



Oamk Journal

Oulun ammattikorkeakoulun julkaisuja

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne. Rinnakkaistallenne saattaa erota alkuperäisestä sivutukseltaan ja painoasultaan.

This is an electronic reprint of the original article. This version may differ from the original in pagination and typographic detail.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä/Please cite the original version:

Viinikka, S. & Poropudas, A. 2021. MOOD ja OHJY – Opiskelijoiden hyvinvointia parantamassa. Oamk Journal 44/2021. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2021090245036>

MOOD ja OHJY – Opiskelijoiden hyvinvointia parantamassa

8.9.2021 - Viinikka Sinikka, Poropudas Anna

Koronatilanteen myötä opiskelijoiden hyvinvointi on noussut vahvasti esille. Motivaation ja mielenkiinnon puute, keskittymisvaikeudet ja alakuloisuus ovat asioita, joita monet opiskelijat nostavat esille. Sosiaaliset kontaktit ovat vähentyneet, yksinäisyys painaa, ja ryhmäytyminen sekä yhteisöllisyyden kehittyminen ovat jääneet vähälle etäopetuksen vuoksi. Toki on opiskelijoita, joille etäopiskelu sopii hyvin.

Opetus- ja kulttuuriministeriö jakoi keväällä 2021 hankerahaa, jolla on tarkoitus lieventää koronan aiheuttamaa korkeakouluopiskelijoiden ahdinkoa. Oulun ammattikorkeakoulu (Oamk) ja Oulun ammattikorkeakoulun opiskelijakunta OSAKO ovat hankerahan saajien joukossa.



Hankkeen avulla parannetaan opiskelijoiden hyvinvointia ja sitä kautta myös oppimista (kuva: Gerd Altmann/Pixabay.com)

MOOD-hyvinvointihanke

MOOD-hyvinvointihankkeessa on tavoitteena pureutua koronan tuomiin ongelmiin ja saada opiskelijoiden ääni kuuluville. Mitä heille kuuluu? Millaisia juttuja he kaipaavat oman, erityisesti mielen, hyvinvoinnin edistämiseen? Yhteistyöllä on suuri merkitys, ja siksi tiivis yhteistyö eri sidosryhmien kanssa on hankkeessa tärkeää.

Hanke on saanut hyvän ja positiivisen vastaanoton. Yhteistyötä tehdään Oamkin sisällä ja Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) kanssa. Myös Oulun yliopiston ylioppilaskunta (OYY) on tärkeä yhteistyökumppani. Myöhemmin mukaan on tarkoitus ottaa myös kolmannen sektorin toimijoita.

Hyvinvointihankkeen aikana on tarkoitus kartoittaa säännöllisesti opiskelijoiden hyvinvointia kyselyin. Hanke tulee olemaan hyvin esillä eri tapahtumissa ja sosiaalisessa mediassa. Kesän 2021 aikana Moodleen on rakennettu hyvinvointistarttipaketti, johon on koottu tietoa hyvinvoinnin ja elämän eri osa-alueilta. Tieto on helposti ja nopeasti löydettävissä koko opiskelun ajan.

Linnanmaan kampuksella järjestetään hyvinvointiviikko yhteistyössä OYY:n kanssa. Luvassa on muun muassa yhteisiä hyvinvointiseminaareja. Myös Kontinkankaan ja Oulaisten kampuksille on tulossa omat hyvinvointipäivät.

Yhteisöllisyyteen ja ryhmäytymiseen tartutaan jo ennen opiskelun alkua järjestämällä aloittaville opiskelijoille yhdessä tuutoriopiskelijoiden kanssa piknikit. Hankkeen aikana on tarkoitus pilotoida Study with us -vertaistukiopiskelupajoja, joissa opiskelijat opiskelevat yhdessä tuutoriopiskelijoiden kanssa toisiaan kannustaen. Toimintaa on kokeiltu Joensuun yliopiston psykologiopiskelijoiden keskuudessa, ja se on toiminut hyvin. Hanke ottaa avoimin mielin ideoita vastaan.



Näkökulmia hankkeisiin

OHJY – Ohjauksella hyvinvointia

Oamk on mukana Diakonia-ammattikorkeakoulun (Diak) vetämässä OHJY – ohjauksella hyvinvointia -hankkeessa yhdessä kymmenen muun toimijan kanssa. Mukana on ammattikorkeakouluja (Diak, Metropolia, Turun amk, Kajaanin amk, Oamk), Oulun yliopisto, opiskelijakuntia (O’Diako, KAMO, TUO), opiskelijoiden mielenterveyttä ja hyvinvointia edistävä Nyyti ry sekä nuoria kohti työelämää tukeva Vamos.

Oamkin hanketoimenpiteet liittyvät verkossa tapahtuvan tuen vahvistamiseen. Tavoitteena on kehittää Study Group -tutorointia. Ensi askeleet sen kehittämisesä on otettu tietojenkäsittelyn tutkinto-ohjelmassa. [1] Hankkeessa tehdään kiinteää yhteistyötä muiden toimijoiden kanssa. Jo nyt on selvää, että yhteistä on KAMO:n e-tutoroinnin kanssa. Oulun yliopistolta saadaan vinkkejä Study Group -tutoroinnin ryhmätapaamisten sisältöihin. Myös Vamoksen työkirjaa voitane hyödyntää opiskelijoiden ryhmäytymisessä.

Hankkeessa keskitytään nimenomaan verkossa tapahtuvan ohjauksen ja tuen kehittämiseen, mutta samoja asioita voidaan soveltaa myös lähiopetuksessa olevien ryhmien kanssa. Tavoitteena on saada opiskelijat tuntemaan itsensä osaksi

korkeakouluyhteisöä. Jokaisella tulee olla joku tai joitakin opiskelukavereita, joihin turvautua ja joiden kanssa viettää aikaa myös opintojen ulkopuolella.

Toimintatavoilla pyritään havaitsemaan mahdolliset pudokkaat ajoissa ja ohjaamaan heidät tarvittavan avun piiriin.

Vaikka hankkeen varsinaiset toimenpiteet alkavat vasta syksyllä, voidaan jo nyt nähdä, että usean toimijan yhteistyöllä on mahdollista saada paljon hyvää aikaan. Oamkista hankkeessa ovat mukana edustajat liiketalouden, sosiaali- ja terveysalan sekä informaatioteknologian yksiköistä. Hankkeen edetessä edistymisestä tiedotetaan ja mukaan otetaan myös muiden yksiköiden toimijoita. Kaikkien hankkeessa toimivien tuotokset tulevat myös Oamkin käyttöön. Ideoita, mielipiteitä ja kommentteja kaikilta Oamkin opiskelijoilta ja henkilökunnalta otetaan avosylin vastaan.

Koko OHJY-hankkeen tavoitteena on:

- vahvistaa verkossa tapahtuvaa opiskelijoiden tukemista,
- rakentaa ohjauksen ja hyvinvoinnin palveluprosessi,
- vahvistaa opiskelijoiden opiskelu- ja elämänhallintataitoja,
- vahvistaa opiskelijahyvinvoinnin edistämisosaaamista ja
- tuottaa malli opiskelijahyvinvoinnin edistämisestä korkeakouluissa.

Yhteistyössä on voimaa

MOOD- ja OHJY-hankkeet tekevät työtä opiskelijoiden hyvinvoinnin eteen. Hankkeilla on varmasti kosketuspintaa toisiinsa. Liittyvätkö opiskelijatuutorit jatkossa jotenkin Study Group -toimintaan? Molempien hankkeiden tuotokset jäävät toivottavasti elämään Oamkin ja OSAKO:n toimintaan.

Sinikka Viinikka, lehtori, projektipäällikkö

Oulun ammattikorkeakoulu, Informaatioteknologian yksikkö

OHJY – Ohjauksella hyvinvointia -hanke

Anna Poropudas, hanketyöntekijä
Oulun ammattikorkeakoulu, OSAKO
MOOD-hyvinvointihanke

Lähteet

[1] Viinikka, S. & Ijäs, T. 2020. Study Group -toiminta tietojenkäsittelyn monimuotoryhmien tuutoroinnissa. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut. Hakupäivä 25.5.2021. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2020100578061>

METATIEDOT

Tyyppi: Blogi

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu

Julkaisunumero: 44/2021

Julkaisuvuosi: 2021

Tekijätiedot: Viinikka Sinikka, Poropudas Anna

Oikeudet: CC BY-SA 4.0

Kieli: suomi

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2021090245036>

Tiivistelmä: Oulun ammattikorkeakoulu (Oamk) ja Oulun ammattikorkeakoulun opiskelijakunta OSAKO saivat keväällä 2021 opetus- ja kulttuuriministeriöltä hankerahaa, jolla on tarkoitus lieventää koronan aiheuttamaa korkeakouluopiskelijoiden ahdinkoa. MOOD-hankkeessa OSAKO tekee yhteistyötä Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) kanssa. Hanke tavoittelee opiskelijoita eri tapahtumissa ja sosiaalisessa mediassa. Yhteisöllisyyteen ja ryhmäytymiseen tartutaan jo ennen opiskelun alkua. Hyvinvointistarttipakettiin kootaan tietoa elämän eri osa-alueilta. OHJY-hankkeessa on mukana Oamkin lisäksi 10 muuta toimijaa. Oamkin hanketoimenpiteet liittyvät verkossa tapahtuvan ohjauksen ja tuen kehittämisen kehittämällä Study Group -tuutorointia. Opiskelijat halutaan saada mahdollisimman pian opintojen alettua tuntemaan itsenä osaksi korkeakouluyhteisöä. Jokaisella opiskelijalla tulee olla opiskelukavereita, joihin voi turvautua.