

OPIKELUHYVINVOINTI JA KURAATTORIPALVELUT AMMATTIKORKEAKOULUISSA

Karoliina Karesola
Maisterintutkielma
Sosiaalityö
Kokkolan yliopistokeskus
Chydenius
Jyväskylän yliopisto
Syksy 2023

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta Humanistis-yhteiskuntatieteellinen	Laitos Kokkolan yliopistokeskus Chydenius
Tekijä Karoliina Karesola	
Työn nimi Opiskeluhyvinvointi ja kuraattoripalvelut ammattikorkeakouluissa	
Oppiaine Sosiaalityö	Työn laji Maisterintutkielma
Aika 4.9.2023	Sivumäärä 67
<p>Tiivistelmä</p> <p>Korkeakouluopiskelijoiden määrä on viime vuosina kasvanut ja tulevana vuosina hallituksen tavoitteena on kasvattaa opiskelijoiden määrää entisestään. Samaan aikaan opiskelijat ovat yhä heterogeenisempia taustaltaan, opiskelutaidoiltaan sekä psyykkisen ja fyysisen terveytensä osalta. Moninaiset haasteet erityisesti opiskelijoiden psyykkisessä hyvinvoinnissa on eri tutkimuksissa nostettu esiin jo pitkään. Opiskeluhyvinvointi on tärkeä osa opiskelijoiden elämänlaatua, oppimista ja työelämään siirtymistä. Korkeakoulujen velvoite on tukea opiskelupaikan saaneita opiskelijoita opintojen etenemisessä ja tutkinnon suorittamisessa. Opiskeluhyvinvoinnin palvelut eivät kuitenkaan ole lakisääteisiä, jolloin niiden toteutus ja resursointi vaihtelevat korkeakouluittain.</p> <p>Tämä tutkimus keskittyy selvittämään opiskelijoiden hyvinvointia ja hyvinvoinnin haasteita sekä kuraattorityötä opiskeluhyvinvoinnin toimijana ja sen mahdollisuuksia opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemisessa. Tarkastelen kuraattorityötä sosiaalityön viitekehyksestä. Työn teoreettinen viitekehys muodostuu hyvinvoinnin PERMA-teoriasta, opiskelijoiden hyvinvoinnin ylläpitotehtävien tarkastelusta sekä ekososiaalisesta näkökulmasta hyvinvointiin.</p> <p>Tutkimuksen aineisto koostuu kahdesta ryhmähaastattelusta, joissa on haastateltu yhteensä seitsemää kuraattoria kuudesta eri korkeakoulusta. Sisällönanalyysin avulla olen muodostanut aineistosta kolme luokkaa. Luokat ovat opiskelijoiden tuen tarpeet, kuraattorityö opiskeluhyvinvoinnin palveluna sekä kuraattorin tarjoama tuki. Tukea olen tarkastellut erikseen yksilötyössä ja suhteessa korkeakouluuyhteisöön.</p> <p>Tutkimuksen tulokset jäsentävät kuraattoripalvelua korkeakoulussa, kuraattorien tarjoamaa tukea sekä kuraattorityön asettumista sosiaalityön viitekehykseen. Lisäksi tulokset vahvistavat näkemystä opiskelijoiden moninaisista tuen tarpeista sekä erittelevät kuraattorityön mahdollisuuksia vastata tuen tarpeisiin.</p>	
Asiasanat opiskeluhyvinvointi, hyvinvointipalvelut, korkeakouluopiskelija, kuraattoripalvelu	
Säilytyspaikka Jyväskylän yliopisto	
Muuta tietoa	

KUVIOT

KUVIO 1	Opiskelukykymalli.	11
---------	-------------------------	----

TAULUKOT

TAULUKKO 1	Opiskeluhyvinvointimalli	12
------------	--------------------------------	----

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	HYVINVOINTI KORKEAKOULUKONTEKSTISSA.....	4
2.1	Opiskelijoiden hyvinvointi ja hyvinvoinnin haasteet.....	4
2.2	Opiskeluajan merkitys elämänkulussa	7
2.3	Opiskelutaidot, opiskeluhyvinvointi ja opiskelukyky	9
2.4	Opiskeluhyvinvoinnin palvelut ja kuraattorityö korkeakouluissa	13
2.5	Kuraattorityö korkeakoulussa: sosiaalityön näkökulma opiskeluhyvinvointiin	17
3	TEOREETTINEN VIITEKEHYS	20
3.1	Hyvinvoinnin teoria	20
3.2	Opiskelijan hyvinvointia ylläpitävät ja suojaavat tekijät	23
3.3	Ekososiaalinen näkökulma hyvinvointiin.....	26
3.4	Yhteenveto.....	28
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	30
4.1	Aineiston keruu.....	30
4.2	Ryhmähaastattelu metodina.....	33
4.3	Sisällönanalyysi	34
4.4	Eettiset kysymykset ja tutkimuksen luotettavuus.....	35
5	TUTKIMUSTULOKSET	38
5.1	Opiskelijoiden tuen tarpeet	38
5.2	Kuraattorityö opiskeluhyvinvoinnin palveluna.....	41
5.3	Kuraattorin tarjoama tuki	44
5.3.1	Kuraattorin tuki yksilötyössä	44
5.3.2	Kuraattorin tuki yhteisölle	49
6	JOHTOPÄÄTÖKSET.....	54
7	LOPUKSI.....	60
	LÄHTEET	63
	LIITTEET	68

1 JOHDANTO

Opiskeluvuodet ovat erityisen tärkeää, mutta myös haavoittuvaa aikaa etenkin nuorilla aikuisilla. Useiden tutkimusten mukaan erityisesti mielenterveyden haasteet ovat korkeakouluopiskelijoilla yleisiä ja koronapandemia on lisännyt entisestään huolta opiskelijoiden hyvinvoinnista (mm. Aalto-Setälä & Marttunen 2021, Parikka, Holm, Ikonen, Koskela, Kilpeläinen & Lundqvist 2021). COVID-19 ei muuttanut ainoastaan opiskelijoiden oppimista ja opiskelua, vaan lukuisat rajoitukset vaikuttivat heidän koko elämäänsä. Kokoontumiskiellot ja liikkumisrajoitukset muuttivat rutiineja, lisäsivät fyysistä etäisyyttä ja vaikuttivat sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin, mikä on lisännyt opiskelijoiden stressiä, ahdistusta ja mielenterveysongelmia sekä vaikuttanut opintojen etenemiseen kaikkialla maailmassa. (Holzer, Lüftenegger, Korlat, Pelikan, Salmela-Aro, Spiel & Schober 2021, 1.) Erilaiset haasteet korkeakouluopiskelijoiden terveydessä ja hyvinvoinnissa ovat olleet kuitenkin nähtävissä yksilötasolla sekä rakenteellisena ongelmana jo ennen koronapandemiaa. Toomin ja Pyhältön (2020) selvityksessä hyvinvointiin liittyvät kysymykset on nostettu yhdeksi korkeakoulupedagogisen osaamisen ajankohtaisista teemoista. Hyvinvointi nähtiin merkittävänä korkeakoulutuksen menestystekijänä ja erityistä huolta kannettiin opiskelijoiden lisääntyneistä mielenterveyden ja jaksamisen haasteista.

Tutkintotavoitteista koulutusta suoritti vuonna 2020 yhteensä 148 795 opiskelijaa ammattikorkeakoulussa ja 156 577 opiskelijaa yliopistossa (Tilastokeskus 2020, 4). Korkeakouluopiskelijat eivät määrällisesti ole kovinkaan marginaalinen ryhmä, sillä heitä on noin 5,5 % väestöstä. Vuonna 2022 korkeakoulujen aloituspaikkoja lisättiin yli 2000 (OKM 2021). Sanna Marinin hallituksen poliittisena tavoitteena oli nostaa korkeakoulutustaso 50 %:iin 2030-luvulla. Korkeakouluopinnot koskettavat ja tulevat koskettamaan näin varsin suurta osaa erityisesti nuorten aikuisten väestöstä.

Kansainvälisesti vertaillen korkeakouluopiskelun vahvuuksia Suomessa ovat opiskelijoiden sosiaaliturvajärjestelmä sekä opiskelun maksuttomuus. Opiskelu on mahdollista pää- tai sivutoimisesti ja opiskelua toteutetaan muun muassa päivä- ja monimuoto-opintoina sekä avoimessa yliopistossa tai ammattikorkeakoulussa. (Sivista, ei pvm.). Opiskelijoiden hyvinvoinnista huolehtiminen on tärkeää opiskelijoiden, korkeakoulun, työelämän ja yhteiskunnan näkökulmasta. Keltikangas-Järvinen

(2008, 214–2015) esimerkiksi kirjoittaa, että stressiherkkyyteen voi vaikuttaa ja korkeatasoisenkaan koulutuksen läpikäyneet osaajat eivät kykene antamaan panostaan yhteiskunnalle, mikäli he eivät selviä normaaleista työelämän paineista.

Opiskelijoiden hyvinvoinnille rinnakkaisina käsitteinä voidaan pitää opiskeluhyvinvointia, opiskelukykyä sekä opiskeluterveyttä. Nämä käsitteet ovat osittain päällekkäisiä ja niillä tarkoitetaan löyhästi suotuisaa tilaa ja tilannetta, jossa opiskelijan on mahdollista suorittaa opintojaan sujuvasti eteenpäin (mm. Inkinen ym. 2021, Salmela-Aro 2021). Opiskelijoiden hyvinvointia haastavat erityisesti erilaiset psyykkisen hyvinvoinnin tekijät. Lisäksi opintoihin ja opiskelutaitoihin liittyvät ongelmat ovat yleisiä (Korkeamäki 2023, 6). Stones ja Glazzard (2019, 119) toteavat opiskelijoiden psyykkisten haasteiden taustalla olevien kompleksisia syitä, mutta tutkimus on vielä puutteellista. Kiinnostavaa on esimerkiksi, miksi opiskelijoista naiset voivat miehiä huonommin. Naiset kokevat miehiä enemmän uupumusta ja riittämättömyyttä (Salmela-Aro 2021, 53) sekä käyttävät terveyspalveluita ja raportoivat tuen tarpeista miehiä useammin (Korkeamäki ym. 2023, 3 ja Stones & Glazzard 2019, 8). Lisäksi etninen monimuotoisuus korkeakouluissa kasvaa, jolloin erilaiset monikulttuurisuus- ja vähemmistökysemykset vaativat huomioimista.

Toisin kuin peruskouluissa ja toisella asteella, korkeakouluilla ei ole lakisääteistä vastuuta hyvinvointipalveluiden järjestämisestä. Hyvinvointia edistävät toimenpiteet, suunnitelmat ja palvelut ovat kuitenkin korkeakouluissa usein strateginen valinta. Korkeakoulujen palveluja ja tukimuotoja on kehitetty etenkin 2000-luvulla, mutta niiden toteuttaminen on hyvin erilaista eri korkeakouluissa. Opiskeluhyvinvoinnin järjestämisen haasteena ovat korkeakoulujen rahoitusmallit ja resurssit, opiskelijoiden kasvanut määrä, korkeakouluympäristön ja opintojen vaativuus, opiskelijoiden erittäin moninaiset taustat ja erilaisuus, hakuväylien ja opiskelumuotojen moninaistuminen sekä riittämätön tutkimus opiskelijoiden tarpeista ja tarjottavan tuen vaikuttavuudesta. Nykyisellään opiskeluhyvinvoinnin tuki ei vaikuta vastaavan niihin tarpeisiin, joita nykypäivän opiskelijoilla on. Tämä näkyy opintojen keskeytymisenä, opiskelijoiden terveyteen liittyvissä tutkimuksissa sekä pitkään jatkuneessa huolossa etenkin korkeakouluopiskelijoiden psyykkisestä terveydestä. Esimerkiksi Samokin selvityksessä 2021 nostettiin esiin tarve opintopsykologeille ja kuraattoreille. Nyyti ry teki keväällä 2022 kansalaisaloitteen, jossa haluttiin lakisääteiset psykologi- ja kuraattori-palvelut korkeakouluopiskelijoille.

Työni tutkimuksellisenä tavoitteena on luoda ymmärrystä korkeakouluopiskelijoiden hyvinvoinnista ja sen haasteista sekä tarkastella korkeakoulua yhteisönä ja ympäristönä hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta. Opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista ja ongelmia pohdin rakenteellisina, jolloin ratkaisujakin tulee hakea rakenteellisesti. Korkeakoulu on yhteisö ja tuon yhteisön rakenteiden tarkastelu ja hyvinvointia lisäävien rakenteiden luominen on avainasemassa siinä, että opiskelijat voivat

hyvin. Tämä tarkoittaa ajatusta korkeakoulusta vuorovaikutteisena, moninaisena, akateemisena ja sosiaalisena yhteisönä, johon opiskelijat kiinnittyvät ja jolla on mahdollisuus tarjota opiskelijalle tukirakenteita ja palveluja. Opiskeluaikana tarjottavalla tuella on merkitystä myös opintojen jälkeistä aikaa tukevinä vaikutuksina. Tavoitteena on lisäksi nostaa esiin korkeakoulujen ja yhteiskunnan velvoitteita tarjota opiskelijoille riittävä ja oikea-aikainen tuki.

Opiskelijoiden hyvinvoinnista, erityisesti psyykkisten haasteiden, kuten masennuksen yleistymisestä, on kannettu huolta jo tehdessäni ensimmäisiä korkeakouluopintojani yli kymmenen vuotta sitten. Tällä hetkellä aihe on edelleen ajankohtainen ja viimeisimpien tutkimusten valossa tilanne on ajautunut yhä huonompaan suuntaan. Kuraattorityö valikoitui tutkimuksen tarkentavaksi näkökulmaksi sen vuoksi, että korkeakoulujen opiskeluhuvinvoinnin toimijoista se on lähimpänä sosiaalityötä. Kuraattoreilla on lisäksi peruskouluissa ja toisella asteella hyvin vakiintunut asema osana oppilas- ja opiskelijahuoltoa sekä sosiaalihuoltoa. Aihe kiinnosti myös ammatillisesti, sillä olin itse juuri aloittanut työskentelyn korkeakoulukuraattorina. Tarkastelen kuraattorityötä sosiaalityön viitekehyksestä yhdistäen sen osaksi aikuissosiaalityötä.

Kuraattorityötä ja hyvinvointia tulkiten sosiaalisina rakentuneita ilmiönä. Tässä tutkimuksessa olen erityisesti kiinnostunut hyvinvoinnin psyykkisestä, sosiaalisesta ja emotionaalisesta ulottuvuudesta sekä rakenteellisista mahdollisuuksista hyvinvoinnin tukemiseksi korkeakoulu-yhteisöissä. Hyvinvointia tarkastelen Seligmanin PERMA-teorian kautta sekä ekososiaalisesta näkökulmasta. Opiskelijoiden hyvinvoinnin tarkentamiseksi tarkastelen opiskelijan hyvinvointia ylläpitäviä ja suojaavia tekijöitä. Tutkimuksen aineisto muodostuu kahdesta korkeakouluissa toimivien kuraattorien ryhmähaastattelusta, jotka on toteutettu kesäkuussa 2022. Aineiston pohjalta olen luonut käsitystä opiskelijoiden tuen tarpeista, kuraattorityöstä opiskeluhuvinvoinnin osana sekä niitä mahdollisuuksia, joita kuraattoreilla on yksittäisten opiskelijoiden ja korkeakoulu-yhteisön tukemisessa.

2 HYVINVOINTI KORKEAKOULUKONTEKSTISSA

2.1 Opiskelijoiden hyvinvointi ja hyvinvoinnin haasteet

Hyvinvointi on systeemistä ja dynaamista sekä vuorovaikutuksessa opiskelijan ympäristöön ja opiskelijan sisäisiin tekijöihin. Opiskelijan hyvinvoinnin yhtenä merkittävänä osa-alueena ovat opiskeluun ja oppimiseen liittyvät kokonaisuudet. Onnistumiset tai epäonnistumiset, yhteisöön kiinnittyminen tai sen ulkopuolelle jääminen, oppimisen mielekkyys tai näköalattomuus sekä muut tekijät vaikuttavat hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti ja etenkin nuoren aikuisen elämässä näiden merkitys korostuu.

Opiskelijoiden hyvinvointi on tutkimuksellisesti kiinnostava aihe. Esimerkiksi Helsingin yliopistossa toteutettiin vuosina 2017–2023 tutkimusta opiskelijoiden hyvinvoinnista ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Kelassa puolestaan on meneillään vuosina 2019–2025 toteutettava rekisteritutkimus Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (jatkossa YTHS) toiminnan ja vaikuttavuuden arvioinnista. Jotkin korkeakoulut ovat kehittäneet omia mittareitaan opiskelijoiden tilanteen ja tuen tarpeiden seuraamiseen. Esimerkkejä näistä ovat muun muassa Helsingin yliopiston oppimista ja opetusta tukeva HowULearn-kysely sekä Aalto-yliopiston AllWell?-opiskeluhyvinvointikysely. Suurin osa korkeakouluopiskelijoiden hyvinvointiin liittyvästä tutkimuksesta on määrällistä tutkimusta, joka toteutetaan erilaisin valtakunnallisin kyselyin. Esimerkiksi Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimus (KOTT), Eurostudent, Opiskelijabarometri, Kandipalaute ja Ammattikorkeakoulujen valmistumisvaiheen opiskelijapalautekysely (AVOP) keräävät säännöllisesti tietoa muun muassa korkeakouluopiskelijoiden terveyteen, hyvinvointiin ja opiskeluun liittyen. Korkeakouluopiskelijoiden hyvinvoinnista on etenkin terveyden näkökulmasta paljon tutkimusta. Tutkimusten heikkous on kuitenkin pirstaleisuus, jolloin vertailtavuus tai

hyvinvoinnin taustalla vaikuttavien tekijöiden selittäminen on vaikeaa (Vieno & Villa 2017, 5).

Korkeakouluopiskelijat ovat erittäin moninainen joukko, jonka haasteet terveyden ja hyvinvoinnin, sekä koetun että aktuaalisen, suhteen vaihtelevat. Esimerkiksi Kuntun (2021, 38) mukaan suuri osa opiskelijoista kokee itsensä terveeksi, vaikka heillä on paljon erilaisia oireita, jotka ilmenevät masennuksena, jännittämisenä, keskittymisvaikeuksina ja unihäiriöinä. Korhosen ja Rautopuron (2012, 113) tutkimuksessa yliopisto-opiskelijoista 82,1 % koki fyysisen terveytensä riittävän hyvänä opiskelua ajatellen, mutta vain 60 % uskoi psyykkisesti jaksavansa opintojen vaatimukset. Esimerkiksi masennus mainittiin opintojen lopettamisajatusten taustalla. Haitalliseksi koettua stressiä oli kokenut kuluneen lukukauden aikana 38,8 % opiskelijoista. (Korhonen & Rautopuro 2012, 113–114.) On yksilöllistä, miten opiskelijat selviävät kohtaanmistaan haasteista. Yksilöllisten tekijöiden ohella tarjotulla tuella on merkitystä. Raskin ja Castanedan (2021, 28) mukaan opiskelijoiden terveyttä ja hyvinvointia voidaan edistää sekä yleisesti että tiettyjä ryhmiä koskevilla tukimuodoilla.

Suomalaisen yliopistokoulutuksen ongelmana on opintoaikojen venyminen ja opiskelijoiden heikko kiinnittyminen opintoihinsa. Yliopistolain 40 § mukaan alemman korkeakoulututkinnon tavoitteellinen suoritus aika on kolme lukuvuotta ja ylempään pääsääntöisesti kaksi lukuvuotta. Alempaa ja ylempää korkeakoulututkintoa opiskelemaan otetulla on oikeus suorittaa tutkinnot kaksi lukuvuotta niiden tavoitteellista suorittamisaikaa pidemmässä ajassa. (Yliopistolaki 558/2009.) Opiskelu-oikeus on voimassa tämän ajan. Ammattikorkeakoululain 932/2014 14 §:n mukaan tutkinnon tavoitteellinen suoritus aika on kolme tai neljä lukuvuotta ja ylempään ammattikorkeakoulututkinnon osalta enintään puolitoista lukuvuotta. Opinnot voi suorittaa yhtä vuotta niiden tavoitteellista suorittamisaikaa pidemmässä ajassa. Vain noin 5–15 prosenttia kaikista suomalaisista yliopisto-opiskelijoista valmistuu maisteriksi viidessä vuodessa (Korhonen & Rautopuro 2012, 101). Tilastokeskuksen mukaan lukuvuonna 2019-2020 opiskelijoista 7,2 % keskeytti ammattikorkeakoulun ja 5,4 % yliopiston (Tilastokeskus 2022). Kolmannes opiskelijoista taas ei valmistu korkeakoulusta 10 vuoden aikana (Härkönen 2019).

Korhosen ja Rautopuron (2012, 118) tutkimuksessa tuodaan esiin erityisesti psyykkisten ongelmien yleisyys sekä niiden yhteys opintojen hitaaseen etenemiseen. Myös muissa tutkimuksissa on todettu yhteys mielenterveysongelmien ja opinnoissa suoriutumisen sekä opintojen keskeyttämisen välillä (Korkeamäki 2023, 6). Lisäksi esimerkiksi itsesäätelytaidot ovat yksi merkittävä hitaasti ja nopeasti eteneviä opiskelijoita erottava tekijä (Korhonen & Rautopuro 2012, 104). Opintojen viivästyminen sekä etenkin koulupudokkuus altistavat yksilön muille haasteille sekä käynnistävät pahimmillaan syrjäytymisen yhteiskunnasta.

YTHS on toteuttanut KOTT-tutkimusta vuodesta 2000 alkaen neljän vuoden välein. KOTT-tutkimus koostuu lähes sadasta kysymyksestä ja siinä kartoitetaan laajasti hyvinvoinnin ja terveyden teemoja. Viimeisin KOTT-tutkimus siirrettiin koronapandemian vuoksi vuodella eteenpäin ja toteutettiin vuonna 2021 Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) ja Kansaneläkelaitoksen (Kela) yhteistyönä. Kyselyn sai sähköpostiinsa 12 000 18–34-vuotiasta satunnaisesti valittua korkeakouluopiskelijaa. Vastausaktiivisuus oli 53 %, 6258 vastaajaa, joista 2925 opiskeli ammattikorkeakoulussa ja 3333 yliopistossa. (Parikka ym. 2021, 15–16.) KOTT-tutkimuksen erityisen huolestuttavaa oli mielenterveyden häiriöiden yleisyys. Ahdistus- tai masennusoireista aiheutuvasta psyykkisestä kuormituksesta raportoi 35 % opiskelijoista. Itseilmoitetun tiedon mukaan naisista 15 %:lla ja miehistä 11 %:lla oli todettu masennus viimeisen vuoden aikana. Ahdistuneisuushäiriötä viimeisen vuoden aikana oli todettu naisista 16 %:lla ja miehistä 10 %:lla. (Parikka ym. 2021, 5–7.) Päiväaikaista väsymystä koki naisista 32 % ja miehistä 19 % (Parikka ym. 2021, 11–12). Huoli korkeakouluopiskelijoiden psyykkisistä haasteista on kansainvälistä. Esimerkiksi Iso-Britanniassa yliopistokurssin keskeyttäminen mielenterveysongelman vuoksi on kolminkertaistunut, mielenterveysongelmista oppilaitokselle kertovien opiskelijoiden määrä on viisinkertaistunut ja itsemurhien määrä on kasvanut tasaisesti viime vuosina (Stones & Glazard 2019, 14).

Psyykkisen sairastumisen riskitekijöitä ovat yksilön ominaisuudet, perheympäristö ja elämäntapahtumat. Mielenterveyshäiriöt ovat yleistyneet koko väestössä ja jokin häiriö on todettu noin neljänneksellä 20–24-vuotiaista. Lähes puolessa tapauksista häiriöön liittyy merkittävä toimintakyvyn lasku. Yleisimpiä häiriöitä ovat masennus, ahdistuneisuushäiriöt ja päihdehäiriöt. Komorbiditeetti on tavallista. (Aalto-Setälä & Marttunen 2021, 339.) Mielenterveyden häiriöt ovat merkittäviä opiskelukyvyyttömyyden aiheuttajia (Kunttu 2021, 38). Salmela-Aro (2021, 50) kuvaa kiireen, viihtymättömyyden ja jopa uupumuksena näyttäytyvän väsymyksen olevan opiskelun ikävämpiä oheistuotteita. Jossain määrin kyse on tavanomaisista ja ohimenevistä tilanteista, sillä esimerkiksi stressi on liiallisesta kuormituksesta seuraava normaali reaktio, jonka avulla yksilö pystyy selviytymään hetkellisesti kuormittavista tilanteista. Stressi muuttuu kuitenkin haitalliseksi, jos stressaavien jaksojen vastapainona ei ole levon ja rauhoittumisen jaksoja. Negatiivinen stressi opinnoissa on esimerkiksi kokemus, jossa vaatimukset ylittävät jatkuvasti opiskelijan kapasiteetin vastata niihin. (Mikkonen & Nieminen 2021, 47.)

Jatkuva opiskeluun liittyvä stressi voi kehittyä opiskelu-uupumukseksi. Yli kymmenes korkeakouluopiskelija kärsii voimakkaasta opiskelu-uupumuksesta ja korona-aika on kasvattanut lukumäärää rajusti. Opiskelu-uupumuksessa on kolme keskeistä tekijää. Uupumusasteinen väsymys muodostaa emotionaalisen ulottuvuuden, kyyninen ja negatiivinen suhtautuminen opintoihin kognitiivisen ulottuvuuden sekä

riittämättömyys opiskelijana toiminnallisen ulottuvuuden. Uupumukseen saattaa liittyä myös haasteita tunteiden ja kognitiivisten toimintojen säätelyssä. (Salmela-Aro 2021, 50.) Työkyvyn puuttuessa on mahdollista hakeutua sairauslomalle, mutta opiskelijan tilanne on vaikeampi. Sairauspäiväraha voi vaikuttaa heikentävästi opiskelijan toimeentuloon ja aiheuttaa katkoksia tai takaisinperintää muiden sosiaalietuuksien osalta. Lisäksi opiskeluoikeus kuluu sairausloman aikana, vaikka opiskelija ei pystyisi edistämään opintojaan lainkaan. Kynnys sairauslomalle hakeutumiseen voi kasvaa, koska se saattaa heikentää opiskelijan omaa tilannetta. Lisäksi opiskelija voi kokea vahvaa painetta edetä samaa tahtia oman ryhmänsä kanssa.

KOTT-tutkimuksen tuloksissa huolestuttavaa on, että hieman vajaa kolmannes opiskelijoista ei tuntenut kuuluvansa mihinkään opiskeluun liittyvään ryhmään (Parikka ym. 2021, 13). 25 vuotta täyttäneillä kokemus ryhmään kuulumattomuudesta oli lähes kaksinkertainen nuorempiin verraten (Parikka ym. 2021, 3). Kiinnittyminen opintoihin tapahtuu sekä sosiaalisen että akateemisen integroitumisen kautta (Poutanen ym. 2012, 19). Opiskelijalla voi olla arkipäivää tulla jatkuvasti kampukselle, josta hän ei tunne ketään. Tutustumista vaikeuttavat massaluennot, itsenäiset suoritukset sekä etänä tapahtuva opetus. Ystävyysuhteiden solmiminen ensimmäisen vuoden aikana on ensiarvoisen tärkeää opiskelijoiden psyykkisen terveyden kannalta (Stones & Glazzard 2019, 13).

Keväällä 2020 alkanut koronapandemia on vaikuttanut lukuisiin opiskelijoihin. Korona-aika on uuvuttanut erityisesti alkuvaiheen opiskelijoita, ja yhteenkuuluvuuden kokemus on murentunut lisäten yksinäisyyttä. Helsingin yliopiston opiskelijoista 60 % oli uupuneita tai uupumusriskissä 2020 tehdyssä kyselyssä. (Salmela-Aro 2021, 53.) Koronapandemia on näkynyt vahvasti korkeakoulujen toiminnassa, esimerkiksi opetusjärjestelyissä, ja opiskelijoiden hyvinvoinnissa. Koronapandemian on ennustettu aiheuttavan hyvinvointivajetta lyhyellä ja pitkällä aikavälillä ja tilanteen tasaukseksi on tehty erilaisia toimenpiteitä hallitustasolla. Opetus- ja kulttuuriministeriö on esimerkiksi myöntänyt erityisavustusta koronapandemian vuoksi tarvittaviin toimenpiteisiin korkeakouluopiskelijoiden oppimisvajeen tasoittamisen ja opintojen etenemisen, ohjauksen ja opiskelijahyvinvoinnin tuen vahvistamiseksi ammattikorkeakouluissa ja yliopistoissa vuosina 2020 ja 2021 (OKM, ei pvm.).

2.2 Opiskeluajan merkitys elämäkulussa

Nuoruusikä on merkittävä ja arvokas kehitysvaihe. Tuovilan, Seilon ja Kuntun (2021, 47) mukaan valtaosa korkeakouluopiskelunsa aloittavista on nuoria, hiljattain toiselta asteelta valmistuneita opiskelijoita. Elämänvaiheena opiskeluaika on tärkeä, mutta myös erityisen haavoittuva. Ensimmäinen opiskeluvuosi on kriittisintä aikaa, sillä

opiskelijat kokevat useita ja moniulotteisia siirtymiä. Fyysinen siirtymä on lähtö kotiseudulta opiskelemaan uuteen kaupunkiin. Sosiaalinen siirtymä on aiemman ikätovereista, ystävistä ja perheestä koostuneen sosiaalisen verkoston etäännyminen ja uusien sosiaalisten suhteiden luominen toisiin opiskelijoihin. Lisäksi on selviytyttävä akateemisesta siirtymävaiheesta, sillä korkeakouluopiskelu eroaa monin tavoin olennaisesti opiskelijoiden aiemmasta opiskelusta. Opetussuunnitelman sisältö on uusi, oppimis- ja opetusmenetelmissä painotetaan enemmän opiskelijoiden itsenäistä oppimista, ja arviointimenetelmät poikkeavat todennäköisesti huomattavasti siitä, mitä opiskelijat ovat aiemmin kokeneet. (Stones & Glazzard 2019, 4.)

Opiskeluaikaa kuvataan monissa yhteyksissä elämän parhaina vuosina ja Tuovilan ym. (2021, 47) mukaan useimmille uusille korkeakouluopiskelijoille opiskelun alku on positiivinen ja innostava elämänvaihe, johon suhtaudutaan toiveikkaasti. Korkeakoulun tehtävä on osaltaan tukea sitä, että opiskelijalla on mahdollisuudet menestyä opinnoissaan. Vuosien mittainen opiskeluajanjakso ei kuitenkaan muodostu vain opiskelusta, vaan etenkin korkeakouluun heti toiselta asteelta tai pian sen jälkeen hakeutuville opinnot ovat tärkeä ajanjakso elämänsä aikana, oman identiteetin löytämisessä ja oman itsenäisen elämän rakentamisessa. Korkeakouluopiskelun tarkoitus ei ole ainoastaan opetella tarvittavat tiedot ja taidot työelämää varten, vaan se on myös sosiaalinen ympäristö, jossa opitaan vuorovaikutustaitoja ja liitytään osaksi eri yhteisöjä. Opintoihin kiinnittyminen muodostuu oikean alan löytämisestä ja opiskelun sujumisesta sekä erilaisista psykologisista ja sosiaalisista ulottuvuuksista.

Nuoruusaika on ajanjaksona tutkimuksellisesti vakiintumaton ja sen karkeaksi ikähaarukaksi voidaan asettaa 10–25 ikävuotta. Nuoruudesta kohti aikuisuutta siirtymiseen kuuluu paitsi biologinen ja kognitiivinen kehitys, myös erilaiset kulttuurisidonnaiset virstanpylväät, kuten lapsuuden kodista pois muuttaminen, opintojen aloittaminen ja päättäminen sekä taloudellinen riippumattomuus. (Kosola & Marttinen 2021, 13.) Kehityspsykologisesti myöhäisnuoruudeksi tai siirtymäksi nuoruudesta aikuisuuteen ajatellaan ikävuodet 20–29. Näille ikävuosille tyypillistä on oman identiteetin tutkinta ja kokeilut, epävakaisuus ja epävarmuus, keskittyminen itse, tunne välitilassa elämisestä, mahdollisuuksien näkeminen sekä optimismi. (Kosola & Marttinen 2021, 13.) Kosolan ja Marttisen (2021, 15) mukaan myöhäisnuoruuden merkittävin tavoite on identiteetin, niin henkilökohtaisen kuin sosiaalisenkin, pysyvämpi muotoutuminen. Mikäli kehitys on ollut suotuisaa, 25-vuotias pääpiirteittäin tuntee ja hyväksyy itsensä ja pystyy kantamaan itsensä lisäksi vastuun myös muista. Myöhäisnuoruudessa itsesäätelytaidot vakiintuvat ja vaikka merkityksellisiä rooleja ja vaihtoehtoja vielä haetaan, kyetään toisaalta valittuihin vaihtoehtoihin jo sitoutumaan. Keskeistä on, että käsitys tulevaisuudesta voi muodostua myönteiseksi. (Kosola & Marttinen 2021, 15.) Tuki tässä kehitysvaiheessa sekä toisaalta aiempien kehitysvaiheiden tarkastelu ja mahdolliset korjaavat kokemukset ovat arvokkaita.

Opintojen merkitykseen yhdistetään ammatin hankkiminen, tutkinnon saaminen ja oppiminen, mutta myös itsensä kehittäminen sekä ystävyysuhteiden ja kontaktien luominen (Poutanen 2012, 34). Odotukset eivät kohdistu ainoastaan opiskelutietoihin, vaan koko edessä olevaan elämään; itsenäisyyteen, ystävyys- ja parisuhteisiin ja työuraan (Heikkilä, Lehtinen & Lähteenkorva 2021, 45). Opiskeluaika on erinomainen mahdollisuus kehittää monia työelämässään tarvittavia taitoja. Salmela-Aron (2021, 51) mukaan opiskelun aikana luodaan tulevaa ammatti-identiteettiä. Onnistumisen kokemukset ja erilaisten taitojen oppiminen tässä elämänvaiheessa kannattelevat opintojen jälkeenkä. Toisaalta epäonnistuminen opinnoissa tai kouluyhteisöön kiinnittymisessä, pudokkuus ja opintojen keskeyttäminen saattavat jättää hyvinvointiin pitkäkestoisia haittoja.

Kosolan ja Marttisen (2021, 13) mukaan yksilökeskeisyyden ja itseohjautuvuuden korostuminen ja vaihtoehtojen lisääntyminen ovat tuoneet mukanaan uudenlaisen psykologisen kehitystehtävän; kestävä ja pysyvä identiteetti joudutaan rakentamaan hyvin itsenäisesti. Myöhäisnuoruus on aikaa, johon liittyy paljon epävarmuutta koulutuksen ja työelämän mahdollisuuksista. Näiden pirstaleisuus ja jatkuvat valinnat lisäävät sekaannusta ja huolta ja voivat jopa luoda toivottomuuden ja hallitsemattomuuden tunteita. Identiteetin kehittymiseen liittyy hankaluus sitoutua akateemisiin suorituksiin. (Kosola & Marttinen 2021, 16.) Oikeanlaisella tuella voidaan vaikuttaa siihen, että opiskelija pääsee haasteista huolimatta opinnoissaan eteenpäin tai häntä voidaan auttaa löytämään uusia vaihtoehtoja.

Mielenterveysoireilu on opiskelijoilla yleistä. Psykkisten haasteiden yleisyyttä saattaa selittää osin elämänvaihe, johon korkeakouluopinnot sijoittuvat. Mielenterveyshäiriöt yleistyvät lapsuudesta nuoruuteen siirryttäessä ja niiden esiintyvyyshuippu on varhaisessa aikuisuudessa (Aalto-Setälä & Marttunen 2021, 339). Nuoren aikuisen elämänvaiheen erityisyys tunnustetaan myös opiskeluterveydenhuollossa. Esimerkiksi Sosiaali- ja terveysministeriön laatimassa asetusmuistiossa 6.4.2011 todetaan, että opiskeluterveyden luonteen ja erityispiirteiden takia henkilöstön tulee olla perehtynyt erityisesti opiskelevien nuorten ja nuorten aikuisten kehitysvaiheeseen, terveysongelmiin ja opiskelukykyyn vaikuttaviin tekijöihin (Ryymän 2021, 76). Erilaisilla tukitoimilla voidaan merkittävästi edistää opiskelijan hyvinvointia ja opintoihin kiinnittymistä sekä opinnoista suoriutumista.

2.3 Opiskelutaidot, opiskeluhuvinvointi ja opiskelukyky

Korkeakouluopiskelu on kaikkien saatavilla, joskin korkeakoulut tekevät opiskelijavalintaa valintakokeiden ja muiden kriteerien pohjalta. Perustuslaillinen tasa-arvo takaa kuitenkin sen, että jokaisella on mahdollisuus kouluttautua. Opiskelijoiden

lähtökohdat korkeakouluopintoihin ovat hyvin erilaiset ja opintojen sujuva eteneminen on monen osatekijän tulosta. Korkeakouluopiskelu on erilaista sitä edeltävään opiskeluun verraten. Tuovilan ym. (2021, 47) mukaan korkeakouluissa vaaditaan aiempaa pitkäjänteisempää ja syvällisempää opiskelutapaa sekä odotetaan opiskelijalta aktiivisuutta ja oma-aloitteisuutta. Akateemisten opiskelutaitojen hallinta tarkoittaa niitä taitoja, joita korkeakoulutuksen ympäristöissä tarvitaan ja arvostetaan. Tällaisia taitoja ovat esimerkiksi opiskelun ja oppimisen itsesäätelytaidot. (Poutanen ym. 2012, 21.)

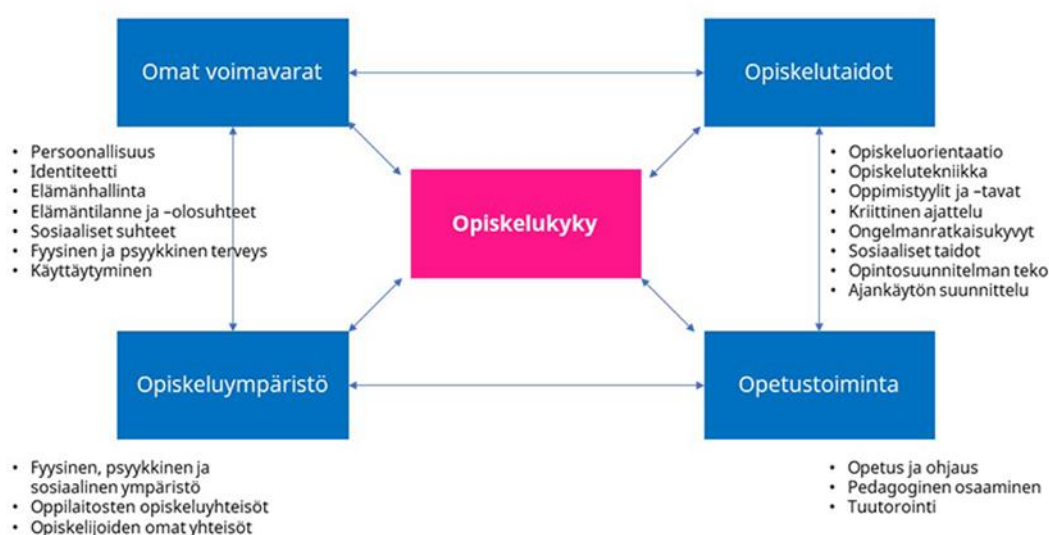
Akateeminen kirjoittaminen on erityisen haastavaa, ja monet opiskelijat saapuvat yliopistoon ilman tiedonhaun, kriittisen analyysin ja akateemisen viittaamisen taitoja (Stones & Glazzard 2019, 11).

Samaan aikaan, kun opiskelun vaatimukset kasvavat, opiskelijan saama henkilökohtainen ohjaus ja palaute vähenee. Opiskelijalta odotetaan huomattavaa aktiivista toimijuutta aikataulujen ja opintojen suunnittelussa, asioiden selvittämisessä ja oma-toimiseen työskentelyyn ohjautumisessa. (Heikkilä ym. 2021, 45.) Opiskeluissa tulee ottaa paljon vastuuta valinnoista, opintojen suunnittelusta ja ajankäytöstä. Tarvitaan hyviä kognitiivisia valmiuksia, luovaa ajattelua ja tiedonkäsittelytaitoja. (Kunttu 2021, 40.) Opiskelija syventää taitojaan osallistuessaan akateemisiin opetus- ja oppimiskäytäntöihin (Poutanen ym. 2012, 22), mutta etenkin opintojen alussa tuki on tarpeen. Toisaalta opiskelijat selittivät opiskeluun liittyviä ongelmia sillä, että opinnot muuttuvat opintojen kuluessa itsenäisemmiksi ja vähemmän ohjatuiksi ensimmäisten opiskeluvuosien jälkeen. (Poutanen ym. 2012, 32.)

Oppiminen on monimutkainen prosessi, johon vaikuttavat monet sisäiset ja ulkoiset tekijät. Sinnikkyys ja usko omaan kykyihin ovat tärkeitä (Postareff, Hailikari, Virtanen & Lindblom-Ylänne 2021, 40). Paras mahdollinen oppimisen hetki rakentuu kolmen tekijän varaan: opiskelija on kiinnostunut aiheesta, hänellä on taitoja toteuttaa tehtävä ja tehtävät ovat sopivan haastavia (Salmela-Aro 2021, 52). Tuovilan ym. (2021, 48) mukaan opiskelijat kaipaavat usein apua ajan- ja stressinhallintaan, opiskelun ongelmiin ja opiskelutaitoihin. Yliopistoissa aikaansaamattomuus on tavallinen ilmiö. Aikaansaamattomuudella tarkoitetaan tehtävien eteenpäin siirtämistä tai viime hetkellä tekemistä siten, että se on itselle haitallista. Tehtäviin on vaikea tarttua tai se on lyhytjänteistä, mutta tekemättömät työt painavat silti jatkuvasti mieltä. Aikaansaamattomuuden taustalla vaikuttavat epämääräiset tavoitteet ja tehtävänannot, suuret kokonaisuudet, palautteen puute sekä opiskelijoiden itseensä kohdistamat liian korkeat odotukset ja tavoitteet. (Heikkilän ym. 2021, 46.) Epäonnistumiset syövät itseluotamusta ja opiskelija voi alkaa vältellä opiskelutehtäviä ja saattaa lopulta alkaa epäilemään valintojaan, jolloin sitoutuminen opintoihin heikkenee entisestään. (Mikkonen & Nieminen 2021, 48.)

Opiskelutaitoja ovat kyky kriittiseen ajatteluun ja ongelmanratkaisuun, mutta myös itsetuntemus ja sopivan oppimistyylin löytäminen (Kunttu 2021, 38). Opiskeluun ja oppimiseen vaikuttavat vahvasti itsesäätelytaidot, joihin kuuluvat ajanhallinta, suunnittelu, motivaation rakentaminen ja tunteiden säätely (Poutanen 2012, 22). Itsesäätelyn ja oppimisen hallintaan liittyvät ongelmat vaikuttavat usein kietoutuvan toisiinsa ja yhdessä ne vaikuttavat motivaatioon ja opintoihin sitoutumiseen heikentävästi (Korhonen & Rautopuro 2012, 105–106).

Opiskelukykyisyys on yksi tapa tarkastella niitä vaatimuksia, joiden tulee täytyä, että opiskelija voisi hyvin opinnoissaan. Kristina Kunttu (2021) on kehittänyt työkykymallin pohjalta opiskelukykymallin, joka kuvaa opiskelijan ja opiskeluun liittyviä tekijöitä ja niiden vuorovaikutusta (Kuvio 1). Mallin avulla on mahdollista ymmärtää opiskelun ongelmien moniulotteisuus, eri toimijoiden roolit sekä mahdollisuudet yhteistyöhön. Opiskelukyky on toiminnallinen kokonaisuus, jossa on kyse tasapainosta. Opiskelukyky muodostuu neljästä osa-alueesta; omista voimavaroista, opiskelutaidoista, opiskeluympäristöstä ja opetustoiminnasta. (Kunttu 2021, 38.) Opiskelukykyä voidaan tukea vaikuttamalla opiskelukyvyn ulottuvuuksiin ja niiden osatekijöihin. Opiskelukyvyn osa-alueet voidaan tunnistaa erillisinä kokonaisuuksina, mutta ne toimivat jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään ja opiskelijan kanssa. Vahvat osa-alueet voivat kompensoida heikompia. Esimerkiksi jos opiskelijan omat voimavarat ovat hyvät, niillä voidaan kompensoida puutteita opiskeluympäristössä. Opiskelijan voimavaroja, samoin kuin opiskeluympäristöä, opiskelutaitoja ja opetustoimintaa voidaan vahvistaa erilaisella tuella.



Kuvio 1 Opiskelukykymalli (Kunttu 2021, 38).

Opiskelukyvyn rinnalla puhutaan monesti opiskeluhyvinvoinnista ja käsitteet liittyvät osittain toisiinsa. Opiskeluhyvinvoinnilla tarkoitetaan väljästi sellaista tilaa ja

tilannetta, jossa opiskelija kykenee suorittamaan opintojaan sujuvasti eteenpäin. Opiskeluhyvinvointi tai opiskelukyky ei tarkoita jatkuvaa hyvää oloa ja menestystä opinnoissa. Oleellista on, että vastoinkäymisiä ja pettymyksiä kohdatessaan opiskelija kykenee säilyttämään uskon tulevaisuutensa ja hänellä on riittävä ja oikea-aikaista tukea saatavilla. (Inkinen ym. 2021, 97.) Tarkasteltaessa opiskelukykyä tai opiskeluhyvinvointia huomioidaan muitakin seikkoja, kuin suoraan opiskeluun liittyviä tekijöitä, sillä opiskelijoiden hyvinvointiin liittyvät muutkin elämän osa-alueet. Kuitenkin opiskelun sujuminen ja korkeakoulu yhteisöön liittyvät tekijät ovat opiskelijan hyvinvoinnin kannalta merkittäviä.

Katariina Salmela-Aro (2021, 50–51) on luonut voimavarojen ja vaatimusten näkökulmasta opiskeluhyvinvointimallin, jonka kautta voi tarkastella opiskeluinnon ja toisaalta uupumisen prosesseja (Taulukko 1). Opiskeluhyvinvointimalli on nelikenttä, joka jakautuu opiskeluympäristön voimavaroihin ja vaatimuksiin sekä opiskelijan henkilökohtaisiin voimavaroihin ja vaatimuksiin.

OPISKELUYMPÄRISTÖN VOIMAVARAT	OPISKELUYMPÄRISTÖN VAATIMUKSET
Hyvä opetus	Kovat paineet
Saatavilla oleva ohjaus	Kiire
Mentorointi	Suuri työmäärä
Sosiaalinen tuki	Kuormittava opetussuunnitelma
Yhteenkuuluvuus	Haasteelliset olosuhteet
Autonomia	
Oikeudenmukaisuus	
Hyvinvoiva ja innostava yhteisö	
OPISKELIJAN HENKILÖKOHTAISET VOIMAVARAT	OPISKELIJAN HENKILÖKOHTAISET VAATIMUKSET
Sosio-emotionaaliset taidot: utelias mieli, sisu, resilienssi eli kimmoisuus, sosiaaliset taidot ja yhteenkuuluvuus	Suoritusmotivaatio
Opiskelutaidot: motivaatio, tavoitteellisuus, itsensäätelytaidot, oppimisorientaatio	Negatiivinen ruminoiva asenne
Digitaidot	Yksinäisyys
Saavutettu identiteetti	Identiteettihaasteet
Optimistinen asenne	Taloudelliset haasteet
Palautuminen, uni, vapaa-aika	Perheeseen liittyvät haasteet
Psykologiset perustarpeet	Terveydelliset haasteet

Taulukko 1. Opiskeluhyvinvointimalli (Salmela-Aro 2021, 50-51).

Tämän nelikentän kautta on mahdollista havainnoida, miten monista osatekijöistä opiskeluhyvinvointi rakentuu. Opiskeluinnon saavuttamiseen tarvitaan tasa-painoa vaatimusten ja voimavarojen välillä, kun taas epäsuhta on keskeinen tekijä opiskelu-uupumuksen taustalla.

Työstressimallissa kuormituksen taustalla ovat työn suuret vaatimukset, vähäiset vaikutusmahdollisuudet ja sosiaalisen tuen puute. Samat tekijät kuormittavat opiskelijaa ja opiskelun voidaan katsoa olevan opiskelijan työtä. (Kunttu 2021, 39.) Opiskeluajasta noin puolet on itsenäistä työskentelyä, mitä voisi verrata työajattoomaan työaikaan (Heikkilä ym. 2021, 46).

Korkeakoulututkinnon suorittaminen vaatii useita vuosia pitkäjänteistä työskentelyä ja edellyttää lisäksi Poutasen ym. (2012, 30) mukaan kykyä ylläpitää motivaatiota ja käsitellä opiskeluun liittyviä negatiivisia tunteita. Opiskelun koettu mielekkäisyys on tärkeää. Opiskelijat kuvasivat Poutasen ym. (2012, 32) tutkimuksessa epämiellekkäänä yksinäistä ja pakonomaisesti suoritettavaa opiskelua, josta puuttui mahdollisuus toimia yhdessä ja saada muilta tukea. Sosio-emotionaaliset tekijät, erityisesti resilienssi, suojaavat opiskelun kriiseiltä ja uupumukselta. (Salmela-Aro 2022, 51.) Koronapandemian esiin tuomat psyykkisen hyvinvoinnin haasteet ovat tehneet entistä tärkeämmäksi löytää keinoja, jotka edistävät resilienssiä kriisitilanteissa (Holzer ym. 2021, 1). Hyvinvointia tukevien resurssien vahvistamista tarvitsevat sekä yksilöt että yhteisöt.

Opiskeluhyvinvoinnin kysymykset lähtevät laadukkaasta opetuksesta ja ohjauksesta koulun sisällä, osana perustoimintaa (Inkinen ym. 2021, 97). Opiskelijan tukea ja hyvinvointia lisäävän toimintakulttuurin vahvistamista on edistettävä monialaisessa yhteistyössä (Kunttu 2021, 40). Opiskelijoiden hyvinvoinnin haasteiden ratkaisemiseen tarvitaan tukea sekä yksilöille että hyvinvointia tukevien rakenteiden kehittämistä ja vahvistamista. Opiskelukyky ja opiskeluhyvinvointi eivät rakennu ainoastaan opiskelun ja oppimisen teemoista. Opiskelijoiden haasteet voivat olla hyvin yksilöllisiä ja esimerkiksi mielenterveyden haasteet voivat ilmetä eri tavoin, eivätkä ne välttämättä näy opintojen suorittamisessa, vaikka voivat etenkin hoitamattomina merkittävästi heikentää opiskelijan elämänlaatua. Hyvinvoinnin tukemisen korkeakouluissa tulee siksi olla kokonaisvaltaista.

2.4 Opiskeluhyvinvoinnin palvelut ja kuraattorityö korkeakouluissa

Opiskelijoiden hyvinvointiin panostaminen on merkittävää heidän itsensä vuoksi, mutta myös siksi, että he ovat tulevaisuuden työvoimaa ja asiantuntijuuden resurssia. Oikeanlainen tuki opintojen aikana voi kantaa vielä työelämässäkin sekä ehkäistä nuorten päätymistä työkyvyttömyyseläkkeelle. Yhteiskunnan näkökulmasta hyvinvointia, valmistuvat ja työelämään suuntaavat opiskelijat ovat oleellisia talouden ja työelämän tarpeiden ja kehityksen sekä huoltosuhteen varmistamisen kannalta. Inkinen ym. (2021, 98) kirjoittavat, että parhaimmillaan hyvinvointi luo pohjaa laadukkaalle opiskelulle ja laadukas opiskelu luo hyvinvointia opiskelijalle ja laajemmin

yhteiskuntaan. Näin ollen on monitasoisesti merkittävää, saavatko opiskelijat tarvitsemansa tuen kohdatessaan haasteita elämässään tai opinnoissaan. Lisäksi on osa korkeakoulujen yhteisvastuullisuutta ja ekososiaalisesti kestäväää toimintaa tarjota opiskelijoilleen hyvinvointia tukevia palveluita matalalla kynnyksellä, ennaltaehkäisevästi ja tarvittaessa korjaavasti opiskelijoiden itsensä ja hyvinvoivan korkeakoulu yhteisön luomiseksi. Korkeakoulut ovatkin jo pitkään tunnistaneet tarpeen kehittää yhteisönsä jäsenten hyvinvointia ja hyvinvoinnin itseisarvo tunnistetaan. (Inkinen ym. 2021, 98.)

Opiskeluhyvinvoinnin tukeminen on merkittävää useasta eri näkökulmasta. Opiskelijoiden hyvinvointiin panostaminen parantaa opiskelukykyä ja nopeuttaa opintojen läpäisyä (Toom & Pyhältö 2020, 21). Tämä on korkeakoulun etu, sillä korkeakoulujen rahoitus perustuu pitkälti suoritettuihin tutkintoihin (OKM 2019). Opiskelijoiden itsensä kannalta opiskeluhyvinvoinnin tuella on vielä suurempi vaikutus. Holzerin ym. (2021, 2) mukaan korkeakoulutus voi parantaa elämänlaatua monin tavoin, jolloin korkeakoulujen tehtävä on koulutuksen ja tiedon välittämisen lisäksi kehittää opiskelijaa tarjoamalla mahdollisuuksia henkilökohtaiseen kasvuun ja menestymiseen. Opiskelija kehittyy toisaalta opiskelussa tarvittavien taitojen vuoksi, toisaalta korkeakoulun sosiaalisen ympäristön myötävaikutuksessa. Sosiaalisena ympäristönä korkeakoulu tarjoaa sosiaalista vuorovaikutusta, mahdollisuuden verkostojen ja uusien ystävyysuhteiden luomiseen. Tämä edistää identiteetin luomista ja kuulumisen tunnetta. (Holzer ym. 2021, 2.)

Hyvinvointipalvelut ovat osa korkeakoulujen kilpailukykyä ja vetovoimaisuutta. Opiskelijoiden tuen ja ohjauksen järjestämiselle on haaste, että uusia opiskelijoita tulee monia erilaisia hakuprosesseja pitkin useassa vaiheessa lukuvuoden aikana ja opintojen toteutus rakentuu erilaisin tavoin. Opiskelijamäärät kasvavat samalla kun opiskeluaikojen olisi painetta entisestään lyhentää (Inkinen ym. 2021, 103). Lisäksi korkeakouluopiskelijat ovat erittäin heterogeeninen ryhmä. Opiskelijoiden sosioekonominen tausta, uskonto, kansalaisuus, ikä, varallisuus, aiempi koulutus samoin kuin kyvyt ja taidot opintojen suhteen vaihtelevat suuresti. Suomalaisten opiskelijoiden lisäksi korkeakouluissa on vaihto-opiskelijoita sekä kansainvälisiä tutkinto-opiskelijoita. Monikulttuurisuus yhteiskunnassa on kasvanut ja tämä näkyy myös korkeakouluopiskelijoissa. Kansainvälisyyden lisääntyminen korkeakouluissa vaatii monikulttuurisuuden huomioimista opetuksessa ja tukitoimissa, sillä maahanmuuttajien ja vähemmistötaustaisten opiskeluterveyteen liittyy erityiskysymyksiä. (Rask & Castaneda 2021, 24.)

Korkeakouluilla on vastuu terveellisen ja turvallisen oppimisympäristön tarjoamisesta, mutta myös opiskelijalta edellytetään vastuuta opiskelukykynsä ylläpitämisestä. Opiskelijoiden yksilölliset taidot ja mahdollisuudet tähän on kuitenkin huomioitava ja järjestettävä monialaista tukea. (Inkinen ym. 2021, 100.)

Hyvinvointipalvelujen vahvistamisen taustalla ovat muutokset korkeakoulujen toiminnassa sekä opiskelijoiden tarpeissa ja toisaalta se, että näihin teemoihin kiinnitetään aiempaa enemmän huomiota myös opiskelijoiden yhdistysten ja opiskelijakuntien sekä OKM:n taholta. Kun opiskelijoiden palveluita ja koulujen tarjoamaa tukea vahvistetaan peruskouluissa ja toisella asteella, samanlainen kehitys näyttäisi siirtyvän viiveellä myös korkeakouluihin. Tällä hetkellä kuitenkin ainoastaan opinto-ohjaus on korkeakouluissa lain nojalla järjestettävä tukimuoto. Korkeakouluja kuitenkin velvoittaa muun muassa Yhdenvertaisuuslaki (1325/2014) ja korkeakoulujen on esimerkiksi laadittava toiminnallinen tasa-arvosuunnitelma. Vaikka opiskelijoiden hyvinvointia tukevien palveluiden järjestäminen on korkeakoulukohtaista, hyvinvointia tukevia hankkeita toteutetaan usein korkeakoulujen yhteistyönä.

Opiskeluterveydenhuolto on merkittävä osa korkeakouluopiskelijoiden hyvinvointipalveluita. Opiskeluterveydenhuollon ylläpitäminen on asetettu velvollisuudeksi vuonna 1976 ja vuonna 2011 opiskeluterveydenhuolto toisella asteella ja korkeakouluissa tuli osaksi Terveydenhuoltolain 1326/2010 17 §:ää. Siinä säädetään muun muassa opiskeluympäristön terveellisyyden, turvallisuuden sekä opiskeluyhteisön hyvinvoinnin edistämisestä. (Ryymän 2021, 75–76.) Laki korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollosta säädettiin 2019 ja se tuli voimaan vuonna 2021. Tämän lain myötä kaikkien korkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuollon järjestäjäksi määritettiin Kansaneläkelaitos ja tuottajaksi YTHS. Lain piirissä ovat pienin poikkeuksin alempaa tai ylempää korkeakoulututkintoa suorittavat yliopisto- ja ammattikorkeakouluopiskelijat, jotka ovat ilmoittautuneet läsnä oleviksi opiskelijoiksi. YTHS:n palveluista opiskelijat maksavat lukukausittaisen pakollisen maksun, joka kattaa 23 % kustannuksista. (Ryymän 2021, 77.) YTHS:n palveluiden merkitys opiskelijoiden hyvinvoinnille on suuri. Opiskeluterveydenhuollon tuki on esimerkiksi uupumukselta suojaava tekijä, jonka avulla on mahdollista ennaltaehkäistä voimakas tai kroonistunut uupumus (Salmela-Aro 2021, 52). YTHS:n resurssit eivät kuitenkaan vaikuta riittävältä opiskelijoiden tarpeisiin nähden. Esimerkiksi vuonna 2021 uutisoitiin kattavasti YTHS:n ruuhkista ja huoli resurssien riittävyydestä jatkuu edelleen (Jolkkonen 2022). Lisäksi opiskeluhuvinvointia ei voi ulkoistaa vain koulun ulkopuolisiin toimijoihin (Inkinen ym. 2021, 97).

Korkeakoulujen ohjaus- ja hyvinvointityötä tekevät toimijat voivat olla esimerkiksi tutoropettajia, ryhmänohjaajia, hyvinvointineuvoja, hyvinvointivalmentajia erityisopettajia, opintopsykologeja tai korkeakoulukuraattoreita. Lisäksi opiskelijajärjestöt järjestävät erilaista opiskelijajohteista tukea, kuten tutortoimintaa. Opiskelijat kuitenkin kokevat yleisesti, etteivät tiedä, kenen puoleen voivat tarvittaessa kääntyä saadakseen ohjausta opintoihinsa (Poutanen ym. 2012, 32). Tukipalvelut voivatkin jäädä korkeakouluissa osin jäsentymättömiksi, koska niiden järjestämiseen ei ole velvoitetta. Lisäksi korkeakouluopiskelijat ovat aikuisia, jolloin heiltä odotetaan itsenäisempää

kykyä ohjautua ja suoriutua. Hyvinvointipalvelujen käyttäminen on vapaaehtoista, jolloin tukea ei aina haeta, vaikka sille olisi tarvetta. Inkinen ym. (2021, 100) nimeävät hyvinvointityön ensisijaiseksi tavoitteeksi, että ohjausta ja neuvontaa on saatavilla kattavasti ja helposti opintopolun eri vaiheissa, erilaisiin tarpeisiin ja myös varhaisessa vaiheessa.

Koulukuraattoreita on ollut peruskouluissa jo pitkään. Lastensuojelulain muutos 139/9.2.1990 oikeutti kunnat saamaan valtionapua koulukuraattorien ja koulupsykologien virkoihin. Nykyään koulukuraattorit ovat osa peruskoulujen sekä toisen asteen oppilashuoltoa oppilas- ja opiskelijahuoltolain 1287/2013 muutoksen myötä. Oppilas- ja opiskelijahuoltolain 7 § määrittelee psykologi- ja kuraattoripalvelut opiskelun ja koulunkäynnin tueksi ja ohjaukseksi, joilla edistetään koulu- ja opiskeluyhteisön hyvinvointia sekä yhteistyötä opiskelijoiden perheiden ja muiden läheisten kanssa ja tuetaan opiskelijoiden oppimista ja hyvinvointia sekä sosiaalisia ja psyykkisiä valmiuksia. Lain 7 §:n mukaisesti koulukuraattorilla on sosiaalihuollon ammatillisista kelpoisuusvaatimuksista annetun lain (272/2005) 6 §:n mukainen kelpoisuus, joka on sosiaalialalle suuntaava sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkinto. Lisäksi oppilaitoksen käytettävissä on oltava vastaava kuraattori, jolla on mainitun lain 3 §:n mukainen kelpoisuus eli sosiaalityöntekijän pätevyys.

Peruskoulussa ja toisella asteella tehtävä kuraattorityö on vahvasti sidoksissa oppilas- ja opiskelijahuoltolakiin (1287/2013) sekä sosiaalihuoltolakiin (1301/2014), lakiin sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000), lakiin sosiaalihuollon asiakasasiakirjoista (254/2015) ja lakiin sosiaalihuollon ammattihenkilöistä (817/2015). Loppuvuodesta 2021 hyväksyttiin kuraattoripalvelujen henkilöstömitoitus, mikä tarkoittaa, että yhtä kuraattoria kohden voi koulussa olla korkeintaan 670 oppilaasta. Kuraattorin rooli osana peruskoulun ja toisen asteen koulutuksen oppilashuoltoa on varsin selkeä, rakenteellinen ja vakiintunut.

Korkeakouluissa kuraattorityön asema on hyvin toisenlainen, sillä edellä kuvattu lakipohja puuttuu. Kuraattoreita on useissa korkeakouluissa ja joissakin kuraattorityötä on tehty jo yli vuosikymmenen ajan. Suurin osa korkeakoulukuraattoreita tekee työtään ammattikorkeakouluissa, mutta muutama myös yliopistossa. Kuraattorityötä tehdään esimerkiksi Tampereen ja Turun ammattikorkeakouluissa, Diakissa, Savoniassa, Laureassa, Xamk:ssa, Kamk:ssa, Metropolia:ssa sekä Lapin korkeakoulukonsernissa. Kuraattoreilla on oma valtakunnallinen verkostonsa, jossa on jäseniä yli kymmenestä korkeakoulusta.

Vaikka kuraattorityötä tehdään ammattikorkeakouluissa jo varsin kattavasti ja sillä voi olla hyvinkin pitkät perinteet, palvelun toteutus on korkeakoulukohtaista. Tämän vuoksi kuraattorin titteli, koulutustausta sekä käytännöt esimerkiksi asiakastapaamisten kirjaamisen suhteen vaihtelevat. Eettisesti on tärkeää, että opiskelijat ovat tietoisia mahdollisesta kirjaamisesta ja sen käytännöistä ja asianmukaiset

tietosuojaselosteet on laadittu ja tietoturvasta huolehdittu. Korkeakoulukuraattoria velvoittaa Euroopan Unionin yleinen tietosuoja-asetus sekä hyvän hallinnon periaatteet. On hyvin vaihtelevaa, minkä verran tietoa hyvinvoinninpalveluista ja kuraattorityöstä löytyy eri korkeakoulujen verkkosivuilta. Yleisesti kuraattorityöhön näyttää kuuluvan yksilö- ja yhteisötason työtä. Yleisiä nimikkeitä ovat korkeakoulukuraattori ja opintokuraattori. Samantyyppistä työtä voidaan kuitenkin tehdä muillakin nimikkeillä. Selkeyden vuoksi käytän tässä työssä jatkossa nimikettä kuraattori.

2.5 Kuraattorityö korkeakoulussa: sosiaalityön näkökulma opiskeluhuvinvointiin

Alempien koulutusasteiden kuraattorityön vahvat kytkökset sosiaalihuoltoon antavat mahdollisuuden asettaa myös korkeakouluissa tapahtuva kuraattorityö sosiaalityön asiantuntijuuteen. Sosiaalityössä on tieteenalana tehty joitakin avauksia koulutuspolitiikan ja opiskeluhuollon suuntaan (esimerkiksi Gråsten-Salonen & Mehtiö 2016 ja Perttula 2011). Lisäksi opiskelijoiden hyvinvointi on liitettävissä sosiaalityön tulokulmiin, kuten osaksi laajempaa keskustelua syrjäytymisestä. Esimerkiksi Perttula (2021, 86) kirjoittaa, että sosiaalityössä tunnistetaan ilmiö, jossa nuoret ovat jääneet ilman tarvitsemaansa apua, vaikka heidän ympärillään on toiminut laaja auttajien verkosto. Syrjäytymisriskissä ovat erityisesti koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevat nuoret.

Aikuissosiaalityö toimii erilaisilla areenoilla usein monialaisissa yhteistyösuhteissa käyttäen sosiaalityön, yhteisösosiaalityön ja rakenteellisen sosiaalityön menetelmiä. Aikuissosiaalityö toteuttaa julkishallinnossa laajasti sosiaalihuoltolakiin kirjatun yhteiskunnallisia tavoitteita. Tällöin aikuissosiaalityö määrittyy osana hyvinvointivaltion perustaa ja sen vaikuttavuutta voidaan tulkita sosiaalihuoltolain pohjalta hyvinvoinnin, turvallisuuden ja osallisuuden lisääntymistä ja eriarvoisuuden vähentymistä (Matthies, Svenlin, Rantamäki & Viitasalo 2021, 189). Aikuissosiaalityössä on kuitenkin suuntauksia ja toimintaympäristöjä, jotka eivät ole kytköksissä lainsäädäntöön tai julkiseen sektoriin, ja joissa toiminta perustuu lähtökohtaisesti sosiaalityön omaan asiantuntijuuteen ja etiikkaan. Tällaisia edustavat esimerkiksi valtaistavat tai ekososiaalisen sosiaalityön suuntauksat. Matthies ym. (2021, 189) nostavatkin sosiaalihuoltolain toteuttamisen lisäksi aikuissosiaalityön keskiöön asiakkaiden yksilöllisen edun mukaisten tavoitteiden ajamisen. Näin aikuissosiaalityön vaikuttavuuden mittarina voidaan käyttää sitä, miten sillä onnistutaan tukemaan asiakkaan omia tavoitteita ja hänen toivomiaan muutoksia.

Ihmisten elämäntilanteet ovat ainutlaatuisia ja kokonaisuuksina monimutkaisia. Siten muutoksia ja vaikutuksia aikaansaavat tekijät vaihtelevat tilanteittain.

Aikuissosiaalityössä tärkeää on vuorovaikutus, voimavarasuuntautunut työskentely ja toivon ylläpitäminen. Voimavarakeskeisyys aktivoi asiakkaan ja hänen ympäristönsä mahdollisuuksia, osaamista ja kykyjä, mikä puolestaan edistää asiakkaan itsetuottamusta, toimijuutta ja kykyä määrittää tavoitteita. (Matthies ym. 2021, 191.) Mikrotasolla aikuissosiaalityön peruselementteihin kuuluvia havaintoja ovat kohtaaminen, vaikuttamismahdollisuudet, oikean tahon ja avun löytäminen, molemminpuolinen sitoutuminen ja tulevaisuusnäkymät (Matthies ym. 2021, 193). Kuraattorityö muodostuu samoista elementeistä. Työ on myös vahvasti suhdeperusteista, sillä tapaamiset ovat vapaaehtoisia ja opiskelijan kanssa on mahdollista työskennellä pitkään, tarvittaessa koko opintojen ajan.

Vuorovaikutusta edistää se, mitä lähempänä sosiaalityöntekijän kohtaamisen tapa, toimintaympäristö ja kieli olivat asiakkaan omaa elämysmaailmaa sekä sosiaalityöntekijän ja asiakkaan mahdollisuus irtautua heille muodollisesti asetetuista rooleista. Näin työntekijä ja asiakas kohtaavat toisensa ihmisinä eivätkä vain heille annetuista rooleista käsin. Aikuissosiaalityön rakenteen näkökulmasta olennaista on kii-reettämyys ja työntekijän pysyvyys. Jos vaikeassa elämäntilanteessa olevaa ihmistä ohjataan monen eri ammattilaisen luo ja asiakkaalle varataan jo etukäteen niukasti aikaa, muutoksia aikaansaavat mekanismit eivät aktivoitu. Sen sijaan kielteiset vaikutukset ja toimintamallit vahvistuvat. (Matthies ym. 2021, 192.)

Asiakkaan päätös hakea apua ja ottaa sitä vastaan voi olla jopa vuosien kamppailun tulos, minkä vuoksi ensikohtaaminen on monella tavalla ratkaiseva (Matthies ym. 2021, 194). Kuraattorityö tapahtuu korkeakoulussa, opiskelijoiden toimintaympäristöissä. Tällä voidaan lisätä tuttuutta ja alentaa kynnyksiä palveluun hakeutumiseksi. Lisäksi opiskelijan kokemusmaailman ymmärtäminen helpottuu, kun palvelu järjestetään oman korkeakouluyhteisön sisällä. Kuraattorit ovat itsekin osa tätä yhteisöä, jolloin he pystyvät ymmärtämään opiskelijan kokemusmaailmaa ja arkea.

Matthies ym. (2021, 190) huomioivat, että aikuissosiaalityössä suhdeperusteisuus ja palvelujärjestelmän rakenne ovat jännitteisessä suhteessa keskenään. Kuraattorityössä tällaisen jännittyneisyyden syntyminen on mahdollista, mikäli korkeakoulun intressit ovat tehokkuudessa, kuten opiskelijoiden mahdollisimman nopeassa valmistumisessa. Kuraattorin näkökulmasta voi kuitenkin olla tarkoituksenmukaista ohjata opiskelijaa esimerkiksi sairauslomalle tai keskeyttämään opinnot. Toisaalta kuraattorin tuki voi olla merkittävää opintojen etenemisen ja valmistumisen kannalta.

Osallisuuden edistäminen on poliittinen projekti, joka on läpäissyt suomalaisen yhteiskunnan. Osallisuutta edistämällä pyritään siihen, että toimintakykyiset ihmiset hyödyntävät elämässään liberaalin yhteiskunnan vapauksia markkinoilla, politiikassa ja yksityiselämässä. (Kokkonen 2021, 46.) Osallisuus ja sen edistäminen on näkynyt pitkään osana myös pedagogista kenttää. Oppilas- ja opiskeluhuoltolain 2 § määrittelee lain tarkoituksiksi muun muassa edistää opiskelijoiden oppimista, terveyttä ja

hyvinvointia sekä osallisuutta ja ehkäistä ongelmien syntymistä. Lisäksi lain 4 §:ssä määritellään yhteisöllinen opiskeluhoito, jossa myös mainitaan osallisuus. Kuraattorilla on tämän lain perusteella peruskoulussa ja toisella asteella osansa tehtävänä opiskelijoiden yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistämässä. Korkeakouluissa kuraattori voi sosiaalityön viitekehyksessä ajaa samoja asioita, vaikka lakiperustaa ei olekaan. Sosiaalityössä osallisuuden ja yhteisöllisyyden teemat ovat keskeisiä. Aulikki Kananojan (1997) Murros on mahdollisuus -raportin mukaan osallistava ja valtaistava sosiaalityö lisää asiakkaiden asiantuntemuksen hyödyntämistä ja yhteiskehittämistä sosiaalityössä, painottaa asiakasraateja, kokemusasiantuntijuutta ja muita vertaistukeen perustuvia sosiaalityön muotoja ja korostaa matalan kynnyksen lähipalveluiden tärkeyttä sekä alueperusteista ja yhteisöllistä lähestymistapaa sosiaalityössä (Kokkonen 2021, 51). Oman korkeakoulun kuraattorityö on lähipalvelu, jonka toimintamuotoina voidaan hyödyntää esimerkiksi vertaistukea sekä vahvistaa opiskelijoiden ääntä korkeakoulunsa kehittämisessä.

Aikuissosiaalityössä on tunnistettu tarve moniammatilliselle yhteistyölle. Alho (2021, 69) kirjoittaa kollektiivisesta asiantuntijuudesta, jolla hän viittaa monitoimijaisessa yhteistyössä syntyvään tietoon, jonka tavoitteena on auttaa asiakkaiden ilkeiden ongelmien ratkaisemisessa. Pirullisilla ongelmilla viitataan ongelmakimppuihin, joista on vaikea löytää juurisyitä ja joihin ei ole oikeita tai vääriä ratkaisuja, vaan pyrkimys on ainoastaan löytää paras mahdollinen tilanteeseen sopiva ratkaisu. Kollektiivinen asiantuntijuus edustaa näissä tilanteissa yhteistyötä ohjaavaa sisäistetyn tiedon ja osaamisen jakamisen kontekstia, jossa myös asiakkaan tietoa yhdistetään asiantuntijoiden tietoon. Kollektiivinen asiantuntijuus voidaan ajatella monitoimijaisen verkoston keskiönä, jolla luodaan uuden ymmärryksen kulttuuria. (Alho 2021, 73.) Korkeakouluissa tämä voi tarkoittaa esimerkiksi kuraattorin toimimista osana oman korkeakoulunsa opiskeluhyvinvoinnin verkosta sekä osana muiden organisaatioiden asiantuntijaryhmiä. Kuraattori voi olla myös tärkeä linkki opiskelijoiden ja pedagogisen kentän välimaastossa. Perttula (2021, 86) kirjoittaa, että sosiaalityössä on tunnistettu nuorten joukko, joiden elämänkulussa toistuu opiskeluyritysten, työkokeilujen tai muiden työvoimapolitiittisten toimenpiteiden kiertokulku ilman pitkäaikaista ja kestävä kiinnittymistä opintoihin tai työhön. Erityisesti tällaiset nuoret aikuiset tarvitsevat tukea siinä, että he kiinnittyvät opintoihinsa ja saavat suoritettua opintojaan eteenpäin ja valmistuttua.

Sosiaalihuoltolaissa painotetaan, että palveluiden tarkoituksena on muun muassa edistää ja ylläpitää hyvinvointia, vähentää eriarvoisuutta ja edistää osallisuutta (Alho 2021, 72). Tästä näkökulmasta lain soveltaminen sopisi myös korkeakouluissa tapahtuvaan kuraattorityöhön ja joissakin korkeakouluissa on jo tehty tulkinta kuraattorityöstä sosiaalihuoltoon kytkeytyvänä palveluna.

3 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

3.1 Hyvinvoinnin teoria

Hyvinvointia on mahdollista lähestyä eri tieteenalojen kautta ja siihen on tarjolla useita erilaisia näkökulmia. Hyvinvointi käsitteenä on varsin laaja, kokonaisvaltainen ja osin subjektiivinen ja sillä on myös ajallisia, paikallisia ja kulttuurisia merkityksiä. Hyvinvoinnin läheisiä käsitteitä ovat esimerkiksi onnellisuus ja elämäntyytyväisyys.

Tässä työssä olen valinnut hyvinvoinnin viitekehyyksi psykologi Martin Seligmanin hyvinvoinnin teorian sekä ekososiaalisen näkökulman hyvinvointiin. Seligmanin teoria erottelee hyvinvoinnin oleelliset elementit ja ekososiaalinen lähestymistapa antaa hyvinvoinnille laajemman kontekstin sekä sitoo teoriaa osaltaan sosiaalityön viitekehyykseen. Lisäksi tarkastelen opiskelijan hyvinvointia ylläpitäviä ja suojaavia tekijöitä. En pyri tekemään päätelmiä siitä, miltä osin opiskelijoiden hyvinvointi rakentuu korkeakouluun, opintoihin ja opiskeluun liittyvistä teemoista ja miltä osin muilla elämän osa-alueilla, sillä opiskelijoiden hyvinvointiin liittyvät tutkimuksetkaan eivät tee eivätkä pysty tekemään tällaisia erotteluja, eikä ihmiselämä ole pelkistettävissä erillisiin sektoreihin. Tämän luvun tehtävä on kuitenkin tarjota tutkimukselle teoreettinen viitekehys ja antaa lukijalle ymmärrys siitä, minkälaisesta näkökulmasta hyvinvointia tarkastellaan tässä työssä.

Seligmanin (2011, luku 1) lähtökohdat hyvinvoinnin tarkastelemiseen ovat hyvinvoinnin käsitteen moninaisuuden huomioiminen sekä sen saavuttamiseen liittyvien eri ulottuvuuksien tunnistaminen. Hyvinvointi on syvempää kuin ainoastaan onnellisuus, jolla viitataan useimmiten iloisuuteen ja innostuneisuuteen. Hyvinvoinnin taustalla Seligmanilla (2011, luku 1) on vahva ajatus positiivisesta psykologiasta, jolla hän tarkoittaa ihmisten valintaa asioista niiden itsensä vuoksi. Valittavilla asioilla ja

mahdollisuudella valita on itsessään merkitys onnellisuuteen eivätkä nämä valinnat ole ainoastaan välineitä pyrkimyksessä menestykseen eivätkä ne suoraan lisää esimerkiksi merkityksellisyttä. Valinnat, joita tehdään niiden itsensä vuoksi eikä esimerkiksi velvollisuudesta käsin, tuovat hyvää oloa ja tämä on niiden itsetarkoitus. Tällainen valinta voi olla mikä tahansa, kuten hieronta, musiikin kuuntelu tai kupillinen teetä.

Seligmanin aiempi teoria onnellisuudesta vuonna 2002 kirjassa *Authentic Happiness* jaotteli onnellisuuden osa-alueina kolme kategoriaa, joihin liittyi vahvasti valinnat ja niiden itseisarvo; myönteiset tunteet, sitoutuminen/uppoutuminen ja merkityksellisyys. Valintojen tekemisen tavoitteena yksilöllä oli tässä teoriassa onnellisuus, tyytyväisyys elämään. Vuonna 2011 Seligman kehitti aiemman teoriansa pohjalta uuden teorian hyvinvoinnista, jossa hän korvasi onnellisuuden käsitteen hyvinvoinnin käsitteellä ja tunnisti uusia hyvinvointiin vaikuttavia positiivisen psykologian osa-alueita. Pää tavoitteena teoriassa ei ollut enää elämäntyytyväisyys ja sen lisääminen, vaan kukoistaminen (*flourishing*) ja sen lisääminen näiden osa-alueiden kautta. Lisäksi Seligman halusi vähentää iloisen mielialan merkitystä koettuun tyytyväisyyteen, sillä hetkellinen mieliala ei kokonaiskuvaa ihmisen hyvinvoinnista ja tyytyväisyydestä. Muutoksilla teoriaan Seligman ajatteli saavansa paremman kokonaiskuvan, joka huomioi hyvinvoinnin konstruktiona pelkän onnellisuuden tarkastelua paremmin. (Seligman 2011, luku 1.)

Hyvinvoinnin teoriassa on viisi osa-aluetta, jotka kaikki täyttävät kolme ehtoa; ne myötävaikuttavat hyvinvointiin, niitä tavoitellaan niiden itsensä vuoksi ja ne voidaan määrittellä ja mitata itsenäisesti, erillään muista osa-alueista. Nämä viisi elementtiä ovat myönteiset tunteet, uppoutuminen ja läsnäolo, ihmissuhteet, merkityksellisyys ja saavuttaminen. (Seligman 2011, luku 1.) Sanojen englanninkielisistä vastineista muodostuu tästä hyvinvoinnin teoriasta käytettävä nimitys PERMA-teoria tai PERMA-malli. Kolme ensimmäistä elementtiä olivat mukana jo Seligmanin aiemmassa teoriassa ja liittyvät miellyttävän, merkityksellisen elämän saavuttamiseen ja sen luomaan hyvinvointiin.

Myönteisillä tunteilla viitataan tuntemuksiin, kuten mielihyvä, lämpö ja mukavuus, joita tarvitaan kokemukseen miellyttävästä elämästä. Uppoutumisella ja läsnäololla tarkoitetaan tilaa, jossa aika ikään kuin pysähtyy, itsetietoisuus ja ajatukset muista asioista häviävät. Se voi olla syventymistä esimerkiksi musiikkiin, tietynlaisen itsen yhdistymistä tekemisen kohteeseen. Uppoutuminen tuottaa hyvinvointia, mutta eroaa positiivista tunteista siinä, että sen aikana ei yleisesti koeta tai ajatella mitään. Siinä missä myönteisiä tunteita voi saavuttaa hyvinkin vaivattomasti, uppoutuminen on haastavampaa ja edellyttää omien vahvuuksien käyttöönottamista.

Kolmas elementti, merkityksellisyys, koostuu eri asioista kuin myönteiset tunteet tai uppoutuminen. Merkitys ja tarkoitus vaatii panostamista ja kuulumista

johonkin asiaan, joka koetaan omaa itseään suurempana, esimerkiksi uskonto, poliittiset puolueet, perhe tai yhdistystoiminta. Merkitys ja merkityksellisyys sisältävät subjektiivisen elementin, mutta niitä arvioidaan myös objektiivisesti esimerkiksi historian näkökulmasta. Merkityksellisyyden kokemus voi muuttua ajassa siten, että jokin asia koetaan hyvin merkityksellisenä siinä hetkessä, mutta jälkikäteen siitä ajatellaan eri tavoin. (Seligman 2011, luku 1.) Toisaalta joidenkin asioiden merkitys ja merkityksellisyys voidaan ymmärtää vasta pitkän ajan kuluttua. Useat positiiviset muutokset elämässä esimerkiksi tapahtuvat hyvin hitaasti ja vasta vuosien päästä voidaan ymmärtää jonkin hyvin pienen asian merkitys, josta elämän kurssin kääntyminen alkoi. Yksi haaste esimerkiksi sosiaalityön vaikuttavuuden arvioinnissa on juuri se, että eri asioiden, elämäntapahtumien tai tarjotun tuen todellisia merkityksiä ja seurauksia voidaan arvioida ja ymmärtää vasta pitkällä aikavälillä. Hyvinvointia tukevien valintojen ja päätösten merkitys arkisella tasolla voi olla vähäinen, mutta pitkällä aikavälillä merkittävä.

Teorian neljäs elementti on saavuttaminen. Saavuttamisen kontribuutio hyvinvoinnille on toisenlainen kuin kolme ensimmäistä elementtiä. Saavuttaminen on tärkeä osa hyvinvoinnin kokonaisuutta, sillä se on ihmiselle ominaista ja asioiden tavoittelu ja saavuttaminen palvelee inhimillisiä tarpeita. Saavuttamista toteutetaan sen itsensä vuoksi, ilman, että se välttämättä tuo positiivisia tunteita tai merkitystä. Seligman kokee saavuttamisen erityisesti tuovan teoriaa lähemmäksi yksilönvalintoja ja selittävän sitä, mitä yksilöt valitsevat asian itsensä vuoksi. Esimerkkinä saavuttamisesta Seligman käyttää menestyneitä, erittäin varakkaita ihmisiä, jotka kasaavat omaisuutta ja yrittävät menestyä menestymisen itsensä vuoksi.

Viimeisenä teorian elementtinä on ihmissuhteet. Hyvin vähän siitä, mitä koetaan positiivisena, tapahtuu ihmisen ollessa yksin. Toiset ihmiset saavat aikaan positiivisia tunteita ja merkitystä sekä auttavat saavuttamisessa ja saavutuksista nauttimisessa. (Seligman 2011, luku 1.)

PERMA-teoriassa esitetyt hyvinvoinnin osa-alueet ovat sellaisia, joita voidaan tukea yksilötasolla, ryhmämuotoisesti tai rakenteellisesti. Teorian eri elementtejä voi vahvistaa itsenäisesti tai tuen avulla ja niistä voi tulla paremmin tietoiseksi. Vaikka Seligman korostaa elementtien erillisyyttä, ne palvelevat hyvinvointia kokonaisuutena siten, että vahvat osa-alueet voivat kompensoida heikompia. Teorian elementtejä voi hyödyntää myös opiskeluhuvinvoinnin tarkastelussa, sillä ne sopivat hyvin sovellettaviksi suhteessa opintoihin ja opiskeluun. Tarkastelen seuraavassa luvussa teorian elementtejä opiskelijan hyvinvoinnin rinnalla.

3.2 Opiskelijan hyvinvointia ylläpitävät ja suojaavat tekijät

Korkeakouluopinnoissa sekä muussa elämässä tulee väistämättä eteen haastavia tilanteita ja ajanjaksoja. On keskeistä, miten opiskelijat suhtautuvat eteen tuleviin haasteisiin ja minkälaista tukea he saavat. Rakenteellisella tasolla on tärkeää, että rakenteilla edistetään ja luodaan hyvinvointia sekä mahdollistetaan opiskelijoiden sujuva eteneminen opinnoissaan.

Postareff ym. (2021, 40) esittelevät psykologisen joustavuuden, itsemyötätunnon sekä yksilön minäpystyvyyden käsitteet suojamuureiksi, jotka auttavat opiskeluhaasteissa. Psykologisella joustavuudella, resilienssillä, viitataan kykyyn toimia haastavissakin tilanteissa tavoitteellisesti ja omien arvojen mukaisesti epämiellyttävistä tunteista ja ajatuksista huolimatta. Resilienssillä on yhteys koettuun hyvinvointiin, itesesäätelytaitoihin ja opintoihin sitoutumiseen. Itsemyötätunnolla tarkoitetaan kykyä suhtautua itseen hyväksyvästi ja ystävällisesti sekä nähdä virheet inhimillisinä. Yksilön minäpystyvyys on tilannesidonnainen arvio omista kyvyistä ja se vaikuttaa esimerkiksi siihen, miten sinnikkäästi vaikeissa tilanteissa jaksetaan yrittää. Näillä kolmella käsitteellä on yhteyksiä toisiinsa. (Postareff ym. 2021, 40.) Resilienssi, itsemyötätunto ja minäpystyvyys myötävaikuttavat siihen, että opiskelija onnistuu saavuttamaan opiskelussa vaadittavat sekä toisaalta itsensä asettamat tavoitteet. Nämä samat suojamuurit ovat opiskelijoiden tukena myös muilla elämän osa-alueilla. Lisäksi näitä ominaisuuksia on mahdollista tukea ja kehittää, vaikka ne ovat jossain määrin sisäsyntyisiä ja pysyviä.

Haasteet herättävät epämiellyttäviä tunteita ja opiskelijoiden kyky käsitellä ja säädellä tunteitaan vaihtelee. Opiskelijalla voi olla kovia paineita saada opintojaan eteenpäin, saada hyviä arvosanoja ja onnistua tasapainottamaan opiskelu muun elämän kanssa. Monet opiskelijat tekevät opintojensa ohella jonkin verran töitä, Tuovilan ym. (2021, 48) mukaan tämä on enemmän sääntö kuin poikkeus. Aika ei riitä kaikkeen, mutta opiskelija saattaa itse asettaa itselleen kohtuuttomat tavoitteet ja olla haluton tai kyvytön priorisoimaan, tekemään valintoja tai luopumaan epärealistisista tavoitteista. Mikäli opiskelija ei pysty sopeutumaan esimerkiksi siihen, että aina ei saa parasta arvosanaa, negatiivinen vertailu muihin, itsesyyttely ja huonouden tunne saattavat muodostua haitaksi opinnoissa. (Mikkonen ym. 2021, 48.) Vaikeiden tunteiden vastapainoksi tarvitaan myönteisiä tunteita. Myönteiset tunteet voivat olla esimerkiksi iloa, innostumista, onnistumista ja yhteenkuuluvuutta. Opiskelijoita voidaan tukea näiden tunteiden löytämisessä, tiedostamisessa, huomioimisessa ja kokemisessa suhteessa opintoihin tai muuhun elämään. Toisaalta opiskelijaa on mahdollista tukea myös vaikeiden tunteiden käsittelyssä ja tunnesäätelyssä. Uskomukset omasta osaisesta, kyvyistä ja älykkyydestä vaikuttavat opiskeluun ja ensimmäiset

epäonnistumiset voivat saada opiskelijan luovuttamaan (Heikkilä ym. 2021, 45). Tunteilla sekä taidolla säädellä niitä on siten merkitystä hyvinvoinnin kannalta.

Erityisesti opiskeluinto ennustaa laajemmin hyvinvointia ja elämäntyytyväisyyttä muillakin osa-alueilla sekä opinnoissa että tulevassa työelämässä. Opiskeluinto kuvaa tilannetta, jossa opiskelija suhtautuu opintoihinsa myönteisesti, energisesti ja pystyy omistautumaan ja uppoutumaan opiskeluun (Salmela-Aro 2021, 50–52). Käänteisesti opiskelu-uupumus ennustaa haasteita opintojen etenemisessä, niiden loppuunsaattamisessa sekä esimerkiksi masennusta. Myönteisiä tunteita tukemalla voidaan ennaltaehkäistä haasteita. Opiskelijan pystyvyyden ja opintojen hallinnan tunteen tukeminen edistää PERMA-teorian elementeistä lisäksi saavuttamisen ja merkityksellisyyden elementtejä.

Tärkeä myönteinen tunne on myös kuulumisen tunne. Kuulumisen tunne tarkoittaa subjektiivista kokemusta opintojen merkityksellisyydestä ja samaistumisesta opiskeluyhteisöön. Tunne on henkilökohtainen, mutta yhteisön rakenteet ja sosiaaliset käytännöt voivat joko heikentää tai vahvistaa sitä monin tavoin. Kuulumisen tunteeseen liittyy lisäksi kokemus omalle alalle sosiaalistumisesta ja opintojen merkityksestä. Opiskelijat kertovat kuulumisen tunteen rakentuneen monista kohtaamisista ja toistuvan yhdessä tekemisen kautta, hitaasti ja pitkällä aikavälillä. Kuulumisen tunne on vahvasti sidoksissa osallisuuden kokemiseen. (Poutanen ym. 2012, 36.) Kuulumisen tunteella on yhteys opiskelijan hyvinvointiin, mutta se on myös merkittävä opiskelun kannalta. Kuulumisen tunne ja sen yhteys kiinnittymiseen ja oppimistuloksiin on tuotu esiin esimerkiksi PISA-vertailussa (Poutanen ym. 2012, 20). Holzer ym. (2021, 2) kirjoittavat useiden tutkimusten raportoineen sosiaalisten suhteiden ja akateemisen menestyksen välisestä yhteydestä sekä näytöstä ihmisten välisten yhteyksien ja psykologisen hyvinvoinnin välillä. Myös Stones ja Glazzard (2019, 11) toteavat opiskelijoiden suorittavan opintonsa todennäköisemmin loppuun, mikäli he kokevat kuuluvansa oppilaitokseen. PERMA-teorian elementeistä kyseessä on paitsi myönteinen tunne, ihmissuhteiden ja merkityksellisyyden elementit.

Korkeakoulun tukirakenteet sekä opiskelijan oikeanlainen ohjaus tuen piiriin voivat sujuvoittaa korkeakouluun kiinnittymistä sekä kannatella hankalien paikkojen yli. Tällaisen tuen mahdollistaminen on sekä korkeakoulun että opiskelijan etu. Psykososiaalisella ympäristöllä on vaikutus terveyteen. Psykososiaalinen ympäristö on koettu ympäristö, johon sisältyy yksilön sisäiset voimavarat (synnynnäiset ja hankitut), lähiympäristö (perhe, työ/opinnot, vapaa-aika yhteisöinä) ja yhteiskunnan sosiaaliset järjestelmät. (Kunttu 2021B, 113.) Hyvinvointimme rakentuu vahvasti sosiaalisissa verkkoissa. Hyvinvointia tukevia tekijöitä on sekä opiskelijoiden henkilökohtaisessa elämässä että korkeakouluyhteisössä. Poutanen ym. (2012, 41) tutkimuksessa opiskelijat kokivat erilaiset yhteisöt erittäin tärkeiksi ja kaipaivat enemmän

kontakteja ja keskustelumahdollisuuksia toisten opiskelijoiden, mutta erityisesti opettajien ja ohjaajien kanssa.

Opintoihin ja korkeakouluyhteisöön kiinnittymisellä on suuri merkitys opintojen etenemisen sekä opiskelijan hyvinvoinnin kannalta. Salmela-Aron (2021, 51) opiskeluhyvinvoinnin konteksti muodostuu sosiaalisesta yhteisöstä, johon kuuluu lapsuuden perhe ja kaverit, mutta myös opiskelukaverit, opettajat ja muu opiskeluyhteisö. Korhosen ja Rautopuron (2012, 105) tutkimuksessa hyvinvoinnin ongelmat, kuten ahdistuneisuus ja stressi, olivat ominaisia heikosti opintoihin sitoutuville opiskelijoille. Kiinnittyminen rakentuu monin tavoin opiskelijan sisäisistä tekijöistä ja aiemmista kokemuksista, mutta korkeakouluyhteisö voi rakenteellisesti ja sosiaalisesti toimia näitä tekijöitä vahvistaen tai heikentäen. Esimerkiksi mikäli opiskelija saa toistuvasti opettajilta ja opiskeluympäristöstä negatiivista palautetta eikä saa tukea kohdattaessaan haasteita vaikeuksiin, opiskelija voi päätyä pohtimaan opintojen keskeyttämistä tai turvautua opiskeluun liittyvien asioiden haitalliseen lykkäämiseen eli prokrastinaatioon (Poutanen ym. 2012, 23). Korkeakouluyhteisöön kiinnittyminen ja kuulumisen tunne edustavat sekä myönteisiä tunteita, ihmissuhteita että merkityksellisyyttä. Lisäksi korkeakouluyhteisön sisällä voi olla toimintaa, joka mahdollistaa uppoutumista ja läsnäoloa koulupäivän aikana tai sen jälkeen. Tällaista voi olla esimerkiksi pelaaminen opiskelijoiden omissa tiloissa, luontokävely kampuksella tai päivän lehden lukeminen opiskelijakahvilassa.

Holzer ym. (2021, 1-2) kirjoittavat, että psykologiset perustarpeet kompetenssin, autonomian ja yhteenkuuluvuuden osalta ovat henkilökohtaisen kasvun, integroitumisen, sosiaalisen kehityksen ja psykologisen hyvinvoinnin perusedellytyksiä. Kompetenssin tarve viittaa siihen, että kokee käyttäytymisensä tehokkaaksi. Tämä toteutuu esimerkiksi, kun opiskelijat kokevat, että he pystyvät vastaamaan opintojensa vaatimuksiin. Autonomian tarve viittaa siihen, että ihminen kokee käyttäytymisensä tahdonalaiseksi ja itsestään johtuvaksi. Opiskelijat kokevat esimerkiksi olevansa autonomisia, kun he käyttävät vapaaehtoisesti aikaa ja vaivaa opintoihinsa. Lopuksi yhteenkuuluvuuden tarve viittaa siihen, että opiskelijat tuntevat olevansa yhteydessä toisiinsa ja saavansa vastavuoroista tukea heille merkittäviltä toisilta ihmisiltä. (Holzer ym. 2021, 2.)

Mikkonen ja Nieminen (2021, 48) kirjoittavat, että stressistä kärsivän opiskelijan tulisi selvittää, mitä epäsuhtia vaatimusten ja resurssien välillä on. Lisäksi voi olla tarpeen harjoitella opiskelutaitoja ja analysoida motivaatiota, tavoitteita ja ajankäyttöä. Tämä tuntuu kohtuuttomalta vaatimukselta opiskelijalle, joka on kuormittunut, ja jolle tilanne saattaa olla täysin uudenlainen. Muu elämä ei myöskään ole opiskelun ajan tauolla, vaan kaikki opiskelun ja korkeakoulun ulkopuoliset seikat, ihmissuhteet, talous, terveys, arki, vaikuttavat systemisesti. Jaksamista tukevinä muutoksina Mikkonen ja Nieminen (2021, 48) mainitsevat arkiset ratkaisut, kuten opiskelun kodin

sijaan muussa ympäristössä, priorisoinnin, tärkeiden asioiden määrittelyn ja tavoitteiden (uudelleen)asettamisen sekä pilkkomisen. Tasapaino muun elämän ja opintojen välillä on tärkeää. Salmela-Aro (2021, 51) mainitsee myös, että oleellista on keskittyminen oppimiseen, ei suoriutumiseen. Mikäli korkeakouluopinnoista ei ole aikaisempaa kokemusta, opintojen uudenlainen vaativuus ja autonomisuus voi olla yllätys. Suorituskeskeinen opiskelutapa voi uuvuttaa. Parhaiten uupumukselta suojaa opiskeluinto, itsensä arvostaminen, yhteisöllisyys, tuki ja oikeudenmukainen kohtelu (Salmela-Aro 2021, 53). Seligmanin teoriassa tätä voidaan ajatella merkityksellisyyden elementtinä ja toisaalta ihmissuhteiden elementtinä. Seligmanin teorian kaikkia elementtejä, sekä opiskelijan ja koko yhteisön hyvinvointia yleisesti, voidaan tukea erilaisilla palveluilla ja tukimuodoilla sekä tarkastelemalla korkeakoulun rakenteita.

3.3 Ekososiaalinen näkökulma hyvinvointiin

Erik Allardt (1976) on määritellyt hyvinvoinnin fundamentaalisten ulottuvuuksien Having, Loving ja Being kautta. Allardtin teoriaa käytetään edelleen ja sitä on tuotu myös nykypäivään (mm. Frank Martela 2022). Ulottuvuuksiin on myöhemmin lisätty vielä Doing ja vaikka nämä ulottuvuudet ja niiden päällekkäisyydet selittävät hyvinvointia uskottavasti, ne eivät yksinään riitä määrittämään hyvinvoinnin monimuotoisuutta ja monimutkaisuutta. Hyvinvointia voidaan tarkastella filosofisesti tai psykologisesti, mutta se on myös sosiaalinen konstruktio.

Hyvinvointi on yksi 2000-luvun myyntisanoista ja sen ympärillä pyörii valtava bisnes, jossa hyvinvointia kuitenkin tarkastellaan varsin kapeasti ja ylipäänsä jonakin, jota on mahdollista suorittaa esimerkiksi valmennuksin. Ekososiaalinen näkökulma on hyvin erilainen avaus hyvinvointiin ja siinä huomioidaan myös ympäristön ja yhteiskunnan vaikutukset yksilön hyvinvointiin. Ekososiaalinen näkökulma on yksi sosiaalityön uudemmissa suuntauksista. Ekososiaalisella siirtymällä tarkoitetaan ekologisen, ekonomisen ja sosiaalisen ulottuvuuden yhdistämistä. Kiinnostus on sosiaalisen ja ekologisen kestävyuden välisissä yhteyksissä (Matthies 2017). Ekososiaalisesti ajateltuna hyvinvoinnin keskiössä ovat yhteydet luontoon ja toisiin ihmisiin, systemaattinen näkemys hyvinvointiin. Ihminen ajatellaan osana ympäristöään ja ihmisen ja ympäristön välinen suhde on dynaaminen, kaksisuuntainen vuorovaikutteinen järjestelmä. Sosiaalityön kohteena ovat siis tämän suhteen mahdolliset toimintahäiriöt tai resurssit. (Närhi 2017.)

Ekososiaalisen näkökulman taustalla ovat globaalit ja lokaalit ympäristökriisit sekä humanitaariset kriisit, joiden seuraukset näkyvät valtavina sosiaalisina haasteina, kuten pakkomuuttona ja köyhyytenä (Matthies 2017). Tämänhetkinen kestämaton ympäristön tila aiheuttaa lukuisia, osin vielä ennustamattomia seurauksia yhteisöille

ja luonnolle. Ekososiaalinen näkökulma tulee huomioida sosiaalityössä, sillä sosiaalityössä on asiantuntijatietoa muun muassa sosiaaliturvasta ja sosiaalisesta yhteenkuuluvuudesta, yhteisöjen rakentamisesta sekä sosiaalisten konfliktien ja syrjäytymisen riskeistä. Ilmaston ja luonnon teemat ovat lisäksi jatkuvasti esillä erityisesti niihin liittyvien vakavien ja humanitaarisiin kriiseihin kytkeytyvien riskien johdosta, jolloin niiden sivuuttaminen sosiaalityössä ei ole eettistä tai kestävää.

Ekososiaalinen näkökulma tarkoittaa työskentelyä ihmisten kanssa heidän omassa ympäristössään, huomioiden aineelliseen ja kulttuuriseen hyvinvointiin liittyvät kysymykset. (Matthies 2017.) Käytännössä ekososiaalinen työ voi näyttäytyä erilaisina tapoina lisätä yhteisöjen hyvinvointia ja yhteisön jäsenten välisiä yhteyksiä. Tällaisia ovat esimerkiksi yhteisölliset puutarhat tai keittiöt. Merkityksellistä on ottaa yhteisön jäsenet mukaan työhön alusta saakka. Ekososiaalinen näkökulma edustaa näin samalla yhteisöllistä sosiaalityötä. Närhi (2017) kuvaa, että yhteisöllisen sosiaalityön ideana on työskennellä paikallisyhteisöissä asukkaiden, palvelujen käyttäjien ja muiden paikallisyhteisön ja elinympäristön tuntevien toimijoiden kanssa.

Helne ja Hirvilammi (2017) ymmärtävät hyvinvoinnin käsitteenä, jota muokkaavat ruumiilliset ja henkiset toimintamme, tekemisemme ja sanomisemme. Tämän lisäksi he kuitenkin tarkastelevat hyvinvointia relationaalisesta näkökulmasta yhdistäen hyvinvointiin kytkökset toisiin sekä keskinäiset riippuvuudet. Tässä lähestymistavassa hyvinvointia ei tarkastella yksilöllisesti vaan niiden suhteiden laadun kautta, joita ihmisillä on toisiinsa ja luontoon. (Helne & Hirvilammi 2017.) Tämä näkemys hyvinvoinnista irrottaa sitä taloudellisista ja aineellisista käsitteistä ja nostaa keskeisimmäksi tekijäksi yhteyden ja osallisuuden. Näillä yhteyksillä Helne ja Hirvilammi (2017) tarkoittavat yhteyttä ja suhdetta toisiin yksilöihin, ympäristöön, yhteisöön ja lopulta ympäröivään luontoon.

Opiskelijoiden mielenterveyden ongelmien yleisyyden taustalla on useita syitä, mutta koska ongelmat koskettavat niin monia, voidaan puhua rakenteellisista ongelmista. Globaalit ja yhteiskunnalliset kriisit ovat osa tätä taustaa, samoin kuin suorituskeskeinen, tavoiteorientoitunut ja vaativa yhteiskunta, jossa itseohjautuvuutta vaaditaan yhä aikaisemmin samalla, kun koulutus- ja työelämä on yhtä pirstaleisempaa. Huoli ympäristön tilasta, esimerkiksi ilmastoahdistus, on varsin globaali huolenaihe (Ogunbode ym. 2022). Siten luonnon ja ympäristön sekä ekonomisesti ja sosiaalisti kestävien teemojen esiin tuominen ja huomioiminen voi edistää yksilöiden hyvinvointia. Kestävyys tarkoittaa ekososiaalisessa työssä muutakin kuin luonnonvarojen hyödyntämisen vähentämistä. Kestävyys on myös biofyysisen ympäristön parempaa hoitoa ja muutosten toteuttamista yhteiskunnan eri ulottuvuuksissa (Matthies 2017).

Helne ja Hirvilammi (2017) katsovat, että kun ihmisen toimintaa ei nähdä ekologisen riippuvuuden verkossa, on mahdollista irrottaa talous ja yhteiskunta luonnosta. Luonnosta irrottautuminen on kuitenkin aiheuttanut ympäristötuhoa, joka

puolestaan on kärjistänyt inhimillisiä ongelmia. Hyvinvoinnille tarvitaan enemmän tilaa ja sitä tulee käsitteellä tarkastella ja tukea eri tavoin sekä kiinnittää huomiota yhteyksiin yksilöiden välillä, yhteisöjen tasolla sekä suhteessa ympäristöön ja luontoon. Tarvitaan rakenteellisia ratkaisuja hyvinvoinnin tueksi, jotta yksilöt ja yhteisöt voivat paremmin. Tarvitaan uudenlaisia lähestymistapoja hyvinvointiin ja sen teemojen ylläpitämiseen ja puolesta puhumiseen korkeakoulukentällä. Yhteyksien korostaminen lisää tunnetta, että olemme osa muita ja muut ovat osa meitä. Tämä lisää tunnetta vastuusta ja näin halua huolehtia paitsi omasta, myös muiden hyvinvoinnista (Helne & Hirvilampi 2017).

Korkeakouluyhteisö muodostaa mikrotason, jossa ekososiaalista näkökulmaa on mahdollista edistää osana opiskeluhyvinvointia. Ekososiaalinen työ yhteisön sisällä voi olla yksi mahdollisuus purkaa hyvinvointia haastavia rakenteita sekä lisätä yksilöiden ja yhteisön hyvinvointia. Ekososiaalinen näkemys hyvinvoinnista perustuu ihmisten välisiin yhteyksiin. Yhteyksiä edistämällä ja ympäristöön sekä sosiaalisiin tekijöihin huomiota kiinnittämällä voidaan luoda sellaisia rakenteita, jotka tukevat esimerkiksi opiskelijoiden psyykkistä hyvinvointia.

3.4 Yhteenveto

Korkeakouluissa tapahtuvasta kuraattorityöstä ei käytännössä ole saatavilla tutkimustietoa tai selvityksiä. Vaikka peruskouluissa ja toisella asteella kuraattorityöllä on vakiintunut asema ja laissa määritellyt tehtävät, tutkimusta alempienkaan koulutusasteiden kuraattorityöstä on niukasti. Kansainvälinen vertailu on haastavaa, sillä koulutusjärjestelmät sekä opiskeluhyvinvoinnin palvelut ja niiden toimijat ovat erilaisia. Teoreettisen ymmärryksen muodostaminen on siten haastavaa. Teoreettisen viitekehityksen tehtävä on tässä tutkimuksessa määrittää opiskelijoiden hyvinvointia konstruktiona sekä tarjota tausta aineiston tulkintaa ja johtopäätöksiä varten.

Teoreettisessa viitekehityksessä hyvinvointia tarkastellaan toisaalta yksilön näkökulmasta ja toisaalta yhteisön ja rakenteiden tasolla. Vaikka näkökulma on osin yksilökeskeinen, hyvinvointia ei kuitenkaan voi tukea tyhjiössä, vaan hyvinvoinnin edistämällä ja sen osa-alueilla on aina yhteys toisiin ja yhteisöön. Tulkitsen hyvinvointia ja kuraattorityötä konstruktivistisesta näkökulmasta siten, että opiskelijoiden hyvinvointi ja kuraattorityö eri ulottuvuuksineen ovat sosiaalisesti rakentuneita ilmiöitä ja siten riippuvaisia kontekstista ja merkityksistä.

Tässä tutkimuksessa keskityn hyvinvoinnissa erityisesti sellaisiin ulottuvuuksiin, joihin koen kuraattorityöllä sosiaalityön viitekehityksessä olevan mahdollisuuksia vaikuttaa. Näitä ovat erityisesti psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi sekä merkityksellisyys, yhteydet, positiiviset tunteet ja yhteisöön kuuluminen. PERMA-teorian viisi

elementtiä, myönteiset tunteet, uppoutuminen ja läsnäolo, ihmissuhteet, merkityksellisyys ja saavuttaminen, liittyvät kaikki psyykkiseen hyvinvointiin. Niillä on kaikilla myös sosiaalinen kytkös, joskin uppoutuminen ja läsnäolo ei sellaista vaadi. Positiiviset tunteet syntyvät usein yhdessä muiden kanssa ja muut ihmiset pystyvät tukemaan niiden syntymistä. Ihmissuhteet itsessään ovat iso osa koettua hyvinvointia sekä omana elementtinään, että esimerkiksi kuuluvuuden tunteen kautta. Merkityksellisyys syntyy sosiaalisissa yhteyksissä ja yhteisöissä ja saavuttaminen ei ole irrallaan sosiaalisesta ympäristöstä.

Tarkasteltaessa PERMA-teoriaa opiskelijan hyvinvointia ylläpitävien tekijöiden rinnalla ne ovat hyvin linjassa keskenään. Myönteiset tunteet ovat niitä positiivisia kokemuksia, joita opiskelija saa tässä elämänvaiheessaan, esimerkiksi itsenäistyminen, opiskelujen tarjoamat uudet kokemukset sekä onnistunut kaverisuhteiden luominen. Positiiviset tunteet ovat lisäksi onnistumista opinnoista ja intoa opiskelua kohtaan. Uppoutuminen ja läsnäolo liittyvät esimerkiksi menestykseen keskittyä opintoihin, joskin Seligmanin teoriassa tämä elementti oli enemmänkin ”hyödyttöä” ajankulua. Ihmissuhteet ovat opiskelijan elämässä valtavan tärkeä elementti, joka pitää sisällään sekä onnistuneen ihmissuhteiden luomisen, yhteisöön kuulumisen ja sosiaalisen tuen. Merkityksellisyys voi syntyä tunteesta, että on omalla alalla ja että on onnistuneesti päässyt osaksi akatemista yhteisöään, jonka toimintaan pystyy itsekkin vaikuttaa. Saavuttaminen on opintojen suorittamista eteenpäin ja opinnoissa menestymistä.

Ekososiaalinen näkökulma toimii osana hyvinvoinnin tarkastelua sekä esimerkiksi sosiaalityön suuntauksesta, jonka soveltaminen sekä käytäntöinä että teoriataustana olisi mahdollista korkeakouluissa. PERMA-teorian elementeistä ekososiaalisen näkökulmaan pystyy liittämään erityisesti myönteiset tunteet, ihmissuhteet ja merkityksellisyyden. Ekososiaalisen työn käytännön sovelluksilla, kuten yhteisöllisellä puutarhalla, taas on mahdollista tukea uppoutumisen ja läsnäolon elementtiä. Ekososiaalisella sosiaalityöllä voidaan saavuttaa merkittäviä etuja sekä yksilöiden, yhteisöjen että ympäristön hyvinvoinnille ja globaalit ympäristö- sekä humanitääriset kriisit huomioiden tämä näkökulma tulisi ottaa osaksi korkeakoulujen toimintaa. Lisäksi sosiaalityön etiikan näkökulmasta ekososiaalisen lähestymistavan tulisi olla osa kaikkea sosiaalityötä. Ranta-Tyrkön (2017, 120) mukaan keskimäärin 5–7 asteen lämpenemistä vuoteen 2100 mennessä pidetään ilmastotutkimuksessa suhteellisen todennäköisenä. Toteutuessaan tämä, mutta jo lievempikin ilmastonlämpeneminen, tuo mukanaan laajamittaiset ja vakavat seuraukset sekä ihmisille että muille lajeille. Vesi-, ruoka- ja energiapula sekä sodat tulisivat olemaan globaaleja, mutta kaikkein suojattomampia ovat köyhät ja/tai eri tavoin marginalisoidut ihmiset (Ranta-Tyrkkö 2017, 120).

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

4.1 Aineiston keruu

Tutkimukseni aineisto muodostuu korkeakouluissa toimivien kuraattorien ryhmähaastatteluista, jotka on toteutettu etäyhteydellä Microsoft Teamsin kautta. Koin ryhmähaastattelun tuottavan yksilöhaastatteluja enemmän tietoa niistä jaetuista näkemyksistä, joita kuraattoreilla on työstään ja sen merkityksestä. Kuraattorityö korkeakouluissa on hyvin moninaista ja näin pystyin tekemään samoja tarkentavia kysymyksiä kaikille haastateltaville. Samalla ryhmällä itsellään oli mahdollisuus tarkentaa, haastaa tai täydentää toistensa näkemyksiä. Minua kiinnosti erityisesti, minkälaista jaettua ymmärrystä kuraattorityöstä syntyy kuraattoreiden kesken. Tämä oli tärkeää, että pystyin määrittelemään kuraattorityötä palveluna ja sen mahdollisuuksia opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämiseksi.

Haastateltavien löytämiseksi kartoitin alustavaa kiinnostusta haastatteluun osallistumisesta lähettämällä korkeakoulujen kuraattoriverkostolle sähköpostia verkoston koordinaattorin kautta. Sähköpostissa kerroin lyhyesti tutkimuksestani sekä pyysin kiinnostuneita ilmoittautumaan ryhmähaastatteluun sekä valitsemaan tarjotuista viidestä haastatteluajankohdasta itselleen sopivat. Toivoin haastatteluun ensisijaisesti kuraattoreita, joilla oli sosiaalialan koulutus ja työkokemusta sosiaalialalta kuraattorityötä edeltäen. Sähköposti lähetettiin 3.5.2022 ja kiinnostuneilla oli aikaa ilmoittautua haastatteluun 13.5.2022 mennessä. Määräaikaan mennessä haastatteluun ilmoitettiin kahdeksan kuraattoria seitsemästä eri korkeakoulusta. Olin ajatellut, että haastateltavan ryhmän koko voisi olla 5-6 henkilöä, mutta en halunnut rajata vain muutamaa haastatteluun ilmoittautunutta pois. Päätin jakaa ilmoittautuneet kahteen neljän hengen ryhmään ja haastatella toisen ryhmän 14.6.2022 klo 8.30-10.30 ja toisen

15.6.2022 klo 13-15.00. Yhdestä korkeakoulusta oli kaksi haastateltavaa, jotka jaoin eri ryhmiin.

Haastatteluun ilmoittautuneille lähetin 13.5.2022 tiedon ryhmän koosta, haastattelun ajankohdasta, Teams-linkin haastatteluun sekä liitteinä tutkimustiedotteen ja tietosuojailmoituksen. Tämän jälkeen tein tarvittavat hakemukset tutkimusluvista haastatteluun ilmoittautuneiden edustamille korkeakouluille. 5.6.2022 lähetin vielä toisen sähköpostiviestin, jossa muistutin haastattelusta sekä sen vapaaehtoisuuteen ja suostumukseen perustuvasta luonteesta ja kerroin vielä kerran haastattelun nauhoittamisesta, aineiston käytöstä sekä sen tuhoamisesta työn valmistuttua.

Ryhmähaastattelun toteuttaminen kasvokkain olisi ollut itselleni mieluisampi tapa kuin etäyhteydellä toteutettu haastattelu. Käytännön syistä etähaastattelu oli kuitenkin ainoa mahdollinen toteutustapa ja mahdollisti osallistujien kokoamisen vaivattomasti eri puolilta Suomea. Välineitä etähaastattelun toteuttamiseen on Teamsin ohella esimerkiksi Zoom. Ensin mainittu on kuitenkin itselleni tutumpi ja se on hyvin laajasti käytetty yritysten keskuudessa. Viime vuosien koronapandemia on pakottanut erilaiset tapaamiset, koulutukset ja kokoontumiset etäyhteyksin toteutettavaksi, joten pidän turvallisena olettaa, että erilaiset etätoteutukset ovat tulleet haastateltaville hyvin tutuiksi. Kasvokkainen vuorovaikutus ja ryhmädynamiikka on kuitenkin aina erilaista kuin etäyhteyksin toteutetut kohtaamiset ja tutkimuksen aineistossa ja tuloksissa on hyvä huomioida, että toisenlainen toteutustapa voisi tuottaa hyvin erilaisia lopputuloksia. Tämä kuitenkin pätee ihmistieteissä yleisestikin.

Haastattelun aluksi kerroin lyhyesti itsestäni ja tutkimuksestani, muistutin haastattelu suostumuksellisuudesta sekä haastattelun nauhoittamisesta. Pidin tärkeänä tuoda haastattelun alussa esiin, että olen tutkijan roolissa. En siis osallistu keskusteluun yhtenä kuraattorina, vaan tarkastelen tilannetta ja esitän kysymyksiä ulkopuolisesta positioista. Tämän jälkeen haastateltavat esittelivät lyhyesti itsensä vastaten samalla näkyvillä oleviin kysymyksiin, joiden avulla kokosin taustatietoa heidän oman organisaationsa kuraattoripalvelun käytännöistä. Nämä taustakysymykset olivat haastateltavan työnimike ja kuraattorityöhön käytettävä työaika, kuinka pitkään haastateltavan korkeakouluissa on tehty kuraattorityötä, onko haastateltavan korkeakoulussa muita kuraattoreita tai työskenteleekö hän osana tiimiä, keitä tiimiin kuuluu sekä minkälaisia palveluita kuraattorityöhön kuuluu (Liite 1). Viimeisenä kysymyksenä oli suostumuksen antaminen haastattelun nauhoittamiseen ja aineiston käyttämiseen tutkimuksessa. Halusin esittää nämä taustakysymykset sen vuoksi, että sain luotua itselleni kuvaa siitä, miten kuraattoripalvelua toteutetaan eri korkeakouluissa ja miten nämä käytännöt eroavat tai ovat yhtenäisiä. Koin näiden kysymysten toimivan paremmin yksilötason kysymyksinä kuin osana ryhmän keskustelua eikä niiden rooli aineiston kannalta ole merkittävä. Taustatiedot ovat kuitenkin oleellisia kuraattorityön ymmärtämiseksi. Lyhyet puheenvuorot haastattelun alussa tuottivat

taustatiedot luontevasti ja toimivat lisäksi rentona aloituksena, joka auttoi ryhmää totuttelemaan tilanteeseen. Tallensin ryhmähaastattelut Teamsin omaa tallennusominaisuutta käyttäen. Tallenteeseen sai sekä äänen että kuvan, jolloin talteen sai sanallisen viestinnän lisäksi ilmeet ja eleet. Videointi helpotti litterointia merkittävästi siltä osin, että oli helppoa seurata, kuka puhui milloinkin.

Pietilän (2017) mukaan ryhmäkeskustelun pohjana on usein tutkijan laatima teemarunko. Oma haastatteluni oli puolistrukturoitu, jolloin kysymykset ryhmille ovat samat, mutta haastateltavat voivat vastata niihin omin sanoin (Eskola & Suoranta 2000, 87). Ryhmät itse kuljettivat keskustelua kysymyksen sisällä haluamaansa suuntaan ja esittivät tarkennuksia myös toisilleen. Lisäksi itse tutkijana kysyin useita tarkennuksia ja selvennyksiä, joiden koin sekä vievän keskustelua eteenpäin että antavan minulle varmuutta siitä, että pystyin tekemään puhutusta keskustelusta oikeanlaisia tulkin-toja. Sarajärvi ja Tuomi (2018, 85) kirjoittavat, että haastattelussa on tarkoitus saada mahdollisimman paljon tietoa halutusta asiasta ja tämän vuoksi on perusteltua antaa haastattelukysymykset haastateltaville etukäteen. Harkitsin kysymysten lähettämistä etukäteen. Koin kuitenkin, että vastausten miettiminen tai päättäminen etukäteen la-tistaa ryhmän keskusteleavuutta ja asioiden pohtimista yhteisesti. Lisäksi kysymysten antaminen etukäteen olisi vaatinut osallistujilta valmistautumista haastatteluun ja olisi ollut riski, että osa olisi valmistautunut ja osa ei. Valmiit puheenvuorot olisivat lisäksi vieneet tilanteesta sellaista luontevuutta ja rentoutta, jota siltä toivoin.

Aineiston kokoa voidaan rajata erilaisilla kriteereillä ja käytännöillä. Aineiston saturaatiolla tarkoitetaan tilannetta, jossa aineiston kasvattaminen ei enää tuota tutki-musongelman kannalta uutta tietoa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 99.) Oman aineistoni kannalta pidän selvänä, että uusien haastatteluryhmien toteuttaminen olisi tuonut myös uudenlaisia näkökulmia, joita olisin voinut hyödyntää. Kuitenkin tutkimani il-miön kannalta jo yksi haastatteluryhmä olisi tuottanut riittävän sisällön asian tarkas-telemiseksi tämän tutkimuksen laajuudessa ja tavoittelemallani yleisellä tasolla. Toi-nen tutkimusryhmä tuotti osin erilaisia asioita ja lisää tietoa, mutta ryhmien keskus-teluissa oli paljon yhteneväisyyksiä ja kaksi ryhmähaastattelua riitti hyvin siihen, että aineistosta löytyi useita relevantteja mahdollisuuksia työstää aineistoa eteenpäin.

Lopulliset tutkimuskysymykset, johon tämän tutkimuksen aineiston analysoin-nin ja teoreettisen viitekehyksen avulla vastaan ovat:

1. Millaista korkeakoulujen kuraattorityö on?
2. Millaisina opiskelijoiden tuen tarpeet näyttäytyvät kuraattorityössä?
3. Miten kuraattorityöllä voidaan tukea opiskelijoiden ja korkeakouluyhteisön hyvinvointia?

4.2 Ryhmähaastattelu metodina

Ryhmähaastattelu on ollut eri tieteenalojen aineistonkeruumenetelmänä käytössä 1930-luvulta saakka ja sen kiinnostavia ominaisuuksia ovat esimerkiksi tehokkuus ja tiedon kontekstuaalinen ja vuorovaikutuksellinen luonne. Ryhmähaastattelun ohella termeinä käytetään esimerkiksi ryhmäkeskustelua ja fokusryhmää. Ryhmäkeskustelun ja ryhmähaastattelun metodologinen ero on lähinnä siinä, että ryhmäkeskustelussa korostetaan ryhmän sisäistä vaikutusta ja ryhmähaastattelu nähdään enemmän tutkijan ohjaamana vuorovaikutuksena. Haastattelijan ohjauksesta huolimatta keskiössä on ryhmän vuorovaikutus, jolle tulee antaa paljon tilaa. (Pietilä 2017.) Ryhmän vuorovaikutus on osa ryhmähaastattelua ja tämä on otettava huomioon. Vuorovaikutuksen ollessa sujuvaa moniäänisyys pääsee esiin, ja juuri moniäänisyys on ryhmähaastattelua rikastava piirre yksilöhaastatteluihin verraten. Yksilöt tuovat haastatteluun omia käsityksiään ja kokemuksiaan, vertailevat eri ajattelutapoja ja rakentavat ja kyseenalaistavat jaettuja tulkintoja (Pietilä 2017).

Ryhmähaastattelussa tutkijan asema on heikompi kuin yksilöhaastattelussa, sillä vaikka tutkija esittää molemmissa kysymykset, ryhmähaastattelussa vastaukset kohdennetaan Pietilän (2017) mukaan usein toisille osallistujille. Haastattelijan tehtävä on kuitenkin tukea osallistujien aktiivista vuorovaikutusta sekä suunnata keskustelua niin, että erilaiset näkökannat tulevat esiin (Pietilä 2017). Alasuutarin (2011) mukaan ryhmässä ihmiset puhuvat toisilleen kulttuurisen ryhmänsä jäsenenä, jolloin tutkija voi olla välillä ymmälläänkin. Tällöin on hyötyä siitä, että haastattelijalla on etukäteisyymmärrystä ryhmästä, sen toiminnasta ja tutkittavasta aiheesta. Epäselviin tilanteisiin voi myös palata ja pyytää tarkennusta.

Ryhmähaastatteluissa ryhmän koonnissa voidaan Pietilän (2017) mukaan hakea tai huomioida eri ominaisuuksia. Tämän tutkimuksen haastatteluryhmät koottiin vain muutamien yhdistävien seikkojen perusteella, jotka olivat oma kiinnostus haastatteluun, kuraattorina tai vastaavassa tehtävässä toimiminen korkeakoulussa sekä sosiaalialan koulutus ja työkokemus. Muita taustatietoja haastateltavista ei ollut. Pietilän (2017) mukaan on oleellista varmistaa, että ryhmän jäsenillä on riittävästi yhteistä tarttumapintaa haastattelun teemaan, mikä tässä tapauksessa toteutui erittäin hyvin. Haastateltavani olivat toisilleen ainakin jollain tapaa tuttuja valtakunnallisen kuraattoriverkoston kokoontumisten kautta. Haastatteluja tehdessä olin itsekin osallistunut 27.5.2022 kuraattoriverkoston tapaamiseen sekä kertonut siellä tutkimuksestani lyhyesti. Lisäksi olin työni puolesta ollut joihinkin haastateltaviin yhteydessä jo aikaisemmin. Kokemani mukaan ilmapiiri haastattelussa oli alusta saakka rento. Pietilän (2017) mukaan tuttuus poistaa varovaisuutta, kun yksilöt tietävät jo, miten he voivat ajatuksiaan esittää. Haittapuolena on liiallinen tuttuus, jolloin viestintä voi olla ääneen lausumatonta tai siinä voidaan viitata yhteiseen kokemukseen tai käyttää huumoria ja

ironiaa. Tällöin tutkijan on oltava erityisen tarkkana siitä, että aineisto ei jää ulkopuoliselle käsittämättömäksi. (Pietilä 2017.)

Haastattelu on verraten työläs menetelmä aineiston keräämiseen sekä haastattelujen toteutuksen että niiden vaatiman litteroinnin kannalta. Haastattelujen toteutus vaatii myös useiden tekijöiden huomioimista ja tilanteen suunnittelua, mikä tekee siitä menetelmänä hieman haastavan. Toisaalta haastattelu on menetelmänä myös joustava, sillä se tarjoaa esimerkiksi mahdollisuuden toistaa kysymys, oikaista väärinkäsityksiä tai selventää vastauksia ja käytettyjä ilmaisuja. Tähän tutkimukseen ryhmähaastattelu menetelmänä soveltui hyvin.

4.3 Sisällönanalyysi

Analysoin ryhmähaastattelut käyttämällä sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää laajasti erilaisessa laadullisessa tutkimuksessa analysoinnin metodina sekä teoreettisena kehyksenä analyysin kokonaisuuksissa. Useat muut laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmät perustuvat sisällönanalyysiin, mikäli sisällönanalyysillä tarkoitetaan kirjoitettujen, kuultujen tai nähtyjen sisältöjen analysointia väljällä teoreettisella kehyksellä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103.) Sisällönanalyysillä voidaan analysoida systemaattisesti ja objektiivisesti monenlaisia kirjalliseen muotoon saatettuja dokumentteja, joiden sisältöä analyysimenetelmällä pyritään kuvaamaan sanallisesti. Se soveltuu myös strukturoimattoman aineiston analyysiin. Analyysimenetelmällä pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja yleisessä muodossa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117.)

Menetelmänä sisällönanalyysi on monikäyttöinen ja joustava, mikä sopi itselleni hyvin. Oli helpompaa lähteä työskentelemään suhteellisen suuren aineiston kanssa, kun ei tarvinnut olla valmista näkemystä siitä, minkälaisia tai minkä kokoisia luokkia aineistosta pitäisi pyrkiä muodostamaan. Lisäksi sisällönanalyysi ei vaadi teorian ohjaamaan analysointia, mutta sen käytössä voidaan soveltaa erilaisia teoreettisia lähtökohtia (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103).

Sisällönanalyysi perustuu tulkintaan ja päättelyyn, jossa edetään empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 127). Sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe on alkuperäisdatan pelkistäminen eli redusointi siten, että tutkimukselle epäolennainen karsitaan aineistosta pois (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123). Oman aineistoni kohdalla tämä tarkoitti aineiston tiivistämistä. Samalla etsin aineistosta toistuvia samankaltaisia ilmauksia ja erottelin näitä eri väreillä suurempiin teemoihin. Tämän vaiheen jälkeen oli helppo tehdä useita ryhmittelyä, mutta lopullisten ryhmien löytäminen oli eri kokeilujen tulosta. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 104) tuovat osuvasti esiin, että aineistosta löytyy paljon

sellaistakin kiinnostavaa, mitä ei ole etukäteen osannut ajatella. Oman aineistoni kohdalla tämä piti hyvin paikkansa ja haasteeni oli muodostaa sisällöllisesti hyvin rajatut ryhmät, jotka ovat tutkimuskysymysten kannalta tärkeitä. Selkeyden saavuttaminen vaati aineiston työstämistä ja tutkimuksen tarkoitukseen ja tutkimuskysymyksiin palaamista. Pienempiä teemoja yhdistelin teemoittelun avulla kolmeksi teemaksi.

Tuomi ja Sarajärvi (2018, 105) kuvaavat teemoittelun lyhyesti aineiston painottamisena siihen, mitä kustakin teemasta on sanottu. Tätä vaihetta seurasi abstraktointi eli käsitteellistäminen. Käsitteellistäminen tarkoittaa, että jäljellä olevasta aineistosta erotetaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto ja muodostetaan tämän perusteella teoreettisia käsitteitä. Tässä vaiheessa voidaan edelleen yhdistellä tehtyjä luokituksia niin kauan kuin se aineiston sisällön näkökulmasta on mahdollista. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 125.) Tutkittavien ymmärtäminen heidän omasta näkökulmastaan on tärkeää analyysin kaikissa vaiheissa, erityisesti johtopäätöksiä tehdessä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 127). Tässä uskon onnistuneeni hyvin, sillä kuraattorin työ ja toimintakenttä on tuttu.

Laadullisessa analyysissä puhutaan usein induktiivisesta ja deduktiivisistä analyyseistä. Tällä kerrotaan päättelyn logiikasta, joka suuntautuu joko induktiivisesti (yksittäisestä yleiseen) tai deduktiivisesti (yleisestä yksittäiseen). Tieteellistä päättelyä ohjaa lisäksi abduktiivinen päättely, jonka mukaan teorian muodostus on mahdollista silloin, kun havaintojen tekoon liittyy jokin johtoajatus. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108.) Oma analyysini muodostui yksittäisestä kohti yleisempää. Toisaalta ilmiön tarkastelu olisi mahdollista myös toiseen suuntaan, jolloin se voisi lähteä kuraattoripalvelujen yleisestä sisällöstä ja vaikuttavuudesta, josta eriteltäisiin yksittäisiä säikeitä. Analyysini on osittain edennyt myös aineistolähtöisesti, jolloin analyysi on rakentunut tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävän asettelun mukaisesti. Analyysini ei kuitenkaan ole pyrkinyt tarkan teoreettisen kokonaisuuden muodostamiseen. Aineistolähtöisyys tarkoittaa myös sitä, että aikaisemmat havainnot, tiedot tai teoriat tutkittavasta ilmiöstä eivät ole vaikuttaneet analyysin toteutumiseen tai lopputulokseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108.) Vahvan aiemman tutkimuksen puuttuessa aineistolähtöinen eteneminen on jossain määrin välttämätöntä.

4.4 Eettiset kysymykset ja tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuseettisesti olen pyrkinyt alusta saakka huomioimaan toimintani ja valintojeni eettisyyttä. Tämä on edellyttänyt tietoisuutta tutkimuksen eri vaiheista ja hyvistä käytännöistä sekä oman toiminnan reflektointia. Etiikka liittyy tutkimuksen kaikkiin vaiheisiin. Tieteen etiikalla tarkoitetaan eettisiä kantoja, jotka vaikuttavat tutkijan työsääntöihin tekemiin ratkaisuihin. Tieteen etiikan viisi peruskysymystä ovat millaista on

hyvä tutkimus, onko tiedonjano hyväksyttävää tai onko se sitä kaikissa asioissa, miten tutkimusaihe valitaan, millaisia tutkimustuloksia saa tavoitella ja minkälaisia keinoja tutkija saa käyttää (Tuomi & Sarajärvi 2018, 147-148 Haaparannan & Niiniluodon 1991 mukaan). Hyvä tutkimus noudattaa hyviä tieteellisiä käytäntöjä. Tämä tarkoittaa, että noudatetaan tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja ja arviointimenetelmiä esimerkiksi aineistonhankinnassa ja tutkimuksen raportoinnissa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 150-151). Tutkimuksen luotettavuus ja toteuttamisen avoimuus tulee myös huomioida.

Tutkimus lähtee aiheen valinnasta ja rajauksesta. Aiheen valinta on ensimmäisiä eettisiä kysymyksiä, joita tutkija joutuu pohtimaan. On hyvä esimerkiksi pohtia, kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi tutkimukseen ryhdytään (Tuomi & Sarajärvi 2018, 154). Tutkimusaihetta valitessani halusin valita aiheen, jonka tarkastelu ei vaadi arkaluonteista aineistoa tai aineiston keräämistä eri tavoin haavoittuvassa asemassa olevilta. Eettiset seikat aineiston keräämisessä ja käsittelyssä tulee huomioida aina, mutta eettinen kestävyys on helpompi varmistaa, kun haastatellaan ammattilaisia sosiaalipalveluiden asiakkaiden sijaan. Koska tutkimus on lähellä käytännön työelämää ja siten suuntaukseltaan empiirinen, koen eettiseksi valinnaksi myös sen, että kentän toimijoiden ääni ja asiantuntijuus kuuluu aineiston analyysissä ja tutkimustuloksissa.

Haastatteluissa ei ole käsitelty juurikaan yksittäisten opiskelijoiden tilanteita ja keskustelu opiskelijoista on kaikilta osin ollut anonyymiä. Puheenvuorojen sävy on ollut hyvin kunnioittava. Haastattelu menetelmänä vaatii kuitenkin eettisten kysymysten pohdintaa. Ihmisoikeudet ovat ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen eettinen perusta. Tutkittavien suojaan kuuluu se, että he ovat selvillä tutkimuksen tavoitteesta, menetelmästä ja mahdollisista riskeistä ja heidän osallistumisensa perustuu vapaaehtoiseen suostumukseen. Missään olosuhteissa osallistujille ei pidä aiheuttaa vahinkoa ja heidän hyvinvointinsa on aina ensisijaista. Mahdollisia ongelmia tulee pohtia jo etukäteen. Tutkimustietojen on oltava luottamuksellisia, jolloin niitä ei luovuteta ulkopuolisille tai käytetä muuhun kuin luvattuun tarkoitukseen. Osallistujien on jäätävä nimettömiksi elleivät he ole antaneet lupaa identiteetin paljastamiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 155–156.) Olen huomionnut tämän siten, että haastateltavien työnimikkeitä tai heidän edustamiaan korkeakouluja ei mainita.

Tutkimukseen osallistujilla on oikeus odottaa tutkijalta vastuuntuntoa ja tutkijan on noudatettava sopimuksia (Tuomi & Sarajärvi 2018, 156). Tässä yhteydessä käytännön sopimukset ovat olleet tutkimusluvat haastateltavien edustamilta korkeakouluilta. Tutkimuksen raportointi on tehtävä mahdollisimman huolellisesti ja raportin sekä tulosten käsittely on osaltaan osa tutkimuksen kestävyyttä etiikkaa. Osaltani olen sitoutunut tiedottamaan haastateltavia tutkimuksen valmistumisesta ja julkaisemisesta. Olen lisäksi sopinut tutkimuksen esittelemisestä kuraattoriverkostossa, mikäli

näin toivotaan. Oman roolini selkeyttämiseksi olen kertonut haastateltaville, että olin aloittanut työskentelyn korkeakoulukuraattorina keväällä 2022 tehdessäni tätä tutkimusta.

Tuomi ja Sarajärvi (2018, 160) mainitsevat tärkeänä erottaa havaintojen luotettavuuden ja puolueettomuuden. Puolueettomuutta ja objektiivisuutta olen reflektoinut etenkin analysointivaiheessa. Oma positioni lienee vaikuttanut siihen, mitä pidän tärkeänä, mitä nostan esiin, miten käsittelen havaintojani ja mitä johtopäätöksiä teen. Kuitenkin olen pitänyt huolen, että en tee sellaisia väittämiä, jotka eivät olisi johdonmukaisia aineiston tai koko tutkimuksen etenemisessä. Toisin sanoen, tutkimuksen tulee puhua puolestaan ja oman ääneni tulee olla tutkijan ääni.

Laadullisella tutkimuksella ei voida pyrkiä täydelliseen totuuteen. Laadullinen tutkimus voi olla totta pragmaattisen totuusteorian mukaan, jolloin huomion kohteena on tiedon käytännöllinen seuraamus, uskomuksen toiminnallisuus ja hyödyllisyys. Lisäksi konsensukseen perustuvassa totuusteoriassa ajatellaan, että totuus voi syntyä ihmisten yhteisymmärryksenä. Teorianmuodostuksessa voidaan saavuttaa myös korrespondenssiteorian mukainen totuus, jossa väite on totta, jos se vastaa todellisuutta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 159–160.) Luotettavuuden ja etiikan kannalta läpinäkyvyys, selkeys ja mahdollisuus seurata tutkijan tekemiä valintoja sekä niitä johtopäätöksiä, johon hän päätyy, on oleellista. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 163–163) kirjoittavat, että tutkimuksen luotettavuuden arvioimiseksi on tärkeää listata tutkimuksen eri osat ja vaiheet, mutta luotettavuus arvioidaan kuitenkin lopulta tutkimuksen kokonaisuudesta ja kokonaisuuden koherenssista.

5 TUTKIMUSTULOKSET

5.1 Opiskelijoiden tuen tarpeet

Aiemmin olen esitellyt tutkimusten valossa opiskelijoiden hyvinvointiin yleisesti liittyviä haasteita, joita ovat erilaiset psyykkiset ongelmat, opintojen hidas eteneminen tai keskeytyminen sekä kiinnittymättömyys korkeakouluyhteisöön. Tässä luvussa tuon esiin, millaisina opiskelijoiden haasteet ja tuen tarpeet kuraattoreille näyttäytyvät. Kuraattorit näkevät työnsä kautta erittäin laajamittaisesti erilaisia haasteita, joita opiskelijoilla on ja joiden opiskelijat kokevat vaikuttavan elämäänsä ja opintoihinsa. Kuraattorit tunnistivat erityisesti korona-ajan hyvinvoinnille asettamat haasteet, mutta toisaalta kokivat, että opiskelijoiden hyvinvoinnissa on ollut haasteita jo ennen koronaa. Kuraattorityössä oli ymmärrys opiskelijoiden moninaisuudesta sekä opintopolkujen yksilöllisyydestä. Ajatusta stereotyyppisestä opiskelijasta ei ollut. Opiskelijoilla todettiin olevan haasteita ”laidasta laitaan” ja ”ettei koskaan tiedä, mitä ovesta tulee”.

Kuraattoreiden näkemykset siitä, miten opiskelijat voivat ja millaisia haasteita ja tuen tarpeita heillä on, syntyi paitsi oman työn kautta, myös yhteistyössä muiden opiskelijoita kohtaavien toimijoiden kanssa oman korkeakoulun sisällä ja laajemmissa verkostoissa. Molemmissa haastatteluryhmissä tuotettiin yhteisenä konsensusena näkökulma siitä, että suurin osa opiskelijoista voi hyvin ja kykenee suorittamaan opintojaan eteenpäin. Kuraattorit kokivat tärkeänä pitää yllä ajatusta siitä, että suurella osalla opiskelijoista mitään isompia haasteita ei ole. Kuitenkin kuraattorit nostivat esiin huolta siitä, miten syviä ja monisyisiä haasteita osalla opiskelijoista on ja miten huonosti osa heistä voi. Hyvinvoinnin haasteet koettiin lisäksi hyvin polarisoituneita siten, että hyvin pärjäävien opiskelijoiden elämäntilanne tai lähtökohdat opintoihin

olivat hyvin erilaiset kuin opiskelijoiden, joilla haasteita oli. Opiskelijoilla, joilla ilmeni erilaisia haasteita, oli usein taustalla erilaisia hankaluuksia ja huonoja elämäntilanteita pidemmältä ajalta.

– jotenkin semmoinen polarisoitunut se näkökulma on, että on ne opiskelijat, jotka porskuttaa ja voivat hyvin ja sitten he, jotka voivat huonosti. Niin ehkä siellä on niin kuin kumuloitunut paljon sellaista hyvinvoinnin vajeen taakkaa ja oppimiseen vajeen taakkaa. Kuraattori 1, ryhmä 1

Mäkin sanoisin kyllä, että nuo haasteet on tosi, tosi moninaisia ja mäkin yritän itseäni muistuttaa aina välillä siitä, että me nähdään kuraattoripalveluissa kuitenkin tosi pieni siivu niistä opiskelijoista, joita meillä opiskelee. Mut et sitten toisaalta, joo on niitä joilla menee hyvin, mutta jos seuraa vaikka noita KOTT-tuloksia tai muita, niin kyllähän se on aika huolestuttavaa, että todella moni ei voi ihan hirveän hyvin tässä ajassa. Kuraattori 2, ryhmä 2

Opiskelijoiden tilanteiden erilaisuus ja yksilöllisyys tunnistettiin, mutta haasteista keskusteltiin yksilötasoa laajempina ilmiöinä. Opiskelijoiden tilanne näyttäytyi usein hyvin monisyisenä siten, että erilaisten haasteiden kasaantuminen tai kokonaistilanteen kaoottisuus oli tavallista. Opiskelijoiden tilanteet olivat usein kriisiytyneitä, kun he tulivat kuraattorin vastaanotolle. Yksittäisiä haasteita ja tuen tarpeita tunnistettiin ryhmissä useita, esimerkiksi neuropsykiatrisia haasteita, erilaisia terveydellisiä huolia, taloudellisen tuen tarvetta, päihdeongelmia ja erilaisia vaikeuksia ihmissuhteissa, itsetuntemuksessa tai itsetunnossa. Yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemukset olivat yleisiä. Pidempään kuraattorityötä tehneet toivat esiin neuropsykiatristen haasteiden yleistymisen. Tämän he kokivat osittain selittyvän sillä, että aiheesta on enemmän tietoa ja keskustelua, jolloin opiskelijat tunnistavat haasteensa herkemmin ja hakevat niihin apua. Kuraattorit tai muu henkilökunta saattoivat kokea huolta yksittäisistä opiskelijoista, mutta opiskelijat kokivat myös itse huolta omasta tilanteestaan ja toivat esiin tuen tarvetta.

Oon tilastoinut vähän opiskelijoiden sanoin, miten ovat kuvanneet sitä tilannetta, niin kyllä siellä opiskelijat ihan käyttää sitä huoli sanaa itsekin. Huoli opinnoista, huoli jaksamisesta, huoli keskittymisestä...että sillä tavalla noissa pulmissa missä opiskelijat on lähestynyt minua, niin kyllähän siellä yhtenä isona ilmiönä on semmoinen jaksamisen pulmallisuus, mikä sitten voi ilmentyä vaikka siinä, että ei jotenkin jaksa niistä järjestelmistä hakea tietoa tai ei jotenkin pysy kärryillä siitä omasta urakasta. Erilaisia tilanteita. Kuraattori 1, ryhmä 2

Erityisesti molemmissa ryhmissä keskusteltiin opiskelijoiden psyykkisistä haasteista ja jaksamisesta. Psyykkisistä haasteista näkyivät yleisimmin eriasteinen ahdistus sekä kova kuormittuneisuus. Yksilötapaamisilla nousi usein esiin opiskelijoiden jopa äärimmäinen väsymys. Uupumisen taustalla kuraattorit pohtivat syitä toisaalta opiskelijoiden aiemmasta historiasta, toisaalta korkeakoulun rakenteista, kuten opintojen ja opiskelun vaatavuudesta ja itseohjautuvuudesta sekä vaikeuksista kiinnittyä yhteisöön. Moni kokee painetta menestyä, kun on opiskelupaikan saanut. Tällainen paine voi muuttua vahvoiksi sisäisiksi vaatimuksiksi itseä kohtaan, mikä voi olla yksi

syy uupumiseen. Lisäksi opiskelijoilla esiintyi negatiivista vertailua suhteessa muihin opiskelijoihin sekä tunnetta huonommuudesta.

Opiskelijat vertaa herkästi, että miten jollakin on mennyt. Et vaikka opiskelija sanoo, että mä oon jäljessä. Ja mä sitä, että et sä oo jäljessä, että mistä sä olet jäljessä? Sä oot sun omalla opintopolulla, sä teet sun omaa juttua täällä. Kuraattori 2, ryhmä 2.

Kuraattorit kokivat, että monesti avun hakemisen taustalla olivat opiskeluun tai oppimiseen liittyvät haasteet, joko yksinään tai yhdessä muiden asioiden kanssa. Opiskelun haasteet olivat monenlaisia ja saattoivat liittyä esimerkiksi opintojen etene- miseen, oppimiseen, motivaatioon, yksittäisiin vaikeisiin kursseihin tai tehtäviin, op- pimiseen, ajanhallintaan tai opintojen liialliseen kuormitukseen. Erityisesti kuraattorit liittivät erilaiset tuen tarpeet opintojen alkuvaiheeseen. Tiiviimpi tuki alkuvaiheen opinnoissa oli myös asia, jota kuraattorit kokivat tärkeänä kehittää. Kuraattorit koki- vat, että haasteet opinnoissa tai opiskelussa muodostuivat helposti laajemmin hyvin- voinnin haasteiksi, mikäli opiskelija ei saanut niihin tukea aikaisessa vaiheessa.

Kun opinnot ei etene, niin sitten sieltä tulee niitä epäonnistumisen kokemuksia ja sitten tulee taloudellisia haasteita. Ja sitten tavallaan kyky jotenkin johtaa sitä omaa opiskelua ei ehkä ole ihan sellainen mitä korkeakoulussa usein odotetaan, eli mennään sen lukujärjestyksen mukaan, mutta ei ehkä ole sitä ajatusta, että kuinka paljon sitä työtä pitää tehdä vielä sitten sen koulupäivän jälkeen tai siellä väleissä ja tulee sitä sellaista jaksamisen problematiikkaa. Kuraattori 3 ryhmä 2

Vaikeudet saattoivat kohdentua suoraan opintoihin tai opiskeluvaikeuksien taustalla oli muita syitä, kuten esiintymiseen tai sosiaalisiin tilanteisiin liittyviä pel- koja. Ryhmätyöt olivat joillekin opiskelijoille haaste sosiaalisten tilanteiden tai esiin- tymisen pelon vuoksi. Yksinäisille, omasta ryhmästään hieman ulkopuolisiksi jää- neille opiskelijoille ryhmätöiden haaste oli myös ryhmän muodostaminen, ellei opet- taja ohjannut tätä. Opiskelija, joka kokee itsensä ulkopuoliseksi, voi kokea hyvin stres- saavana tilanteen, jossa pitäisi itse löytää itselleen ryhmä. Kuraattorit kertoivat tällais- ten tilanteiden johtaneen jopa siihen, että opiskelija on keskeyttänyt kurssin.

Kuraattorit huomioivat sen, että opiskelijoilla voi olla merkittäviä haasteita omassa hyvinvoinnissaan ilman, että se näkyy opinnoissa ainakaan lyhyellä aikavä- lillä. Pedagogisen kentän toimijat pystyvät seuraamaan ja reagoimaan, kun opin- noissa tai niiden etenemisessä näkyy poikkeavuutta, mutta jos opiskelija suorittaa opintojaan odotetusti, hänen toisenlaiset tuen tarpeensa voivat jäädä huomiotta. Opis- kelija voi myös tarkoituksella pinnistellä niin, että pedagogisella kentällä ei hänen haasteitaan huomattaisi. Kuraattorit tunnistivat opiskelijoiden keskuudessa ilmiön, jossa opiskelija vähättelee tai peittää haasteitaan eikä esimerkiksi pidä omaa tilannet- taan riittävänä avun hakemiseen. Kokemus siitä, että kuitenkin jollain lailla pärjää, voi viivästyttää tai estää avun hakemista. Kuraattorien huoli oli erityisesti sellaisista opis- kelijoista, jotka eivät hae apua, vaikka heidän tilanteensa olisi hyvin vaikea. Avun tai

tuen tarpeeseen saattaa liittyä tunne epäonnistumisesta ja häpeästä, mikä vaikeuttaa avun hakemista. Toisaalta korkeakoulun kulttuuri saattaa vaatimuksillaan osaltaan vahvistaa sitä, että yksilön pitää kyetä suoriutumaan itsenäisesti.

Ryhmässä keskusteltiin siitä, että toisinaan opiskelija saattoi nähdä oman tilanteensa jopa epätoivoisena, mutta kun asiaa saatiin avattua, tarvittava ohjaus ja tuki saattoi joskus olla hyvinkin pientä. Pelkästään sillä, että opiskelija tuli kuulluksi ja kohdatuksi, saattoi olla merkittävä rooli opiskelijan hyvinvoinnin kannalta. Koettu haaste muuttui pienemmäksi, kun sen pystyi jakamaan ja miettimään askeleita eteenpäin. Kuraattorien näkökulmasta heidän työnsä oli toisinaan hyvinkin arkista, mutta opiskelijalle oli suuri merkitys saada tukea asiassaan. Kuraattorit keskustelivat lisäksi siitä, että myös yhteiskunta ja opiskelu korkeakoulussa muuttuvat ja opiskelijoiden kanssa työskentely edellyttää opiskelijan historian ja tilanteen ymmärtämistä sekä sitä, millaista opiskelu ylipäänsä on.

Nyt ja jatkossa, että ymmärtää, että mikä se opiskelijan tilanne, että mistä se on tullut ja mitä se tarkoittaa sitten opiskelun kannalta. Jotenkin ajan hermolla pysyminen siitä, että minkälaista on olla nykypäivän opiskelija, niin sekin on tosi tärkeätä, jotta se tuki ja ohjaus osuu sillä tavalla kuin se opiskelijan kannalta on tarpeen. Kuraattori 2, ryhmä 1

Vaikka kuraattorit toivat esiin huolta opiskelijoiden haasteiden yleisyydestä ja osalla opiskelijoista haasteiden syvyydestä, he kuitenkin kokivat korkeakouluissa tapahtuneen edistystä opiskelijoiden hyvinvointiin panostamisessa. Yleisesti korkeakouluilla on useampia hyvinvointitoimijoita, joista kuraattorit ovat vain yksi. Lisäksi myönteistä oli, että kuraattorien työtä ja opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämistä pidettiin tärkeänä heidän omassa korkeakoulussaan. Rakenteellisena haasteena hyvinvoinnin yhteisön kehittämiseksi nähtiin erityisesti tehokkuuden ja tuottavuuden vaatimukset.

5.2 Kuraattorityö opiskeluhyvinvoinnin palveluna

Haastattelemiani kuraattoreita yhdisti sosiaalialan koulutus ja työtausta. Kuitenkin haastateltujen välillä oli paljon eroja esimerkiksi työnimikkeissä ja siinä, kuinka pitkään kuraattorityötä on kyseisessä korkeakoulussa tehty. Työn käytännöt sekä se, minkälainen opiskeluhyvinvointi korkeakoulussa muutoin oli tai minkälaisiin rakenteisiin kuraattorityö kiinnittyi, vaihteli paljon. Koska korkeakoulut voivat järjestää opiskeluhyvinvoinnin palvelut itsenäisesti ja haluamallaan tavalla, myös kuraattorityö on jokaisessa korkeakoulussa omanlaistaan. Tämä koettiin toisaalta haasteena työn vakiintumisen ja ammatillisen yhtenäisyyden ja vahvistumisen kannalta. Kuraattorit tiedostivat, että ymmärrys heidän ammatistaan on jossain määrin vähäisempi kuin ymmärrys siitä, mitä terveydenhoitaja, opintopsykologi tai opinto-ohjaaja tekee.

Palvelun koettiin tarvitsevan riittävästi vuosia sekä erilaisia yhteistyön muotoja ja malleja, että riittävä tietoisuus, tunnettavuus ja luotettavuus saavutetaan. Toisaalta vapaus muotoilla palvelua itselle ja omalle korkeakoululle sopivaksi koettiin vahvuutena. Lisäksi korkeakoulut ovat keskenään niin erilaisia, että yhtenäinen palvelumuotoilu nähtiin haastavana.

Osa kuraattoreista teki kuraattorityötä osan työajastaan, osalle se oli ainoa toimenkuva. Kuraattorien työnkuvaan vaikuttaa jossain määrin se, keitä muita hyvinvoinnin toimijoita korkeakoulussa on tai miten opiskeluhuvinvoinnin palvelut kokonaisuutena järjestetään. Esimerkiksi, jos korkeakoulussa on erityisopettaja ja opintopsykologi, kuraattorin työnkuvassa näkyy vähemmän oppimisen ja opiskeluun liittyvää työtä kuin jos nämä toiset toimijat puuttuvat. Kuraattorityön haasteina oli se, että joillakin korkeakouluilla on useita kampuksia, jolloin kuraattorin on vaikea olla kaikkien saatavilla tasapuolisesti. Lisäksi monimuoto- ja verkkopainotteiset opinnot tarkoittavat, että opiskelijat voivat asua missä päin tahansa ja osa käy fyysisesti korkeakoulussa hyvin harvoin. Pääsääntöisesti kuraattoripalvelu suunnattiin alemmaa tutkintoa suorittaville opiskelijoille ja osa kuraattoreista rajasi esimerkiksi avoimen AMK:n opiskelijat palvelun ulkopuolelle. Yhteistä kaikille oli palvelun maksuttomuus, vapaaehtoisuus ja luottamuksellisuus.

Yleisimmin kuraattorin asiantuntijuuteen liitettiin sosiaalialan näkökulma, kokonaisvaltainen näkemys hyvinvoinnista, psykososiaalinen tuki sekä verkostotyö. Kuraattoripalvelun keskeisinä elementteinä pidettiin palvelun matalaa kynnystä sekä ennaltaehkäisevää luonnetta. Kuraattorien näkemys oman palvelunsa vaikuttavuudesta perustui osittain siihen, että kuka tahansa opiskelija saattoi tulla tapaamaan kuraattoria käytännössä minkä tahansa huolen, murheen, haasteen tai kysymyksen kanssa. Kuraattorit antoivat myös konkreettista apua, esimerkiksi auttoivat täyttämään sosiaaliturvaan liittyvän hakemuksen tai varaamaan ajan toiseen palveluun. Kuraattorien toiveena oli, että opiskelijat hakisivat tukea mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ja että kuraattoria voisi tavata, vaikka varsinaisia ongelmia ei olisikaan. Ennaltaehkäisevään, matalan kynnyksen tukeen pyrittiin luomalla kuraattoripalveluun tuttuutta ja tunnettavuutta sekä tekemällä kuraattoripalvelusta näkyvä osa yhteisöä. Monikanavainen viestintä oli tärkeä osa tätä. Opiskelijoiden haluttiin kokevan, että kuraattori on heidän saatavillaan.

Siinä kun opiskelijat meille (korkeakouluun) tulee, niin käydään esittäytymässä kaikille uusille ryhmille ja yritetään tuoda myös sitä näkökulmaa, että voi vähän niin kuin ennakoivasti tulla, että jos tunnistaa, että esimerkiksi aikaisemmassa opiskeluhistoriassa on tapahtunut joitakin tiettyjä asioita, onko se jännittämiseen liittyviä tai sosiaaliin suhteisiin, tai tahtoo vähäsen aloittamisen vaikeutta olla, niin kannattaa jo ihan hyvissä ajoin lähteä miettimään, että mitä työkaluja löytyisi. Kuraattori 1, ryhmä 1

Itse ajattelen, että se vaatii sitä semmoista niinku jalkautumista ja naaman esittelyä, että se rima pikkuisen mataloituu sen suhteen, että pystyy opiskelija itse ottaa matalammalla

kynnyksellä yhteyttä, koska ei voi auttaa jos ei tiedä että joku on avun ja tuen tarpeessa. Kuraattori 2, ryhmä 1

Kaikki kuraattorit tekivät yksilötyötä ja kuvasivat tämän vievän suurimman osan työajastaan. Kuraattorit kokivat sen kertovan työn tarpeesta, että yksilöajat täytyivät ja niitä peruttiin harvoin. Yksi kuraattoreista luonnehti, että ”aina on joku tulossa käymään”. Kuraattorit tapasivat opiskelijoita korkeakoulun tiloissa sekä tarvittaessa etäyhteyksin. Yksilötyön rinnalla oli muunlaista ketterää, enemmän tai vähemmän vakiintunutta toimintaa, jolla vastattiin sen hetkisiin tarpeisiin, kehitettiin työtä ja luotiin yhteistyötä. Kuraattorityön sisällöiksi mainittiin yhteisötyö sekä verkostotyö. Lisäksi työn kerrottiin sisältävän esimerkiksi pienryhmätoimintaa, hyvinvointiin liittyvien vapaavalintaisten kurssien opettamista sekä materiaalien tuottamista opiskelijoille ja henkilökunnalle. Kaikille opiskelijoille suunnattua toimintaa olivat esimerkiksi Instagramin livelähetykset, podcastit, chatit tai drop in -tyyppinen toiminta sekä erilaiset tapahtumat. Näkyvyydellä ja tunnettavuudella pyrittiin siihen, että kuraattorit nähtäisiin tavallisina, luotettavina ja turvallisina työntekijöinä, joita pystyi lähestymään millä tahansa asialla. Opiskelijoiden tarpeeseen haluttiin pystyä vastaamaan tarkoituksenmukaisesti ja oikea-aikaisesti.

Et tavallaan semmoinen saavutettavuus, helposti saatavuus on varmaan se juttu, mikä ehkä pitäisi olla semmoinen automaattinen, kun mietitään sitä matalaa kynnystä ja ennaltaehkäisevää tukea. Ja siihenkin se resursointi, että ei ole silleen, että ensimmäinen aika menee vaikka jonkin kuukauden päähän, vaan jotenkin ketterästi voitaisiin jo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa tarttua sen opiskelijan tilanteeseen, ohjata eteenpäin. Kuraattori 3, ryhmä 1

Oman koulun sisällä järjestettävä palvelu, jonne pääsee tarvittaessa nopeastikin ja jossa ymmärretään korkeakoulu ympäristönä sekä opintoihin liittyvät vaatimukset, voi olla hyvin merkityksellinen tukimuoto. Matalan kynnyksen tuki tarkoittaa lisäksi sellaisiakin kohtaamisia, jossa voidaan keskustella sillä hetkellä mielessä olevista asioista, hyvistä ja huonoista, opiskelijan omien toiveiden pohjalta.

Tunnistan semmoisen opiskelijaryhmän myös, jotka niinku... Että tavallaan heillä on aika pitkästi hoidollista historiaa. Saattaa olla terapiat ja kaikki ja sitten tunnistaa sen, että heillä on jonkinlainen tarve sellaiselle matalan kynnyksen tuelle, ei välttämättä hoidolliselle interventiolle, vaan ihan vaan semmoselle, että voi puhua jollekin tolkun ihmiselle jotain omia asioitaan. Kuraattori 2, ryhmä 2

Kumpikin haastateltu ryhmä kävi keskustelua haasteiden ennaltaehkäisemisen tärkeydestä ja näki kuraattoripalvelun tärkeänä osana sitä, että opiskelijoiden haasteet eivät syvene. Laajemmin tämä nähtiin osana välittävän ilmapiirin luomista, jolla voidaan edistää avointa, hyvinvoivaa kulttuuria korkeakouluissa. Ennaltaehkäisevään, kaikille suunnattuun yhteisölliseen työhön toivottiin olevan enemmän resursseja, että opiskelijoiden tilanteet eivät vaikeutuisi tai jopa kriisiytyisi. Hyvinvoinnin teemojen ylläpitäminen ja näkyminen koettiin myös koko yhteisön ilmapiiriä ja

toimintakulttuuria edistävänä sekä sen koettiin laskevan kynnystä tuen hakemiseen. Yksin pärjäämisen kulttuuria haluttiin purkaa ja toisaalta normalisoida tilanteita, joissa on tarvetta tukeen.

5.3 Kuraattorin tarjoama tuki

5.3.1 Kuraattorin tuki yksilötyössä

Korkeakouluissa on lukuisia eri toimijoita, kuten opettajia ja opinto-ohjaajia, jotka kohtaavat opiskelijoita jatkuvasti ja osallistuvat opiskelijoiden tukemiseen. Opiskelijalle voi kuitenkin olla toisinaan liian vaikea lähestyä opetushenkilöstöä eikä heillä toisaalta ole aina ammatillista osaamista, saati mahdollisuuksia työnkuvassaan opiskelijan kohtaamiseen ja tukemiseen muutoin kuin opintojen osalta. Kuraattorilla on erityinen rooli ja mahdollisuus pysähtyä opiskelijoiden kanssa heidän asioidensa äärelle ennaltaehkäisevästi tai silloin, kun tilanne on jo monella tavalla kriisiytynyt. Kuraattoreiden opiskelijoille tarjoama tuki perustuu pitkälti keskusteluun ja vuorovaikutukseen. Lisäksi kuraattorit käyttävät erilaisia työmenetelmiä. Kuraattorit kertoivat auttavansa konkreettisissakin asioissa, kuten sosiaalietuuksien hakemisessa, YTHS:n ajanvaraamisessa tai kurssitehtävässä. Kuitenkin opiskelijan psykososiaalinen tukeminen erilaisin keinoin on kuraattorityön merkityksellisin ydin, jonka kuraattorit tunnustivat keskeiseksi työssään. Psykososiaalisella tuella kuraattorit viittasivat esimerkiksi toivon antamiseen, rinnalla kulkemiseen, vaihtoehtojen miettimiseen, voimavarojen löytämiseen, tunnetyöskentelyyn ja empaattiseen kuuntelemiseen.

Suurin osa kuraattoreista yhdisti oman työnsä asiantuntijuuden sosiaalialaan ja koki kuraattorityön korkeakoulujen sosiaalityönä. Vaikka kuraattorit kokivat, että heillä oli selkeä oma asiantuntijuutensa ja osaamisalueensa, he eivät rajanneet sitä, missä tilanteissa opiskelija sai heitä tavata. Kuraattorit halusivat välttää ongelmakeskeyttä ja osa kuraattoreista pyrki välittämään sellaista viestiä, että jos opiskelija ei tiedä keneen ottaa yhteyttä, voi ottaa yhteyttä kuraattoriin. Näin opiskelijoiden ei tarvitse miettiä esimerkiksi ”riittävätkö kriteerit ottaa yhteyttä kuraattoriin”. Kuraattorit kokivat omana tehtävänä ottaa opiskelijat vastaan tilanteessa kuin tilanteessa ja tarpeen mukaan ohjata heitä eteenpäin heidän tarvitsemiensa palveluiden piiriin. Palveluohjaus ja neuvonta nimettiin kuraattorien tehtäviksi molemmissa haastatteluryhmissä. Työssä tarvittavia verkostoja kuvattiin laajoina, sillä opiskelijat saattoivat tarvita ohjausta ja neuvontaa hyvin erilaisissa asioissa liittyen opiskeluun, talouteen tai perheen asioihin. Verkostojen, palveluiden ja ympäristön tuntemus oli siten osa ammattitaitoa. Erilaisten haasteiden ja huolipuheen lisäksi kuraattorit mainitsivat keskustelewansa opiskelijoiden kanssa paljon myös vapaa-aikaan,

harrastusmahdollisuuksiin, korkeakoulun toimintaan sekä asuinalueen tai kaupungin palveluihin ja tapahtumiin liittyvistä asioista.

Vahva näkemys oli siitä, että kuraattoria voi tulla tapaamaan ja tutustumaan kuraattorityöhön silloinkin, kun opiskelijalla menee hyvin. Korkeakouluopiskelijat itse toivovat matalan kynnyksen tukea oppilaitoksissa ja matalan kynnyksen toimintatavat on todettu tärkeiksi avun hakemista edistäviksi tekijöiksi (Korkeamäki ym. 2023, 55). Osa opiskelijoista hakeutuikin kuraattorin luo ennaltaehkäisevästi tilanteessa, jossa erityisiä haasteita ei ollut, vaan tarkoitus oli enemmänkin kuraattoriin tai palveluun tutustuminen. Tällöin tapaamisella käsiteltiin esimerkiksi opiskelijan aiempia haasteita ja elämäntapahtumia sekä opintoihin liittyviä toiveita ja pelkoja. Näin opiskelijalla on matalampi kynnyks lähestyä kuraattoria myös silloin, jos hän kohtaa suurempia vaikeuksia. Toisessa ryhmässä tuotiin esiin sekin, että kuraattorin luo voi tulla jakamaan myös ilon ja onnistumisen tunteita ja kokemuksia. Kuraattori saattoi näin olla rinnalla kulkija sekä vaikeina että hyvinä aikoina.

Molemmassa haastatteluryhmissä käsiteltiin sitä, että tuen tulee jatkua niin pitkään kuin se on tarpeen. Esimerkiksi käyntimääriä ei yleensä rajattu. Opiskelijalla saattoi olla jokin yksittäinen asia, johon hän toivoi apua kertaluontoisesti. Kuraattorit kokivat, että heidän kauttaan mahdollistuu tarvittaessa pidempikin tuki ja jotkut opiskelijat ovat palvelun piirissä pitkäaikaisesti, jopa koko opiskeluajan. Yksi kuraattorin rooleista oli kannattelijan rooli. Matthies ym. (2021, 197-198) kirjoittavat aikuissosiaalityöhön liittyen, että työskentelyllä voidaan pyrkiä eteenpäin tai antaa asiakkaalle huolenpitoa ja tukea siihen, että tilanne säilyy ennallaan. Kuraattorit eivät kokeneet työtään hoidollisena, mutta saattoivat säännöllisillä tapaamisilla kannatella opiskelijaa, jolla oli psyykkisiä haasteita. Tällaisella säännöllisellä ja usein pitkäaikaisella tuella kannateltiin opiskelijaa niin, että opiskelijan ongelmat eivät syventyneet ja hän kykeni suoriutumaan opinnoistaan. Kuraattorit tunnistivat työssään esimerkiksi sellaiset opiskelijat, joilla on ollut erilaisia tukimuotoja elämässään pitkään ja joilla on jatkuva tai toistuva tarve matalan kynnyksen tukeen. Toisinaan kannattelua tarvittiin sen vuoksi, että opiskelija ei päässyt ensisijaisesti tarvitsemansa palvelun piiriin, palveluun pääsyssä oli pitkä viive tai opiskelijalla oli tarve lisätuelle esimerkiksi psykiatrisen sairaanhoitajan tapaamisten välissä. Tällaisia tilanteita aiheuttivat esimerkiksi YTHS:n ruuhkaisuus tai muun palvelujärjestelmän haasteet.

-- melkein voisi sanoa, että viimeisen vuoden aikana ollut, että myös monelle semmoinen kannatteleva tukimuoto. Eli meillä on ollut tosi ruuhkautunut YTHS ja sitten taas meidän kunnallinen ei mielellään sitten... että ohjaavat YTHS:lle, koska ovat opiskelijoita. Ja sitten taas YTHS ei vedä erikoissairanhoidon suuntaan. Kuraattori 3, ryhmä 2

Mutta kyllähän meillä varmaan näyttäytyy se, että meillä on esimerkiksi mielenterveyspalvelut ja YTHS, siellä on hirveät ruuhkat. Meillä on kunnan palveluihin todella vaikea päästä. -- sosiaalialan työssä varmaan aika luonnollistakin ikävä kyllä on, että sitä terveydenhuollon vajetta monesti sitten sosiaalialan kentällä paikkaillaan. Kuraattori 3, ryhmä 1

Tuen tarvetta ei voi aliarvioida sen vuoksi, että kohderyhmän edustajat ovat aikuisia. Esimerkiksi Keltikangas-Järvinen (2008, 2019) toteaa, että lapsen ja aikuisen fyysiloginen stressireaktio on samanlainen. Aikuisella on psyykkisesti enemmän keinoja käytössään stressin hallinnassa, mutta esimerkiksi jännittävässä uusissa tilanteissa aikuinen turvautuu samaan keinoon kuin lapsi; toiseen aikuiseen. Kuraattorit voivat olla opiskelijoille niitä turvallisia aikuisia, jotka mahdollistavat, rohkaisevat, kohtaavat, kuuntelevat ja ohjaavat silloin, kun sitä tarvitaan. Kuraattorit kokivat, että opiskelijoille on suuri apu jo siitäkin, että heidät kohdataan ja he saavat kertoa asioistaan. Kuraattorit kokivat, että yhteinen keskustelu antaa tilanteelle oikeanlaiset mittasuhteet ja tämä voi helpottaa opiskelijan kokemaa hätää tilanteestaan. Toisen henkilön ulkopuolinen näkökulma voi selkeyttää tilannetta ja auttaa hahmottamaan vaihtoehtoja. Alho (2021, 73) kirjoittaa, että ratkaisuvaihtoehtojen pohtiminen saattaa sekä auttaa ymmärtämään paremmin itse ongelmaa, että synnyttää uusia ratkaisuvaihtoehtoja.

--semmoinen niin kun tukihenkilö sille että hei, minä olen tässä sinun kaverina ja apuna ja tukena, mutta päätät sinä, ja tässä on nämä vaihtoehdot, että huomaatko, että sinulla on myös tällainen ja tällainen vaihtoehto. Koska hyvin monesti varsinkin nämä, jotka on jotenkin jumissa tai väsyneitä, niin heillä on hyvin semmoinen putkinäkö. Kuraattori 2, ryhmä 1

Opiskelijahuollon sosiaalityössä opintojen etenemisen haasteet liittyvät usein laajempaan elämäntilannetta koskeviin kysymyksiin. Mikäli opiskelijan ongelmia tulkitaan ensisijaisesti oppimisvaikeuksia, tilanne määrittyy oppimisdiskurssin kontekstissa ja näkökulma painottuu pedagogisiin kysymyksiin (Perttula 2021, 91). Kuraattorit pitivät omassa työssään tärkeänä kokonaisvaltaista näkemystä hyvinvoinnista. Tällöin esimerkiksi opintoihin liittyviin vaikeuksiin voitiin hakea syitä myös aiemmista kokemuksista, uupumuksesta ja elämäntilanteen selvittämisestä. Opiskelijan elämäntilanteen laajempi ymmärrys nähtiin mahdollisuutena muutokselle. Kuraattorit tunnistivat hyvin opiskelijoiden erilaisia tilanteita ja näkivät tärkeäksi keskustelun siitä, miten esimerkiksi työssäkäyntiä tai perhearkea sovitetaan yhteen opintojen kanssa. Kuraattorit kokivat, että heidän työssään kuuluu huomioida muun elämän vaikutusta opintoihin ja sitä, miten erilaisista lähtökohdista ja elämäntilanteista opintoja aloitetaan. Opiskelu tapahtuu ”keskellä elämää”. Psykososiaalinen tuki käsittää myös opiskelijan oman kasvun tukemisen. Korkeakouluopintojen katsottiin elämänvaiheena olevan sellainen, että opiskelija kaipaa tukea.

Mä uskon, että se varmasti näkyy muillekin, että tämä elämänvaihe on myös semmoinen, että hyvin, hyvin helposti ne vanhat kriisit sieltä jotenkin puskee läpi. Muutetaan ehkä ensimmäistä kertaa pois kotipaikkakunnalta ja mennään vähän pidemmälle, aletaan niinku vähän peilaamaan sitä, että miten se mun elämä onkaan mennyt ja huomataankin, että siellä onkin jotain jäänyt käsittelemättä tai muuta. Kuraattori 3, ryhmä 2

Niin ja se sitten olipa kyse nyt nepsystä tai mielenterveyden haasteista tai mistä vaan. Kun mä ajattelen, että kun joku asia on sinulle uusi, niin tarvitset tukea alkuun ja sitten, no mä oon aina sanonut, että kaikkien meidän on opittava elämään itsemme kanssa ja meillä kaikilla on jotain mikä on meille haasteellista. Ja sitten tuen ja elämäkokemuksen myötä

yleensä jossakin vaiheessa huomaa, että hyväksyy sen, että tällainen minä olen ja näillä mennään ja ymmärtää sen, että ei mun tarvitsekaan itse pärjätä. Kuraattori 2, ryhmä 1

Korkeakoulun muihin toimijoihin nähden kuraattorit kokivat oman roolinsa olevan puolueettomin. Kuraattorit kokivat kohtaamiset opiskelijoiden kanssa tasavertaisina eivätkä pyrkineet muuttamaan opiskelijan mieltä, antamaan suoria neuvoja tai asettamaan tavoitteita opiskelijoiden puolesta. Kuraattorit korostivat opiskelijan kanssa yhteistä keskustelua, yhdessä pohtimista ja opiskelijan ratkaisujen ja tavoitteiden tukemista, vaikka ne olisivat ristiriitaisia korkeakouluopintojen kanssa. Korkeakoulu on tavoitteellinen ympäristö ja koulun tavoitteena on opiskelijoiden valmistuminen. Vaikka opintopolut todellisuudessa ovat varsin yksilöllisiä, opiskelijoilla voi olla kova paine suorittaa vaaditut kurssit vaaditussa tavoiteajassa, vaikka se ei tuntuisi mielekkäältä tai saavutettavalta. Opiskelijoita tuettiin ja ohjattiin löytämään oma opintopolkunsu ja sanoitettiin ympäristön turvallisuutta esimerkiksi siten, että kurssit toistuvat ja ei ole hätää, vaikka opinnoista ei suoriutuisi tavoiteajassa. Kuraattorit kokivat, että heidän roolissaan oli mahdollista olla täysin opiskelijan puolella ja auttaa pohtimaan esimerkiksi opintojen keskeyttämistä vaihtoehtona, mikäli opiskelija sitä toivoi.

-- että kuraattori on se, jonka on ihan ok sanoa, että hei, jos sinusta tuntuu, niin pidät taukoa opiskelusta, voit erota. Että jos et oikeasti halua tätä niin sinä voit myös valita niin että sanot, että kiitos tämä riitti ja sitten mietitään että no mitä seuraavaksi. Että tavallaan, se semmoinen ihminen, joka on täysin sen opiskelijan puolella. Kuraattori 2, ryhmä 1

Perttula (2021, 91) kirjoittaa opiskelijahuollon sosiaalityöstä, että joissain tilanteissa sosiaalityöntekijä voi auttaa opiskelijaa eroamaan oppilaitoksesta ja löytämään paremmin tarpeitaan vastaavan työ tai koulutuspaikan. Tämä voi olla vastoin koulutuksen politiikan hallinnan eetosta, mutta edustaa sosiaalityöntekijän ammattieettistä harkintavalta ja positiota rinnalla kulkijan tai tukijan roolissa.

Ryhmissä keskusteltiin siitä, että opiskelu ja valmistuminen on mahdollista erilaisissa haastavissa tilanteissa ja isompienkin haasteiden kanssa, kun tarjolla on riittävästi tukea. Keskusteluissa korostui näkemys siitä, että esimerkiksi vaikeudet opiskelussa eivät saa olla este, vaan oikeanlaista tukea voidaan miettiä yhdessä opiskelijan ja pedagogisen kentän kanssa. Kuraattori pystyi kertomaan opettajalle opiskelijan tilanteesta yhdessä opiskelijan kanssa, mikäli kynnyks lähestyä opettajaa suoraan oli opiskelijalle liian korkea.

On opiskelijoita, jotka jotenkin kokee, kun ne opiskelut sitten ei jotenkin ole edenneetkään, tehtäviä on jäänyt rästiin, niin siinä tulee semmoinen aika vahva häpeän ja epäonnistumisen tunne ja siitä lähtee se, että mitähän se opettaja ajattelee tai sitten se että kyllä ne kaikki muut mutta minä en. Minä olen se tyhmä osaamaton ja sitten siinä alkaa tulla se, että ei oikein uskalla sille opettajalle ehkä suoraan sanoittaa niitä omia haasteita, niin sitten jotenkin se kuraattori on siinä välissä, että se on vähän niinku ulkopuolella ja toisaalta hän ei myöskään ole siinä pedagogisessa kentässä, että siinä ei tule sitä arvoasetelmaa. Kuraattori 1, ryhmä 1

Erilaisia tukimuotoja ja mahdollisuuksia on paljon ja kuraattori saattoi olla sil-lanrakentaja opiskelijan ja pedagogisen kentän välillä, että opiskelijaa tukevat ratkai-sut löytyvät. Perttula (2021, 86) nostaa esiin ilmiön, jossa nuoren elämänkulussa tois-tuu erilaisten opiskeluyritysten, työkokeilujen tai muiden työvoimapolitiittisten toi-menpiteiden kiertokulku ilman pitkäaikaista ja kestävä kiinnittymistä opintoihin tai työhön. Riittävä tuki korkeakoulussa voi mahdollistaa opiskelijan kiinnittymisen opintoihinsa ja tutkinnon suorittamisen. Kuraattorit saattoivat antaa tukea opiskelu-taitojen kehittämiseen tai auttaa opiskelijaa muulla tavoin opinnoissa. Opintojen ja opiskelun tukeminen erottaa korkeakoulun kuraattorityön alempien asteiden kuraat-torityöstä, sillä alemmilla asteilla opiskelijoille on tarjolla erityisopetusta ja tukiope-tusta sekä opintopsykologin palvelut. Korkeakouluissa näin ei aina ole, mutta opiske-lijoiden tuen tarve ei häviä mihinkään toiselta asteelta korkeakouluihin siirryttäessä.

Opiskelijan kannustaminen ja uskon lisääminen opiskelijan omiin kykyihin näh-tiin tärkeänä. Kuraattorit puhuivat esimerkiksi "voimavarojen hoksauttamisesta" opiskelijalle itselleen. Psykososiaalisen tuen merkitys on suuri, sillä sen avulla voi-daan tukea opiskelijan joustavuutta, itsemyötätuntoa sekä minäpystyvyyttä, jotka Postareff ym. (2021, 40) mainitsevat erilaisissa haasteissa auttaviksi tekijöiksi. Haas-tatteluissa en erikseen kysynyt esimerkiksi kuraattorien työn arvomaailmasta, mutta keskusteluissa välittyi aito halua kohdata ja auttaa opiskelijoita.

Onko se jotenkin tässä ajassa, se semmoinen niinku yksilönä näkymisen tai kohtaamisen tarve, että juuri minut joku näkee, juuri minut kuulee ja joku, joka ottaa sen minun asian tärkeänä, eikä sellaisena että nyt niskasta kiinni ja ei kun vaan tekemään. Vaan ehkä se ajan antaminen ja pysähtyminen tässä kiireessä, kiireisessä ajassa, jotenkin on sellaista, mitä opiske-lijat kyllä arvostaa. Kuraattori 1, ryhmä 1

Kuraattorit keskustelivat niistä paineista, joita opiskelijat itselleen asettavat ja näiden tarkastelusta ja purkamisesta. Opiskelijoiden kokemia haasteita ei mitätöity tai pidetty vähäpätöisinä, vaan enemmänkin normalisoitiin opiskelijoiden erilaisuutta, erilaisia haasteita ja elämäntilanteita. Tuen tarvetta tarkasteltiin tavallisena, arkisena asiana.

Mikä minusta on tärkeää, juurikin se, että varsinkin tästä avunsaamisen näkökulmasta mei-dän on tärkeätä poistaa juuri näitä raja-aitoja siinä, että ei tarvitse olla epäonnistunut. Ei tarvitse kokea häpeää siihen, että tulee ja hakea apua. -- niin tavallaan myös näiden tilantei-den niin kuin normalisoimisesta, että on ihan normaalia kuormittua. Kuraattori 3, ryhmä 2

Omalta osaltaan kuraattorit auttoivat opiskelijaa peilaamaan sitä, miten tärkeitä esimerkiksi kurssiarvosanat ovat sekä hahmottamaan, miksi ne ovat opiskelijalle mer-kityksellisiä ja mitä vaatavuuden taustalla on. Haasteiden normalisointi ja negatiivisen vertailun purkaminen saattoi tapahtua yksilötyössä tai opiskelijoiden kesken kuraat-torin fasilitoimassa toiminnassa, jossa opiskelijat pääsivät jakamaan omia kokemuksi-aan ja kuulemaan toisten kokemuksia.

5.3.2 Kuraattorin tuki yhteisölle

Ryhmissä keskusteltiin paljon korkeakoulusta yhteisönä, keinoista tämän yhteisön tukemiseksi sekä yhteisöllisen työn merkityksestä. Osa kuraattoreista koki, että työn painopisteen tulisi olla lähempänä yhteisöllistä työtä yksilötyön sijaan. Yhteisön tukemisen tarkoituksena oli yhteisön ja kaikkien siihen kuuluvien jäsenten hyvinvoinnin ja yhteyksien edistäminen. Haastattelemani kuraattorit olivat tiukasti kiinni oman korkeakoulunsa yhteisöissä ja heidän työssään oli rakenteellinen ulottuvuus. Yhteisöä tukevia työmuotoja olivat esimerkiksi yhteisöllinen opiskelu, pienryhmät, työpajat, infot ja luennot sekä erilaiset yhteisölliset tapahtumat. Lisäksi useat kuraattorit osallistuivat korkeakoulun strategiseen kehittämistyöhön opiskeluhyvinvoinnin osalta. Yhteisön tuki näkyi lisäksi rakenteellisena työnä siten, että hyvinvointia haastavia rakenteita pyrittiin yhteistyöllä tuomaan näkyviksi ja muuttamaan. Kuraattorit kokivat, että heidän tehtävänä oli myötävaikuttaa opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämiseen koko yhteisössä sekä tuoda esiin oman työnsä arvoja.

Olisiko tämä (yhteisöllinen) työ tärkeämpää kuin se, että mä tapaan yksittäisiä opiskelijoita. Sitten kun tiedetään tämän yhteisöllisyyden kokemuksen voima, että jos sitä on niin se sitä pitovoimaa lisää, jos sitä ei ole, sitä tunnetta et mä kuulun tähän porukkaan, tähän kouluun, edes tähän kaupunkiin, niin mitä se tarkoittaa opintojen edistämisen kannalta. Kuraattori 1, ryhmä 2

Kuraattorien työnkuva muuttui ja muokkaantui kuraattorien itsensä sekä toisaalta koulun tarpeiden ja resurssien mukaan. Kuraattorit kokivat oman työnsä joustavana ja työllä pyrittiin vastaamaan nouseviin tarpeisiin ja toiveisiin. Työn sisältö muutti muotoaan sekä kuraattorien omien havaintojen että yhteisön toiveiden mukaan. Kuraattorit mainitsivat yhteistyöstä esimerkiksi opettajien, tutoropettajien, opinto-ohjaajien, opintopsykologien sekä erilaisten hyvinvointiin, ohjaukseen tai suunnitteluun liittyvien työntekijöiden kanssa. Yksi kuraattoreista luonnehti jokaisen toimijan kohtaavan opiskelijoita omasta viitekehystänsä ja osaamisestaan käsin. Palvelujärjestelmien, verkoston ja toimijoiden tuntemus nähtiin oleellisena osana kuraattorin asiantuntijuutta ja sitä ammattitaitoa, jota kuraattorit pystyvät tuomaan opiskelijoiden ja muiden toimijoiden käyttöön.

Mä nyt puhun tästä sosiaalialan asiantuntijuudesta ja meidän ammattitaidosta, mikä kuraattoripalveluissa varmasti näkyy, että mun mielestä se (palveluohjaus) on tärkeää osaamista korkeakoulu-yhteisöissäkin. Ja ymmärtämistä siitä, että me ollaan myös niitä asiantuntijoita tunnistamaan palvelutarpeita opiskelijoilla ja ehkä ohjaamaan sitten oikeiden riittävien tarpeiden mukaisten palveluiden piiriin, oli ne sitten täällä korkeakoulujen sisällä tai sitten meidän verkostoissa. Kuraattori 3, ryhmä 1

Kuraattorit kokivat, että kaikilla toimijoilla on paikkansa opiskeluhyvinvoinnin kentällä ja moniammatillisuus mahdollisti opiskelijoiden tukemisen erityisesti tilanteissa, joissa ongelmat ovat monisyisiä tai vakavia. Alhon (2021, 79) mukaan

kollektiivista tiedon muodostusta edistää se, että osapuolia motivoi yhteinen ongelma tai huoli jonkun asian hoidosta. Omana roolinaan kuraattorit kokivat tarjota sosiaalialan asiantuntijuutta ja näkökulmaa muiden toimijoiden käyttöön. Opetushenkilökunta otti yhteyttä kuraattoreihin erilaisista haastavista tilanteista. Ilman opiskelijan suostumusta konsultointi on anonyymiä.

Ryhmissä nousi esiin myös se, että kuraattorien oli tärkeää kuulla niitä havaintoja, mitä pedagogisella kentällä tehtiin opiskelijoista ja opiskelijaryhmistä. Varhaisen tuen kannalta on tärkeää, että kuraattorit saavat tietoa opiskelijoiden haasteista hyvissä ajoin. Näin kuraattorit pystyivät järjestämään sellaista tukea, joka vastaa useamman opiskelijan haasteisiin, kuten tukemaan ryhmäytymistä tai tarjoamaan yhteisöllistä opiskelua. Muuta henkilökuntaa pidettiin ensiarvoisen tärkeänä siinä, että opiskelijoita ohjattiin kuraattorille tarpeen mukaan ja tuotiin kuraattorin tietoisuuteen huolia esimerkiksi opiskeluilmapiiriin liittyen.

Kun oma tietotaito ei (muilla toimijoilla) riitä, niin sitten opastetaan ja saatetaan se opiskelija sitten seuraavaan toimijan luokse...meidän opettajat on ihan huipussa roolissa näkemään opiskelijoiden haasteita tai muuta, että opintosuorituksia ei synny tai tunnilla tulee jotakin sellaista, mikä sitten aiheuttaa huolta. Kuraattori 3, ryhmä 2

Kuraattorit tukivat lisäksi pedagogista kenttää erilaisten opiskelijoiden huomioidemisessa sekä opiskelijoita ja opettajia soveltuvien yksilöllisten järjestelyjen löytymisessä. Kuraattorit kokivat, että opiskelijoiden opinnoissa tarvitsema tuki on yleistä ja tuen järjestämiseen tarvitaan nykyistä enemmän keinoja.

Se on varmaan semmoinen, yleisesti korkeakoulussa tulevaisuuden mietintää, että miten nämä erilaiset oppijat oikeasti huomioidaan ja heille mahdollistetaan oikeasti se saavutettava opiskelu ja oikeasti se riittävä tuki sitten heidän opintoihinsa. Kuraattori 3, ryhmä 1

Omassa työssään kuraattorit tukivat opiskelijoita osaksi korkeakoulu yhteisöä. Opin-tojen yksilöllisyys sekä monet väylät hakea ja aloittaa sekä suorittaa opintoja nähtiin hieman haasteellisina yhteisöön ja opiskeluryhmiin kiinnittymisen kannalta. Erityisesti koronavuodet ovat heikentäneet ryhmäytymistä, kun opetus on tapahtunut paljon etänä. Opiskelijoiden erilaisuus ja erilaiset elämäntilanteet tekivät myös tuen järjestämisen haastavaksi ja sekä yksilöllisille että rakenteellisille ratkaisuille nähtiin tarvetta. Opiskelijoiden kanssa yhteistyötä tehtiin esimerkiksi opiskelijakunnan ja ainejärjestöjen kautta. Keskustelua käytiin myös vertaisnäkökulman ja kokemusasiantuntijuuden hyödyntämisestä. Kuraattorit rohkaisivat yksittäisiä opiskelijoita mukaan korkeakoulun toimintaan ja olivat mukana järjestämässä erilaista matalan kynnyksen toimintaa. Opiskelijan ihmissuhteita ja osallisuutta tuettiin.

Närhen (2017) mukaan sosiaalityön erikoistunut ja keskitetty harjoittaminen on johtanut tilanteeseen, jossa ympäristön tekijöitä ei ole enää mahdollista ottaa huomioon. Työn kohteina ovat siis yksilöiden ongelmat eivätkä ympäristö tai yhteisö. Tällainen lähestymistapa jättää yksilön irralliseksi suhteista toisiin ja ympäristöön, jolloin

kestävien tulosten saavuttaminen on vaikeaa. Kuraattorit kokivat opintojen vaativuuden ja vaikeuden vaikuttavan opiskeluhuvinvointiin. Pohdintaa nousi opiskelun rakenteista ja tarpeesta pohtia niitä moniammatillisesti korkeakoulun sisällä. Tällainen yhteistyö vaikutti kuuluvan hyvin luontaisena osana kuraattorityöhön. Yksi kuraattori nosti esiin, että kuraattoreilla on mahdollisuus tuoda opiskelijoiden toistuvia kokemuksia opinnoista esimerkiksi opettajien ja koulutuspäälliköiden tietoon. Kuraattorien erityinen rajapinta pedagogisen kentän ja opiskelijoiden välissä tarkoitti esimerkiksi sitä, että kuraattorin tuella ja asiantuntemuksella järjestettiin opiskelijalle tarvittavia tukimuotoja opintoihin. Kuraattorit kannustivat opiskelijoita tuomaan ajatuksiaan esiin ja viestivät niistä pedagogiselle kentälle. Opiskelijoiden äänen nostaminen voi olla voimaannuttavaa ja tuoda kokemuksen siitä, että opiskelijat pystyvät vaikuttamaan.

Kuraattorit huomioivat, että suurin osa opiskelijoiden oppimiskokemuksista haasteista järjestyy opettajan tai opion kanssa tai oman ryhmän sisällä ja vain pieni osa opiskelijoista tulee kuraattorin luo ainoastaan näiden haasteiden kanssa. Näissä tapauksissa oli kuraattorien mukaan usein kysymys siitä, ettei opiskelija jostain syystä ollut halunnut tai osannut käydä asiaan läpi suoraan opettajan tai opinto-ohjaajan kanssa. Tällöin kuraattori tuli opiskelijan avuksi sanoittamaan tämän tilannetta ja miettimään tarvittavia tukimuotoja tai yksilöllisiä järjestelyjä. Opiskelijahuollon sosiaalityössä on tunnistettu sosiaalityöntekijän rooli koordinoijana tai sillanrakentajana, jolloin sosiaalityöntekijä ohjaa opiskelijaa ja varmistaa, että opiskelija saa tarvitsemaansa apua ja sitoutuu opiskeluun. Tarvittaessa tämä rooli sisältää myös opiskelijan puolustamista ja toisaalta välittäjänä toimimista opiskelijan ja oppilaitoksen välillä. (Perttula 2021, 91.)

Kuraattorin roolina oli sosiaalityön näkökulman tarjoaminen omassa korkeakoulussa, mutta myös niissä verkostoissa ja tiimeissä, joissa hän oli osallisena. Kuraattorit olivat omassa korkeakoulussaan osa ainakin yhtä tiimiä, jonka keskiössä oli opiskelijoiden hyvinvointi. Tiimi tai työryhmä saattoi rakentua korkeakoulun sisällä tai siinä saattoi olla koulun ulkopuolisia jäseniä, kuten Kelan tai YTHS:n edustajia. Lisäksi kuraattoreille kuului usein kehittämistyötä, joka tapahtui joko osana omaa työkuvaa tai osaresurssilla hankkeessa. Kuraattoreilla on myös oma valtakunnallinen verkosto, jota hyödynnettiin myös rakenteellisen kehittämisen välineenä. Kuraattorit kokivat roolinaan erilaisiin verkostoihin osallistumisen, mutta myös niiden rakentamisen ja koollekutsumisen sekä toisinaan vastuun palveluiden eräänlaisesta koordinoimisesta opiskelijan hyväksi.

Siinä on pakko tehdä sitä yhteistyötä ja verkostotyötä ja sitten useimmiten se kannattelu onkin sitten tavallaan sitä, että se kuraattorin työ on sitten sen verkoston tavallaan semmoinen yhteydessä pitäjä. Tavallaan huolehtia siitä, että verkoston eri palikat sitten toimii, kun niihin palveluihin päästään. Kuraattori 3, ryhmä 2

Epäonnistuneen yhteistyön käytännön esteiksi saattavat muodostua yhteisölliset tekijät, kuten hierarkia, valtapositiot ja organisaatiokulttuuri (Alho 2021, 79). Toisessa haastatteluryhmässä tuotiin yhteistyön haasteena erityisesti terveydenhuollon kanssa esiin korkeakouluissa tapahtuvan työn rakenteellinen vakiintumattomuus ja esimerkiksi lainsäädännön puuttuminen. Kuraattorin roolin epäselvyys saattoi vaikuttaa esimerkiksi tiedonsaantiin, vaikka tähän olisi opiskelijan lupa, tai kuraattorin rooli yhteistyössä voi jäädä määrittelemättömäksi tai jäsentymättömäksi ja hänen asiantuntijuutensa tunnistamattomaksi. Kuraattorit itse kokivat, että heillä on oman roolinsa ja asiantuntijuutensa kautta annettavaa moniammatilliselle yhteistyölle ja yhteistyö on myös välttämätöntä opiskeluhuvinvoinnin kannalta.

Sit jos mietitään, että kaikki mielenterveyden asiat, niin ei ne ole ratkaistavissa ainoastaan terveydenhuollon keinoin, ei todellakaan, niin tavallaan että tarvitaan myös niitä sosiaalialan ihmisiä tai sosiaalipuolen ihmisiä jotka huomioi sitten sitä sosiaalista hyvinvointia ja verkostoja ja yhteisöä ja kaikkea ja pyrkii myös rakenteellisesti vaikuttaa. Kuraattori 2, ryhmä 2

Kuraattorit kuvasit vahvaa yhteistyötä koulun muun henkilökunnan kanssa ja yhteistyössä oli positiivinen henki. Haastatteluissa tuli esiin kuraattorien kokemus siitä, että työtä ei tehdä yksin ja moniammatillisuus on työssä hyvin tärkeää. Kuraattorit arvostivat muiden toimijoiden työtä ja kokivat oman työnsä ja asiantuntijuutensa olevan arvokas lisä kokonaisuuteen. Kuraattorit jakoivat omaa ammattitaitoaan opiskelijoiden tuen tarpeisiin ja opiskelijoiden kohtaamiseen liittyen ja nostivat esiin sellaisia yleisiä huolia, joita he oman työnsä kautta tietävät opiskelijoilla olevan. Kumpikin ryhmä toi esiin konsultatiivisen tuen tarjoamisen henkilökunnalle ja piti tärkeänä olla saatavilla ja valmiina auttamaan korkeakoulunsa muuta henkilökuntaa.

Niin kompataan tuota, konsultatiivisuus ja konsultatiivinen ote, eli se myös ehkä lisää semmoista työhyvinvoinnin tai turvallisuuden näkökulmaa, että opetushenkilöstölle on niin kun... suora linkki kysyä, että hei tällainen asia tai tällainen ilmiö, ja myös se tarjoaa sen mahdollisuuden tuoda sitä meidän osaamista myös sinne pedagogiselle puolelle. Esimerkiksi jos siellä on jotain, niin kuin vaikka ryhmädynamiikassa. Niinkun ettei meidän tarvitse aina välttämättä mennä, vaan että he pystyy itse sitä hoitamaan. Tai sitten myös pyyntö, että voisiko tällaista asiaa jotenkin käsitellä. Kuraattori 1, ryhmä 1

Sosiaalityölle tunnusomainen laaja, moniammatillinen verkostoyhteistyö oman organisaation sisällä ja sen ulkopuolella tuli vahvasti esiin korkeakoulukuraattorien työssä. Yhteistyössä nähtiin molemminpuolista arvoa, asiantuntijuuden jakamista ja opiskelijan asian edistämistä moniammatillisesti. Alho (2021, 69) määrittelee kollektiivisen asiantuntijuuden toimintaympäristönä, joka rakentuu moniammatilliselle tai monitoimijaiselle yhteistyömallille ja jossa kollektiivinen asiantuntijuus syntyy monen toimijan yhteistyössä. Oppilaitosympäristöjen tulisi olla yksilöitä ja yhteisöjä vahvistavia ja osallistavia. Tätä on mahdollista tukea sosiaalityön keinoin yhteistyössä pedagogisen kentän ja muun opiskeluhuvinvointitoiminnan sekä YTHS:n kanssa.

Alhon (2021, 72) mukaan oman ammattialan kehittäminen ei riitä, vaan tarvitaan oman tiedon ja osaamisen sulauttamista muiden tietoon ja osaamiseen. Opiskelijoiden hyvinvoinnin tukeminen moniammatillisesti erityisesti tilanteissa, joissa ongelmat ovat monisyisiä, on erityisen tärkeää.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän tutkimuksen tarkoitus oli tarkastella korkeakouluopiskelijoiden hyvinvoinnin ulottuvuuksia sekä tutkimuksellisesti varsin tuntematonta kuraattorityötä korkeakouluissa. Kuraattorityön liitin sosiaalityön viitekehukseen huomioimalla sen yhtymäkohtia ja mahdollisuuksia aikuissosiaalityön kaltaisena työnä. Lisäksi kuraattorityöstä löytyy rakenteellisen sosiaalityön ja yhteisöllisen sosiaalityön elementit. Osana teoreettista viitekehystä olen nostanut ekososiaalisen näkökulman hyvinvointiin ja kuraattorityöhön. Tutkimuksen tarkoituksena ei ole ollut löytää yleispäteviä totuuksia tai säännönmukaisuuksia, vaan kuvata ja tulkita kuraattoreiden näkemyksiä ja kokemuksia opiskelijoiden tuen tarpeista, opiskeluhyvinvoinnista, omasta positiostaan ja toimenkuvastaan. Aineistolla on siten ollut tutkimuksessa vahva ääni.

Kuraattoripalvelut ovat yksi esimerkki korkeakoulujen omista opiskeluhyvinvoinnin palveluista. Kuraattoripalvelulla on erittäin pitkät perinteet joissakin korkeakouluissa ja kuraattorityö korkea-asteella on yleistynyt viime vuosina. Kuten koko opiskeluhyvinvointi, myös kuraattoripalvelut ovat käytännöiltään, työmuodoiltaan ja resursseiltaan hyvin eri tavoin toteutettuja. Eri korkeakouluissa tehtävää kuraattorityötä on haastavaa vertailla, sillä koulujen opiskelijamäärät, sisäiset resurssit ja rakenteet samoin kuin kuraattorien tausta ja kuraattorityöhön käytössä oleva työaika vaihtelevat. Tietynlaisia kuraattorityön substanssiin kuuluvia käytäntöjä ja ajatuksia oli kuitenkin helppoa tunnistaa haastateltujen ryhmien sisällä ja niiden jakamina. Kaikki kuraattorit tekivät yksilötyötä, jonka lisäksi heillä oli muuta ryhmille tai koko korkeakoululle suunnattua toimintaa. Kuraattorityössä painotetaan matalan kynnyksen tukea ja ennaltaehkäisevää työtä, mikä näkyy palvelun saavutettavuudessa ja eri työmuotojen suuntaamisesta yksilötyötä laajemmin. Kokonaisuutena kuraattorityö näyttäytyi hyvin joustavana, minkä kuraattorit tunnistivat työn vahvuudeksi. Kuraattoreilla oli mahdollisuus uudistaa ja luoda omaa työtään ja toimintatapojaan. Työtä oli mahdollista kehittää hyvin ketterästi vastaamaan erilaisiin tarpeisiin, joita opiskelijoilta tai henkilökunnalta nousi.

Työn teoreettinen viitekehys tuki analyysissä syntynyttä käsitystä opiskelijoiden hyvinvoinnista sekä kuraattoripalvelun mahdollisuuksista tukea yksilöiden ja yhteisön hyvinvointia. Seligmanin (2011) PERMA-teorian hyvinvoinnin elementit, myönteiset tunteet, uppoutuminen ja läsnäolo, ihmissuhteet, merkityksellisyys ja saavuttaminen, voidaan löytää kuraattorien tekemästä työstä.

Kuraattorityössä korostuu erityisesti opiskelijan kohtaaminen, psykososiaalisen tuen merkitys ja kokonaisvaltainen näkemys hyvinvoinnista. Kuraattorin rooli oli yleensä rinnalla kulkijan, tukijan tai kannattelijan rooli. Kuraattori auttoi selkeyttämään tilannetta, miettimään vaihtoehtoja sekä kuunteli opiskelijaa. Myönteiset tunteet tulivat elementtinä hyvin esiin. Opiskelijoiden kokemukset ja tunteet olivat yksilötyössä vahvasti läsnä ja työskentelyssä voitiin auttaa opiskelijaa löytämään ja tiedostamaan myönteisiä tunteita, kuten iloa, kiitollisuutta, toivoa, ylpeyttä ja innostusta opinnoista. Opiskelija sai myös mahdollisuuden jakaa myönteisiä tunteitaan kuraattorin kanssa. Lisäksi kuraattorit auttoivat käsittelemään negatiivisia tunteita, kuten vertailua muihin tai huonommuuden ja syyllisyyden kokemuksia. Opiskelijan saavutuksille voitiin antaa arvoa ja häntä voitiin kannustaa ja rohkaista eteenpäin. Kuraattori pystyi myös antamaan palautetta opintojen tilanteesta ja näin vähentämään opiskelijan mahdollista omaa epävarmuutta. Lisäksi kuraattorit tukivat opiskelijan vahvuuksien ja kiinnostuksen kohteiden löytymistä. Opiskelun vastapainoksi voitiin auttaa löytämään muita aktiviteetteja. Opiskelijaa kiinnostavan tekemisen löytäminen mahdollisti uppoutumisen ja läsnäolon elementin haltuun ottamista.

Vaikka opiskelijat ovat itsenäisiä aikuisia, heillä on paljon erilaisia tuen tarpeita, muun muassa erilaisia psyykkisiä ongelmia, jotka haastavat hyvinvointia. Kuraattoripalvelussa näyttäytyivät lisäksi muut terveydelliset haasteet, yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemukset, haasteet ihmissuhteissa, oppimisen ja opiskelun vaikeudet sekä monet muut opiskelijoita kuormittavat erilaiset asiat ja tilanteet. Kuraattorit kokivat suurimman osan opiskelijoista voivan hyvin, mutta toivat esiin huolta siitä, että toisilla opiskelijoilla on erittäin moninaisia ja kriisiytyneitä tuen tarpeita. Kuraattorit eivät halunneet lähestyä omaa työtään ongelmakeskeisesti, vaan halusivat, että opiskelijat voisivat tavata heitä minkälaisessa tilanteessa vain, silloinkin kun varsinaisia haasteita ei ollut. Ennaltaehkäisevän työn näkökulmasta tämä on hyvin tärkeää ja matkan kynnyksen tukimuoto on onnistunut, mikäli opiskelijat kokevat, että he voivat saada apua missä tahansa asiassa.

Opiskelijoilla esiintyi usein oppimiseen tai opiskeluun liittyviä erilaisia pulmia, joiden kuraattorit kokivat olevan esimerkkejä siitä, miten ongelmat lähtevät kasautumaan, jos apua ei saa ajoissa. Tällaisissa haasteissa kuraattoreilla oli arvokas rooli toimia opiskelijan ja pedagogisen kentän välissä siten, että opiskelijan kannalta pystyttiin löytämään häntä tukevia ratkaisuja. Kuraattorit toimivat siten sillanrakentajina eri toimijoiden välillä opiskelijan parhaaksi. Lisäksi kuraattorit saattoivat yksilötyössä

tukea uppoutumista opintoihin auttamalla opiskelijaa löytämään hänelle sopivat opiskelutavat ja realistiset tavoitteet.

Saavutusten elementti nousi ensisijaisesti esiin suhteessa opintoihin. Opiskelijoiden haasteiden takana on toisinaan vähäinen saatu palaute, mikä lisää epävarmuutta ja vähentää motivaatiota. Saavuttamisen tunnetta voi lisätä antamalla mahdollisuuksia vastaanottaa palautetta ja keskustella omista kokemuksista ja opinnoista prosessina. Opiskelijat kaipaavat tunnustusta ja rauhoittelua siitä, että heillä menee opinnoissaan riittävän hyvin. Toisaalta opiskelijaa voidaan auttaa pohtimaan, minkälaisista asioista saavutuksen tunne syntyy tai miten epäonnistumisia voi kestää. Resilienssien, itsemyötätunnon ja minäpystyvyyden vahvistamisella voi olla myönteinen kontribuutio saavuttamisen elementille.

Esimerkiksi stressi ja uupumus ovat opiskelijoilla yleisiä haasteita, joiden korjaaminen ei välttämättä onnistu ilman ulkopuolista apua. Stressiä ei ensisijaisesti vähennetä levolla tai positiivisilla asioilla, vaan ennaltaehkäisyllä, joka lähtee siitä, että tunnistaa, mikä on itselle stressi. Tunnistamisen lisäksi on tärkeää hyväksyä itselle stressaavat tilanteet, vaikka kukaan muu ei ymmärtäisi, miksi joku siitä stressaa. (Keltikangas-Järvinen 2008, 220.) Keskustelu kuraattorin voi edistää tällaista itsetuntemusta ja hyväksyntää. Ennaltaehkäisevä tuki on erityisen tärkeää psyykkisen hyvinvoinnin osalta ja opiskelijat nostavat mielenterveyden usein itsekin esiin yksilötapaamisilla. Kansallisessa mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelmassa vuosille 2020-2030 kehoitetaan lisäämään yhteiskunnallista keskustelua itsemurha-ajatuksista ja itsemurhasta, jotta itsemurhavaarassa olevat saisivat tarpeenmukaisen avun ja tasavertaiset palvelut. Tavoitteena on samalla tukea yhteisöllisyyttä ja ihmisten yhteistä vastuuta toisistaan. Avainasemassa tässä mainitaan muun muassa kuraattorit ja sosiaalityöntekijät. (Vorma, Rotko, Larivaara & Kosloff 2020, 52.)

Ihmissuhteiden elementti tuli vahvasti esiin aineistossa ja suhdeperustaisuus oli kuraattorityön keskiössä. Yhteisöllisen työn kautta kuraattorit järjestivät tai olivat mukana järjestämässä tapahtumia ja toimintaa koulun sisällä, joihin osallistumalla opiskelijoilla oli mahdollisuus luoda ja ylläpitää suhteita toisiin opiskelijoihin ja henkilökuntaan. Yksilötyössä oli mahdollisuus kannustaa opiskelijaa löytämään itselleen sopivia yhteisöjä ja osallistumaan niiden toimintaan. Vertaistuki oli tärkeä näkökulma opiskelijoiden tukemisessa. Kuraattorit tekivät yhteistyötä tutoroinnin ja opiskelijajärjestöjen kanssa vastatakseen opiskelijoiden tarpeisiin. Yhteisöllisyyden nostaminen arvoksi voi auttaa välittämään opiskelijoille ja henkilökunnalle viestiä siitä, että he ovat arvostettuja ja kuuluvat yhteisöönsä. Korkeakoulussa on mahdollista panostaa ihmissuhteisiin ja yhteisöllisyyteen lisäksi esimerkiksi luomalla tiloja, joissa opiskelijat voivat kokoontua ja viettää aikaa.

Merkityksellisyuden elementti löytyy erityisesti kuraattorien tekemästä yksilötyöstä. Opiskelijoiden kanssa käytävät keskustelut, heidän huolensa ja yksilölliset

tilanteensa olivat hyvin moninaisia. Yksilötyön kautta opiskelijoilla oli mahdollisuus reflektioon esimerkiksi omasta kasvusta, identiteetistä ja opinnoista osana sitä sekä arvoista. Kuraattorit ohjasivat opiskelijoita pohtimaan omaa motivaatiota sekä auttoivat löytämään sopivia vaihtoehtoja haastavissa tilanteissa. Opiskelun merkityksellisyys syntyy myös yhteydestä tulevaisuuteen ja työelämään. Opiskelijoita voidaan myös rohkaista osallistumaan yhteisönsä toimintoihin ja esimerkiksi vapaaehtoistyöhön.

Kuraattorityön elementeissä on tunnistettavissa sosiaalityölle tyypillisiä piirteitä. Esimerkiksi aikuissosiaalityöhön kuuluvat toivon ylläpitäminen ja voimavarojen esiin nostaminen (Matthies ym. 2021, 191) näyttäytyivät myös kuraattorityössä. Kuraattorit toimivat yksilötyössä muun muassa sillanrakentajan, tukijan ja rinnalla kulkijan roolissa. Yhteisön tukemisessa kuraattorin roolit olivat sosiaalityön asiantuntija, konsultti, koordinoija ja sillanrakentaja. Sosiaalityön osaamista voidaan hyödyntää heikommassa asemassa olevien huomioimiseen ja esimerkiksi tasa-arvon, osallisuuden ja yhdenvertaisuuden lisäämiseen. Sosiaalityön keinoin on mahdollista vastata sellaisiin kysymyksiin ja haasteisiin, jotka muutoin jäisivät yksilön vastuulle, sekä luoda rakenteellista muutosta havaittujen (sosiaalisten) ongelmien pohjalta. Opiskelijahuollon osalta kuraattorityötä tulkitaan oppilaitoksen sosiaalityönä (esim. Perttula 2021). Lakisääteinen opiskelijahuolto korkeakouluissa ja sosiaalityön arvopohjan soveltaminen kuraattorityöhön voisi vahvistaa kuraattorityön asemaa, asiantuntijuutta ja opiskeluhyvinvoinnin yhdenmukaisuutta.

Kuraattorit toivat työstään esiin useita käytäntöjä, hyvinvoinnin elementtejä voidaan vahvistaa. Merkityksellistä oli jo se, että opiskelijalla oli joku, jonka kanssa pysähtyä pohtimaan omaa tilannetta. Seligmanin teoriassa hyvinvointi esitetään konstruktiona ja tämä näkemys hyvinvoinnista tulee esiin myös tämän työn tuloksissa. Kuraattorityössä opiskelijoiden hyvinvoinnin tukeminen rakentuu hyvin monenlaisen tekijöiden varaan ja yksityön lisäksi siinä on kokonaisvaltainen, systeeminen ja yhteisöllinen ote. Lisäksi opiskelijoiden tuen tarpeissa näkyy, miten monista asioista kokonaisyhyvinvointi rakentuu ja miten hyvinvoinnin osa-alueet vaikuttavat keskenään.

Kuntun opiskelukykymalli (2021, 38) on usein käytetty malli kuvaamaan opiskelijan kykyä voida hyvin opinnoissaan (kuvio 1). Mallin osa-alueista erityisesti omat voimavarat ja opiskelutaidot ovat sellaisia, joita kuraattorityössä voidaan tukea yksilötyön keinoin tai tarjoamalla tukea ryhmälle tai koko opiskeluyhteisölle erilaisen tuotetun materiaalin avulla. Opiskeluympäristöön ja opetustoimintaan kuraattorityössä voidaan vaikuttaa yhteisön tukemisen kautta. Koko yhteisön edistämiseksi tehtävä työ sekä rakenteisiin vaikuttaminen on kuraattorityön merkittäviä vahvuuksia. Opiskeluympäristössä tuki on tärkeä terveyden voimavara. Erityisesti psyykkisen oireilun

taustalla on usein puutteelliseksi koettu ohjaus ja neuvonta. (Kunttu 2021B, 114.) Opiskeluympäristöön vaikuttamalla voidaan tukea laadukasta ja mielekästä opiskelua.

Kuraattorityössä voidaan tunnistaa, tehdä näkyväksi ja lopulta muuttaa rakenteita, jotka lisäävät pahoinvointia. Opiskeluun uppoutumista tukevat riittävän haastavat ja sopivan vaikeustason tehtävät, jotka edellyttävät keskittymistä, luovuutta ja ongelmanratkaisua. Erityisesti pedagogisella kentällä voidaan osallistaa opiskelijoita opintojen suunnittelussa sekä panostaa palautteen antamisessa, mikä lisää opintojen mielekkyyttä ja niihin sitoutumista. Opiskelijat kaipaavat valinnanvaraa ja autonomiaa opinnoissaan. Osana yhteisön tukea kuraattorit pystyivät viemään pedagogiselle kentälle viestiä siitä, mitä yleisiä haasteita opiskelijoilla on oppimisessa tai opiskelussa tai mitä rakenteellisia haasteita opiskeluhyvinvointiin liittyy. Opiskelijoita vahvistettiin siinä, että heidän ajatuksillaan on merkitystä ja he voivat tuoda niitä esiin. Ottamalla paremmin huomioon opiskelijoiden palautteen opetuksen ja oppimisympäristöjen kehittämisessä mahdollistetaan uppoutumisen elementin edistäminen. Kun opiskelijat kokevat, että heillä on ääni ja he pystyvät yhdessä vaikuttamaan, vahvistaa tämä myös merkityksellisyyden elementtiä.

Sosiaalityön näkökulmasta erityisesti yhteisöllisellä ja ekososiaalisella sosiaalityöllä on annettavaa kuraattoripalveluihin. Ekososiaalisen viitekehyksen korostamat yhteydet ovat merkittäviä myös korkeakouluympäristössä. Kuraattorityöllä voidaan esimerkiksi mahdollistaa joustavaa ja hyvää yhteistyötä korkeakoulun sisällä, mikä edistää opiskelijan hyvinvointia. Ekososiaalinen työ käytännössä muodostuu erilaisista projekteista, jotka lisäävät koko yhteisön ja ympäristön hyvinvointia. Korkeakoulussa tällainen voisi olla esimerkiksi yhteiset hävikkiruokailtapalat tai yhteinen puutarha. Opiskelijoiden ekososiaalista hyvinvointia voidaan edistää mahdollisuudella kokea yhteisöllisyyttä ja vastuuta omasta ympäristöstään sekä mahdollisuuksilla vaikuttaa ympäristöön ja toteuttaa kestävää ajattelutapaa käytännössä. Hyvinvoinnin lisääminen syntyisi näin yhteisöllisyyden vahvistamisesta sekä ympäristön ja kestävä kehityksen teemojen huomioimisesta. Ekososiaalisen näkökulman tuominen kuraattorityöhön voisi auttaa lievittämään ympäristöön ja ilmastoon liittyvää ahdistusta ja lisätä ympäristön kannalta suotuisaa käytöstä. Ekologinen tai ilmastoahdistus ei tullut aineistossa suoraan esiin, mutta opiskelijoiden haasteet psyykkisen hyvinvoinnin, erityisesti ahdistuksen osalta ovat yleisiä sekä aineiston että aiemman tutkimuksen valossa. Ogunbode ym. (2022) mukaan ilmastonmuutoksen vaikutukset ovat yhä useampien elettyä kokemusta, jolloin myös ympäristöön ja ilmastokriisiin liittyvä psykologinen ahdistus on yleistynyt. Tähän liittyy useita negatiivisia tunteita, kuten pelkoa, huolta, syyllisyyttä, häpeää, toivottomuutta ja epätoivoa.

Ranta-Tyrkön (2017, 113) mukaan globaalisti käynnissä olevat ekologiset, taloudelliset ja kulttuuriset murrokset voidaan ajatella laajemman systeemisen kriisin eri puolina, jotka liittyvät toisiinsa. Esimerkiksi ilmastonmuutos aiheuttaa konflikteja ja

siirtolaisuutta, ja talousvaikeudet voimistaneen maahanmuuttovastaista politiikkaa ja rasismia. Globaali maailmankuva näkyy kuitenkin myös siinä, että kouluttautuminen on kansainvälisempää. Ekososiaalista näkökulmaa voi hyödyntää korkeakouluissa myös siinä, että kansainväliset opiskelijat pystyvät paremmin integroitumaan korkeakouluyhteisöön.

Tutkimuksen tulokset tarjoavat tietoa kuraattorien käytännön työstä ammattikorkeakouluista ja työn mahdollisuuksista edistää opiskelijoiden ja korkeakouluyhteisön hyvinvointia. Tulokset auttavat lisäksi tarkastelemaan kuraattorityötä sosiaalityön näkökulmasta sekä opiskelijoiden hyvinvointia ja siihen vaikuttamista erityisesti PERMA-teorian ja ekososiaalisen näkökulman kautta.

Opiskeluhyvinvoinnin palvelut eivät voi olla ainoastaan korkeakoulujen ulkopuolisten toimijoiden varassa, vaan tukea on järjestettävä korkeakoulujen sisällä. Vain korkeakoulun omista palveluista on mahdollista tukea koko yhteisöä, auttaa opiskelijoita kiinnittymään yhteisöihin koulun sisällä sekä ymmärtää niitä ekososiaalisia ulottuvuuksia, joista korkeakouluopiskelijan arki ja ympäristö muodostuu ja näin osallistua myös niiden tukemiseen.

7 LOPUKSI

Korkeakouluopiskelijat, hyvinvointi ja opiskelijoiden hyvinvointi ovat laajoja teemoja, joiden tutkimiseen yksi pro gradu-tutkielma on liian suppea. Aihetta ja aineistoa oli rajattava paljon ja opiskeluhyvinvoinnin ja korkeakoulujen kuraattorityön kentälle jää vielä paljon tarvetta tutkimukselle. Toivon, että tämä tutkimus voi toimia avauksena aiheeseen, joka toivoakseni herättää yhä enemmän tutkimuksellista kiinnostusta tulevina vuosina. Tutkimusta opiskelijoiden hyvinvoinnista, etenkin rakenteellisena haasteena, tarvitaan erityisesti koronavuosien jälkimainingeissa. Viimeisin KOTT-tutkimus nosti erityistä huolta korkeakouluopiskelijoiden voinnista, joskin haasteita on ollut todettavissa jo aikaisemmin. Myös korkeakoulujen haasteet, kuten opintojen pitkittyminen ja keskeytyminen, ovat olleet todettavissa kauan. Kyselytutkimusten rinnalle tarvitaan myös toisenlaisia tutkimuksia, joilla voidaan paremmin selvittää, minkälaisia taustasyitä opiskelijoiden haasteissa on ja minkälainen tuki on vaikuttavaa haasteiden ennaltaehkäisyssä ja ratkaisemisessa.

Opiskeluhyvinvoinnin kenttä korkeakouluissa on hyvin jäsentymätön. Kuitenkin opiskelijoiden hyvinvointia ja opiskelua tukevien palvelujen tarve on kiistaton. Korkeakouluihin hakeutuu taustoiltaan hyvin erilaisia opiskelijoita, joilla on kuitenkin yhtäläinen oikeus saada tarvitsemaansa tukea opinnoissa etenemiseen ja valmistumiseen. Riittävän tuen järjestäminen on sekä korkeakoulun että opiskelijan etu. Kuraattoripalvelut voivat olla yksi tukimuoto opiskelijoiden hyvinvoinnin haasteita ratkottaessa. Kuraattoripalvelut korkeakouluissa tulisi sitoa vahvemmin sosiaalityön viitekehukseen, vahvistaa niiden asemaa ja tuoda ne jokaiseen korkeakouluun yhdenvertaisuuden varmistamiseksi. Tämä tutkimus ei keskittynyt erityisesti haavoittuvassa asemassa oleviin tai erityistä tukea tarvitseviin opiskelijoihin. Voidaan kuitenkin ajatella, että vaikka opiskeluhyvinvoinnin palveluista hyötyvät kaikki, opiskeluhyvinvoinnin todellinen tarve koskee erityisesti niitä opiskelijoita, jotka syystä tai

toisesta eivät hetkellisesti tai pitkäaikaisesti ole samalla viivalla opiskelukykynsä, toimintakykynsä tai hyvinvointinsa suhteen suhteessa toisiin opiskelijoihin. Hyvän opiskeluhuollon tulisi kuulua kaikille, ei vain peruskouluissa ja toisella asteella, vaan myös korkeakouluissa.

Yhdenvertaisuutta tulee edistää korkeakouluissa siinä missä yhteiskunnassa muutoinkin. Korkeakoulutus on yksi sosioekonomisen aseman tasaaja ja sen tulee olla saavutettavaa kaikille. Stones ja Glazzard (2019, 7) esittävät, että opintojen alussa erityisiä haasteita on opiskelijoilla, jotka ovat perheensä ensimmäisiä opiskelijoita korkeakoulussa. Korkeakoulussa annettu tuki voi kannatella opiskelijaa kohti valmistumista ja työelämää, jolloin tuen arvo ei ole vain opiskelijan hyvinvoinnin lisääminen vaan sillä on lisäksi yhteiskunnallista merkitystä. On myös esitetty, että opiskelijat ovat yksi ryhmä, joka tulisi huomioida paremmin, kun halutaan ehkäistä eläköitymistä mielenterveysyistyistä (Korkeamäki 2023, 8 Karolaakson ym. 2020 mukaan).

Opiskelijat ovat osa korkeakouluyhteisöään, josta käsin heitä on mahdollista ohjata tarvittavien palveluiden piiriin. Mikäli koulu keskeytyy ja opiskelijat eivät ole enää kiinnittyneitä mihinkään, haasteet voivat edelleen syventyä. Lisäksi palveluiden piiriin ohjaus ja tuen järjestäminen vaikeutuu, kun yksilö ei ole enää kiinnittynyt osaksi yhteiskuntaa opiskelun tai työn kautta. Perttulan (2021, 88) mukaan nuorten syrjäytymisen ehkäiseminen on yleisesti hyväksytty arvopäämäärä ja nuorisotakuuta koskevissa poliittisissa linjauksissa korostetaan, että kaikki nuoret halutaan pitää mukana yhteiskunnassa ja heille tarjotaan yksilöllisiin tarpeisiin perustuvaa apua ja tukea. Se, että nuori aloittaa korkeakouluopinnot, ei automaattisesti ratkaise hänen haasteitaan tai poista syrjäytymisriskiä. Oleellista on, että nuori saa riittävän tuen kiinnittyä korkeakouluyhteisöön ja opintoihin ja suorittaa opintojaan eteenpäin.

Alhon (2021, 71) mukaan moniongelmaisuuksien on tunnistettu syntyvän lohkokouluun palvelujärjestelmästä, mikä puolestaan luo moniasiakkuutta. Tämän vuoksi palvelujen nivelkohdat ja rajapinnat ovat tärkeitä moniongelmaisuuksien ehkäisemisen kannalta. Tällainen nivelkohta on esimerkiksi siirtyminen etsivän nuorisotyön tai työvoimapalvelujen piiristä korkeakouluopiskelijaksi. Kuraattoreilla on mahdollisuus toimia opiskelijoille rinnalla kulkijoina ja kannattelijoina näissä tilanteissa sekä tarjota omaa tukea muiden palveluiden rinnalla, opiskelijan omassa arkisessa toimintaympäristössä.

Hallitustasoisena päätöksenä korkeakouluopiskelijoiden määrää halutaan tulevina vuosina lisätä. Koulutuspoliittinen tavoite on nostaa korkeakoulutustaso 50 %:iin 2030-luvulla. Korkeakoulujen yhdenvertaisuuden ja hyvinvoivan kouluyhteisön vahvistaminen on avainasemassa tavoitteen saavuttamiseksi. Korkeakoulut ja korkeakoulutus ovat läpikäyneet useita muutoksia ja haasteita 2000-luvulla. Esimerkiksi korkeakoulujen rahoitusmallit ohjaavat vahvasti sitä, mitä koulutuksissa rakenteellisesti tapahtuu. Samalla opiskelijoiden monimuotoisuus kasvaa esimerkiksi

monikulttuurisuuden lisääntyessä. Opiskelijoiden hyvinvointia tulee lisätä sekä yleisesti että erityisiä ryhmiä huomioiden. On entistä tärkeämpää varmistaa, että opiskelijat saavat tarvitsemansa tuen korkeakouluopintojensa aikana, kykenevät valmistumaan ja siirtymään asiantuntijoina ja ammattilaisina työelämään. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki yhdessä sosiaalihuoltolain kanssa varmistavat opiskelijoita tukevat palvelut peruskoulussa ja toisella asteella. Tällainen lakipohja olisi tarpeellista myös korkeakoulujen osalta, sillä siten voidaan varmistaa opiskelijoiden tasavertaisuus ja palvelujen saatavuus. Korkeakouluja tulisi toisaalta velvoittaa hyvinvointipalvelujen järjestämisessä, toisaalta palveluiden järjestämisestä tulisi mahdollistaa huomioimalla niitä paremmin korkeakoulujen rahoituksessa. Hyvinvoivat opiskelijat ovat merkittävät voimavara korkeakouluille, työmarkkinoille ja koko yhteiskunnalle. Korkeakouluissa tarvitaan rakenteellisia toimia hyvinvoinnin, yhdenvertaisuuden ja yhteisöllisyyden tukemiseen. Korkeakouluissa tapahtuva kuraattorityö edustaa sosiaalityön näkökulmaa, jolla voidaan puolustaa ja nostaa esiin tällaisia arvoja korkeakouluissa.

LÄHTEET

- Aalto-Setälä, Terhi & Marttunen, Mauri (2021) Mielenterveyshäiriöiden esiintyvyys nuorilla. Sivut 339-342 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) *Opiskeluterveys*. Helsinki: Duodecim.
- Alasuutari, Pertti (2011) *Laadullinen tutkimus 2.0*. Tampere: Vastapaino.
- Alho, Sirkka (2021) Kollektiivinen asiantuntijuus ja monitoimijainen yhteistyö aikuissosiaalityössä. Sivut 69-85 teoksessa Matthies, Aila-Leena, Svenlin, Anu-Riina & Turtiainen, Kati (toim.) *Aikuissosiaalityö. Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus*. Helsinki: Gaudeamus.
- Ammattikorkeakoululaki 932/2014. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20140932>, luettu 1.3.2022.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha (2000) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Heikkilä, Annamari, Lehtinen, Anu & Lähteenkorva, Satu (2021) Korkeakouluopiskelun haasteet. Sivut 45-47 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) *Opiskeluterveys*. Helsinki: Duodecim.
- Helne, Tuula & Hirvilampi, Tuula (2017) The Relational Conception of Wellbeing as a Catalyst for the Ecosocial Transition. Teoksessa Matthies, Aila-Leena & Närhi, Kati (edited) *The Contribution of Social Work and Social Policy*. Routledge.
- Holzer, Julia, Lüftenegger, Marko, Korlat, Selma, Pelikan, Elisabeth, Salmela-Aro, Katariina, Spiel, Christiane & Schober, Barbara (2021) Higher Education in Times of COVID-19: University Students' Basic Need Satisfaction, Self-Regulated Learning, and Well-Being. *AERA Open*, January-December 2021, Vol. 7, No. 1, pp. 1-13. Saatavilla <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/23328584211003164>
- Inkinen, Mikko, Ahola, Hanna, Penttinen, Leena, Kortelainen, Maarika & Anttonen, Tapio (2021) Korkeakoulujen opiskeluhuvinvointityöhön tarvitaan koko korkeakouluyhteisö. Sivut 97-105 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) *Opiskeluterveys*. Helsinki: Duodecim.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa (2008) *Temperamentti, stressi ja elämänhallinta*. Juva: WS Bookwell.
- Jolkkonen, E (2022) Opiskelija voi joutua odottamaan YTHS:n mielenterveyspuolen lääkärikäyntiä Jyväskylässä jopa yli kolme kuukautta - "Emme selviä nykyisellä henkilöstömitoituksella". *Keskisuomalainen* 5.2.2022. Saatavilla <https://www.ksml.fi/paikalliset/4467692>, luettu 1.3.2022.
- Kokkonen, Tuomo (2021) Osallisuuspolitiikka aikuissosiaalityön asiakkuuden ja työtapojen määrittäjänä. Sivut 42-54 teoksessa Matthies, Aila-Leena, Svenlin, Anu-Riina & Turtiainen, Kati (toim.) *Aikuissosiaalityö. Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus*. Helsinki: Gaudeamus.

- Kosola, Silja & Marttinen, Elina (2021) Nuoruusikä – elämän toinen mahdollisuus. Sivut 13-16 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim.
- Korhonen, Vesa & Rautopuro, Juhani (2012) Miksi opinnot eivät suju? Yliopisto-opintojen hitaan etenemisen ja opiskelemattomuuden yleiskuvaa ja ongelmia tunnistamassa. Sivut 100 – 123 teoksessa Mäkinen, Marita, Annala, Johanna, Korhonen, Vesa, Vehviläinen, Sanna, Norrgrann, Ann-Marie, Kalli, Pekka & Svärd, Päivi (Toim.) Osallistava korkeakoulutus. Tampere: Tampereen Yliopistopaino – Juvenes Print.
- Korkeamäki, Johanna, Parkkila, Minna & Puotinen, Erja (2023) Toisen ja korkea-asteen opiskelijoiden mielenterveys-ongelmien yhteys koettuun opintosuoriutumiseen, sosiaaliseen hyvinvointiin sekä tuen hakemiseen ja saamiseen. Sosiaali- ja terveysturvan raportteja 26/2023. Kela: Helsinki. Saatavilla <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/354718/-Raportteja26.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, luettu 28.4.2023.
- Kunttu, Kristina (2021) Opiskelukyky. Sivut 38-40 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim.
- Kunttu, Kristina (2021B) Psykososiaalisen ympäristön vaikutus terveyteen ja terveyskäyttäytymiseen. Sivut 113-115 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim.
- Laki sosiaalihuollon ammattihenkilöistä 817/2015. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150817>, luettu 10.10.2022.
- Laki sosiaalihuollon asiakasasiakirjoista 254/2015. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150254>, luettu 10.10.2022.
- Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>, luettu 10.10.2022.
- Matthies, Aila-Leena (2017) The Conceptualisation of Ecosocial Transition. Teoksessa Matthies, Aila-Leena & Närhi, Kati (edited) The Contribution of Social Work and Social Policy. Routledge.
- Matthies, Aila-Leena, Svenlin, Anu-Riina, Rantamäki, Niina & Viitasalo, Katri (2021) Aikuissosiaalityössä vaikuttavat sosiaaliset mekanismit. Sivut 186-202 teoksessa Matthies, Aila-Leena, Svenlin, Anu-Riina & Turtiainen, Kati (toim.) Aikuissosiaalityö. Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus. Helsinki: Gaudeamus.
- Närhi, Kati (2017) The Changing Understandings of the 'Person in Environment' in Organizing Public Social Work Practice. Teoksessa Matthies, Aila-Leena & Närhi, Kati (toim.) The Contribution of Social Work and Social Policy. Routledge.
- Mikkonen, Johanna & Nieminen, Juha (2021) Opiskelustressi ja voimavarat. Sivut 47-50 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim.
- Ogunbode, Charles, Doran, Rouven, Hanss, Daniel, Ojala, Maria, Salmela-Aro, Katariina, van den Broek, Karlijn, Bhullar, Navjot, Aquino, Sibebe, Marot, Tiago, Aitken Schermer, Julie, Wlodarczyk, Anna, Lu, Su, Jiang, Feng,

- Acquadro Maran, Daniela, Yadav, Radha, Ardi, Rahkman, Razieh, Chegeni, Elahe, Ghanbarian, Zand, Somayeh, Najafi, Reza & Karasu, Mehmet (2022) Climate anxiety, wellbeing and pro-environmental action: correlates of negative emotional responses to climate change in 32 countries. *Journal of Environmental Psychology*, volume 84, December 2022, 101887. Saatavilla <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272494422001323>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö (ei pvm.) Erityisavustus Koronapandemian vuoksi tarvittaviin toimenpiteisiin korkeakouluopiskelijoiden oppimisvajeen tasoittamisen ja opintojen etenemisen, ohjauksen ja opiskelijahyvinvoinnin tuen vahvistamiseksi ammattikorkeakouluissa ja yliopistoissa 2021. Saatavilla <https://okm.fi/-/erityisavustus-koronapandemian-vuoksi-tarvittaviin-toimenpiteisiin-korkeakouluopiskelijoiden-oppimisvajeen-tasoittamisen-ja-opintojen-etenemisen-ohjauksen-ja-opiskelijahyvinvoinnin-tuen-vahvistamiseksi-ammattikorkeakouluissa-ja-yliopistoissa-2021>, luettu 26.3.2022.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö (17.1.2019) Korkeakouluille uusi rahoitusmalli. Saatavilla <https://okm.fi/-/korkeakouluille-uusi-rahoitusmalli>, luettu 13.3.2023.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö (20.12.2021) Korkeakoulujen aloituspaikkoja lisätään vuodelle 2022 noin 2 300:lla. Saatavilla <https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/korkeakoulujen-aloituspaikkoja-lisataan-vuodelle-2022-noin-2-300-lla>, luettu 1.12.2022.
- Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287#Pidm45237817208656>, luettu 1.12.2022.
- Parikka, S., Holm, N., Ikonen, J., Koskela, T., Kilpeläinen, H., & Lundqvist, A. (2021) Korkeakouluopiskelijoiden mielenterveys, elintavat ja opiskeluryhmään kuuluminen. KOTT 2021-tutkimuksen tuloksia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla <https://thl.fi/documents/10531/5589167/KOTT2021-tutkimuksen+perustulokset.pdf/db343de6-25d0-0964-42a9-ffe268d9932d?t=1639369139813>, luettu 27.3.2022
- Perttula, Rauno (2021) Nuorten aikuisten parissa tehtävä sosiaalityö. Sivut 86-100 teoksessa Matthies, Aila-Leena, Svenlin, Anu-Riina & Turtiainen, Kati (toim.) *Aikuissosiaalityö. Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus*. Helsinki: Gaudeamus.
- Pietilä, Ilkka. (2017) Ryhmäkeskustelu. Teoksessa Hyvärinen, Matti, Nikander, Pirjo & Ruusuvoori, Johanna (toim.) *Tutkimushaastattelun käsikirja*. Tampere: Vastapaino.
- Postareff, Liisa, Hailikari, Telle, Virtanen, Viivi & Lindblom-Ylänne Sari (2021) Opiskelutaidot pohjana hyvinvoinnille ja jatkuvalla oppimiselle. Sivut 40-44 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) *Opiskeluterveys*. Helsinki: Duodecim.
- Poutanen, Kaisa, Toom, Auli, Korhonen, Vesa & Inkinen, Mikko (2012) Kasvaako akateeminen kynnys liian korkeaksi? Opiskelijoiden kokemuksia yliopistoyhteisöön kiinnittymisen haasteista. Sivut 17-46 teoksessa Mäkinen, Marita, Annala, Johanna, Korhonen, Vesa, Vehviläinen, Sanna, Norrgrann,

- Ann-Marie, Kalli, Pekka & Svärd, Päivi (Toim.) Osallistava korkeakoulutus. Tampere: Tampereen Yliopistopaino – Juvenes Print.
- Ranta-Tyrkkö, Satu (2017) Sosiaalityön tulevaisuuden etiikka epävarmuuden ja ympäristökriisien maailmassa. Sivut 113-138 teoksessa Enroos, Rosi, Mäntysaari, Mikko & Ranta-Tyrkkö, Satu (Toim.) Mielekäs tutkimus : näkökulmia sosiaalityön tutkimuksen missioihin. Tampere: University Press. Saatavilla <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/56204/ranta-tyrkkomielekastutkimus.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rask, Shadia & Castaneda, Anu (2021) Opiskelijoiden kulttuurinen moninaisuus. Sivut 24-30 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim.
- Ryymän, Elina (2021) Opiskeluterveydenhuollon lainsäädännön kehitys ja nykytilanne. Sivut 75-81 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim.
- Salmela-Aro, Katariina (2021) Opiskeluinto ja -uupumus. Sivut 50-53 teoksessa Kunttu, Kristina, Komulainen, Anne, Kosola, Silja, Seilo, Noora & Väyrynen, Tommi (Toim.) Opiskeluterveys. Helsinki: Duodecim.
- SAMOK (5.10.2021) SAMOKin selvitys paljastaa opintopsykologi- ja kuraattoripulan ammattikorkeakouluissa. Saatavilla <https://samok.fi/samok-viestii/samokin-selvitys-paljastaa-opintopsykologi-ja-kuraattoripulan-ammattikorkeakouluissa/>, luettu 20.2.2022.
- Seligman, Martin (2011) Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being. New York: Free Press.
- Sivista (ei pvm.) Suomen koulutusjärjestelmä pähkinänkuoressa. Saatavilla <https://www.sivista.fi/vaikutamme/tietoa-alasta/suomen-koulutusjarjestelmasta>, luettu 10.3.2023.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>, luettu 10.10.2022.
- Stones, Samuel & Glazzard, Jonathan (2019) Supporting Student Mental Health in Higher Education. St Albans: Critical Publishing.
- Tilastokeskus (2021) Opiskelijat ja tutkinnot 2020. Saatavilla https://www.stat.fi/til/opiskt/2020/17/opiskt_2020_17_2021-10-22_fi.pdf, luettu 26.3.2022.
- Tilastokeskus (17.3.2022) Keskeyttäminen lisääntyi toisella asteella etenkin ammatillisessa koulutuksessa ja väheni korkea-asteella 2020. Saatavilla https://tilastokeskus.fi/til/kkesk/2020/kkesk_2020_2022-03-17_tie_001_fi.html, luettu 1.3.2023.
- Toom, Auli & Pyhältö, Kirsi (2020) Kestävää korkeakoulutusta ja opiskelijoiden oppimista rakentamassa. Tutkimukseen perustuva selvitys ajankohtaisesta korkeakoulupedagogiikan ja ohjauksen osaamisesta Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2020:1. Saatavilla https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161992/OKM_20_20_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y, luettu 1.2.2023.

- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2018) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tuovila, Tiina, Seilo, Noora & Kunttu, Kristina (2021) Opiskeluterveydenhuollon opas 2021. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2021:14. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Saatavilla https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162957/STM_2021_14_J.pdf;jsessionid=B2C6AE401200097AAA521339BBB701CE?sequence=4, luettu 19.3.2023.
- Vieno, Atte & Villa, Tiina (2017) Opiskelijoiden hyvinvointitutkimukset - Selvitys korkeakouluopiskelijoiden terveyttä ja hyvinvointia koskevista valtakunnallisista tiedonkeruista Suomessa. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:16. Sosiaali ja Terveysministeriö. Saatavilla <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79300/OTUS-raportti%20JULKAISTAVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, luettu 20.3.2022.
- Vorma, Helena, Rotko, Tuuli, Larivaara, Meri & Kosloff Anu (2020) Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6. Helsinki: Sosiaali ja Terveysministeriö. Saatavilla https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162053/STM_2020_6.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Härkönen, Anni (2019) Kolmannes ei valmistu korkeakoulusta 10 vuodessa, ja se on opinahjoille ongelma - ”En muista, että kukaan olisi kysellyt tutkinnon perään” Yle Uutiset 15.11.2019. Saatavilla <https://yle.fi/uutiset/3-11050423>, luettu 20.3.2022.
- Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>, luettu 10.3.2023.
- Yliopistolaki 558/2009. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2009/20090558>, luettu 10.10.2022.
- YTHS. Saatavilla <https://www.yths.fi/>, luettu 1.2.2023.

LIITTEET

LIITE 1. RYHMÄHAASTATELUN KYSYMYKSET

Taustakysymykset haastateltaville ennen ryhmähaastattelun aloittamista

- Millä nimikkeellä työskentelet ja kuinka paljon työaikaä käytät kuraattorityöhön?
- Kuinka pitkään korkeakoulussasi on ollut kuraattorityötä?
- Onko korkeakoulussasi muita kuraattoreita tai työskenteletkö osana tiimiä? Keitä siihen kuuluu?
- Minkälaisia palveluja kuraattorityöhön kuuluu?

Haastattelukysymykset ryhmälle

- Minkälaisena opiskelijoiden hyvinvointi tai sen haasteet tällä hetkellä näyttäytyvät omassa työssäsi?
- Miten kuraattoripalvelu tukee opiskelijoiden hyvinvointia, mitä keinoja kuraattoripalvelulla on opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemiseen?
- Mikä erottaa kuraattoripalvelun muista opiskeluhyvinvoinnin toimijoista? Mikä on kuraattorityölle ominaista?
- Miten kuraattoripalveluja tulisi kehittää?
- Mitä haasteita tai mahdollisuuksia korkeakoulukentällä toimimisessa on?
- Minkälaisia rakenteellisia mahdollisuuksia kuraattorityössä on?