

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

Author(s): Laitinen, Hanna; Laakkonen, Ilona; Penttinen, Leena; Anttonen, Tapio

Title: Nuorison parasta tässä harrastetaan : Student Life - tutkimuslähtöistä työtä opiskelijan hyvinvoinnin ja osaamisen hyväksi

Year: 2014

Version:

Please cite the original version:

Laitinen, H., Laakkonen, I., Penttinen, L. & Anttonen, T. (2014). Nuorison parasta tässä harrastetaan : Student Life - tutkimuslähtöistä työtä opiskelijan hyvinvoinnin ja osaamisen hyväksi. In: Oppia ikä kaikki : kouluttautumisen edellytykset eri elämänvaiheissa. Toim. S. Pihlajaniemi, T. Villa, E. Lavikainen, L. Valkeasu, p. 108-125. (Opiskelijatutkimuksen vuosikirja 2014). Opiskelijatutkimusverkosto. Retrieved from: <https://drive.google.com/file/d/0Bz1V9P-a-cT2N2F1RWtrYnIJR0k/view?usp=sharing>

All material supplied via JYX is protected by copyright and other intellectual property rights, and duplication or sale of all or part of any of the repository collections is not permitted, except that material may be duplicated by you for your research use or educational purposes in electronic or print form. You must obtain permission for any other use. Electronic or print copies may not be offered, whether for sale or otherwise to anyone who is not an authorised user.

Nuorison parasta tässä harrastetaan

Student Life – tutkimuslähtöistä työtä opiskelijan hyvinvoinnin ja osaamisen hyväksi

Hanna Laitinen
Ilona Laakkonen
Leena Penttinen
Tapio Anttonen

Tiivistelmä

Jyväskylän yliopiston kehittämän Student Life -toimintamallin tavoitteena on yliopiston strategian mukaisesti luoda optimaaliset edellytykset oppimiselle ja tukea opiskelijoiden monipuolista kehittymistä, aktiivista toimijuutta sekä oman ja yhteisen hyvinvoinnin edistämistä. Strategian yhtenä tavoitteena on, että yliopisto tunnetaan opiskelijoistaan kokonaisvaltaisesti hyvää huolta pitävänä yliopistona. Esittelemme artikkelissamme Student Life -toiminnan lähtökohtia ja perusajatusta sekä tutkimuslähtöistä ja verkostomaista toimintatapaa. Tarkastelemme tarkemmin kahta teemakokonaisuutta ja niiden puitteissa tehtyä kehittämistyötä: Opiskelijan hyvinvointi -otsikon alla esitellään Hyvis-toimintaa, Akateeminen opiskelukyky -kurssia sekä Opiskelijan Kompassi -verkkointerventiota ja näistä saatuja tuloksia. Työelämätaitoihin liittyvissä osioissa tutustutaan käyttäjälähtöisesti kehitettyyn ePortfolioon sekä Osaamista opintojen ohessa -rinnakkaisopinto-ohjelmaan. Artikkelin lopussa pohdimme vielä kehittämistyön ja tutkimuksen suhdetta: miten yliopistolla tehtävä kehittäminen hyödyntää oman organisaation osaamista ja avaa yhteistyömahdollisuuksia. Toivomme artikkelimme antavan välineitä koulutuksen kehittämisestä kiinnostuneille ja herättävän tutkijoissa ajatuksia siitä, miten kehittämistyötä ja tutkimusta voitaisiin tiiviimmin nivota yhteen siten, että lopputulos olisi paras mahdollinen molemmista näkökulmista. Jyväskylän yliopiston kehittämän Student Life -toimintamallin tavoitteena on yliopiston strategian mukaisesti luoda optimaaliset edellytykset oppimiselle ja tukea opiskelijoiden monipuolista kehittymistä, aktiivista toimijuutta, sekä oman ja yhteisen hyvinvoinnin

edistämistä. Strategian yhtenä tavoitteena on, että yliopisto tunnetaan opiskelijoistaan kokonaisvaltaisesti hyvää huolta pitävänä yliopistona. Esittelemme artikkelissamme Student Life -toiminnan lähtökohtia ja perusajatusta sekä tutkimuslähtöistä ja verkostomaista toimintatapaa. Tarkastelemme tarkemmin kahta teemakokonaisuutta ja niiden puitteissa tehtyä kehittämistyötä: Opiskelijan hyvinvointi -otsikon alla esitellään Hyvis-toimintaa, Akateeminen opiskelukyky -kurssia sekä Opiskelijan Kompassi -verkkointerventiota ja näistä saatuja tuloksia. Työelämätaitoihin liittyvissä osioissa tutustutaan käyttäjälähtöisesti kehitettyyn ePortfolioon sekä Osaamista opintojen ohessa -rinnakkaisopinto-ohjelmaan. Artikkelin lopussa pohdimme vielä kehittämistyön ja tutkimuksen suhdetta: miten yliopistolla tehtävä kehittäminen hyödyntää oman organisaation osaamista ja avaa yhteistyömahdollisuuksia. Toivomme artikkelimme antavan välineitä koulutuksen kehittämisestä kiinnostuneille ja herättävän tutkijoissa ajatuksia siitä, miten kehittämistyötä ja tutkimusta voitaisiin tiiviimmin nivota yhteen siten, että lopputulos olisi paras mahdollinen molemmista näkökulmista.

8. Nuorison parasta tässä harrastetaan

Student Life – tutkimuslähtöistä työtä opiskelijan hyvinvoinnin ja osaamisen hyväksi

Student Life – kokonaisvaltaista toimintaa opiskelijan parhaaksi

Jyväskylän yliopisto haluaa strategiansa mukaisesti olla tunnettu opiskelijoistaan kokonaisvaltaisesti hyvää huolta pitävänä yliopistona. *Student Life* -toimintamallin avulla yliopisto pyrkii jäsentämään opiskelun ja siihen liittyvien toimintojen kokonaisuutta. *Student Lifen* kehitystyön lähtökohtana on, että pelkkä sisällöllisesti ja pedagogisesti laadukas opetus ei riitä vaan yliopiston tulee omalta osaltaan huolehtia myös opiskeluoloista, opiskelijoiden opiskelukyvyistä ja hyvinvoinnista. Lisäksi on tärkeää varmistaa, että opinnot antavat opiskelijalle mahdollisimman hyvät valmiudet työelämään.

Jyväskylän yliopiston rehtori Aino Salinen määritteli *Student Lifen* ohjausryhmän asettamiskirjeessä (2010) pysyväksi tarkoitetun toimintamallin tavoitteet seuraavasti:

“Student Life -konseptin yleisenä tavoitteena Jyväskylän yliopistossa on luoda optimaaliset edellytykset akateemiselle opiskelulle ja siinä tapahtuvalle oppimiselle sekä tukea myös muilla tavoin opiskelijoiden kehittymistä ja kasvua hyvinvoiviksi ja eheiksi yksilöiksi sekä monipuolisiksi osaajiksi.”

Toimintaa koordinoi yliopistopalveluiden strategisen kehittämisen vastuualue, mikä osoittaa ja varmistaa toiminnan sidoksen yliopiston strategiaan tavoitteisiin.

Jyväskylän yliopisto ottaa *Student Life* -toimintamallin avulla vastuuta opiskelijan elämästä, opiskelun sujumisesta sekä opiskelijan valmiuksista ja hyvinvoinnista opiskelun kaikissa vaiheissa, opiskelijaksi hakeutumisesta valmistumiseen ja työelämään saakka. Toiminnan keskeisimpiä piirteitä ovat koko-

naisvaltaisuus, verkostomaisuus ja tutkimuslähtöisyys. Toimintamallin avulla yliopisto kantaa vastuuta opiskelijan elämästä opiskelijaksi hakeutumisesta valmistumiseen ja työelämään siirtymiseen saakka. Toimintaa käynnistettäessä nähtiin strategisesti tärkeäksi, että työ sitoo yhteen toimijoita sekä yliopistolla että yliopiston ulkopuolella. Mukana ovat siis yliopistolaisten lisäksi myös muun muassa Jyväskylän kaupunki, Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiö (YTHS), ylioppilaskunta (JYY) ja seurakunnat. Tutkimuslähtöisyydellä tavoitellaan toiminnan kohdentumista perustellusti ja tutkitusti järkevällä tavalla, oman yliopiston asiantuntijoiden osaamisen hyödyntämistä ja sidosteisuutta laajempaan korkeakoulututkimuksen kenttään.

Artikkelissamme tarkastelemme kahden keskeistä teema-alueita eli opiskelijahyvinvointia ja osaamisen kehittämistä kehittämistyön perusajatuksen, käytännön toimien ja tutkimusyhteistyön näkökulmista. Sen lisäksi tuomme esille sitä, millä tavoin tutkimus nivoutuu kehittämistyöhön ja kuinka tärkeää on hyödyntää tutkimusosaamista ja -tietoa kehittämistoiminnan pohjana.

Student Life on laaja-alainen toimintamalli, joka laajimmillaan tarkoittaa kaikkea opiskelijoiden hyväksi tehtävää työtä yliopistolla ja sen ulkopuolellakin. Tämän työn lisäksi Student Life -toiminta konkretisoituu kehittämishankkeina, joiden avulla pyritään kehittämään uusia työvälineitä olemassa olevan toiminnan tueksi tai löytämään ratkaisuja sellaisiin ongelmiin, joita ei yliopiston toiminnassa ehkä vielä ole huomioitu. Esimerkiksi opiskelijan hyvinvointia laajasti tukeva *Hyvis-kokonaisuus* on yksi laajimmista Student Life -toteutuksista. Sen ensisijaisena tavoitteena on tukea opiskelijoiden opiskelukykyä saumattomasti ja varmistaa, että ohjausta ja neuvontaa on saatavil-



la kattavasti ja helposti opiskelijan opintopolun eri vaiheissa erilaisiin tarpeisiin. Ideana on se, että tukea on saatavilla jo ennen kuin pulmat kehittyvät ongelmiksi. Osaamisen kehittäminen puolestaan on osa akateemista ammattitaitoa ja merkityksellistä, työelämäorientoitunutta opiskelua. *ePortfolio* tarjoaa osaamisen ja työelämätaidojen tiedostamiselle, pohtimiselle ja näkyväksi tekemiselle rakenteen, joka tukee opiskelijoiden oppimista ja identiteettityötä opintojen alkuvaiheesta aina valmistumiseen saakka ja sen jälkeenkin. *Osaamista Opintojen Ohessa* -ohjelmassa opiskelija voi aktivoitua kehittämään osaamistaan tai jatkaa opintojen ohessa kerätyn osaamisen täydentämistä haluamallaan tavalla oman innostuksen ja tekemisen kautta. Ohjelma on toiminnallinen ja innostavaksi koettu tapa tuoda yhteen yliopisto-opiskelijat sekä alueen yhteisöt, ja se hyödyntää vertaisryhmätoimintaa.

Hyvis-toimintamalli edistää opiskelukykyä ja ehkäisee ongelmia

Viime vuosina korkeakouluopiskelijoiden opiskelukyvyn edistämisen tarvetta ovat lisänneet muun muassa opiskelijoiden moninaisuuden lisääntyminen, opiskeluaikojen lyhentämisen vaatimukset sekä elinikäisen oppimisen ja oppimisen laadun parantamisen haasteet (Kujala, 2011). Haasteet näkyvät yliopistoissa erityisesti opintoaikojen venymisenä ja opiskelijoiden heikkona kiinnostumisena opintoihin (Lähteenoja, 2010, 43). Nykypäivänä yliopisto-opiskelijalta odotetaan runsasta itsenäistä työskentelyä, mikä nostaa itsesäätelytaidot esimerkiksi

opintojen suunnittelussa ja opiskelutaidoissa sekä ajanhallinnassa ja valintojen tekemisessä tärkeään rooliin (Kaartinen-Koutaniemi, 2011). Itsesäätelytaidojen puute on yhteydessä opiskelumotivaatioon ja opintoihin sitoutumiseen (Korhonen & Hietava, 2011). Kohtuuttomat tavoitteet tai aikaansaamattomuus voivat johtaa ylitsepääsemättömiltä tuntuviin ajanhallinnan haasteisiin tai uupumukseen (Salmela-Aro, 2011). Opintojen sujumiseen ja opiskelijoiden hyvinvointiin liittyvät ongelmat ovat kokonaisuudessaan huomattavan yleisiä. Jopa kolmasosa opiskelijoista kokee vaikeuksia saada otetta opinnoistaan, neljäsosa ei koe opintojaan merkityksellisiksi ja kolmasosa ilmoittaa kokevansa runsaasti stressiä (Kunttu & Huttunen, 2009, 88).

Valtakunnallisen korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen aineisto on toiminut Student Lifen Hyvis-toimintamallin kehitystyön tukena. Tutkimukset ovat tuottaneet kattavasti tietoa korkeakouluopiskelijoiden fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta terveydentilasta sekä terveyteen, terveystyökykyyn ja opiskelukykyyn liittyvistä tekijöistä (Kunttu & Pesonen, 2013, 1). Korkeakouluopiskelijoiden valtakunnalliset terveystutkimukset osoittavat, että erityisesti opiskelijoiden psyykkiset ongelmat ja jännittäminen ovat lisääntyneet 2000-luvun kuluessa ja näkyvät opiskelijan arjessa uniongelmina, yllirasittuneisuutena ja vaikeuksina suunnitella tulevaa. Psyykkisiä ongelmia on jopa 28 prosentilla korkeakouluopiskelijoista, ja opiskeluun uupuneita oli 13 prosenttia korkeakouluopiskelijoista (Kunttu

& Pesonen, 2013, 92; Puusniekka & Kunttu, 2011). Oman haasteensa yliopisto-opiskelulle asettavat uudet maksuttavat opiskelutaidot. Viidennes korkeakouluopiskelijoista kaipaa apua opiskelun tai opiskelutekniikan haasteissa ja stressinhallinnassa. Korkeakouluopiskelijat kokevat myös paljon irrallisuutta ja joukkoon kuulumattomuutta (Puusniekka & Kunttu, 2011).

Hyvis-toimintamalli Jyväskylän yliopistossa

Opiskelijoiden hyvinvointi on avaintekijä opintojen sujuvaan etenemiseen, ja siksi se painottuu vahvasti Student Life -kehitystyössä. Jyväskylän yliopisto on lähtenyt kehittämään uudenlaisia toimintatapoja opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämiseksi. Hyvis-toimintamallia on kehitetty pitkälle tiiviissä verkostoyhteistyössä opiskelijoiden hyvinvoinnista vastaavien tahojen kanssa ja se on otettu käyttöön koko yliopistossa. Toiminta on laaja-alaista ja tällä hetkellä siihen kuuluvat *Hyvikset eli hyvinvointineuvojat osana opiskelijoiden hyvinvoinnin ohjausverkostoa*, *Akateeminen opiskelukyky – muutakin kuin pisteitä* -kurssi sekä *Opiskelijan Kompassi – hyvinvointiohjelma verkossa*.

Koska korkeakouluopiskelijat kaipaavat monenlaista tukea opiskelukykyänsä vahvistamiseksi, on tähänastisella Hyvis-toiminnalla ollut konkreettiset lähtökohdat. Hyvis-toiminnassa tarjotaan matalan kynnyksen ohjausta hyvinvointiin liittyvissä asioissa sekä opetetaan opiskelijoita tunnistamaan haasteellisia tilanteita ennalta ja siten ylläpitämään opiskelukykyään. Lisäksi opiskelijoille tarjotaan mahdollisuus vertaisryhmissä toimimiseen ja hyvinvointia tukevien verkkotyökalujen käyttämiseen. Kokonaisuutena Hyvis-toiminnalla

pyritään auttamaan opiskelijoita käsittelemään niitä tunteita, ajatuksia ja toimintoja, joita he kaikessa inhimillisyydessään kokevat. Opiskelijoiden haasteita käsitellään pohjimmiltaan normaaleina ilmiöinä ja tavoitteena on auttaa opiskelijoita ylittämään esteitä itselle tärkeiden päämäärien saavuttamiseksi ja oman hyvinvoinnin ylläpitämiseksi.

Hyvinvointineuvojalle on matala kynnyks

Opiskelija elää tukipalveluiden viidakossa, jossa hänen voi olla vaikea hahmottaa, mitä kaikkia palveluita hänellä on käytössään ja mistä hän niitä saa. Mitä enemmän opiskelija kokee häneen kohdistuvan ristiriitaisia odotuksia, sitä todennäköisemmin hän ei tiedä, mistä voisi saada ohjausta ja tukea (Heikkilä, Keski-Koukkari & Eerola, 2011). Opiskelijoiden opiskelukyvyn tukemiseen tarvitaan tukiverkostoja ja matalan kynnyksen ohjauspaikkoja sekä varhaisen puuttumisen että ennaltaehkäisevän toiminnan näkökulmista (Salmela-Aro, 2011; Lairio & Penttilä, 2007). Tämä on yksi *Hyvis-ohjauksen* periaatteista. Hyvikset eli hyvinvointineuvojat ovat osa laitosten henkilökuntaa, jotka ovat saaneet koulutuksen opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemiseen. Suurin osa Hyviksistä toimii yliopistolehtorin tai yliopisto-opettajan tehtävissä. Hyvis-ohjausta on rakennettu tarvelähtöisesti tiiviissä yhteistyössä opiskelijoiden hyvinvoinnista vastaavien tahojen kanssa. Ydintoimijoita kehitystyössä ja osana opiskelijoiden hyvinvointiverkosta ovat olleet yliopiston sisällä laitosten ohjaushenki-



112 löstö, yliopistopalveluiden tuki- ja ohjaushenkilöstö sekä psykologian, erityispedagogiikan ja opettajankoulutuslaitoksen erityisasiantuntijat. Yliopiston ulkopuolella ydintoimijoita ovat olleet YTHS sekä Jyväskylän kaupungin terveys- ja sosiaalitoimi. Verkostoyhteistyöllä on haluttu varmistaa se, että ohjausta ja neuvontaa on saatavilla kattavasti ja löydettävissä helposti opiskelijan opintopolun eri vaiheissa erilaisiin tarpeisiin. Lisäksi ohjaus- ja neuvontapalveluita antava henkilöstö on oppinut tunnistamaan paremmin oman ydinalueensa ohjaustyön kokonaisuudessa. Verkostossa on monenlaista tietämystä ja osaamista. Osaamisen oikea kohdentuminen on ohjausverkoston toimivuuden kannalta olennaista. Näin vältetään ohjauksen päällekkäisyyttä ja mahdollisia katvealueita. Hyvinvointineuvojen eli Hyvisten toiminta on tärkeä linkki laitosten henkilöstön ja terveyspalveluiden keskinäisessä yhteistyössä. Opiskelijalla on usein matalampi kynnyksellä luottamuksellisesti kahden kesken laitoksen henkilöstöön kuuluvan Hyviksen kuin esimerkiksi ammattiauttajan kanssa opiskelukykyään uhkaavasta kriisistään, yksinäisyyden kokemuksestaan, opiskelun ongelmistaan ja etenevän vaikeuksistaan tai pettymyksistään, joita on opiskelupaikkakunnallaan mahdollisesti kohdannut. Hyvis-kontakti voi antaa opiskelijalle ainutlaatuisen mahdollisuuden tulla kuulukuksi ja kohdatuksi häntä arvostavassa ilmapiirissä. Moni uusi opiskelija yllättyy siitä, kuinka suuri muutos elämässä tapahtuu, kun muuttaa pois kotoa ja alkaa itsenäisesti suunnitella ja toteuttaa opintoja. Rohkaisu ja realistinen tilanteen arviointi tuovat usein helpotusta. Hy-

viksen ensisijaisena tehtävänä on toimia keskusteluapuna, joka jo usein auttaa opiskelijaa hänen omassa tilanteessaan. Hyviksen tehtävänä on tunnistaa, milloin opiskelijan tilanne vaatii tarkempaa selvittelyä ja hakeutumista erityisohjaukseen yliopiston sisällä, tai yliopiston ulkopuolisiin sosiaali- tai terveydenhoitopalveluihin. Hyvis-toiminnassa on tehty tiivistä yhteistyötä opiskelijoiden sosiaali-, terveys- ja hyvinvointipalveluiden kanssa jakamalla informaatiota tarjottavista palveluista sekä tarjoamalla konsultaatiota. Terveys- ja hyvinvointitoimijat voivat puolestaan opiskelijan luvalla olla yhteydessä opiskelijan ainelaitoksen Hyvikseen ja ohjata opiskelijaa Hyvis-ohjaukseen, yliopiston opintopalveluihin, ammatinvalintapsykologille tai oppimisvaikeuksien arviointiin.

Akateeminen opiskelukyky – muutakin kuin pisteitä

Valtakunnallinen korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus osoittaa, että opiskelijat toivovat saavansa apua stressin- ja ajanhallintaan, tukea opiskeluongelmiin ja -taitoihin, jännittämiseen sekä ihmissuhde-/itsetunto-ongelmiin (Kunttu & Pesonen, 2013, 93). Sen vuoksi opintoihin tulee sisällyttää opintojaksoja, joissa käydään läpi elämän haasteita, jotta opiskelijat voivat oppia tunnistamaan haasteellisia tilanteita ennalta sekä oppia panostamaan palautumiseen ja voivat siten säilyttää opiskelukykinsä ja siirtyä työelämään innostuneina (Salmela-Aro, 2011). Tähän tarpeeseen olemme Hyvis-toimintamallissa vastanneet HYVY001-kurssilla.



KUVIO 1. AKATEEMINEN OPISKELUKYKY – MUUTAKIN KUIN PISTEITÄ -KURSSIN LÄHTÖKOHDAT.



HYVY001 Akateeminen opiskelukyky – muutakin kuin pisteitä on tarkoitettu ensimmäisen vuosikurssin opiskelijoille osaksi orientoivia opintoja. Kurssi on suunniteltu toteutukseltaan ja sisällöiltään niin, että se tukee opiskelijoiden opiskelukykyä. Ensimmäinen opiskeluvuosi haastaa uusien yliopisto-opiskelijoiden taidot niin opiskelussa kuin sosiaalisessa kanssakäymisessä. Näin ollen on tärkeää, että opiskelijoita tuetaan tutustumaan

muihin opiskelijoihin. Kurssi sisältää perinteisen luennoinnin sijaan erilaisia yksin ja yhdessä tehtäviä harjoituksia sekä pohdintatehtäviä. Kurssin sisällöt puolestaan helpottavat ja edistävät opintojen suunnittelua, opiskelutaitoja, arjenhallintaa ja valintojen tekemistä. Kurssin avulla opiskelijat voivat oppia tunnistamaan haasteellisia tilanteita ennalta, panostamaan palautumiseen ja löytämään omat vahvuutensa sekä voimavaransa.



Kurssi ei tuntunut
pakkopullalta, vaan
tärkeältä oman itseni
kannalta.



Opiskelijan Kompassi tarjoaa apua ongelmiin

Vaikka opiskelijoiden ongelmat lisääntyvät, he eivät aina hae apua. Lisäksi resurssien rajallisuus estävät tuen tarjoamista kaikille sitä tarvitseville. Sen vuoksi on tärkeää kehittää kustannustehokkaita ja helposti tavoitettavia palveluita, jotka saavuttavat suurempia opiskelijamääriä kuin perinteiset toimintamallit (Lappalainen, 2013). Opiskelijoille tulisi olla tarjolla laadukkaita palveluita verkossa, sillä netti on hyvin monelle opiskelijalle luonnollinen toimintaympäristö ja myös tapa hakea apua. Verkkopalveluita on jonkin verran saatavilla, mutta vain harvoja niistä on tutkittu. Tämän vuoksi Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksella on ryhdytty kehittämään ja tutki- maan tieteelliseen näyttöön perustuvaa mutta helposti lähestyttävää verkko-ohjelmaa, joka edistää opiskelijoiden hyvinvointia ja ennalta- ehkäisee psykologisten ongelmien kehittymistä. *Opiskelijan Kompassin* kaltaiset verkko- ja mobiiliratkaisut voivat myös lisätä opiskelijoiden työelämätaitoja ja edistää myöhempää työ- hyvinvointia. Opiskelijan Kompassi on ajasta

ja paikasta riippumaton, ja sitä voidaan käyttää silloin, kun itsellä on aikaa (Lappalainen, 2013). Opiskelijan Kompassi tarjoaa eväitä ja työkaluja jaksamiseen ja erilaisiin ongelmiin, joita opiskelija opintojensa aikana kohtaa. Ohjelma koostuu kolmesta teemasta, jotka ovat stressi, mieliala ja ahdistus/jännittäminen. Opiskelijan Kompassin pääasiallinen tavoite on estää ongelmien kärjistyminen. Kuhkan teemaan liittyy ohjattu reitti, jonka parissa opiskelija voi työskennellä verkossa itsenäisesti tai koulutetun tukihenkilön kanssa. Opiskelijan Kompassista opiskelija löytää apua, mikäli hän stressaavassa elämäntilanteessa haluaa opetella rauhoittumista ja kokeilla, miten esimerkiksi tietoisien läsnäolon harjoittelu voi auttaa jaksamaan tai miten hän voi saada uudenlaista näkökulmaa tunteisiin ja ajatuksiin (Lappalainen, 2013).



Hyvis-toiminnan konkretiaa

Tällä hetkellä Jyväskylän yliopistossa toimii yhteensä 36 Hyvistä eli hyvinvointineuvojaa. Hyvikset ovat osa laitosten henkilökuntaa, jotka ovat saaneet koulutuksen ja materiaalipaketin opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemiseen. Syksystä 2014 alkaen myös yliopistomme kielikeskuksessa ja Kokkolan Chydenius Instituutissa on oma Hyvis. Hyvis-ohjausta kansainvälisille opiskelijoille tullaan tarjoamaan organisoidusti viimeistään vuoden 2015 alusta lähtien.

Hyviksille on varattu työsuunnitelmista työaika Hyvis-ohjauksen toteuttamiseen ja heidän oman osaamisensa kehittämiseen. Hyvisten työn tukena toimii työnohjaus, YTHS:n konsultaatio, Hyvisten keskinäinen tukiverkosto ja Student Lifen hyvinvoinnista vastaava yhteyshenkilö. Hyvisten työnohjaus on paikka pysähtyä miettimään, mitä he työssään tekevät ja miksi sekä millaisia ajatuksia ja tunteita se heissä herättää. Student Lifen näkökulmasta työnohjauksen yleisenä tavoitteena on estää Hyvisten kuormittumista. Konsultaatiot ja Hyvisten yhteiset tapaamiset edistävät tiedonvälitystä eri toimijoiden välillä opiskelijoiden hyvinvointiin liittyvissä asioissa. Olemme käyneet keskustelua Jyväskylän kaupungin sosiaalitoimen kanssa siitä, että jatkossa myös he voisivat tarjota konsultaatiota. Lukuvuoden 2014–2015 aikana Hyviksille tullaan järjestämään täydennyskoulutusta esteettömyys- ja päihdeasioista. Keväällä 2015 järjestetään uusi Hyvis-koulutus kaikille halukkaille.

HYVY001-kurssia tarjotaan jokaiselle perustutkinnon suorittamasta aloittavalle opiskelijalle ja se on kahden opintopisteen laajuinen. Lukuvuoden 2014–2015 aikana järjestetään yh-

KUVIO 2. AKATEEMINEN OPISKELUKYKY-KURSSIN SISÄLTÖJÄ.

- ❖ Ota selvää itsestä! – Itsetuntemuksesta hyvinvointia
- ❖ Tunteiden säätely ja hyvinvointi
- ❖ Arki haltuun palanen kerrallaan
- ❖ Elä enemmän, stressaa vähemmän! – Realistisella ajankäytöllä stressi hallintaan
- ❖ Lukeminen ja kirjoittaminen yliopisto-opiskelun perustaitona
- ❖ Vuorovaikutuksen kuorma ja keveys
- ❖ Hyvinvoinnillako riskitekijöitä?
- ❖ Höyryä vähemmälle! – Voimavarojen merkitys

teensä 10 kurssia, joista kemian, matematiikan ja tilastotieteen, yhteiskuntatieteiden ja filosofian sekä terveystieteiden ylioppilaspohjaisille opiskelijoille kurssi on pakollinen. Kurssi pitää sisällään kahdeksan teemaa, joita alustavat yliopistomme asiantuntijat. Luennoilla tapahtuvan pienryhmätyöskentelyn lisäksi opiskelijat tekevät kurssin aikana itsenäisiä tehtäviä, joiden tarkoituksena on edistää heidän opiskelukykyään ja valmiuksiaan ennaltaehkäistä mahdollisia hyvinvointiin liittyviä ongelmia. Lukuvuoden 2014–2015 aikana pilotoidaan Chydenius Instituutissa HYVY002 Aikuisopiskelijan akateeminen opiskelukyky -verkkokurssia, joka on tarkoitus laajentaa syksystä 2015 alkaen myös Jyväskylän yliopiston maisteriohjelmiin suoravalituille opiskelijoille.

Tutkimus kehittämisen tukena ja toiminnan suuntaajana

Hyvis-toimintamallia arvioidaan erillisten tutkimusten ja palautteiden avulla. Hyvinvointiohjaukseen linkitettyä tutkimusta on tehty tähän mennessä Hyvisten haastatteluiden, opiskelijapalautteiden ja Hyvis-ohjauksen kävijätilastojen avulla. HYVY001-kurssista on kerätty tietoa liittyen sen osallistujamääriin, opiskelijoiden mahdollisiin ohjaustarpeisiin ja siihen, kuinka kurssi on tukenut opiskelijoiden opiskelukykyä. Jatkossa tulemme tarkastelemaan opiskelijoiden hyvinvointiverkostoa ja opiskelijoiden käsityksiä Hyvis-toimintamallin tarpeellisuudesta ja saatavuudesta. Opiskelijan Kompassin vaikuttavuutta tutkitaan systemaattisesti Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen asiantuntijoiden voimin.

Hyvis-ohjauksessa käyneitä oli lukuvuoden 2013–2014 loppuun mennessä 313 opiskelijaa. Suurin osa Hyvis-käynneistä liittyi opintojen suorittamiseen liittyviin haasteisiin, kuten ajankäyttöön, oppimisvaikeuksiin ja opintojen haastavuuteen. Toiseksi yleisimpiä olivat mielenterveyteen ja ylikuormittumiseen liittyvät asiat, kuten sosiaalinen jännittäminen ja stressi. Kolmanneksi yleisimpiä olivat opiskelumotivaatioon ja opintoalaan liittyvät pohdinnat. Opiskelijapalautteissa korostui kuuluksi tulemisen tarve. Opiskelijapalautteiden mukaan opiskelijoiden tilannetta oli auttanut eniten Hyvikseltä saatu keskusteluapu ja toiseksi eniten Hyvikseltä saadut käytännön oh-



jeet ja vinkit erilaisista auttajatahoista. Opiskelijat toivoivat, että Hyvis-toiminta pysyisi jatkossakin matalan kynnyksen ohjauspalveluna, jolloin opiskelijat rohkaistuisivat hakemaan apua ennakoivasti ja varhaisessa vaiheessa.

HYVY001-kurssiin liittyen kerättiin palautetta kurssin hyödyistä opiskelukyvylle. Selkeästi tärkeimmäksi teemaksi nousi arjen- ja stressinhallinta. Akateeminen opiskelu haastaa sekä ajankäyttö- että stressinhallintataidot. Opiskelijat kaipaavat vinkkejä aikatauluttamiseen, stressiä aiheuttavien tilanteiden hallitsemiseen ja niistä palautumiseen. Vastauksissa nousi selkeästi esille se, että opiskelijat kokevat uupumusta joko ylisuorittamisen aiheuttamana tai silloin, kun opintoihin liittyvät tehtävät pääsevät kasaantumaan. Opiskelijapalautteiden avulla olemme pyrkinneet kehittämään erilaisia tukimuotoja, joilla voimme paremmin vastata opiskelijoiden tuen tarpeisiin. Hyvis-toimintamalli on käynnistynyt onnistuneesti ja tästä on hyvä jatkaa eteenpäin!

ePortfolio - väline osaamisen kehittämiseen

Jyväskylän yliopistossa kehitetty ePortfolio on verkkoympäristö, joka kokoaa opiskelijan osaamisen yhteen paikkaan ja tarjoaa tukirakenteen opiskelijan oman osaamisen tunnistamiselle,

työelämätaitojen kehittämiseksi ja osaamisen kuvaamiselle. ePortfolion kehittämistyö pohjaa yliopiston strategiaan tavoitteisiin ja osaamis-yhteiskunnan vaatimuksiin sekä tukee koulutusorganisaatioiden yhteisiä tavoitteita: ripeää valmistumista, napakkaa osaamista ja hyvää työllistymistä. Pedagogisesta näkökulmasta se on ennen kaikkea opiskelijan oma ympäristö, joka toimii henkilökohtaisen kehittymisen välineenä ja jossa korostuu opiskelijan oma vastuu osaamisensa kehittamisestä.

Parhaimmillaan ePortfolio tukee kokonaisvaltaisia, pitkiä prosesseja ja tarjoaa mahdollisuuden yhdistää eri konteksteissa tapahtuvaa toimintaa oppijan näkökulmasta yhteen paikkaan. Ohjauksen näkökulmasta ePortfolio on työväline, joka kääntää näkökulman opintosuorituksesta osaamiseen ja mahdollistaa sen kattavan tarkastelun yksilöohjauksessa tai vertaisryhmässä. Työnhaun kannalta ePortfolio voi puolestaan olla osaamisen monipuolisen näkyväksi tekemisen kanava ja verkostoitumisen apuväline.

ePortfolio-ympäristön kehittämisen taustalla ovat kansainväliset mallit. Esimerkiksi Yhdysvalloissa useat yliopistot tarjoavat oman ePortfolio-ympäristönsä opiskelijoidensa, henkilöstönsä ja alumniensa käyttöön. Iso-Britanniassa ePortfolio-tutkimusta ja kehittämistyö-

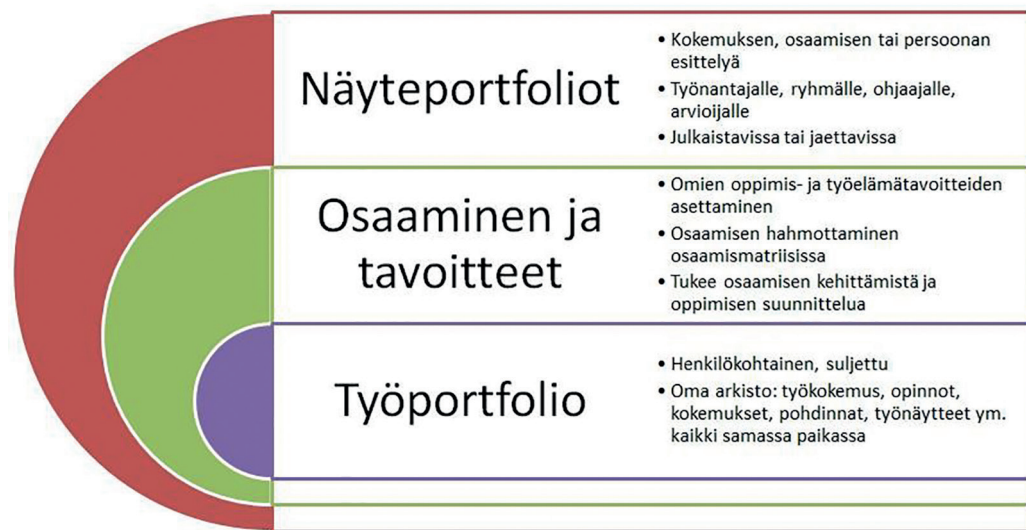
tä on tehnyt muun muassa JISC¹. Digitaalinen ympäristö tuo perinteiseenkin portfoliotyökentelyyn uusia mahdollisuuksia, sillä se mahdollistaa ajasta ja paikasta riippumattoman käytön, monimediaisuuden ja kerroksellisuuden. Toisaalta portfolion henkilökohtaisuus täydentää ja haastaa perinteistä oppimisympäristöajattelua: ePortfolio rakentuu oppijan itsensä ympärille ja on hänen hallinnoimaansa, toisin kuin perinteiset oppimisympäristöt, joissa omistajuus on opettajalla ja jossa toiminnan keskiönä on yksittäinen kurssi. Oman ePortfoliomme kehittämistyössä on siis vahvasti mukana myös henkilökohtaisen oppimisympäristön ajatus (PLE, personal learning environment, ks. esim. Juntunen & Laakkonen, 2014) joka tässä tapauksessa toteutuu erityisesti oppijälähtöisyyden, oppijan omistajuuden ja käyttäjälähtöisen kehittämisen kautta.

Kokonaisvaltaista kehittämistä osaajaksi
ePortfolio-ympäristön perusajatuksena on tarjota tukirakenne osaamisen kokonaisvaltaiselle hahmottamiselle ja ohjata työelämätaitojen tiedostamisessa ja kehittämisessä. ePortfoliota on kehitetty käyttäjälähtöisesti ja tiiviissä yhteistyössä laitosten kanssa. Sovelluskehitys ja

pedagogiikka on nivottu yhteen. Näin sovelluksesta ja toiminnasta on tullut tarkoituksenmukaista ja tavoitteita palvelevaa ja toivottavasti vältetään myös opetusteknologian integroinnin perinteinen sudenkuoppa, toiminnan hiipuminen pian aktiivisen kehittämisperiodin päätyttyä. ePortfoliotyö edustaa tuoretta pedagogista ajattelua, jossa keskiössä ovat käyttäjän ja oppimisen tarpeet ja elämänmittaisen oppimisen näkökulma. Sovelluksesta on tehty helppokäyttöinen ja oppijan tarpeisiin mukautuva, mutta samalla siihen on sisällytetty työelämäosaamisen kehittymistä tukeva ja ohjaava rakenne. Kyseessä on siis hedelmälliseltä vaikuttava kompromissi käyttäjän vapauden ja ohjauksellisen tarpeen välillä.

Teknisesti ympäristö on hyvin yksinkertainen. ePortfolio-ympäristö on rakennettu Jyväskylän yliopiston käyttämään sisällönhallintajärjestelmä Ploneen ja se on yliopistomme oman kehittämistyön tulos. Käytännössä ePortfoliossa on kolme kerrosta (ks. kuvio 3). Työportfolio on täysin yksityistä, opiskelijan omaa tilaa, jonne hän tallentaa opinto-, työ- ja harrastuskemuksensa, päivittää kielitaitonsa, tallentaa näytteitä osaamisestaan ja töistään digitaalisessa muodossa ja jossa hän voi pitää tarpeen

KUVIO 3. EPORTFOLION RAKENNE.



1. JISC on Isossa-Britanniassa toimiva riippumaton ja julkinen elin, joka tukee keski- ja korkea-asteen koulutusta ja tutkimusta ja johtaa tieto- ja viestintätekniikan käyttöä oppimisessa, opetuksessa, tutkimuksessa ja hallinnossa.

mukaan muun muassa oppimispäiväkirjaa. Osaamisen kehittymiselle suunnitellut tukirakenteet auttavat opiskelijaa asettamaan itselleen työelämä- ja oppimistavoitteita sekä hahmottamaan tarvittavaa työelämäosaamista ja sen karttumista kokonaisuutena. Näyteportfoliot puolestaan ovat osaamisen jakamisen ja näkyväksi tekemisen työvälineitä. Niitä voi koostaa eri yleisöille ja näyteportfolion voi joko julkaista ja lähettää linkkinä työnantajalle tai jakaa vaikkapa yksittäiselle ohjaajalle tai opiskeluryhmälle.

Havainnot piloteista: osaaminen näkyväksi
ePortfoliota on pilotoitu marraskuusta 2012 alkaen, jolloin kielten ja musiikin laitoksilla käynnistyivät kandidaatinportfoliokurssit. Lisäksi erillisiä, pienempiä kursseja ja työpajoja on järjestetty muun muassa humanistisessa tiedekunnassa taiteen ja kulttuurintutkimuksen maisteriopiskelijoille ja jatko-opiskelijoille. Pilotoinnin tavoitteena on ollut sovelluksen käyttökelpoisuuden ja käytettävyyden kehittäminen ja erityisesti pedagogisten toimintamallien ja käytänteiden luominen Student Lifen ja opetushenkilöstön yhteistyönä.

Pilotit ovat vahvistaneet käsitystä siitä, että sovelluksella sinänsä on melko pieni rooli; suurempi merkitys on sen ympärillä syntyvällä toiminnalla. Havainnot ja kokemukset piloteis-

ta ja kokeiluista ovatkin osoittaneet, että osaamisen näkyväksi tekeminen näyteportfolion avulla toimii arvokkaan vertaisryhmätyöskentelyn ja -palautteen pohjana. Oppijälähtöisyyden ajatus pakottaa myös pohtimaan pedagogisia ratkaisuja ja kehittämään ajattelua, jossa yliopisto-opiskelua ei niinkään nähdä tiedon siirtämisenä tai suorituksina vaan osaamisen kehittämisenä, joka viime kädessä on oppijan itsensä vastuulla.

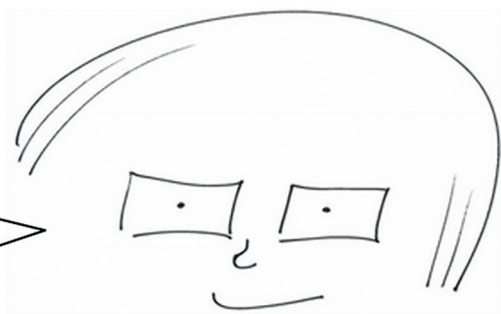
Opiskelijat ovat kokeneet työskentelyn olevan pääasiassa merkityksellistä ja konkretisoivan sekä omaa osaamista että tulevia tavoitteita (kuvio 4). Laitosten ja ohjauksen näkökulmasta ePortfolio tarjoaa tukirakenteen työlle, jota muutenkin on jo tehty ohjauksen, asiantuntijuuskurssien ja työelämä- ja uraopintojen puitteissa. Se nähdään myös opetuksen laadun kehittämisen välineenä, sillä työskentely pyssäyttää miettimään, vastaako yliopisto-opetus niihin tarpeisiin, joita opiskelijoiden osaamisen kehittäminen vaatii.

ePortfolio-työssä mukana olevat laitokset ovat kokeneet kehittämistyön tärkeäksi, ja opetus- ja ohjauksikäytänteiden kehittämiseen on haluttu panostaa. Opiskelijat ovat halunneet esittää näkemyksiään ja ehdotuksiaan ePortfolioon kehittämiseksi. Lisäksi ePortfolio on kiinnostanut myös niitä opiskelijoita, jotka eivät ole olleet piloteissa mukana.

KUVIO 4. PORTFOLIOTYÖSKENTELY JÄNTEVÖITTÄÄ OSAAMISEN KEHITTÄMISTÄ.



Portfolioon on mukava päivittää omaa osaamista ja kokemuksia; tulosten konkreettinen näkyminen ja kirjaaminen kannustaa hankkimaan lisää kirjattavaa.



ePortfolio-työskentelyn vaikutukset tullevat esille vasta myöhemmin. Lukuvuonna 2014–2015 ensimmäisten kandidaatinportfolioiden valmistuessa on mahdollista aloittaa tutkimus muun muassa opiskelijoiden käsityksistä omasta osaamisestaan ja työelämästä sekä ePortfolio-työskentelyn suoraan opintojen sujuvuuteen liittyvistä vaikutuksista.

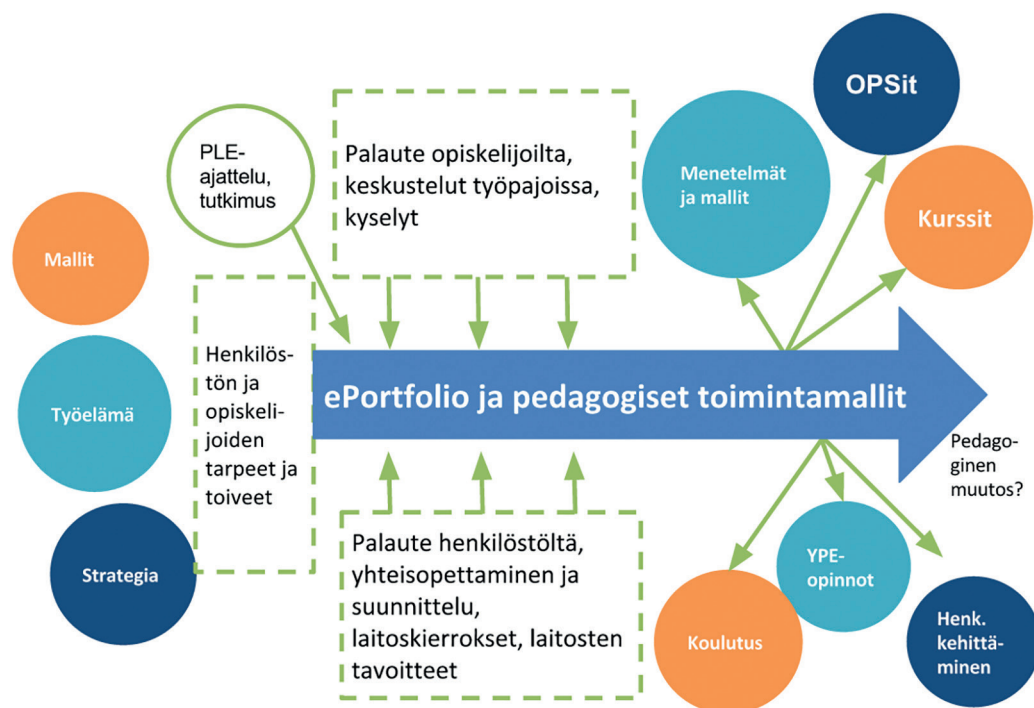
Käyttäjälähtöinen kehittämisen malli

Kehitystyö on alusta saakka ollut käyttäjälähtöistä, mikä tarkoittaa sitä, että jo prototyyppejä

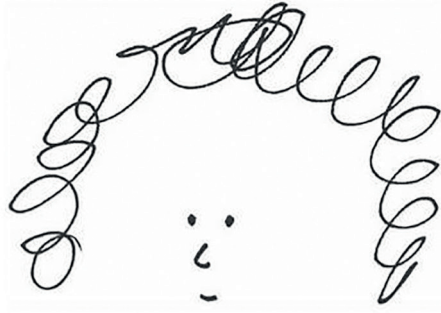
on ideoitu yhdessä opetus- ja ohjaushenkilökunnan ja opiskelijoiden kanssa. Pilotointivaiheessa (2013–2014) käyttäjäpalautetta ja kehitysehdotuksia on saatu niin opiskelijoilta kuin henkilökunnaltakin käyttöä havainnoimalla, keskustelemalla ja verkkolomakkeella. Myös laitosvierailuilla, yliopistopedagogisissa opinnoissa ja henkilöstökoulutuksen kursseilla on saatu näkemyksiä käytön laajentamisesta sekä sovelluksesta itsestään.

Kuvio 5 esittää, miten ePortfolio-mallit, yliopiston strategiset tavoitteet ja työelämän

KUVIO 5. KÄYTTÄJÄ- JA TUTKIMUSLÄHTÖINEN KEHITTÄMISEN MALLI.



Keksin, mikä
minusta tulee
isona.



tarpeet ovat toimineet kehittämistyön lähtökohtina, mutta henkilökunnan ja opiskelijoiden toiveet ja palaute ovat konkretisoineet toimintaa ja vaikuttaneet siihen, millaisen ilmiasun työskentely on saanut. Kuviossa näkyy myös, miten ePortfolio-kehitystyö pohjautuu osin henkilökohtaisten oppimisympäristöjen (PLE) parissa tehtyyn tutkimus- ja kehittämistyöhön.

Ennen kaikkea kuvio 5 näyttää, miten systeeminen ajattelu synnyttää myös uusia käytötarkoituksia. ePortfolion parissa tehty työ

vaikuttaa jo nyt muun muassa laitosten opetussuunnitelmiin, sillä pitkäjänteisen ja kokonaisvaltaisen työskentelyn on huomattu soveltuvan opiskelijoiden työelämävalmiuksien kehittämiseen erillisiä kursseja paremmin. Ajatukset henkilöstön koulutusmalleista ovat herättäneet pohtimaan, voisiko ePortfolio palvella myös henkilöstön osaamisen kehittämisessä. ePortfoliota kokeillaankin yliopistopedagogisten opintojen tukena.

ePortfolio on ainoa
tuntemani työväline,
joka harjaannuttaa
opiskelijaa
tunnistamaan
systemaattisesti omaa
osaamistaan.



Osaamista opintojen ohessa - rinnakkaisopintosuunnitelma osaamisen kehittämisessä

Myös yhteydet ympäröivään yhteiskuntaan ovat tärkeä kehittämisen kohde, sillä valmistuneiden toivotaan löytävän käyttöä osaamiselleen myös paikallisesti. Osaamista opintojen ohessa -ohjelman avulla opiskelija voi kehittää opintojen ulkopuolella kertyvää osaamista rinnakkaisopintosuunnitelman avulla. Rinnakkaisopintosuunnitelmalla (co-curriculum, extra-curriculum) tarkoitetaan varsinaisen opinto-ohjelman tai opetussuunnitelman ulkopuolista oppimista. Tällaista oppimista tapahtuu esimerkiksi vapaaehtoistyössä sekä toimimalla aate-, urheilu- ja harrastejärjestössä. Kansainvälisesti erilaisilla extra- ja co-curriculum -aktiviteeteilla on pyritty muun muassa opintojen ulkopuolisen aktiivisuuden, henkilökohtaisen kehittymisen sekä työllistyvyyden edistämiseen. Rinnakkaisopintosuunnitelma on väline, jolla opiskelija voi tunnistaa, kehittää ja osoittaa taitojaan sekä osaamistaan opetussuunnitelmaa laajemmin koko elämäkentän kattavina kokemuksina, joissa painottuu reflektiivisyys ja henkilökohtainen sekä ammatillinen kehittyminen.

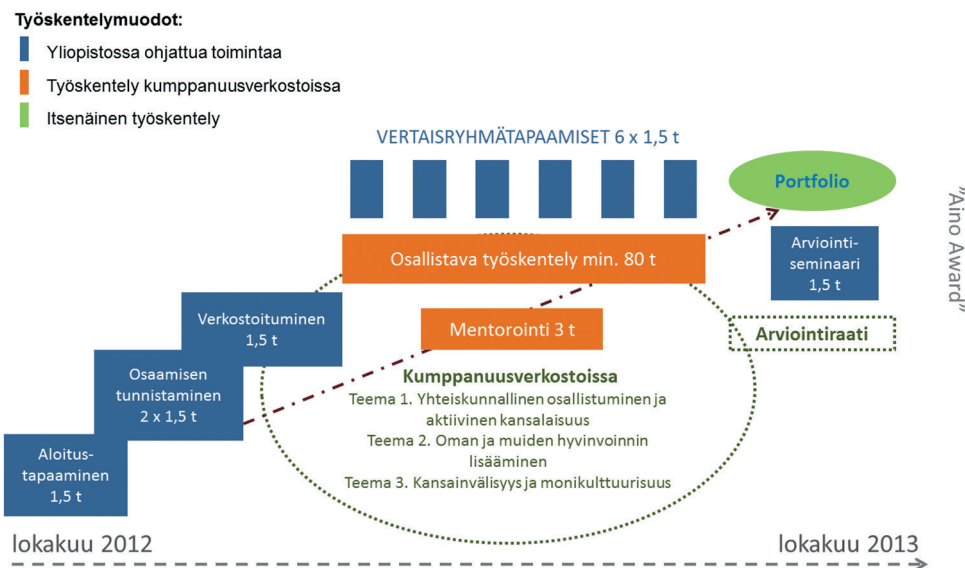
Osaamista opintojen ohessa -ohjelman rakenne ja teemat

Jyväskylän yliopiston Osaamista opintojen ohessa -ohjelmalla tavoitellaan joustavuutta ja opiskelijoiden yksilöllisyyden huomioimista koulutusrakenteeseen. Sillä myös pyritään täydentämään tutkinto-opiskelussa hankittavaa osaamista. Olennaista on tavoitteellinen osaamisen tunnistaminen ja kehittäminen. Lisäksi edistetään opiskelijoiden verkostoitumista, työelämävalmiuksia ja tätä kautta työllistyvyyttä. Kuviossa 6 on esitelty ohjelman kokonaisrakenne. Ohjelma koostuu kolmesta työskentelytavasta: vapaaehtoistyöstä, ohjatusta ryhmätoiminnasta sekä itsenäisestä työskentelystä.

Varsinainen opinto-ohjelmien ulkopuolella toteutuva vapaaehtoistyö voi tapahtua erilaisissa vapaaehtoistoimintaa järjestävissä järjestöissä ja organisaatioissa. Jotta ohjelma ei veisi liikaa aikaa itse opiskelulta, vapaaehtoistyön työmäärä on haluttu pitää kohtuullisena. Opiskelijat tekevät vapaaehtoistyötä minimissään 80 tuntia vuoden aikana. Vapaaehtoisaktiivisuus voi vaihdella viikoittain ja kuukausittain. Kokonaisuutena 80 tunnin työskentely näyttäisi kuitenkin mahdollistavan riittävän määrän

KUVIO 6. OSAAMISTA OPINTOJEN OHESSA -OHJELMAN RAKENNE.

Osaamista opintojen ohessa -pilotti 2012-2013



toimintaa, joka tukee osaamisen kehittämistä mutta ei vie liikaa aikaa opiskelulta.

Vapaaehtoistyössä kehitettävään osaamiseen rajattiin väljästi kolme teemaa (kansainvälisyys ja monikulttuurisuus; yhteiskunnallinen osallistuminen ja aktiivinen kansalaisuus sekä oman ja muiden hyvinvoinnin lisääminen). Teemaattisilla jäsenyksillä painotetaan sitä, että ohjelmassa ei ole kyse pelkästä vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta. Niiden avulla opiskelijoiden halutaan asennoituvan tavoitteellisesti vapaaehtoistyöhön osaamisen kehittämisen näkökulmasta.

Vertaisryhmä tukee tavoitteellista toimintaa

Vuoden kestävä yliopistolla tarjottu ohjattu ryhmätoiminta on mallin olennaisimpia eroja verrattuna kansainvälisiin malleihin. Ryhmätoimintaan soveltamassamme strukturoidussa ryhmäohjausmallissa keskeistä on tavoitteellinen työskentely (ks. Borgen ym., 1998). Vertaisryhmäpedagogiikalla pyritään aktivoimaan ryhmäläisiä jakamaan kokemuksiaan, ajatuksiaan ja tunteuksiaan sekä antamaan palautetta toisilleen. Perustava idea on opiskelijalle yksilöllisesti merkityksellisten oppimiskokemusten ja osaamisen kehittymisen yhteisöllinen tukeminen. Aiemmassa kehittämistyössä olimme havainneet vertaistuen suuren merkityksen opintojen edistämiseksi ja pilottissa haluttiin edelleen kehittää vertaisryhmän hyödyntämistä osaamisen tunnistamisen ja kehittämisen tukena (Penttinen ym., 2011).

Ryhmän fokuksena on tukea opiskelijaa oman yksilöllisen osaamisen tavoitteellisessa kehittämisessä. Osaamisen tunnistamisesta käytävä keskustelu kääntyy usein AHOT-tee- maan ja osaamisen tunnustamiseen. Tässä kohteena on enemmän tulevaisuusorientoitunut, kehittämiseen tähtäävä osaamisen tunnistaminen. Tätä orientaatiota pyritään laajentamaan opintojen suunnittelusta kokonaisvaltaisempaan osaamisen kehittämiseen ja aina (elämän) urasuunnitteluun asti. Työllistyvydessä keskeistä on kokemuksellinen oppimisen reflektio, kyky tehdä omia valintoja, henkilökohtaisten mielekkäiden tavoitteiden asettaminen sekä viime kädessä koko (työ)elämänuraa koskeva suunnittelu. Kyky tunnistaa omaa osaamistaan ei siten toteudu kertaluonteisena projektina,

vaan sitä voidaan luonnehtia jopa elämänasenteen piirteeksi ja elinikäisen oppimisen olennaiseksi lähtökohdaksi. Tämän vuoksi pyrimme osaamisen tunnistamisen, sanoittamisen ja kehittämisen yksilölliseen prosessiin, jota vertaisryhmä tukee ja vahvistaa. (Penttinen ym., 2014.)

Omanlaisen osaamisen kehittymistä

Itsenäiseen työskentelyosuuteen sisältyy se, että jokainen osallistuja kiteyttää vuoden päätteeksi oman osaamisensa ja oppimisensa portfolioon. Vaikka portfolio sisältyy ohjelman itsenäiseen työskentelyyn, sen työstämistä tuetaan myös ryhmäohjauksessa. Ohjelman päättyessä opiskelija koostaa oman tavoitteenasettelunsa pohjalta portfolioon vapaaehtoistoiminnastaan ja siinä hankitusta osaamisesta. Portfolio arvioidaan ja opiskelija saa siitä palautetta loppuseminaarissa, johon pyydetään mukaan myös yliopiston ulkopuolisia tahoja arvioimaan ja keskustelemaan opiskelijoiden portfolioista. Ulkopuoliset kommentoijat voivat olla esimerkiksi vapaaehtoistyötä tarjoavissa organisaatioissa töissä. Heillä tulisi olla näkökulmaa sekä osaamiseen vapaaehtoistyössä että yleisesti työelämässä. Seminaarin tavoitteena on kojoava keskustelu, jossa opiskelijat saavat näiltä ulkopuolisilta palautetta koko prosessista, oppimiskokemuksista ja hankitusta osaamisesta tulevaisuusorientoituneesti.

Seminaariin kutsutut ulkopuoliset kommentoijat tarkastelevat portfolioita erityisesti työelämänäkökulmasta ja kiinnittivät huomiota portfolioiden osaamisen kuvauksiin. Piloteissamme kommentoijat totesivat, että ohjelmaan osallistuminen on osoitus aktiivisesta ja tietoisesta osaamisen kehittämisestä, kun taas vapaaehtoistyöhön voi sinänsä osallistua ilman erityistä osaamisen tavoitteellista kehittämistä, joten motiivit siihen voivat olla hyvinkin erilaiset. Osaamisen tavoitteellinen kehittäminen vapaaehtoistyössä nähtiin myös työelämän kannalta merkitykselliseksi osoitukseksi opiskelijoiden asenteista.

Pilotteja tutkineen Anne Virtasen huomioista voi todeta tiivistäen sen, että osaamista opintojen ohessa -ohjelma kehitti erityisesti opiskelijoiden aloitteellisuutta, vastuullisuutta ja itsenäistä työskentelyä. He rohkaistuivat toimimaan uusissa tilanteissa, kehittivät suun-

nittelu- ja organisointitaitojaan sekä oman työn arviointitaitoja. Lisäksi vuorovaikutustaitojen, oman uran suunnittelun, kekseliäisyyden sekä uusien ideoiden kehittelyn ja luovuuden koettiin kehittyneen. Virtanen (2014) luonnehtiikin ohjelman tuottaneen osallistujilleen jotain erityistä omanlaistaan osaamista, jota muussa yliopistokoulutuksessa ei välttämättä koeta opittavan samalla tavalla.

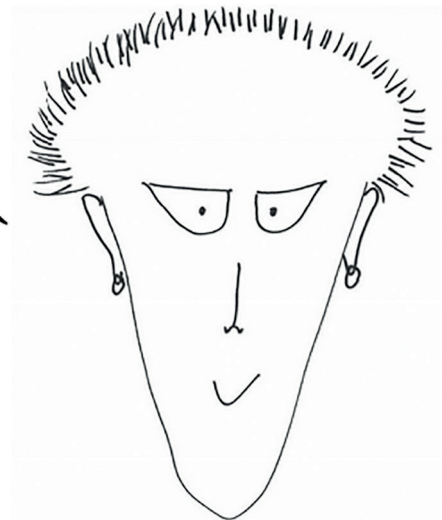
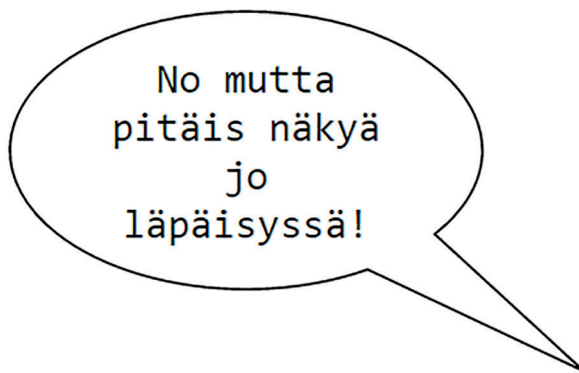
Lopuksi

Opiskelijan elämä on laaja-alainen kokonaisuus, jossa pienilläkin asioilla saattaa olla merkittävä vaikutus. Olemme tässä artikkelissamme esitelleet kahta keskeistä Student Life-teemaa, hyvinvointia ja työelämäosaamista, niiden parissa tehdyn konkreettisen kehittämistyön kautta. Samalla olemme avanneet verkostomaisen yhteistyön, opiskelijakeskeisyyden ja tutkimuslähtöisyyden teemoja, jotka ovat avaimia kehitystyön onnistumiselle ja käytäntöiden juurtumiselle osaksi yliopiston vakiintunutta toimintaa.

Tutkimus on keskeisessä roolissa strategisesti merkityksellisessä kehittämistyössä. Aiemman tutkimuksen pohjalta valikoidaan

olennaisia kehittämisen kohteita ja tutkijoiden asiantuntemus auttaa suuntaamaan ja kohdentamaan konkreettisia kehittämistoimenpiteitä siten, että niiden vaikuttavuus ja täsmällisyys ovat mahdollisimman hyvät. Tutkimus on myös avainasemassa, kun toimenpiteiden ja kehityshankkeiden vaikutuksia arvioidaan laajemmassa mittakaavassa. Vaikutusten arviointia täytyy myös usein tehdä taloudellisesta näkökulmasta, ja strategian kannalta tärkeää on tietysti se, miten toiminta edistää opintojen sujuvuutta ja opiskelijoiden valmistumista. Pitkissä ja laajoissa kehittämisprosesseissa, joiden vaikutukset ovat systeemisiä, tulosten arviointi, mittaaminen ja syy-seuraussuhteiden osoittaminen on usein vaikeaa, joskus lähes mahdotonta. Tutkijoiden menetelmäosaaminen ja innovointikyky on kullannarvoista.

Haastammekin tutkijoita tuomaan rohkeasti osaamistaan ja tietämystään yhteiseen pöytään. Parhaimmillaan käytännön kehittämistyön ja tutkimuksen välinen suhde on hedelmällinen ja synnyttää ristipölytystä, jonka tulokset hyödyttävät kaikkia – ennen kaikkea opintopolultaan tulevaisuuden työelämään suuntaavaa opiskelijaa.



Lähteet

- Borgen, W. A., Pollard, D. E., Amundson, N. E., & Westwood, M. J. (1989). *Employment groups: The counselling connection*. Toronto, Canada: Lugus Production Ltd.
- Heikkilä, A., Keski-Koukkari, A. & Eerola, S. 2011. Korkeakouluopiskelun haasteet. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.) *Opiskeluterveys*. Duodecim. Helsinki, 31–33.
- Juntunen M. & Laakkonen I. (2014). PLE – tapa oppia. Teoksessa Häkkinen P. & Viteli J. (toim.), *Pilvilinnoja ja palomuuereja – Tulevaisuuden oppimisen ja työnteon tilat. F-SHAPE-projektin satoa*. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos. Haettu 10.11.2014 osoitteesta: <https://ktl.jyu.fi/julkaisut/julkaisuluettelo/julkaisut/2014/D109.pdf>.
- Kaartinen-Koutaniemi, M. 2011. First year experience – yliopisto-opiskelijan ensimmäinen opiskeluvuosi. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.) *Opiskeluterveys*. Duodecim. Helsinki, 156–160.
- Korhonen, V. & Hietava, S. 2011. Mikä opiskelijaa motivoi, mikä ei? Sitoutuminen korkeakouluopintoihin motivaationäkökulmasta tarkasteltuna. Campus Conexus -projektin julkaisuja B:2. Tampereen yliopisto.
- Kujala, J. 2011. Opiskelukyvyn ja yhteisöllisyyden edistäminen korkeakouluissa. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.) *Opiskeluterveys*. Duodecim. Helsinki, 154–160.
- Kunttu, K. & Pesonen, T. 2013. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2012. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 47. Helsinki.
- Kunttu, K. 2009. Opiskeluterveys koostuu monen toimijan yhteistyöstä. *Työterveyslääkäri* 27 (1), 21–24.
- Kunttu, K & Huttunen, T. 2009. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2008. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 45. Haettu 30.6.2014 osoitteesta: http://www.yths.fi/filebank/582-Tutkimus_2008_verkkoon.pdf.
- Lairio, M. & Penttilä, M. 2007. Opiskelijälähtöinen ohjaus yliopistossa. Jyväskylä. Koulutuksen tutkimuslaitos.
- Lappalainen, R. 2013. Opiskelijan kompassi auttaa Jyväskylän yliopiston opiskelijoita jaksamaan opinnoissa ja arjessa. Haettu 17.9.2014 osoitteesta: <https://www.jyu.fi/ajankohtaista/arkisto/2013/11/tiedote-2013-11-07-12-54-08-346088>.
- Lähteenoja, S. 2010. Uusien opiskelijoiden integroituminen yliopistoon. Sosiaalipsykologinen näkökulma. Helsingin yliopisto, sosiaalipsykologian oppiaine. Sosiaalipsykologian tutkimuksia.
- Penttinen, L., Virtanen, A., Ahola, H. & Anttonen, T. 2014. Osaamista opintojen ohessa. Teoksessa L. Penttinen, K. Karhu, J.O. Liimatainen & P. Keskinarkaus (toim.) *Yliopistosta työelämään. Opintopolun työelämäorientaatiota kehittämässä*. Yliopistosta työelämään ESR-projekti.
- Penttinen, L., Skaniakos, T., Valkonen, L. & Plihtari, E. 2011. Vertaisuus voimavarana opintopolulla: johdantoa kirjan teemoihin. Teoksessa L. Penttinen, E. Plihtari, T. Skaniakos & L. Valkonen (toim.) *Vertaisuus voimavarana ohjauksessa*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino, 4–13.
- Puusniekka, R. & Kunttu, K. 2011. Mitä suomalaisien opiskelijoiden opiskelukyky näyttää tutkimusten valossa. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.) *Opiskeluterveys*. Duodecim. Helsinki, 36–43.
- Salmela-Aro, K. 2011. 2011. Opiskelu-uupumus ja -into. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.) *Opiskeluterveys*. Duodecim. Helsinki, 43–46.
- Virtanen, A. 2014. Konkretiaa janoava yliopisto-opiskelija. Esitelmä Elopäivillä ”Sidosryhmäyhteistyö korkeakoulujen rekry- ja alumnitoiminnassa” Oulussa 20.–21.8.2014.
- Kuvien tekijänoikeudet JY/Student Life: Sanapilvet JYYn ja Student Lifen yhteistyön pohjalta Wordle / Ilona Laakkonen. Viivapiirroksat Tapio Anttonen, lainaukset poimittu palautteesta ja tutkimusaineistosta. Kuviot: *Hyvis* Hanna Laitinen; *ePortfolio* Ilona Laakkonen; *OOO* Leena Penttinen, Tapio Anttonen ja Hanna Laitinen.

