

# HUMAK<sup>®</sup>

**”Jospa vaan olisimme  
niin kuin ihmisten kanssa ollaan:  
kysytään, kuullaan ja kuunnellaan,  
sovitaan, kehutaan ja huomataan onnistumiset”**  
Opiskeluhyvinvointi Hevosopistolla

Mirva Puranen

Yhteisöpedagogi (AMK)  
(210 op)

11/2023

# TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu  
Yhteisöpedagogin koulutus (AMK)

---

Tekijä: Mirva Puranen

Opinnäytetyön nimi: ”Jospa vaan olisimme niin kuin ihmisten kanssa ollaan: kysytään, kuullaan ja kuunnellaan, sovitaan, kehutaan ja huomataan onnistumiset”:

Opiskeluhyvinvointi Hevosopistolla

Sivumäärä: 81 ja 16 liitesivua

Työn ohjaaja: Juha Nikkilä

Työn tilaaja: Hevosopisto Oy

---

Tämä opinnäytetyö on laadullisella tutkimusotteella toteutettu tutkimuksellinen kehittämistyö, jonka tilaajana toimi Hevosopisto Oy. Opinnäytetyössä tarkasteltiin opiskeluhyvinvoinnin ilmiötä ihmisen hyvinvoinnin perustan muodostavien psykologisten perustarpeiden toteutumisen näkökulmasta. Tavoitteena oli selvittää, mitä opiskeluhyvinvoinnista Hevosopistolla ajatellaan. Lisäksi haluttiin tunnistaa opiskelijalähtöisiä keinoja paremman opiskeluhyvinvoinnin tavoittelemiseksi. Kehittämistyön tuloksena toivottiin opiskeluhyvinvointia edistäviä kehittämisehdotuksia, jotka mahdollistavat positiivisen pedagogiikan ja vahvuusperustaisen lähestymistavan hyödyntämisen opetus- ja ohjaustyössä.

Tietoperustassa perehdyttiin hyvinvointiin, opiskeluhyvinvointiin, opiskeluhooltoon, oppilaitoksen opiskeluhoitosuunnitelmaan ja hyvinvointiryhmän kokoonpanoon ja tehtäviin. Lisäksi esiteltiin kirjallisuudesta poimitut, kehittämistyön teoreettisena viitekehystenä toimivat, hyvinvoinnin rakentamisen kannalta olennaiset poiminnat positiivisen psykologian ja positiivisen pedagogiikan teorioista ja tutkimustuloksista.

Oppilaitoksen hyvinvointiryhmän jäsenten ja opiskelijoiden ajatuksia opiskeluhyvinvoinnista ja toimivista keinoista sen edistämiseksi selvitettiin kahdella erillisellä, sähköisellä kyselyllä. Annetut vastaukset analysoitiin sisällön analyysin keinoin. Kyselytulosten analysoinnin jälkeen muodostettiin näkemys opiskeluhyvinvointiin Hevosopistolla vaikuttavista tekijöistä ja nostettiin esiin vastauksista selkeimmin nouseviin tarpeisiin vastaavat kehittämisehdotukset.

Tulosten perusteella kolme olennaisinta kehittämiskohdetta matkalla kohti parempaa opiskeluhyvinvointia ovat toimivien ja helposti saavutettavien palautteen antamisen ja vaikuttamisen kanavien luominen, henkilökohtaistamisen prosessin edelleen kehittäminen opiskelijan tarpeita vastaavaksi ja opiskelijan minäpystyvyyden tunteeseen vaikuttaminen opetuksen ja ohjauksen keinoin. Opinnäytetyön kehittämisehdotuksissa esitetään tilaajalle keinoja näiden kolmen kehitettävän kokonaisuuden lähestymiseksi hyvinvoinnin perustana toimivien psykologisten perustarpeiden toteutumisen näkökulmasta.

---

Asiasanat: opiskeluhyvinvointi, opiskeluhoolto, positiivinen pedagogiikka

# ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences  
Degree Programme in NGO and youth work, Bachelor's Degree

---

Author: Mirva Puranen

Title: "What if we just were like we are supposed to be with people: ask, hear and listen, agree, praise and notice every success": Well-being during studies at Ypäjä Equine College

Number of Pages: 81 and 16 attachment pages

Supervisor: Juha Nikkilä

Commissioned by: Ypäjä Equine College Ltd.

---

This thesis was a development project carried out with a qualitative research approach. It was commissioned by Ypäjä Equine College Ltd. The thesis examined the phenomenon of student well-being from the perspective of the realisation of the basic psychological needs that form the basis of human well-being. The aim was to discover welfare team's and students' opinions on student well-being during studies at Ypäjä Equine College. Furthermore, the purpose was to identify student-oriented ways to achieve superior student well-being. As a result of the development project, it was desired that such development proposals could be made that would promote student well-being and enable the use of positive pedagogy and a strengths-based approach in teaching and guidance work.

The knowledge base included an introduction to well-being, student well-being, student welfare services, the welfare plan of the institution and the composition and tasks of the welfare team. In addition, extracts from positive psychology and positive pedagogy theories and research findings were presented, which were gathered from the literature and served as a theoretical framework for the development project and are relevant for building well-being.

Two separate, electronic surveys were employed to gather the welfare team's and students' opinions on student well-being at Ypäjä Equine College and on effective means to promote it. The responses were analysed by means of content analysis. After analysing the results of the questionnaires, a view was formed of the factors affecting student well-being at Ypäjä Equine College and such suggestions for development were highlighted that corresponded to the needs that emerged most transparently from the responses.

Based on the results, the three most essential targets for development on the way to superior student well-being are the creation of functional and effortlessly accessible feedback and influencing channels, the further development of the personalisation process to meet the student's needs, and influencing the student's sense of self-efficacy through teaching and guidance. The presented development proposals suggest ways for the commissioner to approach these three areas of development from the perspective of the realisation of the basic psychological needs that underpin well-being.

---

Keywords: student well-being, student welfare, positive pedagogy

# SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	7
2	TILAAJA, TOIMINTAYMPÄRISTÖ, TARVE JA TAVOITTEET.....	10
	2.1 Hevosopisto Oy.....	10
	2.2 Toimintaympäristö ja tarve.....	12
	2.3 Opinnäytetyön tavoitteet.....	15
3	TIETOPERUSTA.....	18
	3.1 Hyvinvoinnin käsite.....	18
	3.2 Opiskeluhyvinvointi.....	19
	3.3 Opiskeluhoolto.....	22
	3.4 Hevosopiston opiskeluhooltosuunnitelma ja hyvinvointiryhmä.....	23
	3.5 Positiivinen psykologia ja positiivinen pedagogiikka.....	24
4	KEHITTÄMISTYÖN LUONNE JA MENETELMÄT.....	29
	4.1 Laadullinen tutkimusote ja piirteet tapaustutkimuksesta.....	29
	4.2 Sähköinen kysely kehittämistyön menetelmänä.....	30
	4.3 Hyvinvointiryhmälle suunnattu kysely.....	32
	4.4 Opiskelijoille suunnattu kysely.....	33
5	HYVINVOINTIRYHMÄLLE SUUNNATUN KYSELYN TULOKSET JA ANALYYSI.....	36
	5.1 Laadullinen tutkimusote kyselyvastausten analysoinnissa.....	36
	5.2 Kyselyvastausten järjestäminen tulosten analysointia varten.....	37
	5.3 Väittämäuotoiset kysymykset.....	38

5.4	Avoimet kysymykset .....	40
5.5	Yhteisöllisyyden ja opiskeluhuollon teemoihin liittyvät vastaukset.....	42
5.6	Henkilöstön merkitys opiskeluhyvinvoinnin rakentumisessa.....	43
5.7	Opiskelijana oleminen .....	44
5.8	Yhteenvedo .....	46
6	<b>OPISKELIJOILLE SUUNNATUN KYSELYN TULOKSET JA ANALYYSI.....</b>	<b>47</b>
6.1	Kyselyvastausten analyysitavan valinta.....	47
6.2	Omaehtoisuuden ja kyvykkyyden perustarpeiden toteutuminen .....	48
6.3	Vapaus toteuttaa itseään ja tehdä itseään kiinnostavia asioita .....	50
6.4	Hyvä opetus ja ohjaus sekä pystyvyyden ja kyvykkyyden kokemukset .....	52
6.5	Parhaiten toimivat palautteen antamisen ja vaikuttamisen tavat .....	53
6.6	Opiskeluhyvinvoinnin tavoittelu henkilökohtaistamalla .....	55
6.7	Opiskeluhuollon palvelut ja niiden kehittäminen opiskelijälähtöisesti .....	56
6.8	Yhteisöllisyys, yhteenkuuluvuus ja opiskelijana oleminen .....	58
6.9	Opiskeluyhteisöön kuuluminen ja mielekäs vapaa-ajan toiminta.....	61
6.10	Opiskeluyhteisön hyvinvointi .....	62
6.11	Yhteenvedo .....	64
7	<b>ARVIOINTI .....</b>	<b>66</b>
7.1	Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi.....	66
7.2	Opinnäytetyöprosessin itsearviointi.....	68
8	<b>KEHITTÄMISEHDOTUKSET .....</b>	<b>71</b>
8.1	Toimivat ja helposti saavutettavat palaute- ja vaikuttamiskanavat.....	71
8.2	Henkilökohtaistamisen prosessin kehittäminen opiskelijan tarpeita vastaavaksi.....	73

8.3 Opiskelijan minäpystyvyyden tunteeseen vaikuttaminen.....	74
9 POHDINTA.....	76
LÄHTEET.....	79
LIITTEET.....	82

# 1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö on Hevosopisto Oy:n tilaama tutkimuksellinen kehittämistyö, joka tehtiin palvelemaan Ypäjän Hevosopiston (Hevosopisto) opiskelijoiden opiskeluhyvinvoinnin edistämistä. Ammatillisen koulutuksen arjessa on havaittu opiskelijoiden hyvinvoinnin haasteiden jatkuvasti lisääntyvän, joten opiskeluhyvinvointi aiheena on ajankohtainen paitsi Hevosopistolla myös koko maassa toisella asteella opiskelevien opiskeluhyvinvoinnin heikkenemisen vuoksi. Hyvinvoinnin heikkenemisen taustalla on monia tekijöitä, joista helposti tunnistettavissa ovat ainakin ammatilliseen koulutukseen viime vuosina vaikuttaneet muutokset, kuten ammatillisen koulutuksen reformi ja oppivelvollisuuden laajentuminen, sekä koronapandemian seuraukset.

Ammatilliset opettajat ry:n hallituksen jäsen ja Opetusalan ammattijärjestö OAJ:n pääluottamusmies Jaana Antila kertoo nuorten pahoinvoinnin näkyvän ammatillisissa oppilaitoksissa entistä selkeämmin, koska oppivelvollisuuslakiin tehtyjen muutosten jälkeen koko ikäluokka siirtyy nyt toisen asteen opintoihin. Uudistusten jälkeen opintoihin hakeutuu sellaisia elämänhallinnan ja mielenterveyden ongelmista kärsiviä ja oppimisvaikeuksien kanssa kamppailevia opiskelijoita, jotka eivät aiemmin olisi jatkaneet opintojaan ammatilliseen koulutukseen. Tilanteesta aiheutuu ongelmia, koska olemassa olevat resurssit eivät riitä vastaamaan lisääntyneeseen tuen tarpeeseen. Samaan aikaan ammatilliseen koulutukseen merkittäviä muutoksia vuonna 2018 tuoneen reformin kanssa toteutettiin myös laajoja leikkauksia ammatillisen koulutuksen rahoitukseen, millä on ollut vaikutusta muun muassa opiskelijoiden ohjaamiseen, lähiopetukseen ja työelämäyhteistyöhön. (Erikkilä 2023.) Opiskelijoiden pahoinvoinnin lisääntyminen korostaa hyvinvointityön tärkeyttä juuri tässä hetkessä, jota parhaillaan ammatillisessa koulutuksessa elämme.

Tässä opinnäytetyössä opiskeluhyvinvointia lähestyttiin ihmisen hyvinvoinnin perustana toimivien psykologisten perustarpeiden toteutumisen näkökulmasta, sillä niiden merkitys hyvinvoinnille ja opiskelumotivaatiolle on useissa tutkimuksissa osoitettu, mutta ammatillisen koulutuksen osalta tutkimusta tästä näkökulmasta on kuitenkin tehty vielä varsin vähän. Valitun näkökulman avulla opiskeluhyvinvoinnin kehittämiseen haluttiin tuoda jotakin uutta, jotta pystyttäisiin perspektiiviä muuttamalla tuulettamaan oppilaitoksemme juurtuneita toimintatapoja ja ajatusmalleja. Hyvinvointia heikentävät muutokset ajassa, jota elämme, ovat niin monisyisiä,

että ongelmien tunnistamisen, nimeämisen ja luetteloinnin sijaan on olennaisempaa lähestyä vallitsevaa tilannetta ratkaisuja etsimällä.

Monien aikaamme liittyvien ongelmien selättämisessä positiivinen pedagogiikka voisi olla osa ratkaisua. Tästä syystä tässä kehittämistyössä haluttiin tunnistaa keinoja hyödyntää oppilaitoksen opetus- ja ohjaustyössä entistä vahvemmin positiivista ja vahvuuksiin keskittyvää pedagogiikkaa, jotta ongelma-keskeisyydestä olisi mahdollista entistä selkeämmin siirtyä kohti ratkaisukeskeisyyttä. Ratkaisukeskeisesti toimien päästäisiin paremmin hyödyntämään opiskelijoiden kykyjä ja mahdollisuuksia, mikä edistäisi heidän hyvinvointiaan opinnoissa. Tulevan yhteisöpedagogin rooli suunnannäyttäjänä hyvinvointityössä vaikuttaa yhteisöpedagogilta vaadittuja kompetensseja vasten tarkasteltuna olennaiselta asiantuntijuuden kehittymisen kannalta, mikä tekee hyvinvoinnin edistämiseen perehtymisestä merkityksellistä myös henkilökohtaisella tasolla. Oman roolin vahvistaminen hyvinvointityön osajana tukee myös kehittämistyön päätteeksi esitettävien kehittämis ehdotusten jalkauttamisessa oppilaitoksen arkeen, jotta niistä olisi konkreettista hyötyä tilaajalle.

Oppilaitoksen arjesta nousevan tarpeen mukaisesti tällä opinnäytetyöllä haetaan yhteistä ymmärrystä siitä, mitä opiskeluhyvinvoinnilla Hevosopistolla tarkoitetaan. Opiskeluhyvinvoinnin edistämisen kannalta merkittävää on myös tunnistaa opiskelijalähtöisiä keinoja, joiden avulla parempaa hyvinvointia opiskeluaikana on mahdollista tavoitella. Työ asetellaan valitun näkökulman mukaisesti positiivisen psykologian ja positiivisen pedagogiikan teorioista ja tutkimustuloksista rakennettavaan teoreettiseen viitekehykseen, joka esitellään työn tietoperustaluvussa. Lisäksi tietoperustassa perehdytetään lukija hyvinvoinnin käsitteeseen, opiskeluhyvinvointiin, opiskeluhooltoon, Hevosopiston opiskeluhooltosuunnitelmaan ja oppilaitoksen hyvinvointiryhmän kokoonpanoon ja tehtäviin. Tätä tietoperustalukua vasten on mahdollista peilata tutkimuksellisessa osuudessa tehtäviä tulkintoja.

Opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus toteutettiin selvittämällä kahden vastaajaryhmän ajatuksia opiskeluhyvinvoinnista ja keinoista sen edistämiseksi hyödyntämällä menetelmänä sähköisiä kyselyitä. Kyselyt suunniteltiin siten, että ne toimisivat ikään kuin lomakehaastattelujen tavoin. Molemmissa kyselyissä suosittiin avoimia kysymyksiä, jotta vastaajat saisivat kirjoittaa ajatuksiaan vapaasti omin sanoin. Ensimmäinen kysely osoitettiin asiantuntijanäkökulmaa edustaneelle oppilaitoksen hyvinvointiryhmälle. Ensimmäisen kyselyn vastauksia ja opinnäy-



tetyön tietoperustaa hyödynnettiin rakennettaessa jälkimmäistä kyselyä, joka suunnattiin oppilaitosmuotoisesti opiskeleville opiskelijoille. Molempien kyselyjen vastaukset analysoitiin sisällön analyysin keinoin.

Opinnäytetyön tavoitteeksi asetettiin sellaisten kehittämisehdotusten tunnistaminen, joiden avulla olisi mahdollista edistää Hevosopistolla opiskelevien opiskelijoiden hyvinvoinnin kokemusta opiskeluaikana. Kyselyjen toteuttamisen ja tulosten analysoinnin jälkeen tilaajalle esitetään kolme tuloksista vahvimmin nousutta kehittämiskohdetta ja opiskelijalähtöisiä keinoja opiskeluhyvinvoinnin edistämiseksi. Kehittämisehdotuksissa hyödynnetään ja sovelletaan opinnäytetyön tietoperustan kokoamisen aikana positiivisesta psykologiasta ja positiivisesta pedagogiikasta sekä vahvuusperustaisesta lähestymistavasta opittua. Lopuksi tarkastellaan vielä kehittämistyön onnistumista vertailemalla työn tekijän ajatuksia opinnäytetyöprosessista tilaajan työstä esittämään arvioon.

## 2 TILAAJA, TOIMINTAYMPÄRISTÖ, TARVE JA TAVOITTEET

Valtion nuorisoneuvoston ylläpitämiin hyvinvointi-indikaattoreihin perustuva katsaus nuorten hyvinvoinnista 2020-luvun alussa kertoo, että nuorista suurin osa voi hyvin. Työn ja koulutuksen ulkopuolelle jääneitä nuoria on aiempaa vähemmän. Valtaosa nuorista odottaa tulevaisuutta optimistisesti ja suhtautuu yhteiskunnan instituutioihin luottavaisesti. Ryhmänä nuoret eivät kuitenkaan ole yhtenäinen. Sosioekonominen tausta ja tilanne kotona vaikuttavat siihen, millaiset nuoren mahdollisuudet kouluttautua, tehdä töitä ja huolehtia terveydestään ovat. Vuosina 2020–2022 koronaepidemia vaikutti monilla tavoin nuorten elämään. Koronarajoitukset hankaloittivat opintoja, vaikeuttivat työelämään siirtymistä ja suhteiden ylläpitämistä perheeseen ja läheisiin. Kriisin seurauksena myös nuorten hyvinvoinnin eriytyminen lisääntyi. (Valtion nuorisoneuvosto 2023, 3.)

Tilanteen korjaantumisesta korona-ajan jälkeen on vielä vähäisesti tietoa saatavilla, mutta ammatillisen koulutuksen arjessa on huomattu erilaisten haasteiden lisääntyneen. Tästä syystä opiskeluhuvinvointi teemana on erityisen ajankohtainen, ja työn tekeminen palvelemaan jo pitkään työnantajanani toimineen oppilaitoksen hyvinvointityötä tuntuu henkilökohtaisestikin perustellulta ja motivoivalta, koska se tarjoaa minulle mahdollisuuden päästä hyödyntämään jatkossa opinnäytetyön tuloksia käytännön työssäni.

### 2.1 Hevosopisto Oy

Tämän työn tilaajana toimi työnantajanani Hevosopisto Oy. Olen työskennellyt Hevosopiston palveluksessa kymmenen vuoden ajan useammassa eri roolissa. Aloitin tallityönohjaajana, toimin välissä hevostalouden ammatillisen opettajan sijaisena ja tällä hetkellä vakituisesti ammattiohjaajana. Tilaaja ja tilaajan toiminta ovat siis minulle työkokemukseni kautta hyvinkin tuttuja. Myöskään opiskelijänäkökulma ei ole minulle vieras, sillä olen valmistunut Ypäjän Hevosopistolta hevostenhoitajaksi vuonna 2002 ja hevostenvalmentajaksi vuonna 2004.

Hevosopisto Oy on syntynyt vuonna 1993 jatkamaan lakkautettujen edeltäjiensä Ypäjän Hevostalousoppilaitoksen ja Suomen Ratsastusopiston toimintaa. Tätä taustaa vasten Hevosopiston päätehtäväksi muodostui ammatillisen koulutuksen antaminen ja tutkintojen järjestäminen kaikkiiin maassamme tuolloin voimassa olleisiin hevosalan tutkintoihin. Toiminta sisälsi myös muuta alan palvelutoimintaa. Tätä samaa tehtävää Hevosopisto toteuttaa yhä tänäkin päivänä.

(Erola 2023.) Oppilaitoksen historian nostaminen esiin tuntuu erityisen merkitykselliseltä juuri nyt, vuonna 2023, kun vietämme juhlavuotta kolmesta eri syystä. Hevosopiston nykyisellä alueella toiminut Ratsuväkiprikaatin Remonttikoulu käynnisti toimintansa Ypäjällä 90 vuotta sitten, vuonna 1933. Hevosopistolla kilpailtava, legendaarinen, kaikkein pitkäikäisin kansainvälinen ulkokauden ratsastuskilpailu Finnderby täyttää 50 vuotta. Näiden lisäksi Hevosopisto Oy:n synnystä tulee kuluneeksi 30 vuotta. (Hevosopisto 2023a.)

Hevosopisto Oy:n omistajakunta on laaja, ja omistajaprofiilinsa myötävaikutuksesta Hevosopisto profiloituu vahvasti valtakunnalliseksi toimijaksi. Osakeyhtiön omistajakunnan muodostavat Suomen valtio, Suomen Ratsastajainliitto ry, Suomen Hippos ry sekä paikallisista kunnista Ypäjä, Jokioinen ja Forssa. Hevosopisto Oy hallinnoi Ypäjällä, Kanta-Hämeessä, sijaitsevaa hevosalan ammatillista koulutusta tarjoavaa oppilaitosta, Ypäjän Hevosopistoa, jonka toiminta-ajatuksena on kouluttaa ammattilaisia palvelemaan alan kotimaista ja kansainvälistä työelämää. Hevosalan koulutuskentässä Hevosopisto on maassamme ainoa oppilaitos, joka tarjoaa kaikkia hevosalan tutkintoja, mikä vahvistaa edelleen rooliaamme valtakunnallisena koulutuskeskuksena. Ammatillisen koulutuksen ohella Hevosopistolla järjestetään laajasti erilaista kurssi-, valmennus- ja kilpailutoimintaa hevosalan ammattilaisille ja harrastajille. (Erola 2023.)

Tänä päivänä Hevosopisto on Suomen suurin hevosalan kouluttaja ja merkittävä tapahtumajärjestäjä, joka yhdistää hevosalan osaajia ja alan osaamista. Hevosopistolle on myönnetty hevosurheilun valtakunnallisen valmennuskeskuksen status, mikä on osaltaan lisännyt oppilaitoksen näkyvyyttä ja tunnettua. Vuonna 2022 Hevosopistolla opiskeli 478 opiskelijaa ja tutkintoja suoritettiin 139. Oppilaitoksessa voi opiskella hevosalan perustutkinnon, ammattitutkinnon tai erikoisammattitutkinnon, liikunnan ja valmennuksen ammattitutkinnon tai erilaisia hevosalan lisä- ja täydennyskoulutuksia opiskelijan tarpeiden mukaan. (Hevosopisto 2023b, 6–14.)

Tämän opinnäytetyön opiskeluhyvinvointiteeman kannalta merkityksellistä on, että valtaosa oppilaitosmuotoisesti opiskelevista opiskelijoistamme asuu opintojensa ajan arkisin ja opintoja sisältävinä viikonloppuina oppilaitoksen alueella sijaitsevassa asuntolassa. Suurin osa oppilaitosmuotoisesti opiskelevista opiskelijoista on 16–20-vuotiaita nuoria. Opiskelijoiden on tarkoitus huolehtia asuntolassa asumisestaan ja arkipäiväisten asioidensa hoitamisesta mahdollisimman omatoimisesti. Näin toimien tarjotaan opiskelijoille turvalliset puitteet itsenäiseen elämään tarvittavien taitojen harjoitteluun aikuisen tuella. Asuntolassa asuvilta odotetaan hyviä käytös-

tapoja, toisten asumisrauhan kunnioittamista ja käyttöön annettujen tilojen siisteydestä huolehtimisesta. Asuntolatoiminta katsotaan osaksi oppilaitoksen oppimisympäristöjä, ja opiskelija voi tarvittaessa sopia asuntoloiden ammattiohjaajan ja opettajan kanssa erilaisista tukimuodoista asioidensa hoitamiseksi. (Hevosopisto 2023c.)

Hevosopiston tuoreeltaan päivitetty strategia nimeää tärkeimmiksi arvoiksemme asiakaslähtöisyyden, vastuullisuuden ja aktiivisen kehittymisen. Tavoitteena on tarjota ja tuottaa hevosalan huippuosaamista huippuolosuhteissa. Strategiassa keskiöön on nostettu laadukas ja vaikuttava hevosalan koulutus, valmennus ja tapahtumatoiminta, hyvinvoivat opiskelijat, henkilöstö ja hevoset, tyytyväiset asiakkaat ja kumppanit sekä kannattava kaupallinen toiminta ja tasapainoinen talous. (Hevosopisto 2023b, 6–7.) Tässä opinnäytetyössä tavoitteena on tunnistaa opiskeluhyvinvointiin meillä Hevosopistolla vaikuttavia tekijöitä ja löytää opiskelijälähtöisiä keinoja hyvinvoinnin lisäämiseksi, jotta voisimme tavoitella strategian esittämää tavoitetta hyvinvoivista opiskelijoista.

## 2.2 Toimintaympäristö ja tarve

Tarve tälle opinnäytetyölle nousee vahvasti oman oppilaitoksemme arjesta. Työnkuvani ammattiohjaajana asettaa minut aitiopaikalle tarkastelemaan opiskeluhyvinvointiin liittyviä arjen onnistumisia ja haasteita. Vuosikymmenen jatkunut ura hevosalan koulutuksen ohjaustehtävissä antaa ammatilliseen koulutukseen ja opiskeluhyvinvointiin liittyen jo henkilökohtaistakin näkemystä, jota voi peilata tutkittua tietoa ja asiantuntijahavaintoja vasten. Viimeksi kuluneiden vuosien aikana olemme oppilaitoksemme arjessa havainneet opiskeluhyvinvointiin liittyvien haasteiden jatkuvasti lisääntyvän, joten tarve opiskeluhyvinvoinnin eteen tehtävälle työlle on akuutti ja ilmeinen. Sain tänä keväänä itsekkin mahdollisuuden aloittaa työskentelyn oppilaitoksemme hyvinvointiryhmän jäsenenä, mikä on tarjonnut tämän opinnäytetyön kannalta merkityksellisen näköalapaikan ja mahdollisuuksia vaikuttaa meillä opiskelevien opiskelijoiden hyvinvoinnin eteen tehtävään työhön.

Ensimmäisenä kiinnitin huomiota siihen, että meiltä puuttuu yhtenäinen näkemys siitä, mitä opiskeluhyvinvoinnilla oppilaitoksessamme tarkoitetaan. Opiskeluhyvinvoinnin eteen tehtävää työtä suunnittelee ja toteuttaa meillä monta eri toimijaa. Hyvinvointiryhmässä on mukana rehtori, ammatillinen erityisopettaja, opinto-ohjaaja, asuntoloiden ammattiohjaaja, vastaava tallimestari, ammattiohjaaja, kuraattori, terveydenhoitaja ja opintopsykologi. Jokainen ryhmän jäsenen tarkastelee opiskeluhyvinvointia omasta näkökulmastaan, jolloin yhteistä näkemystä ei

välttämättä muodostu, elleimme pyri sitä aktiivisesti rakentamaan. Itse kaipaam lisäksi erityisesti opiskelijoiden omaa näkökulmaa tähän heidän kannaltaan ensiarvoisen tärkeään teemaan. Ennen kuin on mahdollista selvittää opiskelijalähtöisiä keinoja opiskeluhyvinvoinnin edistämiseksi, tarvitaan ryhmällemme yhteinen näkemys siitä, mitä opiskeluhyvinvoinnilla juuri meidän tapauksessamme tarkoitetaan, ja mikä osuus opiskelijoille sen rakentamisessa annetaan.

Ennen työhön tarttumista keskustelin opiskeluhyvinvoinnin teemasta tilaajan puolesta opinnäytetyöni työelämäohjaajaksi osoitetun opinto-ohjaaja Maria Kallion kanssa. Olimme yhtä mieltä siitä, että hyvinvointiryhmämme opiskeluhyvinvointiin liittyvien ajatusten selvittäminen voisi toimia pohjana opiskeluhyvinvoinnin kehittämiseksi opinnäytetyöni avulla oppilaitoksessamme. Hyvinvointiryhmän tehtäväksi Hevosopistolla on opiskeluhoitosuunnitelman mukaan määritelty oppilaitosyhteisön hyvinvoinnin ja turvallisuuden edistäminen sekä muun yhteisöllisen opiskeluhoiton toteuttaminen ja kehittäminen. Tavoitteeksi on asetettu lisäksi, että toimintaan saataisiin tuotua mukaan myös opiskelijoiden ja huoltajien näkökulmaa osallistamalla heitä yhteisöllisen opiskeluhoiton suunnitteluun. (Hevosopisto 2023d.) Perustelen tarvetta opiskeluhyvinvoinnin yhteiselle määrittelemiseksi sillä, että ennen kuin on mahdollista aidosti ryhtyä kehittämään jotakin asiaa, on oltava hyvä käsitys siitä, mitä ollaan kehittämässä. Jos emme tiedä, mitä tarkalleen ottaen opiskeluhyvinvoinnilla tarkoitamme, emme voi sitä onnistuneesti myöskään kehittää. Määrittelyn jälkeen tarve opiskelijalähtöisten keinojen tunnistamiselle opiskeluhyvinvoinnin saavuttamiseksi nousee suoraan opiskeluhoitosuunnitelmasta.

Tarve opiskeluhyvinvoinnin tutkimiselle nousee selkeästi myös siitä konsensuksen puutteesta, joka aiheuttaa aiemmin tutkineiden keskuudessa vallitsee. Jouni Tuomi (2021) kertoo artikkelissaan törmänneensä samaan kirjavuuteen opiskeluhyvinvoinnin käsitteen määrittelyssä kuin minäkin omassa oppilaitoksessani. Hän nostaa esiin, että opiskeluhyvinvoinnista on oltu kiinnostuneita jo yli 50 vuoden ajan, mutta siitä huolimatta tutkijoiden kesken ei ole muodostunut selkeää yhteisymmärrystä siitä, mitä sillä tarkoitetaan ja miten sitä voi tutkia. Opiskelijoiden hyvinvointi on monikerroksinen ilmiö, jossa tutkittavaa riittää. (Tuomi 2021.) Näkökulmaa vaihtamalla ilmiö saa aina uudet kasvot, ja opiskeluhyvinvointiin liittyvien käsitteiden moninaisuus tekee niiden määrittelystä erityisen merkityksellistä.

Yhden uuden näkökulman tarjoaa aika, jota parhaillaan elämme. Ammatillinen koulutus on elänyt läpi useampia muutoksia, jotka eivät voi olla vaikuttamatta myös opiskelijoiden hyvinvointiin. Ammatillisen koulutuksen reformi astui voimaan 1.1.2018. Sillä oli tavoitteena uudistaa ammatillisen koulutuksen rahoitusta, ohjausta, toimintaprosesseja, tutkintojärjestelmää ja

järjestäjä rakenteita. Lait ammatillisesta peruskoulutuksesta ja ammatillisesta aikuiskoulutuksesta yhdistettiin uudeksi laiksi, jossa osaamisperusteisuus ja asiakaslähtöisyys asetettiin keskeisiksi lähtökohdiksi. Opiskelijoille tämä tarkoitti esimerkiksi työpaikoilla tapahtuvan oppimisen lisääntymistä, henkilökohtaisia opintopolkuja ja sääntelyn purkamista. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023.) Toinen merkittävä muutos oli oppivelvollisuuden laajentaminen. Kun päivitetty oppivelvollisuuslaki tuli voimaan 1.8.2021, muuttuivat toisen asteen opinnot maksuttomiksi laajennetun oppivelvollisuuden piiriin kuuluville. Oppivelvollisuuden laajentumisen myötä jokainen perusopetuksen päättävä on velvollinen hakeutumaan toisen asteen tai nivelvaiheen koulutukseen, ja tavoitteena on, että kaikki suorittavat toisen asteen tutkinnon. (Opetushallitus 2023b.)

Ammatillisen koulutuksen parissa työskentelevänä huomaan näillä muutoksilla olevan vaikutusta opiskelijoiden arkeen. Työpaikoilla tapahtuvan oppimisen lisääminen edellyttää opiskelijoilta uudenlaista vastuun ottamista ja työelämätaitoja, joita harvalla 16-vuotiaalla on valmiina. Oppivelvollisuuden laajentaminen puolestaan puuttuu opiskelijoiden vapaaehtoisuuteen. Suomalainen filosofi ja tutkija Frank Martela, jonka ajatuksiin opinnäytetyössäni toistuvasti viitataan, tulkitsee Ryanin ja Decin (2000) teorioista sisäiseen motivaatioon liittyen, että vapaaehtoisuus on yksi ihmisen kolmesta psykologisesta perustarpeesta, joiden läsnäolo tai poissaolo elämässä toimii selittävänä tekijänä isolle osalle hyvinvoinnista ja sisäisestä motivaatiosta. (Martela 2014a, 48.) Tästä voi johtaa ajatuksen, että hyvinvoinnin ja motivaation kannalta saattaa olla hyvinkin merkityksellistä, että opintojen jatkaminen toiselle asteelle ei enää olekaan vapaaehtoista, kuten ennen, vaan perustuu lain määrittelemään velvollisuuteen ja on siten pakko tehdä.

Tarvetta opiskeluhyvinvoinnin tarkemmalle määrittelemiselle ja tutkimiselle omassa oppilaitoksessamme perustelee myös ammattioppilaitoksen arjessa havaitsemamme pahoinvoinnin lisääntyminen. Käytännön kokemus kertoo, että opinnoista poissaolot, osallistumattomuus ja opintojen keskeyttäminen lisääntyvät. Tilastokeskuksen sivuilta käy ilmi, että myös viralliset tilastot tukevat tätä ammatillisen koulutuksen arjesta nousevaa näkemystä. Toisen asteen opiskelijoiden keskeyttämiset lisääntyivät, opinnot pidentyivät ja työssä käyminen väheni koronavuoden 2020 seurauksena. Ammatillisessa perustutkintokoulutuksessa keskeyttäneiden osuus kasvoi 3,9 prosenttiyksikköä edelliseen vuoteen verrattuna, mikä tarkoittaa, että opintonsa keskeytti jo 13,3 prosenttia ammatillisen perustutkintokoulutuksen opiskelijoista. Myös perustutkinnon aloittaneiden läpäisy heikkeni, ja tavoiteajassa tutkinnon suoritti ainoastaan 60

prosenttia vuonna 2017 opintonsa aloittaneista opiskelijoista. Korona-aikana opiskeluhankaluuksiin ovat voineet vaikuttaa vähentyneet mahdollisuudet osallistua työelämässä oppimisen jaksoille. Jaksamisen ja hyvinvoinnin heikentyminen saattoi olla seurausta myös lisääntyneestä etäopiskelusta. (Tilastokeskus 2022.) Arjessa huomaamme kuitenkin, että lähiopiskeluun palaamisen jälkeen samat jaksamisen ja hyvinvoinnin ongelmat ovat olemassa edelleen, joten niiden korjaamisen keinojen tunnistaminen on ajankohtainen ja olennainen tehtävä vielä tälläkin hetkellä.

### 2.3 Opinnäytetyön tavoitteet

Tässä opinnäytetyössä käytetään teoreettisena viitekehyksenä positiivista psykologiaa ja positiivista pedagogiikkaa käsittelevästä kirjallisuudesta poimittuja, hyvinvoinnin rakentamisen kannalta olennaisia teorioita ja tutkimustuloksia. Lisäksi tavoitteena on tunnistaa mahdollisia keinoja tuoda positiivista pedagogiikkaa ja vahvuusperustaista lähestymistapaa tiiviimmin osaksi oppilaitoksemme ohjaus-, opetus- ja hyvinvointityötä. Käytännön kokemuksesta ja opetusalan uutisoinnin seuraamisen myötävaikutuksesta nousee vahvana tietoisuus siitä, että tänä päivänä oppilaitosten arjessa vaikutettaisiin harjoitettavan edelleen useammin ongelmakeskeistä pedagogiikkaa kuin ratkaisukeskeistä, positiivista pedagogiikkaa. Tämän päivän nuorilla tuntuu usein ongelmia riittävän, joten voisi ajatella olevan hedelmällisempää keskittyä vahvuuksiin ja ratkaisukeskeisyyteen, jos tavoitteena on aidosti edistää nuorten hyvinvointia opinnoissa.

Vahvuusperustainen lähestymistapa on omiaan tuulettamaan hyvin tarpeellisella tavalla oppilaitosmaailmaan perinteisesti juurtuneita tapoja ja toimintamalleja. Edelleen aivan liian usein kouluissa toteutetaan niin sanottua korjaamisen traditiota, jolloin opetussuunnitelmat ja arviointikäytännöt suuntaavat opettajien huomion siihen, mitä oppijat eivät vielä osaa tai mitä heidän vielä tulee oppia. Tällöin myös nuorten kyvyt ja mahdollisuudet hautautuvat helposti heidän persoonaansa määrittelemään nousseiden puutteiden ja vaikeuksien alle. Ongelmiin keskittyvä pedagogiikka herättää opiskelijassa epävarmuutta ja pelkoa ja vaikuttaa kielteisesti opiskelumotivaatioon ja koulunkäyntiin. (Leskisenoja & Sandberg 2019, 26.) Epäilemättä noilla tunteilla on vaikutusta myös opiskelijan hyvinvoinnin kokemukseen. Koska työni tarkoituksena on edistää oppilaitoksemme opiskeluhuvinvointia, on lähestymistavan valinta perusteltu.

Positiivinen pedagogiikka tekee vasta tuloaan suomalaiseen koulukulttuuriin, joten se tarjoaa myös mahdollisuuden muutokseen ja uuteen tapaan katsoa asioita. Taustatieteenä tässä pedagogiikassa on positiivinen psykologia, joka on nykyisessä muodossaan vielä melko nuori tieteenhaara. Tällöin tukena toimiva empiirinen tutkimusaineistokin on vielä varsin rajallinen, joten uudelle tutkimukselle on tilausta. Tämä alati lisääntyvään empiiriseen näyttöön perustuva ja eri puolille maailmaa levinnyt kasvatuskäsitys pyrkii perinteisen opetustyön ohella tai siihen sulautettuna edistämään tieteellisesti perustelluilla keinoilla opiskelijoiden hyvinvointia ja luontevahvuuksia. (Leskisenoja 2017, 11–13.)

Frank Martelan käyttämä lainaus Ryanin & Decin (2001) ajatuksista kuvaa hyvin sitä, mistä oppinnäytetyössäni on pohjimmiltaan kyse:

Se miten hyvinvoinnin määritämme vaikuttaa niin yhteiskunnalliseen päätöksentekoon, opetukseen, terapiaan kuin myös vanhemmuuteen ja saarnaamiseen, koska kaikkia näitä yhdistää pyrkimys muuttaa ihmisiä parempaan päin, ja siksi ne välttämättä tarvitsevat jonkinlaisen vision siitä, mitä ”parempi” on. (Martela 2014a, 30.)

Tarkoitin tällä ajatuksella sitä, että ennen kuin on mahdollista tehdä kehittämisehdotuksia tavoista opiskeluhyvinvoinnin edistämiseksi oppilaitoksessamme, on pystyttävä selvittämään, mitä on se parempi hyvinvointi, jota tarkalleen ottaen tavoittelemme, jotta olisi mahdollista esittää opiskelijoille oikeanlaisia kysymyksiä toimivien keinojen kartoittamiseksi.

Tavoittelen tällä oppinnäytetyöllä vastausta tutkimuskysymyksiini, jotka ovat:

1. Mitä opiskeluhyvinvointi Hevosopistolla tarkoittaa?
2. Miten voimme tavoitella opiskeluhyvinvointia opiskelijälähtöisesti?
  - Miten voin hyödyntää positiivista pedagogiikkaa lähestymistapana?

Uskon, että tällä tavoin rakennettuna työni ohjaa minut lopputulokseen, jonka kehittämisehdotuksissa pystyn hyödyntämään positiivisen pedagogiikan ajatusmalleja, joiden avulla oppilaitoksessamme voitaisiin tavoitella kokonaisvaltaisempaa opiskeluhyvinvointia hyvän diagnoosinnan kautta. Hyvän huomaamiseen perustuvien toimintamallien luominen olisi minulle myös sydämenasia. Tämän oppinnäytetyön lopputuloksena on tarkoitus syntyä sellaisia kehittämisehdotuksia, joiden avulla on mahdollista vaikuttaa opiskeluhyvinvointiin oppilaitoksessamme. Työn valmistuttua esittelen syntyneet ideat hyvinvointiryhmälle ja mahdollisesti myös opetustiimille. Hyvinvointiryhmälle esiteltyinä ehdotuksia on mahdollista hyödyntää konkreettisesti oppilaitoksemme opiskelijoiden hyvinvoinnin eteen tehtävässä työssä. Omassa työkuvassani



ammattiohjaajana toimin mielelläni ideoiden käytännön testaajana ja jalkauttajana, jos tuloksena syntyneitä kehittämissuhteita halutaan opinnäytetyön valmistuttua kokeilla oppilaitoksemme arjessa.

### 3 TIETOPERUSTA

Tämän opinnäytetyön tietoperustassa määritellään hyvinvoinnin ja opiskeluhyvinvoinnin käsitteet saatavilla olevan kirjallisuuden ja aiempien tutkimusten valossa. Tätä vasten on työn myöhemmässä vaiheessa mahdollista peilata tutkimuksen kohteina olevien hyvinvointiryhmän jäsenten ja opiskelijoiden käsityksiä hyvinvoinnista ja sen rakentumisesta opinnoissa Hevosopistolla. Omissa alaluvuissaan tutustutaan opiskeluhooltoon sekä oppilaitoksen opiskeluhoolto-suunnitelmaan ja hyvinvointiryhmän kokoonpanoon ja tehtäviin. Tietoperustassa kerrotaan lisäksi positiivisesta psykologiasta ja positiivisesta pedagogiikasta, joista opittua sovelletaan työn edetessä muotoiltaessa kysymyksiä tutkimuksen kohteena oleville organisaation edustajille ja opiskelijoille. Tämä teoriatausta on valittu siksi, että se sisältää kenties perustelluimman ja empiirisesti tutkituimman näkemyksen hyvinvoinnin perustan muodostavista onnellisuuden peruselementeistä (Martela 2014b), joiden toteutumista ja edistämismahdollisuuksia ammatillisen koulutuksen piirissä on kuitenkin tutkittu vielä verrattain vähän. Tarkoituksena on oppia teorian ja oman ajattelun vuoropuhelusta jotain uutta ja tutkia ja tulkita kerättyä aineistoa teoriaa vasten (Vilkkä 2015, 62). Tässä luvussa esitellään kehittämistyön kannalta relevanttia teoriaa ja avataan ja määritellään keskeisiä käsitteitä, jotta työtä ohjaavan ajattelun taustalla vaikuttava teoreettinen tieto avautuisi myös valmiin opinnäytetyön lukijalle.

#### 3.1 Hyvinvoinnin käsite

Vaikka valtaosa opiskelijoista voi edelleen hyvin ja on terveitä, aiheuttavat suomalaisnuorten hyvinvoinnin ja terveyden haasteet jatkuvaa huolta opetus- ja kasvatusalalla. Hyvinvointi koostuu monesta erillisestä osatekijästä, joita ovat henkilökohtainen hyvinvoinnin tunne, psyykinen ja fyysinen terveys, kunnolliset elinolot sekä sosioemotionaaliset suhteet. Jokaisella meistä on hyvinvoinnille oma henkilökohtainen määritelmänsä. Käytännössä hyvinvointi näiden osatekijöiden avulla määriteltynä tarkoittaa, että kunnollisissa elinoloissa hyvinvoiva ihminen voi tuntea itsensä sekä psyykkisesti että fyysisesti niin terveeksi kuin mahdollista, minkä lisäksi hän voi hyvin myös sosioemotionaalisesti, eli on kykenevä solmimaan ja ylläpitämään ihmisuhteita sekä tunnistamaan ja hallitsemaan erilaisia tunnetiloja. (Honkanen & Suomala 2009, 11.)

Hyvinvoinnin määrittelyminen yksiselitteisesti ei ole ongelmatonta. Englanninkielinen tutkimuskirjallisuus käyttää esimerkiksi käsitteitä *quality of life*, *life satisfaction*, *well-being* ja *wellness* osin rinnakkain ja osittain synonyymeinakin. Perinteisesti hyvinvointikäsitteellä on viitattu jo aiemmin mainittuun ihmisen sosiaalisen, henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin kokonaisuuteen. Tällöin hyvinvoinnin voidaan ajatella laajasti ottaen ilmenevän onnellisuutena, tyytyväisyytenä elämään ja positiivisena mielialana. Hyvinvointi edellyttää sellaista toimintakykyä, jonka mahdollistamana yksilö pystyy osallistumaan yhteisönsä mielekkäinä pitämiin aktiviteetteihin ja ylläpitämään sosiaalisia suhteita. Davidsonin, Rosenbergin & Mooren (2003) mukaan yksilö on tyytyväinen itseensä ja kokee subjektiivista hyvinvointia, jos hän voi käyttää potentiaalisesti kykyjään ratkaistessaan elämänsä kuuluvia kehitystehtäviä. Vasta viime aikoina itsensä toteuttamista, optimaalisia flow-kokemuksia, kiinnostuksen kohteita, voimavaroja ja vahvuuksia on alettu pitää keskeisinä hyvinvoinnin ulottuvuuksina, sillä aiemmin hyvinvointitutkimusta suunnattiin pääosin kielteisiin, hyvinvointia uhkaaviin ilmiöihin. Ajassa, jota elämme, hyvinvointi on syytä nähdä aiempaa kokonaisvaltaisempana ilmiönä. (Meriläinen, Lappalainen & Kuittinen, 8.)

### 3.2 Opiskeluhyvinvointi

Opiskeluhyvinvoinnilla tarkoitetaan opiskelijan subjektiivista kokemusta omasta hyvinvoinnistaan opinnoissa. Sen voi luonnehtia myös sellaiseksi tilanteeksi, jolloin opinnot etenevät, mutta muullekin elämälle jää sopivasti aikaa. (Oulun yliopisto 2023.) Yksilölle muodostuva hyvinvoinnin tunne on sidoksissa aikaan, ympäristöön, mielentilaan ja kulttuuriin, joiden vaikutuksen alaisena hän elää. Koska ihminen on psykofyysinen kokonaisuus, hänen oppimiseensa ja oppimiskykyensä vaikuttavat psyykkinen, fyysinen ja sosioemotionaalinen olotila. (Honkanen & Suomala 2009, 11.) Tämän kontekstisidonnaisuuden vuoksi opiskeluhyvinvoinnin määrittely yleisellä tasolla ei kerro vielä riittävästi hyvinvoinnista juuri Hevosopistolla, joten tässä työssä tutkimuksen kohteena olevan oppilaitoksen tilanteen selvittäminen tutkimalla asiaa opinnäytetyön edetessä onkin merkityksellistä nimenomaan tämän tapauksen erityispiirteiden tunnistamiseksi ja suhteuttamiseksi aikaan, ympäristöön, mielentilaan ja kulttuuriin, joissa meillä eletään ja opiskellaan.

Viime aikoina mediassa on käyty vilkasta ja kriittistä keskustelua työelämäpainotteisuudesta ja oppilaitosten ja työelämän yhteistyöstä, jotka liittyvät uudistuneeseen ammatilliseen koulutukseen. Asiantuntijat ovat pohtineet, miten työpaikoilla tapahtuvan oppimisen olisi mahdollista

kiinnittää opiskelijaa ammattiin ja työelämään. Suurta muutosta parhaillaan elävän ammatillisen koulutuksen perimmäisenä tarkoituksena on kuitenkin edelleen tukea elinikäistä oppimista, ammatillista kasvua ja opiskelijoiden kehittymistä hyviksi, tasapainoisiksi ja sivistyneiksi ihmisiksi ja yhteiskunnan jäseniksi. Teräs ja Virolainen (2018) ovat todenneet, että Suomessa tehty ammatillisen koulutuksen tutkimus painottuu vahvasti ammattikorkeakoulumaailmaan, jolloin toisella asteella ammatillista koulutustaan hankkivien opiskelijoiden näkökulma on jäänyt vähemmälle huomiolle. Kun tutkimusta laajennetaan opintoihin kiinnittymisen tutkimiseen toisella asteella, päästään kiinni esimerkiksi opintojen pitkittymisen, keskeyttämisen, opinnoista vieraantumisen ja syrjäytymisen problematiikkaan. Baronin ja Corbinin (2012) mukaan opintoihin kiinnittyminen on edellytyksenä myönteisille opiskelukokemuksille ja hyvälle oppimistuloksille. Kuh (2003) toteaa kiinnittymisen mahdollistavan opiskelijoille elinikäisen oppimisen ja henkilökohtaisen kehityksen ja Appleton, Christerson, Kim & Reschly (2006) ovat päätelleet sen kytkeytyvän myös opinnoissa viihtymiseen ja opiskelumotivaatioon. Kun ammatillinen koulutus vasta hakee uutta muotoaan, voisi opiskelijoiden kuuleminen auttaa löytämään keinoja edistää heidän kiinnittymistään ammatilliseen opiskeluun, oppimiseen ja yhteiskunnan jäsenyyteen. (Niittyalahti, Annala & Mäkinen 2019, 10–11.) Opintoihin kiinnittyminen vaikuttaa näiden tutkimusten valossa niin vahvasti opiskelijan kokemusmaailmaan, että sen voi ajatella olevan yksi merkittävä tekijä myös opiskeluhyvinvointia rakennettaessa.

Amisbarometri on valtakunnallinen tutkimus, jonka avulla pystytään tuottamaan kattava kokonaiskuva kaikkien Suomessa ammattiin opiskelevien arjesta. Vuonna 2022 tähän tutkimukseen osallistui 14 440 ammatillisen toisen asteen opiskelijaa. Vuoden 2021 alussa oppivelvollisuus laajeni kattamaan toisen asteen tutkinnot täysi-ikäisyyteen saakka. Amisbarometri mahdollistaa opiskelijoiden kokeman tyytyväisyyden vertailun ennen uudistusta ja sen jälkeen. Verrattuna tuloksiin vuonna 2019 opiskelijoiden tyytyväisyys alavalintaansa ja hakuvaiheessa annettuun opinto-ohjaukseen on vuoden 2022 tulosten perusteella hiukan lisääntynyt ja tyytymättömyys vähentynyt. Ennen hakeutumista opintoihin 39 prosentilla nuorista ei ollut vahvaa mielikuvaa siitä, mitä alaa haluaisi mieluiten hakea opiskelemaan. Tutkimusaineiston perusteella yleisimmät syyt harkita opintojen keskeyttämistä liittyivät alan tai opiskelujen kiinnostavuuteen, opetuksen laatuun tai organisointiin, oppimisvaikeuksiin tai terveydellisiin syihin. Korona-aikana tavallista enemmän tukea tarvinneista opiskelijoista 62 prosenttia koki tarvitsevansa enemmän tukea opintoihinsa myös vastaushetkellä. Sujuvan opiskelun ja työelämään siirtymisen kannalta opiskeluryhmässä viihtyminen ja opinnoissa koettu hyvinvointi nähdään ensiarvoisen tärkeinä. (SAKKI ry 2023, 2–6.)

Joka toinen vuosi toteutettava kouluterveyskysely kerää seurantatietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, koulunkäynnistä ja opiskelusta, osallisuudesta sekä avun saannista ja palveluista koulu- ja oppilaitoskohtaisesti (Opetushallitus 2023c). Kouluterveyskyselyyn vuonna 2021 vastanneista lapsista ja nuorista suuri osa kertoi olevansa elämäänsä tyytyväinen, mutta vuoden 2019 tuloksiin verrattuna tyytyväisyys oli kuitenkin vähentynyt. Toisella asteella opiskelevista nuorista 66–77 prosenttia kertoi pitävänsä koulunkäynnistä. Kohtalaisesta tai vaikeasta ahdistuksesta kertoi kärsivänsä 30 prosenttia tytöistä ja noin kahdeksan prosenttia pojista. Vuosina 2013–2019 vastaavat prosentit olivat tytöillä 13–20 ja pojilla 5–7. Vuonna 2021 ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevista tytöistä 40 ja pojista alle 20 prosenttia koki terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Melko usein tai jatkuvasti itsensä yksinäiseksi koki 26 prosenttia ammatillisten oppilaitosten tytöistä. Pojilla yksinäisyyden kokemukset ovat huomattavasti harvinaisempia kaikilla kouluasteilla opiskeltaessa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023a.) Tässä opinnäytetyössä kehittämistyön kohteena olevan oppilaitoksen ja sen opiskelijoiden kannalta näitä tutkimustuloksia voi pitää huolestuttavina siksi, että kyseessä on vahvasti tyttöpainotteinen oppilaitos, jossa pojat opiskelijoina ovat harvinaisia. Siksi tyttöjen haasteet ovat tässä tapauksessa erityisen merkityksellisiä. Hevosala vaatii myös hyvää fyysistä kuntoa ruumiilliseen työhön painottuvien työtehtäviensä vuoksi, jolloin keskinkertaiseksi tai huonoksi terveydentilansa kokevien opiskelijoiden opiskeluhyvinvointi saattaa olla uhattuna terveydellisistä syistä. Myös mielenterveydelliset haasteet voivat vaikuttaa jaksamiseen usein rasakaksi koetulla alalla.

Frank Martela ja Lauri Järvilehto lainaavat Martin Seligmanin (2011) ajatuksia kehottaessaan miettimään, mitä vanhemmat kaikista eniten toivovat lapsilleen. Yleensä tässä yhteydessä vanhemmat mainitsevat onnellisuuden, terveyden, itsevarmuuden, tasapainoisuuden, tyytyväisyyden elämään ja rakkauden. Voisi siis ajatella toiveena olevan, että lapsista kasvaa hyvinvoivia. Jos taas vanhemmilta kysytään, mitä koulussa opetetaan, useimmat vastaavat lastensa oppivan tietoa, päättelytaitoa, lukutaitoa, matemaattisia taitoja, kurinalaista työskentelyä, kokeissa pärjäämistä ja määräysten tottelemista. Näillä opeilla tähdätään menestykseen työelämässä. Näillä kahdella listalla ei ole juuri päällekkäisyyksiä. Seligman kehottaakin pohtimaan, mitä mahdollisuuksia avautuisi, jos opinnoissa opittaisiin sekä hyvinvoinnin että työelämässä menestymisen taitoja tekemättä kompromisseja kummankaan suhteen. Jos opiskelijoiden hyvinvoinnista tehtäisiin selkeä johtoajatus ammatillisten oppilaitosten opetusta suunniteltaessa, olisi meidän mahdollista tukea nuorten kasvua hyvinvoiviksi kansalaisiksi paljon enemmän kuin nykyisellään teemme. (Martela & Järvilehto 2012, 9–10.)

### 3.3 Opiskeluhoolto

Opiskeluhoollolla tarkoitetaan kouluissa ja oppilaitoksissa tehtävää työtä, jolla pyritään edistämään, pitämään yllä ja luomaan edellytyksiä opiskelijan hyvälle oppimiselle, psyykkiselle ja fyysiselle terveydelle sekä sosiaaliselle hyvinvoinnille. Opiskeluhoollon pyrkimyksenä on edistää opiskelijoiden ja koko opiskeluyhteisön ja -ympäristön hyvinvointia, yhteistyötä huoltajien kanssa ja opiskelijoiden osallisuutta. Opiskeluhoollon tavoitteena on myös turvata yksilökohtainen varhainen tuki jokaiselle, joka sitä opinnoissaan tarvitsee. Opiskeluhoolto toteutetaan suunnitelmallisena, monialaisena yhteistyönä, jota tehdään yhteistyössä opiskelijoiden, heidän huoltajiensa ja muiden tarvittavien yhteistyötahojen kanssa. Opiskeluhoolto jaetaan yhteisölliseen ja yksilökohtaiseen opiskeluhooltoon. Koulutuksen järjestäjän vastuulla on laatia järjestäjäkohtainen opiskeluhooltosuunnitelma opiskeluhoollon toteuttamista, arviointia ja kehittämistä varten. Koulutuksen järjestäjä on myös vastuussa laadittuun suunnitelmaan kirjattujen asioiden toteutumisesta. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023b.) Opiskelijoiden hyvinvoinnista huolehtiminen perustuu suunnitelmallisuuteen ja painottuu ennaltaehkäisevään työhön, jolloin huolta aiheuttavat asiat havaitaan mahdollisimman varhain ja niihin pystytään puuttumaan ajoissa. Tällainen opiskeluhyvinvoinnista huolehtiminen parantaa opiskelijan viihtyvyyttä opinnoissa ja opiskelumotivaatiota, mikä puolestaan edistää oppimista. (Honkanen & Suomala 2009, 9.)

Ensisijainen opiskeluhoollon toteuttamismuoto on yhteisöllinen opiskeluhoolto, jonka tavoitteena on tukea koko oppilaitosyhteisöä. Tämä toteuttamismuoto pyrkii edistämään opiskelijoiden oppimista ja hyvinvointia sekä hyvää vuorovaikutusta ja osallisuutta oppilaitosyhteisössä. Yhteisöllinen opiskeluhoolto on oppilaitoksen arjessa tapahtuvaa suunnitelmallista ja tavoitteellista työtä, jonka avulla kehitetään ja edistetään terveellisyyttä, esteettömyyttä ja turvallisuutta oppilaitosympäristössä ja koko yhteisön hyvinvointia. Yhteisöllisen opiskeluhoollon toteuttamisesta huolehtivat kaikki oppilaitoksessa toimivat, opiskelijat ja huoltajat mukaan luetuina. Toteutuakseen parhaalla mahdollisella tavalla työ vaatii opetushenkilöstöltä ja opiskeluhooltopalveluilta saumatonta yhteistyötä. Yhteisöllinen opiskeluhoolto pyrkii ehkäisemään ongelmia ennalta ja kuuluu kaikille oppilaitoksessa opiskeleville. (Hietanen-Peltola, Laitinen, Järvinen & Fagerlund-Jalokinos 2019, 11–12.)

Yksilökohtainen opiskeluhoolto kattaa palvelut, joita tarjotaan yksittäiselle opiskelijalle. Näitä palveluita ovat opiskeluterveydenhoito, opiskeluhoollon kuraattori- ja psykologipalvelut ja mo-

nialaisessa asiantuntijaryhmässä toteutettava työ. Yksilökohtaisesti toteutettava opiskeluhoolto on ehkäisevää, korjaavaa ja tukea antavaa. Työn tavoitteena on opiskelijan kokonaisvaltaisen terveyden, hyvinvoinnin ja opintojen etenemisen seuraaminen ja edistäminen sekä aikuisuuteen ja itsenäiseen elämään kasvamisen tukeminen. Yksilökohtainen opiskeluhoolto perustuu aina vapaaehtoisuuteen, ja ammattilaisten ottaminen mukaan työskentelyyn vaatii opiskelijan suostumuksen. Opiskelijan tuen tarpeen selvittämiseksi ja tarvittavan tuen järjestämiseksi tarvitaan usein opiskeluhoollon toimijoiden välistä yhteistyötä. Tarvittaessa yksilökohtainen opiskeluhoolto voi tarjota tukea myös opiskelijan huoltajille ja ohjata heitä muihin palveluihin. (Mt., 11–12.)

### **3.4 Hevosopiston opiskeluhooltosuunnitelma ja hyvinvointiryhmä**

Hevosopiston opiskeluhooltosuunnitelmassa määritellään opiskeluhoollon keskeisiksi periaatteiksi tarvelähtöisyys, suunnitelmallisuus, moniammatillisuus ja säännöllisyys. Opiskeluhoolto on suunniteltu toteutettavaksi ensisijaisesti ennalta ehkäisevänä oppilaitoksen yhteisöllisenä opiskeluhoollona sekä tarpeen niin vaatiessa opiskelijan yksilökohtaisena opiskeluhoollona. Opiskeluhoollon toteutettaessa tehdään yhteistyötä opiskelijoiden, heidän huoltajiensa sekä tarvittaessa muiden yhteistyötahojen kanssa. Hevosopistolla opiskeluhoollon tavoitteeksi on asetettu opiskelijoiden oppimisvalmiuksien, hyvän psyykkisen ja fyysisen terveyden sekä sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen ja ylläpitäminen. Tavoitteena on myös kehittää edellä mainittujen asioiden toteutumisen edellytyksiä vahvistavaa toimintaa opiskeluyhteisössä. Opiskeluhoollon toteutuksella pyritään ehkäisemään paitsi syrjäytymistä ja opiskeluun liittyviä muita ongelmia myös koulutuksen keskeyttämiä. Näiden lisäksi opiskeluhoollon tavoitteena on turvata oppilaitoksen toimintakyky fyysistä ja psyykkistä turvallisuutta uhkaavissa tilanteissa. (Hevosopisto 2023d.)

Hevosopiston opiskeluhooltosuunnitelma kuvailee opiskeluhoollon ensisijaisesti yhteisölliseksi toiminnaksi. Opiskeluhoolto katsotaan kuuluvaksi opiskeluhoollopalveluista vastaavien ohella myös kaikkien Hevosopistolla työskentelevien työntekijöiden tehtäväksi. Ensisijainen vastuu oppilaitosyhteisön hyvinvoinnista ja oppimisympäristön turvallisuudesta on Hevosopistolla koulutuksen järjestäjänä sekä oppilaitoksen henkilökunnalla. Opiskeluhoolto on suunnitelman mukaan tärkeä osa oppilaitoksen toimintakulttuuria. Yhteisöllisellä opiskeluhoollolla tarkoitetaan oppilaitoksen toimintakulttuuria ja niitä toimia, joilla pyritään edistämään opiske-

lijoiden oppimista, hyvinvointia, terveyttä, sosiaalista vastuullisuutta, vuorovaikutusta ja osallisuutta sekä opiskeluympäristön terveellisyyttä, turvallisuutta ja esteettömyyttä koko oppilaitosyhteisössä. Jokainen oppilaitoksen henkilökuntaan kuuluva on osa toimintakulttuuria ja siten omalta osaltaan tukemassa opiskelijoita heidän opintopoluillaan. Hevosopiston tavoitteena on olla yhteisöllinen oppilaitos, jonka henkilökunta ja opiskelijat tuntevat toisensa. Tällöin opiskelu ja oppiminen tapahtuvat yhteisöllisesti, minkä toivotaan edistävän hyvinvointia ja opintojen etenemistä sekä ehkäisevän keskeyttämisii. (Mt.)

Hevosopiston opiskeluhoitoryhmää kutsutaan hyvinvointiryhmäksi. Tämän ryhmän tehtäviä ovat opiskeluhoollon yleinen suunnittelu, kehittäminen, ohjaus ja arviointi. Hyvinvointiryhmää johtaa rehtori. Ryhmässä ovat mukana oppilaitoksen opiskeluhoollotyön kannalta olennaiset toimijat, mutta tavoitteena on vielä osallistaa nykyistä vahvemmin opiskelijoita ja huoltajia mukaan ryhmän toimintaan, jotta heidänkin näkökulmansa tulisi varmasti kuulluksi. Tarvittaessa ryhmä voi kuulla muitakin asiantuntijoita. Hyvinvointiryhmä suunnittelee vuosittain, miten yhteisöllinen opiskeluhoollto oppilaitoksessa toteutetaan. Suunnittelutyön ohessa arvioidaan opiskeluhoollon saatavuutta, riittävyttä ja sisältöjä, minkä perusteella laaditaan tulevalle lukuvuodelle opiskeluhoollon vuosikello. Hyvinvointiryhmässä käydään läpi myös opiskelijoiden keskeyttämisten ja eroamisten syitä sekä sattuneiden tapaturmien syitä ja keinoja niiden ennalta ehkäisemiseen jatkossa. Hyvinvointiryhmä huolehtii vuosittain päivitettävän opiskeluhoollto-suunnitelman toteuttamisesta ja jalkauttamisesta. Opiskelijoilta saatava palaute on osana opiskeluhoollon arviointia. (Mt.)

### **3.5 Positiivinen psykologia ja positiivinen pedagogiikka**

Martin Seligman ja Mihály Csíkszentmihályi käynnistivät 2000-luvun alussa parinkymmenen kollegansa kanssa liikkeen, jonka päämääränä oli tutkia hyvinvointia tieteellisesti. Tämän vuosituhannen puolella positiivinen psykologia on laajentunut useisiin haaroihin jakautuneeksi tieteenalaksi, joka tutkii ajattelun ja käyttäytymisen ilmiöitä monissa eri yhteyksissä. Ajatuksena on hyvän diagnosointi ja jokaisen ihmisen henkilökohtaisten vahvuuksien tunnistaminen, mitä voidaan käyttää apuna sekä oman että yhteisöjen hyvinvoinnin parantamisessa. Subjektiiivinen hyvinvointi, jota voidaan kutsua tuttavallisemmin myös onnellisuudeksi, on ollut alusta saakka keskeisesti mukana tutkimuksen kohteena. Jo vuonna 1958 Marie Jahoda on todennut, että pahoinvoinnin poistaminen ei yksinään riitä takaamaan hyvinvointia. (Uusitalo-Malmivaara 2014, 19–20.) Mitkä siis ovat hyvinvoinnin edistämisen edellytykset? Ja mitä tämä tarkoittaa



nimenomaan tässä tapauksessa, tutkittavassa organisaatiossa ja siellä opiskeleville? Tässä opin-  
näytetyössä tarkastellaan opiskeluhyvinvointia nimenomaan subjektiivisen hyvinvoinnin koke-  
muksen näkökulmasta, eli tarkoituksena on pureutua opiskelijoiden omaan kokemukseen hy-  
vinvoinnistaan. Tällöin opiskelijasta tulee myös paras asiantuntija kertomaan, mitkä ovat ne  
keinot, joilla hänen opiskeluhyvinvoinnin kokemustaan voidaan parantaa.

Diener & Lucas (1999) kuvaavat subjektiivista hyvinvointia onnellisuuden mittariksi psykolo-  
gisessa tutkimuksessa. Ihmisen hyvinvoinnin kokemus rakentuu kolmesta elementistä, jotka  
ovat positiiviset tunteet, negatiiviset tunteet ja elämäntyytyväisyys. Tämä mittari laskee sub-  
jekttiivisen hyvinvoinnin määrän vähentämällä positiivisista tunteista negatiiviset tunteet ja li-  
säämällä tulokseen elämäntyytyväisyyden. Carol Ryff (1989) on pyrkinyt tunnistamaan psyko-  
logisen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn kannalta merkittäviä tekijöitä erilaisia teorioita tarkas-  
telemalla. Tutkimustensa perusteella hän arvelee keskeisten tekijöiden olevan itsensä hyväksy-  
minen, hyvät ihmissuhteet, autonomia, kyvykkyys, elämän tarkoituksellisuus ja henkilökohtai-  
nen kasvu. Myöhemmin (1998) Ryff on päätenyt korostamaan erityisesti elämän tarkoituksel-  
lisuutta, jolla viitataan mahdollisuuteen valita vapaasti ja tavoitella itseä innostavia päämääriä  
ja toisaalta myös laadukkaita ihmissuhteita. (Martela 2014a, 40–42.)

Martin Seligmanin (2011) luomassa PERMA-teoriassa onnellisuuden komponentteja on viisi:  
tunnepohjaisten nautintojen ja tuskien välinen tasapaino (positive emotion), tekemiseen uppou-  
tuminen (engagement), merkityksellisyyden kokeminen (meaning), aikaansaaminen (accomp-  
lishment) ja hyvät ihmissuhteet (positive relationships). Martela muistuttaa, että näiden teori-  
oiden ongelmana on se, ettei kukaan ole esittänyt selviä kriteereitä sille, millä perusteella jokin  
tietty elementti on osa onnellisuutta. Näissä teorioissa asiantuntija tulee paikalle ja kertoo ih-  
miselle elementit, joista hänen onnellisuutensa, ja siten siis myös subjektiivinen hyvinvoinnin  
kokemuksensa, muodostuu. Hyvänä puolena on kuitenkin se, että teorioiden myötä ymmärrys  
onnellisuudesta laajenee. Ne muistuttavat, että kestäväällä tavalla hyvältä tuntuva elämä raken-  
tuu muidenkin psykologisten peruskokemusten kuin pelkästään positiivisten tunteiden metsäs-  
tyksen varaan. (Mt., 42–43.)

Frank Martela on tutkimuksissaan tarkastellut onnellisuutta, hyvää elämää ja hyvinvointia po-  
sitiivisen psykologian näkökulmasta ja perehtynyt Edward Decin ja Richard Ryanin (2000) ke-  
hittämään itseohjautuvuusteoriaan. Hän on tehnyt teoriasta omia tulkintojaan, joista otteita käy-  
tetään tämän oppinäytetyön taustateorianä. Tutkimuksiensa ohjaamana Martela on päätenyt

ajatukseen, että Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteoria tarjoaa kaikkein perustelluimman ja empiirisesti tutkituimman näkemyksen onnellisuuden peruselementeistä. Teorian mukaan ihmisellä on kolme psykologista perustarvetta, jotka muodostavat perustan hyvinvoinnille, joten ihminen ei voi hyvin ilman niiden läsnäoloa elämässään. (Martela 2014b.) Nämä hyvinvoinnin rakennuspalikoina toimivat sisäisen motivaation ja onnellisuuden lähteet ovat vapaaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteenkuuluvuus (Martela 2014a, 31) tai toisin sanoen omaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteisöllisyys. Martelan tutkimusten ohella sadat muutkin tutkimukset ovat osoittaneet, että näillä kolmella tekijällä selittyy merkittävä osa sekä päivittäin koetusta että pitkäaikaisesta hyvinvoinnista. (Martela 2014b.)

Ryan ja Deci (2001) määrittelevät hyvinvoinnin psykologisena käsitteenä tarkoittavan optimaalista psykologista toimintakykyä ja kokemusta, jolloin sen kaksi elementtiä ovat se, miltä elämä tuntuu ja se, miten toimintakykyisiä olemme elämässämme. (Martela 2014a, 34.) Kun lukuisin tutkimuksin on pystytty osoittamaan, että itseohjautuvuusteorian esittelemät psykologiset perustarpeet vaikuttavat huomattavaan osaan päivittäin kokemistamme myönteisistä tunteista ja pitkäaikaisesta subjektiivisesta hyvinvoinnin kokemuksestamme, vaikuttaa todella siltä, että nämä tekijät selittävät hyvinvointia kaikilla mahdollisilla elämäalueilla. (Martela 2015, 67–68.) Tätä taustaa vasten tuntuu merkitykselliseltä tutkia tässä opinnäytetyössä näiden tekijöiden läsnä- tai poissaoloa opiskelijoiden elämässä opintojen aikana, sillä näiden perustarpeiden täytymisen tai täyttymättä jäämisen voisi ajatella toimivan selittävinä tekijöinä myös opiskeluhuvinvoinnin rakentumisessa.

Omaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteisöllisyys voidaan nähdä hyvinvoinnin kolmena keskeisenä psykologisena ulottuvuutena. Nämä kolme psykologista perustarvetta ovat keskeisiä myös motivaatiolle, joten opiskelijoidenkin kannustamisessa kohti parasta mahdollista opintosuoritusta olisi pyrittävä tarjoamaan heille sellainen opiskeluympäristö, jossa on mahdollista toimia omaehtoisesti, toteuttaa kykyjään ja olla osana toimivaa opiskeluyhteisöä. Opetuksessa olisi huomioitava, että näiden perustarpeiden tukeminen vahvistaa opiskelijan motivaatiota oppia ja sitä kautta oppimistuloksetkin paranevat. (Martela 2014b.)

Vapaaehtoisuudeksikin kutsuttu omaehtoisuus eli autonomia tarkoittaa, että ihminen kokee olevansa vapaa päättämään itse omista tekemisistään. Edellytyksenä omaehtoisuuden kokemiseksi on vapaus valita ja toimia, jolloin pakotettu ja tiukasti kontrolloitu tekeminen voidaan nähdä sen vastakohtana. Omaehtoisessa toiminnassa ihminen kokee asian omakseen ja tekemi-

sen juurisyy on hänessä itsessään, jolloin toiminta ei tunnu ulkoa ohjatulta. Tällöin toimija kokee olevansa vapaa toteuttamaan itseään ja tekemään kiinnostavilta tuntuvia asioita. Kyvykkyyden perustarve tulee tyydytetyksi, kun ihminen kokee osaavansa hommansa ja saavansa asioita aikaan. Kun ihminen kokee itsensä kyvykkääksi, hän uskoo pystyvänsä suoriutumaan annetuista tehtävistä menestyksekkäästi, jolloin kyse on osaamisen ja aikaansaavuuden kokemuksista. Tämän vastakohtaksi voidaan ajatella henkilö, joka on pettynyt aiempiin suorituksiinsa ja epäilee kykyjään tulevissa tehtävissä. Kyvykkyyden tunne kasvaa oppimisen kokemusten kautta, jolloin oppiminen voidaan ajatella tunteeksi siitä, että kyvykkyys on kasvusuunnassa. (Martela 2014a, 49.) Kun tekeminen on riittävän haastavaa, mutta syntyy kuitenkin tunne pärjäämisestä, ihminen voi päästä flow-tilaan, jossa hän uppoutuu tekemiseensä täysin. Flow-teorian kehittäjä Mihály Csíkszentmihályi pitää tällaista kokemusta optimaalisena olemisen tilana. (Martela 2014b.)

Yhteenkuuluvuus eli yhteisöllisyys syntyy yhteyden kokemisesta toisiin ihmisiin. Yhteenkuuluvuutta kokevalla ihmisellä on tunne, että hänestä välitetään ja hän välittää toisista ihmisistä. Baumeisterin ja Learyn (1995) mukaan ihmisen kokemalla myönteisellä yhteenkuuluvuudella toisiin ihmisiin on merkittävää myönteistä vaikutusta hänen hyvinvoinnilleen. Vastakohtana voidaan pitää yksilön kokemusta siitä, että toiset ihmiset ovat kylmiä, etäisiä ja pinnallisia, jolloin pahimmillaan voi syntyä kokemus, että muut ihmiset vihaavat ja pyrkivät aktiivisesti hylkimään häntä. (Martela 2014a, 50.) Ihminen voi hyvin, kun hän kokee, että hänestä välitetään ja hän pystyy tuntemaan syvällistä yhteyttä läheisiimpiinsä, joten yksilön hyvinvointi on vahvasti sidoksissa ympärillä oleviin ihmisiin. Jotta yksilö voisi olla parhaimmillaan esimerkiksi opinnoissaan, on hänen tärkeää voida kokea olevansa osa kannustavaa, turvallista ja lämminhenkistä yhteisöä. (Martela 2014b.) Martelan (2015, 120) mukaan tehokkain tie hyvään elämään ja henkilökohtaiseen hyvinvointiin on läheisiin ihmissuhteisiin panostaminen. Tämän voisi olettaa olevan olennainen huomioitava asia myös opinnoissa, sillä opiskeluaikana opiskelupaikkakunnalla asuttaessa läheisimmät ihmissuhteet muodostuvat usein opiskelukavereiden kanssa. Tältä pohjalta ajateltuna merkityksellistä on varmasti myös se, että opiskelija voisi kokea myös oppilaitoksen opettajien, ohjaajien, henkilökunnan ja opiskeluhuollon henkilöstön välittävän hänestä ja hänen asioistaan.

Positiivisen psykologian periaatteiden ja menetelmien soveltamista opetus- ja kasvatustoimintaan kutsutaan positiiviseksi pedagogiikaksi. Kansainvälisesti käytetään usein myös termiä po-

sitiivinen kasvatus kuvaamaan opetustapaa, jolla pyritään edesauttamaan koulu- ja kasvatusyhteisöjen kukoistamista. Pyrkimyksenä tässä kasvatusnäkemyksessä on lisätä hyvää ja nostaa jokaisesta ihmisestä esiin hänen parhaat puolensa. Positiivinen pedagogiikka panostaa tavanomaisten tietojen ja taitojen opettamisen ohella hyvinvointitaitojen opettamiseen ja edistämiseen tieteellisesti perustelluilla keinoilla. Koska koulu on kodin ohella nuorille tärkein kehitysympäristö, jossa he viettävät suuren osan ajastaan, on sen merkitys hyvinvointiin varsin suuri. Positiivisen pedagogiikan merkitystä voidaan perustella esimerkiksi tutustumalla nuorten mielenterveysongelmia kuvaaviin tilastoihin. Eri tutkimusten mukaan suomalaisista nuorista 20–25 prosenttia kärsii jostakin mielenterveyden häiriöstä, ja erityisesti tyttöjen ahdistus- ja masennusoireet ovat lisääntyneet, joten nuorten oman aktiivisen toimijuuden vahvistaminen hyvinvoinnin edistämiseksi opettamalla heille hyvinvointitaitoja on hyvinkin perusteltua. Hyvinvoinnin edistäminen tukee nuorten kiinnittymistä opintoihin, myönteistä käyttäytymistä, osallistumista koulun aktiviteetteihin ja toimivia ihmissuhteita opiskeluyhteisön sisällä. Kun positiivisten odotusten voima yhdistetään innostaviin oppimistehtäviin ja vahvuuksiin perustuvaan työskentelyilmapiiriin, voidaan nuoria motivoida yrittämään parhaansa ja tavoittelemaan osaamisensa ylärajoja. Hyvinvoiva ja onnellinen nuori saavuttaa parempia oppimistuloksia ja oppii uusia asioita nopeammin. (Leskisenoja & Sandberg 2019, 17–19.)

## 4 KEHITTÄMISTYÖN LUONNE JA MENETELMÄT

Tämä kehittämistyö on toteutettu laadullista tutkimusotetta käyttäen. Ajatuksena on, että tutkimuksellista kehittämistyötä tehdessä tekemistä eivät ohjaa niinkään teoreettiset vaan ennemminkin käytännölliset tavoitteet, joille pyritään löytämään tukea teoriasta. Tällainen omalla työpaikalla tapahtuva uuden tiedon luominen ei perustu pelkästään ongelmien ratkaisemiseen, vaan se voidaan nähdä myös ihmisten välisenä vuorovaikutuksena, kysymysten muotoiluna ja tutkimisena, tiedon tuottamisena, muutoksen hakemisena, epävarmuuden kohtaamisena ja yllättävien haasteiden käsittelynä. Sekä olemassa olevan teorian että valittujen menetelmien roolina on auttaa saavuttamaan kehittämistyölle asetetut tavoitteet. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 22.) Tätä työtä tehdessä eniten on kyse epävarmuuden kohtaamisesta, sillä tarkalleen ei voi tietää, mikä edessä odottaa. Tällainen ennakoimattomuus voi toisaalta olla myös tyypillistä tutkimukselliselle kehittämistyölle (mt., 22).

### 4.1 Laadullinen tutkimusote ja piirteet tapaustutkimuksesta

Tämä kehittämistyö toteutetaan laadullisella tutkimusotteella, koska tavoitteena on tarkastella ihmisten subjektiivisia kokemuksia ja näkemyksiä. Tämä tapa lähestyä kehittämistehtävää on luonteva myös siksi, että tarkoituksena ei ole lähteä testaamaan mitään ennalta asetettua hypoteesia, vaan antaa tilaa kerätylle aineistolle. Työlle on valittu alustava näkökulma ja tekijälle löysästi istuvat teoreettiset silmälasit, mutta tutkimusasetelma on joustava, jolloin alustavaa tutkimuskysymystä voi palata tarvittaessa tarkentamaan, jos aineistosta nousee jotain odottamatonta tai uutta. Taustalla vaikuttaa myös jo olemassa oleva omakohtaiseen tietoon ja kokemukseen perustuva esiyymmärrys, joka suuntaa ajatuksia ja ohjaa tarvittavan tiedon hankinnassa kehittämistyötä varten. (Puusa & Juuti 2020, 59, 78–79.)

Laadullinen tutkimusote on perusteltu tässä opinnäytetyössä, koska työn tavoitteena on saada luotua opiskeluhyvinvoinnista tutkimuksen kohteena olevassa oppilaitoksessa syvälinen näkemys ja hyvä kuvaus. Valitun tutkimusotteen on siis tavoitettava tutkimuskohde, eli tässä tapauksessa oppilaitoksessa hyvinvoinnin eteen työskentelevät asiantuntijat ja siellä opiskelevat opiskelijat. Pyrkimyksenä työn edetessä on ymmärtää opiskeluhyvinvoinnin ilmiötä ja saada vastaus kysymykseen ”mistä tässä on kyse?”. Työllä ei tavoitella yleistettävää teoriaa, vaan ilmiön tarkkaa kuvailua sanallisessa muodossa. Tarkoituksena on käyttää sanoja ja lauseita

määrälliselle tutkimukselle tyypillisten lukujen ja tilastollisten menetelmien sijaan. (Kananen 2017, 32–35.)

Tässä opinnäytetyössä voi ajatella olevan piirteitä myös tapaustutkimuksesta. Tapaustutkimuksen avulla halutaan ymmärtää syvällisesti käsillä olevaa tilannetta, ratkaista jokin ongelma, tässä tapauksessa siis tunnistaa opiskeluhyvinvointia heikentävät tekijät, ja tuottaa lopputuloksena kehittämissuhteita. Tällöin ei välttämättä vielä tarvitse käytännössä viedä muutosta eteenpäin tai kehittää mitään konkreettista, vaan luoda kehittämissuhteita ja ratkaisuehdotus olemassa olevaan ongelmaan. Tapaustutkimuksen avulla tavoitellaan tiedon tuottamista nykyisyydessä tapahtuvasta ilmiöstä sen todellisessa tilanteessa ja toimintaympäristössä. Pyrkimyksenä on tuottaa tutkittavasta tapauksesta syvällistä ja yksityiskohtaista tietoa, jotta olisi mahdollista ymmärtää kehittämisen kohdetta kokonaisvaltaisesti. Ilmiötä ei yritetä yksinkertaistaa liikaa ja sen monimuotoisuudelle annetaan tilaa. Olennaisempaa on selvittää suppeasta kohteesta paljon kuin laajemmasta joukosta vähän. Tutkimuksella ei pyritä tieteelliseen yleistämiseen, vaan työllä tavoitellaan uuden tiedon tuottamista kehittämisen tueksi. (Ojasalo ym. 2015, 39, 55.)

## 4.2 Sähköinen kysely kehittämistyön menetelmänä

Tässä opinnäytetyössä on valittu ensisijaiseksi kehittämistyön menetelmäksi sähköinen kysely. Koska tavoitteena on kerätä kahdella varsin laajalla kyselyllä vastauksia kahdelta eri joukolta, yksi selkeä perustelu tälle valinnalle on sen nopeus. Vastaukset tulevat valmiiksi tekstimuodossa, ja säästyään aikaa viedä litteroinnilta, kun kyselyiden vastauksista muodostuvan aineiston rikkauden ja luotettavuuden vuoksi tarkoituksena on tavoitella mahdollisimman isoa määrää vastaajia. Hyödyntämällä oppilaitoksen Wilma-järjestelmää kysely saadaan helposti jaettua tutkimuksen kohderyhmälle. Näin toimien on todennäköisesti mahdollista tavoittaa riittävä joukko vastaajia. Koska hyvinvointiryhmän jäsenet ja iso osa tutkimuksen kohteena olevista opiskelijoista ovat kyselyn toteuttajalle tuttuja, on varsin uskottavaa, että anonyymillä kyselyllä on mahdollista saada rehellisempiä vastauksia kuin haastatteleamalla tutkimuksen kohteena olevia henkilöitä kasvokkain (Ojasalo ym. 2015, 121). Tarvittaessa lienee kuitenkin mahdollista järjestää mahdollisuus vastaamiseen myös niin, että paikalla ollaan tarjoamassa tukea vastaushetkellä, jos vastaajilla nousee kysyttävää kyselyn kysymyksiin liittyen tai jokin käsite vaatii tarkempaa avaamista ennen vastaamista.

Kysely mielletään usein määrälliseksi menetelmäksi, mutta tässä työssä sitä käytetään laadullisesti analysoitavan aineiston keräämiseen. Tässä tapauksessa kyselyn tarkoituksena on luoda ihmisten ajatuksia tutkimuksen kohteena olevasta aiheesta ja selvittää, mitä heille tulee siitä mieleen. Tarkoituksena on kysyä pääasiassa avoimia kysymyksiä, jolloin vastaajat saavat kirjoittaa vapaamuotoisen vastauksen omin sanoin valmiiden vastausvaihtoehtojen sijaan. (Trustmary 2023.) Tällä tavoin tavoitellaan mahdollisimman paljon tietoa tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä, jotta kerättyä aineistoa voi sitten järjestää teemoittelemalla sitä.

Kysymyksiä laadittaessa on tiedostettava, että avoimien kysymysten analysointi on työlästä ja aikaa vievää, mutta niiden avulla on todennäköisesti mahdollista rakentaa syvällisempi kuva ilmiöstä kuin numeroiden avulla tulkittuna. Alustavana ajatuksena tässä työssä oli rakentaa kyselyn kysymykset teemoittain kolmen subjektiivisen hyvinvoinnin kokemuksen rakennuspalikkana toimivan psykologisen perustarpeen eli vapaaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden alle, jolloin näitä teemoja voisi käyttää myös aineiston analysointivaiheessa aineiston järjestämiseen. Työn suunnitteluvaiheessa oli myös varauduttu siihen, että aineistosta nousisi esiin vielä jokin uusi ja yllättävä teema. Tutkimus- ja kehittämistoiminnan opintojaksoilla opittiin, että tietoperustalukua ei kannata kirjoittaa valmiiksi ennen aineiston keruuta, sillä muodostunut aineisto saattaa yllättää ja vaatia tuekseen sellaista teoriaa, jota tutkija ei ollut arvannut etukäteen tarvitsevänsä.

Tähän kehittämistyöhön kuuluu kaksi erillistä kyselyä. Ensimmäinen suunnataan oppilaitoksen hyvinvointiryhmän jäsenille, opinnäytetyön tekijä pois lukien. Sen tarkoituksena on luoda kuva oppilaitoksessa työskentelevien asiantuntijoiden opiskeluhyvinvointiin liittyvistä käsityksistä. Ensimmäisen kyselyn pohjalta muodostuneen aineiston teemoittelun ja analyysin jälkeen rakennetaan jälkimmäinen kysely, joka suunnataan oppilaitoksessa oppilaitosmuotoisesti opiskeleville opiskelijoille. Monimuoto-opiskelijat jätetään tietoisesti ulos tutkimuksen kohderyhmästä, sillä tavoitelluilla kehittämissuunnitelmissa on tarkoitus pyrkiä vaikuttamaan nimenomaan oppilaitoksessa paikan päällä opiskelevien opiskelijoiden koettuun opiskeluhyvinvointiin. Heistä valtaosa asuu viikot oppilaitoksen asuntolassa, millä voisi taustalla vaikuttavan esiymmärryksen mukaan olettaa olevan vaikutusta heidän hyvinvoinnin kokemuksiinsa. Tämän voisi ajatella liittyvän vahvasti yhteenkuuluvuuden teemaan. Jälkimmäisen kyselyn tarkoituksena on paitsi selvittää, onko ensimmäisen kyselyn vastausten perusteella muodostunut hyvinvointiryhmän näkemys opiskeluhyvinvoinnista samansuuntainen kuin opiskelijoiden oma käsitys, myös kartoittaa opiskelijalähtöisiä keinoja hyvinvoinnin edistämiseksi ja tukemiseksi.

Koottu aineisto on suunniteltu tässä työssä analysoitavaksi sisällön analyysin keinoin, jolloin pyrkimyksenä on kuvata aineiston ydinsisältöä sanallisesti sekä etsiä ja tunnistaa tekstin merkityksiä. Perustana aineiston käsittelylle on looginen päättely ja tulkinta, jossa aineisto pilkotaan ensin osiin, teemoitellaan ja käsitteellistetään se ja kootaan lopuksi uudelleen eri tavalla loogiseksi kokonaisuudeksi. (Ojasalo ym. 2015, 139.) Tavoitteena on määritellä, mitä Hevosopistolla pidetään merkityksellisenä opiskeluhyvinvoinnin näkökulmasta, ja kuinka opiskelijat uskovat oppilaitoksen pystyvän kohentamaan opiskeluhyvinvointiaan.

### 4.3 Hyvinvointiryhmälle suunnattu kysely

Suunnitelman mukaisesti ensimmäinen kysely suunnattiin oppilaitoksemme hyvinvointiryhmälle. Ryhmä koostuu henkilöistä, joista jokainen on omassa roolissaan motivoitunut työskentelemään opiskeluhyvinvoinnin edistämiseksi. Kyselyä pohjustettiin hyvinvointiryhmän kokouksissa jo ennakkoon kertomalla siitä ryhmän jäsenille ja avaamalla sen tarkoitusta heille. Sähköistä kyselyä käytettiin ikään kuin haastattelun omaisesti, suosien avoimia kysymyksiä, jolloin vastauksista syntyvän aineiston analysointi on mahdollista samaan tapaan kuin käsiteltäisiin haastattelulitteroinneista syntyviä aineistoja. Erona haastatteluun oli se, että kysymysten esittäjä ei ollut itse paikalla vastaushetkellä, joten kysymyksiä ei ollut mahdollista tarkentaa vastaajille tai esittää lisäkysymyksiä tarvittaessa. Vastaajille tarjottiin kuitenkin mahdollisuutta ottaa yhteyttä puhelimitse tai sähköpostitse, jos jokin asia kyselyyn vastatessa jäi mietityttämään tai hankaloitti vastaamista. Muutama käyttikin tätä mahdollisuutta hyväkseen, ja epäselvyydet saatiin selvitettyä. Kukaan ei toivonut kyselyn laatijaa paikalle vastatessaan kyselyyn, sillä puhelimesta annetut lisäohjeistukset koettiin riittäviksi.

Kysely toteutettiin Webropol-sovelluksella. Kyselyn toimivuutta testattiin etukäteen lähettämällä linkki omaan sähköpostiin ja vastaamalla jokaiseen kysymykseen, jotta voitiin varmistua sähköisen lomakkeen toimivuudesta. Kysymykset käytiin läpi tilaajaa edustavan työelämäohjaajan kanssa ennen linkin toimittamista vastaajille, millä varmistettiin, että ne ovat ymmärrettäviä ja kysyvät oikeaa asiaa. Kyselyssä oli 12 kysymystä, joista seitsemän oli avoimia, neljä kyselyn laatijan esiyymmärrystä testaavia väittämäjoukkoja ja viimeinen vapaan sanan avoin vastauslaatikko siltä varalta, että jokin olennainen, opiskeluhyvinvoinnin kehittämiseen liittyvä ajatus olisi vastaajan mielestä jäänyt kysymyksiin vastaamisen jälkeen vielä sanomatta. Kaik-



kiin kysymyksiin vastaaminen oli tässä kyselyssä pakollista, viimeistä vapaan sanan mahdollisuutta lukuun ottamatta. Kyselylomake saatekirjeineen on luettavissa tämän työn liitteenä (liite 1).

Kyselyn vastauslinkki toimitettiin Wilma-järjestelmän kautta hyvinvointiryhmän jäsenille, joita on kahdeksan. Kysely toteutettiin täysin anonyymisti, verkkolinkin välityksellä, eikä siinä kysytty mitään taustatietoja, joiden avulla pienen ryhmän vastaajat olisivat olleet helposti tunnistettavissa. Näin haluttiin madaltaa vastaamisen kynnyksiä, vaikka etukäteen oli oletuksena, että ryhmän jäsenet ovat motivoituneita vastaamaan. Kysely oli avoinna kahden viikon ajan, ja määräaikaan mennessä siihen annettiin seitsemän vastausta. Vastausprosentiksi muodostui 87,5, mikä kertoo omalta osaltaan vastaajien motivaatiosta osallistua tähän kehittämistyöhön. Vastaajat olivat vastanneet huolella ja laajasti, ja vastauksia oli selkeästi pohdittu varsin syvällisestikin, joten näin muodostunut aineisto vaikutti riittävältä, käyttökelpoiselta ja tarkoitustaan hyvin vastaavalta.

#### **4.4 Opiskelijoille suunnattu kysely**

Toinen kysely laadittiin käyttämällä apuna hyvinvointiryhmälle suunnatusta kyselystä nousseita ajatuksia ja teemoja ja taustalla vaikuttavaa teoriaa, jota on tarkoitus hyödyntää myös aineiston analysointivaiheessa, kun selvitetään, täyttyvätkö opiskelijoiden hyvinvointia rakentavat psykologiset perustarpeet tällä hetkellä riittävällä tavalla. Tämäkin kysely toteutettiin Webropol-sovelluksen avulla. Kyselylomake ja sen alussa liitetekstinä ollut saatekirje löytyvät tämän työn liitteistä (liite 2). Tässä kyselyssä vastaajajoukkoon kuuluivat oppilaitoksen oppilaitosmuotoisesti opiskelevat opiskelijat. Heitä oli kyselyn liikkeelle laittamisen hetkellä Wilma-järjestelmän mukaan 77. Osa opiskelee ensimmäistä vuottaan ja osa on jatkavia ja jo osaamisalaopintojaan suorittavia opiskelijoita, joten kyselyn avulla oli mahdollista kerätä sekä tuoreita että pidempään opiskelukokemukseen perustuvia mielipiteitä.

Kyselyssä oli 15 kysymystä, joista kahdeksan oli avoimia, kolme väittämäjoukkoja, kaksi monivalintaa ja yksi vapaan sanan vastauslaatikko esitettyihin kysymyksiin vastatessa esiin nousematta jääneiden, vastaajan mielestä tärkeiden, opiskeluhyvinvointiin liittyvien ajatusten kertomiseksi. Ensimmäinen kysymys oli rasti ruutuun -tehtävä, jolla pyydettiin opiskelijalta näkyviin suostumus osallistumisesta tutkimukseen ja varmistettiin, että hän ymmärtää vastauksiensa toimivan opinnäytetyön aineistona. Kysymykset oli lomaketta laadittaessa teemoiteltu kolmen

otsikon alle, jotka olivat henkilökohtainen hyvinvoinnin tunne, psyykkinen ja fyysinen hyvinvointi ja yhteisöllisyys ja opiskelijana oleminen. Nämä teemat on poimittu tietoperustan luvussa 3.1 esiteltyjen hyvinvoinnin osatekijöiden joukosta sekä hyvinvointiryhmälle osoitetun kyselyn vastauksista nousseista teemoista, jotta kysymykset varmasti rajautuisivat etsimään vastauksia työn tutkimuskysymysten kannalta olennaisiin asioihin. Tälläkin kertaa kysymykset käytiin läpi ennen kyselyn lähettämistä myös tilaajan kanssa ja niihin tehtiin vielä tarvittavia tarkennuksia ja korjauksia. Työelämäohjaajasta oli erityisesti apua kysymysten tulkinnanvaraisuuden ja oikeiden käsitteiden pohtimisessa.

Opiskelijakyselyä laadittaessa tuntui todennäköiseltä, että hyvinvointiryhmästä poiketen osasta vastaajajoukosta saattaisi kokea avoimiin kysymyksiin vastaamisen liian työläänä ja jättäisi siksi vastaamatta koko kyselyyn. Tästä syystä päädyttiin ratkaisuun jättää avoimet kysymykset vapaaehtoisiksi ja tehdä ainoastaan väittämäjoukkoihin ja monivalintoihin vastaamisesta pakollista. Väittämät pyrittiin laatimaan niin, että pelkästään niidenkin avulla saisi kerättyä riittävästi tietoa, jos tutkimuksen kannalta tärkeät avoimet kysymykset jäisivät ilman riittävää määrää vastauksia. Kyselyä pohjustettiin tälläkin kertaa huolellisesti etukäteen kertomalla opiskelijoille heitä kohdatessa, että tekeillä on opinnäytetyö opiskelijoille itselleenkin tärkeästä aiheesta, johon heidän toivotaan haluavan vaikuttaa. Kyselylomakkeen moitteeton toiminta ja kysymysten selkeys selvitettiin käyttämällä testivastaaajana tutkimuksen tekijän omaa tyttärtä, joka on samanikäinen toisen asteen opiskelija kuin kyselyn kohteena olevat opiskelijatkin. Myös hän harrastaa hevosia vapaa-ajallaan, joten alakin on jonkin verran tuttu. Hän varmisti testivastauksellaan, että kyselylomake on selkeä, toimii toivotulla tavalla, ja siinä esitetyt kysymykset ovat yksiselitteisiä ja ymmärrettäviä. Mitään huomautettavaa ei tässä vaiheessa enää ilmennyt.

Tämä kysely lähti opiskelijoille Wilma-järjestelmän kautta viestin liitteenä olevana, julkisena nettilinkkinä 4. kesäkuuta 2023. Koska kysely toteutettiin oppilaitoksessa, ja osa vastaajista oli alaikäisiä, tilaajalta varmistettiin vielä, että tällaisen kyselytutkimuksen saa toteuttaa opinnäytetyön aineiston hankintaa varten. Ennen kyselyn lähettämistä alaikäisten vastaajien huoltajia informoitiin Wilma-viestillä, jossa kerrottiin heidän huollettavilleen saapuvasta kyselylinkistä, opinnäytetyöstä ja siihen liittyvän tutkimuksen tarkoituksesta ja tavoitteista. Kysely oli avoinna neljän viikon ajan, kesäkuun loppuun saakka. Opiskelijoille lähetettiin Wilmassa muistutusviestejä viikon välein kyselyn aukioloaikana ja viimeisen kerran vielä kyselyn viimeisenä aukiolopäivänä. Määräaikaan mennessä kyselyyn vastasi 35 opiskelijaa, joten vastausprosentiksi

muodostui lopulta 45,45. Tätä voinee pitää varsin hyvänä vastausprosenttina, sillä Minna Haution tutkimuksellisen kehittämistoiminnan luennoilla opittiin, että sähköisissä kyselyissä keskimäärin vain 15 prosenttia otoksesta osallistuu tutkimukseen. Paremman vastausprosentin saamiseksi vaadittaisiin, että osallistujilla olisi itsellään jokin erityinen intressi osallistua tutkimukseen. (Hautio 2022.) Näyttää siltä, että juuri tästä erityisestä intressistä on tässä tapauksessa kyse, sillä alusta asti on syntynyt vaikutelma, että opiskelijat ovat olleet aidon kiinnostuneita vaikuttamaan oman hyvinvointinsa eteen tehtävään työhön.

## 5 HYVINVOINTIRYHMÄLLE SUUNNATUN KYSELYN TULOKSET JA ANALYYSI

Tämän opinnäytetyön tutkimuksellisessa kehittämistyössä käytetty tutkimusaineisto muodostui edellisessä luvussa kuvattujen sähköisten kyselyjen vastauksista. Laadullisessa tutkimuksessa aineisto voidaan ajatella tutkittavien kuvaukseksi tutkittavasta ilmiöstä. Tyypillisesti se muodostuu varsin rikkaaksi ja paljastaa monia kiinnostavia seikkoja, joista kaikkia tutkija ei osannut etukäteen ennakoida tai uskonut löytävänsä. (Puusa 2011, 114.) Tämä kuvaus pätee myös tätä työtä tehdessä kerättyihin kyselyvastauksiin. Tausta-aineistona tätä työtä tehtäessä on toiminut oppilaitoksen opiskeluhuoltosuunnitelma, jota käytettiin ensimmäisen kyselyn kysymysten laadinnassa työn tekijän aiheeseen liittyvän esiymmärryksen tukena.

### 5.1 Laadullinen tutkimusote kyselyvastausten analysoinnissa

Laadullisessa tutkimuksessa tutkija itse voidaan nähdä tutkimusinstrumenttina, jolloin aineiston analysointi alkaa jo hänen läsnäolostaan aineiston hankinnassa. Tutkijan esiymmärrys ei voi olla vaikuttamatta aineiston hankintaan, ja sillä on väistämättä vaikutusta myös aineiston analyysiin. Laadullisessa tutkimuksessa on siis turha pyrkiä arvovapauteen, mutta tutkijan täytyy sen sijaan pyrkiä tunnistamaan oma esiymmärryksensä, eli niiden tietojen ja uskomusten luonne ja sisältö, jotka hänellä ennakkoon aiheesta on olemassa. (Puusa & Juuti 2020, 143.) Opiskeluhyvinvointiin liittyen sekä minulla että kyselyni vastaajilla on jokaisella oma esiymmärryksensä tästä aiheesta, jonka parissa päivittäin työskentelemme. Siksi olenkin pyrkinyt tarkastelemaan huolellisesti omia ennakkokäsityksiäni ja pitämään ne tarkasti erillään kyselyvastausten kertomasta niitä analysoidessani, jotta oma esiymmärrykseni ei liikaa ohjaisi tekemiäni tulkintoja.

Laadullista aineistoa analysoitaessa tutkija pyrkii lukemaan aineistoaan useaan kertaan saadakseen vihjeitä siitä, millaisiin teemoihin, luokkiin tai kategorioihin hän voisi keräämäänsä aineistoa ryhmitellä. Omaa ymmärrystään aiheesta tutkija laajentaa lukemalla eri lähteistä aihettaan käsitteleviä teorioita ja tutkimuksia. Kirjallisuudesta hankitut tiedot vaikuttavat myös teemoihin, joita hän uskoo aineistosta löytävänsä. Tutkija toimii aineistonsa yksityiskohtien ja merkitysten sekä kirjallisessa traditiossa esitettyjen yksityiskohtien yhdistäjänä. Tällöin aineiston analyysin laatu syntyy tutkijan kyvykkyydestä tulkita ja ymmärtää tutkimuksen kohteena

olevaa ilmiötä. Aineiston analyysi pyrkii kuvailemaan, tulkitsemaan ja ymmärtämään tutkittavaa ilmiötä. Kuvailua tarvitaan, koska tutkija ei kirjoita puhtaista faktoista, vaan pyrkii esittelemään lukijalle kontekstin, jossa kuvailtu aihe esiintyy. Lukijallakin on oikeus päästä sisään siihen maailmaan, johon tutkija itse on tutkimusprosessinsa aikana vaihe vaiheelta jatkuvasti syvällisemmin perehtynyt. (Mt., 143.) Tätä tutkimuskirjallisuudesta nousevaa kuvausta vasten aloitin ensimmäisen kyselyni tuloksiin tutustumisen.

## 5.2 Kyselyvastausten järjestäminen tulosten analysointia varten

Tulostin kyselyn vastaukset analysointia varten A4-paperiarkeille siten, että kunkin kysymyksen vastaukset olivat omalla sivullaan. Luin kyselyvastaukset läpi useampaan kertaan, käytännössä joka ilta viikon ajan. Halusin antaa itselleni aikaa työstää ajatuksen tasolla vastauksista nousevia ajatuksia ja mahdollisia teemoja ennen varsinaista teemoittelua ja värikyniini tarttumista. Suunnitelmieni ja esiyymmärrykseni mukaan olin ajatellut, että vastaukset saattaisivat asettua luontevasti ihmisen hyvinvointia selittävien psykologisten perustarpeiden, eli tietope-  
rustassa esiteltyjen vapaaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden teemojen alle. Toisaalla Martela kuvaa näitä samoja perustarpeita sanoilla omaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteisöllisyys, tai tuttavallisemmin vapaus, virtaus ja vastuu. Decin & Ryanin (2000) mukaan nämä perustarpeet ovat ihmisen hyvinvoinnin perusta, jota ilman ihminen ei voi hyvin. Näitä kolmea tekijää tukevat koulut saavat parempia oppimistuloksia ja tuottavat hyvinvointia. (Martela 2014b.) Voisi siis ajatella, että opiskeluhuvinvoinnin eteen tehtävässä työssä olisi tavoiteltavaa pyrkiä huolehtimaan näiden tarpeiden täytymisestä opintojen aikana, jolloin näiden teemojen alle asettuvien vastausten tunnistaminen kyselyvastauksista voisi olla merkityksellistä opiskelijoille suunnattavan kyselyn suunnittelun tueksi.

Luettuani kyselyvastaukset läpi moneen kertaan huomasin, että ne eivät asetu ainakaan ihan suoraan alustavasti ajattelemieni teemojen alle. Tutkijan työnä laadullisessa tutkimuksessa on eritellä ja yhdistää. Kerätty aineisto pilkotaan ensiksi osiin, minkä jälkeen se kootaan uudelleen johtopäätösten tekemistä varten. Lopulta muodostuva kokonaisuus on aina tutkimuskohtainen. (Puusa & Juuti 2020, 146.) Kohti toimivaa kokonaisuutta edetäkseni ja työssäni eteenpäin päästäkseni päätin erottaa toisistaan väittämämuotoisten monivalintojen ja avoimien kysymysten vastaukset analysoinnin helpottamiseksi. Aloitin kyselyvastausten analysoinnin tutustumalla tarkemmin väittämämuodossa esitettyjen kysymysten vastauksiin ja sanoittamalla niistä tekemäni havainnot. Näitä havaintoja voin analyysin edetessä avoimien kysymysten teemoitteluun

ja analyysiin verrata sieltä esiin nousseisiin havaintoihin ja koota lopulta tehdyt havainnot yhteen opiskelijakyselyn laatimista varten.

### 5.3 Väittämämuotoiset kysymykset

Esitin kyselyssäni 32 erilaista väittämää jaoteltuna neljän eri kysymysotsikon alle, eli väittämäjoukoiksi muotoiltuja kysymyksiä oli kyselyssä yhteensä neljä. Ensimmäisen väittämäjoukon kymmenen väittämää liittyivät yhteisöllisyyteen ja opiskeluhyvinvointiin, seuraavan väittämäjoukon kuusi väittämää yksilökohtaiseen opiskeluhooltoon ja vuorovaikutukseen, kolmannen väittämäjoukon kahdeksan väittämää asuntola-asumiseen ja viimeisen väittämämuodossa esitetyn kysymyksen kahdeksan väittämää oppilaitoksemme pedagogiikkaan. Väittämissä oli neljä eri vastausvaihtoehtoa: täysin samaa mieltä, jokseenkin samaa mieltä, jokseenkin eri mieltä ja täysin eri mieltä. Jätin tarkoituksella pois vastausvaihtoehdon ”en osaa sanoa”, sillä halusin, että aihealueeseen työnsä puolesta hyvin perehtyneet hyvinvointiryhmämme jäsenet ottaisivat kantaa väittämiin, eivätkä ohittaisi niistä mahdollisesti hankalalta tuntuvia vastamalla ”en osaa sanoa”. Tästä sain kahdelta vastaajalta palautetta, että kyseistä vastausvaihtoehtoa olisi kaivattu kyselyyn. Valinta oli kuitenkin tietoinen, enkä vaihtaisi sitä edes jälkikäteen. Tämän myös perustelin vastaajille kertomalla, että en tavoitellut väittämävastauksilla niinkään faktatietoa asioiden todellisesta tilasta, vaan ennemminkin opiskeluhyvinvoinnin parissa työskentelevien asiantuntijoidemme mielikuvaa asioiden tämänhetkisestä tilasta oppilaitoksesamme.

Kyselyn väittämiin vastasi seitsemän vastaajaa. Esittämieni väittämien perusteella halusin selvittää, ovatko oppilaitoksemme muut opiskeluhyvinvoinnin parissa työskentelevät asiantuntijat kanssani samoilla linjoilla oppilaitoksesamme hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä ja opiskeluhyvinvoinnin rakentumisesta. Tällä on merkitystä siksi, että tarkoitukseni ei ole rakentaa tätä työtä ainoastaan oman esiymmärrykseni varaan, vaan koota yhteinen näkemys aiheesta ja käyttää sitä yhdessä teoriasta nousevan tiedon kanssa pohjana opiskelijakyselylle, joka työni seuraavassa vaiheessa näiden pohjalta syntyy.

Ensimmäisen väittämäjoukon (kysymys 2, liite 1) avulla selvisi, että valtaosa vastaajista (5) on täysin samaa mieltä siitä, että yhteisöllisyydellä on merkitystä opiskeluhyvinvoinnin rakentumiselle oppilaitoksesamme. Vastaajien näkemyksen mukaan kaikki Hevosopistolla työskentelevät eivät vielä huolehdi omalta osaltaan opiskeluhollosta. Kokemukseni mukaan tässä voi

olla kyse siitä, että kaikki eivät tiedä, miten voisivat omasta osuudestaan huolehtia. Parantamisen varaa meiltä voisi löytyä myös henkilökunnan osallistumisesta opiskeluhyvinvoinnin rakentamiseen. Työtä tarvitaan edelleen yhteisöllisyyden toteutumiseksi opiskeluhyvinvoinnin kannalta riittävällä tavalla. Vastaukset kertovat, että oppilaitosyhteisön tarpeet on syytä huomioida hyvinvointityön suunnittelussa nykyistä paremmin, mikä tarkoittaa myös sitä, että opiskelijat ja alaikäisten opiskelijoiden huoltajat on onnistuttava ottamaan vahvemmin mukaan yhteiseen suunnitteluun. Hevosopiston toimintakulttuuria on vastausten perusteella edelleen kehitettävä opiskelijoiden hyvinvointia edistävään suuntaan. Valtaosa (6) vastaajista ajattelee opiskelun ja oppimisen tapahtuvan Hevosopistolla yhteisöllisesti, mutta voimme vielä parantaa matkalla kohti yhteisöllistä oppilaitosta, jossa henkilökunta ja opiskelijat tuntevat toisensa. Myös opiskelijoiden mahdollisuuksia vaikuttaa halutessaan oppilaitoksen arkeen ja kehittämiseen voimme vastausten perusteella edelleen edistää.

Toinen väittämäjoukko (kysymys 6, liite 1) pyrki selvittämään hyvinvointiryhmän ajatuksia yksilökohtaisen opiskeluhuollon toteutumisesta. Vastausten perusteella voimme vielä tehdä enemmän jokaisen opiskelijan hyvinvoinnin edistämiseksi riittävällä tavalla. Valtaosa vastaajista (6) ajattelee, että pystymme tunnistamaan opiskelijan hyvinvointiin, terveyteen ja opiskelukykyyn liittyviä yksilöllisiä tarpeita. Hajonta vastauksissa kertoo, että olisi tarpeen onnistua vielä nykyistä paremmin järjestämään varhaisessa vaiheessa yksilöllisiä tukitoimia ja ehkäisemään ongelmia ennalta. Opiskelijoiden arvostaminen tulisi saada nykyistä näkyvämmäksi, jotta kaikki voisivat olla yhtä mieltä sen toteutumisesta oppilaitoksessamme. Vastauksia tulkiten myös opiskelijoiden mielipiteiden kuuntelemista ja luottamusta herättävää vuorovaikutusta on vielä syytä kehittää edelleen. Opiskeluhyvinvoinnin kannalta tavoiteltava olisi varmasti tilanne, jossa kaikki voisivat olla täysin samaa mieltä näiden väittämien toteutumisesta oppilaitoksessamme. Huomattavaa on, että vastaushetkellä tämän väittämäjoukon kuudesta väittämästä viisi oli sellaisia, joihin yksikään vastaajista ei vastannut olevansa täysin samaa mieltä.

Kolmas väittämäjoukko (kysymys 8, liite 1) oli suunniteltu selvittämään asiantuntijoidemme ajatuksia asuntola-asumisesta opintojen aikana. Vastaajat olivat varsin yksimielisiä siitä, että asuntolassa asumisella on vaikutusta opiskelijoiden kokemukseen hyvinvoinnistaan. Sama yksimielisyys jatkui myös vastattaessa väittämään, jonka mukaan hankaluudet asuntolaelämässä voivat merkittävästi heikentää opiskelijoiden opiskeluhyvinvointia. Asuntoloiden ammattiohjaajan resurssit eivät vastausten perusteella tällä hetkellä riitä siihen, että hän pystyisi tukemaan

nuoria asumiseen liittyvissä haasteissa parhaalla mahdollisella tavalla. Kuuden vastaajan mielestä opiskelijat eivät välttämättä saa riittävästi tukea muuttaessaan asuntolaan asumaan. Yksimielisiä oltiin vastausten kertoman mukaan myös siitä, että asuntolassa esiintyy kiusaamista, ja kaikki seitsemän vastaajaa olivat jokseenkin samaa mieltä siitä, että kiusaaminen asuntolassa jää henkilökunnalta piiloon. Kukaan vastaajista ei uskonut keinojemme puuttua asuntola-asumisen ongelmiin olevan nykyisellään riittävät. Kukaan ei ollut täysin samaa mieltä myöskään väittämästä, että Hevosopistolla on riittävästi vapaa-ajan toimintaa.

Viimeisellä väittämäjoukolla (kysymys 11, liite 1) halusin kartoittaa ajatuksia oppilaitoksemme pedagogiikasta ja opiskelijoiden kohtaamisesta. Kuusi vastaajaa ajatteli opiskelijoiden saavan meillä jokseenkin varmasti onnistumisen kokemuksia, mutta yksi oli tästä jokseenkin eri mieltä. Hajonta vastauksissa kertoo, että henkilökunnalla voisi olla opettamiseen ja ohjaamiseen nykyistä ratkaisukeskeisempi asenne ongelmalähtöisyyden sijaan. Valtaosa vastaajista (6) oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että opiskelija voi vaikuttaa omiin opintoihinsa ja niiden suorittamiseen, mutta täysin samaa mieltä tästä ei ollut kukaan. Vastausten jakautuminen kertoi myös, että voisimme nykyistä paremmin ohjata opiskelijoita tukemaan ja auttamaan toinen toisiaan. Vastausten hajonnan perusteella olisi tarpeen kehittää edelleen pientenkin onnistumisten huomioimista ja opiskelijoiden vahvuuksien tunnistamista. Olennaista olisi myös opetella hyödyntämään opiskelijoiden vahvuuksia hyvinvoinnin rakentamisessa, mitä emme vaikuttaisi vastausten perusteella toteuttavan vielä parhaalla mahdollisella tavalla. Koska kyseessä on joukko väittämiä, joilla voi esiyymärrykseni mukaan olla merkittävää vaikutusta opiskelijoiden opiskeluhyvinvoinnin kokemukselle, lienee huomion arvoista, että yksikään vastanneista ei vastannut voivansa olla näiden väittämien kanssa täysin samaa mieltä vastaushetkellä. Lähes jokainen vastaajista (6) oli kuitenkin sitä mieltä, että hyvinvoinnin rakentamiseksi ei riitä pahoinvoinnin poistaminen.

## 5.4 Avoimet kysymykset

Käytyäni läpi kaikki väittämämuotoiset kysymykset siirryin avoimien kysymysten tarkasteluun, otin korostustussit käyttöön ja aloitin vastauksista nousevien, keskenään samankaltaisten ajatusten merkitsemisen samalla värillä. Tarkoituksenani oli olla avoin saamilleni vastauksille ja pyrkiä lukemaan niitä ennako-oletuksitta, ilman, että teorian pohjalta ennalta ajatteleman näkökulma rajoittaa liikaa suhtautumistani vastauksiin ja niiden sisältöön (Puusa & Juuti 2020,



151–152). Tällä tavoin tarkastellen huomasin, että vastausten joukosta nousi esiin samankaltaisuuksia, joita värikoodasin samalla värillä. Kun kävin kaikki avoimiin kysymyksiin saamani vastaukset läpi yksi kysymys kerrallaan, huomasin, että vastauksista oli lopulta erottunut selkeästi kolmella eri värillä korostettuja ajatuksia. Nämä teemat nimesin alustavasti otsikoilla yhteisöllisyys, opiskeluhuolto ja henkilöstön merkitys opiskeluhuvinvoinnin rakentumisessa. Lisäksi jäi vielä yksi toistaiseksi nimeämätön teema, jonka alle asetui paljon tärkeitä, mutta ei niinkään keskenään yhteensopivia ajatuksia. Tämä osa vastauksista jatkoi otsikolla sekalaisia kohti tarkempaa analyysia.

Yksi avoimiin kysymyksiin annetuista vastauksista tiivistä erityisen kattavasti ja onnistuneesti ne asiat, joita oppilaitoksemme hyvinvointityössä voitaisiin opiskelijoiden psykologisten perustarpeiden täyttämiseksi tehdä. Avoimessa kysymyksessä (kysymys 10, liite 1) haettiin vastausta kysymykseen:

Opetusneuvos Matti Hellströmin mukaan opiskelijalla on neljä perustarvetta, jotka vaikuttavat hänen hyvinvointiinsa: hänen tulee saada oppia jotain, hänen tulee saada olla oman toimintansa käynnistäjä, hänen tulee saada huomiota ja hänen tulee saada auttaa. Kun opiskelija voi koulupäivänsä päätteeksi sanoa: ”mä onnistuin tänään, sain vaikuttaa siihen, mitä tein, musta tuntuu, että opettaja tykkää meistä ja sain tänään auttaa opiskelutoveria”, olemme onnistuneet. Miten voisimme huolehtia siitä, että nämä neljä perustarvetta tulisi täytettyä opiskelijoidemme arjessa? (Liite 1.)

Seuraavassa kyselyvastauksista nostetussa suoraan lainatussa vastauksessa kiteytyy erinomaisesti kaikki olennainen ihan jokaisesta teemoittelun tuloksena esiin nousseesta temasta. Tässä vastauksessa nousevat esiin ne konkreettiset teot, joita voisimme pyrkiä tekemään vastataksemme opiskelijoidemme psykologisiin perustarpeisiin:

Vastaukseni lienee turhan yksinkertainen, mutta jospa vaan olisimme niin kuin ihmisten kanssa ollaan: kysytään, kuullaan ja kuunnellaan, sovitaan, kehutaan ja huomataan onnistumiset, annetaan tehdä, varmistetaan myös vertaistuki ja yhteistyö.

Jos pystyisimme toimimaan, kuten tässä lainauksessa ehdotetaan, huolehtisimme omaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden perustarpeista, eli teoriasta nousevan käsitykseni mukaan rakentaisimme samalla perustaa opiskelijan hyvinvoinnille. Kyselyvastausten myönteinen henki tiivistyy hyvin kuvaavasti tässä pienessä, muutaman rivin otteessa, joka on poimittu tähän esittelemään havainnollistavasti saamieni vastausten laatua ja sanomaa.

## 5.5 Yhteisöllisyyden ja opiskeluhuollon teemoihin liittyvät vastaukset

Yhteisöllisyyden teemaan liittyvissä avoimien kysymyksien vastauksissa nousi esiin hyvinvointiryhmän jäsenten merkityksellisinä pitämiä asioita yhteisöllisyyden vahvistamiseksi oppilaitoksessamme. Jos ajatellaan Martelan (2014a, 50) tavoin, että yhteisöllisyys syntyy yhteyden kokemisesta toisiin ihmisiin ja kahdensuuntaisesta välittämisen tunteesta, nämä esiin nousseet ajatukset ovat varsin merkityksellisiä, jotta voisimme konkreettisesti tukea opiskelijan psykologista perustarvetta yhteenkuuluvuuteen, ja sitä kautta edistää hänen hyvinvointiaan. Vastauksissa mainittiin, että meidän tulisi tukea opiskelijoiden vuorovaikutustaitoja ja mielenterveyttä. Tämä vahvistaisi heidän mahdollisuuksiaan hakeutua myönteiseen yhteyteen opiskeluyhteisönsä kanssa. Koska vastausten perusteella opiskeluhuvinvoinnin koetaan meillä rakentuvan yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta, näyttää olennaiselta myös Martelan (2014b) ajatus yksilön yltämisestä parhaimpaansa silloin, kun hän kokee osallisuutta kannustavassa, turvallisessa ja lämminhenkisessä yhteisössä. Alaikäisten kohdalla myös huoltajien osallisuuden lisääminen nähtiin tärkeänä. Oppilaitoksessamme jo käytössä oleva Arjen taidot -kurssi nostettiin vastauksissa esiin toimivana vuorovaikutustaitojen kehittämisen ja ryhmäyttämisen välineenä, jonka avulla yhteisöllisyyden rakentumista voidaan tukea käytännön tasolla. Kurssin aikana käydään läpi myös asuntolassa asumiseen liittyviä asioita, mikä on tärkeää, jotta voidaan päästä ajoissa kiinni asuntolassa asumiseen liittyviin ongelmiin, joilla voi olla merkittävää vaikutusta opiskelijan hyvinvoinnin kokemukseen.

Hyvinvointiin syventyneistä tutkijoista esimerkiksi Ryff (1998) ja Seligman (2011) ovat nostaneet hyvät ja laadukkaat ihmissuhteet yhdeksi merkittävimmistä hyvinvoinnin kokemuksen syntymiseen vaikuttavista komponenteista (Martela 2014a, 40–43). Tämä nähtiin tärkeäksi myös meidän hyvinvointiryhmämme mielestä, sillä vastausten perusteella sosiaalisten suhteiden tukemiseen ja onnistuneeseen rakentumiseen haluttaisiin panostaa nykyistä enemmän. Sosiaalisten suhteiden rakentamisessa merkittävänä apuna voisivat toimia vastauksissa toivotut yhteiset tapahtumat, vapaa-ajan ohjelma ja ohjattu iltatoiminta. Tällaisten kohtaamisten ja yhdessä tekemisen kautta voisi syntyä aito välittämisen kulttuuri, jota oppilaitokseemme vastausten perusteella toivottiin.

Opiskeluhuolto on teemana merkittävä jo pelkästään siksi, että Amisbarometrin tutkimusaineiston mukaan yleisimpien opintojen keskeyttämisen syiden joukossa ovat oppimisvaikeudet ja terveydelliset syyt (SAKKI ry 2023, 2–6). Näihin syihin päästään kiinni ja vaikuttamaan par-

haiten oikea-aikaisen opiskeluhoillon avulla. Jos hyvinvointi määritellään ihmisen mahdollisuudeksi tuntea itsensä fyysisesti ja psyykkisesti niin terveeksi kuin mahdollista ja kykenevyydeksi solmia ja ylläpitää ihmissuhteita sekä hallita erilaisia tunnetiloja (Honkanen & Suomala 2009, 11), voidaan todeta joidenkin opiskelijoiden varmasti tarvitsevan apua tämän mahdollisuuden toteutumiseksi.

Kyselytulosten perusteella hyvinvointiryhmämme kokee tärkeäksi oikea-aikaisen tuen tarjoamisen opiskelijalle tilanteen niin vaatiessa ja tarvittavien tuki- ja korjaustoimien suunnittelemisen moniammatillisesti. Vastauksissa toivottiin, että opiskeluhoolto otettaisiin mukaan matalalla kynnyksellä. Palveluiden saatavuudesta ja saavutettavuudesta tulisi huolehtia, sillä ongelmaksi on koettu se, että opiskeluhoillon edustajat eivät ole tavattavissa Hevosopistolla joka päivä. Tällöin opiskelija ei aina välttämättä onnistu saamaan tarvittavaa tukea niin oikea-aikaisesti kuin olisi hänen kannaltaan toivottavaa. Onnistunut opiskeluhoolto mahdollistaisi nykyistä paremmin terveyttä tukevien ja edistävien elintapojen tukemisen ja riittävän unen, levon, palautumisen ja oikean ravinnon merkityksestä kertomisen opiskelijoille. Ajallisten resurssien rajallisuus vaikuttaa myös siihen, pystytäänkö opiskelijoille tarjoamaan riittävästi tukitoimia kunkin tarpeen mukaan. Kun vuosittaisten kouluterveyskyselyjen tarjoamien tulosten perusteella tiedetään toisella asteella opiskelevista tytöistä lähes kolmasosan kärsivän kohtalaisesta tai vaikeasta ahdistuksesta sekä ammatillisten oppilaitosten tytöistä 40 prosentin kokevan terveytensä keskinkertaiseksi tai huonoksi ja 26 prosentin tuntevan itsensä usein tai jatkuvasti yksinäiseksi (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023a), on helppo päätellä, että riittävä ja helposti saavutettava opiskeluhoolto on merkittävä tekijä opiskelijan opiskeluhyvinvointia rakennettaessa. Pelkästään lakisääteiset terveystarkastukset ja tarvittaessa tarjotut kuraattoritapaamiset eivät riitä täyttämään opiskelijoiden tarpeita.

## **5.6 Henkilöstön merkitys opiskeluhyvinvoinnin rakentumisessa**

Hyvinvointiryhmämme pitää henkilöstön merkitystä opiskeluhyvinvoinnin rakentumisessa merkittävänä. Vastauksissa toivottiin ystävällistä ja kannustavaa otetta opetukseen ja kaikkeen vuorovaikutukseen. Koko henkilöstö halutaan sitouttaa opiskelijoiden hyvinvoinnista huolehtimiseen. Vastauksista nousee esiin, että oppilaitokseemme toivotaan vielä nykyistä selkeämmin yhteisiä pelisääntöjä ja yhdessä sovittuja toimintatapoja, joita kaikki sitoutuvat noudattamaan. Tällä hetkellä toimijoiden välillä on vielä liian suuria eroja, mikä hämmentää luonnolli-

sesti myös opiskelijoita. Opiskelijat halutaan nähdä kaikkien yhteisenä asiana, jolloin koko oppilaitoksen toimintakulttuuri ja asenneilmasto kehittyisivät nykyistä positiivisempaan suuntaan. Henkilökunta edustaa opiskelijoille läsnä olevaa aikuista, jolle voi tarvittaessa puhua. Henkilöstön ammattitaidon ja osaamisen päivittämisestä ja kehittamisestä on huolehdittava, ja jokaisen on tiedettävä, miten tulee toimia, jos huoli opiskelijasta herää. Vastausten perusteella tärkeänä pidetään myös opettajien työtapojen uudelleen pohtimista ja aitoa yhdessä tekemistä kaikkien kesken.

Henkilöstön merkitystä kuvaa hyvin myös seuraava kyselyvastauksista poimittu lainaus: ”Kun opiskelijahyvinvointi saadaan koskemaan kaikkia työntekijöitä, niin siitä tulee luonnollinen osa toimintaa”. Tulkitsen tätä ajatusta niin, että opiskelijoiden hyvinvoinnista huolehtimisen ei haluta olevan keinotekoisia, teennäistä, tekemällä tehtyä ja ylimääräistä toimintaa, vaan luonnollinen osa oppilaitoksen arkea, johon jokainen henkilökunnan jäsen sitoutuu osana omaa työtään, jolloin kyse on oppilaitoksen toimintakulttuurista. Kun jokainen henkilökunnan jäsen sitoutuu huolehtimaan opiskelijoiden hyvinvoinnista opiskeluhuoltosuunnitelmamme määrittämällä tavalla (Hevosopisto 2023d), tulemme samalla vahvistaneeksi myös opiskelijan vapaaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteita. Ystävällinen ja kannustava ote opetuksessa ja ohjauksessa auttaa luomaan opiskelijalle oppimisen ja onnistumisen kokemuksia, jolloin opiskelijalle syntyy tunne siitä, että hänen kyvykkyytensä on kasvusuunnassa (Martela 2014a, 49). Oikeanlaisen asennoitumisen ohella tärkeää on huolehtia myös resurssien riittävästä, jotta henkilökunnalla on riittävästi aikaa paneutua opiskelijoiden asioihin ja hyvinvoinnista huolehtimiseen osana omaa työtään.

## 5.7 Opiskelijana oleminen

Tarkasteltuani huolellisemmin vielä tarkemmin nimeämättömän sekalaisia-teeman alle jääneitä asioita, huomasin, että ne kaikki liittyvät tavalla tai toisella opiskelijana olemiseen, joten tämän teeman otsikoksi määrittyi lopulta opiskelijana oleminen. Tämän teeman alle asettuneissa vastauksissa nousi esiin erityisesti suunnitelmallisuuden, johdonmukaisuuden, selkeyden ja yhdenvertaisuuden tärkeys opiskeluhuvinvoinnin rakentumisessa. Vastauksissa toivottiin opinnoilta selkeitä puitteita, organisointia ja rakenteita. Hyvinvointiryhmässä nähdään tärkeänä, että opiskelijoiden osaamistaso huomioidaan ja hyödynnetään ja opiskelijalle tarjotaan opiskelun ja oppimisen mahdollisuuksia. Opiskelijalle tulisi tarjota riittävästi haasteita ja onnistumisia. Tätä ajatusta tukee myös tutkimus, sillä tietoperustassa mainitun Csíkszentmihályin flow-teorian

mukaan opiskelijan olisi mahdollista päästä tilaan, jossa hän uppoutuu tekemiseensä täysin, jos hänelle tarjotaan riittävän haastavia tehtäviä, joista hän kuitenkin kokee selviytyvänsä hyvin. Tällainen optimaalisen olemisen tilaksikin kuvattu olotila on omiaan kasvattamaan opiskelijan kyvykkyyden tunnetta, jolloin yksi psykologisista perustarpeista tulee tyydytetyksi. (Martela 2014a, 49; 2014b.) Vastauksista nouseva vahvuuspedagogiikka opetuksessa ja ohjauksessa mahdollistaisi opiskelijoiden henkilökohtaisten vahvuuksien tunnistamisen ja apuna käyttämisen heidän hyvinvointinsa parantamisessa (Uusitalo-Malmivaara 2014, 19–20) ja sitä kautta positiivisen psykologian ja pedagogiikan ajatusmallien tuomisen osaksi opiskelijoiden kanssa työskentelyä.

Kyselyvastauksista nousi selkeästi esiin, että opiskelijoiden mielipiteiden kuuleminen on hyvinvointiryhmän mielestä ensiarvoisen tärkeää. Vastausten perusteella meillä ajatellaan, että opiskelijalle tulisi syntyä tunne, että häntä kunnioitetaan, kuullaan ja huomioidaan myös suunnittelussa. Vastaukset kertovat, että opiskelijoiden näkemyksiä tulisi muistaa kysyä säännöllisesti. Opiskelijoiden kuulluksi tulemisen varmistamista varten tarvitsisimme säännöllisesti toteutettuja kyselyitä ja toimivat palautejärjestelmät ja -kanavat. Tätä tarkoitusta palvelisi myös opiskelijakuntatoiminnan elvyttäminen, joka parhaillaan on jo käynnissä. Tämän lisäksi on päätetty, että opiskelijaedustaja kutsutaan jatkossa mukaan hyvinvointiryhmän kokouksiin tuomaan keskusteluun opiskelijoiden ajankohtaisia asioita. Näiden lisäksi opiskelijat tarvitsevat selkeät ja ajoissa laaditut suunnitelmat opintojensa etenemiseksi. Luottamus oppilaitokseen syntyy, kun opiskelija huomaa, että sovitut asiat toteutuvat, ja hän kokee voivansa itsekin vaikuttaa asioihinsa. Tämän teeman alle asettuneissa ajatuksissa on eniten kyse omaehtoisuuden toteutumisesta, kun opiskelija pääsee näiden toteutuessa itsekin vaikuttamaan omiin opintoihinsa ja hänen mielipiteensä ja toiveensa kuullaan. Tällöin opiskelijalle syntyy tunne, että hän on vapaampi toteuttamaan itseään ja tekemään kiinnostavilta tuntuvia asioita. Tekeminen lähtee hänestä itsestään eikä tunnu ulkoa ohjatulta, kun hänellä on mahdollisuuksia valita, vaikuttaa ja toimia pakottamatta. (Martela 2014a, 49.) Jokaisesta päivästä annettu palaute ryhmälle ja yksilölle voi toimia oikein toteutettuna myös kyvykkyyden tunteen kasvattajana, kunhan vain opettaja tai ohjaaja muistaa keskittyä opiskelijan ja ryhmän kykyihin ja mahdollisuuksiin puutteiden, vaikeuksien ja ongelmien sijaan (Leskisenoja & Sandberg 2019, 26).

## 5.8 Yhteenveto

Käytyäni kyselyyn annetut vastaukset läpi sanoittamalla väittämien perusteella tekemäni havainnot ja teemoittelemalla ja analysoimalla avoimien kysymysten vastaukset pystyin poimaan vastauksista olennaisimmat opiskeluhyvinvointiin liittyvät, hyvinvointiryhmälle yhteiset ajatukset opiskelijakyselyn rakentamisen tueksi. Kyselyvastauksia analysoidessa nousi esiin, että yhteisöllisyys koetaan meillä merkitykselliseksi tekijäksi opiskeluhyvinvoinnin rakentamisessa, mutta yhteisöllisyyden ei kuitenkaan koeta tällä hetkellä toteutuvan vielä riittävällä tavalla. Koko oppilaitoksen henkilöstö on saatava mukaan hyvinvointityöhön ja yhteisöllisyyden rakentamiseen. Ryhmäyttämiseen panostaminen nähdään tärkeänä. Tarvitsemme lisää yhteistä tekemistä, yhteisiä tapahtumia ja ohjattua toimintaa myös opiskelijoiden vapaa-ajalle. Opiskeluhoito täytyisi ottaa mukaan nykyistä matalammalla kynnyksellä. Opiskelijoiden vaikuttamisen mahdollisuuksia täytyisi nykyisestään parantaa ja luoda toimivat kanavat palautteen antamiseen ja kehitysehdotusten antamista varten.

Asuntola-asuminen meidän oppilaitoksemme erityispiirteenä nousee kyselyn vastauksista vahvasti esiin: ongelmat asuntola-asumisessa vaikuttavat väistämättä opiskelijan hyvinvoinnin kokemukseen. Asuntolassa osa opiskelijoista kokee kiusaamista, mutta tämä jää usein henkilökunnalta piiloon, ja puuttumisen keinot koetaan nykyisellään riittämättömiksi. Koko oppilaitoksen toimintakulttuuria olisi syytä kehittää suuntaan, jossa opiskelijoiden hyvinvointiin kiinnitetään nykyistä enemmän huomiota. Helpointa olisi aloittaa huomioimalla pienetkin onnistumiset, tunnistamalla opiskelijoiden vahvuudet ja suuntaamalla pedagogiikkaa tietoisesti positiivisempaan ja hyvinvointia rakentavampaan suuntaan, minkä lisäksi selkeys, suunnitelmallisuus, johdonmukaisuus ja hyvä opintojen organisointi tukisivat opiskelijan hyvinvointia.

Hyvinvointiryhmän jäsenille osoitetun kyselyn vastaukset auttoivat luomaan selkeän kuvan siitä, mitä oppilaitoksemme hyvinvointityötä toteuttavat asiantuntijat pitävät tärkeänä opiskeluhyvinvoinnin rakentumisen näkökulmasta. Vastausten analysoinnin ja kyselyn tulosten perusteella piirtyy näkemys siitä, mitä voisimme toiminnassamme ottaa huomioon, jotta opiskelijat voisivat nykyistä paremmin. Opiskelijakyselyn avulla tarkoituksenani on seuraavaksi selvittää, näkevätkö opiskelijat opiskeluhyvinvoinnin rakennuspalikat samoin kuin oppilaitoksemme asiantuntijat, ja millaisilla keinoilla he lähtisivät rakentamaan parempaa hyvinvoinnin kokemusta opintojensa aikana. Kyselyn suunnittelussa hyödynnän paitsi taustalla ajatteluuni vaikuttavaa teoriaa myös mahdollisimman kattavasti tästä ensimmäisestä kyselystä nousseita teemoja opiskeluhyvinvoinnista.

## 6 OPISKELIJOILLE SUUNNATUN KYSELYN TULOKSET JA ANALYYSI

Opiskelijakyselyllä tavoiteltiin opiskelijoiden näkemyksiä opiskeluhyvinvointiin vaikuttavista teemoista mahdollisimman vapaasti, omin sanoin kerrottuna. Avoimien kysymysten vastausten mittaa ei ollut rajoitettu, jotta jokainen sai vastata haluamassaan laajuudessa. Monivalintaväitämät toimivat tukena riittävän käsityksen luomisessa. Erityisesti vastauksista haettiin tietoa omaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden kokemuksista, eli hyvinvoinnin perustan muodostavien psykologisten perustarpeiden läsnäolosta ja täyttymisestä opiskelijoiden elämässä kyselyn toteuttamisen hetkellä, sekä opiskelijalähtöisistä keinoista vastata näihin tarpeisiin jatkossa nykyistä paremmin hyvinvoinnin kokemuksen parantamiseksi ja sisäisen motivaation synnyttämiseksi. Sisäisesti motivoitunut opiskelija innostuu opiskelusta opiskeltavan asian vuoksi ja haluaa opiskella riippumatta ulkoisista palkkioista tai rangaistuksista, jolloin hän kokee opintonsa siinä määrin mielenkiintoisiksi, innostaviksi ja arvokkaiksi, että osallistuu niihin mielellään ja vapaaehtoisesti. Sisäisesti motivoivien päämäärien tavoittelu ja saavuttaminen ovat yhteydessä parempaan hyvinvointiin. (Martela 2014a, 46–47.) Kyselyvastausten avulla tavoiteltiin näkemystä opiskelijoiden subjektiivisesta hyvinvoinnin kokemuksesta opinnoissa.

### 6.1 Kyselyvastausten analyysitavan valinta

Aloitin opiskelijoille suunnattuun kyselyyn saamiini vastauksiin tutustumisen samalla tavoin kuin ensimmäisen kyselyn kohdalla. Tulostin vastaukset A4-paperiarkeille siten, että kunkin kysymyksen vastaukset tulivat omalle sivulleen. Luin vastaukset tälläkin kerralla huolellisesti läpi useaan kertaan ennen sopivan analyysitavan valitsemista. Vastauksista nousi heti selkeästi esiin useita ihmisen hyvinvointia selittäviin psykologisiin perustarpeisiin linkittyviä ajatuksia.

Koska kysely oli varsin laaja ja sisälsi runsaasti avoimia kysymyksiä, päätin, että analysointi on järkevintä toteuttaa pilkkomalla vastaukset osiin kysymys kerrallaan. Kyselyvastausten sisällön analysointi ja havaintojen tekeminen yksi kysymys kerrallaan tuntui helpoimmin hallittavalta tavalta lähteä hahmottamaan kokonaisuutta. Näin tehdyt havainnot voi kaikkien kysymysten läpi käymisen jälkeen koota uudelleen yhteen, minkä jälkeen kehittämisehdotuksia varten tarvittavia johtopäätöksiä on mahdollista tehdä. Tavoitteenani oli tehdä tuloksista erityisesti omaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden perustarpeisiin liittyviä tulkintoja, jotta

pystyisin tunnistamaan mahdollisia ongelmia niiden tarpeiden täyttymisessä tällä hetkellä ja löytämään vastausten perusteella opiskelijoiden hyväksi kokemia ratkaisuehdotuksia.

Kyselylomakkeen ensimmäisen kysymyksen (kysymys 1, liite 2) tarkoituksena oli ainoastaan huolehtia, että opiskelija saatekirjeen luettuaan ymmärtää vastaavansa kyselyyn, jonka vastauksia käytetään opinnäytetyön aineistona, ja haluaa osallistua tutkimukseen vastaamalla kyselyyn. Näin varmistin samalla opiskelijoiden suostumuksen heidän vastaustensa hyödyntämiseen opinnäytetyössäni. Tämä kysymys oli kaikille vastaajille pakollinen, jotta suostumus jäi jokaiselta todistettavasti näkyviin.

## 6.2 Omaehtoisuuden ja kyvykkyyden perustarpeiden toteutuminen

Toinen kysymys (kysymys 2, liite 2) oli joukko väittämiä, joihin kysyttiin vastaukseksi opiskelijan mielipidettä. Esittämieni 14 väittämän avulla oli tarkoitus saada tietoa erityisesti omaehtoisuuden ja kyvykkyyden perustarpeiden toteutumiseen vaikuttavista seikoista. Tämän jälkimmäisen kyselyn väittämässä oli hyvinvointiryhmän kyselystä poiketen vastausvaihtoehtojen täysin samaa mieltä, jokseenkin samaa mieltä, jokseenkin eri mieltä ja täysin eri mieltä lisäksi mahdollisuus valita myös vaihtoehto en osaa sanoa. Tarjoamalla tämän vastausvaihtoehdon halusin varmistaa, että opiskelija voi vastata kyselyyn monivalintakysymysten pakollisuudesta huolimatta, vaikka hänestä tuntuisi, että jokin yksittäinen väittämä on hänelle liian hankala vastattavaksi. Opiskelijoiden vastausten jakautuminen mahdollisti heidän mielipiteidensä sanoittamisen ja tulkintojen tekemisen tämän väittämäjoukon teemoihin liittyen.

Taulukko 1. Opiskelijoiden vastausten jakautuminen esitettyihin väittämiin (n=35).

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Se, että opiskelija veloitetaan suorittamaan toisen asteen tutkinto, on mielestäni hyvä asia	8	21	6	0	0
Oppivelvollisuuden pidentäminen vaikutti näihin opintoihin hakeutumiseen	4	6	0	21	4



Oppivelvollisuuden pidentäminen vaikuttaa heikentävästi opiskeluhuvinvointiin	1	11	6	9	8
Koen olevani oikealla alalla	16	16	2	1	0
Minulla on tunne, että pystyn suorittamaan opinnoistani	20	12	2	1	0
Opintoni on selkeästi rakennettu	4	8	13	10	0
Voin vaikuttaa opintoihini ja niiden suorittamiseen	5	13	13	3	1
Olen saanut oppimisen kokemuksia	13	7	5	0	0
Saan henkilökunnalta kannustavaa palautetta	4	13	9	7	2
Koen onnistuneeni opinnoissani	4	25	4	2	0
Onnistumiseni huomataan	3	10	15	6	1
Vahvuuteni tunnustetaan	2	14	8	7	4
Minulla on halutesani mahdollisuus vaikuttaa oppilaitoksen arkeen ja kehittämiseen	1	2	15	11	6
Saan mielipiteeni kuuluviin	2	8	13	10	2

Väittämiin vastanneiden 35 opiskelijan vastausten perusteella valtaosa heistä kokee hyvänä asiana sen, että päivitetty oppivelvollisuuslaki velvoittaa opiskelijan suorittamaan toisen asteen tutkinnon. Yli puolet (21) on sitä mieltä, ettei oppivelvollisuuden pidentäminen vaikuttanut näihin opintoihin hakeutumiseen. Kun vastausta peilaa siihen, että vastanneista lähes jokainen (32)

oli vähintään jokseenkin varma olevansa oikealla alalla juuri nyt, voi tehdä päätelmän, että oppivelvollisuuden velvoittavuutta enemmän hevosalalle hakeutumisessa vaikuttaa mahdollisesti alan kutsumustyypisyys. Ala koetaan tyypillisesti vahvasti omaksi jo opintoihin hakeuduttaessa. Vastaajista 12, eli noin joka kolmannes, oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä väittämästä, jonka mukaan oppivelvollisuuden pidentäminen vaikuttaa heikentävästi opiskeluhyvinvointiin. Tämä voisi toimia heikkona signaalina luvussa 2.2 esittämästäni ajatuksesta, että opintojen jatkamisen pakollisuus vaikuttaisi opiskelijan vapaaehtoisuuden kokemukseen, ja sitä kautta hänen hyvinvointiinsa. Suoraa tulkintaa tästä ei kuitenkaan voine tehdä, sillä vielä isompi osa opiskelijoista oli väittämästä erimielisiä tai ei osannut sanoa mielipidettään.

Edelleen väittämävastauksia tulkiten suurimmalla osalla opiskelijoista on tunne, että he pystyvät suoriutumaan opinnoistaan. Sen sijaan opintojen selkeydessä on parantamisen varaa. Vastausten hajonnan perusteella myös opiskelijan mahdollisuuksia vaikuttaa omiin opintoihinsa ja niiden suorittamiseen tulisi kehittää. Positiivista on, että iso osa opiskelijoista kokee saaneensa oppimisen kokemuksia, mutta kannustavaa palautetta sen sijaan on kokenut saaneensa huomattavasti harvempi. Valtaosa opiskelijoista on vähintään jokseenkin samaa mieltä siitä, että on onnistunut opinnoissaan, mutta valitettavan usein onnistumiset näyttävät vastausten mukaan jäävän huomaamatta. Oppilaitoksella vaikuttaisi vastausten jakautumisesta päätellen olevan parannettavaa myös opiskelijoiden vahvuuksien tunnistamisessa, vaikuttamismahdollisuuksien tarjoamisessa ja mielipiteiden kuulemisessa.

Kaikki edellä esiin nousseet kehitettävät asiat asettuvat luontevasti omaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden teemojen alle. Kuten Leskisenoja & Sandberg (2019, 26) muistuttavat, opiskelijoiden kyvyt ja mahdollisuudet hautautuvat helposti heidän persoonaansa määrittelemään nousseiden puutteiden ja vaikeuksien alle, minkä lisäksi ongelmakeskeinen pedagogiikka on omiaan herättämään opiskelijassa epävarmuutta ja pelkoa ja vaikuttaa kielteisesti opinnoissa viihtymiseen ja motivaatioon. Vahvuusperustaisen lähestymistavan omaksuminen ja opiskelijan vahvuuksien tunnistaminen voisivat Leskisenojan ja Sandbergin toivomalla tavalla tuulettaa meidänkin oppilaitokseemme vuosien saatossa juurtuneita tapoja ja toimintamalleja.

### **6.3 Vapaus toteuttaa itseään ja tehdä itseään kiinnostavia asioita**

Kyselyn kolmannessa kysymyksessä (kysymys 3, liite 2) tiedusteltiin, miten voisimme opintoaikana vahvistaa opiskelijan tunnetta siitä, että hän kokisi olevansa vapaa toteuttamaan itseään

ja pääsisi tekemään itseään kiinnostavia asioita. Kysymys oli avoin, mikä tarkoittaa, että opiskelijat saivat vastata siihen vapaasti omin sanoin. Vastaaminen avoimiin kysymyksiin oli vapaaehtoista, joten tähän kysymykseen vastasi 26 opiskelijaa. Useat annetuista vastauksista korostivat toivetta vaikutusmahdollisuuksien parantamisesta. Valitsin tähän esimerkiksi muutamia vastauksia poimittuna sellaisenaan suoraan kyselyvastauksista tämän toiveen osoittamiseksi konkreettisella tavalla:

Antaa vaikuttaa enemmän asioihin

Enemmän sekä laajemmin mahdollisuuksia oman polun rakentamiseen. Enemmän itse valittavaa ja vaikutettavaa omiin opintoihin.

Olemalla avoin oppilaiden ideoille, vaikkemme olekkaan vielä hevosalan ammattilaisia. Saisi tehdä asiat omalla ja itse hyväksi kokemalla tavalla (tietysti turvallisuuden liittyviä sääntöjä noudattaen)

Saisi enemmän olla mukana suunnittelemassa opintoja esim. mitä tapahtuu, milloin tapahtuu. Ja otettaisiin enemmän huomioon opiskelijan toiveita mitä haluaa oppia ja tehdä ja missä haluaa kehittyä.

Näiden vastauksien lisäksi useassa muussakin vastauksessa toivottiin mahdollisuutta vaikuttaa, mikä tulkintani mukaan liittyy läheisesti omaehtoisuuden perustarpeen täyttämiseen. Kun Martelaa (2014a, 49) tulkiten vapaaehtoisuudeksikin kutsutulla omaehtoisuudella eli autonomialla tarkoitetaan, että opiskelija opinnoissaan kokee olevansa vapaa päättämään itse omista tekemisistään, on edellytyksenä omaehtoisuuden kokemukselle vapaus valita ja toimia, jolloin pakotettu ja tiukasti kontrolloitu tekeminen näyttäytyy sen vastakohtana. Vapaaehtoisesti toimissaan opiskelija tuntee asian omakseen ja halu tekemiseen lähtee hänestä itsestään, jolloin toiminta, eli tässä tapauksessa opiskelu, ei tunnu ulkopuolelta ohjatulta pakolta. Tällaisessa tilanteessa opiskelijalle voisi syntyä kolmannessa kysymyksessä peräänkuulutettu kokemus vapaudesta toteuttaa itseään ja tehdä kiinnostavilta tuntuvia asioita.

Vaikuttamismahdollisuuksien parantamisen ohella vastauksissa toivottiin jo ennen opintoihin hakeutumista selkeitä ja totuudenmukaisia kuvauksia siitä, mitä opiskelijalta hevosalan eri osaamisalavaihtoehdoissa vaaditaan, jotta välttyttäisiin turhilta pettymyksiltä, kun omat taidot eivät riitäkään toivotulle osaamisalalle, jolloin koko alavalinta saattaa tuntua väärältä. Opinnoilta toivottiin myös selkeyttä, jotta muun elämän suunnittelu olisi helpompaa. Tämä vaikuttaisi omalta osaltaan opiskelijan kokemukseen siitä, että hän pääsee tekemään itseään kiinnostavia asioita myös opintojen ulkopuolella ja onnistuu saamaan opinnot ja vapaa-ajan sopivaan tasapainoon, millä puolestaan voi ajatella olevan vähintään epäsuorasti vaikutusta hyvinvoinnin

kokemukseen myös opinnoissa. Parhaimmillaan tämä mahdollistaisi tietoperustan luvussa 3.2 määritellyn opiskeluhuvinvoinnin toteutumisen, jolloin opiskelijan tilanne on sellainen, että opinnot etenevät, mutta muullekin elämälle jää sopivasti aikaa (Oulun yliopisto 2023). Lisäksi vastauksista nousi esiin toive hevosisiin liittyvän, opiskelijabudjettiin sopivan, motivoivan ja mahdollisesti opintoja edistävän vapaa-ajantoiminnan lisäämisestä Hevosopistolla.

#### **6.4 Hyvä opetus ja ohjaus sekä pystyvyyden ja kyvykkyyden kokemukset**

Neljännessä kysymyksessä (kysymys 4, liite 2) kysyttiin opiskelijoilta, millaista heidän mielestään on hyvä opetus ja ohjaus. Tähän avoimeen kysymykseen vastasi 32 opiskelijaa. Kysymyksellä halusin tunnistaa keinoja, joilla opetusta ja ohjausta voisi kehittää paremmin vastaamaan opiskelijoiden tarpeisiin, jolloin niiden avulla olisi mahdollista tukea myös opiskelijan hyvinvointia opinnoissa. Opiskelijat toivoivat opettajalta tai ohjaajalta positiivista ja kannustavaa lähestymistapaa ja enemmän palautetta sekä ryhmälle että yksilölle. Seuraavat kyselyvastaukset havainnollistavat hyvin opiskelijoiden näkemyksiä hyvän opetuksen ja ohjauksen olennaisista elementeistä:

Kannustavaa, kuuntelevaa, henkilökohtaista ja opiskelijan vahvuuksiin nojautuvaa. Rakentavan kritiikin antaminen hellästi ja ajoissa, selkeästi huomioi mahdolliset oppimisvaikeudet.

Kannustava. Ei keskity aina siihen, mikä menee huonosti, vaan osaa myös kehua, kun jokin menee hyvin. Antaa oppilaalle enemmän vapautta eikä ole jatkuvasti valittamassa asioista. Ei yritä saada oppilaalle sellaista oloa kuin aina olisi hirveä kiire.

Kannustavaa mutta silti rehellistä ja siitä saa selkeän palautteen

Otetaan huomioon opetettavan lähtökohdat/taitotaso, keskustellaan asioista, annetaan opetettavalle mahdollisuus pohtia asioita ja oivaltaa itse. Tuetaan neutraalilla/positiivisella asenteella.

Näistä vastauksista nousevia huomioita tukee Wenströmin, Koukkarin & Guttormin (2018) esittämä ajatus, että ammatillisen koulutuksen lähtökohdat eivät ole kaukana positiivisesta pedagogiikasta, sillä perustaksi voidaan ajatella opiskelijan vahvuudet ja osaaminen, joiden varaan hänen yksilöllinen opintopolkunsa rakennetaan. Toisaalta opiskelijan muut vahvuudet voivat jäädä vaille huomiota, kun päähuomio on osaamiskeskeisyydessä, tarkkaan määritellyissä osaamistavoitteissa ja osaamisen arvioinnissa. Vaikka opiskelijalla ei olisikaan vielä riittävää osaamista, hänellä on kuitenkin paljon muita vahvuuksia, joiden avulla osaamista voidaan yrit-

tää kehittää. (Wenström 2022, 252–253.) Jotta voisimme kehittää opetusta ja ohjausta opiskelijoiden toiveiden mukaan vahvuuksiin nojautuvaksi, henkilökohtaiseksi ja opettavan lähtötaitotason huomioivaksi, tulisi meidän pystyä nykyistä paremmin tunnistamaan opiskelijan vahvuudet ja olemassa olevat taidot, jotta hänen opintonsa pystyttäisiin aidosti henkilökohtaistamaan parhaalla mahdollisella tavalla.

Viides kysymys (kysymys 5, liite 2) pyysi opiskelijoita pohtimaan, miten heidän pystyvyyden ja kyvykkyyden kokemustaan opiskelijana voisi vahvistaa. Pohjalla oli Frank Martelan (2014a, 6) määritelmä, jonka mukaan oppiminen voidaan ajatella tunteeksi, että kyvykkyys on kasvamassa päin. Tämäkin oli avoin kysymys, johon sai vastata vapaasti omin sanoin. Kysymykseen vastasi 23 opiskelijaa. Edellisen kysymyksen tavoin tärkeinä teemoina vastauksista nousivat kannustaminen, positiivinen palaute ja opiskelijan kykyjen tunnistaminen. Seuraavat vastaukset auttavat ymmärtämään, mistä opiskelijan pystyvyyden ja kyvykkyyden tunteiden synnyssä ja vahvistumisessa on kyse:

Tunnistaa opiskelijan kyvyt ja antaa myös sen mukaan lisää vastuutehtäviä, josta opiskelijallekin tulee motivoituneempi ja kyvykkäämpi olo.

Selvästi enemmän positiivista palautetta ja työkalujen antamista haasteiden selvittämiseen.

Antamalla rakentavaa palautetta ja kehuja asioista jotka ovat menneet edes jotenkin hyvin, jos on ollut joku asia vaikea ja sitten kun onnistuu siinä, saa kehuja, tuntuu enemmän siltä että on oikeasti oppinut jotain ja pystyy siihen.

Vastausten perusteella vaikuttaa siltä, että jo pelkästään lisäämällä positiivisen ja rakentavan palautteen antamista sekä kehumalla opiskelijaa onnistumisista, voisimme vahvistaa hänen kokemustaan siitä, että hän osaa suorittaa annetut tehtävät ja saa asioita aikaan. Aikaansaavuuden tunne ja kasvava usko omaan kykyihinkin ruokkivat opiskelijan pystyvyyden ja kyvykkyyden tunteita, jolloin kyvykkyyden kasvun ohella myös oppiminen etenee. (Martela 2014a, 49.) Opiskelijat toivoivat vastauksissaan lisäksi, että onnistumisista palkittaisiin jollakin tavalla ja ne näkyisivät opiskelijan opintojen etenemisessä ja opiskelijalle tarjoutuvissa mahdollisuuksissa. Riittävät onnistumiset, mahdollisuudet näyttää osaamistaan ja sopiva määrä vastuuta toimisivat myös minäpystyvyyden tunteen kasvattajina.

## 6.5 Parhaiten toimivat palautteen antamisen ja vaikuttamisen tavat

Kyselyn kuudennella kysymyksellä (kysymys 6, liite 2) haettiin opiskelijoiden mielestä parhaiten toimivia kanavia palautteen antamista ja vaikuttamista varten. Tarve toimivien palaute- ja

vaikuttamiskanavien luomiselle nousi hyvinvointiryhmän kyselyvastauksista, ja opiskelijakyselyn vastaukset ovat osoittaneet tarpeen todelliseksi myös opiskelijoiden näkökulmasta. Toteutin tämän kysymyksen monivalintakysymyksenä, jossa oli kuusi valmista vastausvaihtoehtoa, ja sen lisäksi mahdollisuus valita vaihtoehto ”Joku muu. Mikä?” ja kirjoittaa tekstikenttään oma ehdotus sopivaksi vaihtoehdoksi. Opiskelija sai halutessaan valita useammankin mielestään sopivan vaihtoehdon. Tähän kysymykseen vastasivat kaikki kyselyyn osallistuneet 35 opiskelijaa.

Taulukko 2. Opiskelijoiden valinnat toimivimmiksi palautteen antamisen ja vaikuttamisen tavoiksi.

Sähköinen palautelaatikko kirjallista palautetta varten	22
Säännöllinen ”huolivartti” ammattiohjaajan tai opon kanssa naamatusten	15
Vastuuhjaajan tunti	12
Perinteinen postilaatikko, johon voi jättää palautteen kirjallisena	11
Opiskelijakunta	7
Joku muu. Mikä?	3
Rehtorin kyselytunti (Teams)	0

Eniten kannatusta ehdotetuista vaihtoehdoista keräsivät sähköinen postilaatikko kirjallisen palautteen antamista varten (22) ja säännöllinen ”huolivartti” ammattiohjaajan tai opinto-ohjaajan kanssa kasvotusten (15). ”Joku muu. Mikä?” -vaihtoehtoon annetuissa vastauksissa opiskelijat ehdottivat anonyymeja, säännöllisiä kyselyjä tai kuukauden välein toteutettavia, pakollisia, kirjallisia tehtäviä, joiden vastaukset joku todella lukee ja tulkitsee. Rehtorin kyselytuntia oli tässä kyselyssä ehdotettu Teams-välitteiseksi, mikä ei vaikuttanut opiskelijoiden vastausten perusteella mielekkäältä tavalta kohdata ja antaa palautetta. Tähän olisi ehkä ollut syytä tarjota vaihtoehtoa rehtorin kohtaamiseen kasvokkain, sillä käsittääkseni sellaisilla kyselytunneilla on ollut osallistujia, kun niitä on järjestetty. Toimivien palautekanavien löytäminen ja vaikuttamismahdollisuuksien parantaminen vastaisivat kyselyn aiempien kysymysten vastauksista selkeästi nousseeseen opiskelijoiden toiveeseen tulla kuulluksi ja saada vaikuttaa omiin opintoihinsa ja oppilaitosyhteisön asioihin.

## 6.6 Opiskeluhyvinvoinnin tavoittelu henkilökohtaistamalla

Kyselyn seitsemännessä kysymyksessä (kysymys 7, liite 2) opiskelijoilta kysyttiin, miten tämän päivän tilanteesta olisi mahdollista päästä sellaiseen tilanteeseen, jossa henkilökohtainen hyvinvoinnin tunne on hyvä, opinnot etenevät ja muullekin elämälle jää sopivasti aikaa. Tämä kuvaus vastaa tietoperustan luvussa 3.2 esiteltyä opiskeluhyvinvoinnin määritelmää. Kysymyksen vastasi 27 opiskelijaa. Osa opiskelijoista nosti esiin hyvin konkreettisia asioita, kuten esimerkiksi paremmat sängyt, jotta pystyisi lepäämään kunnolla, tai ruokalan läheisyys, jotta ei tarvitsisi kulkea jatkuvasti pitkiä matkoja edestakaisin. Kuitenkin selkeimpänä teemana vastauksista nousi esiin henkilökohtainen opintopolku, joka ammatillisessa koulutuksessa tarkoittaa opintojen henkilökohtaistamista.

Henkilökohtaistaminen tarkoittaa sitä, että jokainen ammatillisen koulutuksen opiskelija pääsee toteuttamaan opintonsa omia tarpeitaan vastaavaksi suunnitellulla opintopolulla. Henkilökohtaistamisessa huomioidaan opiskelijan aiempi osaaminen tunnistamalla ja tunnustamalla se, minkä jälkeen suunnitellaan mitä uutta osaamista opiskelijan täytyy vielä hankkia, miten hän tarvittavan osaamisen hankkii ja osoittaa sekä millaista ohjausta, tukea tai mahdollisia erityisen tuen toimia opiskelija oma elämäntilanteensa huomioiden tarvitsee. (Opetushallitus 2023a.) Kyselyvastausten perusteella vaikuttaisi siltä, että tämä ei meidän oppilaitoksessamme välttämättä toteudu vielä parhaalla mahdollisella tavalla.

Nostin muutaman esimerkkivastauksen tähän havainnollistamaan opiskelijoiden ajatuksia:

Opintojen polun tulisi olla selkeä sekä yksilöllisesti muotoiltu. Nyt on niin eritasoisista väkeä samoissa jutuissa että toisilla on hankalaa ja toisilla liian helppoa ja menee aikaa ns turhaan. Informaation tulisi kulkea mielummin liikaa kuin liian vähän ja selkeästi. Opintojen tiivistämistä sekä selkeyttämistä. Mikäli itse saisi vaikuttaa enemmän ja luoda niinsanotusti itse omat opiskelunsa olisi se mieluisaa.

Opinnot selkeytyisi että mitä tehdään ja milloin

Tarvitsisi tunnistaa nopeammin etenevien opiskelijoiden mahdollisuus saada opintoja edistettyä

Tunnen, että opintoni eivät etene siihen tahtiin kuin haluaisin niiden etenevän. Olin valmis tekemään enemmän töitä nopeamman valmistumisen eteen.

Vaikuttaa vahvasti siltä, että meidän olisi mahdollista edistää opiskelijan hyvinvoinnin tunnetta, kokemusta opintojen etenemisestä ja opintojen aikatauluttamista niin, että muullekin elämälle jää riittävästi aikaa, jos saisimme henkilökohtaistamisen toteutettua nykyistä paremmin. Koska

jokainen opiskelija on yksilö, opintojen suorittaminen etenee jokaisella omassa tahdissaan. Tähän vaikuttavat muun muassa opiskelijan tavoitteet, opiskelupaikat, tavat hankkia osaamista, aiemmin hankittu osaaminen ja oppimisvalmiudet. (Opetushallitus 2023a.) Opiskeluhyvinvoinnin kokemukseen vaikuttavaa turhautumista olisi mahdollista välttää mahdollistamalla opiskelijalle aidosti yksilöllinen opintopolku, jolla eteneminen onnistuu omia tavoitteita, osaamista ja urasuunnitelmia vastaavalla tavalla ja tahdilla. Ei riitä, että suunnitelma on kirjattu paperille, sillä käytännön toteutus on opiskelijan motivaation kannalta olennaisempaa.

## 6.7 Opiskeluhuollon palvelut ja niiden kehittäminen opiskelijälähtöisesti

Kahdeksas kysymys (kysymys 8, liite 2) oli väittämäjoukko, jonka seitsemän väittämän avulla tavoiteltiin tietoa opiskelijoiden psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä opiskeluhuollon palveluihin liittyvistä ajatuksista vastaushetkellä. Näiden väittämien vastausten jakautumisen perusteella tein tulkintoja opiskeluhuollon palvelujen tunnettuudesta, saavutettavuudesta ja riittävydestä.

Taulukko 3. Opiskelijoiden vastausten jakautuminen esitettyihin väittämiin (n=35).

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Hevosalalla opiskellessa on erityisen tärkeää huolehtia fyysisestä kunnosta, riittävästä unesta ja oikeasta ravinnosta opinnoissa jaksamiseksi	30	5	0	0	0
Käyn syömässä kaikki tarjotut ateriat (aamiainen, lounas, päivällinen)	8	13	9	5	0
Opiskeluhuollon palvelut (terveydenhoitaja, kuraattori, opintopsykologi) ovat helposti saavutettavia	3	19	5	5	3



Tiedän, mistä saan apua, jos tarvitsen tukea opinnoissani	13	12	6	2	2
Olen saanut riittävän ajoissa tukea kohtaamissani haasteissa	4	18	5	6	2
Saatavilla olevat tukitoimet ovat riittäviä	8	11	5	6	5
Opiskeluhoito ja sen tarjoamat palvelut on esitelty minulle riittävän hyvin	9	15	8	2	1

Vastausten perusteella vaikuttaa siltä, että opiskelijat tiedostavat varsin hyvin, että hevosalalla opiskellessa on erityisen tärkeää huolehtia fyysisestä kunnosta, riittävästä unesta ja oikeasta ravinnosta opinnoissa jaksamiseksi. Käytännössä toteuttaminen saattaa silti unohtua, sillä yli kolmasosa (14) kyselyyn vastanneista opiskelijoista ilmoittaa, että ei käy syömässä kaikkia oppilaitoksen ruokalassa tarjottuja aterioita. Olemme käytännön työssä huomanneet ruokailujen väliin jättämisen vaikutuksen opiskelijoiden jaksamiseen, joten tämän kysymyksen vastaukset vahvistivat käsitystä riittämättömästä syömisestä suhteessa fyysisen työn vaatimuksiin.

Opiskeluhoillon palveluiden helpompaan saavutettavuuteen olisi syytä kiinnittää huomiota, jotta opiskelijat osaisivat tarvittaessa matalalla kynnyksellä hakeutua tarvitsemiensa palvelujen piiriin. Kymmenen opiskelijan vastausvalinnat antavat viitteitä siitä, että he eivät välttämättä tiedä, mistä hakea tukea opintoihinsa sitä tarvitessaan. Lisäksi 13 opiskelijan vastauksista voi päätellä, että he eivät ole kokeneet saavansa riittävän ajoissa tukea kohdatessaan haasteita opintoihinsa liittyen. Vastausten hajonnan perusteella opiskelijoista huomattava osa (16) suhtautuu vähintään jossain määrin epäillen myös saatavilla olevien tukitoimien riittävyteen. Vaikuttaa siltä, että oppilaitoksessamme tulisi pyrkiä vielä aktiivisemmin tekemään opiskeluhoitoa ja tarjottavia palveluita tutummiksi opiskelijoille, jotta jokaiselle olisi selvää, mitä palveluita tarjotaan ja miten niiden piiriin voi hakeutua.

Yhdeksännen kysymyksen (kysymys 9, liite 2) tavoitteena oli selvittää opiskelijoiden ajatuksia opiskeluhoillon palvelujen kehittämistarpeista, jotta tarjottujen palvelujen avulla pystyttäisiin

parhaalla mahdollisella tavalla tukemaan psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia opintojen aikana. Tähän avoimeen kysymykseen vastasi 19 opiskelijaa. Hyvinvointiryhmän vastauksista nousut huoli opiskeluhuollon palvelujen riittävydestä välittyi edelliseen monivalintakysymykseen annettujen vastausten tavoin myös opiskelijoiden omin sanoin kirjoittamista vastauksista:

Mielestäni aikoja pitäisi saada enemmän ja nopeammin, etenkin silloin kun niitä oikeasti tarvitsee.

Opiskeluterveydenhuollon ammattilaiset saisivat olla huomattavasti useammin paikalla ja tavattavissa ilman ajanvarausta, jotta apua ja tukea saa heti.

Näissä vastauksissa korostuivat opiskelijat, joilla olisi tarvetta käyttää opiskeluhuollon palveluita useammin esimerkiksi mielenterveyteen ja jaksamiseen liittyvien akuuttien haasteiden vuoksi. Vastaajien joukossa oli myös opiskelijoita, jotka eivät ole tarvinneet terveydenhoitajan, kuraattorin tai opintopsykologin palveluita opiskeluaikanaan, mutta moni heistä huomautti, että oikea tapa palveluihin hakeutumiseksi tarvittaessa on jäänyt heille epäselväksi, joten palveluista tiedottamiseen voisi oppilaitoksessa varmasti kiinnittää vielä nykyistä enemmän huomiota. Tilannetta kuvaa hyvin seuraava vastaus:

Terveydenhoitajan, kuraattorin ja opintopsykologin palvelut ovat jääneet minulta käyttämättä. Akuuttia tarvetta ei ole ollut. Minulle nämä ovat kuitenkin jääneet jonkin pimentoon, koska vaikka opisto tarjoaa tällaisia palveluita, niin minulle ei ole selvinyt, et miten esimerkiksi terveydenhoitajalle pääsee.

Vaikuttaa siltä, että opiskelijat kokevat palvelujen saatavuuden ja saavutettavuuden kehittämisen yhtä olennaiseksi kuin hyvinvointiryhmässä ongelmaa pohtineet vastaajatkin, jotta oikea-aikainen palvelujen piiriin pääsy mahdollistuisi. Oikea-aikaisilla palveluilla monet hyvinvointia heikentävät ongelmat saadaan hallintaan tai ehkäistyä ennalta, millä on merkitystä opiskelijan hyvinvoinnin kokemukselle opinnoissa.

## **6.8 Yhteisöllisyys, yhteenkuuluvuus ja opiskelijana oleminen**

Kyselyn kymmenes kysymys (kysymys 10, liite 2) oli monivalintakysymys, jonka 12 väittämää oli laadittu keräämään tietoa opiskelijoiden ajatuksista yhteisöllisyyteen ja opiskelijana oleminen liittyen. Opiskelijoita pyydettiin vastaamaan väittämiin vastaushetkellä parhaiten mielipidettään kuvaavalla vastausvaihtoehdolla. Vastausten jakautumisen tarkastelu mahdollisti tulokintojen tekemisen näistä opiskeluyhteisön hyvinvointiin vahvasti vaikuttavista teemoista.

Taulukko 4. Opiskelijoiden vastausten jakautuminen esitettyihin väittämiin (n=35).

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Oman ryhmäni yhteishengellä on vaikutusta opiskeluhyvinvointiini	25	10	0	0	0
Ryhmämme ryhmäytymisestä on huolehdittu riittäväällä tavalla	2	15	10	4	4
Koen yhteenkuuluvuutta opiskelutovereideni kanssa	11	18	4	2	0
Kaikki opiskelijat otetaan mukaan porukkaan	5	13	12	5	0
Oppilaitoksesamme esiintyy kiusaamista	13	9	4	2	7
Henkilökunta huolehtii, että kukaan ei jää yksin	2	6	10	12	5
Opintojen aikana on riittävästi yhteistä tekemistä	5	9	10	10	1
Ohjattua vapaa-ajan toimintaa tarvitaan lisää	7	7	7	9	5
Asuntola-asumisella on negatiivista vaikutusta kokemukseeni opiskeluhyvinvoinnista	4	10	11	8	2
Minulla on tunne, että minusta välitetään	2	16	12	5	0
Minulla on ainakin yksi opiskelutoveri, jonka kanssa voin	27	7	0	0	1

tehdä asioita yhdessä					
Tiedän, mistä saan tukea, jos jään yksin	11	10	7	4	3

Opiskelijat ovat vastaustensa perusteella hyvin yksimielisiä siitä, että oman opiskeluryhmän yhteishengellä on vaikutusta opiskeluhyvinvointiin. Vastausten hajonta paljastaa, että osa opiskelijoista kokee, ettei oman ryhmän ryhmäytymisestä ole huolehdittu opiskelijan näkökulmasta riittäväällä tavalla. Kuitenkin suurin osa (29) vastanneista kokee yhteenkuuluvuutta opiskelutovereidensa kanssa. Opiskelijoista 17 on sitä mieltä, että kaikkia opiskelijoita ei oteta mukaan porukkaan ja 22 ajattelee, että oppilaitoksessamme esiintyy kiusaamista. Kiusaamiseen liittyvästä väittämästä saattaa tehdä hankalan kiusaaminen itsessään ilmiönä, mutta myös se, että väittämässä ei ollut erikseen määritelty, mitä kiusaamisella tässä yhteydessä tarkoitetaan. Opiskelijoista seitsemän vastasikin väittämään valitsemalla vastausvaihtoehdon ”en osaa sanoa”. Vastauksista voi tulkita, että opiskelijat eivät koe henkilökunnan tällä hetkellä huolehtivan riittäväällä tavalla siitä, että kukaan ei jää yksin. Huomattava osa opiskelijoista (20) kokee, että opintojen aikana ei ole ollut tarpeeksi yhteistä tekemistä, mutta ohjattua vapaa-ajan toimintaa toivoi silti lisää vain 14 vastaajaa. Tästä voisi varovaisesti tulkita, että osa opiskelijoista kaipaasi lisää yhteistä tekemistä nimenomaan osaksi opintojaan ja käyttäisi vapaa-aikaansa mieluummin leppäämiseen ja omiin asioihinsa ohjatun tekemisen sijaan.

Ennako-odotuksistani poiketen vain 14 opiskelijaa vastasi asuntola-asumisella olevan negatiivista vaikutusta opiskeluhyvinvoinnin kokemukseensa. Oletin, että useampi opiskelija olisi kokenut negatiivisia vaikutuksia. Tulkitsen tätä niin, että asuntolassa hyvin viihtyvät ja yhteisölliseen asumiseen vailla isompia ongelmia sopeutuvat nuoret kokevat ehkä saavansa asuntolasta kavereita ja kaivattua yhteisöllisyyden tunnetta, jolloin sosioemotionaalinen hyvinvoinnin rakentuminen opinnoissa mahdollistuu, kun opiskelija pääsee solmimaan ja ylläpitämään ihmissuhteita opiskelutovereidensa kanssa (Honkanen & Suomala 2009, 11). Hyvinvointiryhmän vastauksissa esiin nousi, että asuntolassa uskotaan esiintyvän kiusaamista, mutta sen ajatellaan jäävän henkilökunnalta piiloon. Koska iso osa opiskelijoistakin kokee, että oppilaitoksessamme esiintyy kiusaamista, mutta henkilökuntamme ei sitä kuitenkaan ohjaus- tai opetustilanteissa arjessa yleensä havaitse, voisi päätellä, että kiusaamista tapahtuu ehkä enemmän asuntolassa,

jolloin se tapahtuu henkilökunnalta piilossa. Edellä mainitut 14 negatiivisista vaikutuksista hyvinvointiinsa kertonutta opiskelijaa ovat hyvinkin voineet törmätä tähän ilmiöön asuntolassa asuessaan. On myös mahdollista, että opiskelijoiden ja henkilökunnan tulkinnat kiusaamisesta ja kiusaamiseksi määriteltävästä toiminnasta ovat keskenään erilaiset. Oppilaitoksessamme on nollatoleranssi kiusaamiseen, joten vastauksista voi päätellä, että kiusaamisen vastaiseen työhön on syytä panostaa vielä nykyistä enemmän. Meidän on onnistuttava vahvistamaan opiskelijoiden tunnetta siitä, että heistä välitetään, ja varmistettava, että jokainen tietää, mistä saa tukea, jos tuntee jäävänsä yksin. Positiivista on, että lähes jokaisella vastanneista oli kuitenkin ainakin yksi opiskelutoveri, jonka kanssa voi tehdä asioita yhdessä.

## 6.9 Opiskeluyhteisöön kuulumisen ja mielekäs vapaa-ajan toiminta

Yhdenentoista esitetystä avoimessa kysymyksessä (kysymys 11, liite 2) kysyttiin opiskelijoilta, mitä oppilaitoksessamme voitaisiin tehdä toisin tai nykyiseen verrattuna paremmin, jotta opiskelijalle syntyisi tunne, että hänestä välitetään ja hän voi kokea olevansa osa opiskeluyhteisöään. Kysymykseen vastasi 23 opiskelijaa. Tämän kysymyksen vastauksissa korostuivat täsmälleen samat asiat kuin kappaleessa 5.2 esimerkiksi nostamassani hyvinvointiryhmän kyselystä poimitussa, erityisen kattavassa vastauksessa, jossa ehdotettiin, että olisi olennaista olla niin kuin ihmisten kanssa ollaan: kysyä, kuulla ja kuunnella, sopia, kehua ja huomata onnistumiset, antaa tehdä, mutta varmistaa myös vertaistuki ja yhteistyö. Opiskelijat toivoivat vastauksissaan, että heitä kuunneltaisiin paremmin ja kannustettaisiin enemmän. Vastauksissa toivottiin, että jo aiemmissa kysymyksissä sivuttuun kiusaamiseen puututtaisiin nykyistä tehokkaammin. Henkilökunnalta odotettiin parempaa asennetta opiskelijoita kohtaan ja pientenkin onnistumisten huomaamista. Opiskelijat arvostaisivat myös yhteisiä pelisääntöjä ja asioiden hoitamista ajallaan yhdessä sovitulla tavalla. Seuraava vastaus tiivistää monta vastauksissa toivottua asiaa yhteen:

Kohtaaminen ihmisenä, yksilöllinen opetus ja kaikkien eri vahvuuksien tunnistaminen, oikeasti opiskelijoiden näkeminen ihmisinä eikä orjatyövoimana.

Opiskelijoiden vastauksissa peräänkuulutettiin tasapuolisuutta ja reilua kohtelua. Niinkin yksinkertainen asia kuin kuulumisten kysyminen voisi vastausten perusteella vaikuttaa opiskelijan kokemukseen, että hänestä välitetään. Toisaalta vastauksista nousivat esiin myös opiskelijakohdaiset erot opiskeluyhteisöön kuulumisessa. Nämä erot näyttäytyvät siten, että osa opiskelijoista tuntee kuuluvansa opiskeluyhteisöön, mutta osa näyttäisi jäävän ulkopuoliseksi.

Mää oon saanu monta kaveria opistolla ja tuun muutenkin hyvin toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Koen siis olevani osa yhteisöä, eikä minun juuri tarvitse olla yksin.

En tiedä itsestäni, mutta tiedän osan ryhmässäni olevan melko yksinäisiä ja ulkopuolelle jätettyjä.

Näiden suoraan vastauksista lainattujen esimerkkivastausten perusteella opiskelijoiden esittämä toivomus, että ryhmäytttämisestä huolehdittaisiin tarvittaessa opintojen alun lisäksi vielä opintojen edetessäkin, vaikuttaa perustellulta. Tällaisen jatkuvan ryhmäytttämis keinona voisi toimia opiskelijoita kiinnostava, oppilaitoksen puolesta järjestetty, yhteinen vapaa-ajan toiminta, jota joku vastaajista ehdotti lisättäväksi.

Kyselyn kahdestoista kysymys (kysymys 12, liite 2) oli avoin kysymys, jonka tarkoituksena oli selvittää, millaista vapaa-ajan toimintaa opiskelijat kaipaivat opintojensa oheen. Kysymykseen vastasi 17 opiskelijaa. Jo kysymyksen 10 väittämässä esiin noussut kahtia jakautuneisuus nousi näkyviin myös tähän kysymykseen vastatessa. Osa vastaajista oli tyytyväisiä tämän hetken tilanteeseen ja toivoi ainoastaan lisää omaa aikaa tai selkeämpää jakoa vapaa-ajan ja opiskeluajan välille. Osalle opiskelijoista kaverien seura riittää vapaa-ajan toiminnaksi, mutta tässä korostunevat ne vastaajat, joilla on hyvät ja toimivat ystävyysuhteet opiskelutovereihinsa. Iso osa opiskelijoista toivoi opintojen lisäksi hevosiin liittyvää toimintaa vapaa-ajallekin, kuten esimerkiksi ratsastustunteja vain opiskelijoille, hevosten kanssa puuhastelua, maastossa ratsastamista, erilaisia kurseja tai kerhoja, nimikkohevosen hoitamista ja jo toiminnassa olevan valjaskerhon jatkumista. Muutama opiskelija korosti fyysisen kunnon ylläpitämisen tärkeyttä ja ehdotti ohjattua ryhmäliikuntaa, jalkapalloa tai muuta liikunnallista aktiviteettia. Harrastuneisuus ja kiinnostuksen kohteet näkyivät vastauksissa, sillä yksittäisissä vastauksissa ehdotettiin esimerkiksi leivontaa, kuvataidetta ja erilaisia pelejä yhteiseen käyttöön. Joukossa oli joitakin vastauksia, joissa ei osattu tai haluttu ehdottaa mitään tiettyä aktiviteettia, mutta todettiin kuitenkin, että jotakin yhteistä olisi tärkeää järjestää yhteisöllisyyden luomiseksi.

## 6.10 Opiskeluyhteisön hyvinvointi

Kolmastoista kysymys (kysymys 13, liite 2) haki vastausta kysymykseen, mitä henkilökunta voisi tehdä tukeakseen parhaiten opiskeluyhteisön hyvinvointia. Tähän avoimeen kysymykseen vastasi 20 opiskelijaa. Annetuissa vastauksissa nousi esiin paljon samoja teemoja kuin jo aiempiin kysymyksiin annetuissa vastauksissa. Kehumisen ja kannustamisen ohella tärkeäksi koettiin vastausten perusteella läsnä oleminen aina tarvittaessa, positiivinen ja turvallinen ilma-

piiri, selkeys ja riittävän selkeä tiedottaminen. Opiskelijat toivovat, että heidän antamaansa palautetta epäkohdista viedään eteenpäin ja asioita otetaan aidosti hoidettaviksi. Opiskelija pitäisi kohdata opiskelijana, ja muistaa, että hän ei ole vielä valmis ammattilainen, vaan vasta opiskelemassa alan ammattilaiseksi. Vastausten perusteella tukea kaivattaisiin myös ristiriitatilanteiden hoitamiseen.

Myös kyselyn neljästoista kysymys (kysymys 14, liite 2) liittyi opiskeluyhteisön hyvinvointiin. Kysymyksellä halusin selvittää, liittykö asuntola-asumiseen sellaisia haasteita, joiden ratkaisemiseen opiskelijat kaipaavat apua. Kysymykseen vastasi 33 opiskelijaa, joista 14 vastasi kyllä ja 19 ei. Oletin ennakkoon, että vastauksista olisi noussut esiin kiusaaminen ja mahdollisesti toive siihen puuttumisesta. Yksikään vastaajista ei kuitenkaan maininnut kiusaamista tässä yhteydessä. Eniten haasteita vaikuttaisi vastausten perusteella aiheuttavan asuntolan siisteydestä huolehtiminen. Opiskelijoilla on toisistaan poikkeavia siisteyskäsitteitä, ja osa ei millään haluaisi siivota. Asuntolaan toivottiin nykyistä selkeämpiä sääntöjä ja niiden noudattamisen tarkempaa valvontaa. Henkilökunnan toivottiin voivan valvoa siivoamisen jakautumista tasapuolisesti kaikkien solussa asujien kesken ja jokaisen omasta osuudestaan huolehtimista, koska opiskelijoilla ei ole keinoja saada siivoamiseen osallistumattomia hoitamaan omaa osuuttaan. Tällä hetkellä siivouksesta aktiivisesti huolehtivat kokevat, että joutuvat siivoamaan osallistumattomienkin jäljet, mikä tuntuu epäreilulta.

Epäkohtana nostettiin esiin myös se, että osa opiskelijoista ei noudata hiljaisuussääntöksiä, jolloin riittävään uneen ei ole mahdollisuutta. Myös muut järjestyssääntörikkomukset, kuten ovien lukitsematta jättäminen ja alkoholin tuominen asuntolaan, häiritsivät oikein toimivia opiskelijoita. Osa opiskelijoista kokee, että yhden hengen huone pitäisi saada nykyistä kevyemmin perustein, jotta olisi mahdollista olla halutessaan yksin. Yksittäinen vastaaja kritisoi asuntolan vierailukäytäntöjen tiukentamista, mutta useampi vastaaja toivoi järjestyssääntöjen tiukempaa valvontaa ja näkyvämpiä seuraamuksia rikkomuksista. Joitakin opiskelijoita häiritsee iäkkäiden asuntoloiden heikko sisäilman laatu, joka osin lienee seurausta edellä kerrotusta siivouksen laiminlyönnistä.

Kyselyn viimeinen kysymys (kysymys 15, liite 2) oli vapaan sanan vastauslaatikko, johon opiskelija sai halutessaan omin sanoin kertoa, jos jotain olennaista, opiskeluhuvinvointia häiritsevää jäi kysymykseen vastatessa kertomatta. Samassa yhteydessä toivottiin heiltä myös keinoja tilanteen korjaamiseksi. Vastauksissa nostettiin esiin monia opiskelijoiden kannalta tärkeitä näkö-

kulmia. Opiskelijat kokevat eriarvoisuutta opinnoissaan, ja tallijaksoilla heistä tuntuu, että paikalla olevat joutuvat hoitamaan myös poissaolijoiden työt. Moni juuri peruskoulun päättänyt nuori kokee harppauksen fyysistä kuntoa vaativaan hevosalan koulutukseen raskaana. Useilla opiskelijoilla on ongelmia jaksamisen kanssa, ja joillakin mielenterveyden haasteet hankaloittavat arkea. Näiden haasteiden tunnistamiseen ja tarvittavan avun tarjoamiseen tarvitsisimme saumatonta yhteistyötä opiskeluhuollon kanssa, jotta jokainen opiskelija voisi opiskella omaan tilanteeseensa sopivalla tavalla. Tässä yhteydessä opiskelijat nostivat vielä erikseen esiin tiedonkulun ongelmat, epäselkeät lukujärjestykset, henkilökohtaistamisen toimimattomuuden ja puutteellisiksi kokemansa ohjeistukset ja linjaukset. Joillekin opiskelijoille yksittäiset, hyvinvointia opinnoissa häiritsevät asiat ovat hyvin konkreettisia, mistä esimerkkinä vastauksissa mainitut epämukavat turvakengät, jotka käyttökokemuksen mukaan hiertävät jalkoihin rakkoja ja kipeyttävät jalkapohjat sekä toimivat huonosti syys- ja talvisäässä lyhyen vartensa vuoksi. Osa opiskelijoiden mainitsemista ongelmista on sen sijaan rakenteellisia ja vaatii korjaantuakseen isompia muutoksia oppilaitoksen toimintakulttuurissa.

## 6.11 Yhteenveto

Molempien kyselyjen vastausten analysoinnin jälkeen tuloksista esiin nousseet havainnot auttavat muodostamaan selkeän kuvan opiskeluhyvinvoinnin rakentumiseen vaikuttavista tekijöistä juuri meidän tapauksessamme, omassa oppilaitoksessamme, Hevosopistolla. Vastausten kertoman perusteella on mahdollista erottaa myös joitakin olennaisia kehityskohteita, joihin tartun työni kehittämisehdotuksissa. Ennako-oletukseni mukaisesti positiivisen psykologian ja positiivisen pedagogiikan hyödyntäminen kehittämisehdotusten tukena onnistuu luontevasti, sillä psykologisten perustarpeiden täyttymiseen tähtäämisessä vaikuttaisi vastausten perusteella olevan vielä kehittämisen varaa. Kyselyvastauksista tekemieni tulkintojen perusteella uskon, että pienilläkin korjausliikkeillä on mahdollista saada aikaan huomattavia kohennuksia hyvinvoinnin kokemuksissa.

Hyvinvointiryhmän ja opiskelijoiden vastauksissa on paljon yhtäläisyyksiä. Molemmat vastajaryhmät pitävät yhteisöllisyyttä, yhteenkuuluvuuden tunnetta ja yhteishenkeä merkityksellisinä opiskeluhyvinvoinnin rakentumisen kannalta. Kummatkin ajattelevat, että henkilökunnan roolia hyvinvoinnin rakentamisessa on syytä vahvistaa. Yhteenkuuluvuuden perustarpeesta huolehtimiseen tarvitsemme koko opiskeluyhteisöä. Sekä hyvinvointiryhmä että opiskelijat ovat yhtä mieltä siitä, että opiskelijoiden vaikutusmahdollisuuksia on lisättävä, jotta he tulevat



kuulluksi ja voivat vaikuttaa oppilaitoksen asioihin. Tällä on vaikutusta opiskelijan omaehtoisuuden perustarpeen toteutumiselle, kun vahvistetaan aktiivisesti kokemusta siitä, että opiskelija voi halutessaan vaikuttaa omiin opintoihinsa ja asioihinsa. Kumpikin vastaajaryhmä pitää tärkeänä rakentavan palautteen antamista, kannustamista, positiivista asennetta ja opiskelijoiden vahvuuksien tunnistamista ja hyödyntämistä, joilla on merkitystä opiskelijan pystyvyyden ja kyvykkyyden kokemuksille. Molempien ryhmien vastaajat jakavat myös huolen opiskeluhuollon palvelujen riittävydestä ja oikea-aikaisuudesta. Kummankin ryhmän vastauksista tehdyt havainnot kertovat lisäksi, että kiusaamisen ilmiöön on syytä perehtyä jatkossa vielä tarkemmin.

Asuntola-asuminen meidän oppilaitoksemme erityispiirteenä näkyy selkeästi kummankin ryhmän vastauksissa. Vastaajat tunnistavat asuntolasta aiheutuvia haasteita ja kehittämistarpeita. Asuntola-asumiseen liittyvien kysymysten analyysiosuudesta oppilaitoksen johdon ja asuntoiloiden ammattiohjaajan on mahdollista poimia käyttöönsä tietoa epäkohdista, joihin opiskelijat toivoisivat puututtavan. Tämä voi toimia apuna myös resurssien riittävyttä arvioitaessa. Tulosten perusteella on selvää, että asumiseen liittyy sellaisiakin haasteita, joiden ratkaisemiseen opiskelijat kaipaavat henkilökunnan apua. Kyselytulokset voivat toimia tukena myös opiskelijoille mieluisan vapaa-ajan toiminnan suunnittelussa, mikä olisi merkityksellistä yhteisöllisyyden vahvistamisen näkökulmasta. Yhteinen tahtotila vaikuttaisi olevan, että yhteiselle tekemiselle on selkeästi tilausta.

## 7 ARVIOINTI

Laadullisessa tutkimusorientaatiossa tiedon luotettavuutta arvioidaan usein vakuuttavuuden käsitteen avulla määrälliselle tutkimukselle tyypillisten reliabiliteetin ja validiteetin sijasta. Kehittämistoiminnassa luotettavuudella tarkoitetaan ennen kaikkea uuden tiedon käyttökelpoisuutta ja hyödynnettävyyttä. Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa kiinnitetään huomiota tutkimusmenetelmien, tutkimusprosessin ja tutkimustulosten läpinäkyvyyteen. (Rantanen & Toikko 2009, 121–122.) Eettisyysnäkökulmien huomioiminen on osa hyvää tieteellistä käytäntöä ja siten merkittävä osa opinnäytetyöprosessia. Opinnäytetyöprosessin onnistumisen kriittinen itsearviointi on osa luotettavuuden, vakuuttavuuden ja hyödynnettävyyden todentamista, minkä lisäksi se tukee opinnäytetyön tekijän ammatillista kasvua. Samaa tarkoitusta palvelevat myös työn lopuksi esitettävät kehittämissuositukset ja tilaajan arvion pyytäminen.

### 7.1 Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi

Tutkimuksen luotettavuutta on perinteisesti arvioitu käyttämällä käsitteitä validiteetti ja reliabiliteetti. Määrällisessä tutkimuksessa reliabiliteettia arvioitaessa pohditaan, tutkitaanko kohdeilmiötä valituilla mittareilla luotettavasti, jolloin mittaustilanteella, mittaajalla ja satunnaisilla tekijöillä ei ole vaikutusta tutkimuksen tuloksiin. Validiteettia arvioitaessa selvitetään, mitataanko tutkimuksen kohdeilmiötä harhattomasti ja tarkasti, ja onnistutaanko tutkimaan juuri haluttua ilmiötä. Laadullisessa tutkimuksessa nämä käsitteet eivät toimi luotettavuuden arvioinnissa sellaisinaan. Kuitenkin validiteetin ja reliabiliteetin käsitteitä voidaan laadullisessa tutkimuksessa soveltaa ja sivuta huolehtimalla kohdeilmiön kuvattavuudesta ja valittujen tutkimusmenetelmien kyvystä tuottaa relevanttia ja luotettavaa tietoa, mitä voidaan pitää myös laadullisen tutkimuksen oleellisena tavoitteena. Laadullisen tutkimuksen tulisi mahdollisimman hyvin kuvata tutkittavien käsityksiä ja kokemusmaailmaa. Tutkijan valinnat ja tulkinnat vaikuttavat tutkimukseen sen eri vaiheissa, joten tutkijan on osattava huolellisesti perustella tekemänsä valinnat ja tulkinnat tutkimuksensa luotettavuuden osoittamiseksi. Tutkimus voi olla hyödyllistä ja oikeaan osuvaa, jos se lisää ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä, vaikka lopputuloksena ei syntyisikään yleistettävää tietoa. (Aaltio & Puusa 2011, 154–157.)

Tässä opinnäytetyössä on syntynyt uutta tietoa opiskeluhyvinvoinnin ilmiöstä Hevosopistolla tutkimuksen kohteena olleiden hyvinvointiryhmän jäsenten ja opiskelijoiden kertoman perusteella. Tehdyt valinnat on kuvailtu ja perusteltu huolellisesti työn alusta loppuun asti. Työtä

tehdessä on tiedostettu, että ajatteluun on väistämättä vaikuttanut pitkä kokemus oppilaitoksen ohjaustehtävissä. Oma esiyymmärrys aiheesta ja käsitykset opiskeluhyvinvoinnista vaikuttavat tapaan ajatella, joten kyselyvastauksia on tietoisesti lähestytty avoimesti ja ennakko-oletukset tunnistaen, jotta saatuja vastauksia tulkittaisiin sellaisinaan, totuudenmukaisesti ja niiden kertomaa sanoittaen ja teorian tietoon peilaten. Käytetyt menetelmät on valittu siten, että niiden avulla on uskottu olevan mahdollista saavuttaa tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman rehellinen ja rikas kuvaus kehittämissuhteiden tueksi. Kyselyvastausten analysointivaihe ja tulokset on avattu vaihe kerrallaan ja sanoitettu siten, että lukija voi seurata tulkintoihin johtavaa ajattelua ja muodostaa halutessaan eriäviä tulkintoja tehdyistä havainnoista. Työn tuloksena syntynyt tieto on hyödynnettävissä oppilaitoksen hyvinvointityössä laajemminkin kuin pelkästään lopuksi esitettävien kehittämissuhteiden muodossa. Myös muut ammatilliset oppilaitokset voivat löytää työstä ideoita hyvinvointityöhön omassa oppilaitosyhteisössään, sillä muissakin oppilaitoksissa eletään läpi samoja, kaikille yhteisiä haasteita, vaikka täsmälleen samasta tilanteesta ja alasta ei olisikaan kyse.

Tässä työssä sähköinen kysely toimi menetelmän hyvin. Kyselyillä tavoitettiin tarpeeksi suuri määrä ihmisiä, jotta kerättyjä vastauksia voidaan pitää riittävän luotettavana kuvauksena tutkittavasta ilmiöstä. Kyselyyn vastattiin huolellisesti, laajasti ja kuvaillen, joten analysoitavaa syntyi runsaasti. Opiskelijakyselyn osalta voi kuitenkin olla merkityksellistä ottaa huomioon, että vastaamatta jättäneet opiskelijat (42) olisivat saattaneet vastata eri tavalla kuin nyt vastanneet. Aiheen sensitiivisyyden vuoksi pienessä oppilaitoksessa oli kuitenkin olennaista kerätä ajatuksia anonyymisti, jotta yksittäistä vastaajaa ei voitaisi missään vaiheessa tunnistaa vastaustensa perusteella. Koska vastaamatta jättäneitä ei ollut mahdollista tunnistaa, heitä ei voitu lähestyä vastaajamäärän kasvattamiseksi muulla tavoin kuin kaikille vastaajille lähetetyillä muistutusviesteillä kyselyn aukioloaikana. Innokkuus vastata kyselyyn ja halu vaikuttaa opiskeluhyvinvoinnin kehittämiseen yllättivät kuitenkin positiivisesti. Eettinen tutkimuksen toteuttaminen edellyttää, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Tästä syystä ennakkoon pelkona oli, että ei välttämättä olisi mahdollista saada riittävää määrää tarpeeksi laajoja vastauksia työläiksi koettuihin kyselyihin. Vastaajien määrä tukee käsitystä siitä, että aihevalinta tälle kehittämistyölle oli ajankohtainen, tärkeä ja tarpeellinen myös opiskelijoiden näkökulmasta. Laaditut kyselyt toimivat toivotulla tavalla, ikään kuin haastattelujen tavoin. Non-verbaalinen viestintä ja mahdollisuus kysyä lisäkysymyksiä jäivät puuttumaan näin toteutettuna, mutta ne eivät tuntuneet tarpeellisilta annettujen vastausten rikkauden vuoksi.

Eettisten kysymysten pohtiminen oli osa opinnäytetyöprosessiani sen alusta alkaen. Tutustuin ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettisiin suosituksiin ja otin suositukset huomioon työni kaikissa vaiheissa. Opinnäytetyöstäni laadittiin yhteistyösopimus tilaajana toimivan työnantajani ja ammattikorkeakouluni kanssa. Ennen työn aloittamista varmistin, että minulla on lupa toteuttaa sopimuksen mukainen tutkimus oppilaitoksessamme. Hyvinvointiryhmälle kerrottiin opinnäytetyöstä ja sen tavoitteista ennen kyselyn lähettämistä ja uudelleen kyselyä edeltäneessä saatekirjeessä. Alaikäisten opiskelijoiden huoltajia informoitiin huollettaville lähetettävästä kyselystä ja sen tarkoituksesta, vaikka kysely toteutettiin niin, että vastaajat eivät ole vastaustensa perusteella tunnistettavissa. Opiskelijat saivat ennen kyselyyn vastaamista tietoa saatekirjeen muodossa, ja kyselylomakkeen ensimmäisellä kysymyksellä varmistettiin suostumus osallistumiselle tutkimukseen. Kyselyt toteutettiin täysin anonyymisti ja vastaukset käsiteltiin työssä siten, että vastaajia ei voi missään vaiheessa tunnistaa vastaustensa perusteella. Mitään tunnistamiseen johtavia tietoja ei kerätty kummankaan kyselyn vastaajilta. Erityisen huolellisesti nämä seikat huomioitiin ensimmäisen kyselyn kysymysten ja vastausten kohdalla, koska vastaajien joukko oli pieni ja työtehtäviensä kautta helpommin tunnistettavissa. Kyselyyn vastaamisen vapaaehtoisuutta korostettiin vastaajille saatekirjeessä ja muistutusviesteissä.

Tämän opinnäytetyön tekeminen on ollut minulle eettisten suositusten mukaisesti oppimisprosessi, jonka koen edistäneen asiantuntijuuttani, ammatillista kehittymistäni ja työelämätaitojani. Koska vastuu hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta kuuluu ensisijaisesti tutkijalle itselleen, eli tässä tapauksessa minulle opinnäytetyön tekijänä, olen pitänyt työssäni kiinni rehellisyydestä, huolellisuudesta ja avoimuudesta ja noudattanut parhaani mukaan etukäteen laadittua suunnitelmaa. (Arene 2023, 17.) Toisten tutkijoiden ja muiden asiantuntijoiden työtä olen kunnioittanut viittaamalla käyttämiini lähteisiin asianmukaisin lähdeviittein ja lähdeluettelomerkinnöin ammattikorkeakouluni ohjeistuksen mukaisesti. Lakisääteiset saavutettavuusvaatimukset työssä on huomioitu seuraamalla Humakin ohjeistuksia, joiden mukaisesti tekstin muotoilu, kieliäsu, taulukot, värien käyttö ja dokumentin viimeistely on tarkistettu ennen lopullista julkaisua (Humak 2023a).

## 7.2 Opinnäytetyöprosessin itsearviointi

Opinnäytetyön tekeminen oli prosessi, jonka läpikäyminen on vahvistanut tunnettani ammatillisesta kasvusta ja osaamisestani yhteisöpedagogina. Itsestään selvää se ei kuitenkaan ollut, sillä

useaan kertaan matkan varrella arvelin, että en saisi työni välityksellä osoitettua lukijalle oppimaani ja oivaltamaani. Työn edetessä hallinnan tunne kasvoi, ja minusta alkoi aidosti tuntua siltä, että olen päässyt asian ytimeen: tiedän, mistä tässä on kyse, ja osaan käyttää uutta tietoa hyvinvointityön kehittämiseen omassa organisaatiossani hyödyntämällä kokoamaani tietopuustaa asiantuntijaksi kasvamiseen vaadittavan ymmärryksen rakentamisessa. Työelämätaitojen kehittymisen kannalta on ollut erityisen merkityksellistä päästä jakamaan ajatuksia ja osaamista oman työyhteisön asiantuntijoiden kesken: uskon, että tällainen jaettu asiantuntijuus on tullut jäädäkseen. Työyhteisö on toiminut myös näköalojen avartajana ja korvaamattomana apuna kehittämistyön eri vaiheissa solmuun menneiden ajatusten selvittämisessä. Yhteisöllisyyden merkitys on avautunut tulevalle yhteisöpedagogille aivan uudessa yhteydessä, kun työyhteisö on konkreettisesti tukenut opinnäytetyön tekijää.

Lähestyessäni opinnäytetyötäni Humakin opetussuunnitelmassa määriteltyjen yhteisöpedagogin kompetenssien näkökulmasta (Humak 2023b) kehittämistyön aikana opitut asiat hahmotuivat selkeämmin. Yhteisöllinen osaamiseni on vahvistunut teoreettisellakin tasolla, koska olen kyselyvastauksia analysoidessani joutunut tutkimustiedon valossa pohtimaan yhteenkuuluvuuden, osallisuuden ja toimijuuden merkitystä opiskelijoiden elämässä ja hyvinvoinnin edistämässä. Osallisuus ja toimijuus linkittyvät näkemykseni mukaan vahvasti omaehtoisuuden ja kyvykkyyden perustarpeisiin. Vahvana käytännön osaajana teorian tiedon soveltaminen käytännön työn kehittämiseen on vaatinut minulta eniten opettelua. Kehittämistyön tekijänä minusta on kasvanut mahdollistaja, joka pyrkii edistämään opiskelijoiden yhteenkuuluvuuden tunnetta opiskeluyhteisössään sekä vahvistamaan omaehtoisuuden ja kyvykkyyden kokemuksia. Pedagogista osaamistani on vienyt eteenpäin perehtyminen positiiviseen pedagogiikkaan ja vahvuuspedagogiikkaan sekä positiiviseen psykologiaan niiden taustatieteenä. Perehtymistäkin tärkeämpänä pidän sitä, että olen oppinut soveltamaan oppimaani käytäntöön omassa oppilaitosyhteisössäni. Olen oivaltanut, että ohjaajana minun tehtäväni on varmistaa, että jokainen opiskelija saa oppimisen mahdollisuuksia itselleen sopivimmalla tavalla. Yhteisöpedagogina tehtäväni on arvostavan kohtaamisen ammattilaisena edistää rakentavaa vuorovaikutusta opiskelijoita kohdattaessa, mikä samalla opettaa heillekin arvostavan kohtaamisen taitoja ja vahvistaa hyvinvoinnin kokemusta. Vaikuttamis- ja kehittämisosaamisen kehittymisen kannalta merkityksellistä on, että koen saaneeni lisää tietoa ja keinoja oman työni, työyhteisöni ja ammatillisen koulutuksen kehittämiseen hyvinvointia kohentavaan suuntaan.

Opinnäytetyöprosessin aikana mietin aiheen rajaamisen kysymystä useampaan kertaan. Huomasin, että työni aihe muodostui lopulta melko laajaksi teoreettisen viitekehyksen ja lähestymisnäkökulman määrittelystä huolimatta, vaikka kuvittelin rajanneeni aihetta tarpeeksi. Toisaalta olen tyytyväinen, että sain kerättyä runsaasti hyödyllistä tietoa hyvinvointityön tueksi, mutta vielä kapeammaksi rajattu kehittämistyön aihe olisi voinut tuottaa tiiviimmän ja helppolutuisemman tuotoksen, jonka kehittämisehdotuksetkin olisivat olleet täsmällisempiä. En kuitenkaan jälkepäinkään muuttaisi rajausta, sillä olen erityisen tyytyväinen siihen tapaan, jolla onnistuin osallistamaan hyvinvointiryhmän ja opiskelijat mukaan kehittämistyöhön. Otan kuitenkin opiksi vastaisuuden varalle, jos vielä suunnittelen uusia kehittämistyön aiheita esimerkiksi jatko-opinnoissa.

Olen tyytyväinen kyselyjen onnistumiseen ja niiden tuottaman tiedon määrään. Jälkepäin ajateltuna osa opiskelijakyselyn kysymyksistä tuotti keskenään samansuuntaisia vastauksia, jolloin voisi ajatella, että kysymyksiä olisi ollut mahdollista tiivistää tai vähentää vastaamisen ja vastausten analysoinnin helpottamiseksi. Kyselyvastausten analysointi oli minulle kuitenkin tämän kehittämistyön mielekkäin ja mielenkiintoisin työvaihe, joten tämäkään seikka ei lopulta jäänyt harmittamaan, mutta voi toimia arvokkaana oppina jatkossa. Toteutin kyselyjä ensimmäistä kertaa elämässäni, joten eniten jännitti, saanko motivoitua riittävän määrän vastaajia vastaamaan tarpeeksi kattavasti pitkiin ja työläisiin kyselyihin. Huoli osoittautui kuitenkin turhaksi. Antoisinta on ollut oman oppilaitosyhteisön aktiivinen osallistuminen opinnäytetyöni edistämiseen.

## 8 KEHITTÄMISEHDOTUKSET

Molempien kyselyjen vastausten analysoinnin jälkeen tuloksista oli erotettavissa kolme olennaisinta ja vahvimmin esiin nousevaa kehittämiskohdetta matkalla kohti parempaa opiskeluhuvinvointia. Näiden kolmen kehitettävän kokonaisuuden merkitys on tunnistettavissa kummankin vastaajaryhmän vastauksista. Olennaisimmiksi kehittämiskohteiksi nousivat toimivien ja helposti saavutettavien palautteen antamisen ja vaikuttamisen kanavien luominen, henkilökohtaistamisen prosessin edelleen kehittäminen opiskelijan tarpeita vastaavaksi ja opiskelijan miinäpystyvyyden tunteeseen vaikuttaminen opetuksen ja ohjauksen keinoin. Valittuja kehittämiskohteita lähestytään hyvinvoinnin perustana toimivien psykologisten perustarpeiden toteutumisen näkökulmasta, kuten tässä opinnäytetyössä on ollut tarkoituksena läpi koko työn. Jos tässä kappaleessa esitettävien kehittämisehdotusten ohella oppilaitoksessa hyödynnetään tulosten kertomaa kullakin sektorilla vastaavan henkilökunnan toimesta asuntolassa, opiskeluhuollossa ja vapaa-ajan toiminnan suunnittelussa, tullaan tarttuneiksi useimpiin tuloksissa esiin nousseisiin hyvinvoinnin esteisiin ja epäkohtiin sekä opiskelijoiden esittämiin kehitysehdotuksiin.

### 8.1 Toimivat ja helposti saavutettavat palaute- ja vaikuttamiskanavat

Ensimmäiseksi ehdotan, että oppilaitoksemme kuulisi hyvinvointiryhmän ja opiskelijoiden jakaman huolen vaikutusmahdollisuuksien puutteellisuudesta. Kyselytulokset kertovat, että opiskelijat eivät koe tulevaisuutta riittävällä tavalla kuulluksi. Vain harvalla opiskelijalla on tunne, että voi halutessaan vaikuttaa oppilaitoksen arkeen ja kehittämiseen. Työtä vaikuttamismahdollisuuksien parantamiseksi on jo aloitettu, kun opiskelijakuntatoimintaa on kuluneen syksyn aikana elvytetty, ja hyvinvointiryhmän kokouksiin on päätetty ottaa opiskelijaedustaja mukaan. Hanketyön puitteissa oppilaitoksemme valitsee opiskelijaedustajat myös hevosalan oppilaitosten yhteiseen, opiskelijoiden vaikuttamistyötä suunnittelevaan ja tekevään ryhmään, mikä on omiaan luomaan verkostoja ja rakentamaan yhteisöllisyyttä eri hevosalan oppilaitoksissa opiskelevien nuorten välille.

Näiden jo tekeillä olevien toimien lisäksi ehdotan, että otamme käyttöön palautekanavan, jota käyttämällä opiskelijoiden olisi mahdollista jättää kehitysehdotuksia tai palautetta huomaamiseen epäkohdista ja mieltään painavista asioista. Palautelomakkeen voisi muotoilla siten, että se sisältäisi annetun palautteen lisäksi aina myös korjausehdotuksen, jolloin opiskelijatkin op-

pisivat esittämään palautteensa rakentavasti. Annettu palaute voisi olla myös anonymia, jolloin kynnyks kerton aremmistakin asioista mataloituisi. Palautteen purkuun tarvitaan vastaava henkilö henkilökunnasta, jotta saadut viestit tulee myös käsiteltyä, ja jokainen ehdotuksia tai huolia esittänyt saa vastauksen, jossa vähintään kerrotaan, että viesti on luettu ja huomioitu. Kyselyvastausten perusteella sähköinen postilaatikko kirjallisen palautteen ja kehitysehdotusten antamiseen voisi olla opiskelijoiden mielestä toimiva vaihtoehto.

Kokeiluluontoisesti voisi olla testaamisen arvoista ottaa käyttöön opiskelijakyselyssä työniemellä ”huolivartti” esitetty kohtaamisen tapa, jossa opiskelija voisi lyhyessä tapaamisessa purkaa huolensa kasvotusten kulloinkin käytettävissä olevien resurssien mukaan joko opinto-ohjaajalle tai ammattiohjaajalle. Lyhytkin kohtaaminen lisääisi opiskelijan kokemusta kuulluksi tulemisesta ja tunnetta siitä, että hänen asioistaan ollaan aidosti kiinnostuneita. Huolivartin kautta opiskelijan asia voitaisiin ohjata eteenpäin taholle, joka sillä hetkellä hänen tarpeitaan parhaiten palvelisi. Huolivartti voisi tarvittaessa toimia myös sillan rakentajana opiskeluhuollon palveluihin, jolloin mataloittaisimme tarvittavien palvelujen piiriin hakeutumisen kynnystä ohjaamalla opiskelijaa oikeaan suuntaan tilanteen niin vaatiessa. Huolivarttia voisi käyttää tarvittaessa myös opiskelijan kohtaamiseen ihmisenä opiskeluroolin sijaan, mille nuorten kanssa toimiessa voisi olettaa olevan tarvetta. Tämä lähestyy toimintatapana koulunuorisotyötä, joka on useissa kokeiluissa hyväksi havaittu kohtaamisen muoto toisen asteen opiskelijoidenkin kanssa tehtävässä työssä.

Näillä edellä esitetyillä toimenpiteillä voisimme huolehtia opiskelijan omaehtoisuuden perustarpeen toteutumisesta, kun hänen vaikuttamisen mahdollisuutensa vahvistuisivat ja hän kokisi saavansa äänensä kuuluviin. Toimilla olisi merkitystä myös yhteenkuuluvuuden kokemukselle, kun opiskelija tuntisi tulevansa myönteisellä tavalla kohdatuksi ja huomioituksi. Opiskelijan kuulluksi tulemisen mahdollistaminen voisi lisäksi tukea opintoihin kiinnittymistä, joka tutkimusten mukaan kytkeytyy opinnoissa viihtymiseen ja opiskelumotivaatioon (Niittyalahti, Annala & Mäkinen 2019, 10–11), jolloin sillä on merkitystä myös opiskeluhuvinvoinnin kokemukselle.



## 8.2 Henkilökohtaistamisen prosessin kehittäminen opiskelijan tarpeita vastaavaksi

Toisena kehittämiskohteena ehdotan opiskelijan henkilökohtaistamisen prosessin edelleen kehittämistä siten, että se vastaisi nykyistä paremmin opiskelijan tarpeisiin. Kyselytulokset kertovat, että opiskelijat eivät tällä hetkellä koe henkilökohtaisen opintopolkunsu toteutuvan parhaalla mahdollisella tavalla. Vastaustensa perusteella opiskelijat kaipaavat opintoihinsa selkeyttä, johdonmukaisuutta ja parempia mahdollisuuksia hyödyntää vahvuuksiaan ja olemassa olevaa osaamistaan. Sandbergin & Vuorisen (2015) mukaan opiskelijan innostuksen ja motivaation synnyttäminen vaativat vahvuuksien tunnistamista. Mitä enemmän opiskelijalla on haasteita elämässään ja oppimisessaan, sitä tärkeämpää hänen tekemistään on lähestyä vahvuuksien kautta. (Wenström 2022, 11.) Näin ollen opiskelijan vahvuudet tulisi tunnistaa jo ensimmäisessä HOKS-keskustelussa, jolloin henkilökohtainen osaamisen kehittämissuunnitelma laaditaan, jotta niitä voitaisiin parhaalla mahdollisella tavalla hyödyntää opiskelijan edetessä opintopolullaan.

Tästä näkökulmasta vaikuttaa varsin olennaiselta, että oppilaitoksemme opetus- ja ohjaushenkilöstö saisi ajantasaista koulutusta vahvuuspedagogiikan hyödyntämisestä työssään, jotta voisimme tuulettaa ja ajanmukaistaa toimintatapojamme paremmin tämän päivän tarpeita vastaaviksi, sillä arjen kokemukset kertovat opiskelijoiden elämänhallinnan ja oppimisen haasteiden olevan kasvusuunnassa. Ammatillisessa koulutuksessa opiskelijaa lähestytään liian usein osaaminen edellä, jolloin vahvuuksien hyödyntäminen vielä puuttuvan osaamisen hankkimisessa unohtuu. Rohkenen ehdottaa, että oppilaitoksemme HOKS-työryhmä voisi muun työnsä ohessa laatia kirjalliset ohjeet siitä, miten henkilökohtaistamiskeskustelut tulisi käydä, jotta opiskelija tulisi yksilöllisesti ja aidosti kohdatuksi. Huolellisesti laadittu henkilökohtainen osaamisen kehittämissuunnitelma ja sen säännöllinen päivittäminen loisivat opiskelijalle nykyistä selkeämman kuvan opintojen rakentumisesta ja vahvistaisivat hänen tunnettaan siitä, että omiin opintoihin ja niiden suorittamiseen on mahdollista vaikuttaa. Vahvuuksien tunnistaminen ja niiden hyödyntäminen kunkin opiskelijan opetuksessa ja ohjauksessa auttaisivat kohtaamaan jokaisen opiskelijan aidosti ja yksilöllisesti, jolloin hänen polustaankin muodostuu henkilökohtaisempi. Opiskelijat kaipaavat kyselyn tulosten perusteella lisää valinnan mahdollisuuksia, jotta he kokisivat voivansa vaikuttaa omiin opintoihinsa ja niiden suorittamiseen.

On varmasti tarpeen vielä nykyistä huolellisemmin tarkastella oppilaitoksemme oppimisympäristöjä sekä opetuksen ja ohjauksen toteuttamista, jotta voisimme tarjota kullekin opiskelijalle

sujuvasti hänen tarpeisiinsa sopivia osaamisen hankkimisen mahdollisuuksia. Oman kokemukseni mukaan meillä on eniten kehitettävää opintojensa nopeuttamista toivovien opiskelijoiden polun rakentamisessa. Tätä ajatusta tukivat myös kyselyvastaukset, joiden mukaan useampi opiskelija koki turhautumista joutuessaan etenemään opinnoissaan vähemmän osaavien opiskelijoiden tahdissa. Osaamisen tunnistamista, tunnustamista ja sujuvampia etenemismahdollisuuksia on kyselyvastausten perusteella syytä kehittää edelleen, jotta opiskelija voisi edetä opinnoissaan jouhevasti puuttuvan osaamisen hankkimista edistävällä tavalla. Meidän on osattava myös sanoittaa vaadittavaa osaamista vielä nykyistä paremmin, jotta opiskelija ymmärtäisi tarkalleen, millaista osaamista häneltä missäkin tutkinnon osassa odotetaan. Kyvykkyyden perustarpeen huomioimisessa on tärkeää huolehtia siitä, että opiskelijan olemassa oleva osaaminen tunnistetaan, hän saa onnistumisen kokemuksia ja pääsee tekemään omalle tasolleen sopivan haastavia tehtäviä ja kasvattamaan sitä kautta osaamistaan omien tarpeidensa mukaisesti. Riittävän haastavat tehtävät ovat erityisen tärkeitä niille, joilla on paljon osaamista jo olemassa, jotta heidänkin on mahdollista oppia uutta ja kehittyä edelleen.

### **8.3 Opiskelijan minäpystyvyyden tunteeseen vaikuttaminen**

Kolmanneksi kehittämiskohteeksi ehdotan opiskelijan minäpystyvyyden tunteen vahvistamista opetuksen ja ohjauksen keinoin. Kyselyvastaukset kertoivat opiskelijoiden kaipaavan positiivista palautetta, kannustamista, pientenkin onnistumisten huomaamista ja vahvuuksien tunnistamista. Psykologi Albert Bandura (1977) esittää, että myönteinen käsitys omasta pystyvyydestä ennustaa suoritettavasta tehtävästä motivoitumista. Minäpystyvyydellä viitataan ihmisen uskoon, käsityksiin ja luottamukseen siitä, että hän on kykenevä toimimaan ja suoriutumaan erilaisissa tilanteissa. Minäpystyvyyden vahvistamisessa olennaista on vähentää stressitekijöitä jännittävissä ja pelottavissa tilanteissa ja luoda opiskelijalle onnistumisen kokemuksia. Opiskelija tarvitsee positiivista palautetta, onnistuneita oppimiskokemuksia ja sosiaalista tukea voidakseen luottaa omaan itseensä ja selviytymiseensä uusissa ja odottamattomissa tilanteissa. (Tapani & Sinkkonen 2021.)

Ehdotan, että kävisimme opetus- ja ohjaushenkilöstön kanssa yhteistä keskustelua positiivisen palautteen merkityksestä ja opiskelijakyselyssä esiin nousseista opiskelijoiden toiveista. Tulevia, yhteisiä koulutuksia harkittaessa toivoisin esihenkilöstömme harkitsevan opetus- ja ohjaushenkilöstön lisäkouluttamista positiivisen pedagogiikan soveltamisesta ohjauksessa ja opetta-

misessa. Henkilöstön ammattitaidon ja osaamisen säännöllinen päivittäminen ja opetus- ja ohjaushenkilöstön työtapojen uudelleen pohtiminen vastaisivat myös hyvinvointiryhmän kyselyvastauksissaan esittämään toivomukseen. Vahvuuksien tunnistaminen ja positiivinen pedagogiikka kulkevat vahvasti käsi kädessä, ja olisivat toimivia työkaluja opiskelijan minäpystyvyyden vahvistamisessa. Esimerkiksi Erja Sandbergin yläkoulujen ja toisen asteen toimijoille luoma Rakennetaan nuori vahvaksi -koulutuskokonaisuus, jonka tavoitteena on lisätä kokonaisvaltaista nuorten hyvinvointia ja opetushenkilöstön työhyvinvointia (Sandberg 2021), voisi edistää oppilaitoksemme opetus- ja ohjaustyössä toimivien osaamista hyvinvointityössä.

Kyselyvastaukset kertovat, että oppilaitoksemme pedagogiikka kaipaa positiivisempaa suuntaa. Mikäli resurssit eivät riitä henkilöstön lisäkoulutukseen, suosittelen, että oppilaitoksemme hyvinvointityöstä vastaavat asiantuntijat laatisivat yhteistyönä opetus- ja ohjaushenkilöstölle suunnatun positiivisen ohjauksen oppaan. Arvostavan ja positiivisen kohtaamisen merkitystä on syytä korostaa myös muulle henkilöstölle, sillä opiskeluhyvinvoinnin rakentamiseen tarvitaan kyselytulosten mukaan koko oppilaitosyhteisöä. Minäpystyvyyden vahvistaminen vaatii sekä omaehtoisuudesta, kyvykkyydestä että yhteenkuuluvuudesta huolehtimista. Helpointa on aloittaa omasta itsestään ohjaajana ja opiskelijan kohtaajana: muistanko minä ”kysyä, kuulla ja kuunnella, sopia, kehua ja huomata onnistumiset, antaa tehdä, varmistaa myös vertaistuen ja yhteistyön”, kuten kyselyvastauksista nostetussa lainauksessa osuvasti ehdotettiin? Kun pääsemme tilanteeseen, jossa voimme vastata kyllä, olemme matkalla kohti parempaa opiskeluhyvinvointia, kun mittarina toimivat opiskelijan psykologiset perustarpeet, jotka rakentavat hänen hyvinvoinnilleen perustan.

## 9 POHDINTA

Uuden tiedon hyödynnettävyys näyttäytyy opinnäytetyön lukijalle edellisessä luvussa esitettyjen kehittämissuositusten lisäksi tilaajalta työn onnistumisesta pyydetyn arvion välityksellä. Työn valmistuttua pyysin tilaajalta kirjallisen arvion opinnäytetyön onnistumisesta ja työn tulosten hyödynnettävyydestä, jotta voisin lopuksi arvioida työlle asetettujen tavoitteiden saavuttamista tilaajanäkökulmaa hyödyntäen. Tilaajalta saadun palautteen analysointi on olennainen osa oppimisprosessia ja ammatillista kasvua. Esittelen tilaajan arvion vasta tässä viimeisessä kappaleessa, koska se on pyydetty ja saatu vasta kehittämissuositusten jo valmistuttua, jotta työn onnistumista kokonaisuutena olisi mahdollista arvioida. Tavoitteena oli pohtia kehittämissuositusten onnistumista peilaamalla omia ajatuksia tilaajan esittämää arviota vasten.

Pyytämäni kirjallisen palautteen laati opinnäytetyön työelämäohjaajana toiminut Maria Kallio, joka ennen palautteen antamista keskusteli kehittämissuositusten tuloksista ja esitettyistä kehittämissuosituksista oppilaitoksen johdon kanssa. Tilaaja totesi opinnäytetyön aiheen olevan sekä yleisesti että tapauskohtaisesti ajankohtainen ja tärkeä. Koska Hevosopisto on jo mukana aiheeseen liittyvässä hevosalan oppilaitosten yhteisessä hankkeessa ja hakemassa uuttakin rahoitusta opiskeluhuvinvoinnin lisäämiseen tähtääviin toimenpiteisiin, ovat tämän opinnäytetyön kehittämissuositukset arvokas lisä jo aloitettuun työhön. Kuten opinnäytetyössäkin kuvataan, kyse on ensisijaisesti kulttuurin ja vuorovaikutuksen laadun muutoksesta, ja siten jokaisen henkilöstöön kuuluvan oppimisesta. Tästä syystä on olennaista vielä pohtia, miten olemassa olevia resursseja voidaan parhaiten hyödyntää oppimiseen ja kaikkien hyvinvoinnin parantamiseen. Henkilöstölle on varattu oman osaamisen kehittämiseen tarkoitettua työaika, jota on varmasti mahdollista käyttää hyvinvointitaitojen kehittämiseen ja positiivisen pedagogiikan keinojen oppimiseen, kunhan vain ensin kuvataan tavoitteet ja laaditaan yhteinen kehittämissuunnitelma. Oppilaitoksen hyvinvointiryhmän tehtävää on syytä selkiyttää siten, että sen toiminnasta kehitetään entistä näkyvämpää, osallistavampaa ja tehokkaampaa.

Tilaajan arviossa opinnäytetyötä kuvattiin johdonmukaisesti eteneväksi ja sujuvaksi lukea. Arvion mukaan opinnäytetyön tekijän vankan käytännön kokemuksen lisäksi aiheen käsittelyn monipuolisuutta ja kiinnostavuutta lisää laaja perehtyminen kehittämissuositusten tueksi valittuun tietoperustaan. Erityisen ilahduttavana keskeisen aiheen valinnan ja kehittämissuositusten lisäksi pidettiin tutkimuksen tarkkaa kuvausta ja eettistä toteutusta, mikä haastaa myös opinnäytetyön

lukijaa itseään analysoimaan kyselyjen tuloksia ja tuulettamaan ajatuksiaan ratkaisujen löytämiseksi.

Tulkintani mukaan palaute kertoo, että työ on onnistunut ja siitä on tilaajalle hyötyä opiskeluhyvinvoinnin lisäämiseen tähtäävässä työssä, mutta edelleen kehitettävää ja pohdittavaa jää vielä yhteisesti työstettäväksi koko oppilaitosyhteisön voimin. Toimintakulttuurin muutos ei onnistu muutaman henkilön työpanoksella, koska siihen tarvitaan jokaista yhteisöämme jäsentä. Tästä syystä on olennaista pohtia, miten saamme jokaisen osallistettua muutoksen rakentamiseen asenteissa ja tekemisen tavassa. Halu osallistua hyvinvointityöhön ja oman osaamisen kehittämiseen syntyy jokaisessa itsessään, mutta kipinän syyttämiseen tarvittaisiin tietoa siitä, millaista muutosta yhteisössä kaivataan.

Uskon, että tämän opinnäytetyön lukeminen voisi toimia henkilöstölle ajatusten herättelijänä. Henkilöstön hyvinvointi on vahvasti yhteydessä opiskelijoiden hyvinvointiin. Omassa työssäni olen havainnut, että opiskelijoiden hyvinvoinnin edistäminen kohentaa myös omaa työhyvinvointiani. Uskon, että tämä toimii myös toisin päin: hyvinvoiva henkilöstö vaikuttaa opiskelijoiden hyvinvointiin positiivisesti. Tästä syystä hyvinvointitaitojen kehittäminen ja hyvinvointityöhön perehtyminen ovat tärkeä osa jokaisen oppilaitoksessa työskentelevän työtä. Seuraava tärkeä jatkotutkimuksen aihe organisaatiossamme voisi olla toimivien keinojen tunnistaminen henkilöstön osallistamiseksi hyvinvointityöhön ja sen suunnitteluun. Kun jokainen tiedostaisi oman osansa merkityksen ja tietäisi, mitä häneltä oppilaitoksen toimintakulttuurin rakentamisessa odotetaan, voisi hyvinvointityöstä tulla luonnollinen ja itsestään selvä osa arkea.

Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymyksissä haettiin vastauksia siihen, mitä opiskeluhyvinvointi Hevosopistolla tarkoittaa ja miten voimme sitä opiskelijälähtöisesti tavoitella. Lisäksi haluttiin selvittää, miten positiivista pedagogiikkaa on mahdollista hyödyntää lähestymistapana hyvinvoinnin edistämiseksi tehtävässä työssä. Annettu palaute kertoo, että työ vastaa tarkoitustaan. Näkemykseni mukaan työstä muodostui johdonmukainen kuvaus opiskeluhyvinvoinnin ilmiöstä ja siihen vaikuttavista tekijöistä juuri meidän tapauksessamme, Hevosopistolla. Onnistuin tunnistamaan opiskelijälähtöisiä keinoja hyvinvoinnin edistämiseksi opinnoissa ja mahdollisuuksia soveltaa positiivisesta pedagogiikasta opittua. Itselleni tämä työ on tarjonnut sellaisia oivalluksia, joiden avulla voin kehittää edelleen omaa työtäni ja tapaani kohdata opiskelijoita. Matkalla kohti arvostavan kohtaamisen ammattilaisuutta oma asiantuntijuutensa on syytä kyseenalaistaa useaan kertaan, jotta voi aidosti oppia uutta ja tunnistaa myös kohdattavan tarpeet. Joskus voi myös huomata olleensa väärässä.

Tämän kehittämistyön tuloksena syntyneen tiedon jalkauttaminen alkaa esittelemällä opinnäytetyö oppilaitoksen hyvinvointiryhmälle. Tilaajan toiveena on, että pohdimme yhteisesti hyvinvointiryhmän roolin vahvistamista siten, että ryhmän toiminnasta tulee entistä näkyvämpää, osallistavampaa ja tehokkaampaa. Tällöin olemassa olevat resurssit saadaan parhaalla mahdollisella tavalla hyödynnettyä oppilaitoksen hyvinvointityössä. Koska opiskeluhyvinvoinnin ongelmat ovat ammatillisessa koulutuksessa yhteisiä, on tärkeää myös toimia aktiivisesti erityisesti hevosalan oppilaitosten verkostoissa, jotta saadaan poimittua tietoa muissa oppilaitoksissa hyviksi havaituista ja toimivista ratkaisuista opiskeluhyvinvoinnin parantamisessa. Olen varma, että on mahdollista saada synnytettyä itseään ruokkiva positiivinen kehä, jossa hyvinvointi kasvattaa hyvinvointia, kun jokainen opiskeluyhteisön jäsen saadaan oivaltamaan oman osansa merkitys. Tähän tarvitaan sekä henkilökuntaa että opiskelijoita. Opiskeluhyvinvointi rakennetaan yhdessä. Yhteisöpedagogin roolissa voin toimia suunnannäyttäjänä: kohdata, jakaa tietoa, osallistaa, ottaa kaikki mukaan ja yhdistää.

## LÄHTEET

- Aaltio, Iris & Puusa, Anu 2011. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Anu Puusa & Pauli Juuti (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat – perusteita laadullisen tutkimustavan valintaan. Helsinki: Johtamistaidon Opisto.
- Arene 2023. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 7.10.2023. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULU-JEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUK-SET%202020.pdf?t=1578480382>
- Erikkilä, Iida 2023. Miksi nuoret voivat pahoin? Ammattikouluissa tilanne on karmea – Mielenterveyden ongelmat lisääntyneet – Moni opettaja on vaihtanut alaa. Apu 18.7.2023. Viitattu 27.10.2023. <https://www.apu.fi/artikkelit/nuorten-pahoinvointi-nakyy-aiempaa-selvemmin-ammattikouluissa>
- Erola, Juha 2023. Suomen Hevosurheilumuseo. Tarinamme. Ei julkaistu.
- Hautio, Minna 2022. Milloin ja mihin kvantitatiivisia menetelmiä tarvitaan kehittämistyössä? Humanistisen ammattikorkeakoulun verkkoluento 15.11.2022. Ei julkaistu.
- Hevosopisto 2023c. Opiskelijan opas. Asuminen ja kulkuyhteydet. Viitattu 5.5.2023. <https://www.hevosopisto.fi/koulutus/opiskelijan-opas/asuminen-ja-kulkuyhteydet/>
- Hevosopisto 2023d. Opiskeluhoitosuunnitelma. Ei julkaistu.
- Hevosopisto 2023b. Vuosikatsaus 2022. Viitattu 5.5.2023. [https://www.hevosopisto.fi/wp-content/uploads/2023/04/HO-vuosikatsaus-2022\\_kevyt.pdf](https://www.hevosopisto.fi/wp-content/uploads/2023/04/HO-vuosikatsaus-2022_kevyt.pdf)
- Hevosopisto 2023a. Ypäjän Hevosopiston juhlavuosi – Kyra Kyrklund juhlavuoden suojelija. Viitattu 5.5.2023. <https://www.hevosopisto.fi/2023/01/13/ypajan-hevosopiston-juhlavuosi-kyra-kyrklund-juhlavuoden-suojelija/>
- Hietanen-Peltola, Marke & Laitinen, Kristiina & Järvinen, Jouni & Fagerlund-Jalokinos, Susanna 2019. Toisella asteella toimien – opas oppilaitoksen opiskeluhoitoryhmälle. THL – Ohjaus 10/2019. Viitattu 6.8.2023. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138568/URN\\_ISBN\\_978-952-343-374-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138568/URN_ISBN_978-952-343-374-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Honkanen, Eija & Suomala, Anne 2009. Oppilashuollon käsikirja. 1.–2. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Humak 2023a. LibGuides. Opinnäytetyön saavutettavuusvaatimukset. Saatesanat. Viitattu 10.10.2023. <https://humak.libguides.com/c.php?g=686704&p=4908898>
- Humak 2023b. Opiskelijan opas. Opetussuunnitelmat (OPS). Koulutuskohtaiset kompetenssit. Yhteisöpedagogi (AMK). Viitattu 10.10.2023. [https://opiskelijanopas.humak.fi/?page\\_id=920#Koulutuskohtaiset\\_kompetenssit](https://opiskelijanopas.humak.fi/?page_id=920#Koulutuskohtaiset_kompetenssit)
- Kananen, Jorma 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: JAMK.
- Leskisenoja, Eliisa 2017. Positiivisen pedagogiikan työkalupakki. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Leskisenoja, Eliisa & Sandberg, Erja 2019. Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Martela, Frank & Järvillehto, Lauri 2012. Ammattiosajaan hyvä elämä. Ajatuksia ja työkaluja ammattiin opiskelevien elämänlaadun edistämiseksi. 1. painos, näköisjulkaisu. Viitattu 21.5.2023. [http://mikkonen.kapsi.fi/archive/ehyt\\_ammattiosajaan\\_hyva\\_elama\\_painos2012.pdf](http://mikkonen.kapsi.fi/archive/ehyt_ammattiosajaan_hyva_elama_painos2012.pdf)
- Martela, Frank 2014a. Onnellisuuksien psykologia. Teoksessa Lotta Uusitalo-Malmivaara (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 30–62.
- Martela, Frank 2014b. Itseohjautuvuusteoria – Eli onnellisen elämän kolme keskeisintä tekijää. Viitattu 26.5.2023. <https://frankmartela.fi/2014/04/04/itseohjautuvuusteoria-eli-kolme-vas-tausta-siihen-mika-tekee-ihmisen-onnelliseksi/>
- Martela, Frank 2015. Valonöörit – Sisäisen motivaation käsikirja. 4. painos. Helsinki: Gummerus Kustannus.
- Meriläinen, Matti & Lappalainen, Kristiina & Kuittinen, Matti 2008. Pedagogiikan ja hyvinvoinnin suhde. Teoksessa Kristiina Lappalainen & Matti Kuittinen & Matti Meriläinen (toim.) Pedagoginen hyvinvointi. Turku: Suomen Kasvatustieteellinen Seura.
- Niittylahti, Satu & Annala, Johanna & Mäkinen, Marita 2019. Opintoihin kiinnittyminen ammatillisessa koulutuksessa. Ammatikasvatuksen aikakauskirja 2 – Ammatillisen koulutuksen uudistus, uhka vai mahdollisuus? 21. vuosikerta, 2/2019, 9–23.
- Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3.–4. painos. (E-kirja.) Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Opetushallitus 2023a. Koulutus ja tutkinnot. Ammatillinen koulutus. Henkilökohtaistaminen. Viitattu 16.9.2023. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/henkilokohtaistaminen>
- Opetushallitus 2023b. Perustietoa oppivelvollisuuden laajentamisesta. Viitattu 12.5.2023. <https://www.oph.fi/fi/kehittaminen/perustietoa-oppivelvollisuuden-laajentamisesta>
- Opetushallitus 2023c. Tiedonkeruut ja aineistot. Kouluterveyskysely 2023. Viitattu 11.7.2023. <https://www.oph.fi/fi/tiedonkeruu/kouluterveyskysely-2023>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023. Ammatillisen koulutuksen reformi. Viitattu 12.5.2023. <https://okm.fi/amisreformi>
- Oulun yliopisto 2023. Opiskeluhyvinvointi. Opiskelijaelämä pitää sisällään muutakin kuin opiskelua – tasapainoinen kokonaisuus tukee hyvinvointia. Viitattu 21.5.2023. <https://www oulu.fi/fi/opiskelijalle/opiskelun-tuki-ja-yhteystiedot-opiskelijalle/opiskelutaidot-ja-asiantuntijuus/opiskeluhyvinvointi>
- Puusa, Anu 2011. Laadullisen aineiston analysointi. Teoksessa Anu Puusa & Pauli Juuti (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat – perusteita laadullisen tutkimustavan valintaan. Helsinki: Johtamistaidon Opisto.
- Puusa, Anu & Juuti, Pauli 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus.
- Rantanen, Teemu & Toikko, Timo 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 3. korjattu painos. Tampere: Tampere University Press.
- SAKKI ry 2023. Amisbarometri 2022 – Poimintoja tuloksista. Viitattu 11.7.2023. <https://sak-kiry.fi/wp-content/uploads/2022/05/amisbarometri2022.pdf>



- Sandberg, Erja 2021. Rakennetaan nuori vahvaksi. OPH-hankkeen materiaalit. Viitattu 9.10.2023. <https://finna.fi/L1Record/aoe.1298>
- Tapani, Annukka & Sinkkonen, Merja 2021. Minäpystyvyyden vahvistaminen etäopiskelussa – opiskelijoiden kokemuksia. TAMKin julkaisut. TAMKjournal. Viitattu 9.10.2023. <https://sites.tuni.fi/tamk-julkaisut/pedagogiset-ratkaisut/minapystyvyyden-vahvistaminen-etaopiskelussa-opiskelijoiden-kokemuksia/>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023b. Lapset, nuoret ja perheet. Sote-palvelut. Opiskelu-huolto. Viitattu 4.8.2023. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/opiskelu-huolto>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023a. Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskysely 2021. Viitattu 11.7.2023. <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/lasten-ja-nuorten-hyvinvointi-kouluterveyskysely>
- Tilastokeskus 2022. Opintojen keskeyttäminen lisääntyi ja valmistuminen hidastui toisen asteen koulutuksessa koronavuonna 2020. Viitattu 12.5.2023. <https://www.stat.fi/uutinen/opintojen-keskeyttaminen-lisaantyi-ja-valmistuminen-hidastui-toisen-asteen-koulutuksessa-koronavuonna-2020>
- Trustmary 2023. Miten kyselytutkimuksia voi hyödyntää asiakastytyväisyyden kehittämisessä? Viitattu 25.3.2023. <https://trustmary.com/fi/asiakaskokemus/miten-kyselytutkimuksia-voi-hyodyntaa-asiakastytyvaisyyden-kehittamisessa/>
- Tuomi, Jouni 2021. Opiskeluhyvinvointi – neljä opiskelutyyppeä. TAMKin julkaisut. Viitattu 12.5.2023. <https://sites.tuni.fi/tamk-julkaisut/tekniikka/opiskeluhyvinvointi-nelja-opiskelutyyppea-jouni-tuomi/>
- Uusitalo-Malmivaara, Lotta 2014. Positiivinen psykologia – mitä se on? Teoksessa Lotta-Uusitalo-Malmivaara (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 18–27.
- Valtion nuorisoneuvosto 2023. Katsaus nuorten hyvinvointiin 2023. Valtion nuorisoneuvoston julkaisuja, numero 70. Viitattu 11.7.2023. [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/hyvinvointikatsaus\\_saavutettava.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/hyvinvointikatsaus_saavutettava.pdf)
- Vilka, Hanna 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Wenström, Sanna 2022. Kaikilla vahvuuksilla – Opas laajan vahvuusnäkömyksen käyttöön opetuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

## LIITTEET

Liite 1. Kysely hyvinvointiryhmälle.

# HEVOSOPISTO EQUINE COLLEGE

## Opiskeluhyvinvointi Hevosopistolla

Hei Hevosopiston hyvinvointityöryhmän jäsen,

Tervetuloa vastaamaan kyselyyn!

Opiskelen Yhteisöpedagogi AMK -tutkintoa Humanistisessa ammattikorkeakoulussa ja olen edennyt opinnoissani opinnäytetyövaiheeseen. Tämä kysely on osa Hevosopiston opiskeluhyvinvoinnin kehittämiseen pureutuvan opinnäytetyöni aineiston keruuta. Kerään aineistoa kahdella eri kyselyllä, joista ensimmäisen osoitan hyvinvointityöryhmän jäsenille ja jälkimmäisen oppilaitosmuotoisesti opiskeleville opiskelijoillemme. Tämän ensimmäisen kyselyn vastauksia on tarkoitus hyödyntää tukena opiskelijoille suunnatun kyselyn rakentamisessa. Kyselyn tarkoituksena on kartoittaa hyvinvointityöryhmän ajatuksia opiskeluhyvinvointiin liittyen meillä Hevosopistolla, minkä jälkeen tavoitteena on selvittää opiskelijalähtöisiä keinoja määrittelemämme hyvinvoinnin tavoittelemiseksi yhdessä opiskelijoidemme kanssa.

Tähän kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista, mutta jokainen vastaus on opinnäytetyöni aineiston rakentumisen näkökulmasta merkityksellinen ja tärkeä. Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 20 minuuttia ja tapahtuu avoimen linkin kautta, millä taataan vastaajille anonymiteetti. En kerää taustatietoja, jotta pienen ryhmämme vastaajat eivät olisi niidenkään perusteella tunnistettavissa. Käsitelen saamiani vastauksia opinnäytetyössäni luottamuksellisesti ja siten, ettei yksittäinen vastaaja ole lopullisesta työstäni tunnistettavissa vastaustensa perusteella. Analysoin keräämäni aineiston laadullisesti, joten suosin avoimia kysymyksiä. En ole halunnut rajoittaa vastausten mittaa, vaan jokainen vastaaja voi vastata haluamassaan laajuudessa. Kyselyssä on myös joitakin monivalintakysymyksiä, joilla testaan aiheeseen liittyvää esiyymmärrystäni erilaisten väittämien avulla. Pakolliset kysymykset on merkitty tähdellä (\*). Kyselyn vastauksista muodostuvaa aineistoa säilytetään ammattikorkeakouluni palvelimilla ja se hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyöni valmistuttua. Valmis työ julkaistaan Theseuksessa.

Vastaan mielelläni kysymyksiisi, jos sellaisia nousee esiin ennen kyselyyn vastaamista tai vastaamisen aikana. Tavoitat minut parhaiten työpuhelinnumerosta 040 6818054 tai vähemmän kiireellisissä kysymyksissä sähköpostitse [mirva.puranen@hevosopisto.fi](mailto:mirva.puranen@hevosopisto.fi).

Opiskeluhyvinvoinnin kehittäminen on minulle sydämenasia. Tiedän, että se on sitä Sinullekin. Kiitän siis jo etukäteen ajastasi ja panostuksestasi tämän meille niin tärkeän ja ajankohtaisen kehittämistyön hyväksi. Tämä kysely on avoinna 14. toukokuuta saakka, minkä jälkeen keskityn opiskelijoille lähtevän kyselyn suunnitteluun saamieni vastausten pohjalta.

Ystävällisin yhteistyöterveisin, Mirva Puranen



	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Oppilaitoksen henkilökunta osallistuu opiskeluhyvinvoinnin rakentamiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hevosopistolla yhteisöllisyys toteutuu opiskeluhyvinvoinnin näkökulmasta riittäväällä tavalla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppilaitosyhteisön tarpeet on huomioitu hyvinvointityön suunnittelussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelijoilla ja huoltajilla on mahdollisuus vaikuttaa opiskeluhyvinvoinnin rakentamiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hevosopiston toimintakulttuuri edistää opiskelijoiden hyvinvointia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelu ja oppiminen tapahtuvat Hevosopistolla yhteisöllisesti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hevosopisto on yhteisöllinen oppilaitos, jonka henkilökunta ja opiskelijat tuntevat toisensa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jokaisella opiskelijalla on halutessaan mahdollisuus vaikuttaa oppilaitoksen arkeen ja kehittämiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**3. Mistä tekijöistä opiskeluhyvinvointi Hevosopistolla sinun näkemyksesi mukaan rakentuu? \***

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---







**Arvioi seuraavien väittämien toteutumista oppilaitoksessamme tällä hetkellä parhaiten mielipidettäsi kuvaavalla valinnalla: \***

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Asuntolassa asumisella on vaikutusta opiskelijoiden kokemukseen hyvinvoinnistaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hankaluudet asuntolaelämässä voivat merkittävästi heikentää opiskelijan opiskeluhuvinvointia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asuntolaohjaaja pystyy tukemaan nuoria asumiseen liittyvissä haasteissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelijoita tuetaan riittävästi ryhmäytymisessä heidän muuttaessaan asuntolaan asumaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asuntolassa esiintyy kiusaamista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kiusaaminen asuntolassa jää henkilökunnalta piiloon	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Keinot puuttua asuntola-asumisen ongelmiin ovat nykyisellään riittävät	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hevosopistolla on riittävästi vapaa-ajan toimintaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**9. Mitä asioita asuntola-asumiseen ja vapaa-ajan toimintaan liittyen meidän tulisi vielä kehittää opiskeluhuvinvoinnin lisäämiseksi? \***

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---





---



---

**11. Arvioi seuraavien väittämien toteutumista oppilaitoksessamme tällä hetkellä parhaiten mielipidettäsi kuvaavalla valinnalla: \***

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Opiskelija saa meillä onnistumisen kokemuksia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Henkilökunnalla on opettamiseen ja ohjaamiseen ratkaisukeskeinen asenne ongelmalähtöisyyden sijaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelija voi vaikuttaa omiin opintoihinsa ja niiden suorittamiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ohjaamme opiskelijoita tukemaan ja auttamaan toinen toisiaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Huomioimme pienetkin onnistumiset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunnistamme opiskelijoiden vahvuudet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Osaamme hyödyntää opiskelijoiden vahvuuksia hyvinvoinnin rakentamisessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hyvinvoinnin rakentamiseksi riittää pahoinvoinnin poistaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**12. Vapaa sana**

**Onko sinulla vielä jokin olennainen opiskeluhyvinvoinnin kehittämiseen liittyvä ajatus, joka ei noussut esiin kyselyn kysymyksiin vastatessasi?**

**Kerro halutessasi omin sanoin, mitä toivoisit minun ottavan huomioon opiskelijoille suunnattavaa kyselyä laatiessani ja opiskelijalähtöisiä opiskeluhyvinvoinnin parantamisen keinoja kartoittaessani.**

---



---



---

## Liite 2. Opiskelijakysely.

# HEVOSOPISTO

# EQUINE COLLEGE

## Opiskelijakysely opiskeluhyvinvoinnista Hevosopistolla

Hei Hevosopiston opiskelija,

Tervetuloa vastaamaan kyselyyn!

Opiskelen Yhteisöpedagogi AMK -tutkintoa Humanistisessa ammattikorkeakoulussa ja olen edennyt opinnoissani opinnäytetyövaiheeseen. Tämä kysely on osa Hevosopiston opiskeluhyvinvoinnin kehittämiseen pureutuvan opinnäytetyöni aineiston keruuta. Kerään aineistoa kahdella eri kyselyllä, joista ensimmäinen osoitettiin oppilaitoksen hyvinvointiryhmän jäsenille ja tämä jälkimmäinen oppilaitosmuotoisesti opiskeleville opiskelijoillemme. Tämän kyselyn tarkoituksena on kartoittaa opiskelijoidemme käsityksiä opiskeluhyvinvoinnista ja selvittää opiskelijalähtöisiä keinoja hyvinvoinnin tavoittelemiseksi.

Tähän kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista, mutta jokainen vastaus on opinnäytetyöni aineiston rakentumisen näkökulmasta merkityksellinen ja tärkeä. Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 20-30 minuuttia ja tapahtuu avoimen linkin kautta, millä taataan vastaajille anonymiteetti. En kerää taustatietoja, jotta opiskelijat eivät olisi niidenkään perusteella tunnistettavissa. Käsittelem saamiani vastauksia opinnäytetyössäni luottamuksellisesti ja siten, ettei yksittäinen vastaaja ole lopullisesta työstäni tunnistettavissa vastaustensa perusteella. Analysoin keräämäni aineiston laadullisesti, joten suosin avoimia kysymyksiä. En ole halunnut rajoittaa vastausten mittaa, vaan jokainen vastaaja voi vastata haluamassaan laajuudessa. Vastauksen saa kirjoittaa vapaasti ja omin sanoin, joten oikeinkirjoitusasioista ja kieliästä ei tarvitse olla huolissaan. Kyselyssä on myös joitakin monivalintakysymyksiä, joilla pyrin selvittämään vastaajien ajatuksia erilaisten väittämien avulla. Pakolliset kysymykset on merkitty tähdellä (\*). Kyselyn vastauksista muodostuvaa aineistoa säilytetään ammattikorkeakouluni palvelimilla ja se hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyöni valmistuttua. Valmis työ julkaistaan Theseuksessa.

Vastaa mielelläni kysymyksiisi, jos sellaisia nousee esiin ennen kyselyyn vastaamista tai vastaamisen aikana. Tavoitat minut parhaiten työpuhelinnumerosta 040 6818054 tai vähemmän kiireellisissä kysymyksissä sähköpostitse [mirva.puranen@hevosopisto.fi](mailto:mirva.puranen@hevosopisto.fi).

Opiskeluhyvinvoinnin kehittäminen on minulle sydämenasia. Toivon, että se on sitä Sinullekin. Kiitän siis jo etukäteen ajastasi ja panostuksestasi tämän meille niin tärkeän ja ajankohtaisen kehittämistyön hyväksi. Tämä kysely on avoinna kesäkuun loppuun, 30.6.2023 saakka, minkä jälkeen keskityn saamieni vastausten analysointiin ja kehittämisehdotusten laadintaan tulosten pohjalta. Toivon kuitenkin, että ehtisit vastata vielä ennen kesälaitumille kirjaamista, jotta vastaaminen ei unohtuisi kokonaan!

Ystävällisin yhteistyöterveisin, Mirva Puranen

**1. Ymmärrän, että vastauksiani käytetään opinnäytetyön aineistona, ja haluan osallistua tähän tutkimukseen vastaamalla kyselyyn. \***

Kyllä

**Henkilökohtainen hyvinvoinnin tunne**

**2. Mitä mieltä olet seuraavista väittämistä?: \***

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Se, että opiskelija veloitetaan suorittamaan toisen asteen tutkinto, on mielestäni hyvä asia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppivelvollisuuden pidentäminen vaikutti näihin opintoihin hakeutumiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppivelvollisuuden pidentäminen vaikuttaa heikentävästi opiskeluhyvinvointiin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen olevani oikealla alalla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on tunne, että pystyn suoriutumaan opinnoistani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintoni on selkeästi rakennettu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voin vaikuttaa opintoihini ja niiden suorittamiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen saanut oppimisen kokemuksia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saan henkilökunnalta kannustavaa palautetta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen onnistuneeni opinnoissani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Onnistumiseni huomataan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vahvuuteni tunnustetaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on halutessani mahdollisuus vaikuttaa oppilaitoksen arkeen ja kehittämiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Saan mielipiteeni kuuluviin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**3. Miten voisimme opintoaikasi vahvistaa tunnettasi siitä, että koet olevasi vapaa toteuttamaan itseäsi ja pääset tekemään itseäsi kiinnostavia asioita?**

---



---



---



---



---

**4. Millaista on mielestäsi hyvä opetus ja ohjaus?**

---



---



---



---



---

**5. Frank Martelan (hyvinvointia ja onnellisuutta paljon tutkinut suomalainen filosofi, tietokirjailija ja tutkija) mukaan "oppiminen on tunne siitä, että kyvykkyys on kasvamaan päin".**

**Miten sinun pystyvyyden ja kyvykkyuden kokemustasi opiskelijana voisi vahvistaa?**

---



---



---



---



---

**6. Opiskelijoille olisi luotava toimivat ja helposti saavutettavat kanavat palautteen antamista ja vaikuttamista varten.**

**Mikä tai mitkä seuraavista palautteen antamisen ja vaikuttamisen tavoista toimisivat mielestäsi parhaiten? Voit valita halutessasi useammankin vaihtoehdon. \***

- Perinteinen postilaatikko, johon voi jättää palautteen kirjallisena
- Sähköinen postilaatikko kirjallista palautetta varten
- Vastuuohjaajan tunti
- Rehtorin kyselytunti (Teams)
- Säännöllinen "huolivartti" ammattiohjaajan tai opon kanssa naamatusten
- Opiskelijakunta
- Joku muu. Mikä?

**7. Ajattele opiskeluhyvinvointi tilanteeksi, jossa henkilökohtainen hyvinvoinnin tunteesi on hyvä, opinnot etenevät ja muullekin elämälle jää sopivasti aikaa.**

**Pohdi mielessäsi tuota tilannetta ja tilannettasi tänään.**

**Mitä pitäisi tapahtua, jotta tämän päivän tilanteesta päästäisiin edellä kuvaillun kaltaiseen tilanteeseen?**

---



---



---



---



---

**Psyykinen ja fyysinen hyvinvointi**

**8. Vastaa seuraaviin väittämiin tällä hetkellä parhaiten mielipidettäsi kuvaavalla vastausvaihtoehdolla: \***

Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
---------------------------	----------------------------	--------------------------	-------------------------	---------------------

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Hevosalalla opiskellessa on erityisen tärkeää huolehtia fyysisestä kunnosta, riittävästä unesta ja oikeasta ravinnosta opinnoissa jaksamiseksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käyn syömässä kaikki oppilasruokalassa tarjotut ateriat (aamiainen, lounas, päivällinen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskeluhoollon palvelut (terveydenhoitaja, kuraattori, opintopsykologi) ovat helposti saavutettavia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tiedän, mistä saan apua, jos tarvitsen tukea opinnoissani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen saanut riittävän ajoissa tukea kohtaamissani haasteissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saatavilla olevat tukitoimet ovat riittäviä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskeluhoolto ja sen tarjoamat palvelut on esitelty minulle riittävän hyvin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**9. Miten sinä opiskelijana kehittäisit opiskeluhoollon palveluita (terveydenhoitaja, kuraattori, opintopsykologi), jotta niiden avulla pystyttäisiin parhaalla mahdollisella tavalla tukemaan psyykkistä ja fyysistä hyvinvointiasi opintojen aikana?**

---



---



---



---



---

**Yhteisöllisyys ja opiskelijana oleminen**

**10. Vastaa seuraaviin väittämiin tällä hetkellä parhaiten mielipidettäsi kuvaavalla vastausvaihtoehdolla: \***

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Oman ryhmäni yhteishengellä on vaikutusta opiskeluhyvinvointiini	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ryhmämme ryhmäytymisestä on huolehdittu riittäväällä tavalla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen yhteenkuuluvuutta opiskelutovereideni kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kaikki opiskelijat otetaan mukaan porukkaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppilaitoksessamme esiintyy kiusaamista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Henkilökunta huolehtii, että kukaan ei jää yksin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintojen aikana on riittävästi yhteistä tekemistä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ohjattua vapaa-ajan toimintaa tarvitaan lisää	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asuntola-asumisella on negatiivista vaikutusta kokemukseeni opiskeluhyvinvoinnista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on tunne, että minusta välitetään	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ainakin yksi opiskelutoveri, jonka kanssa voin tehdä asioita yhdessä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tiedän, mistä saan tukea, jos jään yksin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**11. Mitä oppilaitoksessamme voitaisiin tehdä toisin tai nykyistä paremmin, jotta sinulle opiskelijana syntyisi tunne, että sinusta välitetään ja voit kokea olevasi osa opiskeluyhteisöäsi?**

---



---



---



---

---

**12. Millaista vapaa-ajan toimintaa kaipaisit?**

---

---

---

---

---

**13. Miten henkilökunta voisi mielestäsi parhaiten tukea opiskeluyhteisön hyvinvointia?**

---

---

---

---

---

**14. Liittykö asuntola-asumiseen sellaisia haasteita, joiden ratkaisemiseen opiskelijat kaipaavat apua?**

Kyllä. Millaisia?

---

Ei

**15. Vapaa sana.**

**Jos sinusta tuntuu, että jotakin olennaista jäi vielä sanomatta, kerro tässä halutessasi omin sanoin, mitkä tekijät eniten häiritsevät opiskeluhuvinvointiasi ja millä keinoilla tilannetta voisi korjata.**