



Sosionomiopiskelijoiden valmistuminen tavoiteajassa

Näkemyksiä opintoja edistävistä ja hidastavista tekijöistä

Hanna Honkasalo

OPINNÄYTETYÖ
Toukokuu 2020

Sosionomikoulutus

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosionomikoulutus

HONKASALO, HANNA:

Sosionomiopiskelijoiden valmistuminen tavoiteajassa
Näkemyksiä opintoja edistävästä ja hidastavista tekijöistä

Opinnäytetyö 59 sivua, joista liitteitä 4 sivua
Toukokuu 2020

Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää Tampereen ammattikorkeakoulun viimeisen vuoden sosionomiopiskelijoiden näkemyksiä opintoja edistävästä ja hidastavista tekijöistä ja eri tukimuotojen riittävydestä sekä kerätä kehitysehdotuksia opintojen etenemisen tukemiseen koulun puolelta. Tavoitteena oli saada alakohtaista tietoa opintojen viivästymisen syistä ja tavoiteajassa valmistumiseen vaikuttaneista asioista. Tavoitteena oli myös tuoda opiskelijoiden ääni ja toiveet kuuluviin. Teoriaosuudessa käsiteltiin yleisesti opiskeluaikaa, opinto-ohjausta ja yleisimpiä syitä opintojen viivästymiseen.

Aineisto kerättiin viimeisen vuoden sosionomiopiskelijoilta sähköisen kyselylomakkeen avulla, joka sisälsi sekä määrällisiä että laadullisia kysymyksiä. Kysely tuotti 33 vastausta, joiden analysoinnissa käytettiin Tixel-tilasto-ohjelmaa ja laadullista sisällönanalyysiä.

Keskeisimmiksi tuloksiksi opintoja edistävästä tekijöistä nousivat motivaatio ja ryhmähenki sekä niihin vaikuttavat tekijät. Myös tavoiteajassa valmistuvat olivat kokeneet haasteita, ja niistä yleisimmiksi koettiin jaksamisen ongelmat ja työssäkäynti opintojen ohella. Opintoja hidastavista tekijöistä hyvinvoinnin, jaksamisen, ja mielenterveyden ongelmat koettiin suurimpina tekijöinä opintojen viivästymiseen, iso osa koki myös stressin vaikuttaneen. Opinnäytetyöhön liittyvät haasteet olivat yleisiä. Eri tuen muodot koettiin pääsääntöisesti riittäviksi, mutta esimerkiksi oppilaitospastorin ja opinto-ohjaajan rooli jakoi mielipiteitä. Kehitysehdotuksista suosituimpia olivat opettajien ja koulun joustavuuden ja ohjauksen lisääminen.

Johtopäätöksinä voidaan todeta, että Tampereen ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat kokevat paljolti samoja haasteita kuin opiskelijat muuallakin Suomessa, ja yhtenäiset tekijät ovat vaikuttaneet myös opintojen etenemiseen tavoiteajassa. Opintojen viivästymisen voidaan sanoa olevan melko yleinen ilmiö, ja näihin opiskelijoiden kohtaamiin haasteisiin tulisikin yhä edelleen ja yhä enemmän kiinnittää huomiota ja kehittää muun muassa opintojen ohjausta ja erilaisia tukimuotoja.

Asiasanat: opintojen eteneminen, valmistuminen tavoiteajassa, opintojen viivästyminen

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme of Social Services

HONKASALO, HANNA:
Graduating on Time in Degree Programme of Social Services
Views of Promoting and Hindering Factors in Study Progress

Bachelor's thesis 59 pages, appendices 4 pages
May 2020

The purpose was to find out views of promoting and hindering factors in study progress and adequacy of different forms of support from students of social services in Tampere University of Applied Sciences. The aim was to give the students a chance to tell about their experiences and gather development suggestions to support the study progress.

Both quantitative and qualitative study methods were used and the data were collected through an electronic questionnaire. The data were analyzed using statistical program Tixel and inductive content analysis.

The results show that motivation and team spirit were the most common points to help a student to graduate on time while problems with wellbeing and mental health were the most common causes for the study delay. Different forms of support were mainly experienced to be enough and development suggestions contained wishes for more counselling by university.

The students of social services in Tampere University of Applied Sciences are experiencing similar challenges and promoting reasons in study progress than students elsewhere in Finland. Study delay is quite a common phenomenon and it is important to pay attention to these challenges and for example improve the student counselling and different forms of support.

Key words: study progress, graduating on time, study delay

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	OPINNOT JA NIIDEN ETENEMINEN	7
	2.1 Opiskelu-oikeusaika	7
	2.2 Opinto-ohjaus.....	7
	2.3 Opintojen viivästyminen	8
	2.3.1 Heikko opiskelumotivaatio	9
	2.3.2 Taloudelliset vaikeudet ja työssäkäynti.....	9
	2.3.3 Fyysiset ja psyykkiset vaikeudet.....	10
3	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS JA TUTKIMUSMENETELMÄT	11
	3.1 Tarkoitus, tavoite, tutkimustehtävä ja -kysymykset	11
	3.2 Tutkimusote ja tutkimusmenetelmät.....	11
	3.3 Aineiston analyysi	13
4	SOSIONOMIOPIKELIJOIDEN NÄKEMYKSIÄ OPINTOJA EDISTÄVISTÄ JA HIDASTAVISTA TEKIJÖISTÄ	15
	4.1 Valmistuminen.....	15
	4.1.1 Tavoiteajassa valmistuminen	15
	4.1.2 Opintojen viivästyminen.....	23
	4.2 Opintoaika.....	34
	4.3 Tuki	36
5	POHDINTA	42
	5.1 Tulosten ja aiheen tarkastelua	42
	5.2 Eettisyys ja luotettavuus.....	50
	LÄHTEET	53
6	LIITTEET	56
	Liite 1. Kyselylomake	56

1 JOHDANTO

Vuonna 2010 YLE:n uutisesta ilmenee, että jopa 30 % ammattikorkeakoulussa opintonsa aloittaneista keskeyttävät opintonsa tai tarvitsevat niihin lisäaikaa, ja muun muassa Oulun ammattikorkeakoulussa vain 40-60 % viime vuosina aloittaneista oli saanut opintonsa loppuun. Oulun seudun ammattikorkeakoulun opiskelijakunnan edustaja näkee masennuksen yhtenä syynä opintojen viivästymiseen, ja ilmiön yleistyneen. Toinen yleinen syy opintojen viivästymiseen on työssäkäynti. (YLE 2010.) Myös tuoreemman Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen (2016, 36) mukaan psyykkiset ongelmat ovat yleistyneet vuodesta 2000 alkaen varsinkin miehillä, ja kaikista opiskelijoista runsaasti stressiä koki 33 %. Terveystutkimuksen osoittama psyykkisten ongelmien jopa kolminkertaistunut määrä voi Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen mukaan johtua myös palveluihin hakeutumisen kasvusta ja sitä kautta diagnosoinnin määrän kasvusta (Opiskelijoiden mielenterveys 2019).

Vuoden 2016 Eurostudent VI -tutkimuksen mukaan 21,9 % ammattikorkeakouluopiskelijoista kokee edenneensä omia tavoitteita hitaammin opinnoissa ja loput tavoitteiden mukaisesti tai niitä nopeammin. Saman tutkimuksen mukaan suurimmat syyt opintojen nopeaan etenemiseen ovat oma asenne ja motivaatio ja omat opiskelutaidot. Oma asenne ja motivaatio ovat kuitenkin myös yksi suurimpia hidastavia tekijöitä tutkimuksen mukaan. Sen lisäksi suurimpia hidastavia tekijöitä ovat toimeentulon järjestäminen, opintojen vaativuus, terveydentila ja lukujärjestys ja opintosuunnitelma. (Ohjaus ja opintojen eteneminen 2017, 18, 20.)

Ammattikorkeakoulujen tutkintoaika määritellään yliopistoa ankarammin, ammattikorkeakoulussa jatkoaikaa saa automaattisesti vuoden, ja senkin jälkeen perustellusta syystä (YLE 2010). Tiukat tutkintoajat voivat motivoida esimerkiksi tilanteessa, jossa opinnot viivästyvät työssäkäynnin vuoksi, mutta motivoivatko ne esimerkiksi uupumisen kohdalla? Onko silloin todennäköisempää, että opinnot jäävät kokonaan kesken? Valmistuminen on kuitenkin tärkeää myös oppilaitosten rahoituksen kannalta, sillä jokainen keskeyttänyt opiskelija on taloudellinen menetys. Opetus- ja kulttuuriministeriö on esittänyt viime vuonna

uuden korkeakoulujen rahoitusmallin, jossa suoritettujen tutkintojen määrällä on vielä aiempaa merkittävämpi osuus rahoituksessa (Korkeakouluille uusi rahoitusmalli 2019). Opintojen etenemisen tukemisen tulisi siis olla korkeakoulujen yksi ehdoton prioriteetti.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää Tampereen ammattikorkeakoulun viimeisen vuoden sosionomiopiskelijoiden näkemyksiä omasta valmistumisestaan, tapahtuuko se tavoiteajassa (3,5 vuotta) vai onko opinnoille jo haettu lisääaikaa, suunnitellusti tai pakon edessä. Tarkoitus on selvittää, millaisia haasteita opiskelijat ovat kohdanneet ja mitkä tekijät ovat edesauttaneet valmistumista tavoiteajassa. Lisäksi selvitetään, millaisia kehitysehdotuksia opiskelijoilla on opintojen tukemiseen liittyen. Tästä saadaan tärkeää tietoa alakohtaisesti Tampereen ammattikorkeakoulun sosionomikoulutukseen. Opinnäytetyö toteutetaan sekä kvantitatiivista että kvalitatiivista tietoa tuottavana kyselytutkimuksena viimeisen vuoden opiskelijoille.

2 OPINNOT JA NIIDEN ETENEMINEN

2.1 Opiskelu-oikeusaika

Sosionomikoulutuksen (210 opintopistettä) suorittamisen normiaika ammattikorkeakoulussa on 3,5 vuotta. Suorittamisaikaan ei lasketa poissaoloa, joka johtuu ase- tai siviilipalveluksesta, vanhempainvapaan pitämisestä tai sairauden aiheuttamasta opiskelukyvyttömyydestä. Nämä ovat myös ainoat hyväksyttävät syyt ilmoittautua poissaolevaksi heti opiskelupaikkaa vastaanottaessa. Ennen 1.8.2015 aloittaneilla opiskelijoilla on kuitenkin ollut oikeus kahden lukuvuoden poissaoloon ilman erityistä syytä. Opinnot tulisi suorittaa viimeistään yhtä vuotta normiaikaa pidemmässä ajassa, ja lisäajan hakemisesta on tehtävä selvitys koulutuspäällikölle ennen tutkinnon normiajan päättymistä. Selvityksessä tulee olla suunnitelma opintojen loppuun saattamisesta, jota opinto-ohjaaja tai opettajatutor puoltaa. (TAMKin tutkintosääntö 2019.)

Mikäli normaali opiskelu-oikeusaika ei riitä opiskelijan opintojen loppuun saattamiseen, tulee hänen hakea koulutuksesta vastaavalta johtajalta lisäaikaa. Hakemuksessa tulee olla opinto-ohjaajan kanssa laadittu opintosuunnitelma ja aikataulu opintojen loppuun saattamiseen. Opiskelijan on esitettävä perustelut syyistä, joiden vuoksi hän tarvitsee lisäaikaa ja mahdolliset muut lausunnot tai selvitykset esimerkiksi terveydentilasta. Lisäaikaa voi pääsääntöisesti hakea vain kerran ja enintään vuodeksi, ja vain vähäisiin puuttuviin opintoihin. (TAMKin tutkintosääntö 2019.)

2.2 Opinto-ohjaus

Opintojen ohjauksella peruskoulussa, lukiossa ja ammatillisessa opetuksessa tarkoitetaan vuorovaikutuksellista, tavoitteellista ja jatkuvaa opiskelijan oppimisen, kasvun ja kehityksen tueksi. Jokaista opiskelijaa kunnioitetaan yksilönä, jolla on oikeus saada tarpeidensa mukaista ohjausta. Ohjauksella edistetään opintojen sujumista, ja ohjauksella on merkittävä tehtävä hyvinvoinnin

lisäämisessä ja syrjäytymisen ehkäisyssä. (Hyvän ohjauksen kriteerit 2014.) Näiden seikkojen voidaan ajatella olevan edelleen tärkeitä myös korkeakoulumaailmassa, vaikka opiskelu onkin itsenäisempää.

Korkeakoulussa opiskelijalla on pitkälti vastuu omista opinnoistaan. Koulun tulisi kuitenkin järjestää opinnon ohjausta niin, että opiskelijan on mahdollista saada elinikäisen oppimisen ja ammatillisen kasvun kannalta mielekäs tutkintokokonaisuus ja hyvät valmiudet työelämään. Opintojen ohjaus onkin elinikäisen oppimisen perustana. Opintojen ohjaus on yksilöllistä ja opiskelijan tarpeista lähtöisin olevaa toimintaa, joka ottaa huomioon opiskelijan omat tavoitteet ja aiemmat opiskelukokemukset. Se on myös ammatillisen kasvun ja elämänhallinnan tukemista, jonka tulisi kattaa opintojen kaikki vaiheet ja osa-alueet. Haasteeksi muodostuu usein se, miten koko opiskelijamäärästä löydetään lisäohjauksen tarpeessa olevat opiskelijat, ja miten heihin saadaan yhteys. (Vuorinen ym. 2005, 13, 23, 30.)

Ammattikorkeakoululain (2014) mukaan ammattikorkeakoulun tehtävä lyhyesti on antaa työelämän lähtökohtiin perustuvaa opetusta ja tukea opiskelijan ammatillista kasvua. Ammattikorkeakoulun on myös järjestettävä opinnot ja opintojen ohjaus niin, että kokopäiväopiskelija voi suorittaa opinnot niille suunnitellussa tavoiteajassa. (Ammattikorkeakoululaki 2014.)

Yksilön ammatillisen kasvun tukemisen yhtenä perustana tulisikin olla opintojen ohjauksen vahvistaminen. Ammattikorkeakouluopintojen alkaessa tehdään jokaiselle henkilökohtainen opintosuunnitelma eli HOPS, jossa suunnitellaan heti alkavia ja tulevia opintoja ja mahdollisia valintoja kurssien ja suuntautumisten, vaihto-opiskelun ja harjoittelujen suhteen. HOPSin suunnittelussa tukee opettajatutor tai opinto-ohjaaja. (Opintojen suunnittelu ja HOPS 2019.)

2.3 Opintojen viivästyminen

Opintojen viivästyminen on tutkittu moneen otteeseen ja jo monien vuosien ajan. Eri lähteistä olen koonnut keskeiset tekijät, joiden yleisyyttä ja luonnetta kuvaan nyt lyhyesti.

2.3.1 Heikko opiskelumotivaatio

Motivaatio ja kokemus oikealla alalla olemisesta ovat erittäin tärkeitä tekijöitä opintojen etenemisen kannalta. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen (2016, 69) mukaan opiskelualansa arvioi oikeaksi 69 % opiskelijoista, 24 % oli siitä epävarmoja ja 7 % koki sen vääräksi. Vaikka alan kokee oikeaksi, ei se silti ole tae hyvälle opiskelumotivaatiolle. Opiskelumotivaatioon vaikuttaa moninaiset syyt, jotka voivat myös olla sidoksissa toisiinsa.

Vuoden 2016 Eurostudent VI –tutkimuksesta ilmenee, että opiskelijan oma asenne ja motivaatio voidaan kokea sekä hidastavana että nopeuttavana tekijänä. Ohjauksen kehittämisen kannalta on tärkeää huomioida, että vain pieni osa opiskelijoista pitää oman asenteen ja motivaation vaikutusta merkityksettömänä opintojen etenemisen suhteen. Opiskelijan omaan motivaatioon ja asenteeseen voi kuitenkin vaikuttaa, ja ohjauksella ja tuella on siinä tärkeä rooli. (Ohjaus ja opintojen eteneminen 2017, 20, 29.)

2.3.2 Taloudelliset vaikeudet ja työssäkäynti

Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimukseen osallistuneista 44 % arvioi tulevansa taloudellisesti toimeen hyvin tai erittäin hyvin. 40 % vastasi tulevansa toimeen, kun eli säästäväisesti ja 16 % arvioi toimeentulonsa erittäin niukaksi ja epävarmaksi. Vastanneista 56 % arvioi, että heidän on käytävä töissä opiskelun ohessa toimeentulonsa takaamiseksi. Yli puolet opiskelijoista siis ajautuu töihin, jotta tulevat rahallisesti toimeen. Tutkimuksen mukaan reilusti yli puolet vastasi asumismenojen vievän yli puolet käytettävissä olevista varoista. (Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016, 73.)

Opiskelijoista 64 % oli tehnyt kokopäivätyötä viimeksi kuluneen vuoden aikana, keskimäärin kolme kuukautta vuodessa. Säännöllistä osapäivätyötä oli tehnyt 51 % opiskelijoista. (Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016, 74.) Työ opiskelun ohella voi olla sekä hyöty että haitta. Varsinkin oman opiskeltavan alan työ opintojen ohella voi olla opettavaista ja antoisaa ja motivoida valmistumaan

nopeammin ja ajallaan. Riippuu kuitenkin täysin yksilön voimavaroista, kärsiikö opinnoissa jaksaminen ja eteneminen samanaikaisesta työssäkäynnistä.

2.3.3 Fyysiset ja psyykkiset vaikeudet

Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen mukaan hyväksi tai erittäin hyväksi fyysisen terveytensä koki 76 % opiskelijoista ja henkisen hyvinvointinsa vain 66 %. Jostakin psyykkisestä oireesta kärsi päivittäin vastaajista 16 %, jostakin yleisoireesta 14 %, ja jostakin vatsaoireesta 10 %. Psyykkisistä oireista yleisimpiä olivat uniongelmat, keskittymisvaikeudet, jännittyneisyys, masentuneisuus ja ahdistuneisuus. Jopa 43 % koki jatkuvaa ylirasitusta, 32 % tehtäviin keskittymisen vaikeuksia ja 23 % itseluottamuksen menettämistä. (Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016, 31–32, 36.) Eri oireet linkittyvät helposti myös yhteen, jolloin esimerkiksi stressi ja ahdistuneisuus voi aiheuttaa myös fyysisiä oireita. Jopa kolmasosa opiskelijoista on kokenut henkisen hyvinvointinsa muuten kuin hyvänä, ja se on oikeastaan aika iso määrä.

Yleisoireista yleisimpiä olivat päänsärky, huimaus ja väsymys, ja vatsaoireista vatsakivut, ummetus, ripuli, pahoinvointi ja ilmavaivat. Jotakin tiettyä oiretta päivittäin tai lähes päivittäin oli kokenut 45 %. Yleisimpiä oireita olivat väsymys, uniongelmat, yläselän oireet, iho-ongelmat ja nuha. Opiskelijoista 8 prosentilla oli todettu oppimisvaikeus tai oppimiseen vaikuttava sairaus. Psyykkisiä vaikeuksia kaiken kaikkiaan oli kokenut 30 % vastaajista ja niitä olivat eniten kokeneet pisimpään opiskelleet. Jopa 33 % koki runsaasti stressiä. (Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016, 84.)

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS JA TUTKIMUSMENETELMÄT

3.1 Tarkoitus, tavoite, tutkimustehtävä ja -kysymykset

Opinnäytetyön tarkoitus on selvittää Tampereen ammattikorkeakoulun viimeisen vuoden sosionomiopiskelijoiden näkemyksiä valmistumiseen liittyen. Tarkoitus on selvittää, millaisia haasteita opiskelijat ovat kohdanneet ja mitkä tekijät ovat edesauttaneet valmistumista ajoissa. Lisäksi selvitetään, millaisia kehitysehdotuksia opiskelijoilla on opintojen etenemisen tukemiseen koulun puolelta.

Tutkimuskysymys: Mitkä syyt edesauttavat ja hidastavat sosionomiopiskelijan valmistumista?

Tarkentavia kysymyksiä ovat:

- Mitkä seikat ovat edesauttaneet opintojen etenemistä tavoiteajassa?
- Millaisia syitä on opintojen viivästymisen taustalla?
- Miten opiskelijoiden tavoiteajassa valmistumista voitaisiin tukea?

Opinnäytetyön tavoitteena on saada alakohtaista tietoa opintojen viivästymisen syistä ja tavoiteajassa valmistumiseen vaikuttaneista asioista juuri Tampereen ammattikorkeakoulun sosionomilinjalla. Tavoitteena on myös tuoda opiskelijoiden ääni ja toiveet kuuluviin. Opinnäytetyöstä saadaan myös tietoa opintojen etenemisen tukemisen kehittämiseen.

3.2 Tutkimusote ja tutkimusmenetelmät

Tämä opinnäytetyö on sekä määrällistä eli kvantitatiivista että laadullista eli kvalitatiivista tietoa tuottava tutkimus. Määrällisellä tutkimuksella kerätään tietoa ilmiöiden esiintymisen määristä ja laadullisella tutkimuksella saadaan esille ihmisten ajatuksia ja kokemuksia ilmiöistä, ja tuodaan tutkittavien ääntä kuuluviin. (Aaltola & Valli 2010, 17, 21.) Tutkimusmenetelmänä on kyselylomake, jossa on sekä määrällisiä Likert-asteikolla tuotettuja kysymyksiä että laadullisia eli avoimia

kysymyksiä. Kohdejoukkona ovat viimeisen vuoden 16SO-ryhmän sosionomiopiskelijat Tampereen ammattikorkeakoulussa. Ryhmän koko on n. 60 opiskelijaa, joista osa jo valmistuneita, ja näin ollen saavuttamattomissa.

Kyselylomake on yksi perinteisiä tapoja kerätä aineistoa. Kyselyn muoto voidaan valita kohderyhmän ja tavoitteen mukaan. Kyselylomakkeella voidaan tuottaa myös laadullista aineistoa asettamalla siihen avoimia kysymyksiä, jolloin vastaajien ääni tulee kuuluviin paremmin. (Aaltola & Valli 2010, 103, 113.) Nykyisin on yleistä ja helppoa tehdä kysely sähköisesti, ja opiskelijat varsinkin ovat tottuneita niihin vastaamaan. Tämän opinnäytetyön kysely on tehty E-lomake-editorilla ja lähetetty sähköisesti kohdejoukolle. Tämä oli luonteva vaihtoehto, sillä opiskelijat eivät kyselyn hetkellä olleet lähiopetuksessa, jotta kyselyä edes olisi voinut luontevasti toteuttaa millään muulla tavoin. Itse kyselyn ja Facebookin saateteksteissä vedottiin vastaajia antamaan aikaansa erityisesti avoimille kysymyksille, jotta he saisivat äänensä todella kuuluviin.

Yleensä kyselyn alussa pyydetään vastaajan taustatietoja, kuten ikää ja sukupuolta, ja usein tutkittavaa ilmiötä tarkastellaan myös niiden suhteen (Aaltola & Valli 2010, 104.) Tässä kyselyssä päätin olla kysymättä taustatietoja, sillä ne eivät ole merkittäviä tämän ilmiön tutkimisessa yhden oppilaitoksen yhden alan sisällä. Lisäksi sosiaaliala on melko naisvoittoinen, joten se toisi lisää tunnistettavuutta vastauksiin eikä näin ollen ole mielekästä eikä eettistä.

Kyselylomakkeen kysymysten asettelussa tulee olla huolellinen, sillä kysymysten laatu edesauttaa tutkimuksen onnistumista. Kysymysten tulee olla selkeitä, ymmärrettäviä eivätkä ne saa johdatella. (Aaltola & Valli 2010, 103-104.) Likert-asteikko on sanallinen järjestysasteikko, ja sitä käytetään usein vastaamismuotona mielipideväittämiin (Vilkkä 2007, 46.) Tässä kyselyssä se on viisiportainen asteikko, joka sisältää vastausvaihtoehdot: täysin eri mieltä, vähän eri mieltä, ei eri eikä samaa mieltä, vähän samaa mieltä ja täysin samaa mieltä.

Kyselyn (liite 1) ensimmäinen osa koskee valmistumista, ja sisältää omat osionsa niille, jotka ovat valmistumassa tavoiteajassa ja niille, jotka ovat valmistumassa tavoiteaikaa pidemmässä ajassa. Osio sisältää sekä Likert-asteikolla tuotettuja kysymyksiä että avoimia kysymyksiä. Kyselyn toinen osio liittyy opintoaikaan ja

sisältää sekä määrällisiä että laadullisia kysymyksiä. Kyselyn kolmas osio koskee vastaajien kokemusta saamastaan tuestaan eri tahoilta, ja sisältää sekä Likert-asteikolla tuotetun kysymyksen että avoimen kysymyksen. Neljäs osio selvittää opiskelijoiden kehitysehdotuksia opintojen tukemiseen. Kyselyn osioissa on hyödynnetty teorian ja aiempien tutkimusten pohjalta ilmi tulleita tekijöitä opintojen hidastumiseen ja edistymiseen. Lisäksi on huomioitu ammattikorkeakoulujen ja TAMKin yleisiä opintojen tukemiseen ja ohjaamiseen liittyviä tahoja.

Linkki e-kyselyyn lähetettiin kohdejoukolle sähköpostitse ensimmäisen kerran 20.11.2019 ja vastausaikaa annettiin kaksi viikkoa. Kyselypyynnön levityksessä käytettiin hyödyksi sosionomien ainejärjestöä Sopus ry:tä, joka mainosti kyselyä sekä sähköisessä viikkopostissaan että Instagramissa. Itse hyödynsin Facebookissa olevaa TAMKissa sosionomeiksi opiskelevista koostuvaa ryhmää kyselystä muistuttamiseen. Facebookin kautta tuli palautetta, että kysely kannattaa osoittaa sähköpostitse 16SO-ryhmän lisäksi myös seuraavan vuoden ryhmälle 17SO, jossa saattaisi olla alkuperäisiä 16SO-ryhmäläisiä. Seuraavan kerran linkki kyselyyn lähetettiin sähköpostitse molemmille ryhmille 5.12.2019, ja korostettiin, että kyselyyn tulisi vastata vain, jos on tai on ollut 16SO-ryhmäläinen. Vastausaikaa annettiin jälleen kaksi viikkoa.

3.3 Aineiston analyysi

Kysely tuotti yhteensä 33 vastausta. Kyselylomakkeen Likert-järjestysasteikolla tuotetut määrälliset tulokset siirrettiin Excel -taulukkolaskentaohjelman kautta Tixel-tilasto-ohjelmaan ja niistä tehtiin havaintomatriisit, joista muodostettiin jokaisen kysymyksen frekvenssit eli vastausten lukumäärät, ja ne havainnollistettiin pylväskuvioilla. Pylväskuvio sopii hyvin kuvaamaan frekvenssijakaumia, jotka on mitattu järjestysasteikolla (Vilkka 2007, 139.) Vastausmäärät pylväskuvioissa esitetään lukumäärinä prosenttien sijaan, johtuen suhteellisen pienestä otannasta.

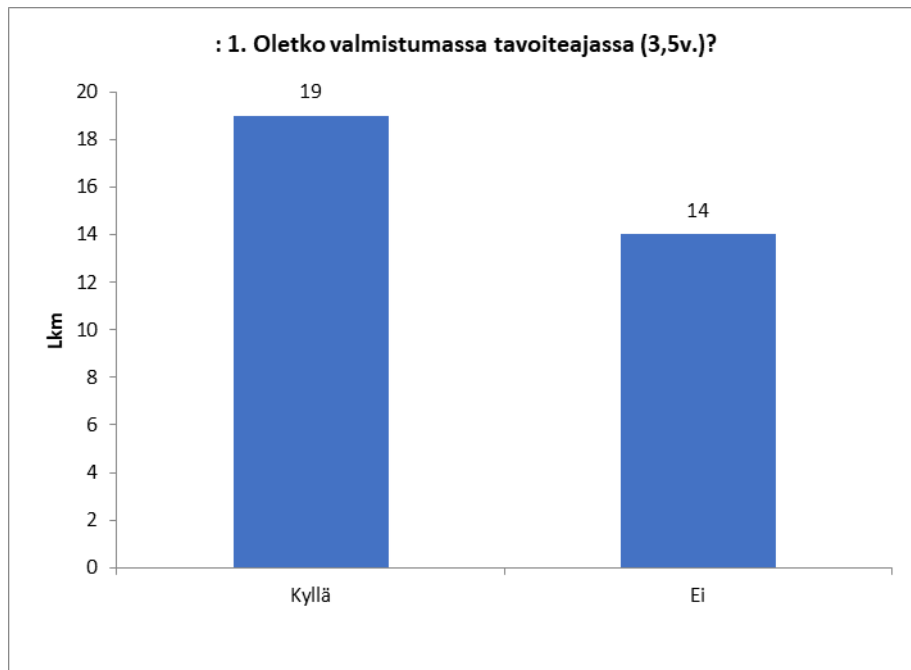
Kyselylomakkeen laadullinen aineisto eli avointen kysymysten vastaukset käsiteltiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä, jossa muodostetaan tutkittavasta

ilmiöstä tiivistetty kuvaus, joka kytkee tulokset ilmiön laajempaan kontekstiin ja muihin tutkimustuloksiin (Tuomi & Sarajärvi 2002, 103). Aineistolähtöinen sisällönanalyysi on kolmivaiheinen prosessi. Ensimmäinen vaihe on redusointi eli pelkistäminen. Aineiston pelkistämässä tieto tiivistetään tai pilkotaan osiin niin, että se vastaa tutkimuskysymykseen. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 108–109.) Jokaisen avoimen kysymyksen vastaukset siirrettiin tekstitiedostoon ja tiivistettiin vastausten sanoma mahdollisimman lyhyeksi ja ytimekkääksi. Toinen vaihe on klusterointi eli ryhmittely, jossa saadusta aineistosta erotellaan samankaltaiset vastaukset yhteen (Tuomi & Sarajärvi 2002, 110), tekstitiedostossa siis samankaltaiset vastaukset siirrettiin allekkain muodostaen ryhmiä. Kolmas vaihe on abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen, jossa tutkimuskysymyksen kannalta olennainen tieto poimitaan vastauksista ja niistä muodostetaan yläkäsitteitä (Tuomi & Sarajärvi 2002, 111–112), tekstitiedostossa annoin siis jokaiselle useamman vastauksen sisältävälle ryhmälle yläkäsitteen, ja näistä yläkäsitteistä eniten vastauksia sisältäneet käsitteet muodostivat lopulta avointen kysymysten konkreettiset keskeisimmät tulokset.

4 SOSIONOMIOPISKELIJOIDEN NÄKEMYKSIÄ OPINTOJA EDISTÄVISTÄ JA HIDASTAVISTA TEKIJÖISTÄ

4.1 Valmistuminen

Kyselyn ensimmäinen osio käsitteli valmistumista tavoiteajassa ja valmistumisen viivästymistä. Niissä selvitettiin eri tekijöiden merkitystä valmistumisen etenemiseen. Tulokset esitellään kuvioilla ja avointen kysymysten tuloksia havainnollistaa sitaatit. Ensimmäinen kysymys ennen eri osioita koski valmistumista tavoiteajassa (kuvio 1). Tavoiteajassa valmistumassa on 19 vastaajaa, ja tavoiteaikaa pidemmässä ajassa 14 vastaajaa.



KUVIO 1. Valmistuminen tavoiteajassa (n=33)

4.1.1 Tavoiteajassa valmistuminen

Seuraavat kolme kysymystä olivat niille, jotka ovat vastanneet valmistuvansa tavoiteajassa. Yksi vastaaja vastasi kysymyksiin, vaikka oli valmistumassa tavoiteaikaa vain hieman pidemmässä ajassa, joten vastaajia on yhteensä 20.

Avoimen kysymyksen perusteella tavoiteajassa valmistuvat kokivat, että erityisesti *motivaatio* ja *aikataulut* on edistänyt opintojen etenemistä ajallaan. Motivaatioon liittyi monenlaisia seikkoja, kuten motivaatio työllistyä, saada tutkinto nopeasti pois alta ja oma mielenkiinto alaa kohtaan. Aikataulutukseen liittyen mainittiin tärkeäksi suorittaa kurssit niille tarkoitetulla ajalla eli eteneminen koulun tahtiin.

Oma kiinnostus alaa kohtaan on mielestäni ollu suurena vaikuttajana.

Opinäytetyön valmiiksi saaminen ennen viimeistä syksyä. Kurssien suorittaminen ajallaan.

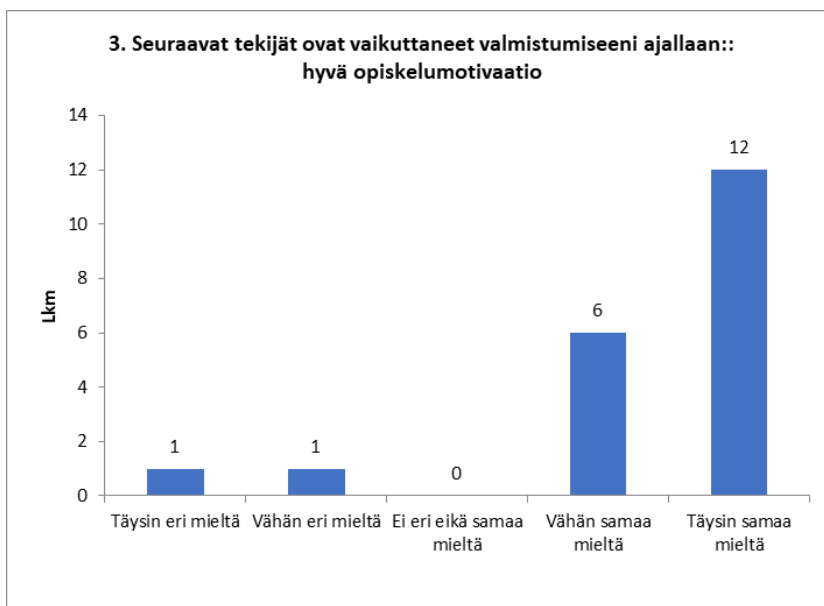
Lisäksi suuri vaikutus on ollut *ryhmän tuella, omilla opiskelutaidoilla ja opettajien ja koulun joustavuudella*. Ryhmän tuki on vastauksissa ollut yksiselitteinen, vertaistuki ja yhteishenki on koettu tärkeänä tekijänä. Opiskelutaidoista esille tulivat itseohjautuvuuteen ja ahkeruuteen liittyvät seikat. Koulun ja opettajien joustavuus tuli esille erityisesti hyväksilukujen mahdollistamisena ja mahdollisuus ja joustavuus itsenäiseen opiskeluun. Lisäksi mainintoja on lähipiirin tuesta ja opinnäytetyön etenemisestä ajallaan.

Omatoimisuus, omista oikeuksista kiinni pitäminen, aktiivisena osapuolena oleminen opettajiin nähden, valtava sinnikkyys ja petheeltä/kavereilta saatu tuki.

– – Myös ryhmän tuki on ollut suuri, sillä kaikesta on voinut kysyä ja olemme yhdessä voineet pohtia asioita ja tehdä tehtäviä.

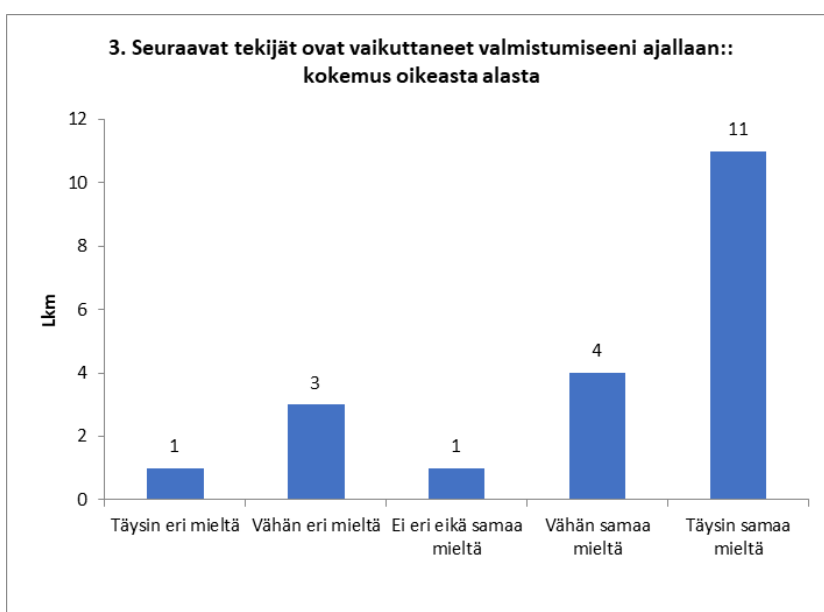
Mahdollisuus hyväksilukea kursseja aiemmilla koulutuksilla ja työkokemuksella, opettajien joustavuus itsenäiseen opiskeluun sekä ehdottomasti oman ryhmän tuki ja yhteishenki!

Seuraavissa kohdissa vastaajat ovat arvioineet eri tekijöiden vaikutusta valmistumiseen ajallaan (kuviot 2-10). Näitä arvioitiin viisiportaisella Likert-asteikolla, jossa ääripäät ovat *täysin eri mieltä* ja *täysin samaa mieltä*.



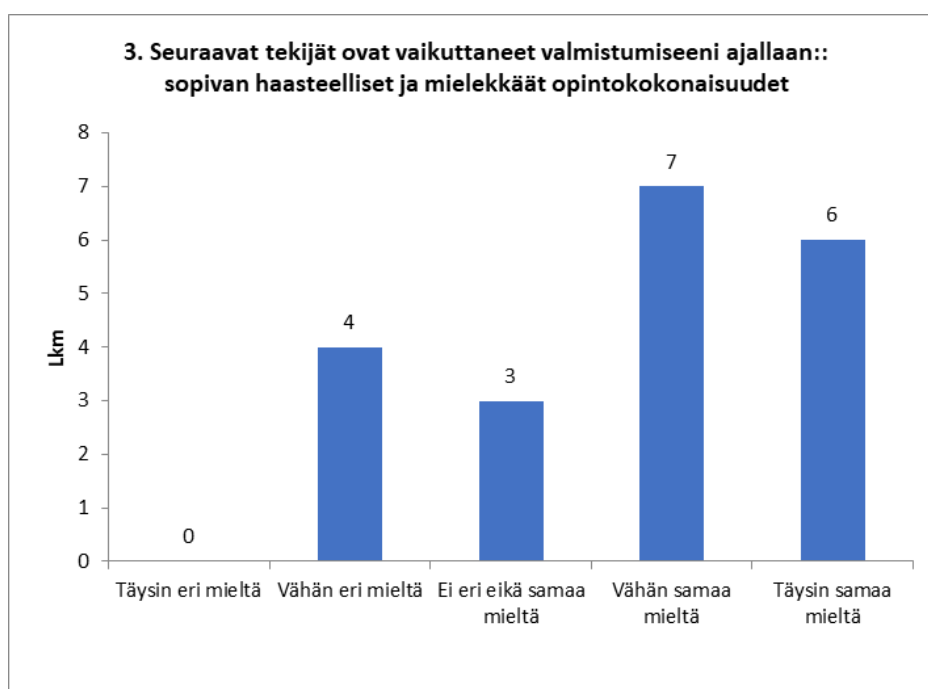
KUVIO 2. Opiskelumotivaation vaikutus valmistumiseen (n=20)

Iso osa vastaajista (18) kokee, että oma hyvä opiskelumotivaatio on vaikuttanut valmistumiseen ajallaan. Se on odotettu tulos, ja tuli vahvimmin esille myös avoimessa kysymyksessä vaikuttavana tekijänä. Vain kaksi vastaajista kokee, että opiskelumotivaatiolla ei ole ollut mitään merkitystä tai vähän merkitystä valmistumiseen tavoiteajassa. Tämä voi tarkoittaa joko sitä, että motivaatio on ollut huono, ja muut syyt ovat olleet avainasemassa valmistumiseen, tai sitä, että vastaajat eivät koe hyvänkään motivaation olleen varsinaisesti vaikuttamassa valmistumiseen ajallaan.



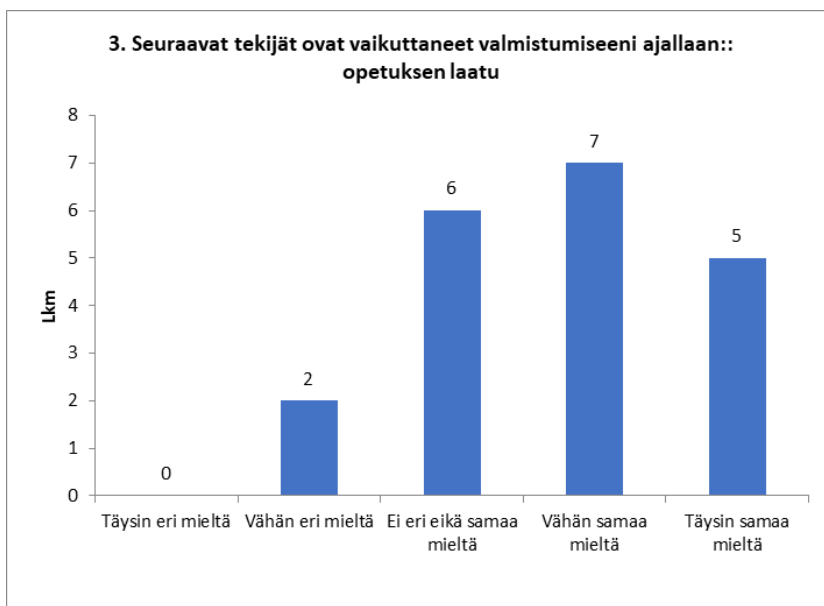
KUVIO 3. Oikean alan kokemus valmistumiseen (n=20)

Iso osa vastaajista (15) kokee, että kokemus oikeasta alasta on vaikuttanut valmistumiseen ajallaan. Kokemus oikeasta alasta on yhteydessä myös motivaatioon opiskella, joten nämäkin tulokset ovat odotettuja. Eri mieltä olevien vastaukset voivat selittyä sillä, että kokemus alasta ei ole heille oikea, mutta ovat siitä huolimatta saaneet opintonsa valmiiksi ajallaan, tai sillä, että kokemus oikeasta alasta ei varsinaisesti ole silti ollut avainasemassa valmistumisessa ajallaan.



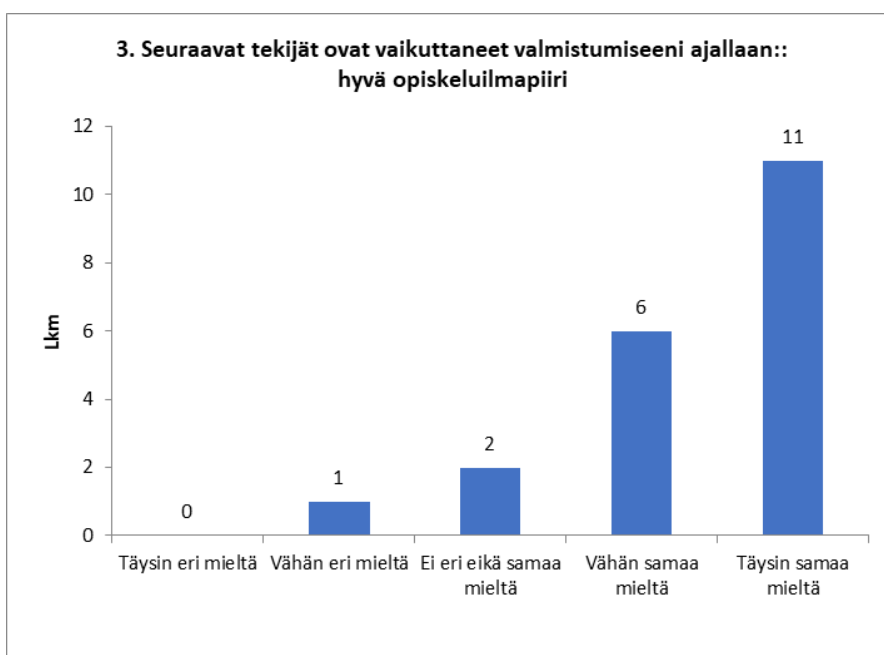
KUVIO 4. Sopivan haasteellisten ja mielekkäiden opintokokonaisuuksien vaikutus valmistumiseen (n=20)

Isompi osa vastaajista (13) kokee, että sopivan haasteelliset ja mielekkäät opintokokonaisuudet ovat vaikuttaneet valmistumiseen ajallaan. Opintojen kokeminen mielekkääksi on myös yhteydessä opiskelumotivaatioon. Kokemus opintojen haasteellisuudesta tai mielekkyydestä on hyvin yksilöllistä, jotkut kaipaavat enemmän haasteita kuin toiset.



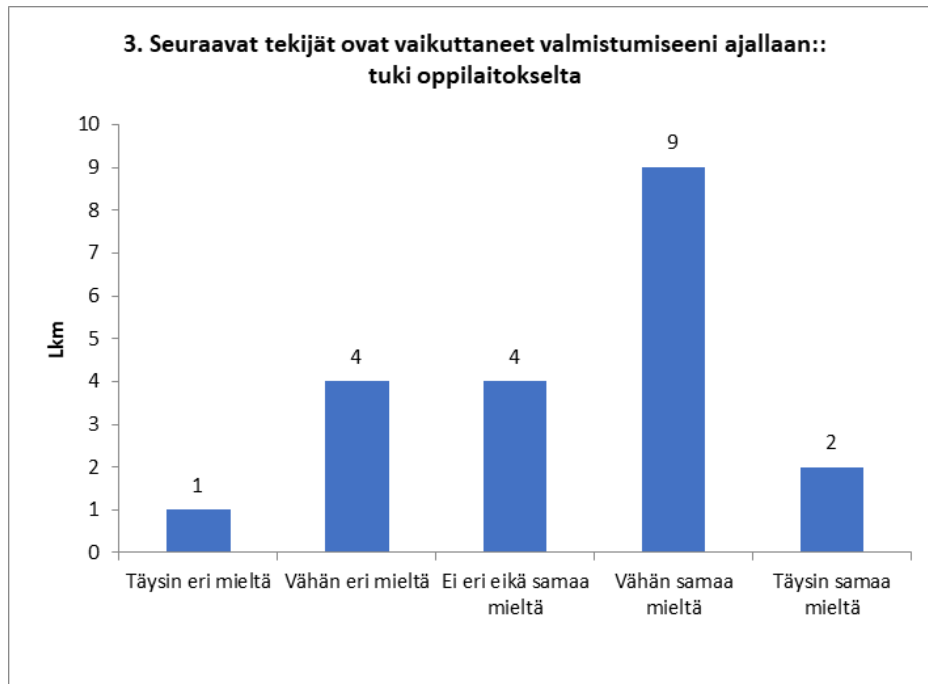
KUVIO 5. Opetuksen laadun vaikutus valmistumiseen (n=20)

Vastaajista 12 kokee, että opetuksen laatu on vaikuttanut valmistumiseen ajallaan ja 6 vastaajista ei ole eri eikä samaa mieltä. Tästä voidaan tulla johtopäätökseen, että ainakaan vastaajat eivät pääsääntöisesti ole olleet tyytymättömiä opetukseen, osalla se vain ei ole varsinaisesti vaikuttanut ajallaan valmistumiseen. Myös opetuksen laatu on edelleen yhteydessä motivaatioon ja opintojen mielekkääksi kokemiseen. Tulos on oppilaitokselle hyvää palautetta.



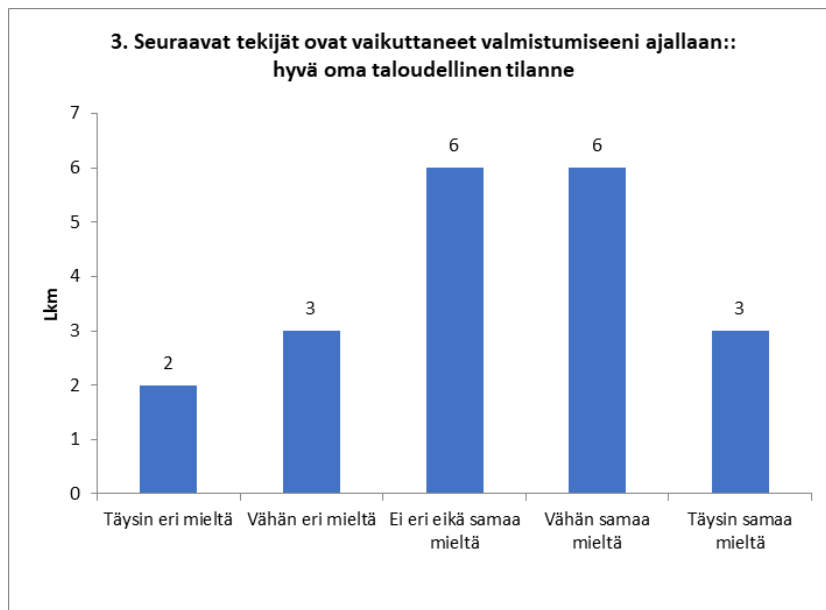
KUVIO 6. Opiskeluilmapiirin vaikutus valmistumiseen (n=20)

Iso osa vastaajista (17) kokee, että hyvä opiskeluilmapiiri on vaikuttanut valmistumiseen ajallaan. Kukaan vastaajista ei ole täysin eri mieltä. Moni on siis kokenut opiskeluilmapiirin tärkeänä ajallaan valmistumisen kannalta. Yhteisöllisyys onkin yleisesti ottaen tärkeää, vaikka yksilöllistä onkin, miten se vaikuttaa omaan motivaatioon tai jaksamiseen. Myös avoimessa kysymyksessä ryhmän tuen merkitys tuli vahvasti esille.



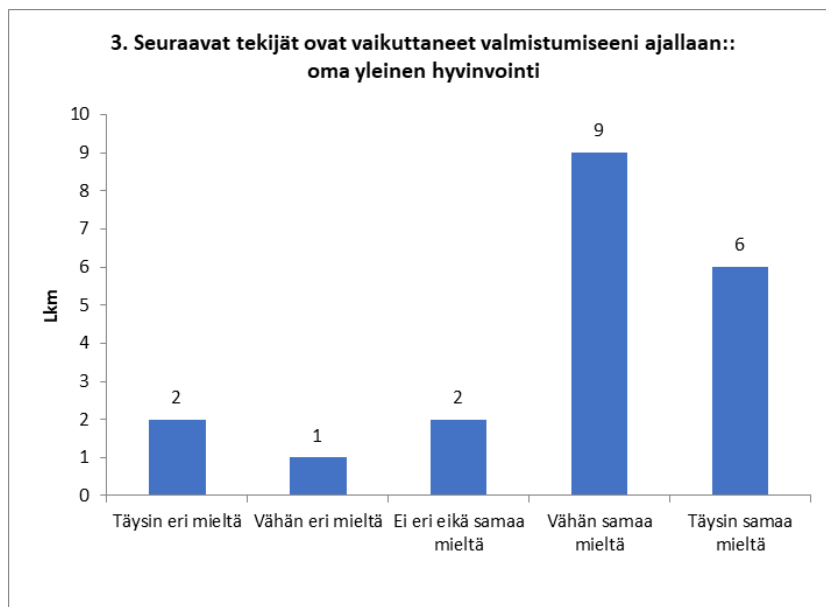
KUVIO 7. Oppilaitoksen tuen vaikutus valmistumiseen (n=20)

Vastaajista vähän yli puolet kokee, että oppilaitoksen tuki on vaikuttanut valmistumiseen ajallaan. Myös avoimessa kysymyksessä koulun ja opettajien joustavuus ja tuki koettiin tärkeiksi tekijöiksi ajallaan valmistumisen kannalta, tämä on jälleen hyvää palautetta oppilaitokselle.



KUVIO 8. Taloudellisen tilanteen vaikutus valmistumiseen (n=20)

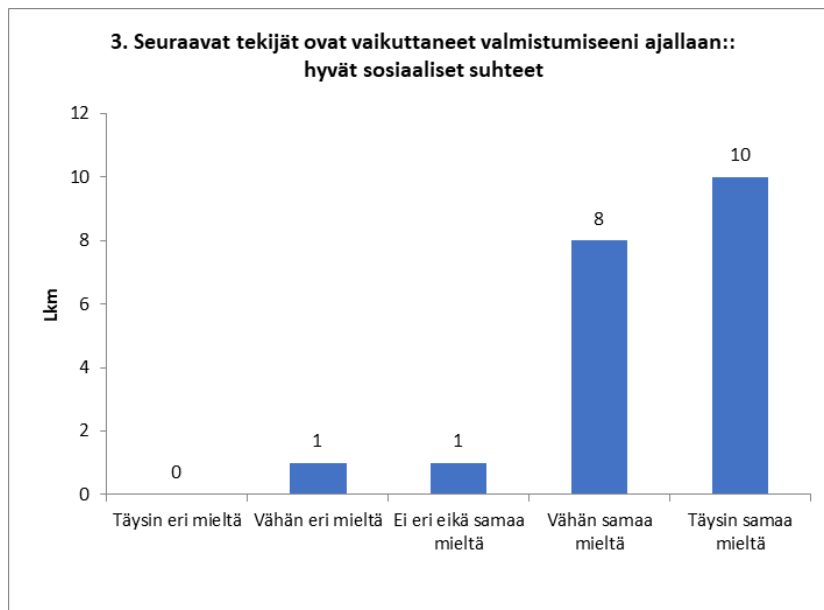
Yhdeksän vastaajaa kokee, että omalla hyvällä taloudellisella tilanteella on ollut vaikutusta valmistumiseen ajallaan paljon tai jonkin verran. Joillekin työssäkäynti on välttämättömyys opintojen ohella, ja toisille se on mahdoton ajatus, vaikka lisätienesti tarpeeseen monelle varmasti tulisikin. Mielenkiintoista jo sinällään on työssäkäynnin ja opintojen yhdistäminen, ja opintotukien koettu riittävyys.



KUVIO 9. Yleisen hyvinvoinnin vaikutus valmistumiseen (n=20)

Iso osa vastaajista (15) kokee, että oma yleinen hyvinvointi on vaikuttanut valmistumiseen ajallaan. Kolme vastaajaa kokee, että se ei ole vaikuttanut

valmistumiseen ajallaan. Eri mieltä olevat ovat siis saattaneet kokea huonoa vointia, mutta ovat saaneet opinnot etenemään siitä huolimatta, tai sitten eivät koe yleisen hyvinvoinnin olleen merkittävä tekijä ajallaan valmistumisessa. Yleinen hyvinvointi ja jaksaminen ovat luonnollisesti tärkeitä opiskelujen etenemisen kannalta, sillä terveyden ollessa heikko, voi sillä helposti olla vaikutusta eri elämän osa-alueisiin.



KUVIO 10. Sosiaalisten suhteiden vaikutus valmistumiseen (n=20)

Iso osa vastaajista (18) kokee, että hyvät sosiaaliset suhteet ovat vaikuttaneet valmistumiseen ajallaan. Hyvä opiskeluilmapiiiri ja hyvät sosiaaliset suhteet sekä koulussa että koulun ulkopuolella ovat tärkeitä, ja vaikuttavat monilla kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja jaksamiseen. Myös avoimessa kysymyksessä tuli mainintoja lähipiirin tuen vaikutuksesta opintojen etenemiseen.

Tavoiteajassa valmistuvien haasteet

Myös tavoiteajassa valmistuvilta kysyttiin ovatko he kokeneet haasteita valmistua tavoiteajassa. Moni oli kokenut *jaksamisen haasteita*, ja *työssäkäynti opintojen ohella* oli tuonut haasteita. Näiden välinen yhteys on myös selvä: työssä opintojen ohella käyvä kokee varmasti helpommin vielä tavallista enemmän haasteita jaksamisessa.

Henkinen hyvinvointi oli vähän huonossa jamassa, sillä piti tehdä paljon töitä samaan aikaan.

Muutamalla oma *elämäntilanne* tai sen muutos oli koettu haasteena. Esille nostettiin myös hankaluudet vaihto-opintojen kanssa, viimeisten harjoitteluraporttien ehtiminen ja ongelmat opettajien kanssa. Opinnäytetyön haasteet sai myös mainintoja. Muutama mainitsi myös erikseen, että haasteita ei ole ollut, koska koulutus suunniteltu tarpeeksi väljäksi ja opintoja on suoritettu niille suunnitellussa tahdissa.

4.1.2 Opintojen viivästyminen

Seuraavat kysymykset olivat niille, jotka ovat vastanneet opintojensa viivästyvän. Yksi tavoiteajassa valmistuva oli vastannut myös näihin kysymyksiin, joten vastaajia on yhteensä 15.

Avoimen kysymyksen perusteella vastaajat kokivat, että erityisesti *ongelmat omassa hyvinvoinnissa ja jaksamisessa* ovat vaikuttaneet opintojen viivästyymiseen. Useampi mainitsee sairastumisen tai sairauden, ja moni toteaa yleisellä tasolla jaksamisen olleen huonoa. Useampi mainitsee mielenterveyden ongelmat.

Jotenkin ihan vaan loppui jaksaminenkin jossain vaiheessa. Masennus- ja ahdistusoireilua taustalla.

Myös oma elämäntilanne ja sen muutokset sekä opinnäytetyöhön liittyvät haasteet ovat vaikuttaneet. Elämäntilanteen haasteista on mainittu äitiysloma, työskentely ja opiskelun yhdistäminen perhe- ja työelämään. Esille tulee myös noidankehä, jossa on välttämätöntä mennä töihin opintojen ohella, ja sen myötä jaksaminen huononee, ja opinnot helposti viivästyvät, jolloin noidankehääkin jatkuu pidempään. Muutamalla on viivästynyt harjoittelun ajankohta tai jäänyt kurssi välistä, ja muutamaa mietityttää myös tulevaisuus ja alavalinta.

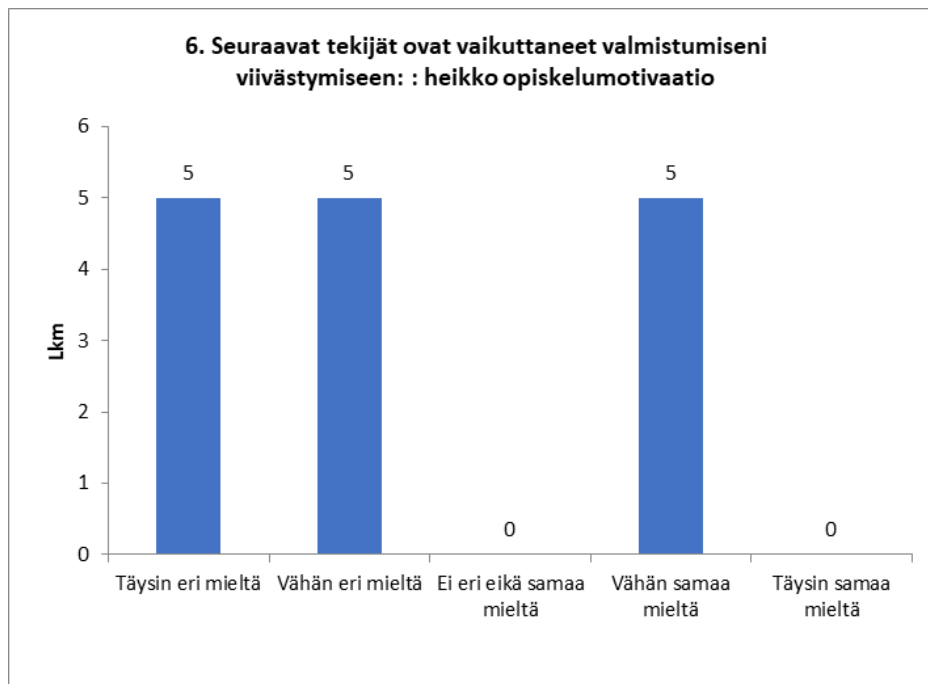
Opintojen yhdistäminen työn ja perhe-elämän kanssa ollut yllättävän haasteellista.

– – *Lisäksi entisten opintojen takia opintotuki loppui toisen vuoden opiskelujen jälkeen, joten on ollut pakko tehdä enemmän töitä, mikä taas tietty pahentanut jaksamattomuutta...*

Tulevaisuus ja ala mietityttää, jaksaminen vähissä, opparin venyminen

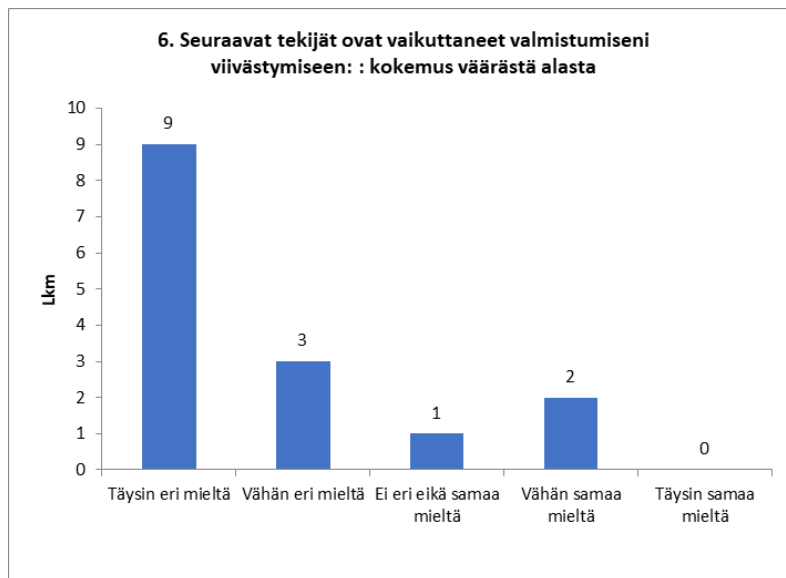
Eri tekijöiden vaikutus valmistumisen viivästymiseen

Seuraavissa kohdissa vastaajat ovat arvioineet eri tekijöiden vaikutusta opintojen viivästymiseen (kuviot 11-24). Näitä arvioitiin viisiportaisella Likert-asteikolla, jossa ääripäät ovat *täysin eri mieltä* ja *täysin samaa mieltä*.



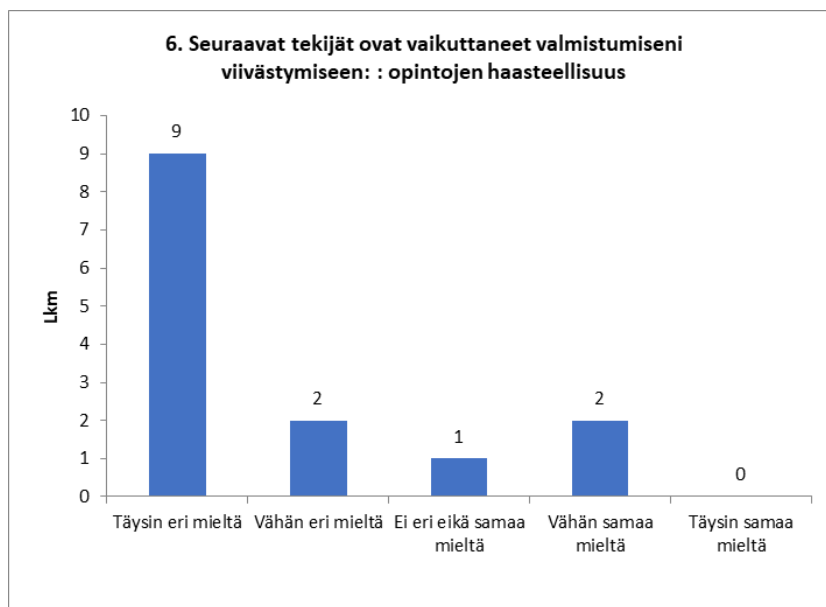
KUVIO 11. Heikon opiskelumotivaation vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Vain viisi vastaajaa kokee, että heikko opiskelumotivaatio on vaikuttanut valmistumisen viivästymiseen. Opiskelumotivaatio on siis ollut suhteellisen hyvää myös näillä vastaajilla eikä se ole ainakaan selkeä syy opintojen viivästymiselle kellään.



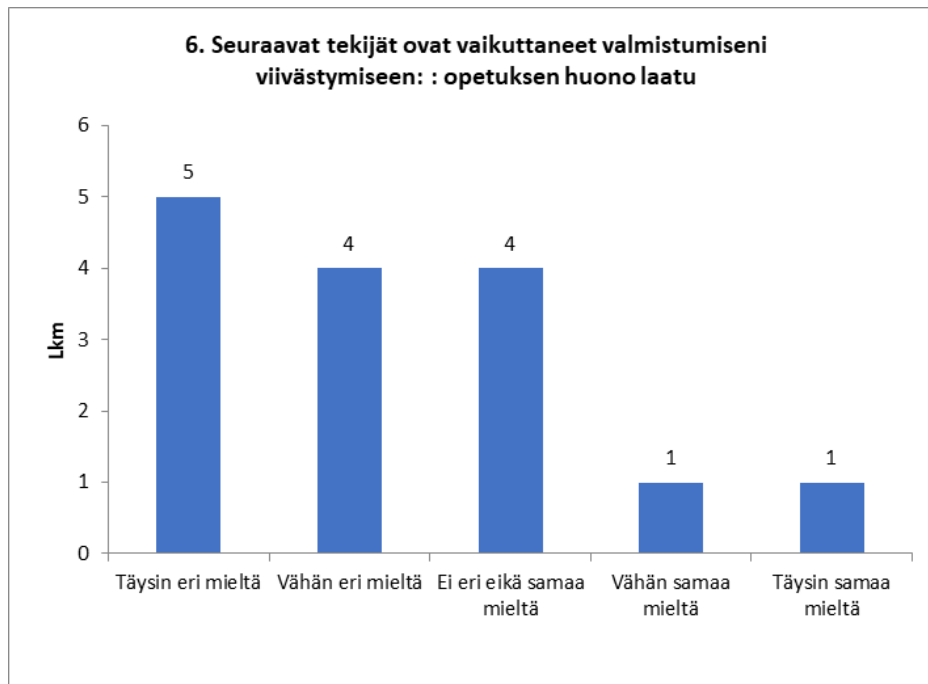
KUVIO 12. Kokemuksen väärästä alasta vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Vain kaksi vastaajaa kokee, että kokemus väärästä alasta on vaikuttanut valmistumisen viivästymiseen jonkin verran. Suurin osa vastaajista (12) kuitenkin kokee, että sillä ei ole ollut vaikutusta tai on ollut vaikutusta vain vähän. Ala on siis suurimmaksi osaksi koettu oikeaksi, ja syyt valmistumisen viivästymiseen ovat muualla.



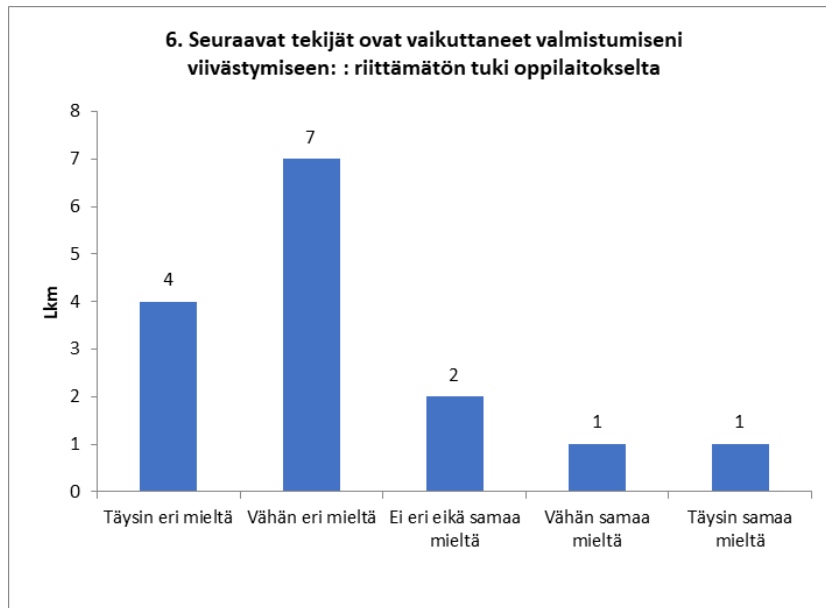
KUVIO 13. Opintojen haasteellisuuden vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Iso osa vastaajista (11) kokee, että opintojen haasteellisuudella ei ole ollut vaikutusta valmistumisen viivästymiseen. Opinnot on siis ilmeisesti koettu sopivan haastaviksi, eikä niistä löydy vahvaa selitystä opintojen viivästymiselle.



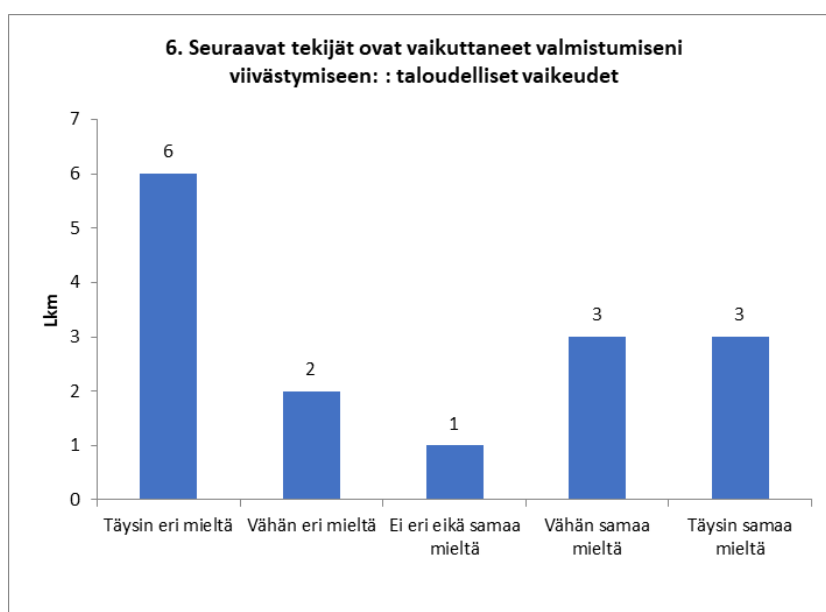
KUVIO 14. Opetuksen laadun vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Vain kaksi vastaajaa kokee, että opetuksen huonolla laadulla on ollut vaikutusta valmistumisen viivästymiseen. Pääosin opetukseen siis ollaan tyytyväisiä, tai ainakaan sen laatu ei ole syynä opintojen viivästymiseen kuin muutamalla. Myös tavoiteajassa valmistuvien vastauksista (kuvio 5) nähtiin opetuksen laadun vaikutus opintojen etenemiseen ajallaan, joten tästä saadaan kokonaisuudessaan melko hyvää palautetta oppilaitokselle.



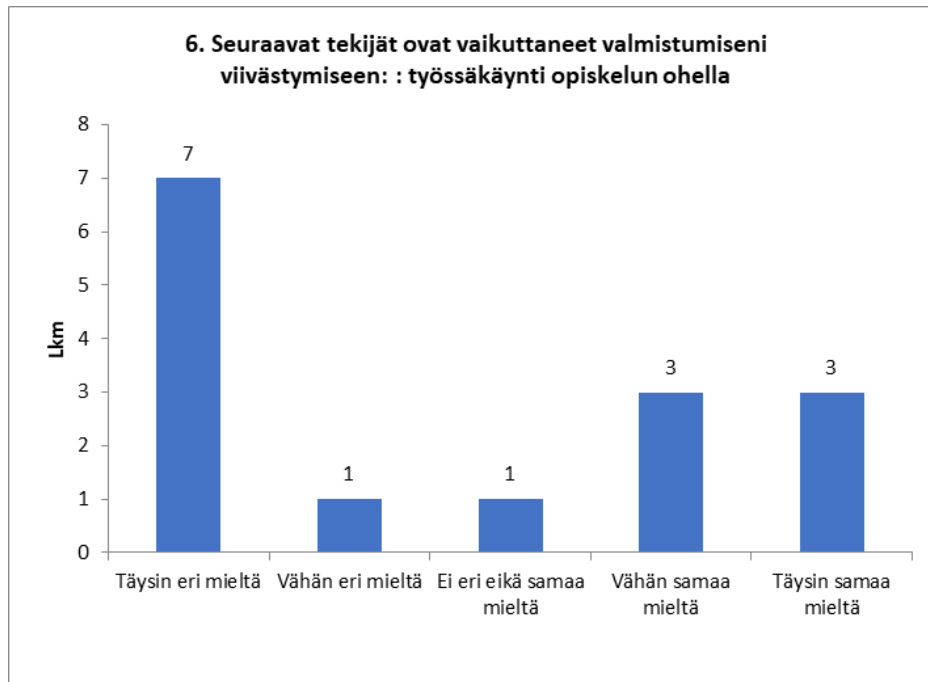
KUVIO 15. Riittämättömän tuen vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Iso osa vastaajista (11) kokee, että riittämätön tuki oppilaitokselta ei ole vaikuttanut valmistumisen viivästymiseen yhtään tai vain vähän. Tämä voisi olla tärkeä tieto oppilaitokselle, ja viestiä ainakin sosionomien olevan melko tyytyväisiä koulun tarjoamaan tukeen, mutta toisaalta tämä on ristiriidassa esimerkiksi avoimissa kysymyksissä tulleisiin toiveisiin lisäjoustavuudesta ja -ohjauksesta. Kenties vastaajat eivät tässä kysymyksen kohdassa ole ajatelleet asiaa tarkemmin, tai sitten tuen ja ohjauksen puutteen ei ole kuitenkaan koettu olevan se tärkein tekijä opintojen viivästymisessä.



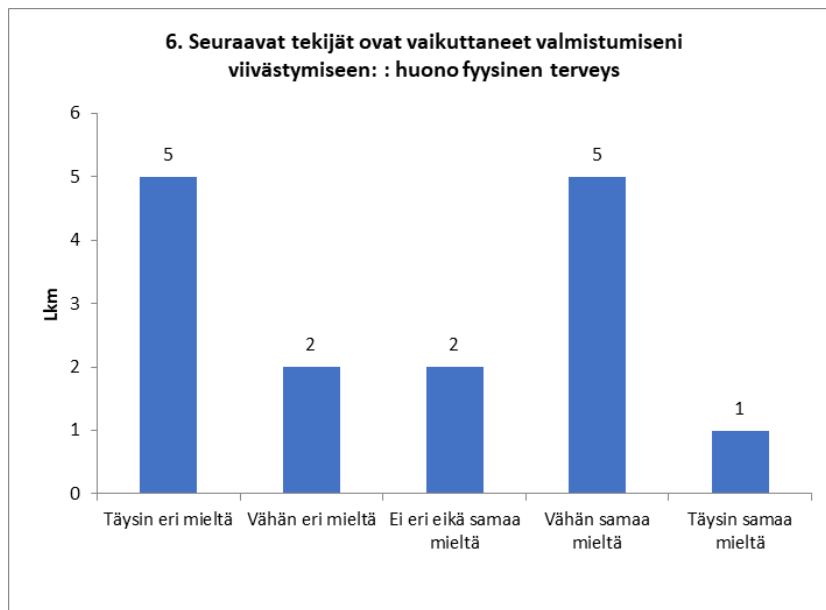
KUVIO 16. Taloudellisten vaikeuksien vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Kuusi vastaajaa kokee, että taloudelliset vaikeudet ovat vaikuttaneet valmistumisen viivästymiseen ja kahdeksan vastaajaa kokee, että taloudellisilla vaikeuksilla ei ole ollut merkitystä valmistumisen viivästymiseen tai on ollut vain vähän vaikutusta. Tämä tulos jakautuu jo vähän, on hyvin yksilöllistä, kykeneekö opiskelija työhön opiskelun ohella, vai onko se jopa välttämätöntä. Voi myös olla valinnan paikka, käykö töissä opintojen ohella vai elää niukemmin?



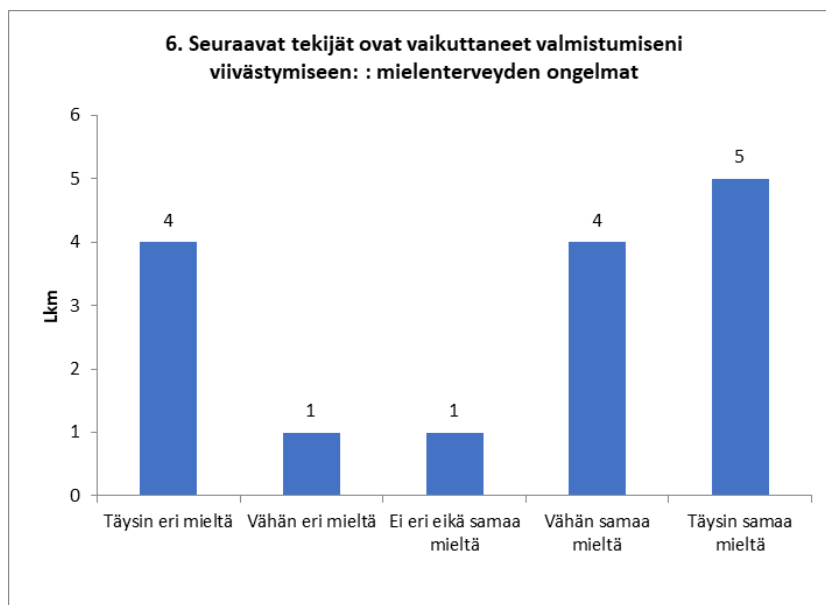
KUVIO 17. Työssäkäynnin vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Kahdeksan vastaajaa kokee, että työssäkäynti opiskelun ohella ei ole vaikuttanut valmistumisen viivästymiseen, kun taas kuusi vastaajaa kokee, että on. Tästä löytyy selvä yhteys edelliseen kohtaan (kuvio 16), ja yksittäisiä vastauksista tarkastelemalla on selvästi nähtävillä, että samat henkilöt kokevat sekä taloudellisten vaikeuksien että työssäkäynnin vaikuttaneen opintojen viivästymiseen. Työssäkäynti mainittiin vaikuttavana tekijänä myös avoimessa kysymyksessä.



KUVIO 18. Huonon fyysisen terveyden vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

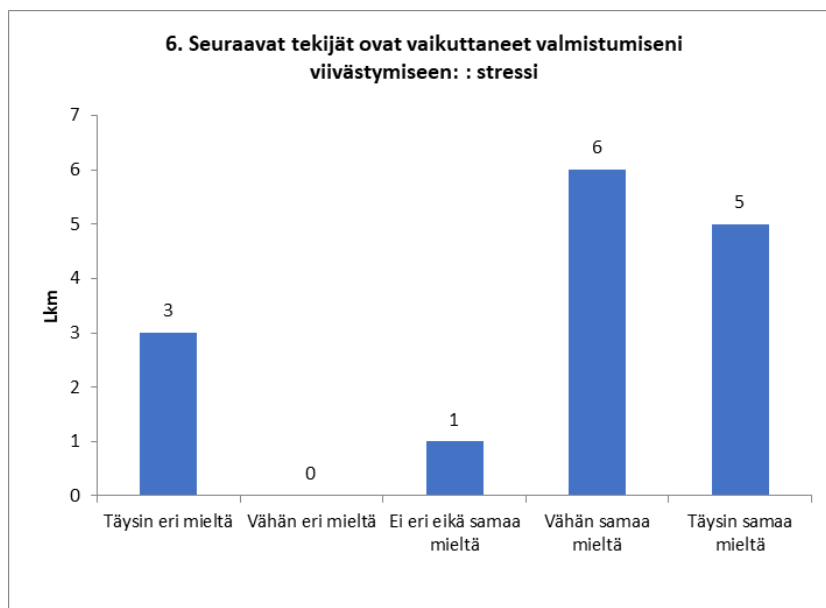
Kuusi vastaajaa kokee, että huono fyysinen terveys on vaikuttanut valmistumisen viivästymiseen, ja seitsemän vastaajaa kokee, että ei ole lainkaan tai on vain vähän vaikutusta. Fyysinen terveys usein vaikuttaa opintoihin vakavasti vasta sitten kun se on todella huono, kaikkien elämään kuuluu joskus sairastumisia ja onnettomuuksia, mutta terveysongelmien tulee jo olla toistuvia tai jatkuvia, kun niillä on niinkin suuri vaikutus kuin opintojen viivästyminen. Usein fyysiset sairastumiset voivat tulla äkkiä ja yllättäen, eikä niihin välttämättä voi vaikuttaa.



KUVIO 19. Mielenterveyden ongelmien vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Yhdeksän vastaajaa kokee, että mielenterveyden ongelmat ovat vaikuttaneet valmistumisen viivästymiseen. Mielenterveys koostuu monista ihmisen elämään liittyvistä asioista, ja sitä tukevat esimerkiksi hyvä itsetunto ja turvallinen ympäristö. Mielenterveys voi kuormittua eri elämänvaiheissa tai -tilanteissa ja hetkellinen tai satunnainen henkinen pahoinvointi voi olla ihan normaalia. Mielenterveyden järkkyyessä on kuitenkin tärkeää saada tukea, jotta se ei laukaise vakavampaa häiriötä. Pitkään jatkunut stressi voi myös laukaista taustalla olevan tilanteen pahempaan suuntaan. (Mielenterveyden häiriöt 2020.)

Mielenterveyden ongelmia ja häiriöitä voivat olla esimerkiksi masennus, ahdistuneisuus, fobiat, syömishäiriöt, sosiaalisten tilanteiden pelko, skitsofrenia, kaksisuuntainen mielialahäiriö, paniikkihäiriö, pakko-oireinen häiriö, persoonallisuushäiriöt (Mielenterveyden häiriöt 2020) ja on selvää, että kaikilla näillä on väistämättä ainakin jonkinasteinen vaikutus myös opiskelukykyyn.

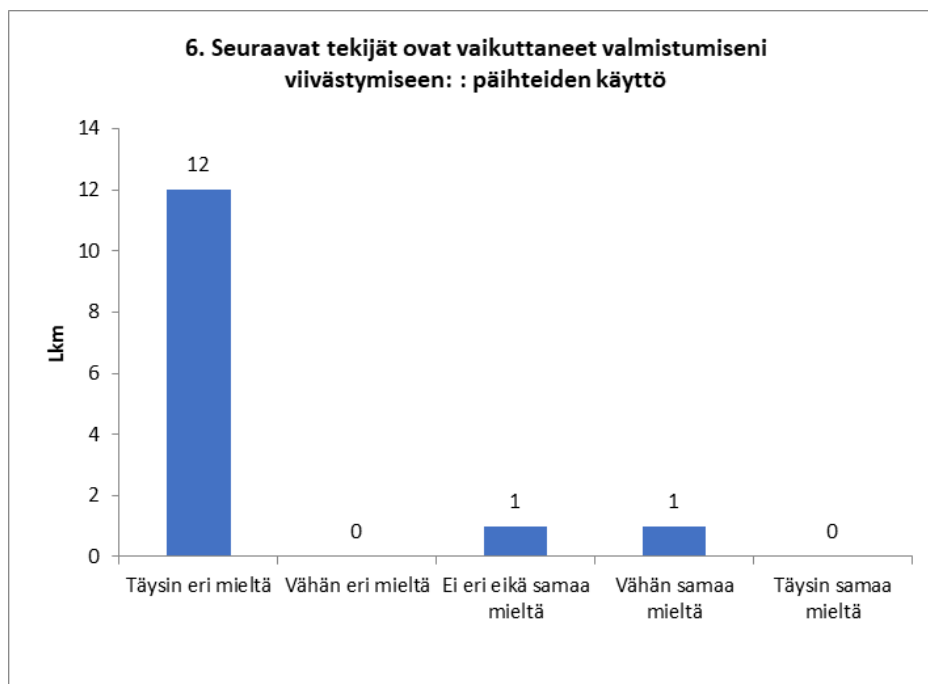


KUVIO 20. Stressin vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Iso osa vastaajista (11) kokee, että stressillä on ollut vaikutusta valmistumisen viivästymiseen. Kaikki stressi ei ole haitallista, mutta tässä tapauksessa voinee sanoa, että stressin taso on ollut liiallista, kun sillä on vaikutusta johonkin elämän osa-alueeseen, tässä kohtaa opintoihin ja valmistumiseen.

Stressin vaikutukset voivat olla fyysisiä ja psyykkisiä, esimerkiksi jännittyneisyys, levottomuus, ahdistuneisuus, masentuneisuus, muistiongelmia, vaikeus tehdä

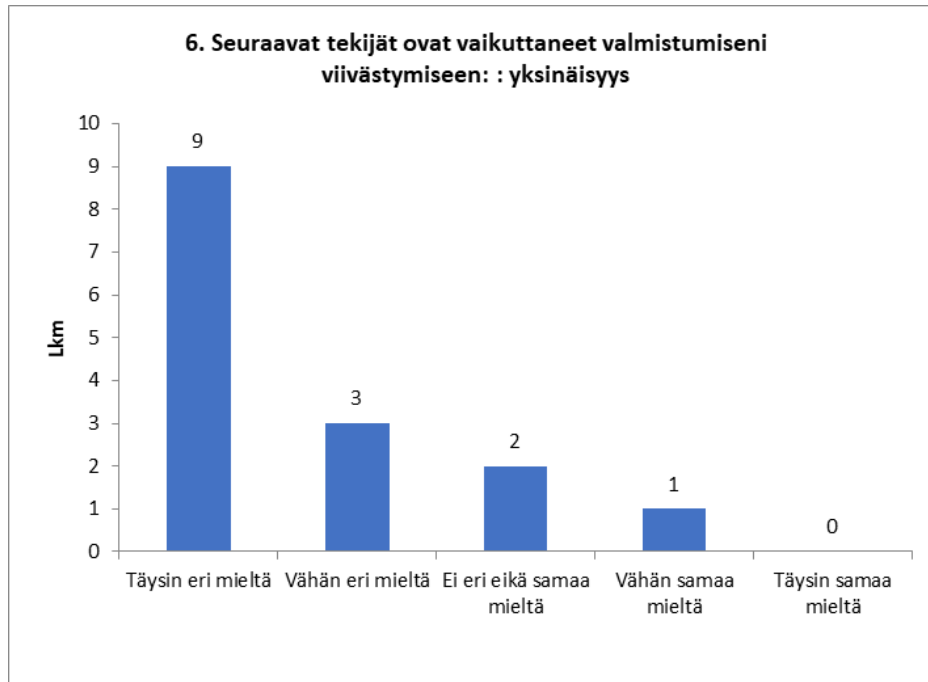
päätöksiä, unen häiriöt... Stressi voi näyttäytyä myös perhe- ja parisuhdeongelmina tai eristäytymisenä. (Terveyskirjasto 2020.) Stressinhallintakeinoja on monia, mutta ne voivat joskus tuntua hankalilta tai jopa mahdottomilta toteuttaa. Kuinka esimerkiksi opintojen ohella työtä tekevä välttämättä ehtii pitää huolta riittävästä levosta ja rentoutumisesta, samalla huolehtia riittävästä liikunnasta ja ylläpitää sosiaalisia kontaktejaan? Opintojen etenemisen ja onnistumisen suhteen aikataulutusta ja suunnitelmallisuutta onkin tärkeää, aikataulutuksen tärkeys tuli ilmi myös tavoiteajassa valmistuvien vastauksissa tärkeänä opintoja edistävänä tekijänä.



KUVIO 21. Päihteiden käytön vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

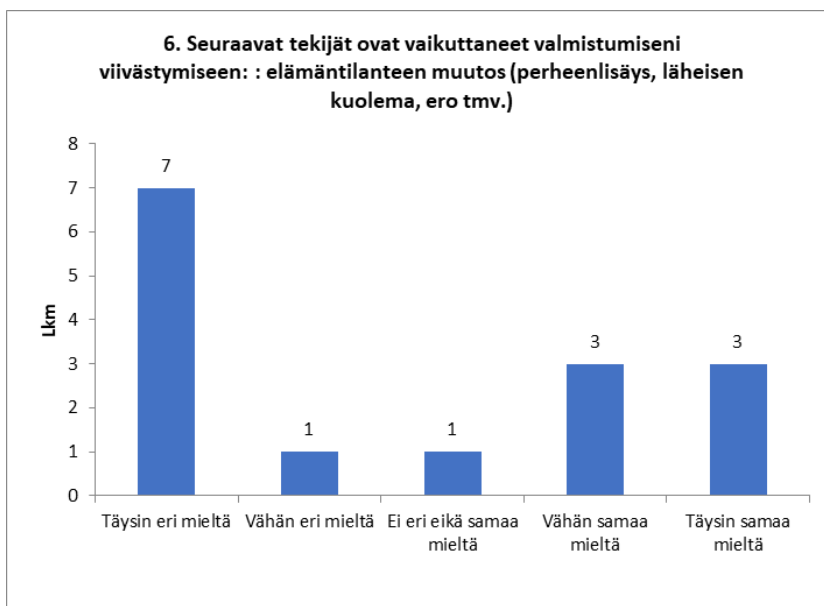
Suurin osa vastaajista (12) kokee, että päihteiden käytöllä ei ole ollut lainkaan vaikutusta valmistumisen viivästymiseen. Päihteiden käyttö yleisesti nuorten kohdalla onkin vähentynyt vuosien saatossa, ja esimerkiksi Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen (2016, 60) mukaan raittiiden opiskelijoiden osuus on jopa kaksinkertaistunut vuodesta 2000, ollen tutkimuksen aikana 13,5 % kaikista opiskelijoista. Vain 1,7 % miehistä ja 1,1 % naisista arvioi alkoholin käyttönsä aivan liian suureksi ja 57 % miehistä ja 73% naisista sijoittui turvallisen alkoholin käytön alueelle. Opiskelijoista viidesosa oli kokeillut tai käyttänyt jotakin huumetta tai lääkkeitä alkoholin kanssa

päihtymistarkoituksessa. (Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016, 60, 64, 86.)



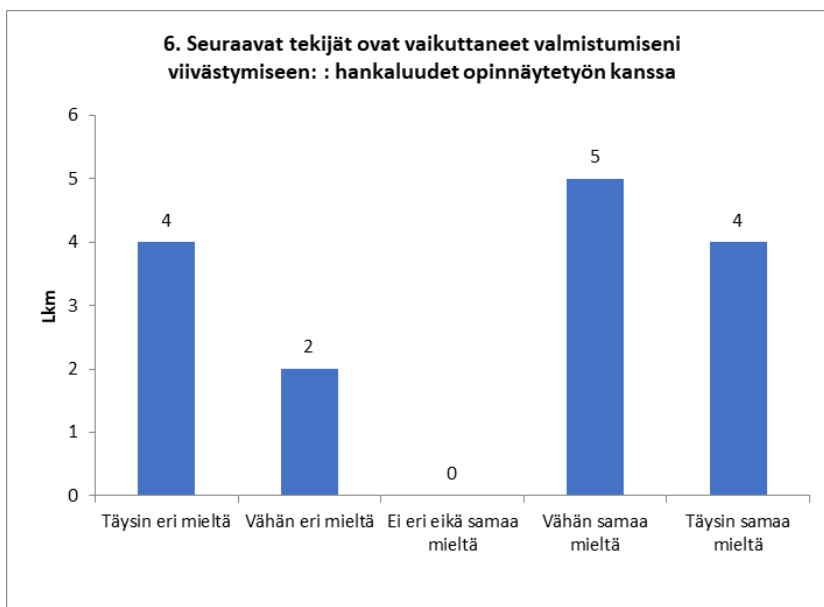
KUVIO 22. Yksinäisyyden vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Suurin osa vastaajista kokee, että yksinäisyydellä ei ole ollut vaikutusta valmistumisen viivästymiseen, tai sillä on ollut vaikutusta vain vähän. Hyvä yhteishenki ja ryhmän tuki tulivat ilmi tavoiteajassa valmistuvilta vaikuttavana tekijänä. Ammattikorkeakouluissa ja ainakin sosiaali-alalla panostetaan ryhmäytymiseen jo ensimmäisestä vuodesta alkaen, ja onkin aivan varmasti osasy siihen, että yksinäisyyttä ei pääsääntöisesti koeta. Opiskelijabarometrin (2014, 44–45, 47) mukaan noin 70 % korkeakouluopiskelijoista kokee, että heidän ympärillään on ihmisiä, joihin he voivat luottaa, mutta toisaalta silti noin puolet kertoo kaipaavansa ihmisiä ympärilleen, mutta vain hieman yli 5 % ei koe kuuluvansa yhteisöön lainkaan.



KUVIO 23. Elämäntilanteen muutoksen vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Elämäntilanteen muutoksella on osalle ollut vaikutusta, ja onkin selvää, että jos sellainen (perheenlisäys, läheisen kuolema, ero tai muu vastaava) elämässä opintojen aikana tapahtuu, on sillä todennäköisesti ainakin jonkinasteinen vaikutus.



KUVIO 24. Opinnäytetyön hankaluuksien vaikutus opintojen viivästymiseen (n=15)

Yhdeksän vastaajaa kokee, että hankaluudet opinnäytetyön kanssa ovat vaikuttaneet valmistumisen viivästymiseen. Opinnäytetyö on opintojen viimeinen

ja työläin puristus, joten on odotettavaakin, että se voi muodostua haasteeksi. Myös aiempi tutkimustieto on tuonut tätä esille.

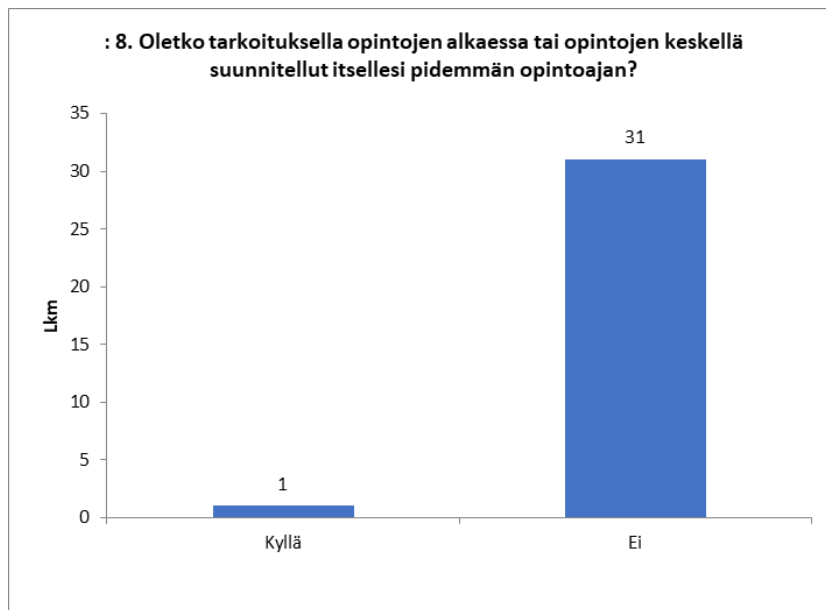
4.2 Opintoaika

Seuraava osio käsitteli opintoaikaa ja opintojen keskeyttämisen harkintaa. Se sisälsi sekä *kyllä/ei* -kysymyksiä että avoimia kysymyksiä.



KUVIO 25. Lisäaika (n=32)

Yksi vastaaja on kokonaan jättänyt vastaamatta tähän kysymykseen. Vastaamatta jättänyt on ollut valmistumassa ajallaan. Opinnot ovat viivästyneet 14 vastaajalla, joten kolme heistä, joiden opinnot ovat viivästyneet, ei ollut kyselyyn vastaamiseen mennessä hakenut opinnoille lisäaikaa. Kyselyn aikaan elettiin joulukuuta, ehtivätkö he vielä hakea lisäaikaa vai keskeytyivätkö opinnot?



KUVIO 26. Suunniteltu pidempi opintoaika (n=32)

Vain yksi vastaajista oli tarkoituksella suunnitellut itselleen pidemmän opintoajan, ja kertoo syyksi sairausloman. Tarkoituksella pidemmän opintoajan suunnittelu jo opintojen alkuvaiheessa tai kesken opintojen kohdattujen mahdollisten haasteiden myötä on hyvää suunnitelmallisuutta, ja mahdollisesti vähentää omaa stressiä asiasta. Opinnoilleen on kuitenkin voinut ilman perusteitakin ottaa yhden lukukauden lisäaikaa.

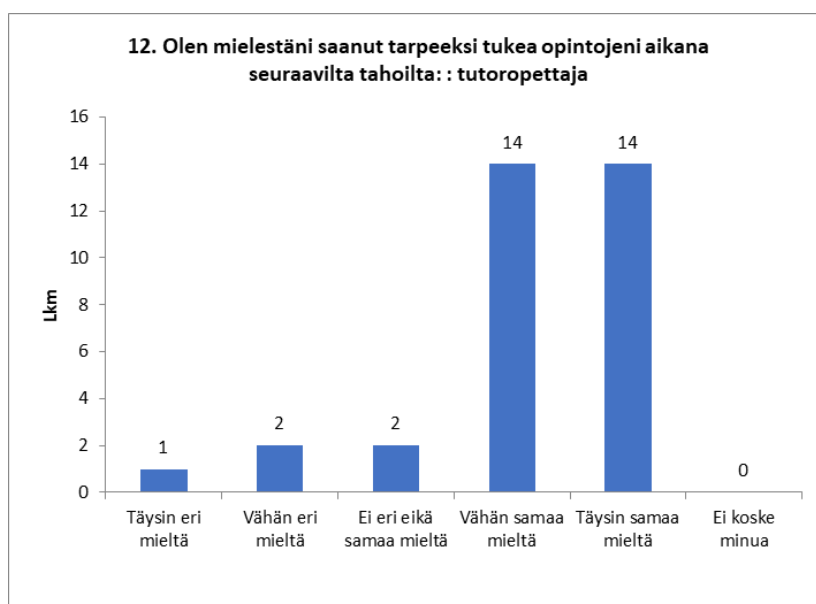


KUVIO 27. Opintojen keskeyttämisen harkinta (n=32)

Seitsemän vastaajaa on jossain kohtaa opintoja harkinnut opintojen keskeyttämisestä. Esimerkiksi lukuvuonna 2015-2016 ammattikorkeakouluopiskelijoista 7,2 % keskeytti opintonsa ja yleisesti opintojen keskeyttäminen oli vähentynyt jo neljättä vuotta peräkkäin (Tilastokeskus 2018). Opintojen keskeyttämisestä harkinneilta kysyttiin myös, mitkä asiat ovat vaikuttaneet siihen, etteivät he ole keskeyttäneet opintoja. Vastauksissa ei ollut havaittavissa mitään yhtä selkeää linjaa mutta erilaisia syitä lueteltiin, ja niitä olivat: se, ettei opinnoista enää puuttunut paljoa, tieto siitä, että oman elämän haasteet vaikuttivat keskeyttämisajatuksen, ei kokemus väärästä alasta, päihde- ja mielenterveysongelmien selviäminen, ensikertalaisuuden menettäminen yhteishaussa, että olisi edes joku ammatti, tarve vain saada paperit ulos, ja kokemus siitä, että mieluummin opiskelee, kun ei ole keksinyt muutakaan.

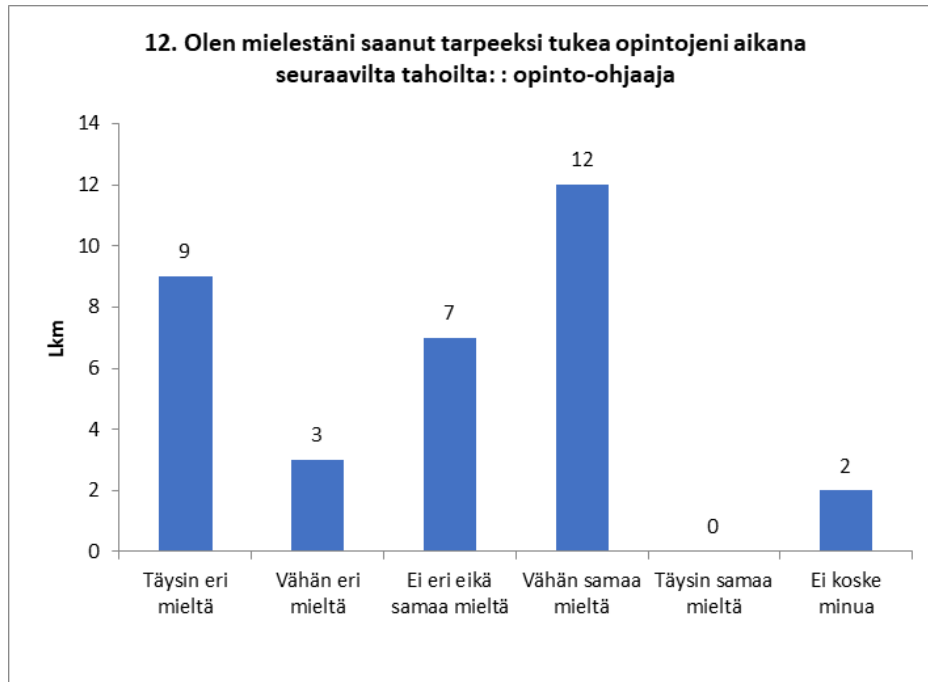
4.3 Tuki

Seuraavassa osiossa kaikki 33 vastaajaa ovat arvioineet, ovatko he mielestään saaneet tarpeeksi tukea eri tahoilta kouluympäristössä. Näitä arvioitiin viisiportaisella Likert-asteikolla, jossa ääripäät ovat *täysin eri mieltä* ja *täysin samaa mieltä*.



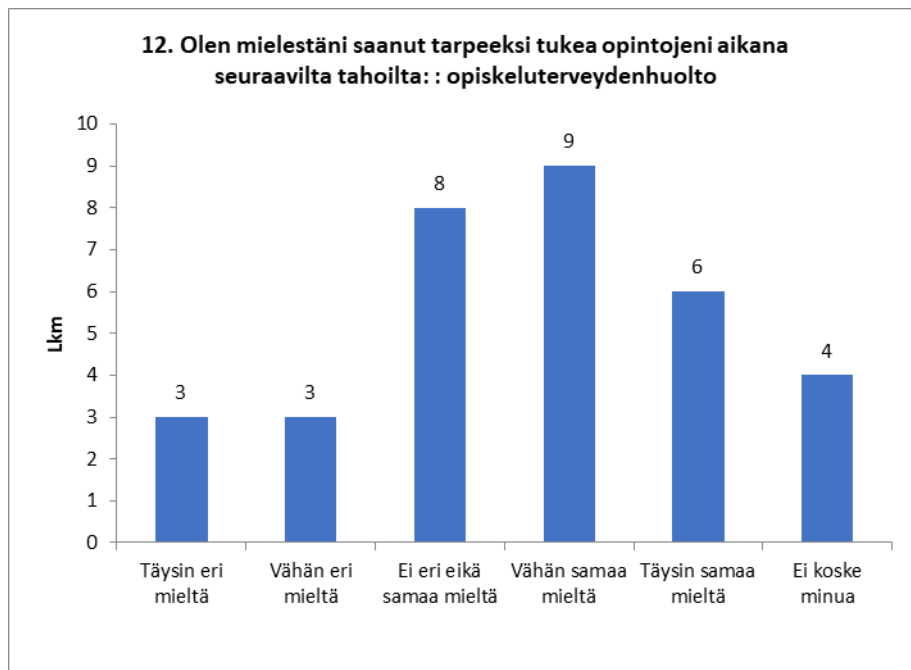
KUVIO 28. Tuki tutoropettajalta (n=33)

Suurin osa vastaajista (28) kokee saaneensa riittävästi tukea tutoropettajaltaan. Tutoropettaja onkin yleensä melko tiiviisti tekemisissä ryhmänsä kanssa, ja on usein helpoimmin lähestyttävä opettaja opiskelijalle.



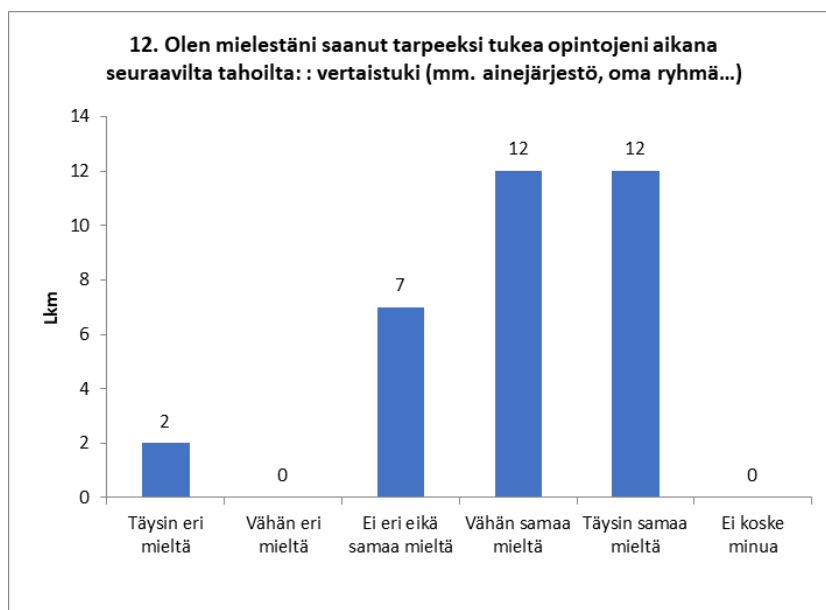
KUVIO 29. Tuki opinto-ohjaajalta (n=33)

Kaksitoista vastaajaa kokee saaneensa ihan riittävästi tukea opinto-ohjaajalta. Myös kaksitoista vastaajaa kokee, ettei ole saanut riittävästi tukea opinto-ohjaajalta. Onko tukea haettu, mutta ei ole saatu, vai onko sitä edes osattu hakea? Tulisiko opinto-ohjaajan tarjota tukeaan enemmän ja konkreettisemmin? Onko siihen resursseja?



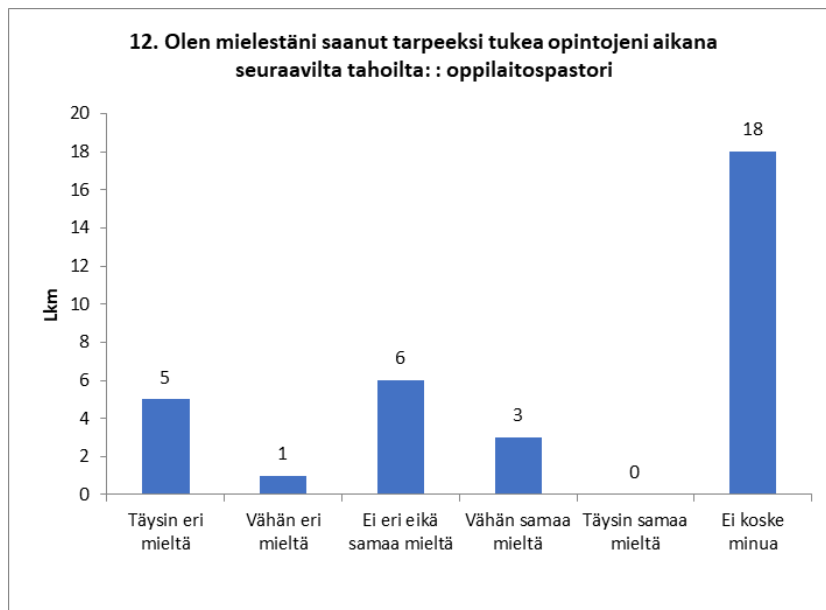
KUVIO 30. Tuki opiskeluterveydenhuolloilta (n=33)

Melkein puolet vastaajista (15) kokee saaneensa ihan riittävästi tai riittävästi tukea opiskeluterveydenhuollosta. Opiskeluterveydenhuolto on tärkeä ”yhteistyökumppani” ammattikorkeakouluille, sillä siellä opiskelijoille on tarjolla myös matalan kynnyksen apua ja tukea, sitä kuitenkin pitää osata itse hakea ja pyytää.



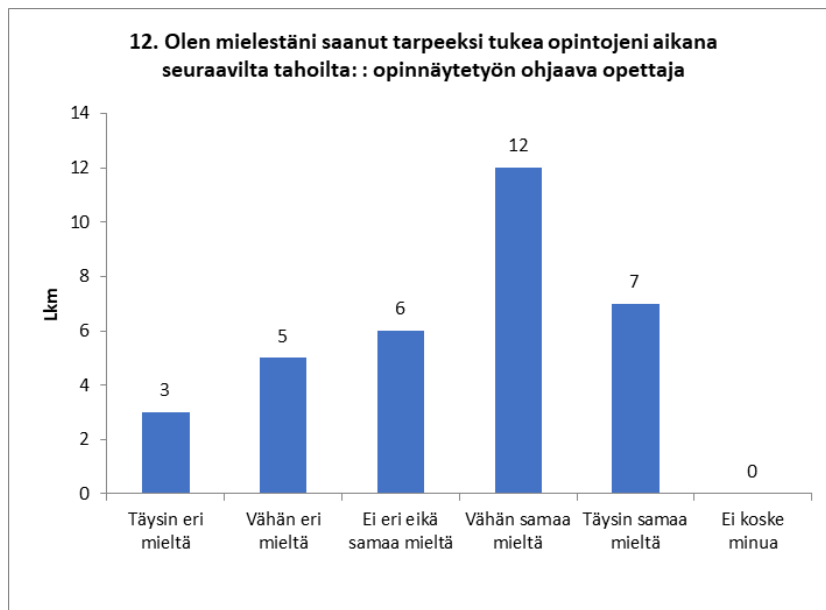
KUVIO 31. Vertaistuki (n=33)

Reilusti yli puolet vastaajista (24) kokee saaneensa ihan riittävästi tai riittävästi vertaistukea. Yhteishenki ja ryhmän tuki on tullut myös muissa kysymyksissä esille vahvana vaikuttajana opintojen etenemisessä ja valmistumisessa ajallaan. Vain kaksi on eri mieltä, mutta he ovat täysin eri mieltä. Herää kysymys, että olisivatko he kuitenkin kaivanneet vertaistukea? Ovatko he jääneet tahtomattaan ulkopuolelle?



KUVIO 32. Tuki oppilaitospastorilta (n=33)

Yli puolet vastaajista (18) kokee ettei asia koske heitä. Olisiko hyödyksi, että oppilaitospastori tulisi opiskelijoille entistä näkyvämmäksi ja helpommin lähestyttävämmäksi? Koetaanko pastori vain hengellisen puolen apuna?



KUVIO 33. Tuki opinnäytetyön ohjaavalta opettajalta (n=33)

Yli puolet vastaajista (19) kokee saaneensa ihan riittävästi tai riittävästi tukea opinnäytetyön ohjaavalta opettajalta. Kahdeksan vastaajista ei koe saaneensa tukea riittävästi. Opinnäytetyö oli osalla opintojen viivästymisen syynä, ja osa opinnäytetyön prosessia on ohjaus ja opettajan tuki, on kuitenkin yksilöllistä kuinka paljon ohjausta kaipaa.

Kehitysehdotukset

Opiskelijoilta kysyttiin myös kehitysehdotuksia tavoiteajassa valmistumisen tukemiseen koulun puolelta. Ehdottomasti eniten toivotaan *joustavuutta opintoihin*, esimerkiksi kurssien itsenäiseen suorittamiseen, vaihtoehtoisia tapoja suorittaa kurssit, jos esimerkiksi aikataulu tai suoritustapa ei sovi itselle, ja lisää kesäopintomahdollisuuksia.

Enemmän joustavuutta opintoihin ja mahdollisuuksia suorittaa kursseja itsenäisesti tai vaihtoehtoisella tavalla.

Enemmän kaivataan myös *ohjausta opettajilta* ja *lisää tietoa* opintoihin ja valmistumiseen liittyvissä asioissa. Ohjausta kaivataan automaattisesti eikä vain pyynnöstä. Osa kaipaa myös sitä, että opiskelijoista pidettäisiin enemmän huolta ja kyseltäisiin perään, ja jopa patistettaisiin. Toisaalta toivotaan myös sitä, että enemmän tuotaisiin esille oman jaksamisen tärkeyttä. Opinnäytetyön prosessia toivotaan alkavaksi jo toisen opiskeluvuoden aikana.

Keskusteluaikoja opintojen etenemisestä herkästi heti, kun niiden suorittaminen viivästyy opiskelijan omasta aikataulusta.

Noh mun mielestä pitäis nimenomaan tukea siinä, että kaikki ottaa oman aikansa, ettei suorituspainet vie burnouttiin jo ennen valmistumista.

Opinnäytetyöprosessin aikana olisi mukavaa, jos opettaja näyttäisi kiinnostustaan esimerkiksi kyselemällä missä vaiheessa mennään.

Yleisesti ottaen opiskelijat siis kaipaavat enemmän luottoa opiskelijan itseohjautuvuuteen ja yksilöllisiin tapoihin ja kykyihin suorittaa opintoja. Toisaalta kaivataan tarvittaessa myös yksilöllisempää ja tiiviimpää ohjausta ja tukea.

5 POHDINTA

5.1 Tulosten ja aiheen tarkastelua

Opinnäytetyön tarkoituksena oli siis selvittää sosionomiopiskelijoiden näkemyksiä sekä opintoja edistävästä, että hidastavista tekijöistä. Lisäksi haluttiin selvittää opiskelijoiden kokemus eri tukimuotojen riittävydestä ja kehitysehdotuksia opintojen etenemisen tukemiseen koulun puolelta.

Opintoja edistävät ja hidastavat tekijät

Opintoja edistävästä tekijöistä keskeisimmiksi nousivat *motivaatio* ja *ryhmähenki*. *Motivaatioon* liittyy kokemus oikeasta alasta, mielekkäät opinnot ja laadukas opetus. Myös aikataulut ja omat opiskelutaidot oli koettu vaikuttaviksi tekijöiksi, ja niilläkin on yhteys opiskelumotivaatioon. Vuoden 2016 Eurostudent VI - tutkimus toi myös opiskelijan oman asenteen, motivaation ja opiskelutaidot tärkeimmiksi opintoja nopeuttaviksi tekijöiksi, ja näin oli arvioinut yli 40 % kaikista opiskelijoista (Ohjaus ja opintojen eteneminen 2017, 20). Motivaatio onkin tärkeä tekijä ylipäänsä missä tahansa elämän osa-alueella, eikä vähiten juuri opiskeluissa ja työelämään suunnatessa. Olisi myös tärkeää, että motivaatio on niin sanotusti sisäsyntyistä, että tekeminen ja panostaminen kumpuaa silkasta omasta halusta ja mielenkiinnosta eikä ulkoisen pakon tai paineen kautta (Kuinka olla tarpeeksi hyvä – sisäinen ja ulkoinen motivaatio 2020).

Ihanteellista olisi, että myös työhön suuntauduttaisiin sisäisen eikä ulkoisen motivaation perusteella, jolloin työ koettaisiin mielekkäänä ja arvokkaana eikä pelkästään rahan lähteenä. Tästä syystä on myös tärkeää jo opintojen aikana kokea ala oikeaksi ja sellaiseksi, jota haluaa ja jaksaa tulevaisuudessa tehdä. Myös opinnoissa viivästyneet olivat pääsääntöisesti kokeneet motivaation opintoihin hyvänä, eli se ei ollut selkeä syy viivästyneille opinnoille.

Kokemus oikeasta alasta on ehdottomasti yhteydessä opiskelumotivaatioon. Vastauksissa tuli ainakin muutamia mainintoja siitä, että alan sopivuus tai kiinnostavuus on mietityttänyt, mutta ei ole keksinyt muutakaan, ja mieluummin tekee jotain ja valmistuu edes johonkin ammattiin. Tulevaisuuden näkymät ovat

silloin varmasti aika epävarmat. Toisaalta moni myös keskeyttää opinnot tässä kohtaa, eikä edes ulkoiset motivaation syyt saa jatkamaan. Suurin osa sosionomiopiskelijoista kuitenkin koki alan oikeaksi. Motivaatio, opintojen mielekkyys ja opetuksen laatu oli koettu pääosin hyväksi myös opinnoissa viivästyneiden opiskelijoiden kannalta, mikä on varmasti oppilaitokselle hyvää ja toivottavaa palautetta.

Tavoiteajassa valmistuvista kaksi vastasi, että motivaatio ei ole vaikuttanut valmistumiseen millään lailla. Sitä voi selittää se, että motivaationa on kyllä ollut valmistua, mutta itse opinnot eivät ole motivoineet. Joskus opiskelumotivaatiokin saattaa olla ulkoista ja välillistä, esimerkiksi jokin ei niin mieluinen kurssi suoritetaan rimaa alittaen eikä välttämättä jakseta sisäistää sen sisältöä, sillä mielenkiintoa tai tarvetta siihen ei koeta. Myös liian haastavat tai turhan helpot opintokokonaisuudet voivat syödä motivaatiota. On yksilöllistä, miten haasteellisuuden merkitys koetaan, lisääkö se mielekkyyttä vai turhauttaa? On ihan luonnollista, että eri kurssit ja opintojen osa-alueet koetaan eri tavalla, ja motivaatio voi olla erilainen eri sisältöihin. Tärkeintä on säilyttää motivaatio taustalla. Opetuksen laatu tai opintokokonaisuuksien haasteellisuus ei kuitenkaan ollut selkeä tekijä sosionomiopiskelijoiden opintojen viivästyymiseen kuin muutamalla.

Ryhmähenki oli toinen esille noussut selkeä tekijä opintojen nopeaan etenemiseen. Opiskeluilmapiiri ja ryhmähenki ovatkin tärkeitä asioita useimmille, oppiminenkin tapahtuu paljon myös ryhmän kanssa. Hyväksi koettu opiskeluilmapiiri vaikuttaa ryhmähenkeen ja toisin päin. Lisäksi omat sosiaaliset suhteet oli koettu hyväksi, ja niillä olleen opintoja edistävä vaikutus. Myös Eurostudent VI -tutkimuksessa ilmeni, että vastaajat ovat pääosin tyytyväisiä opiskeluympäristöön, opintokokonaisuuksiin ja opetuksen laatuun, ja pitävät niitä merkittävinä tekijöinä opintojen nopeaan etenemiseen (Ohjaus ja opintojen eteneminen 2017, 26, 30).

Mielenkiintoista olisi pohtia digitalisoituneen opiskelun vaikutuksia opiskelijoiden, ja miksei opettajienkin, kokemaan yhteisöllisyyteen ja sosiaalisiin suhteisiin. Nykyään ollaan yleisesti ottaen jo aika valveutuneita digimaailman käyttäjiä, eikä pelkästään nuoret vaan kaikenikäiset osaavat jo toimia verkossa ja erilaisissa

sosiaalisissa medioissa, tiedonhaku tapahtuu paljon sitä kautta ja myös sosiaalisten suhteiden ylläpito. Eri ikäryhmille, ja tietysti myös yksilöllisesti saattaa yhteisöllisyys ja sen kokeminen verkossa olla kuitenkin erilainen.

Opettajien ja koulutuksen joustavuus sai kiitosta tavoiteajassa valmistuneilta, mutta toisaalta sitä toivottiin kehitysehdotuksissa lisää. Ilmeisesti kokemus jakautuu aika kahtia, ja onkin yksilöllistä, kuinka paljon ohjausta ja opettajien tukea opiskelija tarvitsee. Itseohjautuvuus on ammattikorkeakouluopinnoissa hyvä piirre, mutta erilaiset yllättävätkin tilanteet ja elämänmuutokset voivat lisätä opiskelijan tuen tarvetta ja joustoa opintoihin.

Hyvinvoinnin, jaksamisen ja mielenterveyden ongelmat koettiin suurimpana tekijänä opintojen viivästyymiseen, ja iso osa koki myös *stressin* vaikuttaneen. Eurostudent VI-tutkimuksessa yhtenä tutkittavana tekijänä oli yleisesti vain terveydentila, ja 17,7 % ammattikorkeakouluopiskelijoista oli vastannut sen hidastaneen opintoja (Ohjaus ja opintojen eteneminen 2017, 20). Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen mukaan henkisen hyvinvointinsa muuta kuin hyväksi koki kolmasosa opiskelijoista. Myös stressiä runsaasti koki kolmasosa opiskelijoista, ja yleisimmin sitä aiheutti esiintymisvaikeudet ja vaikeus saada otetta opiskelusta. Stressinhallintaan apua toivoi neljäsosa. (Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016, 31, 36, 47.) Stressi on kehämäinen oire, joka ruokkii muita psyykkisiä oireita, kuten ahdistusta ja jännittyneisyyttä, ja toisaalta psyykkiset ja fyysiset vaikeudet ja niiden vaikutus opintojen etenemiseen aiheuttaa helposti stressiä.

Eniten hidastavaksi tekijäksi Eurostudent VI -tutkimuksessa nimettiin toimeentulon järjestäminen (Ohjaus ja opintojen eteneminen 2017, 20 – 21). *Taloudelliset ongelmat ja työssäkäynti* jakautuivat selvästi tuloksissa. Mahdollista on, että työssäkäyvät eivät koe taloudellisia ongelmia, mutta sen sijaan itse työssäkäynti aiheuttaa haittaa, ja päinvastoin. Työssäkäynti opiskelun ohella voi olla sekä hyödyksi että haitaksi, tai molempia. Alan työ voi toisaalta tuoda hyvää kokemusta ja motivaatiota opintoihin, mutta viedä aikaa opiskelulta ja näin hidastaa niiden etenemistä. Alan töihin pääsy opiskeluaikana ei myöskään ole itsestäänselvyys, ja ei niin mieluisan työn teko pelkän toimeentulon turvaamiseksi voi olla raskasta.

Haasteet opinnäytetyön kanssa koettiin yhtenä opintojen viivästymisen tekijänä. Myös tavoiteajassa valmistuvista muutama mainitsi opinnäytetyön olleen haasteena. On yksilöllistä ja osittain sattumankin kauppaa, kuinka hyvin opinnäytetyöprosessi lähtee liikkeelle: löytyykö aihe työlle helposti ja luontevasti, vai viekö se aikaa? Jos mukana on yhteistyökumppani tai työpari, osuuko aikataulut yhteen ja eteneekö työ vauhdilla vai takkuaako se? Omilla opiskelutaidoilla on myös iso merkitys opinnäytetyöprosessin aikana.

Tavoiteajassa valmistuvien haasteet

Tavoiteajassakin valmistuvat olivat kokeneet haasteita valmistumisen tiellä, joista yleisimpänä koettiin *jaksamisen ongelmat* ja *työssäkäynti* opintojen ohella. Jaksamisen ongelmat mielenterveyden ongelmien muodossa olivatkin opinnoissa viivästyneillä yleisin syy opintojen hidastumiseen. Onkin hyvin yksilöllistä, millaiset voimavarat yksilöllä on käsitellä vastaan tulevia haastavia elämäntilanteita tai terveydentilan muutoksia. Toiset kykenevät haasteista huolimatta suorittamaan ainakin pakolliset asiat, toiset taas voivat lamaantua täysin.

Tukimuotojen riittävyys ja kehitysehdotukset

Eri tuen muodot koettiin pääsääntöisesti riittäviksi, mutta esimerkiksi oppilaitospastorin ja opinto-ohjaajan rooli jakoi mielipiteitä. Opintojen ohjausta ja yksilöllistä tukea toivottiin oppilaitoksen puolelta lisää, ja opinto-ohjaajalla on tähän opettajien lisäksi resursseja. Ovatko resurssit kuitenkin riittävät vai onko ongelma siinä, että opiskelijat eivät ymmärrä tai kykene hakeutua opinto-ohjaajan puheille?

TAMKin oppilaitospastori on käytettävissä muun muassa erilaisissa kriisitilanteissa, luottamuksellisena keskusteluapuna, jaksamisen tukena, ja tarjoaa jopa parisuhdeneuvontaa. Lisäksi hän voi järjestää erilaisia retkiä, tapahtumia, oppitunteja ja luentoja. (Seurakuntien oppilaitostyö 2020). Oppilaitospastori jää kyselyn tulosten perusteella monelle todella kaukaiseksi henkilöksi, onko tähän syynä hengellinen asema vai vaan tietämättömyys? Oppilaitospastori yleensä käy esittelemässä itsensä jokaiselle vuosikurssille

opintojen alkaessa, mutta ei ainakaan omien opintojeni aikana näkynyt koulun arjessa sen enempää.

Kehitysehdotuksista tärkeimmiksi mainittiin joustavuuden ja opettajien ohjauksen lisääminen. Kuten jo aiemmin tuli esille, opettajien ja koulutuksen joustavuus toisaalta sai kiitosta tavoiteajassa valmistuvilta. Kokemus voi olla hyvin erilainen, sillä jokaisen opiskelijan ohjaustarpeet ovat yksilölliset.

Kehittämisaajatukset

Näiden tulosten ja pohdinnan pohjalta voisi siis yhtenä kehittämisajatukseksi tuoda esille opintojen ohjauksen ja tukemisen lisäämisen entisestään, erityisesti niin sanotuissa nivelvaiheissa, kuten heti opintojen alkaessa, työharjoitteluja ennen, opinnäytetyöprosessin alkaessa ja työelämään siirtyessä sekä opiskelijan kohtaamissa elämäntilanteen muutoskohdissa tai haasteiden ilmaannuttua.

Ohjaus voisi tapahtua entistä henkilökohtaisemmalla tasolla, ja sitä myös tarjota nykyistä herkemmin. Esimerkiksi HOPS-tapaamisia voisi olla aiempaa useammin ja yrittää velvoittaa opiskelijan saapumaan niihin. Aikaa voisi käyttää opiskelijan tarpeen mukaan, hyvässä ja selkeässä tilanteessa oleva opiskelija ei välttämättä tarvitsisi niin paljon aikaa, jolloin heiltä jäisi aikaa enemmän niille, jotka sitä enemmän tarvitsevat. Myös opinto-ohjaajan kanssa voisi olla ihan suunniteltuja tapaamisia jokaisen opiskelijan kohdalla, tai ainakin tähän tuoda selkeä ja kannustava mahdollisuus säännöllisesti opintojen aikana, eikä jättää yhteydenottoa täysin opiskelijan vastuulle. Tämä tietysti vaatii oikeanlaiset resurssit opettajille ja opinto-ohjaajille. Ennaltaehkäisy olisi kuitenkin tärkeää tässä, sillä usein opiskelija saattaa hakeutua opinto-ohjaajan tai opettajan puheille vasta kun tilanne on jo mennyt hankalaksi.

Opettajat ja opinto-ohjaaja voisivat toteuttaa vielä nykyistäkin enemmän uraohjausta opintojen aikana. Yleensä ohjausta annetaan määriteltyjen tuntiresurssien mukaan, mutta Erja Kuurilan kasvatustieteen väitöstutkimuksen (2014) mukaan edullisinta olisi, jos urastaan epävarmat opiskelijat tunnistettaisiin jo heti opintojen alkaessa, ja ohjausta suunnattaisiin erityisesti heihin. Ohjausta tulisi olla tarjolla opiskelijan kokeman tarpeen mukaisesti, ja uraohjaus tulisi mieltää prosessina, joka kestää koko opintojen ajan. (Kuurila 2014, 31.) Omasta

opiskelijan näkökulmastani työelämäyhteistyö TAMKin sosionomilinjalla on jo todella näkyvää ja monimuotoista. Kuurilan väitöksen tulosten perusteella työelämäyhteistyötä tulisi yleisesti kuitenkin hyödyntää vielä aiempaa enemmän, ja varsinkin opinnäytetyöaiheiden nouseminen useammin työelämän puolelta kuin opiskelijan omista aiheista syventäisi työelämäyhteistyötä (Kuurila 2014, 136).

Toisena kehittämisajatuksena mietin koulusosionomin mahdollisuuksia myös ammattikorkeakouluympäristössä, esimerkiksi opinto-ohjaajan tai opettajankin työparina. Koulusosionomi on matalan kynnyksen auttaja koulumaailmassa, jossa opettajien kasvatusvastuu on lisääntynyt ja työ muuttunut haasteellisemmaksi. Opettajat usein kaipaavat kouluun henkilöä, joka voisi hoitaa tilanteita, jotka vaativat välitöntä puuttumista ja purkamista, ja opettaja voisi jatkaa opetusta ilman että asian selvittelyyn menevä aika on kaikilta lapsilta tai nuorilta pois. (Koulusosionomi on matalan kynnyksen auttaja 2015.)

Koulusosionomi on vielä suhteellisen tuore tehtäväalue sosionomeille, mutta jotkut kunnat ovat jo palkanneet heitä (Koulusosionomi tukee koko luokan hyvinvointia 2018). Tampereella ensimmäiset koulusosionomit aloittivat työnsä syksystä 2019 alkaen (Aamulehti 2020). Koulusosionomilla olisi mitä parhain kokemus, samaistumispinta ja ammattitaito myös korkeakouluopiskelijoiden haasteisiin ja tuen tarpeisiin vastaamiseen. Koulusosionomi olisi helposti lähestyttävä missä tahansa mieltä painavassa asiassa, ja olisi muutenkin läsnä mahdollisimman paljon opiskelijoille.

Kolmantena kehittämisajatuksena pohdin mielenterveyspalveluiden entisestään madaltamista, ja jo olemassa olevista palveluista aktiivisesti opiskelijoille tiedottamista sekä mielenterveysongelmien stigman vähentämistä ottamalla asiaa herkästi puheeksi. Matalankin kynnyksen palveluita Tampereella jo on hyvin, mutta ollaanko niistä tietoisia, tai koetaanko ne helposti lähestyttäviksi?

TAMKissa ainakin verkkosivujen mukaan on kaksi hyvinvointiohjaaja-nimikkeellä toimivaa työntekijää, joiden työnkuvaan kuuluu matalan kynnyksen ohjaus ja tukeminen hyvinvointiasioissa. Heistä toisen kanssa olin opinnäytetyöni puitteissa yhteydessä joulukuussa 2019, mutta palatessani asiaan nyt

toukokuussa 2020, ei sähköpostiosoite enää ollut käytössä, joten asia jäi vähän mysteeriksi. Ajatuksena hyvinvointiohjaaja ammattikorkeakoulussa on mielestäni oikein hyvä, ja toivon ettei siitä ole ainakaan luovuttu.

Nykyään on käytössä erilaisia sosiaalisen median kanavia, joita varsinkin nuoret ja opiskelijat käyttävät. Näitä voisi hyödyntää myös tukipalveluista tiedottamiseen. Esimerkiksi mahdollisella koulusosionomilla tai hyvinvointiohjaajalla voisi olla oma Instagram- tai Facebook-tili, jonka kautta hän olisi opiskelijoiden luonnollisessa ympäristössä muistuttamassa itsestään, matalan kynnyksen yhteydenottokanava voisi olla myös WhatsApp. Sähköpostia osa opiskelijoista voi olla huonoja lukemaan sen paljouden vuoksi, mutta tiedon on tärkeää olla saatavilla säännöllisesti myös sitä kautta.

Elokuussa 2019 Tampereella avautui Opiskelijahelppari, uusi matalan kynnyksen maksuton palvelu opiskelijoille. Sen on suunnitellut yhdessä tamperelainen erilaisia sosiaalialan palveluita tuottava Treili Oy, Tampereen opiskelija-asuntosäätiö ja Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö ja se sijaitsee opiskelija-asuntosäätiön tiloissa lähellä opiskelijoita. Sinne voi mennä, kun kokee jaksamisen haasteita. Ajan voi varata etukäteen tai mennä käymään aukioloaikoina. Opiskelijahelppari tarjoaa 5-10 kerran yksilövalmennusta, soittavat kolmen kuukauden päästä viimeisestä käynnistä ja ohjaavat tarvittaessa muihin palveluihin. (Opiskelijahelppari 2020.) Opiskelijahelppari on hieno esimerkki matalan kynnyksen palveluista opiskelijoille.

Neljäntenä kehittämisajatuksena tulee mieleen opiskelijoiden toiveet vaihtoehtoisista tavoista suorittaa kursseja. Esimerkiksi sosionomikoulutuksessa on jo valmiiksi olemassa luovien ja toiminnallisten asiakastyömenetelmien kursseja, joita voisi ehkä jotenkin käyttää hyödyksi muiden kurssien suorittamiseen, tai ainakin ammentaa sieltä erilaisia mahdollisuuksia, välineitä ja menetelmiä toteuttaa ja näyttää osaamisensa.

Viidentenä kehittämisajatuksena on sekä oman kokemuksen että kyselyn vastausten perusteella panostaminen opinnäytetyön itsenäiseen vaiheeseen, ja varsinkin sen alkuun, varsinkin niillä, joille se tuntuu hankalalta, ja joilla ei ole selkeää kuvaa opinnäytetyön aiheesta tai ylipäänsä prosessiin lähtemisestä.

Oppilaitoksen puolelta on tarjolla erilaisia opinnäytetyöpajoja, mutta nekin voivat tuntua pelottavilta paikoilta ainakin alkuvaiheessa, ja ne eivät välttämättä ajoitu sopivasti opiskelijoiden alkukankeuden kannalta. Opiskelijoita voisikin kannustaa, ja opiskelijat itse motivoitua järjestämään jonkinlaisia tukiryhmiä keskenään. Opettajan kannustus tähän voisi olla hyvä lähinnä siltä kannalta, että opiskelijoista ei kukaan välttämättä uskalla ehdottaa. Jos alkusysäys tulisi opettajalta, voisi useamman olla helpompi ilmoittautua halukkaaksi toimintaan.

Vielä yksi ajatus liittyy opiskelijan rahallisiin tukiin. Se on aiheena sellainen, josta on jo niin paljon tutkimustietoa, ja joka on varmasti tiedossa kaikilla tahoilla, että varsinaisia konkreettisia kehittämisajatuksia en siihen lähde sen enempää avaamaan. On kuitenkin fakta, että juuri opiskelijan riittämättömät rahalliset tuet ajavat monet töihin opiskeluiden ohella, jolloin kärsii usein sekä opiskelija että opinnot, ja sen myötä myös oppilaitos.

Myös Helsingin yliopiston ylioppilaskunnan asiantuntija Sofia Lindqvist näkee, että opiskelijoiden mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet sen jälkeen, kun opintoraha on heikentynyt, tukikuukausia rajattiin ja tutkinnon suoritusajat tiukentuivat, mutta samalla elintaso ja vuokrien hinnat ovat nousseet. Rahallisesta tuesta hieno esimerkki on juuri Helsingin yliopiston Valo-rahoitus, joka myöntää tukea opiskelijoiden psykoterapiaan vuosittain, vuoteen 2018 mennessä yhteensä jo yli 10 000 käyntikertaa. (Mielenterveysongelmista kärsii yhä useampi opiskelija – lahjoitusraha auttaa pitkissä hoidoissa 2018.)

Jatkotutkimusideat

Jatkotutkimusideana kiinnostava voisi olla ainakin oppilaitospastorin rooli ja mahdollisuudet opiskelijoiden opintojen tukemisessa. Olisi mielenkiintoista kuulla esimerkiksi oppilaitospastorin työnkuvaa konkreettisemmin, pastorin omia näkemyksiä oppilaitostyöstä ja opiskelijoiden näkemyksiä ja kokemuksia siitä. Myös opinto-ohjaajien näkökulma resursseista ja niiden riittävydestä, mahdollisuuksista ja mahdollisista toiveista ja kehittämisajatuksista opiskelijoiden ja opintojen tukemiseen olisi mielenkiintoinen jatkotutkimuskohde. Opiskelun digitalisoitumisen vaikutuksia opiskelijoiden kokemaan yhteisöllisyyteen voisi myös olla jatkossa mielenkiintoista tutkia.

Loppupohdinta

Opiskelijoista kolmasosa kokee runsaasti stressiä, eikä ihme. Opiskelijan elämänvaihe on kenties yksi haastavimpia ja moniulotteisimpia elämän varrella. Opiskelumaailmakin on moniulotteinen ja varsinkin tällä hetkellä murroksessa ja jonkinlaisessa käännekohdassa digitalisoitumisen myötä. Onneksi kehitystä tapahtuu jatkuvasti kaikilla tässäkin työssä mainituilla osa-alueilla ja opiskelijat, tutkijat ja asiantuntijat pitävät huolen siitä, että opiskelijoidenkin haasteet ja toiveet ovat selvityksen alla ja näkyvillä säännöllisin väliajoin. Opintojen eteneminen ja onnistuminen on monen asian summa, eikä se ole kiinni pelkästään opiskelijasta itsestään. Olisi hyvä, jos opiskelijalle löytyisi armollisuutta – sekä itseltään että muilta.

5.2 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön aiheeseen sain vinkin opinto-ohjaajaltani, ja innostuin siitä välittömästi, vaikka sitä ennen aiheen mietintä ja valinta oli tuottanut suuria vaikeuksia. Varsinkin kun itselläni on samaistumispintaa opinnäytetyöni aiheeseen, on sitä ollut erityisen mielenkiintoista tehdä, ja se on ollut myös eräänlaista vertaistukea itselleni, kun aiemmista tutkimuksista ja myös oman alan tuloksista viimeistään ymmärsin opintojen viivästymisen olevan jopa aika yleistä. Teoreettinen viitekehys työlle syntyi aiemmista tutkimuksista, joista valikoitui oman teoriaosuuteni aihealueet, joten en koe, että oma kokemukseni olisi vaikuttanut niihin. Tuloksia olen tulkinnut myös ilman ennakkokäsitystä. Pohdinnassa ja analysoinnissa saattaa näkyä painotetusti oma kiinnostukseni erityisesti mielenterveysongelmia kohtaan.

Luvan opinnäytetyöhön hain ja sain TAMKilta tutkimuslupahakemuksella. Kyselylomakkeessa kerroin mihin tarkoitukseen tietoa kerätään, ja että kysely on anonyymi eikä valmiissa työssä vastaajat ole tunnistettavissa muuta kuin oppilaitoksen ja ryhmän osalta. Vastaajien taustatietoja (ikä, sukupuoli) ei kysytty, sillä niiden merkitys ei tämän työn kannalta ole oleellinen. Kyselyyn saadut vastaukset hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua.

Aineiston käsittelyssä tutkimuseettisesti keskeisintä on anonymiteetin säilyminen ja luottamuksellisuus. Tutkittavien henkilöllisyys ei tuloksia esitellessä saisi paljastua, joskus kuitenkin esimerkiksi tutkittavien lähipiiriin voi olla mahdollista tunnistaa yksittäisen henkilön vastauksia. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Opinnäytetyön tekijän tulee kiinnittää huomiota erityisesti tuloksista esille tuotujen sitaattien tarpeellisuuteen ja merkitykseen työn kannalta sekä niiden esitystapaan.

Opinnäytetyön tiedonkeruun tulee olla avointa ja julkista, kohdehenkilöiden tulee tietää mitä varten tietoja kerätään, ja mihin niitä käytetään. Kaikki kerätty tieto tulee myös analysoida, eikä valikoida vain tutkimustulokselle suotuisia vastauksia tai itseä kiinnostavia tuloksia. Tutkimusluvan antavat tutkittavat henkilöt itse suostumalla kyselyyn, mutta osallistumisensa voi myös perua milloin tahansa. (Koivula, Suihko & Tyrväinen 2003, 53.) Kyselyyn on annettu reilusti vastausaikaa, ja siihen on saanut käyttää aikaa haluamansa määrän, joten ulkopuolista painetta siitä tai ylipäänsä kyselyyn osallistumisesta ei ole ollut.

Tulosten analysointi oli mielenkiintoinen vaihe, ja sen myötä nosti motivaatiota koko työn tekemiseen ja kirjoittamiseen. Kyselylomakkeen kysymyksiä olisi voinut hioa vielä vähän lisää, jotta muutamia virheellisiä vastauksia ei olisi tullut. Toisaalta ne olisi voinut tulla silti, eivätkä ne juurikaan vaikuttaneet tuloksiin, myös niistä vastauksista sai lopulta ihan arvokasta tietoa. Yksi vastaaja oli tehnyt tietoisin valinnan vastata myös hänelle niin sanotusti kuulumattomiin kysymyksiin, mutta sekään ei haitannut, ja antoi vastauksia tutkimuskysymyksiin. Koen, että tuloksia olisin voinut analysoida vieläkin enemmän ja ajan kanssa verrata yksittäisen vastaajan eri vastauksia keskenään saaden laajemman kokonaiskuvan. Keskeisimmät tulokset kuitenkin muodostuivat hyvin, ja vastasivat tutkimuskysymyksiin, joten olen tyytyväinen. Pienet muutoseikat jäivät häiritsemään, liittyen esimerkiksi pylväskuvioihin, joihin olisi voinut panostaa enemmän.

Kyselyyn vastaajien määrää pidän melko hyvänä, sillä oletukseni on, että osa ryhmän opiskelijoista oli jo valmistunut eikä tavoitettavissa. Uskon vahvasti myös opiskelualan sisällä vallitsevaan solidaarisuuteen toista opiskelijaa kohtaan, ja

haluan ajatella, että suurin osa kyselypyynnön nähneistä on siihen myös vastannut. Työn tulokset eivät kuitenkaan ole yleistettävissä, sillä otanta on niin pieni ja perustuu vain yhden oppilaitoksen yhden alan opiskelijaryhmään. Kuitenkin yhtäläisyyksiä on aiempiin tutkimustuloksiin, ja näin ollen kyselyä voi pitää onnistuneena.

Koronavirus toi lisähaasteen tiedonhakuun, kun kirjastoon ei enää päässytäkään, ja oli pärjättävä niillä mitä oli aiemmin ehtinyt hankkia. Paljon tietoa löytyy nykyään myös verkosta, ja siellä haaste onkin tiedon paljous ja hankaluus valita. Tietolähteinä olen pyrkinyt käyttämään ensisijaisia, ja mahdollisimman tuoreita lähteitä. Vaikka kokonaismäärä saattoi jäädä suppeaksi, ja kansainväliset lähteet uupumaan, pidän määrää riittävänä. Kaiken kaikkiaan aiempaan tutkimusmateriaaliin ja muuhun teoretietoon olisin voinut tutustua jo hyvissä ajoin tiiviimmin, ahkerammin ja käyttää siihen enemmän aikaa. Loppujen lopuksi koen kuitenkin löytäneeni omaan työhöni sopivat teoreettiset viitekehukset ja tutustuneeni niihin riittävästi.

Suurimmat haasteet opinnäytetyön tekemisessä liittyivät omiin jaksamisen ja keskittymisen haasteisiin. Eri lähtökohdilla työ olisi varmasti onnistunut paremminkin, ja siihen olisi saanut panostettua enemmän. Ohjaavan opettajan tuki oli ensiarvoisen tärkeää työn valmistumisen kannalta. Tekstin olen pyrkinyt tarkistamaan mahdollisimman johdonmukaiseksi, mutta siihen liittyy silti suurimmat epävarmuuteni. Erityisen antoisaa oli pohtia työn pohjalta nousseita kehittämisajatuksia. Kaiken kaikkiaan olen ihan tyytyväinen opinnäytetyön lopputulokseen.

LÄHTEET

Aaltola, J. & Valli, R. 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 3. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Aamulehti. 2020. Nuorten kouluhyvinvointia lisää uusi keino Tampereella – Tarvittaessa Niko Torvinen menee vaikka kotiin teettämään tehtäviä, jotta koulunkäynti jatkuu. Luettu 15.5.2020. <https://www.aamulehti.fi/a/9e162b5e-082f-4e04-9bc0-43c2ca3d2587>

Ammattikorkeakoululaki. 2014. Finlex. Luettu 22.9.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20140932#L3P14>

Hyvän ohjauksen kriteerit. 2014. Opetushallitus. Hyvän ohjauksen kriteerit perusopetukseen, lukiokoulutukseen ja ammatilliseen koulutukseen. Opetushallitus. Luettu 23.9.2019. https://opintopolku.fi/wp/wp-content/uploads/2015/11/158918_hyvan_ohjauksen_kriteerit-1.pdf

Koivula, U-M., Suihko, K. & Tyrväinen, J. 2003. Mission: Possible. Opas opinnäytteen tekijälle. Pirkanmaan ammattikorkeakoulun julkaisusarja C. Oppimateriaalit. Nro 1. 2. uudistetun painoksen lisäpainos. Tampere.

Korkeakouluille uusi rahoitusmalli. 2019. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Julkaistu 17.1.2019. Luettu 23.9.2019. https://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/korkeakouluille-uusi-rahoitusmalli

Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus. 2016. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 48. Luettu 19.9.2019. https://www.yths.fi/filebank/4237-KOTT_2016_korjattu_final_0217.pdf

Koulusosionomi on matalan kynnyksen auttaja. 2015. Talentia-lehti. Julkaistu 20.4.2015. Luettu 15.5.2020. <https://www.talentia-lehti.fi/koulusosionomi-on-matalan-kynnyksen-auttaja/>

Koulusosionomi tukee koko luokan hyvinvointia. 2018. Talentia-lehti. Julkaistu 21.5.2018. Luettu 15.5.2020. <https://www.talentia-lehti.fi/koulusosionomi-tukee-koko-luokan-hyvinvointia/>

Kuinka olla tarpeeksi hyvä – sisäinen ja ulkoinen motivaatio. 2020. Suomen Mielenterveys ry. Luettu 6.5.2020. <https://mieli.fi/fi/mit%C3%A4-mielt%C3%A4/kuinka-olla-tarpeeksi-hyv%C3%A4-%E2%80%93-sis%C3%A4inen-ja-ulkoinen-motivaatio>

Kuurila, E. 2014. Uraohjaus ja urasuunnittelu ammattikorkeakouluissa. Turun yliopiston julkaisu. Sarja C, osa 384. Väitöskirja. Luettu 14.5.2020. <https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/98607/AnnalesC384KuurilaVK.pdf>

Mielenterveyden häiriöt. 2020. Suomen Mielenterveys ry. Luettu 25.3.2020. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/mielenterveyden-h%C3%A4iri%C3%B6t>

Mielenterveysongelmista kärsii yhä useampi opiskelija – lahjoitusraha auttaa pitkissä hoidoissa. 2018. Helsingin yliopisto. Luettu 15.5.2020. <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/terveys/mielenterveysongelmista-karsii-yha-useampi-opiskelija-lahjoitusraha-auttaa-pitkissa-hoidoissa>

Ohjaus ja opintojen eteneminen. 2017. Eurostudent VI –tutkimuksen artikkelisarja. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Julkaistu 22.8.2017. Luettu 22.9.2019.

<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80533/okm36.pdf>

Opintojen suunnittelu ja HOPS. 2019. Opiskelijan opas. TAMK käsikirja. Luettu 19.9.2019. <https://www.tuni.fi/opiskelijanopas/kasikirja/tamk?page=2271>

Opiskelijabarometri. 2014. Katsaus Korkeakouluopiskelijoiden opintoihin, arkeen ja hyvinvointiin. Opiskelun ja Koulutuksen tutkimussäätiö OTUS. Luettu 15.5.2020. <https://drive.google.com/file/d/0B9L1fvjudy3GTEN-wUnNKa0s1Zmc/view>

Opiskelijahelppari. 2020. Luettu 15.5.2020. <https://www.opiskelijahelppari.fi/>

Opiskelijoiden mielenterveys. 2019. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 13.9.2019. Luettu 13.5.2020. <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/opiskelijoiden-mielenterveys>

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto (verkkojulkaisu). Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Tampere. Luettu 11.5.2020. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_1_2.html

Seurakuntien oppilaitostyö. 2020. Opiskelijan opas. TAMK käsikirja. Luettu 5.5.2020. <https://www.tuni.fi/opiskelijanopas/kasikirja/tamk?page=3226>

TAMKin tutkintosääntö. 2019. Opiskelijan opas. TAMK käsikirja. Luettu 19.9.2019. <https://www.tuni.fi/opiskelijanopas/kasikirja/tamk?page=2264>

Terveyskirjasto. 2020. Kustannus Oy Duodecim. Stressi. Luettu 15.5.2020. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00976

Tilastokeskus. 2018. Koulutuksen keskeyttäminen väheni edelleen. Julkaistu 14.3.2018. Luettu 15.5.2020. https://www.stat.fi/til/kkesk/2016/kkesk_2016_2018-03-14_tie_001_fi.html

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 10. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Luettu 5.5.2020. <http://hanna.vilka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

Vuorinen, M. Karjalainen, M., Mylly, H., Talvi, U., Uusi-Rauva, E. & Holm, K. Opintojen Ohjaus korkeakouluissa -seuranta 2005. Korkeakoulujen arviointineuvosto. Verkkojulkaisu 5:2005. Luettu 5.5.2020. https://karvi.fi/app/uploads/2015/08/KKA_0505V.pdf

YLE. 2010. Työt ja masennus viivästyttävät opintoja ammattikorkeakoulussa. Luettu 23.5.2019. <https://yle.fi/uutiset/3-5489255>

6 LIITTEET

Liite 1. Kyselylomake

1 (4)

Kysely 16SO-ryhmälle

Hei, olen sosionomiopiskelija ja teen opinnäytetyötä koskien TAMK:in sosionomiopiskelijoiden valmistumista edistäviä ja hidastavia tekijöitä. Edistävät ja hidastavat tekijät voivat liittyä omaan henkilökohtaiseen elämäsi tai tulla koulumaailman puolelta ja liittyä itse opintoihin. Kysely on kohdistettu **16SO-ryhmälle**. Olisin kiitollinen, jos vastaat seuraavaan lyhyehköön kyselyyn. Olisi hienoa, jos annat aikaasi myös avoimille kysymyksille, sillä varsinkin niiden kautta saadaan tärkeää tietoa ja te äänenne kuuluviin. Kysely on anonyymi ja vastauksia ei käytetä muuhun kuin tähän opinnäytetyöhön, ja ne hävitetään asianmukaisesti heti kun ne on työtä varten analysoitu. **Aikaa kyselyyn vastaamiseen on kaksi viikkoa (19.12. asti).**

Valmistuminen

	kyllä ei
1. Oletko valmistumassa tavoiteajassa (3,5v)?	<input type="radio"/> <input type="radio"/>

Jos valmistut tavoiteajassa, vastaa seuraaviin KOLMEEN kysymykseen.

2. Jos olet valmistumassa tavoiteajassa, minkä asioiden koet edistäneen opintojesi etenemistä ajallaan?

Huomaathan, että palkkia siirtämällä näet kaikki vastausvaihtoehdot.

3. Seuraavat tekijät ovat vaikuttaneet valmistumiseeni ajallaan:		
	Täysin eri mieltä	Vähän eri mieltä Ei eri eik
hyvä opiskelumotivaatio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kokemus oikeasta alasta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
sopivan haasteelliset ja mielekkäät opintokokonaisuudet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
opetuksen laatu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
hyvä opiskeluympäristö	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
tuki oppilaitokselta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
hyvä oma taloudellinen tilanne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
oma yleinen hyvinvointi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
hyvät sosiaaliset suhteet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

(jatkuu)

4. Jos olet valmistumassa tavoiteajassa, oletko kokenut haasteita valmistua siinä ajassa, millaisia?

Jos opintosi viivästyvät, vastaa seuraaviin KAHTeen kysymykseen.

5. Jos et ole valmistumassa tavoiteajassa, mistä syystä?

Huomaathan, että palkkia siirtämällä näet kaikki vastausvaihtoehdot.

6. Seuraavat tekijät ovat vaikuttaneet valmistumiseni viivästymiseen:

	Täysin eri mieltä	Vähän eri mieltä
heikko opiskelumotivaatio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kokemus väärästä alasta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
opintojen haasteellisuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
opetuksen huono laatu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
riittämätön tuki oppilaitokselta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
taloudelliset vaikeudet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
työssäkäynti opiskelun ohella	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
huono fyysinen terveys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
mielenterveyden ongelmat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
stressi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
päihteiden käyttö	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
yksinäisyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
elämäntilanteen muutos (perheenlisäys, läheisen kuolema, ero tmv.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
hankaluudet opinnäytetyön kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Opintoaika

kyllä ei

7. Oletko hakenut lisää aikaa opintoihin?

8. Oletko tarkoituksella opintojen alkaessa tai opintojen keskellä suunnitellut itsellesi pidemmän opi

9. Jos olet tarkoituksella suunnitellut itsellesi pidemmän opintoajan, mistä syystä?

kyllä ei aion keskeyttää

10. Oletko koskaan harkinnut opintojen keskeyttämistä?

11. Jos olet harkinnut opintojen keskeyttämistä, mitkä asiat ovat vaikuttaneet siihen, että et ole keskeyttänyt?

Tuki

Huomaathan, että palkkia siirtämällä näet kaikki vastausvaihtoehdot.

12. Olen mielestäni saanut tarpeeksi tukea opintojeni aikana seuraavilta tahoilta: _____

	Täysin eri mieltä	Vähän eri mieltä	Ei eri eikä samaa mie
tutoropettaja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
opinto-ohjaaja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
opiskeluterveydenhuolto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
vertaistuki (mm. ainejärjestö, oma ryhmä...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
oppilaitospastori	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
opinnäytetyön ohjaava opettaja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

13. Mitä kehitysehdotuksia sinulla on tavoiteajassa

valmistumisen tukemiseen
koulun puolelta?

Tietojen lähetys

Tallenna

Kiitos ajastasi!
