painottaa ja milloin itseohjautuvuuden opetus tulisi alkaa.

Haastateltavista suurimman osan mielestä itseohjautuvuutta tulisi painottaa tai opettaa nykyistä enemmän. Itseohjautuvuuden ei koettu olevan kaikille itsestänselvyys, vaan siihen tulisi ohjata ja opastaa: "-- kyllä sitä vois opettaa ja ehkä enemmän painottaa just täs meidän koulutusohjelmassa. Must tuntuu et se ei oo kaikille niin sellasta itsestänselvää --" (2-B). Itseohjautuvuus nähtiin myös trendisanana ja tulevaisuuden työelämän vaatimuksena: "-- kyllähän se tuntuu olevan vähän semmonen nykyajan trendisana ja niinkun tulevaisuuden vaatimus, että niinkun organisaatioissa pystytään itseohjautuvasti työskentelemään." (3-C)

Itseohjautuvuuden opettamisessa ja painottamisessa tulisi kuitenkin huomioida opetettava aine ja itseohjautuvuuden soveltuvuus kyseisen aineen opetukseen. Esimerkiksi sosiaaliin aiheisiin ja vuorovaikutukselliseen oppimiseen itseohjautuvuuden ei koettu välttämättä soveltuvan. Tässä yhteydessä itseohjautuvuus koettiin nimenomaan itsenäisenä opiskeluna ja se liitettiin etäopiskeluun. Aineistossa pohdittiin myös, sopiiko itseohjautuvuus kielten opiskeluun. Tästä esiintyi sekä kielteistä että myönteistä näkökulmaa: toisaalta kielissä koettiin, että opettajan tukea tarvitsee esimerkiksi suullisen osaamisen ja oikean ääntämisen varmistamiseksi:

-- esimerkiksi kielikursseilla, ku siin pitää kuitenkin opetella se ääntämiset ynnä muut, ni sitte siel pitää mun mielestä aina olla semmonen joka pystyy nopeesti niinku sanomaan mikä on väärin tai mitä pitäa parantaa. Et sitte jos esimerkiks jos justiisa käy kielikurssei itsenäisesti, ni ei välttämättä opi virheistä ennen ku ne virheet on tavaltaan tullu jo semmoseks normitavaks käyttää sitä kieltä mitä opiskelee. -- (1-A)

Toisaalta kielten opiskelu nähtiin yhtäläisesti aiheena, jonka oppimista yksilö voi edistää itsenäisesti: "-- kylhän sä kielissäkin koko ajan itseäs ohjaat eteenpäin tai haluat kehittää sitä." (2-B) Keskeisesti tuli kuitenkin esille, että mikäli yksilön perustaidot aiheesta ovat

hyvät, tulisi itsenäinen suoritushmahdollisuus olla vaihtoehtona – muutoin opiskelija saattaa turhautua, kun aihetta käsitellään liian hitaasti:

-- jos vaikka opiskelijalla on jo hyvät ja vahvat niinku perustaidot, ni sitte semmonen niinkun ehkä enemmän itsenäinen suoritushmahdollisuus olisi hyvä. Turhautuuhan siinä ihminen, jos joutuu niinkun itselleen itsestään selviä asioita käymään läpi. Mut sitte taas sitte muilla opiskelijoilla, kenellä ei oo niin vahvaa sitä alkuosaamista, niin että heil ois sitte se mahdollisuus siihen kädestä pitäen oppimiseen. (3-C)

Yleisesti itseohjautuvuus koettiin kuitenkin soveltuvan kaikkeen opiskeluun jossakin määrin, mutta ei ainoana ohjausmuotona tai opiskelutapana: "-- kylhän sitä tavallaan mun mielestä kaikissa kursseissa sit ehkä jollain tavalla kuuluis olla." (2-B)

Itseohjautuvuus koettiin tärkeäksi läpi elämän huolimatta siitä, milloin sitä alettaisiin opettamaan. Vapaaehtoisena ja yksilön omana valintana itseohjautuvuus nähtiin tärkeänä "vaikka olis ihan jäämäs eläkkeelleki niinku tos muutaman vuoden päästä, ni olis viel kiinnostunu tai opiskelis sit lisää vaikka. Ni sithän se mielekkyys säilyy ja se motivaatio". (4-D) Osa haastateltavista koki tärkeäksi, että itseohjautuvuutta opetettaisiin tai painotettaisiin läpi elämän "ihan alusta asti ja sit sinne loppuun saakka" (4-D) ja jo ala-asteelta saakka: "-- omista tavaroista huolehtiminen on mun mielest vähän sama asia mut niinkun pienelle lapselle. Et sun pitää ite ymmärtää, et sinä oot vastuussa niistä sun tehtävistä." (4-D)

Sitä vastoin osan mielestä ala-aste on liian aikainen vaihe itseohjautuvuuden opettamisen aloittamiselle ja itseohjautuvuuteen tulisi ohjata vasta ensimmäisen ja toisen asteen kouluksissa lukiossa ja korkeakoulutasolla:

--esimerkiks uutisissa ollu, että jostai ala-asteelt tai yläasteen alussa ollu yritetty jo opettaa, ni se on mun mielest ehkä vähä liian aikasin. Et jos pitäs päättää tost, ni mä ehkä painottaisin mieluummin näis korkeis kouluissa ja muissa tai niiku lukioasteelta hiukan -- (1-A)

Myös yläasteikäisille itseohjautuvuuden opettaminen tai siihen ohjaaminen koettiin toisaalta hyödylliseksi: "--ku sä pelkästään jo haet kouluun johonki, ni sun täytyy ottaa tosi paljon selvää, ni jos sen taidon osais jo sielt yläasteelta, ni se auttais tosi monii valitsee myös sen tulevan ammatin." (4-D)

Itseohjautuvuuden opettaminen ja painottaminen opetuksessa koettiin siis tärkeäksi: " --tärkeä asia se on, ehdottomasti. -- jos sitä on mahdollista niinkun opettaa, mä en oo ihan varma et pystyykö, mutta jos sitä on mahdollista opettaa, no ainakin painottaa, sitä kyl pitäs painottaa enemmän." (6-F) Näkemykset vaihtelivat kuitenkin siitä, milloin opetuksen olisi hyvä alkaa. Tarkkaa ja yhtenäistä määrittelyä siihen, milloin itseohjautuvuuden

opettaminen olisi paras aloittaa ei muodostunut aineiston perusteella. Useimmilla haastateltavista oli kuitenkin näkemys, että ammattikorkeakoulutasolla ja lukiotasolla opiskelijan tulisi jo osata olla itseohjautuva:

No varmasti opiskelussa yleisesti olis ihan hyvä tota painottaa, ettei sitte, varsinki ihan, jotka tulee jostain lukiosta, tuu semmonen olo, että et joo et he ei nyt saa mitään ohjeistusta tai opastusta ja et he osais ite ehkä, tai ymmärtäis sen, ettei niit tulla välttämättä pitää kädestä pitäen kiinni ja tai et se on ihan niinku normaalia, että opiskellaan ja otetaan selvää itse. (4-D)

Myös siitä esiintyi vaihtelevia mielipiteitä, miten itseohjautuvuus tulisi toteuttaa ja sopiiko itseohjautuvuus kaikkien opintojaksojen toteutukseen. Itseohjautuvuudessa tulisikin huomioida opetettava aine sekä oppijan itseohjautuvuuden taso ja itseohjautuvuusvalmius. Itseohjautuvuus antaa vastuuta yksilölle ja sitouttaa yksilöä niin opintoihin kuin työhönkin. Itseohjautuvuuteen kannustava ympäristö tarjoaa yksilölle mahdollisuuden toteuttaa potentiaaliaan: "Et siinä hirveesti jäis potentiaalia hukkaan, jos ei niinkun, anneta työntekijälle mahdollisuutta niinkun semmoseen oman työnsä kehittämiseen ja niinku siitä vastuunottamiseen." (3-C)

Haastateltavat kokivat itseohjautuvuuden tärkeäksi elementiksi opiskelussa ja opetuksessa, mutta pohtivat samalla, onko Haaga-Helian johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelmassa itseohjautuvuutta lainkaan. Aineistossa tuli siis esille epävarmuus siitä, onko itseohjautuvuutta johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelmassa tai pyritäänkö sitä opettamaan. Jo epävarmuus siitä, mitä itseohjautuvuus on tai mikä sen määritelmä on, saattaisi viitata siihen, että itseohjautuvuutta ei ole tuotu tarpeeksi esille koulutusohjelmassa:

Mä en edes muista et meil tääl koulus ois puhuttu -- kauheesti itseohjautuvuudesta. En tiedä onko se mennä ohi vai onko sit käytetty jotai synonyymiä sille vai mitä -- Jos sitä on opetettu jotenki ihan tarkoituksenmukaisesti ni on kyllä mennä vähä ohi. Tai en oo ainakaan tienny, että sillon kun olen tota oppinut, että olen oppinut sitä. Koska ei oo kukaan puhunu oikeestaan siitä --" (7-G)

Esille tuli myös pohdinta, onko itseohjautuvuus jollain tavalla näkymätöntä tai ei-näkyvää: "--onks meil ollu sitä ja enks mä oo huomannu sitä vai...onkse tavallaan sellast ei-näkyvää --" (2-B) Toisaalta Haaga-Helian johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelman koettiin kuitenkin myös tukevan itseohjautuvuutta: "Mä koen, että tässä koulutusohjelmassa kyllä mahdollistetaan itseohjautuvuus, et jos oot itseohjautuva henkilö, ni siit on ensinnäki tosi paljo hyötyä tässä koulutusohjelmassa ja mä koen et niinku -- et ei siihen oo ollu mitään estettä --" (6-F)

Itseohjautuvuuden koettiin kuitenkin soveltuvan pääosin kaikenlaiseen opiskeluun:

”Kyl se mun mielest soveltuu, emmä niinku koe, et siit on mitään, tai se miten -- mä määrittelen sen asian ni sen pohjalta mä vastaan tähän, että se mun mielest soveltuu kaikkeen opiskeluun. Koska mä en niinku, mä en keksi mitää, että miks se ei soveltuis.” (6-F)

Itseohjautuvuuden määrä tulee kuitenkin suhteuttaa oikein: ”Ehkä se kaikkeen opiskeluun se itseohjautuvuus tietyssä määrin niinkun soveltuu, mutta tietyissä aineissa niin sitä ehkä pitää olla vähän vähemmän ja tietyissä sitten ehkä vähän enemmän.” (3-C) Esille tuli kuitenkin myös se, että välttämättä kaikkein vaativimmiksi nähtyihin ammatteihin, joissa on myös käytännönläheinen puoli, kuten esimerkiksi laborantti, lääkäri tai kirurgi, itseohjautuvuus ei sovellu tai ei sovellu pelkästään. Itseohjautuvassa opiskelussa yksilö tarvitsee siis keskeisesti tukea ja erityisesti opastusta ja ohjausta ympäristöltä.

Kiteytetysti itseohjautuvuuden soveltuvuudesta kaikkeen opiskeluun eräs haastateltava totesi: ”-- soveltuu se, ei se välttämättä vaan riitä pelkästään.” (4-D) Itseohjautuvuus vaatii tuekseen tarpeeksi ohjeistusta ja informaatiota: ”-- jos sul on vaan kaikki materiaali tavaltaan saatavilla, kaikki oleellinen ni, miks ei, miks ei soveltuis --” (7-G). Kaiken kaikkiaan itseohjautuvuus koettiin positiiviseksi asiaksi: ”Mul tulee vaan tost mieleen kaikkee positiivista. Emmä voi aatella, et se ois mitenkää negatiivinen asia missään mielessä.” (7-G) Itseohjautuvaa opiskelun paremmuutta muihin opiskelutapoihin ei kuitenkaan tarkasteltu syvällisesti tämän tutkimuksen raameissa, joten mielenkiintoiseksi jatkotutkimusaiheeksi jää, onko itseohjautuva opiskelu parempi opiskelumenetelmä kuin perinteinen opiskelu- ja opetusmalli: ”Se on sitte mun mielest vähä toinen asia sitte, että onks se sitte parempi tapa opiskella, ku jossai noi lähiopetukset.” (1-A)

5.5 Kritiikki itseohjautuvuudelle

Aineistossa esiintyi myös kriittisiä näkemyksiä itseohjautuvuuteen useiden haastattelukysymysten yhteydessä. Tämä kritiikki vastasi paljon sitä kritiikkiä, joka on tuotu esille myös aiheen kirjallisuudessa ja keskustelussa. Itseohjautuvuus saattaa aiheuttaa yksilölle myös ahdistusta, mikäli yksilö ei koe itseohjautuvuutta helpoksi tai ominaiseksi itselleen. Ympäristön pakotteena ja ainoana vaihtoehtona itseohjautuvuus ei toimi: itseohjautuvuuden tulee perustua valintaan ja vapaaehtoisuuteen. Itseohjautuvuus mahdollistaa myös vastuun välttelyn ja työn epätasaisen jakautumisen. Itseohjautuvuuden ideana on eräänlainen yksilön potentiaalinen toteuttaminen, mutta mikäli yksilö ei sitoudu itseohjautuvuuteen ja ympäristö ei mahdollista itseohjautuvuutta, on itseohjautuvuudella myös negatiivisia seurauksia.

Aineistossa tuli esille myös itseohjautuvien tiimien käänköpuoli: itseohjautuvat tiimit saattavat luoda myös ympäristön, jossa yksilöllinen päätöksentekovastuu minimoituu, jolloin päätöksenteon vastuunvälttely mahdollistuu yksilötasolla:

-- sä voit sit tavallaan olla tekemättä oikeesti itse mitään -- sun ei ees tarvi ite miettii, sä voit vaan mennä sen mukaan mitä tiimit tekee -- et sun ei tarvi oikeestaan itse päättää asioista. --Vaik puhutaan usein työelämässäki paljon itseohjautuvista tiimeistä, niin usein, tai mul on semmonen ajatus, et tiimit voi myös vähän niinku sulkee sitä itseohjautuvuutta, koska sitten pahimmas tapauksessa sun ei tarvi ajatella oikeestaan ite mitään." (6-F)

Negatiivisena kääntöpuolena itseohjautuvuudessa nähtiin myös tarpeellisen viestinnän väheneminen itsenäisen toiminnan myötä jopa siten, että työn tuloksellisuus kärsii, kun yksilö ei tiedustele tarpeeksi toimeksiantajan toiveita työn tuloksesta:

Mul tuli kyl semmonen ajatus että, et niinku voisko siit olla jotain haittaa niin tietyl tavalla voi, koska jos sanotaan et jos sulle annetaan joku tehtävänanto ja sit sä otat siit pallon, koska sä oot itseohjautuva henkilö ja sä et välttämättä kysele sen enemää, ni se saattaa lähtee sivuraiteille se homma, et se ei välttämät niinkun, sulle annetaan vaik joku toimeksianto, niin se toimeksiantaja ei välttämät oookkaa sit hirveen tyytyväinen koska sä et oo välttämättä niinku toteuttanu sitä sillä tavalla, mitä hän on sen ajatellu, koska sä oot toiminu itseohjautuvasti etkä välttämättä oo kyselly sen tarkemmin enää perään. Niin siinä mielessä voi olla haittaa." (6-F)

Itseohjautuvuus antaa siis vapauden, ja mikäli yksilö ei ole valmis kantamaan vapauden tuomaa vastuuta tai itseohjautuvuuden tuoma vapaus ei sovi hänelle, saattaa itseohjautuvuus aiheuttaa myös negatiivisia seurauksia. Haastatteluissa kävi ilmi, että kaikki eivät koe positiiviseksi ympäristön vaadetta ja kannustetta olla itseohjautuva, vaan se voidaan yksilöstä riippuen kokea liian pakotettuna myös ahdistavaksi:

--tuntuu aika pelottavalta ajatukselta, et jos pitäs hypätä suoraan johonkin itseohjautuvaan työkuulttuuriin -- Just se, ettei niinkun uuvuta itteensä -- Sun pitää ite osata löytää ne rajat, et millon on tarpeeks --(10-J)

Itseohjautuvuus ei sovi kaikille:

-- se on ehkä sit niinku ihmisestä kiinni. Et se ei niinku ehkä kaikille ihmisille sovi. Et sun pitää olla just sellanen ketä, niinkun, ottaa vastuuta ja on oma-aloitteinen ja pystyy niinku ite tavallaan aikatauluttaan ja priorisoimaan. -- se on tosi hieno juttu, et siihen on mahdollisuus, mut just se et se ei sovellu kaikille ihmisille -- (10-J)

Itseohjautuvuuteen sisältyy omaehtoisuuden idea: kun yksilö voi valita ja vaikuttaa, kasvaa ja vahvistuu myös sisäinen motivaatio, joka taas ruokkii itseohjautuvaa toimintaa. Itseohjautuvissa organisaatioissa itseohjautuvuus sallii vapauden, mutta tärkeää on myös muistaa tarjota tukea ja ohjausta niille, jotka kokevat sitä tarvitsevansa. Psykologinen turvallisuus on tärkeä osa hedelmällistä ympäristöä. Itseohjautuvuuden tarkoituksena on lisätä tehokkuutta, selkeyttä ja yksinkertaistaa päätöksentekoa ja lisätä omaehtoisuuden mahdollistamisella yksilön motivaatiota ja autonomian tunnetta ja valinnan vapautta. Ilman ohjausta – tai kun itseohjautuva toimintamalli ymmärretään väärin täysin kontrolloimattomaksi – kääntöpuolena saattaa olla epäselvyys vastuissa ja tehtävänjaossa sekä epävarmuuden ja kaaoksen tuntu tekemisessä. Pahimmillaan itseohjautuvuuden väärinymmärtäminen voi johtaa yksilön uupumiseen, mikäli yksilö ei osaa itsenäisesti asettaa itselleen rajoja tai hän ei saa tukea rajojen asettamisessa:

-- et sit pitää myös löytää se et ihminen ei vedä itteensä piippuun sen kanssa. Et tavallaan se vaati niinkun, se antaa varmasti tosi paljon, se antaa vapautta ja tuo varmasti mielekkyyttä esimerkiks työhön tosi paljon, mut sit siin on niinku ehkä nurjana puolena se, et sitte mitä se ihminen, mitä se pitää riittävänä -- (10-J)

Itseohjautuvuuteen sisältyy oma-aloitteisuutta, itseluottamusta ja itsetuntemusta, vastuuntuntoa ja -kantoa, tavoitteellisuutta ja päämäärätietoisuutta ja autonomisuutta. Itseohjautuvuus on vahvasti myös itsensä johtamista. Jotta itseohjautuvuuden tarkoitus toteutuisi, tulee tavoitteiden olla selkeät. Jotta itseohjautuvuus onnistuisi, itseohjautuvuuden tulee alkaa itseohjautuvuuteen taipuvaisesta yksilöstä ja yksilön ehtojen mukaan. Ympäristö voi vain kannustaa, ei määrätä tai pakottaa yksilöä toimimaan itseohjautuvasti. Ympäristö pelkää ei tee kenestäkään itseohjautuvaa, vaan itseohjautuvuudessa on kyse ympäristön luomista mahdollisuuksista ja yksilön omista valinnoista tarttua niihin.

6 Yhteenveto haastattelutuloksista ja pohdintaa teorian valossa

Tässä luvussa vastataan tutkimuskysymyksiin vetäen yhteen luvussa 5 esitelty aineiston tulokset. Luvussa 6.1 vastataan työn ensimmäiseen tutkimuskysymykseen: ”Mitä itseohjautuvuus on ja mitä se on opiskelussa opiskelijoiden näkökulmasta?”. Haastattelukysymykset 1. ”Mitä sinulle tulee mieleen sanasta itseohjautuvuus?”, 2. ”Millainen on mielestäsi itseohjautuva henkilö? Miten itseohjautuva henkilö toimii tai millaisia ominaisuuksia hänellä on?”, 3. ”Koetko olevasi itseohjautuva?”, 5. ”Miten itseohjautuvuus tai sen puutos näkyy tiimityössä?” ja 6. ”Mikä motivoi sinua? Mikä estää tai edistää motivaatiotasi?” etsivät vastausta ensimmäiseen tutkimuskysymykseen.

Luvussa 6.2 vastataan kehittämisisideoiden kautta työn toiseen tutkimuskysymykseen: ”Miten itseohjautuvuus näkyy opiskelussa tai miten sen tulisi näkyä ammattikorkeakouluopetuksessa?”. Haastattelukysymysten 4. ”Tulisiko itseohjautuvuutta mielestäsi opettaa tai painottaa enemmän ASSI-koulutusohjelmassa tai opiskelussa yleisesti?”, 7. ”Mikä mahdollistaa mielestäsi itseohjautuvuuden opiskelussa tai ASSI-koulutusohjelmassa?” ja 8. ”Soveltuuko itseohjautuvuus kaikkeen opiskeluun? Onko sillä myös reunaehtoja?” kautta pyrittiin löytämään vastauksia toiseen tutkimuskysymykseen. Luvussa tarkastellaan myös itseohjautuvuuskirjallisuudessa esiin tullutta kritiikkiä itseohjautuvuudelle. Vastaavanlaista kritiikkiä itseohjautuvuudelle tuli esiin myös aineistossa.

6.1 Itseohjautuvuus opiskelussa

Itseohjautuvuusteoriaan peilaten aineistossa korostuu omaehtoisuus, omatoimisuus ja oma-aloitteisuus eli Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteorian ensimmäinen perustarve. Omaehtoisuus tuli esille lähes kaikkien haastateltavien vastauksissa: joko se mainittiin suoraan tai omaehtoista toimintaa kuvailtiin. Omaehtoisuus näyttäytyy itseohjautuvan toiminnan perustana ensiarvoisena ja määrittävänä kriteerinä: on vaikea olla itseohjautuva, jos vapautta tai mahdollisuutta itsenäiseen ja omaehtoiseen toimintaan tai päätöksentekoon ei ole. Ympäristöllä on tässä vahva rooli, sillä ympäristö voi estää, mahdollistaa, tukea, kannustaa tai tukahduttaa yksilön omatoimisuutta.

Yksilöllä itsellään on taas roolinsa siinä, miten hän on luonut itselleen mahdollisuuksia toimia itseohjautuvasti. Tähän vaikuttavat sekä yksilön oma asenne ja motivaatio, mutta myös yksilön aiempi osaaminen ja kokemukset. Pätevyys ja kyvykyys onkin itseohjautuvuusteoriassa esitelty toinen perustarve ja se tulee esille myös aineistosta: itseohjautuvuuden edellytyksenä nähtiin osaamisessa tietty lähtötaso. Yksilö on myös itseohjautuvampi niissä oppiaineissa, jotka hän kokee helpoiksi eli joissa hänellä on jo osaamista ja

asiantuntijuutta. Yksilön osaaminen ja jo olemassa olevat taidot itseohjautuvuuteen liitettyinä eivät kuitenkaan tulleet aineistossa esille niin vahvasti kuin omaehtoisuus.

Yhteisöllisyys tuli esille erityisesti tarkasteltaessa itseohjautuvuutta tiiminäkökulmasta sekä pohdittaessa, millainen ympäristö mahdollistaisi itseohjautuvuuden. Itseohjautuvuuden toteutumisessa ja toteuttamisessa sosiaalinen konteksti, kuten esimerkiksi ryhmätyötilanne tai oppimisympäristö ja vuorovaikutus, ovat myös tärkeässä roolissa. Esimerkiksi opettajan rooli itseohjautuvuuteen kannustamisessa koettiin tärkeäksi: opettaja voi sekä mahdollistaa että lannistaa yksilön motivaatiota tai itseohjautuvaa taipumusta ja toimintaa. Koulutusohjelman toteuttamistavat voivat joko mahdollistaa yksilön itseohjautuvuuden tai olla sen esteenä. Esimerkiksi itsenäinen suoritusmahdollisuus koettiin positiiviseksi asiaksi aineistossa ja läsnäolopakko negatiiviseksi asiaksi. Aineistosta keskeisenä esille nousi kuitenkin ympäristön salliman valinnan vapauden ja vapaaehtoisuuden tärkeys.

Myös Norrenan mukaan (2019, 14, 21) itseohjautuvuuden taitoja opitaan ympäristön ja sosiaalisen kontekstin myötä mallintamalla. Itseohjautuvuuteen liittyy siis myös yksilön vuorovaikutus ympäristönsä ja yhteisön kanssa. (Norrena 2019, 14, 21.) Tärkeitä tiimiäly- ja tiimityöskentelytaitoja ovat itsetuntemus ja vuorovaikutustaidot. Itsetuntemus auttaa yksilöä tunnistamaan omia vahvuuksiaan, kehityskohteitaan ja motivaatiotekijöitään. Itsetuntemus vahvistaa myös yksilön muutoskykyä. Itseohjautuvassa tiimissä työskentelevän yksilön on myös osattava ja uskallettava ottaa oma-aloitteisesti vastuuta ja tehdä päätöksiä. (Hiila ym. 2019, 223.)

Tiiminäkökulmasta itseohjautuvuuteen tuli aineistossa esiin korostetusti näkemys, jonka mukaan itseohjautuvat tiimit tai tiimityöskentely toimivat parhaiten tai vain, jos tiimi muodostetaan jo valmiiksi itseohjautuvista tai itseohjautuvuuteen positiivisesti suhtautuvista yksilöistä. Näkökulmana tuli välillisesti esiin myös, että ryhmä ei voi olla itseohjautuva, ellei sen yksilöt ole itseohjautuvia. Ensin tulisikin opettaa ja opastaa opiskelijaa tarkastelemaan omia itseohjautuvuuden taitojaan, kannustaa itsereflektioon ja opettaa itsensä johtamisen taitoja. Nyt tämä taakka koettiin olevan ryhmätehtävissä niiden yksilöiden harteilla, jotka syystä tai toisesta ovat jo valmiiksi itseohjautuvampia kuin toiset ryhmäläiset. Itseohjautuvuus ei synny eikä rakennu itsestään ja harvoin täysin vahingossa.

Roolit ja vastuu ovat hyvin epätasapainossa tiimissä ja ryhmässä, jossa toisilla on käsitys omasta arjen hallinnastaan, selkeä suunnitelma opintojen etenemisestä ja ymmärrys omasta opiskelu- ja oppimistyylistään, kun taas toiset sitä vastoin eivät toimi itsenäisesti tai eivät hallinnoi omaa arkeaan eli yksilö ei ole koskaan esimerkiksi ollut tilanteessa, jossa olisi tullut pohtineeksi omia motivaatiotekijöitään, oppimistyyliään tai tavoitteitaan.

Näin ollen rooli- ja vastuutaakka on hyvin epätasapainoinen ryhmän jäsenten kesken, mikä opettaa mahdollisesti itseohjautuville henkilöille kärsivällisyyttä, mutta ei-itseohjautuville hyvinkin paljon vain sitä, että itse ei tarvitse ottaa vastuuta, kun paikalla on joku, joka sen automaattisesti ehtii ja haluaa ottaa nopeammin. Itseohjautuvuuteen liitettiin siis myös vastuunkantokyky, kun taas itseohjautuvuuden puutokseen liitettiin paikoin vastuun välttely.

Itsensä johtamiseen liitettyjä tekijöitä, kuten ajanhallinta, itsensä kehittäminen, priorisointikyky, tavoitteet ja itsetuntemus liitettiin aineistossa myös itseohjautuvuuteen. Oppimiseen liitettynä omien opintojen suunnittelu, itsenäinen opiskelu ja omatoiminen tiedonhaku liitettiin myös itseohjautuvuuteen ja samoja teemoja voidaan liittää myös itsensä johtamisen taitoihin opiskelussa. Flow-kokemuksia ei sen sijaan mainittu aineistossa suoraan. Kuitenkin osa haastateltavista kuvaili motivoituvansa tekemisestä, josta tulee hyvä fiilis tai aikaansaamisen tunne. Flow-teoria tulee esille itseohjautuvuuteen liittyvässä kirjallisuudessa ja keskustelussa, mutta aineistossa teoriaa ei mainittu lainkaan. Pohdittavaksi jää, johtuuko tämä siitä, etteivät haastateltavat tunteneet teoriaa vai eivätkö he olleet kokeneet flow-tilaa opiskelun tai työn yhteydessä.

Motivaation rooli itseohjautumisessa ymmärrettiin: motivaatio on taustamoottorina itseohjautuvalle toiminnalle. Mikäli yksilö ei kokenut itseään itseohjautuvaksi, myös hänen motivaatiotekijänsä olivat epäselvät hänelle itselleen. Itseohjautuva henkilö tietää omat tavoitteensa, tunnistaa omat mielenkiinnonkohteensa ja osaa suunnitella omaa kehittymistään ja tekemistään. Mikäli yksilö ei kokenut näin, hän koki tarvitsevansa enemmän tukea ulkopuolelta ja määritteli myös tämän vuoksi, ettei ollut itseohjautuva henkilö. Itseohjautuvuuteen liitettiin kuitenkin myös sisäisen motivaation lisäksi ulkoisia motivaatiotekijöitä. Tässä keskeistä on kuitenkin, että yksilö on hahmottanut, mikä häntä motivoi ja mikä ajaa häntä tekemään ja toimimaan siten kuin hän toimii. Päämäärien ja tavoitteiden selkeys yhdistettiin siis sisäistä motivaatiota enemmän itseohjautuvuuteen aineiston perusteella. Itseohjautuvuuteen vaikuttaa siis yksilön oma motivaatio ja tavoitteet.

Vaikka itseohjautuvuus voidaan nähdä yksilön kokonaisvaltaiseksi sisäiseksi prosessiksi, joka ohjaa yksilön käyttäytymistä, se ei ole kuitenkaan yksilöä kokonaisvaltaisesti määrittävä, pysyvä tai synnynnäinen ominaisuus. Yksilön itseohjautuvuuteen vaikuttaa yksilön ja ympäristön välinen vuorovaikutus eli yksilön itseohjautuvuuden taso voi vaihdella eri tilanteissa. (Koro 1999, 18–19.) Tämä tilannesidonnaisuus tuli esille myös aineistossa. Yksilön itseohjautuvuuden tason koettiin vaihtelevan niin opiskeltavan aiheen, elämäntilanteen kuin osaamisen ja kokemuksenkin perusteella. Savaspuuron (2019, 38) mukaan itsemääräämisoikeus on ihmisen perusmotiivi eli ihminen on luonnostaan itseohjautuva. Aineiston

perusteella itseohjautuvuuden taso, vahvuus, intensiteetti ja laajuus vaihtelevat kuitenkin yksilöittäin ja on tilannekohtaista.

Itseohjautuvuus koettiin pääsääntöisesti positiivisena asiana. Siihen, miten yksilö suhtautui itseohjautuvuuteen, vaikutti osaltaan myös henkilön oma motivaatiotilanne: jos henkilö ei kokenut olevansa itseohjautuva, saattoi hän kokea itseohjautuvuuden ahdistavana ja jos henkilö koki olevansa itseohjautuva, koki hän itseohjautuvuuden mahdollisuutena ja hyvänä asiana, jota kohden tulisi mennä ja jota ympäristön pitäisi mahdollistaa ja tukea. Toisia itseohjautuvuus siis ahdistaa ja toisia se innostaa. Vapaus voi myös ahdistaa, jos se koetaan kaoottiseksi. Itseohjautuvuuden on kuitenkin tarkoitus olla kaikessa vapaudessaankin tukiraami.

Korostuneesti aineistossa nousi esille yleinen epävarmuus siitä, mikä on itseohjautuvuuden määritelmä ja mitä se tarkalleen tarkoittaa. Vaikka suurimman osan mielestä itseohjautuvuutta tulisi opettaa tai painottaa opetuksessa ja opiskelussa, pohtivat haastateltavat myös sitä, pystyykö itseohjautuvuutta opettaa suoraan tai jos pystyy niin miten. Jos itseohjautuvuutta ei suoranaisesti voi opettaa – kuten moni haastateltavista arveli – tulisi sitä ainakin painottaa opetuksessa. Tarkkaa määritelmää itseohjautuvuudesta ei aineiston perusteella tässä tutkimuksessa pyritä kuitenkaan tekemään, vaan yleisenä huomautuksena voidaan todeta, että itseohjautuvuus on laaja ja monipuolinen aihe, jota on käsitelty 1980-luvulta lähtien opetuksen, oppimisen ja työympäristöjen kontekstissa ja positiivinen asia on, että keskustelu itseohjautuvuudesta on runsasta, aktiivista ja noussut yhä ajankohtaisemmaksi.

6.2 Miten itseohjautuvuus näkyy opiskelussa tai miten sen tulisi näkyä?

Aineistossa tuli korostuneesti esille ympäristön vaikutus yksilön opiskelumotivaatioon. Ympäristöön laskettiin esimerkiksi tiimityössä opiskelijatoverit ja opetustilanteissa opettajan opetustyyli ja asenne oppilaisiin. Myös fyysisellä opiskeluympäristöllä koettiin olevan merkitys opiskelumotivaatioon: toimivat opiskeluvälineet, kuten toimivat tietokoneet ja ohjelmat sekä internet-yhteys vaikuttaa arjen tasolla opiskeluuntoon. Ohjeiden puutos sen sijaan nähtiin suurimmaksi osaksi itseohjautuvuutta estävänä tekijänä, mutta myös potentiaalisesti itseohjautuvuutta kasvattavana tekijänä. Ympäristön tulisi myös huomioida opiskelijan yksilöllisyys: opettajan tulisi luoda ympäristö, jossa itseohjautuvuus on mahdollista kannustamalla ja tukemalla opiskelijan yksilöllisiä tarpeita. Koulutusohjelman tulisi myös mahdollistaa yksilön opintojen itsenäinen suunnittelu.

Aineistossa tuli esille, että yksilön itseohjautuvuuden tasoon sekä itseohjautuvuusvalmiu-
teen vaikuttaa yksilön osaamisen taso sekä aiemmat kokemukset yleisesti ja erityisesti
aiempi opiskelukokemus. Tästä syystä opiskelija on tärkeä huomioida yksilönä: opiskelu-
tottumukset ja oppimistyyli vaihtelevat yksilöllisesti. Itseohjautuvuuden mahdollistamista
ja sen painottamista tulisi arvioida yksilö- ja tilannekohtaisesti: kaikilla ei ole samanlaisia
valmiuksia toimia itseohjautuvasti, eikä yksilön itseohjautuvuuden taso ole samanlainen
kaikissa tilanteissa tai oppiaineissa. Tästä syystä tuen määrä ja opetustavat tulisi huomi-
oida yksilöllisesti ja antaa opiskelijalle mahdollisuus opintojensa suunnitteluun. Mikäli yksi-
löllä on intoa edetä ilman tukea itsenäisesti eteenpäin opinnoissaan, tulisi tämä sallia ja
mahdollistaa. Mikäli opiskelija kokee tarvitsevänsä tukea, opastusta ja lisäohjeita opin-
noissaan, tulisi tällaiset asiat huomioida ja olla saatavilla. Opettajien tulisi huomioida opis-
kelijan yksilöllisyys ja huomioida opiskelijan yksilölliset tavoitteet omassa oppimisessaan
suhteessa kurssitavoitteisiin, joiden minimiin jokaisen opiskelijan tulee kuitenkin ylittää.
Opettajien tärkein tehtävä olisikin olla mahdollistaja ja valmentaja eli tarjota työkalut itse-
ohjautuvuuden toteuttamiseen.

Kehitysideoina aineistossa tuli esille opiskeluympäristön rooli itseohjautuvuuteen kannus-
tamisessa ja sen mahdollistamisessa. Sekä fyysinen ympäristö eli opiskeluvälineet että
opiskeluympäristö ilmapiiriltään ovat tärkeitä itseohjautuvuuden rakentajia. Itseohjautu-
vuuden edellytyksiä ovat selkeät ohjeet, yksilöllisyyden huomioiminen ja ympäristön jous-
tavuus siten, että se sallii itsenäisen työskentelyn. Myös opettajan roolin merkitys on suuri.
Opettajien on tulisi sitoutua siihen, että tavoitteena on luoda itseohjautuvuutta tukeva, ra-
kentava ja siihen kannustava ja ohjaava opiskelu- ja oppimisympäristö. Ympäristön tulee
olla selkeä ja johdonmukainen ja opettajien tulisi pitää samaa linjaa, jotta tämä selkeys ja
johdonmukaisuus tulisi esille kaikille opiskelijoille. Itseohjautuvuuden edellytysten luomi-
nen on opiskelijan itsensä sekä opettajien ja ympäristön yhteispelin tulos: molempien on
tehtävä sen eteen toimia, joista tärkein on asennemuutos ja selkeä yhteinen tavoite. Sekä
opiskelijoiden että opettajien tulee mukautua itselleen sopivin tavoin tähän yhteiseen ta-
voitteeseen ja päivittää toimintansa ja uskomuksensa sen mukaisiksi.

Itseohjautuvassa oppimisessä opettajan rooli on olla fasilitaattori ja mahdollistaja, joka
auttaa oppijoita rakentamaan ja vahvistamaan itseohjautuvuuden kykyään ja kompetens-
siaan. Itseohjautuva oppiminen mahdollistuu turvallisessa, avoimessa ja kannustavassa
ympäristössä. (Knowles 1975, 33, 39, 86.) Itseohjautuva oppija tarvitsee opettajaa ohjaa-
maan ja mahdollistamaan itseohjautuvuuttaan. (Norrena 2019, 59, 61.) Opettajan rooli it-
seohjautuvuuteen kannustavassa ympäristössä on valmentajan ja innostajan rooli: opet-
taja voi ohjata yksilöä ottamaan vastuuta tai toimimaan itsenäisesti. Opettajan tulisi luoda
psykologisesti turvallinen opiskelu ympäristö ja tarjota opiskelijalle se apu ja ohjaus, jota

opiskelija tarvitsee päästääkseen oppimisessaan edemmäs kuin mitä hän täysin itsenäisesti pääsisi. (Toivola ym. 2017, 40.) Itseohjautuvuus ei ole menetelmä tai ominaisuus, joka on joko päällä tai pois. Se on määrätietoista harjoittelua ja jatkuvuutta. (Savaspuro 2019, 132.) Yksilön oma aktiivisuus ja tavoitteet ovat kuitenkin lopulta määräävässä asemassa itseohjautuvuusprosessissa. (Norrena 2019, 36.) Tähän harjoitteluun yksilö tarvitsee ympäristön tukea.

Itseohjautuvuuden tulisi olla vapaaehtoista ja ympäristön tulisi kannustaa itseohjautuvuuteen sallimalla omaehtoisuus ja valinnanvapaus sekä itsenäisen opiskelun mahdollisuus. Itseohjautuvuus vaatii yksilöltä itsensä johtamisen taitoja, joiden tukemiseksi ympäristön tulisi luoda tukirakenteita, joiden avulla yksilöt oppisivat tarvittavat taidot voidakseen oppia toimimaan itseohjautuvasti. (Martela & Jarenko 2017b, 319.) Tämä vaade nousi esille myös aineistossa: itseohjautuvuuden nähtiin soveltuvan kaikkeen opiskeluun, mutta vain sillä reunaehdolla, että se on vapaaehtoista ja suhteutettu yksilöllisesti opiskelijan taito- ja lähtötasoon. Kaikille ei sovi yhtä itseohjautuva opiskelu, vaan yksilön tulee itse pystyä valitsemaan itseohjautuvuuden tasonsa ja tarvitsemansa tuen määrän.

Itseohjautuvuus voi siis tarkoittaa itsenäistä opiskelua, mutta se ei ole sama kuin tuetta jättäminen. Itseohjautuvuus ei tarkoita, etteikö yksilö tarvitsi apua tai opastusta: itseohjautuva henkilö pyytää myös apua oma-aloitteisesti, kun taas ei-itseohjautuva odottaa, että joku tarjoaa sitä hänelle. Itseohjautuvuudessa painottuu oma-aloitteisuus, omatoimisuus ja aktiivisuus. (Norrena 2019, 95–96.) Yksilön itseohjautuvuus voi toteutua vain, jos tavoitteet ovat yksilölle ymmärrettävät, selkeät ja saavutettavissa. Itsearviointi ja palaute ovat myös tärkeä osa tätä prosessia. (Toivola ym. 2017, 130–131.) Myös tunteilla on tärkeä rooli oppimisprosessissa ja olisikin tärkeää, että opiskelijan halu itsenäiseen opiskeluun huomioidaan: yksilöt tarvitsevat tukea ja vapautta eri määrissä. (Toivola ym. 2017, 46–47.)

Aineiston pohjalta nousee esiin toisaalta pohdinta siitä, kannustaako ja mahdollistuuko itseohjautuvuus ohjeiden puutteella vai toisaalta niiden runsaudella eli lähteekö yksilö tekemään itsenäisesti ja itseohjautuvasti ikään kuin pakon edestä, kun riittäviä ohjeita ei ole ulkopuolelta saatavilla, vai kannustetaanko itseohjautuvuuden syntymiseen nimenomaan riittäväillä, hyvillä ohjeilla, jolloin yksilön tuen tarve on tyydytetty ja hänelle syntyy tunne, että hän kykenee jatkamaan eteenpäin itsenäisesti ja itseohjautuvasti. Onko itseohjautuvuus nimenomaan sitä, että yksilö kannustetaan saavuttamaan jotakin itse, jatkamaan oppimista tasolle, jonne yksilö ei kuitenkaan lähtökohtaisesti olisi täysin itsenäisesti kyennyt ulottumaan, mutta ohjauksella ja opastuksella löytää kuitenkin itse perille?

Decin ja Ryanin (2000, 263) mukaan sosiaalinen ympäristö, joka tukee autonomian, kompetenssin ja yhteenliittymisen tarpeiden toteutumista, kannustaa ja vahvistaa yksilön sisäistä motivaatiota, mahdollistaa yksilön autonomisen ja itsenäisen toiminnan ja vahvistaa yksilön pyrkimyksiä kohti tavoitteita. Sisäinen motivaatio edesauttaa hyvää suoritustasoa ja yksilön hyvinvointia. Kun yksilö ei saa tukea ympäristöltä näihin psykologisiin perustarpeisiinsa, vähentää se yksilön sisäistä motivaatiota, ja tämä taas heikentää suoritusta ja hyvinvointia. (Deci & Ryan 2000, 263.) Haasteena tässä on ammattikorkeakouluilla tasapainoilla koulutusohjelmiin sisältyvien oppimisvaatimusten ja yksilöiden vaihtelevien ja yksilöllisten intressien välillä: kaikki eivät motivoitu kaikesta samalla tavalla, mutta määritellyt oppimistavoitteet on kunkin kuitenkin saavutettava.

Kukkonen ja Marttila (2017) tarkastelevat oppimisympäristöä psykososiaalisesta, aineellisesta ja pedagogisesta näkökulmasta. Psykososiaalinen ympäristö jakautuu Kukkonen ja Marttilan tutkimuksessa kasvun ja osaamisen kehittymiseen, arvostetuksi tulemiseen ja vaikutusmahdollisuuksiin sekä osallisuuteen, ilmapiiriin ja yhteistoimintaan. Aineellinen ympäristö kattaa opiskelun fyysiset puitteet eli opiskelutilat ja -välineet. Pedagoginen näkökulma viittaa opettajan opetukselliseen ja ohjaavaan toimintaan eli opetustaitoihin ja -tyyleihin. (Kukkonen & Marttila 2017, 35–36, 47, 56.) Nämä kolme ulottuvuutta tulivat esille myös aineistosta. Itseohjautuvuutta tukevassa ympäristössä tulee ilmapiiriin olla kannustava ja itseohjautuvuutta mahdollistava, opiskeluvälineiden tulee olla toimivat ja opetuksen ja opettajan tulee mahdollistaa ja sallia kunkin opiskelijan yksilölliset tavat oppia.

Myös kritiikkiä itseohjautuvuutta kohtaan nousi esille aineistossa. Itseohjautuvuudessa tulee huomioida yksilöllisyys: yksilön voimavarat ja taipumus itseohjautuvuuteen tulee huomioida, jottei itseohjautuvuus käänny itseään vastaan. Itseohjautuvuuden yksi keskeisin puoli on vapaus: kun ympäristö sallii, mahdollistaa ja tukee yksilön vapautta toimia autonomisesti, on yksilöllä vastuu tehdä päätöksiä ja toimia omaehtoisesti ja itsenäisesti. Kaikille itseohjautuvuus ei kuitenkaan sovi. Yksilön itseohjautuvuuden taso vaihtelee ja sekä ympäristön että yksilön itse tulisi huomioida tämä. Itseohjautuvuuden negatiivisina puolina ovat kaaos, yksilön uupuminen sekä niin sanottu vapaamatkustajuus eli vastuun välttely.

Epäonnistunut itseohjautuvuuden toimintamalli voi aiheuttaa epäselvyyksiä, huonontunutta ilmapiiriä, tehottomuutta, epävarmuutta, kiirettä ja stressiä. (Savaspuro 8.1.2019.) Itseohjautuvuus saattaa aiheuttaa työuupumusta niille, joille itsensä johtaminen ei ole ominaista. Kyky johtaa itseään ei ole kaikilla sisäänrakennettu ominaisuus. Itseohjautuvuus vaatii ohjausta ja psykologisesti turvallista ympäristöä. Muutos itseohjautuvuuteen on iso ja vaatii opettelua. (Savaspuro 22.1.2018.) Toiset tarvitsevat enemmän ympäristön tukea

itsensä johtamiseen kuin toiset, eikä itseohjautuva malli sovellu automaattisesti kaikille. (Martela & Jarenko 2017b, 319.) On myös virhepäätelmä, että itseohjautuvuus tarkoittaisi ohjauksen puutetta tai häviämistä. Myös aineistossa tulee esille se, että itseohjautuvuuden edellytyksenä on riittävä ohjaus ja ohjeistus.

Aineistossa itseohjautuvuuden koettiin olevan nykyajan trendi ja ”koko ajan enemmän ja enemmän ihmiset on itseohjautuvii”. (4-D) Digitalisaatio, informaation saatavuus lukuisista eri kanavista jatkuvasti ja pysähtymättä luo ympäristön, jossa yksilön tulee osata navigoida tämän tietotulvan keskellä – sillä vaikka ympäristön infon ja datan volyyymi on kasvanut, ihmisyksilön aivokapasiteetti ja voimavararesurssit eivät ole vielä ylittäneet tasolle, joka pystyisi omaksumaan tässä kiihtyvässä tahdissa lisääntyvän tiedon ja informaation määrää. Itseohjautuvuus on selviytymiskeino nykyajan työ- ja kulttuuriympäristöissä. Itseohjautuvuuden käsite liitetään syystä hyvinvointiin ja motivaation: työelämän murroksessa, toimintaympäristön vaatimusten muuttuessa ja digitalisaation ja robotisaation keskellä ihmisyksilö säilyy kuitenkin inhimillisenä toimijana.

7 Pohdinta ja itsearviointi

Tämän tutkimuksen tarkoitus oli kartoittaa, kuinka Haaga-Helia ammattikorkeakoulun johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelman (OPS2016) opiskelijat käsittävät itseohjautuvuuden ja mitä se voisi opiskelijan näkökulmasta olla opiskelussa. Päämääränä oli siis kuvata opiskelijoiden käsityksiä itseohjautuvuudesta opiskelun, motivaation ja tiimityön näkökulmista sekä esitellä aineistossa esiin tulleita kehitysideoita siitä, mitä itseohjautuvuus voisi olla opiskelussa. Tutkimuskysymyksinä olivat: ”Mitä itseohjautuvuus on ja mitä se on opiskelussa opiskelijoiden näkökulmasta?” ja ”Miten itseohjautuvuus näkyy opiskelussa tai miten sen tulisi näkyä ammattikorkeakouluopetuksessa?”.

Itseohjautuvuudesta tuli korostuneesti haastateltaville mieleen oma-aloitteisuus, itsenäisyys ja kyky toimia ilman tukea tai ohjeistusta. Siihen liitettiin aktiivisuus ja tehokkuus sekä paikoin myös osaaminen. Itseohjautuvan henkilön ominaisuuksiin liitettiin myös itsensä johtamisen taitoja, kuten ajanhallintakyky, priorisointikyky ja tiedonhakutaidot. Myös ratkaisukyky, tavoitteellisuus ja päämäärätietoisuus, rohkeus mennä omalle epämukavuusalueelle ja halu oppia uutta liitettiin itseohjautuvuuteen. Motivoituneisuus liitettiin itseohjautuvuuteen: mikäli yksilö ei ollut motivoitunut, ei hän kokenut myöskään olevansa itseohjautuva. Omien opintojen suunnittelu ja tavoitteiden selkeys koettiin osaksi perusteluja siitä, miten itseohjautuvuus näyttäytyy yksilön kohdalla. Tiimityössä itseohjautuvuuden puutoksen koettiin näkyvän tehottomuutena ja vastuun ja työmäärän jakautumisen epätasaisuutena: itseohjautuva tiimi sen sijaan toimii tehokkaasti, omatoimisesti ja sujuvasti. Haastateltavien motivaatiotekijät vaihtelivat ulkoisista motivaatiotekijöistä sisäisiin, mutta keskeistä itseohjautuvuuden kannalta on, että haastateltavat osasivat määritellä omat päämääränsä ja motivaatiotekijänsä.

Aineiston tulokset resonoivat siis aiemman tutkimuksen ja itseohjautuvuusteorian sisällön kanssa positiivisesti: itseohjautuvuus on omaehtoisuutta, itsenäisyyttä ja autonomisuutta ja siihen liittyy tai sen edellytyksenä voidaan nähdä yksilön osaaminen ja kyvykkyys. Itseohjautuvuudessa on myös sosiaalinen puoli ja siihen vaikuttaa ympäristö vahvasti. Ympäristö voi joko mahdollistaa ja tukea tai tukahduttaa ja estää yksilön itseohjautuvuuden syntymistä, sen kehittymistä tai jatkuvuutta. Myös motivaatiotekijät yhdistettiin itseohjautuvuuteen: kun yksilö tietää mikä häntä motivoi, on hänen itseohjautuvuuden tasonsa myös todennäköisesti korkeampi kuin yksilöillä, jotka eivät tiedä omia motivaatiotekijöitään. Tämän tutkimuksen aineiston tulokset siis mukailivat Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteorian sisältöä siitä, mitä itseohjautuvuuteen sisältyy ja myös osittain sen motivaatioteorian sisältöä. Flow-kokemukset tai Maslow'n tarvehierarkia sen sijaan eivät tulleet juurikaan esille

aineistossa, vaikkakin ne olivat esillä keskeisesti aiheen kirjallisuudessa ja itseohjautuvuuskeskustelussa.

Haastateltavista suurimman osan mielestä itseohjautuvuutta tulisi painottaa opetuksessa ja opiskelussa enemmän. Keskeiseksi nousi kuitenkin pohdinta, voiko itseohjautuvuutta suoranaisesti opettaa ja jos voi, niin miten. Joustava ja kannustava opiskeluympäristö koettiin itseohjautuvuutta tukevaksi tekijäksi. Ympäristön tulisi myös huomioida opiskelijan yksilöllisyys ja mahdollistaa itsenäinen opiskelu ja yksilöllinen opintojen suunnittelu. Opettajalla koettiin olevan myös tärkeä merkitys itseohjautuvuuden toteutumisessa: opettaja voi sekä tukea ja kannustaa että lannistaa ja tukahduttaa yksilön motivaatiota ja itseohjautuvaa toimintaa tai taipumusta. Itseohjautuvuuden koettiin soveltuvan kaikkeen opiskeluun pääsääntöisesti, vaikkakin itseohjautuvuuden määrän opetuksessa tulee suhteuttaa opettajaan aineeseen sekä opiskelijan itseohjautuvuuden tasoon. Itseohjautuvuuden koettiin siis soveltuvan kaikkeen, mutta se ei ole yksinään riittävä.

Tämän työn tarkoitus oli valottaa itseohjautuvuuden teemaa opiskelijoiden näkökulmasta siten, että tutkimuksen tulokset nähtäisiin mahdollisesti koulutusohjelman tai yleisesti ammattikorkeakouluopetuksen näkökulmasta hyödyllisinä. Työn tavoitteena oli kartoittaa, miten opiskelijat käsittävät itseohjautuvuuden, mitä se tarkoittaa opiskelun näkökulmasta ja miten itseohjautuvuuden tulisi näkyä tai miten sitä voitaisiin paremmin hyödyntää koulutusohjelmassa tai ammattikorkeakouluopetuksessa. Ammattikorkeakoulututkinnon pääsääntöinen tarkoitus on valmistaa opiskelijat työelämään antamalla heille työelämän vaatimuksia vastaavat valmiudet. Itseohjautuvuus on tässä kontekstissa aihe, jota ei voida ohittaa ja täysin sivuuttaa, mikäli työelämän vaateisiin halutaan vastata. Itseohjautuvuutta tulisikin tuoda esille enemmän, siitä tulisi keskustella ja sen toteutuminen tulisi mahdollistaa opiskeluympäristössä, jotta yksilö voi ohjautua tuen avulla itseohjautuvaan toimintaan.

Erityisen arvokasta tietoa aineiston perusteella on se, etteivät useimmat haastateltavat osanneet määritellä itseohjautuvuutta tarkasti ja epävarmuus ja epätietoisuus itseohjautuvuuden tarkasta määritelmästä nousi keskeisesti esille haastatteluista. Mielenkiintoisena jatkotutkimusaiheena olisi, toistuisiko sama epävarmuus myös haastateltaessa opiskelijoita laajemmin. Oli myös erinomaisen hyvä, että esille nousi myös pohdintaa siitä, voiko itseohjautuvuutta opettaa ja miten sitä tulisi painottaa. Huolimatta epävarmuudesta itseohjautuvuuden määrittelyn yhteydessä tai pohdinnasta, voiko itseohjautuvuutta edes suoraan opettaa, tuli aineistosta kuitenkin keskeisesti esille yhtenevä näkemys siitä, että itseohjautuvuus on tärkeä ja keskeinen asia niin opiskelussa yksilön taitoina kuin ajankohtaisena työelämän vaatimuksena. Olisi siis tärkeää, että opiskeluympäristö kannustaisi ja mahdollistaisi yksilön itseohjautuvuuden kehittymisen.

Yksilön työmarkkina-arvon jatkuva kasvattaminen ja ylläpitäminen on muuttuvan toimintaympäristön vaade. Tämä vaade tulisi huomioida ammattikorkeakouluopetusta suunniteltaessa ja toteuttaessa. Ammattikorkeakouluopetuksen tulisi antaa ja rakentaa valmiudet yksilölle jatkaa valmistumisen jälkeen oman ammatti-identiteetin rakentamista ja mahdollisuuksia vahvistaa omia kyvykkyyksiään ja luoda edellytykset uuden oppimiselle. Tässä itseohjautuvan mielentilan ja ajatusmallien rakentaminen on keskeisessä roolissa huomioiden muuttuvan työelämän ja toimintaympäristön trendit ja muutospaineet.

Itseohjautuvuuden teema on ollut trendinä opetuksessa jo 1980- ja 1990-luvuilla ja jälleen 2010-luvun lopussa digitalisaation saatellessa 2020-luvulle se on noussut ajankohtaiseksi aiheeksi niin työyhteisöjen organisoitumisen ja johtamisen kuin opetuksen ja oppimisen yhteydessä. Työelämä on isossa murroksessa, mikä asettaa uusi vaatimuksia niin yksilölle kuin yhteisöillekin. Opetuksessa tulisikin huomioida työelämän uudet vaatimukset: ammattikorkeakoulujen tulisi valmistaa yksilöitä työelämän jatkuvaan kehittymispaineeseen ja jatkuvan muuntautumisen- ja oppimiskyvyn ylläpitämiseen toimintaympäristön muuttuessa. Itseohjautuvuuden ytimessä on yksilön omat valinnat, asenne ja valmiudet. Itseohjautuvuus on yksilön työkalu ja tämän työkalun käyttöön opiskeluympäristö voi yksilöä valmentaa.

7.1 Itsearviointi

Näkökulmana itseohjautuvuuteen tässä tutkimuksessa on ollut yksilönäkökulma ja opiskelun konteksti. Haastateltavat sivusivat vastauksissaan kuitenkin myös työelämää siltä osin, kuin he pystyivät siitä kertomaan omien kokemustensa perusteella. Haaga-Helia ammattikorkeakoulu valmistaa opiskelijoitaan työelämään ja linkki työelämään muodostuu kaikilla opiskelijoilla jo opintojen aikana viimeistään koulutusohjelmaan sisältyvän harjoittelujakson myötä. Osalla haastateltavista oli siis luonnollisesti kokemuksia itseohjautuvuudesta niin opiskelun kuin työkokemuksenkin kautta, ja he vastasivat haastattelukysymyksiin kokonaisvaltaisesti omien kokemustensa perusteella. Vaikka tämän työn näkökulma olikin itseohjautuvuus opiskelussa, ei itseohjautuvuuden tarkastelua voida täysin erottaa työelämän kontekstista menettämättä vastausten autenttisuutta.

Tutkimuksen tausta- ja tietoperustaluvut rakentuivat aiheen kirjallisuudessa ja keskustelussa esiin nousseista teemoista ja teorioista. Erilaiset motivaatioteoriat tulivat esille tässä tutkimuksessa esitettyä runsaammin ja monipuolisemmin, mutta Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteoria ja sen yhteydessä käsitellyt sisäisen motivaation ja tarpeiden teemat toistuivat kuitenkin itseohjautuvuuskirjallisuudessa ja -keskustelussa ja nousivat keskeiseksi

ja käytetyimmäksi teoriaksi aiheen yhteydessä. Myös flow-teoria tuli esille usein erityisesti hyvinvoinnin teemaa sivutessa. Tässä tutkimuksessa käytettyjen teorioiden valinta oli siis selkeää: itseohjautuvuusteoria, sisäinen motivaatio ja niiden yhteydessä flow-teoria ja kontrastina Maslow'n tarvehierarkian sivuaminen. Aiheesta kirjoitettujen blogikirjoitusten ja artikkeleiden määrä oli valtava ja edelleen kasvava, mikä kertoo aiheen ajankohtaisuudesta niin yksilö- kuin organisaationäkökulmasta. Aiempien vuosikymmenten itseohjautuvuustutkimus tuki uudempia artikkeleita ja kirjallisuutta hyvin, eikä ristiriitaisuuksia juurikaan esiintynyt.

Tämän työn aineistonkeruumenetelmäksi oli valittu puolistrukturoidut teemahaastattelut ja niiden analyysimenetelmäksi sisällönanalyysi. Teemahaastattelut toimivat tutkimusasetelmaan suhteutettuna hyvin. Jokaisen haastattelun aluksi haastateltaville kerrottiin tutkimuksen tarkoitus ja aihe sekä kerrottiin, mihin heidän antamiaan vastauksiaan käytetään. Haastateltavat osallistuivat haastatteluun vapaaehtoisesti ja heidän anonymiteettinsä on pyritty suojaamaan täysin niin, ettei analyysiluvussa käytetyistä suorista lainoista paljastu yksilön henkilöllisyys, vaikkakin haastateltavat saattavat toki muistaa tai tunnistaa omat vastauksensa. Haastateltavia ei pyritty tietoisesti johtamaan harhaan tai johdattelemaan. Jokaisen haastattelun alussa kysyttiin lupa vastausten käyttöön nimenomaisessa opinnäytetyössä. Annetut luvat on nauhoitettu haastattelunauhoille.

Haastatteluissa haastattelijana pyrin olemaan mahdollisimman neutraali ja reagoimaan, keskeyttämään tai kysymään mahdollisimman vähän haastattelukysymysten lisäksi, jotta aineistoa tulkittaisi ohjatuksi ja manipuloiduksi. Haastattelutekniikan osalta nämä haastattelut olivat ensimmäisiä, joita olin tehnyt sitten lukioajan noin 11 vuotta sitten. Tämän vuoksi pohdinkin, kummin tulee autenttisempaa ajatuksenvirtaa haastateltavilta: silloin, kun haastattelija ei reagoi kerrontaan mitenkään, vaan toimii vain kirjurina ja koettaa mahdollisimman vähän aiheuttaa ärsykejä haastateltavalle? Vai silloin, kun haastateltava koittaa tehdä tilanteesta mahdollisimman luonnollisen, rentoutuneen ja epävirallisen, jotta haastateltavan on mukava kertoa ajatuksiaan ja hän vapautuu, eikä ole jännittynyt? Subjektiviisuuden ja objektiivisuuden tasapainoilu siis pohditutti.

Haastatteluvastausten yhteydessä pohdin myös diskurssianalyysia sekä tieto- ja totuus-teorioita, jotka tulivat menetelmäkirjallisuudessa esille: mikä on autenttista ajatusta? Onko sellaista edes olemassa vai olemmeko me ja ajatuksemme aina vain nähtävissä ja tulkittavissa suhteessa ympäristöön? Sisällönanalyysissa lähtökohtana on, että kun haastateltava sanoo ajatuksensa ääneen, on haastateltavan voitava luottaa siihen, ettei haastateltava valehtele, vaan hän sanoo mahdollisimmin totuudenmukaisesti ajatuksiaan eli sen

hetkisiä näkemyksiään teemasta. Kuitenkin esimerkiksi ryhmähaastatteluissa ongelmalliseksi saattaisi muodostua sen tarkastelu, mikä on autenttisesti yksilön mielipidettä ja näkemyksiä aiheeseen, ja missä määrin yksilö pyrkii mukailemaan muiden mielipiteitä ryhmähaastattelutilanteessa. Muun muassa tästä syystä tämän opinnäytetyön aineistona käytettiin vain yksilöhaastatteluja ja analysointimenetelmänä käytettiin sisällönanalyysiä ja tukeuduttiin siihen olettamukseen, että haastateltava puhuu totuudenmukaisesti ja autenttisesti omia mielipiteitään ja ajatuksiaan.

Haastatteluvastauksien avulla löydettiin vastauksia tutkimuskysymyksiin, mutta vastaukset avasivat myös uusia jatkotutkimuskysymyksiä. Aineiston koko koettiin riittävän kokoiseksi tutkimuksen raamit huomioiden. Mielenkiintoisina jatkotutkimusaiheina esimerkiksi tähän tutkimukseen olisi haastatella juuri aloittaneita johdon assistenttityön ja kielten opiskelijoita verrattuna lähes valmistuneisiin tai vastavalmistuviin saman koulutusohjelman opiskelijoihin. Tällaisella tarkastelulla saatettaisiin saada enemmän tuloksia siitä, millainen rooli itseohjautuvuudella on koulutusohjelmassa.

Kvantitatiivisella tutkimusmenetelmällä ja lomakekyselyllä saataisiin mahdollisesti valotettua vielä kattavammin – mutta pinnallisemmin – kuinka isolle osalle Haaga-Helian opiskelijoista itseohjautuvuus on käsitteenä tuttu ja onko tässä mahdollisesti eroavaisuuksia koulutusohjelmien välillä. Tällainen jatkotutkimus voitaisiin toteuttaa palautekyselyllä, jossa tiedusteltaisiin samoja kysymyksiä kuin tässäkin tutkimuksessa eli miten opiskelijat käsittävät ja määrittelevät itseohjautuvuuden ja miten sen tulisi näkyä ammattikorkeakouluopetuksessa.

Jatkotutkimuksissa aineistoa voitaisiin syventää toisella haastattelukierroksella tai ryhmähaastattelulla sekä haastatteleamalla samasta aiheesta koulutusohjelman opettajia. Mielenkiintoista informaatiota tämän tutkimuksen tueksi tai sen kontrastiksi antaisi myös Haaga-Helia ammattikorkeakoulun muiden koulutusohjelmien opiskelijoiden haastattelut. Mikäli resursseja tutkimuksen toteutukseen olisi, voisi aihetta tarkastella myös haastatellen tai keräten tutkimusaineistoa maanlaajuisesti kaikilta ammattikorkeakouluilta. Tällainen tarkastelu toisi myös mielenkiintoista kontrastia ja näyttöä siitä, kuinka yleistettäviä tämän tutkimuksen tulokset ovat.

Objektiivisuuteen pyrittiin tarkastelemalla haastatteluvastauksia sellaisenaan, irrallisina huolimatta siitä, että osa haastateltavista oli haastateltavan opiskelijakollegoita. Kaikkia haastatteluja pyrittiin tarkastelemaan yksittäisinä ja ikään kuin samoista lähtöoletuksista. Haastatteluaineisto pyrittiin käsittelemään siten, että kuka tahansa muukin tutkija olisi

sieltä löytänyt samoja tuloksia eli haastateltavan ja haastattelijan tuttavuuden vaikutus aineistoon ja siitä tehtyihin tulkintoihin pyrittiin minimoimaan. Kriittistä otetta pyrittiin harjoittamaan erityisesti lähdekirjallisuutta lukiessa. Oli tärkeää arvioida, oliko kirjoittaja alansa akateeminen ammattilainen vai kirjoittiko hän aiheesta ilman tunnustettuja meriittejä tai koulutusta.

Kirjallisuutta lukiessa pyrittiin muodostamaan aiheesta kokonaiskuva siten, ettei yksittäisen kirjoittajan painoarvo kasvanut suuremmaksi kuin mitä se kokonaisuuteen suhteutettuna oli. Erityisesti blogitekstejä lukiessa oli hyvä pitää mielessä kirjoittajan subjektiivisuuden huomioiminen: mitkä näkemykset esitettiin mielipidelähtöisesti ja mitkä olivat yleisesti aiheen keskustelussa esille tulleita teorioita ja käsityksiä. Läpinäkyvyyteen ja luotettavuuteen empiriaosuudessa pyrittiin siten, että haastateltavien siteeraukset muodostavat rungon, jota pitkin analyysiä esitellään. Aineiston esittelyssä on siis pyritty siihen, että lukija voisi itse tehdä samat päätelmät kuin mitä työssä on esitetty tai ainakin nähdä, mistä haastattelulainoista kyseiset tulokset on johdettu. Vaikka tämän työn raameissa voidaankin arvioida työn validiteettia, läpinäkyvyyttä ja luotettavuutta, ei kuitenkaan yleistettävyyden arvioinnin näkökulmasta voida tehdä luotettavia johtopäätöksiä ilman laajempaa jatkotutkimusta.

Tämä opinnäytetyöprosessi ja sen aihe toimivat hyvänä esimerkkinä käytännön ja teorian yhteensovittamisesta. Itseohjautuvuuskirjallisuutta tarkastellessa oppi itsestään yksilönä ja opiskelijana ja pääsi tarkastelemaan aihetta niin opiskelijan kuin työntekijän identiteetin kautta. Itseohjautuvuus on teemana hyvin ajankohtainen ja trendaava, mikä teki tästä opinnäytetyöprosessista erityisen mielenkiintoisen ja motivoivan. Mitä enemmän aiheesta luki, ja mitä enemmän pääsi pureutumaan aiheen teoriaan, sitä enemmän motivaatio kasvoi myös käytännön opinnäytetyöprosessin edistämiseen. Kuten itseohjautuvuus, myöskään opinnäytetyöprosessi ei useinkaan etene tai ole mahdollista ilman ulkopuolelta saatua tukea ja ohjausta. Tämä työ olikin hyvä esimerkki ja harjoitus itseohjautuvuudesta niin teorian kuin käytännönkin näkökulmasta.

Lähteet

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Vastapaino. Tampere.

Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/923. Luettavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20140932>. Luettu: 6.11.2019.

Broman, E. 2019. Itseohjautuva, esimiehetön organisaatiomalli ja sen tuoma lisäarvo yrityksille. Haaga-Helia ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201904306757>. Luettu: 25.10.2019.

Buurtzorg 2019a. About us. Luettavissa: <https://www.buurtzorg.com/about-us/> Luettu: 8.8.2019.

Buurtzorg 2019b. Our History. Luettavissa: <https://www.buurtzorg.com/about-us/history/> Luettu: 8.8.2019.

Buurtzorg 2019c. The Buurtzorg Model. Luettavissa: <https://www.buurtzorg.com/about-us/buurtzorgmodel/> Luettu: 8.8.2019.

Csikszentmihalyi, M. 2005. Flow: elämän virta. Tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu. Rasalas. Helsinki.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. 2000. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227–268. Luettavissa: <https://users.ugent.be/~wbeyers/scripties2012/artikels/The-what-and-why-of-goal-pursuits.pdf>. Luettu: 3.11.2019.

Dolenc, N. 2017. Distributing leadership and management in self-managed organizations. Johtamisen ja hallinnon jakaminen itseohjautuvissa organisaatioissa. Aalto-yliopisto. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:aalto-201712188098>. Luettu: 5.8.2019.

Dweck, C. 2012. Mindset: Changing the way you think to fulfil your potential. Robinson. Lontoo.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino. Tampere.

Filosofian Akatemia 2019. Filosofian Akatemia mukana organisaatioiden itseohjautuvuutta tutkivassa hankkeessa, joka käynnistyy Business Finlandin rahoituksella. Luettavissa: <https://filosofianakatemia.fi/tiedostot/tiedote-filosofian-akatemia-mod-27-02-2019.pdf>. Luettu: 13.10.2019.

Futurice 2019a. Digital engineering and innovation. Luettavissa: <https://www.futurice.com/about>. Luettu: 13.10.2019.

Futurice 2019b. Contact us. Luettavissa: <https://www.futurice.com/contact>. Luettu: 13.10.2019.

Hakanen, J. 2011. Työn imu. Työterveyslaitos. Tampere.

Hiila, I., Tukiainen, M. & Hakola, M. 2019. Tiimiäly: opas muuttuvaan työelämään. Tuuma.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Tammi. Helsinki.

Hurskainen, T. 2019. Itseohjautuvuuden pilotointi asiakaspalveluorganisaatiossa. Karelia ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2019061817179>. Luettu: 25.10.2019.

Hämäläinen, H. 20.5.2019. Tavoitteena itseohjautuva organisaatio? Näillä vinkeillä pääset pitkälle! ContriByte 2019. Luettavissa: <https://contriByte.fi/2019/05/20/tavoitteena-itseohjautuva-organisaatio-nailla-vinkeilla-paaset-pitkalle/> Luettu: 5.8.2019.

Jalonen, K. 2017. Jaetun johtajuuden haasteet itseohjautuvassa organisaatiossa. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2017052810675>. Luettu: 14.8.2019.

Järvilehto, L. 2014a. Hauskan oppimisen vallankumous. PS-kustannus. Jyväskylä.

Järvilehto, L. 6.8.2012. Asenne ratkaisee. Ajattelun ammattilainen -blogi. Luettavissa: <https://ajattelunammattilainen.fi/tag/mindset/> Luettu: 2.11.2019.

Järvilehto, L. 2014b. Kohti kutsumustyötä ja joukkokokoistavaa yhteiskuntaa. Teoksessa Positiivisen psykologian voima, s. 366–381. Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) PS-kustannus. Jyväskylä.

Kajaala, E. 2009. "Hei, mä haluan oppia ihan oikeesti": kohti omaehtoista oppimista. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <https://www.theseus.fi/handle/10024/20091>. Luettu: 25.10.2019.

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylä.

Karjalainen, S. 2015. Esiintyvä tekijä: Havaintoja itseohjautuvasta näyttelijäntyöstä. Metropolian ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2015112417485>. Luettu: 25.10.2019.

Kariola, M. 15.5.2018. Jos tulevaisuudessa jokainen johtaa itse itseään, mihin johtajia enää tarvitaan? ManpowerGroup -blogi. Luettavissa: <https://blogi.manpower.fi/jos-jokainen-johta-itse-itseaan-mihin-johtajia-ena-tarvitaan>. Luettu: 7.8.2019.

Karlsson, K. 2017. Työn läikkyminen - etätöntyöntekijöiden itseohjautuvuus Elisa Oyj:n organisaatiokulttuurissa. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201705046425>. Luettu: 25.10.2019.

Kauppalehti 2018. Itseohjautuva organisaatio – toiminnallinen taivas ilman esimiehiä? Luettavissa: <https://blog.kauppalehti.fi/viivan-alla/itseohjautuva-organisaatio-toiminnallinen-taivas-ilman-esimiehia>. Luettu: 5.8.2019.

Kiiski Kataja, E. 2016. Megatrendit 2016: tulevaisuus tapahtuu nyt. Sitra. Luettavissa: https://media.sitra.fi/2017/02/23211717/Megatrendit_2016.pdf. Luettu: 12.10.2019.

Kiskonen, L. 2018. Itseohjautuvuus työhyvinvoinnin tukena: varhaiskasvattajien näkemyksiä itseohjautuvuudesta osana työtään. Metropolia ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2018101616036>. Luettu: 25.10.2019.

Knowles, M. 1975. Self-directed learning. Guide for Learners and Teachers. Association Press. Chicago.

Koivistoinen, S. 2017. Itseohjautuvuus sosiaali- ja terveysalalla: Laadun ja työhyvinvoinnin rakentaja kotiin tuotavissa palveluissa. Hämeen ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2017102516291>. Luettu: 25.10.2019.

Kontula, T. 2003. Itseohjautuvuusvalmius ja oppimistyyli ammattikorkeakouluopiskelijoilla. Helsingin yliopisto. Luettavissa: <https://helka.finna.fi/Record/helka.1717166>. Luettu: 25.10.2019.

Kopteff, M. 23.5.2016. Dear client, our autonomy is your competitive advantage. Reaktor 2019. Luettavissa: <https://www.reaktor.com/blog/dear-client-our-autonomy-competitive-advantage/> Luettu: 14.8.2019.

Koro, J. 1993. Aikuinen oman oppimisensa ohjaajana. Itseohjautuvuus, sen kehittyminen ja yhteys oppimistuloksiin kasvatustieteen avoimen korkeakouluopetuksen monimuotokokeilussa. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä.

Koro, J. 1999. Itseohjautuvuuden ja itseohjatun oppimisen vuosikymmen. Teoksessa Grönstrand, R. (toim.). Kasvava aikuinen, s. 8–23. Yle-opetuspalvelut. Helsinki.

Koskinen, S. 2008. Itseohjautuvuuteen ohjaaminen nuorten aikuisten tanssitekniikan opetuksessa. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jamk-1210829812-3>. Luettu: 25.10.2019.

Kukkonen, H. & Marttila, L. 2017. Kuviteltua todellisuutta: ammattikorkeakoulu oppimisen ja opiskelun ympäristönä. Tampereen ammattikorkeakoulu. Tampere.

Kämppe, J. 2016. Itseohjautuvan tiimityön edistäminen henkilöstön ja johtamisen näkökulmasta. Lahden ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/urn:nbn:fi:amk-201602142223>. Luettu: 14.8.2019.

Lantto, R. 2019. Johtamiskulttuurin muutos: esimiesohjauksesta kohti itseohjautuvaa tiimiä. Lapin ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201905149635>. Luettu: 25.10.2019.

Lassila, M. 2017. Toimiva tiimiorganisaatio taloushallinnon palvelukeskuksessa. Lahden ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201703243667>. Luettu: 25.10.2019.

Launonen, R. 8.5.2018. Kohti itseohjautuvuutta – mitä voimme oppia Buurtzorgilta ja Hollannilta? Filosofian Akatemian blogi. Luettavissa: <https://filosofianakatemia.fi/blogi/kohti-itseohjautuvuutta--mita-voimme-oppia-buurtzorgilta-ja-hollannilta>. Luettu: 15.8.2019.

- Leinonen, E. 2003. Aikuiskouluttajien käsityksiä itseohjautuvuus -käsitteestä. Helsingin yliopisto. Luettavissa: <https://helka.finna.fi/Record/helka.1822106>. Luettu: 25.10.2019.
- Liukkonen, J., Jaakkola, T. & Kataja, J. 2006. Taitolajina työ: Johtaminen ja sisäinen motivaatio. Edita. Helsinki.
- Luukka, M-R. 2002. Mikä tekee tekstistä tieteellisen. Teoksessa Kinnunen, M. & Löytty, O. (toim.) Tieteellinen kirjoittaminen, s. 13–28. Vastapaino. Tampere.
- Martela, F. 2013. Tahdonvoiman käyttöohje. Tammi. Helsinki.
- Martela, F. & Jarenko, K. 2014. Sisäinen motivaatio. Tulevaisuuden työssä tuottavuus ja innostus kohtaavat. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 3/2014. Helsinki. Luettavissa: https://www.eduskunta.fi/FI/tietoeduskunnasta/julkaisut/Documents/tuvj_3+2014.pdf. Luettu: 12.10.2019.
- Martela, F. 4.4.2014. Itseohjautuvuusteoria – Eli onnellisen elämän kolme keskeisintä tekijää. Luettavissa: <https://frankmartela.fi/2014/04/04/itseohjautuvuusteoria-eli-kolme-vas-tausta-siihen-mika-tekee-ihmisen-onnelliseksi/> Luettu: 12.8.2019.
- Martela, F. 2015. Valonöörit: sisäisen motivaation käsikirja. Gummerus. Helsinki.
- Martela, F. & Jarenko, K. 2015. Draivi. Voiko sisäistä motivaatiota johtaa? Talentum. Helsinki.
- Martela, F. Jarenko, K. 2017a. Itseohjautuvuus tulee, oletko valmis? Teoksessa Martela, F. & Jarenko, K. (toim.) Itseohjautuvuus: miten organisoitua tulevaisuudessa? s. 9–32. Alma Talent. Helsinki.
- Martela, F. Jarenko, K. 2017b. Kohti itseohjautuvampaa tulevaisuutta. Teoksessa Martela, F. & Jarenko, K. (toim.) Itseohjautuvuus: miten organisoitua tulevaisuudessa? s. 311–327. Alma Talent. Helsinki.
- Martikainen, V. 2018. Valmentamalla kohti itseohjautuvuutta. Savonia. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201805086984>. Luettu: 2.8.2019.
- Maslow, A. H. 1943. A Theory of Human Motivation. Teoksessa Vroom, V. H. & Deci, E. L. (toim.) Management and Motivation. 1970. s. 27–41. Penguin Books.

Mattila, M. 2018. Konfliktitilanteiden ratkaiseminen itseohjautuvassa organisaatiossa. Yr-
keshögskolan Arcada. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2018122722882>. Luettu:
25.10.2019.

Mayor, P. & Risku, M. 2015. Opas yksilölliseen motivointiin: 16 perustarvetta johtamisen
apuna. Talentum. Helsinki.

Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. International Methelp. Hel-
sinki.

Miskala, I.; Saksa, P. & Uurto, P. 2017. Itseohjautuvuus kotihoidossa: työntekijöiden koke-
muksia uudesta tiimimallista. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsinki. Luettavissa:
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2017112718433>. Luettu: 2.8.2019.

MODe – Minimalist Organizational Design 2019. Itseohjautuvuustutkimus. Luettavissa:
<http://www.moderesearch.fi/> Luettu: 13.10.2019.

Mäkinen, L. 1998. Oppilaan itseohjautuvuus ja sitä edistävä ohjaus peruskoulun yläas-
teelle siirtymisen vaiheessa. Joensuun yliopisto. Joensuu.

Norrena, J. 2019. Oman oppimisen kapteeni. PS-kustannus. Jyväskylä.

Nuutinen, M. 2018. Itseohjautuvuutta tukeva palkitseminen. Kajaanin ammattikorkeakoulu.
Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201805219262>. Luettu: 25.10.2019.

OP Ryhmä 2019. Ketterä toimintatapa. Luettavissa: [https://www.op.fi/op-ryhma/tietoa-ryh-
masta/op-lyhyesti/kettera-toimintatapa](https://www.op.fi/op-ryhma/tietoa-ryh-
masta/op-lyhyesti/kettera-toimintatapa). Luettu: 7.8.2019.

Pihlaja, S. 2018. Aikaansaamisen taika: näin johdat itseäsi. Atena.

Polvinen, H. 2017. "You want to do your own stuff because there is a team that needs
you" - an extensive multiple case study on motivational self-management in a self-directed
work team. Aalto-yliopisto. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:aalto-201711137512>.
Luettu: 5.8.2019.

Puumala, T. 2017. Itsensä johtamisen ja jaetun johtajuuden esiintyminen ja vahvistuminen
asiantuntijapalveluorganisaatiossa (Occurence and reinforcement of self-leadership and

shared leadership in professional service organization). Aalto-yliopisto. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:aalto-201712187996>. Luettu: 5.8.2019.

Puustinen, P. 30.1.2019. Ketterässä yrityksessä osaaminen, valta ja vastuu kohtaavat päivittäin. OP.media: Trendit ja ilmiöt -blogi. Luettavissa: <https://op.media/teemat/trendit-ja-ilmiot/ketterassa-yrityksessa-osaaminen-valta-ja-vastuu-kohtaavat-paivittain-774a08e1da1d44af8af96dba8c5a52a9>. Luettu: 9.8.2019.

Railosalu, J. 2017. Itseohjautuvuusteoria osana työntekijöiden sisäisen motivaation vahvistamista. Haaga-Helia ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2017121220817>. Luettu: 2.8.2019.

Ruohotie, P. 1998. Motivaatio, tahto ja oppiminen. Edita. Helsinki.

Ruohotie, P. 2000. Oppiminen ja ammatillinen kasvu. WSOY. Helsinki.

Saarenpää, J. 2017. Löydä sisäinen motivaatiosi: Tee elämästäsi mielekäs! Books on Demand. Helsinki.

Salmimies, R. 2008. Onnistu itsesi johtamisessa. WSOYpro. Helsinki.

Savaspuro, M. 22.1.2018. Itseohjautuvuus tuli työpaikoille – mutta kukaan ei kertonut meille, miten sellainen ollaan. Ellun kanat. Luettavissa: <https://ellunkanat.fi/artikkeli/itseohjautuvuus-tuli-tyopaikoille-kukaan-kertonut-sellainen-ollaan/> Luettu: 13.8.2019.

Savaspuro, M. 8.1.2019. Analyysi: Kun vapaudesta tulee vankila – itseohjautuvuuden ongelmat ja miten ne ratkaistaan. Ellun kanat. Luettavissa: <https://ellunkanat.fi/artikkeli/analyysi-kun-vapaudesta-tulee-vankila-itseohjautuvuuden-ongelmat-ja-miten-ne-ratkaistaan/> Luettu: 13.8.2019.

Savaspuro, M. 2019. Itseohjautuvuus tuli työpaikoille, mutta kukaan ei kertonut, miten sellainen ollaan. Alma Talent. Helsinki.

Sundholm, L. 2000. Itseohjautuvuus organisaatiomuutoksessa. Jyväskylän yliopisto.

Sydänmaanlakka, P. 2017. 4.painos. Älykäs itsensä johtaminen. Talentum. Helsinki.

- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1994. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Kirjayhtymä. Helsinki.
- Toivola, M., Peura, P. & Humaloja, M. 2017. Flipped learning: käännteinen oppiminen. Edita. Helsinki.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi. Helsinki.
- Valtonen, E. 2015. Itseohjautuva oppiminen ja jatkuvan ammatillisen oppimisen valmiudet luokan- ja aineen-opettajaopiskelijoilla. Helsingin yliopisto. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:hulib-201508133468>. Luettu: 25.10.2019.
- Varila, J. 1992. 2. muuttamaton painos. Itseohjautuvan oppimisen käsitteellistä ja empiristä tarkastelua. Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus.
- Vasalampi, K. 2017. Itsemääräämisteoria. Teoksessa Salmela-Aro, K. & Nurmi, J-E. (toim.) Mikä meitä liikuttaa: motivaatiopsykologian perusteet, s. 54–65. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Vauhkonen, E. 2016. Yksilöinä ja yhdessä: Oppimiskäytännöt ja ammatillisen toimijuuden merkitys itseohjautuvassa toimintamallissa. Helsingin yliopisto. Luettavissa: <http://www.urn.fi/URN:NBN:fi:hulib-201609192706>. Luettu: 25.10.2019.
- Vilka, H. 2015. 4. uudistettu painos. Tutki ja Kehitä. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Vilkko, N. 2016. Työskentely ketterässä tiimissä ja työn imun kokemus (Working in an agile team and the experience of work engagement). Aalto-yliopisto. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:aalto-201702142323>. Luettu: 5.8.2019.
- Vincit 2019. Mitä me teemme. Luettavissa: <https://www.vincit.fi/fi/mita-me-teemme/> Luettu: 13.10.2019.
- Virolainen, I. & Virolainen, H. 2018. Mielen voima oppimisessa. Viisas Elämä. Helsinki.
- Välimäki, M. 2008. Aikuisoppijan työkalupakki: näkökulmia aikuisen oppimiseen. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jamk-1235651922-4>. Luettu: 25.10.2019.

Liitteet

Liite 1. Kontaktointiviesti

”Hyvä ASSI-opiskelija!

Mitä sinulle tulee mieleen sanasta ”itseohjautuvuus”? Tulisiko itseohjautuvuutta painottaa enemmän ASSI-koulutusohjelmassa? Miten itseohjautuvuus näkyy tiimityössä?

Nyt sinulla on mahdollisuus vaikuttaa koulutusohjelman kehittämiseen osallistumalla haastatteluun! Voit osallistua haastatteluun yksin tai ASSI-ystäviesi kanssa pari- tai ryhmähaastattelussa. **Haastattelu kestää noin 30 minuuttia.** Jokainen vastaus on arvokas.

Haastattelut toteutetaan Haaga-Helian kirjaston ryhmätyötilassa 3207 seuraavina ajan-kohtina:

- ma 26.8. klo 12-15
- ti 27.8. klo 15-18
- ke 28.8. klo 10-13
- to 5.9. klo 10-13
- pe 6.9. klo 11-14

Haastatteluvastauksia hyödynnetään opinnäytetyötutkimuksen aineistona. Kartoitan tutkimuksessani johdon assistenttityön ja kielten koulutusohjelman opiskelijoiden näkemyksiä ja kokemuksia itseohjautuvuudesta opiskelussa. Haastattelin mielelläni juuri sinua, johdon assistenttityön opiskelija, joka suoritat opintojasi OPS2016 -mukaisesti (*linkki OPSiin: <https://www.haaga-helia.fi/fi/opinto-opas/koulutusohjelmat/johdon-assistenttityon-ja-kielten-koulutusohjelma/opintojaksoluettelo-2016?userLang=fi>*). Haastattelut nauhoitetaan ja niiden sisältöä käytetään vain opinnäytetyön tarkoituksiin. Tutkimuksessa ei käytetä haastateltujen nimitietoja, vaan haastateltavan anonymiys säilytetään.

Ilmoittaudu haastateltavaksi ke 28.8. mennessä: ritva.kukkola@myy.haaga-helia.fi tai p. 041 534 0904. Ilmoittautumisen yhteydessä voit valita sinulle sopivimman ajan yllä mainittujen haastatteluajkojen puitteissa. Mikäli yllä mainitut haastatteluajankohdat eivät sovi aikatauluusi, mutta haluaisit silti osallistua haastatteluun, ole toki yhteydessä, niin sovitaan sinulle sopiva aika!

Lämmin kiitos jo etukäteen näkökulmasi esiintuomisesta!”