

Henna Turula

**OPINTOJEN VIIVÄSTYMISEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT LIIKETALOUDEN
YKSIKÖSSÄ**

OPINTOJEN VIIVÄSTYMISEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT LIIKETALouden YKSIKÖSSÄ

Henna Turula
Opinnäytetyö
Kevät 2015
Liiketalouden koulutusohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Liiketalouden koulutusohjelma, johtaminen ja organisaatiot

Tekijä: Henna Turula

Opinnäytetyön nimi: Opintojen viivästymiseen vaikuttavat tekijät liiketalouden yksikössä

Työn ohjaaja: Katri Kosonen

Työn valmistumislukukausi- ja vuosi: Kevät 2015

Sivumäärä: 54 + 14

Opintojen viivästyminen on haaste ammattikorkeakouluissa, joiden taloudelliset vaatimukset ovat kiristyneet. Nykyään 46 prosenttia rahoituksesta myönnetään suoritettujen tutkintojen ja 24 prosenttia vähintään 55 opintopistettä lukuvuodessa suorittaneiden opiskelijoiden määrän perusteella. Opintojen pitkittyminen viivästyttää myös opiskelijan valmistumista ja työelämään siirtymistä.

Tämän opinnäytetyön toimeksiantaja on Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikkö. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää opintojen viivästymisen syitä liiketalouden yksikössä sekä sitä, millä tavoin yksikkö voisi toimia toisin ehkäistäkseen opintojen viivästymistä.

Teoriaosuudessa käydään läpi opintojen viivästymiseen liittyviä taustatekijöitä ja syitä, joita tarkastellaan aikaisempien tutkimusten, kirjallisuuden ja artikkelien pohjalta. Opinnäytetyössä käsitellään korkeakouluopiskelijoiden syrjäytymistä, opiskelu-uupumusta ja –kykyä, eri opiskelukykymalleja, motivaatiota, työssäkäyntiä sekä henkilökohtaisia syitä kuten mielenterveyden häiriöitä, stressiä ja erilaisia riippuvuuksia. Empiirinen tutkimus suoritetaan kvantitatiivisella menetelmällä osittain strukturoitua kyselylomaketta käyttäen. Kohderyhmänä ovat kaikki liiketalouden yksikössä suomenkielisessä koulutusohjelmassa olevat opiskelijat, joiden opinnot ovat kestäneet yli kolme ja puoli vuotta.

Tuloksista selviää, että yleisimpiä syitä opintojen viivästymiseen ovat motivaation puute sekä työskentely opintojen ohella. Myös stressiä esiintyy suurimmalla osalla vastaajista. Eniten esille nousee opiskelijan omiin voimavaroihin liittyviä tekijöitä. Opiskeluympäristössä ei tutkimuksen mukaan ole suuria puutteita, mutta opiskelutaitoihin ja opetustoimintaan liittyviä syitä ilmenee jonkin verran. Tutkimuksen perusteella liiketalouden yksikön kannattaa kiinnittää huomiota erityisesti opetuksen laatuun, henkilökohtaiseen ohjaukseen opintojen eri vaiheissa, informaation kulkuun sekä opintokokonaisuuksien selkeyttämiseen.

Asiasanat: ammattikorkeakoulututkinnot, opinnot, opintojen kesto, opiskelukyky

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Business Economics, Option of Leadership and Organisations

Author: Henna Turula

Title of thesis: Factors Related to Study Progress in the School of Business and Information Management

Supervisor: Katri Kosonen

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2015 Number of pages: 54 + 14

Insufficient study progress is a challenge in universities of applied sciences as their financial requirements have been tightened. 46 percent of the university funding is allocated on the basis of the amount of completed degrees and 24 percent on the basis of the amount of students who complete at least 55 credits per semester. Falling behind with studies also postpones the graduation as well as the transition into the labour market.

This thesis is commissioned by the School of Business and Information Management of Oulu University of Applied Sciences. The aim of the study is to identify the reasons of the delay of studies in the School of Business and Information Management. Another goal of the study is to discover in which ways the school could operate in a different manner in order to prevent study delay.

In the theory part the backgrounds and reasons related to the delay of studies are discussed and examined on the basis of previous studies, literature and articles. Social exclusion of higher education students, study-related stress, the ability to study, different patterns of study ability, motivation, employment and personal reasons such as mental health disorders, stress and different kinds of addictions are discussed in the thesis. The empirical study is executed by quantitative method using a partly structured questionnaire. The target group of the study is all the students who study in Finnish degree programmes in the School of Business and Information Management and whose studies have lasted for more than three and a half years.

The results show that the most common reasons for the insufficient study progress are the lack of motivation and working alongside studying. The most of the students also have stress. The main factors that appear are related to the student's own resources. According to the study the study environment does not have significant imperfections but some reasons related to studying skills and teaching do appear. Based on the study, the School of Business and Information Management should pay attention especially to the quality of teaching, personal tuition during different stages of studies, the flow of information and clarifying study modules.

Keywords: ability to study, duration of studies, polytechnic degrees, studies

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	TAUSTATEKIJÄT	8
2.1	Ammattikorkeakoulutus	8
2.2	Opinto-ohjaus	10
2.3	Syrjäytymisen käsite.....	12
2.4	Opiskelu-uupumus	13
2.5	Opiskelukyky	14
2.6	Opiskelukykymallit.....	15
3	OPINTOJEN VIIVÄSTYMINEN.....	22
3.1	Motivaatio.....	22
3.2	Henkilökohtaiset syyt.....	24
3.2.1	Mielenterveysongelmat	24
3.2.2	Syömishäiriöt	25
3.2.3	Stressi.....	26
3.2.4	Uni ja liikunta.....	26
3.2.5	Riippuvuudet.....	27
3.3	Työssäkäynti	28
4	EMPIIRINEN OSUUS.....	30
4.1	Tilastollinen tutkimus	30
4.2	Aineiston keruu.....	32
4.3	Tulokset.....	32
5	JOHTOPÄÄTÖKSET	43
6	POHDINTA	45
	LÄHTEET.....	49
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Ammattikorkeakoulut kuuluvat korkeakoulujärjestelmään. Yhdessä yliopistojen kanssa ne muodostavat korkeakoululaitoksen. Niiden tehtävänä on muun muassa antaa työelämän ja sen kehittämisen vaatimuksiin pohjautuvaa ammatillisiin asiantuntijatehtäviin johtavaa opetusta sekä tukea yksilön ammatillista kasvua ja elinikäistä oppimista. (Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/932.) Ammattikorkeakoulujen taloudelliset vaatimukset ja tulostavoitteet ovat kiristyneet. Rahoituksesta 46 % muodostuu suoritettujen ammattikorkeakoulututkintojen perusteella ja 24 % sen mukaan, kuinka moni opiskelija suorittaa vähintään 55 opintopistettä lukuvuoden aikana, eli etenee normaalissa kolmen ja puolen vuoden tahdissa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014, hakupäivä 7.4.2015.) Opintojen viivästymisestä aiheutuu siis ammattikorkeakoululle ja sen yksiköille huomattavia taloudellisia vaikutuksia. Tämän vuoksi olisi tärkeää, että mahdollisimman monen opiskelijan opinnot etenisivät normiajan puitteissa. Lisäksi opintojen viivästymisestä aiheutuu haittaa opiskelijalle itselleen, kun hänen valmistumisensa ja työelämään siirtymisensä lykkääntyvät myöhemmäksi.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää opintojen viivästymisen syitä Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikössä. Opinnäytetyön toimeksiantajana on Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikkö. Käytännön tutkimus toteutetaan osittain strukturoidun kyselylomakkeen avulla ja toteutuksessa hyödynnetään Webropol-ohjelmaa. Tutkimusongelmia on kaksi; selvittää, miksi opinnot eivät ole valmistuneet normiajassa eli kartoittaa eri asioita, jotka johtavat opintojen viivästymiseen, sekä selvittää, mitä liiketalouden yksikkö voisi tehdä toisin auttaakseen opiskelijoita valmistumaan normiajassa. Tutkimuksen kohderyhmänä ovat kaikki normiajan ylittäneet liiketalouden yksikön opiskelijat lukuun ottamatta englanninkielisen koulutusohjelman opiskelijoita, jotka on rajattu tutkimuksen ulkopuolelle. Tähän tutkimukseen liittyvää kyselyä suoritettaessa yksikön suomenkielisissä koulutusohjelmissa on yhteensä 113 opiskelijaa, joiden opinnot ovat viivästyneet normiajasta

Oulun ammattikorkeakoulussa opiskelee 7289 opiskelijaa, joista liiketalouden yksikössä 1867. Näistä suomenkielisissä koulutusohjelmissa opiskelee 1384 opiskelijaa. Liiketalouden yksikössä on kolme eri suomenkielistä koulutusohjelmaa: liiketalous, kirjasto- ja tietopalvelut sekä tietojenkäsittely. Liiketalouden tutkinto-ohjelmaa opiskelee 920, kirjasto- ja tietopalvelujen 138 ja tietojenkäsittelyn 326 opiskelijaa. (Kosonen 13.4.2015, sähköpostiviesti. Tilanne 20.1.2015.) Normaalisis-

sa 210 opintopisteen laajuudessa tutkinto-ohjelmassa opiskeluoikeusaika on kolme ja puoli vuotta. Yhden lisävuoden opintojen loppuun saattamiseksi saa ammattikorkeakoululain perusteella automaattisesti. Lisäksi opiskelija voi hakea harkinnanvaraista lisäaikaa enintään yhden vuoden, mikäli opinnoista puuttuu enintään 60 opintopistettä ja ne ovat viivästyneet erityisistä syistä, jotka eivät ole riippuvaisia opiskelijasta itsestään. (Oulun ammattikorkeakoulu 2015, hakupäivä 3.4.2015.) Liiketalouden yksikön suomenkielisten koulutusohjelmien opiskelijoista noin 17 prosenttia on ylittänyt opintojensa normiajan. Tämä on huomattava määrä ja koska se vaikuttaa suoraan yksikön saamaan rahoitukseen, halutaan opintojen etenemistä tehostaa. Tämän vuoksi on hyödyllistä selvittää opintojen viivästymisen syitä ja sitä, minkälaisia keinoja yksikkö voisi opintojen etenemisen tehostamiseen käyttää.

Tämä opinnäytetyö koostuu teoriasta ja empiirisestä osuudesta. Teoriaosuudessa perehdytään taustatekijöihin, jotka vaikuttavat opintojen viivästymiseen. Tällaisia ovat syrjäytyminen, opiskeluvuoritus ja opiskelukyky. Lisäksi tarkastellaan erilaisia opiskelukykykymalleja, joiden avulla pyritään jäsentämään opiskelukykyyn vaikuttavia asioita. Teoriaosuudessa eritellään myös opintojen viivästymisen syitä ja käsitellään niitä hieman syvemmin. Tällaisia syitä ovat esimerkiksi työssäkäynti, motivaation puute sekä henkilökohtaiset syyt kuten mielenterveyden ongelmat, stressi ja erilaiset riippuvuudet. Teoreettista viitekehystä haetaan aikaisemmista samasta aiheesta tehdyistä tutkimuksista sekä aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta ja artikkeleista. Empiirisessä osuudessa tarkastellaan tilastollista tutkimusprosessia, kuvataan tämän tutkimuksen kulkua ja aineiston keruun eri vaiheita sekä esitellään tutkimustulokset. Lopuksi käydään läpi tulosten perusteella tehdyt johtopäätökset sekä pohdinta.

2 TAUSTATEKIJÄT

Tässä kappaleessa esitellään ensin hieman ammattikorkeakoulutusta sekä siihen liittyvää opinto-ohjausta. Sen jälkeen käsitellään muutamia taustatekijöitä, joilla on vaikutusta opintojen etenemisen hidastumiseen. Tällaisia tekijöitä ovat muun muassa syrjäytyminen sekä opiskelu-uupumus ja -kyky. Syrjäytymisen käsite on moniulotteinen, ja sitä voidaan tarkastella niin yksilön, korkeakoulun kuin yhteiskunnankin tasolla. Korkeakouluopiskelijan syrjäytyminen on merkittävä riskitekijä opintojen viivästymisen kannalta, sillä syrjäytyneen opiskelijan toimintakyky ja elämänhallinta ovat usein heikentyneet, hänellä voi esiintyä stressiä tai mielenterveyden ongelmia, ja hän kokee jääneensä yhteisön ulkopuolelle. Jatkuva opintoihin liittyvästä stressistä aiheutuva opiskelu-uupumus heikentää opiskelukykyä ja johtaa helposti opintojen viivästymiseen. Tässä kappaleessa käydään läpi erilaisia opiskelukykyä selittäviä malleja, joiden avulla pyritään saamaan kokonaiskuva siitä, mitkä eri tekijät vaikuttavat opiskelijan toimintakykyyn ja siihen, miten hänen opintonsa etenevät.

2.1 Ammattikorkeakoulutus

Ammattikorkeakoulut kuuluvat korkeakoulujärjestelmään. Yhdessä yliopistojen kanssa ne muodostavat korkeakoululaitoksen. Niiden tehtävänä on muun muassa antaa työelämän ja sen kehittämisen vaatimuksiin pohjautuvaa ammatillisiin asiantuntijatehtäviin johtavaa opetusta sekä tukea yksilön ammatillista kasvua ja elinikäistä oppimista. (Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/932.) Ammattikorkeakouluille keskeisiä asioita ovat alueellinen kehitys ja yhteys työelämään. Opetuksessa korostuu käytännönläheisyys ja ammattitaito. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2015a, hakupäivä 28.4.2015.) Suomessa on 26 ammattikorkeakoulua, joista 24 toimii opetus- ja kulttuuriministeriön alaisuudessa. Näistä 21 on osakeyhtiön ja kolme kuntayhtymän ylläpitämiä. Ahvenanmaalla on lisäksi Högskolan på Åland ja sisäasiainministeriön alaisuudessa Poliisiammattikorkeakoulu. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2015b, hakupäivä 28.4.2015.) Ammattikorkeakouluun hakeminen tapahtuu yleisimmin valtakunnallisessa yhteishaussa, joka järjestetään kaksi kertaa vuodessa. Jokainen ammattikorkeakoulu päättää itse, millä kriteereillä se valitsee opiskelijansa. Lähes kaikilla koulutusohjelmilla on kuitenkin käytössään valintakoe, ja ylioppilastutkintoa painotetaan enemmän kuin yliopistoihin haettaessa. (Studentum 2015, hakupäivä 3.5.2015.)

Ammattikorkeakouluissa järjestetään opintoja sekä nuorille että aikuisille. Ammattikorkeakoulututkintoon johtavaan koulutukseen on mahdollista hakea sen jälkeen, kun on suorittanut esimerkiksi toisen asteen ammatillisen tutkinnon, kaksoistutkinnon tai lukion. Koulutus on maksutonta ja kestää kokopäiväisesti opiskeltuna 3,5 – 4,5 vuotta. Sen laajuus on 210 - 270 opintopistettä, johon sisältyy puolen lukuvuoden mittainen harjoittelujakso. (Opetushallitus 2015, hakupäivä 5.5.2015.) Ammattikorkeakoulujen opinnot on jaettu eri koulutusohjelmiin eli opintokokonaisuuksiin, joista kukin sisältää tietyllä työelämän alalla tarvittavien perustietojen ja -taitojen omaksumista ja kehittämistä. Opinnot koostuvat perus- ja ammattiopinnoista, ammattitaitoa kehittävästä harjoittelusta, opinnäytetyöstä sekä vapaasti valittavista opinnoista. Opetus- ja kulttuuriministeriö määrittelee koulutusohjelmista esimerkiksi tutkintonimikkeen sekä koulutusohjelman ja harjoittelun laajuuden, mutta ammattikorkeakoulut vastaavat itse opetussuunnitelmasta ja koulutuksen sisällöstä. Koulutuksen tavoitteena on, että valmistuessaan opiskelijalla olisi valmiudet oman alansa asiantuntija-tehtävissä toimimiseen, jatkuvaan koulutukseen sekä alan kehityksen seuraamiseen ja edistämiseen. Lisäksi opintojen kuluessa opiskelijalle tulisi kehittyä riittävä kieli- ja viestintätaito sekä valmiudet toimia kansainvälisesti omalla alallaan. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2015c, hakupäivä 28.4.2015.)

Suomen ammattikorkeakouluissa on kahdeksan eri koulutusala: yhteiskuntatieteiden, liiketalouden ja hallinnon ala, humanistinen ja kasvatustieteiden ala, luonnontieteiden ala, tekniikan ja liikenteen ala, sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala, matkailu-, ravitsemis- ja talousala, luonnonvara- ja ympäristöala sekä kulttuuriala. Ammattikorkeakoulututkintoon johtavan peruskoulutuksen lisäksi ammattikorkeakouluissa voi suorittaa ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon, mikäli opiskelijalla on pohjakoulutuksena vastaavan alan korkeakoulututkinto ja vähintään kolme vuotta työkokemusta alalta. Ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon syventävissä jatko-opinnoissa pyritään kehittämään muun muassa opiskelijan systemaattisen ajattelun taitoja, kykyä soveltaa teoriaa käytäntöön sekä taitoja projektien johtamiseen ja tutkimustyöhön. (Studentum 2015, hakupäivä 3.5.2015) Koulutus on 60 – 90 opintopisteen laajuinen ja kestää päätoimisesti opiskeltuna 1 – 1,5 vuotta (Opetushallitus 2015, hakupäivä 5.5.2015). Ammattikorkeakouluissa voi myös osallistua avoimeen ammattikorkeakouluopetukseen, ammatilliseen opettajankoulutukseen sekä ammatillisiin erikoistumisopintoihin ja muuhun aikuiskoulutukseen (Studentum 2015, hakupäivä 3.5.2015). Avoimen ammattikorkeakoulun opintoja järjestetään kaikissa ammattikorkeakouluissa ja kaikilla koulutusaloilla. Opintoja voi suorittaa kuka tahansa niistä kiinnostunut henkilö riippumatta aiemmasta koulutustaustasta tai iästä. Ammatillisilla erikoistumisopinnoilla tarkoitetaan täydennyskoulutusta,

jonka laajuus on 30 – 60 opintopistettä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2015c, hakupäivä 28.4.2015.)

2.2 Opinto-ohjaus

Opintojen ohjauksen tavoitteena on tukea opiskelijan hyvinvointia, opintojen etenemistä, oppimista ja ammatillista kehitystä opintojen eri vaiheissa. Lisäksi sen avulla pyritään ehkäisemään opiskeluvaikeuksia sekä opintojen viivästymistä ja keskeytymistä. Opiskelijaa pyritään tukemaan opintojen alusta lähtien auttamalla häntä esimerkiksi opintojen suunnittelussa ja toteutuksessa sekä osaamisen ja opiskelutaitojen kehittämisessä. Ammattikorkeakoulussa opiskelija saa ohjaukselta ja tukea muun muassa opettajilta, opinto-ohjaajalta ja koulutusohjelmavastaavalta. (Metropolia 2010, hakupäivä 1.5.2015.) Opiskelija on oikeutettu ohjaukseen koko opiskeluoikeutensa ajan riippumatta siitä, suorittaako hän opintoja, harjoittelua vai opinnäytetyötä. Kuitenkin vastuu saatavilla olevan ohjauksen hyödyntämisestä on opiskelijalla itsellään. (Seinäjoen ammattikorkeakoulu 2015, hakupäivä 1.5.2015.)

Opintojen ohjauksen voidaan katsoa alkavan jo ennen opintojen alkua. Useimmiten oppilaitos informoi toiminnastaan ja koulutuksen sisällöstä jo etukäteen, jolloin opiskelijalla on jo valmiiksi perustietoja niistä. Ammattikorkeakoulut esimerkiksi kertovat usein toiminnastaan erilaisissa tapahtumissa, ja lisäksi tulevat opiskelijat saavat tietoa oppilaitoksen toiminnasta valintaprosessin aikana. Opintojen alussa on useimmiten, kuten Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikössäkin, orientaatiopäiviä yksikköön tuleville opiskelijoille. Tällöin käydään läpi tärkeitä opiskeluun ja opintoihin liittyviä käytäntöjä, koulutuksen rakennetta ja muita opintojen sujuvan etenemisen kannalta tärkeitä asioita. Opiskelijat jaetaan ryhmiin, joista kukin saa oman tuutoropettajan. Lisäksi aloittavien opiskelijoiden apuna toimii useita opiskelijatuutoreita, jotka avustavat heitä tärkeissä käytännönasioissa ja lisäksi auttavat heitä sopeutumaan opiskelijayhteisöön. (Pajari- nen, Puhakka & Vanhalakka-Ruoho 2004, 113.)

Tuutoropettajan tehtäviin kuuluu opiskelijan ammatillisen kehittymisen tukeminen opintojen eri vaiheissa koko opiskelun ajan. Hän myös ohjaa opiskelua ja oppimista yhdessä muiden ohjaustahojen, kuten opinto-ohjaajan, kanssa. Tuutoropettaja neuvoo opiskelijaa kaikissa opintoihin liittyvissä ongelmatilanteissa ja epäselvissä asioissa. Hänen tehtävänä on myös välittää omalle

opiskelijaryhmälleen tärkeää informaatiota muualta yksiköstä. Tuutoropiskelijoiden tehtäviin kuuluu esimerkiksi opiskelupaikkakunnan, koulun tilojen ja opiskelijapalveluiden esittely uusille opiskelijoille sekä perehdyttäminen ammattikorkeakoulun pelisääntöihin ja opintosisältöihin. Usein opintojen alussa tuutoropiskelijat järjestävät omalle opiskelijaryhmälleen yhteisiä tapahtumia, joiden avulla pyritään lisäämään ryhmähenkeä ja hyvää ilmapiiriä. Lisäksi he markkinoivat oppilaitosta erilaisissa tilaisuuksissa. (Seinäjoen ammattikorkeakoulu 2015, hakupäivä 1.5.2015.)

Ohjausta on siis myös saatavilla myös opintojen aikana, ja aika ajoin järjestetään henkilökohtaisia tapaamisia opiskelijan ja tuutoropettajan tai opinto-ohjaajan välillä. Ohjaajat ovat yhteydessä opiskelijoihin tarvittaessa myös enemmän, mikäli ilmenee esimerkiksi hitautta opintojen etenemisessä tai muita opintoihin liittyviä ongelmia. Kuitenkin varsinkin mikäli opinnot etenevät normaajassa, luotetaan ammattikorkeakouluissa suurimmaksi osaksi opiskelijoiden itseohjautuvuuteen. Opiskelijan saama tuki ja ohjaus riippuu siis paljon hänen omasta aktiivisuudestaan ja siitä, kuinka hyvin hän hyödyntää oppilaitoksen tarjoamia tukitoimintoja. (Pajarinen, Puhakka & Vanhalakka-Ruoho 2004, 115.)

Yksi opintojen ohjaukseen liittyvä välinen on henkilökohtainen opintosuunnitelma (HOPS). Sillä tarkoitetaan koko opintojen ajan kestävästä opiskelun ja oppimisen suunnittelua. HOPS myös auttaa kehittämään opiskelijan akateemista asiantuntijuutta sekä taitoja sen tunnistamiseen ja kuvaamiseen. Jokaisen Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikön opiskelijan tulee laatia henkilökohtainen opintosuunnitelma, joka pohjautuu tutkinnon rakenteeseen ja opintosuunnitelmaan. Lisäksi HOPSissa otetaan huomioon opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. HOPSin tehtävänä on tukea opintojen sujumista sekä hyvinvointia. Sitä tulee päivittää säännöllisesti pitkin opintoja esimerkiksi sitä mukaa kun opiskelijan tavoitteet selkenevät tai muuttuvat. Prosessin aikana opiskelijan tulee ottaa huomioon oma oppiminen, opintojen tilanne, opintojen ja työelämän tavoitteet sekä mille alalle hän tulevaisuudessa tahtoo työllistyä. Näitä kriteerejä pohtimalla opintoihin liittyvien valintojen tekeminen helpottuu. Jotta henkilökohtainen opintosuunnitelma olisi mahdollisimman toimiva, opiskelijan tulisi olla selvillä tutkintonsa rakenteesta, eri valintamahdollisuuksista sekä siitä, miten opinnot kartuttavat hänen ammatillista osaamistaan ja asiantuntijuutta. (Tampereen yliopisto 2014, hakupäivä 6.5.2015.)

2.3 Syrjäytymisen käsite

Ursinin, Rautopuron ja Välimaan (2011, 19–21) mukaan korkeakouluopiskelijoiden syrjäytymisen käsitteelle on useita eri määritelmiä, sillä se on moniulotteinen ilmiö. Näitä määritelmiä yhdistää kuitenkin yksi asia eli elämänhallinnan heikkeneminen. Isommassa mittakaavassa ajateltuna syrjäytyminen voidaan käsittää tilanteena, ”jossa yksilö tai ihmisryhmä karsiutuu sosiaalisista yhteisöistä, kokee elämänhallinnan ja hyvinvoinnin ongelmia tai tuntee itsensä ulkopuoliseksi.” Elämänhallinnan heikkenemisellä tarkoitetaan esimerkiksi ongelmia omassa hyvinvoinnissa, itsensä ulkopuoliseksi kokemista, joutumista sosiaalisten yhteisöjen, kuten korkeakoulun, ulkopuolelle sekä tavalliseen elämään kykenemättömyyttä. Elämänhallintaan liittyvät tekijät voivat siis olla joko ulkoisia tai sisäisiä riippuen siitä, ovatko ne fyysisiä ja resursseihin liittyviä vai ihmisen omiin psyykkisiin ominaisuuksiin liittyviä. Lämsän (2009, 37–39) mukaan elämänhallinnan puuttuminen yhdessä eri elämäntilanteisiin liittyvien riskien hallitsemattomuuden kanssa aiheuttaa syrjäytymisvaaraa. Tällainen käsite painottuu tulevaisuuteen. Elämänkaarimallissa syrjäytyminen sen sijaan määritellään prosessiksi, joka voimistuu vähitellen. Syrjäytyminen nähdään ikään kuin syvenevänä jatkumona ihmisen huono-osaisuudelle. (Savioja 2007, 140–160.)

Kun keskustellaan korkeakouluopiskelijoiden syrjäytymisriskistä, käsitellään yleensä opintojen hidasta käynnistymistä, opintojen viivästymistä, alan vaihtoa sekä opintojen keskeyttämistä. Opintojen viivästymisestä ollaan huolestuneita, koska sen oletetaan aiheuttavan lisäkustannuksia niin opiskelijalle itselleen, korkeakoululle kuin koko yhteiskunnallekin. (Rautopuro & Siekkinen 2012, 15–38.) Lämsän (2009, 26–40) mukaan syrjäytymiselle tunnusomaista on ongelmien kasautuminen, eikä ihmistä voida määritellä syrjäytyneeksi ainoastaan jonkun tietyn ongelman perusteella. Syitä syrjäytymiselle voi hänen mukaansa löytää yksilöstä itsestään, yhteiskunnasta, kulttuurista tai näiden kolmen osapuolen välisistä suhteista.

Syrjäytymistä voidaan tarkastella yksilön, ryhmän tai yhteiskunnan tasolla. Tasojen välisiä rajoja on kuitenkin usein hankala määrittää. Se ei välttämättä ole edes tarpeellista, sillä eri tasot aiheuttavat tai edistävät syrjäytymistä yleensä yhdessä. Syrjäytymiseen johtavia tekijöitä voi olla vaikea tunnistaa, sillä syrjäytymisprosessi voi alkaa jo varhaislapsuudesta, jolloin ihmiselle kehittyvät omat arvot, asenteet ja toimintatavat. Esimerkiksi opiskelijat, jotka ovat lapsuudessaan eläneet alkoholisperheessä, ovat usein taipuvaisempia stressaamaan enemmän, tuntevat helpommin riittämättömyyden tunnetta ja epävarmuutta. Tällöin myös riski syrjäytyä kasvaa. (Mantela & Vuokila-Oikonen 2010, 5.)

Merkittäviä korkeakouluopiskelijoiden syrjäytymiseen liittyviä riskitekijöitä ovat mielenterveyden ongelmat. Suomalaisista joka neljäs kärsii jossain vaiheessa elämänsä mielenterveysongelmista, ja korkeakouluopiskelijoilla luku on vielä isompi; noin kolmasosalla korkeakouluissa opiskelevista arvellaan olevan mielenterveysongelmia. Erityisen yleistä on masennus. Opiskelijat kärsivät myös esimerkiksi runsaasta stressistä, syömishäiriöistä ja päihderiippuvuudesta. Kun psyykinen hyvinvointi ei ole tasapainossa, elämänhallinta ja opiskelukyky luonnollisesti heikkenevät. Esimerkiksi masennus aiheuttaa toimintakyvyn heikkenemistä, eikä masentunut ihminen usein kykene suorittamaan normaaleja arkirutiinejaan. Oireina on myös voimattomuutta, unettomuutta ja keskittymisvaikeuksia. Tällöin on selvää, opiskeluun tarvittavia voimavaroja ei ole riittävästi, jolloin opinnot helposti viivästyvät. (Duodecim 2014, hakupäivä 13.1.2015.)

2.4 Opiskelu-uupumus

Opiskeluun ja oppimiseen liittyy paljon stressiä, kiirettä ja väsymystä. Salmela-Aron määritelmän mukaan opiskelu-uupumus on ”pitkittynyt stressioireyhtymä, joka kehittyy jatkuvan opiskeluun liittyvän stressin seurauksena”. Opiskelu-uupumus on vakavasti otettava ongelma, sillä jopa yli kymmenen prosenttia suomalaisista opiskelijoista kärsii siitä. (2011, 43.) Opiskelu-uupumus koostuu kolmesta eri tekijästä: ekshaustiosta, kyynisestä asenteesta opiskelua kohtaan sekä riittämättömyyden tunteista. Ekshaustiolla tarkoitetaan voimakasta opiskeluun liittyvää tunneperäistä väsymystä. Se syntyy, kun opiskelija työskentelee pitkään ja ahkerasti saavuttaakseen tavoitteita, joihin hänellä ei ole tarpeeksi ominaisuuksia ja voimavaroja. Tämäntyyppinen väsymys ei siis poistu nukkumalla, vaan uuvuttaa opiskelijaa henkisellä tasolla. (2009, 12–13.)

Kun opiskelija kärsii ekshausiosta ja hänellä on jatkuvaa emotionaalista väsymystä, hänelle voi kehittyä kyyninen asenne opiskelua kohtaan. Se tarkoittaa, että opiskelija aliarvioi opintojensa merkitystä eikä enää koe opiskelua mielekkäänä, koska suhtautuu siihen kielteisesti. Tämä aiheuttaa opiskelumotivaation heikkenemistä. Ekshaustion ja kyynisen suhtautumisen seurauksena opiskelijalle kehittyy riittämättömyyden tunteita, kun hän kokee itsensä tehottomaksi eikä mielestään ole tarpeeksi hyvä suoriutuakseen opinnoista ja saavuttaakseen niihin liittyviä tavoitteita. Kun opiskelija ei pysty vastaamaan opiskeluun liittyviin vaatimuksiin ja kokee tekevänsä liian vähän, hänen opiskeluun liittyvä itsetuntonsa laskee. Tällöin opiskelija ei kykene suoriutumaan opinnoistaan läheskään yhtä tehokkaasti kuin aiemmin. (Salmela-Aro 2009, 12–13.)

Tarri kertoo Huhdan artikkelissa, että vakavaan uupumukseen voi päätyä opiskelija, jolta puuttuu kunnollinen tukiverkko. Uupumukseen johtavat huippusuoritusten tavoittelu, jatkuvat valinnat sekä opiskelun aiheuttama ahdistus ja turvattomuus. Tarrin mukaan ei saisi unohtaa elämistä, vaan opiskelun ohella tulisi muistaa myös erittäin tärkeinä tukipilareina toimivat perhe, kaverit ja harrastukset. (2010, hakupäivä 13.1.2015.)

Opiskelu-uupumuksen merkeiksi Tarri kertoo muun muassa voimakkaan tunneperäisen väsymyksen, joka johtuu pitkäaikaisesta yrityksestä päästä tavoitteisiin, joiden saavuttamiseen ei ole tarvittavia resursseja. Tilanteessa, jossa opiskelija kokee häneen kohdistuvat vaatimukset mahdolltomina täyttää, hänen motivaationsa laskee ja hänestä tulee opiskelun suhteen kyyninen. Lisäksi opiskelija kokee olevansa riittämätön, koska ei saa omasta mielestään tarpeeksi aikaan. (Huhta 2010, hakupäivä 13.1.2015.)

2.5 Opiskelukyky

Kuntun mukaan opiskelukyky on opiskelijan työkykyä. Nykyään opiskelukyvyn käsitettä on määriteltä laajemmin, mutta aiemmin sen puutteeseen liittyvät ongelmat oli tapana käsitellä yksinkertaisesti esimerkiksi mielenterveysongelmina tai motivaation puutteena. Näin ei kuitenkaan ole järkevää tehdä, sillä opiskelukyky koostuu useista eri osa-alueista ja ominaisuuksista. Siihen vaikuttavat tekijät voidaan jakaa neljään eri kategoriaan: omiin voimavaroihin, opiskelutaitoihin, opetustoimintaan sekä opiskeluympäristöön liittyviin tekijöihin. Näitä tekijöitä tarkastellaan seuraavassa kappaleessa. Mikäli opiskelijalla on ongelmia yhdellä tai useammalla näistä osa-alueista, hänen opiskelukykinsä todennäköisesti heikkenee, mikä helposti hidastaa opintojen etenemistä ja näin ollen aiheuttaa niiden viivästymistä. (2011, 34.)

Omiin voimavaroihin liittyviä asioita ovat esimerkiksi fyysinen ja psyykinen terveys, taloudellinen tilanne, päihteiden käyttö sekä sosiaalinen aktiivisuus. Opiskelutaidoilla tarkoitetaan muun muassa sopivan opiskelutekniikan löytämistä, kriittistä ajattelutaitoa ja ongelmanratkaisukykyä sekä ajankäytön hallintaa. Opetustoimintaan liittyviä tekijöitä ovat opetuksen laatu, lähiopetuksen määrä, opetusmateriaali ja opintojen ohjaus. Opiskeluympäristöön vaikuttavat koulurakennuksen viihtyisyys, koulun ilmapiiri, ATK-tilojen määrä, kiusaaminen ja kavereiden tuki.

Omat voimavarat liittyvät opiskelijaan itseensä, eivätkä ole riippuvaisia oppilaitoksesta. Ne riippuvat muun muassa opiskelijan persoonasta ja identiteetistä sekä elämäntilanteesta. Opiskelija voi itse pyrkiä kehittämään omia voimavarojaan ja siten tehostaa opiskelukykyään. Opiskelutaidot ja niihin liittyvät tekijät riippuvat osittain opiskelijasta itsestään, mutta myös oppilaitos ja sen toiminta vaikuttaa niihin. Esimerkiksi sopivan opiskelutekniikan löytäminen on tällainen tekijä. Opiskelijan on itse tehtävä töitä sen eteen, mutta myös koulu voi toiminnallaan auttaa opiskelijaa tekniikan löytämisessä.

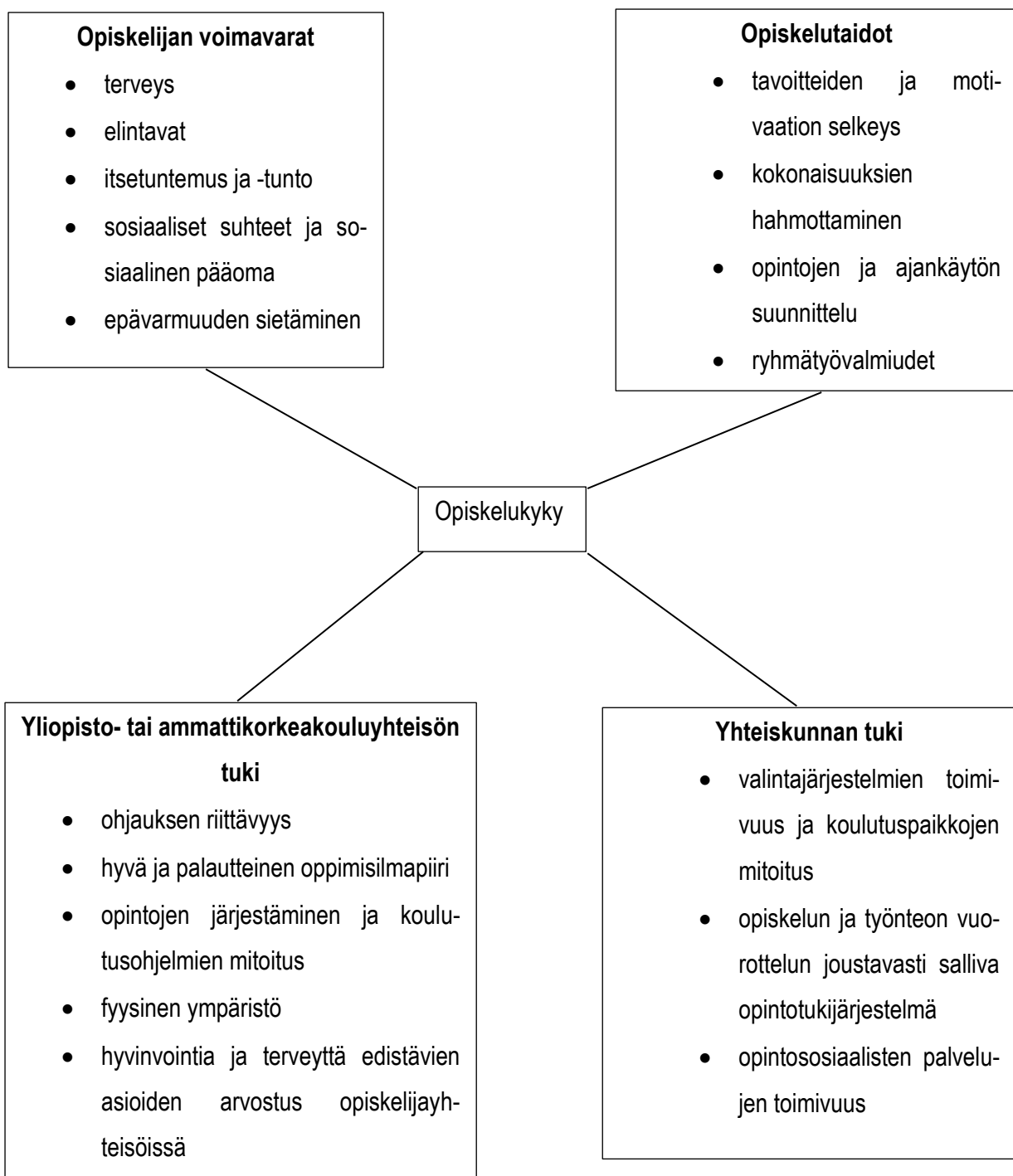
Opetustoimintaan ja opiskeluympäristöön liittyvät tekijät ovat sellaisia, joihin opiskelija ei voi vaikuttaa, vaan niihin vaikuttaa oppilaitos ja sen toiminta. Oppilaitoksen tulee toiminnassaan ottaa huomioon ja kehittää näitä tekijöitä, jotta se tukisi mahdollisimman hyvin opiskelijan opiskelukykyä ja siten myötävaikuttaisi opintojen sujuvaan etenemiseen. Jotta oppilaitos voisi mahdollisimman tehokkaasti toimia parantaakseen opiskelukykyä, sen on tärkeää tietää, minkälaisiksi opiskelijat kokevat esimerkiksi opetuksen laadun ja lähiopetuksen määrän sekä opintojen ohjauksen. Jos he kokevat näissä olevan puutteita, on koulun syytä pyrkiä kehittämään niitä. Tällä tavalla se voi tehostaa opintojen etenemistä, jolloin opiskelijat todennäköisemmin valmistuvat normiajassa. (Kunttu 2011, 34.)

Jotta opinnot etenisivät sujuvasti, omien voimavarojen, opiskelutaitojen, opetuksen ja ohjauksen sekä opiskeluympäristön tulisi tukea niitä mahdollisimman tehokkaasti. Opiskelukyky vaikuttaa opintojen sujumisen lisäksi muun muassa oppimistuloksiin ja opiskelijan hyvinvointiin. (Tampereen yliopiston ylioppilaskunta 2015, hakupäivä 15.4.2015.) Salmela-Aron mukaan onnistunut koulutus ja siihen liittyvä hyvä opiskelukyky ovat tärkeitä asioita opiskelijan tulevaisuuden kannalta, sillä hyvinvointi opiskeluaikana edistää myös työhyvinvointia ja mahdollisuuksia pitkään työuraan (2011, 43). Opiskelukyvillä on siis merkitystä paitsi opintojen etenemiseen, myös työuralla etenemiseen ja jaksamiseen. Siksi on erittäin tärkeää ottaa huomioon kaikki opiskelukykyyn vaikuttavat tekijät ja pyrkiä optimoimaan niitä niin, että tuloksena olisi mahdollisimman hyvä opiskelukyky.

2.6 Opiskelukykymallit

Opiskelukyky on hyvin monista eri asioista koostuva kokonaisuus, johon vaikuttaa paljon erilaisia tekijöitä. Jotta voitaisiin jäsentää paremmin, mitkä kaikki tekijät voivat edistää tai hidastaa opinto-

ja, on hahmoteltu erilaisia malleja selittämään opiskelukykyä. Näissä malleissa opiskelukykyyn vaikuttavat tekijät on jaettu eri osa-alueisiin. Niemelä (2007) jäsentää opiskelukykyä seuraavan käsitekartan (kuvio 1) avulla.

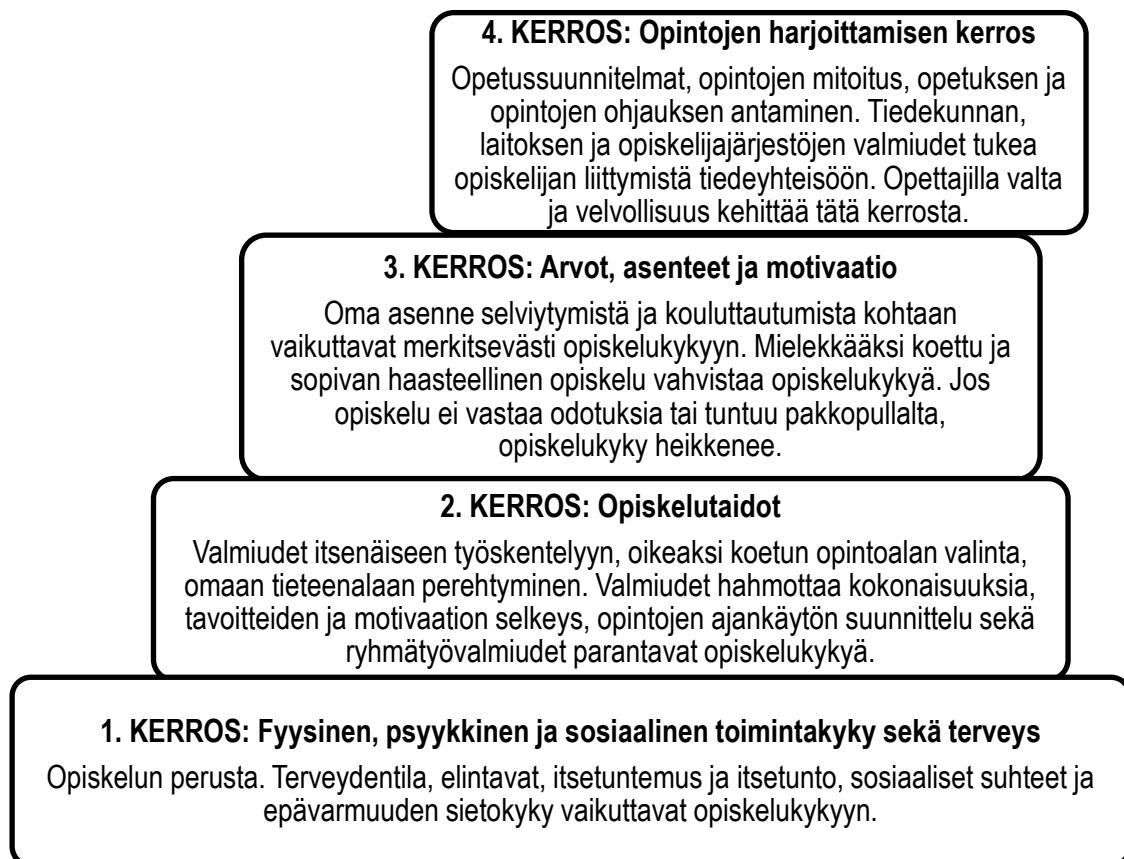


KUVIO 1. Käsitekartta opiskelukyvystä (Niemelä 2007, 16)

Käsitekartassa opiskelukyky on jaettu neljään eri osa-alueeseen. Kaksi ensimmäistä ovat yksilöllisiä, eli ne liittyvät opiskelijaan itseensä. Opiskelijan voimavarat liittyvät opiskelijan taustaan, persoonallisuuteen ja henkilökohtaisiin ominaisuuksiin, kun taas opiskelutaidot kuvaavat hänen valmiuksiaan oppimiseen ja opiskelun hallintaan. Kolmas osa-alue kuvaa yhteisöllisiä tekijöitä, eli sellaisia jotka eivät ole riippuvaisia opiskelijasta vaan korkeakouluyhteisöstä.

Tällaisia tekijöitä koululla on mahdollista pyrkiä kehittämään esimerkiksi parantamalla opetuksen laatua ja oppimisilmapiiriä, panostamalla koulurakennuksen viihtyvyyteen ja varmistamalla ohjauksen riittävä määrä. Neljäs osa-alue sisältää opiskelijan elämään vaikuttavia ulkoisia tekijöitä joihin voidaan vaikuttaa muun muassa korkeakoulupolitiikan avulla.

Kurri (2006, 46–49) taas kuvaa opiskelukykyyen ja opintojen viivästymiseen vaikuttavia tekijöitä opiskelukykytalon (kuvio 2) avulla. Hänen mukaansa työskentely opintojen ohella ei ole primääri-
nen syy niiden viivästymiseen, vaan parempia selityksiä voidaan löytää tarkastelemalla opiskelukykytalon eri tasoja.



KUVIO 2. Opiskelukykytalo (Kurri 2006, 49–51)

Opiskelukykytalon kolme ensimmäistä kerrosta liittyvät opiskelijan henkilökohtaisiin tekijöihin. Kurrin (2006, 49–51) mukaan tällaisista opiskelijaan itseensä liittyvistä asioista ei monesti keskustella tarpeeksi, vaikka niillä on opiskelukykyyä ajatellen erittäin suuri merkitys. Henkilökohtaiset syyt kuten esimerkiksi opiskelijan terveydentila, elämäntilanne ja vaikeiden asioiden käsittelemisen taito vaikuttavat erittäin paljon opiskelukykyyen. Jos opiskelija esimerkiksi ei omaa hyviä tai

edes kohtuullisia sosiaalisia taitoja, on korkeakouluopintoihin liittyvien ryhmätöiden tekeminen varmasti haastavaa. Samoin sairastaminen voi helposti aiheuttaa opintojen viivästymistä, kun opiskelijalla ei ole tarvittavia voimavaroja opinnoissa etenemiseen.

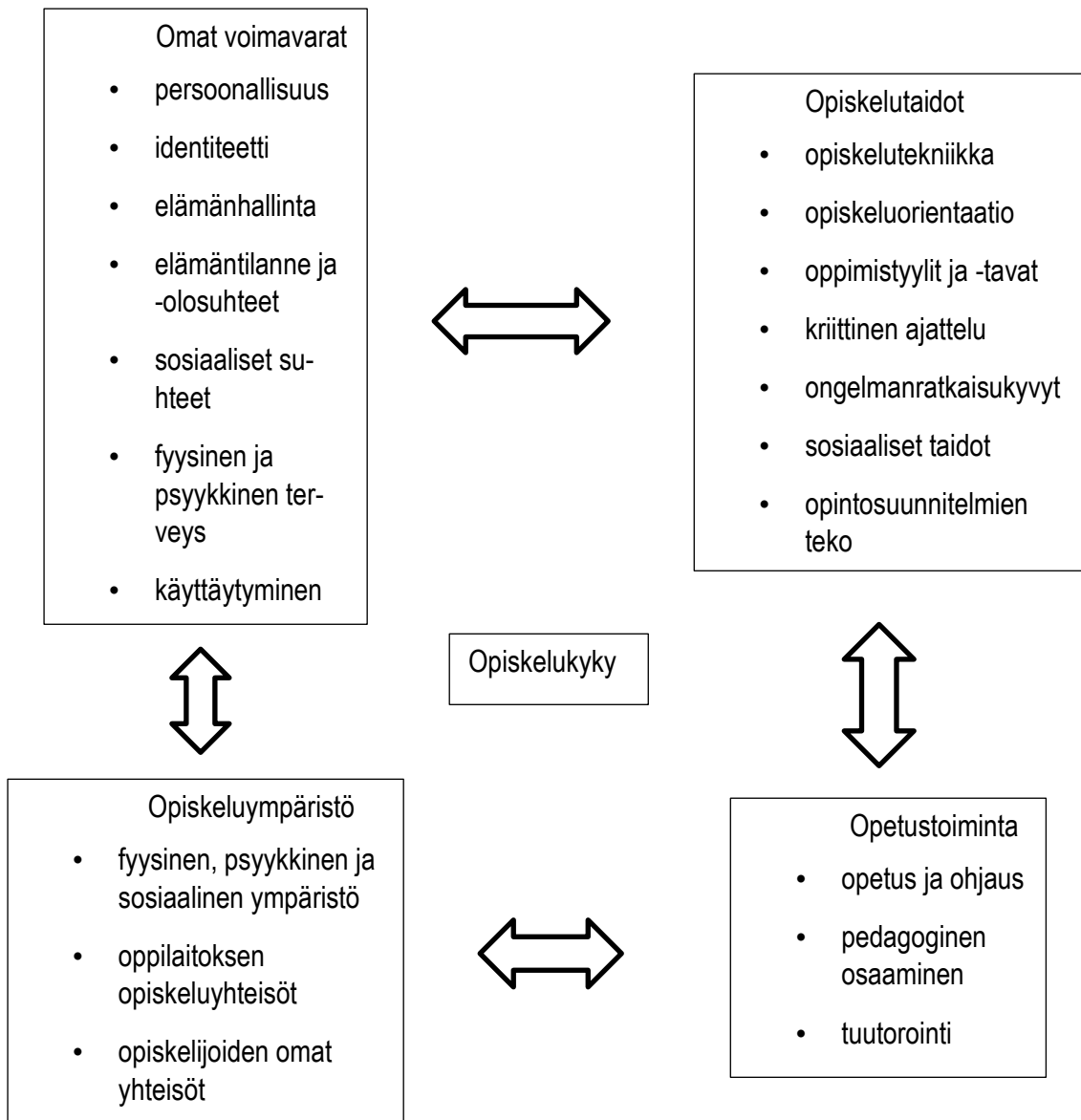
Fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä sekä terveyttä kuvaava ensimmäinen kerros on ikään kuin perusta opiskelukyvylle. Esimerkiksi juuri terveyden, epävarmuuden sietokyvyn ja elintapojen tulisi olla kunnossa, jotta opiskelijan opinnoilla olisi lähtökohtaisesti mahdollista edetä normitahdissa. Toinen kerros sisältää opiskelutaitoihin liittyviä tekijöitä, kuten valmiudet kokonaisuuksien hahmottamiseen, ryhmä- ja itsenäiseen työskentelyyn sekä ajankäytön suunnitteluun. Kolmas kerros taas kuvastaa opiskelijan omia arvoja, asenteita ja motivaatiota. Opiskelun tulisi vastata odotuksia ja olla opiskelijalle mielekästä sekä sopivan haasteellista, jotta opiskelukyky ei heikkenisi.

Kolme ensimmäistä kerrosta ovat sellaisia, joihin pystyy pääsääntöisesti vaikuttamaan vain opiskelija itse. Ammattikorkeakoulu, yhteiskunta tai opetusministeriö voi toki toiminnallaan ja päätöksillään tukea joitain alimpien kerrosten tekijöitä olemalla vuorovaikutuksessa opiskelijan kanssa, muttei kuitenkaan suoranaisesti pysty kohentamaan esimerkiksi opiskelijan elintapoja, motivaatiota tai asennetta opiskeluun.

Opiskelukykytalon neljännestä kerroksesta ovat päävastuussa korkeakoulut ja niiden henkilökunta. Niiden on pyrittävä aikaansaamaan ja ylläpitämään sellaisia tekijöitä, jotka mahdollistavat opiskelijan valmistumisen normiajassa ja hyvin oppimistuloksin. Tällaisia tekijöitä ovat muun muassa opinto-ohjauksen antaminen ja opetussuunnitelman laatiminen. Jotta opiskelukykyä voitaisiin ylläpitää ja kehittää mahdollisimman tehokkaasti, tulisi kaikkia opiskelukykytalon neljää kerrosta jatkuvasti kehittää. Kaikkien kerrosten tulisi olla vuorovaikutuksessa toisiinsa, jotta ne tukisivat ammattikorkeakouluopiskelijan opintopolkua ja opintojen etenemistä normiajassa mahdollisimman hyvin. (Kurri 2006, 49–51.)

Kuntun (2011, 34) dynaaminen opiskelukykymalli (kuvio 3) kuvastaa opiskelukykyä hieman eritavoin, mutta myös hänen mallinsa korostaa sitä, että opiskelukykyyen vaikuttavat osa-alueet ovat koko ajan vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Dynaamisessa opiskelukykymallissa opiskelukykyyen vaikuttavat tekijät on jaettu opiskelijan omiin voimavaroihin, opiskelutaitoihin, opetustoimintaan ja opiskeluympäristöön liittyviin tekijöihin. Mikäli opiskelijalla on ongelmia yhteen tai useam-

paan osa-alueeseen liittyvissä tekijöissä, on sillä todennäköisesti negatiivinen vaikutus hänen opiskelukykyensä.



KUVIO 3. Dynaaminen opiskelukyky malli (Kunttu 2011, 34)

Mallista voidaan selkeästi nähdä, että opiskelukykyyn vaikuttavat tekijät voidaan jakaa neljään eri kategoriaan, jotka ovat kaikki sidoksissa toisiinsa. Tässä mallissa ei ole havaittavissa priorisointia, eikä tiettyjen osa-alueiden ajatella olevan ikään kuin opiskelukyvyn ”perusta” kuten opiskelukyky-talomallissa. Voidaan ajatella, että dynaaminen opiskelukyky malli korostaa enemmän juuri osa-alueiden välistä vuorovaikutusta. Opiskelijan on identiteetti, elämäntilanteet sekä fyysinen ja psyykinen terveys vaikuttavat hänen opiskelutaitoihinsa, kuten esimerkiksi sosiaalisiin taitoihin, opintosuunnitelman tekoon ja opiskeluorientaatioon. Näihin opiskelutaitoihin vaikuttaa kuitenkin

myös opetustoiminta, kuten ammattikorkeakoululta saatava riittävä ohjaus ja opettajien ammattitaito. Toisaalta myös opiskeluympäristö ja opetustoiminta voivat vaikuttaa opiskelijan omiin voimavaroihin. Jos esimerkiksi ohjaus on puutteellista, opiskeluyhteisöön on vaikea mukautua, koulurakennus on huonokuntoinen ja siellä vallitsee huono ilmapiiri, saattaa näillä asioilla olla vaikutusta opiskelijan omiin voimavaroihin kuten elämänhallintaan, käyttäytymiseen ja terveyteen. Kaikki osa-alueet vaikuttavat siis paitsi opiskelukykyyn myös toisiinsa. Pyrkimällä parantamaan kaikkia osa-alueita ja niiden välistä vuorovaikutusta voi parhaalla mahdollisella tavalla kohentaa opiskelukykyä. (Rouhiainen 2010, 50)

3 OPINTOJEN VIIVÄSTYMINEN

Tässä kappaleessa käsitellään tarkemmin muutamia opintojen viivästymiseen vaikuttavista tekijöistä. Motivaatio vaikuttaa merkittävästi opintojen kulkuun ja sujuvuuteen. Mikäli opiskelijalla ei ole riittävästi motivaatiota opiskeluun, kasvaa riski opintojen viivästymiseen. Kappaleessa tarkastellaan sisäistä ja ulkoista motivaatiota sekä itsensä johtamista. Lisäksi käsitellään opiskelijoiden työssäkäyntiä ja sen vaikutusta opintojen etenemiseen sekä henkilökohtaisia syitä. Henkilökohtaisista syistä tarkastellaan mielenterveysongelmia, stressiä, syömishäiriöitä, unen määrää ja laatua, liikuntaa sekä peli- ja päihderiippuvuuksia.

3.1 Motivaatio

Motivaatio muodostuu motiiveista, joilla tarkoitetaan erilaisia toiminnan psyykkisiä syitä kuten haluja, tarpeita, viettejä, palkkioita ja rangaistuksia. Ihminen ei välttämättä tiedosta kaikkia motiivejaan, vaan ne voivat olla myös tiedostamattomia. Motivaatio on motiivien muodostama yksilön tila, josta riippuu mihin hänen mielenkiintonsa suuntautuu ja kuinka vireästi hän toimii. (Suomen Terveysliikuntainstituutti 2011, hakupäivä 15.4.2015.) Motivaatio määräytyy yksilön motiivien yhteisvaikutuksen ja voimakkuuden perusteella (Otavan Opisto 2015, hakupäivä 15.4.2015).

Motivaatio on opintojen etenemisen kannalta hyvin oleellinen ja tärkeä asia. Jos opiskelijan motivaatio on korkealla, opintojen viivästymisen todennäköisyys laskee. Motivaatio voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Ulkoinen motivaatio liittyy ympäristöstä saataviin kommentteihin, palautteeseen ja palkitsemiseen. Opiskelussa ulkoista motivaatiota voi olla esimerkiksi opintojaksoista saatavat arvosanat, opettajan esitelmästä antama positiivinen palaute tai perheenjäsenten hyvästä opiskelumenestyksestä antamat keuhut. Ulkoista motivaatiota on myös esimerkiksi raha sekä muut sellaiset asiat, joilla on lähinnä välinearvoa. Sisäisellä motivaatiolla tarkoitetaan sitä, että opiskelu itsessään tuottaa mielihyvää, ja opiskelija kokee sen miellyttävänä ja palkitsevana. (Suomen Mielenterveysseura 2015, hakupäivä 19.1.2015.)

Oppimisen kannalta sisäinen motivaatio on ulkoista motivaatiota hyödyllisempää ja tehokkaampaa, sillä jos opiskelija on sisäisesti motivoitunut, hän on aidosti kiinnostunut

opinnoistaan ja kokee opiskelun mielekkäänä. Tällöin opiskelija ei luovuta niin helposti, vaan jaksaa työskennellä kärsivällisesti ja ahkerasti saattaakseen opintonsa päätökseen, vaikka kohtaisi vaikeuksia matkan varrella. (Salovaara 2014, hakupäivä 19.1.2015) Sisäisesti motivoitunut opiskelija siis useimmiten suorittaa opintonsa loppuun normiajassa, kun taas niiden opiskelijoiden, joilla sisäistä motivaatiota ei ole, opinnot viivästyvät todennäköisemmin. Toisaalta myös ulkoinen motivaatio voi olla tehokasta; opiskelija voi esimerkiksi olla hyvinkin motivoitunut, vaikkei pitäisikään koulutuksestaan, jos hän esimerkiksi saavuttaa opintojen avulla haluamansa aseman työelämässä.

Itsensä johtaminen on myös tärkeää opintojen viivästyksen estämiseksi. On hyödyllistä osata hallita omia vahvuuksia ja osaamista. Bischofien (2004, 21) mukaan olisi tärkeää asettaa tavoitteita yksittäisiin tehtäviin keskittymisen sijaan. Esimerkiksi ammattikorkeakoulussa tavoitteena voisi olla valmistuminen, ja yksittäiset oppimistehtävät ja tentit ovat vain työkaluja, joiden avulla tavoite on mahdollista saavuttaa. Niistä on toki suoriuduttava, mutta on hyvä pitää mielessä myös tavoite, jotta pystyy paremmin hallitsemaan ja hahmottamaan kokonaiskuvan. Pitäisi siis toimia tavoitekeskeisesti ja toimia siten, että määränpää on saavutettavissa.

Toinen tärkeä asia itsensä johtamisessa on ajankäytön hallinta. Hyviin tuloksiin pääsee helpoiten, jos osaa käyttää aikansa oleellisiin asioihin. Opiskelussa esimerkiksi tulee keskittyä kunnolla opiskeltavaan asiaan ja pyrkiä sisäistämään opiskeltava asia. Tenttiviikkojen aikana on priorisoitava ja päätettävä, mitkä aiheet ovat oman opiskelun kannalta tärkeimpiä ja mihin ei tarvitse panostaa niin paljon aikaa. Ajankäytön suunnittelusta on monenlaista hyötyä. Se muun muassa estää unohtamista, poistaa keskeytyksiä ja häiriöitä sekä hermostumista ja stressiä, säästää aikaa sekä nostaa suorituskykyä ja motivaatiota. (Bischof & Bischof 2004, 44–45)

Päiväsuunnitelman laatiminen on yksi ajankäytön hallinnan työkaluista. Päiväsuunnitelman tulisi sisältää mahdollisimman realistiset päiväkohtaiset tavoitteet sekä aikataulun, josta ilmenee mitä asioita ja milloin päivän aikana on tarkoitus tehdä. Opiskelijan päiväsuunnitelmaan voi kuulua esimerkiksi jonkin oppimistehtävän kirjoittamista ja tenttiin lukemista. Tällaisen suunnitelman laatiminen selkeyttää päivän kulkua ja luo sille tietyn rakenteen, jolloin aikaa ei kulu turhaan miettimiseen ja tärkeät asiat eivät unohdu. (Bischof & Bischof 2002, 56)

3.2 Henkilökohtaiset syyt

Opintojen viivästymiseen vaikuttaa paljon erilaisia henkilökohtaisia syitä. Nämä syyt liittyvät opiskelijaan itseensä, eikä ammattikorkeakoulu voi toiminnallaan vaikuttaa niihin. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi opiskelijan terveys, erilaiset riippuvuudet ja elämäntapoihin liittyvät tekijät kuten unen ja liikunnan määrä. Tässä kappaleessa on eritelty muutamia näistä tekijöistä. Tarkastelun kohteena ovat mielenterveysongelmat, syömishäiriöt, stressi, uni ja liikunta sekä peli-, netti- ja päihderiippuvuus.

3.2.1 Mielenterveysongelmat

Mielenterveyden ongelmat ovat viime vuosina yleistyneet, ja korkeakouluopiskelijoista noin kolmannes kärsii niistä jossain vaiheessa elämäänsä. Raitasalon (2011, 50) mukaan mielenterveyden häiriöt ovat suurin haaste nuorten toimintakyvylle. Niistä johtuneiden sairauspoissaolojen ja työkyvyttömyyden määrä on jo pitkään ollut kasvussa. Erityisen haasteellista mielenterveysongelmista tekee se, että vain noin 20 - 40 prosenttia niistä kärsivistä nuorista on ollut avun piirissä, ja hoitoa saaneista nuoristakin ainoastaan pieni osa kokee saamansa hoidon riittäväksi ja toimivaksi. (Pynnönen 2011, 274) Tällöin ongelmat pitkittyvät ja niistä paraneminen muuttuu vaikeammaksi sairauden edetessä.

Eri mielenterveysongelmien, kuten esimerkiksi masennuksen, ahdistuneisuus- ja persoonallisuushäiriöiden, oireita voivat olla esimerkiksi alakuloisuus, uupumus, toimintakyvyn lamaantuminen, ahdistuneisuus, sosiaalisten tilanteiden pelko, mielenkiinnon menetys, keskittymis- ja muisti-vaikkeudet sekä unihäiriöt. (Lundbeck 2015, hakupäivä 13.2.2015) On selvää, että tällaisista oireista kärsivän korkeakouluopiskelijan opiskelukyky heikkenee, mikä aiheuttaa opintojen viivästymistä. Ongelmat ovat yhteiskunnalle merkittäviä, sillä mielenterveyden häiriöistä kärsiviä nuoria joutui vuonna 2013 eläkkeelle ennätysmäärä, noin 2800 alle 35-vuotiasta. Se tarkoittaa päivää kohden noin 7,7 nuorta. Yleisin syy oli masennus, toiseksi yleisin skitsofrenia ja kolmanneksi yleisin kaksisuuntainen mielialahäiriö. (Repo 2015, hakupäivä 9.2.2015) Vuosina 2009 - 2014 toteutetun Campus Conexus –hankkeen kyselytutkimuksen mukaan yli viidesosalla opiskelijoista on ollut jokin terveydellinen este, joka on hidastanut heidän opintojensa etenemistä. Yleisin tällainen este oli masennus. (Huttunen 2013, hakupäivä 16.2.2015.)

3.2.2 Syömishäiriöt

Myös syömishäiriöillä on negatiivinen vaikutus opintojen etenemiseen. Suomessa nuorista naisista noin kuusi prosenttia on kärsinyt syömishäiriöstä jossain vaiheessa elämäänsä. Syömishäiriö onkin nuorten naisten neljänneksi yleisin psyykinen ongelma. Sitä yleisempiä ovat ainoastaan masennus- ja ahdistuneisuushäiriöt sekä päihdeongelmat. Miehillä syömishäiriöt eivät ole niin yleisiä. Kaikista syömishäiriöön sairastuneista poikia tai miehiä arvioidaan olevan noin kymmenen prosenttia. Syömishäiriötä sairastaneiden kesken anoreksia, bulimia ja epätyypillinen syömishäiriö ovat jakaantuneet melko tasaisesti: kaikkia niitä sairastaa noin kolmasosa syömishäiriöstä kärsivistä. Miehillä bulimian osuus on suurempi. Usein syömishäiriötä sairastavilla esiintyy myös muita mielenterveysongelmia kuten masennusta ja päihteiden väärinkäyttöä sekä ahdistuneisuutta. (Lähteenmäki ym. 2014, 196–203.)

Syömishäiriö hallitsee siitä kärsivän henkilön päivittäistä elämää ja rutiineja. Usein syömisen ja oman painon ajattelu vie huomattavan osan syömishäiriöstä kärsivän henkilön ajasta ja voimavaroista. Anoreksiaa tai bulimiaa sairastavan keho on usein jatkuvasti nälkiintymistilassa, jolloin aivot eivät saa riittävästi rakennusaineita ja niiden toiminta heikkenee. Esimerkiksi riittämättömän energiansaannin, oksentelusta johtuvan elektrolyyttitasapainon heittelemisen tai ahmimisoksentamiskierteen vuoksi keho on erittäin kovan rasituksen alaisena, jolloin fyysinen jaksaminen kärsii. Tällöin on usein erittäin vaikeaa löytää voimavaroja opiskeluun. Syömishäiriö vaikeuttaa sosiaalista kanssakäymistä esimerkiksi häpeän, salailun ja epävarmuuden vuoksi. Näin ollen esimerkiksi jo pelkkä kotoa poistuminen voi olla ongelma, jolloin lähiopetukseen osallistumisesta tulee haastavaa. Syömisten suunnittelu ja mielitekojen vastustaminen hallitsee usein syömishäiriöstä kärsivän ajatuksia. Tällöin esimerkiksi opiskeluun keskittymisestä tulee miltei mahdotonta, jolloin annettuja tehtäviä ei saa tehtyä määräajassa ja näin ollen opinnot voivat viivästyä. (Koskinen 2014, hakupäivä 13.2.2015)

Syömishäiriön vaikutukset korkeakouluopiskelijan jaksamiseen ja opiskelukykyyn ovat huomattavia muun muassa siksi, että syömishäiriö on sekä mielen että kehon sairaus. (Viljanen 2015, hakupäivä 13.2.2015) Usein syömishäiriötä sairastava kärsii myös muista sairauksista kuten masennuksesta tai ahdistuneisuushäiriöstä. Syömishäiriö vaikuttaa siis opiskelijan toimintakykyyn niin psyykkisellä kuin fyysiselläkin tasolla, jolloin sen opintoja hidastava vaikutus on erittäin suuri. Vaikka syömishäiriöstä kärsivä löytäisi motivaatiota ja henkisiä voimavaroja opiskeluun, hänellä ei

välttämättä juuri sillä hetkellä ole tarpeeksi fyysistä jaksamista jotta hän kykenisi edistämään opintojaan.

3.2.3 Stressi

Stressi tarkoittaa sitä, että jokin asia koetaan erityisen vaativaksi, kuormittavaksi tai uhkaksi omalle hyvinvoinnille. Stressaava tilanne on sellainen, josta selviytymiseen omat keinot eivät ole riittävät. Opiskelustressiä voi ilmetä esimerkiksi tiukan aikataulun, puutteellisen opiskelutaidon, opintojen liian suuren määrän tai sosiaalisen tuen puutteen vuoksi. Stressi ja siihen johtavat tekijät ovat kuitenkin aina yksilöllisiä. Jollekin opiskelijalle tietty määrä opintoja voi olla sopiva ja kohtuullinen, mutta toiselle sama määrä saattaa aiheuttaa stressiä. Stressi on haitallista opintojen etenemisen kannalta, sillä pitkään jatkuessaan se saattaa aiheuttaa esimerkiksi vaikeuksia keskittymisessä ja nukkumisessa, ärtyneisyyttä, itkuherkkyyttä sekä väsymystä ja uupumusta. Stressi voi altistaa myös masennukselle ja ahdistuneisuudelle. (Kokkolan yliopistokeskus Chydenius 2013, hakupäivä 15.2.2015)

Pitkittyneenä stressi alentaa immuunijärjestelmän toimintaa, heikentää itsetuntoa ja suorituskykyä, heikentää muistia sekä aiheuttaa haittaa sosiaalisille suhteille. Stressi voi myös myötävaikuttaa syöpään, onnettomuuksiin ja sydän- ja verisuonitauteihin. (Salmimies & Ruutu 2009, 100.) Lisäksi se voi aiheuttaa muitakin fyysisiä oireita, kuten kipua, hampaiden narskutusta, vatsaoireita, seksuaalista haluttomuutta, jännitystä lihaksissa ja hengenahdistusta. (Pietikäinen 2009, 63.) Stressaantuneena opintojen eteneminen helposti hidastuu, minkä vuoksi opiskelija tuntee usein syyllisyyttä ja häpeää. Tällöin hänen stressitasonsa saattaa edelleen kasvaa ja opiskelukyky heikentyä. (Kokkolan yliopistokeskus Chydenius 2013, hakupäivä 15.2.2015)

3.2.4 Uni ja liikunta

Unen määrään ja laatuun tulisi myös kiinnittää huomiota. Uniongelmat ovat suomalaisten aikuisten keskuudessa yleinen vaiva. (Hannula & Mikkola) Noin 4 - 10 prosenttia kärsii pitkäaikaisesta unettomuudesta, ja satunnainen unenpuute vaivaa noin kahta kolmasosaa. (Castrén 2000, hakupäivä 15.2.2015) Samoin uniongelmat ovat yleisiä myös korkeakouluopiskelijoilla. Heidän unettomuuteensa pääasiallisia syitä ovat ongelmat ihmissuhteissa sekä stressi ja opiskelupaineet. Unettomuus vaikuttaa herkästi niin fyysiseen kuin psyykkiseenkin jaksamiseen. Unen riittävä

määrä on tärkeää oppimisen, muistin ja immuunijärjestelmän toiminnan kannalta. (Hannula & Mikkola 2011, 203–204) Jos opiskelija ei saa tarpeeksi unta, hänen jaksamisensa heikkenee, minkä vuoksi hänellä ei ole niin paljon voimavaroja opintoihin. Tällöin opinnot herkästi viivästyvät. Huomattavaa on myös se, että unettomuus vähentää keskittymiskykyä ja altistaa mielenterveyden häiriöille. (Castrén 2000, hakupäivä 15.2.2015)

Korkeakoulut tarjoavat opiskelijoilleen useita erilaisia liikuntamahdollisuuksia. Liikkuminen vaikuttaa niin opiskelijan fyysiseen kuin psyykkiseenkin hyvinvointiin. Lisäksi liikunta voi edesauttaa sosiaalisia suhteita esimerkiksi erilaisten ryhmäliikuntatuntien kautta. Liikunta saattaa myös vähentää masennusta. (Ansala 2011, 143.) Liikunnan avulla opiskelija saattaa onnistua irtaantumaan arjesta, mikä saattaa esimerkiksi vähentää stressiä tai ahdistusta. Lisäksi säännöllinen liikunta parantaa opiskelijan fyysistä jaksamista, joka taas vaikuttaa myönteisesti hänen opiskelukykyynsä.

3.2.5 Riippuvuudet

Opiskelijan hyvinvointiin ja jaksamiseen saattaa vaikuttaa myös monenlaisia riippuvuuksia. Näistä yleisimpiä ovat alkoholi-, peli- ja nettiriippuvuus. Peliriippuvuus vaatii henkilöltä kohtuuttomasti niin rahaa kuin aikaakin. Se vaikuttaa kielteisesti kaikkiin elämäntilanteisiin; esimerkiksi fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, sosiaalisiin suhteisiin ja opiskeluun. Myös peliriippuvuuteen saattaa liittyä muitakin ongelmia, kuten masennusta. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015, hakupäivä 15.2.2015) Niin opiskelijoiden peli- kuin nettiriippuvuus ovat koko ajan kasvussa. Tällöin kohtuuttoman suuri osa opiskelijan ajasta menee netissä tai pelien äärellä. Tällainen riippuvuus vieraannuttaa helposti reaalielämästä, jolloin opiskelulle, tentteihin lukemiselle ja lähiopetukseen osallistumiselle ei enää ole tarpeeksi aikaa tai voimavaroja. Tällöin opiskelija herkästi jää kotiin, ja pitkään jatkuessaan peli- tai nettiriippuvuus aiheuttaa näin ollen haittaa myös sosiaalisille suhteille ja sitä myötä edesauttaa syrjäytymistä. (Hannus 2013, hakupäivä 13.2.2015)

Päihteitä ovat muun muassa alkoholi, huumausaineet sekä päihtymistarkoituksessa käytetyt lääkkeet ja tupakka. Päihteet aiheuttavat väliaikaisia muutoksia aistimuksissa, mielialoissa, käytöksessä, tunteissa ja tietoisuudessa. (Oulun kaupunki 2009 - 2011, hakupäivä 15.2.2015) Useimmiten opiskelijoiden alkoholinkäyttö liittyy sosiaalisiin suhteisiin ja hauskanpitoon, mutta noin kymmenelle prosentille opiskelijoista se on ongelmallista ja liiallinen käyttö jatkuu myös opis-

kelun loputtua. Osalla opiskelijoista päihteiden runsas käyttö liittyy masennus- tai ahdistusoireiden lievittämiseen. Päihteet eivät kuitenkaan ole ratkaisu näihin oireisiin, vaan pitkällä aikavälillä tarkasteltuna ne pahentavat niitä. Päihteiden runsas käyttö aiheuttaa monenlaisia ongelmia muun muassa fyysiseen terveyteen. Lisäksi se vaikeuttaa elämänhallintaa, heikentää muistia ja hahmotuskykyä, lisää riskiä sairastua masennukseen sekä aiheuttaa uniongelmia ja ylipainoa. Päihteiden liiallisen käytön seurauksena opinnot helposti viivästyvät, sillä esimerkiksi uniongelmat, huono muisti ja elämänhallinnan ongelmat ovat haitallisia opintojen etenemiselle. (Niemelä 2011, 301–302)

3.3 Työssäkäynti

Monet korkeakouluopiskelijat työskentelevät opintojensa ohella turvatakseen toimeentulonsa. Työ ja työpaikka vaativat usein sitoutumista. Koska opiskelijan tulisi myös osallistua lähiopetustunneille, jotka pidetään pääsääntöisesti päivisin, on työelämän ja opintojen yhdistäminen usein hankalaa, ja opinnot saattavat kärsiä siitä. Opiskelu ei myöskään rajoitu lähiopetustunteihin, vaan lisäksi ammattikorkeakoulussa opiskelevan tulee kotona esimerkiksi valmistella esitelmää, kirjoittaa esseitä ja lukea tentteihin. Kun työssäkäynti vie ison osan opiskelijan ajasta, on koulutehtäviin käytettävissä vähemmän aikaa, eikä kaikkea välttämättä ehdi tehdä. Pitkällä aikavälillä tämä johtaa helposti opintojen viivästymiseen. (Penttilä & Niemelä 2008, 73–74.)

Mikäli opiskelija kuitenkin pyrkii panostamaan työssäkäynnin lisäksi täysipainoiseen opiskeluun eli lähiopetustuntien ja työskentelyn jälkeen vielä tekee oppimistehtäviä ja lukee tentteihin, hänelle jää erittäin vähän vapaa-aikaa. Tällöin opiskelija ei ehdi esimerkiksi nähdä kavereitaan, jolloin hänen sosiaaliset suhteensa saattavat kärsiä. Tämä saattaa joissain tapauksissa johtaa jopa eristäytymiseen ja syrjäytymiseen. Opiskelijalle ei myöskään tällöin jää aikaa riittäviin yöuniin, mikä on terveydelle haitallista. Jatkuvasta kiireestä ja rentouttavan vapaa-ajan puutteesta voi seurata stressiä, ahdistusta ja liiallista kuormitusta, jolloin seurauksena voi olla jopa opiskeluvuoritus.

Opintojen ohella työskentely on hyvin yleistä. Työ- ja elinkeinoministeriön teettämän tutkimuksen mukaan jopa 58 prosenttia ammattikorkeakouluopiskelijoista on työskennellyt ainakin jonkin verran opintojensa aikana. Kesäisin opiskelijoilla ei pääsääntöisesti ole lähiopetusta, joten moni

opiskelija käy silloin töissä. Kuitenkin lukukausienkin aikana ammattikorkeakouluopiskelijoista työskentelee noin puolet. (Aho, Hynninen, Karhunen & Vanttaja 2012, 96)

Karhusen (2015, hakupäivä 5.2.2015) mukaan tilastojen perusteella voidaan havaita, että opintojen ohella työskentely haittaa opintomenestystä. Se vaikuttaa alentavasti arvosanoihin, aiheuttaa opintojen viivästymistä ja kasvattaa riskiä opintojen keskeytymiselle. Työuran kannalta opintojen ohella työskentelemisestä on tietenkin hyötyä, kun opiskelija saa työkokemusta ja luo yhteyksiä sidosryhmiin, mutta hyödyt ovat kuitenkin verrattain pieniä. Usein opintojen ohella tehtävä työ ei myöskään liity lainkaan opiskelijan omaan alaan, jolloin työ ei lainkaan tue opintoja tai päinvastoin.

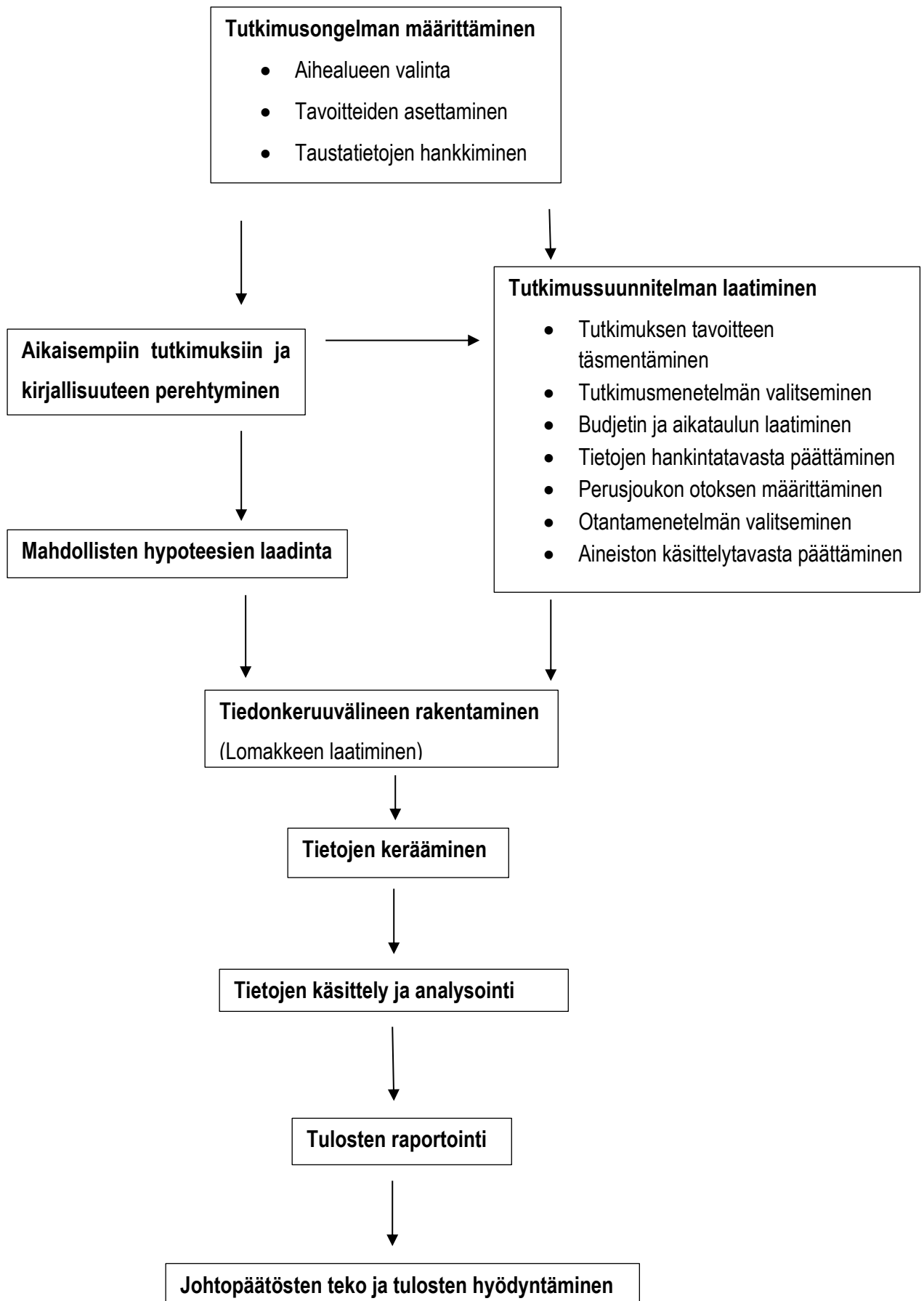
4 EMPIIRINEN OSUUS

Tähän opinnäytetyöhön liittyvä tutkimus on suoritettu tilastollista tutkimusmenetelmää käyttäen. Tässä osiossa käsitellään hieman tilastollista tutkimusta ja sen eri vaiheita. Sen jälkeen käydään läpi tähän tutkimukseen liittyvän aineiston keruuta. Lopuksi esitellään osittain strukturoidun kyselylomakkeen avulla kerätyt tutkimustulokset. Ensimmäisenä tuloksista käydään läpi vastaajien taustatietoja kuten ikää, sukupuolta ja koulutustaustaa. Sitten tarkastellaan opintojen viivästymiseen eniten vaikuttavia tekijöitä sekä väittämiä opiskelijan omiin voimavaroihin, opiskelutaitoihin, opetustoimintaan ja opiskeluympäristöön liittyen. Viimeisenä käsitellään lomakkeen avoimiin kysymyksiin saadut vastaukset.

4.1 Tilastollinen tutkimus

Tähän opinnäytetyöhön liittyvä kysely on suoritettu tilastollisella eli kvantitatiivisella menetelmällä, koska yhdessä toimeksiantajan ja ohjaavan opettajan kanssa tultiin siihen tulokseen, että suorittamalla aineiston keruu näin saadaan toimeksiantajan kannalta validimpaa tietoa tutkimusongelmasta. Tilastolliselle tutkimukselle tyypillistä on suuri otos eli vastauksia pyritään saamaan riittävän paljon. Tulosten avulla on usein tarkoitus selvittää muun muassa prosenttiosuuksia ja eri tekijöiden välisiä riippuvuuksia. Tutkimus tehdään usein käyttäen valmiit vastausvaihtoehdot sisältävää lomaketta, jolloin saadaan tietoa sellaisessa muodossa, että siitä voidaan muokata taulukkoja ja yrittää yleistää saatujen vastausten avulla tietoa isompaan joukkoon. (Heikkilä 2014, 15.)

Kuviossa 4 on eriteltyä tilastollisen tutkimusprosessin eri vaiheet. Ennen kuin itse tutkimusta aletaan tehdä, tulee valita tutkimuksen aihe ja hankkia siihen riittävästi taustatietoja. Sitten laaditaan tutkimussuunnitelma, jossa määritellään muun muassa tutkimusongelmat, laaditaan aikataulu ja valitaan perusjoukosta otos sekä tiedonkeruumenetelmä. Seuraavaksi laaditaan lomake, jonka avulla kerätään halutut tiedot. Tulokset käsitellään ja analysoidaan, minkä jälkeen niistä raportoidaan ja tehdään johtopäätökset, jotta tuloksia pystyttäisiin hyödyntämään.



KUVIO 4. Tilastollinen tutkimusprosessi (Heikkilä 2014, 23)

4.2 Aineiston keruu

Tutkimuksen kohderyhmänä eli perusjoukkona olivat kaikki Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikössä liiketalouden, kirjasto- ja tietopalvelualan tai tietojenkäsittelyn koulutusohjelmassa olevat opiskelijat, joiden opintojen kesto oli ylittänyt normiajan eli kolme ja puoli vuotta. Tutkimus rajattiin siten, että kysely lähetettiin ainoastaan suomenkielisten koulutusohjelmien opiskelijoille. Perusjoukon koko oli 113.

Aineisto kerättiin kyselylomakkeella käyttäen apuna Webropol-työkalua. Kysely lähetettiin tutkimuksen kohderyhmälle sähköpostitse. Aineistoa alettiin kerätä 15.10.2014. Aluksi vastaukset pyydettiin 26.10.2014 mennessä, minkä jälkeen lähetettiin vielä muistutusviesti niille opiskelijoille, jotka eivät olleet vastanneet kyselyyn. Tällöin vastausaikaa annettiin 9.11.2014 asti.

Aineiston keräämistä varten laadittiin osittain strukturoitu kyselylomake (liite 1). Suurimpaan osaan kysymyksistä annettiin valmiit vastausvaihtoehdot, jotta saataisiin mahdollisimman vertailukelpoisia ja helposti käsiteltävissä olevia tuloksia. Kyselylomakkeen alussa kysyttiin perustietoja vastaajasta, kuten esimerkiksi ikä, sukupuoli ja koulutustausta. Tämän jälkeen lomakkeessa esitettiin erilaisia opintojen viivästymiseen liittyviä väitteitä, joiden paikkansapitävyyttä vastaajaa pyydettiin omalla kohdallaan arvioimaan. Vastausvaihtoehtoja oli kuusi: täysin eri mieltä, osittain eri mieltä, ei samaa eikä eri mieltä, osittain samaa mieltä, täysin samaa mieltä sekä en osaa sanoa. Väitteet jaoteltiin neljään eri osa-alueeseen, jotka pohjautuivat tässä työssä aiemmin esiteltyyn Kuntun (2011) dynaamiseen opiskelukykymalliin. Nämä kategoriat olivat omat voimavarat, opiskelutaidot, opetustoiminta sekä opiskeluympäristö. Lopuksi lomakkeessa oli lisäksi kaksi avointa kysymystä, eli sellaista joihin vastaaja sai vapaasti muotoilla oman vastauksensa. Ensimmäisenä kysyttiin, mikä olisi auttanut vastaajaa suorittamaan opintonsa normiajassa. Toiseen avoimeen kohtaan vastaaja sai kommentoida täysin vapaasti opintojen viivästymistä ja siihen liittyviä asioita. Vastauksia kyselyyn saatiin yhteensä 37 eli perusjoukon ollessa 113 vastausprosentti oli noin 33.

4.3 Tulokset

Kyselyyn vastasi siis yhteensä 37 ihmistä vastausprosentin ollessa 33. Heistä miehiä oli 62 prosenttia ja naisia 38 prosenttia. Kyselyyn vastanneiden ikäjakauma oli 19 – 48 vuotta. Vastanneis-

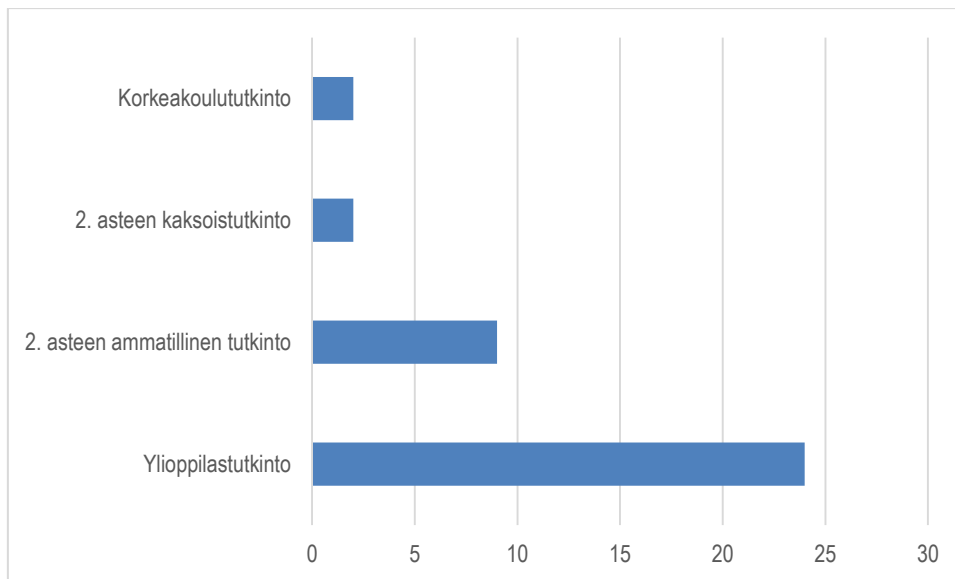
ta puolet, eli 50 prosenttia, oli 25 – 30-vuotiaita. Alle 25-vuotiaita oli 17 prosenttia vastanneista ja yli 30-vuotiaita 33 prosenttia. Keskimääräinen ikä oli 30 vuotta. Naispuolisten vastaajien iän keskiarvo oli 29 vuotta, ja miehillä vastaava luku oli 30. Taulukosta 1 voidaan nähdä, että vastaajien iät ovat eri sukupuolten välillä jakaantuneet eri tavoin.

TAULUKKO 1. Vastaajien iät sukupuolen mukaan

Vastaajan ikä	Nainen (n=14) %	Mies (n=23) %
Alle 25 vuotta	36	4
25–30 vuotta	29	61
Yli 30 vuotta	36	35

Naispuolisten vastaajien ikä on jakaantunut tasaisemmin; 36 prosenttia vastaajista on ollut alle 25-vuotiaita ja myös 36 prosenttia yli 30-vuotiaita. 29 prosenttia on ollut 25 – 30-vuotiaita. Miesten kohdalla ikä on jakaantunut epätasaisemmin. Suurin osa, eli 61 prosenttia, vastaajista on ollut iältään 25 – 30 vuotta. 35 prosenttia on ollut yli 30 vuotta, kun taas alle 25-vuotiaita on ollut ainoastaan neljä prosenttia.

Kuviosta 5 voi nähdä, että suurin osa Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikön opiskelijoista on suorittanut ylioppilastutkinnon ennen yksikköön tuloa. Näitä opiskelijoita oli 24 eli 65 prosenttia vastaajista. 2. asteen ammatillisen tutkinnon suorittaneita oli 24 prosenttia. Korkeakoulututkinto ja 2. asteen kaksoistutkinto oli viidellä prosentilla kyselyyn vastanneista opiskelijoista.



KUVIO 5. Koulutustausta

Suurin osa kyselyyn vastanneista opiskelijoista opiskeli liiketalouden koulutusohjelmassa. Heitä oli 26 eli 70 prosenttia vastaajista. Tietojenkäsittelyn koulutusohjelmassa vastanneista opiskeli 22 prosenttia ja kirjasto- ja tietopalvelualaa kahdeksan prosenttia. Vastaajista 68 prosentilla opinnot olivat viivästyneet ½ - 1 vuotta. Neljällätoista prosentilla opinnot olivat viivästyneet alle puoli vuotta, ja vastaajista 19 prosenttia oli harkinnanvaraisella lisäajalla, eli heidän opintonsa olivat viivästyneet yli vuoden.

Lomakkeessa kysyttiin, mitkä asiat ovat vastaajan mielestä eniten viivästyttäneet hänen opintojaan (liite 2). 62 prosenttia vastaajista oli sitä mieltä, että suurin syy opintojen viivästyneeseen on työssäkäynti opintojen ohella. 54 prosenttia piti myös motivaation puutetta merkittävänä tekijänä opintojen viivästyneeseen suhteen. Muutamien opiskelijan mielestä myös huonolla fyysisellä terveydellä, henkisellä pahoinvoinnilla ja mielenterveyden ongelmilla, opetuksen huonolla laadulla, opintojen haasteellisuudella, oppilaitoksen riittämättömällä tuella ja informoinnilla, elämäntilanteen muutoksella sekä peliriippuvuudella oli suuri vaikutus siihen, etteivät opinnot ole edenneet normiajassa. Kysymykseen oli vaihtoehtona myös päihteiden käyttö, mutta kukaan vastaajista ei kokenut sen olevan merkittävin opintojen viivästyneeseen johtanut tekijä. Kysymykseen oli mahdollista myös kirjoittaa oma vapaamuotoinen vastaus. Opintoja on viiväyttänyt muun muassa ulkomailla asuminen, vaihto-opiskelu, väärä valinta opinnäytetyön aiheeseen, yrityksen perustaminen, yleinen mielenkiinnon puute, ajatus opiskelupaikan väliaikaisuudesta, etäopiskelumahdollisuuksien ja joustavien opiskelutapojen puute sekä samaan aikaan tutkinnon suorittaminen yliopistossa.

Taulukossa 2 on esitetty tulokset vastaajien omia voimavaroja koskeviin tekijöihin, joilla on vaikutusta opintojen viivästymiseen.

TAULUKKO 2. Omat voimavarat

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Olen kiinnostunut opiskelemastani alasta.	16	12	5	4	0	0
Koen voivani vaikuttaa omaan elämääni.	17	16	2	2	0	0
Elämäni on tasapainossa.	13	13	7	4	0	0
Minulla ei ole taloudellisia ongelmia.	17	7	5	3	5	0
Minulla on riittävästi ystäviä.	26	5	1	4	1	0
Olen sosiaalisesti aktiivinen.	16	12	5	2	2	0
Fyysinen terveydentilani on hyvä.	21	11	1	3	1	0
Henkinen terveydentilani on hyvä.	16	12	5	4	0	0
Olen masentunut.	0	4	4	6	21	2
Minulla on mielenterveysongelmia.	0	2	6	1	27	1
Minulla on syömishäiriö.	0	0	0	1	34	2
Pelkään tulevaisuutta.	2	7	7	6	14	1
Pelkään muutoksia.	0	6	6	6	18	1
Käytän runsaasti päihteitä.	0	1	1	6	27	2
Olen stressaantunut.	5	14	8	7	2	1
Minulla on peliriippuvuus.	0	2	2	2	30	1
Minulla on lukihäiriö tai jokin muu oppimista vaikeuttava tekijä.	1	0	2	3	30	1
Olen motivoitunut liiketalouden yksikössä opiskeluun.	8	9	11	8	1	0

Taulukosta nähdään, kuinka moni vastaaja on valinnut tietyn vaihtoehdon väitteisiin. 76 prosenttia vastaajista on täysin tai osittain samaa mieltä siitä, että he ovat kiinnostuneita opiskelemastaan alasta. 89 prosenttia kokee voivansa vaikuttaa elämäänsä ja 70 prosentilla elämä on heidän omasta mielestään tasapainossa. Nämä tekijät eivät siis vaikuta kovinkaan monen opiskelijan opintojen etenemiseen, mutta osalla vastaajista kuitenkin on hieman ongelmia elämänhallintansa kanssa. Taloudellisia ongelmia on noin 21 prosentilla vastaajista. Tästä voidaan päätellä, että

moni opiskelija joutuu keskittymään opintojen lisäksi myös työssäkäyntiin turvatakseen taloudellisen tilanteensa, jolloin opintoihin ei jää riittävästi aikaa ja niiden eteneminen saattaa hidastua.

84 prosentilla vastaajista on mielestään riittävästi ystäviä ja 76 prosenttia kokee olevansa sosiaalisesti aktiivisia. 86 prosentilla on hyvä fyysinen terveys ja 76 prosenttia kokee myös psyykkisen terveydentilansa täysin tai osittain hyväksi. Kuitenkin 11 prosenttia kokee osittain kärsivänsä masennuksesta ja viisi prosenttia mielenterveysongelmista. 92 prosenttia vastaajista ei sairasta syömishäiriötä, mutta loput eivät osaa sanoa tai ovat vain osittain eri mieltä siitä, ettei heillä ole syömishäiriötä. 89 prosenttia on täysin tai osittain sitä mieltä, että he eivät käytä runsaasti päihteitä. 24 prosenttia vastaajista pelkää tulevaisuutta ja 16 prosenttia muutoksia. 14 prosenttia ei osaa sanoa tai on osittain samaa mieltä siitä, että heillä on peliriippuvuus. Suurin osa vastaajista ei siis koe, että tällaiset henkilökohtaiset syyt kuten mielenterveysongelmat ja eri riippuvuudet viivästyttäisivät heidän opintojaan. Osalla opiskelijoista kuitenkin on ongelmia näillä osa-alueilla ja ne vaikeuttavat heidän opiskeluaan ja hidastavat opintojen etenemistä. Lukihäiriö tai muu oppimisvaikeus on ainoastaan yhdellä kyselyyn vastanneista opiskelijoista, joten sekään ei ole yleinen tekijä opintojen hitaalle etenemiselle.

Kyselyyn vastanneista opiskelijoista yli puolet, eli 51 prosenttia, kokee olevansa täysin tai osittain stressaantuneita. Stressin kokeminen näyttäisi siis olevan hyvin yleinen tekijä opiskelijoilla, joiden opinnot eivät ole edenneet normiajan puitteissa. Myös motivaation puute vaikuttaisi olevan merkittävä tekijä opintojen viivästykselle; vain 46 prosenttia on täysin tai osittain sitä mieltä, että he ovat motivoituneita opiskelemaan liiketalouden yksikössä. 30 prosenttia ei ole samaa eikä eri mieltä, ja 24 prosenttia on osittain tai täysin sitä mieltä, ettei motivaatiota liiketalouden yksikössä opiskeluun ole.

Taulukossa 3 on esiteltyä tulokset opiskelutaitoja koskeviin väitteisiin liittyen.

TAULUKKO 3. Opiskelutaidot

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Olen löytänyt itselleni parhaiten soveltuvan opiskelutekniikan.	6	15	2	11	3	0
Olen hyvin orientoitunut opiskeluun.	4	7	8	17	1	0
Osaan ajatella kriittisesti.	17	14	4	0	0	2
Hallitsen hyvin ajankäyttöäni.	4	5	5	19	4	0
Olen hyvä ratkaisemaan ongelmia.	14	16	3	3	0	1
En lannistu helposti.	15	11	5	4	1	1
Olen tehnyt henkilökohtaisen opintosuunnitelman.	6	9	7	8	6	1
Tulen hyvin toimeen erilaisten ihmisten kanssa.	17	17	3	0	0	0
Osaan mukautua erilaisiin sosiaalisiin ympäristöihin.	17	14	5	0	0	1

Itselleen parhaiten sopivan opiskelutekniikan on löytänyt 16 prosenttia vastaajista, ja 41 prosenttia on osittain sitä mieltä, että parhaiten soveltuva tekniikka on löytynyt. 38 prosenttia on osittain tai täysin sitä mieltä, että parhaiten itselle soveltuva tekniikka ei ole löytynyt. Tämä näyttäisi siis jakavan opiskelijoiden mielipiteet melko tasaisesti. Lähes puolet eli 49 prosenttia vastaajista ei ole mielestään orientoitunut opiskeluun hyvin ja jopa 62 prosenttia on sitä mieltä, että ei hallitse ajankäyttöään hyvin. Henkilökohtaisen opintosuunnitelman teko kuuluu Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikössä opintoihin pakollisena osana, mutta taulukosta voidaan nähdä, että kysyttäessä onko opiskelija tehnyt sellaisen, vastaukset jakautuivat hyvin tasaisesti. Läheskään kaikki opiskelijat eivät siis olleet tehneet sitä.

Kukaan kyselyyn vastanneista opiskelijoista ei ollut sitä mieltä, ettei osaisi ajatella kriittisesti. Myös ongelmanratkaisukykyä löytyy suurimmalta osalta: 81 prosenttia on sitä mieltä, että he ovat hyviä ratkaisemaan ongelmia. Suurin osa ei myöskään lannistu helposti, mutta kuitenkin 14 prosenttia vastaajista kokee lannistuvansa herkästi. Miltei kaikki kyselyyn vastanneet opiskelijat, 92 prosenttia, on täysin tai osittain sitä mieltä, että he tulevat hyvin toimeen erilaisten ihmisten kans-

sa. Niin ikään suurin osa vastaajista, 84 prosenttia, osaa mukautua erilaisiin sosiaalisiin ympäristöihin.

Taulukossa 4 on eriteltyä opetustoimintaa koskevat vastaukset.

TAULUKKO 4. Opetustoiminta

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Olen tyytyväinen opetuksen laatuun liiketalouden yksikössä.	2	22	3	10	0	0
Lähiopetusta on riittävästi.	17	14	1	3	1	1
Olisin kaivannut enemmän opetusta verkkoon.	7	6	8	8	6	2
Opetusmateriaali tukee hyvin oppimistani.	4	21	6	4	1	1
Ohjaus opintojen alkuvaiheessa oli riittävää.	10	16	5	5	1	0
Ohjaus opintojen aikana on ollut riittävää.	7	16	6	5	3	0
Olen hyödyntänyt tuutorointia riittävästi.	7	9	7	10	4	0
Opetus on kannustavaa.	3	14	11	7	2	0
Yksikkö tukee ja kannustaa riittävästi suorittamaan tutkinnon loppuun.	15	9	7	6	0	0
Yksikön tukitoimista informoidaan tarpeeksi hyvin.	7	15	10	5	0	0
Ohjaaja/tuutoropettaja rohkaisee hakemaan apua, mikäli opintojen etenemisessä alkaa ilmetä ongelmia.	8	13	6	8	1	1
Koen, että minusta ja opintojeni etenemisestä ollaan kiinnostuneita yksikössä.	5	18	7	4	2	1

Kysyttäessä opetuksen laadusta vastaajista 59 prosenttia on osittain tyytyväisiä siihen. Täysin tyytyväisiä on viisi prosenttia ja 27 prosenttia kyselyyn vastanneista opiskelijoista oli osittain eri mieltä siitä, että opetus on laadukasta. Lähiopetuksen määrä koettiin pääosin riittäväksi. 46 prosenttia oli täysin samaa mieltä ja 38 prosenttia osittain samaa mieltä siitä, että lähiopetusta järjestetään tarpeeksi. 68 prosenttia opiskelijoista on täysin tai osittain sitä mieltä, että opetusmateriaali tukee hyvin heidän oppimistaan. Vain yksi opiskelija oli täysin eri mieltä asiasta. Verkkopetuksen suhteen mielipiteet jakoutuivat erittäin tasaisesti. 35 prosenttia olisi halunnut enemmän

opetusta verkkoon, 27 prosentilla ei ollut mielipidettä asiasta ja 38 prosenttia ei olisi kaivannut enemmän verkko-opetusta. 46 prosenttia on täysin tai osittain sitä mieltä, että opetus liiketalouden yksikössä on kannustavaa. Yli puolet vastaajista siis toivoisi kannustavampaa opetusta.

Opintojen alkuvaiheen ohjaus on ollut täysin riittävää 27 prosentin ja osittain riittävää 43 prosentin mielestä. Suurin osa opiskelijoista on siis kohtuullisen tyytyväisiä opintojen alkuvaiheessa järjestettävän ohjauksen määrään. Opintojen aikana tapahtuvaa ohjausta kaivattaisiin hieman enemmän, sillä vain 19 prosentin mielestä se on ollut riittävää. Kuitenkin suurin osa on osittain tyytyväisiä siihen. Tuutoroinnin hyödyntäminen vaihtelee paljon opiskelijoiden välillä. 43 prosenttia heistä on täysin tai osittain samaa mieltä siitä, että on hyödyntänyt sitä riittävästi. 19 prosenttia ei ole samaa eikä eri mieltä, ja 38 prosenttia osittain tai täysin eri mieltä. Yksikön tukitoimista informointiin suurin osa vastaajista on osittain tyytyväisiä tai ei ole samaa eikä eri mieltä. Kukaan kyselyyn vastanneista ei ole täysin tyytymätön informoinnin määrään.

65 prosenttia kyselyyn vastanneista on täysin tai osittain sitä mieltä, että liiketalouden yksikön kannustus tutkinnon loppuun saattamisessa on riittävää. Kukaan opiskelijoista ei ilmoittanut olevansa täysin tyytymätön kannustuksen määrään. 57 prosentin mielestä ohjaaja tai tuutoropettaja rohkaisee hakemaan apua, mikäli opintojen etenemisessä alkaa ilmetä ongelmia. 24 prosenttia oli asiasta eri mieltä. Lähes puolet, eli 49 prosenttia, vastaajista kokee, että heistä ja heidän opintojensa etenemisestä ollaan yksikössä osittain kiinnostuneita. 14 prosenttia on täysin samaa mieltä siitä, että heistä ja heidän opinnoistaan ollaan kiinnostuneita, 19 prosenttia ei ole samaa eikä eri mieltä ja 16 prosenttia on osittain tai täysin eri mieltä.

Kyselylomakkeen seuraavassa vaiheessa oli väittämiä, jotka liittyivät opiskeluympäristöön (taulukko 5).

TAULUKKO 5. Opiskeluympäristö

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Koulurakennus on viihtyisä.	8	18	6	5	0	0
ATK-tiloja on riittävästi.	18	12	3	3	1	0
Koulun ilmapiiri on hyvä.	10	21	4	0	0	2
Olen tyytyväinen opiskelijajärjestöjen toimintaan.	4	11	10	1	1	10
Saan opiskelijakavereiltani tukea opintoihini.	8	13	12	4	0	0
Minun on helppo olla koulussa.	11	13	10	3	0	0
Minua ahdistaa mennä kouluun.	1	3	5	7	21	0
Olen jäänyt opiskeluyhteisön ulkopuolelle.	3	7	10	3	12	2
Minua kiusataan koulussa.	0	0	0	0	34	3

70 prosenttia vastanneista piti Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikön koulurakennusta ainakin osittain viihtyisänä. Kukaan ei ollut täysin eri mieltä siitä, että koulurakennus on viihtyisä. Myös ATK-tilojen riittävyyteen suurin osa opiskelijoista oli tyytyväisiä; 81 prosenttia oli täysin tai osittain samaa mieltä siitä, että niitä on riittävän paljon.

Vastaajista 27 prosenttia oli täysin samaa ja 57 osittain samaa mieltä siitä, että koulun ilmapiiri on hyvä. Loput vastaajista eivät ottaneet kantaa asiaan. Kukaan ei vastannut, että ilmapiiri olisi huono. 30 prosenttia oli täysin ja 35 prosenttia osittain samaa mieltä siitä, että koulussa on helppo olla. Suurin osa, eli 57 prosenttia oli täysin sitä mieltä, että heitä ei ahdistanut mennä kouluun. Niin ikään 57 prosenttia oli täysin tai osittain sitä mieltä, että he saavat opiskelijakavereiltaan riittävästi tukea opintoihinsa. 32 prosenttia vastaajista ei ollut samaa eikä eri mieltä, ja 11 prosenttia oli osittain sitä mieltä, että tukea opiskelijakavereilta ei ole riittävän paljon.

Kysyttäessä opiskelijajärjestöjen toiminnasta, 54 prosenttia ei ollut samaa eikä eri mieltä tai ei osannut sanoa, ovatko he tyytyväisiä niiden toimintaan. 41 prosenttia oli täysin tai osittain tyytyväisiä ja ainoastaan 5 prosenttia täysin tai osittain tyytymättömiä toimintaan. 27 prosenttia vastaajista oli osittain tai täysin sitä mieltä, että he eivät ole jääneet opiskeluyhteisön ulkopuolelle. 41 prosenttia koki ainakin osittain jääneensä yhteisön ulkopuolelle. Miltei kaikki vastaajista, 92 pro-

senttia, olivat täysin sitä mieltä, että heitä ei kiusata koulussa. Loput kahdeksan prosenttia eivät osanneet sanoa, kiusataanko heitä.

Kyselylomakkeessa oli myös kaksi avointa kysymystä, joihin vastaajat vastasivat omin sanoin. Ensimmäisenä vastaajilta kysyttiin, mikä olisi auttanut heitä suorittamaan tutkinnon normiajassa. Vastauksista (liite 3) nousee selkeästi esille, että työssäkäynti opintojen ohella on viivästyttänyt usean opiskelijan opintoja. Moni vastaaja on myös sitä mieltä, että heidän opintonsa olisivat valmistuneet normiajassa, mikäli heillä olisi ollut enemmän motivaatiota ja he olisivat opiskelleet ahkerammin. Aikataulut ja organisointi niin opiskelijan kuin yksikönkin puolelta nousevat myös esille vastauksista. Vastaajat olisivat omasta mielestään voineet itsekkin suunnitella ja aikatauluttaa opintonsa paremmin, mutta toisaalta yksiköltä toivottaisiin tukea opintojen suunnitteluun, joustavia opiskelumahdollisuuksia, kuten mahdollisuutta opintojaksojen tenttimiseen ilman läsnäolopakkoa lähiopetustunneilla ja enemmän verkko-opetusta. Kaiken kaikkiaan opiskelujärjestelmästä haluttaisiin selkeämpää, jotta itselle sopivat opintojaksot olisi helpompi löytää. Osa vastaajista toivoisi korkeampaa tasoa opetukseen ja myös enemmän tukea opettajilta. Lisäksi esimerkiksi opintojaksojen hyväksilukuun liittyvän informoinnin suhteen on koettu puutteellisuutta. Eräs vastaaja kirjoitti:

”Olen suorittanut vastaavan alemman tutkinnon aikaisemmin ja koen ettei minua opastettu riittävästi hyväksilukujen mahdollisuuksien kanssa. Olin siinä uskossa, että kursseilla on pakko käydä eikä pelkkiin tentteihin voi osaamistaan aihealueista osallistua vaikka ilmeisesti totuus oli toinen. Toki se on täysin oma syyntä että työ on vienyt suurimman osan ajastani”.

Esille nousee myös opiskelijan omiin voimavaroihin liittyviä henkilökohtaisia tekijöitä kuten ongelmat psyykkisessä terveydentilassa.

Toisessa avoimessa kysymyksessä (liite 4) vastaajia pyydettiin vapaasti kommentoimaan opintojen viivästyistä. Osalla vastaajista oli ongelmia opinnäytetyön kanssa; eräällä vastaajalla ei ollut uskoa siihen, että hän kykenisi suoriutumaan siitä, toisen mielestä opinnäytetyöprosessista on tehty liian monimutkainen eikä siihen saa riittävästi tukea yksiköltä:

” - Opinnäytetyöprojektin aloittaminen on vain venynyt ja venynyt sillä siitä on saatu tehtyä liian monimutkainen prosessi. Tai ainakin kuullostamaan siltä. Lopulta senkin olen saanut aloitettua, mutta sen tekemisessä olen vuodattanut verta, hikeä ja kyyneliä. Opinnäytetyössä kaipaisin tukea opettajilta, sillä työn aloittaminen on ollut niin äärettömän vaikeaa, eikä ole yhtään ketään keltä kysyä apua. Ohjaava opettaja on toki käytössä,

mutta vielä tähänkää mennessä en ole saanut kunnan neuvoa. Aina lyttänyt omat ideat ja vinkkinä vaan saatu että tutki asiaa ja ota selvää asioista, mutta MITEN. On turhauttavaa kun ei tiedä mitä tekee eikä keltään voi kysyä. Ei ole yhtään tuttua opiskelijaa samassa tilanteessa, eikä kaverit tms osaa auttaa ku ei tiedä asiasta yhtään mitään. Eli pitäis yksinään selvitä ilman yhtään mitään apua. Olen kuitenkin kokenut, että sitten kun olen jonkun opettajan hihasta saanut nykäistyä ja apua pyydettyä jonkun rästikurssin suorittamiseen, niin he ovat olleet heti auttamassa. Että kun vaan osaa pyytää apua ni sitä lopulta saa.”

Niin opinnäytetyöhön kuin opintojen muihinkin vaiheisiin kaivattaisiin enemmän henkilökohtaista opastusta. Opettajilta toivotaan ohjauksen suhteen aktiivisempaa otetta ja myös kannustavaan ilmapiiriin tulisi kiinnittää huomiota. AHOT-menettelyn (aiemmin hankitun osaamisen tunnustaminen ja tunnustaminen) toivottaisiin olevan opiskelijan kannalta selkeämpää ja siitä tulisi informoida enemmän. Etäopintoja toivotaan lisää, mutta mikäli esimerkiksi verkko-opetuksen määrää lisätään, sen laatuun tulisi kiinnittää huomiota ja varmistaa, että opettaja hallitsee opetusvälineen käytön. Eräs opiskelija kirjoitti:

”Lisätkää henkilökohtaista ohjausta erityisesti opintojen alkuun, keskivaiheille ja loppuun. Koulun kannustavaan ilmapiiriin kannattaa kiinnittää huomiota. Jos verkko-opintoja lisätään, laadusta tulee pitää kiinni. Ei ole lainkaan sama asia puhua kameralle, kuin luokan edessä. Itselläni on aika karmea kokemus Oamkista, kun opettajalla ei ollut opetusväline lainkaan hallussa, vaan monotonista litaniaa kesti ja kesti.”

Opettaja kiitetään joustavuudesta opintojaksojen suhteen; esimerkiksi poissaolot lähiopetustunneilta on voinut korvata tekemällä lisätehtäviä. Uusintamahdollisuuksia toivotaan kuitenkin enemmän. Jos jokin tentti tuottaa kohtuuttomasti vaikeuksia, tulisi olla jokin vaihtoehtoinen keino suorittaa opintojakso, ettei se jää haittaamaan muiden opintojen etenemistä. Palautejärjestelmään tulisi kiinnittää huomiota ja antaa opiskelijoille tunne, että negatiivinenkin palaute otetaan huomioon. Eräs opiskelija huomauttaa, että ryhmien sekoittaminen jo ensimmäisen vuoden jälkeen saattaa vaikuttaa opintojen viivästymiseen. Myös hyvän harjoittelupaikan löytäminen koettiin hankalaksi.

Tässäkin kysymyksessä nousi esille motivaatio. Motivaation puutteen, omien asenteiden ja saamattomuuden koetaan vaikuttavan suurelta osin opintojen viivästymiseen. Osalla vastaajista ei ole kiirettä valmistua; yksi vastaajista on sitä mieltä, ettei valmistumisesta ole hänelle mitään hyötyä, toisella on jo korkeakoulututkinto. Eräs opiskelija kirjoitti, että mikäli ei pysty yhdistämään työskentelyä ja opintoja, on toimeentulon vuoksi pakko valita työnteko. Opiskeluun liittyviä tehtäviä ei pitäisi jättää rästiin, koska tällöin ne kasaantuvat ja niistä eron pääseminen vaikeutuu. Myös henkilökohtaisen elämän epätasapainoisuus hidastaa opintojen etenemistä.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän opinnäytetyön tutkimusongelmina oli selvittää, mitkä syyt ovat johtaneet opintojen viivästy miseen Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikössä sekä selvittää, voisiko yksikkö tehdä jotain toisin auttaakseen opiskelijoita valmistumaan normiajan puitteissa. Tilastollisella tutkimuksella toteutetun kyselyn perusteella voidaan eritellä syitä, jotka ovat erityisesti vaikuttaneet opintojen viivästy miseen.

Kun kyselyn tuloksia tarkastellaan Kuntun opiskelukyky mallin (kuvio 3) pohjalta, voidaan havaita, että opiskelijan omiin voimavaroihin liittyvät tekijät nousevat selkeästi esille. Eniten opintoja ovat viivästyttäneet henkilökohtaiset syyt kuten työssäkäynti opintojen ohella sekä motivaation puute. Kyselyssä nousevat esille myös psyykkisen terveyden ongelmat, taloudelliset ongelmat, tulevaisuuden ja muutosten pelko sekä erityisesti stressi; yli puolet vastaajista kokee olevansa stressaantuneita. Opiskelutaitoihin liittyvistä tekijöistä esille nousivat ongelmat opiskeluun orientoitumisessa ja ajankäytön hallinnassa. Jos tehtäviä ei osaa aikatauluttaa ja ne kasaantuvat, voi niiden tekeminen alkaa tuntua ylivoimaiselta. Eräs vastaaja kertoo, että opintojen parempi suunnittelu ja ahkerampi opiskelu olisivat auttaneet häntä suorittamaan tutkinnon normiajassa. 38 prosenttia vastaajista oli sitä mieltä, ettei ole löytänyt itselleen parhaiten soveltuvaa opiskelutekniikkaa. Osa opiskelijoista tarvitsisi siis ohjausta sopivan opiskelutekniikan löytämisessä.

Työssäkäynti on monelle kyselyyn vastanneelle opiskelijalle taloudellisten ongelmien ja toimeentulon kannalta välttämätöntä, ja vaikuttaa väistämättä opintoihin käytettävissä olevaan aikaan. Jos ajankäytön hallinnassa on ongelmia, voi opintojen eteneminen tällöin helposti hidastua. Lisäksi työn ja opiskelun yhdistäminen voi kuormittaa opiskelijaa liikaa, mikä aiheuttaa stressiä. Stressi taas alentaa opiskelukykyä, jolloin opinnot voivat viivästyä. Opetustoimintaa ajatellen työssäkäyvillä opiskelijoilla on usein ongelmia osallistua lähiopetustunneille. Kyselyssä käykin ilmi, että osa opiskelijoista kaipaisi liiketalouden yksikköön enemmän etäopiskelumahdollisuuksia ja joustavia opiskelutapoja. Tällöin työn ja opintojen yhdistäminen voisi olla helpompaa, ja useampi työssäkäyvä opiskelija valmistuisi normiajassa.

Ainoastaan viisi prosenttia vastaajista on täysin tyytyväisiä opetuksen laatuun. Toisaalta kukaan ei myöskään ole täysin tyytymätön siihen, mutta silti kyselyssä nousee esille laadukkaamman opetuksen tarve. Opetuksen myös toivottaisiin olevan kannustavampaa ja opettajilta kaivattaisiin lisää tukea sekä henkilökohtaista ohjausta opintojen eri vaiheisiin. Osaltaan opintojen viivästy mi-

seen vaikuttaa siis tutkimuksen perusteella yksikön opettajien ja muun henkilökunnan ammattitaidon puute. Lisäksi tulosten perusteella voidaan päätellä, että informaation kulussa esimerkiksi AHOT-käytäntöihin ja opintojaksojen ajankohtiin liittyen on ongelmia. Oli myös epäselvyyttä siitä, kenen puoleen opiskelijan pitäisi kääntyä apua tarvitessaan. Opintojen rakennetta ja opinnäyte-työprosessia olisi hyvä selkeyttää, sillä tuloksista voi päätellä, että osalle opiskelijoista opintokokonaisuuden hahmottaminen on hankalaa, jolloin opintojen aikataulutuksesta tulee hankalaa eikä puuttuvien opintojaksojen määrästä välttämättä olla selvillä.

Opiskeluympäristöön liittyen tuloksissa ei noussut esille suurempia epäkohtia. Osa vastaajista koki ainakin osittain ahdistusta kouluun menosta, jäämistä opiskeluyhteisön ulkopuolelle tai riittämätöntä tukea opiskelukavereilta. Avointen kysymysten vastausten perusteella voidaan kuitenkin päätellä, ettei opiskeluympäristöä pidetä huonona. Syy ahdistavuuteen tai opiskeluyhteisön ulkopuolelle jäämiseen löytyy todennäköisemmin opiskelijan omiin voimavaroihin liittyvistä syistä, kuten stressistä, henkilökohtaisen elämän epätasapainosta tai huonosta ajankäytön hallinnasta. Opiskeluyhteisöön voi olla hankalampi päästä sisälle myös työssäkäynnin vuoksi, kun ei ehdi tavata opiskelijakavereita vapaa-ajallaan. Tällöin heihin ei välttämättä ole mahdollisuutta tutustua kovinkaan hyvin, jolloin opiskelukavereiden tuki voi tuntua vähäiseltä.

6 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, mitkä eri tekijät aiheuttavat opintojen viivästy- mistä Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikössä. Lisäksi pyrittiin selvittämään, mitä liiketalouden yksikkö voisi tehdä toisin auttaakseen opiskelijoitaan valmistumaan normiajassa. Tutkimus suoritettiin tilastollisella menetelmällä osittain strukturoidun kyselylomakkeen avulla, joka lähetettiin tutkimuksen kohderyhmälle sähköpostitse. Kysely suoritettiin Webropol- kysely- ja tiedonkeruuohjelmaa käyttäen. Tutkimuksessa saatiin selville, että suurimmaksi osaksi opintojen viivästy- miseen vaikuttavat opiskelijan omiin voimavaroihin liittyvät tekijät kuten motivaation puute, stressi ja työssäkäynti opintojen ohella. Muita esille tulleita syitä opintojen pitkittymiseen olivat esimerkiksi huono psyykkinen terveydentila sekä ongelmat ajankäytön hallinnassa. Sellaisista tekijöistä, joihin liiketalouden yksikön on mahdollista vaikuttaa, esille nousivat muun muassa ope- tuksen huono laatu, riittämätön informointi ja opettajien tuki sekä etäopiskelumahdollisuuksien ja joustavien opiskelutapojen vähäinen määrä.

Aloitin tutkimuksen tekemisen aiheen valinnan jälkeen pohtimalla tutkimuskysymystä ja laatimalla suunnitelmaa tutkimuksen kulusta, sisällöstä, tavoitteista ja aikataulusta. Opin, että kannattaa panostaa suunnitteluun kunnolla, sillä se helpottaa kokonaisuuden hahmottamista prosessin ai- kana. Itse olisin voinut laatia jo alussa hieman tarkemman suunnitelman opinnäytetyön sisällöstä. Aikataulun suhteen oli myös erinäisistä syistä ongelmia, ja sitä jouduttiin muuttamaan prosessin aikana moneen kertaan. Kannattaakin varautua siihen, ettei prosessi välttämättä etene suunni- telman mukaan, vaan muutoksia voi joutua tekemään niin sisällön kuin aikataulunkin suhteen. Mielestäni ei kannata tehdä liian tiukkaa aikataulua, jotta työ ehtii valmistua vaikka jotain viivästy- täviä tekijöitä ilmenisi.

Suunnitelman jälkeen aloitin varsinaisen tutkimustyön keräämällä aineistoa teoriapohjaa ja kyse- lylomakkeen laatimista varten. Aineiston kerääminen oli aluksi hankalaa, mutta helpottui proses- sin edetessä kun siinä kehittyi. Kyselylomakkeen laatimista en pitänyt kovinkaan vaikeana, eikä se vienyt paljon aikaa muuhun kirjoitustyöhön nähden. Kannattaa silti muistaa, että kysymykset on syytä valita huolellisesti ja asetella tarkkaan, jotta saisi validia tietoa tutkimustaan varten. Seu- raavaksi lähetin kyselyn Webropol-ohjelman avulla kohderyhmän sähköpostiosoitteisiin. Vastaus- ajan päätyttyä lähetin vielä muistutusviestin niille, jotka eivät olleet vastanneet kyselyyn. Samalla kun odotin vastauksia, jatkoin aineiston keräämistä ja teoriaosuuden kirjoittamista. Aluksi kirjoitin erillisiä tiedostoja aihealue kerrallaan, ja lopuksi kaikki muokattiin yhtenäiseksi kokonaisuudeksi.

Mielestäni tämä oli hyvä tapa toimia, sillä alussa oli helpompi keskittyä vain yhteen aiheeseen kerrallaan, jolloin kirjoitustyö ei tuntunut niin suurelta urakalta. Teoriaosuuden jälkeen kirjoitin työn empiirisen osuuden, jossa kävin läpi hieman teoriaa tilastollisesta tutkimuksesta, kerroin aineiston keräämisestä ja sen vaiheista sekä kävin läpi kyselyn tulokset.

Tutkimukseen liittyvän kyselyn vastausprosentti oli 33. Se ei ole ihanteellinen, mutta mielestäni vastausprosentti on kuitenkin riittävän suuri, jotta voidaan olettaa tulosten antavan realistisen kuvan siitä, millaiset tekijät vaikuttavat opintojen viivästyamiseen liiketalouden yksikössä. Vastaa- jista 62 prosenttia oli miehiä, joten mielestäni molempien sukupuolten edustajien mielipiteet tule- vat melko tasaisesti esille. Ikäjakauma 19 – 48 vuotta oli myös laaja, joten vastauksia saatiin erilaisissa elämäntilanteissa olevilta opiskelijoilta. Niin ikään vastauksia saatiin liiketalouden, tieto- jenkäsittelyn sekä kirjasto- ja tietopalvelualan koulutusohjelmien opiskelijoilta, jolloin kaikki eri koulutusohjelmat ovat tutkimuksessa edustettuina. Suurimmalla osalla vastaajista opinnot olivat viivästyneet $\frac{1}{2}$ - 1 vuotta, mutta vastauksia saatiin myös harkinnanvaraisella lisäajalla olevilta opiskelijoilta sekä niiltä, joiden opinnot ovat viivästyneet vasta alle puoli vuotta. Mielestäni vastaa- jajoukon monipuolisuus on tärkeää, jotta tuloksia voidaan peilata koskemaan kaikkia liiketalouden yksikön opiskelijoita.

Vastauksia saatiin yhteensä 37 opiskelijalta. Mielestäni tutkimusta voidaan tällä vastausmäärällä pitää validina. Vastauksia saatiin kuitenkin noin kolmannekselta normiajan ylittäneistä opiskelijois- ta, joten niiden avulla voi jo luoda jonkinlaisen päätelmän kokonaistilanteesta. Kyselyssä oli kaksi avointa kysymystä, joihin vastattiin monipuolisesti ja joista sai paljon lisätietoa siitä, mitkä syyt ovat johtaneet vastaajien opintojen viivästyamiseen. Osittain strukturoitu kyselylomake oli mieles- täni hyvä valinta tiedon keräämiseen, sillä sen avulla saatiin sekä numeerista tietoa että tarkem- pia kuvauksia tutkimusaiheesta. Kaiken kaikkiaan olen tyytyväinen kyselylomakkeen avulla ke- räämäni materiaaliin. Mielestäni liiketalouden yksikkö voi hyödyntää tutkimustuloksia, sillä kyse- lyssä tuli esille useita asioita, joita opiskelijat toivoisivat yksikön kehittävän.

Vaikka suurin osa vastaajista oli osittain tyytyväisiä opetuksen laatuun, niin kuitenkin ainoastaan viisi prosenttia vastaajista oli täysin tyytyväisiä siihen. Opetuksen laatuun toivottiin parannusta myös avointen kysymysten kohdalla. Tähän olisi siis mielestäni syytä kiinnittää jatkossa entistä enemmän huomiota. Opettajien tulisi hallita opettamansa aihealueet erittäin hyvin ja osata välittää tietonsa opiskelijoille innostavasti ja onnistuneesti. Tuloksissa nousee esille myös huono koke- mus verkko-opetuksesta. Yksikön pitäisi huolehtia siitä, että verkko-opetusta järjestävillä opettajil-

la olisi opetusväline kunnolla hallussaan. Erityisesti jos verkko-opetuksen määrää aiotaan lisätä, tulisi muistaa kiinnittää huomiota tähän asiaan. Myöskään opetuksen kannustavuuteen ei oltu tyytyväisiä. Opettajien tulisi entistä enemmän pyrkiä kannustamaan ja tukemaan opiskelijoita. Lisäksi heidän tulisi ohjata opiskelija hakemaan apua, mikäli tämän opinnoissa vaikuttaa olevan ongelmia. Käytettävään opetusmateriaaliin sen sijaan oltiin pääosin tyytyväisiä, joten sen suhteen ei kannata tehdä suuria muutoksia vaan ylläpitää nykyistä tasoa.

Moni vastaaja koki ajankäytön hallinnan ongelmallisena. Monella opiskelijalla tämä johtuu varmasti siitä, että he joutuvat käymään töissä opintojensa ohella. Liiketalouden yksikkö voisi helpottaa aikataulutukseen liittyviä ongelmia kehittämällä etäopiskelumahdollisuuksia ja joustavia opiskelutapoja sekä lisäämällä niiden määrää. Tällöin opintojen olisi mahdollista edetä normaalitahdissa, vaikka osallistuminen lähiopetustunneille ei aina olisi opiskelijalle mahdollista. Esimerkiksi uusintatenttejä voisi järjestää useammin. Tuloksista voidaan havaita myös se, ettei osa opiskelijoista ole löytänyt itselleen parhaiten soveltuvaa opiskelutekniikkaa. Tämä on tietenkin osittain opiskelijasta itsestään riippuva asia, mutta myös yksikkö voisi tehdä jotain tukeakseen opiskelijoita sopivan tekniikan löytämisessä. Mielestäni voitaisiin esimerkiksi harkita opintojen alkuun sijoitettavaa opintojaksoa, jolla käytäisiin läpi erilaisia opiskelutekniikoita ja testattaisiin niiden soveltuvuutta. Samalla voitaisiin käsitellä aikataulutusta ja opintojen organisointia siten, että opiskelija saisi valmiudet opintojen järjestelmälliseen hallintaan. Tällöin olisi pienempi riski sille, että opiskelijan opinnot viivästyvät sen vuoksi, ettei hänellä ole tarvittavia työkaluja normiajassa etenemiseen.

Aikataulutukseen ja opintojen systemaattisuuteen liittyen tutkimuksessa nousi esille myös se, etteivät läheskään kaikki kyselyyn vastanneista opiskelijoista olleet tehneet henkilökohtaista opintosuunnitelmaa (HOPS), vaikka se kuuluu pakollisena osana liiketalouden yksikön opintoihin. Mielestäni tähän tulisi kiinnittää erityistä huomiota, ja yksikön tulisi pitää huolta siitä, että jokainen opiskelija tekisi opinto-ohjaajan tai tuutoropettajan avustuksella HOPSin. HOPSia tulisi myös tarkentaa ja päivittää sitä mukaa, kun opiskelijan suunnitelmat tarkentuvat tai muuttuvat. Tällöin opiskelija olisi koko ajan selvillä siitä, mitä opintoja hänen on vielä suoritettava ja missä vaiheessa. Kuten tässäkin tutkimuksessa tuli esille, ilman kunnollisesti tehtyä HOPSia opiskelija ei välttämättä hahmota kokonaiskuvaa opinnoistaan. Tällöin saattaa vahingossa jäädä huomaamatta, että jotkut opintojaksot ovat vielä suorittamatta. Opintokokonaisuus ei myöskään välttämättä ole yhtenäinen jos siihen sisältyvät opintojaksot eivät lainkaan tue toisiaan.

Tulosten perusteella yksikön kannattaisi kehittää sisäistä informointiaan. Osa vastaajista kokee, että siinä olisi parantamisen varaa esimerkiksi hyväksilukukäytäntöjen ja sopivien opintojaksojen ajankohtien suhteen. Ylipäätään opintojaksotarjontaan kaivattaisiin selkeyttä. Lisäksi osalle opiskelijoista on epäselvää, kenen puoleen voi missäkin ongelmatilanteessa kääntyä saadakseen apua. Yksikön haluttaisiin lisäävän henkilökohtaisen ohjauksen määrää niin opintojen alku-, keski- kuin loppuvaiheeseenkin. Tutkimuksessa nousi esille myös opinnäytetyöprosessin epäselvyys. Osa vastaajista on pitänyt opinnäytetyötä jo etukäteen niin vaikeana tehtävänä, että ei ole saanut edes aloitettua sitä. Mielestäni yksikön pitäisi yrittää saada muutettua opiskelijoiden mielikuvaa opinnäytetyöprosessista siten, ettei sitä pidettäisi ylitsempääsemättömän vaikeana. Tällöin kynnyksellä aloittaa työ madaltuisi eivätkä opinnot viivästyisi sen vuoksi.

Vaikka suurin osa vastaajista kokee, että heistä ja heidän opintojensa etenemisestä ollaan yksikössä kiinnostuneista, niin osa on kuitenkin eri mieltä. Vastauksista voidaan päätellä, että tähän vaikuttaa muun muassa se, että vastaajien tuutoropettajat ovat olleet erilaisia. Osa on tukenut opiskelijoita hyvin, toiset taas eivät ole panostaneet kovinkaan paljon opiskelijoiden ohjaukseen ja tukemiseen. Mielestäni yksikön tulisi pyrkiä varmistamaan, että kaikki opiskelijat saisivat tasokasta ohjausta tuutoropettajiltaan. Opettajille voisi esimerkiksi korostaa sitä, kuinka tärkeää opiskelijan riittävä ja oikeanlainen tukeminen on opintojen etenemisen kannalta. Lisäksi tuutoroinnin laadun voisi seurata säännöllisin väliajoin palautekyselyiden avulla. Mikäli palautteista ilmenee puutteita, tulisi niihin puuttua esimerkiksi vaihtamalla ryhmän tuutoropettajaa tai perehdyttämällä häntä lisää tehtäväänsä. Palautejärjestelmään tulisi muutenkin kiinnittää huomiota ja aikaansaada opiskelijoille tunne siitä, että myös negatiivinen palaute huomioidaan. Yksikkö hyötyy hyvin toimivasta palautejärjestelmästä, kun se saa säännöllisesti kokemukseräistä tietoa esimerkiksi opetuksen laadusta ja muista tärkeistä asioista, joita se palautteiden perusteella voi ylläpitää ja kehittää.

LÄHTEET

Aho, S., Hynninen, S., Karhunen, H. & Vanttaja, M. 2012. Opiskeluaikainen työssäkäynti ja sen vaikutukset. Hakupäivä 1.3.2015,
https://www.tem.fi/files/33421/TEMjul_26_2012_web.pdf

Ammattikorkeakoulu - väylä menestykseen!, Studentum. 2015. Hakupäivä 3.5.2015,
http://www.ammattikorkeakouluopinnot.fi/Ammattikorkeakoulu_vaeylae_menestykseen__d2922.html

Ammattikorkeakouluja uudistetaan, Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2014. Hakupäivä 7.4.2015,
http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/ammattikorkeakoulutus/ammattikorkeakoulu_uudistus/?lang=fi

Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/932.

Ammattikorkeakoulut, opetus- ja kulttuuriministeriö. 2015b. Hakupäivä 28.4.2015,
<http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/ammattikorkeakoulutus/ammattikorkeakoulut/?lang=fi>

Ammattikorkeakoulut, Opetushallitus. 2015. Hakupäivä 5.5.2015,
http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/ammattikorkeakoulut_ja_yliopistot/ammattikorkeakoulut

Ammattikorkeakoulukoulutus ja sen kehittäminen, opetus- ja kulttuuriministeriö. 2015a. Hakupäivä 28.4.2015,
<http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/ammattikorkeakoulutus/?lang=fi>

Ansala, J. 2011. Korkeakoululiikunta edistää opiskelukuntoa. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.), Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 143–144.

Bischof, A. & Bischof, K. 2004. Itsensä johtaminen. Helsinki: Maskun Kirjapaino.

Castrén, J. 2000. Unettomuus. Hakupäivä 15.2.2015,

http://www.yths.fi/terveystieto_ja_tutkimus/terveystietopankki/39/unettomuus

Hannula, R. & Mikkola, O. 2011. Uni ja opiskelukyky.

Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.), Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 203–205.

Hannus, T. 2013. Opiskelijoiden netti- ja peliriippuvuus on pahentunut. Hakupäivä 13.2.2015,

http://yle.fi/uutiset/opiskelijoiden_nettil_ ja_peliriippuvuus_on_pahentunut/6869093

Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. Porvoo: Edita Publishing.

HOPS eli henkilökohtainen opintosuunnitelma, Tampereen yliopisto. 2014. Hakupäivä 6.5.2015,

<http://www.uta.fi/opiskelu/opinnot/opiskelukaytannot/hops.html>

Huhta, P. 2010. Opiskelu uuvuttaa. Hakupäivä 13.1.2015,

http://www.ucpori.fi/opiskelu_uuvuttaa

Huttunen, S. 2013. Ahdistus voi estää opiskelun. Hakupäivä 16.2.2015,

<http://arkisto.aviisi.fi/artikkeli/?num=01/2013&id=87d0b3f>.

Karhunen, H. 2015. Opiskeluaikainen työssäkäynti ja sen vaikutukset pitkän aikavälin työmarkkinatulemiin. Hakupäivä 5.2.2015,

<http://www.tsr.fi/tutkimustietoa/tata-tutkitaan/hanke?h=114440>

Koskinen, M. 2014. Syömishäiriöt. Hakupäivä 13.2.2015,

http://www.yths.fi/terveystieto_ja_tutkimus/terveystietopankki/24/syomishairiot

Kosonen, K., lehtori, Oulun ammattikorkeakoulu. Opiskelijamäärät. Sähköpostiviesti 13.4.2015.

Kunttu, K. 2011. Opiskelukyky. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.), Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 34–35.

Kurri, E. 2006. Opintojen pitkittymisen dilemma. Tutkimus opintojen sujumattomuustekijöistä yliopistoissa ja niihin vaikuttamisen keinoista. OTUS 27/2006.

Lähteenmäki, S., Lönnqvist, J., Perälä, J., Saarni, Sa., Saarni, Su., Suokas, J. & Suvisaari, J. 2014. Prevalence and correlates of eating disorders among young adults in Finland. *Nordic Journal of Psychiatry* 68 (3).

Lämsä, A-L. 2009. Tuhat tarinaa lasten ja nuorten syrjäytymisestä. Lasten ja nuorten syrjäytyminen sosiaalihuollon asiakirjojen valossa. *Acta Universitatis Ouluensis E Scientiae Rerum Socialium* 102. Oulun yliopisto.

Mantela, J. & Vuokila- Oikkonen, P. 2010. Syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma - käsitteiden määrittely CDS-hankkeessa. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Masennuksen oireet muuttavat tunnetilaa ja toimintakykyä, Oy H. Lundbeck Ab. 2015. Hakupäivä 13.2.2015,
http://masennusinfo.fi/oireet/Masennuksen_oireet_muuttavat_tunnetilaa_ja_toimintakykya

Masennus, Duodecim. 2014. Hakupäivä 13.1.2015,
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00389

Motiivi ja motivaatio, Otavan Opisto. 2015. Hakupäivä 15.4.2015,
http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps4/01_motiivit_ja_motivaatio/01_1.1_motiivi_ja_motivaatio?C:D=gjs0.e7SN&m.selres=gjs0.e7SN

Motivaatio, Suomen Terveysliikuntainstituutti. 2011. Hakupäivä 15.4.2015,
<http://www.terveysverkko.fi/tietopankki/tyoikaisille/motivaatio>

Motivaatio saa liikkeelle, Suomen Mielenterveysseura. 2015. Hakupäivä 19.1.2015,
<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/motivaatio-saa-liikkeelle>

Niemelä, A. 2007. ”Joutuu vähän taisteleen”. Tutkimus vammaisten ja kuurojen nuorten koulutuspoluista. Helsinki. Opiskelijajärjestöjen tutkimussäätiö Otus 29/2007.

Niemelä, S. 2011. Alkoholien ongelmakäytön tunnistaminen ja hoito. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.), Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 301-304.

Opinto-ohjaus, Metropolia. 2010. Hakupäivä 1.5.2015,
<http://opinto-opas.metropolia.fi/fi/metropolian-esittely/opinto-ohjaus/>

Opiskelu ja tutkinnot ammattikorkeakouluissa, opetus- ja kulttuuriministeriö. 2015c. Hakupäivä 28.4.2015,
http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/ammattikorkeakoulutus/opiskelu_ja_tutkinnot/?lang=fi

Opiskelukyky. Tampereen yliopiston ylioppilaskunta. 2015. Hakupäivä 15.4.2015,
<http://www.tamy.fi/opiskelukyky>

Opiskeluoikeusaika, Oulun ammattikorkeakoulu. 2015. Hakupäivä 3.4.2015,
http://www.oamk.fi/koulutus_ja_hakeminen/opiskelu_oamkissa/opiskeluoikeusaika

Opiskelustressi, Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. 2013. Hakupäivä 15.2.2015,
<https://www.chydenius.fi/opiskelijaportaali/hyvinvointi/opiskelustressi>

Pajarinen, M., Puhakka, H. & Vanhalakka-Ruoho, M. 2004. Aikuisopiskelijan ohjaus opintopolun tukena sekä oppilaitoksen toimintakulttuurin osana. Helsinki: Yliopistopaino.

Peliriippuvuus ja ongelmapelaaminen, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2015. Hakupäivä 15.2.2015,
<http://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/rahapeliongelman-hoito-ja-tuki/peliriippuvuus-ja-ongelmapelaaminen>

Penttilä, J. & Niemelä, A. 2008. "Kun mä jouduin kaikki asiat hoitaan" – Epätyypillisen opiskelijuuden yhteys ammattikorkeakouluopintojen keskeyttämiseen. Nuorisotutkimus 4 (2008).

Pietikäinen, A. 2009. Joustava mieli. Vapaudu stressin, uupumuksen ja masennuksen ylitteesta. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Pynnönen, P. 2011. Mielenterveyden häiriöt opiskeluterveydenhuollossa. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.), Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 274.

Päihderiippuvuus, Oulun kaupunki. 2009-2011. Hakupäivä 15.2.2015,
<http://www.nettinappi.fi/tietoalue/mista-apua/riippuvuudet/paihderiippuvuus/>

Raitasalo, R. 2011. Mielenterveyden häiriöt – nuoren väestön toimintakyvyn suurin haaste. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.), Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 50–53.

Rautopuro, J. & Siekkinen, T. 2012. Kuilun partaalla? Koulutuksesta syrjäytymisvaarassa olevat korkeakouluopiskelijat. Teoksessa V. Korhonen & M. Mäkinen (toim.), Opiskelijat korkeakoulutuksen näyttämöillä. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print, 15–38.

Repo, P. Mielenterveysongelmat ajavat nuoria eläkkeelle ennätysmäärin. 2015. Hakupäivä 9.2.2015,
<http://www.hs.fi/kotimaa/a1420179850294>

Rouhiainen, K. 2010. Viisasten kiveä etsimässä: Miksi tradenomiopiskelija jättää opintonsa kesken? Kotka: Kymenlaakson ammattikorkeakoulu.

Salmela-Aro, K. 2009. Opiskelu-uupumusmittari SBI-9 yliopisto- ja ammattikorkeakouluopiskelijoille. Helsinki: Kehitys.

Salmela-Aro, K. 2011. Opiskelu-uupumus ja -into. Teoksessa K. Kunttu, A. Komulainen, K. Makkonen & P. Pynnönen (toim.), Opiskeluterveys. Porvoo: Duodecim, 43–46.

Salmimies, R. & Ruutu, S. 2009. Myönteisen muutoksen työkirja. Porvoo: WSOY-pro.

Savioja, H. 2007. Koulutekijät nuorten syrjäytymisriskiä selittämässä. Teoksessa S. Alatupa, K. Karppinen, L. Keltinkangas-Järvinen & H. Savioja (toim.) Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma – Löytyykö huono-osaisuuden syy koulusta vai oppilaasta? Sitran raportteja 75. Helsinki: Edita Prima, 140–160.

Salovaara, H. 2004. Motivaatio oppimisessa. Hakupäivä 19.1.2015,
http://tievie.oulu.fi/verkkopedagogiikka/luku_4/motivaatio.htm

Ursin, J., Rautopuro, J. & Välimaa, J. 2011. Opiskelijoiden syrjäytymisriski korkeakoulupoliittisessa keskustelussa. Teoksessa J. Annala, P. Kalli, V. Korhonen, M. Mäkinen, P. Svärd & V. Värri (toim.), Korkeajännityksiä – Kohti osallisuutta luovaa korkeakoulutusta. Tampere: Tampereen yliopisto, 19–35.

Viljanen, T. Voisit olla onnellinen – Rohkaisun sanoja sinulle, joka olet kohdannut syömishäiriön. Hakupäivä 13.2.2015,
http://www.syomishairioliitto.fi/syomishairiot/SYLI_voisit_olla_onnellinen-4MB.pdf

Opintojen viivästymisen syyt Oulun ammattikorkeakoulun liiketalouden yksikössä

1. Sukupuoli: *

Mies

Nainen

2. Syntymävuosi: *

3. Opiskelutausta ennen liiketalouden yksikköön tuloa: *

Ylioppilastutkinto

2. asteen ammatillinen tutkinto

2. asteen kaksoistutkinto

Korkeakoulututkinto

4. Koulutusohjelma: *

LIK

TIK

KIR

5. Opintojen aloitusvuosi liiketalouden yksikössä: *

6. Kauanko opintosi ovat tällä hetkellä viivästyneet normiajasta? *

- Alle puoli vuotta
- ½-1 vuotta
- Olen harkinnanvaraisella lisäajalla.

7. Mitkä seuraavista asioista ovat mielestäsi eniten viivästyttäneet opintojasi? *

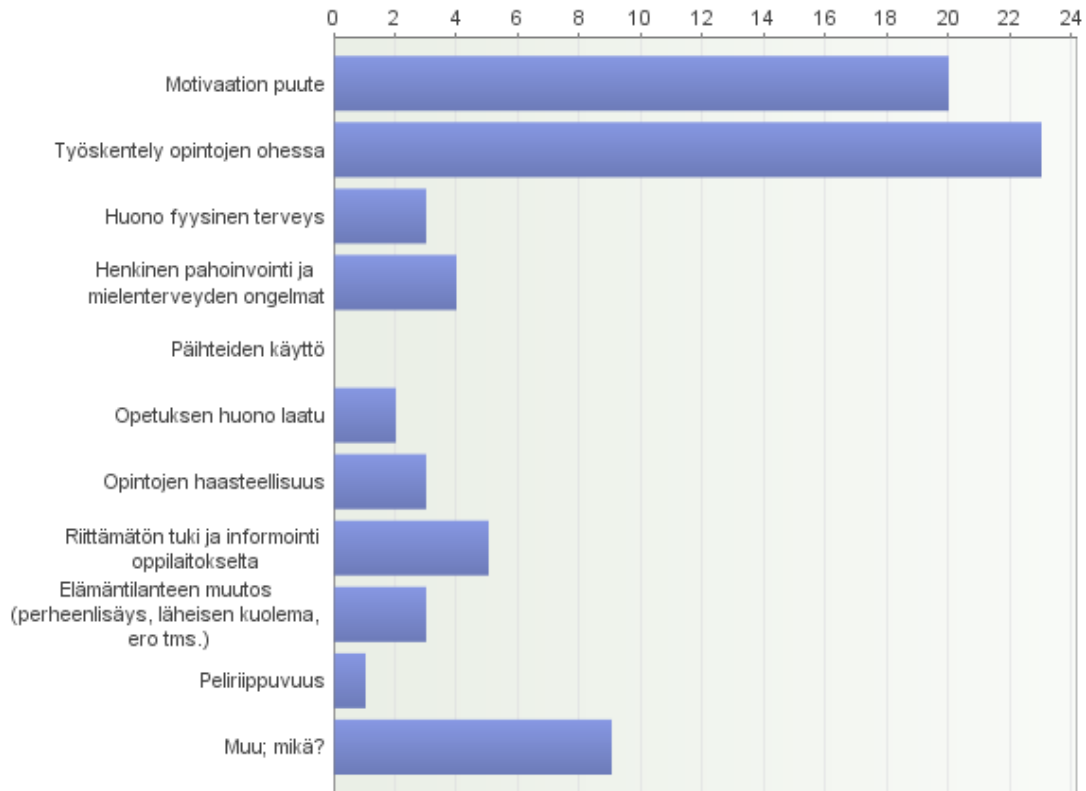
Valitse enintään kolme vastausvaihtoehtoa.

- Motivaation puute
- Työskentely opintojen ohessa
- Huono fyysinen terveys
- Henkinen pahoinvointi ja mielenterveyden ongelmat
- Päihteiden käyttö
- Opetuksen huono laatu
- Opintojen haasteellisuus
- Riittämätön tuki ja informointi oppilaitokselta
- Elämäntilanteen muutos (perheenlisäys, läheisen kuolema, ero tms.)
- Peliriippuvuus
- Muu; mikä?

12. Mikä olisi auttanut sinua suorittamaan tutkinnon normiajassa? *

13. Tähän voit vapaasti kommentoida mitä tahansa opintojen viivästymiseen liittyvää. *

Mitkä seuraavista asioista ovat mielestäsi eniten viivästyttäneet opintojasi?



Muu; mikä?

- Yrityksen perustaminen koulun ja työn ohessa.
- Aluksi opintoja viivytti yleinen mielenkiinnon puute sekä ajatus siitä, että tämä olisi vain väliaikainen opiskelupaikka ennen yliopistoon pääsemistä. Myöhemmin opintoja on viivästyttänyt mm. välivuoden vietto työskennellen.
- Suoritin tutkinnon samaan aikaan Coventryn yliopistossa
- ulkomailla asuminen
- Etäopiskelumahdollisuuksien ja joustavien opiskelutapojen puuttuminen
- vaihto-opiskelu
- olen vaihtanut liiketalouden puolta ja koulua
- väärä valinta opparin aiheessa

Mikä olisi auttanut sinua suorittamaan tutkinnon normiajassa?

- Itsekuri.
- Olisin suunnitellut opintojen kulun paremmin ja ollut ahkerampi.
- Jos olisin ollut työttömänä niin olisi ollut aikaa tehdä hommat ajallaan loppuun.
- Opettajien tuki, jotenkin sekeämpi koko opikelusysteemi, varsinkin näin motivaation puutteesta kärsivänä ei juurikaan kiinnosta eikä jaksakaan nähdä vaivaa etsiä sopivia kursseja ja milloin niitä pidetään jne...
- Töiden vähentäminen. Toisaalta minulla on koulutusta vastaava työpaikka sitten, kun päätän valmistua.
- Lisämotivaatio sekä jonkin auktoriteetin kannustus suorittamaan opinnot kunnialla.
- Jos en olisi ollut yhtä aikaa täysipäiväisesti töissä ja suorittanut vuotta vaihdossa. Mutta toisaalta sitten olisi kyllä jäänyt Bachelor of Arts in International Business suorittamatta. Olisin myös voinut suorittaa vähemmän opintopisteitä (298 op) tai ottaa paperini ulos jo tammikuussa 2014, kun olin jo suorittanut tarpeellisen määrän opintoja myöhästyen vain kuukauden normiajasta.

Summa summarum, rajoittamalla valinnan vapautta, oltaisiin minut saatu ulos koulusta jo 2,5 vuodessa.

- Jos ei ois tapahtunu asioita mitkä ei liity mitenkään oppilaitokseen.
- Varmaan se, että ei tarvitsi käydä koulun ohessa töissä. Tukirahoilla kun ei opiskelija elä.
- Parempi psyykkinen terveydentila
- Parempi opetuksen taso ja haastavuus, etenkin ensimmäisen vuoden aikana. Ensimmäisen vuoden täysin turhat ja liian helpot opinnot laskivat opiskelumotivaation nolliin, koska tuntui siltä, että tuhlaan aikaani käymällä koulussa.
- Suurempi omakohtainen panostus opintoihin. Ensimmäinen vuosi sujui moitteetta ja opinnot etenivät, mutta mielestäni opintojaksojen kiinnostavuus olivat huonoja toisena ja kolmantena vuonna. Olen nähnyt tarpeellisemmaksi hankkia työkokemusta, kuin opiskelujen loppuunsaattamisen.
- Etten olisi saanut vakituista kokopäiväistä työpaikkaa harjoittelun jälkeen
- Aikuis/iltaopiskelijalle kevyempi lukujärjestys ja vähemmän harjoitustöitä.

- Jos uusintatenttejä/ tenttimahdollisuuksia olisi ollut enemmän. Käytännössä valmistuminen on ollut muutamasta tentistä kiinni, mutta kun niitä on suht harvoin niin todennäköisyys että ei pääse kys. uusintatenttiin on aika iso.
- Järkevämmiin organisoitu tammikuussa aloittaneiden opiskelijoiden opetus.
- Nopeampi hakeutuminen terapiaan.
- Jos en olisi ollut täysipäiväisesti töissä koko opiskeluaikaa, niin todennäköisesti olisin valmistunut aikoinaan muiden mukana :)
- Jämäkempi ohjaus ja palvelujen saatavuus sekä niistä tiedottaminen opintojen aikana. Tuutorohjaaja kertoi omia ongelmiaan ohjauksessa ja omat asiansi jäivät usein selvittämättä, samaa olivat kokeneet myös ryhmätoverini.
- alkuvaiheessa todettu lukivaikeus ja tukitoimet
- mielenkiintoisempi koulutusala
- Ei mikään, sillä oli töistä johtuvaa. Kovemmissa vaatimuksilla olisi luultavasti jäänyt kesken. Nyt olen valmistumassa lähiaikoina.
- Paremmat mahdollisuudet etäopintojen suorittamiseen, verkko-opintomahdollisuudet, muut joustavat opiskelumahdollisuudet.
- Jos en olisi tehnyt niin paljon töitä opintojen ohessa...
- Olen suorittanut vastaavan alemman tutkinnon aikaisemmin ja koen ettei minua opastettu riittävästi hyväksilukujen mahdollisuuksien kanssa. Olin siinä uskossa, että kurseilla on pakko käydä eikä pelkkiin tentteihin voi osaamistaan aihealueista osallistua vaikka ilmeisesti totuus oli toinen. Toki se on täysin oma syyntä että työ on vienyt suurimman osan ajastani.
- Mahdollisuus kurssien tenttimiseen ilman läsnäolopakkoja.
- Opetuksen taso voisi olla korkeampi--> motivaatio oli koetuksella
- Motivaatio
- Ei-niin-hektinen työelämä :D
- en olisi vaihtanut koulua
- Jos en olisi mennyt täysipäiväisesti töihin. Toisaalta, nykytilanne on huomattavasti parempi kuin se, että valmistuisi työttömäksi.
- Opinnäytetyön olisi tullut olla enemmän suuntautumisvaihtoehtoni mukainen (digitaalinen media)
- Jos olisin mennyt riittävän ajoissa käymään ulkomaanvaihdossa, enkä olisi jättänyt sitä yliajalle. Muut henkilökohtaiset ongelmat vaikeutti keskittymistä ja motivaatiota viime vuoden keväällä ja syksyllä.
- Sopivia kurssieja ei tahdo olla illalla opiskeleville tarjolla.

– Puuttuminen heti opintojen aikataulusongelmiin. Yksikön pitäisi ottaa vastuuta omalta puoleltaan, ohjaava opettaja ei osannut ottaa.

Tähän voit vapaasti kommentoida mitä tahansa opintojen viivästymiseen liittyvää.

- Opinnot meni aikataulussa, kunnes opinnäytetyö. On hankalaa tehdä jotain, jota ei usko kykenevänsä tekemään.
- Ei pitäisi jättää tehtäviä rästiin. Kasaantuvat aika nopeasti ja sitten tuntuu ylivoimaiselta alkaa niitä purkamaan.
- Osittain opintojen loppuun suorittamiseen on ollut kyllä syynä aivan vain minun oma saamattomuus. Pitäisi orientoitua kyllä...
- Viivästyminen johtuu isolta osalta omista asenteista ja motivaation puutteesta, koska en näe että tutkinnosta olisi yhtään mitään hyötyä tulevaisuudessa.

Ensimmäiset vuodet olin aikataulua jopa edellä, mutta todella tylsän harjoittelun jälkeen viimeisetkin motivaation rippeet katosi. Sen jälkeen opintoni pysähtyivät melkein vuodeksi. Omien opintojen pysähtymisen takia jäin omasta luokasta ja koulukavereista jälkeen, joten heiltä aikaisemmin saamani tuki puuttui.

Valmistuminen ei minua juurikaan kiinnosta, vaikka olenkin päättänyt sen tehdä. Sillä alunperin suuntautumisenä oli laskentatoimi, mutta harjoittelun jälkeen ei aihe ole kiinnostanu yhen yhtään. Olen käynyt nyt puuttuvat opintopisteet johtamisen puolella, joten jos ja kun joskus valmistun, en ole suuntautunut mihinkään. En muutenkaan koe että nuilla papereilla mitään hyötyä missään olisi, mutta omat kelpaa hädin tuskin syttöpaperiksi.

Vaikeaksi koko koulun jatkaminen teki sen, ettei tiedä keltä voi kysyä apua. Lopulta tutoropettajan tapaaminen auttoi, sillä häneltä sain neuvoja ja tsemppiä ja lopulta pääsin jatkamaan opintoja.

Opinnäytetyöprojektin aloittaminen on vain venynyt ja venynyt sillä siitä on saatu tehtyvä liian monimutkainen prosessi. Tai ainakin kuullostamaan siltä. Lopulta senkin olen saanut aloitettua, mutta sen tekemisessä olen vuodattanut verta, hikeä ja kyyneliä. Opinnäytetyössä kaipaisin tukea opettajilta, sillä työn aloittaminen on ollut niin äärettömän vaikeaa, eikä ole yhtään ketään keltä kysyä apua. Ohjaava opettaja on toki käytössä, mutta vielä tähänkää mennessä en ole saanut kunnan neuvoa. Aina lyttäty omat ideat ja vinkkinä vaan saatu että tutki asiaa ja ota selvää asioista, mutta MITEN. On turhauttavaa kun ei tiedä mitä tekee eikä keltään voi kysyä. Ei ole yhtään

tuttua opiskelijaa samassa tilanteessa, eikä kaverit tms osaa auttaa ku ei tiedä asiasta yhtään mitään. Eli pitäis yksinään selvitä ilman yhtään mitään apua.

Olen kuitenkin kokenut, että sitten kun olen jonku opettajan hihasta saanut nykäistyä ja apua pyydettyä jonkun rästikurssin suorittamiseen, niin he ovat olleen heti auttamassa. Että kun vaan osaa pyytää apua ni sitä lopulta saa.

- Minulla on jo korkeakoulututkinto, joten tämän tutkinnon loppuunsaattamisessa ei ole ollut kiire.
- Mielestäni opintojen viivästymiseen saattaa vaikuttaa myös se, että ryhmät sekoitetaan ensimmäisen vuoden jälkeen. Miksei pääainetta voisi valita jo ensimmäiselle vuodelle siten, että samat ryhmäkaverit pysyisivät opintojen loppuun saakka?
- Mikäli opintotuen rakenne muutettaisiin niin, ettei edes harkinnanvaraisia tukikuukausia maksettaisi, voisi se pakottaa osan opiskelijoista joko tiivistämään tahtiaan tai lopettamaan koulun kesken. Joka tapauksessa se rajoittaisi normiajan ylittävien opiskelijoiden määrää.
- Koulu on varmasti tehnyt kaikkensa. Eiköhän se ole enimmäkseen opiskelijasta kiinni jos opinut viivästyy. Tiina Gallenille pitää antaa täydet pisteet, jaksaa nimittäin ruoskia opinnoissa eteenpäin päivästä toiseen.
- Kiitoksena opettajille siitä, että kurseja pystyi suorittamaan suht hyvin hieman muokaten, kuten lisätehtävien yms, jos ei ehtinyt käydä jokaisella luennolla yms.
- Itse en ole pystynyt opiskeluaikana yhdistämään työntekoa ja opiskelua, jolloin olen valinnut töiden tekemisen toimeentulon takia.
- Saisi olla enemmän uusintamahdollisuuksia, ja jos on jokin aine joka ei suju niin pitäisi olla jokin toinen keino suorittaa kurssi. Ei ole mitään järkeä että käydään istumassa jokin kurssi 3 kertaa ja tentti tehdään 6 kertaa. Jos ei osaa niin ei osaa. Itselleni ruotsi oli vaikeaa, koska perustiedot olivat niin surkeat. Eihän ne siitä miksikään muutu vaikka istuisin 10 kertaa kurssin :D pitäisi mennä takaisin yläasteelle. Koska tentti on pakollinen kaikille, niin suoritin tentin niin että minulle kerrottiin kysymykset etukäteen, eihän siinäkään mitään järkeä ole. Pointti on kuitenkin se, että monella on se 1 aine mikä ei mene päähän vaikka mitä tekisi, niin miksei ole olemassa jotain "suoraa polkua" mitä tehdään jos ei osaa. Minunkin ensimmäisen vuoden ruotsinkurssi tuli suoritettua viimeisten joukossa, ja se yksi tentti tuntui kaatavan koko koulu-uran. Ei kiinnostanut noin puoleen vuoteen tehdä mitään koulun eteen kun tuntui ettei sitä yhtä tenttiä pääse millään läpi.

Tässäpä hieno romaani teille, tsemppiä oppariin! :)

- Suurin syy opintojen viivästymiseen on ollut henkilökohtaisen elämän epätasapainoisuus opintojen alkuaikoina, mutta tuolloin ei pitänyt vaihtoehtona olla poissa olevana lukukautta, koska

syntyi pelko ettei opinnot enää kiinnostakaan tai että jo tutuiksi tulleet kaverit eivät olisi enää samalla luokalla ja joutuisi ns. aloittamaan alusta.

– Hyvän harjoittelupaikan löytäminen on yllättävän hankalaa. Ilmaista työtä ei haluaisi tarjota mihinkään puhelinmyyntiin sun muuhun paskaduuniin, eikä sellaisesta ole mitään hyötyä oppimisen kannalta.

– Eli olen tosiaan aloittanut opiskeluni jo vuonna 2006 ja joutunut kerran jo hakemaan uudestaan kouluun sisään. Nykyinen opiskeluoikeus loppuu vuoden vaihteessa johon mennessä on tarkoitus saada opinnäytetyö valmiiksi. Muilta osin opinnot ovatkin valmiit.

– Lisätäkää henkilökohtaista ohjausta erityisesti opintojen alkuun, keskivaiheille ja loppuun. Koulun kannustavaan ilmapiiriin kannattaa kiinnittää huomiota. Jos verkko-opintoja lisätään, laadusta tulee pitää kiinni. Ei ole lainkaan sama asia puhua kameralle, kuin luokan edessä. Itselläni on aika karmeaa kokemus Oamkista, kun opettajalla ei ollut opetusväline lainkaan hallussa, vaan monotonista litaniaa kesti ja kesti. Palautejärjestelmään kannattaa kiinnittää huomiota ja antaa opiskelijoille tunne, että palaute otetaan tosissaan, vaikka se ei olisikaan mieluista.

– Olisin valmistunut ajallaan, jos olisin voinut suorittaa kursseja etäopintoina. Lisäksi olisin toivonut enemmän tietoa esim. AHOT-käytännön hyödyntämisestä opinnoissa. Oamkin AHOT-käytännöt vaikuttavat opiskelijan suuntaan hyvin epäselviltä ja opettajilta on vaikeaa saada vastauksia ja tietoa asiasta. AHOTointi olisi nopeuttanut valmistumistani.

– Opinnot viivästyivät töiden paljouden takia. Missään vaiheessa ei ollutkaan nykyistä nopeampaa tarkoitus valmistua.

– Enemmän vaihtoehtoja kurssien suorittamiseen etänä/tenttimällä.

– Opetuksen taso voisi olla korkeampi--> motivaatio oli koetuksella

– Olen saanut töitä ennen valmistumista, joten opinnäytetyön tekemiselle ei ole ollut aikaa.

– kiitos

– Jos ei ole töitä, niin ei ole syytä viivästyttää opintoja.

– Hienoa, että koululla ollaan ymmärtäväisiä meitä kohtaan

– Opettajilta aktiivisempaa otetta oppilaiden opiskelun ohjaukseen.

– Opintoni ovat viivästyneet alun perin oppilaitoksesta johtuvista syistä (opinnäytetyön ohjaajan ajan, motivaation ja ammattitaidon puute) ja myöhemmin kuvioihin ovat tulleet omat ongelmani.