

MITÄ ON OPISKELUKYKY?

Opiskelukykymallin kehittäminen ja sisältö

Opiskelukykpäivä 2021 – yhteistyöllä enemmän

17.11.2021

Kristina Kunttu, LT, dos, senioritutkija YTHS



Opiskelukyky-käsitteen taustaa

- Termi YTHS:ssä esillä ensi kertaa 1997 tj Eero Kurrin muistiossa opiskelukyvyn edistämiseen tähtäävästä toiminnasta.
- Janne Sántin tutkimus *Opiskelukyvyn jäljillä* (Otus) 1998 selvitti opiskelukykyyn vaikuttavia seikkoja.
- Ei esiintynyt asiasanana kirjallisuushaussa, vaan hakusanoja olivat opiskelumotivaatio, -orientaatio, -taito, -tekniikka, -ympäristö
- Merkitsi eri ammattiryhmille ja opiskelijoille eri asioita. YTHS:ssä käsite määrittyi vahvasti mielenterveyden kautta

Nykytilanne:

Opiskelukyvyn seuraaminen ja edistäminen lakisääteistä toimintaa.

Opiskelukyky-käsitteen tarve

- Opiskelukyky-käsitteelle oli tarvetta YTHS:ssä, kun yhteistyö yliopistojen kanssa alkoi lisääntyä 2000-luvun alussa.
- Myös STM:llä oli tarve käsitteen määrittelyyn opiskeluterveydenhuollon lainsäädännön kehittämisessä
- Toiminnan suunnittelun takia oli ja on ensiarvoisen tärkeää ymmärtää, mitkä tekijät ovat yhteydessä opiskelukykyyhin.

- Käsittemallin rakentamiseen löytyi yhteistyökumppani TTL:stä, jossa koulutuspäällikkö Vuokko Romppanen ja tutkija Juhani Sulander olivat kehittelemässä opiskeluhuvinvointiin liittyvää kyselyä.
- Opiskelukyky-käsite määriteltiin Työterveyslaitoksen, Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön ja Opiskelun ja koulutuksen tutkimussäätiö Otuksen yhteisessä hankkeessa (Hyvinvointi koulutyössä ja opiskelussa -hanke 2002-2007, TTL).
- Opiskelukykymalli laadittiin laajan kirjallisuusanalyysin avulla teoreettiseksi viitekehykseksi opiskelijoiden hyvinvointitutkimukseen ja -toimintaan.

Työkykymallit

- Työkyvyn katsotaan olevan työn ja yksilön voimavarojen välinen suhde
- Työntekijän työkyky ymmärretään paitsi yksilön terveytenä ja voimavaroina myös työstä ja työympäristöstä tulevien tekijöiden kautta
- Työkyvyn talomalli
- Työkyvyn tetraedrimalli

Työkyvyn talomalli

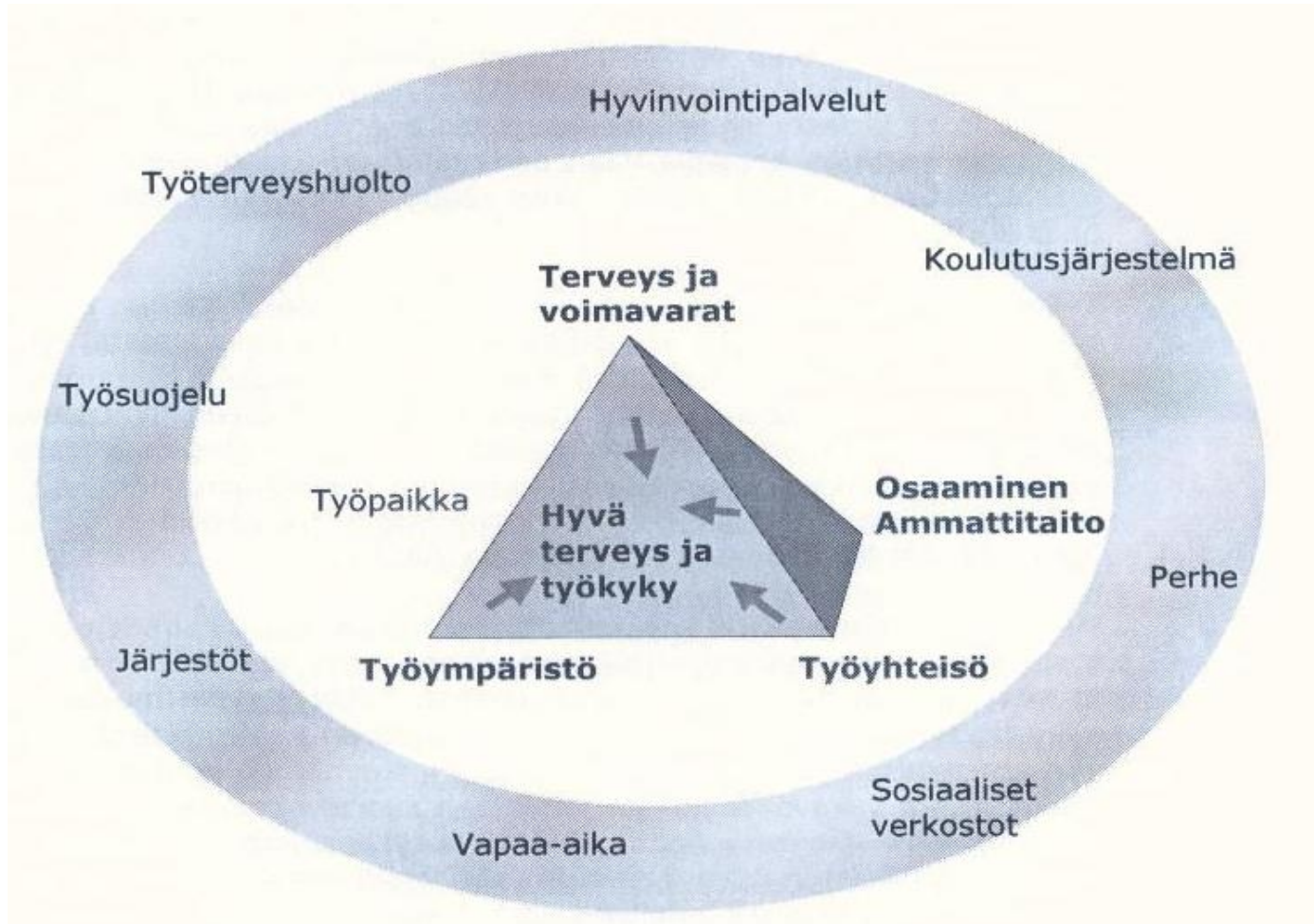
OPISKELIJAN PAREMPAA TERVEYTTÄ



Työkyvyn tetraedrimalli

Työterveyslaitos

OPISKELIJAN PAREMPAA TERVEYTTÄ



Opiskelukykymalli

- Työkykyä vastaavasti opiskelukyky muodostuu opiskelijan ja opiskeluun liittyvien tekijöiden vuorovaikutuksessa.
- Pohjaksi valittiin tetraedrimalli
- Tulokset julkaistu kirjassa Sulander & Romppanen: **Hyvinvointi koulutyössä ja opiskelussa**. Opiskelijoiden hyvinvointia kartoittavan työkalun kehittäminen. (TTL:n raporttisarja 26, 2007).
- Julkaisussa raportoitiin myös tutkimus laaditun opiskeluhuvinvointikyselyn toimivuudesta.



Kirjallisuushaut

Kasvatustieteen ERIC-tietokanta, psykologian PsycInfo ja Google Scholar hakujärjestelmä. Hakusanoina mm. (ks. em. julkaisu Liite 1, s. 109):

- Academic ability
- Wellbeing and higher education
- Postsecondary education and wellbeing
- Vocational education or career academies and wellbeing
- Wellbeing of students or 13-29
- Study skills
- Learning facilities
- Learning community
- Social support
- Higher education and learning environment
- Tutoring and wellness

Kirjallisuuskatsauksesta nostettiin esille keskeiset tulokset ja niiden sisältämät käsitteet, jotka tiivistettiin teoreettiseksi käsitteistöksi

→ Käsitekartta

→ Opiskelukyvyn

ulottuvuudet ja niiden sisältö

Opiskelukykyyn vaikuttavat tekijät

Sulander & Romppanen: Hyvinvointi koulutyössä ja opiskelussa. Opiskelijoiden hyvinvointia kartoittavan työkalun kehittäminen. TTL:n raporttisarja 26, 2007.

OPISKELIJAN PAREMPAA TERVEYTTÄ

TERVEYS JA VOIMAVARAT



OPISKELUTAIDOT

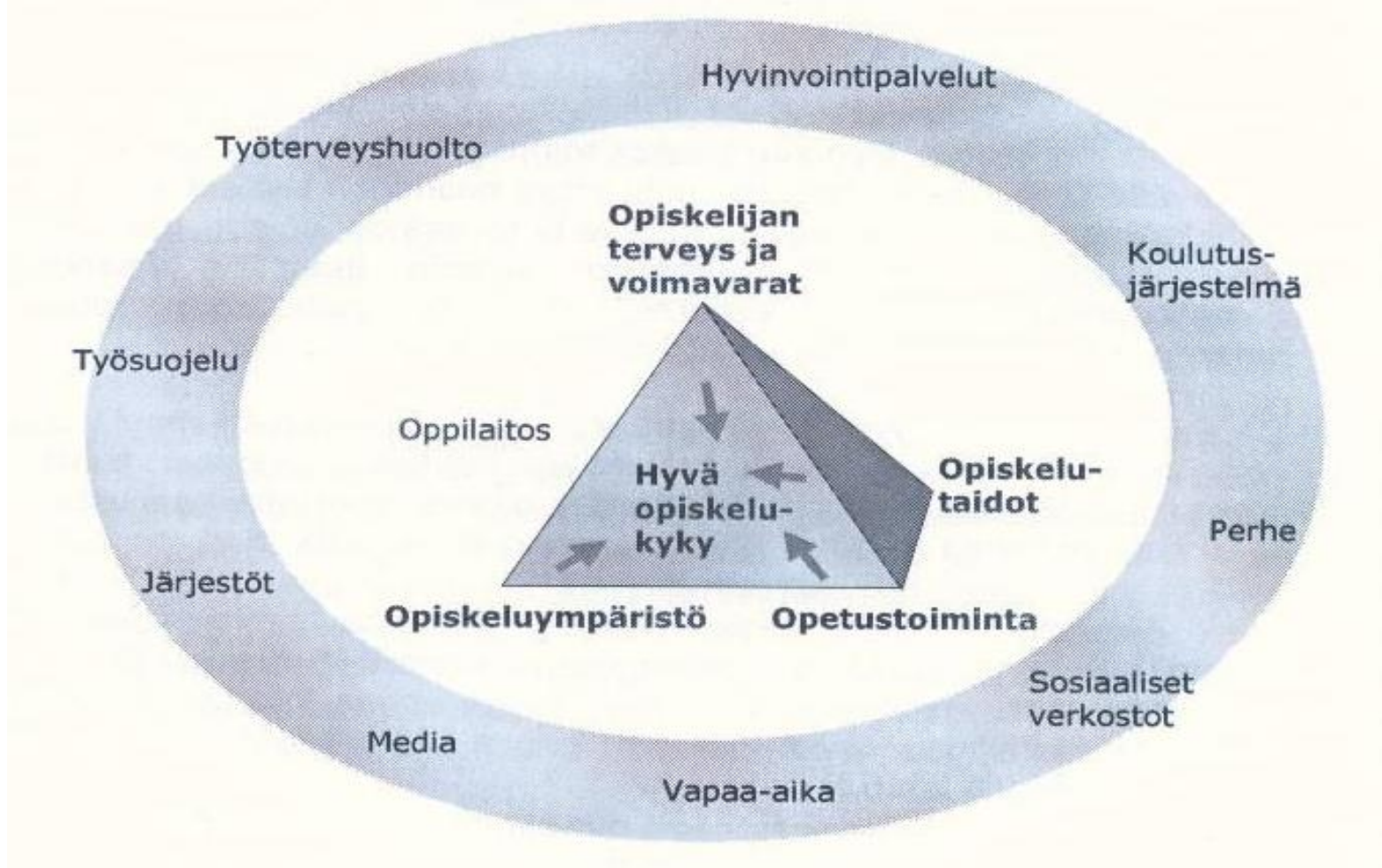


OPISKELUYHTEISÖ JA -YMPÄRISTÖ

OPETUS- JA OHJAUSTOIMINTA

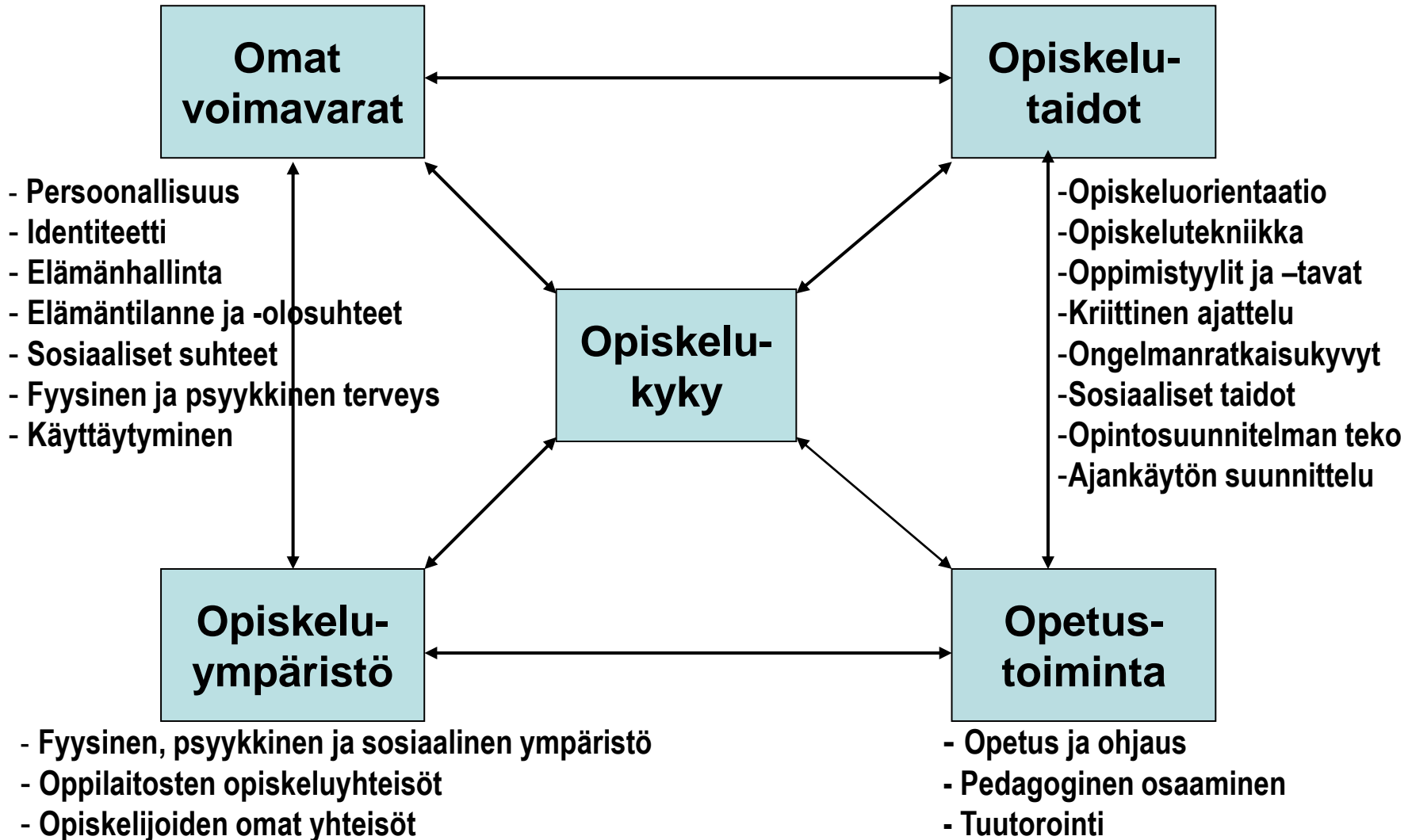
Opiskelukyvyn tetraedrimalli

Sulander & Romppanen: Hyvinvointi koulutyössä ja opiskelussa. Opiskelijoiden hyvinvointia kartoittavan työkalun kehittäminen. TTL:n raporttisarja 26, 2007.



Dynaaminen opiskelukykymalli

(Kunttu K. Vuorovaikutus yhteisössä -esitelmä Turun Kauppakorkeakoululla
30.11.2005)



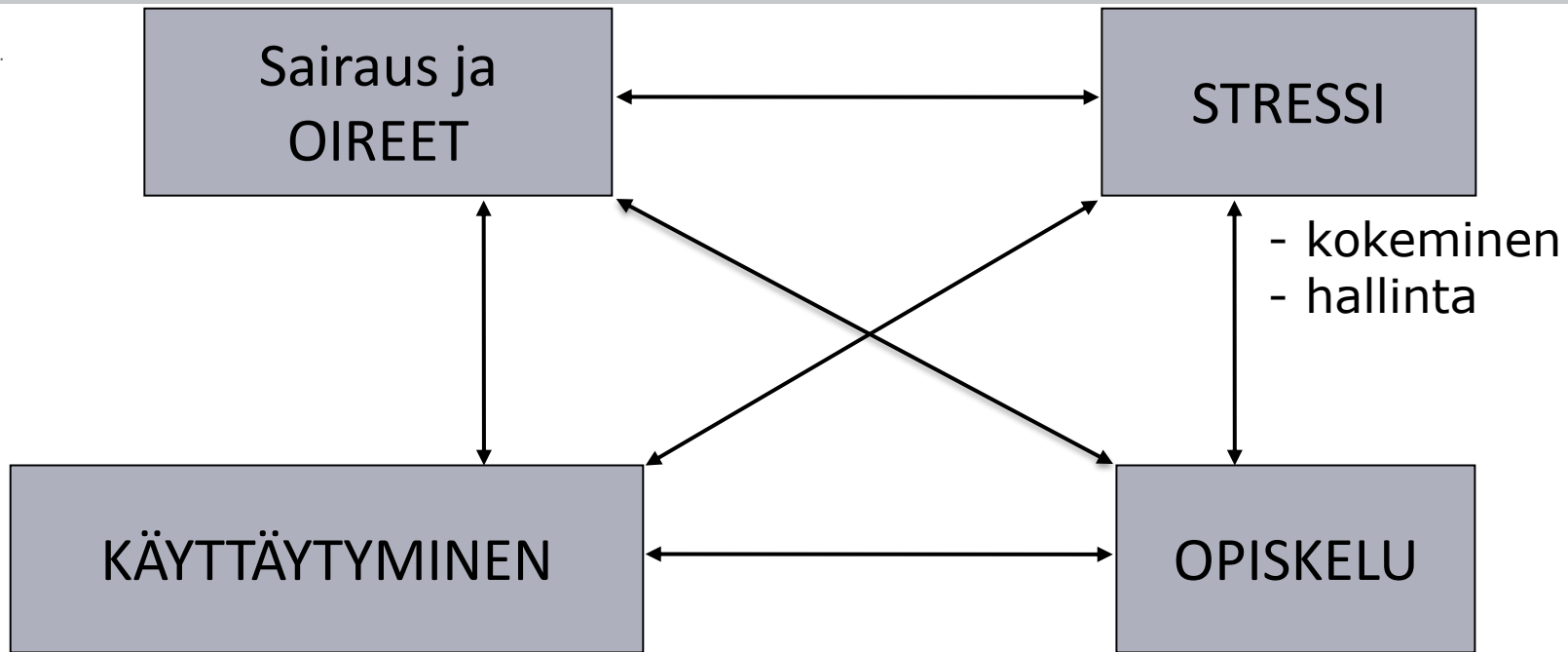
- Opiskelukykymallin taustalla vaikuttavat yhteiskunnan sosioekonomiset ja kulttuuriset olosuhteet ja asenteet.
- Nämä välittyvät opiskelukykyn yhteiskunnallisten instituutioiden kautta ja voivat vahvistaa tai heikentää opiskelijan voimavaroja, opiskelutaitoja, opiskeluympäristöä ja opetustoimintaa.

Omat voimavarat

- Persoonallisuus
- Identiteetti
- Elämänhallinta
- Elämäntilanne ja -olosuhteet
- Sosiaaliset suhteet
- Fyysinen ja psyykinen terveys
- Terveyskäyttäytyminen

- Ihmisen voimavarat rakentuvat, kuluvat ja uusiutuvat koko elämän ajan.
- Niihin vaikuttavat yksilön kokemukset, fyysinen ja psykososiaalinen ympäristö sekä perimä.

Opiskelijan oireilu



- kokeminen
- hallinta

- liikunta
- päihteiden käyttö
- ruokatottumukset
- uni ja nukkuminen
- sosiaaliset suhteet

- Kaikkea opiskelun takkuamista tai juuttumista ei pidä käsittää mielenterveyden ongelmana, masennuksena tai ahdistuksena.

Toisin sanoen: kaikki opiskelussaan viivästyneet eivät tarvitse terapiaa eivätkä masennuslääkkeitä, vaan voivat selvitä ihan hyvin kunnollisilla ohjauspalveluilla.

- Tärkeitä ovat sekä opiskelutaidot että tuki opiskelussa!

Opiskelutaidot

- Opiskeluorientaatio
- Opiskelutekniikka
- Oppimistyyli- ja -tavat
- Kriittinen ajattelu
- Ongelmanratkaisukyvyt
- Sosiaaliset taidot
- Opintosuunnitelman teko
- Ajankäytön suunnittelu

- Opiskelun merkitys opiskelijalle (opiskeluorientaatio) luo perustaa opiskelulle.
- Opiskelutaitoihin kuuluu itsetuntemus, esim. itselle sopivan oppimistyylin löytäminen ja käsitys omista tiedoista ja taidoista.
- Sosiaaliset taidot, esim. kyky osallistua ryhmiin ja käyttää puheenvuoroja.

Puutteelliset opiskelutaidot vaikuttavat suoraan opiskelutuloksiin, mutta ne saattavat aiheuttaa myös sen, etteivät tulokset vastaa tehtyä työmäärää tai että työmäärä tuntuu jatkuvasti liian suurelta.

→ turhauttaa ja stressaa, saattaa heikentää opiskelumotivaatiota ja johtaa mielialaoireisiin

Opetustoiminta

- Opetus ja ohjaus
 - Pedagoginen osaaminen
 - Tuutorointi
- Opiskelijaa auttavat jaksamaan
 - hyvät opiskelun käytännön järjestelyt
 - opiskeluyhteisöön kuuluminen
 - oppilaitoksesta saatu riittävä ohjaus ja tuki
- Puutteelliset järjestelyt ja ohjaus stressaavat ja saattavat olla opiskelijan oireilun taustalla.
- Uusien opiskelijoiden vastaanotto ja tuutorointi tärkeää, koko ensimmäinen opiskeluvuosi

- Pätevä ja asiantunteva opetus ja ohjaus on keskeinen opiskelukykyä rakentava tekijä.
- Parhaimmillaan opetus on hyvin suunniteltua, innostavaa ja mukaansatempaavaa. Tällä saattaa olla iso merkitys alastaan epävarmojen opiskelijoiden motivoitumiseen. Siihen kuuluu riittävä vuorovaikutus opettajan ja opiskelijan välillä sekä palautteen anto ja arviointi.
- Myös tuutorointi ja opiskelijan integroituminen opiskeluyhteisöön ovat osa tätä toimintaa.

Opiskeluympäristö

- Fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen ympäristö
- Oppilaitosten opiskeluyhteisöt
- Opiskelijoiden omat yhteisöt

- fyysiset olosuhteet luentosaleissa, atk-luokissa, laboratorioissa jne.
- opetusvälineet
- liikuntamahdollisuudet
- taukotilat
- tupakointijärjestelyt
- pihamaa-alue ja muu lähiympäristö
- oppilaitoksen ympäristön liikennejärjestelyt

Taustalla vaikuttavat oppilaitoksen arvot ja toimintakulttuuri, joka koostuu mm. traditioista, tavoista ja rakenteista.

Psyykkinen ja sosiaalinen ympäristö

- opiskeluilmapiiri
- henkilökunnan ja opiskelijoiden väliset ja keskinäiset vuorovaikutussuhteet
- opintojen järjestäminen, lukujärjestykset
- opiskeluyhteisöjen tarjoamat osallistumis- ja harrastusmahdollisuudet

Opiskelukykyä ja opintojen sujumista parantaa

- opiskeluyhteisöön kuuluminen
- sosiaalinen tuki
- toimintakulttuuri, joka suosii yhteisöllisyyttä ja opiskelijoiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia.

Lähiopetuksen väheneminen ja etäopiskelun yleistyminen lisäävät haasteita opiskeluyhteisöjen rakentumiselle.

Opiskelijoiden omat yhteisöt tärkeitä

OPISKELIJAN PAREMPAA TERVEYTTÄ

- Tarjoavat mielekästä harrastus- ja yhdessäolotoimintaa
- Auttavat sosiaalisten kontaktien luomisessa ja siten yksinäisyyden ehkäisemisessä
- Vertaistuellalla on havaittu olevan huomattava merkitys opintojen sujumiseen
- Opiskelijayhteisöissä syntyvät kontaktiverkostot ovat usein arvokkaita myös tulevaisuuden työelämässä



Dynaaminen kokonaisuus

Opiskelukyky on toiminnallinen kokonaisuus, jossa eri osatekijät vaikuttavat toisiinsa. Mutta kyse on myös tasapainosta:

- Hyvät opiskelutaidot, hyvä opetus ja opiskeluyhteisön tuki saattavat kantaa silloinkin, kun omat voimavarat ovat syystä tai toisesta vähissä.
- Motivaatio-ongelmissa hyvä opetus ja opiskeluyhteisö vahvistavat opiskelualan kiinnostavuutta.
- Jos omat voimavarat ovat hyvät, ne saattavat auttaa myös puutteellisten opiskeluolosuhteiden yli.
- Vajavaista opiskelutaitoa puolestaan voidaan korjata ohjaustoimin tukemalla opiskelijaa löytämään hänelle soveltuvia työtapoja ja vahvistamalla hänen itseluottamustaan oppijana.

Opiskelukykyä voi edistää

- Vaikuttamalla opiskelukyvyn kaikkiin ulottuvuuksiin ja niissä tunnistettaviin tekijöihin voidaan edistää opiskelijan opiskelukykyä.
- Työ kuuluu kaikille osapuolille (opiskeluterveydenhuolto, oppilaitokset, opiskelijayhteisöt) ja sitä tulee tehdä monialaisessa yhteistyössä.
- Työssä tulee
 - hoitaa ja tukea yksilöllisesti opiskelijaa
 - vahvistaa hyvinvointia lisääviä toimintaympäristöjä ja -kulttuureja

Opiskelukykymalli tiivistetysti

- Opiskelukykymalli kuvaa opiskelukykyn yhteydessä olevien tekijöiden sisältöä ja keskinäistä vuorovaikutusta.
- Malli auttaa ymmärtämään opiskelun ongelmien moniulotteisuutta sekä jäsentämään eri toimijoiden rooleja ja yhteistyömahdollisuuksia opiskelijoiden hyvinvointityössä.
- Lisäksi mallia voi hyödyntää yksilötyössä opiskelijan ongelmia selvitettäessä.

KIITOS!

A DYNAMIC STUDY ABILITY MODEL

Personal resources

- Personality
- Identity
- Life management
- Life situation
- Social reallions
- Physical health
- Mental health
- Behaviours

Study skills

- Study orientation
- Study techniques
- Study styles and habits
- Critical thinking
- Problem-solving skills
- Social skills
- Study plan formulation
- Time planning

STUDY ABILITY

Study environment

- Physical, psychological and social environment
- Study communities within educational institution
- Students' own communities

Teaching

- Teaching and guidance
- Pedagogical competence
- Tutoring

14.9.2012 Kristina Kunttu¹⁷

BETTER STUDENT HEALTH