

Mihin sitten lukion jälkeen?

Abiturienttien kokemuksia opinto-ohjauksesta

Pro gradu -tutkielma

Anna-Maija Kirstinä

Kasvatustieteiden tiedekunta

Lapin yliopisto

Kevät 2019

Lapin yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta

Työn nimi: Mihin sitten lukion jälkeen? Abiturienttien kokemuksia opinto-ohjauksesta

Tekijä: Anna-Maija Kirstinä

Koulutusohjelma/oppiaine: Aikuiskasvatus

Työn laji: Pro gradu -tutkielma

Sivumäärä: 61, liitteitä 4

Vuosi: Kevät 2019

Tiivistelmä

Tutkielman tarkoituksena on selvittää, millaisia kokemuksia abiturienteilla on lukiossa saamastaan opinto-ohjauksesta. Kiinnostuin aiheesta, koska halusin selvittää, voisiko opinto-ohjaus olla yksi keino, joka yhä paremmin auttaisi nuoria löytämään jatko-opiskelupaikan ja suuntautumaan omalle alalle. Aihe kiinnittyy myös yhteiskunnalliseen keskusteluun, jossa puhutaan nuorten koulutus- ja uravalinnoista sekä orientoitumisesta työelämään. Tutkielma on laadullinen tutkimus, ja sen taustalla on fenomenologia. Tässä tutkimuksessa aineisto on kerätty Webropol-työkalun avulla. Kyselyyn vastasi 18 abiturienttia. Aineisto on analysoitu sisällönanalyysimenetelmällä muodostamalla kategorioita.

Tässä tutkielmassa opinto-ohjauksella tarkoitan opiskelijan kasvun ja kehityksen tukemista. Kasvulla ja kehityksellä tarkoitetaan opiskelijan itsetuntemus-, meta- ja reflektointitaitojen tukemista. Nämä taidot auttavat urasuunnittelussa ja ratkaisujen tekemisessä jatko-opiskelupaikan valinnan suhteen. Tulosten mukaan opiskelijoiden kokemukset opinto-ohjauksesta olivat pääasiallisesti hyviä. Suurin osa opiskelijoista eivät olleet vielä tietoisia siitä, mihin alalle haluaisivat suuntautua.

Asiasanat: lukion opinto-ohjaus, fenomenologia, urasuunnittelu, jatko-opinnot

Suostun tutkielman luovuttamiseen kirjastossa käytettäväksi

Sisällysluettelo

1 Johdanto	4
2 Opinto-ohjauksen määritelmä	6
2.1 Opinto-ohjaus lukiossa.....	9
2.2 Kasvun ja kehityksen tukeminen.....	12
3 Opinto-ohjaus urasuunnittelun ja jatko-opintojen tukena	15
3.1 Urasuunnittelu nuoren elämässä.....	15
3.2 Jatko-opinnot lukion jälkeen	17
4 Menetelmät	20
5 Tutkimuksen toteutus	24
5.1 Tutkimuskysymykset.....	24
5.2 Aineiston keruu kyselylomakkeella.....	24
5.3 Aineiston analyysi.....	26
5.4 Tutkielman luotettavuus ja eettisyys.....	29
6 Tutkimuksen tulokset	31
6.1 Itsetuntemus- ja metataitojen tukeminen	31
6.2 Opiskelijan tukeminen urasuunnittelussa ja jatko-opintojen valinnassa.....	35
6.3 Opinto-ohjaus nuoren elämän tukena.....	39
7 Johtopäätökset	47
8 Pohdinta	52
Lähteet	54
Liitteet	61
Liite 1 Tutkimuslupapyyntö.....	
Liite 2 Sähköpostiviesti opinto-ohjaajalle.....	
Liite 3 Kyselylomake.....	
Liite 4 Aineiston analyysimenetelmän kuvaus taulukkoina	

1 Johdanto

Mihin sitten lukion jälkeen? Tämän kysymyksen abiturientti voi kohdata tai asettaa itselleen lukion opintojen päättyessä. On uutisoitu, että opiskelijat tarvitsevat enemmän ohjausta, itsetuntemusta ja työelämätaitoja. Lukiota lähtee vajavaisin tiedon monia nuoria¹. Opiskelijoista osa oli kokenut, etteivät ole saaneet sellaista ohjausta, joka olisi ohjannut heitä kiinnostavan jatko-opiskelupaikan löytämiseen. Toiset opiskelijat ovat tietoisempia opintojen aikana, mitä he haluavat opiskella tai mihin he haluavat suuntautua, ja näin heidän on helpompi löytää oma paikkansa yhteiskunnassa². Opinto-ohjauksella on tärkeä rooli, kun se tukee nuorta ja ohjaa urasuunnittelussa.

Lukiokoulutukselta odotetaan, että se voisi entistä paremmin vastata jatko-opintojen, tulevaisuuden työelämän ja kansainvälisyyden vaatimuksiin. Kansainvälistyminen on mahdollistanut ulkomailta opiskelun. Opinto-ohjauksessa havaitaan yhteiskunnalliset muutokset, lähinnä työelämän muutokset. (Numminen ym. 2002, 41.) Hallituksen (2018) kaavaileman uudistuksen mukaan lukio-alaisten hyvinvointia ja jaksamista tuetaan sekä jatko-opintoihin siirtymistä tehdään sujuvammaksi (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018).

Opetussuunnitelman perusteissa on kolme näkökulmaa, johon opinto-ohjaus jäsentyy. Opinto-ohjauksen tehtävänä on tukea opiskelijan kasvua ja kehitystä, edistää opiskelijan opiskelutaitojen kehittymistä ja tukea opintojen kulkua sekä selkeyttää opiskelijan ammatillista suuntautumista. Opetussuunnitelman perusteissa opinto-ohjauksen tavoitteena on tukea erityisesti opiskelijoiden ammatinvalintakypsyyden kehittymistä ja ammatillista suuntautumista. (Merimaa 2004, 75–76.)

¹ Yle uutiset 6.10.2015

² Yle uutiset 11.8.2018

Tässä tutkielmassa opinto-ohjauksella tarkoitan opiskelijan kasvun ja kehityksen tukemista (Merimaa 2004, 75). Kasvulla ja kehityksellä tarkoitetaan opiskelijan itsetuntemus-, meta- ja reflektointitaitojen tukemista. Nämä taidot auttavat ratkaisujen tekemisessä jatko-opiskelupaikan valinnassa ja urasuunnittelussa. (Pekkari 2009, 56–57.)

Kiinnostuin aiheesta, koska halusin selvittää, voisiko opinto-ohjaus olla yksi keino, joka yhä paremmin auttaisi nuoria löytämään jatko-opiskelupaikan ja suuntautumaan omalle alalle. Aihe kiinnittyi myös yhteiskunnalliseen keskusteluun, jossa puhutaan nuorten koulutus- ja uravalinnoista sekä orientoitumisesta työelämään. Tutkimuksen tuloksia voisi hyödyntää opinto-ohjauksen työssä. Tutkielmani tarkoituksena on selvittää abiturienttien kokemuksia opinto-ohjauksesta. Heillä on opinto-ohjauksesta kokemusta, ja jatko-opiskelupaikan hakeminen on ajankohtaista. Tutkimusaineistoni keräsin kyselylomakkeen avulla. Kysely toteutettiin Webropol-työkalun avulla opinto-ohjaajan tunnilla.

Toteutan tutkimukseni laadullisena, jonka taustalla on fenomenologia. Aineiston analyysissa olen käyttänyt sisällönanalyysimenetelmää. Lähestyn tutkimusaiheeni ensin teoriassa määrittelemällä, mitä opinto-ohjaus on. Tämän jälkeen selvitän lukion opinto-ohjausta ja sen jälkeen kasvun ja kehityksen tukemista. Lopuksi kuvaan, miten opinto-ohjaus tukee urasuunnittelussa ja jatko-opiskelupaikan valinnassa. Tuloksissa selvisi, että opinto-ohjaus on ollut tarkoituksenmukaista, ja suurimmalla osalla opiskelijoista oli onnistuneita kokemuksia opinto-ohjauksesta. Lukion opinto-ohjaus saa palautetta toiminnastaan ja onnistumisestaan.

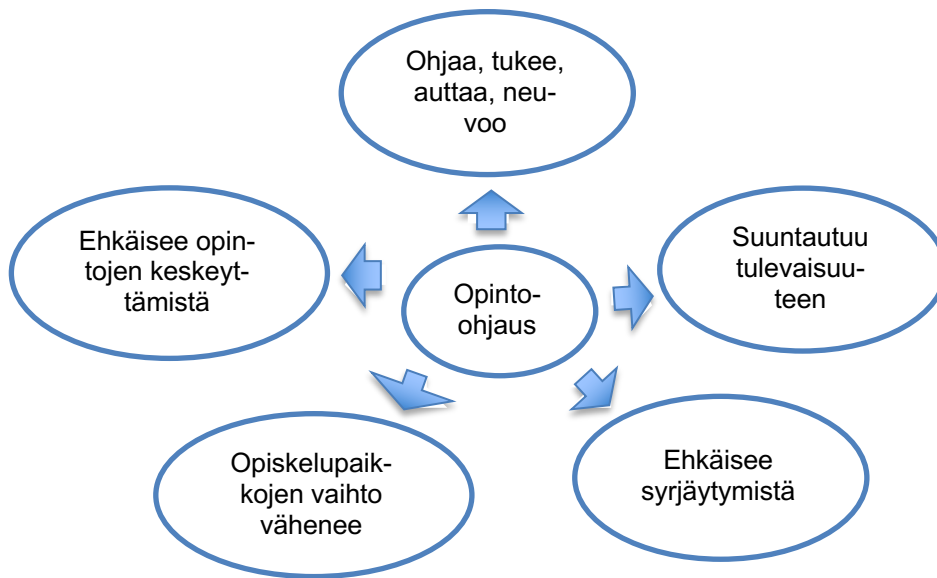
2 Opinto-ohjauksen määritelmä

Opinto-ohjaus tuli 1970-luvulla suomalaiseen koulutusjärjestelmään peruskoulu-uudistuksen myötä. Keskiastetta uudistettiin 1980-luvulla, jolloin opinto-ohjaus vakiintui lukioihin ja ammatillisiin oppilaitoksiin. Valinnaisuus, jaksotus ja luokattomuus 1990-luvulla lisäsi opinto-ohjauksen merkitystä ja tarvetta. (Ahola & Mikkola 2004, 32–33.) Viime vuosina opinto-ohjaus on painottunut korkeaasteen ohjaukseen ja monikulttuuriseen ohjaukseen. Opinto-ohjaajan työ on laaja-alaistunut, sillä opinto-ohjaaja kohtaa opiskelijan ongelmia. Näitä ovat esimerkiksi huume- ja päihdeongelmat ja syömishäiriöt. (Lairio & Nissilä 2003, 20–21.) Opinto-ohjauksen päävastuu on opetushallinnolla. Opinto-ohjausta säädetään koululainsäädännössä, ja työvoimaviranomaiset täydentävät sitä uravalinnan osalta. Opetushallitus hyväksyy opetussuunnitelman perusteet, joissa päätetään opinto-ohjauksen tavoitteista ja sisällöistä. Koulutuksen järjestäjä päättää opinto-ohjauksen käytännön toteutuksesta ja henkilökohtaisen ohjauksen resursseista. (Helander 2005, 45.)

Onnistuneeseen ohjaukseen päästään sitä paremmin, miten hyvin ohjattava tuntee opiskelijaa. Luottamus syntyy ohjattavan ja ohjaajan välillä, mitä useammin he tapaavat toisensa. Ohjauskeskustelussa tulevat esille vuorovaikutustaidot. Vuorovaikutuksen tärkeitä taitoja ovat aktiivinen kuuntelu, empatian taidot sekä neuvottelutaidot. Ohjauskeskustelussa halutaan ymmärtää ohjattavan tarpeita, tavoitteita ja mielenkiinnon kohteita. (Pekkari 2009, 9–18, 28.) Ohjaus luo kontaktin ohjattavan omaan kokemukseen ja maailmaan. Se lähtee liikkeelle opiskelijan päämäärästään tai tilanteestaan. Instituutiot tarjoavat ohjaukselle tavoitteita, painotuksia ja rajoja. (Vehviläinen 2014, 17.) Ohjauksessa on kysymys yksilöiden hyvinvoinnista ja kehityksestä. Ohjauksen käsite tarkoittaa yksilöiden auttamista. (Gladding 2004, 24.)

Ohjauskeskustelussa opinto-ohjaaja ja opiskelija voivat löytää uusia näkökulmia ja uutta ymmärrystä aiemmin käsitellyistä asioista refleктоimalla. Reflektioni on tärkeää itsetuntemuksen ja siihen liittyvien omien arvojen ja merkityksenannon tunnistamisessa. Reflektoidessaan opiskelija tunnistaa ajatuksiaan ja rakentaa uutta ajattelua. Tämä saattaa synnyttää opiskelijalle uusia mahdollisuuksia elämänsä valinnoissa. Ohjauskeskustelussa reflektiolla on voimaannuttava vaikutus, kun syntyy tunne omasta kehitymisestä. (Pekkari 2009, 86–89.) Reflektioni toimalla käydään vuoropuhelua itsensä ja toisen kanssa. Opiskelija voi nähdä, miksi hän toimii tietyllä tavalla, ja samalla hän voi arvioida oman toimintansa mielekkyyttä. (Pekkari 2009, 84.) Reflektioni on tutkivaa sekä pohtivaa ajattelua. Se eroaa arkisesta ajattelusta siinä, että reflektioni otetaan mukaan aikaisempia kokemuksia, joiden kautta tarkastellaan ja käsitellään uusia kokemuksia ja näkökulmia. Kriittiseksi reflektioni se muuttuu silloin, kun pohditaan ja aletaan eritellä niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat tapaan, miten toimitaan. Pohtija itse alkaa reagoida ja toimia tai päättyy tekemään tulkintoja. Kriittinen reflektioni muuttaa maailmankuvaa ja arvomaailmaa. (Vehviläinen 2014, 47.)

Opinto-ohjaajalta odotetaan tiettyjä ominaisuuksia. Ohjaajan tulee olla empaattinen sekä kyetä kuuntelemaan ja huomioimaan ohjattavan tunteet. Vuorovaikutustilanteissa ohjaajan tulee olla avoin, lämmin ja positiivinen sekä asettaa tarvittaessa rajoja ohjattavalle. Ohjauskeskustelussa ohjaajan motivaatio, aktiivisuus ja yhteistoiminnallisuus ovat tärkeitä. (Helander 2005, 13.) Ohjauksessa opinto-ohjaajan perusasenne työtään ja ohjattaviaan kohtaan sekä tapa, miten hän suhtautuu elämään, kuuluu ohjauksen etiikkaan. Jokainen ohjattava on ainutlaatuinen. Ohjaaja tarvitsee joustavaa ja syvällistä etiikan ymmärrystä. (Puurikari, Lairio & Nissilä 2001, 183.) Opinto-ohjauksen päämääränä on opiskelijoiden sosiaalisen, persoonallisen, moraalisen ja ammatillisen kehityksen tukeminen (Helander 2005, 29). Opinto-ohjauksen tulisi nykyisin hallita laaja-alaisesti yhteiskunnan vaatimukset. Vaikuttavia tekijöitä ovat globalisoituminen, nopeasti muuttuvat työnkuvat, sosiaalisten ongelmien lisääntyminen, yhteiskunnallinen eriarvoistuminen sekä maahanmuuttajien lisääntyminen. (Ahola & Mikkola 2004, 34.)



KUVIO 1. Opinto-ohjauksen määritelmä

Kuviossa 1 on nähtävissä opinto-ohjauksen määritelmä. Opinto-ohjaus ohjaa, tukee ja auttaa opiskelijaa. Opinto-ohjauksella voidaan estää nuorten syrjäytymistä. Syrjäytymisen ehkäisemisessä ovat tärkeitä yhteisön jäsenenä kasvaminen ja osallisuuden kokemus (Helander 2005, 82). Opiskelujen keskeyttämiset sekä opiskelupaikkojen vaihtamiset vähenevät, kun opiskelijat saavat opinto-ohjausta riittävästi. Tästä on hyötyä sekä yksilölle että yhteiskunnalle. (Ks. Helander 2005, 12.) Opinto-ohjaus suuntautuu tulevaisuuteen. Yhteiskunnan murroksissa nuorten kehityskulkuun on kuulunut yksilöityminen. Valintamahdollisuuksien lisääntyessä on korostunut identiteetin merkitys. Ohjaustyössä on kiinnitettävä huomiota ohjattavien minäkäsityksen kehittymiseen ja sen tukemiseen. (Puukari, Lairio & Nissilä 2001, 185.)

2.1 Opinto-ohjaus lukiossa

Opinto-ohjauksen tavoitteena lukiokoulutuksessa on auttaa opiskelijaa tunnistamaan vahvuutensa, edistää opintojen sujumista sekä tukea elämänsuunnittelu- ja hallintataidoissa koulutukseen ja uravalintoihin liittyen. Lukion opetussuunnitelman tavoitteena on tukea opiskelijoiden hyvinvointia, kasvua ja kehitystä sekä tarjota aineksia itsetuntemuksen ja -ohjattavuuden lisääntymiseen. (Lukion opetussuunnitelman perusteet 2015, 18, 218.) Ohjauksen ja ohjauskustelun oleellinen tavoite on itsetuntemuksen lisääminen (Pekkari 2009, 56). Opinto-ohjaus tukee oppilasta yksilöllisesti ammatillisessa kehittämisessä. Ohjaus voi tapahtua spontaanisesti esimerkiksi oppitunnin lopussa. Ohjaus perustuu siihen ajatuksen, että opiskelijan kehitysvaiheet otetaan huomioon, ja näin tuetaan kasvua aikuiseksi. Elämäntaitojen opettaminen kehittää opiskelijaa ja auttaa häntä itsensä toteuttamisessa. (Hornbyn 2003, 16–25.)

Peruskoulussa opinto-ohjaus on uranvalinnan ohjausta, itsetuntemuksen jäsentämistä ja siitä nousevaa ammatillisen suuntautumisen ohjaamista. (Puukari, Lairio & Nissilä 2001, 186.) Opinto-ohjauksessa keskitytään henkilökohtaiseen kasvuun ja opiskelutaitoihin sekä työelämään tutustumiseen. (Numminen ym. 2002, 75.) Peruskoulun tulisi tarjota oppilaille erilaisia kokemuksia. Näitä kokemuksia tulisi hyödyntää oppilaan itsearviointitaitojen sekä reflektointitaitojen kehittämisessä. Oppilaan kokemukset omasta oppimisesta ja työelämästä tulisi hyödyntää oppilaan ura- ja koulutusvalintaan suuntautuvassa ohjauksessa. (Niemi 2016, 158.) Lukiossa opinto-ohjauksessa korostetaan jatkokoulutukseen suuntaavia ainevalintoja ja jatkokoulutuspaikan valintaa. (Puukari, Lairio & Nissilä 2001, 186.) Lukion ensimmäisenä vuonna opiskelijat tekevät ainevalintoja, jotka ovat koulutusväylän valintoja.

Lukio-opinnot kestävät kolmesta neljään vuoteen. Lukion päättökokeena on ylioppilastutkinto. Lukiokoulutus ei anna pätevyyttä tiettyyn ammattiin. Opinto-ohjausta annetaan lukiossa luokkamuotoisena, pienryhmissä sekä henkilökohtaisena ohjauksena. Opinto-ohjauksen päävastuu on opinto-ohjaajalla. (Num-

minen ym. 2002, 100.) Opinto-ohjausta järjestetään lukiossa pakollisina kursseina, jotka ovat *Minä opiskelijana* sekä *Jatko-opinnot ja työelämä*. Minä opiskelijana-kurssin keskeiset sisällöt ovat lukio-opintojen suunnittelu, jatko-opintojen pohtiminen ja ammatillinen suuntautuminen, itsetuntemus ja sen kehittäminen, sekä elämönhallintataidot. Jatko-opinnot ja työelämäkurssien keskeiset sisällöt ovat työelämä- ja työnhakutaidot, sekä jatko-opintojen ja tulevaisuuden suunnittelu. (Lukion opetussuunnitelman perusteet 2015, 219.)

Lukiot toimivat luokattomina. Luokkamuotoisena opinto-ohjausta tarjotaan yksi kurssi. (Numminen ym. 2002, 100.) Opinto-ohjaajat kokevat luokattoman lukion ja kurssimuodon ohjauksen kannalta ongelmana. Usealla opiskelijalla luokattomuus ja valinnan vapaus vaikuttaa siihen, että opiskelijalla unohtuu oma vastuu, mikä näkyy lisääntyvinä poissaoloina. Luokattomuudesta hyötyvät ns. hyvät opiskelijat, jotka osaavat tehdä oikeita valintoja tulevia jatko-opintoja varten. Heikoimmat opiskelijat tarvitsevat enemmän ohjausta valintoja tehdessään. (Ahola & Mikkola 2004, 86–87.) Luokaton lukiojärjestelmä kurssimuotoineen sekä kaksoistutkinnot ovat lisänneet valinnaisuutta ja yksilöllisyyttä opiskeluun (Koistinen 2010, 3, Juutilainen 2003, 199). Lukioon tulee moni opiskelija miettimään tulevaisuuttaan (Numminen 2002, 102). Koulutuspolitiikan näkökulmasta on tehokasta ajatella, että opiskelijat suorittavat lukion keskimäärin kolmessa vuodessa. Toisaalta luokattomaan lukioon kuuluu, että opiskelijalla on oikeus valita opintojaan opiskeluaikaa pidentämällä. Lukioikäinen luo persoonallisuutta etsien itseään ja paikkaansa tässä yhteiskunnassa. Luokattoman lukion tulisi olla sellainen paikka, jossa nuorella on aikaa etsiä itseään. (Koistinen 2010, 3.)

Luokattomuus antaa opiskelijalle mahdollisuuden rakentaa yksilöllistä opintopolkua luokattomassa opiskeluympäristössä. Tämä toiminta tulisi näkyä opiskelun käytännössä siten, että jokaisella opiskelijalla on mahdollisuus rakentaa koulun kurssitarjonnan mukaan oma opintopolkunsa ja määritellä opiskeluaikansa. Jakso-opiskelu ohjaa opiskelijaa nopeaan opiskelutahtiin. Henkilökohdallisen opintopolun rakentaminen ja kulkeminen loi opintoja aloitteleville opiskelijoille pienryhmäsidonnaista yhteisöllisyyttä. Poissaoloja seurattiin tarkasti tutki-

mukseen osallistuvalla Lapinkulman lukiossa. Poissaolomäärän kasvaessa rangaistiin opiskelijaa, millä pyrittiin opiskelijaa noudattamaan lukion sääntöjä. Koeviikot opiskelijat kokivat aluksi pelottavina ja ahdistavina, mutta opiskelun edetessä se koettiin hyväksi käytännöksi. (Yliraudanjoki 2010, 235–236.)

Lukioita ovat yleislukio ja erityisen koulutustehtävän saaneet lukiot. Erityisen koulutustehtävän saaneissa lukiossa on lahjakkaita ja valikoituja oppilaita. Erityislukion asemasta käydään keskustelua. Onko erityislukion opiskelijoilla koko kansakuntaa erotteleva vai yhdistävä vaikutus? Koulutuspolitiikka ja suomalainen yhteiskunta korostaa yksilöllisyyttä oppimiseen ja koulutukseen liittyvissä kysymyksissä. Tämä voi murentaa koulutuksen tasa-arvoideologiaa. Erityisen koulutustehtävän saaneessa lukiossa koulutuksen jakautuminen näyttää olevan yhteydessä opiskelijan sosiaalisen taustaan. (Koistinen 2010, 28.)

2.2 Kasvun ja kehityksen tukeminen

Nuoruuden yksi kehitystehtävä on identiteetin kehittyminen. Minäkäsitykseen sisältyy se, minkälaisena opiskelija kokee itsensä. Itsetunto kertoo, miten opiskelija suhtautuu ja arvostaa itseään. (Pekkari 2009, 58.) Eriksonin kehitysteorian mukaan nuoruuden myönteistä kehitystä on se, että nuorella on elämys aidosta minästä, eheyden tunne. Nämä tunteet yhdistävät lapsuuden sekä ennakoivat tulevaisuutta. Nuorella on tunne oman itsensä löytämisestä ja elämän suunnasta. Nuoren perusvoimana on minä identiteetti, minän aitouden ja eheyden elämys. Nuoruusiässä opiskelija alkaa muodostamaan todellista kuvaa itsestään. Kielteisessä kehitystuloksessa nuori ei koe tuntevansa itseään eikä kykene tekemään elämän suuntaa koskevia valintoja. (Ihme 2009, 33; Erikson 1982 249-250.)

Itsetuntemustaidon kehittämisessä ihmisen tulee ymmärtää itseään, minkä jälkeen on helpompi ymmärtää muita ihmisiä. Itseään ymmärtävän ihmisen tulee tunnistaa omat arvonsa ja asenteensa sekä pohtia millaisena hän kokee ja miten arvelee muiden näkevän itsensä. Itsetuntemustaidot kehittyvät ja muuttuvat koko elämän ajan kokemusten, oppimisen ja ajattelun kautta. Jatko-opiskelupaikan valinta ja urasuunnittelu onnistuvat paremmin, kun itsetuntemus on kohdillaan. (Pekkari 2009, 56–57.) Hyvä itsetuntemus johtaa menestykseen ja onnellisuuteen. Itsetuntemus on oman tilan pohdintaa ja oman olemassaolon tiedostamista. (Ojanen 2011, 11, 22.) Itsetuntemusta kutsutaan inhimilliseksi kasvuksi ja henkiseksi kehitykseksi. Ihmiselämässä tarvitaan näitä molempia. Inhimillinen kasvu voi olla esimerkiksi opiskelijalla sitä, että haluaa opiskella hyvin saavuttaakseen jatko-opiskelupaikan. Henkinen kehitys voi olla esimerkiksi sitä, että opiskelija ymmärtää oman henkilökohtaisen elämänsä ja tarkoituksensa. (Dunderfelt 2009, 19.)

Ohjauksessa harjoitellaan opiskelijan metataitoja. Metataitoja ovat ajattelu, muistaminen, oppiminen, ongelmanratkaisu, päätöksenteko ja reflektointi. Reflektiotaito antaa voimaantumista sisäiseen motivaatioon ja halua kehittyä. Ref-

lektiotaidot ovat tärkeitä taitoja auttaessaan löytämään jatko-opiskelupaikan ja tekemään oikeita ratkaisuja. Opiskelija tarvitsee metataitoja pystyäkseen hallitsemaan omaa elämäänsä. Näitä taitoja tarvitaan läpi elämän. (Pekkari 2009, 13, 56–65, 84.) Omakohtaisia kokemuksia selvitetään refleктоimalla. Se on vuoropuhelua itsensä ja ympäristön kanssa. Reflektion avulla opiskelija alkaa nähdä asioita eri tavalla. (Ojanen 2006, 71.)

Ajattelutaitoja tarvitaan ongelmaratkaisussa, tulevaisuuden suunnittelussa sekä työn ja uran edistämisessä. Opiskelija tarvitsee oman ajattelun lisäksi myös vuorovaikutusta, yhteistyötä muiden ihmisten kanssa sekä yhdessä pohtimista. (Pekkari 2009, 78.) Ajattelu on henkilökohtainen kokemus. Tähän oman ajattelun selvittämiseen tarvitaan reflektiota, jonka avulla opiskelija tarkastelee itseään. (Ojanen 2006, 71.) Oppiminen ja henkinen kasvu eivät etene ilman ajattelua. Ajattelutaitojen kehittyminen on edellytys esimerkiksi reflektointi- ja sosiaalisille taidoille. Ajattelussa voidaan erottaa toisistaan järkiperäinen, tieteellinen ja tarinallinen ajattelu. Järkiperäisesti ajattelevat opiskelijat kuvaavat ja selittävät todellisuutta löytämällä sille selityksiä. Selitykset halutaan perustella loogisesti. Tarinallisesti ajattelevat opiskelijat ovat kiinnostuneita kertomuksista ja näytelmistä. Tarinallisessa ajattelussa opiskelijat pyrkivät ymmärtämään ja kokemaan tavoitteita ja toimintaa. (Pekkari 2009, 65–66.) Tieteellistä tietoa tavoitellaan ja perustellaan. Tieteellä tarkoitetaan kriittistä pyrkimystä uuteen tietoon. (Aaltola 2018, 18.)

Jokaisessa nuoressa on vahvuuksia ja voimavaroja, jotka tulee löytää opiskelijasta. Kun opettaja tai oppilas huomaa vahvuuden toisen toiminnassa, se tulee myös todeta. Opiskelija saa palautetta omien parhaiden puolien käyttämisestä, mikä lisää itseluottamusta ja kannustaa näin opiskelijaa yrittämään koulutehtävissä ja tulevaisuuden suunnitelmissa. Luonteen vahvuudet ovat kehittyviä taitoja, eivätkä ne ole pysyviä ominaisuuksia. Niitä täytyy monipuolisesti käyttää, jotta ne vahvistuvat. Kasvun ja kehityksen voimavahvuudet ovat sinnikkyys ja itsesäätely. Näiden käyttäminen auttaa saattamaan opiskelut ja työn loppuun

sekä pinnistelemaan hyödyllisten asioiden eteen. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2017, 44–49.)

Kasvatuksen yksi perustekijä on arviointi, johon sisältyy ajattelua, tunteita ja toimintaa. Arvioinnin keskeinen tehtävä on parantaa toiminnan laatua. Opiskelija saa opiskelustaan ja edistymisestään tietoista palautetta, osa palautteesta voi olla tiedostamattomia, joko viestejä opettajilta tai opiskelukavereilta. Näitä arviointeja tapahtuu koulussa vuorovaikutustilanteissa. Oppilas voi konkretisoida opiskelun tavoitteet ja rakentaa omaa minäkuvaansa arvioinnin kautta. (Ihme 2009, 85–90.)

Opiskelija saa uusia kokemuksia ja muokkaa ne uusiksi oppimiskokemuksiksi. Nämä kokemukset ovat kasvun ja kehityksen edellytyksenä. (Ojanen 2006, 102.) Opinto-ohjauksessa on pyrittävä siihen, että opiskelija kokee olemassaolonsa arvokkaana. Ohjaajan on tärkeä arvostaa jokaista opiskelijaa hänen opintomenestyksestään riippumatta. (Nissilä, Lairio & Puukari 2001, 94.) Lukioikäiset elävät kehitysvaihettaan, jossa he siirtyvät kohti aikuisuutta ja itsenäistä toimintaa eli autonomiaa. Osa lukiolaisista nuorista saavuttaa itseohjautuvan opiskelutavan. Opiskelijat pyrkivät tasapainoon itsensä ja ympäristönsä kanssa. Koulu on nuorille kohtaamispaikka, jossa nuoret voivat keskustella toisten opiskelijoiden kanssa suunnitelmistaan ja tavoitteistaan. (Koistinen 2010, 53.)

3 Opinto-ohjaus urasuunnittelun ja jatko-opintojen tukena

3.1 Urasuunnittelu nuoren elämässä

Lukion opetussuunnitelman perusteiden (2015) mukaan ohjaustoiminta muodostaa kokonaisuuden, joka tukee opiskelijaa kehittämään valmiuksiaan tehdä valintoja ja ratkaisuja koulutusta ja tulevaisuutta varten (Lukion opetussuunnitelman perusteet 2015, 18). Opinto-ohjauksella voidaan tukea nuoren mahdollisuuksia sijoittaa ura- ja elämänsuunnittelu oman elämän osaksi ja näin auttaa löytämään oma paikkansa työelämässä (Onnismaa 2007, 15). Oikeanlainen tieto koulutusvaihtoehdoista vähentää opiskelijoiden hakemista väärälle alalle, ja tästä johtuva opintojen keskeyttäminen vähenee. Abiturienteista jotkut kokevat tekevänsä ratkaisuja koko loppuelämäksi. He miettivät sitä, että mille alalle menevät lukion jälkeen, haluavatko he työskennellä seuraavat kolmekymmentä vuotta sillä alalla. Tämä voi vaikuttaa päätöksentekoon. Opinto-ohjauksessa tulisi miettiä jatkumahdollisuutta opintojen jälkeen. Tämä voisi helpottaa opiskelijaa päätöksenteossa löytääkseen oman alansa. (Ahola & Mikkola 2004, 20, 23.)

Vuonna 2017 72 % uusista ylioppilaista ei jatkanut tutkintoon johtavassa koulutuksessa. Suurin osa ylioppilaista hakee opiskelupaikkaa heti ylioppilasvuonna. Ylioppilaaksitulon jälkeen vuonna 2017 jatkoi opintojaan toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa 3,2 %. Ammattikorkeakoulussa jatkoi opiskeluaan 9,1 % ja yliopistokoulutuksessa 15,7 %. Uusien ylioppilaiden suoraan pääseminen opiskelijaksi on vaikeutunut. Moni ylioppilas joutuu pitämään välivuoden tai -vuosia ennen kuin jatko-opiskelupaikka löytyy. (Tilastokeskus 2018.) Välivuoden pitäminen tulee kysymykseen, kun ei tiedetä, mille alalle halutaan, tai lukion jälkeen vaihtoehtona voivat olla työ tai armeija. Armeija tulee osalle nuorille ajankohtaiseksi suorittaa lukion jälkeen. Abiturientin sijoittuminen jatkokoulutuksen vie keskimäärin parisen vuotta. (Ahola & Mikkola 2004, 12–13, 29.)

Nuori ohjaa omaa elämäänsä, asettaa tavoitteita, valitsee koulutuspaikkansa ja ammattinsa. Monesti nuori saavuttaa haluamansa tavoitteet, mutta näin ei aina välttämättä käy. Nuori joutuu sopeutumaan tilanteeseen ja sopeuttamaan omia tavoitteita ja toimintatapojaan. Tällaisia itseä koskevia käsityksen muodostumista kutsutaan identiteetin muodostumiseksi. (Nurmi ym. 2014, 150.) Nykyisin näkemys urasta on muuttunut ja muuttumassa. Uraan ei liity enää pelkästään työelämä ja ammatti. Uraan sisällytetään ensimmäisen hankitun ammatin jälkeen täydennys- ja uudelleen kouluttaminen. Nykyisin ura pitää sisällään koulutusjaksoja, etätyötä, vanhempien vapaita sekä työttömyysjaksoja. (Pekkari 2009, 106.) Ura on sellaista, jota suunnitellaan ja jolle asetetaan selvät tavoitteet, joita kohti mennään (Amundson 2005, 15).

Työelämässä opitaan, mikä lisää kokemusta. Oppiminen on merkityksen antamista kokemuksille, joita ihmisillä on maailmasta. Urakehityksen aikana työssäolo ja kouluttautumisen jaksot yhdistyvät. Urakäsitys on jatkuvan muutoksen alla sekä erityisen herkkä yhteiskunnallisille muutoksille. Maailma muuttuu nopeaa vauhtia, mikä tuo epävarmuutta ihmisten elämään. Tarvitaan metataitoja muuttuvista tilanteista selviytymiseen. (Pekkari 2009, 107–110.) Työelämässä tarvitaan nykyisin suunnittelutaitoja. Täytyy osata asettaa tavoitteita, ohjata prosesseja ja arvioida tuloksia ja niiden laatua. Näiden taitojen lisäksi tarvitaan ongelmaratkaisutaitoja, kriittistä ajattelua, vuorovaikutus- sekä yhteistyötaitoja. (Pekkari 2009, 67.)

Yhteiskunta on muuttunut monisäikeiseksi. On vaikea ennakoida tulevaa. (Kattelus ym. 2002, 9.) Ura on läpi elämänkulkeva prosessi, jossa tehdään työelämään koskevia henkilökohtaisia valintoja sekä arvioidaan kehitystä. Ura jakautuu eri vaiheisiin: eksploraatio, kokeilu, vakiintuminen, keskiuravaihe ja työelämästä pois jääminen. Uran ensimmäinen vaihe kestää noin 25 ikävuoteen saakka. Tätä vaihetta kutsutaan eksploraatio eli tutkimisen vaiheeksi. Se on työelämään siirtymisen aikaa, ja siinä yksilön identiteetti muodostuu. Tämän jälkeen tulee kokeiluvaihe, joka sisältää erilaisia työtehtäviä ja usein myös työ-

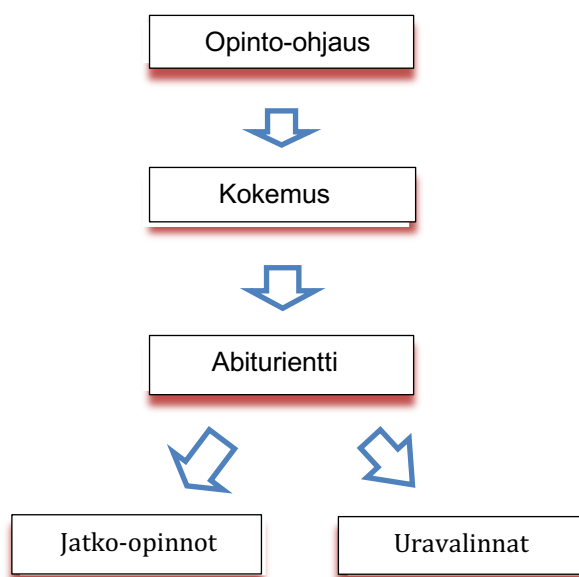
paikan vaihtoja. Yksilö etsii sopusointua itsensä ja työroolin välille. Tässä kehitysvaiheessa on tyypillistä alalle asettuminen, jota kutsutaan perehtymisen ajaksi. Kun yksilö on löytänyt oman paikkansa, seuraa vakiintuminen sekä työssä edistyminen. Noin 40 vuoden iässä yksilö saavuttaa työelämässä keskiuravaiheen. Tämä vaihe tyydyttää ylläpitämään vallitsevan tilanteen. Keksiuravaihe on myös muutosten aikaa, jolloin yksilö alkaa pohtia omaa uravalintaa ja muita vaihtoehtoja. Viimeisenä vaiheena on työelämästä pois siirtyminen. (Kattelus 2002, 21–22.)

3.2 Jatko-opinnot lukion jälkeen

Opinto-ohjauksen tilan arvioinnissa (2002) puolet opiskelijoista perusteli lukioon menoa sillä, että lukiossa saa lisää aikaa ammatinvalintaan. Lukion valinneiden opiskelijoiden mielestä valintaan vaikuttivat eniten koulumenestys ja työstä maksettava palkka. (Numminen ym. 2002, 93, 98.) Lukion jälkeen korkeakoulu- paikkoja riittäisi koko ylioppilasikäluokalle, mutta vain osa jatkaa opintojaan välittömästi. Aikaisemmin opiskelijavalinnassa järjestettiin satoja pääsykokeita, mikä oli kallis ja kansainvälisesti poikkeava malli. Nyt pääsykokeita on uudistettu. Korkeakoulut voivat päättää, valitsevatko ne opiskelijoita ylioppilastutkinnon perusteella vai ylioppilastutkinnon sekä ammatillisen perustutkinnon arvosanojen perusteella. Suomessa keksimääräinen jatko-opintojen aloittamisikä on 24 vuotta. (OKM 2019). Opiskelijalla on lukiokoulutuksen jälkeen mahdollisuus saada opinto-ohjausta vuoden ajan. Opiskelijalla tulee olla suoritettuna lukion oppimäärä eikä hänellä ole vielä selvinnyt jatko-opiskelupaikka tutkintoon johtavassa koulutuksessa. Opiskelija tekee henkilökohtaisen opintosuunnitelman, joka sisältää tämän lisäksi ylioppilassuunnitelman sekä jatko-opinto- ja urasuunnitelman. Tämä uusi lukiolaki tulee voimaan ensimmäisenä päivänä elokuuta 2019. (Lukiolaki 2018, 22.)

Motivoitumiseen ja tavoitteiden saavuttamiseen tarvitaan tahtoa. Itsetuntemuksen kasvuun liittyy se, että on tärkeää oppia toimimaan oman ajattelun, tuntei-

den sekä oman tahdon kanssa. Ihmistä vie elämässä eteenpäin tahtominen ja haluaminen. Itsetuntemukseen liittyy myös se, minkälaisena oppijana ihminen kokee itsensä. (Pekkari 2009, 61, 63.) Opiskelijan oppimista, ajattelua ja toimintaa on vaikea ymmärtää ilman hänen kiinnostuksistaan eli motivaatiosta. Opiskeluun tarvitaan motivaatiota, joka liittyy keskeisesti oppimiseen ja opiskeluun. (Koistinen 2010, 34.) Itseohjautuva opiskelija on sisäisesti motivoitunut oppimiseen, ja hänellä on halua kehittää itseään. Voimaantuminen lisää opiskelijalla sisäistä motivaatiota sekä halua kehittyä, jolloin hänellä on mahdollisuus saavuttaa paremmin tavoitteet. Opiskelija oppii käyttämään omia voimavarojaan, ohjaamaan ajatteluaan ja kokemuksiaan luovalla ja voimaannuttavalla tavalla. Vähitellen opiskelija alkaa asettamaan itselleen tavoitteita, ja hänellä on kykyä tehdä omia päätöksiään. (Pekkari 2009, 59, 94.)



KUVIO 2. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys

Kuviossa 2 on nähtävissä tutkimuksen teoreettinen viitekehys. Teoreettisessa viitekehyksessä kuvaan opinto-ohjausta ja tuon kokemukset esille abiturienttien kokemana. Opinto-ohjaus on pääkäsitteenä. Opinto-ohjauksen kokemukset kysyttiin abiturienteilta, ja tämän jälkeen selvitettiin, miten kokemukset olivat merkittäviä urasuunnittelussa ja jatko-opintojen valinnassa.

Opinto-ohjausta on aiemmin tutkittu esimerkiksi Niemen (2016) väitöskirjassa. Tutkimuksessa oli selvitetty turkulaisten peruskoulun päättöluokkalaisten urapohdintaeroja ja sitä, miten oppilaiden arviot opettajien toteuttamasta ohjauksesta ovat yhteydessä heidän urapohdintaansa. Tuloksissa selvisi, että opiskelijat kokivat vaikeaksi ura- ja jatkokoulutusvalintaansa sitoutumisen. Epävarmuus näkyi opiskelijoilla päätöksenteossa. Opettajien ohjaustyön näkökulmasta hyvää tulosta ura- ja jatkokoulutukseen sitoutumista ja päätöksentekovarmuutta ennustivat oppilaan hyvät kokemukset ohjauksesta, hänen myönteinen suhtautumisensa koulunkäyntiin ja opintosuoritukset. (Niemi 2016.)

Kupiainen (2009) on kuvannut tutkimuksessaan opinto-ohjaajien ohjausajattelua ja sen muuttumista. Tutkimuksessa haastateltiin seitsemää opinto-ohjaajaa, peruskoulun ja lukion opinto-ohjaajia. Tutkimustuloksissa selvisi, että opinto-ohjaus oli muuttunut dialogisempaan suuntaan, ja ohjauksen arvioinnin merkitystä pohditaan enemmän. Ohjauksen henkilökohtainen tarve on lisääntynyt. Opiskelijat tarvitsivat yhä enemmän tukea, mikä johtuu mielenterveysongelmien lisääntymisestä ja elämäntaitojen puutteellisuudesta. (Kupiainen 2009, 5–6.)

Koistisen (2010) tutkimuksessa selvitettiin opiskelijoiden hyvinvointia ja opiskelutyytyväisyyttä erityisen koulutustehtävän saaneessa lukiossa. Tutkimuksen kohteena oli Sibelius-lukion opiskelijoita. Tulosten mukaan opiskelijat olivat pääosin tyytyväisiä hyvinvointiinsa, opetukseen, opinto-ohjaukseen sekä lukioympäristöön. Osa opiskelijoista koki itsensä väsyneeksi suuresta työmäärästä johtuen. Nämä opiskelijat pyrkivät parantamaan hyvinvointiaan pidentämällä opiskeluaikaansa lukiossa. (Koistinen 2010, 6–7.)

4 Menetelmät

Tutkimuksen lähestymistapana on fenomenologinen tutkimus. Fenomenologiassa tutkitaan kokemuksia, ihmisen suhdetta omaan elämäntodellisuuteensa. Kokemus syntyy todellisuuden kanssa vuorovaikutuksessa. Ihmisen suhde maailmaan on intentionaalinen. Tällä tarkoitetaan sitä, että kaikki merkitsee meille jotain. Ihmisen toiminta voidaan ymmärtää kysymällä, millaisten merkitysten pohjalta hän toimii. Kokemus muotoutuu siis merkitysten mukaan. (Laine 2001, 26–27.) Fenomenologiassa empiirisyys tarkoittaa toisten kokemusten tutkimista. Tutkimukseen osallistuvilla kokemus on heidän sisäistä suhdetodellisuuttaan. Kokemukset ovat ihmiselle todellisia ilman, että niitä tutkittaisiin. (Perttula 2005, 135.) Fenomenologisessa tutkimuksessa ilmiöt antavat tietoa merkityksinä. Tämä kertoo muustakin kuin ihmisten tavasta nähdä asiat. Fenomenologiassa pyritään erottamaan ilmiö ja merkitys. (Varto 2005, 134.)

Kokemukset rakentuvat merkityksistä, jossa tutkitaan kokemusten merkityssisältöä ja sen rakennetta. Fenomenologisessa ihmiskäsityksessä ovat tutkimuksen kannalta keskeisiä kokemuksen, merkityksen ja yhteisöllisyyden käsitteet. Fenomenologinen merkitysteoria sisältää ajatuksen siitä, että ihmisyksilö on pohjimmiltaan yhteisöllinen. Merkitykset, joiden kautta meille avautuu todellisuus, eivät ole meille synnynnäisiä. Näiden syntysija on yhteisö, johon jokainen kasvaa ja kasvatetaan. (Laine 2018, 29, 31.) Tässä tutkimuksessa, tätä teoriaa soveltaen, opiskelijat kasvavat kouluyhteisössä. Jokaisella opiskelijalla on yksilöllinen kokemus myös opinto-ohjauksesta, jota he saavat. Näissä kokemuksissa on myös yhteisöllisiä kokemuksia, jotka tuovat esille tutkimustuloksissa jotain yleistä.

Tähän tutkimukseen olen valinnut tutkimusmenetelmäksi laadullisen menetelmän. Tavoitteena on kuvata opiskelijoiden kokemuksia opinto-ohjauksesta. Laadullisen suuntauksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen, minkä kohteena ovat ihminen ja ihmisen maailma, elämismaailma, jolla tarkoitetaan

kokonaisuutta (Hirsjärvi ym. 2009, 161; Varto 2005, 28). Laadullisessa tutkimuksessa korostetaan ihmistä kokijana, havainnoijana ja toimijana siinä paikassa ja tilanteessa, missä havainnot, kokemukset ja toiminnot värittyvät. Tieteenfilosofisissa perusteluissa laadullinen tutkimus korostaa kokonaisvaltaisuutta, eli ihmistä pitäisi katsoa kokonaisuutena, osana jotakin elämismaailmaa ja todellisuutta. (Ronkainen ym. 2011, 82–83.)

Perttula (2005) kuvaa kokemuksen seuraavasti; tunne, intuitio, tieto ja usko. Tunne on kokemus, joka elää siinä hetkessä, jossa ihminen on suhteessa elämäntilanteeseen. Tunne muodostuu psyykkisessä toiminnassa. Intuitio on ihmiselle esittäytyvä kokemuksen varmuus, välitön tajuaminen ja sisäinen käsittäminen tunteesta. Tieto edellyttää kykyä ymmärtää kokemuksia. Usko on tiedon jälkeen rakennettua ymmärtämistä. Kokemus on sitä, mitä ihmiselle tarkoittaa elämäntilanne. (Perttula 2005, 123–128, 149.)

Jokaisella meistä on henkilökohtainen kokemus ja oma persoonallinen tapa olla läsnä maailmassa. Nämä vaikuttavat siihen, miten koemme maailman. Tästä johtuen opiskelijat lähestyvät ohjaustilannetta eri tavoin. Ojasen (2006) mukaan toiset voivat olla herkistyneitä tietyille osille ja tulkitsevat sen kokemusten pohjalta syntyneiden ennako-oletusten mukaisesti. Tällöin tapahtuman kokeminen on ehdollistumista, jonka tuloksena syntyy itsestäänselvyksiä. (Ojanen 2006, 102.) Ihminen reagoi aistien välityksellä ulkomaailmasta tuleviin ärsykkeisiin. Kokemus tulee siitä, kun elämykselle annetaan merkitys, eli se tulkitaan. Kokemuksen merkitys ei tule annettuna. (Ojanen 2006, 19.) Kokemus on sitä, mitä elämäntilanne ihmiselle tarkoittaa (Perttula 2005, 149). Kuviossa 3 on nähtävissä, miten kokemus muodostuu.



Kuvio 3. Kokemuksen muodostuminen

Elämäntilanne on se, joka merkityksellistetään, ja tajunnallinen toiminta se, joka ymmärretään. Kokemuksen rakentumiseen kuuluvat molemmat. Kokemus on ymmärtävä ja merkityksellinen suhde ihmisen ja elämäntilanteen välillä. Perttulan ajattelulle oli erityisen tärkeä Rauhalan tapa ymmärtää, mitä kokemus on ja miten se rakentuu. (Perttula 2005,119.)

Opiskelija kasvaa omassa ympäristössään, kulttuurissaan. Tämä liittyy opiskelijan persoonaan, ihmiseksi kasvamiseen. Se, mitä hänen ympärillään tapahtuu, siitä rakentuu hänen käsityksensä opiskelijana olemisesta. Elämä tuo kokemusta, kokemukset ovat sekä epäonnistumisia että onnistumisia. Nämä kaikki muokkaavat persoona, mikä liittyy opiskelijaksi kasvamiseen sekä siihen, miten opiskelija näkee ja ymmärtää tämän elämän. Tällä on merkitystä nuoren uravalintaan.

Päädyin Rauhalan (2005) esittämään ihmiskäsitykseen fenomenologisen näkemyksen mukaisesti. Tämän tutkielman kannalta holistisen ihmiskäsityksen keskeisimmät elementit ovat situationaalisuus ja tajunnallisuus. Situationaalisuus on läsnä kokemusten syntyemisessä, ja tajunnallisuuden kautta yksilö omaa kokemukset ja merkitykset. Näitä merkityksiä opiskelijoiden kokemuksia opinto-ohjauksesta pyrin tässä tutkielmassa selvittämään. Tutkimukseen osallistuvien opiskelijoiden kohdalla pyritään selvittämään heille syntyneitä kokemuksia lukiosta, joten tilannesidonnaisuus on vahvasti läsnä näiden kokemusten muodostumisessa. Perttulan mukaan opiskelijoiden muodostuneisiin kokemuksiin vaikuttavat lukuisat muutkin asiat kuin pelkkä kouluympäristö. Omassa tutkielmassani, holistisen ihmiskäsityksen mukaisesti, myös yksilön kehollisuus on osa kokonaisuutta ja läsnä tajunnallisuuden ja situationaalisuuden korostumisesta huolimatta. Kehollisuus mahdollistaa opiskelijoiden fyysisen toiminnan ja kokemusten muodostumisen. (Ks. Rauhala 2005, 32–41.)

Taulukko 1. Perttula on asettanut seitsemän kysymystä kokemuksen tutkijalle
(Perttula 2005, 149-157)

Perttulan mukaan	Tässä tutkielmassa
Tutkijan tulee selvittää itselleen, mitä kokemus on.	Tutkijana ymmärrän ja osaan merkityksellistä opiskelijoiden kokemukset opinto-ohjauksesta: esim. onnistuneita tai epäonnistuneita kokemuksia.
Perttula on jakanut elämäntilanteen neljään ulottuvuuteen: ideaalinen, aineellinen, elämänmuodollinen ja kehollinen.	Ideaalinen todellisuus toteutuu tässä tutkimuksessa, jossa koettu todellisuus eli kokemukset opinto-ohjauksesta ovat opiskelijan muistissa. Opiskelija reflektoi näitä kokemuksia ja liittää ne tuleviin urasuunnittelua koskeviin päätöksiin.
Tutkimus alkaa kokemuksen ja elämäntilanteen teoreettisella ajattelemisella.	Tutkijana ajattelen kokemuksen tajunnallista merkityksenantoa todellisuudelle; onko se ollut esim. auttava, ohjaava vai tukea antava ohjaus. Pohdin myös opiskelijoiden elämäntilannetta sekä tilanteet, mihin he kuuluvat.
Tutkija valitsee ihmisiä, joiden elämäntilanteeseen häntä kiinnostava aihe sisältyy.	Tutkijana valitsin abiturientit, koska tutkimusaihe sisältyy heidän elämäntilanteeseensa.
Tutkija houkuttelee tutkimukseen osallistuvia kuvaamaan kokemuksiaan sellaisenaan, kuin heidän kokemuksensa heille ilmenevät.	Valitsin aineistonkeruutavaksi kyselyn, jossa abiturientit voivat tuoda kokemuksia esille. Kyselyyn vastataan anonyymina.
Ihmisen tarkkaavaisuus kiinnittyy siihen, mitä hän mieltää kiinnostavaksi elämisen perusteella ja mitä hän haluaa ymmärtää lisää.	Uutisointi herätti kiinnostuksen minussa selvittää; onko opinto-ohjaus yksi keino, joka auttaisi opiskelijoita urasuunnittelussa.
Objektiivisuus: tutkimukseen osallistuvien elävä kokemus. Subjektiiivisuus: tutkiminen tapahtuu tutkijan toimesta.	Tutkimus tapahtuu tutkijan toimesta ja siinä mielessä on subjektiivista ja tutkimuksen objektiivisuus tulee, kun tutkimukseen osallistuvilla on autenttisia kokemuksia tutkimusaiheesta.

Perttulan mukaan fenomenologinen lähtökohta on siinä, että ihminen on tajunnallinen olio. Tämä ihmisen tajunnallinen toiminta suuntautuu aina johonkin. Ihminen on intentionaalinen olio, joka kokee elämyksiä. Ihminen ei aina pysty tunnistamaan kohdetta, mistä elämys syntyi. Vaikka tämä jäisi epäselväksi, niin elämys on kuitenkin hänelle todellinen. Kokemus on subjektiivinen suhde toiminnan ja kohteen välillä. Tätä suhdetta kutsutaan kokemuksen lisäksi myös merkityssuhteeksi. (Metsämuuronen 2006, 165.)

5 Tutkimuksen toteutus

5.1 Tutkimuskysymykset

Tutkimusongelmana on: *Millaisia kokemuksia abiturienteilla on opinto-ohjauksesta?*

Tarkentavat tutkimuskysymykseni ovat:

1. Millä tavalla opinto-ohjaus on tukenut itsetuntemus- ja metataitoja?
2. Millä tavalla opinto-ohjaus on tukenut urasuunnittelussa sekä jatko-opintojen valinnassa?

5.2 Aineiston keruu kyselylomakkeella

Aineistokeruutapana käytän kyselylomaketta. Kyselyn tavoitteena oli selvittää abiturienttien kokemuksia opinto-ohjauksesta. Lisäksi olen kiinnostunut siitä, millaisia odotuksia abiturienteilla on opinto-ohjauksesta. Analysoimalla kokemuksia selvitän, onko opinto-ohjaus tarkoituksenmukaista, ohjaako se opiskelijaa löytämään jatko-opiskelupaikan. Tutkimukselle pyysin kirjallisen luvan koulutuspalveluiden palvelualuepäälliköltä. Tutkimusluvan jälkeen lähetin tutkimuksen esittelykirjeen kahdelle lukion rehtorille. Sain luvan aineiston keruuseen toteuttavaksi yhdeltä lukiolta. Tämän jälkeen lähetin sähköpostia opinto-ohjaajalle, jonka kanssa sovin ajan, milloin toteutin kyselyn. Kyselyn toteutin viikoilla neljä ja viisi.

Tutkimuksen tiedon näkökulmalla tarkoitetaan tutkimuksen tapaa tarkastella tiettyä asiaa. Näkökulman asettaminen on tutkimuksen edellytys. Siinä rajataan tutkimusta tutkijan valitsemalla tavalla. (Ronkainen ym. 2011, 15.) Tutkimukseni olen rajannut valitsemalla abiturientteja, koska heillä on kokemusta opinto-ohjauksesta. Lukion kolmannen tai neljännen vuoden opiskelijat, abiturientit

ovat miettineet mahdollisesti jatko-opiskelupaikkaa. Ensimmäisen vuoden opiskelijat ovat vasta aloittaneet. He tekevät valinnat opinnoistaan ensimmäisenä vuonna opinto-ohjaajan kanssa.

Kyselylomakkeen laadinta edellyttää huolellista etukäteistyötä. Tutkijan tulee tuntea aihe, kokeilla eri kysymys vaihtoehtoja sekä testata kyselyä ennen julkaisemista. (Ronkainen, Karjalainen & Mertala 2008, 31–41.) Olen testannut kyselyn muutamalla opiskelijalla ennen kyselyn julkaisemista. Tämän jälkeen muotoilin muutaman kysymyksen tarkempaan, ymmärrettävään muotoon. Kysymystyyppejä voi olla kolme: avoimet kysymykset, monivalintakysymykset tai poisulkevat kysymykset. Viimeksi mainitut sallivat vain yhden vaihtoehdon. Tässä kyselyssä oli avoimia kysymyksiä sekä monivalintakysymyksiä. Kaikkien kyselyyn osallistujien tulee ymmärtää kysymykset samalla tavalla. Tutkimusetiikan mukaisesti kyselyyn vastaajien tulee saada tietoa tutkimuksen tavoitteesta aiheiston käytöstä, säilytyksestä ja anonymisoinnista. (Ronkainen, Karjalainen & Mertala 2008, 31–41.) Muodostin kyselyn niin, että ensimmäiseksi kysymyksiä laitoin avoimen kysymyksen ja sen jälkeen monivalintakysymyksiä. Avoimelle vastaukselle oli tilaa monivalintakysymysten välissä. Vuorottelin näin, jotta sain mielenkiintoa vastaamiseen.

Sähköinen kysely voidaan toteuttaa laadullisessa ja määrällisessä tutkimuksessa. Sähköisessä muodossa lähetetyssä kyselyssä ei tarvitse rajata kyselyn pituutta. Vastaukset tulostuvat suoraan tekstinä, joten niitä ei tarvitse litteroida. Tämän kyselyn etuja on se, että kysely voidaan lähettää suurelle vastaajajoukolle eivätkä matkakustannukset nouse. (Ronkainen, Mertala & Karjalainen 2008, 21–23.) Tutkimukseeni soveltui tämä kysely opiskelijoiden tavoitettavuuden kannalta hyvin. Sähköisessä kyselyssä käytetään ZEF-kyselytapaa, joka antaa erityisen mahdollisuuden kyselyn laatimiseen ja raportoimiseen. ZEF:n kehittämässä sovelluksessa voidaan hyödyntää graafista visuaalisuutta. Se on yksi sovellus, joka toimii vastaajien sähköpostiosoitteiden tai www-linkin kautta, ja tästä johtuu nimitys web-kysely. Kyselyn suunnittelua ohjaa kaksi asiaa: etukäteistieto tutkittavasta ilmiöstä ja siitä, mihin tutkimuksen pitäisi vastata ja sen

jälkeen kysyttäväksi muotoileminen. (Ronkainen, Mertala & Karjalinen 2008, 8, 21–32.)

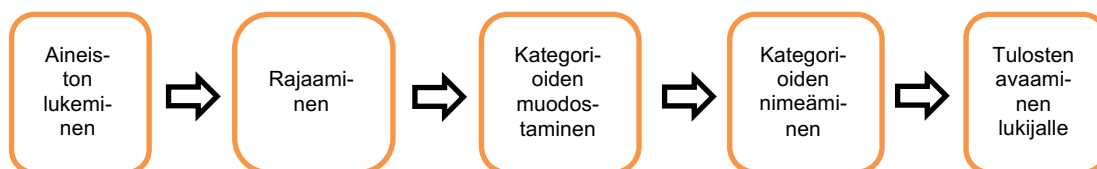
Kyselyn muotona oli verkkokysely, Webropol-työkalulla toteutettava tutkimus. Kaikki opiskelijat saivat jäädä vastaamaan kyselyyn opinto-ohjaajan tunnilla. Olin toteuttamassa tutkimusta lukiossa. Vastaamaan jäi neljä opiskelijaa. Sovimme opinto-ohjaajan kanssa, että jätetään kysely vielä auki viikoksi, ja johon opiskelijat voivat käydä vastaamassa. Kyselyyn vastasi viikon aikana vielä neljätoista opiskelijaa. Vastauksia kertyi yhteensä kahdeksaltatoista opiskelijalta. Kaikkien kyselyyn vastanneiden kesken arvottiin 30euron lahjakortti. Tarkoituksena on saada kerättyä tietoa, joka vastaa tutkimusongelmaan. Kyselytutkimuksen vastaamisen heikkoutena pidetään vastaamisen aitoutta. Miten voidaan varmistaa, miten vakavasti vastaajat ovat vastanneet sekä sitä, miten vastausvaihtoehdot on ymmärretty? (Ks. Hirsjärvi ym. 2009, 195.) Tämä näkyi vastauksissa, kuka vastaajista oli vastannut aidosti sekä se, oliko kysymykset ymmärretty oikein.

5.3 Aineiston analyysi

Laadullisessa tutkimuksessa aineistoni tulkitsin ja käsittelin ainutlaatuisena. Kerätyn aineiston analyysi ja tulkinta ovat tutkimuksen ydinasia. Analyysivaiheessa selvisi, minkälaisia vastauksia sain tutkimusongelmaan. (Ks. Hirsjärvi ym. 2009, 164, 221.) Laadullisessa tutkimuksessa analyysimenetelmät eivät ole tarkkavaiheisia, vaan tutkijan tulee ymmärtää tutkimustulokset tulkinnaksi (Ronkainen ym. 2011, 82). Teoriaohjaava analyysi ei pohjaudu suoraan teoriaan, vaan teoria toimii apuna. Teoriaohjaava analyysi perustui induktiiviseen päättelyyn. Yhteenedossa tuon teorian ohjaamaan lopputulosta. (Ks. Tuomi & Sarajärvi 2018, 80–84.) Analyysin koodaamisessa kiinnitin huomiota sellaisiin asioihin, jotka olivat entuudestaan tuttuja, jotka eivät yllättäneet eivätkä tuottaneet uutta tietoa. Aineisto tulee huomioida teorian kanssa, on tarkoitus tuottaa uutta tietoa tuloksissa ja pitää merkitykset mukana. Niin myös tässä tutkimuksessani. (Ks.

Salo 2015, 182.) Aineiston analyysissa silmäillään aineisto kokonaisuudessaan läpi, mistä saa kokonais käsityksen (Mäntylä ym. 2013, 40). Kyselyaineisto on analysoitu sisällönanalyysilla. Tällä analyysimenetelmällä pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus yleisessä ja tiivistetyssä muodossa (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105).

Aloitin sisällönanalyysin lukemalla ensin kyselyn vastaukset läpi useampaan kertaan. Toisella lukemiskerralla perehdyin vastauksien sisältöön. Poimin vastauksista alkuperäisiä ilmaisuksia Post it -lapuille tutkimuskysymyksiä näkökulmasta. Tässä vaiheessa rajasin pois ne kohdat, jotka eivät olleet oleellisia tutkimusaiheeni kannalta. Tämän jälkeen tein taulukon, jossa oli alkuperäiset ilmaukset, alakategoriat sekä pääkategoriat. Lisäsin taulukkoon vastauksista poimitut alkuperäiset ilmaukset samaan kategoriaan (luokkaan), ja kategorialle annettiin sisältöä kuvaavat nimet, alakategoriat. Lopuksi annoin pääkategorialle sisältöä kuvaavan nimen. Kolmannessa vaiheessa tein taulukon, jossa oli alakategoriat, pääkategoriat sekä yhdistävät kategoriat. Alakategoriaan lisättiin aikaisemmassa vaiheessa muodostetut sisällöt samaan kategoriaan. Tämän jälkeen muodostin pääkategorialle kuvaavan nimen, jonka jälkeen yhdistävään kategoriaan annoin sisältöä kuvaavan nimen. Kuviosta 3 on nähtävissä sisällönanalyysin vaiheet.



Kuvio 4. Sisällönanalyysin vaiheet

Muodostin kolme kategoriala, jotka oli mahdollista jakaa kolmeen pääteeman alle. Sisällönanalyysin viimeinen vaihe on kategorioiden sisältöjen avaaminen lukijalle. Pääkategorioiden nimistä muodostui alaluvut tutkimustuloksiin. Lopuksi johtopäätöksissä avattiin yhdistävien kategorioiden sisällöt. Sisällönanalyysissä yhdistellään käsitteitä, ja näin saadaan vastaus tutkimusongelmaan (Tuomi & Sarajärvi 2002, 115). Aineiston analyysi on prosessi, jossa analyysitekniikoiden avulla tuotetaan havaintoja. Teoria ja aineisto keskustelevat keskenään. Tulkin-ta syntyy näiden keskustelujen oivalluksista. (Ronkainen ym. 2011, 126.)

Fenomenologiassa on kaksi keskeistä käsitettä: deskriptio ja reduktio. Deskriptiolla on kaksi merkitystä. Sillä tarkoitetaan, miten tuotetaan tutkimusaineistoa. Toinen liittyy tutkijaan, eli miten tutkija ymmärtää tutkittavan antaman kuvauksen kokemuksesta. (Metsämuuronen 2006, 169.) Tutkijana tässä tutkimuksessa kuvasin tutkittavan kokemusta mahdollisimman alkuperäisessä muodossa. Tässä analyysivaiheessa oli kysymys tutkittavan kokemuksen ja tutkijan kuvauksen vastaavuudesta. Reduktio käsitteellä tarkoitetaan irtaantumista luonnollisesta reflektioimattomasta asenteesta, epäolennaisen syrjään laittamisesta sekä ilmiön moninaisuuden ja sen rakenteen paljastamisesta. (Metsämuuronen 2006, 169.) Tutkijana halusin kohdata tutkittavan kokemuksen sellaisena kuin se ilmeni ja laittaa syrjään omat oletukset ja käsitykset.

5.4 Tutkielman luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen teossa on hyvä pohtia toimintaa eettisyyden ja luotettavuuden kannalta. Selvitin ja huomioin kaikki tutkimuksen kannalta tärkeät asiat. Ensin selvitin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan verkkosivuilta tutkimukseen liittyvät asiat. Tutkimuksen toteuttamiseen pyysin asianmukaiset luvat koulutuspalveluiden palvelualuepäälliköltä ja sitten koulun rehtorilta. Luvat hoituivat melko nopeasti. Ennen kyselyn toteuttamista tutustuin huolellisesti Lapin yliopiston tietosuojapolitiikkaan. Kaikilla tutkimuksen tekijöillä, jotka keräävät aineistoa Webropol-työkalun avulla, on velvollisuus noudattaa näitä säädöksiä tässä instituutiossa. Tutkimustulosten tietoja saa käyttää ainoastaan tutkimusta tekevä henkilö. Kerättyä tietoa en käsittele myöhemmin muuta tarkoitusta varten. Tämän huolehdin tutkimukseni päätyttyä, että hävitän kyselyn vastaukset ja suljen Webropol-ohjelman.

Pyrin tekemään tutkimusta mahdollisimman avoimena, uteliaana ja innostuneena. Koin tutkimuksen aikana hienoksi mahdollisuudeksi selvittää, minkälaista opinto-ohjausta abiturientit saavat sekä kuinka he ovat tietoisia siitä, mihin hakevut lukion jälkeen jatko-opiskelemaan. Tutkijana tulen unohtamaan kaikki oletukseni siitä, millaista on hyvä opinto-ohjaus lukiolaiselle, jotta pystyisin tulkitsemaan ja ymmärtämään vastauksista kyselyyn vastanneiden kokemuksia. Ronkaisen ym. (2011) mukaan kokemuksen tutkimuksessa tutkijan on pyrittävä kuvaamaan toisen ihmisen alkuperäistä kokemusta. On otettava huomioon, että tutkimme toisen ihmisen tapaa ilmaista kokemusta. Tutkija kokee myös sen omalla tavallaan, miten tutkittava on kokenut ja ilmaissut asian. (Ronkainen ym. 2011, 126.)

Tutkijan on otettava huomioon tutkimuksentekoon liittyviä eettisiä kysymyksiä. Eettisten periaatteiden mukaan ihmistieteessä tutkimukseen osallistuminen tulee olla vapaaehtoista. Hyvän tavan mukaisesti aineistoa ei voi kerätä ilman tutkittavan lupaa. Suostumuksen voi antaa suullisesti tai kirjallisesti. Tutkijoiden ei ole aina pyydettyä lupaa huoltajilta tutkiessaan alaikäisiä. Suomen perustus-

lain 6 §:n 3 momentin mukaan lapsen tulee saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin kehitystään vastaavasti. (TENK 2012.) Eettisyys täytyy huomioida koko tutkimusprosessin ajan. Monet kouluissa tehtävät tutkimukset voidaan toteuttaa osana normaalia koulun työtä. Tutkimukseen toteuttamiseen ei tarvitse pyytää huoltajan lupaa, mikäli koulun rehtori arvioi, että tutkimus on instituutiolle hyödyllistä tietoa tuottava. Kyselyn yhteydessä ei tallenneta tutkimustarkoituksiin yksilöityjä tunnistetietoja, kuten nimi, henkilötunnus ja osoitetietoja. Tällöin tutkimus voidaan toteuttaa ilman vanhempien tai muun huoltajan erillistä suostumusta. (TENK 2012.)

Kysymyksiä esitetasin, ja ohjaajalta saatu palaute laittoi minut muokkaamaan kysymykset ymmärrettävään muotoon. Yhtenä eettisenä kysymyksenä on tutkimukseen osallistuvien henkilöiden tiedottaminen tutkimuksen kulusta ja siitä, mihin tutkimuksesta saatua aineistoa käytetään. Nämä asiat tiedotin opiskelijoille kyselyn vastaamisen alussa. Vastaajat tekivät kyselyn omalla tietokoneella omalla ajallaan ja vastaukset tallentuivat anonyymina. Kyselyyn vastanneet vastasivat pääsääntöisesti huolellisesti kaikkiin kysymyksiin. Aineiston keräämisessä noudatin tiettyjä eettisiä säännöksiä. Lähtökohtana oli tutkittavien kunnioittaminen ja heidän anonymiteettinsä säilyttäminen. Tutkimustulosten kirjoittamisessa on noudatettu tieteellisiä ohjeita ja toimittu ohjeiden mukaisesti. Johdonmukainen eteneminen tutkimuksessa tuo luotettavuutta: ensin teoriaan perehtyminen, sitten tulosten analysointi, jota teoria tukee. Näin pääsin huolellisiin ja monipuolisiin, perusteltuihin tutkimustuloksiin.

6 Tutkimuksen tulokset

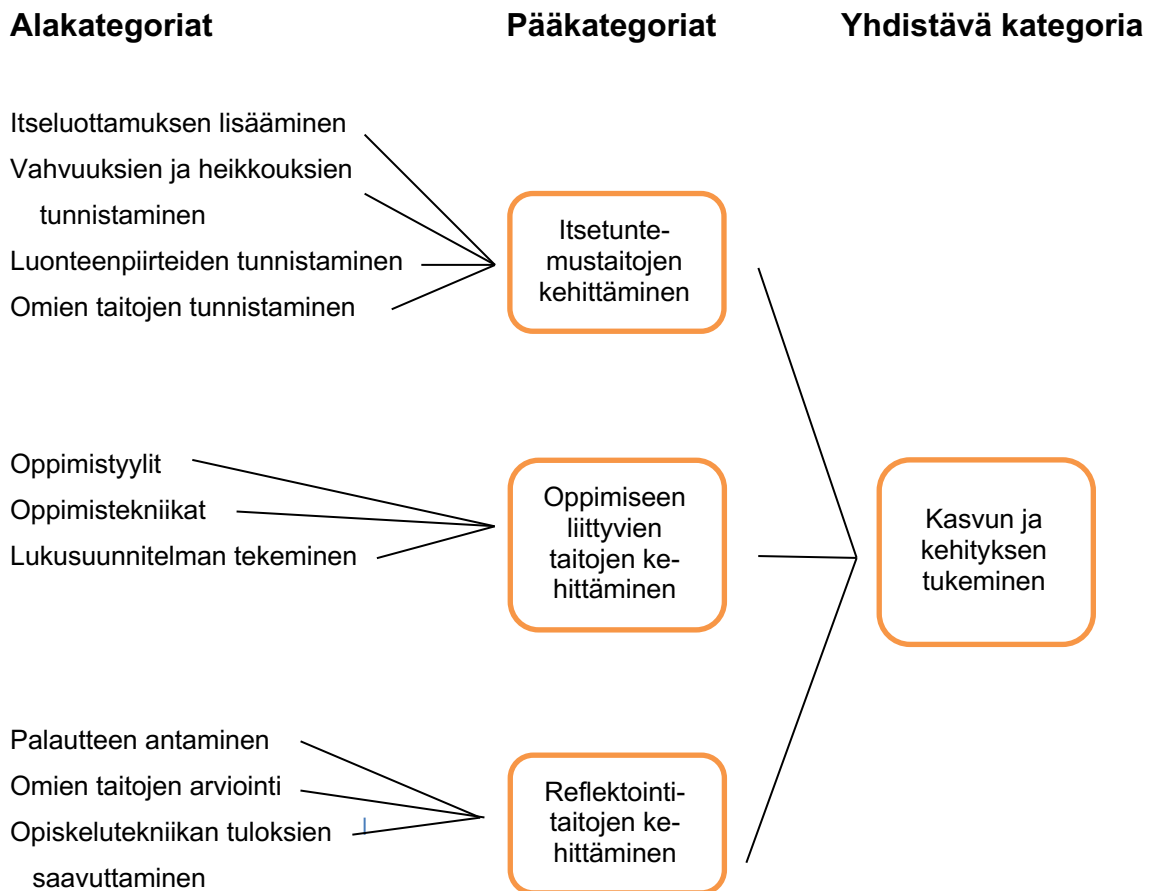
Tässä luvussa tarkastelen tuloksia siten, että ensin kuvaan abiturienttien kokemuksia itsetuntemustaitojen harjoittelemisesta opinto-ohjauksessa. Tämän jälkeen kuvaan oppimiseen liittyvien taitojen ja lopuksi reflektointitaitojen harjoittelemista opinto-ohjauksessa. Toisessa luvussa tuloksissa esitän abiturienttien kokemuksia siitä, miten opinto-ohjaus on tukenut urasuunnittelussa ja jatko-opiskelun valinnassa. Kolmannessa luvussa on kyselystä analysoitu, millaisia odotuksia abiturienteilla on opinto-ohjauksesta. Luvun lopussa kuvaan opiskelijoiden onnistuneita ja epäonnistuneita kokemuksia opinto-ohjauksesta.

Luokittelu on tehty aineistostani muodostamani taulukon pohjalta (liite 4). Kategoriat ovat kasvun ja kehityksen tukeminen, opiskelijoiden tukeminen jatko-opiskelun valinnassa ja tulevaisuuden uraan liittyvissä tekijöissä sekä opinto-ohjaus tukena nuoren elämässä. Ne ovat yhdistävissä kategorioissa olevissa laatikoissa, joista muodostui alalukuihin otsikot. Vastauksista on poimittu lainauksia kappaleiden väliin elävöittämään tekstiä ja lisäämään luotettavuutta. Aineistoni on tekstiksi purettua materiaalia, jossa analyysi edellyttää aina jonkinlaista tulkintaa. (Ks. Ronkainen ym. 2011, 82–83). Tutkijana voin tehdä omia johtopäätöksiä tuloksista. Joidenkin vastauksien merkityksiä voin pitää itsestään selvyytenä. (Ks. Dahlberg ym. 2008, 241.) Tutkimustuloksia analysoidessa oli huomioitava ja muistutettava itseään, mikä on tutkimusongelma sekä tutkimuskysymykset, jotta tutkimus pysyisi teoreettisen viitekehyksen sisällä.

6.1 Itsetuntemus- ja metataitojen tukeminen

Tuloksiin vastanneista viisitoista vastaajaa oli harjoitellut tai heillä oli ollut puhetta opinto-ohjaajan kanssa itsetuntemustaidoista. Harjoituksia oli tehty sähköisesti tehtäviä tekemällä, kirjoittamalla, ryhmätehtävillä ja parin kanssa pohtimalla. Oppimiseen liittyviä tekijöitä oli harjoitellut neljätoista vastaajaa. Näitä oli harjoiteltu erilaisilla tehtävillä sekä opinto-ohjaajan ja parin kanssa keskustelemalla.

Reflektointitaitoja oli harjoitellut kuusi vastaajaa, viisi ei ollut harjoitellut ja vastaajista seitsemän ei tiennyt harjoittelevansa. Reflektointitaitoja oli harjoiteltu opinto-ohjaajan kanssa tehtävien avulla ja pohtimalla. Itsetuntemustaitoja ja oppimiseen liittyviä tekijöitä oli hyvin harjoiteltu opinto-ohjauksessa. Reflektointitaitojen harjoittelua oli tehty vähemmän opinto-ohjaajan kanssa.



Kuvio 5. Abiturenttien kokemuksia kasvuun ja kehitykseen liittyvistä tekijöistä

Opinto-ohjauksessa harjoiteltiin itsetuntemus- ja metataitoja. Itsetuntemuksen kasvulla tarkoitetaan ohjauskeskustelussa henkistä kasvua, jossa opiskelija tunnistaa omia luonteenpiirteitään, temperamenttiaan, vahvuuksiaan, heikkouksiaan ja unelmiaan. Henkinen kasvu edellyttää, että opiskelija kykenee tekemään muutoksia saavuttaakseen tavoitteet ja sitä myötä tasapainon itsensä kanssa. (Pekkari 2009, 58.) Itsetuntemustaitojen kehittämiseen liittyviä harjoituksia oli tehty itseluottamusta lisäävillä harjoituksilla sekä omien vahvuuksien ja heikkouksien tunnistamistehtävillä. Yksi harjoitus oli ollut sellainen, että kuvien avulla oli kerrottu luokalle omista vahvuuksista.

Erialaisten paripohdintojen avulla on mietitty omia heikkouksia ja vahvuuksia sekä sitä, miten ne voi liittää opiskeluun ja koulunkäyntiin. On tehty itseä rohkaisevia ja itseluottamusta lisääviä harjoituksia, jossa esim. paperille on kirjoitettu pelkästään positiivisia asioita. (O1)

On pitänyt listata omia hyviä ja huonoja ominaisuuksia, enemmän kuitenkin painotettu hyviin puoliin. (O2)

Opinto-ohjauksessa oli tehty testejä, joilla tunnistettiin omia luonteenpiirteitä. Yksi harjoitus oli ollut sellainen, että piirrettiin käsi ja jokaiseen sormeen täytyi keksiä jokin hyvä asia itsestään. Opinto-ohjauksessa oli harjoiteltu omien taitojen tunnistamiseen liittyviä tehtäviä.

Muistaakseni jonkinlainen testikin on tehty mistä vahvuuksia on eri luonteenpiirteiden avulla etsitty. Heikkouksia on itsestä etsitty kysymyksen avulla; "Missä voisin parantaa?" (O3)

Metataitoharjoituksiin sisältyi oppimiseen liittyviä tekijöitä, miten oppii, minkälainen on oppijana. Opinto-ohjaajat olivat näyttäneet videoita eri oppimistyyleistä. Lukusuunnitelmia lukion kursseista oli tehty opinto-ohjaajan kanssa.

Opinto-ohjauksessa on puhuttu mm. lukusuunnitelman tekemisestä. Olemme käyneet läpi erilaisia oppimistyylejä. (O4)

Olemme tehneet kyselyitä, joista selviää, minkälainen oppija mahdollisesti on. Olemme myös tutkineet oppimistekniikoita. (O2)

Lisäksi on pohdittu hieman sitä, millainen kukin on luonteeltaan ja millaiset oppimistavat sopisivat esimerkiksi henkilölle, jolla on vaikeuksia keskittyä pitkään. (O1)

Reflektointitaitojen kehittämistä opinto-ohjauksessa olivat palautteen antaminen, omien taitojen arviointi sekä opiskelutekniikan tulosten saavuttaminen. Opiskelijat olivat omaa opiskelutekniikkaa reflektoineet pohtimalla, mitä tuloksia opiskelutekniikka oli tuonut ja sen jälkeen pohtineet, onko opiskelutekniikka sopiva hyvien tulosten saavuttamiseen opiskelussa. Pekkarin (2009) mukaan reflektiivisessä oppimisprosessissa teoreettinen ja kokemuksellinen tieto vuorottelevat. Opiskelija voi löytää uusia näkökulmia tutuista ilmiöistä. (Pekkari 2009, 84.)

On mietitty sitä, millaisia tuloksia jokin tietty opiskelutekniikka on tuonut ja onko siihen tyytyväinen. On myös käyty läpi sitä, kuinka itse voi päättää juuri sen oman opiskelutavan. Omaa oppimista ja toimintaa on neuvottu tarkkailemaan kiinnittämällä huomiota, kuinka paljon jonkin asian eteen tekee töitä ja katsoen millaisia tuloksia tietynlainen käyttäytyminen ja työn tekeminen on poikinut. (O1)

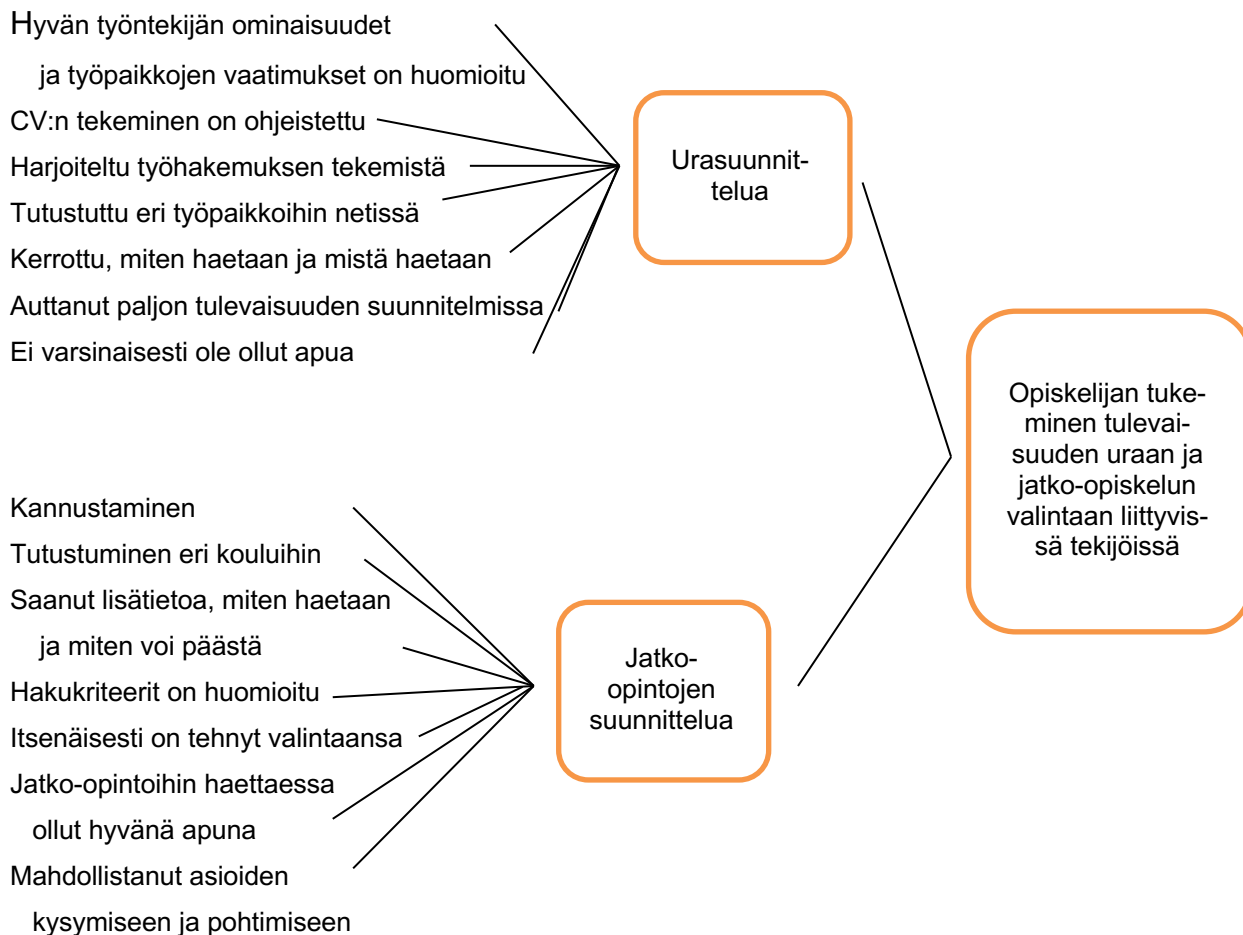
Opinto-ohjaus on tukenut opiskelijan itsetuntemus- ja metataitoja monipuolisilla testeillä ja harjoituksilla. Opiskelijat olivat hakeneet itsestään vahvuuksia ja niiden kautta pohtineet, mikä ammatti voisi sopia. Näiden harjoitusten kautta etsittiin omaa alaa. Opiskelijat olivat tunnistaneeet heikkouksia itsestään, joiden kautta olivat pohtineet, miten voisi itseään kehittää, kääntää nämä heikkoudet vahvuudeksi. Itseluottamusta lisäävillä harjoituksilla opiskelijoita rohkaistaan teke-

mään päätöksiä. Reflektointitaidot kehittävät opiskelijan itsetuntemustaitoja. Metataidoilla opiskelija pystyy hallitsemaan omaa elämäänsä. Harjoitusten avulla oli yritetty löytää itselle sopiva ammatti, ja näin sen kautta voisi löytää oman uransa ja jatko-opiskelupaikan.

Opiskelijaa auttaa tekemään parempia ratkaisuja tunnetaito, joka on opittu kyky. Godemanin (2006) mukaan tunnetaitoja ovat itsetuntemus, itsehallinta ja motivoituminen. Itsetuntemus on omien tunteiden tarkkailua ja tunnistamista. Päätöksenteko on itsetuntemuksen osa-alue, jossa ihminen harkitsee omia tekojaan ja ennakoii niiden seuraamuksia. Muita itsetuntemuksen osa-alueita ovat empatia, viestintä, itsensä hyväksyminen ja vastuuntunto. Empatia tarkoittaa muiden näkökulmien ymmärtämistä. Viestintä, joka tarkoittaa taitoa puhua omista tunteistaan. Itsensä hyväksymisessä ymmärretään omat heikkoudet ja vahvuudet. Vastuuntunnolla osataan ottaa vastuu omista päätöksistä ja teoista. Itsehallinnan osa-alueita ovat tunteiden hallinta, stressinsieto, avoimuus, näkemys, ryhmädynamiikka sekä ristiriitojen ratkominen. Itsetuntemuksen ja itsehallinnan lisäksi keskeinen tunnetaito on motivoituminen. Opiskelija on motivoitunut silloin, kun hänen toiminnallaan on jokin tarkoitus ja päämäärä. (Ihme 2009, 146–149.) Näitä kaikkia tunnetaitoja opiskelija tarvitsee opiskelussa sekä kasvun ja kehityksen tukemisessa.

6.2 Opiskelijan tukeminen urasuunnittelussa ja jatko-opintojen valinnassa

Opinto-ohjaus oli tukenut opiskelijaa tulevaisuuden suunnittelussa ja jatko-opintojen valinnassa. Työelämään ja työnhakutaitoihin liittyviä harjoituksia oli tehnyt kolmesta vastaajasta kaksi ei ollut harjoitellut ja kolme ei tiennyt harjoittelewansa näitä taitoja. Työelämä ja työnhakutaitoja oli harjoiteltu opinto-ohjaajan tunneilla tekemällä tehtäviä sekä keskustelemalla ryhmissä.

Alakategoriat**Pääkategoriat Yhdistävä kategoria**

Kuvio 6. Abiturienttien kokemuksia opinto-ohjauksesta urasuunnittelun ja jatko-opintojen tukemisessa

Opinto-ohjauksessa oli urasuunnitteluun liittyviä harjoituksia tehty tekemällä oma CV sekä harjoiteltu tekemään työpaikkahakemuksia. Erilaisiin työpaikkoihin oli tutustuttu internetissä sekä kerrottu, miten ja mistä työpaikkaa haetaan. Opinto-ohjauksen tunnilla oli pohdittu hyvän työntekijän ominaisuuksia sekä pohdittu nykyajan työelämän vaatimuksia sekä sitä, mitä odotuksia työelämällä

on. Osa vastaajista opinto-ohjaus oli auttanut paljon ja osa oli kokenut, ettei ollut varsinaisesti saanut apua. Peruskoulun jälkeen opiskelijat, jotka menevät lukioon odottavat löytävänsä oman uransa lukion jälkeen.

Olemme tehneet opotunnilla esimerkiksi oman CV:n. Lisäksi olemme käyneet läpi, millainen on hyvä työhakemus. Olemme googlailleet erilaisia työpaikkoja, mitä on tarjolla. (O4)

Kerrottu selkeästi esimerkein, miten haetaan ja mistä ja millä tavalla. On ohjeistettu hyvin. (O9)

Asioista on keskusteltu ryhmissä ja mietitty, minkälaisia ovat hyvän työntekijän ominaisuudet. (O2)

Miettimällä tulevaisuuden työpaikkojen vaatimuksia ja tekemällä harjoitus-työpaikkahakemuksia. (O6)

Opinto-ohjaaja ohjaa nuoria tulevaisuuteen ja tulevaisuuden ajatteluun. Tässä tulee pohdittua työn luonnetta tulevaisuudessa ja työelämän osaamisen tavoitteita. Nykyajan työelämässä etsitään, käsitellään ja muokataan tietoa. Tietoa tulee osata myös tuottaa, kehittää ja jalostaa edelleen. Tietojen prosessointi edellyttää ajattelun taitoja. (Pekkari 2009, 67.)

Urataidot ovat prosessi, jossa opiskelija on aktiivinen osallistuja. Aktiivinen osallistuja etsii itselleen sopivia reittejä tavoitellessaan uusia mahdollisuuksia. Opiskelijat, jotka rakentavat itselleen uraa, saavat siitä energiaa itselleen. He tuntevat innostusta ja intohimoa. Urataitojen kehittymisessä opiskelija kykenee asettamaan tavoitteita, rakentamaan urapolkuaan. Tietoisuuden ja itseluottamuksen kasvaessa opiskelijan on helpompi kuvitella mielessään uusia etenemissuuntia ja selviytyä esteiden yli. (Amundson 2005, 16.)

Jatko-opintojen suunnitteluun liittyvissä tuloksissa tuli esille yhdessä vastauksessa, että opinto-ohjaaja oli kannustanut opiskelijaa hakemaan jatko-opiskelupaikkaan juuri sinne, mikä hänellä oli kiinnostanut kaikista eniten. Vierailut eri kouluissa olivat auttaneet opiskelijaa jatko-opiskelupaikan valinnassa. Opinto-ohjaus koettiin hyvänä apuna, jossa oli saanut lisätietoa jatko-opiskelupaikoista sekä siitä, miten eri kouluihin haetaan ja miten niihin voi päästä. Tämä on juuri sitä tukea, mitä opiskelija tarvitsee silloin, kun urasuunnitelmat eivät ole vielä selvillä.

Se on auttanut minua tajuamaan missä minä olen hyvä ja mitä asioita tykkäisin tehdä tulevaisuudessa. (O12)

Olen saanut selkeyttä ja lisätietoa siitä millaista jatko-opiskelu on eri paikoissa. (O2)

Opinto-ohjaus on auttanut paljon, sillä sen aikana on tullut esille sellaisia vaihtoehtoja tulevaisuuden suhteen, joista välttämättä ollut aiemmin vielä kuullutkaan tai ainakaan tiennyt kovinkaan paljoa. Opinto-ohjaus on kannustanut hakemaan juuri sinne, mikä itseä kiinnostaa kaikista eniten, mutta samaan aikaan se on muistuttanut myös siitä, ettei ole maailmanloppu, jos kouluun ei pääsekään. (O1)

Opiskelija oli saanut tukea opinto-ohjauksessa oman alan kiinnostuksen mukaan niin, että he olivat selvittäneet, mitkä kriteerit pitäisi täyttyä hakiessaan kiinnostavaan jatko-opiskelupaikkaan huomioimalla lukion kurssit. Vastaajista yksi oli kokenut opinto-ohjauksessa mahdollisuuden kysyä ja pohtia asioita liittyen jatko-opintoihin ja urasuunnitteluun. Osa vastaajista on tehnyt itsenäisesti valintansa.

Saanut tietoa eri ammateista ja miten valintoja kannattaa pohtia, miten voi edetä ja mitä asioita alan valinnassa kannattaa huomioida. (17)

Meillä on iso koulu, joten ei kaikkia voi ottaa huomioon, mutta esim. kahdenkeskisissä keskusteluissa vähän mietitty mutta se on jokaisen oma valinta ei kaikkea voi mennä pyytämään opolta vaan pitää miettiä mitä elämältään haluaa. (O16)

Vastauksessa tuli opiskelijan kokemus esille, että kahdenkeskisessä keskustelussa on vähän yhdessä opinto-ohjaajan kanssa mietitty tulevaisuutta. Mutta opiskelijalla itsellään ei ole kovin paljoa odotuksia opinto-ohjauksesta, vaan hänen ajatuksensa on, että jokaisen tulee itse miettiä tulevaisuus.

6.3 Opinto-ohjaus nuoren elämän tukena

Opiskelijoilla oli odotuksia opinto-ohjauksesta opiskeluun ja opiskelijan henkilökohtaisiin sekä jatko-opiskeluun ja urasuunnitteluun liittyvissä asioissa. Opinto-ohjaukselta odotettiin, että opinto-ohjaus olisi tukena nuoren elämässä.

Uravalinnassa nuori voi ideoida pohtimalla omia odotuksiaan, tavoitteitaan sekä kiinnostuksen kohteitaan. Näiden pohjalta voidaan löytää uudenlaisia innovaatioita omasta mahdollisesta tulevaisuuden urasta. (Pekkari 2009, 70.) Opinto-ohjauksen tavoitteena on avartaa nuorten käsityksiä koulutus- ja uravalinnasta. Heidän uravalintojaan tulisi tukea niin, että opiskelijat voivat valita uransa erilaisista mahdollisuuksista henkilökohtaisen kiinnostuksen ja taipumuksen mukaan. (Puukari, Lairio & Nissilä 2001, 192.) Uraa oli ennen mahdollista suunnitella suoraviivaisesti. Valittua alaa lähdettiin opiskelemaan, ja jos hyvin kävi, työllistettiin tehtäviin, jossa saattoi vierähtää useampi vuosi. Nykyisin koulutuksen jälkeen työtehtäviä joudutaan etsimään yhä uudestaan ja uudestaan. Opiskelu ja työ liittyvät nykyisin toisiinsa, työelämässä tulee jatkuvasti oppia ja opiskella.



Kuvio 7. Opiskelijoiden odotuksia opinto-ohjauksesta

Opiskeluun ja opiskelijan henkilökohtaisiin asioihin liittyvissä tekijöissä odotettiin opinto-ohjaukselta tukea koulunkäyntiin ja opiskeluun. Näitä odotuksia olivat, että opiskelija saisi tukea opiskelusuunnitelman tekemisessä, kurssivalinnoissa, ylioppilaskirjoitusten järjestyksessä sekä siinä, miten opiskelua voisi aikatauluttaa. Opiskelutavat ja opiskelijan vahvuuksien ja heikkouksien huomioiminen tuli

esille yhdellä vastaajalla. Opinto-ohjauksessa oli harjoiteltu näitä itsetuntemustaitoihin liittyviä tekijöitä, joita olivat opiskelijan vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen. Näitä odotuksia oli suuremmalla osalla vastaajista.

Heti ensimmäisenä lukuvuotena kertoa, mitä aineita pitää käydä ja kirjoittaa jotta pääsee esim. lääkkiseen. (O18)

Koulunkäyntiin, opiskeluun sekä tulevaisuuteen liittyviä asioita. (O12)

Opinto-ohjaukselta odotettiin tukea ja apua heikkouksiin, kouluväsymykseen sekä koulumenestykseen ja siihen liittyviin ongelmiin. Muita opiskelijan odotuksia opinto-ohjaukselta olivat opiskelijan henkilökohtaiset asiat, stressin käsitteelyyn liittyvät asiat sekä opiskelijaelämän asiat. Nämä opiskelijoiden odotukset yllättivät tutkijan, koska koulussa toimii koulukuraattori. Voisikohan tässä olla kyse siitä, että opinto-ohjaaja on ollut enemmän opiskelijan kanssa tekemisissä, joten odotukset tulevat sieltä.

Huolista omista opinnoista, jatko-opinnoista ja kannustamista siihen mihin haluaa mennä sekä omasta koulumenestyksestä sekä niihin liittyvät ongelmat. (O15)

Opinto-ohjauksessa tulisi käsitellä pääosin opiskeluun liittyviä asioita, mutta myös jossain tapauksissa henkilökohtaisia asioita. (O11)

Lukion jälkeisistä mahdollisuuksista, stressin käsittelystä, miten valita oma ura ja miten löytää oma tie. (O8)

Opintomahdollisuuksista lukiossa ja jatkossa opiskelutaitoja, opiskelija-elämän asioita. (O17)

Jatko-opintoihin ja urasuunnitteluun liittyviä odotuksia opiskelijoilla oli jatko-opiskelun mahdollisuuksista, ja opintojen vaikutuksesta jatko-opintoihin. Ura-

suunnitteluun liittyviä odotuksia oli työelämään tutustumiseen, työnhakuharjoitteluun, työmahdollisuuksiin, uravaihtoehtoihin sekä tulevaisuuteen liittyvissä asioissa.

Uravaihtoehtoja, opintojen vaikutuksesta jatko-opiskeluun (kurssivalinnat jne), lukion jälkeisiä vaihtoehtoja (myös muut kuin korkeakoulut). (O5)

Työn hakua ja työelämään tutustumista sekä jatko-opintoihin tutustumista. (O9)

Työmahdollisuuksista, oppilaan tukemista ja auttamista. (O6)

Nykyisin uraa kannattaa suunnitella eri tavoin kuin ennen. Urasuunnittelussa kannattaa puhua kokeilusta ja uramuotoilusta. Uraa joudutaan muotoilemaan entistä useammin. Työelämässä oppimisesta tulee jatkuva prosessi, koko ajan tulee oppia uutta. (Varamäki 2019, 147.) Opiskelijan tulisi ottaa tulevaisuus vastaan seuraavalla asenteella: aktiivisesti, uteliaasti ja pelottomasti.

Epävarmuudessa kulkijat

Lukiassa opinto-ohjausta tarjotaan henkilökohtaisena ohjauksena, pienryhmässä sekä luokkamutoisena ohjauksena. Henkilökohtaista ohjausta oli saanut kuusitoista vastaajaa. Pienryhmässä ohjausta oli saanut viisitoista vastaajaa ja luokkamutoista ohjausta oli saanut kaikki vastaajat. Kyselyssä kysyttiin ohjauksen määrästä myös, ovatko he saaneet ohjausta yhden kerran, kaksi kertaa vai useammin kuin kolme kertaa. Vastaajista oli noin kuusi prosenttia saanut yhden kerran ohjausta, kaksi kertaa oli saanut noin seitsemäntoista prosenttia ja useammin kuin kolme kertaa oli saanut noin seitsemänkymmentäseitsemän prosenttia vastaajista. Opinto-ohjaus on ollut riittävää määrällisesti, mutta se miten kukin opiskelija on saanut tukea jatko-opintojen valintaan ja urasuunnitte-

luun tuli vastauksissa esille. Suurin osa vastaajista oli tyytyväisiä opinto-ohjaukseen, vain pieni osa heistä oli kokenut ohjauksen jäävän liian vähäiseksi tai eivät olleet saaneet tukea siihen mihin halusivat.

Itselläni ei ole varsinaisesti ollut apua urasuunnittelussa. (O4)

Ei se mitenkään silleen. Onhan se vinkannut pari opiskelupaikkaa mutta vinkkaa väärää alaa mulle. (O15)

Ei kovinkaan paljon, olen itsenäisesti valinnut jatko-opiskelupaikan ja suunnitellut uraani. (O6)

Yksi vastaaja oli saanut ehdotuksia, tukea jatko-opiskelupaikasta mutta ei ollut siltikään vielä varma mihin haluaa. Opiskelija ei tiennyt mihin hakea, niin hänen kokemuksensa oli, ettei ollut saanut tukea urasuunnitteluun. Vastauksessa tuli esille myös opiskelijan kokemus, että oli saanut tietoa opinto-ohjaajalta. Hän oli kokenut, että opinto-ohjaaja oli kannustanut opiskelijaa, mutta ei kuitenkaan tarpeeksi niin, että urasuunnittelu olisi selkeytynyt.

Paljon on pitänyt miettiä itse, koska ei kukaan voi suunnitella toisen tulevaisuutta. (O16)

Opo on ollut välillä hankala tavoittaa. Olen kumminkin saanut asiat hoidettua. Opintojen suunnitteluun olen saanut hyvin apua. (O8)

Vastaukset kertovat, että opiskelijat eivät itse ole vielä tietoisia siitä, mihin alalle haluaisivat suuntautua siksi eivät ole kokeneet saavansa oikeanlaista opinto-ohjausta. Opinto-ohjaaja ei ole tavoittanut opiskelijan toiveita niin, että opiskelijalle olisi selvinnyt jatko-opiskelupaikka.

Onnistuneita kokemuksia opinto-ohjauksesta oli suuremmalla osalla vastaajista. Kyselyyn vastanneista opinto-ohjaajan tavoittaminen oli ollut helppoa Wilman

kautta. Mutta koululla opinto-ohjaajan tavoittaminen on ollut vaikeaa, koska hän on ollut melkein koko ajan varattuna. Yksi vastaajista oli kokenut säännölliset tapaamiset lukion ensimmäisenä, toisena ja kolmantena vuonna hyvänä vaihtoehtona. Muita kokemuksia opinto-ohjauksesta oli vastaajilla.

Meidän koululla on erittäin aktiiviset opot, heiltä saa apua aina kun sitä tarvitsee. Oma opo on hyvin selvillä juuri minun opinnoistani. (O4)

Olen tavoittanut opinto-ohjaajani hyvin, silloin kun olen sitä tarvinnut. Opinto-ohjaajani on erittäin hyvin tukena miettimässä sitä, miten minun tulevaisuuteni voisi rakentua. En tosin tiedä varmasti mitä haluan tehdä ja siitähän ei voikaan päättää kukaan muu kuin minä, mutta opinto-ohjaajani on ollut tärkeä apu ja tuki tässä asiassa. (O2)

Vastauksessa oli yhden opiskelijan kokemus opinto-ohjaajan tavoittamisesta sellainen, että hän oli tavoittanut aina kun oli halunnut opinto-ohjaajan. Opinto-ohjaaja oli auttanut kaikissa ongelmissa ja kuunnellut huolet ja auttanut opiskelijaa ratkaisemaan niitä. Vastauksessa tuli esille yhdeltä opiskelijalta, että opinto-ohjaaja on ollut aina tavoitettavissa.

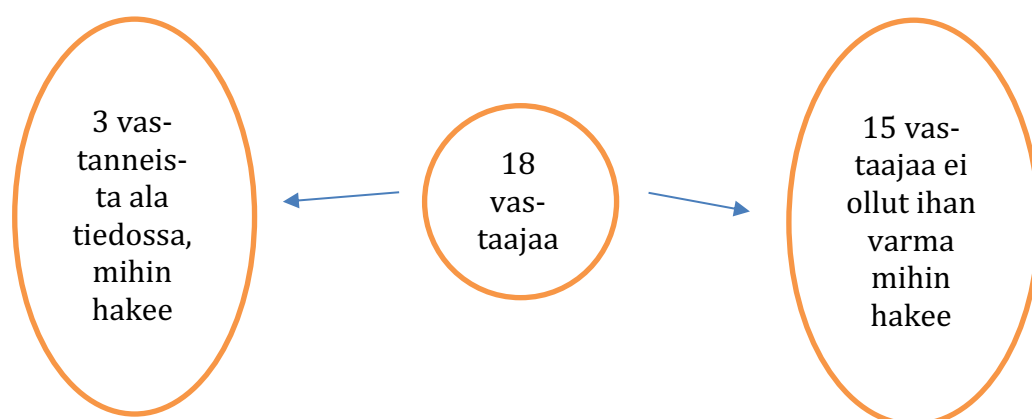
Olen saanut hyötyä ja tukea paljon opolta. (O14)

Opot voisivat rohkaista opiskelemaan myös sitä mikä kiinnostaa eikä mistä saa eniten pisteitä vaikka pisteiden tavoitteluun nykyinen malli kannustaa-kin. Huomasin myös, että kukaan ei ykkösellä kertonut, että se mikä ei yläasteella kiinnostanut niin saattaa lukiossa olla lempiaine ja tästä syystä itselläni jäi fysiikat opiskelematta. Muuten meidän koulusta saa erittäin hyvää ohjausta ja opot ovat ihania. (O17)

Opinto-ohjaaja on ollut intensiivisesti mukana koko lukio opiskeluajan ja pitänyt huolta mm. siitä, että kurssiasiat menevät oikein ja kurssimäärät tulevat täyteen. (O1)

Opiskelijoiden onnistuneissa kokemuksissa tuli esille, että opinto-ohjaajat olivat tietoisia ja osasivat ymmärtää opiskelijoiden toiveita ja suunnitelmia. Opiskelijat olivat saaneet opinto-ohjaajalta hyvin tukea urasuunnittelussa sekä opiskeluun liittyvissä asioissa.

Kyselyyn vastanneista kolmella oli tiedossa koulutusala ja viisitoista vastaajaa ei ollut vielä tietoisia siitä mihin hakevat lukion jälkeen. Kolme vastaajista, jotka tiesivät mihin hakevat lukion jälkeen olivat yhteiskunnallinen ala, liiketalouden ala ja opetusala. Muita kiinnostavia aloja ja ammatteja kyselyyn vastanneilla abiturienteilla olivat kauppatieteellinen ala, kasvatustieteet, lääkäri, koodaaja, kättilö, rakennusinsinööri, oikeustiede, tieto- ja viestintätekniikan insinööri, psykologia, liikunta-ala, lentäjä sekä logopedia.



Kuvio 8. Kyselyyn vastanneiden abiturienttien hakeutuminen lukion jälkeen

Suurin osa opiskelijoista ei jatka opiskeluaan heti lukiovuoden jälkeen. Osa opiskelijoista eivät olleet tietoisia mihin haluavat ja siksi ovat kokeneet, etteivät ole saaneet apua opinto-ohjauksesta. Nuori kasvaa ja aika näyttää mihin suuntautuvat omalla urallaan. Elämä tuo lisää kokemusta ja sitä myöten heille sel-

kiintyy oma paikkansa tässä yhteiskunnassa, näin ainakin odotetaan tapahtuvan.

Tulevaisuuden suurin ongelma on kasvava osaajapula. Nopeasti muuttuvat työelämän tarpeet eivät enää kohtaa ihmisten osaamisen kanssa. Työn muuttuessa osa osaamisesta vanhenee. Tilalle tarvitaan aivan uutta osaamista, esimerkiksi luonnontieteiden, teknologian, insinööritieteiden ja matemaattisten aineiden osaajia. Mutta monet asiantuntijat arvioivat, että viiden tai kymmenen vuoden kuluttua osaajapula koskee humanisteja. Nuorilla on osaamista teknisissä taidoissa. Heillä puuttui osaamista yhteistyötaidoissa, analyyttisessä päätelyssä, kykyä ratkaista ongelmia, ketteryydessä, sopeutumiskyvyssä ja tunteälyssä. (Varamäki 2019, 75–78.)

7 Johtopäätökset

Tutkimustuloksista ja teoriasta löytyi yhtenäisiä tekijöitä siihen, miten opinto-ohjauksen tehtävä oli toteutunut. Opinto-ohjauksen tehtävänä on tukea opiskelijan kasvua ja kehitystä, edistää opiskelijan opiskelutaitojen kehittymistä, tukea opintojen kulkua sekä selkeyttää opiskelijan ammatillista suuntautumista. Nämä olivat toteutuneet pääasiallisesti hyvin. Ammatillinen suuntautuminen oli monelle opiskelijalle vielä epäselvää. Tuloksissa tuli esille, että opinto-ohjaajan kansaoli tehty itsetuntemustaitojen, oppimiseen liittyvien taitojen sekä reflektointitaitojen kehittämiseen liittyviä harjoituksia. Itsetuntemustaitojen kehittäminen auttaa opiskelijaa suhtautumaan itseensä ja arvostamaan itseään. Itsetuntemus on oman tilan pohdintaa ja olemassaolon tiedostamista. Pekkarin (2009) mukaan ohjauskeskustelussa halutaan tukea ja edistää opiskelijan henkistä kasvua ja kypsymistä. Ohjauksen oleellinen tavoite on itsetuntemuksen lisääminen. Itsenä tunteva opiskelija osaa tehdä hyviä valintoja jatko-opintojen ja uravalintojen ratkaisujen löytämiseen. (Pekkari 2009, 56–65.)

Tuloksissa selvisi, että vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen liitettiin opiskeluun sekä urasuunnitteluun. Näillä harjoituksilla oli lisätty itseluottamusta. Vahvuuksien avulla oli tehty ainevalintoja sekä pohdittu sopivaa opiskelutekniikkaa. Vahvuuksia oli yhdistetty eri ammatteihin etsimällä omaa alaa. Opiskelijat olivat tunnistaneet heikkouksia ja pohtineet sitä, miten niitä voisi kehittää.

Olen saanut paljon uutta tietoa ja olen pystynyt paremmin miettimään omia vahvuuksia ja taitoja työhön ja opiskeluun liittyen. (O9)

Reflektointiharjoituksilla lisättiin opiskelijan motivaatiota ja halua kehittyä opiskelijana. Reflektoinnin kautta opiskelija voi löytää uusia näkökulmia urasuunnittelussa. Motivaatio on se, joka vie opiskelijaa eteenpäin tavoitteisiinsa. Motivaatio on sisäinen voima, joka vie meitä eteenpäin ja ratkaisee, mihin suuntaudumme ja miten sinnikkäästi jotain asiaa tavoittelemme (Airo ym. 2008, 51). Opiskelijat

kokivat, että palautteen antaminen lisää itseluottamusta ja kannustaa menemään eteenpäin. Tuloksissa tuli esille, että omien taitojen arviointi parantaa opiskelun laatua. Opiskelutekniikan tunnistaminen auttaa opiskelijaa jaksamaan koulunkäynnissä. Suomen lukiolaisten liiton (2017) selvityksen mukaan, lukiolaisten jaksaminen on selkeä epävarmuustekijä. Lähes kolmasosa vastaajista oli kokenenut jatkuvaa uupumusta opintoihin liittyvästä työmäärästä. (Ks. Suomen lukiolaisten Liiton selvitys 2017, 41.)

Teoriasta ja tutkimustuloksista löytyi yhtenäisiä tekijöitä siihen, että ohjauskeskustelussa tulevat vuorovaikutustaidot esille. Vuorovaikutustaitoja olivat aktiivinen kuuntelu, empatian taidot ja neuvottelutaidot. Nämä taidot tuovat niitä onnistuneita kokemuksia opinto-ohjauksesta. Ohjauskeskustelussa oli huomioitu opiskelijan tarpeita, tavoitteita ja mielenkiinnon kohteita. Opinto-ohjaus suuntautuu tulevaisuuteen, ohjaa, tukee ja auttaa opiskelijaa. Hyvä opinto-ohjaus on ennakoivaa (Ks. Suomen lukiolaisten Liiton selvitys 2017). Opinto-ohjauksella voidaan ehkäistä syrjäytymistä, opiskeluvaihdot vähenevät sekä opintojen keskeyttämiset vähenevät. Opinto-ohjaus on tärkeässä roolissa, kun puhutaan syrjäytymisen ehkäisemisestä sekä siitä, miten lukiolainen pääsee jatko-opintoihin (Suomen lukiolaisten Liiton selvitys 2017, 7.) Osa opiskelijoista oli itseohjautuvia opiskelijoita, jotka kokivat, että itse suunnitellaan ja päätetään, mille alalle haetaan. Jatko-opintoihin ohjaaminen jakoi opiskelijat selkeästi tyytyväisiin, kriittisiin ja epätietoisiin. Vanhempien koulutustaustalla on merkitystä siihen, kuinka luottavainen lukiolainen on omien jatkosuunnitelmiansa suhteen. (Ks. Suomen lukiolaisten Liiton selvitys 2017).

Opiskelijat olivat saaneet tukea jatko-opintojen suunnitteluun sekä urasuunnitteluun. Kokemuksissa selvisi, että opinto-ohjaaja oli kannustanut opiskelijaa, mikä oli auttanut opiskelijaa hakautumaan jatko-opiskelupaikkaan. Osa opiskelijoista koki, että he tarvitsevat enemmän kannustusta ja rohkaisua opinto-ohjaajalta opiskeluun liittyvissä asioissa sekä urasuunnittelussa. Tuloksissa tuli usealla vastaajalla esille, että opinto-ohjaaja on kuunnellut ja osannut ottaa huomioon opiskelijan tarvitseman tuen. Opinto-ohjaajan on tärkeä huomioida jokainen

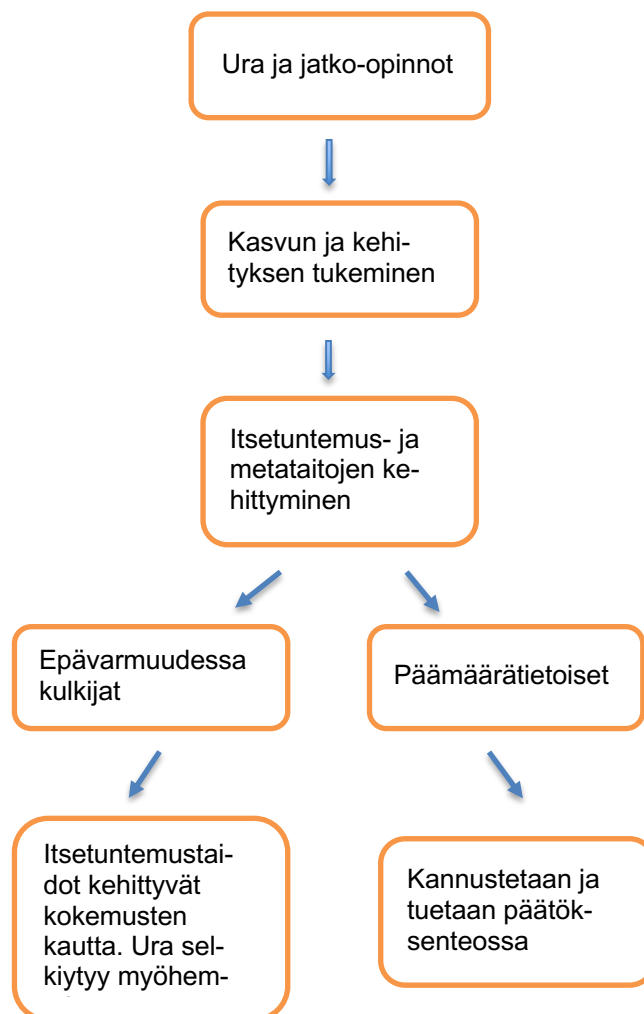
opiskelija samanarvoisena. Opinto-ohjaus on tukena nuoren elämässä. Opiskelijat odottivat opinto-ohjaukselta opiskeluun ja opiskelijan henkilökohtaisiin asioihin myös tukea.

Yhteiskunnassa ihmisen elämänkulku ja arki sisältää jatkuvasti valintatilanteita, muutoksia ja käännteitä koulutus- ja työuralla, mikä johtaa identiteetin uudelleentulkintaa. Individualismi eli yksilökeskeisyys näkyy nykyajassa, jossa ihminen joutuu koko ajan tarkastelemaan omaa minuutta, omaa elämää ja ratkaisuja. Jokaisen meistä tulisi kokea minuutensa ja identiteettinsä jatkuviksi. Jokaisella tulisi olla kyky luoda elämään merkitys ja mieli muuttuvissa tilanteissa. (Vehviläinen 2014, 34–35.) Metataitoja tarvitaan nopeasti muuttuvassa yhteiskunnassa. Nykyisin nuorilta tarvitaan sitoutumista työhön. Tämän ajan ilmiö on, että työpaikkaa vaihdetaan useasti.

Richardson (2000) kirjoitti artikkelissaan vanhasta ja uudesta uraideologiasta. Vanhan ideologian mukaan palkkatyö määritteli ihmistä. Vapaa-aika ja muut elämänosa-alueet jäivät vähemmän merkitykselliseksi. Tämän vanhan uraideologian mukaan ne, jotka menestyivät työssään, olivat luonnonlahjakkuuksia ja työ määritteli heidän itsetuntoaan. Uuden ideologian mukaan yksilöiden täytyy olla itsenäisiä muokatakseen uraa. Ura muuttuu koko ajan. Työssä vaaditaan oppimista ja kehittymistä. Tarvitaan luovuutta ja joustavia ihmisiä uudenaikaisessa työssä. (Richardson 2000, 197–211.) Tämä vanha ja uusi uraideologia sopii tähän aikaan. Vanha uraideologia kuvaa sitä, että kun nykyisin on töitä, on paljon töitä ja vapaa-aika jää vähemmälle. Uuden uraideologian mukaan ura muuttuu koko ajan. Nykyisin urakehityksen aikana työssäolo ja kouluttautumisen jaksot yhdistyvät. Urakäsitys on jatkuvan muutoksen alla sekä erityisen herkkä yhteiskunnallisille muutoksille.

Teoriasta ja tutkimustuloksista löytyi yhtenäisiä tekijöitä siihen, että oikeanlainen tieto koulutusvaihtoehtoista vähentää opiskelijoiden hakemista väärälle alalle, ja tästä johtuva opintojen keskeyttäminen vähenee. Tuloksista selvisi, että opiskelijat toivoivat enemmän työelämään tutustumista, mistä he voisivat saada tie-

toa työntekijän ja työelämän vaatimuksista. Tämä voisi selkeyttää opiskelijaa tekemään päätöstä urasuunnittelussa. Opiskelijat voisivat yhdistää omia vahvuuksia ja kiinnostuksen kohteita työelämän vaatimuksiin, ja näin he voisivat löytää oman uransa. Kattelus (2002) kirjoittaa artikkelissaan, että urasuunnittelulla tarkoitetaan yksilön suunnitteluprosessia, jossa tunnistetaan omat vahvuudet ja heikkoudet, tunnistetaan ura- ja elämänpäämäärät sekä aikataulutetaan työ, koulutus ja muu kehitystoiminta niin, että voidaan määrittää uratavoitteen saavuttamiseen tarvittavat aika ja urapolku. (Kattelus 2002, 23.)



Kuvio 9. Opinto-ohjaus tukena nuoren ura- ja jatko-opintojen suunnittelussa

Kuviossa 9 on nähtävissä tutkimuksen tarkoitus, voisiko opinto-ohjaus olla yksi keino, joka yhä paremmin auttaisi nuoria löytämään jatko-opiskelupaikan ja suuntautumaan omalle alalle. Opinto-ohjauksen tavoitteena on auttaa opiskelijaa löytämään oma uransa ja jatko-opiskelupaikkansa. Opinto-ohjaus tukee opiskelijan henkistä kasvua ja kehitystä, mihin sisältyy itsetuntemus- ja metataitojen kehittyminen. Nämä taidot auttavat opiskelijaa urasuunnittelussa ja jatko-opiskelupaikan valinnassa. Tulosten mukaan opiskelijat jakoutuivat epävarmuudessa kulkijoihin sekä päämäärätietoisiin opiskelijoihin. Suurin osa vastaajista oli epävarmuudessa kulkijoita. Heillä itsetuntemus- ja metataidot kehittyvät myöhemmin kokemuksen myötä, ja näin odotetaan uran selkeytyvän. Päämäärätietoiset opiskelijat toivoivat opinto-ohjaajalta kannustusta ja rohkaisua päätöksenteossa. Heillä oli urasuunnitelma selvillä.

8 Pohdinta

Tämän tutkielman tarkoituksena oli selvittää, voisiko opinto-ohjaus olla yksi keino, joka yhä paremmin auttaisi nuoria löytämään jatko-opiskelupaikan ja suuntautumaan omalle alalle. Laki velvoittaa opiskelijaa hakemaan kahteen opiskelupaikkaan lukion jälkeen, muuten opiskelija menettää työmarkkinatuen. Yllättävän moni opiskelija ei jatkanut opintojaan heti samana vuonna, kun lukio-opinnot päättyvät, vaan jatko-opinnot aloitetaan myöhemmässä vaiheessa. Tuloksista päätellen tämä johtuu siitä, että opiskelija ei ole vielä tietoinen urastaan. Tulosten mukaan itsetuntemus- ja metataitoja oli hyvin harjoiteltu opinto-ohjaajan kanssa. Nämä taidot auttavat ratkaisujen tekemisessä jatko-opiskelupaikan valinnassa ja urasuunnittelussa. Näyttäisi siltä, että opiskelijat eivät ole vielä valmiita sitoutumaan uraan vaan haluavat elämän kokemusta ensin ja sitä kautta odottavat, että itsetuntemustaidot kehittyisivät ja ura selkiintyisi.

Tutkielmassa on hyödynnetty fenomenologista lähestymistapaa. Tämä lähestymistapa sopii, koska olen kiinnostunut kokemuksen tutkimuksesta ja fenomenologisessa tutkimuksessa tutkimuskohteena on toisen subjektiivinen kokemus. (Ks. Metsämuuronen 2006, 167.) Olen hyödyntänyt holistista ihmiskäsitystä, joka korostaa jokaisen yksilön situaatiota ja siitä muodostuneita käsityksiä sekä tajunnallisuutta, jonka kautta yksilö omaa kokemukset. Aineiston keruuna käytin kyselyä. Kokemuksena voisin nyt sanoa, että haastattelulla voisi päästä syvemmälle kokemukseen. Kyselyssä tulee osata tulkita vastauksesta aito kokemus, mikä oli haastavaa. Pyrin tuomaan ne mahdollisimman aitoina kokemuksiina. Tulokset eivät ole yleistettävissä, koska ne koskevat vain tiettyä osaa opiskelijoita. Olen tyytyväinen tuloksiin, sillä sain vastauksia tutkimuskysymyksiin ja löysin kehittämiskohteita toiminnan parantamiseksi. Kehittämideoita tuli opiskelijoiden vastauksissa. Näitä olivat tutustumiskäynnit eri kouluihin ja TET-jaksojen lisääminen, jolloin voisi tutustua eri ammatteihin.

Tutkimustuloksissa selvisi, että opiskelijoiden arvioin mukaan ohjauksen saata-
vuus oli riittävää. Opiskelijat kokivat tavoittaneensa opinto-ohjaajan hyvin, mut-
ta opinto-ohjaajan herkkyyks reagoida opiskelijan tarpeisiin, saattoi vaikuttaa
osalla opiskelijoilla kokemuksiin. He olivat kokeneet, etteivät olleet saaneet riit-
tävästi opinto-ohjausta. Henkilökohtaisen kasvun ja kehityksen ohjauksen opis-
kelijat katsoivat toteutuvan pääosin hyvin. Tähän liittyivät itsetuntemustaitojen,
oppimiseen liittyvien taitojen sekä reflektointitaitojen kehittäminen. Oppimiseen
liittyviä taitoja oli hyvin harjoiteltu. Opiskelijat kokivat, että nämä harjoitukset
tukivat heidän opiskeluaan. Reflektointitaitojen harjoittelu oli jäänyt vähemmälle.
Opiskelijoiden kokemukset olivat, että näitä harjoituksia tarvittaisiin enemmän.

Opiskelijoiden odotuksia opinto-ohjaukselta olivat opiskeluun, jatko-opiskeluun
ja urasuunnitteluun liittyvät asiat. Myöhemmin tuloksissa tuli esille, että nämä
olivat toteutuneet hyvin. Mutta olisiko tällä ollut merkitystä, kun tämä oli kyselyn
ensimmäinen kysymys: ”Kerro, minkälaisia asioita opinto-ohjauksessa tulisi kä-
sitellä.” Kysymyksessä kysyttiin opiskelijoiden odotuksia. Opiskelijoiden henki-
lökohtaisten asioiden käsitteleminen opinto-ohjauksessa tuli uutena asiana.
Opiskelijat kokivat mahdollisena keskustella opinto-ohjaajan kanssa henkilökoh-
taisista asioista. Tämä tuo esille, että opinto-ohjaajan ja opiskelijan välillä on
luottamus kohdillaan.

Tutkimustulokset osoittavat hyvin ohjauksen luonteen, sillä ohjauksesta ei haeta
vastauksia tiettyihin ongelmiin, vaan ohjaustilanteissa näkyi ohjaajan ammatti-
taito ja heidän osoittamansa kiinnostuneisuus ohjattavaa kohtaan. Tutkimustu-
loksien mukaan opiskelijat ovat kokeneet opinto-ohjauksen erittäin hyvänä tu-
kena ja onnistuneena kokemuksena, ja opinto-ohjaajat ovat osaavia ammattilai-
sia. Opinto-ohjaajat ovat tietoisia nuorten kehityksestä. Jatkotutkimusaiheena
voisi olla selvittää, minkälaisilla tekijöillä on merkitystä nuoren päätöksentekoon
urasuunnittelussa. Aineistonkeruumenetelmänä voisi olla haastattelu. Haluan
lopuksi kiittää yhteistyöstä lukion rehtoria ja opinto-ohjaajaa ja kyselyyn osallis-
tuneita opiskelijoita.

Lähteet

Aaltola, J. 2018. Filosofia, tiede, ymmärtäminen. Teoksessa Valli, R., Aaltola, J. & Laajalahti, A. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 14–28.

Ahola, S. & Mikkola, J. 2004. Opinto-ohjaus, muutos ja epävarmuus. Turku: Digipaino.

Airo, J-P., Rantanen, J. & Salmela, T. 2008. Oma ura, paras ura. Helsinki: Talentum.

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Riika: InPrint.

Amundson, N. 2005. Aktiivinen ohjaus. Opas uraohjauksen ammattilaiselle. Helsinki: Psykologinen kustannus OY.

Dahlberg, K., Dahlberg, H. & Nyström, M. 2008. Reflective lifeworld research. United States of America

Dunderfelt, T. 2009. Voimavarana itsetuntemus. Helsinki: Kirjapaja.

Gladding, S. 2004. Counseling. A comprehensive profession. Pearson Prentice hall: USA

Erikson, E. 1982. Lapsuus ja yhteiskunta. Jyväskylä: Gummerus.

Helander, J. 2005. Ohjaus aallon harjalla; inspiraatioita ja innovaatioita ammatillisen opinto-ohjauksen kenttään. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.

Hornby, G. 2003. A model for counselling in schools. In Garry Hornby, Carol Hall & Eric Hall (eds.) *Counselling pupils in schools. Skills and strategies for teachers*. London: RoutledgeFalmer.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.

Ihme, I. 2009. *Arviointi työvälteenä. Lasten ja nuorten kasvun tukeminen*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Juutilainen, P-K. 2003. *Elämään vai sukupuoleen ohjausta? Tutkimus opinto-ohjauskeskustelunrakentumisesta prosessina*. Joensuun yliopisto: Väitöskirja

Kattelus, R. 2002. *Uran monet ulottuvuudet*. Teoksessa Kattelus, R., Tammeaid, M. & Jokinen, T. (toim.) *Uraopas. Omasta urasta kiinnostuneille*. Jyväskylä: Primacarrera-instituutti OY, 20–46.

Koistinen, M. 2010. *Nuorten hyvinvointi, opiskelu ja opinto-ohjaus erityisen koulutehtävän saaneessa lukiossa*. Helsingin yliopisto. Akateeminen väitöskirja.

Koulutustilastot. Tilastokeskus. *Uusien ylioppilaiden välitön sijoittuminen jatko-opintoihin 2005-2017*. Julkaistu 13.12.2018. Saatavilla [www-muodossa: http://www.stat.fi/til/khak/2017/khak_2017_2018-12-13_tie_001_fi.html](http://www.stat.fi/til/khak/2017/khak_2017_2018-12-13_tie_001_fi.html) (Luettu 09.04.2019).

Kupiainen, K. 2009. *Käyttötieto opinto-ohjaajan ohjausajattelun muutoksen kuvaajana*. Tampereen yliopisto: Akateeminen väitöskirja.

Laine, T. 2001. *Miten kokemusta voidaan tutkia? fenomenologinen näkökulma*. Teoksessa Eskola, J., Heikkinen, H., Ilmonen, K., Kiviniemi, K., Laine, T., Moilanen, P., Räihä, P., Rantala, I., Metsämuuronen, J., Suoranta, J., Niikko, A., Aaltola, J., Valli, R. & Rajala, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 26–43.

Laine, T. 2018. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 29–50.

Lairio, M. & Puukari, S. 2001. Ohjaus käsitteenä ja ammattina. Teoksessa Lairio, M. & Puukari, S. (toim.) Muutoksista mahdollisuuksiin. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos, 9–21.

Lairio, M. & Puukari, S. 2003. Ohjausasiantuntijuutta eri kouluasteille – Opinto-ohjaajakoulutus 30 vuotta. Teoksessa Lairio, M. & Puukari, S. (toim.) Ohjauksen uudet orientaatiot. Jyväskylän yliopisto: Koulutuksen tutkimuslaitos, 13–29.

Lukiolaki 2018. Saatavilla www-muodossa: minedu.fi (Luettu 22.5.2019).

Lukion opetussuunnitelman perusteet 2015. Helsinki: Next Print OY. Saatavilla www-muodossa: www.oph.fi (Luettu 12.09.2018).

Merimaa, E. 2004. Oppilaan ja opiskelijan ohjaus perusopetuksen ja lukiokoulutuksen opetussuunnitelmassa. Teoksessa Kasurinen, H. (toim.) Ohjausta opintoihin ja elämään – opintojen ohjaus oppilaitoksessa. Vammala: Opetushallitus, 71–81.

Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Helsinki: International Methelp KY.

Mäntylä, K. Reukauf, M & Toomar, J. 2013. Graka kaulassa: gradun ja kandin tekijän selviytymisopas. Helsinki: Finn Lectura

Niemi, P. 2016. Ohjaus ja oppilaiden urapohdintaa; turkulaisten peruskoulun päättöluokkalaisten ohjaukokemukset urapohdinnan selittäjänä. Turku: Kasvatustieteiden tiedekunta.

Nissilä, P., Lairio, M. & Puukari, S. 2001. Minäkäsityksen tukeminen ohjauksessa. Teoksessa Lairio, M. & Puukari, S. (toim.) Muutoksista mahdollisuuksiin. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos, 91–102.

Numminen, U., Jankko, T., Lyra-Katz, A., Nyholm, N., Siniharju, M. & Svedlin, R. 2002. Opinto-ohjauksen tila 2002; Opinto-ohjauksen arviointi perusopetuksessa, lukiossa ja ammatillisessa koulutuksessa sekä koulutuksen siirtymävaiheessa. Helsinki: Opetushallitus.

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ojanen, M. 2011. Minä ja muut. Itsetuntemuksen kirja. Helsinki: Kirjapaja.

Ojanen, S. 2006. Ohjauksesta oivallukseen. Ohjausteorian käsittelyä. Helsinki: Yliopistopaino.

Onnismaa, J. 2007. Ohjaus- ja neuvontatyö; aikaa, huomiota ja kunnioitusta. Helsinki. Gaudeamus.

Opetus- ja kulttuuriministeriö OKM 2019. Pääsykoeuudistus ja todistusvalintojen lisääminen. Saatavilla [www-muodossa: minedu.fi](http://www.minedu.fi) (Luettu 20.5.2019).

Opetus- ja kulttuuriministeriö 12.4.2018. Uusi lukiolaki: erityisopetus lukioihin, opinto-ohjaus vahvistuu ja korkeakouluysteistyö lisääntyy. Saatavilla [www-muodossa: www.minedu.fi](http://www.minedu.fi) (Luettu 3.10.2018).

Pekkari, M. 2009. Tavoitteellinen ohjauskeskustelu. Hämeenlinna: Tammi.

Perttula, J. 2005. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityis-tieteen tieteenteoria. Teoksessa Perttula, J. & Latomaa, T. (toim.) Kokemuksen tutkimus; merkitys- tulkinta-ymmärtäminen. Helsinki: Dialogi, 115–162.

Puukari, S., Lairio, M. & Nissilä, P. 2001. Ohjauksen tulevaisuuden näkymiä. Teoksessa Lairio, M. & Puukari, S. (toim.) Muutoksista mahdollisuuksiin. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos, 181–200.

Rauhala, L. 2005. Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Gaudeamus

Richardson, M. 2000. A new perspective for counsellors: from career ideologies to empowerment through work and relationship practices. Teoksessa Collin, A. & Young, R. (toim.) The Future of Career. USA: Cambridge university Press, 197–211.

Ronkainen, S & Karjalainen, A. 2008. Sähköä kyselyyn! Web-kysely tutkimuk-sessa ja tiedonkeruussa. Lapin yliopisto, 7–13.

Ronkainen, S., Karjalainen, A. & Mertala, S. 2008. Graafisen kyselylomakkeen suunnittelu. Teoksessa Mertala, S., Selkälä, A., Alasaarela, E., Karjalainen, A., Keso, H., Pietiläinen, T., Pajunen, J., Petäjäjärvi, P., Ronkainen, S. & Immonen, N. (toim.) Sähköä kyselyyn! Web-kysely tutkimuksessa ja tiedonkeruussa. Lapin yliopisto, 31–41.

Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. 2011. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: WSOYpro.

Salo, U-M. 2015. Simsalabim, sisällönanalyysi ja koodaamisen haasteet. Teok-sessa Aaltonen, S. & Högbacka, R. (toim.) Umpikujasta oivallukseen. Reflektiivisyys empiirisessä tutkimuksessa. Tampere: Nuorisotutkimusseura, 166–190.

Suomen lukiolaisten Liiton selvitys 2017. Rakas, kamala opo. Lukiolaisten kokemuksia opinto-ohjauksesta. Saatavilla www-muodossa: <https://lukio.fi/lukio.fi/wp-content/uploads/2015/04/opo-nettiin.pdf> (Luettu 30.05.2019).

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö: Tammi

Tutkimuseettinen neuvottelukunta TENK (2012). Opetus- ja kulttuuriministeriön asiantuntijaelin 2012. Saatavilla www-muodossa: <http://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanto> (Luettu 26.9.2018).

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2019. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Varamäki, A. 2019. Future proof. Tulevaisuuden työkirja. Jyväskylä: Docendo.

Varto, J. 2015. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Saatavilla www-muodossa: http://arted.uiah.fi/synnyt/kirjat/varto_laadullisen_tutkimuksen_metodologia (Luettu 13.11.2018).

Vehviläinen, S. 2014. Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Helsinki: Gaudeamus.

Yle uutiset 11.8.2018. Astronautti vai lääkäri? Urasuunnitelma monella lukiolaisella hukassa – opolla jopa 700 ohjattavaa. Marjatta Rautio (uutisen kirjoittaja). Saatavilla www-muodossa <https://yle.fi/uutiset/3-10347448> (katsottu 15.9.2018).

Yle uutiset 6.10.2015. Opinto-ohjaus: enemmän työelämäntaitoja ja itsetuntemusta. Rita Trötschkes (uutisen kirjoittaja). Saatavilla www-muodossa <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2015/06/16/opinto-ohjaus-enemman-tyoelamataitoja-ja-itsetuntemusta> (katsottu 26.8.2018).

Yliraudanjoki, V. 2010. Mikä on luokaton lukio? Feministinen kouluetnografia luokattomuuden järjestyksessä. Lapin yliopisto: Kasvatustieteiden tiedekunta. Akateeminen väitöskirja.

Liitteet

Liite 1 Tutkimuslupapyyntö

Hyvä koulutuspalveluiden palvelualuepäällikkö!

31.10.2018

Olen kasvatustieteen maisteriopiskelija Lapin yliopistosta. Teen parhaillaan pro gradu -tutkielmaa, jossa tutkin lukiolaisten kokemuksia opinto-ohjauksesta. Lukiokoulutukselta odotetaan, että se voisi entistä paremmin vastata jatko-opintojen, tulevaisuuden työelämän ja kansainvälisyyden vaatimuksiin. Hallituksen kaavaileman uudistuksen mukaan lukiolaisten hyvinvointia ja jaksamista tuetaan sekä jatko-opintoihin siirtymistä tehdään sujuvammaksi. Mediassa on uutisoitu myös siitä, että opiskelijat tarvitsevat enemmän ohjausta, itsetuntemusta ja työelämätaitoja. Kiinnostuin siitä, voisiko opinto-ohjaus olla yksi keino, joka yhä paremmin auttaisi nuoria löytämään jatko-opiskelupaikan ja suuntautumaan omalle alalle.

Olen valinnut kohderyhmäkseni lukion kolmannen vuosiluokan opiskelijoita, koska heillä on kokemusta opinto-ohjauksesta ja jatko-opiskelupaikan valinta on ajankohtainen.

Tarkoituksenani on tehdä kysely webropol-ohjelman avulla abiturienttiopiskelijoille. Toivoisin, että löytäisin kyselylomakkeen vastaamiseen sopivan luokan. Vastaamisen voisi toteuttaa mahdollisesti opinto-ohjaajan tunnilla. Kyselyn haluaisin toteuttaa tammi-helmikuun aikana. Toiveeni on, että tuloksia voitaisiin hyödyntää tarvittaessa opinto-ohjauksen kehittämistyössä.

Kaikki tiedot käsitellään luottamuksellisesti ja nimettömänä, joten vastanneita ei voi tunnistaa tutkielmastani.

Mukavaa talven odotusta!

Ystävällisin terveisin

Anna-Maija Kirstinä

p. XXXXXXXXXXXX

Ohjaajani on KT, Yliopistonlehtori Virpi Vaattovaara, p. XXXXXXXXXXXX

Liite 2 Sähköpostiviesti opinto-ohjaajalle

Hyvä opinto-ohjaaja

Olen kasvatustieteen maisteriopiskelija Lapin yliopistosta. Teen parhaillaan pro gradu -tutkielmaa, jossa tutkin lukiolaisten kokemuksia opinto-ohjauksesta.

Sain tutkimusluvan tehdä kyselyn teidän koulun abiturienteille. Tutkimuslupa on liitteenä. Kysely toteutetaan Webropol-ohjelmalla, joka kestää noin 15–20 min.

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Kaikki tiedot käsitellään luottamuksellisesti ja nimettömänä, joten vastanneita ei voi tunnistaa tutkielmastani.

Kyselyn voisin tulla tekemään viikolla 4 teille sopivalla ajalla. Kaikkien kyselyyn vastanneiden kesken arvotaan 30euron lahjakortti.

Ystävällisin terveisin

Anna-Maija Kirstinä

Liite 3 Kyselylomake

Lukiolaisten kokemuksia opinto-ohjauksesta

1. Kerro minkälaisia asioita opinto-ohjauksessa tulisi käsitellä.
2. Onko opinto-ohjauksessa ollut puhetta tai harjoituksia, jotka liittyvät Itsetuntemustaitoihin (omien vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen, luonteenpiirteet)?

Kyllä

Ei

En tiedä

3. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, kuvaile millä tavalla kyseisiä asioita tai taitoja on harjoiteltu.
4. Onko opinto-ohjauksessa ollut puhetta tai harjoituksia, jotka liittyvät oppimiseen (miten opit, minkälainen olet oppijana)

Kyllä

Ei

En tiedä

5. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, kuvaile millä tavalla kyseisiä asioita tai taitoja on harjoiteltu.
6. Onko opinto-ohjauksessa ollut puhetta tai harjoituksia, jotka liittyvät reflektointitaitoihin (osaat arvioida omaa oppimistasi ja toimintaasi, itsearviointitaidot)?

Kyllä

Ei

En tiedä

7. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, kuvaile millä tavalla kyseisiä asioita tai taitoja on harjoiteltu.

8. Onko opinto-ohjauksessa ollut puhetta tai harjoituksia, jotka liittyvät työelämä- ja työnhakutaitoihin (mitä taitoja nykyajan työelämä vaatii, miten työpaikkaa haetaan)

Kyllä

Ei

En tiedä

9. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, kuvaile millä tavalla kyseisiä asioita tai taitoja on harjoiteltu.

10. Millä tavalla opinto-ohjaus on sinua tukenut jatko-opiskelupaikan valinnassa sekä urasuunnittelussa?

11. Mitä muuta kerrottavaa sinulla on opinto-ohjauksesta? Esimerkiksi:
opinto-ohjauksen tärkeydestä ja tarkoituksesta,
oletko tavoittanut opinto-ohjaajan silloin kun olet halunnut,
oletko saanut jotain muuta hyötyä opinto-ohjauksesta esim.
opintojen suunnittelussa

12. Millaista opinto-ohjausta olet saanut?

henkilökohtaista

pienryhmässä

luokkamuotoista

13. Jos olet saanut henkilökohtaista ohjausta, montako kertaa?

1

2

3 tai useammin

14. Mille alalle haluaisit suuntautua lukion jälkeen

Liite 4 Aineiston analyysimenetelmän kuvaus taulukkoina

Taulukko 1. Aineistosta muodostetut alakategoriat ja pääkategoriat tutkimusky-symyksen 1 mukaisesti: Millä tavalla opinto-ohjaus on tukenut itsetuntemus- ja metataitoja?

Alkuperäinen ilmaisu	Alakategoriat	Pääkategoriat
<p>"harjoituksilla itseä rohkaisevia ja itseluottamusta lisääviä." (O1)</p> <p>"vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen sekä pohtimalla mille alalle ne sopivat ja kuinka ne voidaan liittää opiskeluun." (O5) ja (17)</p> <p>"luonteenpiirteiden avulla etsitty vahvuuksia." (O3)</p> <p>"piirtää oma käsi ja jokaiseen sormeeseen joku hyvä asia itsestä." (O8)</p> <p>"heikkouksia on itsestä etsitty kysymyksen avulla, missä voisin parantaa?" (O3)</p> <p>"listasta poimittu omia taitoja." (O13)</p> <p>"kuvien avulla kerrottu koko luokalle omista vahvuuksista." (O7)</p>	<p>-itseluottamuksen lisääminen</p> <p>-vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen</p> <p>-luonteenpiirteiden tunnistaminen</p> <p>-omien taitojen tunnistaminen</p>	<p>Itsetuntemustaitojen harjoittelu</p>
<p>"kyselyitä, joista selviää, minkälainen oppija olen." (O2)</p> <p>"opinto-ohjaajan kanssa puhuttu lukuvuosisuunnitelman tekemisestä." (O4)</p> <p>"pohdittu millainen oppimistapa sopii henkilölle, jolla on vaikeuksia keskittyä." (O1)</p> <p>"käyty läpi erilaisia oppimistyylejä ja oppimistekniikoita." (O4) ja (O2)</p> <p>"on käyty läpi, että itse voi päättää juuri sen oman opiskelutavan." (O1)</p>	<p>-oppimistyylit</p> <p>-oppimistekniikat</p> <p>-luku-suunnitelman tekeminen</p>	<p>Oppimiseen liittyvien taitojen harjoittelu</p>
<p>"palautetta annettu ja arvioimalla omia taitojaan pohdinnan kautta." (O6)</p> <p>"mietitty, millaisia tuloksia jokin tietty opiskelutekniikka on tuonut." (O1)</p> <p>"tehtäviä itsearviointiin liittyen." (O9)</p> <p>"omaa oppimista ja toimintaa on neuvottu tarkkailemaan, kuinka paljon tekee töitä jonkin asian eteen." (O1)</p> <p>"tarkkailemaan, millaisia tuloksia tietynlainen käyttäytyminen ja työ on poikinut." (O1)</p>	<p>-palautteen antaminen</p> <p>-omien taitojen arviointi</p> <p>-opiskelutekniikan tuloksien saavuttaminen</p>	<p>Reflektointitaitojen harjoittelu</p>

Taulukko 2. Aineistosta muodostetut alakategoriat ja pääkategoriat sekä yhdistävä kategoria tutkimuskysymyksen 1 mukaisesti; Millä tavalla opinto-ohjaus on tukenut itsetuntemus- ja metataitoja?

Alakategoriat	Pääkategoriat	Yhdistävä kategoria
-itseluottamuksen lisääminen -vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen -luonteenpiirteiden tunnistaminen -omien taitojen tunnistaminen	Itsetuntemustaitojen kehittäminen	Kasvun ja kehityksen auttaminen
-oppimistyyli -oppimistekniikat -lukusuunnitelman tekeminen	Oppimiseen liittyvien taitojen kehittäminen	
-palautteen antaminen -omien taitojen arviointi -opiskelutekniikan tuloksien saavuttaminen	Reflektointitaitojen kehittäminen	

Taulukko 3. Aineistosta muodostetut alakategoriat ja pääkategoriat tutkimuskysymyksen 2 mukaisesti: Millä tavalla opinto-ohjaus on tukenut jatko-opintojen valinnassa sekä urasuunnittelussa?

Alkuperäinen ilmaisu	Alakategoriat	Pääkategoriat
<p>"Opinto-ohjaus on kannustanut hakemaan juuri sinne mikä itseäni kiinnostaa kaikista eniten" (O1)</p> <p>"Vierailut eri kouluissa on ehkä hieman auttanut koulun valinnassa" (O4)</p> <p>"Olen saanut selkeyttä ja lisätietoa eri jatko-opiskelupaikoista" (O2)</p> <p>"Olemme puhuneet opinto-ohjaajan kanssa, mitkä alat kiinnostavat ja olemme katsoneet kiinnostuksen alojen kriteerit lukiokurssien kannalta"(O3)</p> <p>"Ei kovinkaan paljoa, olen itsenäisesti valinnut jatko-opiskelupaikan ja suunnitellut uraani"(O6)</p> <p>"Opinto-ohjauksessa on kerrottu eri vaihtoehtoista ja siitä kuinka hakea ja päästä niihin"(O7)</p> <p>"Jatko-opintoihin haettaessa oli hyvänä apuna"(O11)</p> <p>"Ainakin antanut uutta tietoa ja mahdollistanut asioiden kysymiseen ja pohtimiseen"(O14)</p> <p>"Ei se mitenkään silleen. Onhan se vinkannut pari opiskelupaikkaa mutta vinkkaa väärälle alalle"(O15)</p> <p>"Pitää ite miettiä mitä elämältään haluaa"(O16)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -kannustaminen -tutustuminen eri kouluihin -saanut lisätietoa, miten haetaan ja miten voi päästä -hakukriteerit huomioutu -itsenäisesti tehnyt valintaansa -jatko-opintoihin haettaessa ollut hyvänä apuna -mahdollistanut asioiden kysymiseen ja pohtimiseen 	<p>Jatko-opiskelupaikan valinnan tukeminen</p>
<p>"Mietitty minkälaisia ovat hyvän työntekijän ominaisuudet" (O2)</p> <p>"Olemme tehneet oman CV:n sekä käyneet läpi millainen on hyvä työhakemus" (O4)</p> <p>"Olemme googlilleet erilaisia työpaikkoja mitä on tarjolla" (O4)</p> <p>"Miettimällä tulevaisuuden työpaikkojen vaatimuksia ja harjoitelleet tekemään työpaikkahakemuksia" (O6)</p> <p>"Kerrottu selkeästi miten haetaan ja mistä ja millä tavalla" (O9)</p> <p>"Auttanut ymmärtämään missä olen hyvä ja mitä asioita tykkäisin tehdä tulevaisuudessa" (O12)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -hyvän työntekijän ominaisuudet ja työpaikkojen vaatimukset huomioutu -CV:n tekeminen ohjeistettu -harjoiteltu työhakemuksen tekemistä -tutustuttu eri työpaikkoihin netissä -kerrottu miten haetaan ja mistä haetaan -Auttanut paljon tulevaisuuden suunnitelmissa -Ei varsinaisesti ole ollut apua 	<p>Urasuunnittelun tukeminen</p>

<p>"Opinto-ohjaus on auttanut paljon tulevaisuuden suunnitelmissa"(O1)</p> <p>"Ei varsinaisesti ole ollut apua urasuunnittelussa" (O4)</p>		
--	--	--

Taulukko 4. Aineistosta muodostetut alakategoriat ja pääkategoriat sekä yhdistävä kategoria tutkimuskysymyksen 2 mukaisesti: Millä tavalla opinto-ohjaus on tukenut itsetuntemus- ja metataitoja?

Alakategoriat	Pääkategoriat	Yhdistävä kategoria
<ul style="list-style-type: none"> -kannustaminen -tutustuminen eri kouluihin -saanut lisätietoa, miten haetaan ja miten voi päästä mi-hinkin -hakukriteerit huomioutu -itsenäisesti tehnyt valintaansa -jatko-opintoihin haettaessa ollut hyvänä apuna -mahdollistanut asioiden kysymiseen ja pohtimiseen 	Jatko-opintojen suunnittelu	Jatko-opintojen ja urasuunnittelun tukeminen
<ul style="list-style-type: none"> -hyvän työntekijän ominaisuudet ja työpaikkojen vaatimukset huomioutu -CV:n tekeminen ohjeistettu -harjoiteltu työhakemuksen tekemistä -tutustuttu eri työpaikkoihin netissä -kerrottu miten haetaan ja mistä haetaan -auttanut paljon tulevaisuuden suunnitelmissa -ei varsinaisesti ole ollut apua 	Urasuunnittelu	

Taulukko 5. Aineistosta muodostetut alakategoriat ja pääkategoriat tutkimuskysymyksen 3 mukaisesti: Millaisia odotuksia abiturienteilla on opinto-ohjauksesta?

Alkuperäinen ilmaisu	Alakategoriat	Pääkategoriat
<p>"Koulunkäyntiin ja opiskeluun liittyvistä asioista" (O12)</p> <p>"Opinto-ohjauksessa tulisi käsitellä opiskelusuunnitelmista sekä kurssivalinnoista ja ylioppilaskirjoitusten järjestyksestä" (O3)</p> <p>"Miten aikatauluttaa opiskelua, erilaisia opiskelutapoja" (O14)</p> <p>"Hetki ensimmäisenä vuonna kertoa, mitä aineita pitää käydä ja kirjoittaa, jotta pääsee esim. lääkikseen" (O18)</p>	<p>-koulunkäyntiin ja opiskeluun liittyvä asia</p> <p>-opiskelijan opiskelusuunnitelma</p> <p>-kurssivalinta ja ylioppilaskirjoitusten järjestys</p> <p>-miten aikatauluttaa opiskelua</p> <p>-opiskelutapa</p>	Opiskeluun liittyvä tekijä
<p>"Opinto-ohjauksessa tulisi käsitellä enemmän mahdollisista jatko-opiskelupaikoista sekä opiskelusta ulkopaikkakunnalla" (O4)</p> <p>"Opintojen vaikutuksesta jatko-opiskeluun (kurssivalinnat)" (O5)</p>	<p>-jatko-opiskelupaikka sekä opiskelu ulkopaikkakunnalla</p> <p>-opintojen vaikutus jatko-opiskeluun</p>	Jatko-opiskeluun liittyvä tekijä
<p>"Tulevaisuuteen liittyvistä asioista" (O12)</p> <p>"Työmahdollisuuksista" (O6)</p> <p>"Työn haku ja työelämään tutustumista" (O9)</p> <p>"Uravaihtoehtoja"</p> <p>"Miten valita oma ura ja miten löytää oman tien" (O8)</p> <p>"Työelämään liittyviä asioita" (O1)</p>	<p>-työn haku ja työelämään tutustuminen</p> <p>-uravaihtoehto</p> <p>-tulevaisuuteen liittyvä asia</p> <p>-työmahdollisuus</p>	Urasuunnitteluun liittyvä tekijä
<p>"Oppilaan vahvuuksia ja heikkouksia pitäisi ottaa huomioon" (O3)</p> <p>"Tukea ja apua heikkoksiin ja kouluväsymykseen" (O3)</p> <p>"Huolista omista opinnoista sekä omasta koulumenestyksestä sekä niihin liittyvistä ongelmista" (O15)</p> <p>"Opinto-ohjauksessa tulisi käsitellä henkilökohtaisia asioita" (O11)</p> <p>"Stressin käsittelystä"(O8)</p> <p>"Opiskelija elämän asioita"(O17)</p>	<p>-opiskelijan vahvuksien ja heikkouksien huomioiminen</p> <p>-tuki ja apu heikkoksiin ja kouluväsymykseen</p> <p>-opintoihin liittyvä asia sekä koulumenestykseen liittyvä ongelma</p> <p>-henkilökohtainen asia</p> <p>-stressin käsittely</p> <p>-opiskelijaelämän asia</p>	Opiskelijan henkilökohtainen tekijä liittyen opiskeluun

Taulukko 6. Aineistosta muodostetut alakategoriat ja pääkategoriat sekä yhdistävä tekijä tutkimuskysymyksen 3 mukaisesti: Millaisia odotuksia abiturienteilla on opinto-ohjauksesta?

Alakategoriat	Pääkategoriat	Yhdistävä kategoria
<ul style="list-style-type: none"> -koulunkäyntiin ja opiskeluun liittyviä asioita -opiskelijan opiskelusuunnitelmista -kurssivalinnoista ja ylioppilaskirjoitusten järjestyksestä -miten aikatauluttaa opiskelua -opiskelutapoja -oppilaan vahvuuksien ja heikkouksien huomioiminen -tukea ja apua heikkouksiin ja kouluväsymykseen -opintoihin liittyviä asioita sekä koulumenestykseen ja niihin liittyvistä ongelmista -henkilökohtaisia asioita -stressin käsittelyä -opiskelija elämän asioita 	Opintoihin ja koulumenestykseen liittyvät huolet	Opinto-ohjauksen tukeminen opiskeluun liittyvissä tekijöissä sekä opiskelijan henkilökohtaisissa asioissa
<ul style="list-style-type: none"> -jatko-opiskelupaikoista sekä opiskelusta ulkopaikkakunnalla -opintojen vaikutuksesta jatko-opiskeluun -työn hakua ja työelämään tutustumista -uravaihtoehtoja -tulevaisuuteen liittyviä asioita -työmahdollisuuksista 	Jatko-opiskeluun ja urasuunnitteluun liittyvä tekijä	Opinto-ohjauksen tukeminen jatko-opintojen valinnassa ja urasuunnittelussa