



Matilda Lähdekorpi

# ADHD diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden tuki opinnoissa

Opiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia opintojen tuesta

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosiaaliala

Sosiaali- ja terveysalan tutkinto

Opinnäytetyö

8.11.2021

Tekijä	Matilda Lähdekorpi
Otsikko	ADHD diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden tuki opinnoissa
Sivumäärä	81 sivua + 4 liitettä
Aika	08.11.2021
Tutkinto	Sosionomi
Tutkinto-ohjelma	Sosiaalialan tutkinto-ohjelma
Ohjaajat	Lehtori Miia Ojanen Lehtori Katriina Rantala-Nenonen
<p>Tämän opinnäytetyön aiheena oli ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden tuki ammattikorkeakouluopinnoissa. Tavoitteena oli selvittää ADHD diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia siitä, miten ADHD-oireet vaikuttavat opintojen etenemiseen ja sujuvuuteen. Tavoitteena oli lisäksi selvittää opiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia siitä, millaista tukea he voivat saada ammattikorkeakouluopinnoissaan, miten tukea haetaan ja onko tuki riittävää.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli saada ajankohtaista ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden tuen tarpeista, opintojen sujuvuudesta, esteettömyydestä ja yhdenvertaisuudesta. Opinnäytetyöhön kerätyllä tiedolla pyritään lisäämään tietoisuutta ADHD:n vaikutuksista opiskeluun. Opinnäytetyöllä pyritään lisäksi antamaan ääni ADHD-diagnoosin saaneille ammattikorkeakouluopiskelijoille, jotta heidän omakohtaiset kokemuksensa tulisi kuulluksi.</p> <p>Opinnäytetyössä on hyödynnetty sekä määrällisen että laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Opinnäytetyön aineisto (n=42) kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella, joka julkaistiin neljässä Facebookin vertaistukiryhmässä. Vertaistukiryhmät oli tarkoitettu henkilöille, jotka ovat kosketuksissa ADHD:n kanssa. Kyselylomake sisälsi monivalintakysymyksiä sekä avoimia kysymyksiä. Monivalintakysymyksiin käytettiin määrällisen tutkimuksen analysointimenetelmiä. Avokysymykset analysointiin hyödyntäen laadullisen tutkimuksen analysointimenetelmiä.</p> <p>Kyselystä saatujen vastausten perusteella ADHD-oireilla voi olla vaikutusta opintojen etenemiseen ja suorittamiseen. ADHD-oireet voivat lisäksi vaikuttaa opintojen sujuvuuteen sekä opiskelumotivaatioon. Kyselystä saatujen tulosten perusteella ADHD-oireet eivät ole kuitenkaan este opintojen suorittamiselle etenkään, jos opiskelija on saanut opinnoissaan tarvitsemaansa tukea.</p> <p>Opinnäytetyössä tulee hyvin esille ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia siitä millä tavalla ADHD-oireet vaikuttavat ammattikorkeakouluopintoihin. Opinnäytetyö tarjoaa lisäksi tietoa siitä, miten ADHD-diagnoosin saanut opiskelija voi hakea erityistä tukea opintojensa tueksi ja millaista tukea on tarjolla. Aineistosta saatu tieto tarjoaa lisäksi tietoa siitä, miten opiskelijat kokevat ammattikorkeakoulujensa tarjoaman tuen riittävän opintojen tukena ja millaisena tuen hakemisen prosessi koetaan. Opinnäytetyön aineistosta selviää lisäksi kokevatko ADHD-diagnoosin saaneet opiskelijat, että heidän ammattikorkeakoulunsa tukee heitä opinnoissa niin, että opintojen suorittaminen on yhdenvertaista.</p>	
Avainsanat	ADHD, ammattikorkeakouluopinnot, esteettömyys, saavutettavuus, erityinen tuki, yhdenvertaisuus

Author	Matilda Lähdekorpi
Title	Support that students with ADHD diagnosis receive in University of Applied Sciences
Number of Pages	81 pages + 4 appendices
Date	8 November 2021
Degree	Sociology
Degree Programme	Degree in social work
Instructors	Miia Ojanen, Lecturer Katriina Rantala-Nenonen, Lecturer
<p>The topic of this thesis is the support that students with ADHD diagnosis receive in their studies in the University of Applied Sciences (UAS). The aim was to gather personal experiences from UAS students with ADHD diagnosis, and how ADHD symptoms affect the progression and fluency of studies. Additionally, the aim was to gather students' personal experiences on what kind of support they can receive to their studies in the UAS, how to obtain the support and whether the support is sufficient or not.</p> <p>The aim of this thesis was to acquire up-to-date information on the support needs of University of Applied Sciences students with ADHD diagnosis, as well as to obtain up-to-date information on fluency of studies, accessibility and equality. The information gathered aims to increase awareness of the effects of ADHD symptoms on studies. The thesis also gives a voice to students with ADHD diagnosis, so that their personal experiences can be heard.</p> <p>Quantitative and qualitative methods are both being utilized in this thesis. Material for the thesis was gathered with an electronic survey in a Facebook group targeted to support people who are connected with ADHD. The survey included multiple choice questions, as well as open questions. Quantitative research analysis methods were used to analyze answers for multiple choice questions, and for open questions, analysis was done by utilizing analysis methods from qualitative research.</p> <p>Based on the responses to the survey, ADHD symptoms can have an effect on the progression and completion of studies. ADHD symptoms can also affect the fluency of studies and study motivation. However, based on the survey results, ADHD symptoms are not an obstacle to complete studies, especially if the student has received sufficient support during the studies.</p> <p>This thesis provides information of students' personal experiences on how ADHD symptoms affect studies in University of Applied Sciences, and how a student with ADHD diagnosis can apply for special support to support their studies, and what kind of support is available. In addition, results from the survey provide information on what students think about the provided support, is the provided support sufficient and how the process of applying for support is perceived. Additionally, this thesis provides information on whether students with ADHD diagnosis feel that their university supports them in their studies, so that the possibility to complete studies is equal for all students.</p>	
Keywords	ADHD, University of Applied Sciences studies, accessibility, accessibility, special support, equality

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Opinnäytetyön yhteistyökumppani	3
3	ADHD	3
3.1	Esiintyvyys ja syyt	3
3.2	Oireet ja kliininen kuva	5
3.3	Hoito	6
3.4	ADHD:n vaikutukset opiskeluun	7
4	Keskeiset käsitteet	8
4.1	Esteettömyys	8
4.2	Osallisuus	8
4.3	Yhdenvertaisuus	9
5	Koulutuksen merkitys, ammattikorkeakoulujen esteettömyys ja saavutettavuus	9
5.1	Koulutuksen merkitys	9
5.2	Ammattikorkeakoulu	10
5.3	Ammattikorkeakoulun esteettömyys ja saavutettavuus	10
5.4	Ammattikorkeakoulujen tarjoama tuki	12
6	Keskeinen lainsäädäntö ja sopimukset	13
6.1	Ammattikorkeakoululaki	13
6.2	Yhdenvertaisuuslaki	13
6.3	Yleissopimus vammaisten henkiköiden oikeuksista	13
7	Aiemmat tutkimukset	14
7.1	Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus	14
7.2	Esteetön opiskelu yliopistoissa	16
7.3	Esok-hanke	16
7.4	Hitaasti mutta varmasti?	17
7.5	Valtti-projekti	17
7.6	Korkeakoulutus ja tutkimus 2030-luvulle	18
8	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset	19
9	Opinnäytetyön toteutus ja menetelmät	20

9.1	Aiheen valinta ja rajaus	20
9.2	Tutkimusmenetelmä	21
9.3	Aineiston keruu	21
9.4	Sähköisen kyselylomake	23
9.5	Sähköisen kyselylomakkeen toimivuus ja esille tulleet haasteet	25
9.6	Aineistonanalyysi	27
10	Sähköisen kyselylomakkeen tulokset	28
10.1	Vastaajien perustiedot	29
10.2	Opintojen vaihe ja opintopistemäärät	30
10.3	ADHD-oireiden vaikutukset opintoihin	33
10.4	Ammattikorkeakoulujen erityisen tuen päätös ja erityinen tuki	46
10.5	Opintojen tuki	55
10.6	Opintojen koettu yhdenvertaisuus	61
10.7	Vastaajien omakohtaisia kokemuksia ammattikorkeakoulu opinnoista ADHD-diagnoosin kanssa	64
11	Pohdinta	67
11.1	Tulosten johtopäätökset	67
11.2	Tulosten pohdinta	74
11.3	Eettisyys ja luotettavuus	77
	Lähteet	81
	Liitteet	
	Liite 1. Sähköisen kyselylomakkeen saatesanat Facebook julkaisussa	
	Liite 2. Sähköisen kyselylomakkeen noston saatesanat Facebook julkaisussa	
	Liite 3. Sähköinen kyselylomake	
	Liite 4. Viesti Facebook ryhmien ylläpitäjälle tai moderaattorille	

# 1 Johdanto

Tämän opinnäytetyön aiheena on ADHD ja sen vaikutus ammattikorkeakouluopinnoissa. Tarkoituksena oli kartoittaa miten ADHD-oireet vaikuttavat ammattikorkeakouluopintojen etenemiseen, suorittamiseen tai sujuvuuteen. Tavoitteena oli lisäksi saada tietoa, siitä millaista tukea ammattikorkeakouluopintoihin on mahdollista saada, miten tukea voi hakea, kuka koulun henkilökunnasta vastaa erityisestä tuesta, millaista tukea on saatavilla sekä onko tuki riittävää. Opinnäytetyössä kartoitettiin vielä tukevatko ammattikorkeakoulut opintojen suorittamista niin, että opintojen suorittaminen koetaan yhdenvertaisena.

Opinnäytetyössä esitellään ensin tarkemmin mitä ADHD tarkoittaa, miten se esiintyy sekä millaisia syitä sen taustalla on. Tietoa annetaan lisäksi ADHD:n oireista, kliinisestä kuvasta, hoidosta sekä ADHD:n vaikutuksista opiskeluun. ADHD:n esiintyvyydessä sekä oirehdinnassa syvennytään vielä tarkemmin naisten ja miesten välisiin eroihin sekä siihen, miten ADHD näkyy aikuisiällä.

Perehdyttyä ADHD:n merkitykseen tarkemmin avataan opinnäytetyön kannalta keskeisimmät käsitteet, jotka ovat esteettömyys ja saavutettavuus, osallisuus sekä yhdenvertaisuus. Käsitteiden avaamisen jälkeen perehdytään mikä ammattikorkeakoulu on ja miten ammattikorkeakouluopintojen suunnittelussa sekä rakenteissa näkyvät opinnäytetyössä avatut keskeiset käsitteet. Lisäksi kerrotaan mitä ammattikorkeakouluopintojen esteettömyydellä, saavutettavuudella, osallisuudella ja yhdenvertaisuudella tavoitellaan. Saavutettavuuden käsitettä tarkastellaan sen eri näkökulmista ja miten ne näkyvät ammattikorkeakouluopinnoissa.

Opinnäytetyössä avataan millaista tukea ammattikorkeakoulut tarjoavat, miten ammattikorkeakoulut järjestävät erityistä tukea sekä mitä erityisellä tuella tavoitellaan koulutuksessa. Tuen järjestelmän lisäksi perehdytään siihen millaisia erityisen tuen tarpeita ammattikorkeakouluopiskelijoilla voi olla ja mistä tuen tarpeet voivat johtua.

Tuen tarpeiden ja erityisen tuen lisäksi opinnäytetyössä avataan ammattikorkeakoululakia, yhdenvertaisuuslakia ja yleissopimusta vammaisten henkilöiden osallisuudesta, sekä millaisia velvoitteita ne asettavat ammattikorkeakoulujen toiminnalle ja opintojen järjestämiselle.

Opinnäytetyössä käydään läpi keskeisimmät löydetyt aiemmat tutkimukset, jotka antavat ymmärrystä siitä, miten esteettömyyden ja saavutettavuuden tavoitteet ovat aiemmin toteutuneet korkeakouluopinnoissa ja miten niitä on pyritty edistämään. Tutkimuksissa on kartoitettu korkeakoulujen opintojen esteettömyyttä ja sen toteutumista sekä millaisilla keinoilla korkeakoulut ovat pyrkineet opintojen edistämään opintojen esteettömyyttä ja miten nämä toimet ovat toteutuneet. Tutkimuksissa on lisäksi kartoitettu ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia opintojen yhdenvertaisuuden toteutumisesta. Tutkittavana kohteena olivat lisäksi mitkä tekijät heikentävät opintojen sujuvuutta ja opiskelijahyvinvointia. Opinnäytetyössä esitellään tutkimuksista tulleita johtopäätöksiä sekä kehittämisen tarpeita.

Opinnäytetyö koskee ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden tukea opinnoissaan. Työssä esitellään sen tarkoitus, tavoitteet sekä siinä käytetyt tutkimusmenetelmät. Opinnäytetyössä kartoitetaan opiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia, jolla pyritään saamaan ajankohtaista tietoa ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisesta kokemuksesta opintojen esteettömyydestä, yhdenvertaisuudesta ja saavutettavuudesta.

Opinnäytetyössä käytetyt aineistonanalysointimenetelmät käydään läpi ja esitellään miten ja mistä aineisto on kerätty. Aineistonkeruumenetelmistä käydään läpi niiden valintaan vaikuttaneet keskeiset tekijät ja valitun menetelmän ajatellut hyödyt. Aineisto koostuu 42 ammattikorkeakouluopiskelijan antamasta vastauksesta.

Käytetyt aineistonanalyysi menetelmät esitellään sekä kerrotaan, millaista tietoa niiden avulla vastauksista tavoiteltiin. Tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi on esitelty myös aineistoanalyysissa esiin nousseet ongelmakohdat. Tuloksista esitellään niistä esiin nousseet merkittävimmät tekijät, joita peilataan teoriasta saatuun tietoon. Opinnäytetyön pohdinnoissa esitellään aineistosta tehdyt johtopäätökset sekä miten aineistosta saatu tieto on yhteneväinen tai poikkeava teoriasta saatujen tietojen kanssa. Pohdinnassa esitellään tutkijan omia ajatuksia saaduista tuloksista sekä siitä, miten tietoa voidaan hyödyntää. Lopuksi esitellään opinnäytetyön eettisyyttä koskevia käsitteitä ja miten eettisyyteen on pyritty tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi.

Opinnäytetyön yhteiskumppanina toimii ADHD-liitto. Opinnäytetyö tarjoaa yhteistyökumppanille ajankohtaista tietoa ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisista kokemuksista ja ajatuksista opiskelusta ammattikorkeakoulussa.

## 2 Opinnäytetyön yhteistyökumppani

Tutkimuksen yhteistyökumppanina toimii vuonna 1989 perustettu ADHD-liitto. ADHD-liitto ry yhdessä 19 jäsenyhdistyksensä kanssa edistää ja tukee ADHD oireisten henkilöiden koulutusta, hoitoa, kasvatusta ja persoonallisuuden kehitystä. Liitto tarjoaa ohjausta, tukea ja neuvontaa sekä järjestää koulutuksia ja sopeutumisvalmennusta. Liitto levittää ajantasaista tietoa ADHD:n erityispiirteistä, jolla se pyrkii lisäämään yhteiskunnan ja päättäjien ymmärrystä ADHD-oireisten henkilöiden tukemisen tärkeydestä. (ADHD liitto.)

## 3 ADHD

ADHD, attention-deficit hyperactivity disorder, eli aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö on yleinen neuropsykiatrinen häiriö. Aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö alkaa lapsuudessa ja jatkuu usein aikuisuuteen. ADHD:n keskeisiä oireita ovat tarkkaavuuden ja aktiivisuuden säätelyn ongelmat sekä impulsiivisuus. Aktiivisuuden säätelyn vaikeus voi näkyä aliaktiivisuutena, kykenemättömyytenä toimia ja hitautena. Tyypillisimmin aktiivisuuden säätelyn vaikeus ilmenee kumminkin ylivilkkautena. Muina oireina esiintyy lisäksi ongelmia toiminnanohjauksessa sekä vaikeutta säädellä tunteita ja käyttäytymistä. (Puustjärvi, 2019.)

ADHD on kehityksellinen häiriö, joka heikentää toimintakykyä. ADHD:n kanssa esiintyy usein myös muita häiriöitä tai sairauksia, joita kutsutaan liitännäissairauksiksi. ADHD:n liitännäissairauksia ovat esimerkiksi muut oppimisvaikeudet, unihäiriöt, masennus, ahdistuneisuus- ja käytöshäiriöt. (ADHD, aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö, 2019.)

### 3.1 Esiintyvyys ja syyt

Kouluikäisistä lapsista arviolta 5–7 %:lla on aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö. Aikuisista luvun on arvioitu olevan 3–4 % luokkaa. Aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriön oireet pysyvät usein lapsuudesta aikuisuuteen ja arviolta näin on myös 60–80 %:lla tapauksista. Ulospäin näkyvät oireet kuitenkin lievittyvät usein iän myötä. Pojat saavat ADHD diagnoosin tyttöjä paljon useammin ja pojilla todetaankin diagnoosi noin 3–6 kertaa useammin kuin tytöillä. (Puustjärvi 2019.)



Poikien korkeampi diagnoosi osuus saattaa johtua osittain siitä, että poikien oireet ovat helpompi tunnistaa. Lisäksi tähän voi vaikuttaa se, että valtaosa diagnostisista kriteereistä perustuu poikien oirehdintaan tehtyihin tutkimuksiin. Tyttöjen oireet voivat liitännäisoreineen näyttäytyä hyvin erilaisina, jonka takia tytöt saattavat jäädä diagnosimatta tai saada ensin väärän diagnoosin. (Koponen & Jehkonen 2019.) Myös naisilla ADHD on alidiagnosoitu ja sen taustalla on samanlaisia tekijöitä kuin tytöillä. Naiset voivat saada väärän diagnoosin ennen ADHD-diagnoosia sillä oireita ei ole osattu liittää ADHD-oirehdintaa. Tytöt voivat saada esimerkiksi masennus tai ahdistuneisuushäiriö diagnoosin, vaikka taustalla on oikeasti tarkkaavaisuushäiriö. ADHD:n liitännäisoreisiin kuuluu masentuneisuus ja ahdistuneisuus, ja ne voivat pahentua, kun niiden taustatekijänä olevaa ADHD:tä ei hoideta. (Frisk 2020). Naisten ADHD:tä käsittelevää tutkimuskirjallisuutta on vielä vähän, mutta siitä on kumminkin viime vuosikymmenellä kiinnostuttu huomattavasti enemmän ja aihetta on alettu tutkia. (Jehkonen & Koponen 2019.)

Aikuisten ADHD on myös alidiagnosoitu, johon yhtenä syynä saattaa olla, etteivät alun perin lapsille valikoidut diagnoosikriteerit kuvasta aikuisilla esiintyviä oireita erityisen hyvin. Syinä saattavat olla lisäksi henkilökunnan tietämättömyys sekä osaamattomuus, väärä saatu diagnoosi, häpeä tai kompensatiokeinot, jotka ovat peittäneet aikuisen ADHD-oireet alleen. (Aikuisen ADHD jää usein tunnistamatta.) Tähän on tullut kummin-kin muutosta uuden ADHD:n Käypähoito suosituksen myötä, jossa ensimmäistä kertaa otetaan huomioon myös aikuiset. (Koponen & Jehkonen 2019.)

ADHD-diagnoosin saaneiden lasten ja nuorten määrä on kasvanut väestöpohjaisten tutkimusten perusteella, mutta ADHD-oireiden esiintyvyys ei ole kumminkaan viimeisten vuosikymmenten aikana lisääntynyt. Myös erikoissairaanhoidon piirissä olevien lasten ja nuorten määrä on lisääntynyt. On arveltu, että hoidossa olevien määrän kasvu johtuisi ADHD:n paremmasta tunnistamisesta, mutta edelleen suuri osa ADHD-oireista kärsivistä jää hoidon ulkopuolelle sekä Euroopassa, että kehittyvissä maissa. (ADHD, aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö, 2019.)

ADHD on osittain perinnöllistä ja se on taustaltaan monisyinen häiriö. Dopamiinin säätelyn poikkeavuudet ovat yksi merkittävimmistä syistä ADHD taustatekijöinä. ADHD:n oireiden kehittymiseen voi vaikuttaa perimän ja dopamiinin lisäksi raskauteen ja synnytykseen liittyvät tekijät, synnynnäiset rakenteelliset tekijät ja erilaiset psykososiaaliset tekijät. (Mikä on ADHD?.)

## 3.2 Oireet ja kliininen kuva

ADHD:sta voidaan erottaa kolme muotoa. Ensimmäinen muoto on tarkkaamattomuuden painottuva muoto, jossa oireina esiintyy keskittymisvaikeuksia ilman impulsiivisuutta ja yliaktiivisuutta. Tämä muoto tunnetaan nimellä ADD, attention deficit disorder. Toinen muoto esiintyy yliaktiivis-impulsiivisena, jossa ei havaita merkittäviä keskittymisvaikeuksia. Kolmas muoto on kahden edellisen yhdistelmä, jossa vaikeuksia tavaataan kaikilla keskeisillä oirealueilla. (Puustjärvi 2019.)

Aktiivisuuden säätelyn vaikeudella tarkoitetaan kyvyttömyyttä säädellä omaa aktiivisuutta sekä toimintaa tilanteeseen sopivalla tavalla. Vaikeus ilmenee usein ylivilkkautena ja levottomuutena, mutta voi ilmetä myös aktiivisuuden vähäisyytenä. Tarkkaavuuden säätelyn vaikeus näkyy vaikeutena kohdentaa, ylläpitää ja siirtää tarkkaavuutta. Vaikeus voi ilmetä lyhytjänteisyytenä, keskittymisvaikeuksina, yksityiskohtien huomiotta jättämisenä, taipumuksena hukata tavaroita ja häiriöherkkyytenä. Impulsiivisuus saattaa näkyä kärsimättömyytenä, taipumuksena toimia nopeasti ja harkitsemattomasti. Oireiden voimakkuus ja niistä aiheutuva haitta vaihtelee eri ikä- ja kehitysvaiheissa. (ADHD, aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö, 2019.)

ADHD-oireiden tiedetään usein aikuisiälle asti, mutta vasta viime vuosikymmeninä ymmärrys ja tieto aikuisten ADHD:stä on lisääntynyt (Koponen & Jehkonen 2019). ADHD-oireiden muodot muuttuvat iän ja kognitiivisten taitojen kehityksen myötä. Aikuisiällä ylivilkkauksen oireet puuttuvat aikuisilta usein kokonaan, mutta myös aikuisilla esiintyy motorista ylivilkkautta. Aikuisiällä ylivilkkaus voi esiintyä sisäisenä rauhattomuutena, levottomuutena tai tapauksena välttää tilanteita, joissa pitäisi olla pitkään paikallaan. (Virta & Leppämäki 2017.)

Impulsiivisuuden oireet saattavat aiheuttaa aikuisiällä eniten haittaa. Aikuisiällä impulsiivisuus voi esiintyä lyhytpinnaisuutena, riskialttiina käytöksenä, elämyksenhakuisuutena, nopeina päätöksinä sekä tunnesäätelyn vaikeuksina. (Virta & Leppämäki 2017.)

ADHD-oireista tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen vaikeudet ovat pysyvimpiä. Aikuisiällä tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen haasteet saattavat näkyvät aloittamisen vaikeutena, tarkkaavuuden vaihteluna, pitkäjänteisyyden puutteena, kuuntelemisen vaikeutena sekä hajamielisyytenä. (Virta & Leppämäki 2017.)

Aikuisiällä ADHD-oireiden haittaan vaikuttavat aikuisuuden tuomat haasteet, jolloin tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen haasteet voivat aiheuttaa entistä suurempaa

haittaa arjenhallinnalle, toimintakyvylle ja suoriutumiselle. ADHD voi merkittävästi heikentää aikuisten koettua elämänlaatua, ihmissuhteita, arjen hallintaa ja työssä suoriutumista. (Virta & Leppämäki 2017.) ADHD:lle tyypilliset oireet ja niiden hoitamattomuus voivat johtaa huonommuuden kokemuksiin ja heikentyneeseen itseluottamukseen. Kestävien ystävyys- ja seurustelusuhteiden luominen ja ylläpito voi olla vaikeaa. (ADHD, aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö.)

Naisten ADHD-oireiden esiintyvyydestä on vielä suhteellisen vähän tietoa. Naisten ADHD:tä tutkittaessa on kumminkin havaittu, että vaikka miesten tarkkaavuuden vaikeudet on todettu neuropsykologisilla mittareilla suuremmiksi, naiset vaikuttaisivat silti kokevan suurempaa tarkkaavaisuuteen liittyvää subjektiivista haittaa. Eräessä korkeakouluopiskelijoita koskevassa tutkimuksessa ADHD-naiset raportoivat miehiä enemmän vaikeutta opinnoissa, haasteita tarkkaavaisuuden säätelyssä sekä haasteita arki-suoriutumisessa ja sosiaalisessa elämässä. (Jehkonen & Koponen 2019.)

Naisilla liitännäishäiriöt voivat vaikuttaa toimintakykyyn jopa enemmän, kuin ADHD-oireet. Tutkimuksissa on havaittu, että ADHD-tytöillä on enemmän ahdistus- ja mielialaoireita sekä käytöshäiriöitä ikäryhmäänsä nähden. Syömishäiriöiden on myös todettu olevan ADHD-diagnoosin saaneilla tytöillä ja naisilla yleisempiä. ADHD-diagnoosin saaneiden tyttöjen itsetunnon on lisäksi todettu olevan heikompi kuin ADHD-poikien tai vertaisryhmänsä tyttöjen. (Koponen ja Jehkonen 2019.)

### 3.3 Hoito

ADHD:tä voidaan hoitaa psykososiaalisilla hoitomuodoilla sekä lääkehoidolla. Hoitomuotoja voidaan yhdistellä ja se on usein tarpeellista. Hoitomuotojen tarve arvioidaan aina yksilöllisesti. Psykososiaalisina hoitomuotoina voidaan käyttää esimerkiksi toimintaterapiaa, neuropsykiatrista valmennusta ja psykoterapiaa. Lääkehoitona käytetään stimulantteja, joista yleisimpiin kuuluu metyyylifenidaatti. Muita lääkkeitä ovat esimerkiksi atomoksetiini ja guanfasiini. Hoidossa on tärkeää pitkäjänteisyys ja sen jatkuvuus. (ADHD, aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö, 2019.)

Hoitoa suunniteltaessa on tärkeää ottaa huomioon riittävä huolenpito yleisestä hyvinvoinnista esimerkiksi ruokavalion ja liikunnan avulla. Hoitoa suunniteltaessa tulee ottaa huomioon kokonaisvaltainen tilanne, mahdolliset liitännäissairaudet sekä läheisten jakaminen. Hoitamattomana ADHD voi lisätä päihdehäiriön, syrjäytymisen ja rikollisuu-

den riskiä. Lisäksi hoitamaton ADHD lisää tapaturma-alttiutta sekä sen on havaittu olevan yhteydessä heikompaan suoriutumiseen opinnoissa ja työelämässä. (Puustjärvi 2016; Leppämäki 2014: 23–31.)

### 3.4 ADHD:n vaikutukset opiskeluun

ADHD jatkuu usein läpi elämän ja voi hoitamattomana heikentää työ- ja toimintakykyä. Tavallisimmin ADHD voi johtaa alisuoriutumiseen opinnoissa ja työelämässä. ADHD:n aiheuttamia tyypillisiä ongelmia ovat heikentynyt työteho, suurentunut tapaturmariski ja lisääntyneet sairaspöissaolut. ADHD:ta tutkiessa on havaittu aivojen toiminnassa poikkeavuutta erityisesti otsalohkon alueella. Aivojen otsalohko säätelee toiminnanohjausta, jonka keskeisiin osa-alueisiin kuuluu suunnittelu, työmuisti, aloitteellisuus, tarkkaavuus, itsesäätely, inhibitio ja arviointi. (Saari & Sainio & Leppämäki 2016: 1–2.)

Puutteellinen toiminnanohjaus näkyy aloittamisen vaikeutena ja lykkäämisenä. Lisäksi puutteellinen toiminnanohjaus vaikuttaa tehottomana toimintana ja ajankäytön suunnittelun hankaluutena ja vaikeutena saattaa asioita loppuun. Puutteellisesta toiminnanohjauksesta kärsivä voi tarvita ulkopuolista ohjausta toimissaan. Opiskeluissa ADHD näkyy tyypillisesti alisuoriutumisena. Alisuoriutuminen voi näkyä matalina arvosanoina, huonona pääsykoe menestyksenä, opintojen etenemisen hitautena ja opintojen keskeytyksenä. (Saari & Sainio & Leppämäki 2016: 1–2.)

Ongelmat tarkkaavuuden alueella näkyvät keskittymisen vaikeutena. Tarkkaavuutta on vaikea suunnata sekä pitää yllä valitussa kohteessa. Tarkkaavuuden ongelmien takia työskentely isoissa koululuokissa voi olla hankalaa ja tehotonta. Ongelmat tarkkaavuuden ja työmuistin kanssa saattavat näkyä myös sovittujen asioiden unohtamisena, puhuttujen ja luettujen asioiden unohteluna, hankaluutena huomioida yksityiskodit ja vaikeutena seurata annettuja ohjeita. (Saari & Sainio & Leppämäki 2016: 2–3.)

Tarkkaamattomuus voi näkyä koulussa vaikeutena kuunnella opetusta sekä toistuvina virheinä etenkin tehtävissä, jotka ovat yksitoikkoisempia. Tarkkaamattomuus voi näkyä vaikeutena aloittaa tehtävien teko, jotka vaativat pitkäkestoista keskittymistä. Ongelmia saattaa näkyä lisäksi tehtävien loppuun saattamisessa. (ADHD, aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö.) Näiden lisäksi aiemmat huonot kokemukset voivat vaikuttaa omiin asenteisiin ja motivaatioon (ADHD aikuisella).

ADHD-oireet voivat vaikuttaa myös aikuisiän opinnoissa, jonka takia ADHD tulisi ottaa huomioon korkeakouluoponnoissa. (Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriön huomioon

ottaminen korkeakouluopiskelussa 2006–2011). ADHD voi lisätä koulusyrjäytymisen riskiä, jonka takia opintojen tukemiseen olisi tärkeä kiinnittää erityistä huomiota. Koulutuksen yhdenvertaisuus edistää osallisuutta ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. (Osallisuuden edistämisen mallit 2020.)

ADHD voi vaikuttaa monin tavoin negatiivisesti ihmisen elämään kuten opiskeluun mutta oikeanlaisella hoidolla voidaan parantaa merkittävästi elämänlaatua sekä ehkäistä turhaa kärsimystä. ADHD kanssa voi pärjätä hyvin myös opinnoissa yksilöllisellä tuella. (ADHD aikuisella.)

## **4 Keskeiset käsitteet**

### **4.1 Esteettömyys**

Esteettömyydellä tarkoitetaan kaikenlaisten ihmisten huomioon ottamista fyysisessä ympäristössä kuten rakennetun ympäristön suunnittelussa ja toteuttamisessa. (Esteettömyys ja saavutettavuus 2019). Esteettömyyden synonyymina käytetään usein saavutettavuutta. Esteettömyydellä tarkoitetaan kuitenkin usein fyysistä ympäristöä ja saavutettavuudella verkkopalveluja. Saavutettavuudella tarkoitetaan kohteiden tai verkkopalveluiden helppoa lähestyttävyyttä kaikille ihmisille. Saavutettavuus on yhdenvertaisuuden edistämistä. (Saavutettavuus.)

Korkeakoulujen tavoitteena on tarjota opiskelijoilleen saavutettavat opiskeluympäristöt ja esteetön opiskelu. Opiskelijoilla on oikeus oppia ja opiskella omien kykyjen ja mahdollisuuksien mukaisesti. Erityisjärjestelyt ovat osa opiskelun esteettömyyttä. (Esteettömyys ja oppimisen tuki.)

### **4.2 Osallisuus**

Osallisuus voidaan jakaa kolmeen osa-alueeseen, osallisuus omassa elämässä, osallisuus yhteisöissä ja vaikuttamisen prosesseissa sekä osallisuus yhteisestä hyvästä. Osallisuus omassa elämässä tarkoittaa mahdollisuutta elää omanlaistaan elämää ja tehdä itselleen parhaita valintoja sekä ratkaisuja. Osallisuus yhteisössä ja vaikuttamisen prosessissa tarkoittaa mahdollisuutta kuulua itselleen tärkeään ryhmään tai yhteisöön sekä vaikuttaa itselleen tärkeissä asioissa. Osallisuus yhteisestä hyvästä tarkoittaa mahdollisuutta osallistua yhdessä tekemiseen. (Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet 2021.)

Osallisuus on vahvasti sidoksissa ihmisen hyvinvointiin ja matala osallisuuden kokemus on todettu olevan yhteydessä muun muassa yksinäisyyteen ja huonosti koettuun työkykyyn. Osallisuuden tavoitteena on vähentää eriarvoisuutta, köyhyyttä, syrjäytymistä ja syrjintää. (Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet 2021.)

### 4.3 Yhdenvertaisuus

Yhdenvertaisuudella tarkoitetaan sitä, että kaikki ihmiset ovat samanarvoisia riippumatta heidän sukupuolestaan, iästään, etnisestä tai kansallisesta alkuperästään, kansalaisuudesta, kielestään, uskonnostaan ja vakaumuksestaan, mielipiteestään, vammastaan, terveydentilastaan, seksuaalisesta suuntautumisestaan tai muusta henkilöön liittyvästä syystä. Edellä mainitut eivät saa myöskään vaikuttaa ihmisen oikeuksiin tai yhteiskunnallisen vaikuttamisen mahdollisuuteen. (Yhdenvertaisuus 2021.)

Suomessa Yhdenvertaisuuslaki (1325/2014) velvoittaa korkeakouluja laatimaan yhdenvertaisuussuunnitelman. Yhdenvertaisuussuunnitelman tarkoituksena on toimia työkaluna yhdenvertaisuuden tukemiseksi kaikissa korkeakouluissa. Yhdenvertaisuussuunnitelma tulisi tehdä yhteistyössä henkilöstön, oppilaiden ja opiskelijoiden sekä huoltajien kanssa. Suunnitelmaa laatiessa tulee tehdä ensin alkukartoitus. Suunnitelman tulee sisältää toimet yhdenvertaisuuden edistämiseksi. (Tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnittelu oppilaitoksissa; Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014 § 6.)

## 5 Koulutuksen merkitys, ammattikorkeakoulujen esteettömyys ja saavutettavuus

### 5.1 Koulutuksen merkitys

Koulutus tunnustetaan merkittävänä tekijänä osana yhteiskunnallista kehitystä ja taloudellista vaurautta. Koulutuksella on lisäksi merkittävä rooli yhteiskuntarauhan ja sosiaalisen koheesion kannalta. Tunnustuksesta huolimatta yhä tänä päivänäkin osa lapsista ja nuorista jää koulutuksen ulkopuolelle. Koulutuksesta syrjäytymisen taustalla voi olla vammaisuus tai erilaiset oppimisvaikeudet. Useimmissa tapauksissa koulusyrjäytyminen liittyy koulusta putoamiseen jossakin koulutuksen vaiheessa. Koulusyrjäytymistä on pyritty ehkäisemään kansainvälisillä sopimuksilla ja julistuksilla. Suomi on sitoutunut

kansainvälisiin sopimuksiin, ohjelmiin ja julistuksiin, jotka velvoittavat kehittämään suomalaista koulutusjärjestelmää ja opetusta niin, että kaikkien lasten ja nuorten oppiminen voidaan turvata mahdollisimman hyvin. (Erityisopesuksen strategia 2007: 10.)

Esteettömyys on noussut korkeakoulujen kehittämisen listoille ja tähän syynä on ollut muun muassa lainsäädäntöjen ja kansainvälisten sopimusten muutokset sekä vammaisten ja erityisentuen opiskelijoiden määrän kasvu korkeakouluissa. Kasvua on ollut viimeisen vuosikymmenen aikana koko Euroopan alueella. Määrän kasvua on kumminakin vaikea arvioida tarkasti, sillä Suomessa ei ole valtakunnallisia tilastoja erityisentuen opiskelijoidenmäärästä korkea-asteen oppilaitoksissa. (Laitinen & Pietilä 2011: 1–2.)

Opiskelijoiden joukko moninaistuu entistä enemmän, joka tarkoittaa, että heidän yksilöllisiin haasteisiinsa, tarpeisiin ja elämäntilanteisiin tarvitaan monenlaista tukea (Lundan 2020). Tämä tarkoittaa, että ammattikorkeakouluissa tullaan tarvitsemaan entistä enemmän yksilöllisiä tarpeita huomioivia palveluja. Tarvetta palveluiden kehittämiseen lisää se, että tulevaisuudessa tarvitaan moninaista työvoimaa. Lisäksi kaikilla tulisi olla mahdollisuus työhön ja hyvään elämään. (Lundan 2020.)

## 5.2 Ammattikorkeakoulu

Ammattikorkeakoulu kuuluu osaksi suomen korkeakoulujärjestelmää. Korkeakoulut ovat autonomisia toimijoita. Korkeakoulut vastaavat autonomisesti koulutuksen ja tutkimuksen sisällöistä sekä toimintansa kehittämisestä. Korkeakoulujen toimintaa rahoittaa ja ohjaa opetus- ja kulttuuriministeriö osana valtionneuvostoa. Korkeakoulujärjestelmään kuuluu korkeakoulupolitiikka, jonka tavoitteena on kehittää toiminnallaan suomalaista kilpailukykyä, hyvinvointia ja sivistystä sekä kestäväää kehitystä. Korkeakoulujärjestelmän tavoitteena on nostaa koulutuksen laatua uudistamalla koulutussisältöjä, opetusmenetelmiä, oppimisympäristöjä ja opettajien osaamista sekä lisäämällä yhteistyötä. Korkeakoulujen on tuettava mahdollisuuksien tasa-arvoa sekä edistää tutkintojen suorittamista tavoiteajassa kaikilla tutkintotasoilla. (Korkeakoulu- ja tiedepolitiikka ja sen kehittämine.)

## 5.3 Ammattikorkeakoulun esteettömyys ja saavutettavuus

Inkluusio tarkoittaa opiskelua yhdistyneessä koulutusjärjestelmässä, jossa ei ole erillisiä erityiskouluja tai luokkia. Inklusiossa keskeisessä asemassa on, että koulussa on joustavat ja osallisuutta korostavat opiskelujärjestelyt, jotka tukevat kaikkien oppimista. (Integraatio ja inkluusio.)

Ammattikorkeakouluissa ei käytetä usein inkluusio- sanaa vaan puhutaan enemmän saavutettavuudesta ja esteettömyydestä. Ammattikorkeakoulujen esteettömyys ja saavutettavuus tarkoittavat erilaisia tukitoimia ja niiden tärkein tehtävä on taata, että kaikki opiskelijat ovat yhdenvertaisia ja samanarvoisia. Ammattikorkeakouluissa tämä tarkoittaa sitä, että olosuhteet ja toiminnot pyritään järjestämään niin että ne olisivat kaikille soveltuvia. Tavoitteena on, että jokainen voi oppia omilla keinoillaan samanlaisessa ympäristössä. (Erityinen tuki ammattikorkeakouluissa 2020.)

Saavutettavuutta ammattikorkeakoulu opinnoissa voidaan tarkastella fyysisestä, psyykkisestä, pedagogisesta, asenteellisesta ja kulttuurisesta näkökulmasta. Fyysinen saavutettavuus tarkoittaa koulujen tilojen saavutettavuutta kuten sitä että jokainen pääsee koulurakennukseen. Psyykkisellä saavutettavuudella tarkoitetaan opiskelijoiden kokonaisvaltaista hyvinvointia, jota oppilaitokset pyrkivät tukemaan esimerkiksi luomalla myönteisen ja turvallisen ilmapiirin. Sosiaalinen saavutettavuuteen liittyy vahvasti osallisuuden tunne. Sosiaaliseen saavutettavuuteen vaikuttavat kaikki mitä oppilaitoksessa tapahtuu ja tämän takia sosiaalinen saavutettavuus on otettava huomioon kaikessa oppilaitosten toiminnassa. Kulttuurinen saavutettavuus on yhteydessä sosiaaliseen saavutettavuuteen ja sillä tarkoitetaan sitä että opetuksessa- ja ohjaustyössä otetaan huomioon muidenkin kuin valtaväestön toimintatapoihin liittyvien näkökulmien huomioon ottamista. Asenteellisella saavutettavuudella tarkoitetaan myönteistä asennetta kaikkia kohtaan sekä että jokainen oppilas otetaan huomioon tasapuolisesti. Pedagogisella saavutettavuudella tarkoitetaan sitä, että jokaisella oppilaalla on oikeus saada opetusta ja oppia omien kykyjensä ja edellytystensä mukaisesti. Jokaisella opiskelijalla tulisi lisäksi olla yhdenvertainen mahdollisuus menestyä opinnoissaan. Pedagogiset ratkaisut ja opetusmenetelmät on valittava niin että ne tukevat jokaisen mahdollisuutta osallistua ja oppia. (Saavutettavuus opinnoissa 2020.)

Korkeakoulujen saavutettavuutta on pyritty edistämään jo 1970-luvulta lähtien. Korkeakoulujen saavutettavuutta lähdettiin edistämään 70-luvulla sen jälkeen, kun Helsingin yliopistossa opiskelleen vammaiset opiskelijat ryhtyivät vaatimaan tasavertaisia oppimismahdollisuuksia. Korkeakoulujen esteettömyydestä on kumminkin vasta 2000-luvun alussa tullut näkyvä osa suomasta korkeakoulupolitiikkaa. (Kosunen 2021: 138.)

Korkeakoulujen velvollisuutta esteettömyyden edistämiseen lisäsi vuonna 2004 voimaan astunut Yhdenvertaisuuslaki. (Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014). Voimaan tullut yhdenvertaisuuslaki velvoitti korkeakouluja kohentamaan vammaisten opiskelijoiden



mahdollisuuksia koulutukseen pääsemisessä sekä opinnoissa pärjäämisessä (Kosunen 2021: 138). 2010-luvulla esteettömyyden kehittämiseen velvollisuutta lisäsi voimaan tullut YK:n vammaissopimuksen allekirjoittaminen (Valtionsopimukset 27/2016).

#### 5.4 Ammattikorkeakoulujen tarjoama tuki

Ammattikorkeakoulu opinnoissa tuen tarpeet ovat samankaltaisia mitä ne ovat olleet toisella asteella tai peruskoulussa. Tuen tarpeet eivät häviä ihmisillä koulutuksen siirtyessä ylemmille asteille. Tuen tarpeet voivat säilyä mukana jopa lapsuudesta, mutta saattavat muuttua muotoaan aikuisuuteen mentäessä. Tuen tarve voi johtua erilaisista tekijöistä kuten lukivaikkeudesta tai erilaisista keskittymisvaikeuksista. (Erityinen tuki ammattikorkeakoulussa 2020.)

Korkeakoulujen tavoitteena on tarjota opiskelijoilleen saavutettavat opiskeluympäristöt ja esteetön opiskelu. Opiskelijoilla on oikeus oppia ja opiskella omien kykyjen ja mahdollisuuksien mukaisesti. Erityisintuen opiskelijat ovat oikeutettuja avustajapalveluihin, erityisiin apuvälineisiin tai muihin vastaaviin tukipalveluihin. Korkeakouluissa tarjotaan yksilöllistä tukea, johon kuuluu esimerkiksi opinto-ohjaus ja opiskelijan hyvinvointipalvelut kuten kuraattorien, opintopsykologin tai opiskelijaterveydenhuollon palvelut. Korkeakoulu opiskelussa otetaan huomioon yksilölliset opetusjärjestelyt ja ohjaus, opiskelijan hyvinvointi ja osallisuus, toimiva vuorovaikutus, oppilaitoksen tilat ja ympäristö, tietotekniikka, viestintä ja oppimateriaalit. (Esteettömyys ja oppimisen tuki.)

Jokaiseen korkeakouluun on valittu henkilö tai yksikkö, joka vastaa opiskelijavalintojen ja opiskelun esteettömyydestä. Henkilö tai yksikkö kertoo lisäksi tarvittaessa tarkemmin oppilaitoksensa ja korkeakoulunsa esteettömyyskäytännöistä. (Esteettömyys ja oppimisen tuki.)

Erityisjärjestelyt ovat osa opiskelun esteettömyyttä. Erityisjärjestelyjä voivat olla esimerkiksi lisäaika tentissä, tentin suorittaminen suullisesti, häiriötöntä tilaa tai tietokoneen käytön sallimista. Ohjausta ja tukea voi saada kunkin korkeakoulun käytäntöjen mukaisesti. (Esteettömyys ja oppimisen tuki.)

## 6 Keskeinen lainsäädäntö ja sopimukset

### 6.1 Ammattikorkeakoululaki

Ammattikorkeakoulujen toimintaa säätelee Ammattikorkeakoululaki 932/2014. Ammattikorkeakoulu lakiin on kirjattu, että ammattikorkeakoulun tehtävä on tukea opiskelijan ammatillista kasvua. Ammattikorkeakoulun on tarjottava mahdollisuudet jatkuvaan oppimiseen. Ammattikorkeakoulun on järjestettävä opinnot niin että kokopäiväopiskelija pystyy suorittamaan opintonsa niiden laajuutta vastaavassa ajassa. Lakiin on kirjattu, että hakijan toimintakyky tai terveydentila ei saa olla este opiskelijaksi ottamiselle. (Ammattikorkeakoululaki 932/2014 § 4; § 26.)

### 6.2 Yhdenvertaisuuslaki

Suomen Yhdenvertaisuuslailla (1325/2014) pyritään takaamaan opiskelijoille yhdenvertaiset mahdollisuudet opiskeluun. Lakiin on säädetty, että koulutuksen järjestäjän tulee tukea vammaisen henkilön tai erilaisen oppijan opiskelua kohtuullisin mukautuksin. Lakiin on lisäksi säädetty, että oppilaitosten on pidettävä huoli tilojen, opetusmateriaalien ja opetuksen esteettömyydestä sekä mahdollisista yksilöllisten tarpeiden mukaisista järjestelyistä. (Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014 § 15.)

Yhdenvertaisuuslaki (1325/2014) velvoittaa ammattikorkeakouluja laatimaan yhdenvertaisuussuunnitelma, joka on yhdenvertaisuuden edistämisen suunnitelma. Yhdenvertaisuussuunnitelmassa on suunnitelma tarvittavista toimenpiteistä yhdenvertaisuuden lisäämiseksi. Yhdenvertaisuuslaki (1325/2014 § 6) edellyttää että yhdenvertaisuussuunnitelma laaditaan yhteistyössä henkilöstön, oppilaiden ja opiskelijoiden sekä huoltajien kanssa. Suunnitelma edellyttää alkukartoituksen tekoa.

### 6.3 Yleissopimus vammaisten henkiköiden oikeuksista

Vammaisten henkilöiden oikeuksien sopimuksessa (27/2016) on määritelty, että vammaisiin henkilöihin kuuluvat ne, joilla on sellainen pitkäaikainen ruumiillinen, henkinen, älyllinen tai aisteihin liittyvä vamma, joka vuorovaikutuksessa erilaisten esteiden kanssa voi estää heidän täysimääräisen ja tehokkaan osallistumisensa yhteiskuntaan yhdenvertaisesti muiden kanssa. (Valtiosopimukset 27/2016).

Sopimuksen 24. artiklassa on säädetty vammaisten henkilöiden oikeudesta koulutukseen. Vammaisilla henkilöillä on oikeus koulutukseen ja elinikäiseen oppimiseen. Tämän varmistamiseksi artiklassa on säädetty eri toimenpiteistä, joilla tuetaan vammaisten henkilöiden osallisuutta ja yhdenvertaisuutta opinnoissa. (Valtionsopimukset 27/2016.)

## 7 Aiemmat tutkimukset

### 7.1 Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus

Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus on Ylioppilaiden terveystutkimuksen toteuttama tutkimus, jossa kartoitetaan korkeakouluopiskelijoiden psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista terveydentilaa. Tutkimuksessa selvitetään lisäksi opiskelukykyyn liittyviä tekijöitä, joita ovat esimerkiksi sosiaaliset suhteet, toimeentulo ja opiskelu. Ylioppilaiden terveystutkimus on toteuttanut tutkimuksen viisi kertaa, joista viimeisin oli vuonna 2016. Vuoden 2020 tutkimuksen toteuttaa Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos yhteistyössä Kansaneläkelaitoksen kanssa. (Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.)

Tutkimukset ovat toteutettu niin että ne ovat olleet vertailu kelpoinen aiempien vuosien tutkimuksiin, jotka toteutettiin vuosina 2000, 2004, 2008 ja 2012. Ammattikorkeakoulut ovat olleet mukana tutkimuksessa vuodesta 2008. Tutkimuksen aineisto kerättiin yhdistettynä internet- ja paperikyselynä, jonka vastaaja joukko koostui alle 35-vuotiasta perustutkintoa suorittavista suomalaisista korkeakouluopiskelijoista. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa opiskelijaterveydenhuollolle ajankohtaisista ongelmista, niiden laadusta ja laajuudesta. (Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.)

Vuosien 2008, 2012 ja 2016 korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksissa kartoitettiin opiskelijoiden tyytyväisyyttä opintoihinsa saamastaan ohjauksen riittävydestä.

Vuoden 2008 tutkimuksessa 10 % ammattikorkeakouluopiskelijoista piti opintoihinsa saamaansa ohjausta täysin riittämättömänä. Jonkin verran vajavaisena ohjauksen riittävyttä piti 35 % ammattikorkeakouluopiskelijoista. (Kunttu & Huttunen 2009: 73.)

Vuoden 2012 tutkimuksessa ohjauksen riittämättömäksi koki 9 % ja jonkin verran riittämättömäksi 31 % (Kunttu & Pesonen 2013: 78). Vuoden 2016 tutkimuksessa ohjauksen koki riittämättömäksi 9 % ja jonkin verran riittämättömäksi 28 %. (Kunttu & Pesonen & Saari 2017: 69). Ohjauksen riittävyden kokemus on siis kasvanut vuosi vuodelta ammattikorkeakouluopiskelijoiden keskuudessa.

Opiskelijoiden uupumista kartoittaessa vuonna 2008, jolloin 15 % opiskelijoista koki hukuvansa opintoihinsa liittyvään työmäärään. (Kunttu & Huttunen 2009:73). Vuonna 2012, opiskelijoiden uupumusta kartoittaessa, 14 % opiskelijoista koki opintojen työmäärän hukuttavana (Kunttu & Pesonen 2013: 79). Samaa kartoittaessa vuonna 2016 opiskelijoista 17 % koki opintojen työmäärän hukuttavana (Kunttu & Pesonen & Saari 2017: 71). Vuoden 2020 tutkimuksen ennakkotiedoissa kerrottiin, että moni opiskelija kokee koronaepidemian lisänneen opintojen vaatimaan työmäärää. Vuoden 2020 tutkimuksen ennakkotiedoissa kerrotaan lisäksi, että noin. 70 % opiskelijoista kokee opintojen vaikeutuneen koroepidemian aikana. (Parikka, S & Ikonen, J & Koskela, T & Marjeta, N & Kilpeläinen, H & Pietilä, A & Härkänen, T & Lundqvist, A 2021.)

Vuoden 2012 korkeakouluopiskelijoiden tutkimuksessa erityisteemana oli oppimisvaikeudet. Kyselylomakkeessa oli kysymyksiä, jotka kartoittivat oppimisvaikeuksien laadua, toteajaa sekä toteamisvuotta ja miten oppimisvaikeus on otettu aiemmin huomioon ylioppilaskirjoituksissa. Kyselylomakkeessa kartoitettiin lisäksi oppimisvaikeuksiin saatua tukea. Vuoden 2012 tutkimuksessa todettiin, ettei oppimisvaikeuksista ole olemassa riittävästi tutkimustietoa. Tutkimuksen erityisteemoiksi valikoituu aihealueet, jotka liittyvät suoraan tai välillisesti opiskelijan työkykyyn tai opiskelukykyyn. (Kunttu & Pesonen 2013:1,3,27–28.)

Vuoden 2012 tutkimuksessa selvisi, että kyselyyn vastanneista ammattikorkeakouluopiskelijoista 6,1 %:lla oli oppimisvaikeus, oppimiseen vaikuttava sairaus tai vamma, jonka oli todennut puheterapeutti, psykologi, lääkäri tai erityisopettaja. Kyselyyn vastanneista ammattikorkeakouluopiskelijoista 6,7 %:lla oli todettu tarkkaavaisuushäiriö. Kyselyyn vastanneista puolet ei ollut saanut oppimisvaikeuden, oppimiseen vaikuttavan sairauden tai vamman takia erityisjärjestelyjä ylioppilaskirjoituksissa. Kyselyyn vastanneista ammattikorkeakouluopiskelijoista, joilla oli oppimisvaikeus, 62,5 % ei ollut saanut tukea lukivaikeuteen ammattikorkeakouluopintojen aikana. (Kunttu & Pesonen 2013:81,339,341.)

Vuoden 2016 tutkimuksessa 8 %:lla kyselyyn vastanneista opiskelijoista oli todettu oppimisvaikeus, oppimiseen vaikuttava sairaus tai vamma. Kyselyyn vastanneista ammattikorkeakouluopiskelijoista 1,4 %:lla oli tarkkaavaisuushäiriö. Oppimisvaikeudet olivat yleisempiä ammattikorkeakouluopiskelijoilla, kun yliopisto-opiskelijoilla. (Kunttu & Pesonen & Saari 2017: 84,131.)

## 7.2 Esteetön opiskelu yliopistoissa

Esteetön opiskelu yliopistoissa on Otuksien vuonna 2004 tekemä selvitys yliopistojen esteettömästä opiskelusta. Selvityksen oli tilannut opetusministeriö. Selvityksessä tarkasteltiin yliopistojen esteettömyyden toteutumista siihen liittyviä kehittämistarpeita sekä yliopisto-opiskelussa että yliopistojen muussa toiminnassa. Selvityksen aineistona oli yliopistojen hallinnoille marraskuussa 2004 tehty kysely. Kyselyssä tarkasteltiin esteettömyyttä viidellä eri osa-alueella, jotka olivat opintojen esteettömyys, fyysisten tilojen esteettömyys, esteettömyysasioiden sisältyminen henkilöstön koulutukseen, esteettömyyden huomioon ottaminen ja edistäminen yliopistojen suunnittelutoiminnassa sekä viestinnän esteettömyys. Kyselyyn vastanneet olivat pääosin kunkin hallintotoiminnon virkamiehiä. (Laaksonen 2005: 10–15.)

Selvityksen tuloksissa kerrotaan että, vuonna 2004 yliopistojen esteettömyydessä oli huomattavia puutteita kaikilla sen tarkastelluilla osa-alueilla. Raportin tulosten perusteella todettiin, että yliopistoissa tarvitaan esteettömyyden kehittämistyötä kaikilla toiminnan alueilla. Tulosten perusteella yliopistojen tulisi laatia kattavat esteettömyyskartoitukset ja toimenpidesuunnitelmat sekä sisällyttää esteettömyys strategisiin suunnitelmiin ja henkilöstökoulutukseen. (Laaksonen 2005: 8–38.)

## 7.3 Esok-hanke

ESOK hanke syntyi Otuksien vuonna 2004 tehdyn selvityksen pohjalta nousseiden ongelmakohtien kehittämiseksi. Esok-hankkeen toiminnan suunnittelu alkoi syksyllä 2005. Hankkeessa kerättiin tietoa esteettömyyteen liittyvistä kehittämisprosesseista ja hyvistä käytännöistä. (ESOK-hanke 2006–2011.)

ESOK hankkeen tavoitteita olivat esteettömyyden johtaminen, fyysisen ympäristön tekeminen kaikille saavutettavaksi, taata ohjausta jokaiselle, tehdä opinnot kaikille saavutettavaksi, tehdä esteettömyys käsitteenä tunnetuksi, sidosryhmien hyödyntäminen osallisuuden toteuttamiseksi ja tutkimus- ja kehittämistoiminnan osallisuuden tukena. Hankkeen aikana havaittiin, että saavutettavuus ja esteettömyys ymmärretään aiempaa paremmin. (ESOK-hanke 2006–2011.)

## 7.4 Hitaasti mutta varmasti?

Hitaasti mutta varmasti on Otus rs:n vuonna 2011 tekemä selvitys esteettömyyden edistämiseksi toteutettujen hankkeiden tuomista tuloksista. Selvitys oli opetusministeriön tilaaman selvitys. (Penttilä 2012: 8–9.)

Selvitykset tuloksissa kerrotaan, että kehitys on ollut hidasta tai jopa olematonta. Korkeakoulusektorilla ei ollut panostettu kovin paljoa esteettömyyteen. Selvityksessä tulee ilmi, että vuonna 2011 kolmessa viidestä ammattikorkeakoulusta ei mainita esteettömyyttä koulujen yleisissä strategioissa. (Penttilä 2012:13–14.) Esteettömyyden haasteet tulivat ilmi myös opiskelijoiden omista kokemuksista. Opiskelijoilla oli hatara ymmärrys siitä, miten saavutettavuus ja esteettömyys näkyvät heidän korkeakoulunsa linjauksissa, strategioissa ja ohjeissa. (Penttilä 2012:14–15.)

Korkeakouluissa esteettömyyttä oli pyritty edistämään monipuolisilla erityisjärjestelyillä ja tukitoimilla, joita oli pääasiallisesti hyvin tarjolla. Yleisimpiä tukitoimia olivat lisäaika, oman apuvälineen käyttö ja tietokoneen käyttö kirjoitusvälineenä (Penttilä 2012:14–15.) Ongelmakohdaksi ilmeni kumminkin tukijärjestelyjen saatavuuden erot hakijoiden ja tenttijöiden välillä. Tukitoimien toimivuudesta ja saatavuudesta oli kysytty myös opiskelijoista. Vastauksista kävi ilmi, että opiskelijat eivät aina saa tarvitsemiaan tukitoimia, vaikka niistä olisi sovittu etukäteen. (Penttilä 2012: 26–28.) Kaikkein heikoimpina opetus- ja opiskelujärjestelyjä pitivät erilaiset oppijat, jotka mahdollisesti käyttävät erityisjärjestelyjä. Yleisimmiksi ongelmakohdiksi koettiin opintojen joustavat suoritusmahdollisuudet ja luentomateriaalit (Penttilä 2012: 31–35.)

Opiskelijoiden kokemuksia yhdenvertaisuudesta korkeakoulussaan kartoittaessa kävi ilmi, että vähiten yhdenvertaisuutta kokivat erilaiset oppijat ja vammaiset opiskelijat. Opiskelijat, jotka tarvitsivat tukitoimia, kokivat yhdenvertaisuuden heikommaksi koska heidän erityistarpeitaan ei huomioita asianmukaisella tavalla. Opiskelijat kokivat myös, että erityisjärjestelyjen hoitaminen tuotti heille kohtuuttomasti vaivaa tai he leimautuivat niiden vuoksi. (Penttilä 2012: 39–46.)

## 7.5 Valtti-projekti

Valtti-projekti toteutti tutkimuksen vuonna 2011 ammattikorkeakoulu- ja yliopisto-opiskelijoiden käsityksistä opinnoista ja niiden etenemisestä. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää opintojen viivästymisen syitä, opiskelijoiden opiskelukokemuksia ja näkemyk-

siä työelämästä sekä ohjaus- ja tukikokemuksista opintojen aikana. Tutkimuksen aineisto koostui vuonna 2009 tehdystä kyselytutkimuksesta, johon osallistui 734 opinnoissaan viivästyneeksi määriteltyä opiskelijaa. (Liimatainen & Kanstrén & Kaisto & Karhu & Martikkala & Andersen & Aikkola & Anttila & Keskinarkaus & Päivi 2011:3.)

Viisi yleisintä opintojen viivästyminen syytä ovat työssäkäynti, opiskelumotivaation puute, henkinen hyvinvointi, perhe-elämän tai ihmissuhteisiin liittyvät tekijät ja laiskuus. Opiskeluja hidastivat myös erilaiset oppimisvaikeudet, kuten lukemis- ja kirjoittamisvaikeudet, tarkkaavaisuus- ja/tai ylivilkkaushäiriöt tai Aspergerin oireyhtymä. (Liimatainen ym. 2011: 15–17.)

Opintojen viivästyminen taustatekijöiksi nousi myös opetuksen järjestämiseen liittyvät ongelmat. Opiskelijoiden yksilöllisiä tarpeita ei otettu erityisen hyvin huomioon ja opiskelijat saivat ohjausta vasta kun sitä pyysivät. Oikean tahon löytäminen ennen sitä oli kumminkin vaikeaa. Ohjauksen saamista hankaloitti myös opiskelijoiden tietämättömyys ohjauksesta, ohjaavan opettajan vaihtuminen ja opettajien keskinäisen työnjaon epäselvyydet. Opintojen etenemistä haittasivat opintojen kuormitus sekä vaikeudet tiettyjen aineiden opiskelussa. Tutkimuksessa selvisi, että opiskeluun liittyvät vaikeudet ovat useimmiten opettaja- tai oppiainekohtaisia. (Liimatainen ym. 2011: 15–31.)

## 7.6 Korkeakoulutus ja tutkimus 2030-luvulle

Maailmanpankin kehitysraportin ja Unescon kestävän kehityksen agendan 2030 tekemien selvitysten mukaan koulutuksen laatu ja määrä vaihtelevat suuresti eri maiden välillä eikä koulunkäynti välttämättä tarkoita oppimista. Köyhien ja rikkaiden välillä on suuri osaamiskuilu, vaikka eri tutkimustuloksista on saatu vahvaa näyttöä siitä, että koulutus vähentää köyhyyttä. Yksilö tasolla koulutus edistää hyvinvointia, toimeentuloa, työnsaantia, terveyttä ja eliniänodotetta. Koulutuksella on suuri merkitys myös yhteiskunta tasolla sillä, se ruokkii innovaatiota, vahvistaa instituutiota ja demokratiaa sekä samalla vahvistaa sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Koulutuksen tuomat hyödyt riippuvat kumminkin oppimisesta ja sen tehokkuudesta. Oppimisen arviointi on iso osatekijä koulutuksen kehittämisessä. Oppimisen turvaamiseksi koko koulujärjestelmän on toimitava hyvin yhteen, jotta opetuksen laatua voidaan kehittää. (Korkeakoulutus ja tutkimus 2030-luvulle 2017: 12–13.)

Suomessa oppimistulokset ja oppimismyönteisyys ovat olleet laskussa, joka heijastuu yhteiskunnan erilaistumisena ja eriarvoistumisena. Suomi onki tippunut kansainvälisissä koulutusvertailuissa aiempaa alemmaksi. (Korkeakoulutus ja tutkimus 2030-luvulle 2017: 12–13.)

Korkeakoulujen opiskelu- ja työhyvinvointiselvityksistä sekä korkeakoulu-uudistusten arvioinneista on selvinnyt että korkeakouluissa on useita kehittämistarpeita opiskelu- ja työyhteisönä. Opiskelijoilla opintojen sujuvuutta ja opiskelijahyvinvointia haittaavat ohjauksen laadun, määrän ja saatavuuden ongelmat. Muita haittaavia tekijöitä ovat stressin ja opintojen kuormittavuuden kokemukset, epävarmuus tehdyistä opintovalinnoista, psyykkiset ongelmat ja toimeentulokysymykset. Opintojen pitkittyminen aiheuttaa tyytymättömyyttä omaan elämänlaatuun sekä lisää ahdistusta. (Korkeakoulutus ja tutkimus 2030-luvulle 2017: 16–17.)

## **8 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset**

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa kyselomakkeen avulla ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia ADHD-oireiden vaikutuksista opintoihin. Tavoitteena on lisäksi saada tietoa, siitä millaista tukea ADHD-diagnoosin saaneet ammattikorkeakouluopiskelijat voivat saada opintoihinsa, onko tuki riittävää ja millaista tukea opiskelijat kaipaisivat. Opinnäytetyöllä haluan tuoda ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaiset kokemukset näkyväksi. Tavoitteenani on antaa ääni ADHD diagnoosin saaneille opiskelijoille, jonka avulla he pystyvät itse vaikuttamaan omaan oppimiseensa. Tavoitteena on lisäksi saada ajankohtaista tietoa ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisesta kokemuksesta opintojen esteettömyydestä, yhdenvertaisuudesta ja saavutettavuudesta.

Tutkimuksen tarkoitus on tuottaa ajankohtaista tietoa ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden tuen tarpeista, opintojen sujuvuudesta, esteettömyydestä ja yhdenvertaisuudesta. Kerätyllä tiedolla pyritään lisäämään tietoisuutta ADHD:n vaikutuksista opiskeluun, jotta ADHD-diagnoosin saaneita opiskelijoita pystyttäisiin tukemaan entistä täsmällisemmin ja tehokkaammin. Tiedolla pyritään parantamaan ADHD diagnoosin saaneiden opiskelijoiden opiskelumahdollisuuksia, opintojen sujuvuutta ja mahdollisuutta vaikuttaa omiin opintoihin. Tämä voi parantaa ADHD opiskeli-



joiden hyvinvointia, osallisuutta ja yhdenvertaisuutta. Yhteistyökumppani saa tutkimuksesta ajankohtaista tietoa, jota voi hyödyntää halutessaan omassa vaikuttamistyössään.

Tutkimuksen kysymykset ovat:

1. Millä tavalla ADHD-oireet vaikuttavat ammattikorkeakouluopinnoissa?
2. Millaista tukea ADHD-diagnoosin saanut opiskelija voi saada ammattikorkeakoulussa ja miten sitä haetaan.
3. Kokevatko ADHD-diagnoosin saaneet opiskelijat ammattikorkeakoulujen tarjoaman tuen riittäväksi opintojen suorittamiseen?

## 9 Opinnäytetyön toteutus ja menetelmät

### 9.1 Aiheen valinta ja rajaus

Opinnäytetyö aloitettiin aiheen vallinnalla ja sen rajaamisella. Tutkittavan aiheen tulisi olla henkilökohtaisesti kiinnostava, joka tukee motivaation ylläpitoa opinnäytetyön prosessin aikana. Opinnäytetyön prosessi voi olla pitkä, joten aiheen tulisi olla sellainen, jota haluaa tutkia. Tutkimusaihetta valitessa tulee aiheen olla kytköksissä omaan opintalaan ja sen tulisi valmistua kohtuullisessa ajassa. Opinnäytetyön valmistumista kohtuullisessa ajassa voi tukea aiheen ennalta tunteminen. Täysin uuteen aihealueeseen tutustuminen vie usein enemmän aikaa. Aiheen tulisi olla jollain tapaa merkityksellinen ja tuottaa uutta tietoa. Aihetta pohtiessa tulisi samalla kartoittaa löytyykö aiheesta tarpeeksi tietoa. Aiheesta löytyvä kirjallisuus ja aiemmat tutkimukset auttavat tutkimusprosessin etenemisessä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 8–9.)

Valitsin aiheekseni selvittää ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia opiskelusta ADHD:n kanssa. Aiheen idea lähti liikkeelle siitä, että minulla on itselläni ADHD-diagnoosi, jonka olen saanut aikuisiällä. Etusiessäni tietoa aikuisiän ADHD:stä huomasin, että se on vielä melko uusi tutkimuksen kohde ja sitä on alettu tutkia vasta 1990-luvun aikana eikä tutkimustietoa ole kertynyt vielä valtavasti.

ADHD-diagnoosin saaneet ammattikorkeakouluopiskelijat valittiin tutkimuksen kohderyhmäksi koska tietoa ADHD-oireiden vaikutuksista ammattikorkeakoulu opintoihin oli vähän saatavilla. Kohderyhmästä rajattiin pois ADHD-diagnoosin saaneet yliopisto-opiskelijat, sillä heidän tuen tarpeita ja tuen saamista on kartoitettu vuonna 2019 tehdystä pro-gradu tutkielmassa. Tutkimukseen otettiin mukaan ammattikorkeakoulujen erityisen tuen prosessi sekä tuen muodot, sillä aiemmissa tutkimuksissa on selvinnyt, että niissä on ollut puutteita. Opinnäytetyössä esitellyistä tutkimuksista on jo muutama vuosi aikaa, joten tilanne voi olla muuttunut. Muutoksiin on voinut vaikuttaa lisäksi koronapandemian vaikutukset opintoihin. Koronapandemian aikana on uutisoitu useasti opiskelijoiden jaksamisen haasteista, johon vaikuttavana tekijänä voi olla tuen puuttuminen.

## 9.2 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyöni tutkimusmenetelmänä on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään usein ymmärtämään tutkimuksessa tarkasteltavaa ilmiötä niiden henkilöiden näkökulmasta, jotka ovat tutkimuksen kohteina. Laadullisessa tutkimusmenetelmässä ollaan kiinnostuneita tutkimuksen kohteena olevien henkilöiden tunteista, kokemuksista ja ajatuksista. Tutkimuksessa ollaan lisäksi kiinnostuneita niistä merkityksistä, joita tutkimuksen kohderyhmät antavat tutkittavasta ilmiöstä. (Puusa & Juuti 2020: Johdanto.)

Opinnäytetyössä pyritään selvittämään miten ADHD-oireet vaikuttavat ammattikorkeakouluopintoihin, millaista tukea ammattikorkeakoulut tarjoavat opinnoissa pärjäämiseen sekä onko tuki riittävää tutkimuksen kohteina olevien eli ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden näkökulmasta. Laadullinen tutkimusmenetelmä sopii parhaiten tämän opinnäytetyön tutkimusotteeksi, sillä pyrkimyksenä on selvittää tietyn kohderyhmän henkilöiden kokemuksia, ajatuksia ja tuntemuksia. Opinnäytetyön tavoite on tuoda tämä kohderyhmän ääni ja omakohtaiset kokemukset näkyväksi, joka on yksi laadullisen tutkimuksen tavoitteista.

## 9.3 Aineiston keruu

Laadullisessa tutkimuksessa aineiston keruu on päämäärähakuista toimintaa. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkimuksen päämäärät määrittävät sen millaisia aineistoja hankitaan ja miten niitä tutkitaan. Laadullisen tutkimuksen eniten käytetty aineistonkeruumenetelmä on erilaiset haastattelut. Haastattelujen voidaan ajatella olevan keskustelua,

jolla on etukäteen asetettu päämäärä. Haastattelun tavoitteena on saada kerättyä sel-  
laisia aineistoja, joista voidaan ilmiötä koskevia uskottavia päätelmiä. Haastattelut ovat  
aineistonkeruumenetelminä hyvin joustavia, jonka takia ne soveltuvat käytettäviksi mo-  
niin eri tilanteisiin sekä palvelevat monia tarkoituksia. Aineistonkeruumenetelmä tulisi  
valita aina sen mukaan millaisia tavoitteita tutkimuksella on ja millaisiin tutkimuskysy-  
myksiin halutaan vastauksia. (Puusa & Juuti 2020: luku 3.)

Opinnäytetyön aineistonkeruu menetelmäksi on valittu lomakehaastattelun, joka on  
yksi haastattelutyypeistä. Aineistonkeruumenetelmäksi valittiin haastattelun, sillä se on  
usein ainut keino kerätä tietoa ihmisten asioille antamista merkityksistä ja tulkinnoista  
sekä saada mukaan subjektiivinen kokemus (Puusa & Juuti 2020: luku 3). Haastattelu-  
tyypeistä valittiin aineistonkeruumenetelmäksi strukturoidun haastattelun, joka tuntui  
sopivan parhaiten tutkimuksen tavoitteisiin ja asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Tutki-  
muksen tavoitteena on kerätä tietoa kohderyhmäni omakohtaisista kokemuksista eli  
subjektiivisesta kokemuksesta. Aineiston keruussa on käytetty määrällisen sekä laadul-  
lisen tiedonkeruu menetelmiä.

Strukturoidussa haastattelussa on etukäteen laaditut kysymykset, jotka pohjautuvat  
teoriatietoon. Strukturoidussa haastattelussa kysymysten muoto ja järjestys on vakioitu  
eli ne ovat kaikille vastaajille samat kysymykset samassa järjestyksessä. Struktu-  
roidussa haastattelussa on lisäksi valmiit vastausvaihtoehdot, jotka ovat samat kaikille.  
(Puusa & Juuti 2020: luku 3.) Sähköinen kyselylomake tuntui kohderyhmän tarpeisiin ja  
tutkimuksen tavoitteisiin parhaiten sopivalta aineistonkeruu tavalta. Tavoitteina oli saa-  
vuttaa mahdollisimman laaja vastaajakunta, joka oli tarkasti rajattu. Strukturoidun haas-  
tattelun etuja ovat muun muassa suuremman vastausmäärän saaminen ja tarkoituk-  
senmukaisten vastaajien saavuttaminen (Puusa & Juuti 2020: luku 3).

Sähköisen kyselylomakkeen valintaan vaikutti tapa, miten kohderyhmän tavoittaisi par-  
haiten sekä miten saataisiin mahdollisimman monipuolisesti tietoa haluttuihin osa-aluei-  
siin. Mietittäessä aineistonkeruumenetelmää Suomessa oli poikkeusolot, jotka johtuivat  
maailmanlaajuisesta koronapandemiasta. Poikkeusoloista johtuen ammattikorkeakou-  
lut olivat etäopetuksessa ja suomessa oli suositus välttää turhia ihmiskontakteja. Poik-  
keusoloista johtuen sähköinen kyselylomake tuntui turvallisimmalta tavalta kerätä tietoa  
ja samalla taata tutkijan sekä tutkittavien turvallisuus. Kohderyhmän tavoittamiseksi so-  
pivimmalta tuntui Facebookin vertaistukiryhmät. Facebookissa on vertaistukiryhmiä eri  
teemoilla ja niihin liitytään omien tarpeiden mukaisesti. Tämä tarkoittaa sitä, että ryh-  
mässä olevat henkilöt ovat usein jotenkin kytköksissä ryhmän teemaan. Facebookissa  
on useita vertaistukiryhmiä, joiden aiheena on ADHD.

Sähköinen kyselylomakkeella pyrittiin tarjoamaan matala kynnys osallistua tutkimukseen. ADHD voi aiheuttaa häpeää eikä sen tuomista haasteita haluta puhua. Häpeää voidaan kokea siitä, ettei pärjätä tai että asiat ovat haasteellisempia, kun niiden ajatellaan olevan. Omista haasteista ei välttämättä uskalleta kertoa vaan niiden kanssa kamppaillaan yksin. Kyselylomakkeella pyrittiin tarjoamaan turvallinen tapa kertoa omista kokemuksistaan, olivat ne sitten positiivisia tai negatiivisia.

#### 9.4 Sähköisen kyselylomake

Sähköinen kyselylomake luotiin Metropolian omalla E-lomake ohjelmalla. Sähköisessä kyselylomakkeessa on sekä määrällisiä että laadullisia kysymyksiä. Määrällisissä kysymyksissä on valmiiksi määritellyt kysymykset valmiine vastausvaihtoehtoineen. Kyselylomakkeen avokysymykset ovat laadittu laadullisen tiedonkeruumenetelmän mukaisesti. Avokysymyksissä vastaajalla on mahdollisuus kertoa omin sanoin omista kokemuksistaan.

Kyselylomake on jokaiselle vastaajalle samanlainen. Kyselylomake sisälsi monivalintakysymyksiä ja avokysymyksiä. Kyselylomakkeeseen valittiin molempia kysymystyyppejä sillä, vaikka kyselytutkimuksessa käytetään enimmäkseen suljettuja kysymyksiä, voidaan niiden lisäksi tarvita myös avoimia. Valmiit vastausvaihtoehdot selkeyttävät mittausta ja nopeuttavat aineistonanalyysia. Avoimienkysymysten sanallisten vastusten analysointi on huomattavasti työläämpää, mutta niistä voidaan saada tutkimuksen kannalta sellaista tietoa, joka voisi muuten jäädä havaitsematta. Tutkimuksen kannalta avokysymykset ovat tärkeitä sillä niistä saadaan parhaiten esiin vastaajien omakohtaiset kokemukset. (Vehkalahti 2014: 25.)

Monivalintakysymyksissä käytettiin yhden tai useamman vaihtoehdon vastauksia sekä Likert-asteikkokysymyksiä. Monivalintakysymyksillä kartoitettiin vastaajien taustatietoja, jotka tässä tapauksessa olivat ikä ja sukupuoli. Monivalintakysymyksillä pyrittiin saamaan lisäksi tietoa erityisen tuen muodoista, hakemisesta, saamisesta sekä siitä kuka vastaa erityisen tuen päätöksistä. Yhden tai useamman vaihtoehdon vastausvaihtoehtoina oli vastaukset kyllä, ei ja en osaa sanoa. Kyllä, ei ja en osaa sanoa kysymyksiä oli lomakkeella seitsemän. Yhden tai useamman vaihtoehdon vastaukset sopivat hyvin arviointeihin ja luokitteluihin (Kysymystyyppit). Kolmas vaihtoehto en osaa sanoa ei ole ihanteellinen vastausvaihtoehto kyselylomakkeessa sillä syytä sen valinnalle on mahdoton erottaa toisistaan lomakkeiden perusteilla (Vehkalahti 2014: 24). Kolmas vaihtoehto on kumminkin lisätty kyselyyn ajatellen vastaajien tarpeita. Kyllä ja ei kysymyksiin

voidaan jättää herkemmin vastaamatta, jos tarjolla ei ole kolmatta vaihtoehtoa. Ajatuk-  
sena oli, että kohderyhmällä voi olla helpompi vastata, jos vastausvaihtoehdot ei ole  
jyrkästi jaettuna kyllä ei vastauksiin.

Likert-asteikkokysymyksillä pyrittiin saamaan vastauksia ADHD-oireiden vaikutuksista  
opintoihin, opiskelumotivaatioon, erityisentuen hakemisen helppoudesta ja selkey-  
destä, tuen riittävydestä sekä tuen saamisen johdonmukaisuudesta. Likert-asteikonky-  
symyksiä lomakkeella oli yhteensä kuusi. Likert-asteikkoa käytettiin niiden kysymysten  
mittarina, joista pyrittiin saamaan tietoa kohderyhmän mielipiteistä ja tuntemuksista  
(Kysymystyyppit).

Likert-asteikon käytössä on tärkeää, että käytetty asteikko muodostaa selvä jatkumon,  
joka menee ääripäästä toiseen (Vehkalahti 2014: 35). Likert-asteikossa käytettiin viisi-  
portaista asteikkoa, jonka valittavat vaihtoehdot olivat 1. Täysin samaa mieltä 2. Osin  
samaa mieltä 3. Ei samaa eikä eri mieltä 4. Osin eri mieltä 5. Täysin eri mieltä. Samaa  
asteikkoa käytettiin Likert-kysymyksessä. Jokaisen Likert-asteikko kysymyksen lisätie-  
toihin oli avattu jokaisen numeron merkitys. Valittuja vastausvaihtoehtoja käytettiin sillä  
ne ovat hyvin tyypillinen esimerkki Likert-asteikon käytöstä (Vehkalahti 2014: 35).

Avokysymyksillä pyrittiin saamaan täsmällisempää tietoa monivalintakysymyksiin. Avo-  
kysymyksiä käytettiin myös itsenäisinä kysymyksinä, kohdissa, joissa kysyttiin vastaa-  
jien kokemuksia opintojen yhdenvertaisuudesta. Avokysymyksiä käytettiin monivalinta-  
kysymysten jatkumoina, jotta saataisiin tarkempaa tietoa siitä, miksi vastaaja on vas-  
tannut kyllä tai ei sekä selittämään tarkemmin Likert-asteikossa annettua astetta. Avo-  
kysymyksiä oli kyselylomakkeessa yhteensä kahdeksantoista.

Lomakkeen määrälliset ja laadulliset kysymykset on valittu täydentämään, jotta aineis-  
tosta saataisiin mahdollisimman monipuolinen ja laaja ymmärrys. Määrällisillä kysy-  
myksillä saadaan ymmärrystä kokonaisuudesta ja laadullisilla kysymyksillä tarkempaa  
tietoa opiskelijoiden kokemuksista ja ajatuksista.

Sähköisen kyselylomakkeen yläreunaan oli kerrottuna mistä kyselylomakkeessa on  
kyse. Lomakkeessa oli kerrottuna kuka tietoja kerää, miksi kerätään ja mihin tietoja  
käytetään. Kyselylomakkeessa kerrottiin miten, tietoja säilytetään. Lomakkeeseen oli  
kerrottu lisäksi, että kyselylomakkeen täyttö tapahtuu täysin nimettömästi. Kyselylo-  
makkeen loppuun oli laitettu tutkijan yhteystiedot siltä varalta, että kyselylomakkeesta

tulee jotain kysyttävää. Lomakkeessa oli yksi pakollinen kohta, joka oli täytettävä ennen lomakkeen lähettämistä. Pakollisessa kohdassa vastaaja antoi luvan lomakkeessa täyttämiensä tietojen käyttöön.

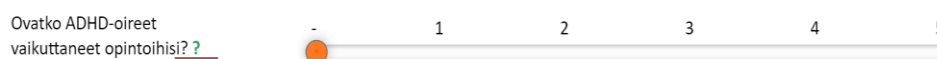
## 9.5 Sähköisen kyselylomakkeen toimivuus ja esille tulleet haasteet

Ennen sähköisen kyselylomakkeen julkaisua lomakkeen toimivuus testattiin. Kyselylomakkeen testauksella pyrittiin saamaan palautetta siihen vastanneilta vapaaehtoisilta. Palautetta pyydettiin kysymysten selkeydestä, kyselylomakkeen pituudesta, toimivuudesta, vastausten loogisuudesta ja selkeydestä sekä vastausohjeiden selkeydestä. (Vilka 2021: Kyselylomakkeen suunnittelu ja testaus.)

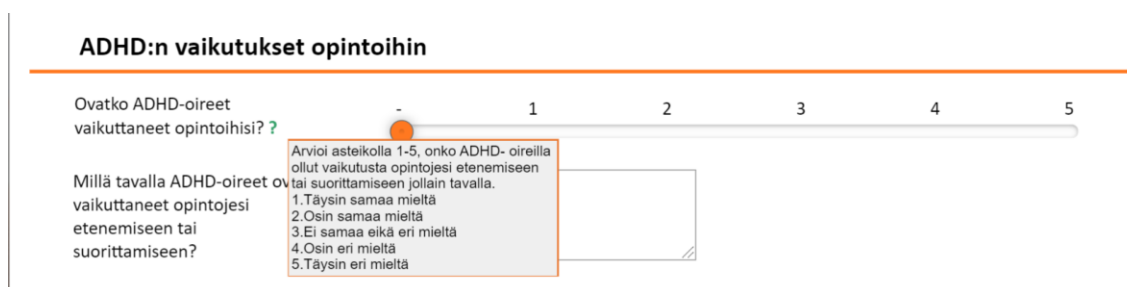
Kyselylomakkeen testaus ennen sen julkaisemista on tärkeää sillä kyselyn laatija voi väsähtää lomaketta tehdessä eikä välttämättä huomaa kaikkia ongelmatilanteita, joita vastaajalle voi tulla lomaketta täyttäessä (Vehkalahti 2014: 48). Vapaaehtoiset lomakkeen testaajat olivat sekä ADHD-diagnoosin että ilman ADHD-diagnoosia saaneita henkilöitä. Kaikki vapaaehtoiset vastaajat olivat ammattikorkeakoulu opiskelijoita. Vapaaehtoisilta vastaajilta kerättiin palautetta, jonka avulla lomaketta muokattiin vielä toimivammaksi. Eniten palautetta tuli lauserakenteista ja kirjoitusvirheistä. Virheiden korjaamisen jälkeen vapaaehtoisia pyydettiin täyttämään lomake uudelleen ja antamaan vielä palautetta. Toisella kerralla vapaaehtoisilta tuli hyvää palautetta, jonka pohjalta koin lomakkeen olevan valmis julkaistavaksi.

Aineistoa läpikäydessä nousi esille, että sähköisessä kyselylomakkeessa oli ongelma-kohtia, jotka saattoivat vaikuttaa vastausten validiteettiin ja reliabiliteettiin. Ensimmäiseksi ongelmaksi nousi Likert-asteikon vastaukset. Likert-asteikko oli määritelty vaihteluvälille 1–5 ja jokaisen numeron merkitys oli avattu kysymyksen vieressä olevaan lisätieto toimintoon (Kuva. 2). Kysymyksen lisätiedot olivat merkittynä kyselylomakkeessa kysymysmerkin symbolilla (Kuva.1).

### ADHD:n vaikutukset opintoihin



Kuva 1. Esimerkki Likert-asteikko kysymyksestä.



Kuva 2. Esimerkki lisätietojen numeroiden merkitysten avauksesta.

Vastauksia analysoidessa nousi kumminkin esiin, että kaikki eivät välttämättä olleet huomanneet Likert-asteikon kysymysten lisätieto toimintoa. Tämä vahvistui myös opiskelijalta tulleesta palautteesta, jossa kerrottiin, ettei lomakkeesta käy nopeasti ilmi mitä asteikko tarkoittaa.

Palautetta lomakkeesta: nopeasti ei käy ilmi mitä asteikko tarkoittaa onko 5 hyvä vai huono. Saattaa vaikuttaa tuloksiin merkittävästi.

Ongelman huomattiin Likert-asteikon jälkeen olevia avokysymysten analysoinnissa. Osa avokysymysten vastaukset tuntuivat olevan ristiriidassa Likert-asteikko kysymyksen kanssa. Esimerkiksi Likert-kysymyksessä ”Ovatko ADHD-oireet vaikuttaneet opintoihisi”, vastauksesi oli annettu 5. Täysin eri mieltä. Vastauksesta olisi ymmärrettävissä, että ADHD-oireet eivät ole vaikuttaneet opintoihin. Likert-kysymyksen jälkeiseen avokysymykseen ”Millä tavalla ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opintojesi etenemiseen tai suorittamiseen”, oli kumminkin vastattu kaikella mahdollisessa tavalla. Vastaukset olivat ristiriidassa keskenään johon syynä voi olla Likert-asteikon epäselvyys. Ristiriitaisuutta esiintyi kaikkien Likert-asteikko kysymysten sekä niiden jälkeen olevien avokysymysten vastauksissa. Likert-asteikon ja avokysymysten ristiriitaisuuden takia Likert-asteikoin vastauksia ei voi luotettavasti olettaa antavan oikeanlaisen käsityksen niissä ky-syttäviin aiheisiin.

Opinnäytetyön kannalta avokysymyksistä saadut vastaukset olivat opinnäytetyön tavoitteiden ja tutkimuskysymysten kannalta paremmin kuvaavia, kun monivalintakysymyksistä saadut tulokset. Avokysymyksistä tuli selkeämmin esiin opiskelijoiden oma-kohtaiset kokemukset, joita opinnäytetyössä pyrittiin saamaan. Tästä syystä opinnäytetyön johtopäätöksissä ja pohdinnassa pääpaino tulee olemaan avokysymyksistä saaduissa vastauksissa.

Mahdollisen epäselvyyden välttämiseksi olisi johdantoon kannattanut laittaa tarkemmat ohjeet kyselylomakkeen käyttöön. Johdantoon olisi kannattanut laittaa maininta, että

kysymysmerkkisymbolista löytyy kysymyksen lisätiedot sekä Likert-asteikon asteikon selvennys.

## 9.6 Aineistonanalyysi

Laadullisessa tutkimuksessa aineiston analyysi kytkeytyy kiinteästi aineiston hankintaan. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan esiymmärrys vaikuttaa aineiston hankintaan ja analysointiin. Tutkijan tulee olla tietoinen siitä, millaista tietoa on omaksunut tiedonhankinta vaiheessa. Tutkijan kyky tulkita ja ymmärtää tutkittava olevaa ilmiötä vaikuttaa paljolti aineiston analyysin laatuun. (Puusa & Juuti 2020: luku 4.)

Aineiston analyysillä tavoitellaan tutkittavan ilmiön ymmärrystä, kuvailua ja tulkintaa. Tarkoituksena on saada aineistosta sellainen kokonaisuus, jonka avulla voidaan tuottaa rikas ja perusteltu tulkinta sekä päästä johtopäätökseen tutkittavana olevasta ilmiöstä. Päämääränä on päätyä onnistuneisiin tulkintoihin. Analyysitekniikan valintaan vaikuttavat tutkimuksen tavoitteet sekä aineiston kokonaisuus. (Puusa & Juuti 2020: luku 4.) Tutkija tuo analyysin avulla aineistoon informaatioarvoa tiivistämällä ja tulkitsemalla aineistoa sekä käymällä vuoropuhelua empirian ja oman ajattelun kanssa (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 74).

Opinnäytetyön analysointimenetelminä on käytetty sekä määrällisen että laadullisen aineiston analyysimenetelmää. Kyselylomakkeen määrälliset kysymykset eli monivalintakysymykset on analysoitu määrällisin analysointimenetelmin. Kysymysten vastauksia kuvataan tilastollisin menetelmin. Tilastollisilla menetelmillä pyritään kuvailemaan ja tulkitsemaan tutkittavana olevaa kohdetta. (Määrällinen analyysi 2021.)

Monivalintakysymysten analyysissä on käytetty frekvenssiä ja tunnuslukuja. Frekvenssi tarkoittaa tutkittavan ilmiön lukumäärää. (Käsitteet). Tässä tutkimuksessa frekvenssiä hyödynnettiin perustietojen sekä kyllä, ei, en osaa sanoa kysymysten analysointiin. Tunnuslukuja hyödynnettiin taas Likert-asteikon kysymysten analysoinnissa ja esittelyssä. Tunnusluvuista tutkimuksessa käytettiin sijaislukuja. Käytetyt sijaisluvut olivat keskiarvo, moodi ja mediaani. Keskiarvo kuvastaa vastausten keskimääräistä suuruutta eli, sitä mikä on vastausten keskiarvo. Mediaanilla saadaan aineistosta tieto vastausten keskimäinen havainto, joka tarkoittaa sitä, että puolet joukon luvuista on pienempiä ja puolet suurempia kuin mediaani. Moodi kertoo mikä on lukujoukossa eniten esiintyvä arvo. Näiden avulla voidaan kuvata sitä mihin suuruusluokkaan tai mittautason kohtaan suurin osa luvuista muuttujan havainnoista sijoittuu. (Vilkka 2017: 118–123.)



Aineiston avokysymysten analysoinnissa käytetään apuna teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Teoriaohjaavassa sisällön analyysissa teoria on analyysin tukena, mutta analyysi ei pohjautu kumminkaan suoraan teoriaan. Teoria tieto ohjaa ja auttaa analyysin tekemisessä mutta, ei suoraan ohjaa sen kulkua. Analyysissa siis vaihtelevat aineistolähtöisyys ja valmiit mallit. (Tuomi & Sarajärvi 2018: luku 4.) Aineiston analyysissa on käytetty koodausta, joka tarkoittaa sitä, että tutkija nimeää ja tunnistaa aineistosta löydettyjä sisällöllisiä elementtejä. Tässä tutkimuksessa koodaus on aloitettu aineistolähtöisesti, jonka jälkeen löydettyjä elementtejä on verrattu teoritiedosta saatuihin käsitteisiin. Koodauksen apuna on käytetty värikoodausta. Värejä käytettiin tunnistamaan aineistosta samankaltaisuuksia sekä poikkeavuuksia. (Vuori.) Laadullisella aineiston analyysilla pyrittiin samaan ymmärrystä opiskelijoiden omakohtaisista kokemuksista ja ajatuksista.

Avokysymysten analysointi aloitettiin lukemalla aineistot huolellisesti läpi. Aineiston läpikäynnin jälkeen aineistosta etsittiin samankaltaisuuksia, jotka tiivistettiin ja ryhmiteltiin. Näitä muodostuneita ryhmiä verrattiin teoritietoon, jonka avulla muodostettiin ylä- ja alaluokkia. Ylä- ja alaluokista muodostui pääluokkia, jotka muodostivat luokan. Aineistosta etsittiin myös poikkeavia havaintoja, jotka muodostivat oman luokkansa.

## 10 Sähköisen kyselylomakkeen tulokset

Sähköinen kyselylomake julkaistiin neljässä Facebook vertaistukiryhmässä ja vastauksia tuli yhteensä 44. Vastausten analysointi aloitettiin tutustumalla aineistoon selailemalla ja katselemalla. Aineiston esikäsittely luo hyvän pohjan varsinaisille analyyseille (Vehkalahti 2014: 51). Aineiston purkaminen aloitettiin katsomalla, löytyykö lomakkeista vastauksia, jotka tulisi rajata pois. Vastauksissa löytyi yksi lomake, joka oli kahden kertaan tallentunut. Kahdella lomakkeella oli siis identtiset vastaukset. Toinen identtisistä lomakkeista jätettiin pois eli vastauksia jäi 43. Osassa lomakkeeseen vastanneista opiskelijoista oli jo valmistunut ammattikorkeakoulu opinnoistaan. Vastaajat olivat valmistuneet aikavälillä 2020–2021. Vastaajat olivat valmistuneet alle vuoden sisällä kyselylomakkeen julkaisusta, jonka takia otin vastaukset mukaan. Lomakkeissa oli lisäksi yksi vastaus, joka ei sopinut opinnäytetyön tavoitteisiin. Lomakkeita jäi analysoitavaksi loppujen lopuksi 42.

Lomakkeesta saadut tiedot esitellään siinä järjestyksessä, miten ne on esitetty kyselylomakkeessa. Määrällisten kysymysten vastaukset esitellään käyttäen analyysista saatujen laskemien numeraalisia tuloksia sekä vastauksista tehtyjen kaavioiden avulla.

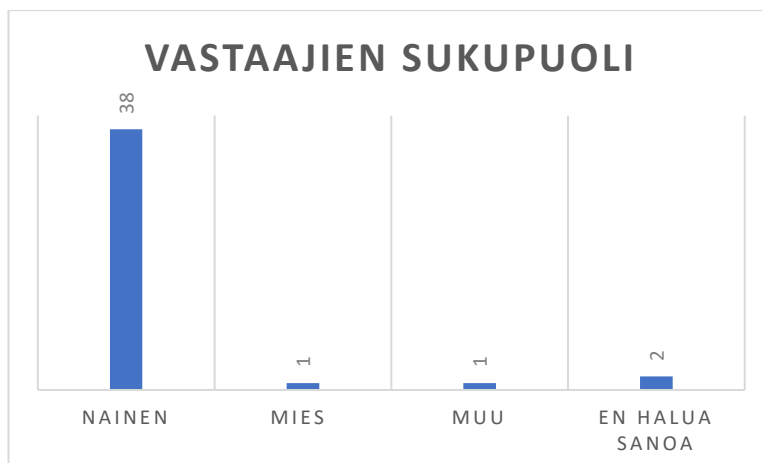
Avokysymysten vastaukset on esitetty kaavioiden, taulukoiden ja lainausten avulla. Avovastauksista otetuilla suorilla lainauksilla pyritään siihen, että opiskelijoiden oma ääni tulee kuuluviin. Tällä pyritään lisäksi vähentämään tutkijan virheellistä tulkintaa vasten analyysissa. Lainauksissa ei ole korjattu kirjoitusvirheitä tai lauseenrakenteita, vaan ne on pidetty alkuperäisessä muodossa. Vastauksia on pyritty muuttamaan mahdollisimman vähän, jotta niiden alkuperäinen sanoma ei katoaisi.

Taustatietoja koskevien kysymysten vastausprosentti oli 100 %. Opintojen vaihetta koskevien kysymysten keskimääräinen vastausprosentti oli 96,5 %. Likert-vastausten keskimääräinen vastausprosentti oli 71,5 %. Kyllä, ei ja en osaa sanoa monivalintakysymysten vastausprosentti oli 100 % eli kaikki opiskelijat vastasivat näihin kysymyksiin. Avokysymysten keskimääräinen vastausprosentti oli 60 %. Avokysymysten keskiarvo on laskettu kolmentoista avokysymyksen keskiarvosta. Avokysymysten ”Miksi erityisen tuen hakeminen oli helppoa ja selkeää” sekä ”Miksi erityisen tuen hakeminen ei ollut helppoa ja selkeää” vastausten määrät oli laskettu yhteen. Samoin laskettiin yhteen kysymysten, ”Miksi tuki oli riittävää” ja ”Miksi tuki ei ollut riittävää” vastaaja määrät yhteen. Näiden kysymysten vastausmäärät oli laskettu keskenään yhteen, sillä tarkoituksena oli, että kysymyksistä vastataan toiseen riippuen mitä oli vastattu edeltävään Likert-asteikko kysymykseen.

Aloitin vastausten esittelyn teema kerrallaan aloittaen vastaajien perustiedoista. Perustiedoissa kartoitin vastaajien sukupuolta, ikää, koulutuksen vaihetta ja opintopisteiden määrää verrattaessa opintojen vaiheeseen.

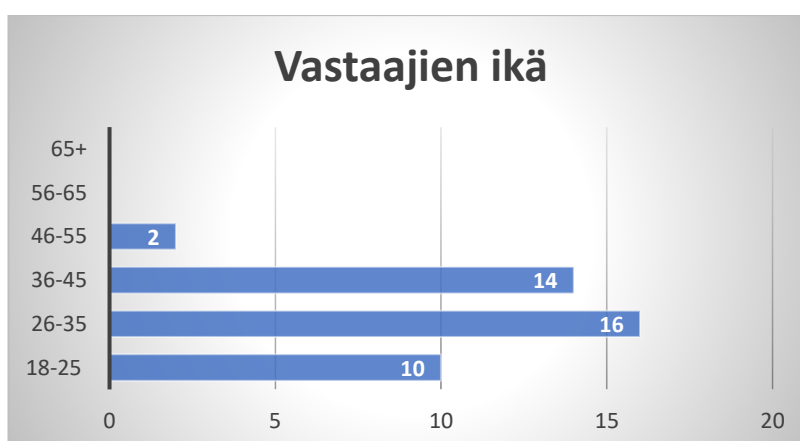
## 10.1 Vastaajien perustiedot

Kyselyyn vastanneista 38 vastasi sukupuolekseen nainen, yksi vastasi miehen, yksi vastasi muu ja 2 vastasi ettei halua sanoa. Kysymykseen vastasi 42 opiskelijaa. Vastanneista 91 % oli naisia, 2 % miehiä, 2 % muu ja 5 % ei halunnut vastata. Kyselyyn vastanneista yli puolet olivat naisia.



Kuva 3. Vastaajien sukupuoli

Seuraavaksi kartoitettiin vastaajien ikää. Kyselyyn otettiin mukaan iän kartoittaminen sillä iällä voi olla merkitystä esimerkiksi ADHD-oireiden muotoon. Aikuisiällä ADHD-oireet voivat muuttua muotoaan tai muuttua lievemmiksi. Lisäksi aikuisiällä saattaa olla enemmän työkaluja ja keinoja helpottaa ADHD-oireiden vaikutuksia opiskeluun. Vastaajista 10 ilmoitti ikänsä olevan 18–25 vuotta, 16 vastasi iäkseen 26–35 vuotta, 14 vastasi 36–45 ja kaksi vastasi olevan iältään 46–55-vuotias. Kysymykseen vastasi 42 opiskelijaa. Kukaan vastanneista ei ilmoittanut iäkseen 56-65 vuotta tai 65+. Vastaajista 38 % oli iältään 26–35-vuotias, 33 % oli 36–45-vuotias, 24 % oli 18–26-vuotias ja 5 % oli 46–55-vuotias. Ikäjakauma oli tasaisempi kuin sukupuolijakauma.

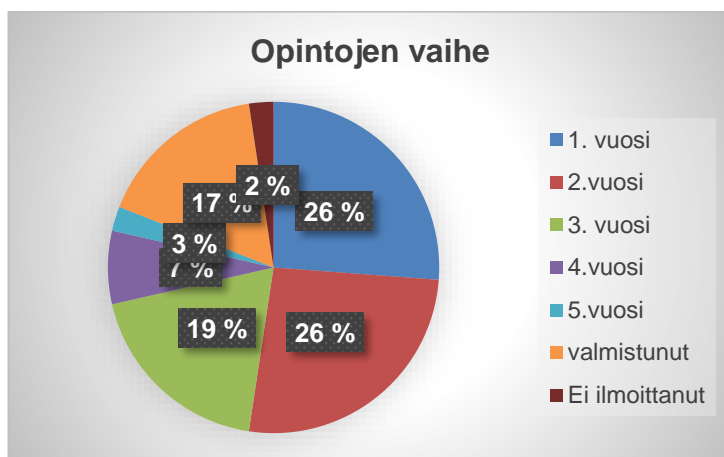


Kuva 4. Vastaajien ikä

## 10.2 Opintojen vaihe ja opintopistemäärät

Perustietoina kartoitettiin opintojen vaihetta, jota kysyttiin avokysymyksessä. Vastaajista 11 (24 %) ilmoitti olevansa 1. vuoden opiskelija, yksitoista (26 %) ilmoitti olevansa

2. vuoden opiskelija, kahdeksan (19 %) ilmoitti olevansa 3. vuoden opiskelija, kolme (7 %) ilmoitti olevansa 4. vuoden opiskelija, yksi (3 %) ilmoitti olevansa 5. vuoden opiskelija ja seitsemän (14 %) ilmoitti olevansa valmistunut. Yksi (2 %) opiskelija jätti lomakkeen kohdan tyhjäksi. Kysymykseen vastasi 41 opiskelijaa.



Kuva 5. Monesko vuosi sinulla on menossa ammattikorkeakouluopinnoissasi?

Perustietoja kartoittavia kysymyksiä oli lomakkeessa vielä yksi, jossa kysyttiin ”Kuinka paljon sinulla on opintopisteitä tällä hetkellä ja missä ajassa olet ne suorittanut”. Kysymyksen tarkoituksena oli kartoittaa oliko opintopisteitä kertynyt tarpeeksi suhteutettuna niiden suorittamiseen kuluneeseen aikaan sekä opintojen vaiheeseen. Analyysin apuna tarkoituksena oli käyttää yleiseurooppalaisen sopimuksen mukaista ETCS-järjestelmää.

Suomessa ammattikorkeakoulun tutkinnon laajuus voi olla joko 210, 240 tai 270 opintopistettä. Tutkinnon suorittaminen kestää suunnilleen 3,5-4,5 vuotta opintopisteiden määrästä riippuen. (Ammattikorkeakouluopintojen rakenne.) Suomessa siis käytetään yleiseurooppalaisen sopimuksen mukaista ECTS-järjestelmää, jonka mukaan suomessa on määriteltä, mikä on kokopäiväinen opiskelija ja kuinka paljon opiskelijan pitäisi saada opintopisteitä lukuvuoden aikana valmistuakseen ajallaan. ECTS-järjestelmän mukaan 60 opintopistettä vastaa yhden lukuvuoden kokonaispäiväistä opiskelua. (Eurooppalainen opintosuoritusten ja arvosanojen siirtojärjestelmä (ECTS).)

Kysymykseen vastasi 41 opiskelijaa. Vastausten analyysissä nousi esiin että opintopisteiden suhteuttaminen niiden suorittamiseen kuluneeseen aikaan sekä opintojen vaiheeseen oli käytännössä hyvin haasteellista. Haasteellista oli se ettei opintopisteiden analysoinnista olisi saanut sellaista tietoa, jota kysymyksellä alun perin

oli tarkoitus kartoittaa. Ensimmäiseksi ongelmaksi muodostui se että yhdestätoista kuudella opiskelijalla ei ollut vielä merkittäviä opintopisteitä.

Toiseksi ongelmaksi muodostui se että osa vastaajista olivat saaneet tarpeeksi opintopisteitä suhteuttuna niiden suorittamiseen kuluneeseen aikaan mutta niitä oli silti liian vähän suhteuttuna opintojen vaiheeseen. Kolmas ongelma oli että muutamassa vastauksessa oli ilmoitettu vain opintopisteet mutta ei niiden suorittamiseen kulunutta aikaa. Neljäs ongelma muodostui siitä että 3. vuoden opiskelija ei välttämättä kerro tarpeeksi, jotta opintopistemäärää voisi suhteuttaa opintojen vaiheeseen. 3. vuoden opiskelija on voinut juuri aloittaa kolmannen vuotensa tai sitten olla kolmannen vuoden toisella puoliskolla.

Tulkintaa olisi vaikuttanut lisäksi se onko vastaaja suorittanut opintoja kesällä. Mahdollista on myös että kaikkia suoritettuja opintopisteitä ei oltu vielä merkitty tai että opiskelija suorittaa opintopisteitä vähemmän lukuvuoden aikana mutta suorittaa puuttuvat pisteet kesäopintojen aikana. Opiskelija voi siis periaatteessa olla myöhässä opintojen aikataulusta mutta se ei tarkoita etteikö opintoja pysty silti suorittamaan ajallaan.

Viimeisimpänä ongelmakohtana oli että kysymyksen tarkoituksenmukaisuus ei täytä sitä mitä kysymyksellä tavoiteltiin. Alkuperäisenä tavoitteena oli kartoittaa tietoa, siitä näkyykö ADHD-diagnoosi opintopisteiden määrässä jollakin muotoa mutta nykyisessä muodossa kysymys ei anna siihen vastausta. Kysymyksessä pyydettiin vain opintopisteiden määrää ja niiden suorittamiseen kulunutta aikaa mutta ei sitä oliko ADHD-oireilla ollut vaikutusta opintopisteiden kerättyyn määrään. Vastausten analysointi ilman selkeää kysymystä siitä onko ADHD-oireilla vaikutusta opintopisteiden määrää olisi arvailua. Opintopisteiden määrään voi vaikuttaa moni muukin tekijä ADHD:n lisäksi, joten on mahdotonta arvioida luotettavasti kyselylomakkeeseen saaduista vastauksista, onko ADHD-oireilla ollut vaikutusta opintopisteiden määrään. Kysymyksen suunnittelu ja asettelu ei siis toteutunut suunnitellulla tavalla.

Vastausten analysoinnissa on liian monta muuttujaa, jotka voivat tehdä lopullisesta analyysistä virheellisen. Tästä johtuen on päädytty siihen että vastauksia ei analysoida alkuperäisen suunnitelman mukaisesti. Muuttujien määrästä johtuen tutkija joutuu nojaamaan paljon omaan tulkintaa, joka vähentää tulosten luotettavuutta. Tutkimuksella ei haluttu tuottaa väärää tai harjaan johtavaa tietoa, jonka takia opintopisteiden analysointi on jätetty pois tästä opinnäytetyöstä. Tuloksissa manitaan

opintojen aikataulusta vain ne vastaukset, joissa opiskelija on itse maininnut onko opinnot sujuneet tavoiteaikataulussa. Alla olevasta taulukosta on nähtävä niiden vastaajien opintopisteet, jotka oli selkeästi tulkittavissa. Taulukosta puuttuu kahden opintopisteensä vastanneen opintopisteet, sillä toisessa mainittiin opintopisteet mitkä puuttuu ja toisessa oli vaikea arvioida mihin sarakkeeseen vastaaja kuuluu.

Ensimmäisen vuoden opiskelijoiden ilmoittamat opintopistemäärät	Toisen vuoden opiskelijoiden ilmoittamat opintopistemäärät	Suorittamiseen kulunut aika	Kolmannen vuoden opiskelijoiden ilmoittamat opintopistemäärät	Suorittamiseen kulunut aika	Neljännän vuoden opiskelijoiden ilmoittamat opintopistemäärät	Suorittamiseen kulunut aika	Viiden vuoden opiskelijoiden ilmoittamat opintopistemäärät	Suorittamiseen kulunut aika
44 op	70 op	1 v	135 op	3 v	120 op	4 v	234	4 v 2 kk
45 op	100 op	1,5 v	135 op	2 v	269 op	4 v		
49 op	40 op	1 v	25 op	2 v	77 op	4 v		
	154 op	2,5 v	140 op	2 v 2 kk				
	35 op	1 v	127 op	2 v				
	61 op	1 v	253 op	2,5 v				
	100 op	2 v	156 op	2,5 v				
	43 op	1 v						
	71 op	6kk						
	75 op	2,5 v						

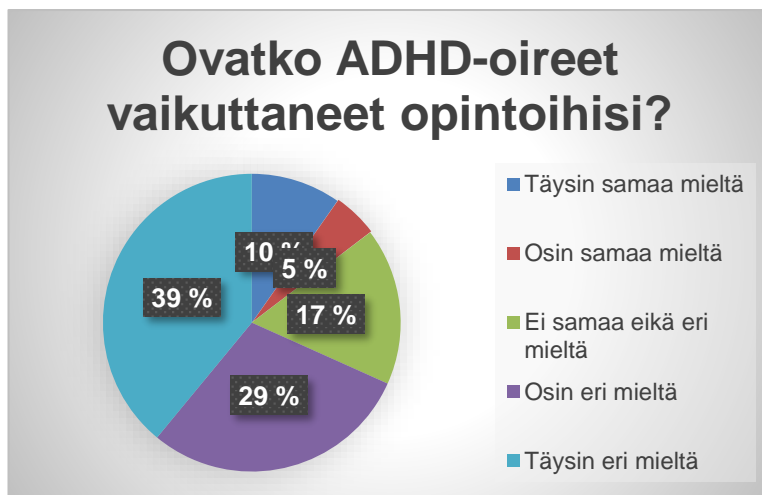
Taulukko 1. Opiskelijoiden ilmoittamat opintopisteet ja niiden suorittamiseen kulunut aika

### 10.3 ADHD-oireiden vaikutukset opintoihin

Kartoitin ADHD-oireiden vaikutuksia opintoihin kuudella kysymyksellä. Kysymyksistä kolme oli avokysymystä ja kolme Likert-asteikkokysymystä. Kysymykset oli jaettu kolmeen teemaan ja jokaisessa kysymyksessä oli kysymys pari. Jokaisessa teemassa pyydettiin ensin arvioimaan ADHD-oireiden vaikutusta opintoihin Likert-asteikon avulla, jonka jälkeen vastausta pystyi tarkentamaan avokysymyksen avulla.

Ensimmäiseen kysymykseen vastasi 41 opiskelijaa, jolloin vastausprosentti oli 98 %. ADHD-oireiden vaikutuksista opintojen etenemiseen ja suorittamiseen oli täysin samaa

mieltä 4 (10 %), osin samaa mieltä 2 (5 %), ei samaa eikä eri mieltä 7 (17 %), osin eri mieltä 12 (29 %) ja täysin eri mieltä 16 (39 %). Vastausten keskiarvoksi muodostui 3,8. Vastausten mediaaniksi tuli 4 ja moodiksi 5



Kuva 6. ADHD-oireiden vaikutukset opintoihin

Toisena kysymyksenä oli avokysymys, jossa kysyttiin millä tavalla ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opintojen etenemiseen tai suorittamiseen. Kysymykseen vastasi 39 opiskelijaa eli vastausprosentti oli 93 %.

Aineistosta nousi esiin vahvinten haasteet tarkkaavuuden alueella. Tarkkaavuuden ongelmat voivat näkyä keskittymisvaikeuksina, joka nousikin aineistosta selkeimmin esiin. Keskittymisen vaikeudet nousivat esiin kolmessatoista vastauksessa. Vastauksissa tuotiin esiin monipuolisesti eri tilanteita, joissa keskittymisen vaikeudet näkyvät opinnoissa. Vastauksissa nousi esiin haasteet keskittyä luentojen seuraamiseen ja erityisesti etäluentojen seuraamiseen. Vastauksissa kerrottiin, että keskittymisen haasteet näkyivät myös vaikeutena keskittyä keskusteluun, lukemiseen tai tentteihin. Esiin nousi myös vaikeus keskittyä pitkäjänteisesti sekä vaikeus keskittyä moniin tehtäviin kerralla.

Keskittyminen on vaikeaa kuuntelemisessa ja lukemisessa.

Keskittymisen ongelmat vaikeuttavat opiskelua.

Vastauksissa keskittymisen haasteiden lisäksi nousi myös muita opintoihin liittyviä haasteita, jotka liittyvät tarkkaavaisuuden ongelmiin. Vastauksissa tuotiin esille haasteita, jotka liittyivät tehtävien tekoon. Tehtävien tekemiseen liittyviksi haasteiksi kerrottiin vaikeus seurata ja ymmärtää tehtävän antoa, vaikeudet huomioida yksityiskohdat ja

vaikeudet aloittaa tehtävien teko erityisesti silloin kun tehtävät ovat pitkiä tai ne eivät olleet kiinnostavia. Tehtävien tekemisessä koettiin haasteelliseksi myös jatkuvien huolimattomuusvirheiden tekeminen ja palautuspäivien unohtaminen. Vastauksissa nousi esille haasteet pitää motivaatiota ja mielenkiintoa yllä, joka näkyi etenkin aineissa, jotka olivat yksitoikkoisia.

Ohjeiden ymmärtämisen vaikeus, tehtävien priorisointi, jaksaminen pitkänä koulupäivinä, tehtävien ja palautusten unohtaminen, vahingossa kesken jääneiden tehtävien palauttaminen, huolimattomuus virheet kuten unohdetaan tehdä osan tehtävästä tai laittaa nimen paperiin.

Suurin vaikutus oli siinä, että motivaatiota ei ollut ollenkaan niihin kursseihin, jotka eivät olleet itselle tarpeeksi mielenkiintoisia. Koulu ja kurssit tuntuivat muuten itselle helpoilta, mutta sain huonoja arvosanoja jos ei vain motivaatiota ollut.

Toisena aineistosta nousi esille toiminnanohjauksen haasteet opinnoissa. Toiminnanohjauksen haasteet nousivat vastauksista monella eri tapaa mutta selkeimmäksi haasteeksi tällä alueella koettiin suunnitteluun liittyvät haasteet. Suunnittelun haasteet näkyivät vastaajien opinnoissa aikataulutuksellisinä haasteina. Aikataulutukseen liittyvät haasteet mainittiin kahdeksassa vastauksessa. Aikataulutuksen haasteet näkyivät opinnoissa tehtävien aloittamisen viime tippaan jättämisenä sekä vaikeutena tehdä ja luoda itse aikatauluja. Toiminnanohjauksen haasteisiin liittyi myös tehtävien aloittamisen vaikeus ja tehtävien tekemisen lykkäys. Toiminnanohjauksen haasteisiin kuuluu alisuoriutuminen. Opinnoissa alisuoriutuminen näkyi opintojen venymisenä, opintojen keskeytymisenä, opintojen etenemisen hitautena, tehtävien tekemättä jättämisenä, rästitehtävien kertymisestä, huonoina arvosanoina ja vastausten kopioimisena kavereilta. Vastaajista kymmenen kertoi alisuoriutumisen haittaavan opintojen etenemistä tai suorittamista.

Aikataulutuksen haasteet.

Vaikeuksia aikataulutuksessa sekä organisoimisessa. Erilaisiin oppimisympäristöihin oppiminen vie paljon energiaa ja asiat meinaavat hukkuu verkkoon. Hankaluuksia aloittaa työskentely. Oma heikko itsetunto sekä heikot kokemukset aikaisemmista kouluista sekä opinnoista vaikeuttavat mukana pysymistä.

Jättänyt yhden tutkinnon kesken vaikka opintopisteitä oli yli puolet tutkintoon vaadittavasta. Jättäytynyt poissaolevaksi useasti nykyisistä kun paineet kasvavat ylitsepääsemättömiksi.

Hidastaneet koska keskittyminen lukuisiin kirjallisiin töihin on vaikeaa.



Kolmantena aineistosta nousi miten ADHD-oireiden vaikutukset ovat näkyneet jaksamisessa ja henkilökohtaisessa elämässä. Vastauksissa nousi esille, että suorittaminen ja väsymys seuraavat toisiaan. Vaikka opinnot olisivat edenneet niin, niiden suorittaminen koettiin haasteelliseksi ja kuluttavaksi. Toisessa vastauksessa kerrottiin, että etäopinnoissa ja iltaopinnoissa opinnot etenivät normaaliin tahtiin mutta nyt normaaliin palaessa tuntuu, että tyssäisi kokonaan. Vastauksessa tuotiin esille, että rytmin, opiskelijarutiinin ja arjenhallinnan ylläpitäminen on hankalaa. Koulunkäynti koettiin lisäksi vaikeaksi kokoaikaisen stressin ja jatkuvan burnout tilan takia. Yksi vastaajista kertoi jättäneensä nykyisistä opinnoista useaan kertaan poissaolevaksi koska paineet kasvavat ylitsepääsemättömiksi. Yhdessä vastauksessa kerrottiin, että ADHD-oireet vaikeuttavat seuraamista siitä mihin eri alustalle eri kurssien tehtävät tulevat. Tämän koettiin hidastavan kirjallisten tehtävien raportointia, joka näkyy pitkinä koulupäivinä, jolloin ei ole vapaa-aikaa, arkiaskareet kasaantuvat ja syöminen jää. Toisessa vastauksessa kerrottiin, että erilaisiin oppimisympäristöihin ja oppiminen vie paljon energiaa. Viimeisiksi esille nousseiksi tekijöiksi nousi koettu ulkopuolisuuden tunne ja vaikeus hyväksyä, ettei kaikista kursseista tarvitse saada parasta numeroa.

Opinnot ovat edenneet ajallaan, mutta suorittaminen on ollut haastavaa ja kuluttavaa.

Suorittaminen ja väsyminen seuraavat toisiaan.

Viidentenä aineistosta nousi esiin tuen puuttuminen ja ADHD-lääkityksen vaikutukset. Vastauksissa nousi esille, ettei apua lähestulkoon koskaan ole saatavilla. Tuen puuttumisen koettiin vaikuttavan opintojen etenemiseen ja suorittamiseen. Yhdessä vastauksessa tuotiin esille, että opettajilta uupuu taitoja työskennellä ADHD-oireisen opiskelijan kanssa. Tukea kaivattaisiin enemmän opintoihin.

Vastauksissa nousi esille ADHD:n lääkehoidon haittapuolia. Yhdessä vastauksessa kerrottiin, että myöhään otettu ADHD-lääke vie iltaunet. Seurauksena kerrottiin olevan kierre, joka vaikeuttaa keskittymistä ja sosiaalisia suhteita. Toisessa vastauksessa kerrottiin ADHD-lääkkeen vaikeuttavan töihin keskittymistä ja lisäksi kuormittavan koulun ohessa. Yksi vastaaja kertoi, että tämän tarvitsisi apua ADHD:n hoitoon mutta opiskelijoiden terveydenhuollosta on lähes mahdotonta saada apua.

Kurssien suorittaminen ajallaan on ollut hankalaa. Apua ei lähestulkoon koskaan ole saatavilla. Opettajilta uupuu taitoja työskennellä adhd oireisen opiskelijan kanssa. Ohjeet ovat usein epäselviä tai liian suuria kokonaisuuksia.

Poikkeuksena muihin vastauksiin yhdessä vastauksessa kerrottiin, ettei ADHD-oireilla ole ollut minkään näköistä vaikutusta opintojen suorittamiseen tai etenemiseen. Kaikkien kohdalla ADHD-oireet eivät siis välttämättä aiheuta haasteita.

Eivät mitenkään.

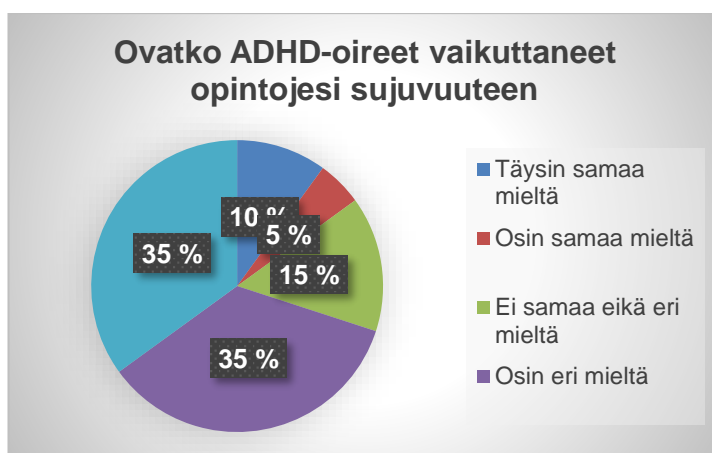
Yhdessä vastauksessa kumminkin koettiin, että ADHD-oireet vaikuttavat opintojen suorittamiseen ja etenemiseen kaikella mahdollisella tavalla.

Kaikella mahdollisella tavalla.

<b>Ongelmat tarkkaavuuden alueella</b>	
<b>Keskittymisen haasteet</b>	<b>Jäsentämisen ja muistamisen haasteet</b>
Keskittyminen herpaantuu tunneilla ja etäluennoilla	Ohjeiden ymmärtämisen ja seuraamisen haasteet
Keskittyminen haasteellista keskusteluissa	Yksityiskohtien huomioimisen haasteet
Keskittyminen haasteellista kokeissa	Motivaation ylläpitämisen haasteet
Haasteellista keskittyä lukemiseen ja tentteihin	Mielenkiinnon ylläpitämisen haasteet
Pitkäjänteisesti keskittyminen haastavaa	Vaikeuksia pitkissä kirjallisissa töissä
Keskittyminen isossa ryhmässä haasteellista	Tehtävien ja palautusten unohtelu
Keskittymisen lukuisiin kursseihin ja kirjallisiin samanaikaisesti haasteellista	Huolimattomuusvirheet
<b>Ongelmat toiminnanohjauksen alueella</b>	
<b>Aikataulutukselliset haasteet</b>	<b>Aloittamisen ja loppuun saattamisen haasteet</b>
Haasteet pysyä tai luoda aikatauluja	Haasteet aloittaa tehtävien teko
Haasteita opintojen organisoinnissa	Haasteet saattavat tehtävät loppuun
Alisuoriutuminen	
<b>ADHD-lääkitykset tuomia haasteita</b>	
Vaikuttaa yöunien pituuteen ja laatuun	Sivuvaikutukset kuormittavat sosiaalisia suhteita
<b>Miten ADHD-oireiden haasteet näkyvät opinnoissa?</b>	
Koulunkäynnin vaikeutena	Ulkopuolisuuden tunteena
Opintojen venymisenä	Jatkuvana stressinä
Huonoina arvosanoina	Ikuisena burnout tilana
Opintojen hidastumisena	Pitkinä koulupäivinä
Opintojen keskeyttämisenä	Vapa-ajan vähäisyytenä
Opiskelukavereilta tehtävien kopioimisena	Arjenhallinnan ja ylläpitämisen haasteina
Rästitehtävien kertymisena	Vie paljon energiaa
Opinnoista pois jättäytyminen ylipääsemättömien paineiden takia	Opintojen suorittaminen haastavaa ja kulluttavaa
Jaksamisen haasteina	

Taulukko 2. ADHD-oireet ja niiden vaikutukset opintoihin

Toisena kysymysparina kysyttiin ADHD-oireiden vaikutuksista opintojen sujuvuuteen. Ensimmäisenä pyydettiin arvioimaan Likert-asteikoilla ”Ovatko ADHD-oireet vaikuttaneet opintojen sujuvuuteen”. Kysymykseen vastasi 40 opiskelijaa, jolloin vastausprosentti oli 95 %. ADHD-oireiden vaikutuksesta opintojen sujuvuuteen täysin samaa mieltä oli neljä (10 %) opiskelijaa, osin samaa mieltä kaksi (5 %) opiskelijaa, ei samaa eikä eri mieltä kuusi (15 %) opiskelijaa, osin eri mieltä 14 (35 %) opiskelijaa ja täysin eri mieltä 14 (35 %) opiskelijaa. Vastausten keskiarvoksi muodostui 3,8, mediaaniksi neljä ja moodiksi neljä.



Kuva 7. ADHD-oireiden vaikutukset opintojen sujuvuuteen

Toisen kysymysparin avokysymyksessä kysyttiin, ”Millä tavalla ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opintojen sujuvuuteen”. Kysymykseen vastasi 37 opiskelijaa eli vastausprosentti oli 88 %. Kokonaisuudessaan vastauksista tuli ilmi, että ADHD-oireilla on vaikutusta opintojen sujuvuuteen. Erityisesti keskittymisvaikeuksien koettiin häiritsevän opintojen sujuvuutta. Keskittymisen vaikeudet nousivat esiin useassa vastauksessa ja erityisen haasteelliseksi koettiin luentoihin keskittyminen. Keskittymisen haasteet näkyivät opintojen sujuvuudessa katkonaisena opiskelutyöskentelynä, myöhästyneinä tehtävien palautuksina ja vaikeutena opiskella luokissa.

Keskittymisen vaikeus on vaikeuttanut sujuvuutta.

Vaikeuksia keskittyä luennoilla, ymmärtää tehtävänantoja, rajata esseitä.

ADHD-oireet voivat näkyä opinnoissa motivaation ja mielenkiinnon ylläpitämisen haasteina. Tämä teema nousi esille myös vastauksissa. Vastauksissa tuotiin esille, että motivaation ja mielenkiinnon ylläpitämisen haasteet näkyivät opintojen sujuvuudessa erityisesti niissä kursseissa, joita ei koettu mielenkiintoisiksi. Kurssit, jotka eivät herättäneet mielenkiintoa koettiin vaikeiksi ja niiden suorittaminen haasteellisiksi. Näiden kursien tehtävien aloittaminen koettiin lähes mahdottomaksi ja tämä saattoi näkyä myöhästyneinä tehtävien palautuksina. Epämielenkiintoisten kurssien suorittaminen koettiin ajoittain mahdottomaksi.

Aineet mitkä ei kiinnostanut oli vaikea saada suoritettua.

Keskittymiskyky ja motivaatio vaihtelee, kokonaisuuksien hallinta on hankalaa, ryhmätyöt ovat erityisen vaikeita useiden liikkuvien osien vuoksi.

ADHD-oireet voivat näkyä opinnoissa vaikeutena seurata annettuja tehtävän antoja, huomioida yksityiskohtia tai kokonaisuuksia, aloittaa tehtävien teko ajallaan sekä vaikeutena tehdä tehtävät loppuun. Useassa vastauksessa tuotiin esiin näitä ADHD-oireita, sekä sitä, miten ne vaikuttavat opintojen sujuvuuteen. Opintojen sujuvuuteen koettiin vaikuttavan laajat ja sekavat tehtävät. Vastauksissa tuotiin esille, että laajojen tehtävien teko oli hankalaa, joka näkyi tehtävien rönsyilyinä. Epäselvät tehtävänannot taas näkyivät myöhästyneinä paksuisina tehtävän palautuksina. Kokonaisuuksien hahmottaminen koettiin haasteelliseksi erityisesti ryhmätöissä. Epäselvät ohjeet ja kokonaisuuksien hahmottamisen haasteet näkyivät myös vaikeutena raja esseitä. Kokonaisuuksien hahmottamisen vaikeus oli jollain vastaajista johtanut kurssien keskeyttämiseen. Ulkoa tulevien ohjeiden ja sääntöjen noudattaminen koettiin erittäin vaikeaksi. Erityisen vaikeaksi koettiin joustamattomat aikataulut ja palautuspäivät, jotka koettiin stressaaviksi.

Myöhästyneitä paksuisia tehtäviin, tehtävissä menee aikaa enemmän, kun ei ymmärrä asioita, luokassa tehtävien tekoa häiritsee muut ihmiset ja kotona ei keskittyminen riitä muuten vaan.

Opiskelutyö on poukkoilevaa, tehtäviin on hankala syventyä ja niihin on hankala palata takaisin.

ADHD-oireiden koettiin lisäksi vaikuttavan muistiin sekä tehtävänantojen ymmärtämiseen. ADHD-oireet näkyivät unohteluna, vaikeutena ymmärtää tehtävän antoa, tehtävienannon väärin ymmärtämisenä sekä vaikeutena painaa muistiin opeteltuja asioita.

Vaikea pysyä kartalla jokaisesta kurssista, tuntuu etten osaa enkä opi, koen itseni huonommaksi kuin muut, minun on vaikea saada asioita aikaan.

Unohtelen ja häsellän esim. Ilmoittautumisia ym. Sekoitan päivämäärät. Unohdan luokan

ADHD-oireet näkyivät opintojen sujuvuudessa myös opintojen hidastumisena, huonoina arvosanoina ja opintojen keskeyttymisenä. Yllä mainitut haasteet sujuvuuden kanssa saattoivat johtaa lopulta opintojen keskeyttämiseen tai hidastumiseen.

Huonoina arvosanoina vaikka kurssit olisivat olleet helppoja.

Pitänyt helpottaa koulun käyntiä, otin kurseja pois ja käyn kokonaan etänä koulun.

Kurseja jäänyt käymättä, koska tehtäviä jäänyt palauttamatta/ en ole päässyt tentistä läpi

Keskeytynyt tutkinto kun koulun ja työn yhdistäminen kävi liian raskaaksi. Aikataulut ahdistaa muutenkin koska ne karkaa mielestä, joten vuorotyön ja koulun yhdistäminen oli todella kuluttavaa. Kursseja jäänyt kesken ryhmätöiden vuoksi. Parhaiten suoritunut kursseissa joissa aine on kiinnostava, kurssin aikataulu on joustava, luennot voi katsoa videolta ja tehtävät palautusaikatauluineen lueteltu selkeästi.

Viimeiseksi nostin aineistosta yksittäisiä tekijöitä, joiden opiskelijat joko tai laskevan tai nostavan opintojen sujuvuutta sujuvuutta. Vastauksista nousi esille, että etäopinnot koettiin vaikeuttavan opintojen sujuvuuteen. Vastausten perusteella sujuvuutta heikentää lisäksi diagnosoimattomuus sekä työn ja opiskelun yhdistäminen. Työn ja opiskelun yhdistäminen koettiin kumminkin toisessa vastauksessa sujuvuutta lisääväksi tekijäksi sillä vähäinen aika auttaa suorittamaan tehtäviä paremmin. Sujuvuutta lisääväksi tekijäksi mainittiin vielä ADHD-lääkitys, jonka koettiin vähentävän haittoja.

Etäopiskelu ollut todella haastavaa, ilman koulukavereiden tukea en olisi pysynyt aikataulussa.

Lääkittynä vaikutus on pienempi, mutta ilman lääkkeitä tarkkaamattomuusoire suorastaan estää opintoihin keskittymisen ja niiden etenemisen (olisi 5). En olisi ilman diagnoosia ja lääkitystä päässyt varmaan ikinä pääsykokeissa läpi, niin kuin en päässytäkään neljällä aiemmalla kerralla ennen lääkitystä. Aiemmat koulutkaan eivät ole hyvin sujuneet. Lääkkeen kanssa opinnot sujuvat hyvin, koska muistan lukemani ja onnistun pysymään aikatauluissa. Asioita ei livahda samalla tavalla huomaamatta vaan ohi. Ainakaan vielä. On vielä alku-innostustakin mukana.

Keskeytynyt tutkinto kun koulun ja työn yhdistäminen kävi liian raskaaksi. Aikataulut ahdistaa muutenkin koska ne karkaa mielestä, joten vuorotyön ja koulun yhdistäminen oli todella kuluttavaa. Kursseja jäänyt kesken ryhmätöiden vuoksi. Parhaiten suoritunut kursseissa joissa aine on kiinnostava, kurssin aikataulu on joustava, luennot voi katsoa videolta ja tehtävät palautusaikatauluineen lueteltu selkeästi.

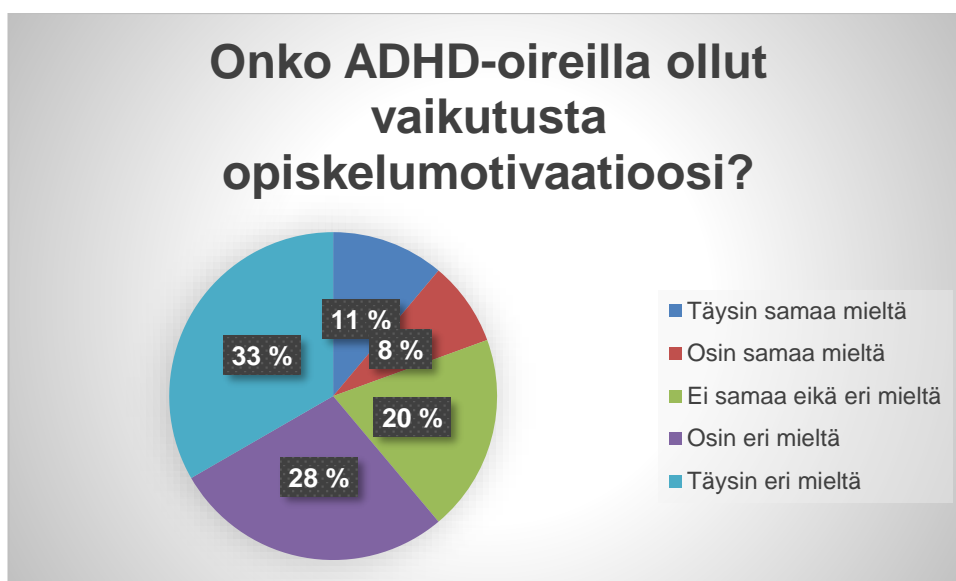
Samat syyt kuin yllä, sain diagnoosin vasta 2020, joten pitkään kärsin adhd oireista tietämättä.

Ahdd:sta on ollut hyötyä kun on käynyt töissä samaan aikaan. Hyperfokus auttaa suoriutumaan kun aikaa/tehtävä on vähän. Aihealueesta toiseen hyppeleminen on myös helppoa.

ADHD-oireiden vaikutukset opintojen sujuvuuteen				
Miten ADHD-oireet näkyvät opintojen sujuvuudessa?				
Tutkinnon keskeytymisenä			Opinnot eivät sujuneet	
Opinnot ovat todella haasteellisia			Opintojen takkuiluna	
Kursseja jää käymättä			Välillä kuukausia ilman opintopisteitä	
Vaikea ymmärtää mitä opintoja on meneillään ja mitä pitää suorittaa			Pitänyt helpottaa koulunkäyntiä ottamalla kurseja pois	
Mitkä tekijät vaikuttavat sujuvuuteen?				
Keskittymisen vaikeudet			Motivaation haasteet	
Muistamisen ja ymmärtämisen haasteet			Tehtävien teon haasteet	
Vaikutukset tehtävien tekoon	Vaikutukset opintojen hahmottamisessa	Vaikutukset motivaation	Vaikutukset muistamiseen ja ymmärtämiseen	Vaikutukset keskittymisen
Tehtävien tekoon menee enemmän aikaa	Kokonaisuuksien hallinta hankalaa	Motivaatio vaihtelee	Unohtelua	Vaikea keskittyä
Vaikea rajata tehtäviä	Opintojen hahmottaminen vaikeaa	Vaikea suorittaa aineita, jotka eivät kiinnosta	Päivämäärien sekoittamista	Luentojen kuunteleminen haasteellista
Tehtävien tekoa häiritsee muut ihmiset ympärillä	Vaikea pysyä kartalla jokaisesta kurssista	Suoritukset jäävät viimetippaan	Luokkien unohtelua	Keskittymiskyky vaihtelee
Kirjallisten töiden teko vaikeaa		Opiskelutahti vaihtelee	Vaikea ymmärtää tehtävien antoa	Vaikea olla luennoilla
Tehtäviin on vaikea syventyä			Ohjeistuksia vaikea ymmärtää	
Tehtäviin on vaikea palata			Asiat eivät jää päähän	
Kirjoitusvirheet			Tehtävienannon väärin ymmärtäminen	
Miten vaikutukset näkyvät opintojen sujuvuudessa?	Miten vaikutukset näkyvät opintojen sujuvuudessa?	Miten vaikutukset näkyvät opintojen sujuvuudessa?	Miten vaikutukset näkyvät opintojen sujuvuudessa?	Miten vaikutukset näkyvät opintojen sujuvuudessa?
Tehtävät jäävät palauttamatta	Menee enemmän aikaa	Epäkiinnostavat kurssi vaikea saada suoritettua	Unohtaa ilmoittautua kurseille	Vaikea saada kouluhommia tehtyä
Tehtävien palauttaminen myöhästyy	Kursseilla tehtävien teko rönsyilee	Mielenkiinnon menettäminen	Tuntuu ettei opi eikä osaa	Katkonainen opiskelutyöskentely
Tehtävät paksuisia	Vaikea ymmärtää mitä opintoja on meneillään ja mitä pitää suorittaa	Tehtäviä ei saa aloitettua, jonka takia niiden palautukset myöhästyvät	Tehtävien tekoon menee paljon enemmän aikaa	Tehtävät vievät enemmän aikaa
			Tenteistä ei pääse läpi	
Tekijät, jotka vähentävät opintojen sujuvuutta			Tekijät, jotka parantavat opintojen sujuvuutta	
Etäopiskelu			ADHD-lääkitys	
Ryhmätöet			Hyperfokusoituminen	
Kurssien haaliminen				
Koulun ja työn yhdistäminen				
Diagnoosin puuttuminen				

Taulukko 3. ADHD-oireiden vaikutukset opintojen sujuvuuteen

Kolmantena kysymysparina kartoitettiin ADHD-oireiden vaikutuksia opiskelumotivaatioon. Ensimmäisenä pyydettiin arvioimaan ADHD-oireiden vaikutuksia opiskelumotivaatioon Likert-asteikon avulla. Kysymykseen vastasi 36 opiskelijaa eli vastausprosentti oli 86 %. Opiskelijoista oli täysin samaa mieltä neljä eli 11 % vastaajista, osin samaa mieltä kolme eli 8 % vastaajista, ei samaa eikä eri mieltä seitsemän eli 20 % vastaajista, osin eri mieltä kymmenen eli 28 % vastaajista ja täysin eri mieltä kaksitoista eli 33 % vastaajista. Vastausten keskiarvo oli 3,6, mediaani 4 ja moodi 5.



Kuva 8. ADHD-oireiden vaikutukset opiskelumotivaatioon

Kolmannen kysymysparin avokysymyksessä kysyttiin ”Millä tavalla ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opiskelumotivaatioon”. Kysymykseen vastasi 34 opiskelijaa, joten vastausprosentti oli 81 %. Vastauksista selvisi, että ADHD-oireilla on ollut vaikutusta opiskelumotivaatioon positiivisessa sekä negatiivisessa mielessä. Vastauksissa nousi esille, että ADHD-oireiden vaikutukset voivat olla lisäksi vaihtelevia. Vastauksista selvisi myös joitain syitä, joita opiskelumotivaation taustalla vaikuttavat.

Ensimmäiseksi aineistosta nousi esiin, ettei ADHD-oireilla ole ollut vaikutusta opiskelumotivaatioon vaan ne ovat voineet jopa lisätä sitä. Vastauksissa kerrottiin, että opiskeluintoa löytyi kyllä ja erityisesti mielenkiintoisiin kursseihin löytyi opiskelumotivaatiota. Itseään kiinnostaviin aiheisiin hyperfocusoimisesta oli koettu olevan hyötyä. Vastauksissa tuli esille lisäksi, että ADHD-oireet olivat vaikuttaneet opiskelumotivaatioon positiivisesti sekä parantaneet sitä.

Ainoastaan positiivisesti, motivaatio ja innostus korkealla.

Itseä kiinnostaviin aiheisiin hyperfocusoimisesta on ehdottomasti hyötyä

Toisena aineistosta nousi vastaukset, joissa koettiin ADHD-oireilla olleen vaikutusta opiskelumotivaatioon. Vastauksista nousi esille, että ADHD-oireiden koettiin laskevan motivaatiota eikä kiinnostusta edes yrittää. Vastauksissa tuotiin esille, että opiskelumotivaatio laski etenkin ei kiinnostavien kurssien kohdalla. Opiskelumotivaation ylläpitäminen koettiin hankalana, kun jatkuvasti kamppailee oireilun kanssa.



Minun on vaikea löytää motivaatiota tai saada asioita aikaan

Tiettyihin kursseihin motivaatiota ei ollut yhtään.

Ei motivaatiota ollenkaan.

Kolmantena aineistosta nousi, että ADHD-oireet voivat vaikuttaa opintoihin vaihtelevasti. Vastauksissa kerrottiin, että välillä kiinnostus opintoihin on täysin nolla ja välillä taas tuntuu, että voisi tehdä koko lukukauden tehtävät yhtenä iltana. Vastauksista nousi esille, että ajoittain tulee tunne, tuleeko opinnoista mitään.

Välillä kiinnostus täysin nolla, välillä voisi tehdä koko lukukauden tehtävät yhtenä iltana.

Motivaatio välillä hukassa kun apua ei saa haasteisiin.

Neljäntenä aineistosta nousi esille syyt, jotka vaikuttavat opiskelumotivaatioon joko positiivisesti tai negatiivisesti. Opiskelumotivaatiota lisäsivät kiinnostusta herättävät kurssit, ADHD-diagnoosin saaminen, kiinnostus opiskeltavaan alaan, halu valmistua sekä opinnoissa mielenkiintoiset aiheet.

Mielenkiintoisiin kursseihin on automaattisesti kova motivaatio.

Ei ole ollut vaikutusta, tällä kertaa motivaatio valmistumiseen on iso, joten ADHD ei ole ollut esteenä, eikä lannistanut.

Opiskelumotivaatiota heikentäviksi tekijöiksi vastauksissa mainittiin pelko muiden ihmisten pettymyksestä, yksin opiskelu, avun puute, ei niin kiinnostavat kurssit, uupumus, masentuneisuus, epäonnistuminen, työlääät tehtävät, hankalilta tuntuvat tehtävät, oireiden kanssa kamppailu, huono itseluottamus sekä valvominen.

Epäonnistumiset ja työlääät tehtävät ovat syöneet motivaatiota jo heti alkuvuoroilla.

Vaikeina hetkinä (kuten nyt) motivaatio tehdä mitään opiskelun eteen on täysin nollassa, vaikka olen muuten motivoitunut alastani ja kurssien aiheista. Tuntuu myös että petän kaikki kun en pysty opiskelemaan samaan tahtiin kuin muut, ja välillä tulee olo että olisi parempi olla tekemättä mitään

Vastauksista nousi esiin, miten motivaation haasteet näkyvät opinnoissa. Vastauksissa kerrottiin, että asioita on vaikea saada aikaiseksi, vaikeuksien takia on harkittu opintojen keskeyttämistä, suunnittelu on haasteellista ja välillä tulee tunne kannattaako edes yrittää.

Välillä tuntuu, että tuleeko tästä mitään vai onko turhaa yrittää kun kosah-taa pieleen kumminkin, viimeistään kun yritän tehdä päättötyötä enkä osaa. Sinnittelen ajattelemalla, että teen omaan tahtiin, ei ole kiire valmis-tua, palanen, opintopiste kerrallaan.

Lähinnä vaikeuksien takia meinasin lopettaa kesken, mutta mulla oli alasta kii suuri motivaatio, että sen takia jatkoin viimeiseen asti.

Viimeisenä aineistosta nousi esille, miten motivaation haasteet näkyvät opiskelijoiden ajatuksissa. Aineistosta nousi esille, että opiskelija ajattelee automaattisesti, ettei osaa tai opi, tulee ajatuksia että olisi parempi olla edes yrittämättä, pelkoa siitä että on tyhmä ja välillä tulee tunne tuleeko tästä mitään.

Huono itsetunto. Pelko omasta tyhmyydestä heikentävät motivaatiota. Ei niin kiinnostavien kurssien suorittaminen haastavaa, vaikka ymmärrän tietysti niiden välttämättömyyden. Avun saaminen vaikeaa.

Ei kiinnosta edes yrittää kun pelkää epäonnistumista. Tuntuu että tieto ei jää päähän vaikka kuinka lukee.

ADHD-oireiden vaikutukset opiskelumotivaatioon		
Lisää opiskelumotivaatiota	Laskee opiskelumotivaatiota	Vaihtelee vaihtelevasti opiskelumotivaatioon
Motivaatio ja innostus korkealla	Motivaatio laskee	Kiinnostus vaihtelee
Opiskeluintoa löytyy	Ylläpitäminen on vaikeaa	Välillä loppuu usko, tuleeko opinnoista mitään
Hyperfocusoimisesta on ehdottomasti hyötyä	Opinnäytetyön loppuvaiheessa motivaatio laskee hurjasti.	Vaihtelee riippuen kurssista ja sen tehtävistä
Mielenkiintoisiin kursseihin on automaattisesti kova motivaatio.	Ilman apua motivaatio laskee	
Ei juuri vaikutuksia	Kamppailu oireiden kanssa laskee motivaatiota	
Diagnoosi parantanut opiskelumotivaatiota	Asioihin herkästi kyllästyminen heikentää motivaatiota	
Ennen opinnäytetyötä motivaatio oli kova	Vaikeat hetket laskevat motivaatiota	
	Tiettyihin kursseihin motivoituminen vaikeaa	
Tekijät, jotka vaikuttavat opiskelumotivaatioon		
Positiivisesti	Kielteisesti	
Kiinnostusta herättävät kurssit Diagnoosin saaminen Kiinnostus opiskeltavaan alaan Halu valmistua Mielenkiintoiset aiheet	Pelko muiden ihmisten pettymisestä Yksin opiskelu Avun puute Ei niin kiinnostavat kurssit Uupumus Masentuneisuus Epäonnistuminen Työläät tehtävät Hankalilta tuntuvat tehtävät Oireiden kanssa kamppailu Huono itseluottamus Valvominen	
Motivaatiohaasteiden näkyminen opinnoissa		
Vaikeus saada asioita aikaan	Opintojen keskeyttämisen harkitseminen	
Suunnittelu haasteellista	Ei kiinnosta edes yrittää	
Näkyminen omassa ajattelussa		
Ajattelee automaattisesti, ettei osaa tai opi	Pelko omasta tyhmyydestä	
Tulee ajatuksia, että olisi parempi olla tekemättä yhtään mitään	Välillä tuntuu, tuleeko tästä mitään	

Taulukko 4. ADHD-oireiden vaikutukset opiskelumotivaatioon

#### 10.4 Ammattikorkeakoulujen erityisen tuen päätös ja erityinen tuki

Seuraavana aihealueena kyselylomakkeessa oli opintojen esteettömyys ja saavutettavuus. Kysymyksiä oli 12 joista ensimmäiset kuusi oli kysymyspareja. Kysymyspareissa

oli ensin monivalintakysymys, jossa vastausvaihtoehtoina oli kyllä, en ja en osaa sanoa. Monivalintakysymyksen jälkeen oli avokysymys, jossa vastausta pystyi tarkentamaan. Kysymysparien jälkeen tuli kysymys sarja, jossa oli ensin monivalintakysymys, jonka jälkeen tuli kaksi avokysymystä. Avokysymyksistä oli tarkoituksena vastata vain toiseen riippuen mitä oli valinnut monivalintakysymyksessä. Viimeisenä oli kysymyssarja, jonka ensimmäinen kysymys oli muotoiltu Likert-asteikko kysymykseksi. Likert-asteikko kysymyksen jälkeen tuli myös kaksi avokysymystä, joista oli tarkoitus vastata toiseen riippuen mitä valitsi Likert-asteikko kysymyksessä.

Ensimmäisenä kysymysparina kysyttiin, tiedätkö kuka koulussasi vastaa erityisen tuen päätöksistä. Kysymykseen vastasi 42 opiskelijaa. Opiskeliijoista kymmenen vastasi kysymykseen kyllä, 23 ei ja kahdeksan en osaa sanoa. Kyllä vastauksia oli 24 %, ei vastauksia 56 % ja en osaa sanoa vastauksia 20 %.



Kuva 9. Tiedätkö kuka koulussasi vastaa erityisen tuen päätöksistä.

Kysymysparin avokysymyksessä kysyttiin kuka koulussasi vastaa erityisen tuen päätöksistä. Kysymykseen vastasi 16 opiskelijaa, joten vastausprosentti oli 38 %. Aineistosta nostettiin kaikki, jotka mainittiin vastaavan erityisestä tuesta. Aineistosta lisäksi laskettiin kuinka, monta kertaa mainittu erityisen tuen päätöksistä vastaava oli mainittu.

Vastaajista 10 oli vastannut edelliseen vastaukseen tietävänsä kuka koulussani vastaa erityisen tuen päätöksistä. Neljä kysymykseen vastannutta oli vastannut edelliseen kysymykseen en osaa sanoa ja kaksi oli vastannut edelliseen kysymykseen en. Edelli-

seen kysymykseen kyllä vastanneista viisi vastasi erityisopettajan, neljä opinto-ohjaajan, kaksi rehtorin ja yksi opintoasianpäällikön vastaavan koulussa erityisen tuen päätöksistä.

Edelliseen kysymykseen en osaa sanoa vastanneista yksi ei muistanut kenelle erityisen tuen päätös meni käsiteltäväksi mutta muisti sen lähteneen oman opettajan ja psykologin kautta. Yksi en osaa sanoa vastanneista ei ollut varma kuka erityisen tuen päätöksistä koulussaan vastaa mutta epäili sen olevan opinto-ohjaaja. Yksi en osaa sanoa vastanneista vastasi kuraattorin, opinto-ohjaajan ja jonkun johdosta vastaavan erityisen tuen päätöksistä. Viimeinen en osaa sanoa vastanneista vastasi, ettei muista kuka vastaa erityisen tuen päätöksistä koulussaan.

Edelliseen kysymykseen en vastanneista yksi vastasi, ettei ole varma mutta veikkasi että psykologi vastaa erityisen tuen päätöksistä koulussaan. Toinen en edelliseen kysymykseen vastannut vastasi avokysymykseen, että joku korkeammalta taholta vastaa erityisen tuen päätöksistä koulussaan.

Nimike	Mainitut kerrat
Opinto-ohjaaja	4
Erytisopettaja	5
Rehtori	2
Koulupsykologi	1
Kuraattori	1
Opintoasianpäällikkö	1
Koulun johto	2

Taulukko 5. Erityisen tuen päätösten vastaavat

Yksi vastaus poikkesi muista, jonka takia se nostettiin vielä erikseen. Vastaukseen oli vastattu, että erityisopettaja vastaa koulussa erityisen tuen päätöksistä mutta käytännössä opettaja voi kumota erityisopettajan tekemän erityisen tuen päätöksen. Vastaaja kertoi, että tuen toteutumisesta neuvotellaan jokaisen kurssin alussa opettajan kanssa ja opettajalla on mahdollisuus evätä erityisopettajan määrittämä tuki.

Erytisopettaja. Käytännössä tuen toteutumisesta neuvotellaan joka kurssin alussa opettajan kanssa. Opettajalla on mahdollisuus evätä erikseen määrittämä tuki. Minulta ei ole evätty.

Toisena kysymysparina kysyttiin, tiedätkö millaista tukea koulussasi voi saada erityisen tuen päätöksellä. Kysymykseen vastasi 42 opiskelijaa. Kysymykseen tuli kyllä vastauksia 14, ei vastauksia 23 ja en osaa sanoa vastauksia 5. Vastaajista siis 33 % vastasi kyllä, 55 % vastasi ei ja 12 % vastasi en osaa sanoa.



Kuva 10. Tiedätkö millaista tukea koulussasi voi saada erityisen tuen päätöksellä?

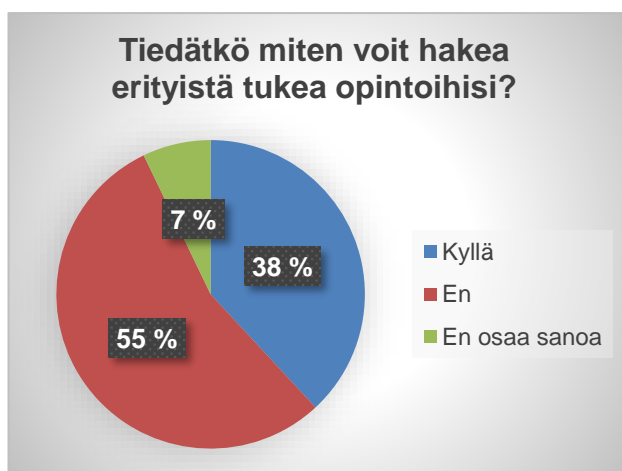
Kysymysparin avokysymyksessä kysyttiin millaista tukea koulussasi voi saada opintojen tueksi. Kysymykseen vastasi 17 opiskelijaa, joten vastausprosentti oli 40 %. Avokysymykseen vastanneista 14 oli vastannut edelliseen kysymykseen kyllä, kaksi en osaa sanoa ja yksi ei. 14 opiskelijaa vastasi, että heidän koulussaan voi saada lisäaikaa tenttien suorittamiseen. Kahdessa vastauksessa kerrottiin tarkemmin lisäajasta. Toisessa vastauksessa kerrottiin, että lisäaikaa voi saada 15 minuuttia ja toisessa kerrottiin, että lisäaikaa saa tunnin.

Kolmessa vastauksessa mainittiin, että lisäaikaa saa myös tehtävien suorittamiseen. Kahdessa vastauksessa kerrottiin, että tentit voi suorittaa rauhallisessa tilassa. Kahdessa vastauksessa kerrottiin, että tentin voi suorittaa suullisesti. Muita mainittuja tuen muotoja olivat koneella tenttiminen, apu opinnäytetyöhön, materiaalien saaminen ennakoon, tukisetelit, kurssien siirto muille vuosille, opintopsykologin palvelut, vapautus ryhmätoista, tentin suorittaminen korvaavalla tehtävällä ja celia tunnukset. Kahdessa vastauksessa painotettiin, ettei tenttien lisäajan lisäksi ole tarjolla muuta tukea.

Teoriasta nousseet tuen muodot	Koulujen tarjoamat tuen muodot	Opiskelijoiden saamat tuen muodot
Lisäaika tentteihin	Lisäaika tentteihin ja tehtävän palautuksiin	Lisäaikaa tentteihin ja tehtävien palautuksiin
Häiriötön tila	Hiljainen tenttitila	Kuraattorin apu
Opintopsykologin palvelut	Opintopsykologin palvelut	Opintopsykologin palvelut
	Lisäaikaa opintoihin	Jatkoaikaa opintoihin
Tietokoneen käyttö	Tietokoneella tenttiminen	
Tentin suorittaminen suullisesti	Mahdollisuus täydentää tenttiä suullisesti	
	Apua opinnäytetyöhön	
	Kurssimateriaalit ennakkoon	
	Tukisetelit	Tukisetelit
Opinto-ohjaajan palvelut		Opinto-ohjaajan palvelut
		Ryhmäohjaajan palvelut
		Erityisopetus
		Tukiopetus
		Vapautus ruotsin opinnoista
Kuraattorin palvelut		Kuraattorin palvelut
Yksilöllisiä ratkaisuja opintoihin		Yksilöllisiä ratkaisuja opintoihin
		Celia tunnukset

Taulukko 6. Erityisestä tuesta vastaavat henkilöt.

Neljäntenä kysymysparina kysyttiin tiedätkö miten voit hakea erityistä tukea opintoihisi. Kysymykseen vastasi 42 opiskelijaa joista 16 vastasi kyllä, 23 en ja kolme en osaa sanoa. Opiskelijoista 38 % vastasi kysymykseen kyllä, 55 % vastasi kysymykseen ei ja 7 % vastasi en osaa sanoa.



Kuva 11. Tiedätkö miten voit hakea erityistä tukea opintoihisi?

Neljännän kysymysparin avokysymyksessä kysyttiin, miten koulussasi haetaan erityistä tukea opintoihin. Kysymykseen vastasi 15 opiskelijaa, joten vastausprosentti oli 36 %. Viidessä vastauksessa kerrottiin, että erityistä tukea opintoihin haetaan erityisopettajan kautta. Kahdessa vastauksessa sanottiin, että erityisopettajalle tulee näyttää lääkärin lausunnot diagnooseista. Viidessä vastauksessa sanottiin, että erityistä tukea haetaan opinto-ohjaajan kautta. Kahdessa vastauksessa mainittiin koulupsykologi ja yhdessä kerrottiin, että päätös pitää lähettää kurssin opettajalle. Vastauksissa oli eroja, vaikka erityistä tukea olisi haettu samalta henkilöltä. Joissakin vastauksissa kerrottiin, että tuen

hakemisen prosessissa keskustellaan useamman kouluhenkilökuntaan kuuluvan ja täytetään lomake. Kahdessa vastauksessa mainittiin, että tulee näyttää diagnoosi tai lääkärin lausunto. Yhdessä vastauksessa kerrottiin, että erityistä tukea haetaan täyttämällä lomake ja kerrotaan miten ADHD vaikuttaa opintoihin. Yksi vastaajista kertoi että, suurin osa opettajista ei tiennyt mistä on kyse.

Täytetään lomake ja kerrotaan miten vaikuttaa. Suurin osa opettajista ei tiennyt mistä on kyse.

<b>Miten koulussa haetaan erityistä tukea</b>				
Ottamalla yhteys erityisopettajaan	Lomakkeella ja keskustelemalla kuraattorin sekä opon kanssa.	Erityisjärjestelyiden hakemuksella	Koulupsykologin tai OVA:n avustuksella	Lähetämällä päätös kurssin opettajalle
Ottamalla yhteyttä erityisopettajaan.	Mahdollisesti kuraattorin ja opon kautta	Täytetään lomake ja kerrotaan miten vaikuttaa.	Mahdollisesti koulupsykologin ja/tai opon kautta	
Erityisopettajan kautta	Opinto-ohjaajaan ensin yhteys ja sitä kautta edetään	Lomakkeella ja keskustelemalla kuraattorin sekä opon kanssa.		
Ottamalla yhteyttä erityisopettajaan.	Ottamalla yhteyttä omaan opinto-ohjaajaan.			
Keskustelu erityisopettajan ja jonkun yliopettajan tms. kanssa sekä näytettävä diagnoosi.				
Lääkärin lausunto erityisopettajalle				

Taulukko 7. Erityisen tuen hakemisen polut

Viides kysymys oli ensimmäinen kysymyssarja, jossa kysyttiin, oletko hakenut erityistä tukea opintojesi aikana. Kysymykseen vastasi 42 opiskelijaa. Kyllä vastauksia kysymykseen tuli 14, ei vastauksia 25 ja en osaa sanoa vastauksia 3. Kysymykseen vastanneista 33 % oli hakenut erityistä tukea opintojen aikana, 60 % ei ollut hakenut erityistä tukea opintojen aikana ja 7 % ei osannut sanoa oliko hakenut erityistä tukea opintojen aikana.





Kuva 12. Oletko hakenut erityistä tukea opintojesi aikana?

Viidennen kysymyksen jälkeen oli kaksi avokysymystä, ja niihin vastattiin riippuen siitä, oliko vastannut edelliseen kysymykseen kyllä, en vai en osaa sanoa. Kyllä vastanneille oli oma avokysymys ja en, en osaa sanoa vastanneille oli oma. Kyllä vastanneilta kysyttiin avokysymyksessä, miksi olet hakenut erityistä tukea opintojesi aikana. En ja en tiedä vastanneilta kysyttiin miksi et ole hakenut erityistä tukea opintojesi aikana.

Neljästätoista kyllä vastanneista opiskelijoista kolmetoista vastasi myös avokysymykseen. Kuusi avokysymykseen vastanneista kertoi hakeneensa erityistä tukea opintojen aikana saadakseen lisää aikaa tentteihin. Neljä vastanneista kertoi hakeneensa erityistä tukea opintojen haasteellisuuden takia. Erityisen tukea haettiin, jotta opinnoista selvittäisiin ja että opiskelu olisi helpompaa. Kaksi opiskelijaa vastasi hakeneensa erityistä tukea, jotta saisi vapautuksia joistain kursseista. Muiksi syiksi erityisen tuen hakemiseen kerrottiin olevan ymmärryksen lisääminen, opinnäytetyön kielellinen tarkistus, tukiopeutus, etänä opiskelu ja vapautus ryhmäkeskusteluista.

Saadakseni enemmän aikaa tentteihin sekä ymmärryksen lisäämiseksi.

Tarvitsen lisää aikaa tiettyjen aineiden tentteihin. Yhden kurssin osalta hain myös henkilökohtaista tukiopeutusta.

Koska tarvitsen sitä suoriutuakseni opinnoista ADHD:n vuoksi.

Olen hakenut tukea, että selviytyisin opinnoista ja opiskelu olisi helpompaa.

En tai en osaa sanoa avokysymykseen vastasi 25 opiskelijaa. 25 opiskelijasta 23 oli vastannut edelliseen kysymykseen en ja 2 en osaa sanoa. Vastanneista 11 kertoi ettei

ollut hakenut erityistä tukea koska ei tiennyt miten, sitä haetaan tai että erityistä tukea olisi edes mahdollista hakea. Vastauksissa kerrottiin, että prosessi oli liian hankala eikä tiennyt keneltä hakea apua ja että vaikka olisi hakenut apua ei silti ollut sitä saanut. Vastauksissa nousi esille myös se, ettei tiedetty millaista tukea olisi mahdollista saada. Vastajaista neljä kertoi syyksi sen, ettei kokenut tarvitsevänsä erityistä tukea opintoihinsa. Kolmessa vastauksessa kerrottiin, etteivät kokeneen minkään tuen olevan hyödyksi. Kuusi vastaajista kertoi, ettei kehdannut hakea erityistä tukea. Syiksi kerrottiin leimaantumisen pelko ja taustalla olevat huonot kokemukset. Kaksi vastaajista kertoi, että oli hakenut tukea mutta olivat saaneet opettajilta huonon vastaan oton, jonka jälkeen eivät kehdanneet hakea uudelleen. Kaksi vastaajista ei ollut hakenut erityistä tukea opettajien huonon tietämyksen vuoksi. Molemmat olivat hakeneet erityistä tukea mutta opettajat eivät tieneet erityisestuen prosessista. Yhdellä vastaajista oli erityisen tuen prosessi vielä kesken, ja toinen oli saanut ADHD-diagnoosin viimeisenä vuonna eikä sen takia enää hakenut erityistä tukea.

En ole kehdannut ettäben leimautuisi

Prosessit hankalia, ei tiedä keneltä hakea

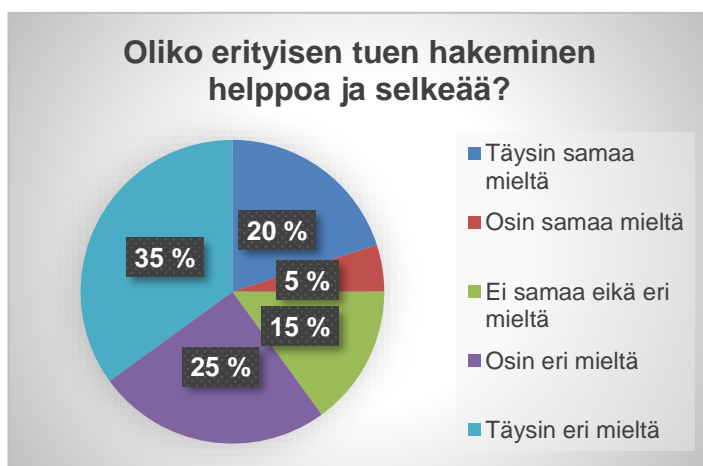
Se oli vaan sellainen selviytymismoodi ja turhautti edes hakea kun opettajat eivät tieneet mistä oli kyse.

En ole tiennyt sen mahdollisuudesta

Kävin ensimmäisenä vuonna opinto-ohjaajalla lääkärintodistuksen kanssa. Hän vaikutti hieman tyllyltä, enkä viitsinyt sen takia enempää selvittää, onko mitään tukitoimia olemassa.

Minulla on vasta palaveri aiheesta, en vielä tiedä mitä tukea tai järjestelyitä minun on mahdollista saada.

Kuudes kysymys oli toinen kysymyssarja kokonaisuus, jossa kysyttiin, oliko erityisen tuen hakeminen helppoa ja selkeää. Kysymykseen vastasi 19 opiskelijaa, joten vastausprosentti oli 45 %. Opiskelijoista täysin samaa mieltä oli neljä eli 20 %, osin samaa mieltä yksi eli 5 %, ei samaa eikä eri mieltä kolme eli 25 %, osin eri mieltä viisi eli 25 % ja täysin eri mieltä seitsemän eli 35 %. Vastausten keskiarvoksi muodostui 3,6, medianiksi 4 ja moodiksi 5.



Kuva 13. Oliko erityisen tuen hakeminen helppoa ja selkeää?

Likert-asteikko kysymyksen jälkeen oli kaksi avokysymystä, jotka toimivat samalla periaatteella, kun edellisessä. Avokysymyksiin vastattiin toiseen riippuen, siitä oliko vastaajan mielestä erityisen tuen hakeminen helppoa ja selkeää vai ei. Likert-asteikko kysymykseen vastanneista 14 vastasi myös avokysymykseen.

Ensimmäisen avokysymyksessä kysyttiin, miksi erityisen tuen hakeminen oli helppoa ja selkeää. Kysymykseen vastasi kymmenen opiskelijaa. Vastaajat kertoivat, että erityisen tuen hakemisen teki helpoksi prosessin selkeys ja lyhyys. Tukea haettiin yhdeltä henkilöltä, jonka kanssa prosessi käytiin läpi. Muiksi syiksi vastauksissa kerrottiin selkeät ohjeet koulun sivuilla ja aloitus webinaarissa kerrottu info miten erityistä tukea voi hakea. Vastaajat kertoivat, että omaohjaajan, psykologin, opetuutorin, erityisopettajan ja opintopsykologin tarjoama apu ja neuvot tekivät prosessista helpon.

Koska asiasta tuli vain keskustella opon kanssa ja täyttää lomake.

Koulun sivuilla oli selkeät ohjeet hakemiseen.

Oli helppoa, omaohjaaja kertoi kehen ottaa yhteyttä, keskustelu käytiin sen jälkeen teamsissa.

Psykologi oli apuna koko prosessin ajan

Erityisopettaja auttoi ja neuvoi ns.kädestä pitäen miten se tehdään.

Kymmenen opiskelijaa vastasi avokysymykseen, jossa kysyttiin miksi erityisen tuen hakeminen ei ollut helppoa ja selkeää. Syiksi kerrottiin, että erityisen tuen hakemisen prosessi oli vaikeaselkoinen ja vaikea. Prosessista teki haasteellisen tiedon puute, siitä keneltä tukea haetaan ja millaista tukea olisi saatavilla. Tietoa oli joko vaikea löytää tai sitä ei ollut saatavilla. Vastaajat kertoivat syiksi lisäksi, etteivät tienneet, että voivat hakea erityistä tukea. Prosessia vaikeutti myös se, ettei koululla tiedetty prosessista eikä siihen viitsitty panostaa. Vastaajat kertoivat, että olivat hakeneet apua mutta eivät olleet sitä saaneet.

Koska asiasta ei tiedetty eikä oikein siihen viitsitty edes panostaa mitenkään.

Polku ei ole tullut selväksi ja helpoksi.

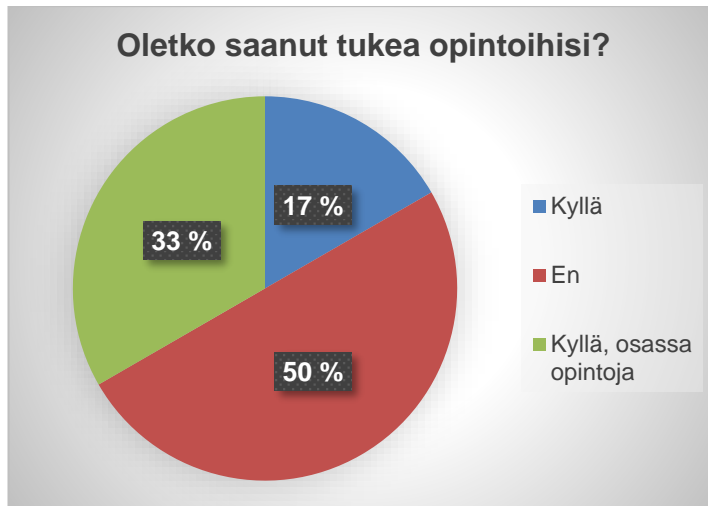
En edes tiennyt että se on vaihtoehto.

Laitoin viestiä neljälle ihmiselle joista kukaan ei ollut varsinaisen tietoinen siitä kenelle asia kuuluu. Ei ollut selkeästi tietoa siitä kenelle pitäisi aika varata asian suhteen.

## 10.5 Opintojen tuki

Kyselylomakkeen viides teema oli opintojen tuki. Opintojen tukea kartoitettiin seitsemällä kysymyksellä, joista yksi kysymys oli neljän kohdan monivalintakysymys, neljä oli avokysymyksiä ja yksi Likert-asteikko kysymys.

Ensimmäinen kysymys oli kysymys pari, jossa oli ensin monivalintakysymys, jonka jälkeen vastausta pystyi täydentämään avokysymyksellä. Monivalintakysymyksessä kysyttiin, "Oletko saanut tukea opintoihisi". Kysymyksen vastausvaihtoehdot olivat kyllä, en, kyllä osassa opintoja ja en vaikka olen hakenut tukea. Kysymykseen vastasi 42 opiskelijaa, joista seitsemän vastasi kyllä, 21 vastasi ei ja 14 vastasi kyllä, osassa opintoja. Kukaan ei vastannut en vaikka olen hakenut tukea. Vastaajista 17 % oli saanut tukea opintoihinsa, vastaajista 50 % ei ollut saanut tukea opintoihinsa ja vastaajista 33 % oli saanut tukea osassa opintojansa.



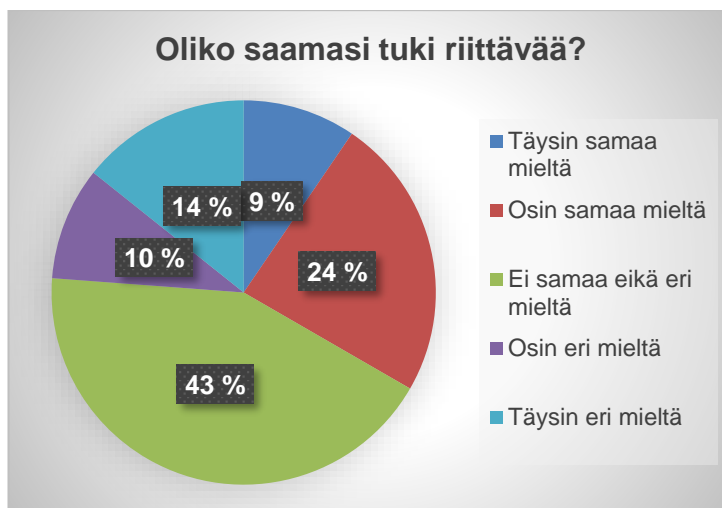
Kuva 14. Oletko saanut tukea opintoihisi?

Monivalintakysymyksen jälkeen oli avokysymys, jossa kysyttiin millaista tukea, olet saanut opintojen aikana. Kysymykseen vastasi 22 opiskelijaa, joten vastausprosentti oli 52 %. Yleisin mainittu tuen muoto oli saatu tuki opinto-ohjaajalta, kuraattorilta, erityisopettajalta, seurakunnalta, ryhmänohjaajalta ja erityisopinto-ohjaajalta. Opiskelijat kertoivat, että olivat saaneet tukea esimerkiksi opintojen suunnitteluun ja aikataulutukseen. Muita mainittuja tuen muotoja olivat pidempi tentti aika, mahdollisuus suorittaa tentti kotona, apu opinnäytetyön tekemiseen, jatkoaika opinnoille, vapautus ruotsinopetuksesta ja ryhmäkeskusteluista, pidempi aika tehtävien palauttamiseen sekä yksilölliset ratkaisut kursien suorittamisessa. Osa opiskelijoista oli myös saanut tukiopetusta opintojensa aikana.

Teoriasta nousseet tuen muodot	Koulujen tarjoamat tuen muodot	Opiskelijoiden saamat tuen muodot
Lisäaika tentteihin	Lisäaika tentteihin ja tehtävän palautuksiin	Lisäaika tentteihin ja tehtävien palautuksiin
Häiriötön tila	Hiljainen tenttitila	Kuraattorin apu
Opintopsykologin palvelut	Opintopsykologin palvelut	Opintopsykologin palvelut
	Lisäaika opintoihin	Jatkoaikaa opintoihin
Tietokoneen käyttö	Tietokoneella tenttiminen	
Tentin suorittaminen suullisesti	Mahdollisuus täydentää tenttiä suullisesti	
	Apua opinnäytetyöhön	
	Kurssimateriaalit ennakoon	
	Tukisetelit	Tukisetelit
Opinto-ohjaajan palvelut		Opinto-ohjaajan palvelut
		Ryhmäohjaajan palvelut
		Erityisopetus
		Tukiopetus
		Vapautus ruotsin opinnoista
Kuraattorin palvelut		Kuraattorin palvelut
Yksilöllisiä ratkaisuja opintoihin		Yksilöllisiä ratkaisuja opintoihin

Taulukko 8. Esille tulleet tuen muodot

Ensimmäisessä Likert-asteikko kysymyksessä kysyttiin, oliko saamasi tuki riittävää. Kysymykseen vastasi 21 opiskelijaa eli kysymyksen vastausprosentti oli 50 %. Vastajista täysin samaa mieltä oli kaksi (9 %), osin samaa mieltä viisi (24 %), ei samaa eikä eri mieltä yhdeksän (43 %), osin eri mieltä kaksi (10 %) ja täysin eri mieltä kolme (14 %).



Kuva 15. Oliko saamasi tuki riittävää?

Likert-asteikko kysymyksen jälkeen oli kaksi avokysymystä, joista vastattiin toiseen riippuen, kokiko saadun tuen riittäväksi vai riittämättömäksi. Avokysymyksiin tuli vastauksia

yhteensä 28 vastausta eli vastausprosentti oli 67 %. Avokysymyksiin vastanneista 16 oli vastannut myös Likert-asteikko kysymykseen. Likert-asteikon ja avokysymysten vastauksia ei voi verrata sellaisenaan toisiinsa koska kaikki avokysymykseen vastanneet eivät olleet vastanneet Likert-asteikkoon. Tarkastellessa Likert-asteikon kysymysten vastauksia niiltä, jotka olivat vastanneet avokysymykseen vain, keskiarvo muuttui verrattaessa kaikkiin Likert-asteikkoon vastanneista. Avokysymysten vastanneiden Likert-asteikko vastausten keskiarvo oli 3. Avokysymyksen vastauksia ei voi verrata Likert-asteikon kysymyksiin senkään takia, että avokysymyksissä vastattiin molempiin, joka ei anna tarkkaa ymmärrystä siitä koettiin tuki riittäväksi vai ei.

Ensimmäisessä avokysymyksessä kysyttiin, ”Miksi tuki oli riittävää”. Kysymykseen vastasi kaksitoista opiskelijaa. Yksi kahdestatoista opiskelijasta oli vastannut avokysymykseen ei, jonka voi tulkita tarkoittavan, ettei koe tukea riittäväksi. Vastauksia jäi siis yksitoista. Vastauksissa tuli ilmi, että tuki oli riittävää koska tuki oli tarpeen ja tilanteen mukaista sekä tuen muodot auttoivat opintojen etenemisessä ja suorittamisessa. Vastauksissa kerrottiin, että tukimuodoista oli saatu hyviä uusia keinoja opintojen tueksi.

Hyviä uusia keinoja sain.

Tarpeen ja tilanteen mukaista

Sain vinkkejä ja ohjeita, jotka tukevat opintojen toteuttamista.

Toisessa avokysymyksessä kysyttiin ”Miksi tuki ei ollut riittävää”. Kysymykseen vastasi 16 opiskelijaa. Yksi vastauksista ei antanut kysymykseen selkeää vastausta, josta olisi tulkittavissa miksi tuki ei ollut riittävää. Kysymyksiä jäi siis 15. Yleisimmäksi syyksi tuen riittämättömyyteen vastauksista muodostui se, ettei tukea ollut saatu tai tuen muodot olivat riittämättömät. Tuen riittämättömyyden yhteydessä mainittiin usein opettajien asenne ja tietämättömyys, jotka vaikuttivat tuen riittämättömyyteen. Vastauksissa tuli ilmi, että opettajat eivät tienneet erityisen tuen tarpeesta ja osa opettajista suhtautui erityisen tuen hakemiseen ja ADHD-diagnoosiin kielteisesti. Opiskelijat kertoivat vastauksissaan, että heitä oli syyllistetty erityisen tuen hakemisesta ja se on pahimmillaan voinut vaikuttaa kurssien arviointeihin.

Osan opettajien asenne on hyökkäävä ja vähättelevä esittämiini ongelmiin. Avun kysyminen on jopa vaikuttanut arvosteluun.

Kunnon tukea ei ole edes tarjottu. Monet opettajat suhtautuvat minuun niin, että ajattelevat minun olevan vain laiska.

Osa opettajista ei ymmärrä, tai järjestele kurssirakennetta niin, että tukea tai ylimääräistä aikaa olisi mahdollista järjestää.

Opettajat eivät suurimmalta osin tiedä mitään erityisen tuen tarpeesta, ja osa suoraan syyllisti tuen pyytämisestä koska se tuo lisätyötä heille, vaikka heille maksetaan ylimääräisestä työstä.

Neljä avokysymyksiin vastannutta oli vastannut molempiin avokysymyksiin. Neljä molempiin vastanneista olivat kokeneet tuen riittäväksi yhdestä näkökulmasta ja riittämättömäksi toisesta. Etenkin kolme näistä vastauksista poikkesivat muista vastauksista, joten otin ne tarkempaan tarkasteluun. Alla olevasta taulukosta on nähtävissä mitä avokysymyksiin on vastattu. Yhdessä tuki koettiin riittäväksi koska enempää ei olisi kehdannut pyytää ja riittämättömäksi koska koki ettei tuki riitä koska ei meinaa oppia, vaikka vääntäisi rautalangasta. Toisessa vastauksessa tuki koettiin riittäväksi koska koki että on vaikea sanoa mikä olisi riittävää tukea. Vastaja koki tuen riittämättömäksi koska koki ettei opettajat eivät suurimmalta osin tiedä mitään erityisen tuen tarpeesta. Kolmannessa vastauksessa tuki koettiin riittäväksi koska se oli minimi mitä koululta vaaditaan ja riittämättömäksi koska tuki on ainoastaan kurssivalintoihin sekä ainut konkreettinen tuki opintoihin on lisäaika tentteihin, jonka saa lukihäiriön vuoksi. Itse ADHD:n oireisiin ei saanut lainkaan tukea. Vastauksista ei tule täysin selväksi koetaanko saatu tuki riittäväksi opintojen suorittamiseen vai onko saatuun tukeen vain tyydytty, vaikka se ei ole riittävää.

<b>Miksi tuki oli riittävää?</b>	<b>Miksi tuki ei ollut riittävää?</b>
Koska se oli minimi, joka koululta vaaditaan ja ohjaa valitsemaan kurssit.	Koska tuki on ainoastaan kurssivalintoihin sekä ainut konkreettinen tuki opintoihin on lisäaika tentteihin, jonka saa lukihäiriön vuoksi. Itse ADHD:n oireisiin ei saa lainkaan tukea.
Tasapuolisuuden nimissä vaikea sanoa mikä olisi riittävästi tukea	Opettajat eivät suurimmalta osin tiedä mitään erityisen tuen tarpeesta ja osa suoraan syyllisti tuen pyytämisestä koska se tuo lisätyötä heille, vaikka heille maksetaan ylimääräisestä työstä.
Enempää ei olisi kehdannut toivoa.	Koska en vaan meinaa oppia vaikka kuinka rautalangasta vääntäisi.
Valtaosa opettajista ymmärtää tai ainakin haluaa ymmärtää haasteet ja auttaa parhaansa mukaan.	Osa opettajista ei ymmärrä, tai järjestele kurssirakennetta niin, että tukea tai ylimääräistä aikaa olisi mahdollista järjestää.

Taulukko 9.

Tarkasteluun otettiin vielä muutama poikkeava vastaus, joista ei tule täysin ilmi koettiinko tuki riittäväksi. Yhdessä vastauksessa tuki koettiin riittäväksi koska vastaaja ei ole saanut



tai edes osannut hakea muuta tukea sillä oli saanut, diagnoosin alle vuosi sitten. Yhdessä vastauksessa tuotiin ilmi, että tukea voisi aina olla enemmän.

Aina voi olla enemmän

Muuta en ole saanut tai edes osannut hakea, diagnoosi tullut vasta alle vuosi sitten

Seuraavaksi oli avokysymys, jossa kysyttiin ”Millaista tukea, kaipaisit opintoihisi”. Kysymykseen vastasi 22 opiskelijaa joten vastausprosentti oli 52 %. Vastauksissa nousi esille vahvasti, että opinnoissa kaivattaisiin apua niiden suunnitteluun, organisoimiseen ja aikatauluttamiseen. Vastauksissa toivottiin yksilöllistä tukea ja yksilöllisiä ratkaisuja opintojen suorittamiseen. Yksilöllisellä tuella toivottiin neuvoja ja apua. Opiskelijat toivoivat, että kursseilla olisi erilaisia oppimistekniikoita ja tukimateriaaleja kuten äänikirjoja tai videoita. Laajoja kursseja toivottiin pilkottavan pienempiin kokonaisuuksiin, jotta ne eivät olisi niin kuormittavia ja vaikeita hahmottaa. Kursseille toivottiin myös selkeitä ohjeita tehtävän antoihin ja oppimisympäristöjen käyttöön. Vastauksissa toivottiin lisäksi opetusta pienryhmissä. Opiskelijat toivovat lisäksi enemmän aikaa tehtävien palauttamiseen ja tenttien suorittamiseen. Opiskelijat toivoivat myös vertaistukiryhmän mahdollisuutta sekä ymmärryksen lisääntymistä. Opiskelijat toivoivat, että opettajat saisivat enemmän ymmärrystä ADHD:n kanssa opiskelusta ja tätä kautta sensitiivisempää kohtaamista tukea haettaessa. Opiskelijat toivoivat asiallista suhtautumista avun pyytämiseen ja saamiseen.

Ymmärrystä, rohkasua, tukea. Yksilökohtaista neuvomista ja helpostusta tehtäviin.

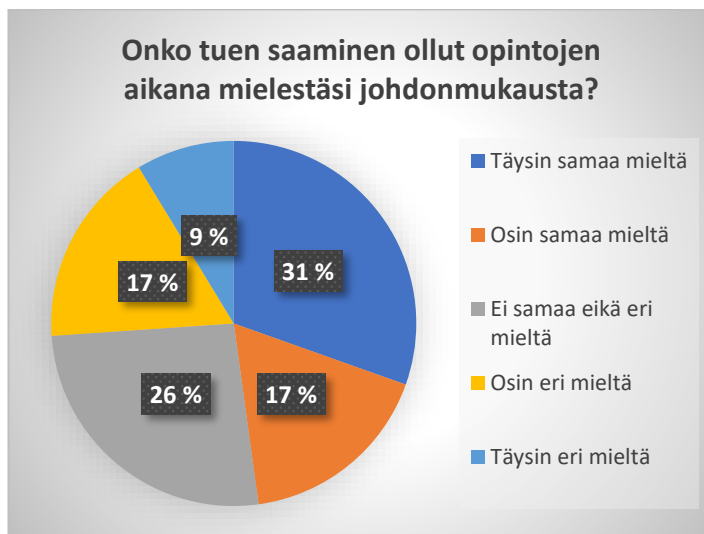
Selkeää ohjeistusta taikka asiallista suhtautumista avun pyytämiseen.

Kaipaisin tehtävänantojen selkiyttämistä, mahdollisesti lisäaikaa tentteihin ja ylipäätään opettajille enemmän tietoisuutta ja sensitiivisyyttä nepsyoierisia kohtaan.

Erlaisia oppimis mahdollisuuksia, esim äänikirjoja lukemisen sijaan, enemmän käytännön esimerkkejä yms.

Kyselylomakkeen viimeisessä Likert-asteikko kysymyksessä kysyttiin, onko tuen saaminen ollut opintojesi aikana mielestäsi johdonmukaista. Kysymykseen vastattiin asteikolla 1–5 ja asteikon numeroiden merkitykset oli avattu kysymyksen lisätietoihin. Kysymykseen vastasi 23 opiskelijaa eli kysymyksen vastausprosentti oli 55 %. Opiskelijoista seitsemän oli täysin samaa mieltä (31 %), neljä (17 %) oli osin samaa mieltä, kuusi (26 %) ei ollut samaa eikä eri mieltä, neljä oli osin erimieltä (17 %) ja kaksi täysin

eri mieltä (9 %). Vastausten keskiarvoksi muodostui 2,6, mediaaniksi kolme ja moodiksi 1.



Kuva 16. Onko tuen saaminen ollut opintojesi aikana mielestäsi johdonmukaista?

## 10.6 Opintojen koettu yhdenvertaisuus

Opiskelijoilta kysyttiin opintojen yhdenvertaisuudesta avokysymyksellä. Avokysymyksessä kysyttiin, ”Koetko, että ammattikorkeakoulusi tukee sinua opinnoissasi niin että opintojen suorittaminen on yhdenvertaista”. Kysymykseen vastasi 36 opiskelijaa, joten vastausprosentti oli 86 %. Vastausten kategorioiksi syntyi kyllä, en, en osaa sanoa ja osittain. Vastauksista neljä oli sellaisia, joita ei pystynyt varmuudella sijoittamaan mihinkään kategoriaan. Vastaaajista 20 (63 %) ei kokenut ammattikorkeakoulunsa tukevan opintojaan niin että niiden opintojen suorittaminen on yhdenvertaista. Vastanneista kahdeksan (25 %) koki että ammattikorkeakoulu tukee heitä opinnoissa niin että opintojen suorittaminen on yhdenvertaista. Kysymykseen vastanneista kolme (9 %) ei osannut sanoa kokivatko ammattikorkeakoulunsa tukevan heitä opinnoissa niin että niiden suorittaminen on yhdenvertaista. Opiskelijoista yksi (3 %) koki ammattikorkeakoulun tavallaan tukevan opintojen suorittamista yhdenvertaisesti.



Kuva 17. Koetko opinnot yhdenvertaisiksi?

Opintojen yhdenvertaisuuden kokemukseen vaikuttaviksi tekijöiksi nousi neljä teemaa, jotka olivat saatu tuki, tuen puuttuminen, muiden suhtautuminen ja ymmärrys ADHD:n erityispiirteistä. Vastauksissa tuli ilmi, että opintojen yhdenvertaisuuden kokemusta heikentää ADHD:n ymmärtämättömyys. Vastauksissa tuotiin ilmi, että neurotyypilliset henkilöt eivät ymmärrä mihin kaikkeen ADHD vaikuttaa ja että ADHD-diagnoosin jääneet jäävät heidän jalkoihinsa, jos eivät halua sovittaa itseään neurotyypillisten raameihin.

En. ADHD:ta ei ymmärretä, koska se nähdään "keskittymishäiriö" linsin läpi, eivätkä neurotyypilliset ihmiset tiedä mihin kaikkeen ADHD vaikuttaa.

En. Opiskelumaailma toimii ekstroverttien neurotyypillisten säännöillä. Täällä jää introvertti ADHD jalkoihin jos ei väkisin sovita itseään heidän haluamiinsa raameihin.

Tuettuna se varmaan olisi. Opiskelut suoritetaan pienryhmissä ja muut ryhmän jäsenet on ns. normaaleja. Nyt yritän vaan pysyä mukana.

Yhdenvertaisuuden kokemusta vastausten perusteella vaikuttaa heikentävän lisäksi tuen puuttuminen opinnoissa. Yksi opiskelija kertoi myös tulleen kiusatuksi.

Ei, toiset porskutti edellä hyvien arvosanojen kera ja itse meni rimaa hiipoen. Uusinta tenttiin opettaja vaati yli 250 sivun materiaalin opiskelua vaikei sellaista oltu käytetty edes kurssilla. Adhd:lle ja lukihäiriöstä kärsivälle tämä oli mahdottomuus.

En koe. En saanut edes "sympatiapisteitä" kertoessani haasteistani vaan minulle kerrottiin että kaikilla muillakin on aina välillä keskittymisvaikeuksia.

En. Minua on kiusattu ja minulle on naurettu opettajan toimesta

Opiskelijat, jotka eivät tiedeet tukeeko ammattikorkeakoulu opintoja niin että niiden suorittaminen olisi yhdenvertaista vastasivat joko en osaa sanoa tai en tiedä.

En osaa sanoa. Uskoisin, että saisin apua jos sitä hakisin.

En tiedä. Fiksuja ihmisiä tuetaan enemmän.

Opintonsa suorittamisen yhdenvertaiseksi kokevat opiskelijat mainitsivat vastauksissaan, että kokevat opintonsa suorittamisen yhdenvertaiseksi koska saivat tai ovat saaneet tarvittaessa tukea. Tuen saaminen vaikuttaa vastausten perusteella olevan yhteydessä yhdenvertaisuuden kokemukseen.

Kyllä, koen, että tarvittaessa voisin hakea enemmänkin tukea.

Kyllä tukisi jos tarvetta olisi.

Olen automaattisesti oikeutettu diagnoosilla lisäämään niin halutessani, koen että on yhdenvertaista. Minulla on myös Celia kirjaston äänikirjapalvelut käytössäni ja sieltä löytyy helposti monia koulukirjoja.

Opiskelija, joka koki ammattikorkeakoulun tavallaan tukevan opintojen suorittamista yhdenvertaisesti ei vastauksessaan avannut asiaa enempää.

Tavallaan.

Vastauksissa, joita en pystynyt sijoittamaan muodostuneisiin kategorioihin kerrottiin, ettei ole saanut tukea ADHD:n osalta mutta kokee tulleensa kohdelluksi ylipäätään yhdenvertaisesti. Vastauksissa nousi esille myös, että kysely avasi vastaajalle, että hänen olisi ilmeisesti mahdollista saada myös muuta tukea. Viimeisessä vastauksessa kerrottiin, että vastaaja oli tottunut pärjäämään, jonka takia ei osannut ajatella etteikö opintojen suorittaminen olisi yhdenvertaista.

Olen tottunut pärjäämään yksin, vaikka se on vaikeaa. Siksi en osaa ajatella, etteikö opintojen suorittaminen olisi yhdenvertaista. Kuitenkin tiedän kamppailevani enemmän kuin opiskelutoverit.

Tämä kysely avasi minulle sen, että ilmeisesti olisi mahdollista saada tukea enemmänkin.

Koen, että ADHD:n osalta en ole saanut tukea, mutta minua on kohdeltu ylipäätään yhdenvertaisesti.

## 10.7 Vastaajien omakohtaisia kokemuksia ammattikorkeakoulu opinnoista ADHD-diagnoosin kanssa

Lomakkeen viimeinen kysymys oli avokysymys. Kysymyksessä kysyttiin, onko sinulla jotain muuta mitä haluaisit sanoa ammattikorkeakoulu opinnoista ADHD-diagnoosin kanssa. Kysymykseen vastasi 30 opiskelijaa, joten vastausprosentti oli 71 %. Opiskelijat toivat monipuolisesti esille ajatuksiaan siitä, millaista opiskelu on ADHD:n kanssa, mitä opiskelijat toivoisivat opettajilta ja muilta kanssa opiskelijoilta, millaista tukea kaivataan, millaisena erityisen tuen hakemisen polku koetaan sekä opintojen onnistumisen hyviä puolia.

Vastauksissa tuli esille tuen muotoihin, että tuen hakemiseen liittyvät asiat. Vastauksissa haluttiin tuoda esille, että opintoihin kaivataan vaihtoehtoisia suoritustapoja, joustoa sekä selkeyttä tehtävien antoihin. Joustoa opintoihin toivottiin myös ilman virallista diagnoosia. Tuen hakemisesta opintoihin haluttiin tuoda esille, että jos opiskelija hakee erityistä tukea niin se tulisi ottaa vastaan vakavasti. Tuen hakemiseen toivottiin myös helppoutta ja selkeyttä.

<b>Millaista tukea kaivataan?</b>			
Vaihtoehtoisia suoritustapoja. Esimerkiksi pakolliset koko päivän kestävät luennot ovat aivan myrkyä minulle ja en puolenpäivän jälkeen muista sanaakaan käsiteltävästä aiheesta. Mieluummin opin asioita laajojen tehtävien kautta ja käytän ajan tutustumalla kirjallisuuteen ja tehtäviä tekemällä.	Koko opetusta ei pitäisi joutua tekemään pienryhmäopiskeluna. Pienessä ryhmässä ei voi tuoda esille tätä dg ilman sosiaalisia seuraamuksia. Käytännössä pienryhmäopiskeluun ei voida soveltaa mitään tukitoimia, kun vain osa ryhmästä niitä tarvitsisi.	Toivoisin, että joustoja saisi myös ilman diagnoosia. Luin aiemman AMKin ilman diagnooseja ja apuja. Opiskelu ilman ADHD-lääkkeitä ja apuja töissä käyden oli hyvin raskasta.	Materiaalit tulisi olla selkeitä ja helposti löydettävissä. Tehtävät ja tehtävien anto riittävän suoraviivaista ja helposti löydettävissä. Vaihtoehtoja ryhmätöille

Taulukko 10. Opiskelijoiden toiveet tuen muodoista

Mitä tuen hakemiselta toivotaan?

Jos opiskelija toivoo erityisjärjestelyjä ei missään nimessä opettajan tulisi sanoa että kyllä ratkeaa ilman erityisjärjestelyjä.

Tukea, pitää itse etsiä ja pyytää. Olisi hyvä jos esim koulun alkaessa orientaatio päivänä kerrotaisiin mitä on mahdollista saada tai keltä kysyä.

Apua ei tyrkytetä, sen löytäminen ja saaminen vaatisi sinnikkyyttä

Materiaalit tulisi olla selkeitä ja helposti löydettävissä. Tehtävät ja tehtävien anto riittävän suoraviivaista ja helposti löydettävissä. Vaihtoehtoja ryhmätöille.

Toisena opiskelijoiden vastauksista nousi esille, millaista on opiskella ADHD:n kanssa sekä mitä opiskelijat toivoisivat ADHD:stä ymmärrettävän. Vastauksissa tuli esille, että opiskelu on ADHD diagnoosin kanssa vaikeampaa kuin ilman. Ammattikorkeakoulu opintojen kerrottiin vastauksissa vaativan paljon ponnisteluja organisointia ja itseohjautuvuutta, jotka ovat ADHD:n kanssa ajoittain hankalia. Haastavaksi koettiin myös aikataulutukset, suunnittelu ja motivaation ylläpito. Vastauksissa toivottiin, että ADHD:tä ja siihen liittyviä liitännäisoireita ymmärrettäisiin enemmän. Vastauksissa toivottiin, että kanssa opiskelijat ja opettajat saisivat lisää ymmärrystä ADHD:stä. Vastauksissa nousi esiin, että ADHD-diagnoosin vaikutuksia ihmisen älykkyyteen tuotaisiin enemmän esille. Vastauksessa kerrottiin, ettei ADHD vaikuta ihmisen älykkyyteen ja ADHD-diagnoosin saaneet ihmiset pärjäävät opinnoissaan, jos huomioidaan osa-alueet, joissa tarvitaan mahdollisesti enemmän apua. Vastauksissa toivottiin, että annettaisiin aikaa, rauhaa ja ymmärrystä sillä diagnoosin saaneet eivät ole sitä itse valinneet.

<b>Mitä opiskelijat haluavat sanoa opinnoista ADHD:n kanssa?</b>			
Haastavaa on, aikataulutus, suunnittelu, itsenäinen opiskelu välillä todella haastavaa, mistä kaivaa motivaatio? Tietokoneen ohjelmien laaja-alainen osaaminen, en hallitse.	Ammattikorkeakouluopinnot vaatii paljon ponnisteluja, organisointia ja itseohjautuvuutta. Näiden löytyminen on ADHD:n takia välillä todella hankalaa.	Vaikeampaa opiskelu on diagnoosin kanssa kuin ilman sitä	Hankalaa
<b>Mitä opiskelijat toivovat muiden ymmärtävän ADHD:sta?</b>			
Asiaa tulisi tuoda enemmän ilmi, ettei ADHD-diagnoosi vaikuta ihmisen älykkyyteen millään tavalla, me pärjäämme ihan yhtä hyvin opinnoissa, jos huomioidaan osa-alueet, joissa ehkä tarvitaan enemmän tukea ja ohjausta kuin muut. Yksilöllisesti tulisi huomioida jokainen opiskelija.	Antakaa aikaa, rauhaa ja ymmärrystä. Emme tätä ole itse voineet valita.		

Taulukko 11. Opiskelijoiden kokemat haasteet opinnoissa sekä toiveet mitä toivotaan muiden ymmärtävän.

Seuraavaksi vastauksissa nousi esiin oppilaiden tuomat toiveet siitä mitä kaipaisivat opettajilta ja kanssa opiskelijoiltaan. Vastauksissa kerrottiin, että kanssa opiskelijoilta

kaivattaisiin enemmän ymmärrystä erilaisista oppimis- ja työskentelytapoja kohtaan. Opettajilta toivottiin parempia keinoja motivoida erilaisia opiskelijoita. Koululta toivottiin ymmärrystä siitä, että ADHD:n mukana on usein myös esimerkiksi masennusta ja ahdistuneisuutta. Vastauksissa tuli myös esille, että kiusaamisen estämiseen pitäisi aktiivisesti pyrkiä. Esiin nousi vielä opettajien asenne ja välinpitämättömyys. Vastauksissa kerrottiin, että tämä harmittaa ja jos ongelmiin olisi kiinnitetty aiemmin huomiota jo aiemmin niin olisi voinut välttyä varmaan paljon turhalta turhautumiselta.

<b>Mitä opiskelijat toivovat opettajilta ja muilta kanssa opiskelijoilta?</b>					
Kanssa opiskelijoilta enemmän ymmärrystä erilaisia oppimis tai työskentelytapoja kohtaan.	Ihmettelen ettei kuraattori huomannut asiaa vaikka alusta asti kävin hänen luonaan neuvoja vailla.	Koulun pitäisi ymmärtää, että ADHD:n mukana on usein myös esimerkiksi masennusta ja ahdistuneisuutta	Opettajilla tulisi olla parempia keinoja motivoida erilaisia opiskelijoita.	Ihmettelen ettei kuraattori huomannut asiaa vaikka alusta asti kävin hänen luonaan neuvoja vailla.	Kiusaamisen estämiseen tulisi pyrkiä aktiivisesti.
Eniten harmittaa opettajien asenne ja välinpitämättömyys. Myös jos ongelmiini olisi kiinnitetty huomiota jo ensimmäisenä vuonna, olisin varmaan välttynyt paljolta turhautumiselta. Ymmärrän AMK:ssa ollaan jo aikuisia ja olet itse vastuussa opinnoista yms, mutta miten voit hakea apua, jos et edes tajua tarvitsevasi apua? Minulla alkoi hälytyskellot soida vasta 2.kouluvuoden kohdalla, ei opo olisi mitään sanonut, ennen kuin valmistuminen olisi ollut lähempänä.					

Taulukko 12. Taulukko opiskelijoiden toiveista opettajille ja kanssa opiskelijoille

Opiskelijoiden vastauksista nousi esiin diagnoosin ja hoidin merkitys. ADHD koettiin tärkeäksi diagnosoida, jotta opiskelija pääsee avun piiriin. ADHD-diagnoosin koettiin myös lisäävän ymmärrystä, ettei esimerkiksi olekaan tyhmä tai laiska. Vastauksissa nousi esille, että ADHD-lääkityksestä on koettu olevan hyötyä. Kumminkin avun saaminen opiskelijoiden terveydenhuollon kautta koettiin haasteelliseksi.

Mitä opiskelijat haluavat sanoa ADHD-diagnoosin merkityksestä, hoidosta ja avun saamisesta?				
Adhd olisi tärkeää diagnosoida, ohjata opiskelija tuen piiriin, jos dg ei vielä oöe	Näistä on selvitty ilman, että diagnoosia edes oli. Lääkitys on auttanut keskittymisongelmaan. Itse diagnoosin hakeminen oli kaaosmainen kokemus yths:n kautta ja hoitava taho on kieltäytynyt korjaamasta vääriä tulkintojaan	Lääkitys toimii omalla kohdalla oireisiin ja olen onneksi itseä kiinnostavaa alaa opiskelemissa, aika kuitenkin näyttää miten pitkällä tähtäimellä sujuu. Potentiaalisena riskinä on uupuminen sekä töiden että opintojen yhdistelmästä.	ADHD diagnoosi auttaa ymmärtämään esimerkiksi sen, että ei olekaan vain tyhmä ja laiska. Olen kuullut paljon tarinoita, joissa koulunkäynti on edennyt huomasti lääkityksen avulla. Itselleni etsitään juuri sopivaa lääkitystä joten ei ole vielä kokemusta lääkityksen vaikutuksesta opintoihin.	Diagnoosin saaminen YTHS kautta on yks hemmetin tempurata. Käyntien välissä useita kuukausia, eikä tietoa siitä miten diagnoosi on edennyt ole saatavilla. Hyvä koulu menestys on diagnoosia vastaan. Lääkkeiden samaaminen melko mahdotonta. Burnout koulussa ja burnout siinä, kun yrittää hakea apua. ADHD on helvettiä.

Taulukko 13. Taulukko opiskelijoiden ajatuksista ADHD-diagnoosin merkityksestä, hoidosta ja avun hakemisesta

Viimeisenä nousi esille, että ADHD:n kanssa on mahdollista opiskella. Opintojen kerrottiin onnistuvan etenkin, jos saa hyperfoksoinnin päälle. Vastauksessa kannustettiin hakemaan apua ja kertomaan asiasta omalle ryhmänohjaajalle. Vastauksessa lisäksi kannustettiin hakemaan kouluun, jos se kiinnostaa.

Onnistuu, varsinkin jos saa asioissa hyperfokusoinnin päälle, se vaan usein ohjautuu muihin asioihin kuin opinnot, mutta joskus onnistuu. Kerro asiasta omalle ryhmäopettajalle. Hae Celianet-kirjaston käyttöoikeudet, sieltä saattaa löytyä sopivia oppikirjoja tai lähdekirjallisuutta tehtäviin. Selvitä miten ne kirjataan tehtävissä lähteeksi. Jos opiskelu kiinnostaa, hae opiskelemaan, haasteita voi tulla, mutta toisaalta voi olla etua kun ajatusta on paljon, ideoita on paljon, kun vaan saa suunnattua tämän oikein.

Toisessa vastauksessa kerrottiin, että hänen koulussaan on perehdytty ADHD:n sen verran, ettei kokenut jääneensä toissijaiseksi ADHD-diagnoosille.

■■■■■■ mielestäni ADHD -diagnoosiin on perehdytty siinä määrin, että ymmärretään opiskelijan tarpeita mahdollisille tukitoimille. En koe jääneeni toissijaiseksi diagnoosini vuoksi, vaan minua on autettu ja yritetty auttaa mahdollisuuksien mukaan hyvin.

## 11 Pohdinta

### 11.1 Tulosten johtopäätökset

Opinnäytetyön kyselytutkimuksesta saatiin hyvin tietoa ADHD-oireista, niiden vaikutuksista ammattikorkeakoulu opintoihin, ammattikorkeakoulun tarjoamasta tuesta, tuen



prosessista, opiskelijoiden kokemuksista ammattikorkeakoulu opintojen suorittamisen koetusta yhdenvertaisuudesta sekä opiskelijoiden omia ajatuksia opiskelusta ADHD:n kanssa.

Kyselytutkimuksen aineistosta saatiin pääasiassa tietoa naisten omakohtaisista kokemuksista, sillä reilusti yli puolet vastaajista ilmoittivat sukupuolekseen nainen. Naisten ADHD:stä saatava tieto on arvokasta, sillä kuten teoriastakin nousi esiin, aihetta käsittelevää tutkimuskirjallisuutta on vielä vähän. Tiedon lisääntyminen auttaa ymmärtämään naisten ADHD-oireita, sekä parantaa hoidon muotoja. Tiedon lisääntymisen kautta yhä useampi nainen saisi apua ja ymmärrystä ADHD:stä, joka voi parantaa elämänlaatua sekä hallintaa. Naisvastaajien määrään selittävä syynä voi olla se, että yksi Facebook ryhmistä oli suunnattu nimenomaan naisten ADHD tukiryhmäksi.

Kyselytutkimukseen saaduista vastauksista ei pysty tarkastelemaan eroja sukupuolten välillä sillä miesten ja muun sukupuolisten vastaajien osuus on liian pieni. Opiskelijat raportoivat saman tyyppisiä ADHD-oireita eikä niissä ollut selkeää eroa. Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli saada tietoa siitä, millä tavalla ADHD-oireet voivat vaikuttaa ammattikorkeakoulu opintoihin. Tietoa ADHD-oireiden vaikutuksista kartoitettiin Likert-asteikon sekä avokysymysten avulla.

Kyselyssä kartoitetulla iällä ei ollut havaittavaa merkitystä siihen, miten ADHD-oireet näkyivät opinnoissa. ADHD-oireiden vaikutuksista opintoihin annettiin samankaltaisia vastauksia jokaisessa ikäluokassa.

Kyselylomakkeen avokysymysten tulosten perusteella ADHD-oireet voivat vaikuttaa opintojen etenemiseen ja suorittamiseen. Avokysymyksistä saadut tulokset olivat hyvin linjassa teoriasta saadun tiedon kanssa. Teoriasta nousi esiin, että ADHD voi näkyä opinnoissa tarkkaavuuden ongelmina. Tarkkaavuuden ongelmat nousivat esiin vahvasti myös opiskelijoiden vastauksista. Tarkkaavuudenongelmat näkyivät kyselylomakkeeseen vastanneiden opiskelijoiden ammattikorkeakouluopinnoissa keskittymisen vaikeuksina. Keskittymisen vaikeudet olivat vastausten perusteella laaja-alaisia ja näkyivät monilla eri opintojen osa-alueilla. Tarkkaavuuden ongelmien koettiin haittaavan opintojen suorittamista ja etenemistä. Muita vastauksissa esiin tulleita tarkkaavuuden alueen ongelmia olivat vaikeudet aloittaa tehtävien teko, tehtävissä tulleet huolimattomuusvirheet sekä motivaation ylläpito.

Vastauksissa nousi esiin ADHD-oireiden näkyminen opinnoissa lisäksi toiminnanohjauksen haasteina. Opiskelijat kertoivat hyvin samanlaisia haasteita toiminnanohjauksessa mitä nousi esiin myös teoriassa. Toiminnanohjaukselliset haasteet näkyivät opiskelijoiden opinnoissa aikatauluttamisen haasteina, alisuoriutumisenä, opintojen venymisenä ja jopa keskeyttämisenä. Kaksi kyselylomakkeeseen vastannutta opiskelijaa oli jättänyt opintonsa aikaisemmin kesken. Toinen näistä opiskelijoista oli jättäytynyt nykyisistä opinnoista useamman kerran poissaolevaksi ja toinen jatkanut opintojaan vasta kun oli saanut lääkkeen. Kaksi kyselyyn vastannutta opiskelijaa kertoivat, että ADHD-oireet olivat hidastaneet heidän opintojaan.

Tuloksista selvisi, että opiskelijat kokivat ADHD-oireiden haittaavaan myös opintojen sujuvuutta sekä opiskelumotivaatiota. Vastauksissa nousi esiin, että ADHD-oireilla on samankaltaisia vaikutuksia opintojen sujuvuuteen, kun niiden etenemiseen ja suorittamiseen. Opiskelijat kokivat, että opintojen sujuvuuteen vaikuttivat keskittymisen ongelmat ongelmat, motivaation haasteet, muistamisen ja ymmärtämisen haasteet sekä tehtävien teon haasteet. ADHD-oireet näkyivät opintojen sujuvuudessa tutkinnon keskeyttämisenä, opintojen haasteellisuutena, opintojen takkuluina, opintojen hidastumisena, opintojen etenemisen vaihtelevuutena sekä niin etteivät opinnot sujuneet. Opintojen sujuvuuteen laskeviksi tekijöiksi vastauksissa mainittiin etäopiskelu, ryhmätyöt, kurssien haaliminen, koulun ja työn yhdistäminen sekä diagnoosin puuttuminen. Vastaukset olivat linjassa teorialiedosta saadun tiedon kanssa. Opintojen sujuvuutta lisääviksi tekijöiksi mainittiin ADHD-lääkitys sekä hyperfokusoituminen.

ADHD-oireiden vaikutukset opiskelumotivaatiossa näkyivät opiskelumotivaation lisääntymisenä, laskemisena sekä vaihtelevana opiskelumotivaationa. ADHD näkyi opiskelumotivaatiossa positiivisesti korkeakana motivaationa ja innostumisena. ADHD näkyi opiskelumotivaatiossa kielteisesti motivaation vaihteluna, herkästi kyllästymisenä, motivaation laskuna sekä motivaation puutteena. Vastauksista nousi esiin tekijöitä, joiden koettiin vaikuttavan positiivisesti opiskelumotivaatioon. Tekijöitä olivat kiinnostusta herättävät kurssit, kiinnostus opiskeltavaa alaa kohtaan, halu valmistua, saatu ADHD-diagnoosi sekä mielenkiintoiset aiheet. Tekijät, joiden koettiin laskevan opiskelumotivaatiota, olivat pelko muiden ihmisten pettymyksestä, yksin opiskelu, avun puute, ei kiinnostavat kurssit, uupumus, masennus, epäonnistuminen, työlääät tehtävät, hankalalta tuntuvat tehtävät, oireiden kanssa kamppailu sekä huono itseluottamus. Samoja tekijöitä nousi esiin teorialiedosta.

Tulosten perusteella ADHD-oireet vaikuttavat opiskelijoiden opintoihin laaja-alaisesti ja aiheuttavat merkittävää haittaa myös aikuisiällä. ADHD-oireiden haittojen vähentämiseksi opiskelijat tarvitsisivat ohjausta ja tukea opintojen suorittamiseen. Lisäksi tarvittaisiin ADHD:n yksilöllistä ja kokonaisvaltaista hoitoa. Kuten opinnäytetyön teorian tiedostakin nousi esiin ADHD ei ole opintojen este, jos sen hoito ja opintojen tuki on järjestetty huolellisesti. Opiskelijoiden kertomista ADHD:n tuomista haitoista voisi kumminkin päätellä, että näin ei ole vastaajista suurimman osan kohdalla. Tähän voi vaikuttaa opiskelijoidenkin esiin tuoma opettajien tietämättömyys ADHD-oireiden vaikutuksista opintoihin sekä muihin elämän osa-alueille.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kartoittaa, millaista tukea ammattikorkeakouluopiskelijat voivat saada opintojensa aikana. Teorian tiedosta nousi esille, että ammattikorkeakouluilla ei ole yhtä yhteneväistä linjaa tuen tarjoamiselle vaan ohjausta ja tukea voi saada kunkin ammattikorkeakoulun käytäntöjen mukaisesti. Ammattikorkeakoulujen pitää laatia yhdenvertaisuussuunnitelma, jossa on kerrottuna usein tiedot siitä millaisin toimin, koulu pyrkii edistämään opintojen yhdenvertaisuutta ja esteettömyyttä. Teorian tiedosta nousi esille, että jokaiseen korkeakoulussa on valittu henkilö tai yksikkö, joka vastaa opiskelijavalintojen ja opiskelun esteettömyydestä. Valittu henkilö tai yksikkö on se, jolta saa tarkempaa tietoa korkeakoulunsa esteettömyyskäytännöistä.

Aineistosta saatujen vastausten perusteella olisi kumminkin tulkittavissa, että ammattikorkeakoulujen käytänteet eivät ole saavuttaneet opiskelijoista. Yli puolet opiskelijoista eivät tieneet, kuka heidän koulussaan vastaa erityisentuen päätöksistä tai millaista tukea erityisentuen päätöksellä voi saada. Kyselyyn vastanneista opiskelijoista yli puolet eivät myöskään tieneet miten erityistä tukea voi hakea. Opiskelijat kertoivat vastauksissaan, että oli todella vaikea selvittää keltä ja mistä tukea voisi hakea. Opiskelijoiden vastauksissa nousi esille myös, ettei opettajilla ollut tietoa tai halua auttaa opiskelijaa erityisen tuen hakemisessa. Osa vastanneista opiskelijoista ei edes tiennyt, että koulussa oli mahdollista hakea tukea opintoihinsa. Tämä voi olla yksi syy sille miksi kyselyyn vastanneista opiskelijoista yli puolet eivät olleet hakeneet erityistä tukea.

Teoriasta nousi esille, että erityisjärjestelyt ovat osa opintojen esteettömyyttä ja niitä voivat olla esimerkiksi lisäaika tentissä ja tentin suorittaminen suullisesti. Aineiston vastauksista saatiin tietoa erilaisista tuen muodoista ja ne olivat suurimmalta osin yhteneväisiä teorian tiedosta saatujen tietojen kanssa. Suurin osa opiskelijoista ei kumminkaan kokenut, että saatu tuki olisi riittävää tai monipuolista. Suurin osa opiskelijoista oli saanut vain yhdenlaista tukea opintoihinsa, joka oli lisäaika tentteihin. Yksi vastaajista kertoi, että oli saanut sen tuen mikä oli minimi, jota koululta vaaditaan.

Teoriasta nousi esille, että korkeakoulu opiskelussa otetaan huomioon yksilölliset opetusjärjestelyt ja ohjaus, opiskelijan hyvinvointi ja osallisuus. Aineistosta saatujen vastausten perusteella tämä ei kumminkaan toteudu riittävällä tavalla. Opiskelijat kertoivat, että olivat saaneet, etteivät koulun henkilökunta osannut auttaa ja opettajien asenne oli hyökkäävä ja vähättelevä esitettyihin kysymyksiin. Opiskelijoiden vastauksissa nousi esille, että tuen saaminen oli ajoittain epäohjonmukaista eikä luvattua tukea aina saanut. Vastauksissa kerrottiin, etteivät kaikki opettajat ymmärrä tai järjestele kurssejaan niin että tukea tai ylimääräistä aikaa olisi mahdollista järjestää. Vastauksissa tuotiin lisäksi esille, etteivät opettajat suurimmalta osin ymmärrä erityisen tuen tarpeesta ja osa jopa syyllisti sen hakemisesta. Osa opiskelijoista koki, että heidät nähtiin laiskoina tai että ADHD-oireet nähtiin opiskelijan omina heikkouksina. Vastauksista ei noussut esille, että kaikki opiskelijat olisivat saaneet yksilöllisesti suunniteltuja opetusjärjestelyjä ja ohjausta vaan päinvastoin.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kartoittaa kokevatko opiskelijat, että heidän ammattikorkeakoulunsa tukee heitä opinnoissa niin että niiden suorittaminen on yhdenvertaista. Yli puolet opiskelijoista ei kokenut, ettei ammattikorkeakoulu tue heitä opinoissaan niin että opintojen suorittaminen olisi yhdenvertaista. Syitä tähän voi tarjota edellä mainitut asiat. Opiskelijat kertoivat huonoista kokemuksistaan siitä, miten heitä on kohdeltu ja miten he ovat tulleet kohdatuksi koulun henkilökunnan puolesta. Vastausten perusteella tämä näyttäisi vähentävän vastanneiden opiskelijoiden hyvinvoinnin kokemusta sekä osallisuuden tunnetta. Moni opiskelija kertoi vastauksessaan, että kokee uupumusta, väsymystä ja stressiä. Näiden syynä voi olla ADHD-oireiden tuoma kuormitus opiskelussa sekä tarvittavan tuen puute. Yksi opiskelija kertoi kokevansa ulkopuolisuuden tunnetta. Opiskelijat toivat esille vastauksissaan kokevansa, etteivät muut ymmärrä ADHD:n tuomia haasteita ja he jäävät kamppailuidensa kanssa yksin.

Opinnäytetyön teorian tiedossa nousi esiin yhteneväisyyksiä vanhojen tutkimusten tuloksia korkeakoulujen esteettömyydestä ja saavutettavuudesta. Vuonna 2011 tehdyssä tutkimuksessa selvisi, että korkeakouluilla on paljon kehitettävää esteettömyyden ja saavutettavuuden edistämiseksi. Tutkimuksen perusteella korkeakouluissa oli, pyritti edistämään esteettömyyttä erilaisin erityisjärjestelyin kuten tenttien lisäaika. Ongelmaksi muodostui kumminkin tukijärjestelyjen saatavuuden erot hakijoiden ja tenttijöiden välillä. Tukitoimien toimivuudesta ja saatavuudesta oli kysytty myös opiskelijoista ja vastauksista kävi ilmi, että opiskelijat eivät aina saa tarvitsemiaan tukitoimia, vaikka niistä olisi sovittu etukäteen. Tämän opinnäytetyön kyselyn tulosten perusteella vaikuttaisi siltä, että ongelmat ovat edelleen hyvin samansuuntaisia.

Näitä johtopäätöksiä näyttäisi vahvistavan, niiden kahdeksan opiskelijoiden vastaukset, jotka kokivat ammattikorkeakoulun tukevan heitä opinnoissaan niin että niiden suorittaminen on yhdenvertaista niiden vastaksiin, jotka eivät näin kokeneet. Viisi kahdeksasta opiskelijasta tiesi kuka heidän koulussaan vastaa erityisen tuen päätöksistä, yksi ei osannut sanoa ja kaksi ei tiennyt. Kahdeksasta opiskelijasta kuusi tiesi millaista tukea erityisen tuen päätöksellä voi saada ja kaksi ei tiennyt. Kahdeksasta opiskelijasta kuusi tiesi miten erityistä tukea haetaan ja kaksi ei tiennyt. Kahdeksasta vastaajasta neljä oli hakenut erityistä tukea, kolme ei ollut hakenut tukea ja yksi ei osannut sanoa oliko hakenut tukea.

Opiskelijoista, jotka eivät olleet hakeneet erityistä tukea kaksi ei kokenut sitä tarvitsevänsä ja yksi koki, ettei hyötyisi tarjolla olevasta tuesta. Opiskelija, joka ei osannut sanoa oliko hakenut tukea, oli jutellut alustavasti opinto-ohjaajan kanssa ja sopineet että saa lisäaikaa tarvittaessa mutta ei ollut vielä nähnyt tarvetta erityiseen tukeen. Kyllä vastanneista opiskelijoista yksi oli saanut tukea opinnoissaan, kaksi oli saanut tukea osassa opintojaan ja yksi ei ollut saanut tukea. Kaksi opiskelijoista, jotka eivät olleet hakeneet erityistä tukea olivat sitä kuitenkin saaneet. Yksi, joka ei ollut saanut erityistä tukea oli vasta hakenut sitä ja erityisen tuen hakemisen prosessi oli kesken.

Alla olevasta taulukosta on nähtävissä opiskelijoista, jotka kokivat ammattikorkeakoulun tukevan opintojen suorittamista yhdenvertaisesti yli, puolet tiesivät kuka koulussa vastaa erityisen tuen päätöksistä, millaista tukea on erityisen tuen päätöksellä voi saada sekä tiesivät miten erityistä tukea voi hakea. Näistä tuloksista olisi pääteltävissä, että tieto ammattikorkeakoulunsa erityisen tuen järjestelmästä lisää yhdenvertaisuuden tunnetta. Yhdenvertaisuuden tunnetta näyttäisi lisäävän lisäksi se, että opiskelija on saanut tarvitsevaansa tukea tai kokee että ammattikorkeakoulu tukisi opinnoissa, jos siihen olisi tarvetta. Neljän opiskelijan vastauksissa nousi esiin, että saatu tuki oli ollut tilanteen ja tarpeen mukaista, tuen hakeminen oli ollut helppoa ja selkeää sekä että tuen hakemisen prosessissa oli ollut joku koko ajan tukena ja apuna. Ammattikorkeakoulun tarjoama tuki ja apu näyttäisi siis tukevan opintojen suorittamista ja koettua yhdenvertaisuutta.

Lisäksi ammattikorkeakouluopintoja näyttäisi tukevan vähäiseksi koetut ADHD:n haitat ja ADHD:hen saatu hoito. Neljä kahdeksasta kyllä vastanneista opiskelijoista ei kokenut, että ADHD-oireet olisivat haitanneet opintojen etenemistä, sujuvuutta tai opiskelumotivaatiota vaan päinvastoin lisänneet niitä. ADHD-oireista ei joko koettu haittaa tai sitten niiden koettiin lisäävän opintojen etenemistä, sujuvuutta sekä opiskelumotivaatiota.

<u>Kysymykset</u>	<u>Kaikki opiskelijat</u>	<u>Opiskelijat, jotka eivät kokeneet opintoja yhdenvertaisiksi</u>	<u>Opiskelijat, jotka koki- vat opinnot yhdenvertaisiksi</u>
<b>Tiedätkö kuka vastaa koulussasi erityisen tuen päätöksistä?</b>	Kyllä 24 %	Kyllä 20 %	Kyllä 62 %
	En 56 %	En 50 %	En 25 %
	En osaa sanoa 20 %	En osaa sanoa 25 %	En osaa sanoa 13 %
<b>Tiedätkö millaista tukea erityisen tuen päätöksellä voi saada?</b>	Kyllä 33 %	Kyllä 30 %	Kyllä 75 %
	En 55 %	En 50 %	25 %
	En osaa sanoa 7 %	En osaa sanoa 20 %	-
<b>Tiedätkö miten voit hakea erityistä tukea opintoihisi?</b>	Kyllä 38 %	Kyllä 45 %	75 %
	En 55 %	En 50 %	25 %
	En osaa sanoa 7 %	En osaa sanoa 5 %	-
<b>Oletko hakenut erityistä tukea opintojesi aikana?</b>	Kyllä 33 %	Kyllä 35 %	Kyllä 50 %
	En 60 %	En 55 %	En 37 %
	En osaa sanoa 7 %	En osaa sanoa 10 %	13 %
<b>Oletko saanut tukea opinnoissasi?</b>	Kyllä 17 %	Kyllä 20 %	Kyllä 37 %
	En 50 %	En 50 %	En 38 %
	Osassa opintoja 33 %	Osassa opintoja 30 %	En osaa sanoa 25 %

Taulukko 14. Vertailu taulukko

Opiskelijoiden vapaamuotoisista vastauksista nousi esille, että opiskelijat kaipaivat selkeämpää polkua hakea erityistä tukea. Opiskelijat toivovat myös monipuolisempia ja yksilöllisempiä ratkaisuja ja tuen muotoja opintoihin. Teoriatiedosta nousi esiin, että jokaisen ADHD-oireisen tuen muodot tulisi suunnitella yksilöllisesti sillä ne ovat jokaisella omanlaisensa. Myös opiskelijat kokivat, että yksilöllisyydelle on tarvetta ja kouluilta toivottiin. Opiskelijat nostivat vastauksissaan lisäksi toiveen siitä, että ADHD:n ymmärrystä lisättäisiin, jotta stigma ja ennakkoluulot sen ympärillä katoaisivat. Ymmärryksen toivottiin myös lisäävän opettajien kykyä auttaa ADHD-diagnoosin saaneita opiskelijoita entistä paremmin.

Teoriatiedosta nousi esiin, että ADHD voi haitata ihmisen elämän mielekkyyttä etenkin, jos se jää diagnosoimatta. Myös opiskelijat toivat vastauksissaan esille diagnoosin sekä hoidon merkityksestä. Opiskelijat kokivat, että olisi tärkeää saada ADHD diagnosoitua

mahdollisimman varhain, jotta sen oireiden haittaavuuden vähentämiseksi voidaan aloittaa hoidon suunnittelu. Opiskelijat kokivat tämän lisäävän itseymmärrystä sekä selviytymistä koulussa.

Opinnäytetyön teorianäkökulasta tuli esille, että aiemmat huonot kokemukset voivat vaikuttaa omiin asenteisiin. Aiempia huonoja kokemuksia voivat olla esimerkiksi huonot koulukokemukset. Yksi vastaajista koki tuen riittäväksi koska ei olisi kehdannut pyytää enempää ja koki ettei opi, vaikka vääntäisi rautalangasta. Tähän ajattelumalliin voisi mahdollisesti vaikuttaa vanhat kokemukset, jotka ovat saaneet vastaajan kokemaan itsensä huonoksi oppijaksi. Toisessa vastauksessa tuki koettiin riittäväksi koska on vaikea sanoa mikä tuki on riittävää. Teoriasta nousi esille, että ammattikorkeakouluissa tehdään opiskelijoille yksilöllisiä ratkaisuja ja järjestelyjä, joilla pyritään siihen, että opiskelu olisi mahdollista kaikille. Yksilölliset ratkaisut tarkoittavat sitä, että jokaiselle opiskelijalle suunnitellaan opinnot yksilöllisesti opiskelijan omien opiskelijakykyjen mukaisesti. Riittävän tuen voisi siis ajatella tarkoittavan sitä, että tuki on sellaista, joka auttaa opintojen suorittamisessa niin, että opiskelu ei aiheuta kohtuutonta ponnistelua ja opinnot on mahdollista suorittaa aikataulussa.

Voiko tuen siis sanoa olevan riittävä, jos se täyttää koululta vaaditun minimin, tuen riittävyyttä on vaikea määrittellä tai koska tukea ei olisi kehdannut toivoa enempää? Tuen tarpeita on hyvin erilaisia ja tasoisia, joten on haasteellista ajatella, että koulun minimi kattaisi kaikki nämä tarpeet. Tuen voisi katsoa riittäväksi silloin kun se tukee opiskelijaa riittävästi suorittamaan opinnot. Tuen pyytämisen esteenä ei pitäisi olla ajatus siitä, että tukea kehtaa toivoa enempää, jos tuki ei ole riittävää.

## 11.2 Tulosten pohdinta

Opinnäytetyön lomakekysely toi paljon merkityksellistä tietoa ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakoulu opiskelijoiden omista kokemuksista opiskelusta ADHD:n kanssa. Tulosten perusteella ammattikorkeakoulujen tarjoama tuki ei ole kaikilla sellaista, joka tukisi opiskelijoiden opintojen suorittamista yhdenvertaisesti. Suurin osa kyselyyn vastanneista opiskelijoista koki saadun tuen riittämättömäksi tai jopa olemattomaksi. Ammattikorkeakoulut ovat olleet osallisina kehittämishankkeissa, joissa on pyritty parantamaan opintojen esteettömyyttä, saavutettavuutta sekä yhdenvertaisuutta. Tulosten perusteella tähän olisi edelleenkin tarvetta.

Ammattikorkeakouluopintojen kehittämiseksi olisi hyödyllistä kartoittaa vielä tarkemmin opiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia siitä, miten heitä on tuettu opinnoissa ja miten oppimis- tai keskittymisvaikeudet näkyvät opintojen suorittamisessa. Olisi merkityksellistä saada lisää tietoa oppimis- ja keskittymisvaikeuksien näkymisestä ja vaikutuksista ammattikorkeakouluopintoihin, sillä siitä näyttäisi olevan edelleen vähän tietoa. Tieto auttaisi kehittämään tuen muotoja sekä samalla saataisiin tietoa siitä, miten haittoja voisi vähentää. Hyödyllistä voisi lisäksi olla selvittää koulujen henkilökunnan ajatuksia siitä miten nykyinen erityisentuen prosessi toimii. Opettajien tietämystä myös ADHD:n vaikutuksista voisi olla merkityksellistä selvittää, jotta tiedetään, onko opettajilla tarpeeksi tietoa ja taitoja auttaa ADHD-diagnoosin saaneita opiskelijoita.

Opiskelijoiden asiantuntijuutta olisi hyvä hyödyntää myös tuenmuotojen kehittämisessä. Kyselyyn vastanneet opiskelijat toivoivat yksilöllisempiä ratkaisuja opintoihin sekä lisää vaihtoehtoisia opiskelutapoja. Jokainen opiskelija on oma uniikki yksilönsä eikä kaikilla toimi samat ratkaisut. Opiskelijoilta voisi saada tärkeää tietoa siitä millaiset erilaiset tuen muodot tukevat opintoja. Tätä tukee myös yhdenvertaisuuslaki (1325/2014) joka pyrkii takaamaan opiskelijoille yhdenvertaiset mahdollisuudet opiskella.

Tiedon kartoittaminen ja tiedon lisääminen tukisi opiskelijoiden opintojen suorittamista sekä vähentäisi oppimis- ja keskittymisvaikeuksista syntyviä haittoja. Tulosten perusteella tiedolle olisi tarvetta sillä vastauksissa nousi esiin, ettei kaikilla koulun henkilökuntaan kuuluvilla ollut tietoa tai ymmärrystä ADHD:n vaikutuksista opintoihin. Nykypäivänä ymmärretään että oppimis- ja keskittymisvaikeudet jatkuvat usein aikuisuuteen mutta niiden tietoa vaikutuksista aikuisilla tai aikuisilla opiskelijoilla on suhteellisen vähän. Tiedon vähäisyys olisi jo itsessään syy kartoittaa asiaa enemmän.

Ammattikorkeakoulujen henkilökunta voisi hyötyä koulutuksista, joissa kerrotaan millaisina haasteina ADHD voi näkyä ammattikorkeakouluopinnoissa. Tiedon lisääntyminen voisi tuoda henkilökunnalle ymmärrystä sekä työmenetelmiä tukea oppilaita. Tiedon lisääntyminen voisi vähentää lisäksi mahdollisia ennakkoluuloja, joita ADHD:tä kohtaan saattaa on. Tuloksissa tuli ilmi, että opiskelijat pelkäävät leimaantumista ADHD:n takia, jonka takia eivät ole hakeneet apua. ADHD lisäsi myös opiskelijoiden häpeää ja huonoa itsetuntoa ja tämä nousi esiin myös teorian tiedossa. Yhä useampi opiskelija uskaltaisi hakea apua, jos ADHD:n leima vähenisi ja sen ympärillä olevat ennakkoluulot vähentyisivät.



Opiskelijat toivoivatkin vastauksissaan, että tieto lisääntyisi ADHD:n kokonaisvaltaisista vaikutuksista, jotta yhä useampi ymmärtäisi, ettei ADHD ole ainoastaan paha asia. ADHD:n liitännäisoireista olisi myös tärkeä saada tietoa sillä nekin voivat vaikuttaa merkittäväällä tavalla opintojen suorittamiseen. Liitännäisoireisiin kuuluvat muut oppimisvaikeudet kuten lukihäiriö sekä mielialahäiriöt kuten masennus. Nämä molemmat voivat vaikuttaa opintojen suorittamiseen merkittävästikin, joten näiden ymmärtäminen auttaisi ymmärtämään entistä laajemmin ADHD-opiskelijoita. Tiedon lisääntyminen olisi hyödyllistä myös opiskelijoille itselleen. Tiedon lisääntyminen auttaa ADHD-diagnoosin saaneita opiskelijoita ymmärtämään omia haasteita ja miten niiden kanssa voi pärjätä. ADHD-opiskelijoiden ymmärrys auttaisi opiskelijoita löytämään uusia hyviä oppimisen tapoja sekä lisäisi ymmärrystä siitä, ettei ADHD ole asia, joka tekee heistä huonompia. Tiedon lisääntyminen auttaisi myös opettajia kiinnittämään huomiota mahdollisiin merkkeihin siitä, että opiskelijalla voi olla ADHD. Opiskelija voitaisiin näin ohjata tutkimuksiin ja yhä useampi saisi apua, jonka avulla pärjääminen olisi helpompaa.

Opinnäytetyön tulosten perusteella voisi olla tarvetta kartoittaa lisäksi sitä hyötyisivätkö ammattikorkeakoulut yhteneväisemmästä linjasta, miten tukea haetaan. Tulosten perusteella jo tiedon löytäminen siitä miten tukea haetaan, on vaikeaa. Hyötyisivätkö ammattikorkeakoulut mahdollisesti siitä, että jokaisessa olisi sama linjaus tuen hakemiselle. Tämä voisi tehdä ammattikorkeakoulujen erityisentuen saamisesta selkeämpää sekä se olisi jokaisen ammattikorkeakoulun opiskelijalle yhdenvertaisesti haettavissa ja saatavissa. Selkeät linjaukset voisivat auttaa myös opettajia oppilaiden ohjaamisessa, miten haetaan erityistä tukea.

Tuen hakemisen prosessi voisi olla myös hyödyllistä yhtenäistää. Jokaiselle opiskelijalle voisi opintojen alussa antaa tiedotteen esimerkiksi sähköisessä muodossa, jossa on kerrottu selkeästi keneltä, tukea haetaan, miten tukea haetaan, mitä sitä varten tulee olla sekä millaista tukea olisi mahdollisesti saatavilla. ADHD-oireet voivat vaikeuttaa ammattikorkeakouluopintoja niin ettei opiskelijalla ole enää voimavaroja hakea tukea, jos hakemisen prosessi on kauhean vaikea tai tietoa on vaikea löytää. Yhteneväisellä linjalla olisi mahdollista saavuttaa useampi opiskelija, joka kaipaisi tukea opinnoissaan.

Asian tarkempaa selvittämistä tukee tuloksista esille noussut tieto siitä, että ADHD-oireiden kanssa on mahdollista suoriutua ammattikorkeakouluopinnoista ilman ylittämättömää ponnistelua. Tuloksista voi päätellä, että ADHD-oireiden vaikuttavuuden vähentäminen sekä riittävä ja oikea-aikainen tuki auttavat opiskelijaa opintojen suorittamisessa sekä lisäävät niiden sujuvuutta.

### 11.3 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuuden luo eettisyyden, uskottavuuden ja luotettavuuden luoma kokonaisuus. Nämä kolme käsitettä kiteytyvät toisiinsa ja mitään niistä ei voi jättää pois. (Puusa & Juuti 2020: luku viisi.)

Tutkimuksissa tulee aina ottaa huomioon hyvät eettiset periaatteet, jotta tutkimuksesta saadaan kestävää sekä luotettavaa tietoa. Tutkimuseetiikalla pyritään takamaan tutkimuksen kohteena olevien ihmisten hyvä kohtelu. Tutkimuseetiikka on osa hyvää tieteellistä käytäntöä, johon suomalainen tiedeyhteisö on sitoutunut. Laadullisen tutkimuksen keskeinen velvoittava ohje on Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. (Vuori.)

Tämä tutkimus aloitettiin tekemällä taustatutkimusta aiheen keskeisistä teemoista ja käsitteistä. Taustatutkimuksen tavoitteena oli saada monipuolinen käsitys ADHD:n merkityksestä tutkittavana oleville henkilöille. Ymmärrystä laajennettiin ADHD:n taustasta, vaikuttavuudesta, historiasta, diagnoosista, hoidosta, esiintyvyydestä ja merkityksestä yksilön arkeen. ADHD:n merkityksen ymmärrys yksilötasolla lisäsi ymmärryksen merkitystä yhteisötasolla. Taustatutkimuksella pyritään ehkäisemään tarpeettomien riskien, haittojen ja vahinkojen syntymistä tutkittaville. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019: 7.)

ADHD:n ymmärrys auttoi tutkimuskysymysten laatimista. Ymmärtämällä kohderyhmää pyritään samaan tutkittavien henkilöiden luottamus, joka voi alentaa kynnystä tutkimukseen osallistumiseen. Taustatutkimuksessa on käytetty tieteellisiä lähteitä, jotta saatu tieto olisi mahdollisimman luotettavaa. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019: 8–9) Tutkimuksessa käytettiin lisäksi yhteistyökumppanin asiantuntijuutta. Yhteistyökumppani on aktiivisena osana suunnittelua, jotta tutkimus olisi mahdollisimman kohdennettu kohderyhmän tarpeisiin sopivaksi. Ennen kyselylomakkeen julkaisua kysyttiin yhteistyökumppanilta mielipidettä sen toimivuuteen. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019: 8–9)

Tutkimus oli internet kysely ja siihen osallistuminen oli vapaaehtoista. Linkki internet kyselyyn laitettiin ennalta valittuihin suljettuihin Facebook tukiryhmiin, jolla pyrittiin saavuttamaan oikea kohderyhmä. Ennen linkin julkaisua valittujen Facebook ryhmien ylläpitäjiltä tai moderaattorilta kysyttiin suostumus kyselylomakkeen julkaisuun. Ylläpitäjille kerrottiin mistä tutkimuksessa on kyse, kuka sitä tekee ja mihin tietoa käytetään. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019: 12.)

Julkaisussa kerrottiin, kuka kyselyn on laatinut, miksi ja mitä varten. Kyselyn läpinäkyvyydellä pyritään avoimuuteen ja luottamuksen rakentamiseen. Kyselylomakkeessa oli kerrottu tutkimuksen tausta, tarkoitus sekä mihin vastauksia käytetään. Julkaisuun sekä kyselylomakkeeseen laitetaan tutkijan yhteystiedot, jos vastaaja haluavat lisätietoa aiheesta tai apua kyselyn täyttämässä. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019: 13.)

Kyselylomakkeen julkaisun yhteyteen kirjoitettiin saatekirjeen. Saatekirje toimii tutkimuksen julkisivuna ja siitä sai tiedon tutkimuksen tarkoituksesta, tutkijasta, vastaajien vallinasta ja tutkimistulosten käyttötarkoituksesta (Vehkalahti 2014: 47).

Internet kyselyyn vastaamisen tehtiin nimettömänä eikä siinä vaadittu tutkittavien henkilöiden henkilötietoja, eikä vastaaminen vaatinut tunnistautumista. Kyselyn lopussa pyydettiin suostumus tietojen luovuttamiseen tutkimusta varten. Lomaketta ei voinut lähettää eteenpäin ennen suostumuksen antamista. Vaikka kyselyssä ei käsitellä henkilötietoja suostumuksen pyytäminen voi luoda luottamusta siitä, ettei tietoja käytetä väärin. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019: 12.)

Vastaajien nimettömyyden suojaamiseksi aineiston analyysi vaiheessa on poistettu avovastauksista sellaisia kohtia, joista on mahdollista päätellä kyselyyn vastanneen henkilöllisyys tai koulupaikka. Henkilöllisyyden turvaamiseksi muutamasta avokysymyksestä litteroitiin tekstiä sen verran, ettei niistä ole mahdollista päätellä kuka siihen on vastannut. Näin tehtiin, jos avokysymyksen vastausta lainattiin suoraan tulosten esittelyssä.

Kyselylomakkeeseen asetettiin 16 päivää aikaa vastata aikavälillä 21.2021-6.10.2021. Kyselylomakkeeseen oli alun perin asetettu 14 päivää aikaa vastata mutta kyselylomakkeen viimeisinä mahdollisina vastauspäivinä Facebook kaatui niin ettei sen jäsenet päässeet kirjautumaan Facebook sivustolle sisään. Tästä johtuen vastausaikaa pidentettiin kahdella päivällä, jotta julkaisu ehdittiin nostaa vielä uudelleen Facebook ryhmien etusivuille. Internetissä olevalle kyselytutkimukselle varataan tavallisesti 10–14 päivää aikaa kerätä aineisto. Aineiston keräämisen aikana lähetetään tavallisesti myös muistutus vastaamisesta aineiston kohdehenkilöille. (Vilkkä 2007: 106.) Myös tässä kyselylomakkeessa on toimittu näin laittamalla kaikkiin neljään Facebook ryhmään uudelleen julkaisun kaksi päivää ennen vastausajan loppumista. Uudessa julkaisussa oli lyhyempi saateteksti, joka sisälsi kaikki tärkeimmät tiedot kyselylomakkeen tarkoituksesta.

Kysely suunnitellaan niin että siihen voi vastata kaikilta niiltä laitteilta, jotka tukevat Facebookin käyttöä. Kyselylomake suunniteltiin kohderyhmän erityispiireet huomioon ottaen, jotta se olisi mahdollisimman saavutettava. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019: 8–9.) Tällä pyrittiin yhdenvertaisuuteen tarjoamalla kaikille halukkaille mahdollisuus vastata kyselyyn. Kyselyssä ei tarvitse vastata kaikkiin kohtiin vaan osaan voi jättää vastaamatta. Kyselyyn osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja sen voi jättää halutessaan kesken.

Tutkimuksen valideetti eli tutkimuksen pätevyys tarkoittaa määrällisessä tutkimuksessa käytettyjen mittarien tai tutkimusmenetelmien kykyä mitata sitä mitä tutkimuksessa oli tarkoituskin mitata. Jotta tutkimus olisi pätevä siinä ei saisi olla systemaattisia virheitä. Pätevässä tutkimuksessa on siis merkittävää se, miten tutkittavat ovat ymmärtäneet kyselylomakkeen kysymykset ja niissä käytetyt mittarit. Kyselylomakkeen kysymykset ja mittarit pitää siis suunnitella siten että vastaaja ymmärtää mitä tutkija on kysymyksellä tarkoittanut. Jos tutkittava ei ymmärrä mitä tutkija kysymyksellä oletti voivat tulokset vääristyä. (Vilkkä 2021: luku 7)

Määrällisen tutkimuksen reliabiliteetti eli tutkimuksen luotettavuus tarkoittaa tutkimusten tarkkuutta eli sitä että käytetyt mittarit antavat ei-sattumanvaraisia tuloksia ja mittaustulokset pystytään toistamaan. Mittauksia toistettaessa saadaan siis sama tulos tutkijasta riippumatta. (Vilkkä 2021: luku 7.) Tutkimuksen luotettavuutta voi heikentää moni asia kuten että tutkittava ymmärtää kysymykset eri tavalla, kun tutkija oli ne tarkoittanut. Lisäksi tutkimuksen luotettavuuteen voi vaikuttaa inhimilliset virheet kuten virheet vastausten tallentamisessa tai laskemisessa. (Vilkkä 2021: luku 7.)

Kyselylomakkeen kysymykset ja mittarit pyrittiin suunnittelemaan niin että ne olisi ymmärrettävät mutta tätä ei kumminkaan saavutettu kokonaan. Kyselylomakkeessa esille nousseet ongelmat on nostettu esille, jotta ne eivät vaikuttaisi tutkimuksen luotettavuuteen. Kyselylomakkeen luotettavuuden takaamiseksi kysymykset, joiden suunnittelu tai ymmärrettävyys ei ollut onnistunut on jätetty pois opinnäytetyön johtopäätösten arvioinnista. Kysymyksistä saadut tulokset on esitelty tuloksissa, jonka avulla on pyritty esittämään vastausten ristiriitaisuus. Virheiden esittelyllä on pyritty osoittamaan tutkijan kykyä huomata mahdolliset poikkeavuudet ja sekä kykyä pohtia niiden syitä.

Kysymyksiä muotoiltaessa on pyritty tekemään niistä sellaisia, jotka vastaisivat mahdollisimman tarkasti tutkimuskysymyksiin. Kysymysten luomisessa on käytetty apuna teorian tiedosta saatuja tietoja. Tutkimuksen luotettavuuden parantamiseksi kaikki vas-

taukset tallentuivat automaattisesti sähköiseen muotoon, josta ne poimittiin Excel-ohjelmaan. Kaikkien vastausten analysointiin ja laskentaan käytettiin Excel-ohjelmaa. Tällä pyrittiin vähentämään inhimillisten virheiden määrää laskutoimitusten tuloksissa.

Laadullisessa tutkimuksessa uskottavuus tarkoittaa sitä, miten tutkija saa vakuutettua tutkimusta lukevat siitä, että tutkimuksessa esitetyt asiat ovat tapahtuneet ja niiden kuvaus on suoritettu asianmukaisella tavalla. Laadullisen tutkimuksen luotettavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkija pystyy vakuuttamaan lukijan ammattitaidostaan. Tutkija pyrkii vakuuttamaan lukijansa siitä, että on käyttänyt ja valinnut tutkimukseen perustellut ja oikeanlaiset lähestymistavat ja menetelmät, joilla on pyrkinyt ratkaisemaan tutkimusongelmaansa ja toteuttaakseen tutkimuksen. (Puusa & Juuti 2020: luku 5.)

Tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi kaikkien tutkimus- ja analysointimenetelmien käytön on pyritty perustelemaan. Aineistosta saadut tulokset on pyritty esittämään mahdollisimman ymmärrettävästi ja oikeanlaisesti. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta oleellisinta on oma kyky reflektiiviseen ajatteluun. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta on tärkeää, että tutkija ymmärtää omien ennakkotietojeni ja kokemusten merkityksen tutkimuksen suunnittelussa, toteuttamisessa ja tulosten esittelyssä. (Juhila.)

Koko tutkimuksen ajan on pyritty reflektiiviseen ajatteluun sekä ymmärrykseen omien ennakkoluulojen vaikutuksista aineistoa analysoidessa. Haastetta tutkimuksen luotettavuuteen tuo se, että olen itsekin ADHD-diagnoosin saanut ammattikorkeakouluopiskelija. Tutkimusta lukeva voi ajatella, ettei minun ole mahdollista lähestyä tutkimusta tai siitä saatua aineistoa puolueettomasti. Laadullisista tutkimusta onkin mahdoton aloittaa ilman minkäänlaisia ennakkoluuloja mutta tärkeintä on se, miten osaa pohtia näiden ennakkoluulojen merkitystä omaan ajatteluun ja tulkintaan. Olen koko opinnäytetyön prosessin ajan pyrkinyt olemaan avoin uudelle tiedolle sekä laajemmalle ymmärrykselle.

## Lähteet

ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö), 2019. Käypähoito-suositus 2019. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Lastenneurologisen yhdistys ry:n, Suomen Lastenpsykiatriyhdistyksen ja Suomen Nuorisopsykiatrisen yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Päivitetty 4.4.2019. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50061#K1>. Viitattu 11.3.2021.

ADHD aikuisella. ADHD aikuisella. Mikä on ADHD. ADHDtutuksi.fi. <https://adhd-tutuksi.fi/mika-on-adhd/adhd-aikuisella/>. Viitattu 10.3.2021.

ADHD liitto. <https://adhd-liitto.fi/>. Viitattu 12.3.2021

Aikuisten ADHD jää usein tunnistamatta 2021. Adhd:n ja kehityksellisen kielihäiriön erikoislehti. Verraton. <https://www.aivoliitto.fi/verraton/artikkelit/aikuisen-adhd-jaa-usein-tunnistamatta/>. Viitattu 1.10.2020

Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriön huomioon ottaminen korkeakouluopiskelussa 2006–2011. Julkaisut. Esok-hanke 2006–2011. <http://www.esok.fi/esok-hanke/julkaisut/oppaat/adhd>. Viitattu 14.5.2021.

Ammattikorkeakoululaki 2014/932. Annettu Helsingissä 14.11.2014. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20140932#L6P26>. Viitattu 16.3.2021.

Ammattikorkeakouluopintojen rakenne. Ammattikorkeakoulu. Opintopolku.fi. <https://opintopolku.fi/wp/ammattikorkeakoulu/ammattikorkeakouluopintojen-rakenne/>. Viitattu 8.10.2021

Burns, Eila 2016. Ohjaus ja varhainen puuttuminen opiskelun tukena ammattikorkeakoulussa. Jamk. Erityisopettajat.fi. <https://erityisopettaja.fi/ohjaus-ja-varhainen-puuttuminen-opiskelun-tukena-ammattikorkeakoulussa>. Viitattu 30.9.2021

Eryitynen tuki ammattikorkeakoulussa 2020. Oulu ProLearn. Tuottaja Asko Karjalainen. YouTube video. Julkaistu ProLearn YouTube kanavalla 12.11.2021. <https://www.youtube.com/watch?v=VNrA5GY5NBI>. Viitattu 23.9.2021

Erytysovetuksen strategia 2007. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä. Opetusministeriö. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79498/tr47.pdf?sequence=1>. Viitattu 12.3.2021

ESOK-hanke 2006–2011. Esteetön opiskelu korkea-asteen oppilaitoksissa. ESOK-hankkeen loppuraportti. <http://www.esok.fi/esok-hanke/julkaisut/raportti/>. Viitattu 11.3.2021

Esteettömyys ja oppimisen tuki. Opintopolku. <https://opintopolku.fi/wp/valintojen-tuki/esteettomyys-ja-oppimisen-tuki-oppilaitoksissa/>. Viitattu 10.3.2021

Eurooppalainen opintosuoritusten ja arvosanojen siirtojärjestelmä (ECTS). Tietolähteet ja apuvälineet. Euroopan komissio. [https://ec.europa.eu/education/resources-and-tools/european-credit-transfer-and-accumulation-system-ects\\_fi](https://ec.europa.eu/education/resources-and-tools/european-credit-transfer-and-accumulation-system-ects_fi). Viitattu 8.10.2021

Frisk, Mari 2020. Monelle aikuiselle naiselle ADHD-diagnoosi tulee yllätyksenä. Hoitoalan ammattilaisten hoitolehti. Super. <https://www.superlehti.fi/hyvinvointi/monelle-ai-kuiselle-naiselle-adhd-diagnoosi-tulee-yllatyksena/>. Viitattu 7.10.2021

Gradu\_pa 2020. Onko oppimisen ja koulunkäynnin tuki kapula koulun rattaissa. Gradu-paraati. <https://blogs.helsinki.fi/graduparaati/2020/02/25/onko-oppimisen-ja-koulun-kaynnin-tuki-kapula-koulun-rattaissa/>. Viitattu 12.3.2021

Integraatio ja inklusio. Tehostettu erityinen tuki. Peda.net. <https://peda.net/rauma/tjeth/k%C3%A4sitteit%C3%A4/iji/ijil>. Viitattu 23.9.2021

Jehkonen, Mervi & Koponen, Veera 2019. Naisen tarkkaavuushäiriö - lapsuudesta aikuisuuteen. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Lehti 3/2019. <https://www.duo-decimlehti.fi/duo14762>. Viitattu 7.10.2021

Juhila, Kirsi. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Mitä on laadullinen tutkimus. Tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/mita-on-laadullinen-tutkimus/laadullisen-tutkimuksen-ominaispiirteet/>. 7.11.2021

Kallionpää, Marko 2020. Erityiselle tuelle on tarvetta myös ammattikorkeakoulussa. Lbd & pedagogiikka. Laurea Journal. <https://journal.laurea.fi/erityiselle-tuelle-on-tarvetta-myos-ammattikorkeakoulussa/#5b455026>. Viitattu 30.9.2021

Korkeakoulu- ja tiedepolitiikka ja sen kehittäminen. Korkeakoulut ja tiedelaitokset. Opetus- ja kulttuuriministeriö. <https://okm.fi/korkeakoulu-ja-tiedelinjaukset>. Viitattu 13.3.2021

Korkeakoulutus ja tutkimus 2030-luvulle 2017. Taustamuistio korkeakoulutuksen ja tutkimuksen 2030 visiotyölle. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2017:44. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160456/okm44.pdf>. Viitattu 22.3.2021

Kosunen, Tapio 2021. Kohti saavutettavampaa korkeakoulutusta ja korkeakoulua. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2021:35. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163235/OKM\\_2021\\_35.pdf?sequence=1](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163235/OKM_2021_35.pdf?sequence=1). Viitattu 7.11.2021.

Kunttu, Kristina & Pesonen, Tommi & Saari, Juhani 2017. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 48. [https://1285112865.rsc.cdn77.org/app/uploads/2020/01/KOTT\\_2016-1.pdf](https://1285112865.rsc.cdn77.org/app/uploads/2020/01/KOTT_2016-1.pdf). Viitattu 20.9.2021

Kunttu, Kristina & Pesonen, Tommi 2013. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 47. [https://1285112865.rsc.cdn77.org/app/uploads/2020/01/KOTT\\_2012.pdf](https://1285112865.rsc.cdn77.org/app/uploads/2020/01/KOTT_2012.pdf). Viitattu 20.9.2021

Kysymystyyppit. SurveyMonkey. <https://fi.surveymonkey.com/mp/survey-question-ty-pes/>. Viitattu 3.10.2021

Käsitteet. Frekvenssi. Tilastokeskus. <https://www.stat.fi/meta/kas/frekvenssis.html>. Viitattu 2.10.2021

Laaksonen, Elina 2005. Esteetön opiskelu Yliopistoissa. Opetusministeriön julkaisuja 2005:6. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80264/opm06.pdf?sequence=1>. Viitattu 10.3.2021

Leppämäki, Sami 2014. Aikuisiän ADHD - mistä on kyse. Päivitetty 2018. [https://adhdutuksi.fi/wp-content/uploads/2018/05/Medikinet\\_ADHD-Aikuispotilasopas\\_FI\\_netiversio\\_FINAL.pdf](https://adhdutuksi.fi/wp-content/uploads/2018/05/Medikinet_ADHD-Aikuispotilasopas_FI_netiversio_FINAL.pdf). Viitattu 13.3.2021

Liimatainen, Jaana. O & Kanstrén, Kaisu & Kaisto, Jenni & Karhu, Kaisa & Martikkala, Susanna & Andersen, Maria & Aikkola, Riitta & Anttila, Krista & Keskinarkaus, Pauliina & Saari, Päivi 2011. Opintopolulle yksilöllisyyttä, opiskelijälähtöisyyttä ja empatiaa. Korkeakouluopiskelijoiden näkemyksiä opiskelusta, opintojen viivästymisestä, työelämästä ja ohjauksesta. Oulun yliopisto. <http://jultika oulu.fi/files/isbn9789514296260.pdf>. Viitattu 22.3.2021

Lundan, Arja 2020. Ammattikorkeakouluissa tarvitaan monenlaista tukea ja yksilöllistä ohjaamista. Ajankohtaista. Tampereen yliopisto. Tampereen ammattikorkeakoulu. Julkaistu 17.11.2021. <https://www.tuni.fi/fi/ajankohtaista/ammattikorkeakouluissa-tarvitaan-monenlaista-tukea-ja-yksilollista-ohjaamista>. Viitattu 16.5.2021

Mikä on ADHD? ADHD tutuksi. <https://adhdutuksi.fi/mika-on-adhd/>. Viitattu 7.9.2021

Määrällinen analyysi 2021. Aineiston analyysimenetelmät. Koppa. Jyväskylän yliopisto. Päivitetty 28.10.2021. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/maarallinen-analyysi>. Viitattu 7.9.2021

Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet 2021. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtaminen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 9.3.2021. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>. Viitattu 25.3.2021

Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet 2021. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtaminen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 9.3.2021. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>. Viitattu 25.3.2021

Parikka, S & Ikonen, J & Koskela, T & Marjeta, N & Kilpeläinen, H & Pietilä, A & Härkänen, T & Lundqvist, A 2021. Koronaepidemian ja sen rajaamistoimien vaikutukset korkeakouluopiskelijoiden arkielämään ja opintoihin. KOTT-tutkimuksen ennakkotuloksia kesällä 2021. [https://thl.fi/documents/10531/5589167/KOTT\\_koronan\\_vaikutukset\\_kesa2021.pdf/890a7281-478e-b9e5-3e6a-1ae551304ab9?t=1623831946015](https://thl.fi/documents/10531/5589167/KOTT_koronan_vaikutukset_kesa2021.pdf/890a7281-478e-b9e5-3e6a-1ae551304ab9?t=1623831946015). Viitattu 20.9.2021

Penttilä, Johanna 2012. Hitaasti, mutta varmasti? Saavutettavuuden edistyminen yliopistoissa ja ammattikorkeakouluissa 2000-luvulla. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2012:10. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79139/okm10.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 10.3.2021



Pietilä, Paula & Laitinen, Matti 2011. Koulutusta kaikille?”– esteettömyys korkeakoulujen rakenteellisen kehittämisen. Ammattikasvatuksen aikakauskirja 13. <https://docplayer.fi/7899466-Esteettomyys-on-noussut-koulutusta-kaikille-esteettomyys-paula-pietila-vammaisasiamies-ytm-turun-yliopisto-papier-utu-fi.html>. Viitattu 11.3.2021

Puusa, Anu & Juuti, Pauli 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Mitä laadullisella tutkimuksella tarkoitetaan. E-kirja. Gaudeamus oy. Johdanto

Puustjärvi, Anita 2016. Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden (ADHD:n) häiriön kriteerit ICD-10:n mukaan. Käypähoito-suositus. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. 10.1.2016. <https://www.kaypahoito.fi/nix00916>. Viitattu 11.3.2021.

Puustjärvi, Anita 2019. ADHD. Lääketieteellinen aikakauslehti Duodecim. Vuosi 2019. Numero 2. <https://www.duodecimlehti.fi/duo14724>. Viitattu 12.3.2021

Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 8–9. Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Kvalitatiivisten menetelmien verkko-oppikirja. Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston julkaisuja 2009. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoarkisto/julkaisut/kvalimotv/> Viitattu 30.9.2021

Saari, Armi & Sainio, Markku & Leppämäki, Sami 2016. Aikuisen ADHD:n tunnistaminen ja merkitys. Suomen Lääkärilehti. Katsausartikkeli. Vuosikerta 71, numero 38. 2331-2336. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/230055>. Viitattu 13.3.2021

Saavutettavuus opinnoissa 2020. Oulu ProLearn. Tuottaja Asko Karjalainen. YouTube video. Julkaistu ProLeader YouTube kanavalla 5.11.2021. [https://www.youtube.com/watch?v=mjyRyMF\\_65o](https://www.youtube.com/watch?v=mjyRyMF_65o). Viitattu 23.9.2021

Saavutettavuus. Celia. <https://www.celia.fi/saavutettavuus/>. Viitattu 18.3.2021

Suomen virallinen tilasto (SVT): Koulutuksen keskeyttäminen 2021. Liitetaulukko 1. Lukiokoulutuksessa, ammatillisessa koulutuksessa, ammattikorkeakoulutuksessa ja yliopistokoulutuksessa keskeyttäminen lukuvuosina 2000/2001–2018/2019, % 2021. Verkojulkaisu. Helsinki: Tilastokeskus. Päivitetty 12.3.2021. [https://www.stat.fi/til/kkesk/2019/kkesk\\_2019\\_2021-03-12\\_tau\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/kkesk/2019/kkesk_2019_2021-03-12_tau_001_fi.html). Viitattu 25.9.2021

Suomen virallinen tilasto (SVT): Opintojen kulku 2021. Ammattikorkeakoulutuksen läpäisy aiempaa nopeampaa, sukupuolten välillä suuret erot 2021. Opintojen kulku. Verkojulkaisu. Helsinki: Tilastokeskus. Päivitetty 12.3.2021. [https://tilastokeskus.fi/til/opku/2020/opku\\_2020\\_2021-03-12\\_tie\\_001\\_fi.html](https://tilastokeskus.fi/til/opku/2020/opku_2020_2021-03-12_tie_001_fi.html). Viitattu 25.9.2021

Tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnittelu oppilaitoksissa. Opetushallitus. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tasa-arvo-ja-yhdenvertaisuussuunnittelu-oppilaitoksissa>. Viitattu 18.3.2021

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi, E-Kirja. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Uudistettu laitos. Viitattu 2.10.2021

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarviointin\\_ohje\\_2019.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarviointin_ohje_2019.pdf). Viitattu 23.3.2021

Valtionsopimukset 27/2016. Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista. [https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sops-teksti/2016/20160027/20160027\\_2#idp447415152](https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sops-teksti/2016/20160027/20160027_2#idp447415152). Viitattu 18.3.2021

Vehkalahti, Kimmo 2014. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/305021/Kyselytutkimuksen-mittarit-ja-menetelmat-2019-Vehkalahti.pdf>. Viitattu 3.10.2021

Vilka, Hanna 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Lahdessa 25.6.2007. <http://hanna.vilka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>. Viitattu 16.10.2021

Vilka, Hanna 2017. Tutki ja kehitä. E-kirja. Ps Kustannus 2017. 1. painos. Viitattu 10.10.2021

Vilka, Hanna 2021. Tutki ja kehitä. E-kirja. Ps-kustannus. 5. päivitetty painos. Viitattu 16.10.2021

Virta, Maarit & Leppämäki, Sami 2017. ADHD:n oireet aikuisuudessa ja ikääntyvillä. Käypähoito-suositus. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. 7.2.2017. <https://www.kaypahoito.fi/nix02452>. Viitattu 7.11.2021

Vuori, Jaana. Laadullinen sisällönanalyysi. Analyysitavan valinta ja yleiset analyysitavat. Tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/laadullinen-sisallanalyysi/>. Viitattu 2.10.2021

Yhdenvertaisuus 2021. Sote-uudistus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 25.1.2021. <https://thl.fi/fi/web/sote-uudistus/palvelujen-jarjestaminen/yhdenvertaisuus>. Viitattu 25.3.2021

Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014. Annettu Helsingissä 30.12.2014. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>. Viitattu 16.3.2021

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus. Tutkimus ja julkaisut. <https://www.yths.fi/yths/tutkimus-ja-julkaisut/korkeakouluopiskelijoiden-terveystutkimus/>. Viitattu 20.9.2021

## Sähköisen kyselylomakkeen saatesanat Facebook julkaisussa

Hei kaikille ryhmässä oleville!

Minun nimeni on Matilda ja olen kolmannen vuoden sosionomi opiskelija Metropolian ammattikorkeakoulussa. Teen tällä hetkellä opinnäytetyötä, jonka aiheena on ADHD- diagnoosin saaneiden ammattikorkeakoulu opiskelijoiden tuki opinnoissa. Yhtenä osana opinnäytetyötäni on kyselomake, jolla kerätään tietoa ADHD- diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia siitä, miten ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opintoihin, millaista tukea opiskelijat ovat saaneet ammattikorkeakoulu opinnoissaan, onko tuki ollut riittävää sekä millaista tukea opintoihin kaivattaisiin. Kartoitan lisäksi opiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia siitä, miten opinnoissa toteutuu esteettömyys, saavutettavuus ja yhdenvertaisuus.

Opinnäytetyöni tavoitteena on saada ajankohtaista tietoa, siitä millaista tukea ADHD-diagnoosin saaneet ammattikorkeakoulu opiskelijat voivat saada opintojensa aikana, miten tukea haetaan, onko tuki riittävää ja millaista tukea kaivataan.

Lähestyn nyt teitä, jotka olette ammattikorkeakouluopiskelijoita ja teillä on ADHD-diagnosi. Pyytäisin teiltä, että kävisitte täyttämässä tämän julkaisun ohessa olevan kyselylomakkeen. Kyselylomakkeen täyttäminen vie noin 10 minuuttia ja kyselyyn vastaaminen tapahtuu täysin nimettömänä, eikä opinnäytetyöstä voi saada selville kuka kyselyyn on vastannut. Kyselomakkeen lopusta löytyy minun yhteystietoni, jos lomakkeesta nousee esille kysymyksiä, jokin kohta tuntuu epäselvältä tai jos jokin asia jää mietityttämään. Teidän omakohtaiset kokemuksenne ovat erittäin tärkeitä, joten kiitän teitä jo etukäteen lomakkeen täyttämisestä!

<https://elomake.metropolia.fi/lomakkeet/32082/lomake.html>

Kerätyllä tiedolla pyrin lisäämään tietoisuutta ADHD:n vaikutuksista opiskeluun, jotta erityisintuen opiskelijoita pystyttäisiin tukemaan entistä paremmin opintojen suorittamisessa. Tiedolla pyrin parantamaan ADHD diagnoosin saaneiden opiskelijoiden opiskelumahdollisuuksia ja tekemään opiskelusta mukavampaa.

Tärkeimpänä tavoitteenani on antaa ADHD-diagnoosin saaneille opiskelijoille ääni, jonka avulla he pystyvät itse vaikuttamaan omaan oppimiseensa. Aihe on itselleni erityisen tärkeä, sillä olen itsekin ADHD-diagnoosin saanut ammattikorkeakoulu opiskelija. Opinnäytetyöni yhteistyökumppanina toimii ADHD-liitto, joka voi hyödyntää opinnäytetyöstä saatuja tuloksia omassa toiminnassaan.

Kyselyn ainut pakollinen kohta on lomakkeen viimeinen osa, jossa annetaan suostumus lomakkeesta saatujen tietojen käyttöön osana opinnäytetyön aineistoa. Kysely julkaistaan myös muutamassa muussa Facebook ryhmässä jotka ovat ADHD-aiheisia. Tämän tavoitteena on saada mahdollisimman monipuolinen ja laaja vastaaja kunta. Ylläpito voi poistaa julkaisun jos se ei sisällöltään noudata ryhmän sääntöjä.

Vielä kerran iso kiitos lomakkeen täyttäneille opiskelijoille! 🍷

ELOMAKE.METROPOLIA.FI

**E-lomake - Kyselylomake**



## Sähköisen kyselylomakkeen noston saatesanat Facebook julkaisussa

Hei taas kaikille!

Julkaisin täällä pariviikkoa sitten päivityksen liittyen opinnäytetyöni kyselylomakkeeseen. Laitan tähän vielä lyhyen kuvauksen mitä kyselylomake koskee. Olen siis kolmannen vuoden sosionomiopiskelija Metropolian ammattikorkeakoulussa ja teen tällä hetkellä opinnäytetyö, jonka aiheena on ADHD-diagnoosin saaneiden tuki ammattikorkeakoulu opinnoissa.

Kyselylomake on yksi osa opinnäytetyötäni ja sillä kerätään tietoa ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakoulu opiskelijoiden omakohtaisista kokemuksista, miten ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opintoihin, millaista tukea opiskelijat ovat saaneet ammattikorkeakoulu opinnoissaan, onko tuki ollut riittävää sekä millaista tukea opintoihin kaivattaisiin. Lomakkeella kerätään tietoa myös opintojen esteettömyydestä, saavutettavuudesta ja yhdenvertaisuudesta.

Opinnäytetyöni tavoitteena on lisätä tietoisuutta ADHD:n vaikutuksista opintoihin sekä parantaa ADHD diagnoosin saaneiden opiskelijoiden opiskelumahdollisuuksia. Opinnäytetyölläni pyrin antamaan äänen ADHD-diagnoosin saaneille opiskelijoille, jonka avulla he pystyvät itse vaikuttamaan omaan oppimiseensa. Aihe on itselleni erityisen tärkeä, sillä olen itsekin ADHD-diagnoosin saanut ammattikorkeakoulu opiskelija. Yhteistyökumppaninani toimii ADHD-liitto.

Kyselylomakkeen vastausaika päättyessä 6.10.2021 joten ajattelin laittaa linkin vielä uudelleen, jos täällä on vielä joitain, jotka haluaisivat käydä vastaamassa kyselyyn. Kyselylomakkeen täyttämiseen menee noin 10 minuuttia ja se tapahtuu nimettömänä.

Iso kiitos jo kaikille tähän mennessä vastaille! 🌸😊

ELOMAKE.METROPOLIA.FI

**E-lomake - Kyselylomake**



## Sähköinen kyselylomake



Nimeni on Matilda ja olen kolmannen vuoden sosionomiopiskelija Metropolian ammattikorkeakoulussa. Teen tällä hetkellä opinnäytetyötäni, jonka aiheena on ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden tuki opinnoissa. Opinnäytetyöni yhteistyökumppaninani toimii ADHD-liitto.

Tavoitteenani on tutkia ja kerätä tietoa siitä, millaista tukea ADHD-diagnoosin saaneet ammattikorkeakouluopiskelijat voivat saada opinnoissaan, miten tukea haetaan, onko tuki riittävää ja millaista tukea opiskelijat kokevat tarvitsevänsä opinnoissaan.

Tämän kyselylomakkeen tavoitteena on kerätä tietoa ADHD-diagnoosin saaneiden ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisista kokemuksista opintojen sujuvuudesta, yhdenvertaisuudesta ja tarjolla olevasta tuesta.

Lomake on ajastettu: julkisuus alkaa 21.9.2021 12.50 ja päättyy 6.10.2021 23.59

### Kyselylomake

Tämä kysely on osa opinnäytetyötäni. Kyselyyn vastaaminen tapahtuu täysin nimettömästi, eikä opinnäytetyöstä voi saada selville kuka kyselyyn on vastannut. Kaikki kyselyn vastaukset tulevat vain minun luettavikseni.

Kyselyn vastaukset poistetaan kun opinnäytetyö on valmis, eikä niitä tallenneta pysyvästi mihinkään. Kyselyyn vastaaminen on täysin vapaaehtoista, eikä kaikkiin kysymyksiin ole pakko vastata. Vastaaminen kestää noin 10 minuuttia. Minulle voi laittaa sähköpostia, jos jokin asia lomakkeessa jää mietittävään, tai jos jokin kysymys on epäselvä. Yhteystietoni löytyvät lomakkeen lopusta.

#### Perustiedot

Sukupuoli

- |                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Nainen | <input type="checkbox"/> Muu              |
| <input type="checkbox"/> Mies   | <input type="checkbox"/> En halua vastata |

Ikä

- |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 18-25 | <input type="checkbox"/> 46-55 |
| <input type="checkbox"/> 26-35 | <input type="checkbox"/> 56-65 |
| <input type="checkbox"/> 36-45 | <input type="checkbox"/> 65+   |

#### Opintojen vaihe

Monesko vuosi sinulla on  
menossa  
ammattikorkeakouluopinnoissasi?  
?

Kuinka paljon sinulla on opintopisteitä tällä hetkellä ja missä ajassa olet ne suorittanut?

### ADHD:n vaikutukset opintoihin

Ovatko ADHD-oireet vaikuttaneet opintoihisi? ?



Millä tavalla ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opintojesi etenemiseen tai suorittamiseen?

Ovatko ADHD-oireet vaikuttaneet opintojesi sujuvuuteen? ?



Millä tavalla ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opintojesi sujuvuuteen?

Onko ADHD-oireilla ollut vaikutusta opiskelumotivaatioosi? ?



Millä tavalla ADHD-oireet ovat vaikuttaneet opiskelumotivaatioosi?

### Opintojen esteettömyys ja saavutettavuus

Tiedätkö kuka koulussasi vastaa erityisen tuen päätöksistä?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa

Kuka koulussasi vastaa erityisen tuen päätöksistä?

Tiedätkö millaista tukea koulussasi voi saada erityisen tuen päätöksellä?

- Kyllä  
 En  
 En osaa sanoa

Millaista tukea koulussasi voi saada opintojen tueksi?

Tiedätkö miten voit hakea erityistä tukea opintoihisi?

- Kyllä  
 En  
 En osaa sanoa

Miten koulussasi haetaan erityistä tukea opintoihin?

Oletko hakenut erityistä tukea opintojesi aikana?

- Kyllä  
 En  
 En osaa sanoa

Jos vastasit kyllä, miksi olet hakenut erityistä tukea opintojesi aikana?

Jos vastasit en tai en tiedä, miksi et ole hakenut erityistä tukea opintojesi aikana?

Oliko erityisen tuen hakeminen helppoa ja selkeää? ?



Miksi erityisen tuen hakeminen oli helppoa ja selkeää?

Miksi erityisen tuen hakeminen ei ollut helppoa ja selkeää?

### Opintojen tuki

Oletko saanut tukea opinnoissasi?

- Kyllä
- En
- Kyllä, osassa opintoja
- En, vaikka olen hakenut tukea

Millaista tukea olet saanut opintojesi aikana?

Oliko saamasi tuki riittävää? ?



Miksi tuki oli riittävää?



Miksi tuki ei ollut riittävä?

Millaista tukea kaipaisit opintoihisi?

Onko tuen saaminen ollut opintojesi aikana mielestäsi johdonmukaista? ?



### Opintojen yhdenvertaisuus

Koetko että ammattikorkeakoulusi tukee sinua opinnoissasi niin, että opintojen suorittaminen on yhdenvertaista?

Onko sinulla jotain muuta, mitä haluaisit sanoa ammattikorkeakouluopinnoista ADHD-diagnoosin kanssa?

### Suostumus

Lomakkeessa täyttämäni tietoja saa käyttää opinnäytetyön aineistona. \*

### Tietojen lähetys

TALLENNA

Kiitos että vastasit kyselyyn.

Yhteystietoni: matilda.lahdekorpi@gmail.com

## Viesti Facebook ryhmien ylläpitäjälle tai moderaattorille

Nimeni on Matilda ja opiskelen sosionomiksi Metropolian ammattikorkeakoulussa kolmatta vuotta. Teen tällä hetkellä opinnäytetyötä, jonka takia laitankin sinulle viestiä. Opinnäytetyöni aiheena on ADHD diagnoosin saaneiden tuki ammattikorkeakoulussa. Tutkimukseni kohderyhmänä on ADHD diagnoosin saaneet ammattikorkeakoulujen opiskelijat. Tutkimukseni tarkoituksena on kartoittaa kohderyhmäni omakohtaisia kokemuksia siitä, millaista tukea he saavat ammattikorkeakoulu opinnoissaan ja onko tuki riittävää. Kartoitan lisäksi opiskelijoiden omakohtaisia kokemuksia siitä, miten opinnoissa toteutuu esteettömyys, saavutettavuus ja yhdenvertaisuus.

Opinnäytetyöni yhteistyökumppaninani toimii ADHD-liitto. Kerätyllä tiedolla pyrin lisäämään tietoisuutta ADHD:n vaikutuksista opiskeluun, jotta erityisentuen opiskelijoita pystyttäisiin tukemaan entistä täsmällisemmin ja tehokkaammin. Tiedolla pyrin parantamaan ADHD diagnoosin saaneiden opiskelijoiden opiskelumahdollisuuksia ja tekemään opiskelusta mielekkäämpää yhä useammalle oppijalle. Tutkimuksella pyrin antamaan äänen ADHD diagnoosin saaneille opiskelijoille, jonka avulla he pystyvät itse vaikuttamaan omaan oppimiseensa.

Minulla on itsellänikin ADHD, joten aihe on minulle erittäin tärkeä myös henkilökohtaisella tasolla. Kysyisinkin sinulta, onko minun mahdollista julkaista ryhmässä opinnäytetyöni kyselylomake, jolla kerätään tietoa ammattikorkeakouluopiskelijoiden omakohtaisista kokemuksista. Kyselylomakkeesta saadut tulokset toimisivat opinnäytetyöni aineistona, jonka avulla kartoittaisin tämänhetkistä tilannetta ammattikorkeakouluissa.

|

Jos sinulle jäi kysymyksiä ja mietteitä vastaan niihin mielelläni!

Läpinäkyvyyden takia haluan vielä sanoa, että olen pyytänyt lupaa julkaista kyselylomaketta myös muutamassa muussa Facebook ryhmässä, joiden aiheena on ADHD. Tämän tarkoituksena on saada mahdollisimman kattava vastauskunta eri ikäisiä, eri alojen edustajia, eri sukupuolta yms.