



Annina Hyttinen
Hanna Hänninen
Eriikka Tolvanen

Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan ammattikorkeakoulututkinto
Sosiaali- ja kirkonalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Sosionomi-diakoni (AMK)
Opinnäytetyö, kevät 2024

ELÄMÄNKOKEMUKSIEN NÄYTTÄYTYMINEN OPINNOISSA

**Laadullinen haastattelututkimus opintososionomiharjoittelija-
käytännöstä**



TIIVISTELMÄ

Annina Hyttinen, Hanna Hänninen & Eriikka Tolvanen
ELÄMÄNKOKEMUKSIEN NÄYTTÄYTYMINEN SOSIONOMIOPINNOISSA.
Laadullinen haastattelututkimus opintososionomiharjoittelijakäytännöstä.

58 sivua, 4 liitettä

Kevät 2024

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan ammattikorkeakoulututkinto, Sosiaali- ja kirkonalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi (AMK), Sosionomi-diakoni (AMK)

Ytyä opiskeluun -hankkeessa muutamat loppuvaiheen sosionomiopiskelijat toimivat harjoittelijoina syyslukukaudella 2023 ja tukivat opinnoissaan aiemmissä vaiheissa olevia kanssaopiskelijoita. Tämä opintososionomiharjoittelijamalli on juurtunut Diakonia-ammattikorkeakoulun käytännöksi. Tämän tutkimuspainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena on haastatella sekä opintososionomiharjoittelijoita että heiltä tukea saaneita opiskelijoita heidän kokemuksistaan opintososionomiharjoittelun- tukimuodosta ja opintoihin vaikuttavista elämäkokemuksista. Tavoitteena on tuottaa uutta tietoa Kokonaisena työssä -hankkeelle tukimuodosta ja tietoa siitä millaista elämäkokemuspohjaa opiskelijoilla on ja kuinka se vaikuttaa opintoihin. Ytyä opiskeluun-hankkeen opintososionomiharjoittelijoiden antamaa tukea tutkittiin toisen, Kokonaisena työssä -hankkeen puitteissa, joka oli työelämäkumppani tässä opinnäytetyössä. Sen toteuttajia ovat Suomen Diakoniaopisto ja osatoteuttajina Diakonia-ammattikorkeakoulu ja Helsingin Diakoniasalaitoksen säätiö.

Menetelmänä tässä tutkimuksessa käytettiin laadullista tutkimusta. Tutkimusta varten haastateltiin yhteensä seitsemää opintososionomiharjoittelussa ollutta tai tukea saanutta opiskelijaa. Käytössä oli puolistrukturoitu haastattelumenetelmä ja haastattelut toteutettiin etäyhteyksin. Haastattelut litteroitiin ja ne analysoitiin temaattisen analyysin keinoin.

Opiskelutukea oli tarjottu monipuolisesti, vastaajat olivat tyytyväisiä ja kokeneet positiiviseksi tuen antamisen ja saamisen. Esiin tuli myös monia elämäkokemuksellisia asioita, jotka vaikuttivat opiskeluihin. Omien kokemusten todettiin myös vaikuttaneen suuntautumiseen opiskelemaan sosiaali- ja terveysalaa.

Opiskelun tuki opintososionomikäytännön muodossa oli kaivattua ja sitä tarvitaan. Opinnäytetyömme haastattelut kuitenkin todennäköisesti tavoittivat niitä opiskelijoita, jota olivat eniten hyötäneet tuesta ja olivat siksi innokkaita vastaamaan. Vastaamalla haluttiin myös vaikuttaa siihen, että toiminta edelleen jatkuisi. Elämäkokemukselliset tulokset olivat mielenkiintoisia ja se kuinka haastavat kokemukset olivat kääntyneet monesti voimavaroiksi, olisi kiinnostava teema edelleen tutkittavaksi.

Asiasanat: Kokemustieto, Vertaistuki, Laadullinen tutkimus, Temaattinen analyysi, Ammatinvalinta, Opiskelijahyvinvointi

ABSTRACT

Annina Hyttinen, Hanna Hänninen & Eriikka Tolvanen

How does the lived experiences of student support interns and students affect their studies in the degree program for social services – a qualitative semi-structured interview research.

Pages and 4 appendices

Spring 2024

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree Program in Social Services, Degree Program in Social Services Option in Diaconal Social Services

Bachelor of Social Services, Bachelor of Social Services and Deacon

In the "Ytyä opiskeluun" project, a few final-stage students served as peer support student interns during the autumn semester of 2023, supporting fellow students in earlier stages of their studies. This internship model has become established as a practice at the Diaconia University of Applied Sciences. The purpose of this research-oriented thesis is to interview both the peer support student interns and the students who received support from them about their experiences with the support provided through the internship model and the life experiences affecting their studies. The aim is to generate new knowledge for the "Kokonaisena työssä" project regarding the internship model and to understand the life experiences students have and how they impact their studies. The support provided by the peer support student interns in the "Ytyä opiskeluun" project was investigated within the framework of the "Kokonaisena työssä" project, which was a collaboration partner in this thesis. The implementers of the project include the Diaconia College of Finland, with Diaconia University of Applied Sciences and the Helsinki Deaconess Foundation as co-implementers.

The method used in this research was qualitative. A total of seven students who had participated in the peer support student internship or received support were interviewed. A semi-structured interview method was used via remote connections. The interviews were transcribed and analysed using thematic analysis. Various forms of support were provided for the students, and respondents were satisfied and perceived the experience of giving and receiving support as positive. Many life experiences that influenced their studies were also brought up. It was noted that personal experiences also influenced the decision to study social and health care.

Support in the form of peer support student interns was desired and needed. However, it is likely that the interviews in our thesis reached those students who had benefited most from the support and were therefore eager to respond. Respondents also wanted to influence the continuation of such activities. The findings regarding life experiences were interesting, and the theme of how challenging experiences often turned into resources would be an intriguing topic for further investigation.

Keywords: Experiential knowledge, Peer Support, Qualitative Research, Thematic Analysis, Career Path, Vocational Selection, Student Welfare

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 KOKEMUKSELLISUUS JA AMMATTILLISUUS SOSIAALIALALLA.....	5
2.1 Vertaistuki ja vertaisuus	5
2.2 Kokemuksellisuus ja kokemusasiantuntijuus	6
2.3 Psykososiaalinen tuki ja läsnäolo.....	8
2.4 Verkostotyö ja verkostoituminen	9
2.5 Asiantuntijuus ja hiljainen tieto	10
2.6 Opintojen- ja ammatinvalinta.....	10
3 OPISKELIJAHYVINVOINTI AMMATTIKORKEAKOULUSSA	11
3.1 Korkeakoulu ja tuen muodot korkeakouluopiskelijoille	11
3.2 Ammattikorkeakoululaki ja SORA-lainsäädäntökokonaisuus	12
3.3 Opiskelijahyvinvointi ja opintojen jatkuvuus	13
4 JAKSAMINEN OPINNOISSA, VOIMAVARAT JA HAASTEET	14
4.1 Työ- ja opiskelu-uupumus ja sen vaikutukset.....	14
4.2 Masennus vaikuttavana kokemuksena	16
4.3 Voimavarat ja empatiakyky	16
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .	19
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	20
6.1 Tausta, työelämäkumppani ja Diakonia-ammattikorkeakoulu tutkimusympäristönä	20
6.2 Tutkimusmenetelmä ja aineiston keruu.....	22
6.3 Aineiston analysointi	24
7 TUTKIMUSTULOKSET	25
7.1 Annetun tuen muodot.....	25
7.2 Kokemukset tuen antamisesta ja vastaanottamisesta	28
7.3 Kokemustaustan merkitys ja kokemusosaamisen hyödyntäminen	29
8 POHDINTA	34

8.1 Pohdinta tutkimuksen tuloksista	34
8.3 Pohdinta eettisyydestä ja luotettavuudesta	35
8.4 Pohdinta ammatillisesta kasvusta	38
8.5 Pohdinta diakoniatyön näkökulmasta	38
8.6 Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet	41
LÄHTEET	43
LIITE 1. Haastattelukysymykset	49
LIITE 2. Saatekirje	50
LIITE 3. Suostumuslomake	52
LIITE 4. Tietosuojailmoitus	54

1 JOHDANTO

Oma kokemuspohja elämästä muokkaa myös sosiaalialan opiskelijaa ja –ammattilaista. Kokemuspohjaa voi hyödyntää omassa työssään, mutta se voi myös hankaloittaa opintoja tai estää niiden edistymisen. Toisinaan omat vaikeat kokemukset kääntyvät voitoksi tai voimavaraksi. Voi myös käydä niin, että kokemukset voivat vaikutta työssä jaksamiseen heikentävästi ja vaikeuttaa työn rajaamista. Systemaattisella valmennuksella voitaisiin kääntää mahdollinen vaikeiden kokemusten mukanaan tuoma riski voitolliseksi ja saada omien kokemusten hyödyntäminen mukaan persoonalliseen työtoteeseen. (Harju, 2023, s. 4.)

Perinteisesti sosiaalialan työssä dialogissa ovat asiakas ja työntekijä. Kuitenkin työntekijällä voi olla omakohtaisia kokemuksia asioista, joita hän asiakkaansa kanssa käsittelee. Tämä kokemustieto voi olla suunnannut häntä alalle ja lisännyt samaistumiskykyä kohtaamiaan asiakkaita kohtaan. Harjun (2023, s. 4) tutkimuksen mukaan kuusikymmentä prosenttia kyselyyn osallistuneista haluaisi hyödyntää kokemustaan avoimesti työssään, ja noin puolet kyselyyn vastanneista haluaisi tukea kokemustaustansa hyödyntämiseen työssään.

Vertaistuki on samojen kokemusten omaavien vuoropuhelua. Aiemmin vertaistukea pidettiin yleisenä maallikotietona, mutta nykyään kokemukselliseen tietoon perustuvana asiantuntijuutena (Mikkonen & Saarinen, 2018, s. 31). Vertaistuen piirissä ihmiset kokevat yhteyttä ja saavat kokemuksen, että eivät ole yksin omien kokemustensa kanssa. Vertaistuki on mitä parhainta tukea, ovat monet kokeneet (Mikkonen & Saarinen, 2018, s. 21.)

Tämän tutkimuspainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena on haastatella sekä opintososionomiharjoittelijoita että heiltä tukea saaneita opiskelijoita heidän kokemuksistaan opintososionomiharjoittelun tukimuodosta ja opintoihin vaikuttavista elämäkokemuksista. Tavoitteena tuottaa uutta tietoa Kokonaisena työssä

-hankkeelle tukimuodosta ja tietoa siitä millaista elämäkokemuspohjaa opiskelijoilla on ja kuinka se vaikuttaa opintoihin.

Kokonaisena työssä -hankkeessa on jo tehty tutkimus siitä, millaisia opintoihinkin vaikuttavia kokemuksia opiskelijoilla on. Sen sijaan ei ole erityisesti tutkittu opintososionomiharjoittelu tukimuotoa ja kokemuksia siitä. Tutkimuksemme siis tuottaa uutta tietoa tukimuodosta.

Koska kaksi meistä opinnäytetyöntekijöistä opiskelee myös kirkonalaan, valmistuen diakoniksi, pohdimme opinnäytetyömme tuloksia myös diakoniatyön näkökulmasta. Eli tarkastelemme lisäksi tutkimusotoksestamme, onko siellä elämäkokemusta yleisesti diakoniatyössä esiin tulevista asioista, kuten kriiseistä, mielenterveys- ja päihdeongelmista ja talousvaikeuksista.

2 KOKEMUKSELLISUUS JA AMMATTILLISUUS SOSIAALIALALLA

2.1 Vertaistuki ja vertaisuus

Vertaistuki on organisoitua toimintaa, jossa samanlaisia kokemuksia tai ongelmia jaetaan ja tarkastellaan ihmisten kesken. Vertaistukeen liittyy kokemusasamisen tavoin kokemuksen jakamisen ja kokemuksen kautta tietämisen merkitys. Vertaistukeen liittyy vertaisuus. Vertaisia ovat ihmiset, jotka ovat kokeneet samanlaisia kokemuksia, jotka ovat heihin vaikuttaneet ja nämä samankaltaiset kokemukset lisäävät mahdollisuuksia samaistua ja ymmärtää toista vertaista. Vertaisuus tapahtuu vuorovaikutuksessa ja vaatii ainakin kaksi ihmistä jakamaan vastavuoroisesti kokemuksiaan, tietoaan ja tunteitaan. Buchertin (2018, s. 36) mukaan myös vertaisuudessa tapahtuva asioiden ja tilanteiden vertaileminen yksilön mielessä on isossa osassa vertaistukea vuorovaikutuksen rinnalla. Vertaisten antamaan tukeen sisältyy ymmärrystä ja hyväksyntää. Vertaistoiminta

määritellään vapaaehtoisuuteen perustuvaksi ja yhdeksi vapaaehtoistoiminnan muodoksi. (Rissanen & Puumalainen, 2016, s. 54.; Buchert, 2018, s. 35–37.)

Vertaistuki voi edistää vertaistuen saajan ja antajan hyvinvointia. Vertaistuki voi tuoda lohtua siitä, että joku muu on myös kokenut samanlaista haastetta tai sairautta. Vertaistukeen liittyy ryhmään kuulumisen tunne, jossa on luottamusta ryhmän jäsenten välillä. Vertaistuellinen ryhmä voi olla joko konkreettinen ryhmä esimerkiksi saman vuosikurssin opiskelijat tai viiteryhmä, johon kokee kuuluvansa esimerkiksi neuroepätyypilliset. Vertaistukeen liittyvä luottamus ryhmän jäsenten suhteen voi johtaa myös kielteisiin vaikutuksiin yksilöille. Vertaistuki voi olla haitaksi esimerkiksi vääränlaisen tiedon leviämisen kautta tai jos vertaistuellinen toiminta kannustaa yksilöä itselleen haitallisiin tekoihin. (Haasio & Salminen-Tuomaala, 2021, s. 10–11.)

2.2 Kokemuksellisuus ja kokemusasiantuntijuus

Kokemustieto voidaan määritellä tiedoksi, jonkin aihealueen tai ilmiön ympäriltä, josta on omakohtaista kokemusta. Tämän kaltainen tieto on usein käytännön läheistä, spesifiä ja konkreettista. Kokemustietoa luonnehtii se, että se on reflektoitua ja yksilön itselleen jäsentämää. (Borkman, 1976.) Lisääntynyt kokemusasiantuntijoiden käyttö sosiaali- ja terveystalvelujen parissa viittaa siihen, että kokemustieto on arvostettava tiedonlaji ammatillisen tiedon rinnalla. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten kokemustiedosta ja sen mahdollisista hyödyntämisen paikoista sekä mahdollisista haitoista tiedetään kuitenkin vielä vähän. (Oates ym., 2017.)

Opiskelijoiden määrä sosiaali- ja terveysalalla, jotka ovat kohdanneet henkilökohtaisessa elämässään mielenterveysongelmia on kasvanut. Sosiaalityön oppiaineen valintaan tiedetään vaikuttavan elämässä kohdatut vastoinkäymiset, kriisit sekä menetykset. (Goldberg ym., 2014, s. 887.) Tämän tiedon valossa onkin selvää, että hyödynnettävää ja hyödyntämätöntä kokemustietoa on sosiaali- ja terveysalalla opiskelijoiden ja työelämän aloittaneiden parissa.

Kokemusosaaminen on terminä vielä yleisesti muotoutumassa. Vapaaehtoisuuteen, vertaisuuteen ja kokemusasiantuntijuuteen liittyvät käsitteet sekä määritelmät vaihtelevat eri konteksteissa ja sisältävät päällekkäisyyksiä (Rissanen & Puumalainen, 2016, s. 5). Määrittelemme kokemusosaamisen tässä työssä käsittelemään oman kokemustaustan tuoman tiedon ja ymmärryksen kehittämistä tunnistettavaksi osaamiseksi. (Harju, 2013, s. 7.) Viime vuosina omakohtaisen kokemuksen tuoman asiantuntijuuden merkitys ja arvo on ymmärretty myös julkisella sektorilla. Kokemustieto voi lisätä asiakkaan osallisuutta ja turvallisuuden tunnetta. Se ei korvaa ammattilaisten tietoa vaan täydentää sitä (Hirschovits-Gerz, 2018).

Kokemusasiantuntija on tyypillisesti käsitetty henkilöksi, joka omaa omakohtaista kokemusta aihepiiristä, jonka asiantuntijana hän toimii. Kokemusasiantuntija voi omata kokemuksensa oman elämänkokemuksensa kautta. Vaihtoehtoisesti hän voi olla läheinen henkilölle, jolla on jokin haaste, esimerkiksi sairaus tai elämäntilanne, josta hän kertoo läheisen kokemuspositiosta. (Rissanen & Puumalainen, 2016, s. 55.) Kokemusasiantuntija haluaa oman kokemuksensa kautta auttaa muita, sekä olla mukana kehittämässä palveluita. He voivat kyseenalaistaa yleisiä toimintamalleja ja tuoda tietoa ruohonjuuritasolta ammattilaisille. (Hyväri, 2015, s. 147–158.)

Kokemusasiantuntijat hankkivat myös usein kokemusasiantuntijuuteen liittyvän koulutuksen. Kokemusasiantuntijuuden koulutuksellinen ja tiedollinen pohja on vielä muotoutumassa ja vakiintuneet käytännöt hakevat vielä uomiaan. (Hirschovits-Gertz ym., 2019, s. 3.) Tällöin puhutaan usein koulutetuista kokemusasiantuntijoista. Käsitteistön puuttuminen mahdollistaa myös sen, että kuka tahansa voi kutsua järjestämänsä koulutusta kokemusasiantuntijakoulutukseksi ja myös samansisältöistä koulutusta tarjotaan eri nimikkeillä (Hirschovits-Gertz ym., 2019). 2010-luvulta on annettu arvoa enemmän omakohtaiselle kokemukselle ja sen mukanaan tuomalle asiantuntijuudelle (Rissanen & Puumalainen, 2016). Kokemusasiantuntijuuteen liittyvät määritelmänä eivät ole vielä täysin vakiintuneita.

2.3 Psykososiaalinen tuki ja läsnäolo

Ammatillisena lähestymistapana psykososiaalisessa tuessa katsotaan asiakkaan tilannetta vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa sekä keinoja, joilla täyttää hänen psyykkisiä ja sosiaalisia tarpeita. Työntekijän ymmärrys asiakkaan tarpeista on keskeistä psykososiaalista tukea antaessa. Psykososiaaliseen lähestymistapaan kuuluukin asiakkaan ymmärtäminen holistisesti eli psykofyysisemotionaalisenä kokonaisuutena. Psykososiaalinen työskentely pyrkii lisäämään asiakkaan psyykkistä hyvinvointia ja muutosvalmiuksia kohti vähempää tuen tarvetta (Kuusisto & Ranta, 2020, s. 112–115.)

Psykososiaalinen lähestymistapa sosiaalialalla vaatii tietämystä psykologisesta ja psykoterapeuttisesta tiedosta suhteutettuna omaan ammattipositioon. Psykososiaalinen työote voi olla erilaista eri työtehtäviä tai positioita omaavilla henkilöillä. Kokemusten tutkimista ja psykososiaalista lähestymistapaa yhdistää näkemys siitä, että ihminen nähdään rakenteiden ja sosiaalisen ympäristön taitoskohdissa olevana. (Granfelt & Kiuru, 2023, s. 163–165.) Sosiaalityössä korostuu asiakkaan ja työntekijän vuorovaikutuksessa syntyvä prosessi ja ratkaisut asiakkaan tilanteeseen. Psykososiaalisen sosiaalityön pyrkimyksenä on muuttaa kokonaisvaltaisesti olosuhteita asiakkaan elämässä. Sosiaalityön ammateissa psykososiaalinen työ vaatii hyvää tuntemusta palvelujärjestelmästä, ymmärrystä psykologiasta ja ilmiöstä, jonka parissa työtettä käytetään sekä vuorovaikutuksellisia taitoja ja menetelmiä. (Kuusisto & Ranta, 2020, s. 112–115.)

Läsnä ollessa aistillisesti, ajatuksellisesti ja toiminnallisesti suuntaudutaan kohti toista. Läsnäoloa luodaan kuuntelemalla, katsekontaktilla ja mahdollisesti kosketuksella (Kleinman 2017, s. 2466; Sointu, 2011, s. 158–160). Läsnäoloa selittää ja tutkii eri tieteen alat erilaisista näkökulmista. Jotkut tutkijat erottavat läsnäolon ja sosiaalisen läsnäolon toisistaan. Sosiaalista läsnäoloa tutkitaan verkossa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Kohonen-Aho (2017) määrittelee sosiaalisen läsnäolon tunteena muiden kanssa olemisesta, jota vaaditaan yhteisymmärryksen syntymiseen ja onnistuneeseen työntekoon.

2.4 Verkostotyö ja verkostoituminen

Valtioneuvosto (2019) määrittelee verkoston useamman toimijan väliseksi vastavuoroiseksi suhteeksi, jossa jaetaan aineellisia ja aineettomia resursseja. Lisäksi tämä verkosto tuottaa arvoa sen jäsenilleen. Verkosto on joustava, monitieteellinen tai moniammatillinen sekä innovatiivinen tapa tehdä yhteistyötä. Verkosto mielletään joustavaksi ja hallinnon rajat ylittäväksi uudenaikaiseksi tavaksi tehdä töitä, mutta Suomessa on tehty verkostotyötä pitkään. (Valtioneuvosto, 2019; Seikkula & Arnkil, 2009.) Verkostotyö on moniammatillista tai monitoimijaista työtä yhteisen tavoitteen eteen. Tällaista työskentelyä voi olla monenlaista esimerkiksi verkostopalaverit tai asiakkaan asian esiin tuominen hänen luvallaan toisen ammattilaisen asiantuntijuuden pariin. Psykososiaalisessa asiantuntijatyössä asiakkaiden tilanteet ovat usein niin hankalia, että ne vaativat vähintäänkin useita eri alan ammattilaisia mukaan verkostotyöskentelyyn. Enenevässä määrin 2000-luvulta alkaen myös on otettu mukaan asiakkaan läheisverkostoja verkostotyöskentelyyn. Verkostotyötä voi tapahtua joko ammattilaisten kesken tai yhteistyössä asiakkaan ja hänen omien verkostojensa kanssa. (Seikkula & Arnkil, 2009.) Seikkula & Arnkil (2009, s. 34) väittävät, että verkostotyötä voi myös tehdä kahden kesken asiakkaan kanssa, koska kukaan ei ole koskaan irrallinen verkostostaan. Verkoston piirteitä ovat verkoston jäsenten keskinäinen luottamus, solidaarisuus ja lojaalisuus. Eri toimijoita verkostossa yhdistää sama teema. Verkostoitumista luonnehtii se, että verkostot pitää luoda aina uudelleen eivätkä ne ole muuttumattomia. (Niiranen ym., 2014, s. 6–7.)

Verkostoituminen puolestaan viittaa ihmisten tekemiin sosiaalisiin aloitteisiin toisia kohtaan, jotta voi saavuttaa resursseja kuten rahaa, tietämystä tai työpaikkoja. Verkostoituminen viittaa tietoiseen toimintaan, joka tähtäimenä on ihmiseen tai ihmisiin tutustuminen ja jonkinlaisen vuorovaikutussuhteen luominen. (Sheidegen & Brattström, 2023.) Verkostoituminen on tärkeää monissa ammateissa työelämässä, joko sisäänrakennettuna osana ammattia tai saadakseen työmahdollisuuksia. Työpaikoista suuri osa on työpaikkoja, joihin ei ole julkista hakua, vaan työpaikka pyritään täyttämään muin keinoin (Vallinkoski, 2022.) Verkostoitumista tehdään tänä päivänä paljon erilaisilla verkkoalustoilla kuten LinkedIn, Twitter, Instagram, TikTok ja Facebook kasvotusten tapahtuvan verkostoitumisen lisäksi.

2.5 Asiantuntijuus ja hiljainen tieto

Tieteellistä tietoa ja kokemuksellista tietoa on pidetty toisistaan erillisinä tiedon lajeina. Tieteellinen tieto ja kokemuksellinen tieto ovat myös olleet eriytettyinä ammattipositioissa, joissa ammattilainen edustaa tieteellistä tietoa ja ammattiosaamista ja kokemusosaamista ammentava kokemustietoa ja elettyä kokemustaan. (Harju, 2013, s. 7.) Koulutetuille kokemusasiantuntijoille on kysyntää ja sosiaalista tarvetta. Myös kokemusasiantuntija koulutuksiin on paljon pyrkijöitä. Kokemusasiantuntijatoiminta on edennyt pieniin ja isoihin kuntiin, sairaanhoitopiireihin ja järjestöjen toimintaan eri puolilla Suomea. Kokemustiedolle on tarvetta eri paikoissa ja monin eri kokemussisällöin. (Hirschovits-Gerz, 2019, 40–47.) Useilla sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla on myös henkilökohtaista kokemusta työssään kohtaamista asioista (Harju, 2013, s. 15–16). Kokonaisena työssä -hankkeessa pyritään luomaan valmennusmalli, jossa ammattilainen voi hyödyntää kokemusosaamisen edukseen työssä ja yhdistää sen ammattialansa osaamiseen (Suomen Diakoniaopisto, i.a.).

Hiljainen tieto on henkilökohtaista, mutta sen voi jakaa myös toisille ihmisille. Se on abstraktia, mutta ilmaistavissa muuten kuin sanoin. Hiljainen tieto edistää toimimista itsenäisesti ja kyvykkäästi. Hiljainen tieto karttuu kokemuksen kautta. Hiljaiseen tietoon olennaisesti liittyviä käsityksiä ovat muun muassa intuitio, taidot ja näkemykset. (Virtainlahti, 2009, s. 48.)

2.6 Opintojen- ja ammatinvalinta

Ammatinvalinta on monen asian summa. Minäkuva vaikuttaa paljon ammatinvalintaan. Minäkuva on sisäinen käsitys itsestä ja omista piirteistä ja kyvyistä. Se toimii hahmotelmana siitä millaisiin töihin ja tehtäviin voisi sopia ja millaisessa positiossa haluaisi toimia yhteiskunnassa. Ammatinvalinnan vaihtoehtoja punnitaan myös siltä kannalta millaisia tunteita eri vaihtoehtoista herää ja miltä tuntuisi ajatus tehdä kyseistä työtä (Mulari, 2013, s. 107, s. 108).

Omaehtainen kokemus mielenterveysongelmista, kriiseistä ja menetyksistä on yleinen syy hakeutua sosiaali- ja terveysalalle opiskelemaan. Omaehtainen kokemus voi myös suunnata opintoja mielenterveyspalveluiden pariin. Omaehtainen kokemus voi myös motivoida opintoja ja uraa. (Goldberg ym.; 2014; Richards ym., 2016, s. 9; Oates ym., 2017.)

Omaehtaisen kokemuksen jakaminen asiakassuhteessa näyttäytyy harvinaisena. Omaehtaisen kokemuksen jakaminen voi olla työkalu, jolla asiakassuhteessa voi luoda esimerkiksi luottamusta tai toivoa mahdollisuudesta päästä eteenpäin tulevaisuudessa asiakkaan kaltaisesta kokemuksesta. Omaehtaisen kokemuksen voi myös jakaa kolmannessa persoonassa, jos ajattelee, että kokemustietoaan haluaa hyödyntää. (Oates, 2017.) Kolmannessa persoonassa jaettu kokemus ei siirrä huomiota pois asiakkaasta ammattilaiseen.

3 OPISKELIJAHYVINVOINTI AMMATTIKORKEAKOULUSSA

3.1 Korkeakoulu ja tuen muodot korkeakouluopiskelijoille

Korkea-asteen koulutus tarkoittaa toisen asteen koulutuksen jälkeisiä opintoja. Se voi toteutua joko korkeakouluissa tai yliopistoissa. Siihen kuuluu alin korkeaste, alempi ja ylempi korkeakouluaste, sekä tutkijakoulutusaste. (Tilastokeskus, i.a.). Tässä opinnäytetyössä opiskelija käsitteenä tarkoittaa ammattikorkeakouluopiskelijoita. Tutkittavassa hankkeessa olevat opiskelijat ovat sosiaali- ja terveysalan opiskelijoita.

Ammattikorkeakoulu tarjoaa monenlaisia tukimuotoja opiskelijalle, kouluissa toimii kuraattoreita, opinto-ohjaajia, tutoreita ja oppilailta on käytössä Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön palvelut (jatkossa YTHS). Usein näitä kuitenkin aletaan hyödyntämään vasta, kun tilanne on jo vaikea ja monimutkaistunut. Tukimuotoja

ovat myös opiskelutaitojen vahvistaminen, vertaisryhmän hyödyntäminen, sekä ryhmä- ohjaaja malli opintojen tukena. Opiskelutaitojen vahvistaminen auttaa esimerkiksi siirryttäessä vaativampiin opintoihin toiselta asteelta. Vertaisryhmän hyödyntäminen tarkoittaa töiden ja opintojen laatimista ryhmätöiden muotoon. Ryhmäohjaaja malli tarkoittaa, että on yksi ohjaaja koko opintojen ajan, jonka kanssa voi keskustella opintojen etenemisestä ja joka myös seuraa ja valvoo niiden etenemistä. Ryhmäohjaaja malli on hyvä siinä, että tukitoimia voidaan tarjota yksilöllisesti ja oikea-aikaisesti. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 2016.)

Suomessa suomalaiset perustutkintoa suorittavat korkeakouluopiskelijat ovat oikeutettuja käyttämään YTHS palveluita. Palveluita ovat oikeutettuja käyttämään myös Euroopan unionin, ETA-maan, Sveitsin, Iso-Britannian ja Pohjois-Irlannin maiden perustutkinnon opiskelijat. (YTHS, i.a.) YTHS:n toimintaa määrittää laki korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollosta L695/ 2019. YTHS tarjoaa yleisterveydellisiä, hammashoidollisia sekä mielenterveydellisiä palveluita. Mielenterveyden palveluissa YTHS tarjoaa omahoidollisia-, ryhmällisiä sekä asiantuntijavastaanottoja sosiaali- ja terveysalan sekä psykiatrian ammattilaisille. (YTHS, i.a-b.) Opiskelijat maksavat lukukausimaksun palveluista syys- ja kevätlukukaudelta. Vuonna 2024 maksu oli 36,80 euroa lukukaudessa. Kansaneläkelaitoksen kautta maksettava lukukausimaksun suuruudessa on vaihtelua vuosittain. (Kansaneläkelaitos, i.a.) YTHS:n mielenterveyden palvelut olivat vielä vuonna 2023 ruuhkautuneet Helsingissä (Oksa, 2023.)

3.2 Ammattikorkeakoululaki ja SORA-lainsäädäntökokonaisuus

Ammattikorkeakoululaki määrittää, että ammattikorkeakoulun tehtävänä on antaa työelämän ja sen kehittämisen vaatimuksiin sekä tutkimukseen, taiteellisiin ja sivistyksellisiin lähtökohtiin perustuvaa korkeakouluopetusta ammatillisiin asiantuntijatehtäviin ja tukea opiskelijan ammatillista kasvua. (L932/2014 4. §.) Ammattikorkeakoululaissa säädetään, että ammattikorkeakoulun tulee tehtäviään suorittaessaan olla erityisesti omalla alueellaan yhteistyössä elinkeino- ja muun työelämän kanssa sekä tehdä yhteistyötä suomalaisten ja ulkomaisten korkeakoulujen samoin kuin muiden koulutuksen järjestäjien kanssa. (L392/2014 6. §.) Ammattikorkeakoululla on 4 §:ssä tarkoitettuja tehtäviä suorittaessa opetuksen ja

tutkimuksen vapaus. Opetuksessa on kuitenkin noudatettava koulutuksen ja opetuksen järjestämisestä annettuja säännöksiä ja määräyksiä. (L392/2014 9. §.)

Ammattikorkeakoululaki (L392/2014) on osa SORA-säädöksiä, johon kuuluvat myös laki ammatillisesta koulutuksesta (6390/1998), laki ammatillisesta aikuis-koulutuksesta (631/1998) ja yliopistolaki (558/2009). SORA-säädöksien ja määräyksien tarkoituksena on parantaa opiskeluympäristön ja työelämän turvallisuutta sekä antaa yhtenäiset ja lainmukaiset käytännöt oppilaitoksille sekä opiskelijoille heidän oikeusturvakseen. SORA-säädöksillä oppilaitokset voivat puuttua paremmin alalle soveltumattomiksi koettujen opiskelijoiden opinto-oikeuden keskeyttämiseen (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2015.)

Ammattikorkeakoululaissa (L392/2014) opiskeluoikeudesta määrätään, että opiskelijalla on oikeus suorittaa ammattikorkeakoulututkintoon tai ylempään ammattikorkeakoulututkintoon johtavat opinnot ammattikorkeakoulun tutkintosäännössä ja opetussuunnitelmassa määräämällä tavalla. (L392/2014 30. §.) Tämä tarkoittaa, että tutkinnon tavoiteajan mukaan opiskelija on oikeutettu yhteen lisävuoteen opintoja.

3.3 Opiskelijahyvinvointi ja opintojen jatkuvuus

Terveyden ja hyvinvointilaitoksen Valtakunnallisessa Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimuksessa (KOTT) vuonna 2021 terveytensä keskitasoiseksi tai sitä huonommaksi tuntevien ammattikorkeakouluopiskelijoiden osuus oli 37,5 %. Ammattikorkeakoulu käyvillä naisiksi identifioituneilla terveytensä keskitasoiseksi tai huonoksi koki 41,3 %, miehiksi identifioituneilla sama osuus oli matalampi 33,4 %. Pitkäaikaissairauden tai terveysongelman ilmoittaneiden osuus ammattikorkeakoulu opiskelijoista oli 29,1 %, joista naisia 34,2 % ja miehiä 23,5 %. Toimintarajoitteista terveysongelman vuoksi kärsi ammattikorkeakoulu käyvistä naisista 24,5 % ja miehistä 16,1 %. Todettu masennus ammattikorkeakouluopiskelijoilla oli yhteensä 12,3 %, naisista 14,8 % ja miehillä 10,2 %. Todettu ahdistuneisuushäiriö oli 12,7 %, naisilla 15,3 % ja miehillä 9,8 %. Psykkisesti kuormittuneiden määrä oli ammattikorkeakouluissa 54,9 % vastaajista. Naisista

59,9 % oli psyykkisesti kuormittuneita ja miehistä 49,4 %. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2021.) Tutkimuksessa ei mainita muun sukupuolisia tai muuksi identifioituneiden sukupuolijakaumaa.

Tilastokeskuksen tietojen mukaan tutkintoon johtavan koulutuksen keskeytti lukukaudella 2019 aloittaneista 6,8 % opiskelijoista. Tilastossa on myös toisen asteen tutkinnot huomioituna korkeakouluasteen lisäksi. Ammattikorkeakouluopiskelijoiden kohdalla 7,2 % keskeytti opintonsa. (Tilastokeskus, 2022.) Vuoden 2020 aloittaneista opiskelijoista opintonsa keskeytti yhteensä 6,7 % opiskelijoista. Ammattikorkeakouluopiskelijoiden kohdalla tutkinnon keskeyttäneiden opiskelijoiden määrä oli 7,4 %. Tutkinnon keskeyttävä henkilö on todennäköisemmin mies kaikilla koulutusasteilla. Ammattikorkeakoulun kaikilla koulutusaloilla tutkinnon keskeyttänyt henkilö on todennäköisemmin mies. (Tilastokeskus, 2023.) Koulutuksen keskeyttäminen ja ammattikorkeakoulututkinnon keskeyttäminen vaikuttaakin pysyvän tasaisesti alle 8 %, mutta voitaisiinko lähes, joka kymmenennen opiskelijan keskeyttämistä estää?

4 JAKSAMINEN OPINNOISSA, VOIMAVARAT JA HAASTEET

4.1 Työ- ja opiskelu-uupumus ja sen vaikutukset

Työuupumus on pitkällisen työstressin seurauksena muodostunut tila ja tilanne, jota määrittää uupumusasteinen väsymys. Tämä väsymys ei poistu lepäämällä tai nukkumalla. Muita työuupumuksen merkkejä ovat kyyninen asenne työhön ja työtehtäviin, myös heikentynyt ammatillinen itsetunto on osa kokonaisuireilua. Työuupunut ei palaudu töistä normaalisti vaan kyky palautua on heikentynyt tai hidastunut. Työn tekeminen voi vaatia ponnisteluja. Tallainen lamaannus voi aiheuttaa muutoksia toimintakyvyssä. Kyyninen asenne työhön voi vaikuttaa työn merkityksellisyyden kokemuksen katoamiseen. Merkitys häviää tai sitä ei enää

nähdä. Ammatillisen itsetunnon mureneminen näkyy kykenemättömyytenä uskoa omaan kykyihin ja itseluottamuksen puutteena. (Nurmi, 2016, s. 17–19.)

Opiskelu-uupumus on yleistä opiskelijoiden keskuudessa. Opintojen vaatimukset voivat kuormittaa opiskelijaa työn kaltaisesti ja johtaa samanlaisiin uupumuksen oireisiin kuin työelämässä työuupumus. Opiskelu-uupumus aiheuttaa työuupumuksen tavoin kyynisyyttä, motivaation puutetta ja vähentää tehokkuutta opinnoissa. Opiskelu-uupumus voi johtaa masennukseen, itsetuhoisiin ajatuksiin ja lisätä ahdistuksen oireita. Opiskelu-uupumukseen voi puuttua saavutettavilla ja matalan kynnyksen tukimuodoilla, joko yksilö- tai ryhmäohjauksella. Tukimuotojen saatavuus kasvotusten sekä verkossa on suositeltavaa. Vertaistuki opinnoissa voi vähentää koettua uupumusta. Opiskelu-uupumukseen on syytä puuttua, koska se usein seuraa työelämässä opinnoissa aiemmin uupunutta (Räisänen ym., 2020, s. 1135–1137; Madigan ym., 2023.)

Stressiä aiheuttavat eri asiat. Se voi johtua pitkän aikaa kestäneestä ylikuormituksesta töissä. Stressin voi myös laukaista menetys tai ristiriita ihmissuhteissa. Stressiltä suojaavia tekijöitä ovat esimerkiksi vastavuoroiset ihmissuhteet, hyvät elämäntavat, kun taas stressiä lisäävät näiden asioiden puuttuminen. Kuormitusta siedetään hyvin lyhyitä aikoja ja kuormitushuippuja aika ajoin, mutta jatkuva kuormitus liiallisuudessaan aiheuttaa stressin. Tällöin palautuminen on puutteellista. (Nurmi, 2016, s. 19.) Työuupumuksen hoitokeinoja ovat sekä työkuormituksen keventäminen, että selviytymiskeinojen kohentaminen. Uupunut voi tehdä itse paljon tilansa kohentamiseksi, mm. priorisoinnin ja rajaamisen keinoin, sekä elämäntapoihin vaikuttamalla. Usein kuitenkin tarvitaan myös työterveyshuoltoa mukaan korjaamaan tilannetta. Työterveyshuolto ja -psykologit ovat kokeneita käsittelemään jaksamiseen liittyviä asioita. Kun uupumukseen liittyy masennusta ja ahdistusta voi psykiatrin kokemukseen tulla tarpeen. Myös pitkäaikaisempi tuki psykoterapian muodossa voi tuolloin mahdollistua. (Nurmi, 2016, s. 19–21.) Vaikeat kokemukset voivat näyttäytyä haitallisesti asiakassuhteessa ja työntekijän terveydentilassa. Rajojen ylittäminen asiakassuhteessa voi ilmentyä toisten asiakkaiden suosimisena tai ylitsevuotavana empatiana ja liiallisena samaistumisena (Goldberg ym., 2017, s. 888, s. 891).

4.2 Masennus vaikuttavana kokemuksena

Masennus on olotila, johon kuuluvat mielialan lasku, poikkeuksellinen väsymys ja kyvyttömyys kokea mielihyvää. Äärimmillään se voi olla toimintakyvyn kokonaan lamauttava sairaus, josta toipuminen kestää vuosia. (Kampman ym., 2017a, s. 5.) Vakava masennus on reaktio, joka johtuu jo tapahtuneesta psyykkisestä menetyksestä tai traumasta. Vakavasti masentunut kokee sietämätöntä psyykkistä kipua ja ahdistusta. Hän tuntee avuttomuutta ja lomaannusta. Sisäinenkipu on hahmotonta ja kokonaisvaltaista, sitä ei pysty yhdistämään kivun aiheuttajaan. Vakava masennus johtaa pitkittyessään tilaan, jossa tuskaisuus, uupumus ja avuttomuus lomaannuttavat ja turruttavat. Itseluottamus ja –tunto katoavat. (Myllärniemi, 2017, s. 20–21.)

Menetyksen käsittelyssä suru ja masennus ovat keskiössä, mutta surua pidetään normaalina reaktiona, joka vapauttaa tilaa uudelleen suunnatulle elämälle surun käsittelyn jälkeen. Masennus taas seuraa epäonnistuneesta tai pitkittyneestä surutyöstä. Masennus ei kuitenkaan ole parantavaa tai vapauttavaa eikä luo edellytyksiä uudelle kuten suru. (Myllärniemi, 2017, s. 20–21.)

Masennuksesta voi kuitenkin selvitä. Masennustilojen kesto vaihtelee viikoista vuosiin. Masennus liittyy myös moniin kehollisiin sairauksiin. (Kampman ym., 2017b, s. 11) Masennuksen hoidossa keskusteluterapian ja lääkehoidon yhdistelmän on havaittu tehoavan parhaiten, kun kysymyksessä on keskivaikkea tai vakava masennus. On myös todettu terapian auttavan suuntauksesta riippumatta. Tärkein psykoterapian vaikutus on hyvällä terapeutisella yhteistyöllä asiakkaan ja terapeutin välillä. Keskeistä on asiakkaan kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisen kokemus kohtaamisissa. Tämä on terapiatyöskentelyn perusta. (Kampman ym., 2017c, s. 15.)

4.3 Voimavarat ja empatiakyky

Työuupuneet kertoivat kokemuksensa kääntyneen voitollisiksi ja parantavan elämänlaatu nykyisyydessä. Työuupumuksen selittäneet kertoivat uupumuksen

olleen yksi parhaista kokemuksistaan ja sen opettaneen tarkastelemaan oikealla tavalla työtä ja elämää, sekä merkityksellisyyden kokemuksia. (Erkko, 2021 s. 11.) Kuitenkin pitkittyessään työuupumus voi johtaa masennukseen. Masennus taas on suurin yksittäinen työkyvyttömyyden aiheuttava sairaus Suomessa. Suomessa noin 50 prosenttia uusista mielenterveysperusteisista eläkkeistä on masennuksen perusteella eläkkeelle jääntejä (Kivekäs & Tuisku, 2017, s. 370).

Sosiaaliolla keskiössä on auttaminen, kannattelu ja läsnäolo. Empatia on tärkeä osa sosiaalialan työntekijän taitoja. Se on osa emotionaalista kyvykkyyttä, kompetenssia. Emotionaalinen kompetenssi on sitä, kuinka ihminen pystyy tunnistamaan, ymmärtämään ja ilmaisemaan omia tunteitaan, sekä kuinka ihminen reagoi toisten tunteisiin. Empaattiselle työntekijälle, joka on hyvinvoiva, on luonnollista kohdata muut ihmiset empaattisesti; niin asiakkaat, potilaat, läheiset kuin työtoveritkin. (Raatikainen ym., 2019, s. 41–45.)

Empatiata on tärkeä asia hoito- kasvat- ja sosiaalityössä. Empatiakyky on taitoa asettua toisen asemaan, ja vaatii niin sanottua roolinottokykyä. Empatiata on kolmenlaista: koetaan se miltä tuntuisi toisen asemassa, koetaan se, miltä toisesta ajatellaan tunteen tilanteessaan, ja kolmas vaihtoehto on, että nämä kaksi edellä mainittua vuorottelevat. Empatia ja sympatia ovat eri asioita. Sympatiata on tunne siitä mikä herää toisen tilanteesta. Empatia on samaistumista. Sympatiassa koetaan itsestä herääviä tunteita, jotka saavat alkunsa toisen tilanteesta. Tällaisia tunteita voivat esimerkiksi olla sääli ja huoli. (Juujärvi ym., 2007, s. 79–84.) Empatian ja sympatian kokemusta voi vielä kuvailla niin, että, empatia on tunne, jota koetaan jonkun kanssa, ja myötä, ja sympatia se, jota koetaan jotakuta kohtaan (Aaltola & Keto, 2017, s. 25).

Sympatiakin voi olla tärkeää, jos se virittää toimintaan toisen hyväksi. Empatian kokemusta seuraa empaattinen stressi, liian kovaksi päästessään se voi estää toiminnan, ja lisätä välttelyä tilannetta kohtaan. Empaattinen stressi voi kuitenkin myös saada aikaan toimintaa asiakkaan parhaaksi ja tämä toiminta lievittää lisäksi myös työntekijän stressiä. (Juujärvi ym., 2007, s. 79–84.)

Työntekijän täytyy empatiasta huolimatta ottaa riittävää etäisyyttä asiakkaan kokemukseen, jotta empaattinen stressi ei estä asiakkaan auttamista. Juujärvi ym. käyttää esimerkkinä liiallisesta empaattisesta stressistä esimerkkiä, että sairaanhoitajat eivät voi tehdä vaativia lääketieteellisiä toimenpiteitä potilailleen, mikäli liiaksi eläytyvät potilaittensa asemaan. (Juujärvi ym., 2007, s. 84.)

Empatian on suurempaa läheisten ihmisten kanssa. Voidaan puhua tuttuusvääristymästä, itsemme kanssa samankaltaisten kanssa tunnemme enemmän empatiaa, jolloin puhutaan samanlaisuusvääristymästä. Vääristymien vaikutusta voidaan hälventää pyrkimällä asettumaan vierailta ja kaukaisilta tuntuvien tilanteisiin eläytyen. Myös on oikeudenmukaisuuden etiikan ajatus voi auttaa. Tämän etiikan linjat, ihmisarvon kunnioitus sekä puolueettomuus, auttavat tuntemaan empatiaa tasapuolisemmin. (Juujärvi ym., 2007, s. 87–89.)

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän tutkimuspainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena on haastatella sekä opintososionomiharjoittelijoita että heiltä tukea saaneita opiskelijoita heidän kokemuksistaan opintososionomiharjoittelun tukimuodosta ja opintoihin vaikuttavista elämäkokemuksista. Tavoitteena tuottaa uutta tietoa Kokonaisena työssä-hankkeelle tukimuodosta ja tietoa siitä millaista elämäkokemuspohjaa opiskelijoilla on ja kuinka se vaikuttaa opintoihin.

Tässä opinnäytetyössä tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Millaista tukea opintososionomiharjoittelijat ovat antaneet?
2. Miten opiskelijat ovat kokeneet opintososionomiharjoittelijoilta saamansa tuen ja miten opintososionomiharjoittelijat ovat kokeneet tuen antamisen?
3. Miten kokemusosaaminen ja kokemustausta näkyvät opiskelijoiden sekä opintososionomiharjoittelijoiden opiskelussa?

Oman ammatillisen kasvun tavoitteenamme on oppia tutkimuksen teosta ja siihen liittyvistä asioista, kuten tiedonhausta, tarvittavista luvista, yhteistyöstä työelämän tahojen kanssa ja tieteellisen tekstin kirjoittamisesta. Lisäksi ammatillisen kasvun tavoitteenamme on ollut harjaantua tunnistamaan ja ratkaisemaan eettisiä ongelmia tutkimuksen teossa.

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

6.1 Tausta, työelämäkumppani ja Diakonia-ammattikorkeakoulu tutkimusympäristönä

Opinnäytetyömme työelämäkumppani on Kokonaisena työssä -hanke, jonka pää toteuttaja on Suomen Diakoniaopisto ja osatoteuttajina Diakonia-ammattikorkeakoulu ja Helsingin Diakonissalaitoksen säätiö. Hanke on alkanut keväällä 2023 ja kestää 2025 kesäkuun loppuun. Kokonaisena työssä -hankkeessa on tarkoitus olla edelläkävijä ja juurruttaa mallia, joka tähtää koko kokemuspohjan hyödyntämiseen sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten keskuudessa. Elämän vaikeuksia kokeneiden kokemusasiantuntijuus on siis tarkoitus ottaa mukaan ammattilaisen identiteettiin. Kokemuksellisuudella elämän vaikeuksista on usein stigmaa, jota on tarkoitus hälventää ja ottaa kokemukset osaksi persoonallista työtöitä. (Diak, 2023.) Hankkeessa tarkastellaan, kuinka kokemukset vaikuttavat ammatti-identiteettiin, asenteisiin ja työssäjaksamiseen. Tutkimme hankkeen puitteissa opiskelijoiden opintojen tukipalvelua, jossa on tarkoitus edistää Diakonia-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden opintoja. Työelämäkumppani siis mahdollisti tutkimuksen ja on kiinnostunut sen tuloksista. Muutoinkin he ovat olleet tukena tutkimusta tehdessä. Käytännössä yhteydenpito tapahtui lähinnä etäpalaverien. Työelämäkumppani on kommentoinut työtämme ja antanut kehitysehdotuksia, sekä ideoita työmme tueksi.

Kokonaisena työssä -hankkeesta työntekijä ja Ytyä opiskeluun -hankkeesta työntekijä olivat keskustelleet hankkeistaan ja päätyneet hankeyhteistyöhön. Tässä hankeyhteistyössä Kokonaisena työssä-hanke tutkii Ytyä opiskeluun-hankkeessa kehitettyä opintososionomiharjoittelun tukimuotoa. Kesäkuussa 2023 etsimme opinnäytetyölle yhteistyökumppania Diakonia-ammattikorkeakoulun hankkeista verkkosivulta. Keskustelimme eri hankkeiden yhteyshenkilöiden kanssa ja päädyimme yhteistyöhön Kokonaisena työssä-hankkeen kanssa, koska tiivis aikataulumme sopi heille ja hankkeen aihealue oli mielenkiintoinen, sekä mielestämme tärkeä. Aloitimme ideoimaan ja suunnittelemaan aihettamme elokuussa 2023. Päädyimme aiheeseen yhteistyötahon tarpeiden sekä

opinnäytetyön asettamien raamien pohjalta. Aiheen suunnittelun ja rajaamisen perusteella päädyimme tekemään laadullista haastattelututkimusta lokakuussa 2023.

Opintososionomiharjoittelijamalli on ollut osa Ytyä opiskeluun- hanketta, joka lopui vuoden loppuun 2023. Opintososionomiharjoittelijamalli on juurtunut käytäntöön ja jatkuu myös hankkeen loputtua. Opintososionomiharjoittelijat ovat kolmannen, viimeisen harjoittelun suorittavia sosionomiopiskelijoita (ja mahdollisesti kirkonalan -opiskelijoita) jotka suorittavat siis harjoittelunsa tukien opinnoissaan aiemmissä vaiheissa olevia opiskelijoita. Opintososionomiharjoittelijat antavat tukea olemalla läsnä oppitunneille, henkilökohtaisissa tapaamisissa, joissa voidaan edistää opintoja tai vaikka keskustella muista kuormittavista asioista. Opintososionomiharjoittelijat myös voivat järjestää tapahtumia. Tarkemmin annettavan tuen muodoista on tulosluvussa, jossa näitä tapoja tarkastellaan. Ytyä opiskeluun –hanke on siis kestänyt helmikuusta 2022 vuoden 2023 loppuun ja on ollut Diakonia-ammattikorkeakoulun ja oppilaskunta O’Diakon yhteinen. Tässä hankkeessa on opintososionomiharjoittelijakäytännön juurruttamisen lisäksi muun muassa kehitetty tutorointia, lisätty verkko-opetuksen ohjausta ja parannettu lehtoreiden ohjaustaitoja. Lisäksi tällä hankkeella on sisarhanke Ohjy, jossa on kehitetty muun muassa erityisopetusta Diakonia-ammattikorkeakoulussa. (Diak hankkeet, i.a.)

Diakonia ammattikorkeakoulu on valtakunnallinen ammattikorkeakoulu, joka kouluttaa sosiaali- ja terveys-, kirkonalan sekä tulkkauksen ammattilaisia. (Diak, i.a.a.) Niemisen mukaan (2023, s. 6) Diakonia ammattikorkeakoulussa korkeakouluopetuksen (AMK; YAMK) tarjoamisen lisäksi toteutetaan myös hankkeita ja tutkimusta kansallisesti sekä kansainvälisesti. Diakonia- ammattikorkeakoululla on kolme kampusta, jotka ovat Helsingissä, Porissa ja Oulussa sekä Diakhubin toimipiste, joka on Itä-Suomessa. Helsingin kampuksella opiskelee lähes 2500 opiskelijaa (Diak, i.a.-b, Diak, i.a.-c).

Diakonia ammattikorkeakoulun tukipalveluissa on alueellista vaihtelevuutta. Osa tukipalveluista ja vertaistoiminnasta on suunnattu kaikkien kampuksien opiskelijoille ja osa on alueellisia (Diak, i.a.) Helsingin kampuksella tukipalveluihin

lukeutuu koulukuraattori, erityisopettaja, oppilaitosdiakoni, opiskeluhuvinvointiryhmä ja erilaisia pajoja, tukipajoja ja ryhmiä. Tukipajoja on olemassa esimerkiksi kielen opiskelulle (englanti ja ruotsi). (Diak, i.a.-d.)

6.2 Tutkimusmenetelmä ja aineiston keruu

Teimme laadullisen eli kvalitatiivisen haastattelututkimuksen. Olimme päättäneet tehdä laadullisen tutkimuksen, koska pyrimme pikemminkin asioiden ymmärtämiseen kuin mittaamiseen ja siksi valitsimme laadullisen tutkimusmenetelmän. Tuomen ja Sarajärven mukaan laadullinen tutkimus on synonyymi kvalitatiivisen ja myös pehmeän ihmistutkimuksen kanssa. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 29.)

Laadullinen tutkimus on tutkimusta, jossa aineiston keruu ja analyysi ovat osa kokonaisuutta, joita ei voi erottaa toisistaan. Se täydentää traditionaalista tiedettä, laadullinen tutkimus on pehmeää tutkimusta ilman jäykkiä tutkimusrakenteita ja osa postmodernia tiedettä. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s.

64–74.) Laadullisen tutkimuksen voi ajatella olevan osittain teoreettinen ja osittain empiirinen tutkimus. Laadullinen tutkimus on ymmärtävää tutkimusta, ihmistieteellistä ja fenomenologis-hermeneuttista. Fenomenologinen tutkimus on ymmärrykseen ja kokemukseen perustuvaa tutkimusta (Jyväskylän Yliopiston Koppa, 2015a). Hermeneuttinen tutkimus on syvällisesti ja inhimillisesti asioiden tulkintaa (Jyväskylän yliopiston Koppa, 2015b).

Aineistonkeruumenetelmänä käytimme haastattelututkimusta. Haastattelut ja kyselyt ovat looginen keino selvittää mitä henkilö ajattelee tai miksi hän toimii tietyllä tavalla. Haastattelututkimuksen tuloksiin voi vaikuttaa haastattelijoiden kokemus ja koulutus, jos ne ovat liian vähäiset, ne voivat tehdä haastattelusta epäluotettavan. Käytimme puolistrukturoitua haastattelua. Haastattelussa on tällöin runko, mutta on mahdollista myös keskustella vapaammin esille nousevista aiheista. Tämä sallii hieman joustoa tehdä tarkentavia kysymyksiä haastattelussa ja käydä dialogia aiheesta. Haastattelussa on myös mahdollisuus esittää kysymyksiä eri

järjestyksessä. Tällaista etua ei ole esimerkiksi kyselyssä, missä kaikki vastaajat saavat samanlaisen lomakkeen täytettäväkseen, kyselyn haittana on myös oletus, että vastaajilla ei ole vaikeuksia lukemisen tai kirjoittamisen kanssa. Haastattelussa voi myös saada laajemmin asioita käsitteleviä vastauksia kuin kyselytutkimuksessa, jossa usein suppeammat vastausvaihtoehdot. Laadulliseen tutkimukseen sopii hyvin haastattelu siinäkin mielessä, koska silloin kysymistä ei pidetä tietokilpailuna, vaan asiasta, josta on kysytty, voi kertoa oman näkemyksensä mukaan ja haastatteliija saa paljon tietoa kysymästään aihealueesta. Tällöin on perusteltua lähettää haastattelukysymykset tai aiheen etukäteen haastateltaville tutustuttaviksi. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 84–88.)

Tutkimuskysymyksiä muodostui kolme. Meillä oli työelämältä toive, että tutkimme, minkälaista tukea oli annettu ja saatu sekä kuinka tämä oli koettu. Lisäksi olimme kiinnostuneita siitä, millaisia opintoihin vaikuttavia elämäkokemuksia opiskelijoilla oli. Näistä muodostimme kolme tutkimuskysymystä. Muodostimme kolmeen tutkimuskysymykseemme vastauksia antavan haastattelurungon. Kysymyksiä haastateltaville oli yhteensä yhdeksän (Liite 1).

Lähestyimme hankkeessa tukea saaneita opiskelijoita niin, että opintososionomiharjoittelijat lähettivät sähköpostia omille tuettaville opiskelijoille ja mukana oli Webropol-linkki jota klikkaamalla pystyi jättämään meille yhteystietonsa. Tietosuojasystä suoraan meille ei yhteystietoja saanut antaa. Kaikki haastattelut tehtiin Teamsin välityksellä videopuheluna. Haastateltavilla oli vaihtoehtona etäyhteys tai kasvokkain haastattelu, esimerkiksi kampuksen tiloissa.

Tutkimushaastatteluun osallistui 5 opintososionomiharjoittelijaa ja 2 opiskelijaa. Saimme kolmelta opiskelijalta yhteystiedot Webropolin kautta, mutta yhteisistä emme saaneet yhteyttä. Tavoitimme kaikki työharjoittelussa syyslukukaudella 2023 olleet opintososionomiharjoittelijat ja saimme heiltä haastattelut. Lähetimme haastateltaville haastattelukysymykset etukäteen sähköpostilla. Aineisto kerättiin syyslukukauden 2023 aikana. Teimme haastattelut pareittain, niin, että oli kaksi haastattelijaa ja yksi haastateltava. Toisen haastattelijan keskittyessä kysymiseen ja toisen aineiston tallentamiseen. Haastattelut tallennettiin sanelukoneella. Ne litteroitiin tietokoneelle ja tallennettiin muistitikuille.

Sanelulaitetta ja muistitikkuja säilytettiin lukollisessa laatikossa, tiedot tuhoetaan ennen 31.12.2024.

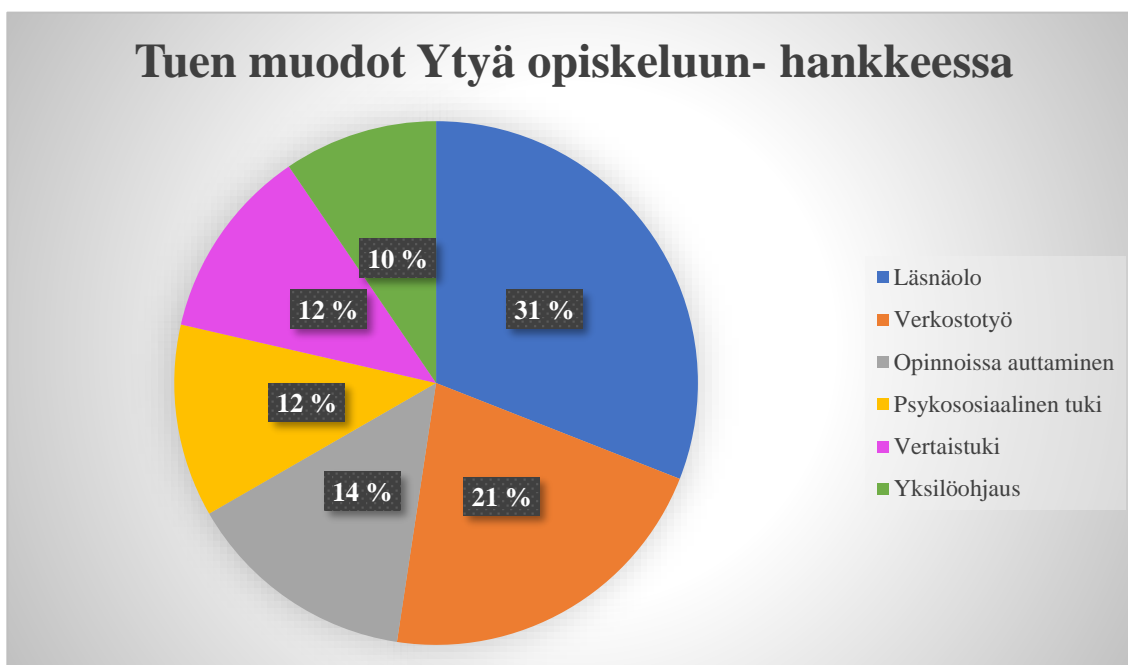
6.3 Aineiston analysointi

Päädyimme valitsemaan temaattisen analyysin aineistolähtöisesti. Temaattinen analyysi voidaan tehdä joko aineisto- tai teorialähtöisesti. Aineistolähtöisessä analyysissä kehikkona on aineisto, kun taas teorialähtöisen analyysin lähtökohdana on teoria tai malli tai ennestään tunnettu teoreettinen rakennelma. (Tuomi & Sarajärvi 2018 s. 140–143.)

Lähestyimme haastattelussa keräämäämme aineistoa temaattista analyysiä varten aineistolähtöisesti, tämän voisi nähdä myös osin empiirisen tutkimustavan toteuttamisena. Pyrimme löytämään ja ymmärtämään aineistoa ja vastausten keskinäisiä yhteneväisyyksiä ja yhteyksiä eri vastausten välillä ja teemoittamaan sitä. Temaattisessa analyysissä kerättiin kiinnostavat asiat yhteen, pelkistettiin kerätyt seikat ja järjestettiin aineisto potentiaalsiin teemoihin, pohdittiin eri teemojen välisiä suhteita. Teemoja oli useampia ja ne olivat toisistaan eroavia. Oli ikään kuin useita miellekarttoja, jotka tiivistyivät osoittaen jonkin teeman näkyväksi. Yksi toisistaan eriävistä teemoista oli esimerkiksi masennus ja voimavarat. Teemoihin kuului niin ikään erilaisia alaotsikoita, kuten vaikka annettuun vertais-tukeen, kuuluivat opiskelijoiden kokemukset, opintososionomiharjoittelijoiden kokemukset ja se millaista tukea oli annettu.

Käytännössä olimme jokainen ryhmästämme tutustuneet haastatteluihin ja poimineet niistä esiin nousseita teemoja. Sitten kokoontuimme ja kävimme läpi, mitkä asiat olivat eniten nousseet esille tai herättäneet mielenkiintoa. Näistä asioista aloimme tehdä miellekarttaa, jossa eri asiat tiivistyivät ja pelkistyivät eri teemoiksi. Kun kävimme eri teemoja läpi, etsimme samalla mistä teemoista löydämme vastaukset tutkimuskysymyksiimme. Löysimme seuraavia teemoja haastatteluista: vaikeat kokemukset, vahvistavat kokemukset, tasapainoon pyrkiminen, omien kokemusten vaikutukset sekä kokemukset tukimuodosta. Mikään teema ei sinällään itsestään nouse aineistosta, vaan kyse on aina tutkijan näkemyksestä ja aktiivisesta toiminnasta aineiston tulkitsemiseksi (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 140–143).

Laskimme aineiston litteroinnista, kuinka monta kertaa opintososionomiharjoittelijoiden ja opiskelijoiden haastatteluissa mainitaan eri tuen muodot. Laskemalla tuen muotojen maininnat on päädytty alla olevaan kuvioon.



Kuvio 1. Tuen muodot Ytyä opiskeluun- hankkeessa

7 TUTKIMUSTULOKSET

7.1 Annetun tuen muodot

Annetut tuen muodot ovat läsnäolo, yksilöohjaus, verkostotyö, opinnoissa auttaminen kurssien tai opinnäytetyön kanssa, psykososiaalinen tuki ja vertaistuki. Kategoriat ovat osittain limittäisiä keskenään, koska esimerkiksi yksilöohjauksessa voi olla psykososiaalista tukea ja opinnoissa auttamista.

Kuvion 1 läsnäolokategoriaan päätyivät sellaiset tuen muodot, joissa tarkoituksena oli olla fyysisesti tilassa tai verkossa paikalla muita opiskelijoita varten.

Useassa haastatteluja myös mainittiin suoraan, että läsnäoloa haluttiin viestiä paikalla ololla luennoilla, tapahtumissa ja verkossa. Läsnäoloa luotiin päivystämällä kello 11–15 välillä kampuksella syksyn 2023 ajan (mukaan lukematta muutamia poikkeuksia), osallistumalla oppitunneille ja viestipalvelu Jodelissa päivystämällä. Tällä tavoin luotiin näkyvyyttä ja annettiin tietoa siitä, että opintososionomiharjoittelijatukimuoto on olemassa ja tavoitettavissa. Luennoilla opintososionomiharjoittelijat ottivat joskus kantaa keskusteluun, mutta tärkeintä oli tehdä opintososionomiharjoittelijoiden lähestyttäväksi ja tutuiksi etenkin uusille opiskelijoille.

Kuvion 1 psykososiaaliseen tukeen päätyivät sellaiset tuen muodot, jotka liittyivät opiskelijan kokonaisvaltaisen jaksamisen ja hyvinvoinnin tukemiseen opintojen ulkopuolisissa asioissa. Aineistossa opintososionomiharjoittelijat tarjosivat psykososiaalista tukea keskustelemalla opiskelijoiden kanssa. Eräs opintososionomiharjoittelija kuvasi, että on tarjottu opiskelijoille 'apua vain jaksamiseen'. Tulkitimme, että tämä tarkoittaisi psykososiaalista tukea, jossa keskiössä ei ole opinnot vaan hyvinvoinnin tukeminen. Jotkin opiskelijat halusivat puhua myös yksityiselämän asioista opintososionomiharjoittelijoille opintojen lisäksi. Tällaisia asioita luonnehdittiin 'aika henkilökohtaisiksi asioiksi' joihin opiskelijat tulivat hakemaan apua tai tukea. Opiskelijoiden olohuoneeseen kerrottiin myös opiskelijoiden olleen tervetulleita ja heidän saapuneen 'minkään vaan asian kanssa' keskustelemaan opintososionomiharjoittelijoiden kanssa. Vaikka henkilökohtaisia asioita ei nimetty aineistossa on kuitenkin selvää, että psykososiaalinen tuki oli merkittävässä osassa annettua tukea.

Kuvion 1 vertaistuellisessa avussa opintososionomiharjoittelijat ovat hyödyntäneet omaa kokemustaan saman tutkinnon opinnoista. Erityisesti samojen kursien suorittaminen aiemmin ja valmis oppinnytetyö ovat luoneet samaistumisen kokemisen ja tietämyksen siitä, mitä vaaditaan kunkin tehtävän tai opinnon suorittamiseen. Sekä kokemuksen siitä, että haastavista tehtävistä ja tilanteista pääsee eteenpäin eikä tarvitse pärjätä yksin. Opiskelijoita tuettiin ryhmätöissä ja vuorovaikutuksellisten haasteiden ratkomisessa.

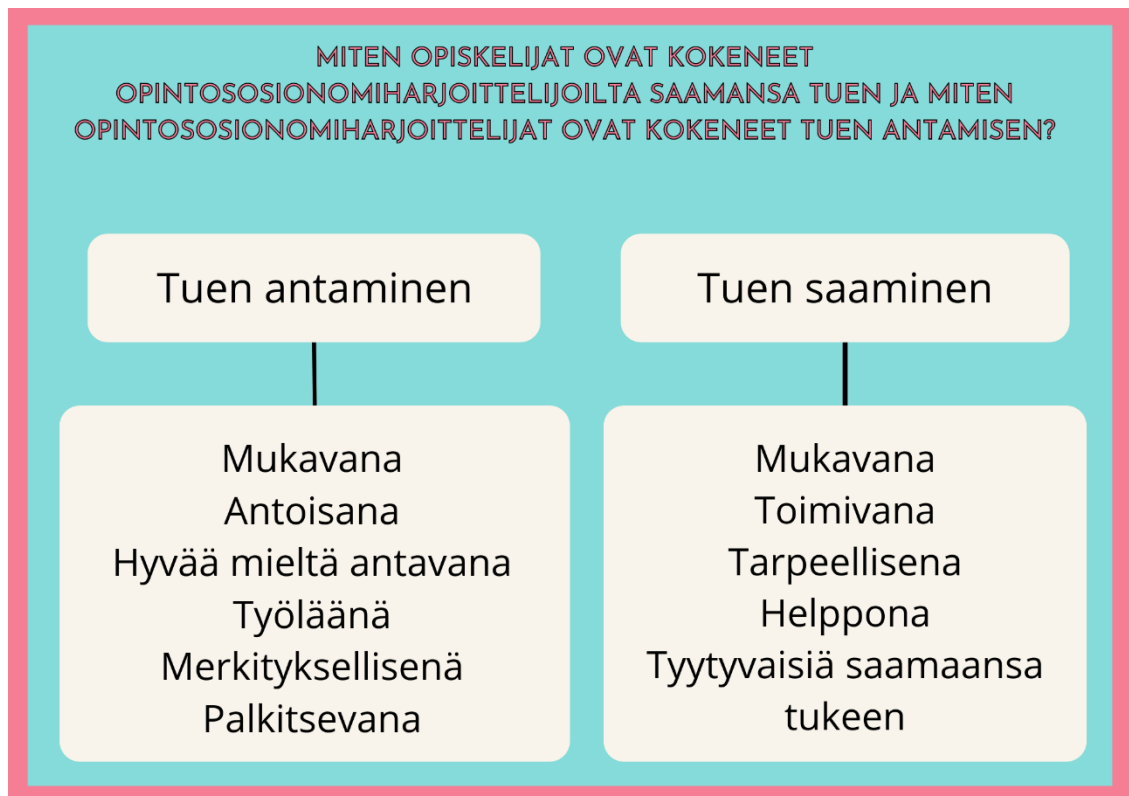
Kuvion 1 yksilöohjausta käytiin halukkaiden opiskelijoiden kanssa joko verkossa tai kasvatusten opiskelijoiden toiveiden mukaan. Opiskelijoiden oli mahdollista

saada pidemmäksi aikaa saman opintososionomiharjoittelijan yksilöohjausta. Opintososionomiharjoittelijat kutsuivatkin tällaisia opiskelijoita omaohjattaviksi.

Kuvion 1 verkostotyössä opintososionomiharjoittelijat koittivat tukea ja luoda koulun sisäisiä verkostoja. Opintososionomiharjoittelijat loivat erilaisia tapahtumia tukemaan opiskelijoiden opintoja ja ryhmäytymistä sekä esittelivät Helsinkiä halukkaille oppilaille. Opiskelijoiden yksinäisyyttä ja yksin jäämistä koitettiin estää luomalla Diakin opiskelijoille opiskelijaverkostoja kampukselle. Verkostoyössä hyödynnettiin vähemmissä määrin kampuksen ulkoisia verkostoja. Ulkoisia verkostoja hyödynnettiin muun muassa etsittäessä harjoittelupaikkaa opiskelijoille.

Kuvion 1 opinnoissa auttamisessa opintososionomiharjoittelijat opettivat kirjoittamaan esseitä, etsimään tietoa ja lähteiden merkitsemisessä. Myös ryhmäytymistä haluttiin opettaa sekä korkeakouluopinnoissa vaadittavia itsenäisen opiskelutaitoja. Opinoissa auttamisessa oli myös kurssitehtävien lisäksi korostunut opiskelijoiden tarve saada apua opinnäytetyöhönsä. Osa tällaisesta tarvittavasta avusta oli vertaistuellista, mutta joitakin autettiin opinnäytetyön teossa prosessin toteuttamisessa.

7.2 Kokemukset tuen antamisesta ja vastaanottamisesta



Kuvio 2. Kokemukset tuen antamisesta ja saamisesta

Tuen antamista luonnehdittiin mukavana, antoisana ja hyvää mieltä antavana. Tuen antamista luonnehdittiin myös merkitykselliseksi ja palkitsevaksi, mutta työlääksi. Sen koettiin antavan voimavaroja ja lisäävän omia valmiuksia toimia ammattilaisena. Eräs haastateltava luonnehti rooliaan mahdollistajaksi, joka kysymysten ja keskustelun avulla auttaa opiskelijaa löytämään omat ratkaisunsa. Toinen opintososionomiharjoittelija maininnut, että oli yksi opiskelija, jota ei pystynyt auttamaan. Muuten aineistossa opintososionomiharjoittelijoiden ja opiskelijoiden kohtaamiset koettiin myönteisiksi ja opiskelijan tilannetta parantaviksi.

Se on ollut tota niinku semmoinen mikä tuonut itelle voimavaroja, kun näkee, että tota noi niinku ne opiskelijat joiden kanssa on ollut tekemisissä oivaltaa tai oppii, tai niinku se, että pääsee asioissaan eteenpäin. Niin kyllä se on tuonut hyvää mieltä, ja mä koen tosi hyväksi sen kun omalle hyvinvoinnille, että se kun kokee työnsä merkitykselliseksi niin kyllähän se on ollut onneksi. Hyvältä tuntuu ja mulla onneks on ollut sellasia yksilöohjattavia joita oon pystynyt kaikkia jollain tavalla auttaa ja se on ollut siitä kiitollista. (H9)

Omia kokemuksiaan opintososionomiharjoittelijat pystyivät hyödyntämään monella tapaa. Yksi haastateltava mainitsi kansainvälisen taustan auttavan monikulttuurisessa työotteessa. Useat vastaajat mainitsivat heidän työskennelleen aiemmin asiakaspalvelutehtävissä. Asiakaspalvelutehtävät opettivat kohtaamaan erilaisia ihmisiä ja näkemään heidän tarpeitaan.

Myös vaikeita kokemuksia pystyttiin hyödyntämään. Ne auttoivat olemaan inhimillisempiä ja avoimempia muita kohtaan. Ne johtivat pyrkimykseen olla tuomitsematta ja pyrkimykseen tunnistaa sekä sivuuttaa omat asenteet ja piiloasenteet. Omat elämän kokemukset mahdollistivat samaistumista esimerkiksi uupumukseen, väsymykseen ja mielenterveyshaasteisiin. Omien opintojen suorittamisesta syntynyttä kokemustietoa ja kokemusosaamista pystyttiin hyödyntämään työharjoittelussa vertaistuellisesti. Usea haastateltava oli myös hakeutunut alalle aikaisempien kokemusten ja halun auttaa vuoksi.

Opiskelijoista molemmat kokivat heille osuneen opintososionomiharjoittelijan sopivaksi. Toinen vastaajista koki hänelle osuneen opintososionomiharjoittelijan osaavana ja oli erittäin tyytyväinen saamaansa tukeen. Toinen puolestaan sanoi, että koki oman ikäisen opiskelijan, joka oli käynyt samaa opetusta läpi viime aikoina helpommaksi lähestyä kuin vanhemman opettajan haettaessa tukea opiskeluun. Tuen vastaanottamista luonnehdittiin myös mukavaksi, toimivaksi, tarpeelliseksi sekä työskentely yhdessä koettiin helpoksi. Vuorovaikutuksen molemmat opiskelijat arvioivat hyväksi.

7.3 Kokemustaustan merkitys ja kokemusosaamisen hyödyntäminen

Haastattelututkimuksessamme kaksi seitsemästä haastatelluista nimesi selkeästi kokeneensa työuupumuksen. Myös muissa haastatteluissa puhuttiin jaksamisesta ja uupumuksesta. Se minkä verran haastatellut kuvasivat kokeneensa jaksamisongelmia ja uupumusta, vaihteli.

Yhdessä haastattelussa tuli ilmi, että haastateltavan elämäkokemukseen kuului vakavan masennuksen läpikäyminen. Vieläkin haastattelun hetkellä, hän sanoi

sen vaikuttavan jaksamiseensa ja opintojen suorittamiseen muun muassa niin, että kampuksella tapahtuviin luentoihin meneminen ei ollut ongelma, mutta itseenäisten kirjallisten oppimistehtävien tekeminen aiheutti haasteita.

Mulla on siis tausta vakavasti masennuksesta ja sitä kautta musta tuntuu, että se on semmoinen paikka tavallaan niinku elää semmoista vaihetta, että vaikka se ei ole koko ajan päällä niin tietyllä tapaa se on semmoinen mörkö joka on siellä taustalla. (H10)

Muistakin vaikeista elämäkokemuksista kerrottiin, että niitä oli ollut. Asiat kuitenkin nimettiin "rankoiksi" ja "vaikeiksi" elämäkokemuksiksi. Näin yhdessä haastattelussa. Vastauksissa kuitenkin voi päätellä, että useammalla kuin neljällä; eli kahdella työuupumusta kokeneelle, yhdellä vakavan masennuksen kokeneella ja yhdellä rankat ja vaikeat kokemukset kokeneella, haastattelulla vastaajalla oli kokemusta myös vaikeista kokemuksista.

Haastatellut eivät uskoneet, kahta lukuun ottamatta, omien kokemustensa haittaavan opiskelua tai tulevaa työelämää. Eräs mainitsi aineistossamme, että uskoo kokemustensa vuoksi ajatuksien jäävän työpäivän päätteeksi mieleen. Sama haastateltava myös koki, että vastoinkäymiset kuormittavat häntä paljon. Omien kokemusten sanottiin myös luoneen huonoja työtapoja ja omista rajoista joustamista sekä oman terveyden laiminlyömistä

Voimavaroina haastatellut kokivat omasta vaikeasta kokemuksesta toipumisen, muiden auttamisen ja sen että työ on mielekästä. Lisäksi voimaa antoivat hyvät kokemukset, lemmikit, harrastukset, ystävät, ulkoilu ja kulttuuri kuten elokuvat ja konsertit. Tärkeänä omalle hyvinvoinnille ja jaksamiselle pidettiin, että on oppinut laittamaan koulun, työn, harrastukset ja vapaa-ajan tasapainoon. Lepopäivän tärkeys mainittiin myös ja se, että todella muistaa levätä lepopäivinä. Asioiden priorisoimaan oppiminen mainittiin, niin että virkistäville asioille jää myös aikaa. Elämäkokemuksista voimavaroja tukevia asioita olivat aiempi työkokemus, yhdessä haastattelussa aiemmasta työkokemuksesta mainittiin olevan se hyöty, että tietää milloin voi joustaa ja milloin kieltäytyä. Iän karttuessa oli kertynyt stressin ja muutoksen sietokyky. Yhdessä haastattelussa mainittiin sosiaalisen jännittämisen vähentyneen iän myötä. Omien kokemusten nähtiin olevan voimavara, koska ne olivat pääomaa toisia auttaessa. Eli on helpompi auttaa muita, kun oli

kokemus siitä mikä itseä auttoi. Tämä näkemys oli myös yleensä ottaen haastatelluilla sosiaalialasta. Useassa haastattelussa puhuttiin suhteuttamisen taidon karttumisesta. Epäonnistumisen ja epätäydellisyyden sietämisen kehittyminen koettiin myös voimavaraksi.

(miten elämäkokemuksesi on vaikuttanut opintoihisi?)

Varmaan suhteuttaminen, tai ei ole, vaikka maailman vakavin asia, jos jostain ei mene täydellisesti. (H8)

Haastatellut kertoivat saaneensa irti enemmän opinnoista ja työharjoittelusta, kuin se olisi ollut todennäköistä nuorempana ja ilman elämän tuomaa kokemusta. Ihmisten kohtaaminen oli myös helpompaa ja asettuminen toisen asemaan, sekä kohtaaminen ilman ennako-odotuksia ja tuomitsemista.

Haastattelututkimuksissamme tuli esille, että omien kokemusten vaikutukset olivat moninaisia. Empatiakyvyn kerrottiin kasvaneen ja myös samaistumispuolel lisäntyneen omien kokemusten myötä. Omien vaikeidenkin kokemusten, kuten työuupumuksen, läpikäynnin katsottiin kääntyneen voimavaraksi ja olevan nimenomaan vahvuus kohtaamistyössä. Tässä tapauksessa siis opintososionomi-harjoittelussa.

On mahdollista asettua toisen asemaan ja niinku ymmärtää mitä hän käy läpi, mutta ehkä tietyllä tavalla niinku se, että mitä se ihminen oikeasti siinä tilanteessa kokee, niin heijastuu helpommin, kun on jotakin kokemusta asiasta. Tota mä en tarkoita, että teidän täytyy ryhtyä kokemusasiantuntijaksi, kyllä me voidaan toisen rinnalla kulkea, vaikka ei me kaikki asioita olla koettu, että tota ja on paljon semmoisia asioita joista ei ole itsellä kokemusta niin silti pitäis pystyä asettumaan siihen toisen rinnalle. Mut tota kyl mä ajattelen, että niinku se opettaa paljon, että empaattisuutta ja tota tarkastelemaan nimenomaan ihmisen elämänsfääriä eri tavalla. (H6)

Myös aiemmasta työkokemuksesta koettiin olevan hyötyä kohdatessa tuettavia harjoittelijoita.

asiakaspalveluhommia niin sitten siellä on kohdattu monenlaisia ihmisiä monenlaisia tilanteita niin se on tota jeesannut aika paljon siinä pystyy vähän niinku asettumaan toisen asemaan tai ainakin näkemään sen toisen ihmisen niinku tarpeen ja myöskin kohtaamista oon oppinu (H9)

Muita omien kokemusten vaikutuksia olivat suhteuttamisen taitojen lisääntyminen, priorisoinnin parantuminen, stressisietokyvyn ja kestävyuden paraneminen, paineensietokyvyn lisääntyminen. Kaiken kaikkiaan vastaajat haastatellut suhtautuivat varsin valoisasti ja positiivisesti kokemusten vaikutuksiin. Vaikka kokemukset olisivat olleet vaikeitaakin. Mielenkiintoinen jatkotutkimuksen aihe voisi olla, että millaista tukea haastatellut ovat saaneet omiin vaikeisiin kokemuksiinsa, että kokemukset ovat kääntyneet huonosta kokemuksesta hyödyttäväksi kokemuksiksi ja se onko tällaista tukea saatu. Erään haastatellun motto kuuluikin näin:

Mulla on jotenkin sellainen motto itellä, että yksikään kokemus ei oo turha ja oon kyllä huomannu sen, että olipa se harrastus tai entinen työpaikka niin jokaisessa koetuksesta on tullut jotain joko omaan persoonaan tai ammatilliseen identiteettiin missä sit hyötyy joko ennemmin tai myöhemmin yleensä ennemmin (H7)

Kuten aiempien omien kokemusten kuvailusta on tullut ilmi, myös aiempien ammattien hyödyntäminen mainittiin, kun puhuttiin omien kokemusten vaikutuksesta.

Omien kokemusten kerrottiin myös tutkimuksessa olevan syy siihen, että ylipäättään oli päädytty opiskelemaan sosiaalialaa.

no, mun kohalla kun aattelee, ni takana on vakava työuupumus. Mä oon varovaisempi ja myöskin tietosempi. Mä oon käyny siellä montun pohjalla ja myöskin nään tilannetta vähän niin kuin isommassa kuvassa niinku myös yhteiskunnallisesti. Se on myös iso syy miks mä oon päätyny opiskelemaan sosiaalialaa. (H11).

Omien kokemusten vaikutus tähän suuntautumiseen sosiaalialalle kerrottiin olevan tärkeää syy kahdessa haastattelussa seitsemästä. Koska tämä asia, ovatko omat aiemmat elämäkokemukset vaikuttaneet ammatinvalintaan, ei kuitenkaan ollut kysymyspohjassamme, vaan tuli esiin muiden kysymysten lomasta, emme tiedä olisiko omilla kokemuksilla ollut vielä suurempi syy suuntautumiseen sosiaalialalle. Haastatteluissa puhuttiin myös sosiaalityön merkityksellisyydestä ja siitä, että se oli syynä hakeutumiseen alalle.

Mä ajattelen varmaan jo ihan lähtökohtaisesti jo, että mä oon hakenut alalle tavallaan niinku aikaisemman kokemuksen vuoksi. On niinku se elämänkokemus mitä ollut niitä on vähän niinku ohjannut aikaisemmin opintoihin. Työhistoria oli semmoinen vähän hirveästi tykkäsin kyllä tosi paljon, mutta sitten mä koin ehkä, että mä kaipaen vielä merkityksellisempää työtä ja no just niihin omiin kokemuksiin ja niinku että minkälaisia asioita on elämässä tullut vastaan, niin ajattelin että haluan päästä niinku auttamaan muita. (H9)

Omien kokemusten vaikutuksesta ilmeni huolia osalla vastaajista. Vakavan masennuksen läpikäynyt pelkäsi itsensä leimaamista laiskaksi, koska oli vielä vaillinaisia kykyjä aikaiseksi saamiseen esimerkiksi oppimistehtävien suhteen. Myös jonkinlaista häpeän tunnetta tilanne aiheutti. Yhdessä haastattelussa otettiin esille sosiaalityön rankkuus ja pelko siitä onko ala kuinka rankka ja onko työssä sitten mitään positiivista.

välillä niin negatiivista niin onko alalle valmistumisessa mitään niinku mitään positiivista tai mitään kannattelevaa, jaksako (H5)

Otimme puheeksi haastateltujen kanssa myös hiljaisen tiedon kerryttämisen ja useammassa haastattelussa keskustelimme siitä, onko kertynyt kokemustieto ns, hiljaista tietoa vai puhuvatko opintososionomiharjoittelijat ääneen esimerkiksi omista vaikeista kokemuksistaan. Tässä oli kahdenlaista ajatusta. Koettiin, että vaikka omat kokemukset ovat lisänneet empatiakykyä ja samaistumisen taitoja, niin kokemusten esille ottamisessa tulee olla hyvin varovainen. Tämä siksi, että ei viedä tilaa asiakkaalta (opiskelijalta) jota kohdataan hänen omien asioidensa takia. Ja myös siksi, että ei tulisi mielikuvaa siitä, että tukija (opintososionomiharjoittelija) pyrkisi esiintymään tietäen miltä tuettavasta (opiskelijasta) tuntuu. Että, ei syntyisi tällaista (paremmin) tietämisen ylenkatsovalta tuntuva tilannetta. Sen sijaan luontevaksi koettiin ottaa esille omia kokemuksia, kun kysymys oli oppimistehtävistä ja ylipäätään suoraan opintoihin ja opiskeluun liittyvistä asioista.

No ehkä mä aattelen, että ainoa mikä on, on se, että tota mitä saattaa niinku helposti ajatella, että OK no mä tiedän miltä tää tuntuu, miten tää ratkaistaan, mut kuitenkin niinku aina tota ihmiset on yksilöitä ja tilanteet on yksilöllisiä ja ihmiset kokee asiat eri tavalla. Että tavallaan itseäni pyrin ainakin muistuttamaan sen, että niinku että vaikka mä kuvittelen tietäväni, mä en välttämättä tiedä. Tavallaan tätä ei-tietämisen positiosta täytyy silti mieluummin kuunnella ja kysyä, asioita ja tota sillä tavalla kuulla asioita mitä se toinen käy läpi. (H6)

Mä oon käynyt läpi työuupumuksen. Mä itse asiassa oon sanonutkin monesti, että no niin itse asiassa joo silloin kun mä siihen menin niin mun mielestä se oli niinku mun suurin elämän suurin konkurssi, ja oli niinku ehkä tavallaan ja mä jollakin tavalla häpesinkin sitä, mutta nyt kun siitä on näin paljon aikaa jo ja mä oon toipunut siitä ja myöskin muuttanut paljon asioita elämässäni sen takia, niin mä koen nykyään sen ehkä yksi elämäni suurimpina vahvuuksissa koska se on opettanut mulle aika paljon itsessäni ja rajojen asettamisessa se. Myöskin se, että miten suhtautua niinku työntekoon. (H6)

8 POHDINTA

8.1 Pohdinta tutkimuksen tuloksista

Tutkimuskysymyksiinämme olivat seuraavat kysymykset: millaista tukea oli annettu, kuinka opiskelijat olivat kokeneet tuen saamisen ja kuinka opintososionomiharjoittelijat olivat kokeneet tuen antamisen sekä se kuinka aikaisemmat elämäkokemukset ovat vaikuttaneet molemmilla ryhmillä opintoihin.

Saimme hyvin vastauksia kaikkiin tutkimuskysymyksiinämme olleisiin aiheisiin. Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen, eli siihen millaista tukea oli annettu ja saatu, löysimme paljon vastauksia. Nämä teemat olivat myös vastauksena toiseen tutkimuskysymykseen siitä, kuinka tuen antaminen ja vastaanottaminen oli koettu. Ehkä yllättäenkin saimme paljon materiaalia koskien kolmatta tutkimuskysymystä, joka oli siitä, kuinka elämäkokemukset ovat vaikuttaneet opintoihin. Saimme paljon informaatiota siitä millaisia kokemuksia opiskelijoilla ja opintososionomiharjoittelijoilla oli ollut ja kuinka asiat olivat olleet vaikeita tai voimauttavia tai olleet vaikeita, mutta kääntyneet voimavaroiksi. Opinnäytetyömme vahvistaa siis sitä tietoa, että useilla sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijalla on kokemusosaamista alalla kohdattavista ongelmista ja oma kokemustausta on voinut olla merkittävänä syynä alalle hakeutumiseen. Harjun (2013, s. 22) tutkimuksesta käy ilmi, että hänen laajan tutkimuksensa otannasta 39 prosentilla oli merkittävänä syynä omat kokemukset hakeutumisesta sosiaali- ja terveystieteille. Opinnäytetyössämme tulokset olivat siis samansuuntaisia.

Ytyä opiskeluun -hanke on ollut tarpeellinen opiskelijoille ja myös tukea antaneet opintososionomiharjoittelijat olivat kokeneet tuen antamisen positiivisena ja merkityksellisenä, jopa voimauttavana. Haastatteluissa mainittiin myös ammatillisuuden lisääntyminen tuen antamisen myötä. Haastatteluilla oli monenlaista elämäkokemusta. Kokemuksesta koettiin olevan hyötyä opinnoissa. Myös monet haastavat kokemukset olivat kääntyneet voimavaroiksi. Muun muassa empatia- ja samaistumiskyvyn kerrottiin lisääntyneen, samoin kuin priorisointikyvyn, sekä kyvyn rajata ja suhteuttaa.

Opintososionomiharjoittelijoilla oli laaja ja itsenäinen toimenkuva, myös ryhmätöissä esiintyvien ongelmien ratkaisemiseksi hyödynnettiin Ytyä opiskeluun -opintososionomiharjoittelijoiden tietotaitoa. Haastatteluissa tuli myös esiin, että toisinaan oppimistehtävien ohjeistukset olivat epäselviä ja monimutkaisia, pitäisikö siis ammattikorkeakoulun käyttää enemmän aikaa ryhmätyötaitojen opettamiseen? Timosen & Ruokamon mukaan (2022, s. 7) opiskelijoille, joilla teetetään ryhmätöitä, olisi tärkeää opettaa vuorovaikutus- ja ryhmätyöskentelyn taitoja. Ryhmässä työskentely ei takaa yhteisöllistä oppimista ja voi aiheuttaa rasisista opiskelijoille. Opintososionomiharjoittelijoiden haastatteluissa oli viitteitä ryhmätöiden haastavuudesta ja puutteellisista ryhmätyötaidoista. Ytyä opiskeluun hankkeessa työskentelevät harjoittelijat ovat riippuvuussuhteessa ammattikorkeakouluun ja työskentelevät palkatta, minkä vuoksi olisi tärkeää, ettei heille synny liiallista vastuuta kanssaopiskelijoista. Toisaalta kuitenkin korkeakouluopiskelijoille opintojen keskeyttämättömyyteen ja opinnoissa menestymiseen vaaditaan vertaisilta tukea emotionaalisiiin, tiedollisiin, itsetunnollisiin ja keskusteluavullisiin tarpeisiin opintoympäristössä. (Pool ym., 2022, s. 267–268). Opintososionomiharjoittelijat loivat vertaisuutta ja tukivat psykososiaalisesti sekä tiedollisesti kanssaopiskelijoitaan.

8.3 Pohdinta eettisyydestä ja luotettavuudesta

Tutkijan velvollisuuteen noudattaa lainsäädäntöä yhdistyy monenlaisia vapauksia. Tästä seuraa se, että tutkijan kuuluu käyttää eettistä harkintaa

tutkintatilanteissa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta jatkossa Tenk, 2019, s. 7.) Tutkimus perustuu tutkittavien vapaaehtoisuuteen. Kaikilla haastattelututkimukseen kutsutuilla on oikeus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen. (Tenk, 2019, s. 8). Lähetimme tutkittaville suostumuslomakkeen (Liite 3), mutta oikeus kieltäytyä tai keskeyttää osallistuminen tutkimukseen säilyi läpi tutkimuksen (Tenk, 2019, s. 8).

Emme tunteneet entuudestaan viimeistä työharjoittelua tutkinnossaan opintososionomiharjoittelijoina suorittavia. Joten opintososionomiharjoittelijoihin nähden meille ei syntynyt eturistiriitaa tässä tutkimuksessa. Olisi ollut mahdollista, että olisimme tunteneet opiskelijoita, jotka ovat hakeneet tukea Ytyä opintoihintoimuudosta, mutta näin ei ollut. Lähetimme kysymykset etukäteen haastateltaville. Tämä takasi sen, että haastateltavilla oli tieto haastattelijoiden henkilöllisyydestä, jos he eivät olisi sen perusteella halunneet osallistua haastattelututkimukseen.

Molempiin haastattelututkimuksiin osallistuvilla on organisaatioihinsa sellainen suhde, joka voidaan määritellä riippuvuussuhteeksi. Riippuvuussuhteeksi voidaan määritellä työsuhde tai opiskelusuhde tutkimusta tekevään organisaatioon. (Tenk, 2019, s. 8.) Kun tutkimukseen osallistuvilla on riippuvuussuhde organisaatioihin, jotka osallistavat heitä tutkimukseen; on tutkijoiden kiinnitettävä erityistä huomiota tutkimuksen eettiseen tarkasteluun. Varsinkin tutkimuksen vapaaehtoisuus tulee tuoda ilmi osallistujille. (Tenk, 2019, s. 8.) Opintososionomiharjoittelijat suorittivat harjoitteluaan hankkeessa, minkä vuoksi heidän olisi voinut olla vaikea kieltäytyä haastatteluun osallistumisesta. Koska lähetimme heille kysymykset etukäteen, he ovat voineet miettiä ja säädellä vastauksiaan itselleen sopiviksi. Kuitenkin koska haastattelut olivat luonteeltaan puolistrukturoituja, on siinä voinut olla jotakin heille yllättävää, johon eivät olisi voineet varautua.

Tehdessä haastattelututkimuksia on yleisenä käytäntöjä muistuttaa useasti kohderyhmää haastattelusta esimerkiksi sähköpostein. Sähköpostit muotoiltiin kielellisesti tavoin, jotka tukevat kyselyyn osallistumisen vapaaehtoisuutta ja välttävät painostukseen tulkitsevaa kielen käyttöä. Saatekirjeessä (tämän

opinnäytetyösuunnitelman liitteet, saatekirje) muistutetaan tutkimuksen vapaaehtoisuudesta.

Haastattelumme opiskelijoille koskee paikoin kokemusosaamista ja elämän kokemuksellisuudesta kumpuvia teemoja, voidaan olettaa aiheen mahdollisesti olevan arkisia kokemuksia ja aiheita joillekin tutkimukseen osallistuville. Tutkimuseettisen lautakunnan (2019, s. 8) mukaan tutkimus saa aiheuttaa myös tutkittavissa räsitusta. Silti tutkimusta tekevien tarvitsee varmistaa, että tutkimus ei aiheuta kohtuutonta kärsimystä.

Emme kirjoita haastatteluihin haastateltavien nimiä. Nimien sijaan käytimme erilaisia numeroita erottamaan henkilöitä toisistaan aineistossa. Aineistojen säilytystä ja käsittelyä on kuvattu tarkemmin kappaleessa viisi (Tämän opinnäytetyösuunnitelman kappale 5 tutkimusmenetelmät, aineiston keruu ja analyysimenetelmät).

Haastattelututkimuksen virheellisyyttä lieventää, se että on mahdollista toistaa kysymyksiä. Haastattelussa myös haastateltava voi ilmaista, jos jokin on epäselvää hänelle. (Tuomi & Sarajärvi, s. 63.) Laadullisen tutkimuksen luotettavuudessa korostuu pyrkimys ymmärtää haastateltavaa henkilöä oikein (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 56–57).

Puolueellisuudella tarkoitetaan tutkijan suhtautumista esimerkiksi eri uskontojen, yhteiskuntaluokkien tai -sukupuolien edustajiin (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 118). Laadullisessa tutkimuksessa uskottavuudella voidaan tarkoittaa, aineiston todentamukaisuutta sekä sopivaa käsitteiden käyttöä. Tutkimuksen vastaavuudella voidaan tarkoittaa sitä, vastaavatko tutkijan havainnot tutkittavien omia. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 120.)

Opiskelijoiden haastattelujen määrä jäi vähäiseksi. Mahdollisesti kyselyyn olisi osallistunut enemmän opiskelijoita sen vaivattomuuden vuoksi. Haastatteluun sitoutuminen vie aikaa ja se ei ole anonymia. Jos tutkimus olisi yhdistänyt haastattelu- sekä kyselytutkimusta olisi voinut saada mahdollisesti enemmän vastauksia. Lisäksi opiskelijoita olisi voinut yrittää saada osallistumaan myös muilla

menetelmillä kuin opintososionomiharjoittelijoiden ja Webropol-linkin avulla. Esimerkiksi opinnäytetyön mainostaminen itse tehdyllä mainoksella tai qr-koodilla tai opintososionomiharjoittelijoiden tapahtumissa käyminen olisivat voineet luoda näkyvyyttä ja lisätä osallistujia haastatteluun. Opintotoimistopalvelut on myös sähköpostitse mainostanut osaa opinnäytetöistä, mutta tätä vaihtoehtoa ei hyödynnetty.

8.4 Pohdinta ammatillisesta kasvusta

Sosionomin kompetensseihin kuuluu toimia ammatillisesti ja dialogisesti muiden kanssa vuorovaikutuksessa. Lisäksi sosionomin kuuluu osata reflektoida kriittisesti omaa toimintaansa. Sosionomin kompetensseihin kuuluu myös osata soveltaa tutkimus- kehittämis- ja innovaatiomenetelmiä ja analysoida ja tuottaa tietoa edistääkseen hyvinvointia. Täytyy myös toimia tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotyössä kestävän kehityksen ja tutkimuseettisten periaatteiden ja ohjeiden mukaisesti (Sosiaalialan AMK-verkosto, i.a.) Tässä opinnäytetyössä on haastattelututkimus, jossa olemme harjoitelleet ammatillista osaamista ja dialogisuutta oltaessa vuorovaikutuksessa toisen henkilön kanssa. Kriittistä reflektointia olemme harjoitelleet pohdintaosiossa tätä opinnäytetyötä tehdessä. Olemme soveltaneet tutkimusmenetelmiä ja analysoineet ja tuottaneet tietoa. Toimintamme on ollut tutkimuseettisten periaatteiden ja ohjeiden mukaista.

Opimme opinnäytetyötä tehdessä tutkimusprosessin kulusta, siitä kuinka tutkimusta tehdään ja, että siinä on monta vaihetta ja tutkimukseen tarvitaan lupa. Harjaannuimme myös eettisten näkökulmien miettimisessä muun muassa suunnitellessamme sopivia ja tarkoituksenmukaisia, mutta riittävän sensitiivisiä haastattelukysymyksiä ja pohtiessamme kuinka haastatteluaineistoa käsitellään.

8.5 Pohdinta diakoniatyön näkökulmasta

Diakoniatyön erityisenä kohteena ovat ne ihmiset, jotka muutoin jäävät muun avun ulkopuolelle. Diakoniatyössä ollaan tekemisessä kriisien,

mielenterveysongelmien ja masennuksen, sekä päihdeongelmien, työttömyyden ja taloudellisten ongelmien kanssa. Diakoniassa asioivilla. on usein monia haasteita yhtäaikaan. (Hakala, 2007, s. 231.) Edellä mainituista asioista haastatteluisamme esiintyi kriisinä työuupumus ja vakava masennus mainittiin. Mainittiin myös vaikeat ja rankat kokemukset, niitä erittelemättä tarkemmin.

Diakoniassa kriisinhoidossa otetaan huomioon uskonnollinen ja hengellinen ulottuvuus. Kriisistä selviytymiseen vaikuttavat kriisissä olijan aiemmat kokemukset sekä se millaisesta kriisistä on kyse. Kriisit voidaan jakaa elämänkulkua normaalisti seuraaviin kehityskriiseihin tai traumaattisiin kriiseihin. Kehityskriisejä ovat esimerkiksi lapsen syntymä tai oma vanheneminen, traumaattinen kriisi voi olla esimerkiksi oma tai läheisen vakava sairaus tai työpaikan menetys. Opinnäytetyömme tuloksista kriiseistä mainittiin työuupumus, joka on ollut vakavaa ja kriisittänyt elämää. Siitä oli kuitenkin toivuttu, tai toipumisen polulla pitkästi. Näin kahdessa vastauksessa seitsemästä, joissa mainittiin työuupumuksen läpikäynti.

Kriisissä elävä ihminen kaipaa tukea ja rohkaisua tilanteeseensa, sielunhoitaja ei kuitenkaan voi selittää tilannetta parhain päin tai luvata helpompaa huomista. Kriisi-interventiossa kuitenkin tuetaan ihmistä toimijuuden suuntaan. Kriisin jälkeinen tavoite on, että elämä olisi jälleen mielekästä ja sopeutunutta muutokseen. Sielunhoitajan on suostuttava kestämään avuttomuuden ja ahdistuksen tunteita rinnalla kulkijana. (Gothóni, 2014, s. 142–149.)

Yhteiskunnassa mielenterveyden hoito usein painottuu tuottavuuden ja yhteiskunnallisen hyödyllisyyden näkökohtiin, sen sijaan diakoniatyössä voidaan ottaa huomioon yksilön hyvinvointi, elämän merkityksellisyys ja hengellisyys. (Gothóni, 2014, s. 156.) Masennuksesta kärsii joka viides suomalainen elämänsä aikana (Mielenterveyden keskusliitto, i.a.). Opinnäytetyömme tuloksissa oli yksi haastattelu, jossa kerrottiin vaikean masennuksen läpikäynnistä ja josta toipuminen oli vielä käynnissä.

Masentuneen ihmisen elämä on rajoittunutta ja hänen on vaikea nauttia elämästä. Yleinen masentuneen kokemus Jumalasta on, että Jumala on hylännyt

hänet ja, että Jumala on kaukana ja kaukainen. Useat masentuneet kokevat olevansa sekä Jumalan, että ihmisten hylkäämiä. (Gothóni, 2014, s. 157.)

Masentuneen ihmisen sielunhoidollisessa kohtaamisessa on tärkeää tunnistaa masennus ja, että ihminen saa tulla kuulluksi ja saa kokea itsensä arvokkaaksi sellaisena, kun hän on. Muita tärkeitä asioita ovat oman ajan ja tilan saaminen, sekä vuorovaikutuksen turvallisuus. Sielunhoitajan on tärkeä tunnistaa masennus myös siitä syystä, että, jos kysymys on vakavasta masennuksesta, on ihminen ohjattava myös psykiatrisen avun piiriin. Tällaisessa tilanteessa voi sielunhoitaja jatkaa rinnalla kulkijana ihmiselle, joka saa myös psykiatrista apua. Masentunutta voidaan kysyä mukaan seurakunnan toimintaan. Välttämättä akuutisti masentunut ei ole kiinnostunut toiminnasta, mutta sopivaa toimintaa voidaan miettiä ja ehdottaa. Seurakunnan toiminnassa masentuneella voisi olla mahdollisuus kokea osallisuutta ja olla avuksi myös muille ihmisille. Masentuneen on hankala nähdä mielekästä tulevaisuutta, joten sielunhoitajan tehtävänä on ylläpitää toivoa. Toivoa tuo sekin, että sielunhoitaja jaksaa kulkea rinnalla ja luoda turvallista ilmapiiriä. Sielunhoitaja välittää ihmisille Jumalan rakkautta ja siunausta. Hänellä on siis vastuullinen tehtävä rinnalla kulkijana, käytännössä tämä voi tarkoittaa, että asiakkaan kanssa olla yhteydessä säännöllisesti. (Gothóni, 2014, s. 157–161.)

Toivo on arvo, joka suuntaa ihmisen toimijuutta kohti paremman tulevaisuuden näkökulmia ja nykyhetken tekemisiä niin, että tuo parempi tulevaisuus olisi mahdollinen. Toivo ylläpitää ja luo elämää. Mäkisen mukaan Toivo voi tarkoittaa monia asioita, se voi olla luottamista siihen, että jotain tai jokin hyvä asia toteutuu tai asiat kääntyvät paremmaksi. Etymologisesti se juontuu sanasta daiva, eli on jokin jumalilta tulevaa tai taivaallista. Diakoniassa toivon luonti on tärkeää, se on ihmisille luontainen voimavara, joka voi auttaa vaikeista kokemuksista selviytymistä. (Mäkinen, 2021, s. 169–182.) Mielestämme tähän liittyy myös raskaampien aikojen näkemistä niin, että ne voivat myöhemmin elämässä toimia voimavaroina. Näin oli tutkimuksessamme käynytkin, uupumuksen kokeneet olivat saaneet lisää empatiakykyä, samaistumisvalmiuksia ja raskaita töitä tehnyt oppinut itsestään asioita, joita hyödyntää nykyisessä elämässään.

Kärsimys on mahdollisuus muutokseen, se aiheuttaa usein elämän merkitysten ja arvojen muuttumista, luopumisen lisäksi se voi olla tilaisuus kasvaa ja kypsyä. Katie Erikssonin (Mäkinen, 2021, s. 169–182) kärsimysteorian mukaan ihmisellä tulee olla omaa kokemuspohjaa ymmärtääkseen ja kohdatakseen toisen ihmisen kärsimystä. Teorian mukaan oma kärsimys ja sen kokemuksen tunnustaminen auttaa ymmärtämään kärsimystä yleisesti kokemuksena, sekä ymmärtämään omaa kärsimystään. Tekemämme tutkimuksen tuloksista ilmeni, että monella haastatellulla kärsimystä aiheuttaneet asiat olivat kääntyneet voimavaroiksi, esimerkiksi työuupumus suuremmaksi kyvyksi empatiaan ja samaistumiseen, kuten myös rajaamiseen.

8.6 Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet

Opiskelijat, jotka eivät ole kokeneet hyötyä opintososionomiharjoittelijatutkimuodosta eivät todennäköisesti hakeutuneet haastatteluun. Tämän vuoksi kielteisemmät kokemukset hankkeesta ovat jääneet tämän opinnäytetyön ulkopuolelle. Mahdollisesti kyselytutkimuksella niitä voitaisiin paremmin kartoittaa. Tämä tutkimus ei myöskään tavoita heitä, jotka eivät löytäneet tukimuodon pariin. Tukimuodon kehittämiseksi mainittiin, että tiedotus järjestetyistä tapahtumista ei aina saavuttanut kaikkia opiskelijoita.

Opiskelijat ja opintososionomiharjoittelijat eivät välttämättä myöskään haastattelutilanteessa halunneet kertoa kaikkein henkilökohtaisempia asioita itsestään. Haastatteluissa ilmenikin vaikeista asioista ja haasteista puhumista ilman, että nimettiin tarkalleen, mitkä olivat vaikeita tai haastavia asioita. Voi olla, että kyselytutkimuksessa anonyymisti voitaisiin valita vaihtoehtoista esimerkiksi diagnooseja tai traumoja, mutta siinä menetettäisiin haastattelututkimuksen mahdollisuus sanallistaa kokemuksiaan.

Mielenkiintoista haastattelututkimuksesta ilmennyttä oli monenlaisen elämäkokemuspohjan omaaminen haastatelluilla. Myös monet haastavat elämäkokemukset olivat kääntyneet voimavaroiksi. Se olisi mielenkiintoinen jatkotutkimuskohde, siis kuinka haastavat elämäkokemukset ovat kääntyneet

merkitykselliseksi voimavaraksi, millaista tukea tähän on saatu. Muita jatkotutkimusaiheita voisivat olla se, mikä tuen muoto opintososionomiharjoittelijamallissa on ollut kaikkein merkityksellisin opiskelijoiden kokemana tai opinnoissa etenemistä mitaten, lisäksi voisi tutkia samoja aiheita kuin meidän tutkimuksessamme, mutta isommalla otoksella ja kiinnostava tutkimuksen aihe olisi myös se, kuinka sosiaali- ja terveysalan merkityksellisyys ymmärretään opiskeluvaiheessa ja kuinka tämä on ohjannut opintoihin.

Opinnäytetyötämme on määrä esitellä kesäkuussa Kokonaisena työssä-hankkeen verkostotapaamisessa. Olemme menossa esittämään sinne tutkimuksemme ydinkohtia. Opinnäytetyöstämme julkaistaan myös blogikirjoitus Suomen Diakoniaopiston blogissa osana Kokonaisena työssä-hankkeesta tiedottamista.

LÄHTEET

- Aaltola, E. & Keto, S. (2017). *Empatia: Myötäelämisen tiede*. Into kustannus Oy.
- Borkman, T. (1976). Experiential knowledge: A new concept for the analysis of self-help groups. *Social Service Review*. 50(3), 445–456.
- Buchert, U. (2018). Vertaisuus, vertaisryhmät ja vertaistuki Kelan sopeutumisvalmennuskurssilla. *Kuntoutus* 41(2), 35–37. <https://journal.fi/kuntoutus/article/view/100258>
- Diak hankkeet. (i.a.). *Ohjauksella hyvinvointia*. Saatavilla 19.3.2024 <https://korkeakoulutukee.fi/ytya-opiskeluun-hanke/>
- Diak. (12.4.2023). *Monimuotoinen kokemusaaminen näkyväksi*. [://www.https.diak.fi/2023/04/12/monimuotoinen-kokemusaaminen-nakyvaksi/](https://www.https.diak.fi/2023/04/12/monimuotoinen-kokemusaaminen-nakyvaksi/)
- Diak. (i.a.a.). *Diak- Hyvän tekemisen korkeakoulu*. Saatavilla 14.3.2024 [Diak – Diakonia-ammattikorkeakoulu](#)
- Diak. (i.a-b.). *Kampukset*. Saatavilla 14.3.2024 [Diakin kampukset – Diakonia-ammattikorkeakoulu](#)
- Diak. (i.a-c.). *Helsingin kampus*. Saatavilla 14.3.2024 [Helsingin kampus – Diakonia-ammattikorkeakoulu](#)
- Diak. (i.a-d.). *Tuki ja palvelut*. Saatavilla 14.3.2024 [Tuki ja palvelut – Diakonia-ammattikorkeakoulu](#)
- Erkko, A. (2021). *Kun ilo katosi*. Atena Kustannus Oy.
- Goldberg, M., Hadas-Lidor, N., & Karnielli-Miller, O. (2014). From Patient to Therapist: Social Work Students Coping with Mental Illness. *Qualitative Health Research*. 25(7), 887–898. doi:[10.1177/1049732314553990](https://doi.org/10.1177/1049732314553990)
- Góthoni, R. (2014). *Auttava kohtaaminen II. Sielunhoidon menetelmät ja käytäntö*. Kirjapaja, Helsinki.
- Granfelt, R., & Kiuru, H. (2023). Psykososiaalinen käsitteenä ja haavoittuvien elämäntilanteiden kehyksenä. *Janus* 31(2), 163–181.
- Haasio, A., & Salminen-Tuomaala, M. (2021). Keskusteluryhmässä jaettavan vertaistiedon ja vertaistuen merkitys sosiaalisesti vetäytyneiden

- henkilöiden itsemurhakeskusteluissa. *Informaatiotutkimus*, 40(2), 5–27. <https://doi.org/10.23978/inf.100523>
- Hakala, P. (2007). Sielunhoidon suuntaukset ja diakonia. Teoksessa K. Latvus & A. Elenius (toim.), *Auttamisen teologia* (s. 231–255). Kirjapa Helsinki.
- Harju, H. (2023). *Sosiaali- ja terveystieteen ammattilaisten kokemusasiantuntijaksi – Tunnistaminen, hyödyntäminen ja merkitys opinnoissa ja työssä*. (Diak Puheenvuoro 46). Diakonia-ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-424-4>
- Heusala, M., Mäkinen, M., Leikkari K., Paananen, A. & Sipilä H. (27.12.2023). *Opintososionomiharjoittelijat- loistava keksintö! - Opintososionomiharjoittelijat toimivat tukena opintojaksoilla Diakonia-ammattikorkeakoulussa*. [Opintososionomiharjoittelijat – loistava keksintö! – Dialogi \(diak.fi\)](https://www.diak.fi/diakologia/opintososionomiharjoittelijat-loistava-keksintö-dialogi)
- Hirschovits-Gertz, T., Sihvo, S., Karjalainen, J., & Nurmela, A. (2019). Kokemusasiantuntijuus Suomessa: Selvitys kokemusasiantuntijakoulutuksen ja –toiminnan käytännöistä. *Terveystieteiden tutkimuskeskus*, (17) 40–47. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-354-0>
- Hirschovits-Gertz, T. (16.10.2018). Kokemusasiantuntijuus. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke – Sokra. Euroopan sosiaalirahasto. <https://thl.fi/documents/966696/3775955/Kokemusasiantuntijuus+liite+verkkosivulle+%281%29.pdf/3fc39b23-dfca-7c52-db4c-dc62c221b681?t=1655469284527>
- Hyväri, S. (2015). Kokemusasiantuntijat kumppaneina hyvinvointityön kehittämisessä. Teoksessa J. Helminen (toim.), *Osaamiseksi kokemus jokainen. Näkökulmia oppimiseen ja hyvinvointialalla tarvittavan osaamisen muodostumiseen*. (s. 147–158). United Press.
- Juujärvi, S., Myyry, L., & Pessa, K. (2007). *Eettinen herkkyyden kehittäminen ammattikorkeakoulussa*. Jyväskylän ammattikorkeakoulu (12.12.2016). *Opintojen edistämisen tukeminen ammattikorkeakoulussa*. Saatavilla 24.9.2023 [https://erityisopettaja.fi/opintojen-edistämisen-tukeminen-ammattikorkeakoulussa](https://erityisopettaja.fi/opintojen-edistamisen-tukeminen-ammattikorkeakoulussa)
- Jyväskylän yliopiston Koppa. (10.4.2015a). *Fenomenologinen analyysi*. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/fenomenologinen-analyysi>

- Jyväskylän yliopiston Koppa. (10.4.2015b). *Hermeneuttinen analyysi*.
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/hermeneuttinen-analyysi>
- Kampman, O., Heiskanen, T., Holi, M., Huttunen, O. & Tuulari, J. (2017a). Lukijalle. Teoksessa O. Kampman, T. Heiskanen, M. Holi, O. Huttunen, & J. Tuulari (toim.), *Masennus* (s. 5). Kustannus Oy Duodecim.
- Kampman, O., Heiskanen, T., Holi, M., Huttunen, O. & Tuulari, J. (2017b). 1.10 Mitä masennuksella tarkoitetaan? Teoksessa O. Kampman, T. Heiskanen, M. Holi, O. Huttunen, & J. Tuulari (toim.), *Masennus* (s. 11). Kustannus Oy Duodecim.
- Kampman, O., Heiskanen, T., Holi, M., Huttunen, O. & Tuulari, J. (2017c). 1.40 Masennuksen hoito ja muut toipumiseen vaikuttavat tekijät. Teoksessa O. Kampman, T. Heiskanen, M. Holi, O. Huttunen, & J. Tuulari (toim.), *Masennus* (s. 15). Kustannus Oy Duodecim.
- Kivekäs, T. & Tuisku, K. (2017). 28.10 Masennus ja muuttuva työelämä. Teoksessa O. Kampman, T. Heiskanen, M. Holi, O. Huttunen, & J. Tuulari (toim.), *Masennus* (s. 370). Kustannus Oy Duodecim.
- Kleinman-Arthur (2017). Presence. *The Lancet (British Edition)*. 386(6), 2466-2467. [10.1016/s0140-6736\(17\)31620-3](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(17)31620-3)
- Kohonen-Aho, L. (2017). *Video-based observations on the construction of social presence in virtual worlds*. Aalto University publication series Doctoral dissertations 200/2017. Aalto University. [content \(aalto.fi\)](https://aaltodoc.aalto.fi/handle/10137/11111)
- Kuusisto, K. & Ranta, J. (2020). Psykososiaalisen päihdetyön asema Suomessa 1900-luvulta nykypäivään. Teoksessa J. Moilanen, J. Annola, & M. Satka (toim.), *Sosiaalityön käännteet* (s. 112–140). Jyväskylän yliopisto.
- L932/2014. Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/932. [Ammattikorkeakoululaki 932/2014 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®](https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasainen_lainsaadanto/2014/932)
- Madigan, D., Kim, E., & Glandorf, H. (2023). Interventions to reduce burnout in students: A Systematic review and meta-analysis. *European Journal of Psychology of Education*. <https://doi.org/10.1007/s10212-023-00731-3>

- Mielenterveyden keskusliitto. (i.a.). *Masennus*. Saatavilla 22.2.2024 <https://www.mtkl.fi/mika-askarruttaa/yleisia-mielenterveyden-hairioita/masennus/>
- Mikkonen, I. & Saarinen, A. (2018). *Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla*. Tietosanomama Oy.
- Mulari, M. (2013). *Tietoisen ammatinvalinnan opas*. Atena Kustannus Oy.
- Myllärniemi, J. (2017). 2.10 Miltä vakavasti masentuneesta tuntuu? Teoksessa O. Kampman, T. Heiskanen, M. Holi, O. Huttunen, & J. Tuulari (toim.), *Masennus* (s. 20–21). Kustannus Oy Duodecim.
- Mäkinen, V. (2021). Kärsimyksen kohtaaminen ja toivo. Teoksessa I. Peltomäki, S-M. Saarelainen & J. Salminen (toim.), *Sielunhoidon teologia* (s. 169–182). Kirjapaja.
- Nieminen, A. (2023). Johdanto: yritykset sosiaalisten ja ekologisten pulmien ratkaisijoina. Teoksessa H, Kostilainen. & A. Nieminen (toim.), *Yhteiskunnallinen yritys* (s. 5–8). Diak Työelämä 21. Diakonia ammattikorkeakoulu. [Yhteiskunnallinen yritys \(theseus.fi\)](https://www.theseus.fi/urn:isbn:978-95-26-10000-0)
- Niiranen, K., Hakulinen, H., Manninen, P., & Räsänen, K. (2014). Työttömien terveyspalvelujen kehittäminen-verkosto mahdollisuutena. *Työelämän tutkimus- Arbetslivsforskning* 12(1), 3–22. [Työttömien terveyspalvelujen kehittäminen – verkosto mahdollisuutena - pdf \(journal.fi\)](https://www.journal.fi/urn:isbn:978-95-26-10000-0)
- Nurmi, H. (2016). *Työuupumuksen itsehoito: Kuinka kierrän karikot* Kustannus Oy Duodecim ja Heli Nurmi.
- Oates J., Drey., N., & Jones, J. (2017). 'Your experiences were your tools' How Personal Experience of Mental Health Problems Informs Mental Health Nursing Practice. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 24(7), 469–560. <https://doi.org/10.1111/jpm.12376>
- Oksa, V. (2023). *Opiskelija Hanna Puustinen turhautui mielenterveyspalveluiden jonoon Helsingissä – valitsi toisen vaihtoehdon: "Tyhjää parempi"*. Helsingin Uutiset. Saatavilla 19.4.2024 [Opiskelija Hanna Puustinen turhautui mielenterveyspalveluiden jonoon Helsingissä – valitsi toisen vaihtoehdon: "Tyhjää parempi" | Paikalliset | Helsingin Uutiset](https://www.helsingin uutiset.fi/uutiset/2023/04/19/opiskelija-hanna-puustinen-turhautui-mielenterveyspalveluiden-jonoon-helsingissa-valitsi-toisen-vaihtoehdon-tyhjaa-parempi)
- Pool, R., Rodriguez, A.; Cranmer, G., Rosopa, P., Muñiz, Z., & Schaedel, D. (2022). Beyond the classroom: a comparative examination of parental and peer support on students' socialization, *Communication*

- Research Reports*, 39(5), 266-278. [Full article: Beyond the classroom: a comparative examination of parental and peer support on students' socialization \(diak.fi\)](#)
- Raatikainen, E., Rahikka, A., Saarnio, T., & Vepsä, P. (2019). *Ammattina sosionomi*. (3. uud. P.) Sanoma Pro Oy.
- Richards, J., Holttum, S., & Sprigham N. (2016). How Do "Mental Health Professionals" Who Are Also or Have Been "Mental Health Service Users" Construe Their Identities? *Sage Open*, 6(1). <https://doi.org/10.1177/2158244015621348>
- Rissanen, P., & Puumalainen, J. (2016). Kokemuksen kautta osaamiseen: Vaapaaehtoisuus, vertaisuus ja kokemusasiantuntijuus. *Kuntoutus*, 39(1), 52–58. <https://journal.fi/kuntoutus/article/view/113399>
- Räisänen, M., Postareff, L., & Lindblom-Ylänne, S. (2021). Students' experiences of study related exhaustion, regulation of learning, peer learning and peer support during university studies. *European Journal of Psychology of Education*. (36), 1135-1157. <https://doi.org/10.1007/s10212-020-00512-2>
- Scheidegen, K., & Brattström, A. (2023). Berlin is Hotter Than Silicon Valley! How Networking Temperature Shapes Entrepreneurs' Networking Across Social Contexts. *Entrepreneurship Theory and Practice* 47(6), 2233-2262. DOI: <https://doi.org/10.1177/10422587221134787>
- Sointu, L. (2011). Läsnaolo hoivan arjessa. *Janus* 19(2), 158–173.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (2015). *Sora lainsäädännön toimeenpano terveydenhuollossa- Ratkaisuja opiskeluun soveltumattomuuteen*. Sosiaali- ja terveysministeriö. [URN ISBN 978-952-00-3562-4.pdf \(valtioneuvosto.fi\)](https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3562-4)
- Sosiaalialan AMK-verkosto. (2023). *Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit*. [SOSIAALIALAN-AMMATTIKORKEAKOULUTUKSEN-KOMPETENSSIT-2023.pdf \(sosiaalialnamkverkosto.fi\)](https://sosiaalialan-amk-verkosto.fi/SOSIAALIALAN-AMMATTIKORKEAKOULUTUKSEN-KOMPETENSSIT-2023.pdf)
- Suomen Diakoniaopisto (i.a.). *Kokonaisena työssä, ESR+*. Saatavilla 11.3.2024 [Kokonaisena työssä, ESR+ - Suomen Diakoniaopisto \(sdo.fi\)](https://sdo.fi/Kokonaisena_tyossa_ESR_)

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2021). Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimus KOTT 2021- KOTT tutkimuksen tuloksia. [Tulosraportti - KOTT-tutkimuksen tuloksia - THL \(terveytemme.fi\)](#)
- Tilastokeskus. (2022). *Koulutuksen keskeyttäminen 2020*. [Untitled \(stat.fi\)](#)
- Tilastokeskus. (2023). *Koulutuksen keskeyttäminen 2021*. [Koulutuksen keskeytti 7 % opiskelijoista lukuvuonna 2020/2021 - Tilastokeskus \(stat.fi\)](#)
- Tilastokeskus. (i.a.). *Tietoa tilastoista. Käsitteet*. Saatavilla 24.9.2023 <https://www.stat.fi/meta/kas/index.html>
- Timonen, P., Ruokamo, H. Ammattikorkeakoulun verkko-opiskelijaprofiilit sekä sosiaalinen, tiedollinen ja opetusläsnäolo reaaliaikaisen yhteisöllisen verkko-opiskelun valmennuspedagogisessa mallissa. *Ammattikasvatuksen aikakausikirja*, 24(3), 74–92.
- Tuomi J., & Sarajärvi S. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi*. Tammi.
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (2. Uud. p.). Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa: Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019*. [Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa \(tenk.fi\)](#)
- Valtioneuvosto. (2019). *Verkostojohtamisen opas*. [Verkostojohtamisen opas \(valtioneuvosto.fi\)](#). Valtioneuvoston kanslia.
- Virtainlahti, S. (2009). *Hiljaisen tietämyksen johtaminen*. Kariston kirjapaino Oy.
- Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. (i.a.-a). *Palvelujen käyttöoikeus*. Saatavilla 15.4.2024 [Palvelujen käyttöoikeus - YTHS](#)

LIITE 1. Haastattelukysymykset

Haastattelukysymykset opintososionomiharjoittelijoille:

1. Millaista tukea Ytyä opintoihin-hankkeessa on annettu opiskelijoille?
2. Miten olet kokenut tuen antamisen kanssaopiskelijoille?
3. Voitko hyödyntää omaa kokemustasi opiskeluista, kun tuet opiskelijoita opinnoissaan? Jos voit, niin miten?
4. Miten elämäkokemuksesi on vaikuttanut opintoihisi?
5. Miten omat kokemuksesi ovat olleet hyödyksi työharjoittelussa tai opinnoissasi?
6. Miten omat kokemuksesi ovat olleet haitaksi työharjoittelussasi tai opinnoissasi?
7. Miten aiempi elämäkokemuksesi vaikuttaa jaksamiseesi?
8. Miten aiempi elämäkokemuksesi vaikuttaa asenteisiisi?
9. Mitä muuta haluaisit sanoa?

Haastattelukysymykset opiskelijoille:

1. Millaista tukea olet saanut Ytyä-opintoihin hankkeesta, opintososionomiharjoittelijoilta?
2. Kuinka olet kokenut tuen vastaanottamisen?
3. Mitä hyötyä sinulle on ollut tukimuodosta?
4. Mitä haittaa sinulle on ollut tukimuodosta?
5. Millaista apua tai tukea mitä olisit kaivannut tukimuodosta saavasi, mitä et saanut?
6. Vaikuttaako aikaisempi elämäkokemuksesi opintoihisi? Jos vaikuttaa niin, miten?
7. Miten aiempi elämäkokemuksesi vaikuttaa jaksamiseesi?
8. Miten aiempi elämäkokemuksesi vaikuttaa asenteisiisi?
9. Mitä muuta haluaisit sanoa?

LIITE 2. Saatekirje

Hyvä vastaanottaja, 29.11.2023 Helsinki

Opiskelemme Diakonia-ammattikorkeakoulussa sosionomin sekä diakonin tutkintoja ja otamme teihin yhteyttä opinnäytetyötutkimuksemme merkeissä. Suunniteltu opinnäytetyön valmistumisaika on keväällä 2024. Teemme opinnäytetyötä kokemusosaamisesta ja sen ammatillisesta hyödyntämisestä osana Kokonaisena työssä-hanketta.

Tutkimuspainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä haastattelututkimus Ytyä opiskeluun- tukimuodosta, jossa selvitetään sekä tukimuodon toteuttajien (opintososionomiharjoittelijat), että vastaanottajien (opiskelijat) koettua hyötyä ja haittaa tukimuodosta. Tarkoitus on myös selvittää, kuinka opiskelijoiden ja opintososionomien aiemmat elämäkokemukset suuntaavat jaksamiseen, opintojen edistymiseen ja ammatti-identiteettiin liittyviä asioita. Tavoitteena on tuottaa tietoa siitä, miten opiskelijat ovat hyötäneet tukimuodosta ja miten heitä auttaneet opintososionomiharjoittelijat ovat kokeneet ohjaamisen. Tavoitteena on myös tuottaa tietoa Kokonaisena työssä-hankkeelle, siitä miten aiempi elämäkokemus vaikuttaa opiskelijoiden ja opintososionomiharjoittelijoiden opiskeluiden etenemiseen, asenteisiin ja ammattiosaamiseen.

Kutsumme sinut osallistumaan tutkimukseen. Osallistuminen merkitsee haastatteluun osallistumista. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Tutkimustulokset raportoidaan luottamuksellisesti, eikä ketään yksittäistä vastaajaa voi tunnistaa raportista. Haastattelukutsussa ilmenneet vastaukset käsitellään niin, että vastaajan identiteetti ei ole selvillä aineistosta. Henkilötieto-rekisterissä noudatetaan Diakin käytäntöjä sekä Suomen perustuslakia. Organisaatiostanne on saatu lupa tutkimuksen tekemiseen. Tutkimus raportoidaan kirjallisesti ja se on saatavissa opinnäytetyön valmistumisen jälkeen internetistä Verkkokirjasto Theseuksesta, osoitteesta www.theseus.fi. Opinnäytetyömme ohjaajina toimivat Mari Nieminen sekä Mari Pulkkinen.

Ystävällisesti Annina Hyttinen, Hanna Hänninen ja Eriikka Tolvanen

Yhteydenotto sähköpostitse;

Annina Hyttinen annina.hyttinen@student.diak.fi

Hanna Hänninen hanna.hanninen@student.diak.fi

Eriikka Tolvanen eriikka.tolvanen@student.diak.fi

LIITE 3. Suostumuslomake

SUOSTUMUS OSALLISTUMISESTA TUTKIMUKSEEN

**Kokemuksellisen tiedon ja osaamisen hyödyntäminen Ytyä opiskeluun-
hankkeessa**

Ymmärrän, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja voin milloin tahansa syytä kertomatta keskeyttää tai lopettaa osallistumiseni tutkimukseen. Tästä ei aiheudu minulle kielteisiä seuraamuksia. Keskeyttämiseen tai lopettamiseen asti minusta kerättyjä tutkimusaineistoja voidaan edelleen hyödyntää tutkimuksessa. Antamalla suostumukseni osallistua tähän tutkimukseen tutkittavana hyväksyn, että minulta kerätään tietoja ja aineistoja tiedotteessa kuvattuun tutkimukseen.

Antamalla suostumukseni osallistua tähän tutkimukseen tutkittavana:

Vahvistan, että olen saanut tiedotteen tutkittavalle sekä tietosuojailmoituksen, ja minulla on ollut mahdollisuus esittää tutkijoille tarkentavia kysymyksiä. Olen siten saanut riittävät tiedot tutkimuksen sisällöstä, sen kulusta ja mitä se minun osaltani tarkoittaa samoin kuin henkilötietojeni käsittelystä. Henkilötietojani käsitellään lain mukaisella yleisen edun perusteella. Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani tutkimukseen. Minua ei ole painostettu tai houkuteltu osallistumaan tutkimukseen.

Olen harkinnut edellä mainittuja kohtia ja olen päättänyt, että haluan osallistua tutkimukseen

X

Allekirjoitus

X

Nimenselvennys

X

Päivämäärä

Yhteystiedot:

Annina Hyttinen +358407625002

annina.hyttinen@student.diak.fi

Eriikka Tolvanen +358449914826

Eriikka.tolvanen@student.diak.fi

Hanna Hänninen +35844 568 9999

Hanna.hanninen@student.diak.fi

LIITE 4. Tietosuojailmoitus

Tutkimuksen tietosuojaseloste: Henkilötietojen käsittely tutkimuksessa

Tässä tutkimuksessa käsitellään teitä koskevia henkilötietoja voimassa olevan tietosuojalainsäädännön (EU:n yleinen tietosuoja-asetus, 679/2016, ja voimassa oleva kansallinen lainsäädäntö) mukaisesti. Seuraavassa kuvataan henkilötietojen käsittelyyn liittyvät asiat.

Tutkimuksen rekisterinpitäjä

Rekisterinpitäjällä tarkoitetaan tahoa, joka yksin tai yhdessä toisten kanssa määrittelee henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset ja keinot. Rekisterinpitäjä voi olla korkeakoulu, toimeksiantaja, muu yhteistyötaho, opinnäytetyöntekijä tai jotkut edellä mainituista yhdessä (esim. korkeakoulu ja opinnäytetyöntekijä yhdessä). Tässä tutkimuksessa henkilötietojen rekisterinpitäjä on opinnäytetyöntekijät Yhteistyötahon nimi: Diakonia-ammattikorkeakoulu Opinnäytetyöntekijä

Voitte kysyä lisätietoja henkilötietojenne käsittelystä rekisterinpitäjän yhteyshenkilöltä

Rekisterinpitäjän yhteyshenkilön nimi: Hanna Hänninen Organisaatio: Diakonia-ammattikorkeakoulu, Kyläsaarenkuja 2, 00580 Helsinki Puh. 044 568 999 Sähköposti: hanna.hanninen@student.diak.fi

Tutkimuksessa teistä kerätään seuraavia henkilötietoja

Henkilötietojen käsittely on oikeutettua ainoastaan silloin, kun se on tutkimukselle välttämätöntä. Kerättävät henkilötiedot on minimoitava, niitä ei saa kerätä tarpeettomasti tai varmuuden vuoksi.

Opinnäytetyötä varten teiltä kysytään sähköpostiosoitteita ja suostumuslomakkeeseen nimitietoja. Nimiä ei kuitenkaan yhdistetä haastatteluvastauksiin, vaan haastattelut käydään nimettöminä ja vastaukset erotellaan toisistaan aakkosin. Esim. A-vastaus, B-vastaus jne. Haastattelussa kysytään kokemuksista Ytyä opiskeluun hankkeen tiimoilta ja aikaisemmasta elämäkokemuksesta sekä sen vaikutuksesta opintoihin tai harjoitteluun.

Teillä ei ole sopimukseen tai lakisääteiseen tehtävään perustuvaa velvollisuutta toimittaa henkilötietojanne vaan osallistuminen on täysin vapaaehtoista.

Tutkimuksessa ei kerätä henkilötietojanne muista lähteistä.

Henkilötietojenne suojausperiaatteet

Opinnäytetyöntekijät huolehtivat kyselyaineiston tallentamisesta, turvallisuudesta ja jatkokäytöstä. Kyselyaineisto tallennetaan muistitikulle ja säilytetään lukitussa laatikossa.

Henkilötietojenne käsittelyn tarkoitus

Tarkoituksena on saada sähköpostitse yhteys tutkimukseen mahdollisesti osallistuviin henkilöihin ja varmistaa suostumuslomakkeella suostumus tutkimukseen.

Henkilötietojenne käsittelyperuste

Henkilötietojenne käsittelyperusteena on suostumus.

Tutkimuksen kestoaja (henkilötietojenne käsittelyaika)

Tutkimusta opinnäytetyötä varten tehdään syksyllä 2023 ja keväällä 2024.

Mitä henkilötiedoillenne tapahtuu tutkimuksen päätyttyä?

Aineistoa säilytetään opinnäytetyöprosessin ajan. Aineisto tuhotaan tämän jälkeen.

Tietojen luovuttaminen tutkimusrekisteristä

Opinnäytetyön aineistoa tullaan hyödyntämään opinnäytetyössä. Aineistosta kerättäviä tietoja tullaan luovuttamaan Kokonaisena työssä -hankkeelle. Aineiston luovuttaminen tehdään kuitenkin tietoturvallisesti niin, että yksittäisen vastaajan tietoja ei tulla luovuttamaan.

Henkilötietojenne mahdollinen siirto EU:n tai ETA-alueen ulkopuolelle

Tietojanne ei siirretä EU:n tai ETA-alueen ulkopuolelle.

Rekisteröitynä teillä on oikeus

Koska henkilötietojanne käsitellään tässä tutkimuksessa, niin olette rekisteröity tutkimuksen aikana muodostuvassa henkilörekisterissä. Rekisteröitynä teillä on oikeus:

saada informaatiota henkilötietojen käsittelystä

tehdä valitus tietosuojavaltuutetun toimistoon, jos katsotte, että henkilötietojanne on käsitelty tietosuojalainsäädännön vastaisesti

Jos henkilötietojen käsittely tutkimuksessa ei edellytä rekisteröidyn tunnistamista ilman lisätietoja eikä rekisterinpitäjä pysty tunnistamaan rekisteröityä, niin oikeutta tietojen tarkastamiseen, oikaisuun, poistoon, käsittelyn rajoittamiseen, ilmoitusvelvollisuuteen ja siirtämiseen ei sovelleta.

Voitte käyttää oikeuksianne ottamalla yhteyttä rekisterinpitäjään.

Tutkimuksessa kerätyjä henkilötietoja ei käytetä profilointiin tai automaattiseen päätöksentekoon.

Henkilötietojen käsittely aineistoa analysoitaessa ja tutkimuksen tuloksia raportoitaessa

Teistä kerättyä tietoa ja tutkimusaineistoa käsitellään luottamuksellisesti lainsäädännön edellyttämällä tavalla. Aineisto analysoidaan ja tulokset raportoidaan ryhmätasolla, jolloin yksittäinen henkilö ei ole tunnistettavissa.