

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Joensuu, M., Kopra, M. & Nivalainen, K. (2020) Mitä minä oikeasti osaan? Ohjauksella kohti yksilöllisiä urapolkuja. Teoksessa Isosuo, T., Joensuu, M., Klemola, J., Lignell, I. & Paavola, K. (toim.) Tukea urapolulle. Humanistinen ammattikorkeakoulu, s. 24 - 29.

URL: <https://www.humak.fi/julkaisut/tukea-urapolulle/>

Mitä minä oikeasti osaan?

Ohjauksella kohti yksilöllisiä urapolkuja



Maija Joensuu
Tampereen
ammattikorkeakoulu



Mirja Kopra
Tampereen
ammattikorkeakoulu



Kosti Nivalainen
Tampereen
ammattikorkeakoulu

asiasanat: uraohjaus, yksilölliset tuen tarpeet, ammattikorkeakouluopiskelijat, työelämätaidot, ohjaus

Ammattikorkeakouluopintojen aikana opiskelijat kehittävät sekä itsenäisesti että uraohjauksen avulla itsetuntemustaan, oman osaamisen tunnistamista sekä työelämä- ja opiskelutaitojaan. Opiskelijat tutustuvat alansa ammattitaitovaatimuksiin ja alkavat hahmottaa omia urasuunnitelmiaan ja -tavoitteitaan. Uraohjauksella tuetaan opiskelijoiden ammatillista kasvua ja oman suunnan löytämistä. Osalla opiskelijoista voi olla opintojensa aikana yksilöllisiä tuen tarpeita, jotka heijastuvat tulevaisuuden suunnitelmiin ja vaikuttavat uraohjauksen tarpeeseen. Kaikki opiskelijat tarvitsevat hyvän pohjan urasuunnittelulle ja uraohjaukselta tulisi olla saatavilla läpi opintojen. Tämän lisäksi uraohjaukselta olisi järjestettävä myös yksilöllisten tarpeiden mukaisesti, monipuolisin tavoin toteutettuna ja saavutettavuudesta huolehtien.

Opiskelijana korkeakoulussa

Siirtyminen toisen asteen opinnoista korkeakouluopiskelijaksi edellyttää opiskelijoilta uudenlaisia opiskelutaitoja sekä vastuuta omista opinnoista. Ammattikorkeakouluopiskelijoissa on myös paljon aikuisopiskelijoita, joilla edellisistä opinnoista voi olla pitkäkin aika. Sandbergin (2018) mukaan siirryttäessä korkeakouluopintoihin osa opiskelijoista kokee olevansa yksin opintojensa kanssa. Myös ajanhallinnalla on suuri merkitys itsenäisen työn määrän kasvaessa. Samoin yleisesti korostetaan omatoimisuutta ja vastuunottoa itsestä. Tämä voi olla hankalaa ja tehtävien suorittamisessa jälkeen jääminen lisää stressiä. Tämä puolestaan kaventaa henkilön ajattelua ja oppiminen saattaa estyä kokonaan tai jäädä vajavaiseksi. (Sandberg 2018, 166, 188–192.)



Nuoren odotukset korkeakouluopintojen alussa eivät kohdistu ainoastaan opittaviin asioihin, vaan myös muun muassa itsenäistymiseen, parisuhteeseen ja työelämään. Oppimisen ja kyvykkyyden tunne sekä itsetuntemus vaikuttavat onnistumisen tunteeseen. Opiskelijoille, joiden oppimisen säätelyn taidot ovat vasta kehittymässä tai jotka kokevat opettajaohjauksen turhauttavaksi, opinnot saattavat muodostua kuormittaviksi. (Heikkilä, Keski-Koukari & Eerola 2011, 30–31.)

Uraohjaus ammattikorkeakoulussa

Itsetuntemusta, oman osaamisen tunnistamista ja opiskelutaitoja tuetaan ammattikorkeakouluopinnossa monin tavoin, mm. osana ammattiaineiden opetusta, opettajatuutorien ohjauksessa sekä uraohjauksella. Yleensä uraohjauksella tarkoitetaan ohjausta opinto- ja urasuunnittelun päättövaiheessa, ja siinä tuetaan opiskelijaa esimerkiksi itsetuntemuksen lisäämiseen, vaihtoehtoisten opiskelu- ja työmahdollisuuksien arviointiin ja tavoitteiden asettamiseen (Alapuranen, Kangastie, Kilpimaa & Saari 2016, 12). Opiskelijan urasuunnittelu tulisi myös nähdä opiskelijan kokonaisvaltaisena elämänsuunnitteluna, ei vain työnä tai ammattina. Urasuunnitteluun liittyy opiskelijan itsereflektiota, omien mielenkiinnon kohteiden tarkastelua, tiedonhankintaa ja tiedon prosessointia. Urasuunnittelu on tavoitteiden asettamista sekä konkreettisen toiminnan suunnittelua päämääriin pääsemiseksi. (Karhu & Saari 2011, 81.)

Ammattikorkeakouluissa uraohjaus on pitkälti sisällytynyt tutkinto-ohjelmien opetussuunnitelmaan ns. sisäänrakennettuna ammatillisena kasvuna, ei tavoitteellisena urasuunnitteluna (Saloranta 2019, 117). Usein opiskelijan uraohjaus sijoittuu opintojen loppuvaiheeseen, vaikka se

tulisi aloittaa jo opintojen hakuvaiheessa jatkuen opintojen aikaisena ja sen jälkeisenä ohjauksena kohti työelämää. Ohjauksessa tulisi reagoida etenkin niiden opiskelijoiden ohjaamiseen, jotka tarvitsevat yksilöllistä tukea opinnoissaan ja työllistymisessä. Opiskelijoiden tilanteet voivat vaihdella opintojen edetessä ja niihin tulee reagoida mahdollisimman nopeasti. (Paso 2019, 24.) Tukea tarvitseva opiskelija voi olla hyvin motivoitunut valitsemansa alan korkeakouluopintoihin ja voi kehittyä niiden kautta asiantuntijaksi. Opiskelijat voivat kuitenkin tarvita erilaisia tukitoimia ja ratkaisuja opintojensa eri vaiheissa. Tämän tuen tulee alkaa jo nivelvaiheesta toiselta asteelta. (Sandberg 2018, 192–198.)

Yksilölliset tuen tarpeet

Ammattikorkeakoulussa opiskelevien yksilöllisiä tuen tarpeita voivat aiheuttaa muun muassa lukivaikeus, sosiaalisten tilanteiden pelot, jännittäminen, masentuneisuus, ajan käyttöön liittyvien suunnittelutaitojen heikkous, vaikeudet tarttua toimeen sekä aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt. Tarpeisiin vastaaminen edellyttää moniammatillista asiantuntijuutta, eikä uraohjauksella voida ratkaista kaikkia tarpeita. Varhainen puuttuminen on kuitenkin tärkeää, jotta jo opintojen alkuvaiheessa löydettäisiin opiskelijoiden joukosta ne, jotka tarvitsevat enemmän tukea ja ohjausta. (Ketko, Joensuu & Nilsson 2019, 18–19.)

Tukea tarvitsevien opiskelijoiden opintojen ohjauksessa ja työllistymisen tukemisessa opiskelijaa ohjataan oman yksilöllisen osaamisen merkityksen ymmärtämisessä ja tarjotaan suunniteltua uraohjausta, mikä mahdollistaa opiskelijan tunnistamaan omia vahvuuksiaan ja erityisosaamistaan työelämässä. (Lignell & Pynnönen 2018, 23.)



Opiskelijat kokivat uraohjauksen merkittävänä ja monet ilmaisivat tarvitsevansa sitä nykyistä enemmän.

Opiskelijoiden käsityksiä uraohjauksesta

Ammattikorkeakouluopiskelijoiden uraohjausta koskevia käsityksiä ja opiskelijoiden tarpeita selvitettiin osana TUURA-hanketta syksyllä 2018. Tarkoituksena oli selvittää opiskelijoiden käsityksiä uraohjauksen nykytilanteesta sekä mahdollisista puutteista ohjauksessa.

Kysely toteutettiin HAMKissa, Humakissa, SeAMKissa ja TAMKissa ja se kohdistettiin hankkeeseen osallistuville pilottikoulutusaloille: liiketalous, media, media and arts, musiikki, sosiaali- ja terveys, nursing, tietojenkäsittely, muotoilu, viittomakielen tulkkaus ja yhteisöpedagogikoulutus. Kartoitukseen vastasi 255 opiskelijaa.

Lisäksi TUURA-hankkeessa tehtiin opiskelijaprojektina lisäselvitystä samoihin teemoihin liittyen, jolloin tavoitettiin 40 TAMK:n opiskelijaa haastattelujen, työpajatyöskentelyn sekä verkkokyselyn kautta. Opiskelijoiden lisäksi kartoitettiin ammatillisten erityisopettaja- ja opettajaopiskelijoiden, työnantajien, alumniin, toisen asteen opinto-ohjaajien, järjestötoimijoiden ja ammattikorkeakoulujen opetus- ja ohjaustoimijoiden näkemyksiä. Näihin ryhmiin kuuluvia vastaajia tavoitettiin yhteensä noin sata henkilöä.

Opiskelijat määrittivät opintojen aikaisen uraohjauksen olevan keskustelua, omien vahvuuksien ja osaamisen kartoittamista, tulevaisuuden töihin ja työelämään suuntaamista, ohjaamista ja neuvomista. Osa opiskelijoista kuitenkin ilmaisi, ettei osaa sanoa mitä uraohjaus on. Opiskelijat kokivat uraohjauksen merkittävänä ja monet ilmaisivat tarvitsevänsä sitä nykyistä enemmän. Opiskelijat tunnustivat ammattikorkeakoulujen tarjoamista uraohjauspalveluista hyvin ohjauskeskustelut, harjoittelun ja siihen liittyvät käytännöt, projektityöt, seminaarit ja erilaiset uratarinat. Osa vastaajista ei kuitenkaan tunnistanut tarjolla olevan uraohjausta lainkaan.

”Tukea opiskelijaa löytämään oikea ja itselleen sopivin polku tavoitella omaa uraa. Tarjota vinkkejä, miten sinne voi päätyä. Tärkeää siis kuunnella opiskelijan tarpeita.”

”Uraohjaus on opiskelijalle suunnattua työelämään siirtymistä helpottavaa opastusta ja omien vahvuuksien selvittämistä ja vahvistamista. Se on myös käytännön ohjeita työhakuprosessia varten.”

”Uraohjaus on toteutunut erilaisissa seminaareissa ja esittelyissä.”

”Tarkoittaa työelämän henkilöiden luentoja sekä niitä tapahtumia, joissa pääsee tekemisiin alan ammattilaisten kanssa.”

Opiskelijat kokivat tarvitsevänsä tukea omien vahvuuksien kartoittamisessa, harjoitteluun ja työnhakuun liittyvissä asioissa, oman alan yrityksiin tutustumisessa sekä toivoivat enemmän henkilökohtaista kohtaamista ja keskustelua.

”Käytäntö ja sanoittaminen olisi tärkeää. ”Mitä minä oikeastaan osaan” vs. ”Mitä minä olen opintojen aikana tehnyt””

”Haluaisin enemmän henkilökohtaisten vahvuuksieni kautta tapahtuvaa ohjausta sekä vaihtoehtoja tulevaisuusorientoituneesti.”

”Enemmän tutustumiskäyntejä työpaikoille tai harjoitteluita.”

Yksilöllisesti kohti työelämää

Onnistunut siirtyminen työelämään ja siihen sosiaalistuminen luovat perustaa myönteisille työelämäkokemuksille, terveydelle ja työkyvylle omalla uralla (Vuori 2011, 171). Siirryttäessä työelämään tuen tarve kohdistuu erityisesti siihen, miten henkilö tulee työllistymään ja selviytymään uudessa arjessa. Tarvitaan ohjausta työnhakuun, apua työelämäpalveluiden käyttämiseen ja työhakemuksen täyttämiseen. Myös työpaikoilta kaivataan tukitoimia, joiden avulla henkilö kykenee säilyttämään paikkansa ja pysyy työelämässä. Monella on takanaan



useita epäonnistumisen kokemuksia ja niiden kautta itsetunto on voinut heiketä. Aikuinen siirtyy sopivassa vaiheessa taustalle ja vastuunotto siirtyy yhä enemmän nuorelle. Monelle matalan kynnyksen työelämäpalvelut ovat myös hyvä vaihtoehto saada apua ongelmiin. (Sandberg 2018, 200–205.)

Yksilöllistä tukea tarvitsevien opiskelijoiden ohjaus merkitsee ihmisen henkilökohtaista huomioon ottamista, herkkyyttä kohdata yksilö ja tunnistaa hänen kehittymisensä tarpeet. Ohjauksessa on tärkeää tunnistaa opiskelijan voimavarat ja vahvistaa niitä, joiden varaan kasvu ja kehitys voi nojata. (Puukari, Lappalainen & Kuorelahti 2017, 9.)

TUURA-hankkeen kartoituksen tulokset vahvistavat edellisiä näkökulmia. Omien vahvuuksien kartoittaminen, työnhakuun liittyvät kysymykset sekä tarve henkilökohtaisille kohtaamisille ja keskusteluille koskettaa kaikkia opiskelijoita, ei ainoastaan tukea tarvitsevia opiskelijoita. Ohjaustarpeiden kartoittaminen on kaikessa ohjaustoiminnassa tärkeää. Tarpeiden selvittäminen sekä henkilökohtainen kohtaaminen ja ohjaaminen korostuvat erityisesti niiden opiskelijoiden kohdalla, joilla on opinnoissaan, terveydessään tai henkilökohtaisessa elämässään yksilöllisiä tuen tarpeita. Uraohjauspalveluja on tarjolla eri korkeakouluissa eri muodoissa, esimerkiksi yksilö- ja ryhmäohjausta opettajatuutorin johdolla tai opinto-ohjaajan kanssa, ura- ja rekrytointi- ja työelämäpalvelujen kautta tai alumnitoiminnan muodossa. Tämä valikoima tarjoaa mahdollisuuden vastata uraohjauksen erilaisiin tarpeisiin, joita ammattikorkeakouluopiskelijoilla on.

Uraohjauksen kehittämiskohteita

Ammattikorkeakouluissa on kehitettävää siinä, kuinka hyvin sekä henkilökunta että opiskelijat tuntevat uraohjauksen palvelut ja osaavat hyödyntää niitä. Opiskelijat toivovat ensisijaisesti henkilökohtaista kohtaamista oh-

jaajien ja opiskelijoiden välillä sekä ryhmissä, esimerkiksi opintojaksoilla tai alakohtaisissa tapaamisissa, tapahtuvaa uraohjausta. Näiden lisäksi opiskelijat ehdottavat uraohjauksen palveluihin iltatapahtumia, verkko-opintoja sekä videoita - nämä toisivat joustavuutta ja monipuolisuutta nykyiseen tarjontaan. Myös henkilökunnan ohjaustaitojen ja -valmiuksien epätasalaatuisuus on asia, johon ammattikorkeakouluissa tulisi jatkossa kiinnittää vielä enemmän huomiota opiskelijoiden yhdenvertaisen kohtelemisen näkökulmasta. (Uraohjaus TAMKissa 2019.)

Urataidoista ja urasuunnittelusta on tärkeää puhua läpi opintojen, jotta niitä on helpompi jäsentää ja hyödyntää oman urasuunnittelun tukena. Muutamia esimerkkejä ja huomioita tähän liittyvästä kehittämistyöstä tulee esille TUURA-hankkeen opiskelijaraportissa (Uraohjaus TAMKissa 2019):

- Tiedon ja ohjauksen tulee olla saavutettavissa ja tiedottamisen tehokasta: ohjausta ja tukea tulee olla tarjolla eri muodoissa niin itseopiskeluna kuin henkilökohtaisina ohjaustapaamisina ja näistä tiedotetaan useita eri kanavia pitkin.
- Uraohjauksen ja henkilökohtaisen kohtaamisen tulee olla säännöllistä ja toistuvaa: ohjaus voi olla osin sidottu pakollisiin opintoihin koskien kaikkia opiskelijoita. Tämän lisäksi tarvitaan tarpeen mukaan henkilökohtaisempaa yhteydenpitoa sekä tietoisuutta uraohjauspalvelujen tarjonnasta.
- Henkilökunnan osaamisen tasalaatuisuudesta huolehtiminen: Opetus- ja ohjaushenkilöstön osaamista ja valmiuksia opiskelijoiden kohtamiseen ja uraohjaukseen tulee tukea ja kehittää yhdessä. Myös opetus- ja ohjaushenkilöstön on tunnettava uraohjauspalvelut sekä ohjattava opiskelijaa tarvittaessa eteenpäin, oikean ohjauspalvelun äärelle.

- Uraohjauksen monipuolisuus ja sen sanoittamisen opiskelijoille: uraohjausta ovat niin henkilökohtaiset keskustelut kuin alumnitapaamiset, vertaistoiminta, omien vahvuuksien kartoittaminen, työmarkkinoita koskeva tieto kuin työnhakutaitojen kehittäminen. Tätä tulisi sanoittaa opiskelijalle läpi opintojen.

Linkkivinkkejä

Erityistä tukea tarvitsevien opiskelijoiden uraohjaus ammatillisessa koulutuksessa.

<https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/62802>

Milla Seppälän pro gradu -työssä on tarkasteltu tukea tarvitsevien opiskelijoiden uraohjausta ammatillisessa koulutuksessa.

Tie työelämään sivustoa ylläpitää Kuntoutussäätiö. Erityistä tukea tarvitsevien nuorten uraohjaussivusto sisältää muun muassa Ohjaten uralle –kyselyn:

<https://tietyoelamaan.fi/erityista-tukea-tarvitsevien-nuorten-uraohjaus/>

Ohjaus ja opintojen eteneminen kuuluu Eurostudent VI –tutkimuksen artikkelisarjaan. Tutkimuksessa tarkastellaan yliopistoissa ja ammattikorkeakouluissa opiskelevien ajatuksia opintojen etenemisestä sekä siihen liittyvistä tekijöistä opintopolulla:

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80533/okm36.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lähteet

Alapuranen, Niina & Kangastie, Helena & Kilpimaa Piia & Saari Päivi 2016. Urasuunnittelulla korkeakoulutetut työmarkkinoille. In: Sarja B. Raportit ja selvitykset 3/2016, Lapin AMK. Viitattu 9.6.2020. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-316-116-0>

Heikkilä, Annamari & Keski-Koukkari, Anu & Eerola, Satu 2011. Korkeakouluopiskelun haasteet. Teoksessa K. Kunttu, Kristiina & Komulainen, Anne & Makkonen, Kristiina & Pynnönen, Päivi (toim.) Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell, 31–33

Karhu, Kaisa & Saari, Päivi 2011. Ryhmäohjaus urasuunnittelun tukena. Teoksessa Penttinen, Leena & Pihtari, Elina & Skaniakos, Terhi & Valkonen, Leena (toim.). Vertaisuus voimavarana ohjauksessa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino, 76–96. Viitattu 8.6.2020. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/47643>

Ketko, Maiju & Joensuu, Maija & Nilsson, Tiina 2019. Uraohjauksesta tukea AMK-opiskelijoiden työllistymiseen. Teoksessa TAMK Konferenssi 2019, 15–23. Viitattu 5.6.2020 <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe202003026994>

Lignell, Irmeli & Pynnönen, Päivi 2018. Hyviä tyyppejä on monenlaisia: selvitys erityistarpeisten korkeakouluopiskelijoiden uraohjauksesta, erityisen tuen toteutumisesta ja työllistymisen tukemisesta Hämeen ammattikorkeakoulussa. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu. Viitattu 14.5.2020. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-784-798-8>

Paso, Anu 2019. Ammattiopisto Spesia. Teoksessa Raudasoja, Anu & Heino, Sanna (toim.) Sikssak-elämän uraohjausta. Hämeen ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.6.2020. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-784-818-3>

Puukari, Suvi & Lappalainen, Kristiina & Kuorelahti, Matti. 2017. Johdanto. Teoksessa Puukari, Suvi & Lappalainen, Kristiina & Kuorelahti, Matti (toim.). Ohjaus ja erityisopetus oppijoiden tukena. Juva: PS-kustannus, 9–14.



Saloranta, Arto 2019. Korkeakoulusta valmistuneiden työelämään siirtymisen tukeminen Laurea- Ammattikorkeakoulussa. Teoksessa Kotila, Hannu & Vanhanen-Nuutinen, Leena (toim.) Työn ja oppimisen liitto. Toteemi-hankkeen uusia innovaatioita. Haaga-Helian julkaisut 8/2019., 117–120. Viitattu 13.5.2020. <http://urn.fi/URN:NBN:-fi-fe202001081565>

Sandberg, Erja 2018. ADHD ja oppimisen tuki. Huomioi yksilölliset tarpeet ja vahvuudet. Juva: PS- kustannus

Uraohjaus TAMKissa (2019). Opiskelijoiden kokemus nykyhetkestä ja kehittämisehdotuksia. Tuura-hankkeen opiskelijaprojekti. Painamaton lähde. Viitattu 15.2.2020. https://tukeaurapolulle.files.wordpress.com/2019/03/tuura_opiskelijaraportti.pdf

Vuori, Jukka (2011). Työelämään siirtyminen. Teoksessa Kunttu, Kristiina & Komulainen, Anne & Makkonen, Katri & Pynnönen, Päivi (toim.). Opiskeluterveys. Porvoo: Bookwell Oy, 171