

**”Opon ehkä pitäis olla vielä enemmän läsnä ja tiedostaa  
se, että miten opiskelijoilla oikeesti menee” -  
Opiskelijoiden kokemuksia aikuislukion opinto-ohjauk-  
sesta**

Nelli Helle & Ella Sirkka

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma  
Kevätlukukausi 2021  
Opettajankoulutuslaitos  
Ohjausalan maisteriohjelma  
Jyväskylän yliopisto

## TIIVISTELMÄ

**Helle, Nelli., & Sirkka, Ella. 2021. "Opon ehkä pitäis olla vielä enemmän läsnä ja tiedostaa se, että miten opiskelijoilla oikeesti menee" - opiskelijoiden kokemuksia aikuislukion opinto-ohjauksesta. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. 76 sivua.**

Tutkimuksessa tarkasteltiin aikuislukio-opiskelijoiden kokemuksia ja toiveita aikuislukion opinto-ohjauksesta. Tutkimus toteutettiin yhteistyössä hankkeen "*Innovatiivisten oppimisympäristöjen edistäminen lukiokoulutuksessa – Digitaalinen ohjaus tukemassa lukio – opiskelijoiden oman tulevaisuuden suunnittelua*" kanssa. Tutkimuksemme pyrkii antamaan hankkeeseen opiskelijoiden näkemyksen aikuislukion ohjauksesta.

Tutkimuksen pohjana vaikutti fenomenologinen lähestymistapa. Tarkoituksena oli kartoittaa aikuislukion opiskelijoiden kokemuksia aikuislukion opinto-ohjauksesta. Kyseessä on kvalitatiivinen tutkimus, jonka aineiston hankinnassa hyödynnettiin puolistrukturoitua teemahaastattelua. Teemahaastatteluihin osallistui 11, opintojen eri vaiheissa olevaa aikuislukion opiskelijaa. Tutkimusaineisto analysoitiin käyttäen aineistolähtöistä sisällönanalyysia.

Tutkimuksen tulosten perusteella ohjauksella on aikuislukiossa tärkeä rooli. Aikuislukio-opiskelijat painottivat erityisesti aidon kohtaamisen ja dialogisuuden tärkeyttä ohjaussuhteessa. Opiskelijat kuvasivat verkko-ohjauksen olevan toimiva toteutustapa aikuislukiossa. Kaikista tärkeimpänä aikuislukio-opiskelijat pitivät sitä, että ohjausta olisi saatavilla heti opintojen alusta asti säännöllisesti opintojen loppuun asti. Opiskelijat toivoivat, että ohjaus sisältäisi urasuunnitelmien kartoittamista läpi opintojen. Lisäksi opiskelijoiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen ja tukeminen tulisi aktiivisesti huomioida opinto-ohjauksessa.

Asiasanat: aikuislukio, opinto-ohjaus, dialogisuus, kohtaaminen, hyvinvointi

**SISÄLTÖ**  
**TIIVISTELMÄ**  
**SISÄLTÖ**

<b>1</b>	<b>JOHDANTO</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>YHTEISTYÖHANKE</b> .....	<b>4</b>
<b>3</b>	<b>AIKUISLUKIOKOULUTUS</b> .....	<b>5</b>
<b>4</b>	<b>OHJAUKSEN LISÄÄNTYVÄ TARVE</b> .....	<b>9</b>
	4.1 Elinikäisen ohjauksen strategia.....	9
	4.2 Oppivelvollisuuden laajeneminen .....	11
<b>5</b>	<b>TUTKIMUKSEN TOTEUTUS</b> .....	<b>13</b>
	5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	13
	5.2 Tutkimuksen lähestymistapa .....	13
	5.3 Haastateltavat .....	15
	5.4 Aineiston hankinta.....	16
	5.4.1 Teemahaastattelu.....	17
	5.4.2 Haastattelujen toteuttaminen.....	19
	5.5 Aineiston analyysi .....	21
<b>6</b>	<b>OPISKELIJOIDEN KOKEMUKSIA OPINTO-OHJAUKSESTA</b> <b>AIKUISLUKIOSSA</b> .....	<b>26</b>
	6.1 Ohjauksen resurssit ja laatu opiskelijoiden kokemana .....	27
	6.2 Vahvuuksien ja itsetuntemuksen käsittely ohjauksessa .....	33
	6.3 Uraohjaus aikuislukiossa .....	34
	6.4 Ohjauksen ja tuen tarve ylioppilaskirjoitusten aikana.....	37
	6.5 Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioiminen.....	40
<b>7</b>	<b>AIKUISLUKIO-OPISKELIJOIDEN TOIVEET OHJAUKSELLE</b> .....	<b>43</b>

7.1 Opinto-ohjauksen laatu.....	44
7.2 Vahvuuksien kautta oman polun hahmottamista .....	46
7.3 Tehokkaampaa uraohjausta .....	47
7.4 Aikuislukio-opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista.....	50
<b>8 POHDINTA.....</b>	<b>55</b>
8.1 Ohjaustyön suuntaviivat aikuislukiossa .....	55
8.2 Opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista .....	62
8.3 Verkko-ohjauksen hyödyntäminen ohjauksessa.....	67
8.4 Tutkimuksen luotettavuus .....	70
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>73</b>

# 1 JOHDANTO

Aikuislukiot ovat päivälukioiden rinnalla oiva väylä yksittäisten kurssien tai koko ylioppilastutkinnon suorittamiseen. Aikuislukion monipuoliset ja joustavat mahdollisuudet lukio-opintojen suorittamiseen houkuttelevat eri ikäisiä ja eri elämäntilanteissa olevia ihmisiä lukio-opintojen pariin. Uusi oppivelvollisuuslaki astuu voimaan syksyllä 2021, minkä myötä oppivelvollisuus päättyy, kun opiskelija täyttää 18-vuotta (Oppivelvollisuuslaki 2020/1214 § 2). Oppivelvollisuuden laajentamisen myötä voidaan olettaa, että myös aikuislukion opiskelijamäärät kasvavat.

Aikuislukion opiskelijamäärien ja suosion kasvaessa lisääntyy myös opiskelijoiden ohjaustarve. Aikuislukion ohjauksesta on määrätty lukiolaissa ja se on kirjattu myös aikuislukion opetussuunnitelmaan. Lukio-opintoja suorittava opiskelija on oikeutettu oppimäärään kuuluvan opinto-ohjauksen kurssien lisäksi henkilökohtaiseen ohjaukseen, johon liittyy lukio-opintojen ja jatko-opintojen suunnittelua. (Lukiolaki 2018/714 § 11 ja § 13 ja § 25; Aikuisten lukiokoulutuksen opetussuunnitelman perusteet, 2015, 18-19).

Aikuislukion ja päivälukion kurssisisällöt ovat keskenään samankaltaisia, mutta suoritustavoissa ja kurssimäärissä on eroavaisuuksia (Opetus- ja kulttuuriministeriö, lukiokoulutus). Aikuislukio on mahdollista suorittaa kokonaan etänä verkko-opintoina, joten lukio-opintoja on mahdollista suorittaa esimerkiksi ulkomailta käsin. Myös aikuislukion ohjauksen on mukauduttava erilaisiin suoritustapoihin ja opiskelijoiden erilaisiin elämäntilanteisiin. Jokaisella aikuislukio-opiskelijalla on oikeus ohjaukseen ja koulutuksen järjestäjän tulee pitää huolta siitä, että tämä päämäärä toteutuu. Tämä on vaikuttanut erityisesti siihen, että opinto-ohjausta tulee olla saatavilla myös verkossa.

Käsitys opinto-ohjauksesta on muuttunut viime vuosikymmenien aikana paljon. Opinto-ohjauksessa ei käsitellä enää pelkästään opintoihin liittyviä käytännön

asioita kuten kurssivalintoja, vaan se pitää sisällään myös opiskelijan koko elämän osa-alueet. (Onnismaa, 2020, 15-16.) Myös elinikäisen ohjauksen strategia painottaa ohjauksen saatavuutta kaiken ikäisille ihmisille (Opetus- ja kulttuuriministeriö, elinikäisen ohjauksen strategia). Lisääntyneen ohjaustarpeen takia myös ohjausresursseihin tarvitaan lisää panosta. Erityisesti henkilökohtaisen ohjauksen tarve on lisääntynyt ja opiskelijoiden keskuudessa toivottua. (Suomen lukiolaisten liiton selvitys, 2012, 31-32.)

Aikuislukiokoulutusta ei ole aiemmin juurikaan tutkittu, ja esimerkiksi tutkimukset lukion opinto-ohjauksesta käsittelevät yleensä päivälukioita ympäristöinä. Tämän vuoksi koimme tärkeäksi lisätä tutkittua tietoa aikuislukion ohjauksen kontekstissa. Lähivuosina on tehty paljon koulutuspoliittisia päätöksiä, jotka koskevat etenkin lukio-opiskelijoita. Opiskelijat toivovat itse, että koulutuspoliittisia päätöksiä tehtäessä huomioitaisiin erityisesti lukiolaisten hyvinvointi. Kouluterveyskyselyn 2019 mukaan, lähes 40 prosenttia lukio-opiskelijoista on kokenut huolta omasta mielialastaan viimeisen 12 kuukauden aikana (Terveysten ja hyvinvoinninlaitos, 2019). Opiskelijoiden ja etenkin aikuislukiolaisten kokemuksia ja toiveita opinto-ohjauksesta ei ole juurikaan tutkittu, joten koimme aiheemme myös tältä saralta merkitykselliseksi.

Tutkimuksemme on toteutettu yhteistyössä *Innovatiivisten oppimisympäristöjen edistäminen lukiokoulutuksessa - Digitaalinen ohjaus tukemassa lukio - opiskelijoiden oman tulevaisuuden suunnittelua*-hanketta. Hankkeen tarkoituksena on kehittää aikuislukioiden opinto-ohjauksen menetelmiä nykyaikaisiin tarpeisiin sopivammaksi, huomioiden etenkin verkko-ohjauksen mahdollisuudet. Tämän vuoksi oli tärkeää kartoittaa opiskelijoiden kokemuksia opinto-ohjauksesta aikuislukiossa.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää aikuislukio-opiskelijoiden kokemuksia opinto-ohjauksesta sekä kartoittaa, millaisia toiveita opiskelijoilla on oh-

jauksen suhteen tulevaisuudessa. Tutkimus on ajankohtainen uuden oppivelvollisuuslain, lisääntyneen ohjaustarpeen sekä suoritustapojen monipuolisuuden takia. Tutkielmamme alussa kuvaamme aikuislukion luonnetta sekä opetussuunnitelmaa, oppivelvollisuuslain muutosta sekä elinikäisen ohjauksen strategiaa. Lisäksi avaamme hankkeen tarkoitusta, jonka osana olemme toteuttaneet tutkielmamme. Tämän jälkeen kuvaamme tutkimuksemme toteutukseen liittyvät vaiheet, haastatteluiden toteuttamisen sekä analyysin toteutustavan. Tutkimuksen toteutuksen jälkeen esittelemme sisällönanalyysin pohjalta muodostuneet tutkimustulokset. Tutkielman lopussa käsittelemme johtopäätöksiä sekä tutkielmamme luotettavuutta ja eettisyyttä.

## 2 YHTEISTYÖHANKE

Toteutimme pro gradu- tutkielman yhteistyössä hankkeen *Innovatiivisten oppimisympäristöjen edistäminen lukiokoulutuksessa - Digitaalinen ohjaus tuke- massa lukio - opiskelijoiden oman tulevaisuuden suunnittelua* kanssa. Hanke on aloitettu vuonna 2020. Opiskelut ovat siirtyneet entistä enemmän etäympäris- töön vallitsevan maailma tilanteen sekä teknologian kehityksen myötä. Hank- keen tavoitteena onkin luoda ja kehittää uusia lukiokoulutuksen digitaalisia op- pimisympäristöjä. Hankkeella pyritään myös edistämään lukiolainsäädännössä ja määräyksissä asetettuja lukiokoulutuksen tavoitteita. Lisäksi hankkeessa tulee kehittää opettajien välistä yhteistyötä, vahvistaa opiskelijoiden osallisuutta sekä edistää kestävää kehitystä.

Hankkeen erityisinä painopisteitä ovat: toimintakulttuurin uudistaminen ja op- pimisympäristöjen laajentaminen. Toimintakulttuurin uudistamisessa on tarkoi- tuksena kehittää ratkaisuja, joilla voidaan tukea opiskelun monimuotoisuutta. Hankkeessa huomioidaan laaja-alaisen osaamisen edistäminen, oppiaineiden vä- lisen yhteistyön sekä yksin ja ryhmissä työskentelyn tärkeys. Kaikessa tässä pai- notetaan fyysisen sekä digitaalisen oppimisympäristön kehittämistä pedagogi- sesti mielekkäällä tavalla. Hankkeessa voidaan paneutua lukion oppimisympä- ristöjen laajentamiseen yli koulurakennuksen rajojen uudistamalla yhteisiä, fyy- sisiä ja digitaalisia oppimisympäristöjä sekä yhteistyömalleja. Oppimisympäris- töjen laajentamisessa korostuu yhteistyö muiden koulutuksen järjestäjien, kor- keakoulujen, työelämän ja kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. (Opetushalli- tus, innovatiivisten oppimisympäristöjen edistäminen.)



### 3 AIKUISLUKIOKOULUTUS

Lukio-opintoja voi Suomessa suorittaa päivälukiossa, aikuislukiossa, etälukiossa ja joissakin kansanopistoissa. Aikuislukioon haetaan oppilaitoksien omien käytäntöjen mukaan. Aikuislukion opiskelijaksi ottamisessa kriteerinä on perusopetuksen oppimäärä. Opinnoissa on tarkoitus edetä yksilöllisten kurssivalintojen mukaisesti. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, lukiokoulutus.) Alle 18-vuotias aikuislukioon hakija voidaan hyväksyä suorittamaan aikuislukiokoulutuksen oppimäärää niissä tapauksissa, jos hakijalla on pätevä terveydentilaan tai henkilökohtaiseen elämäntilanteeseen liittyvä syy (Lukiolaki 2018/714 § 22).

Oppimäärä aikuislukiossa on 44 kurssia, kun taas päivälukiossa määrä on 75 kurssia. Aikuislukiokoulutus on opiskelijalle maksutonta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, lukiokoulutus.) Vuonna 2018 uudistetussa lukiolaissa on määrätty, että vuodesta 2021 lukion kurssit vaihtuvat opintopisteiksi, joka tarkoittaa sitä, että nuorille tarkoitetun päivälukion oppimäärä on yhteensä 150 opintopistettä, ja aikuislukion oppimäärä yhteensä 88 opintopistettä. Aikuislukion oppimäärä on pienempi, koska taito- ja taideaineiden opinnot eivät ole pakollisia aikuisille tarkoitettussa oppimäärässä. (Lukiolaki 2018/714 § 10 ja § 11.)

Aikuislukiossa voi opiskella joko lukion oppimäärän, ylioppilastutkinnon, yksittäisiä oppiaineita tai korottaa aikaisempia arvosanoja. Lisäksi aikuislukiossa opiskelijat voivat opiskella uudelleen lukiokursseja tai täydentää aikaisempia opintojaan esimerkiksi parantaakseen valmiuksia päästä jatkokoulutukseen. Aikuislukiossa opiskelijat suunnittelevat aina opinto-ohjaajan kanssa yhteistyössä henkilökohtaisen opiskelusuunnitelman opintojen alussa. Aikuislukion opetus on tyypillisesti monipuolista, sisältäen lähi- sekä etäopetusta. Suuri osa opinnoista tapahtuu verkossa sekä itsenäisesti opiskellen. Aikuislukion on mahdollista suorittaa kokonaan myös etäopiskeluna verkossa. Tämä mahdollistaa erilaisten opiskelijoiden lukio-opinnot, sillä opintoja voi käydä esimerkiksi ulko-

mailla asuessa. (Opetushallitus, Mitä on lukiokoulutus.) Aikuislukioiden toimintakulttuurin monipuolisuus tarkoittaa myös samalla erityisen heterogeenistä opiskelijajoukkoa. Aikuislukio-opiskelijat voivat olla hyvin eri ikäisiä keskenään sekä elää erilaisissa elämäntilanteissa. Siksi aikuislukion tärkeä tehtävä on tukea jokaisen opiskelijan yksilöllistä ohjausta läpi opintojen.

Lukiokoulutuksen järjestäjän velvollisuutena on mahdollistaa opiskelijalle oppimäärän mukaisesti opetusta sekä opintojen ohjaus niin, että opiskelijan on mahdollista suorittaa vaadittava lukion oppimäärä kolmessa vuodessa. Opetus sekä opintojen ohjaus on järjestettävä niin, että opiskelijan on mahdollista tehdä yksilöllisiä valintoja omissa opinnoissaan. Lukiopetuksen tarkoituksena on myös, että opiskelijan on mahdollista kehittää omaa työelämäosaamistaan. Lukiota suorittava opiskelija on oikeutettu saamaan oppimäärään kuuluvan opinto-ohjauksen lisäksi henkilökohtaista ohjausta, sekä muuta opinto-ohjausta, joka liittyy opintojen ja jatko-opintojen suunnitteluun. Opiskelija, joka on suorittanut lukion oppimäärän, mutta ei ole saanut jatko-opintopaikkaa, on oikeus saada ohjausta liittyen opintoihin hakeutumiseen sekä urasuunnitelmien tekoon valmistumisen jälkeen vuoden ajan. Jälkiohjauksesta vastaa oppilaitos, jossa opiskelija on lukion oppimäärän suorittanut. Lisäksi opiskelija, jonka lukiokoulutus on päättymässä eroamisen tai opintojen suorittamisen vuoksi, on oikeutettu saamaan ohjausta uusiin opintoihin hakeutumista varten. (Lukiolaki 2018/714 § 11 ja § 13 ja § 25.)

Lukio-opintojen alussa opiskelija tekee yhdessä koulutuksen järjestäjän henkilöstön kanssa henkilökohtaisen opintosuunnitelman, jota päivitetään opintojen edetessä. Henkilökohtainen opintosuunnitelma sisältää suunnitelman lukion oppimäärän etenemisestä, ylioppilastutkinnon suorittamiseen liittyvän suunnitelman, suunnitelman jatko-opinnoista sekä opiskelijan tulevasta urasta. (Lukiolaki 2018/714 §26.) Jokainen opiskelija suunnittelee yhdessä opinto-ohjaajan kanssa oman edistymisen suunnitelman. Aikuislukiossa ei juurikaan edetä oman vuosi-

kurssin kanssa tarkasti samassa ajassa. Tarkoituksena on, että opinnot suunnitellaan yksilöllisesti, jotta jokaisella yksilöllä olisi mahdollisuus suorittaa lukiokoulutus.

Ohjauksen avulla tuetaan yksilöiden omaa ura- ja elämänsuunnittelua. Sillä on erityisen tärkeä rooli siinä, että ihminen löytää omanlaisensa paikan työelämässä. Käsitös ohjauksesta onkin viime vuosien aikana muuttunut pelkästä opintojen ohjauksesta koko elämänkentän suunnitteluksi. Työelämä sekä koulutus nähdään nykyään osana ihmisen elämänkentän kokonaisuutta. (Onnismaa, 2020, 15-16.) Erityisen tärkeää tämä on huomioida aikuislukion ohjauksessa, sillä opiskelijoiden elämäntilanteet vaihtelevat huomattavan paljon suhteessa esimerkiksi päivälukion opiskelijoihin.

Aikuislukion toimintaa määrittää aikuisten lukiokoulutuksen opetussuunnitelman perusteet (Aikuisten LOPS, 2015). Aikuisten lukiokoulutuksen tavoitteena on tukea opiskelijan omaa persoonallista kasvua sekä ohjata oman ainutlaatuisuuden arvostamiseen ja ymmärtämiseen. Opetussuunnitelman mukaan ohjaustoiminnan tulisi jatkua koko opiskelijan lukiokoulutuksen ajan tasaisena jatkumona. Tämän jatkumon tulisi tukea ja edistää opiskelijan kehitystä niin, että opiskelijalla on mahdollisuus oppia ja omaksua perustiedot- ja taidot, joiden avulla hänen on mahdollista suunnitella lukio-opintojaan, jatko-opintojaan sekä miettiä erilaisia, hänelle sopivia urapolkuja. Aikuisten lukiokoulutuksen tavoitteena on, että opiskelija oppii tuntemaan keskeiset tiedonlähteet, ohjauspalvelut ja sähköiset hakujärjestelmät, joista hän voi etsiä tietoa eri jatkokoulutuksista, ammattialoista ja joita hän voi hyödyntää urasuunniteluun ja käyttää tukena jatko-opintoja pohdittaessa. (Aikuisten LOPS, 2015, 18-25.) Opetussuunnitelmassa korostetaan opiskelijoiden omien kokemusten hyödyntämistä pohdittaessa heidän tulevia koulutus- ja uravalintoja.

Opetussuunnitelman perusteissa painotetaan, että lukiokoulutuksen ohjaus on koko koulun henkilöstön vastuulla. Ohjauksen tulisi olla monipuolista ja sen tulisi huomioida erilaisten, opiskeluun liittyvien työskentelytapojen mahdollisuudet. Erilaiset työskentelytavat ohjauksessa, kuten esimerkiksi henkilökohtainen ohjaus, sekä pienryhmä- ja vertaisryhmäohjaus tukevat opiskelijaa vahvuuksien tunnistamisessa, urasuunnittelussa, kiinnostusten kartoittamisessa sekä erilaisen valinta- ja ongelmatilanteiden ratkaisussa. Aikuislukiokoulutuksen yhtenä tavoitteena on, että opiskelija oppisi itse tunnistamaan omat vahvuutensa, kehityksen kohteensa, sekä hänelle parhaat, elinikäistä oppimista tukevat tavat oppia. (Aikuisten LOPS, 2015, 18.)

## 4 OHJAUKSEN LISÄÄNTYVÄ TARVE

Tutkielmamme aihe on sidoksissa hyvinkin ajankohtaisiin teemoihin kuten oppivelvollisuuden laajenemiseen sekä elinikäisen ohjauksen strategiaan. Näillä poliittisilla linjauksilla on tulevaisuudessa luultavasti vaikutusta aikuislukion ohjaustarpeeseen. Seuraavissa luvuissa kuvaamme tarkemmin, mitä elinikäisen ohjauksen strategian ajatus on, mitä oppivelvollisuuden laajenemisella tarkoitetaan ja miten nämä suunnitelmat kytkeytyvät aikuislukion ohjaukseen ja sen kehittämiseen.

### 4.1 Elinikäisen ohjauksen strategia

Elinikäisen ohjauksen strategian tarkoituksena on tukea yksilöitä heidän koulutus- ja urapoluillaan. Aikuislukion opiskelijakunta on juuri elinikäisen ohjauksen strategian kohdekuntaa, sillä aikuislukio-opiskelijat ovat hyvinkin eri-ikäisiä sekä eri vaiheissa elämäänsä. Elinikäisen ohjauksen strategian tarkoituksena on, että ihmiset saisivat taitoja tehdä myös itsenäisesti koulutus- ja uravalintoja. Lisäksi tarkoituksena on, että yksilöt saavat tarpeeksi ohjausta erilaisten ohjauspalveluiden kautta. Strategian on tarkoitus antaa toimenpidesuosituksia ohjauksen järjestämiseen vuoteen 2023 mennessä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, elinikäisen ohjauksen strategia, 2020.)

Elinikäisen ohjauksen tausta-ajatuksena on seuraavat kaksi ajatusta: ensimmäinen ajatus on, että eri-ikäiset yksilöt pystyisivät paremmin tunnistamaan omaa osaamistaan suhteessa erilaisiin työmahdollisuuksiin. Tarkoituksena on myös, että ihmiset saisivat mahdollisuuksia kehittää osaamistaan työmahdollisuuksia ajatellen. Toisena tausta-ajatuksena on yksilöiden parempi kyky tehdä tulevaisuuden suunnitelmia ja valintoja, jotka liittyvät koulutukseen ja urapolkuun.

(Opetus- ja kulttuuriministeriö, elinikäisen ohjauksen strategia, 2020.) Elinikäisen ohjauksen strategian toiminta-ajatukset ovat siis hyvin yhteneväiset aikuislukion ohjaussuunnitelman ja tarkoitusperien kanssa.

Tällä hetkellä vaikuttaa siltä, että yhteiskunnan tarjoamat ohjaus- ja neuvontapalvelut eivät tavoita kaikkia, ja siksi elinikäisen ohjauksen strategia pyrkii vaikuttamaan erityisesti ohjauksen saatavuuteen. Nykypäivänä on myös tärkeää, että ohjaus kattaa myös digitaalisen, verkossa tapahtuvan ohjauksen. Ohjauksen digitaalisuudella on selkeä yhteys ohjauksen saavutettavuuteen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, elinikäisen ohjauksen strategia, 2020.) Tähän tarpeeseen pyrkii myös tutkielmamme vastaamaan, osana hanketta ”Innovatiivisten oppimisympäristöjen edistäminen lukiokoulutuksessa – Digitaalinen ohjaus tukemassa lukio-opiskelijoiden oman tulevaisuuden suunnittelua”.

Elinikäisen ohjauksen strategia on osa jatkuvan oppimisen uudistusta, jota on määrätty käsiteltävän myös nykyisessä hallitusohjelmassa. Jatkuvan oppimisen uudistus on kehitetty työikäisten ihmisten työhön sijoittumisen parantumista varten. Lisäksi elinikäisen ohjauksen strategia linkittyy työllisyyden nostoon, oppivelvollisuuden laajentumiseen sekä työn ja työhyvinvoinnin kehittämiseen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, elinikäisen ohjauksen strategia, 2020.) Onnismaa (2020) kuvaa teoksessaan, että ihmisten valintojen teko ei sijoitu enää vain nuoruuteen, vaan ura- sekä elämänsuunnitelmien teko on nykypäivänä jatkuvaa. Ohjauksella on paikkansa eri ikävaiheissa, ja sen avulla yksilöllä on paremmat mahdollisuudet selviytyä erilaisista elämän siirtymävaiheista. Riittävän kattava eri-ikäisten ihmisten ohjaus sekä heidän tiedottaminen on yhdenmukaista työtä hallituksen säätämien, elinikäisen oppimisen tavoitteiden kanssa. (Onnismaa, 2020, 15.)

## 4.2 Oppivelvollisuuden laajeneminen

Uusi oppivelvollisuuslaki (2020/1214) astuu voimaan elokuussa 2021. Tämän myötä oppivelvollisuus laajenee. Jatkossa toiseen asteen opinnoista tulee maksuttomia laajennetun oppivelvollisuuden piiriin kuuluville nuorille. Oppivelvollisuus päättyy, kun oppivelvollinen täyttää 18-vuotta, tai silloin, kun hän suorittaa toisen asteen tutkinnon. Hyväksytyksi tutkinnoksi katsotaan ylioppilastutkinto sekä ammatillinen tutkinto (Oppivelvollisuuslaki § 2). Uudistuksen tavoite on kaventaa oppimisen eroja, nostaa osaamis- ja koulutustasoa kaikilla koulutusasteilla, kasvattaa koulutuksellista tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta, sekä edistää lasten ja nuorten hyvinvointia (Opetus ja kulttuuriministeriön verkkosivu, kysymyksiä ja vastauksia oppivelvollisuudesta).

Oppivelvollisuuden laajentaminen tulee myös luultavasti vaikuttamaan aikuislukioiden opinto-ohjaustarpeeseen. Uusi oppivelvollisuuslaki tulee lisäämään aikuislukio-opiskelijoiden määrää ja sitä myötä myös ohjauksen tarvetta. Oppivelvollisuuden laajentamisella pyritään siihen, että kaikille nuorille taataan toisen asteen tutkinto. Jotta edellä mainittu toteutuu, tulee myös aikuislukioissa keskittää enemmän resursseja opiskelijoiden ohjaukseen.

Oppivelvollisuuden laajentamisen myötä opinto-ohjauksen ja oppilaanohjauksen resurssien tarve kasvaa merkittävästi. Oppivelvollisuuslaissa (§ 11) linjataan, että: *”Oppivelvollisella on oikeus saada riittävästi oppilaanohjausta tai opinto-ohjausta sekä muuta ohjausta 10 §:ssä säädettyjen hakeutumisoltoitteidensa täyttämiseksi.”* Tämän johdosta opinto-ohjaukselle on luotu kehittämisohjelma, joka käynnistää opinto-ohjauksen kehittämisen perusopetuksessa, ammatillisessa ja lukiokoulutuksessa. Kehittämisohjelman tavoitteena on kehittää oppilaanohjauksen ja opinto-ohjauksen toteutumista, sekä ohjauksen yhteistyötä, toimintatapoja, jatkumoa ja systemaattisuutta. Lisäksi tavoitteena on tukea opinto-ohjauksen roolia oppijan osaamisen tukemisessa keskittyen erityisesti vahvuuksien tunnistami-

seen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, opinto-ohjausta uudistetaan osana oppivelvollisuuden laajentamista.) Tämä tutkimus pyrkii aikuislukio-opiskelijoiden kokemusten perusteella kehittämään ohjaustoimintaa yhdenmukaisesti ohjauksen kehittämisohjelman kanssa.



## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa esittelemme tutkimuksen tarkoituksen, tutkimuskysymykset sekä tutkimuksen toteutuksen eri vaiheet. Luvun lopussa on kuvattu, kuinka toteutimme aineiston sisällönanalyysin.

### 5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kartoittaa aikuislukion opinto-ohjauksessa käsiteltäviä ilmiöitä sekä aikuislukio-opiskelijoiden esiin nostamia teemoja ja toiveita aikuislukion ohjauksesta. Tarkoituksena on selvittää kokonaiskuvaa siitä, minkälaiseksi opiskelijat kokevat opinto-ohjauksen tilan aikuislukiossa tällä hetkellä ja mitä he toivoisivat siltä. Tutkimus toteutettiin osana hanketta: *Innovatiivisten oppimisympäristöjen edistäminen lukiokoulutuksessa - Digitaalinen ohjaus tukemassa lukio - opiskelijoiden oman tulevaisuuden suunnittelua*. Näin tutkimus palvelee myös aikuislukion ohjauksen toimintakulttuurin kehitystä.

Tutkimustehtävänä on vastata seuraaviin kysymyksiin:

1. Millaisia kokemuksia aikuislukion opiskelijoilla on opinto-ohjauksesta?
2. Millaisia ohjaustarpeita opiskelijat nostavat esille?

### 5.2 Tutkimuksen lähestymistapa

Tutkimuksemme taustalla toimii vaikuttavana tutkimusotteena fenomenologia. Metodina fenomenologia tutkii erityisesti ihmisten erilaisia kokemuksia tutkittavasta ilmiöstä. Siksi fenomenologiseen tutkimusotteeseen on erityisesti sidoksissa kokemuksen sekä merkityksen käsitteet. (Laine, 2015, 29). Tutkimuksemme tarkoituksena oli selvittää ihmisten kokemuksia aikuislukion ohjauksesta ja siksi koimme, että fenomenologia vastaa erinomaisesti tähän tarpeeseen. Fenomeno-

logisen tutkimuksen perimmäinen tarkoitus on kerätä tietoa jostain tietystä ilmiöstä, sillä usein fenomenologinen tutkimus lähteekin tarpeesta kehittää tai uudistaa jotain ihmisiä koskettavaa asiaa. (Laine, 2015, 50.) Myös tämä tutkielma on lähtenyt tarpeesta kehittää ja uudistaa aikuislukion ohjauskulttuuria nykyaikaisia vaatimuksia vastaavaksi.

Tutkimuksemme on luonteeltaan kvalitatiivinen, eli laadullinen tutkimus. Tarkoituksenamme on selvittää aikuislukio-opiskelijoiden kokemuksia opinto-ohjauksesta, sekä millaisia toiveita opiskelijoilla oli aikuislukion opinto-ohjaukselle. Patton (2002, 47) esittää, että laadullisen tutkimustiedon avulla pyritään tuomaan esiin toisen ihmisen kokemuksia tutkimushenkilön omin sanoin. Siksi koimme juurikin laadullisen tutkimusotteen vastaavan tutkimuskysymyksiimme kattavasti.

Laadullisessa tutkimuksessa pyritään kuvaamaan, ymmärtämään ja tulkitsemaan tutkittavaa ilmiötä, ja perustelemaan sekä pohjustamaan sitä teorian avulla (Tuomi & Sarajärvi, 2018, 98). Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä, että sen tekeminen on tutkijalle jatkuvaa päätöksentekoa. Usein tutkimuskysymykset muodostuvat tutkimuksen teon aikana, ja alussa niiden muodostaminen saattaa olla haastavaa. Tutkimuksemme teon aikana pysähdyimme useaan kertaan miettimään vastaavatko tutkimuskysymyksemme tutkittavaan ilmiöön. Pohtimisen tuloksena päädyimme muokkaamaan tutkimuskysymyksiä käsittelemään enemmän opiskelijoiden kokemuksia ohjauksesta. Näin ollen tutkimuksen tarkastelun kohde tarkentui tutkimuksen edetessä.

Laadullisen tutkimuksen teossa on tärkeää, että tutkijalla itsellään on objektiivinen suhtautuminen tutkittavaa aihetta kohtaan. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkimusaihetta tulisi tarkastella mahdollisimman puolueettomasti, ilmiön ulkopuolelta käsin. Koimme, että meillä ei ollut tutkittavasta ilmiöstä ennakoon kovin kattavasti tietoa, ja esimerkiksi aikuislukion luonne hahmottui meille vasta, kun perehdyimme siihen syvemmin eri kirjallisuuden sekä sivustojen kautta. Tämän

vuoksi koemme, että olemme pystyneet tarkastelemaan aineistoa puolueettomasti, antamatta omien tulkintojemme vaikuttaa liialti tutkimuksen kulkuun.

Tutkielmamme toteutus eteni seuraavien, kahdeksan askeleen kautta:

1. Tutkittavaan ilmiöön huolellinen perehtyminen
2. Teema-alueiden ja haastattelurungon rakentaminen
3. Aineiston keruu teemahaastatteluilla
4. Aineiston litterointi
5. Aineiston huolellinen läpikäynti ja lukeminen
6. Sisällönanalyysin teko
7. Aineistosta nousseiden havaintojen yhdistäminen tutkimustiedon kanssa
8. Tulosten pohdinta ja arviointi

### **5.3 Haastateltavat**

Pohtiessamme tutkimukseenne tarkoitusta sekä toteutustapaa olimme yhtä mieltä siitä, että tavoitteenamme on saada opiskelijoiden omat kokemukset kuuluviin haastattelemalla heitä itseään. Koska valmistumme molemmat opinto-ohjaajiksi, koimme, että tutkimuksen teko haastattelemalla opiskelijoita on meille myös hieno oppikokemus. Koska tutkielmamme on toteutettu osana "Innovatiivisten oppimisympäristöjen edistäminen lukiokoulutuksessa - Digitaalinen ohjaus tukemassa lukio-opiskelijoiden oman tulevaisuuden suunnittelua"-hanketta, oli meistä tärkeää, että juuri aikuislukion opiskelijat saavat mahdollisuuden vaikuttaa heidän ohjauksensa kehitykseen.

Haastattelimme yhteensä 11 aikuislukion opiskelijaa. Opiskelijat olivat iältään kahdestakymmenestä kolmeenkymmeneen vuoteen ja eri vaiheissa aikuislukio-opintoja. Osa haastatteluun osallistuneista opiskelijoista oli aloittanut aikuislukion syksyllä 2020 ja osa oli valmistumassa ylioppilaaksi keväällä 2021. Opiske-

lijat opiskelivat suomalaisessa aikuislukiossa, mutta aikuislukion etäopetusluonteen vuoksi kaksi asui ulkomailla. Suurin osa opiskelijoista oli ollut päivälukiossa tai ammattikoulussa opiskelemassa ennen aikuislukio-opintoja.

Aikuislukion opiskelijoille lähetettiin sähköpostitse pyyntö tutkielmamme haastatteluihin osallistumisesta, jonka pohjalta osallistujat ottivat meihin yhteyttä ja ilmaisivat kiinnostuksensa osallistumista kohtaan. Lisäksi aikuislukion opinto-ohjaajat kertoivat opiskelijoille mahdollisuudesta osallistua haastatteluun. Osa osallistujista ilmoittautuikin opinto-ohjaajan kautta osallistujaksi.

## 5.4 Aineiston hankinta

Valitsimme aineistohankintamenetelmäksemme haastattelun, sillä tarkoituksenamme oli, että juuri aikuislukion opiskelijat itse saisivat kertoa kokemuksiaan tästä aiheesta. Haastattelua pidetäänkin yhtenä laadullisen tutkimuksen päämenetelmänä. Haastattelu tiedonkeruumenetelmänä korostaa sitä, että vastaajien on mahdollista tuoda esille itseään koskevia asioita mahdollisimman vapaasti (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009, 204-205). Haastattelua voidaankin kutsua eräänlaiseksi keskusteluksi, joka lähtee liikkeelle tutkijan aloitteesta ja on hänen johdattelemaansa (Eskola & Suoranta, 1998, 86).

Haastattelu tutkimuksen tekemisen välineenä on erityinen tilanne, jossa on tärkeää, että haastattelijalla on ennalta ainakin osittain suunnitellut haastattelun. Lisäksi on tärkeää, että tutkielman tekijä on tarpeeksi perehtynyt omaan aihealueeseensa. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, 43.) Ennen haastattelua perehdyimme riittävän hyvin aihealueeseen sekä ilmiöihin, jotka koimme tärkeäksi haastatteluissa. On tärkeää, että haastattelijalla tietää aihealueesta tarpeeksi, sillä haastattelutilanteessa haastattelijalla on vastuussa haastattelun kulusta.

Haastattelijan on myös tärkeää muistaa, että hänen kuuluu innostaa haastateltavaa vastaamaan ja osallistumaan haastatteluun. Erityisen tärkeää haastatteluissa on se, että kaikki tilanteessa keskusteltu on luottamuksellista. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, 43.) Haastatteluissamme painotimme vastaajien anonymiteettia läpi haastattelun. Lisäkysymyksillä pyrimme innostamaan haastateltavia avoimesti kertomaan kokemuksiaan meitä kiinnostavista aihealueista.

Haastattelun suurimpana etuna pidetään sen joustavuutta. Menetelmän joustavuus mahdollistaa aineiston keruun säätelyn tilanteen vaatimalla tavalla ja vastaajien myötäilyä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009, 204-205.) Joustavuuden takia meidän aineistonhankintamenetelmäksemme valikoitui haastattelu sillä koimme, että tämä antaa meille kattavimmin tietoa kokemuksista aiheestamme.

#### **5.4.1 Teemahaastattelu**

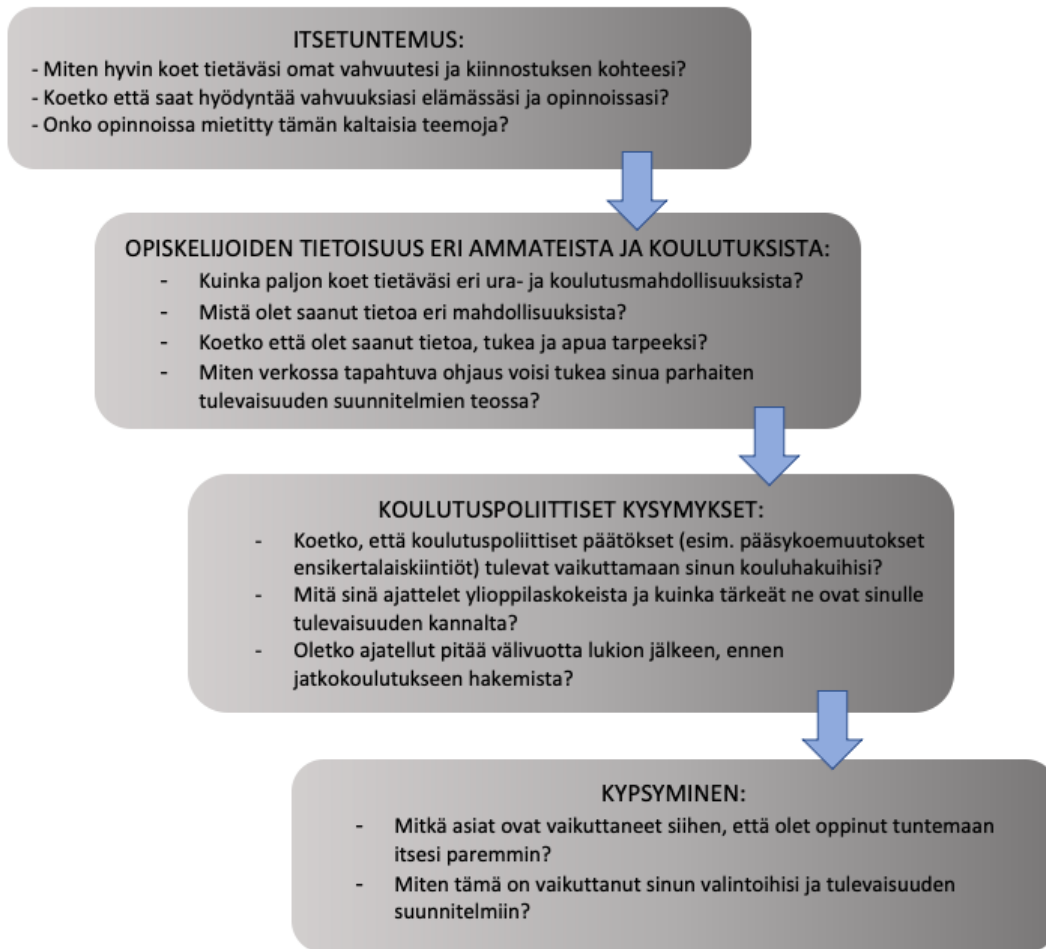
Käytimme tutkielmamme haastattelutapana teemahaastattelua. Teemahaastattelun perimmäisenä ajatuksena on ihmisten erilaisten uskomusten ja ajatusten kartoittaminen ja tutkiminen. Teemahaastattelussa on tapana, että haastattelu etenee luontevasti, tiettyjen teema-alueiden pohjalta. Tarkoituksena on saada haastateltavan mielipiteet, uskomukset sekä ajatukset esille kattavasti. Juurikin tämänkaltaiset, ihmisten erilaiset kokemukset ja ajatukset ovat tämän menetelmän kannalta olennaisinta antia. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, 47-48.) Valitsimme teemahaastattelun haastattelutavaksemme, sillä koimme, että tutkielmamme perimmäinen ajatus on saada aikuislukio-opiskelijoiden ajatukset sekä kokemukset kuuluviin, ja teemahaastattelu sopii juuri tähän tarpeeseen hienosti.

Ennen haastatteluja tutkijan on tärkeää perehtyä kattavasti tutkittavaan teemaan, sen teoriaan ja aiempaan tutkimustietoon, sekä näiden kautta kartoittaa, mitkä ovat tässä tutkimuksessa teoreettisia peruskäsitteitä. Teoreettiset peruskäsitteet ovat ikään kuin tutkittavan ilmiöön liittyviä pääkategorioita, toistuvasti aihee-

seen liittyvässä kirjallisuudessa esiintyviä ylä- ja alaluokkia. Tämän jälkeen tutkijan on suunniteltava haastatteluiden kehyksenä toimivat teemat. Monesti haastatteluita ennen tutkija suunnittelee haastattelukysymykset valmiiksi, mutta teemahaastattelussa olennaista on miettiä juurikin ne teemat, joiden tiimoilta haastattelu etenee. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, 66.)

Haastattelun teema-alueet muodostavat luettelon, joiden pohjalta haastattelu etenee. Teema-alueet ovat lyhyempiä ja suppeampia kuin varsinaiset tutkimuskysymykset, ja ne toimivat haastattelijan muistilistana haastattelun aikana. Olennaista on, että haastattelijalla esittää kysymyksiä näihin teema-alueisiin liittyen ja haastateltava voi vapaasti kertoa ajatuksiaan ja käsityksiään tästä teemasta. Onkin tärkeää, että teema-alueet ovat sen verran väljiä, että haastateltava pystyy mahdollisimman monipuolisesti kertomaan ajatuksiaan aiheesta. Haastattelijalla voi halutessaan kysyä tarkentavia jatkokysymyksiä haastattelun aikana, jotta aineistosta tulisi tarpeeksi kattava. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, 66-67.)

Teemahaastattelussa ei ole tarkasti ennalta laadittuja, järjestyksessä haastateltavia kysymyksiä, eikä se myöskään ole ihan täysin vapaamuotoinen haastattelu. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, 47-48.) Tutkielmamme haastattelurunko muodostui teema-alueisiin liittyvistä kysymyksistä, jotka olivat kaikille osallistujille samat. Tämän lisäksi haastatteluun sisältyi myös kysymyksiä, jotka liittyivät juurikin kyseisen haastateltavan yksilölliseen tilanteeseen. Teemahaastattelun voisi luonnehtia olevan lähempänä strukturoimatonta haastattelua kuin strukturoitua. Puolistrukturoiduksi haastatteluksi teemahaastattelua nimitetään usein siksi, että teemat ovat samat jokaisessa haastattelussa. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, 47-48.) Tutkielmamme haastattelurungon teema-alueiksi muodostui neljä eri aluetta, jotka nimitimme seuraavasti: itsetuntemus, jatkosuunnitelmiin liittyvä tietous, koulutuspoliittiset kysymykset sekä kypsyminen. Kuviossa 1 on esitelty teema-alueemme sekä kysymysrunkomme tarkemmin.



**Kuvio 1 Teemahaastattelurunko**

#### 5.4.2 Haastattelujen toteuttaminen

Haastattelukutsu lähetettiin opiskelijoille loppuvuodesta 2020, ja haastattelut toteutettiin alkuvuodesta 2021. Päätimme toteuttaa haastattelut niin, että jaoin kummallekin tutkimuksen tekijöistä haastateltavat, että toisen tuli haastatella kuusi opiskelijaa ja toisen viisi opiskelijaa. Kaikki haastattelut järjestettiin etäyhteydellä, Zoom-alustalla videokuvan sekä äänen kera. Haastattelut äänitettiin puhelimen äänityssovelluksella. Haastattelut päätettiin toteuttaa etäyhteydellä, sillä aikuislukion toimintakulttuuriin liittyy vahvasti verkon välityksellä työskentely. Lisäksi halusimme sallia myös muissa Suomen kaupungeissa tai ulkomailla asuvien opiskelijoiden osallistumisen haastatteluihin.

Haastattelut suoritettiin opiskelijoiden koulupäivien ulkopuolella, ja ne olivat kestoltaan noin 30-60 minuuttia. Haastattelun alussa kerroimme osallistujille tutkimuksemme tarkoituksesta, osallistujien tietosuojaseikoista kuten anonymiteetistä, sekä haastatteluaineiston eli äänitteen käytöstä ja oikeaoppisesta hävittämisestä. Sekä haastattelijat että haastateltavat osallistuivat haastatteluun omasta kotoaan käsin. Kaikki haastattelut onnistuivat ilman suurempia häiriötekijöitä ja kotoa käsin osallistuminen vaikutti tekevän haastattelutilanteesta mukavan osallistujille. Haastattelun alussa keskustelimme pienen hetken haastateltavien kanssa haastatteluun liittymättömistä asioista luodaksemme tilanteesta mahdollisimman mukavan sekä dialogisen. Lisäksi haastatteluidemme alussa oleva kysymys *"Haluatko ensin kertoa, miten opintosi ovat sujuneet aikuislukiossa?"* toimi hyvänä lämmittelykysymyksenä haastatteluiden alkaessa.

Haastattelukutsussa kerroimme, että haastattelu vie aikaa noin 30 minuuttia. Osa haastatteluista kesti kuitenkin pitempään. Emme haastattelijoina kokeneet tarpeelliseksi lopettaa keskustelua, kun haastateltava vaikutti haluavansa kertoa vielä aiheesta. Haastattelut etenivät haastattelurungon mukaisessa järjestyksessä. Lisäksi haastattelijat kysyivät haastattelun aikana osallistujilta jatkokysymyksiä ja pyysivät tarkentamaan edellä kertomaansa. Muutaman kysymyksen kohdalla osallistujat pyysivät tarkentamaan kysymystä tai kertomaan, mitä kysymyksellä tarkoitetaan. Esimerkiksi kysymys *"Onko koulutuspoliittisilla päätöksillä ollut vaikutusta sinun valintoihisi?"* vaati useassa haastattelussa avaamista.

Haastateltavat osallistuivat haastatteluun hyvin ja vastasivat kysymyksiin kattavasti. Osallistujat eivät juurikaan vastanneet kysymyksiin liian lyhyesti, kuten sanoilla *"en tiedä"*, *"ei"*, tai *"kyllä"*. Osallistujat olivat selkeästi omasta halukkuudestaan osallistuneet tutkimuksemme haastatteluun sekä kertoivat mielellään omista kokemuksistaan.



## 5.5 Aineiston analyysi

Lähdimme analysoimaan aineistoa käyttäen analyysimetodina aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Ennen varsinaista aineiston analyysin aloitusta litteroimme äänitetyt haastattelut. Litteroinnilla tarkoitetaan tallennetun laadullisen aineiston puhtaaksi kirjoittamista. Tutkija voi itse päättää haluaako hän litteroida kerätyn aineiston sanasta sanaan vai valikoida esimerkiksi tema-alueet, joihin litteroinnissa keskittyy. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009, 222.) Päädyimme itse litteroimaan haastattelut mahdollisimman sanatarkasti, jotta pystyimme kokoamaan mahdollisimman kattavan aineiston.

### **Aineistolähtöinen sisällönanalyysi**

Laadullisen tutkimuksen analyysi voidaan jakaa kahteen eri analyysitapaan. Ensimmäisessä tavassa analyysiä ohjaa tietynlainen teoreettinen taustakehys. Tätä kutsutaan teorialähtöiseksi lähestymistavaksi. Toista analyysimuotoa ei lähtökohtaisesti ohjaa jokin tietty teoria, mutta siihen on mahdollista soveltaa melko vapaasti erilaisia teoreettisia ja epistemologisia lähtökohtia. Tätä analyysimuotoa nimitetään aineistolähtöiseksi lähestymistavaksi. (Tuomi & Sarajärvi, 2017, 78.) Huolellisen ilmiöön tutustumisen jälkeen koimme aineistolähtöisen analyysin tutkielmaamme sopivammaksi menettelytavaksi.

Laadullisessa tutkimuksessa aineiston analyysi on useimmiten aineistolähtöistä. Tämä tarkoittaa sitä, että tiedonhankinnan jälkeen aineistosta pyritään löytämään toistuvat teemat, jotka ovat tutkittavan aiheen kannalta merkityksellisiä. (Kiviniemi, 2001, 68.) Analyysin tarkoituksena on tiivistää kerätty aineisto, kuitenkin hävittämättä sen sisältämää informaatiota (Eskola & Suoranta, 1998, 138). Myös meidän tarkoituksenamme on ymmärtää tiettyä ilmiötä, sekä erilaisia siihen vaikuttavia ajatuksia tarkemmin haastatteluiden avulla.

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä on tärkeää, että tutkija on perehtynyt aineistoon huolellisesti ja tuntee sen läpi kotaisin. Haastatteluiden ja litteroinnin

aikana pääsimme tekemään alustavaa tuttavuutta aineiston kanssa. Analyysi alkaa jo tavallaan haastatteluiden aikana, kun haastattelija havaitsee vastauksia, jotka ovat toistuvia tai todella erilaisia muihin haastateltavien vastauksiin verrattuna. Tässä vaiheessa haastattelija voi jo ikään kuin tehdä tyypittelyä, ja jopa jonkin asteisia oletuksia omassa mielessään asioista, jotka tuntuvat toistuvan haastatteluissa. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, 136.) On siis tärkeää, että tutkija on jatkuvasti ajatuksen tasolla tietoinen haastatteluaineiston laadusta sekä siitä, mitä siinä mahdollisesti ilmenee tutkittavasta ilmiöstä. Aloitimme varsinaisen analyysivaiheen kuitenkin aineiston huolellisella lukemisella. Kävimme aineiston läpi moneen kertaan, jotta pystyimme muodostamaan siitä selkeän kokonaiskuvan. Huomasimme myös, että mitä enemmän aineistoa luki ja kävi läpi, sitä enemmän siihen pääsi sisälle.

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi voidaan kuvata kolmivaiheisena prosessina: ensimmäinen vaihe on aineiston redusointi eli pelkistäminen, toinen vaihe on aineiston klusterointi eli ryhmittely ja kolmas vaihe aineiston abstrahointi eli käsitteellistäminen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108). Tämän analyysimenetelmän mukaisesti ensimmäisessä vaiheessa on tarkoituksena redusoida eli pelkistää aineisto niin, että tutkimuksen kannalta turhat yksityiskohdat otetaan pois. Tämä tarkoittaa esimerkiksi aineiston jakamista osiin tai tiivistämistä. (Tuomi & Sarajärvi, 2017, 91-92.) Lähdimme alleviivaamaan aineistosta ilmauksia, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiimme. Keräsimme alleviivatut ilmaisut tekstinkäsittelyohjelman tiedostoon, jossa aloimme pelkistämään ilmaisuja tiiviimpään muotoon.

Aineiston tiivistämisen jälkeen on vuorossa datan klusterointi eli ryhmittely. Aineistosta kerätyt, tutkimuksen kannalta olennaiset ilmaukset pyritään ryhmittelämään niin, että samassa ryhmässä on ilmaisuja, jotka kuvaavat saman tyylistä aihealuetta (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110). Ryhmittelimme pelkistetyt ilmaisut omaan tekstinkäsittelytiedostoon ja aloimme etsiä yhtäläisyyksiä näistä ilmauksista. Tämän jälkeen ryhmittelimme yhteneväisistä pelkistetyistä ilmauksista

omia alaluokkia. Alaluokat voidaan vielä ryhmitellä yläluokiksi ja yläluokat pääluokiksi.

Ryhmittelyn jälkeen aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä on vuorossa abstrahointi eli käsitteellistäminen. Ryhmittely on jo itsessään osa käsitteellistämistä, sillä myös tässä vaiheessa on tarkoituksena tehdä alaluokista yläluokkia ja nimitä ne sitä kuvaavilla termeillä. Lähdimme tekemään käsitteellistämistä niin, että pyrimme muodostamaan alaluokkien yläpuolelle yläluokkia, ja lopulta yläluokkien ylle omat pääluokat. Tässä tutkimuksessa käytämme pääluokista nimitystä pääteemat. Taulukossa 1 kuvataan aineistolähtöisen sisällönanalyysin päävaiheita.

Taulukko 1 Esimerkki sisällönanalyysistä

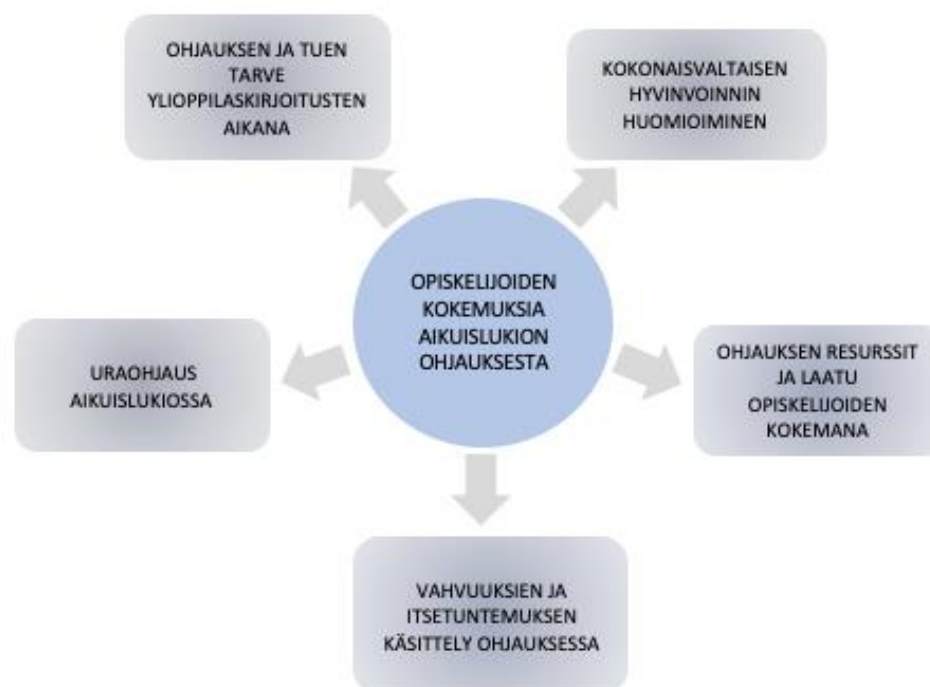
Alkuperäinen ilmaisu	Pelkistetty ilmaisu	Alateema	Yläteema	Pääteema
"Joka kerta ne tapaamiset nousdatti vaan sitä samaa kaavaa..." H6	Opiskelijan kokemus ohjaustilanteiden kaavamaisuudesta	Kiireen tuntu ja rutiininomaisuus	Vuorovaikutuksen merkitys ohjauksessa	Ohjauksen resurssit ja laatu opiskelijoiden kokemana
"Me ollaan tavattu opon kanssa tälle verkossa, ja se on mun mielestä ollu ihan arvokasta ja en mä oo muutakaan kaivannu" H6	Opiskelijan kokemus verkko-ohjauksen toimivuudesta	Verkko-ohjauksen hyödyntäminen ohjauksessa	Verkko-ohjaus opiskelijoiden kokemana	
"..Musta tuntuu siltä, et niillä opoilla on aika paljon oppilaita. Kun mä oon yrittäny saada jotain aikaa, niin ei niitä siellä ole antaa" H2	Opiskelijan kokemus ohjauskeskusteluiden heikosta saatavuudesta	Opinto-ohjauksen saatavuus	Opinto-ohjauksen merkitys aikuislukiolaiselle	
"No siis mun mielestä olis tosi tärkeitä et ne opot tiedostais sen, että suurin osa opiskelijoista ei voi hyvin" H1	Opinto-ohjaajien tulisi tiedostaa paremmin opiskelijoiden hyvinvoinnin tila	Opiskelijoiden lisääntynyt paine ja stressi	Opiskelijoiden pahoinvoinnin tiedostaminen	Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomiointi
"..Siellä ei ole olemassa mitään sellaista yhteisöä, et me ollaan jotenkin ihan irrallisia me opiskelijat" H4	Opiskelijan kokemus yhteisöllisyyden puutteesta	Aikuislukion haaste saattaa opiskelijat yhteen	Yhteisöllisyyden puute	

Suoritettuumme aineistoomme edellä esiteltyjen mallien mukaisen sisällönanalyysin, muodostimme alustavat pääteemat, joiden pohjalta lähdimme kirjoittamaan tutkimuksemme tuloksia. Tulimme kuitenkin siihen tulokseen, että alustavat pääteemat eivät vastanneet tarpeeksi kattavasti tutkimuskysymyksiimme. Tästä johtuen aloitimme toisen analyysikierron, jossa kävimme aineistoa vielä

uudestaan tarkemmin läpi. Tämän jälkeen saimme muodostettua pääteema-alueet. Lopullisen analyysin jälkeen saimme muodostettua ensimmäisen tutkimuskysymyksen alle viisi eri pääteemaa, jotka nimesimme seuraavasti: ohjauksen resurssit ja laatu opiskelijoiden kokemana, vahvuuksien ja itsetuntemuksen käsittely ohjauksessa, uraohjaus aikuislukiossa, ohjauksen ja tuen tarve ylioppilaskirjoitusten aikana ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioiminen. Toisen tutkimuskysymyksen alle muodostui neljä pääteema, joita olivat: opinto-ohjauksen laatu, vahvuuksien kautta oman polun hahmottamista, tehokkaampaa uraohjausta ja aikuislukio-opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista. Seuraavaksi esitellämme luvuissa 6 ja 7 tarkemmin tutkimuksemme tulokset.

## 6 OPISKELIJOIDEN KOKEMUKSIA OPINTO-OHJAUKSESTA AIKUISLUKIOSSA

Ensimmäisen tutkimuskysymyksemme ”Millaisia kokemuksia aikuislukion opiskelijoilla on opinto-ohjauksesta?” käsitteli aikuislukion ohjausta opiskelijoiden kokemana. Aineiston perusteella opiskelijoiden kokemuksista opinto-ohjauksesta nousi selkeästi esille viisi eri pääluokkaa, eli pääteemaa. Nämä pääteema-alueet olivat seuraavat: ohjauksen resurssit ja laatu opiskelijoiden kokemana, vahvuuksien ja itsetuntemuksen käsittely ohjauksessa, uraohjaus aikuislukiossa, ohjauksen ja tuen tarve ylioppilaskirjoitusten aikana ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioiminen. Edellä mainitut pääteemat muodostavat tämän tutkimuksen kokonaiskuvan siitä, miten opiskelijat ovat kokeneet opinto-ohjauksen aikuislukiossa. Kuviossa on esitelty edellä mainitut pääteemat, joita tässä luvussa kuvataan alaluvuissa 6.1-6.5.



Kuvio 2 Opiskelijoiden kokemuksia ohjauksesta

## 6.1 Ohjauksen resurssit ja laatu opiskelijoiden kokemana

Ohjauksen resurssit ja laatu opiskelijoiden kokemana- nimisen pääteeman alle muodostui kolme seuraavaa yläteemaa: vuorovaikutuksen merkitys ohjauksessa, opinto-ohjauksen merkitys aikuislukiolaiselle ja verkko-ohjaus tukemassa opiskelijan opintoja.

### *Vuorovaikutuksen merkitys ohjauksessa*

Aikuislukio-opiskelijat nostivat vuorovaikutuksen laadun haastatteluissa tärkeäksi tekijäksi siihen, että ohjaus koettiin onnistuneeksi opiskelijan näkökulmasta. Opiskelijoista osa kuvasi käyneensä eri opinto-ohjaajien kanssa ohjauskeskusteluita ja joidenkin opinto-ohjaajien kanssa vuorovaikutukseen ei oltu niin tyytyväisiä kuin toisten. Opiskelijat nostivat erityisesti epäedullisen ohjausvuorovaikutuksen piirteiksi tunteen siitä, että opinto-ohjaaja ei kohdellut opiskelijaa kuin opinnoistaan aktiivisesti päätöksiä tekevää aikuista. Lisäksi henkilöt, jotka eivät puhuneet suomen kieltä äidinkielenään kokivat, että opinto-ohjaajat puhuvat heille eri tyyllillä kuin suomenkielisille opiskelijoille.

*”Jotenkin hän kohteli mua vähän kuin mä olisin lapsi.. Ja puhui vaan itse paljon, eikä oikein kuunnellut mua, sitä mitä mä haluan ja itse olen suunnitellut. Et keskittyi enimmäkseen siihen mun opintojen aikatauluun. Mutta ei ollut oikeen semmosta kysymystä, että miten mä haluaisin edetä ja miten mä olen tän suunnitellut” H3*

Aikuislukio-opiskelijat esittivät, että kiireen tuntu sekä rutiininomainen kohtelu ohjaustilanteissa vaikutti siihen, että he olivat tyytymättömiä ohjaussuhteeseen. Opiskelijat kuvasivat, että kiireen sekä rutiininomaisuuden tuntu esimerkiksi kysymyksien asettelussa sai opiskelijat kokemaan, ettei juuri hänen opinnoistaan sekä kokemuksistaan oltu aidosti kiinnostuneita. Opiskelijoista osa oli kokenut, että vuorovaikutukseen negatiivisesti vaikuttaneet seikat aiheuttivat tunteen opiskelijassa, että ohjauskeskustelu oli vain pakollinen velvollisuus, joka piti

käydä suoritusmerkinnän vuoksi. Lisäksi opiskelijat kuvasivat, että kiire ja rutiniinomaisuus estivät pohdinnan ja uuden tiedon tarkastelun. Eräs aikuislukio-opiskelija kuvasi haastattelussa seuraavasti syitä sille, miksi hän oli kokenut ohjaustilanteet aikuislukiossa epämieliseksi:

*"Joka kerta ne tapaamiset noudatti vaan sitä samaa kaavaa, enkä mä kokenut koskaan et se opo ois oikeesti kiinnostunu mun opinnoista.. Ensinnäkin niissä tapaamisissa oli semmonen kiireen tuntu.. Se opo kysyi aika semmosia peruskysymyksiä, mulle jotenkin synty semmonen vaikutelma, et ei häntä kiinnostais et mitä mulle näistä keskusteluista jää. Et jotenkin vaan et nyt voidaan merkitä sit et on tällänen keskustelu on suoritettu" H6*

Erityisen lannistavaksi opiskelijat kuvasivat ohjauskeskustelut, jossa opinto-ohjaaja oli jollain tapaa viestittänyt, ettei opiskelijan tulevaisuudensuunnitelmat olleet järkevän oloisia. Eräs opiskelija kuvasi, että tämänkaltainen vaikutus tuli siitä, että opinto-ohjaaja oli keskittynyt esittelemään opiskelijalle muita vaihtoehtoja, vaikka opiskelija itse oli kertonut haaveestaan pyrkiä lääketieteelliseen tiedekuntaan opiskelemaan.

*"..Se opo suhtautui jotenkin skeptisesti siihen mun haaveeseen, ja se esitteli mulle vaan muita vaihtoehtoja, ja se oli siinä vaiheessa vähän lannistavaa.. Et oikeastaan siitä opotapaamisesta jäi käteen vaan se, että oikeastaan mun kannattais tehdä ihan muita asioita kun mitä mä oon suunnitellu.." H4*

Opiskelijoiden mukaan positiiviset kokemukset vuorovaikutuksen laadusta ohjauksessa perustuivat opiskelijan ja ohjaajan aitoon kohtaamiseen sekä siihen, että ohjauksessa oli otettu aidosti huomioon opiskelijan mielipiteet, suunnitelmat, kiinnostuksen kohteet sekä vahvuudet. Opiskelijat kuvasivat myös, että heille oli jäänyt positiivinen kokemus ohjaustilanteista, joissa opinto-ohjaaja oli kertonut heille kattavasti eri mahdollisuuksista, sekä niiden hyödyistä opiskelijalle. Lisäksi opiskelijat kuvasivat, että positiiviset kokemukset ohjaustilanteista selittyivät myös opinto-ohjaajan aktiivisuudella esimerkiksi siinä, ettei opiskelijan tarvinnut itse tuoda keskusteluun kaikkia tärkeitä seikkoja, vaan opinto-ohjaaja oli kysynyt aktiivisesti eri huomioon otettavista asioista. Opiskelijat kertoivat, että aktiivisesta kyselystä sekä kiinnostuksen osoittamisesta tuli tunne, että



opinto-ohjaajaa todella kiinnostaa, miten juuri tämän opiskelijan opinnot sujuvat. Aikuislukio-opiskelijat kuvasivat mielestään positiivisia ohjaussuhteita seuraavilla tavoilla:

*"..Tää opo oli jotenkin ihan eri tavalla aktiivinen. Ja että mun ei oo tarvinnu tehdä mitään, et se opo on tullu mun luokse eikä toisin päin.. se oli niinku heti havaittavissa, et häntä kiinnostaa miten mun opinnot sujuu. Ja me ollaan niitä opintoja sit yhdessä suunniteltu.." H6*

*"..No tää opo puhuu mulle kuin aikuiselle, silleen normaalisti. Sit hän on ehdottanut mulle paljon erilaisia vaihtoehtoja mun tulevaisuuteen liittyen. Ja ylipäättään on kiinnittänyt siihen huomiota, et mitä mä haluan opiskella, mikä mulla sujuu, ja mitä mä koen hankalaksi. Ja sit on selittänyt mulle miksi mun kannattaisi tehdä jotain, ja mitä mä hyötyisin siitä" H3*

### ***Opinto-ohjauksen merkitys aikuislukiolaiselle***

Aikuislukion opiskelijat kokivat ohjauksen merkityksen jokseenkin eri tavoin haastatteluiden perusteella. Osa haastatteluihin osallistuneista opiskelijoista kuvasi, ettei ole kokenut kaipaavansa erityisen paljoa ohjausta aikuislukiossa, sillä kokee itsensä hyvin itsenäiseksi opiskelijaksi. Opiskelijat, jotka eivät kokeneet ohjauksen olevan erityisen tärkeää heille itselleen mainitsivat, että heidän mielestään oli mielekästä, että vastauksia ja ohjausta saa silloin, jos sitä itse pyytää ja haluaa. He kuvasivat, että eivät kaipaakaan säännöllistä yhteydenpitoa, sillä he pitävät itsenäisesti työskentelystä, eivätkä kokeneet mielekkääksi, että esimerkiksi ohjauskeskusteluja järjestettäisiin säännöllisesti. Haastatteluiden perusteella juuri nämä opiskelijat tiesivät myös melko selkeästi omat päämääränsä sekä jatkokoulutustavoitteensa, eivätkä tarvinneet sitä varten yhteistä pohdintaa.

*"No itseasiassa mä oon aika itsenäinen henkilö. Et kyllä mä oon saanut ohjausta riittävästi, kun mä oon itse sitä pyytännyt" H3*

Suuri osa haastatteluihin osallistuneista aikuislukio-opiskelijoista oli kuitenkin kokenut, että opinto-ohjaus aikuislukiossa oli erittäin tärkeää. Opiskelijat nostivat esiin erityisesti aikuislukio-opiskelijoiden erilaiset taustat, jonka takia opinto-

ohjaus on tärkeää erityisesti tälle kohderyhmälle. Opiskelijat kertoivat esimerkiksi työelämän ja opintojen yhteensovittamisen tuottaneen haasteita, sekä kuvasivat, että siihen oli saatu tukea opinto-ohjaajalta. Opiskelijat mainitsivat, että opinto-ohjauksella on ollut suuri merkitys erityisesti opintojen sujuvuuteen sekä opiskelijan jatkosuunnitelmien tekoon. Aikuislukio-opiskelijat kuvasivat saamaansa opinto-ohjausta aikuislukiossa seuraavasti:

*"Kyllä se opinto-ohjaus on niinkun tosi tärkeätä. Mulla se alkoi nyt vähän myöhemmin, niin ehkä se ei ihan kauheesti enää vaikuta tähän lukioaikaan, mutta se vaikuttaa jo nyt niinku sinne pidemmälle, mikä on niinku tosi hienoa. Et niinku ne jatkohaaveet, nii ne on niinku pitkälle konkretisoituneet just tän opinto-ohjauksen ansiosta" H6*

*"Mä koen et se toinen ihminen voi antaa uutta ajateltavaa aina. Ja sit ne omat murheet ja vastoinkäymiset ei tunnu niin suurilta, kun voi puhua niistä jonkun kanssa joka tietää jotain niistä jutuista" H2*

Aikuislukio-opiskelijat kuvasivat ohjausresursseja verrattain rajallisiksi aikuislukiossa, vaikkakin muuten he vaikuttivat olevan verrattain tyytyväisiä ohjaukseen. Opiskelijat kuvailivat monesti, että ohjausta pitää osata itse hakea tarpeen mukaan ja tapaamisaikaa oli pitänyt odottaa usein hyvinkin pitkään. Lisäksi opiskelijat kuvasivat, että aikuislukiossa ohjausta on pitänyt osata itse pyytää. Opiskelijat myös mainitsivat, että yleisesti aikuislukiossa opiskelijat ovat muodostaneet mielikuvan, ettei tapaamista opinto-ohjaajan kanssa ole tarvetta varata, ellei ole jokin hyvin tärkeä asia kyseessä. Opiskelijat nostivat esiin, että aikuislukiossa on tuntunut, ettei aikaa opinto-ohjaajalle voi varata joka tilanteessa, ja että opiskelijan pitäisi punnita onko asia tarpeeksi tärkeä ohjausajan varauksista varten. Eräs opiskelija kuvasi ohjausresursseja aikuislukiossa seuraavasti:

*"..Musta tuntuu siltä, et niillä opoilla on aika paljon oppilaita. Kun mä oon yrittäny saada jotain aikaa, niin ei niitä siellä ole antaa.. Välillä ne ajat menee niin pitkälle, et sit on helpompi hoitaa vaan viestillä se asia.. Mut kyl mä näkisin et se olis tosi tärkeätä opiskelijalle, et vois puhua oikeesti opon kanssa, jos ois joku akuutti juttu.. Et ehkä mä toivoisin et ois semmosia aikoja tarjolla, et aina välillä siellä ois opo paikalla kenen luokse voi mennä ja kysyä sitä mitä mieleen juolahtaa, esimerkiksi just vaikka uravalintaan liittyöissä kysymyksissä" H2*

Osa opiskelijoista taas kuvasi, että aikoja ohjaukseen on ollut hyvin saatavilla, kunhan niitä itse on pyytännyt. Vaikuttaakin siltä, että opiskelijat ajattelevat erisuuntaisesti siitä ajasta, miten pitkään opinto-ohjaajalle pääsyä pitää odotella. Opiskelijat ajattelivat erisuuntaisesti myös siitä, kuinka paljon säännöllistä yksilöohjausta tulisi sisältyä aikuislukion opintoihin. Jotkut opiskelijoista mainitsivat, että omiin aikatauluihin ei istu säännöllinen opinto-ohjaus, sillä opiskelijat käyvät opintojen ohella töissä.

*"No en mä ehkä tavallaan olis kaivannut enempiä ohjausta silleen.. Ja sit ku sielt tosiaan saa varata niit opoajoja ihan niinku milloin ite haluaa, nii ei niinku siitä oo tavallaan kiinni etteikö sitä sais tai olis saatavilla" H9*

Haastatteluiden perusteella opiskelijat kokivat opinto-ohjauksen sekä tuen laadun hieman eri tavoin. Osa opiskelijoista oli hyvinkin tyytyväisiä ohjaukseen, eivätkä olisi kaivanneet sitä lisää. Nämä opiskelijat kuvasivat, että opinto-ohjaus aikuislukiossa on ollut tarpeeksi kattavaa, ottanut huomioon opiskelijan henkilökohtaisen tilanteen eikä ohjaus ole ollut opiskelijan mielestä liian sitovaa tai vienyt liikaa aikaa opiskelijalta. Opintojen ulkopuolella kiireisen aikataulun kanssa elävä opiskelija kuvasi tyytyväisyyttään ohjaukseen seuraavalla tavalla:

*"No en mä olis kyl tarvinnut lisää ohjausta. Et semmoset mihin mä oon tarvinnu nii mä oon saanu sen vastauksen. Mut mä tavallaan lähetän sille opolle viestin, silloin kun mulla on jotain kysyttävää. Mut se on mulle niinku mukavaa, et sielt ei tuu jatkuasti semmosta liikaa informaatiota. Et mulle se sopii just et saan laittaa vaan viestiä jos tulee kysyttävää" H5*

Osa aikuislukio-opiskelijoista taas sen sijaan koki, että ohjausta on ollut hyvin vähän saatavilla, ja ohjauskeskusteluissa on keskitytty liialti ainoastaan käytännön asioihin, kuten kurssisuunnitelmien tekoon. Nämä ohjaukseen aikuislukiossa tyytymättömät opiskelijat nostivat myös esille, että kurssisuunnitelmien teon yhteydessä ei ollut keskitytty heidän mielestään tärkeisiin seikkoihin kuten opiskelijan jatko-opintosuunnitelmiin. Eräs opiskelija kuvasi ohjauskokemuksiinsa seuraavalla tavalla:

*”Mun kohdalla se (ohjaus) on ollut semmosta kurssivalintojen pohdintaa.. Mut ei siellä oo oikeen puhuttu siitä et mihin vaikka haluais jatkossa, ja mitä kannattais kirjottaa ja mitä kurseja valitaan.. Mä oisin ehkä toivonut sitä, et jos mä kerron opolle et mulla on niinku nää aineet vahvoja ja mua kiinnostaa tämmöset asiat, niin sit vois kertoa ehkä et mitä mahdollisuuksia ois.. Koska mä en tienny et mitä mä aion opiskella, nii mä päätin kirjottaa aika monta ja erillistä (oppiainetta), eikä niistä kaikista oo varmasti hyötyä. Mut mä nyt ajattelin käydä ne, ja sit mieltii mitä mä teen. Mut ei siitä oo opon kans puhuttu, et miks mä oon just nää aineet valinnut” H1*

Opiskelijat kuvailivatkin haastattelussa kokemuksia tuen laadusta eri tavoin. Osalla oli selkeästi toimivampaa yhteistyötä yhden opinto-ohjaajan kanssa kuin toisen. Yleisesti opiskelijat kehuivat aikuislukion aloituksessa tapahtuvaa perehdyttämistä lukio-opintoihin. He kertoivat, että tämä oli hyvin huolellisesti hoidettu ja siitä oli ollut hyötyä opintojen suorittamisessa. Vaikuttaa siltä, että aikuislukio-opiskelijoiden arvioihin ohjauksen laadusta vaikuttaa merkittävästi henkilöiden välinen kemia sekä se, että kuinka paljon aikuislukio-opiskelija itse kokee tarvitsevansa aktiivista tukea, ja miten nopeasti opiskelijan mielestä tapaaminen olisi hyvä saada järjestettyä.

### ***Verkko-ohjaus opiskelijoiden kokemana***

Haastateltavien opiskelijoiden mielestä myös verkossa tapahtuva ohjaus on ollut toimiva ratkaisu aikuislukioissa. Kaikista merkittävimpanä opiskelijat pitivät keskustelu mahdollisuutta opinto-ohjaajan kanssa. Etenkin koronapandemian aikana opiskelijat olivat olleet tyytyväisiä, että keskusteluaikoja oli ylipäättänsä mahdollista varata etätoteutuksena. Osa aikuislukio-opiskelijoista oli sitä mieltä, että verkossa käydyt ohjauskeskustelut olivat olleet heille arvokkaita ja hyödyllisiä. Itse ohjauskeskusteluja kasvokkain pidettiin tärkeämpänä kuin esimerkiksi viestien välityksellä käytyä keskustelua. Tämän lisäksi merkittävänä ohjauskeskusteluissa pidettiin opinto-ohjaajien tieto- ja ammattitaitoa. Aikuislukio-opiskelijat katsoivat, että on helpottavaa, kun alan ammattilainen pystyy kertomaan mistä opiskelijan kannattaa lähteä liikkeelle oman urapolun rakentamisessa.

*” No varmaan just semmoset ohjauskeskustelut toimii paremmin kuin viestittely. Ja mulle henkilökohtaisesti tärkeintä on vaan se, et pääsee juttelemaan jonkun toisen henkilön kanssa, joka tie-*

*tää varmaan siitä asiasta enemmän kun minä, ja sit varmaan osaa antaa siihen asiaan myös uusia näkökulmia. Niin kyl sellaset ohjauskeskustelut kuulostaa mulle parhaimmilta netin välityksellä.”* H2

*” No ei mun mielestä tällöinen verkkotapaaminen eroa oikeen siitä livetapaamisesta. Et jos se opo osaa vaan käyttää näit alustoja niin sit must se ois ihan sama. Et se opo vois vaikka jakaa sitä näyttöä välillä ja tälleen. Me ollaan tavattu opon kanssa tälleen verkossa, ja se on mun mielestä ollut ihan arvokasta ja en mä oo muutakaan kaivannu. ”* H6

## 6.2 Vahvuuksien ja itsetuntemuksen käsittely ohjauksessa

Haastatteluihin osallistuneet aikuislukio-opiskelijat kokivat yleisesti tunnista-  
vansa omia vahvuuksia kohtalaisesti, mutta kokivat, että niiden käsittely olisi ol-  
lut paikallaan aikuislukiossa. Vahvuuksien ja itsetuntemuksen käsittely ohjauk-  
sessa nimisen pääteeman alle muodostui kaksi yläteemaa; vahvuuksien tunnis-  
taminen ja itsetuntemuksen merkitys.

### *Vahvuuksien tunnistaminen*

Opiskelijat kuvasivat, ettei aikuislukiossa ole juurikaan keskitytty heidän vah-  
vuuksien kartoittamiseen tai pyritty esimerkiksi tekemään kurssivalintoja vah-  
vuuksien pohjalta. Haastatteluissa moni opiskelijoista mainitsi, ettei aiemmissa-  
kaan opinnoissa yläasteella ole juurikaan keskitytty omien vahvuuksien tunnis-  
tamiseen tai valintojen tekoon niiden pohjalta. Aikuislukio-opiskelijat ajattelivat  
yleisesti, että omien vahvuuksien tunnistamiseen voisi ainakin saada opinto-oh-  
jauksesta tietynlaisen aloitteen, jonka jälkeen itsereflektiota voisi myös itsenäi-  
sesti harjoittaa.

*” Kyllä mä luulen et ne kannattais ottaa puheeksi ainakin. Sit ne vois herättää opiskelijoissa itse-  
näistä ajattelua... Kyllä mä näkisin, et niistä pitäis ees vähän puhua, sitten opiskelijat vois tehdä  
itsenäisesti joitain päätöksiä”* H6

Opiskelijat kertoivat, että omat vahvuudet ovat jokseenkin hahmottuneet heille  
itselleen ajan myötä, mutta myös, että nämä olivat vaihdelleet ja muuttuneet hei-

dän vanhetessaan. Aikuislukion opiskelijat ovat yleisesti päivälukion opiskelijoita vanhempia, ja tämänkin takia heidän vahvuutensa ovat voineet vaihdella iän mukaan enemmän kuin päivälukion opiskelijoilla. Aikuislukion opiskelijoilla on myös ollut usein enemmän aikaa pohtia omia vahvuuksiaan vuosien saatossa sekä tutustua itseensä esimerkiksi työelämässä tai eri koulutuksissa. Osa opiskelijoista koki, että omien vahvuuksien muovautuminen ja vaihtuminen vuosien saatossa on aiheuttanut myös osaltaan hämmennystä.

*" No kyl mä aika hyvin tunnen, että missä mä oon hyöä ja missä en. Mutta toisaalta ne on aika paljon tässä vuosien varrella muuttunu " H2*

### ***Itsetuntemuksen merkitys***

Aikuislukio-opiskelijat jakoivat keskenään samansuuntaiset ajatukset siitä, että omien vahvuuksien pohdinta on eduksi erityisesti urasuunnitelmien teossa. Moni opiskelijoista kertoi myös, että he ovat itsenäisesti yrittäneet saada ymmärrystä omista vahvuuksistaan. Moni koki, että onkin osannut kartoittaa niitä oman pohdiskelunsa ansiosta ja vahvuuksien ymmärtämisestä on ollut heille itselleen hyötyä. Vahvuuksien lisäksi myös omien heikkouksien tunnistaminen koettiin tärkeäksi. Opiskelijat kuvasivat, että vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen on keino itsensä kehittämistä varten. Aikuislukio-opiskelijat kokivat, ettei omien vahvuuksien ja heikkouksien pohdintaa ollut hyödynnetty ohjauksessa esimerkiksi kurssivalintojen tai urasuunnitelmien teossa, eikä tämän vuoksi opiskelijat aina olleet tuoneet niitä itsekään ohjauksessa esiin.

*".. Emmä kyllä koulun kautta niitä oo oppinu, että ihan omalta puolelta ne on tullu ja opittu"*  
H11

## **6.3 Uraohjaus aikuislukiossa**

Opiskelijoiden vastauksista liittyen tietoisuuteen eri koulutus- sekä työllistymismahdollisuuksiin ilmeni, ettei aikuislukio-opiskelijoilla ole paljolti tietoa eri

mahdollisuuksista. Opiskelijat kuvasivat kaipaavansa lisää uraohjausta ja kokivat, että tämä hyödyttäisi paljon opiskelijoiden tulevaisuuden suunnitelmien tekoa. Uraohjaus aikuislukiossa nimisen pääteeman alle muodostui kaksi yläteemaa: opiskelijoiden tietoisuus eri koulutuksista ja tiedonsaannin väylät.

### *Opiskelijoiden tietoisuus eri koulutuksista*

Aikuislukio-opiskelijoista suurin osa kuvasi haastatteluissa, ettei tiedä kovinkaan paljon eri koulutusmahdollisuuksista sekä kuvasi tiedon olevan hyvin hajanaista. Monet opiskelijoista kertoi, että tietää muutamia alavaihtoehtoja, mutta erityisesti eri ammattien työllistymismahdollisuudet sekä ammattinimikkeet olivat monelle epäselviä. Opiskelijat kertoivat, että he tietävät yliopiston ja ammatikorkeakoulun, mutta niiden eroavaisuudet olivat myös hieman epäselvät. Opiskelijoiden vastauksien mukaan vaikuttaa siltä, ettei aikuislukion opinto-ohjauksessa olla juurikaan perehdytty erilaisiin jatko-opintomahdollisuuksiin tai ammattinimikkeisiin. Aikuislukio-opiskelijat kuvasivat seuraavanlaisesti tietouttaan eri ammateista sekä jatko-opintomahdollisuuksista:

*"No mä tiedän kyl nää mahdollisuudet eli amk tai yliopisto. Mut sit sen lisäksi mulla on tosi hajanaista tietoa niistä mahdollisuuksista, niin siiks musta tuntuu et en tiedä kauheesti" H1*

*"No en kyllä kauheesti tiää. Siis tosi vähän. Et kyl nyt koulutusmahdollisuuksista tietää jonkun verran, mut vaikka semmosista et mihin vois työllistyä, niin en kyllä kauheesti oo perehtyny" H4*

*"Musta tuntuu, et en mä hirveesti tiää niinku erilaisia ammattinimikkeitä et mikskä tavallaan vois valmistua tai opiskella" H7*

### *Tiedonsaannin väylät*

Opiskelijat kertoivat, että ovat usein etsineet itsenäisesti tietoa eri koulutus- ja uramahdollisuuksista verkosta. Opiskelijat mainitsivat, että tietoa he ovat etsineet esimerkiksi opintopolusta ja eri koulujen verkkosivuilta. Osa mainitsi, että on itsenäisesti osallistunut jonkin koulutuksenjärjestäjän koulutusesittelyyn tutustuakseen alaan. Osa kertoi tehneensä myös itsenäisesti uravalintatestejä sekä

niiden perusteella etsineen tietoa enemmän verkosta. Lisäksi opiskelijat mainitsivat usein, että tietoa eri mahdollisuuksista on saanut läheisiltä ihmisiltä, kun he ovat avanneet omaa koulutuspolkuaan tai työelämäänsä. Osa opiskelijoista oli käynyt myös Ohjaamossa juttelemassa ja saanut sieltä erinäisiä vinkkejä.

Hyvin hyödylliseksi opiskelijat kuvasivat erilaiset koulutusesittelyt aikuislukion toteuttamana. Opiskelijat kertoivat esimerkiksi luentokokonaisuudesta, jossa tietyn oppiaineen tunnilla oli jatko-opinnoista sekä työelämästä puhumassa alan asiantuntijat. Eräs opiskelija kuvasi, että tämän kaltainen luentokokonaisuus oli avainasemassa siihen, että opiskelija löysi tietyn urapolun ja päätti hakea sen mukaiseen jatkokoulutukseen.

*"Siellä oli semmonen luentokokonaisuus (biologian kurssilla).. Mä osallistuin siihen ihan vaan et mä kirjottaisin hyvän siitä bilsasta. Niin sit se avas mun silmät oikeesti ekan kerran et voi olla muutakin ku lääkäri. Ja sitten siellä oli just niitä tutkijoita, jotka oli sitä biologiaa opiskellu.. Ja ne kerto niiden urapolusta. Nii ton luentokokonaisuuden myötä mä sain kuulla muistakin asioista mitä voi tehdä elämässä. Sen myötä mä innostuin siitä biologiasta ja niihin bilsan ylppäreihin lukiessa mä tajusi et se voisikin olla se mun juttu" H4*

Haastatteluissa nousi esiin se, että opinto-ohjaajan vinkit tietyistä aloista olivat olleet hyödyllisiä itsenäisen tiedon hankinnassa. Opiskelijat kertoivat monesti, että opinto-ohjaaja oli maininnut jostakin alasta ja tämän perusteella opiskelija oli lähtenyt etsimään tietoa alasta verkosta. Lisäksi opinto-ohjaajat olivat antaneet opiskelijalle suoraan tietylle verkkosivulle osoitteen, josta opiskelija voisi löytää hänelle hyödyllistä tietoa. Opiskelijat kuvasivat hyötyvänsä siitä, että opinto-ohjaaja mainitsee erilaisia heitä mahdollisesti kiinnostavia aloja ja jatkokoulutusmahdollisuuksia sekä neuvovat mistä opiskelija voisi etsiä näistä aloista lisätietoa. Kaiken kaikkiaan opiskelijat ovat aikuislukiossa olleet pitkälti itse vastuussa tiedonhankinnasta liittyen jatko-opintoihin sekä uramahdollisuuksiin.



## 6.4 Ohjauksen ja tuen tarve ylioppilaskirjoitusten aikana

Ohjauksen ja tuen tarve ylioppilaskirjoitusten aikana pääteeman alle muodostui kaksi yläteemaa: ylioppilaskirjoitustuen aiheuttama taakoittuminen ja yksin pärjäämisen taakka. Haastatteluihin osallistuneista opiskelijoista lähestulkoon jokainen kuvasi ylioppilaskokeiden aiheuttavan stressiä paljon aikuislukio-opintojen aikana. Opiskelijoiden yleinen kokemus tuntui olevan se, että ylioppilaskokeiden tuottaman taakoittumisen kanssa on pärjättävä yksin, sillä tilanne on sama jokaisella opiskelijalla. Ylioppilaskokeet tuottivat stressiä etenkin tulevaisuuspohdintojen takia, sillä kokeiden koettiin vaikuttavan hyvin merkittävästi opiskelijan jatkosuunnitelmien toteutumiseen.

### *Ylioppilaskirjoitusten aiheuttama taakoittuminen*

Korkeakouluhaut painottavat ylioppilaskokeiden tuloksia opiskelijavalinnoissa merkittävästi. Tämän vuoksi aikuislukio-opiskelijat nostivat esiin ylioppilaskokeiden suuren merkityksen tulevaisuuden kannalta. He kokivat, että ylioppilaskokeet olivat stressinaihe koko lukio-opintojen ajan. Opiskelijat kokivat ylioppilaskokeet hyvin tärkeiksi ja merkittäviksi heidän elämiensä kannalta, sekä nostivat usein esille, että niissä olisi onnistuttava kerralla hyvin. Aikuislukio-opiskelijat kokivat, että ylioppilaskokeissa suoriutuminen määrittää pitkälti heidän jatko-opintojen tilanteen, eli sen mihin opiskelija pääsee jatkossa opiskelemaan tai pääseekö opiskelija ylipäätään jatkamaan opintojaan. He jakoivat samankaltaisen ajatuksen siitä, ettei välivuosia olisi mielekästä pitää, sillä monella aikuisopiskelijalla on jo aiemmin ollut välivuosien kaltaisia taukoja opinnoista. Tämän vuoksi ylioppilaskokeisiin suhtauduttiin opiskelijoiden keskuudessa hyvinkin vakavasti. Heistä monet mainitsivat, etteivät suhtautuisi ylioppilaskokeisiin tällä vakavuudella, jos jatkokoulutukseen pääsy ei riippuisi niin paljolti ylioppilaskoetuloksista.

*"No ne (ylioppilaskokeet) olis todella tärkeitä kyllä saada tehtyä mahdollisimman hyvin. Et mä suhtaudun niihin kyl tosi vakavasti."*H3

*" No kyllä ne (ylioppilaskokeet) on tosi tärkeit. Kyllä niinkun ne on ollut mun elämän tärkein asia nyt vuoden verran. Että kyllä mä oon niihin panostanut ja yrittänyt parhaani. Ja ajattelen, et niil on tosi iso merkitys mun tulevaisuuden kannalta. Ja sen kannalta, että pääsenkö mä nyt jo tulevana syksynä yliopistoon." H4*

*" No kun niitä tarvii jatko-opintoihin, niin siks ne on tärkeit. Jos ei tarttis, niin sit ne ei ois niin tärkeit. Mut on vähän sellanen olo et mitenhän ne menee ja jos menee huonosti nii ei pääse jatko-opintoihin. Et nyt kun ne alkaa lähestyy nii alkaa vähän stressaa et miten ne menee ja tälleen." H5*

Koska ylioppilaskokeet koettiin niin merkittävinä aikuislukio-opiskelijoiden keskuudessa, kokivat monet niiden aiheuttaneen lukio-opintojen aikana myös ison määrän paineita sekä stressiä. Opiskelijat kokivat, että paine ylioppilaskokeista on suuri sen takia, että niistä suoriutuminen vaikuttaa merkittävästi jatkohakuihin ja siihen millaisia mahdollisuuksia opiskelijalla ylipäätänsä elämässään on. Haastatteluissa opiskelijat kuvasivat, että heidän kokeman stressin on pystynyt havaitsemaan myös muista kanssaopiskelijoista aikuislukiossa. Opiskelijat eivät maininneet, että opinto-ohjauksessa olisi juurikaan keskitytty ylioppilaskokeiden tuottamaan stressiin ja paineeseen.

*"...Mun mielest jotenki yo-kokeet on aina semmonen aivan järkyttävä stressiaalto mitä tuntee niinku seuraavat kaks vuotta ihmisissä ketkä on sun ympärillä ja sit ne on sille okei mä en saanu laudaturii, mun pitää mennä kirjottaa tää uudestaan." H11*

Aikuislukio-opiskelijat kokivat, että on parempi suorittaa monen oppiaineen ylioppilaskokeet hyvin arvosanoin etenkin silloin, jos opiskelija ei ollut täysin varma määränpäästään liittyen jatkokoulutukseen. Näin opiskelijat optimoivat mahdollisimman kattavat hakupisteet jatkokoulutushauissa. Lisäksi aikuislukio-opiskelijat olivat myös yleisesti lukio-opintojen aikana muodostaneet käsityksen, jonka mukaan vain tietyissä aineissa menestyminen ylioppilaskokeissa takaisi jatkokoulutuspaikan. Myös tämän takia opiskelijat kuvasivat ylioppilaskokeisiin liittyvien suorituspainoiden kasvaneen merkittävästi entisestään.

*"..Ja kun mä oon saanu niinku kuvan siis ihan jopa siellä meidän aikuislukion alkuperähdytyksessä, mitä ei siis pitänyt meidän opo vaan joku opettajista. Niin sielläkin jotenkin tuli sellanen kuva, että no okei vaan niinku jos kirjoitat pitkän matikan ällän, niin vaan sillä sä pääset kouluihin suurin piirtein. Et vähän semmonen kuva tuli sillon sieltä." H9*

### *Yksin pärjäämisen taakka*

Yleisesti haastatteluiden perusteella aikuislukio-opiskelijoiden stressi ylioppilaskokeissa suoriutumisesta koettiin opiskelijan omaksi asiaksi. Opiskelijat eivät maininneet, että ohjauksessa olisi käsitelty tätä teemaa juurikaan. Osa heistä nosti esiin, kuinka yhteiskuntamme omalta osaltaan lisää opiskelijoiden paineen määrää. Suomen katsottiin olevan hyvin suorituskeskeinen maa, joka asettaa opiskelijoille isoja vaatimuksia ja paineita. Asia koettiin opiskelijoiden keskuudessa yleisesti asiaksi, jonka kanssa opiskelijan olisi pärjättävä itsenäisesti, jos on halukas suorittamaan lukio-opinnot sekä hakeutumaan jatkokoulutukseen.

*" Kyllä Suomi on tosi suoritusyhteiskunta verrattuna moniin muihin. Et Suomi on opiskelun puolesta tosi tosi rankka paikka. Et opiskelun puolelta meille asetetaan aika kovat paineet ja vaatimukset." H1*

Haastatteluissa nousi esiin, että osa aikuislukio-opiskelijoista koki jäävänsä yksin ylioppilaskokeista tulleen stressin ja paineen kanssa. Opiskelijoiden mukaan aikuislukiossa ei tarjota tarpeeksi mahdollisuuksia vertaistuen saamiselle tai stressin käsittelylle. Tätä lisäsi osaltaan se, etteivät opiskelijat juurikaan tunteneet toisiaan aikuislukiossa. Samoin opiskelijat kertoivat, ettei koulun henkilökunnan kanssa olisi ollut tilaisuutta keskustella aiheesta. Osalle opiskelijoista vertaistuen puuttuminen ja stressi ylioppilaskokeista oli aiheuttanut jopa pelon tunteita. He pohtivat myös muiden nuorten opiskelijoiden kykyä käsitellä ylioppilaskokeista tullutta painetta ja stressiä. Osa opiskelijoista oli sitä mieltä, että kaikkien nuorten itsesäätelytaidot eivät ole vielä siinä pisteessä, että he pystyisivät kantamaan tämän kaltaista taakkaa mukanaan.

*" No siis perjaattees heti kun alkaa yhteiskunta vaatii sitä et kirjoitusten on pakko mennä hyvin, niin se auttamatta vaatii sit enemmän resursseja oppilaitten tukemiseen, koska kyseessä on teiniikäiset. Niitten toi itsesäätely tota ei oo ehkä maailman parhaalla tasolla ja jos sä laitat viel enemmän painetta sille et sun pitää tietää et mitä sä teet ja mitä sun pitää kirjoittaa ja sit ne kirjoitukset pitää mennä tosi hyvin, niin se on vähän, niin no se aiheuttaa todella paljon painetta opiskelijoille." H10*

## 6.5 Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioiminen

Opiskelijoiden vastauksien perusteella monet aikuislukiolaisista kokevat voivansa henkisesti huonosti lukio-opintojen aikana. Aikuislukio-opiskelijat kuvasivat, että tuen saaminen oman hyvinvoinnin parantumiseksi on tuntunut hankalalta. Yleisesti opiskelijat tuntuivat toivovan, että opiskelijoiden kokonaisvaltainen hyvinvointi otettaisiin huomioon aikuislukion opinto-ohjauksessa sekä opiskelijan opintojen suunnittelussa. Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomiointi nimisen pääteeman alle muodostui kaksi yläteemaa: opiskelijoiden pahoinvoinnin tiedostaminen ja yhteisöllisyyden puute.

### *Opiskelijoiden pahoinvoinnin tiedostaminen*

Haastatteluista selvisi, että moni aikuislukio-opiskelija on kokenut oman jaksamisen ja yleisen hyvinvoinnin olleen koetuksella lukio-opintojen aikana. He kuvasivat monen aikuislukiolaisen kärsineen mielenterveydellisistä haasteista sekä olleen kovan paineen ja stressin alla opintojen aikana. Lisääntynyt paine ja stressi on vaikuttanut aikuislukio-opiskelijoiden yleisen hyvinvoinnin heikentymiseen. Tämän vuoksi haastateltavat opiskelijat painottivat, että opinto-ohjaajien tulisi tiedostaa vielä paremmin, miten aikuislukio-opiskelijat voivat, jotta heille voitaisiin tarjota tukea ja apua.

*" No siis mun mielestä se olis tosi tärkeätä et ne opot tiedostais sen, että suurin osa opiskelijoista ei voi hyvin. Mitä mä muistan lukiosta, niin tuntu et oikeestaan kaikki mun ympärillä oli tosi surullisia ja masentuneita ja stressaantuneita. Se koko ympäristö on sellanen, et sitä stressaa ja pelkää sen oman tulevaisuuden puolesta. " H1*

### *Yhteisöllisyyden puute*

Opiskelijoiden mukaan aikuislukion haasteena on saada opiskelijat tuntemaan olevansa osa kouluyhteisöä. Osa opiskelijoista koki yhteisöllisyyden puuttuvan kokonaan aikuislukiossa. Monet opiskelijat kuvasivat, että he eivät olleet löytäneet ryhmää, johon olisivat voineet kokea kuuluvansa. Myös ystävien saaminen

koettiin haastavaksi aikuislukioissa, sillä opintojen luonne on niin itsenäinen. Osa aikuislukio-opiskelijoista kuvasivat, että tämä on laskenut viihtyvyyttä aikuislukiossa. Tämä on erityisesti ongelma aikuislukiossa, sillä opinnot on suunniteltu suoritettavaksi suhteellisen itsenäisesti sekä omatoimisesti. Opiskelijoista osa kaipasi kuitenkin mahdollisuutta jonkinlaiseen vuorovaikutukseen muiden opiskelijoiden kanssa. He toivoivat, että ohjaus voisi antaa siihen keinoja esimerkiksi ryhmäohjauksen kautta. Eräs opiskelija kuvasi yhteisöllisyyden puutetta seuraavasti:

*" No tota, siellä ei ole olemassa mitään sellasta yhteisöä, et me ollaan jotenkin ihan irrallisia me opiskelijat. Ei oo niinku mitään ryhmää tai luokkaa tai mitään tapahtumia, mihin olisin kokenu oloni tervetulluksi tai et ne ois tarkotettu mulle. Enkä mä oo saanu ystäviäkkään siellä. " H4*

Aineistosta nousi esiin se, että vaikka aikuislukion hyvä puoli on etäsuorituksen mahdollisuus, on myös siitä johtuen moni haastateltava kokenut olonsa hyvin yksinäiseksi aikuislukiopolullaan. Haastateltavien opiskelijoiden mukaan yksinäisyyden tunne aikuislukiossa on aiheuttanut sen, että ajoittain on ollut vaikeaa löytää motivaatiota opiskeluun. He kuvasivat, että aika-ajoin olo on ollut sellainen, että opiskelijan on itsenäisesti pärjättävä kaikessa, eikä tukea ole saanut juurikaan aikuislukion henkilökunnalta.

*" Mä en oo oikeestaan kertaakaan käyny siellä koko koululla ja sitte no sen takia musta tuntuu, että ehkä vähän niinku tuntuu silleen että on heitteille jääny, koska tuntuu että ei oikee, kun en mä ikinä oo nähny ketää opettajaa enkä opinto-ohjaajaa tai ketään, niin tuntuu että silleen on sellanen olo, että pitäs pärjää ite kaikessa. " H7*

Myös maailmalla vallitsevan koronapandemian katsottiin olevan vaikuttavana tekijänä yhteisöllisyyden puutteeseen ja yksinäisyyden tunteeseen. Koronan vuoksi aikuislukio-opinnot toteutetaan kauttaaltaan etäopintoina. Opiskelijat kokivat, että etäopiskelu ei mahdollista samanlaista kohtaamisen mahdollisuutta kuin lähiopiskelu. Etäopiskeluiden takia opiskelijoiden välinen vuorovaikutus

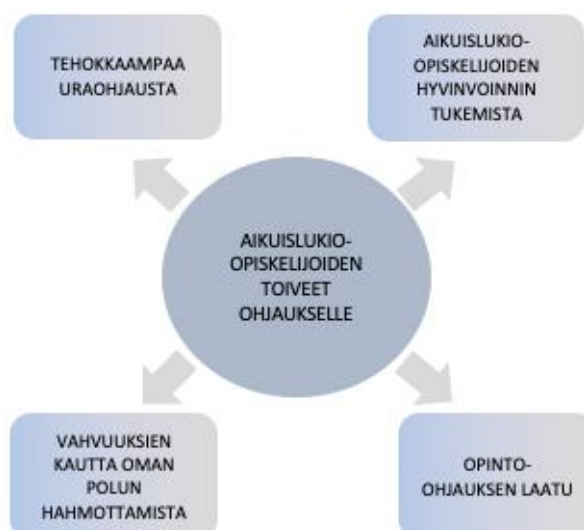
keskenään sekä opettajien kanssa ei pääse kunnolla toteutumaan. Haastatteluiden perusteella opiskelijat kokivat myös, että etäopiskeluun siirtymisen myötä he joutuvat pärjäämään pitkälti yksin. Haastateltavien mukaan aikuislukiossa on ollut hyvin vähän etäopiskeluiden aikana pienryhmä- tai ryhmätyöskentelyä. Etäopiskeluiden aikana opiskelija ei välttämättä kohtaa koko päivän aikana muita opiskelijoita tai opettajia. Näin ollen opiskelija ei välttämättä saa tarvitsemaansa vertais- ja keskustelutukea muilta opiskelijoilta tai opettajilta. Opiskelijat kuvasivat haastatteluissa etäopiskelutaipalettaan seuraavilla tavoilla:

*" Ei tälläseen opiskeluympäristöön ikinä totu, kun sä et pääse kanssakäymään opettajan kanssa tai luokkatovereitten kanssa. Että pelkästään kun puhutaan opiskeluympäristöstä, niin tää etäopiskelu on ihan älyttömän huono. " H10*

*" No tietysti ehkä nyt korona-aikana tää on ihan ymmärrettävää, mut niin ehkä just se kohtaamisen puute. Ja pitää olla oikeesti kokoajan tosi skarppina ite. Et tosi helposti lipsahtaa johonkin sellaseen, että kattoo vaan nauhotteen jälkeenpäin eikä oo mitään vuorovaikutusta oppitunnin aikana opettajan kanssa. " H4*

## 7 AIKUISLUKIO-OPISKELIJOIDEN TOIVEET OHJAUKSELLE

Toisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli kartoittaa aikuislukio-opiskelijoiden toiveita ohjaukselle aikuislukiossa. Tämän tutkimuskysymyksen oli tarkoitus toimia täydentävänä tutkimuskysymyksenä tutkimustehtävällemme. Opiskelijoiden vastauksista kävi ilmi, että heillä oli monenlaisia toiveita ohjaukselle. Osa oli sitä mieltä, että aikuislukion ohjauksessa ja opinto-ohjauksessa olisi parannettavaa. Opiskelijat nostivat esiin etenkin opiskelijan ja opinto-ohjaajan kasvokkain kohtaamisen merkityksen ja sen vahvistamisen. Tämän lisäksi opiskelijat pitivät tärkeänä sekä yksilö- että ryhmäohjausmahdollisuutta aikuislukiossa. Myös se, että opiskelija sai kokea olevansa tärkeä yksilö, yhteisön jäsen, oli merkittävässä asemassa aikuislukio-opiskelijoille. Toisen tutkimuskysymyksen alle muodostui neljä pääteema, joita olivat: opinto-ohjauksen laatu, vahvuuksien kautta oman polun hahmottamista, tehokkaampaa uraohjausta ja aikuislukio-opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista. Alla olevassa kuviossa on esitetty neljä eri pääteemaa, jotka esitellään luvuissa 7.1-7.4.



**Kuvio 3 Aikuislukio-opiskelijoiden toiveet ohjaukselle**

## 7.1 Opinto-ohjauksen laatu

Noin puolet haastateltavista kaipasi selkeää muutosta opinto-ohjaajien tavoitettavuuteen. Haastatteluiden mukaan osa aikuislukio-opiskelijoista oli sitä mieltä, että vapaita keskusteluaikoja opinto-ohjaajien kanssa oli hyvin vähän tai ei juuri lainkaan. Osa opiskelijoista koki, että olisi tarpeellista saada lisää opinto-ohjaajia aikuislukioon, niin että myös akuuteissa asioissa pääsisi keskustelemaan opinto-ohjaajan kanssa mahdollisimman pian.

*” No ehkä toivoisin, että koululla olis vielä enemmän semmosia aikoja tarjolla. No nyt on toki korona, mut ei meillä ennen koronaakaan ollut mun mielestä mitään aikoja, et oton luokse olis voinut mennä vaan juttelee ja kyselee asioita. Et must tuntuu et se olis hyvä, et aina välillä, vaikka kerran viikossa siellä ois opo paikalla, kenen luokse voi mennä ja kysyä sitä mitä mieleen juolahtaa. Esim just vaikka tommoseen uravalintaan liittyvissä kysymyksissä. ” H2*

Osa opiskelijoista toivoi, että opinto-ohjaajat olisivat yhteydessä opiskelijoihin myös välillä niin, että opiskelijoiden opintojen eteneminen sekä yleinen hyvinvointi otettaisiin huomioon. Opiskelijat toivoivat, että he saisivat kokea olevansa tärkeä osa aikuislukion opiskelijakuntaa. Osa opiskelijoista kuvasi, että yläasteeseen verrattuna aikuislukiossa pitää pärjätä hyvin omillaan ja se on ollut opiskelijoilla välillä haastavaa. Aikuislukiota suoritetaan usein itsenäisesti ja kontakteja koulun henkilökuntaan tai muihin opiskelijoihin ei juurikaan ole. Myös koronapandemialla on ollut tähän seikkaan vaikutusta. Koronapandemiasta johdettu etäopiskelu on lisännyt opiskelijoiden yksinäisyyden tunnetta ja monet kuvasivat, että senkin takia olisi opiskelijasta hyvä kokea olevansa tärkeä opiskelijana.

*”No mun mielestä olis tosi tärkeitä et olis semmosta keskustelua niiden opintojen aikana. Et miten niinku vaikka ne opinnot on sujunut, minkälaisia ajatuksia opiskelijalla on ja mitä olis tärkeitä hoitaa, koska saattaa olla, että opiskelijana ei oikeen huomaa, että mikä olis tärkeitä tehdä just nytten.. ja sit ehkä otonki puolelta mä toivoisin et tarjottais semmonen mahdollisuus, että hei voit varata meille ajan keskusteluun. Kun tällä hetkellä ei oo mitään kontaktia niihin (opinto-ohjaajiin), että olis niin hyvä, et välillä vaikka laittais viestin, et hei miten sun opinnot sujuu? Et millä mielillä menossa yo-kokeisiin? Et kun tuntuu että ainoostaan silloin voi varata sen ajan, jos on joku iso ongelma” H1*



Yleisimpiä toiveita opinto-ohjaukselle aikuislukiossa oli paremmat mahdollisuudet saada tapaamisia opinto-ohjaajan kanssa ohjauskeskusteluita varten. Lisäksi opiskelijat esittivät, että olisi mukavaa, jos opinto-ohjaaja lähestyisi opiskelijoita aina välillä kysyäkseen miten opiskelija voi. Opiskelijat kuvasivat monesti lukio-opintojen stressaavuutta, yksinäisyyttä niiden tekemisen keskellä ja toivoivat välillä palautetta opintojen sujumisesta. Lisäksi opiskelijat toivoivat ohjaukselta erilaisia keinoja opintojen suorittamiseen erilaisissa elämäntilanteissa.

*”Ainakin mä toivoisin lisää ohjauskeskusteluja. Ja sit nimenomaan et noista opinnoista vois keskustella. Ja sit enemmän kysellä, että miksi just nää aineet, ja mitä ajatuksia sulla on. Ja sit ihan jaksamisesta ja et miten opiskelija voi. Et ainakin monella opiskelijalla on tosi kovat paineet ja kova stressi, niin välillä olis hyvää kuulla, et sulla menee ihan hyvin ja kaikki on fine. Ja just se et jos sulla on liian paljon kaikkea, niin olis hyvä, et opokin olis silleen läsnä, et osais neuvoa et hei ehkä sun olis hyvää vähentää jotain kursseja ja tehdä vaikka niitä ensi vuonna” H1*

Haastatteluiden perusteella aikuislukio-opiskelijat toivoivat opinto-ohjaajilta enemmän ohjausta ja tukea oman urapolun suunnitteluun sekä selkeyttämiseen. Erityisen tärkeänä opiskelijat pitivät mahdollisuutta päästä juttelemaan kasvokkain omista ajatuksista opinto-ohjaajan kanssa. Keskustelua opinto-ohjaajan kanssa ja asioiden pohtimista yhdessä pidettiin merkittävänä tekijänä oman urapolun hahmottamisessa. Opinto-ohjaajilta toivottiin ohjausta etenkin sen suhteen, miten opiskelijan kannattaa edetä kohti omia unelmia ja mistä opiskelija saa lisätietoa häntä kiinnostavista ammateista ja erilaisista urapoluista.

Aikuislukio-opiskelijat toivoivat opinto-ohjaajien tukea ja neuvontaa stressaavan ja ajoittain ahdistavan opiskelupolun varrelle. Opinto-ohjaajilta kaivattiin työotetta, joka tukee opiskelijoiden jaksamista ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. Etenkin liian kovat odotukset omille ylioppilaskoetuloksille mainittiin painetta ja stressiä lisääviksi tekijäksi. Haastatteluissa opiskelijat painottivat, että olisikin tärkeää saada opiskelijoiden omia vaatimuksia suhteessa omaan suoritukseen laskettua. Opinto-ohjaajien tulisi selkeyttää opiskelijoille, että ylioppilasko-

keissa suoriutuminen ei määritä koko opiskelijan loppuelämän kulkua. Tästä joh-  
tuen haastateltavat pitivät tärkeänä sitä, että aikuislukioissa vallitsisi ajatus siitä,  
että epäonnistumista ei tarvitsisi pelätä.

*" Olis vaan hyvä, että nuoret tajuais, että se on ihan ok et sieltä kokeista ei tuu viittä L-arvoosanaa. Niin se olis aika hyvä juttu, kun se stressi kuitenkin vaikuttaa siihen miten voi opiskella ja miten pärjää. Ja samoin noista yo-kokeista mä oon kehittänyt semmosen epärealistisen kuvan itelleni. Eli että ne vaatimukset olis oikeesti sitä, et mun pitäis olla joku kaikkietävä paavi tai ylijumala. Et mun pitäis oikeesti tietää ihan kaikki. Kun eihän sekään oo se totuus, vaa tärkeetä olis osaa soveltaa sitä oppimaansa. Ja eikä kaikkee tarvi tietää oikein ja silti se on ihan täysin riittävää" "H1*

## 7.2 Vahvuuksien kautta oman polun hahmottamista

Opiskelijoiden kertomusten mukaan omien vahvuuksien tunnistamisen harjoit-  
telu on yksi tärkeä osa opinto-ohjaajan työtä. Haastatteluihin osallistuneet aikuis-  
lukio-opiskelijat kokivat yleisesti tunnistavansa omia vahvuuksia kohtalaisesti,  
mutta kokivat, että niiden käsittely olisi ollut paikallaan aikuislukiossa. Opiske-  
lijat kertoivat, että omat vahvuudet ovat hahmottuneet heille itselleen ajan  
myötä, mutta myös, että nämä oli vaihdelleet ja muuttuneet heidän vanhetes-  
saan. Aikuislukion opiskelijat ovat yleisesti päivälukion opiskelijoita vanhem-  
piaja tämänkin takia heidän vahvuutensa ovat voineet vaihdella iän mukaan  
enemmän kuin päivälukion opiskelijoilla. Heillä on myös ollut usein enemmän  
aikaa pohtia omia vahvuuksiaan vuosien saatossa sekä tutustua itseensä esimer-  
kiksi työelämässä tai eri koulutuksissa.

Monet opiskelijoista toivoivat, että opinto-ohjaajien kanssa keskityttäisiin aktii-  
visemmin omien vahvuuksien käsittelyyn ja tunnistamiseen. Haastatteluissa ko-  
rostui opiskelijoiden näkemys siitä, että omien vahvuuksien tunnistaminen on  
hyödyllistä sekä ammatinvalintaa että lukio-opintojen suorittamista ajatel-  
len. Vahvuuksien tunnistamisen katsottiin olevan myös yhteydessä yksilön op-  
pimiseen.

*" No olis kyl ollut tosi tärkeetä käydä niitä ainakin opon kaa läpi (vahvuuksia), koska mulla ei oo oikeen ollenkaan selvää et mitä mä haluun lähteä opiskelee lukion jälkeen " H1*

*" Koska se vaikuttaa tosi paljon ihmisen oppimiseen (vahvuuksien tunnistaminen), ja mitä aikaisemmin niitä käy läpi niin sitä parempi..." H10*

Vahvuuksien lisäksi myös omien heikkouksien tunnistaminen koettiin tärkeäksi. Opiskelijat kuvasivat, että vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen on keino itsensä kehittämiseen.

*H: Onks sun mielestä tarkeeta oppia tunnistamaan vahvuuksia?*

*"On todellakin, siis se on ainoa tapa miten ihmiset yksilöinä ainakaan pystyy millään tavalla tekee itsestään parempia. Musta tuntuu et myös sen lisäksi et vahvuuksiin keskitytään nii pitäis ehkä enemmänkin ihmisten heikkouksiin myös, et must tuntuu et joskus ihmiset unohtaa nekin vähän liikaa. Et joo keskittyy vaan vahvuuksiin, mut sitte ei koskaan halua parantuu niissä heikkouksissa.. et jos niitä pystyy työstämään niin sitten sulla on vaan enemmän vahvuuksii yleisesti" H11*

Opiskelijat kokivat, että opiskelijoiden itsetunnon vahvistaminen on tärkeä asia. He toivoivat, että aikuislukiossa kiinnitettäisiin enemmän huomiota itsetunnon vahvistamiseen. Itsetunnon vahvistamisen lisäksi aikuislukio-opiskelijat kokivat tärkeäksi, että heille vahvistetaan ajatusta siitä, että kaikki on opittavissa.

*" ... Mun mielest se on just noin, että pitää saada teineille pään sisään et tiiäksä kaikki on opittavissa. Ei oo olemassa vaan sellasta kun huono matikkapää, ei oo. Siis jotkut oppii asiat nopeemmin silleen et puhutaan suoraan älykkyydestä mut niinku kaikki on opittavissa. " H10*

### **7.3 Tehokkaampaa uraohjausta**

Opiskelijat kaipasivat ohjauksessa sitä, että opinto-ohjaaja tarttuu etenkin opiskelijoita kiinnostaviin asioihin. Tämän katsottiin olevan merkittävänä tekijänä sille, että opiskelija voi löytää häntä itseään kiinnostavan urapolun tai ammatin. Opiskelijat toivoivat, että ohjauksessa paneuduttaisiin erilaisiin uramahdollisuuksiin ja pyrittäisiin selvittämään yhteistyössä opiskelijan kanssa erilaisia ura- ja jatko-opintomahdollisuuksia. Opiskelijat odottivat opinto-ohjaajilta selkeitä ohjeita ja vinkkejä siitä, miten opiskelijan tulee edetä, jotta hänen on mahdollista edetä kohti omaa jatkokoulutusta ja urapolkua.

*"Mut kyl mun mielestä toi (uraohjaus) kuuluis siihen opinto-ohjaajan työhön, mut ei sitä vaan oo tapahtunu... no mä oisin ehkä toivonut sitä, et jos mä kerron opolle tai opettajalle, et hei mulla on niinku nää aineet tosi vahvoja ja mua kiinnostais tämmöset asiat, niin sit vois ehkä kertoa et mitä mahdollisuuksia ois, mihin mennä tutustumaan ja mistä ottaa niinku selvää asioista. Koska se et mä alan googlailemaan, nii tuntuu täs vaiheessa liian työläältä." H1*

Opiskelijat olivat yhtä mieltä siitä, että he ymmärtävät aikuislukion luonteen olevan itsenäisempi kuin esimerkiksi päivälukion. Itsenäisempi opiskelutyyli ei kuitenkaan tarkoittanut opiskelijoiden mielestä sitä, että tieto eri asioista tulisi etsiä ja oppia täysin itse. Osa opiskelijoista oli kuitenkin kokenut, että tiedon etsiminen eri uramahdollisuuksista oli jäänyt kokonaan opiskelijan omalle kontolle. Tästä johtuen opiskelijat toivoivat, että aikuislukioissa kerrottaisiin aktiivisemmin ja laajemmin erilaisista koulutusmahdollisuuksista.

*"...Et se ois ehkä yks sellanen asia (uraohjaus) mitä tonne toivois lisää, vaikka se on nyt niin, et sen pitäis olla niin itsenäistä se aikuislukio, mutta ois se ihan kiva, jos sillä ois jotain enemmän niistä mahdollisuuksista." H9*

Aikuislukio-opiskelijat tuntuivat haastatteluiden perusteella tuntevan alat, jotka ovat yleisestikin tunnettuja, kuten lääketieteen, kauppakorkeakoulun sekä oikeustieteellisen koulutuksen alat. Monet opiskelijoista kaipasivat tietoa myös ammasteista näiden ammattien ulkopuolelta. He kokivat, että osa ammasteista jää helposti "piiloon", jos niitä ei käydä läpi opinto-ohjaajan johdolla.

*"no musta tuntuu, et ei hirveesti kerrota semmosista eri koulutusmahdollisuuksista. Tai musta tuntuu, että ne on aina vaan ne perus poliisi, lääkäri, sairaanhoitaja, tommoset ns. normiammatit tai yleisimmät. Et mun mielestä ois kiva, et puhuttais enemmän myös semmosista mitkä ei oo niin tai mitkä ei oo tommosia mitä on lapsena opetettu" H7*

Oman urapolun löytymisen tueksi ja oman ammatin hahmottumiseksi opiskelijat toivoivat erilaisia ammatinvalintatestejä, kyselyjä ja tietopaketteja. Edellä mainittujen katsottiin tuovan apua oman urapolun selkeytymiseen. Kaikkein tärkeimpänä asiana opiskelijat pitivät kuitenkin sitä, että pääsevät keskustelemaan testeistä, kyselyistä tai ihan mistä vaan mietityttävästä asiasta opinto-ohjaajan kanssa.

Osa opiskelijoista toivoi ammatinvalintatestejä, joissa keskityttäisiin tunnistamaan opiskelijan vahvuuksia ja sitä kautta ohjaamaan sellaiselle urapolulle, jossa näitä vahvuuksia voisi hyödyntää. Lisäksi opiskelijat olivat sitä mieltä, että testejä olisi hyvä pystyä tekemään kotoa käsin.

*" No semmonen mulle tulee mieleen, että siellä lukiossa voitais tehdä joku testi, mikä kertoo vähän siitä että missä sä oot hyvä, ja mikä sulle vois tulevaisuudessa olla oikea suunta. Tai vähän että mihin hommiin sä soveltuisit... Joku semmonen ammatinvalintatesti tai joku. Sen vois tehdä kotonakin sit. " H3*

Opiskelijat toivoivat, että erilaisista testeistä ja niistä seuranneista tuloksista sekä ajatuksista olisi tärkeä päästä pohtimaan opinto-ohjaajan kanssa. Näin testit eivät jäisi vain opiskelijan oman tulkinnan varaan. He toivoivat, että saisivat keskustella opinto-ohjaajan kanssa kasvokkain heitä mietityttävistä asioista. Lisäksi haastateltavien aikuislukio- opiskelijoiden keskuudessa pidettiin tärkeänä sitä, että opinto-ohjaaja osoittaa olevansa aidosti kiinnostunut ohjattavansa asioista ja ajatuksista.

*" Joo vois kyllä, olis just hauska jos olis vaikka joku semmonen kysely tai joku. Että siitä sais jotain kartotusta mikä itelle sopis. Ja sit ei ehkä pelkästään vaan semmonen testi, vaan et sit siitä vois vaikka jutella sen opon kanssa tai jotenkin et se mitä mä kaipaisin tähän hommaan nii olis se, ettei tuntuis siltä et on niinkun vaan liukuhihnalla. Että joo vois olla näitä testejä ja semmosia, mut sit et joku oikeesti ottais suhun yhteyttä ja on kiinnostunut siitä et osallistuks sä asioihin ja onks sulla oikeesti nyt selvää se et mitä sä haluat tehdä. Jotenkin sellanen kasvokkainen kohtaaminen. " H4*

*" No semmonen vois kyllä olla hyvä, et netissä olis vaikka tietopaketti eri aloista. Et aikuislukio pystyis tehdä sellasen kyselyn opiskelijoille, et missä ne kyselis vaikka vähän ihmisten kiinnostusta, et mihin työhön ne haluais ehkä. Ja sit niistä tekee semmoset esimerkit. Et jos kymmenen ihmistä on kiinnostunu jostain, nii sit vaikka siitä vois tehdä jotain infoa. Et ei ehkä ihan kaikesta, mut just et sit vois myös keskustella opon kanssa. Siit tulis aika pitkä lista jos kirjottais kaikista töistä. Sit voishan jotain testejä tehdä netissä, ja sit sen jälkeen keskustella opon kanssa niistä tuloksista. Vähän kun jotain ammatinvalinta. " H6*

Testien ja kyselyiden lisäksi opiskelijat kertoivat haastatteluissa, että he toivoivat lisää yhteistyötä aikuislukion ja jo valmistuneiden eri alan ammattilaisten välillä. Eri alojen ammattilaiset voisivat antaa tietoa siitä, mitä taitoja ja ominaisuuksia

kyseisellä alalla vaaditaan. Eri alojen ammattilaisten toivottiin tulevan esimerkiksi fyysisesti koululle puhumaan ja kertomaan omasta urapolustaan.

*" ... Et vaikka yläasteella väläytettiin vaan jotain pieniä palasia, eikä oikeen saanu sellasta kuvaa et mitä voi tehdä niin ehdottomasti mun mielestä lukiossa olis hyvä paikka sille että just noi eri alojen ihmiset kävis siellä puhumassa ja kertomassa oikeesti vaikka siitä päivittäisestä työstä ja miten he ovat sit päätyneet siihen pisteeseen missä se on nyt. " H4*

Eri alan ammattilaisten urapolkukertomuksia ja esittelyvideoita voisi katsoa myös verkosta. Opiskelijat toivoivat, että opinto-ohjaajat näyttäisivät tämän tyyliä esittelyvideoita esimerkiksi omilla tunneillaan ja jakaisivat opiskelijoille linkkejä, joiden kautta opiskelijat pääsisivät näitä videoita katsomaan.

*" Joo ja sit et eihän sen tarvi olla silleen et joku tulee sinne käymään. Et kylhän netissäkin vois olla videoita jossa kerrotaan noita. Et vaikka kauppakorkeakoulullakin vois olla joku esittelyvideo, joka näytettäis sit opojen kautta. Et vaikka mäkin oon siitä kauppiksesta kiinnostunut, niin en mä mitään tommosta videota oo koskaan kattonut. " H1*

## 7.4 Aikuislukio-opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista

Toive opinto-ohjaajan ja opiskelijan välisestä aidosta kohtaamisesta nousi esiin vahvana teemana. Aikuislukion opiskelijat nostivat esille erityisesti opinto-ohjaajan ja opiskelijan vuorovaikutussuhteen laadun merkityksen ohjaustilanteissa. Aikuislukiolaiset vaikuttivat haluavansa itse osallistua aktiivisesti opintojensa suunnitteluun sekä toivoivat opinto-ohjaajalta kohtaamista tasa-arvoisena aikuisena. Monesti haastatteluissa myös nousi esille, että opiskelijat toivoivat yksilöllistä kohtaamista opinto-ohjauksessa, tarkoittaen sitä, että jokaisen opiskelijan tilannetta pohdittaisiin juuri kyseisen opiskelijan etujen mukaisesti. Opiskelijat toivovat kasvokkaista tai edes verkossa kasvokkaista tapahtuvaa ohjausta opintojensa aikana. Aikuislukio-opiskelijat pitivät myös sitä tärkeänä, että opinto-ohjauksessa keskityttäisiin opiskelijoihin yksilöinä, kohdattaisiin tasa-arvoisesti ja aidosti jokainen opiskelija. Alla oleva sitaatti kuvaa opiskelijoiden näkemystä siitä, minkä tyylistä ohjausta he aikuislukiossa kaipaavat.

*" No sellasta keskustelua. Ihan just sitä, et jos mä nyt keskustelisin opon kanssa, niin mä haluaisin et hän kertoisi mulle mahdollisesti, et mihin kouluihin mä voisin näillä mun valinnoilla päästä. Tai et mitä mun pitäisi opiskella lisäksi. Nii just sen tyyppistä, et mä saisin jonkunlaisen käsityksen siitä, et mitä mahdollisuuksia mulla ylipäätään elämässä on. " H1*

Aikuislukio-opiskelijoiden yksilöllinen huomiointi ohjauksessa puhutti haastateltavia paljon. Etenkin opiskelijoiden erilaiset elämäntilanteet ja voimavarat tulisi huomioida opinto-ohjauksessa paremmin. Aikuislukio on monelle opiskelijalle raskas ja tuottaa stressiä. Tämän vuoksi opiskelijat toivoivat opinto-ohjaajan toimivan heille eräänlaisena suunnannäyttäjänä. Opinto-ohjaaja voisi ohjata opiskelijaa mahdollisesti hiljentämään opiskelutahtia, jos näyttää siltä, että opiskelijan voimavarat ovat lopussa. Osa haastateltavista pelkäsi jatkuvan stressin, paineen ja masennuksen aiheuttavan lopulta opiskelijan loppuun palamisen. Tämän takia haastatteluissa aikuislukio-opiskelijat myös korostivat sitä, kuinka tärkeää on, että opiskelijoiden mielenterveydestä pidetään huolta, jotta he tulevaisuudessa pystyvät toimimaan työelämässä.

*"Ja mahdollisesti antaa mahdollisuus siihen et jos tulee jotain elämänmuutoksia, koska niitä aina kuitenkin tulee, eikä opiskelijat välttämättä osaa sanoa itse sitä et hei nyt mulla on tällanen elämäntilanne, et tuli vaikka ero tai työpaikka meni, tai jotain muuta vastaavaa... Kun moni on tosi pitkällä elämässä ja voi olla tällaisia isojakin elämänmuutoksia. Nii sit olis tärkeä et opo kertoo, kun ei opiskelijat välttämättä ees tajua, et voi jättää jotain pois tai vaikka siirtää jotain myöhemmäksi. Mut opo vois sen nähdä, et nyt on sellanen elämäntilanne, et sun olis hyvä muuttaa sitä suunnitelmaa, ja et sä tarviit vähän nyt lepoa enemmän."H1*

Opiskelijan kokemusta siitä, että hän on tärkeä ja osa opiskelijayhteisöä tuntui olevan monelle aikuislukio-opiskelijalle merkittävä asia. Aikuislukiossa opiskelee valtava määrä ihmisiä ja sinne on yksittäisen opiskelijan helppo hukkuu. Näin ollen opiskelijat kaipasivat tunnetta siitä, että heillä on jokin merkitys opiskelijayhteisössä ja että heistä välitetään. Tässäkin kohtaa korostui kasvokkain kohtaamisen suuri merkitys. Kasvokkain kohtaamisessa opiskelijalle välittyi olo, että joku näkee hänet ja joku on kiinnostunut hänen asioistaan.

*"... Mutta ehkä mun mielestä jotenki olis ollu kokea et mä oisin tärkeä, et jotenkin silleen et hei kiva et oot täällä opiskelemassa, ja mitä teistä tulee ja mitä te haluaisitte olla, ja miksi te ootte*

*täällä?.. et ehkä semmonen mitä mä kaipaisin tähän hommaan nii olis se, ettei tuntuis siltä et on niinkun vaan liukuhihnalla.. et joku oikeesti ottais suhun yhteyttä ja on kiinnostunut siitä et osallistuks sä asioihin ja onks sulla oikeesti nyt selvää se et mitä sä haluat tehdä. Jotenkin semmosta kasvoikkaista kohtaamista just” H4*

Osa opiskelijoista kaipasi selkeää muutosta ja kehitystä aikuislukion opinto-ohjaukseen ja toimintaan. Opiskelijat toivoivat, että aikuislukion yhteisöllisyyden syntymistä lähdettäisiin rakentamaan aktiivisesti. Yhteisöllisyyden rakentumisessa he korostivat opinto-ohjaajan roolin tärkeyttä. Opiskelijat kokivat, että opinto-ohjaajat pystyvät omalla työllään edistämään ryhmäytymistä ja yhteisöllisyyden tunteen luomista. Ryhmäytymistä pidettiin avainasemassa siinä, että opiskelijat voisivat aikuislukiossa paremmin.

*” No haluaisin lisätä vielä sen verran, et jos sulla on mahdollisuus vaikuttaa jotenkin tohon aikuislukion opinto-ohjaukseen ja siihen toimintaan siellä yleisesti niin se oikeesti tarvi muutosta. Et se on musta oikeesti tosi yksinäinen taival ja niinkun aika pienillä asioilla vois edistää sitä ihmisten viihtyvyyttä siellä. Niinkun just vaikka toi ryhmäytyminen, ja olis vaikka jotain juttuja et ihmiset olis yhdessä ja tuntis toisiaan. Niin ihan vaan siks et ihmiset selviytyis paremmin tosta yksinäisestä aikuislukiotaipaleesta niin toivoisin siihen jotain kehitystä. ” H4*

Yksilöohjauksen lisäksi pienryhmäohjaus oli aikuislukio-opiskelijoiden mielestä erittäin hyvää ja tärkeää. Opiskelijat kertoivat, että pienryhmäohjausta voisi olla enemmänkin tarjolla niille opiskelijoille, jotka siihen haluavat osallistua. Haastatteluista nousi esiin, että muiden opiskelijoiden ajatusten kuuleminen ja omien haasteiden jakaminen helpottaisi myös omaa jaksamista. Haastateltavien mukaan pienryhmässä työskentely auttaa opiskelijaa ymmärtämään, että hän ei ole yksin pulmiensa kanssa, vaan muutkin kanssatoverit pohtivat usein täysin samoja asioita.

*” Jotain ryhmiä. Ja et opo tapais niinkun luokka-asteita kerrallaan. Ja puhuttais siellä uravalinnoista ja kuulis mitä muut ihmiset on miettiny. Miksi muut ihmiset on aikuislukiossa. Jotain semmosta. Semmonen pienryhmä ehdottomasti olis hyöä. Tai mikä vaan olis parannus tän hetkiseen.” H4*

Osalle opiskelijoista pienryhmässä työskentely oli ollut niin hedelmällistä, että oma jatkokoulutuspaikka oli hahmottunut sitä kautta. Pienryhmäohjausta tulisi



opiskelijoiden mielestä käyttää enemmän hyödyksi myös aikuislukio-opiskelijoiden uraohjauksessa.

*" No siinä oli must se tosi hyvää, et siinä niinkun keskusteltiin ja sit siinä keskustelussa oli eri osapuolia, ja mä koen sen niinkun palkitsevaksi et se ei ollut vaan mun ja opon välinen keskustelu, vaan mä kuulin myös et mitä ne kanssaopiskelijat ajattelee. Ja se meidän ryhmä oli sellainen, missä oli ihan just alottaneita opiskelijoita ja semmosia jotka oli ollut siellä pitempään jo. Siinä ryhmässä oli joku 10 henkilöä... ja mä uskon et se ryhmä oli just se mikä autto mua löytämään ton hakukohteen ja järjestämään opintoja. " H6*

Yhteistyön lisääminen muiden lukioden kanssa nostettiin yhdeksi aikuislukion kehityskohdaksi. Erilaisten kurssivalintojen, ylioppilaskirjoitusten ja tapahtumien katsottiin olevan sellaisia asioita, joita voitaisiin toteuttaa yhteistyössä muiden lukioden kanssa. Yhteistyön lisääminen muiden lukioden kanssa voisi omalta osaltaan myös auttaa aikuislukion yhteisöllisyyden kehittymisessä. Aikuislukio-opiskelijat toivoivat opinto-ohjaajien ja kuraattorien reagoivan mahdollisimman nopeasti opiskelijan kohtaamiin haasteisiin. Näin opiskelijaa voitaisiin tukea ja ohjata tuen kautta eteenpäin opinnoissa, vaikka erilaisia haasteita olisikin ilmennyt opintopolun aikana. Näin voitaisiin luoda mahdollisimman ajoissa yhteistyömahdollisuuksia esimerkiksi eri lukioden kanssa.

*"Et mulla on jääny kokematta kaikki mitä monet kokee tärkeiks lukiossa. Esim. jotkus vanhojen tanssit tai vaikka joku whatsapp- ryhmä opiskelijoiden kesken. " H4*

*"Ja mun mielestä toi, se voi olla että nuorten puolten lukiot vois tehdä just enemmän yhteistyötä esimerkiksi aikuispuolen lukioden kanssa, missä se uudelleen kirjoitusmahdollisuus on tosi helppoa. Et siin pitäis olla jonkin näköstä yhteistyötä et just kuraattorit ja opinto-ohjaajat huomaa, että kurssiarvoosanat alkaa tippuu tai opiskelija alkaa oireilee, nii sit vois luoda jo sitä yhteistyöpohjaa. Et just oppilailla on tieto että mikään ei oo lopullista. " H10*

Vaikka verkossa tapahtuvaa ohjausta pidettiin pääsääntöisesti toimivana, asettivat opiskelijat joitakin toiveita sen kehittämisen suhteen. Osa haastateltavista koki verkko-ohjauksessa ongelmallisena opiskelijan ja opinto-ohjaajan välisen vuorovaikutuksen toteutumisen. Opiskelijat olivat sitä mieltä, että aito kohtaamisen tunne jäi puuttumaan verkko-ohjauksesta. Haastateltavat toivoivatkin, että verkossa tapahtuvaa ohjausta voisi kehittää siihen suuntaan, että opiskelijat

voivat kokea itsensä merkityksellisiksi ja kuulluiksi. Etäopiskeluihin siirtymisen myötä moni opiskelija oli kokenut jäävän yksin opiskeluun liittyvien haasteiden kanssa. Tästä johtuen opiskelijat toivoivat saavansa enemmän tukea ja ohjausta myös etäopiskeluun.

*"Niin ehkä just semmonen, tää must liittyy siihen et ku ei oo mitään semmosta kiinnekohtaa mihinkään, et opettajilla ja opiskelijoilla ei oo mitään semmosta suhdetta oikeen keskenään, ellet sä jotenki tosi kovasti nouse sieltä jollain sun erityisellä jatkuvalla viittaamisella ja yhteydenotolla opettajaan. Et sä et niinku pysty muodostamaan suhdetta keneenkään. Jotenkin sitä pitäis mun mielestä ihan perustavanlaatusesti muuttaa, koska se on mun mielestä ihan kauheen masentavaa se tän hetkinen toiminta siellä." H4*

Verkkokurssien osalta toivottiin kommunikaation selkeytymistä opiskelijoiden ja opettajien välillä. Osa aikuislukio-opiskelijoista kaipasi selkeämpää alustaa, jossa saisi neuvontaa nopeasti mieltä painaviin asioihin. Sähköpostia ja Wilmaa pidettiin yleisesti toimivana viestintävälineenä, kun kyseessä oli joku isompi asia mitä halusi käsitellä. Aikuislukio-opiskelijat myös kokivat, että Wilmassa tehtävät lukuiset opinto- ja kurssisuunnitelmat vievät alustalta niin paljon tilaa, että se tekee nopeasta viestinnästä haastavaa.

*"Mutta ehkä niinku verkkokursseissa, niin ehkä sitä kommunikaatiota opettajan ja oppilaan välillä vois aavistuksen selkeyttää. Ja sillai nopeuttaa, että nykyään sähköposti on tosi loistava työväline, mutta se on todella hidas työväline periaatteessa... joku ehkä semmonen selkee paikka, joku uus alusta, semmonen viestintäväline, ei niinku ees Wilma, vaan joku mis vois pelkästään lähettä viestiä opettajalle ja opettajalta niinku sulle..." H8*

## 8 POHDINTA

Tutkimustulosten perusteella opiskelijoiden kokemukset ohjauksesta jäsenyivät viiteen pääteemaan: ohjauksen resurssit ja laatu opiskelijoiden kokemana, vahvuuksien ja itsetuntemuksen käsittely ohjauksessa, uraohjaus aikuislukiossa, ohjauksen ja tuen tarve ylioppilaskirjoitusten aikana sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioiminen. Opiskelijoiden toiveet ohjaukselle muodostivat neljä pääteemaa, jotka olivat: opinto-ohjauksen laatu, vahvuuksien kautta oman polun hahmottamista, tehokkaampaa uraohjausta ja aikuislukio-opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista.

Tarkastelemme tutkimuksen päätuloksia luvuissa: 8.1 Ohjaustyön suuntaviivat aikuislukiossa, 8.2 Opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista sekä 8.3 Verkko-ohjauksen hyödyntäminen ohjauksessa. Nämä kolme ulottuvuutta nousivat vahvimmin esille tulosten pääteemoista. Tulosten perusteella opiskelijat toivovat toimivaa, dialogista ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin keskittyvää ohjausta. Aikuislukion luonne ja teknologian kehitys vaikuttavat siihen, että on tärkeää pohdita verkko-ohjauksen mahdollisuuksia ohjaustyössä.

### 8.1 Ohjaustyön suuntaviivat aikuislukiossa

Lukion opinto-ohjauksen luonnetta ja tilaa ei ole meidän tietojemme mukaan tutkittu juurikaan aiemmin aikuislukion kontekstissa. Suomen lukiolaisten liitto teetti vuonna 2012 selvityksen opinto-ohjauksen tilasta päivälukiossa, ja raportin mukaan ohjaukseen tarvitaan lisää resursseja sekä säännöllisyyttä heti opiskelijan lukio-opintojen alusta asti (SLL, 2012, 45). Tutkielmamme yksi tärkeimmistä tuloksista oli aikuislukiolaisten kokemus siitä, että ohjausta olisi hyvä olla enemmän läpi lukio-opintojen. Lisäksi ohjauksen olisi hyvä keskittyä käytännön asi-

oiden, kuten kurssivalintojen teon lisäksi myös opiskelijan jaksamiseen sekä yleiseen hyvinvointiin, sekä jatkosuunnitelmien tekoon. Opiskelijoiden mukaan opinto-ohjaajien asiantuntemusta tulisi hyödyntää opiskelijan jaksamisen tukemisessa, sekä tarvittaessa hänen pitäisi ohjata opiskelija oikeanlaisen avun piiriin. Jatkossa olisi hyvä, että lukion opinto-ohjaus käsittelisi opiskelijoiden elämää kokonaisuutena ja pyrki tukemaan opiskelijoita myös jaksamiseen sekä yleiseen hyvinvointiin liittyvissä teemoissa. Onkin syytä pohtia, että olisiko opinto-ohjaajien koulutukseen hyvä liittää myös hyvinvoinnin tukemiseen liittyviä sisältöjä, jotta tämä tavoite toteutuisi. Opinto-ohjaajien sekä koulun muiden hyvinvointia tukevien toimijoiden, kuten psykologien ja terveydenhoitajien, yhteistyö voisi myös olla avuksi hyvinvointia tukevien sisältöjen huomioinnossa aikuislukion opiskelijoiden arjessa.

Tutkimuksemme tuloksien mukaan aikuislukio-opiskelijat kaipaavat opinto-ohjaukselta aikuislukiossa erityisesti opinto-ohjaajan kanssa dialogisuuteen perustuvaa pohdintaa ja keskustelua. Peavy (2004) kuvailee dialogisen viestinnän perustuvan avoimeen, vuorovaikutukselliseen viestintään, johon osallistuu yhtä lailla sekä ohjaaja että ohjattava. Dialogisen keskustelun peruselementit ovat kuunteleminen, puhuminen, kysyminen ja vastaaminen. Dialogisuuteen kuuluu myös ajan antaminen myös hiljaisuudelle. Dialogisessa keskustelussa vuorottelevat puhuminen ja kuunteleminen. Silloin molemmat keskusteluun osallistujat ovat tietoisia omasta osallisuudestaan keskustelussa. Lisäksi dialogisuuteen liitetään toisia ja erilaisuutta kunnioittava ilmapiiri. (Peavy, 2004, 32-33.)

Tutkimusaineistossamme nousi merkittävästi esille nuorten toive kunnioittavasta dialogisuuteen perustuvasta opinto-ohjauksesta. Aikuislukio-opiskelijat kuvasivat, että joidenkin opinto-ohjaajien kanssa kokemus dialogisuudesta jäi puutteelliseksi, jolloin myös tyytyväisyys ohjaukseen oli heikkoa. Dialogisuuden onnistuessa opiskelijat taas olivat hyvinkin tyytyväisiä ohjaukseen, sillä he kokivat, että vuorovaikutus oli ollut toimivaa. Kokemuksiemme mukaan opinto-ohjauksesta harvemmin annetaan tai saadaan palautetta, mutta jatkossa palautteen

saaminen voisi olla hyvä keino opinto-ohjaajille oman dialogisuuden ja ohjausvuorovaikutuksen arvioimiseksi sekä kehittämiseksi.

Tuloksiamme mukaan aikuislukio-opiskelijat odottavat opinto-ohjaustilanteissa yksilöllistä kohtaamista, kohtelua tasavertaisena aikuisena, hyvää vuorovaikutusta, keskustelua opiskelijan elämänsuunnitelmista, sekä itsetuntemuksen ja opiskelijan vahvuuksien kartoittamista. Kohdatuksi tulemisen tunteen ajatellaan olevan tärkeä tekijä siihen, kuinka hyvin yhteistyö ohjaustilanteessa ylipäättään toimii. (Leskisenoja & Sandberg, 2019, 33). Myös muissa tutkimuksissa juuri yksilönä kohtaaminen oli merkittävässä roolissa siinä, miten onnistuneena lukio-opiskelijat kokivat saamansa ohjauksen (Walker, Alloway, Dalley-Trim, & Patterson, 2006, 39-40).

Aikuislukio-opiskelijat myös toivoivat, että opiskelijan koko elämänkenttä sekä jatko-opintosuunnitelmat otetaan huomioon ohjauksessa heti alusta alkaen. Opiskelijoiden kuvailun mukaan kurssivalinnat ovat erityisesti seikka, jota pitäisi miettiä suhteessa opiskelijan vahvuuksiin sekä tulevaisuudensuunnitelmiin. Myös Suomen lukiolaisten liiton vuonna 2012 teettämän selvityksen mukaan opiskelijat kokivat, että jatko-opintosuunnitelmat otetaan ohjauksessa käsittelemään liian myöhäisessä vaiheessa lukio-opintoja. (Suomen lukiolaisten liitto, 2012, 32-33). Lukiolaissa linjataan, että opintojen alkuvaiheessa tehtävässä henkilökohtaisessa opintosuunnitelmassa olisi myös kirjattuna opiskelijan jatko-opintojen sekä tulevaisuudensuunnitelmien raamit. Suunnitelmaa on tarkoitus päivittää lukio-opintojen edetessä säännöllisesti. (Lukiolaki 2018/714 § 26.) Olikin syytä pohtia, että onko henkilökohtainen opetussuunnitelma ollut tehokas vastaamaan tähän tarpeeseen tai voisiko jollain muulla keinolla kartoittaa opiskelijan jatkosuunnitelmia tehokkaammin lukio-opintojen alusta alkaen. Tutkimuksemme mukaan opiskelijan tulevaisuudensuunnitelmat tuntui olevan usein opinnoista irrallinen asia, eikä niitä pohdittu suhteessa kurssivalintoihin.

Tutkimuksemme mukaan aikuislukio-opiskelijat toivoivat enemmän resursseja ohjaukseen. Suurin osa opiskelijoista esitti, että ohjausta on niukasti tarjolla ja että ohjausaikojen pyytämiseen pitäisi olla aina painava syy. Opiskelijat toivoivat yleisesti aikaa ja yksilöllistä huomiota ohjauskeskusteluissa. Myös muissa tutkimuksissa opiskelijat ovat korostaneet ohjauksen saavutettavuutta ja joustavuutta tärkeänä tekijänä (Walker, Alloway, Dalley-Trim, & Patterson, 2006, 40). Opinto-ohjauksen resurssit vaihtelevatkin suuresti kouluittain, vaikka Opetusalan ammattijärjestön suositus on, että yhdellä opinto-ohjaajalla on ohjattavana 200 opiskelijaa (Opettajien ammattijärjestö, 2019). Uudistunut korkeakoulujen opiskelijavalinta on lisännyt entisestään opinto-ohjauksen merkitystä sekä opintojen suunnitelmallisuuden tarvetta lukio-opiskelijoille. Lisäksi opiskelijat tarvitsevat opinto-ohjaajalta tietoa eri mahdollisuuksista, jos tulokset eivät ole riittäneet haluttuun paikkaan. (Pelander, 2018.) Onkin hyvä pohtia, että ovatko nykyiset opinto-ohjauksen mitoitukset aikuislukioissa hyvässä suhteessa ohjattavien määrään näiden uudenlaisten vaatimuksien edessä.

Resurssien niukkuus ja kiire opinto-ohjaajan työssä vaikuttaa myös kiireen tuntuun ohjaustilanteissa. Tulostemme mukaan aikuislukio-opiskelijat nimesivät erityisesti rutiininomaiset kysymykset sekä rutiininomaisen kohtelun ja kiireen tinnun heikentävän vuorovaikutussuteen laatua. Myös päivälukion opiskelijat ovat nimenneet kiireen olevan olennainen tekijä siihen, että opiskelijat olivat tyytymättömiä ohjaukseen lukiossa. (SLL, 2012, 34-35). Onnismaa (2020) kuvailee teoksessaan juurikin kiireen tinnun heikentävän ohjauksen laatua, sillä ohjauksessa on oltava riittävästi aikaa opiskelijalle. Kiireen tuntu antaa helposti ohjattavalle mielikuvan siitä, ettei hänen asiansa ole ohjaajalle kovin merkitseviä. Onnismaa (2020) esittääkin, että ohjaustilanteeseen käytetyn ajan sijasta olennaista on, että ohjaaja keskittyy ohjattavaan avoimesti, lämpimästi, rauhallisesti hänen asiansa kuunnellen ja kysymyksiin vastaten. Jos aikaa on vähän, olisi hyvä pyrkiä sopimaan uusi tapaamisaika. (Onnismaa, 2020, 39.) Yksittäisen opinto-ohjaajan on kuitenkin vaikea säädellä kiirettä, sillä kyse on usein ohjattavien liian suuresta määrästä yhtä opinto-ohjaajaa kohden.

Kahdenkeskeiset keskustelut olivat opiskelijoiden vastauksien mukaan kaikista tärkeimpiä ohjaustilanteita ja siksi juuri yksilöohjausta opiskelijat kaipasivatkin lisää. Samanlaisia tuloksia yksilöohjauksen tärkeydestä on löydetty aiemmissakin tutkimuksissa (Walker, Alloway, Dalley-Trim, & Patterson, 2006, 41-42). Myös Suomen lukiolaisten liiton (2012) teettämän, abiturienttien jatko-ohjausta käsittelevän raportin mukaan päivälukion opiskelijoiden mielipide oli, että yksilöohjaus on opiskelijalle erittäin tärkeää, ja siihen on käytettävissä liian vähän resursseja. Päivälukio-opiskelijat myös esittivät, että resurssipulaan vastauksena voisi olla se, opinto-ohjaukseen käytetyt oppitunnit korvattaisiin yksilötapaamisilla. (SLL, 2012, 31-32.) Opinto-ohjauksen oppitunneilla on lukiossa myös paikkansa, mutta myös kurssien toteutusta voisi pyrkiä muuttamaan niin, että yksilöohjaukselle jäisi enemmän aikaa. Kurssien opetusta voisi suunata enemmän verkko-opinnoiksi ja itsenäiseksi työskentelyksi. Lisäksi opetusta voisi toteuttaa esimerkiksi pienryhmäohjauksen muodossa.

Tutkimamme tuloksien perusteella aikuislukio-opiskelijat kaipasivat usein ohjaukselta yhteistä pohdiskelua opinto-ohjaajan kanssa. Opiskelijat kuvasivat, että verkossa käytävä ohjauskeskustelu on yhtä laadukas ohjaustapa kuin kasvokkain tapahtuva ohjauskeskustelu. Tulostemme mukaan opiskelijoiden mielestä verkko-ohjaus on toimiva ohjaustapa, ja siihen pätee samat dialogisuuden toiveet, kuin paikan päällä tapahtuvaan ohjaukseen. Aiemmassa tutkimuksessa on todettu, että omaa elämää käsittelevät keskustelut koetaan joidenkin ihmisten keskuudessa jopa mukavammaksi verkossa, kuin kasvokkain tapahtuva keskustelu (Ardi, 2018, 65). Opiskelijat kuvasivat yksilöohjauskeskustelujen vahvuudeksi sitä, että opiskelija saa vastauksia helposti kysymäänsä ja voi yhdessä pohdita omia suunnitelmiaan asiantuntijan kanssa. Lisäksi ohjauskeskustelut antoivat opiskelijalle eväitä itsenäiseen tulevaisuuden pohdintaan.

Tutkimuksemme mukaan aikuislukio-opiskelijat toivovat vuorovaikutusseikkojen lisäksi ohjaukselta tiedottamista erilaisista ura- ja koulutus mahdollisuuksista. Opiskelijoiden tietämys erilaisista vaihtoehdoista vaikutti olevan verrattain heikkoa, ja opiskelijat kuvasivat, että tietoisuus eri vaihtoehdoista olisi hyödyksi tulevaisuudensuunnitelmien teossa. Myös Suomen lukiolaisten liiton vuosina 2011 ja 2012 teettämien tutkimuksien perusteella lukio-opiskelijat arvioivat, että työelämään liittyvien tiedon ja osaamisen taso on päivälukiolaisten keskuudessa heikkoa. (Vesänen, Thuneberg, Reinikainen ja Mikkilä, 2011, 17; SLL, 2012, 32.) Jatkossa aikuislukion ohjaustyöhön voisi säännöllisesti sisällyttää esimerkiksi koulutus- ja alaesityksiä tiedon lisäämiseksi. Näitä esittelyjä voisi tehdä myös helposti verkon välityksellä, jolloin ne voisi myös tallentaa myöhempää käyttöä varten.

Tutkimukseemme osallistuneiden aikuislukio-opiskelijoiden mukaan tietoa on nykypäivänä niin paljon saatavilla, että itsenäisesti on hankalaa lähteä selvittämään erilaisia jatko-opinto- tai uramahdollisuuksia. Pieni osa osallistujista taas oli hyvinkin perillä omista jatkosuunnitelmistaan ja mahdollisuuksista tulevaisuudessa. Vaihtelevuutta työelämätiedossa on havaittu lukioikäisten keskuudessa myös muissa tutkimuksissa (Sampson, Peterson, Reardon ja Lenz 2000, 146). Aiemmassa tutkimuksessa päivälukio-opiskelijat arvioivat, että jatko-opinto suunnitelmia tehdessä suurin hyöty on ollut kahdenkeskeisistä tapaamisista opinto-ohjaajan kanssa, sekä erilaisista koulutusvierailuista ja esittelyistä (SLL, 2012, 36). Tuloksiamme mukaan opiskelijat, joilla oli selkeät jatko-opintosuunnitelmat eivät niinkään kaivanneet lisää työelämätietoutta. Opiskelijat taas, joille jatko-opintosuunnitelmat eivät olleet selkeitä kokivat kaipaavansa lisää tietoutta työelämästä sekä eri koulutuksista.

Tuloksissa oli havaittavissa vaihtelevuutta siinä, kuinka tärkeäksi opiskelija arvioivat opinto-ohjauksen roolin ylipäätään aikuislukiossa. Osa opiskelijoista oli tyytyväisiä sellaiseen ohjaukseen, jota saa silloin tällöin tarvittaessa, eikä kokenut tarvitsevansa enempää ohjausta. Tällöin opiskelijalla oli yleensä selvyys omista



tulevaisuuden suunnitelmista, ja opiskelija oli itsenäisesti selvittänyt jatkosuunnitelmiin liittyvät informaatiota esimerkiksi Opintopolku- sivustolta. Suurin osa opiskelijoista kuitenkin koki, että aikuislukiossa opinto-ohjauksella on hyvin merkittävä rooli sekä kaipasi lisää ohjausta käytännön opiskeluun, muun elämän ja opintojen yhteensovittamiseen sekä jatkosuunnitelmien tekoon. Myös aiemmin tehdyssä tutkimuksessa havaittiin vaihtelevuutta ohjaustarpeessa, sillä heikommin lukiossa pärjänneet opiskelijat kaipasivat enemmän opinto-ohjausta kuin vahvasti pärjäävät opiskelijat. Opiskelijoilla, jotka menestyivät koulussa hyvin, oli itsellään ennestään tietoa jatkomahdollisuuksista, kun taas heikommin pärjäävät opiskelijat kokivat tulevaisuuden suunnitelmien teon hyvinkin haastavaksi. Lisäksi tutkimuksen mukaan miehet tekivät jatkosuunnitelmansa esteettömämmin kuin naiset sekä olivat enemmän tietoisia ainevalintojensa seurauksista kouluhauissa. (Vesänen ym. 2011, 43.)

Opiskelijoiden toiveiden vaihdellessa opinto-ohjauksen laadun ja määrän suhteen, olisi hyvä jatkossa pohtia opinto-ohjauksen toteuttamista näitä toiveita kuunnellen. Voitaisiin pohtia, että olisiko näitä toiveita mahdollista kartoittaa lukiokoulutuksen alkaessa esimerkiksi kyselylomakkeen avulla. Näin toimimalla voitaisiin opinto-ohjauksen resurssit mahdollisesti jakaa enemmän tarpeita ja toiveita vastaavasti. Niille opiskelijoille, joiden tuen ja ohjauksen tarve näyttäytyy suurempana, voisi näin toimimalla myös olla enemmän tukea tarjottavana. Kun taas niille opiskelijoille, joiden tarve näyttäytyy vähäisenä, voisi riittää vähäisempikin ohjauksen määrä. Samalla olisi mahdollista saada tietoa siitä, missä muodossa opiskelijat toivovat ohjausta saavan, eli toivovatko opiskelijat esimerkiksi kahdenkeskisiä kasvokkaisia tapaamisia, etänä tapahtuvaa ohjausta tai ryhmän-ohjausta. Ohjaustarpeen vaihdellessa tämänkin verran on syytä pohtia, että onko jokaiselle opiskelijalle tarvetta olla saman verran ohjausta, vai voitaisiinko ohjauksen määrää suhteuttaa enemmän opiskelijan ohjaustarpeeseen.

## 8.2 Opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista

Kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista puhutaan tänä päivänä paljon ja se tuntuu olevan asia, mitä aktiivisesti tavoitellaan. Kokonaisvaltainen hyvinvointi voidaan määritellä käsitteenä ihmisen fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena toimintakykyinä, jossa yksilö toimii myönteisessä vuorovaikutuksessa elinympäristönsä kanssa (Suontausta & Tyni, 2005). Hyvinvointi itsessään on hyvin moniulotteinen käsite, ja se merkitsee eri ihmisille eri asioita. Keskitymme tässä luvussa siihen, kuinka opiskeluympäristö vaikuttaa opiskelijan hyvinvointiin ja kuinka opiskelijan hyvinvointia voidaan ohjauksen avulla tukea.

Koska opiskelija viettää suuren osan ajastaan opiskeluympäristössä, tulisi se nähdä isona tekijänä yksilön hyvinvoinnin edistämisessä. Opiskelijat tarvitsevat yhä enemmän ohjausta ja tukea siihen, kuinka he edistävät ja pitävät yllä hyvinvointiaan. Tutkimuksestamme selvisi, että iso osa aikuislukio-opiskelijoista kokee hyvinvointinsa olevan koetuksella opiskeluiden takia, joten katsoimme aiheen tarkastelun olevan paikallaan. Tutkimuksen ilmiötä pohtien, voimmekin kysyä kuinka paljon kouluympäristö vaikuttaa opiskelijan hyvinvointiin ja kuinka paljon opiskelija saa tukea oman hyvinvoinnin edistämiseen?

*"... et Suomi on opiskelun puolesta tosi tosi rankka paikka. Et opiskelun puolelta meille asetetaan aika kovat paineet ja vaatimukset" H1*

Iso osa aikuislukio-opiskelijoista kuvasi oman jaksamisen olevan koetuksella opintojen aikana. Moni opiskelija on kokenut opiskeluidensa aikana stressiä, suorituspaineita, sekä yksinäisyyden ja riittämättömyyden tunteita. Osa heistä kuvasi kokeneensa myös masentuneisuutta opiskeluiden aikana. Nykypäivän yhteiskunta vaatii opiskelijoilta yhä enemmän kykyä oppia jatkuvasti uutta ja pyrysymään kehityksen mukana. "Jatkuva itsensä kehittäminen" ja "elinikäinen oppiminen" ovat lauseita, joita opiskelijat kuulevat jatkuvasti opiskelu taipaleensa

aikana. Mutta kuinka paljon opiskelijat oikeasti saavat ohjausta itsensä kehittämiseen? Tulosten perusteella vaikuttaa siltä, että tällä hetkellä opiskelijoilta vaaditaan jotain sellaista, jonka toteuttamiseen heille ei ole alun perinkään annettu tarpeeksi resursseja ja eväitä. Aikuislukion opiskelijoiden kokemuksia ei ole juurikaan aikaisemmin tutkittu, joten peilaamme tutkimuksemme tuloksia päivälukiolaisista tehtyihin tutkimuksiin. Jatkoa ajatellen, olisi tärkeää lisätä tutkimusta myös aikuislukion ohjauksen kentältä lisääntyneen opiskelijamäärän ja ohjaustarpeen takia.

Myös aiempien tutkimuksien mukaan lukiolaiset kokevat oman hyvinvoinnin ja jaksamisen heikoksi opintojen aikana. Bridging the GAPS- tutkimuksessa tutkittiin pääkaupunkiseudun lukiolaisten hyvinvointia ja koulumotivaatiota (Salmela-Aro & Upadyaya, 2020). Tutkimukseen osallistuneet lukio-opiskelijat jaoteltiin analyysin perusteella kolmeen eri ryhmään; innostuneiden ryhmään, stressiryhmään ja uupumusryhmään. Innostuneiden ryhmä kattoi tutkimuksen osallistujista noin kolmasosan (37%). Vaikka ryhmä nimettiin ”innostuneiden ryhmänä”, oli tässäkin porukassa havaittavissa alhaista uupumusta ja riittämättömyyden tunnetta suhteessa opiskeluihin. Lähes puolet tutkimukseen osallistuneista opiskelijoista (45%) tuli stressiryhmästä. Stressiryhmän lukiolaiset kokivat uupumusta, väsymystä, riittämättömyyttä ja stressiä, mutta myös jonkin verran innostusta suhteessa opiskeluun. Uupumusryhmässä noin viidesosa (18%) lukiolaista koki ”voimakasta kyynisyyttä suhteessa opiskeluun” sekä isoa opiskelu-uupumusta. Tulosten mukaan uupuneet ja stressaantuneet opiskelijat kokivat enemmän yksinäisyyttä kuin innostuneet lukiolaiset. Myös Suomen lukiolaisten liiton tekemä selvitys osoittaa, että lukiolaisten jaksaminen on jatkuvalla koetuksella. Selvityksen mukaan noin kolmasosa vastaajista oli kokenut jatkuvaa uupumusta suhteessa opintojen työmäärään. (Suomen lukiolaisten Liiton selvitys 2017, 41.) Aikaisemmat tutkimukset ovat samassa linjassa meidän tutkimuksemme kanssa, jossa lähes jokainen opiskelija kuvasi kokeneensa stressiä ja uupumusta jossain vaiheessa opintojaan.

Opiskelijoiden jaksamista ja kouluhyvinvointia voidaan kuvata vaatimus-resurssimallilla, jonka mukaan sekä yksilön henkilökohtaiset – että opiskeluresurssit lisäävät innostusta, kun taas vaatimukset puolestaan lisäävät uupumusta. Opiskelijalle yleisesti tärkeitä resursseja katsotaan olevan sosiaalinen pääoma, pystyvyyden tunne ja vaikuttamismahdollisuudet itselle tärkeisiin asioihin. Kyseisellä mallilla on näytetty, että uupumus ja opiskelupahoinvointi voivat pitkään jatkussa siirtyä myös muille elämän osa-alueille ja ne voivat lisätä esimerkiksi masennusta. (Selmela-Aro & Upadyaya, 2014.) Noin jopa puolet (48%) lukiolaisista kokee viikoittain stressiä ja reilusti yli puolet lukiolaisista (70%) tuskailee viikoittain väsymyksen parissa (Lukiolaisten hyvinvointitutkimus, 2012). Myös suurin osa meidän tutkimukseemme osallistuneista aikuislukio-opiskelijoista kuvasi kokevansa stressiä ja suorituspaineita opintojensa aikana. Tulosten mukaan opiskelijat kokevat tällä hetkellä yhteiskunnan asettavan liian suuria vaatimuksia yksilöille, mikä vaikuttaa opiskelijoiden uupumiseen. Opiskelijan tulisi suoriutua opinnoistaan hyvin arvosanoin. Samaan aikaan tulisi käydä töissä ja kerryttää säästöjä tulevaisuutta varten. Osalla aikuislukio-opiskelijoista oli omia lapsia, joiden hyvinvoinnista huolehtiminen opiskeluiden ja työnteon ohella vaikutti myös osittain lisääntyneeseen stressiin.

Tämän tutkimuksen tulosten perusteella ja aikaisempiin tutkimuksiin nojaten aikuislukio-opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämistä ja tukemista tulisi kehittää yhä vahvemmin. Osa aikuislukio-opiskelijoista on asettanut itselleen liian suuret vaatimukset opintojen suhteen, joiden myötä opiskelijan stressitasot ja suorituspaineeet kasvavat. Tutkimus osoitti, että on tärkeää tukea opiskelijan yksilöllisiä keinoja hallita stressiä ja uupumusta, jotta heidän opiskelukyky- ja motivaatio pysyy yllä. Olisikin hyvin tärkeää, että opiskelijat saisivat tarvitsemaansa ohjausta niin, että he eivät uuvuta itseään lopullisesti. Tiedon lisääminen yksilön hyvinvoinnin merkityksestä, stressin vaikutuksista ja sen ehkäisemisestä tuntuu olevan tällä hetkellä merkittävä asia. Vaatimus-voimavaramalliin pohjaten tulisi vaatimuksia keventää ja taas puolestaan vahvistaa opiskelijan voimavaroja lisää-

mällä sekä henkilökohtaisia resursseja – että kouluresursseja. Aikuislukio-opiskelijoiden jaksaminen ja uupumus suhteessa opintoihin tulee ottaa vakavasti, jotta heillä säilyy into ja motivaatio työelämän sekä jatko-opintojen suhteen.

Tutkimuksen tulosten perustella yhteisöllisyyden ja ryhmäytymisen vahvistamisen katsotaan olevan iso tekijä opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämässä. Yhteisöllisyyden tärkeys yksilön hyvinvoinnille on merkittävä. Toimivan ja turvallisen yhteisöllisyyden myötä tuleva osallisuuden ja vaikuttamisen mahdollisuus, mukanaolo sekä kuulumisen tunne ovat yksilölle elintärkeitä asioita. (Harju, verkkojulkaisu.) Vahtera (2007) toteutti pitkäaikaistutkimuksen, jossa hän tutki nuorten psyykkistä hyvinvointia lukiosta jatko-opintoihin. Tutkimuksen tulosten mukaan luottamukselliset sosiaaliset suhteet, sekä yhdessä oppiminen olivat isossa roolissa opiskelijan hyvinvoinnin edistämässä. Toteuttamassamme tutkimuksessa aikuislukio-opiskelijat toivoivat enemmän yhteisöllisyyttä, pienryhmätoimintaa sekä mahdollisuuksia vertaistuen saamiselle. Aikuislukiossa ja etenkin koronan luoman etäopiskelun valossa, sosiaalisten suhteiden luominen on osalle opiskelijoista haastavaa. Opiskelijoille tulisi pystyä järjestämään vertaistukea sekä mahdollisuus ryhmäytymiseen ja yhteisöllisyyden kokemiseen, vaikka opintoja suoritetaan tällä hetkellä paljon kotoa käsin.

Aikuislukion opetussuunnitelmassa kuvataan, että kaikessa oppilaitoksen toiminnassa tulisi korostua osallisuus, toimijuus ja yhteisöllisyys. Opetussuunnitelman mukaan opetuksessa ja ohjauksessa tulisi myös tukea opiskelijoiden sosiaalisten suhteiden muodostumista sekä hyödyntää yhteistoiminnallisuutta. Yhteisön ja ryhmäytymisen merkitys korostuu etenkin opiskelijan aloittaessa aikuislukioskoulutuksessa. (Aikuisten LOPS, 2015, 12-15.) Tutkimusten tulosten perusteella vaikuttaa siltä, että yhteisöllisyys ja yhteistoiminta ei täysin toteudu aikuislukiossa, vaikka näistä on linjattu opetussuunnitelmassa. Olisi tärkeää, että aikuislukiossa keskitytään jatkossa yhteisöllisyyden ja ryhmäytymisen kehittämiseen, koska sen on katsottu olevan yhteydessä opiskelijan hyvinvointiin ja kou-

luvihtyvyyteen. Aikuislukion opinto-ohjauksessa sekä muussa opetuksessa tulisi huomioida yhteisön merkitys opiskelijalle ja tätä myötä pyrkiä järjestämään tapahtumia ja tilanteita, joissa ryhmäytyminen ja yhteisöllisyyden syntyminen on mahdollista. Tällä hetkellä vaikuttaa siltä, että oman yhteisön tai ryhmän löytäminen on täysin aikuislukio-opiskelijan omalla vastuulla.

Lukiolaki (§ 31) määrittää, että jokaisessa oppilaitoksessa tulee toimia oppilaskunta. Oppilaskunnan tehtävänä on tukea ja edistää opiskelijoiden yhteistoimintaa ja opiskelutyötä. Lukiolaissa määrätään, että koulutuksen järjestäjien tulee luoda mahdollisuus sille, että opiskelijat pystyvät tuomaan omat mielipiteensä esille sekä vaikuttamaan koulutuksen kehittämiseen. Oppilaskunta on se väylä, jota pitkin opiskelijat voivat saada itsensä hyvin kuuluviin. Tutkimuksessa ei varsinaisesti selvitetty aikuislukio-opiskelijoiden oppilaskuntien toimintaa, mutta vaikuttaa siltä, että sen vahvistaminen voisi olla yksi keino opiskelijoiden vaikuttamisen ja yhteisöllisyyden lisäämiselle.

Vaikuttaa siltä, että haasteet aikuislukio-opiskelijoiden tulevaisuuden suunnittelun teossa ovat yhteydessä myös opiskelijoiden huonovointisuuteen. Ylioppilaskokeissa menestymistä pidetään opiskelijoiden keskuudessa hyvin merkittävänä ymmärrettävästi, sillä ylioppilaskokeiden painotusta jatkohauissa on jatkuvasti vahvistettu. Olisi syytä pohtia onko ylioppilaskokeiden merkitys kasvanut liian isoksi, kun suurin osa opiskelijoista kokee niiden vaikuttavan stressiä aiheuttavana tekijänä koko lukio-opintojen ajan. Tästä kehityksestä johtuen aikuislukio-opiskelijat toivovat vahvempaa uraohjausta läpi lukio-opintojen. Erityisesti opiskelijat kaipaavat eri alojen esittelyä, itsetuntemuksen kehittämistä sekä omien tulevaisuuden mahdollisuuksien kartoittamista. Aikuislukion toimintaan tulisi sisältää opiskelijoiden mukaan uraesittelyjä sekä tietopankkeja erilaisista ammateista ja koulutusmahdollisuuksista.

Vaatimusten noustessa opiskelijoiden hyvinvoinnin edistäminen ja tukeminen on yhä tärkeämpää tämän päivän yhteiskunnassa. Hyvinvoinnin edistäminen ei

kuitenkaan ole niin helppoa ja yksinkertaista, sillä ohjaustyössä kärsitään valtavasta aika- ja resurssipulasta. Opinto-ohjaajien kädet ovat jo nyt aivan täynnä töitä ja henkilökohtaiselle ohjaukselle on mahdotonta antaa riittävästi aikaa, vaikka tarve sille olisi kova. (Ahola & Mikkola, 2004, 76.) Tämän vuoksi tarvitaan yhä enemmän vastuunottoa koko koululta, jotta kokonaisvaltaista ohjausta pystytään antamaan kaikille opiskelijoille. On tärkeää huomioida, että tutkimus on toteutettu ennen uuden oppivelvollisuuslain voimaan astumista. Tulevaisuudessa näemme, tullaanko aikuislukioissa keskittämään lisää resursseja opinto-ohjaukseen, kun opiskelijoiden määrä ja ohjaustarve kasvaa. Jatkotutkimuksen kannalta olisi mielenkiintoista selvittää, kuinka paljon uusi oppivelvollisuuslaki tuo muutoksia opinto-ohjaukseen ja sen resursseihin.

### **8.3 Verkko-ohjauksen hyödyntäminen ohjauksessa**

Aikuislukion verkkopainotteisuudella on paljon positiivisia puolia, sillä se mahdollistaa opiskelun omaan tahtiin erilaisista elämäntilanteista käsin. Aiemmissa tutkimuksissa on todettu, että verkko-ohjauksella on ollut merkittävä rooli siinä, että opiskelijat ovat pystyneet tekemään itsenäisesti urasuunnitelmia riippumatta asuinpaikastaan. (Pordelan & Hosseinian, 2020, 19). Lisäksi verkossa tapahtuva vuorovaikutus on osalle ihmisistä miellyttävämpi tapa käsitellä omaa elämää koskevia teemoja (Ardi, 2018, 65). Opintojen siirtyessä verkkoon opiskelijan on tuloksienne mukaan kuitenkin haastavampaa päästä osaksi opiskelijayhteisöä sekä luoda suhteita muihin opiskelijoihin tai koulun henkilökuntaan. Tämän vuoksi on erityisen tärkeää, että opinto-ohjaaja pystyy luomaan turvallisen ja luottamuksellisen ohjaussuhteen opiskelijan kanssa myös verkossa.

Aikuislukio-opiskelijat painottivat keskustelumahdollisuuden tärkeyttä opinto-ohjaajan kanssa, eivätkä he kokeneet verkko-ohjausta yhtään vähempiksi kuin paikan päällä tapahtuvaa ohjausta. Opiskelijat kokivat tärkeäksi ohjauksen saatavuuden ja keskusteluiden ajanvarausmahdollisuuden silloin, kun he sen

itse kokivat tarpeellisiksi. Ohjausta olisi hyvä olla saatavilla myös opiskelijan akuutteihin pulmiin sekä kysymyksiin. Myös ryhmäohjausta pidettiin opiskelijoiden keskuudessa yhtenä toivotuksi ohjauksen toimintatavaksi, sekä sen ajateltiin olevan toteutettavissa myös verkossa. Ryhmäohjauksen vahvuutena pidettiin vertaistukea sekä yhteisöllisyyden kokemusta. Verkko-ohjaus kätkee sisälleen paljon erilaisia mahdollisuuksia opiskelijan opetuksen ja ohjauksen toteutukseen. Näiden mahdollisuuksien hyödyntäminen vaatii kouluilta erilaisten tapojen oppimista ja soveltamista sekä toimintakulttuurin kehitystä. (Hashim, 2018, 4).

Koronakriisi on myös vaikuttanut omalta osaltaan lukio-opiskelijoiden jaksamiseen ja lisääntyneeseen yksinäisyyteen. Aiheesta on uutisoitu laajasti eri viestintäkanavilla ja etenkin Helsingin Sanomat ovat nostaneet aiheita esiin useasti otsikoin; ”Koronavirus teki lukiovuodesta lapselleni painajaisen (Helsingin Sanomat, 2021)” ja ”Kuukausien etäopetus on saanut lukiolaiset oireilemaan huolestuttavalla tavalla: ”Täysin hyvinvoivaa nuorta ei ole näkynyt pitkään aikaan” (Härkönen, Helsingin Sanomat, 2021). Nämä artikkelit ja tutkimuksemme tulokset huomioiden voidaan ajatella, että jatkuva etäopetus voi pahimmassa tapauksessa heikentää opiskelijan hyvinvointia sekä koulumotivaatiota. Myös etäopinnoissa tulisi huomioida opiskelijoiden kouluun kiinnittyminen sekä yleinen hyvinvointi, jotta meillä olisi jatkossa tulevaisuuteen positiivisesti suhtautuvia ja motivoituneita opiskelijoita. Jatkossa onkin syytä pohtia, että miten lähes kokonaan verkossa tapahtuvissa opinnoissa pystytään sitouttamaan opiskelijoita yhteisön jäseneksi paremmin. Kaikenlainen etätyöskentely on yleistynyt koronapandemian myötä viimeisen vuoden aikana. Tämä etätyöskentelytapa on osoittanut, että erilaiset yhteisöt pystyvät toimimaan myös verkossa erinomaisesti. Aikuislukion ryhmäytymiseen ja yhteisöllisyyteen tähtäävää toimintaa voisi toteuttaa halukkaille jatkossa esimerkiksi pienryhmäohjauksena verkossa tai muiden erilaisten ryhmien kautta. Jatkotutkimuksen kannalta olisi mielen-



kiintoista selvittää, kuinka toimivalla sekä pedagogisesti mielekkäällä tavalla toteutettu verkko-ohjaus tukee opiskelijoiden hyvinvointia, oppimista ja opiskelumotivaatiota.

## 8.4 Tutkimuksen luotettavuus

Hammarberg, Kirkman & De Lacey (2015) ovat esittäneet, että koska laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole tarkkoja kriteereitä, voidaan sitä tarkastella luotettavuuden, uskottavuuden sekä johdonmukaisuuden kriteerien kautta. Tällöin on tärkeää, että tutkimuksen kuvauksessa avataan selkeästi eri menetelmät, valinnat sekä koko tutkimusprosessi lukijalle (Hammarberg, Kirkman & De Lacey, 2015, 499-500). Haastatteluihin perustuvan tutkimuksen luotettavuuden tärkeä tekijä on erityisesti se, miten kattavasti ja totuudenmukaisesti tutkija on kuvannut aineistonhankintaan liittyvät seikat, kuten menetelmät sekä haastattelutilanteen olosuhteet. Lisäksi merkittävää on tiedot siitä, miten ja missä haastattelut ovat toteutettu, siihen käytetty aika sekä lopuksi tutkijan näkemykset haastattelun kulusta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009, 232.)

Olemme pyrkineet pro gradu tutkielmamme toteutuksessa jatkuvasti huomioimaan prosessin kuvauksen merkittävyyden ja siten kuvaamaan prosessin kattavasti vaihe vaiheelta lukijalle. Tutkielmamme alusta asti olemme avanneet tutkielmamme eri elementit, kuten tutkimukseen osallistuneet henkilöt ja heidän etsimisen, aineiston hankintaan liittyvät päätökset ja toteutustavat sekä haastattelujen kulun tutkijoiden näkökulmasta.

Kvalitatiivinen tutkimus on uskottava silloin, kun tulokset ovat johdonmukaisia aineiston kanssa ja haastateltavat itse kykenevät tunnistamaan tuloksia asiayhteyden ollessa selkeä. Keinoja tutkimuksen uskottavuuden arviointiin on muun muassa tutkimuskysymyksiin vastaaminen usealla eri tavalla sekä riittävän tarkasti tehty kuvaus siitä, miten aineiston tulkintoihin on päädytty. Uskottavuutta lisäävät aidot lainaukset aineistosta tulkintojen tukena. (Hammarberg, Kirkman & De Lacey, 2015, 500.) Tulosten kuvauksessa olemme pyrkineet luotettavuuteen aineiston suorien lainausten esittelyn avulla. Tuloksien esittely aineistosta nousevien esimerkkien avulla auttaa lukijaa ymmärtämään, miksi tutkijat ovat pää-

tyneet tietynlaiseen tulkintaan aineiston perusteella (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009, 233). Aineisto-otteita analysoidessamme pyrimme välttämään hätiköityjä päätelmiä.

Johdonmukaisuuden kriteerissä kyse on siitä, että jos sama tutkimusaineisto annettaisiin eri tutkijalle, olisivat aineiston löydökset silti saman suuntaisia (Hammarberg, Kirkman & De Lacey, 2015, 500). Luotettavuuteen liittyy laadullisessa tutkimuksessa merkittävästi se, miten hyvin tutkija kuvaa aineiston analyysin, kuten luokitteluvallinnat (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009, 232). Aineiston analyysin kuvauksessa olemme tarkasti keskittyneet analyysin kuvaukseen, sekä kuvanneet kattavasti päätökset, jotka olemme luokittelussa tehneet, jotta lukijan olisi helppo tunnistaa luokittelun takana olevat ajatukset. Lisäksi olemme kuvanneet vaiheet, joissa olemmekin päätyneet tekemään muutoksia analyysiin.

Olemme noudattaneet tutkielmamme teossa tutkimuseettisen neuvottelukunnan vuonna 2019 tehtyä, ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettisiä periaatelistasta (ks. TENK, 2019, 7-13). Eettisten periaatteiden mukaisesti tutkimukseemme osallistuminen on ollut täysin vapaaehtoista (TENK, 2019, 8). Osallistujat ovat saaneet itsenäisesti ilmoittaa halukkuudestaan osallistua tutkimukseen lähettämällä ilmoittautumisensa meille sähköpostitse haastattelukutsumme vastaanoton jälkeen. Lisäksi osallistumisen on voinut keskeyttää missä vaiheessa tahansa.

Korostimme osallistujille, että heidän anonymiteetti säilyy tutkimuksen aikana sekä sen julkaisun jälkeen. Eettisiin periaatteisiin (2019) kuuluu olennaisesti, että osallistujille ei koidu osallistumisesta haittaa tai riskejä. Osallistujia on tiedotettu kattavasti haastattelukutsujen sekä itse haastattelun yhteydessä tutkimuksen tarkoituksesta sekä tavoitteista eettisten periaatteiden mukaisesti. (TENK, 2019, 7-9.) Lisäksi olemme kuvanneet aineiston hankinnassa käytettävät välineet sekä aineiston käytön ja hävittämisen vaiheet haastatteluiden alussa. Aineisto on käsitelty ennen analyysiä niin, että henkilöitä, paikkakuntaa tai lukion sijaintia ei ole

mahdollista tunnistaa kuvauksista, jotta osallistujat pysyvät täysin anonyymeina.

## LÄHTEET

- Ahola, S. & Mikkola, J. 2004. Opinto-ohjaus, muutos ja epävarmuus: Turun yläasteiden ja lukioden opinto-ohjaajien näkemyksiä ohjauksesta ja oman työnsä lähtökohdista. Turun yliopisto.
- Aikuisten LOPS. Aikuisten lukiokoulutuksen opetussuunnitelman perusteet 2015. Helsinki: Opetushallitus.
- Ardi, Z. (2019). The analysis of education principle implementation in an online counseling approach: a preliminary study based on analysis from a Rasch modeling perspective. *Journal of Counseling and Education*, 4(2), 59-68.
- Eskola, J., & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Eskola, J., & Suoranta, J. 2003. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 6. painos. Tampere: Vastapaino.
- Hammarberg, K., Kirkman, M., & de Lacey, S. 2016. Qualitative research methods: when to use them and how to judge them. *Human reproduction*, 31(3), 498-501.
- Harju, A. Yhteisöllisyydestä on pidettävä huolta. Verkkojulkaisu. Haettu osoitteesta <https://kansalaisyhteiskunta.fi/tietopankki/yhteisollisyydesta-on-pidettava-huolta/>
- Hashim, H. (2018). Application of technology in the digital era education. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 2(1), 1-5.
- Helsingin Sanomat. 2021. Koronavirus teki lukiovuodesta lapselleni painajaisen. Lukijan mielipide. Luettu 10.5.2021 Haettu osoitteesta <https://www.hs.fi/mielipide/art-2000007760078.html>

- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Härkönen, A. 2021. Kuukausien etäopetus on saanut lukiolaiset oireilemaan huolestuttavalla tavalla: "Täysin hyvinvoivaa nuorta ei ole näkynyt pitkään aikaan". Helsingin Sanomat. Luettu 10.5.2021. Saatavilla osoitteessa <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000007913471.html>
- Kiviniemi, K. 2001. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin (s. 74-88). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Laine, T. (2018). Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa: R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin (s. 29-51). (5. uudistettu ja täydennetty painos.). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Laitinen, L. 2012. Onnelliset opintiellä. Lukiolaisten hyvinvointitutkimus. Haettu osoitteesta [https://lukio.fi/app/uploads/2019/07/sll-onnelliset\\_opintiella.pdf](https://lukio.fi/app/uploads/2019/07/sll-onnelliset_opintiella.pdf)
- Lukiolaki 2018/714. 10.8.2018. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180714?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=lukiolaki#Pidp446511984>
- Metsämuuronen, J. 2011. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä: Tutkijalaitos (E-kirjan 1. painos.). Helsinki: International Methelp.

- Onnismaa, J. 2020. Ohjaus- ja neuvontatyö: Aikaa, huomiota ja kunnioitusta. 3. painos. Helsinki: Gaudeamus.
- Opettajien ammattijärjestö. (24.01.2019). Opettajamitoituksella turvataan työrauha ja laadukas opetus sopivankokoisissa ryhmissä. Haettu osoitteesta <https://www.oaj.fi/ajankohtaista/blogiartikkelit/koulutus-ratkaisut/2019/opettajamitoituksella-turvataan-työrauha-ja-laadukas-opetus-sopivankokoisissa-ryhmissa/> Luettu 7.5.2021.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö 3.12.2020. Strategia: Elinikäinen ohjaus tukee yksilöitä koulutus- ja urapolulla. Saatavissa <https://minedu.fi/-/1410877/strategia-elinikainen-ohjaus-tukee-yksiloita-koulutus-ja-urapolulla> Luettu 20.3.2021.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. Kysymyksiä ja vastauksia oppivelvollisuudesta. Saatavissa <https://minedu.fi/kysymyksiä-ja-vastauksia-oppivelvollisuudesta> Luettu 19.3.2021.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. Lukiokoulutus. Saatavissa <https://minedu.fi/lukiokoulutus> Luettu 18.3.2021.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. Opinto-ohjausta uudistetaan osana oppivelvollisuuden laajentamista - oppilaiden henkilökohtaista ohjausta vahvistetaan. Saatavissa <https://minedu.fi/-/opinto-ohjausta-uudistetaan-osana-oppivelvollisuuden-laajentamista-oppilaiden-henkilokohtaista-ohjausta-vahvistetaan> Luettu 19.3.2021.
- Opetushallitus. Innovatiivisten oppimisympäristöjen edistäminen lukiokoulutuksessa. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/funding-release/innovatiivisten-oppimisymparistojen-edistaminen-lukiokoulutuksessa> Luettu 12.4.2021
- Opetushallitus. Mitä on lukiokoulutus? Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/mita-lukiokoulutus#86782a87> Luettu 18.2.2021.

- Oppivelvollisuuslaki 2020/1214. Annettu Helsingissä 30.12.2020. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2020/20201214>
- Patton, M. Q. 2002. Qualitative research & evaluation methods. 3rd ed. Thousand Oaks (CA): Sage.
- Peavy, R. V. 2004. Sosiodynaaminen näkökulma ja ohjauksen käytäntö. Teoksessa J. Onnismaa, H. Pasanen & T. Spangar (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana, 3, (s. 16-47). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pelander, H. (14.12.2018). Opiskelijavalintauudistus lisää lukion opojen merkitystä, mutta aika on kortilla, kun ohjattavia on 400. Opettaja-lehti. Haettu osoitteesta <https://www.opettaja.fi/tyossa/opiskelijavalintauudistus-lisaa-lukion-opojen-merkitysta-mutta-aika-on-kortilla-kun-ohjattavia-on-400-oaj-suositaa-enimmaismaaraksi-200-opiskelijaa-per-opo/> Luettu 7.5.2021.
- Pordelan, N., & Hosseinian, S. (2020). Design and development of the online career counselling: a tool for better career decision-making. Behaviour & Information Technology, 1-21.
- Saari, J. 2017. Rakas, kamala opo-lukiolaisten kokemuksia opinto-ohjauksesta. Suomen lukiolaisten liiton selvitys 2017. Haettu osoitteesta <https://lukio.fi/app/uploads/2019/06/opo-nettiin.pdf>
- Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. 2014. School burnout and engagement in the context of demands-resources model. British journal of educational psychology, 84(1).
- Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. 2020. School engagement and school burnout profiles during high school-The role of socio-emotional skills. European Journal of Developmental Psychology, 17(6).
- Sampson Jr, J. P., Peterson, G. W., Reardon, R. C., & Lenz, J. G. 2000. Using readiness assessment to improve career services: A cognitive information-processing approach. The Career Development Quarterly, 49(2), 146-174.



- Suontausta, H., & Tyni, M. 2005. Wellness-matkailu-hyvinvointi matkailun tuotekehityksessä. Helsinki: Edita.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely 2017 ja 2019. 2019. Saatavilla sähköisesti osoitteessa [https://samponthl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset2?alue\\_0=87869&mittarit\\_0=187209&mittarit\\_1=200386&mittarit\\_2=200555&vuosi\\_0=v2017&kouluaste\\_0=161123#](https://samponthl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_perustulokset2?alue_0=87869&mittarit_0=187209&mittarit_1=200386&mittarit_2=200555&vuosi_0=v2017&kouluaste_0=161123#)
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (Uudistettu laitos.). Helsinki: Tammi.
- Tuomi, J., & Sarajärvi. 2017. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. ePub-versio. Helsinki: Tammi.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa: Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Viitattu: 19.4.2021. Saatavilla: [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2019.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf)
- Vahtera, S. 2007. Optimistit opintiellä: opinnoissaan menestyvien nuorten hyvinvointi lukiosta jatko-opintoihin (No. 310). Jyväskylän yliopisto.
- Vesänen, Maria, Mikael Thuneberg, Hanna Reinikainen ja Joonas Mikkilä. 2011. Lukio 2.0. Suomen lukiolaisten liiton tutkimus. Suomen lukiolaisten liitto ry.
- Walker, K., Alloway, N., Dalley-Trim, L., & Patterson, A. 2006. Counsellor practices and student perspectives: Perceptions of career counselling in Australian secondary schools. *Australian Journal of Career Development*, 15(1), 37-45.
- Wilo, M. 2012. Jännän äärellä: Selvitys abiturienttien jatko-opintoihin ohjauksesta. Suomen Lukiolaisten Liitto. Haettu osoitteesta <https://lukio.fi/app/uploads/2019/07/sll-jannan-aarella-web.pdf>