

**VOIMAA
OPISKELUUN!**

**TIETOPAKETTI
YHTEISÖLLISYYDESTÄ
AMMATILLISELLA TOISELLA
ASTEELLA JA AMMATTI-
KORKEAKOULUSSA**



OTUS

RASMUS REINIKAINEN

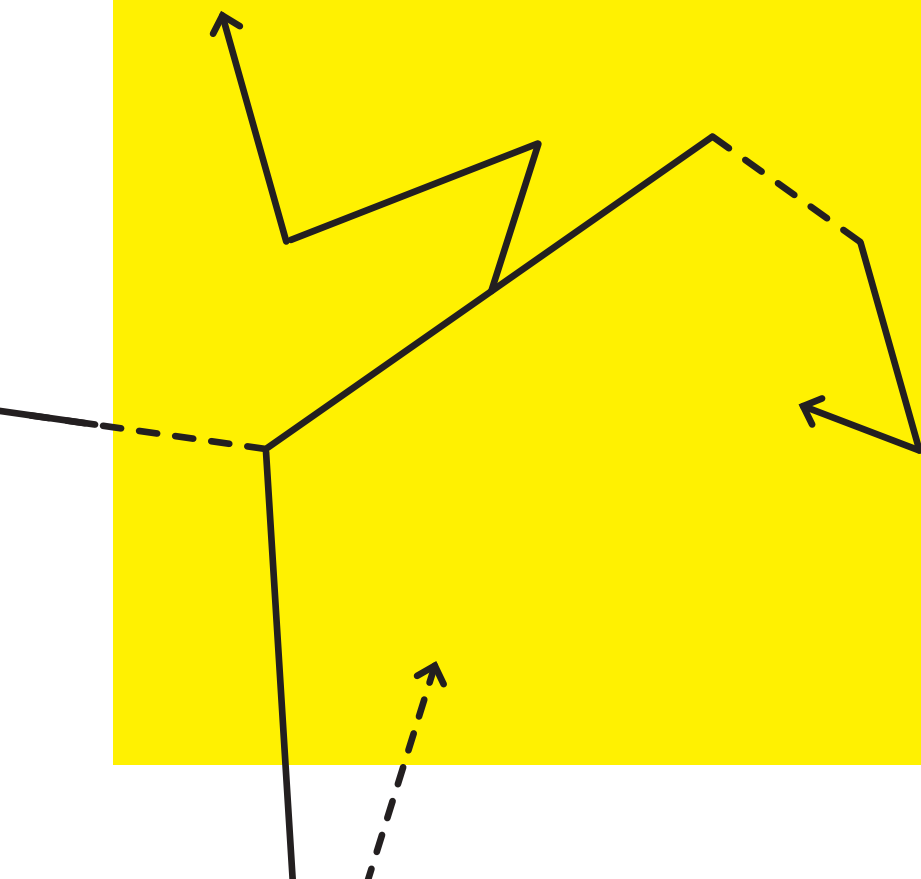
VOIMAA OPISKELUUN -HANKE

TIETOPAKETISTA

TIETOPAKETIN on koontanut Otuksen tutkija Rasmus Reinikainen osana Voimaa opiskeluun -hanketta.

VOIMAA opiskeluun -hankkeen päämääränä on opintojen keskeyttämisen vähentäminen toisen asteen ammatillisissa oppilaitoksissa ja ammattikorkeakouluissa.

TIETOPAKETTI on tarkoitettu oppilaitosten ammattilaisille, kaikille opiskelijahyvinvoinnista kiinnostuneille toimijoille sekä oppilaitosten vertais- ja mentoriopiskelijoille, jotka kaipaavat tietoa opiskelijoiden mielenterveydestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä.



SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	YHTEISÖLLISYYS AMMATILLISELLA TOISELLA ASTEELLA	2
3	YHTEISÖLLISYYS AMMATTIKORKEAKOULUSSA	6
4	YHTEENVETO	10
	AMMATILLINEN TOISEN ASTEEN KOULUTUS	10
	AMMATTIKORKEAKOULUKOULUTUS	10
5	LÄHTEET	11

JOHDANTO

YHTEISÖLLISYYS voidaan määritellä pitkäkestoiseksi kuulumiseksi johonkin ihmissuhdeverkostoon, jonka sisällä ihmiset jakavat esimerkiksi arvot ja käyttäytymismallit. Eri tieteenalojen tutkimustulokset kertovat, että yhteisöllisyydellä on myönteisiä terveysvaikutuksia ja vastaavasti yksinäisyydellä on negatiivisia terveysvaikutuksia. (Lindfors 2007.) Tutkimuksessa on huomattu läheisten ihmisten (ystävät ja sukulaiset) määrällä olevan merkittävä yhteys tulevaisuuden mielenterveyteen ja huonointa mielenterveyttä tutkimuksessa ennusti, jos henkilöllä oli korkeintaan kolme läheistä ihmistä (Brugha et al. 2005).

Huolestuttavaa on se, että Suomessa yksinäisyys on lisääntynyt, ehkä yhteiskunnan yksilökeskeisyyden takia (Lindfors 2007). Kansallisen FinTerveys-tutkimuksen (Koponen et al. 2018) mukaan suomalaisten miesten yksinäisyyttä tuntevien osuus on miehillä pysynyt samana vuodesta 2011 vuoteen 2017, mutta naisilla yksinäisyyttä tuntevien osuus on kasvanut prosenttiyksikön verran. Tuloksissa on eroja eri ikäryhmissä, esimerkiksi 30–39-vuotiaiden naisten ryhmässä yksinäisyyttä tuntevien osuus on kasvanut viidestä prosentista yhdeksään prosenttiin. Samoin 30–39-vuotiaiden miesten ryhmässä yksinäisten osuus on kasvanut 3,5 prosentista 6,5 prosenttiin. (Koponen et al. 2018.)

Tässä tietopaketissa yhteisöllisyys määritellään ihmisryhmäksi, jonka jäsenet ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja heillä on yhteinen tehtävä ja päämäärä (Lampinen et al. 2013; Lehtonen 1990). Ihmisryhmä on opiskelijoiden muodostama yhteisö, jonka tavoitteena voidaan yleisesti pitää opinnoista valmistumista. Yhteisölliseen oppimiseen liittyy yhteinen tehtävä, oppimisympäristön turvallisuus, luottamuksellisuus ja syrjimättömyys. Tietopaketissa selvitetään ammattikoulu- ja ammattikorkeakouluopiskelijoiden yhteisöllisyyttä erikseen.

YHTEISÖLLISYYDEN teema on tärkeä aihe koulutuksen maailmassa, koska oppiminen ei ole ympäristöstä riippumaton asia, vaan oppiminen voidaan nähdä myös yhteisöllisenä ja sosiaalisena prosessina (Hakkarainen 2000). Yhteisöllisyys ei ole käsitteenä yksiselitteinen ja se liittyy vahvasti oppimisprosessiin. Yhteisöllisyyden tunne vähentää työn rasittavuutta ja auttaa ryhmän jäsentä sitoutumaan työhönsä (Lampinen et al. 2013; Klein & D’Aunno 1986). Yhteisöllisen oppimisympäristö voi siis edistää opintojen etenemistä, koska opiskelijat ovat motivoituneempia opintoihinsa ja saavat tukea toisiltaan. Tutkimusten valossa yhteisöllisyyttä voidaan pitää opiskelijoiden voimavarana (Repo 2010).

Yhteisöllisyydellä on myös varjopuolensa, sillä se voi aiheuttaa ihmisten jakautumisen eripuraisiin ja eristäytyneisiin alaryhmiin (Lampinen et al. 2013; McMillan & Chavis 1986). Esimerkiksi opiskelumaailmassa voi muodostua toisistaan eristäytyneitä kaveriporukoita tai ainejärjestöjä, jotka eivät suhtaudu ryhmän ulkopuolisiin opiskelijoihin yhteisöllisesti. Tämä voi aiheuttaa kiusaamista tai muuta ei-toivottua käytöstä kuten syrjintää.

Selvityksen toteuttamista hankaloittaa hieman yhteisöllisyyden teoreettisen viitekehyksen linkittäminen käytössä oleviin aineistoihin ja erityisesti yhteisöllisyyden mittaamiseen käytössä olevat resurssit. Yhteisöllisyyden mittaamiseen – etenkin oppilaitoksissa – ei ole vakiintunutta tapaa. Lisäksi yhteisöllisyyden käsitteen abstraktius ja sen määrittäminen on vaativaa. Selvityksessä käsitellään ikähaarukalta ja taustoiltaan heterogeenistä ryhmää, joidenka käsitykset ja odotukset oppilaitoksen yhteisöllisyydestä voivat olla hyvinkin erilaiset. Tässä selvityksessä sivutaan myös aikaisemmin Voimaa opiskeluun -hankkeeseen tehtyjä mielenterveystietopaketin ja opintojen keskeyttämistietopaketin teemoja yhteisöllisyyden näkökulmasta.

YHTEISÖLLISYYS AMMATILLISELLA TOISELLA ASTEELLA

AMMATILLISEN toisen asteen opiskelijoiden yhteisöllisyyttä selvitetään Amisbarometriaineistojen avulla. Voimaa opiskeluun -hankkeen tietopaketeissa käytetään yhdistettyä Amisbarometriaineistoa vuosilta 2015 ja 2017. Tätä tietopakettia varten muodostettiin Amisbarometriä hyödyntämällä oppilaitoksen yhteisöllisyysmittari.

Oppilaitoksen yhteisöllisyysmittarissa¹ sovelletaan ”työpaikan yhteisöllisyys” (Psychological sense of community in the workplace) -teoriaa. Sen perusteella yhteisöllisyys muodostuu muiden henkilöiden tuesta, emotionaalisesta turvallisuudesta, yhteenkuuluvuuden tunteesta, henkisestä yhdyssiteestä, ryhmäorientaatiosta ja totuuden kertomisesta (Borroughs & Eby 1998). **KUVIOSTA 1** huomataan, että 65 prosenttia ammattikouluopiskelijoista kokee, että oppilaitos on yhteisöllinen ja vain 6 prosenttia opiskelijoista kokee yhteisöllisyyden heikoksi. Miesopiskelijat näyttäisivät kokevan oppilaitoksen yhteisöllisemmäksi paikaksi kuin naisopiskelijat. Miesopiskelijoista 68,5 prosenttia pitää oppilaitoksen yhteisöllisyyttä vahvana ja naisopiskelijoiden vastaava osuus on 61 prosenttia. Sukupuolten välinen ero on tilastollisesti merkitsevä ($p < 0,001$). Alueellisesti oppilaitosten yhteisöllisyydessä on

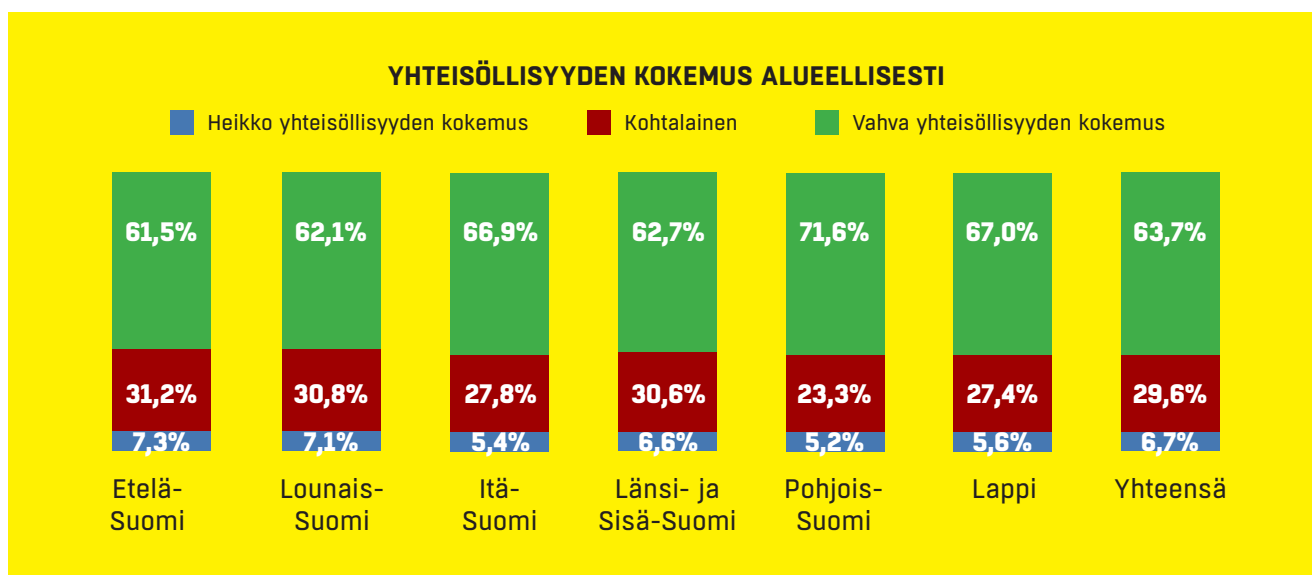
maltillisia eroja. Yhteisöllisyydeltään vahvimmat oppilaitokset näyttäisivät sijaitsevan Pohjois-Suomessa (72 %), Lapissa (67 %) ja Itä-Suomessa (67 %) ja yhteisöllisyydeltään heikoimmat oppilaitokset sijaitsevat Etelä-Suomessa (62 %). Alueellisesti heikon yhteisöllisyyden kokemuksen osuus vaihtelee 5,2–7,3 prosenttiosuuden välillä eli tässä suhteessa erot ovat hyvin pieniä. **(KUVIO 2.)**

¹ Oppilaitoksen yhteisöllisyysmittari on muodostettu väittämistä: opettajat kannustavat minua opinnoissani; koen oloni turvalliseksi oppilaitoksessani; opiskeluryhmässäni on hyvä yhteishenki; oppilaitoksessa on yhteiset käyttäytymissäännöt, joiden noudattamista valvotaan (esim. myöhästely); minusta tuntuu, että voin vaikuttaa oppilaitoksen asioihin (esim. opetus ja opetusjärjestelyt, viihtyisyys, opiskelijakuntatoiminta). Oppilaitoksen yhteisöllisyysmittarin Cronbachin alfa on 0,78. Heikko yhteisöllisyys tarkoittaa mittaristossa vastausvaihtoehtoja täysin eri mieltä 1–3 eri mieltä ja vahva yhteisöllisyys tarkoittaa vastausvaihtoehtoja samaa mieltä 5–7 täysin samaa mieltä. Kohtalainen yhteisöllisyys on vastausvaihtoehto ei samaa eikä eri mieltä 4 (asteikko 1–7).

Seuraavaksi selvitetään yhteisöllisyyden vaikutusta opintojen keskeyttämiseen. Opintojen keskeyttämisellä ja yhteisöllisyyden tunteella on melko selkeä yhteys ammattikouluopiskelijoiden keskuudessa. Keskeyttämistä harkinneista 21 prosentilla on ollut heikko oppilaitoksen yhteisöllisyyden tunne, kun



▲ **KUVIO 1.** Opiskelijoiden kokema yhteisöllisyys ammattikoulussa.



▲ **KUVIO 2.** Toisen asteen ammatillisen koulutuksen opiskelijoiden kokema yhteisöllisyys alueittain.

	Heikko yhteisöllisyys	Kohtalainen	Vahva yhteisöllisyys
Valmistumiseensa uskovat	5,9 %	29,0 %	65,1 %
Keskeyttämistä harkinneet	21,3 %	42,1 %	36,6 %

▲ **TAULUKKO 1.** Yhteisöllisyyden kokemuksen yhteys opintojen keskeyttämiseen. Ryhmien välinen ero on tilastollisesti merkitsevä (p<0,001).

valmistumiseensa uskovien vastaava osuus on 6 prosenttia. Vahva yhteisöllisyyden tunne on ollut 37 prosentilla keskeyttämistä harkitsevista. **(TAULUKKO 1.)** Tulosten valossa yhteisöllisyys on opinnoissa jaksamisen kannalta tärkeä ilmiö ammatillisessa koulutuksessa. Yhteisöllisyyteen olisi syytä kiinnittää huomiota oppilaitoksissa, koska opiskelijayhteisöön integroituminen vähentää opintojen keskeyttämistä.

Koulu-uupumusta käsiteltiin syvällisemmin Voimaa opiskeluun -hankkeen mielenterveystietopakettissa (Reinikainen 2018). Koulu-uupumus on stressioireyhtymä, joka voi johtaa masennukseen ja opintojen keskeyttämiseen. Koulu-uupumus ilmenee uupumusasteisena väsymyksenä, opiskeluun liittyvänä kyynisyyden ja riittämättömyyden tunteena. (Salmela-Aro 2008.) Näiden kolmen koulu-uupumuksen osa-alueen ja yhteisöllisyyden suhdetta tarkastellaan taulukoissa 2–4.

Ne ammattikouluopiskelijat, jotka tuntevat kouluun liittyvää uupumusasteista väsymystä vähintään muutamana päivänä viikossa, kokevat heikompaa yhteisöllisyyden tunnetta kuin harvoin uupumusta tuntevat opiskelijat. Miehissä uupuneiden opiskelijoiden heikkoa yhteisöllisyyttä tuntevien opiskelijoiden osuus (11,6 %) on noin nelinkertainen verrattuna

ei-uupuneisiin (3,8 %). Naisissa vastaava ero on hieman yli kaksinkertainen. Vahvaa yhteisöllisyyden tunnetta tuntee noin puolet uupuneista opiskelijoista (48,5 %). **(TAULUKKO 2.)**

Kyynisesti opiskeluun suhtautuvilla on selkeästi heikompi yhteisöllisyyden tunne kuin muilla opiskelijoilla. Lähes joka viides (19 %) kyynisistä opiskelijoista tuntee heikkoa yhteisöllisyyttä oppilaitoksessa, kun muiden vastaava osuus on noin 4 prosenttia. Kummankin sukupuolen keskuudessa kyynisten opiskelijoiden osuus on nelinkertainen heikon yhteisöllisyyden tunteessa verrattuna muihin opiskelijoihin. Vahvaa yhteisöllisyyden tunnetta kokee kyynisistä opiskelijoista noin 40 %. **(TAULUKKO 3, sivulla 4.)**

Riittämättömyyden tunnetta opinnoissaan tuntevat opiskelijat kokevat heikompaa yhteisöllisyyden tunnetta oppilaitoksessaan kuin muut opiskelijat. Riittämättömyyttä tuntevista miehistä 14 prosenttia kokee heikkoa yhteisöllisyyttä, kun muiden miesopiskelijoiden vastaava osuus on noin 4 prosenttia. Myös riittämättömyyttä tuntevat naisopiskelijat kokevat yhteisöllisyyden heikommaksi kuin muut naisopiskelijat. Riittämättömyyttä tuntevista miehistä 50 prosenttia kokee vahvaa yhteisöllisyyden tunnetta ja riittämättömyyttä tuntevien naisten vastaava osuus on 42 prosenttia. **(TAULUKKO 4, sivulla 4.)**

	TUNNEN HUKKUVANI KOULUTYÖHÖN:	HEIKKO YHTEISÖLLISYYS	KOHTALAINEN	VAHVA YHTEISÖLLISYYS	N*
Mies	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	3,8 %	25,8 %	70,4 %	12260
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Uupuneet)	11,6 %	37,9 %	50,5 %	1167
Nainen	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	6,7 %	29,3 %	64,0 %	10118
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Uupuneet)	14,5 %	38,1 %	47,3 %	2116
Yhteensä	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	5,1 %	27,3 %	67,6 %	22378
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Uupuneet)	13,4 %	38,1 %	48,5 %	3283
	Yhteensä	6,1 %	28,7 %	65,2 %	25661

▲ **TAULUKKO 2.** Uupumusasteisen väsymyksen yhteys yhteisöllisyyden tunteeseen sukupuolittain. Tunnen hukkuvani koulutyöhön (uupumus) -ryhmien välillä on tilastollisesti merkitsevät erot kummankin sukupuolen sisällä (p<0,001). N* painottoman havaintojen määrä.

	TUNTUU, ETTEI OPINNOILLANI OLE MERKITYSTÄ:	HEIKKO YHTEISÖLLISYYS	KOHTALAINEN	VAHVA YHTEISÖLLISYYS	N*
Mies	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	3,3 %	25,2 %	71,5 %	11929
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Kynniset)	14,3 %	40,2 %	45,5 %	1473
Nainen	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	5,8 %	29,1 %	65,1 %	10684
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Kynniset)	24,1 %	43,4 %	32,5 %	1544
Yhteensä	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	4,4 %	27,0 %	68,6 %	22613
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Kynniset)	19,1 %	41,8 %	39,1 %	3017
	Yhteensä	6,2 %	28,7 %	65,1 %	25630

▲ **TAULUKKO 3.** Opintoihin liittyvän kynnisyksen tunteen yhteys yhteisöllisyyden tunteeseen sukupuolittain. Tuntuu, ettei opinnoillani ole merkitystä (kynnisyys) -ryhmien välillä on tilastollisesti merkitsevät erot kummankin sukupuolen sisällä ($p < 0,001$). N* painottamaton havaintojen määrä.

	MINULLA ON RIITTÄMÄTTÖMYYDEN TUNTEITA OPINNOISSANI:	HEIKKO YHTEISÖLLISYYS	KOHTALAINEN	VAHVA YHTEISÖLLISYYS	N*
Mies	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	3,6 %	25,9 %	70,5 %	12149
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Riittämättömyyttä)	13,9 %	36,1 %	50,0 %	1202
Nainen	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	6,0 %	28,9 %	65,1 %	10116
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Riittämättömyyttä)	17,8 %	40,7 %	41,6 %	2073
Yhteensä	Muutaman kerran kuukaudessa tai ei juuri koskaan	4,6 %	27,2 %	68,1 %	22265
	Muutamana päivänä viikossa tai lähes päivittäin (Riittämättömyyttä)	16,3 %	38,9 %	44,8 %	3275
	Yhteensä	6,1 %	28,7 %	65,1 %	25540

▲ **TAULUKKO 4.** Opintoihin liittyvän riittämättömyyden tunteen yhteys yhteisöllisyyden tunteeseen sukupuolittain. Minulla on riittämättömyyden tunteita opinnoissani (riittämättömyys) -ryhmien välillä on tilastollisesti merkitsevät erot kummankin sukupuolen sisällä ($p < 0,001$). N* painottamaton havaintojen määrä.

Ylläolevista tuloksista huomataan, että koulu-uupumuksen osa-alueet ovat yhteydessä oppilaitoksen yhteisöllisyyden tunteeseen. Heikko yhteisöllisyyden tunne ja uupumusasteinen väsymys, riittämättömyyden tunne sekä kynnisyys ovat yhteydessä toisiinsa. Itsehjautuvuusteorian mukaan yhteisöllisyyden puuttuminen vaikuttaa negatiivisesti ihmisen hyvinvointiin ja motivaatioon (Ryan & Deci 2000).

Lisäksi ammattikouluopiskelijoita kysyttiin Amisbarometrissa muutama kysymys yleisesti yhteisölli-

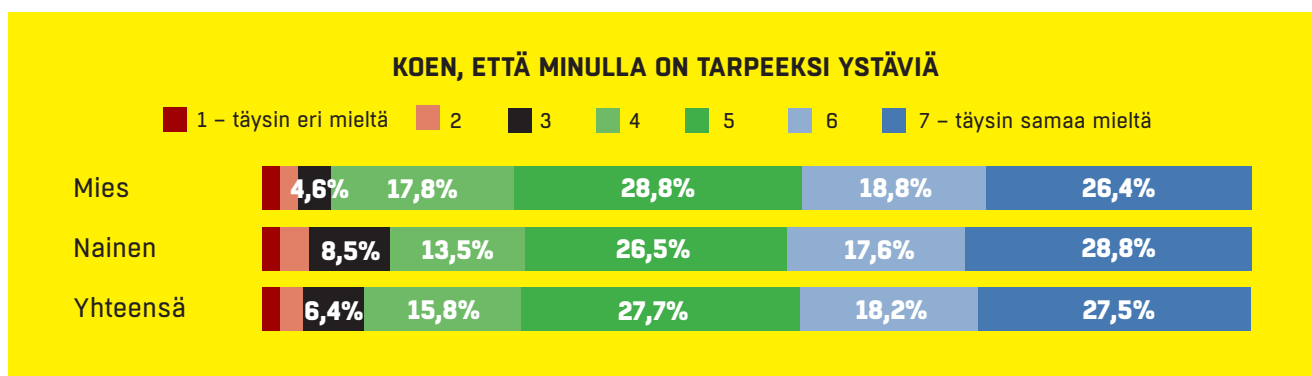
syyden teemaan liittyen. **KUVIOISSA 3a–3c** (sivulla 5) esitetyt väittämät eivät mittaa enää oppilaitoksen yhteisöllisyyttä, vaan pikemminkin tarkastelevat opiskelijan yksinäisyyden ja syrjinnän kokemuksia. Yksinäiset opiskelijat olisi syytä löytää ja tarjota tukea, sillä yksinäisyys alentaa ihmisen hyvinvointia merkittävästi. Yksinäisyys on kuitenkin subjektiivinen käsite eli ihmisen omasta kokemuksesta riippuvaista. Robert Weissin (1973) yksinäisyysteorian mukaan yksinäisyys voi olla emotionaalista (läheisten ystävien puuttuminen) tai sosiaalista (ryhmään kuulumattomuus).

Näyttäisi siltä, että ystäviä on riittävästi suurimmalla osalla (73 %) opiskelijoista. Sukupuolten välillä on maltillinen ero, sillä naisista 13,7 prosenttia on vähintään eri mieltä siitä, että heillä on tarpeeksi ystäviä. Miesten vastaava osuus on 8,2 prosenttia. (KUVIO 3a.) Noin joka kymmenes opiskelija siis kokee, ettei hänellä ole tarpeeksi ystäviä.

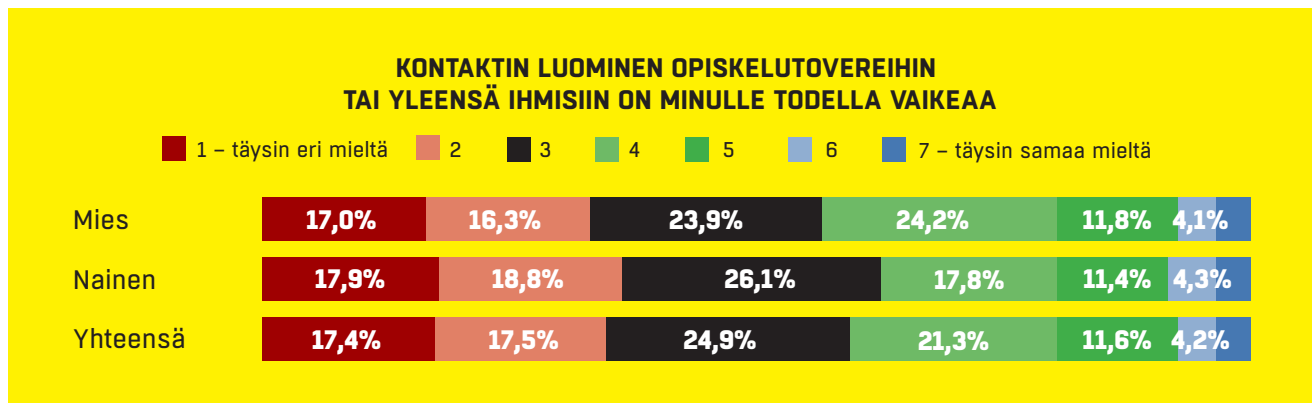
Ystävien saaminen ja yhteisöihin kiinnittyminen voi olla vaikeaa, jos sosiaaliset taidot ovat puutteelliset. Kontaktin luomista toiseen opiskelijaan tai toisiin ihmisiin pitää todella vaikeana noin viidenes opiskelijoista. Noin puolet opiskelijoista ei pidä kontaktin luomista opiskelutovereihin todella vaikeana. (KUVIO 3b.) Jos keskustelun avaus tai muiden ihmisten lähestyminen tuntuu niin vaikeal-

ta, ettei sitä edes yritä, niin sosiaaliset taidot eivät kehity tältä osin. Tämä voi aiheuttaa opiskelijalle ikävän kierteen.

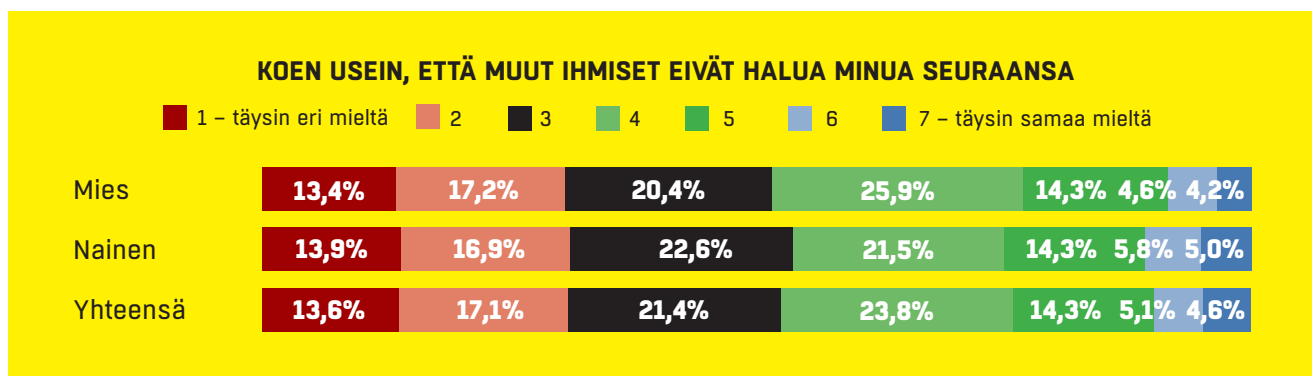
Syrjintää ja hylätyksi tulemista tutkittiin Nuorisobarometrissa (Myllyniemi 2014) ja siinä todettiin, että toistuva syrjintä on haitallisempaa kuin satunnainen syrjintä eli ihminen ei totu syrjintään. Tutkimuksessa huomattiin nuoren syrjintäkokemuksen olevan yhteydessä pahoinvointiin, turvattomuuteen, heikkoon sosiaaliseen luottamukseen ja tulevaisuuden uskoon. KUVIOSTA 3c nähdään, että Amisbarometrin mukaan noin joka neljäs opiskelija kokee usein, että ihmiset karttavat heidän seuraansa. 24 prosenttia ei ole samaa tai eri mieltä asiasta ja noin puolet opiskelijoista on eri mieltä asiasta. (KUVIO 3c.)



▲ KUVIO 3a. Ammattikouluopiskelijoiden tyytyväisyys ystävien määrään.



▲ KUVIO 3b. Ammattikouluopiskelijoiden kontaktin luominen toisiin opiskelijoihin ja ihmisiin.



▲ KUVIO 3c. Ihmisten karttamiskokemukset ammattikouluopiskelijoiden keskuudessa.

YHTEISÖLLISYYS AMMATTIKORKEAKOULUSSA

MONET korkeakoulut Suomessa pitävät yhteisöllisyyttä yhtenä tärkeimpänä arvoperustansa osana. Tässä selvityksessä ammattikorkeakouluopiskelijoiden yhteisöllisyyden tunnetta mitataan väittämällä ”Tunnen kuuluvani oman alani opiskelijoiden yhteisöön”, johon opiskelijat ovat vastanneet asteikolla täysin eri mieltä 1–7 täysin samaa mieltä. Lisäksi selvitetään opintojen vaiheen, mielenterveyden ja opintojen keskeyttämisen yhteyttä yhteisöllisyyden tunteeseen. Opiskelijabarometrissa (2016) esitettyyn kysymykseen on vastannut 724 miestä ja 1633 naista eli yhteensä 2249 AMK-opiskelijaa.

KUVION 4 perusteella suurin osa (62 %) opiskelijoista on vähintään samaa mieltä (asteikolla arvo 5) siitä, että kuuluu oman alansa opiskelijoiden yhteisöön. Miehistä 10 prosenttia on täysin samaa mieltä asiasta ja naisista 17 prosenttia. Naiset tuntevat yleisesti vahvempaa yhteisöllisyyden tunnetta kuin miehet ammattikorkeakoulussa. Rytkösen ja Saaren (2015) tekemän tutkimuksen mukaan tunne oman alan opiskelijayhteisöön kuulumisesta heikkenee opintojen edetessä. Opintojen alkuvaiheessa ollaan samassa veneessä muiden opiskelijoiden kanssa, mutta opintojen edetessä elämäntilanteet muuttuvat ja opinnot erikoistuvat, jolloin side opiskelijan opiskelijayhteisön välillä voi heikentyä.

KUVIOSSA 4 esitettyjen tulosten perusteella opiskelijat jaetaan kolmeen ryhmään yhteisöllisyyden tunteen perusteella: heikko yhteisöllisyys (arvot 1–3), kohtalainen (4) ja vahva yhteisöllisyys (5–7).

TAULUKOSSA 5 (sivulla 7) esitetään yhteisöllisyyden luokittelu ja ryhmiin kuuluvien miesten ja naisten prosenttiosuudet. Miehistä 28 prosenttia on heikossa yhteisöllisyyden ryhmässä ja naisista 22 prosenttia. Lisäksi opinnoista vähintään lukukauden mittaisen tauon pitäneet opiskelijat tuntevat heikompa yhteisöllisyyden tunnetta kuin ne opiskelijat,

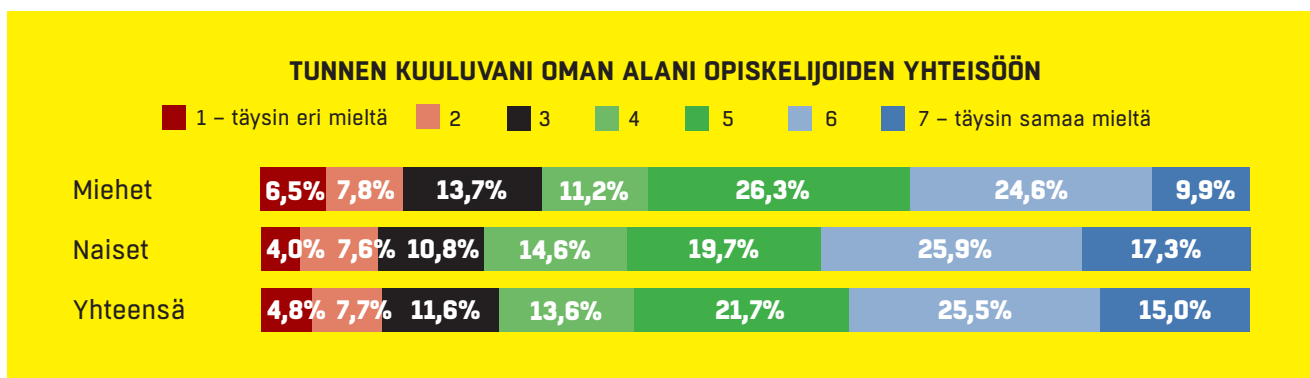
jotka eivät ole pitäneet taukoja ($p < 0,001$). Tauon pitäneistä opiskelijoista 32 prosenttia kuuluu heikko yhteisöllisyys -ryhmään ja vastaavasti tauotta opiskelleista 22 prosenttia tuntee heikkoa yhteisöllisyyttä.

AMK-opiskelijoiden yhteisöllisyyden tunteessa näyttäisi olevan alueellisia eroja. Itä-Suomessa 71 prosenttia opiskelijoista tuntee vahvaa yhteisöllisyyttä, mikä on alueista eniten. Alle 60 prosenttia tuntee vahvaa yhteisöllisyyttä Lapin ja Etelä-Suomen alueilla. Eniten heikkoa yhteisöllisyyttä tuntevia opiskelijoita on suhteellisesti Pohjois-Suomessa (28 %) ja Etelä-Suomessa (27 %). (**KUVIO 5**, sivulla 7).

Yhteisöllisyyden tunteella on melko selkeä yhteys masentuneisuuden ja alakulon tunteeseen. Heikoimmassa yhteisöllisyysryhmässä 56 prosenttia opiskelijoista oli tuntenut itsensä vähintään jossain määrin masentuneeksi tai alakuloiseksi viimeisen kahden viikon aikana. Kohtalaisessa yhteisöllisyysryhmässä 44 prosentilla oli ollut näitä tunteita vähintään jossain määrin ja vahvimmassa yhteisöllisyysryhmässä vastaavasti 32 prosentilla opiskelijoista. (**KUVIO 6**, sivulla 7.) Aikaisempien tutkimustulosten (Brugha et al. 2005) ja Opiskelijabarometrissa saatu tulosten valossa näyttää siltä, että yhteisöllisyyttä lisäämällä voidaan ehkäistä masentuneisuutta.

² Positiivisen mielenterveyden mittarista voi lukea lisää hankkeen mielenterveystietopakettissa, joka löytyy täältä: https://voimaaopiskeluun.diak.fi/wp-content/uploads/sites/7/2018/11/Diak_Voimaa_opiskeluun_Tietopaketti_opiskelijoiden_mielenterveydesta_18s_A4_271118.pdf.

Vahva yhteisöllisyys -ryhmän positiivisen mielenterveyden mittarin² keskimääräinen pistemäärä on suurempi kuin heikompien yhteisöllisyysryhmien pisteet (**TAULUKKO 6**, sivulla 7). Tämä tarkoittaa sitä, että vahvempaa yhteisöllisyyttä tuntevilla opiskeli-

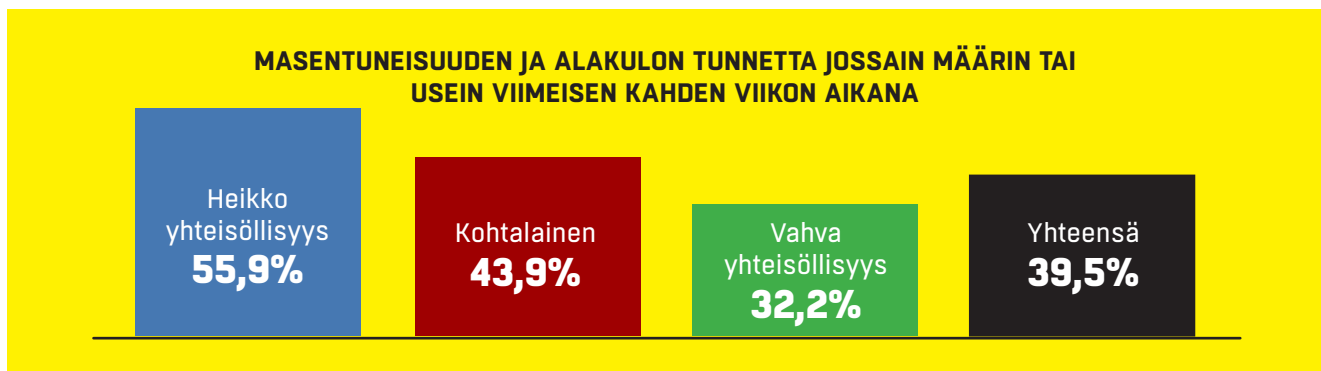
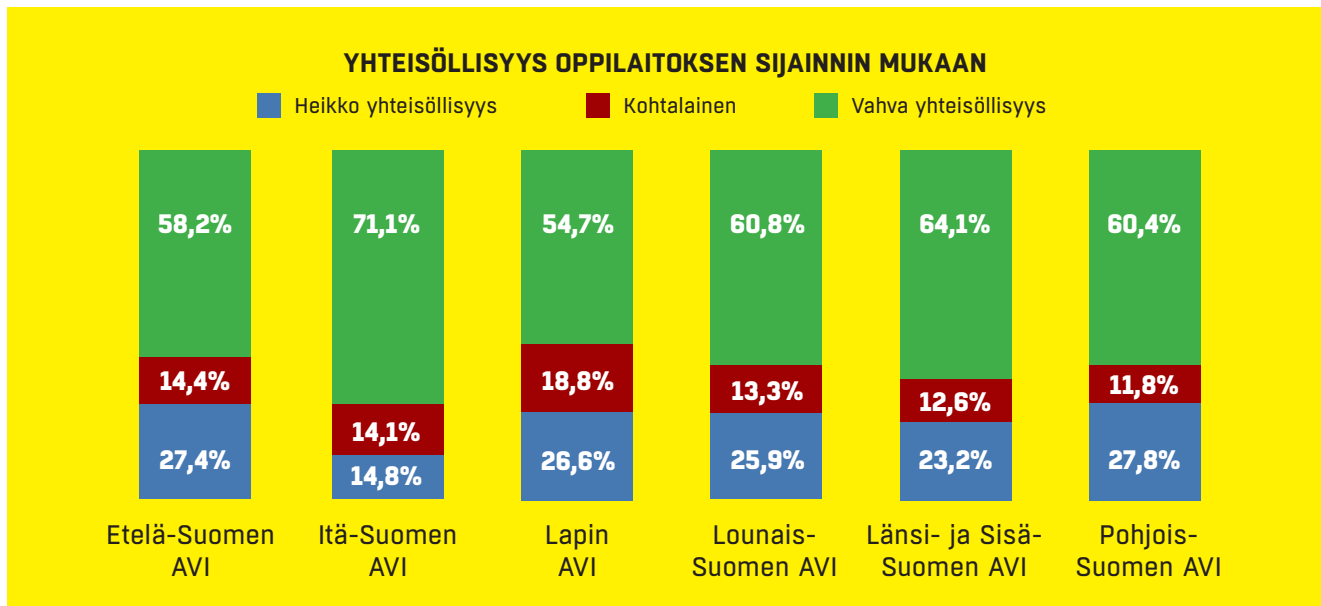


▲ **KUVIO 4.** Yhteisöllisyyden tunne AMK-opiskelijoiden keskuudessa sukupuolittain. Sukupuolten välillä on tilastollisesti merkitsevä ero (Mann-Whitney U-testi $p < 0,001$).

	HEIKKO YHTEISÖLLISYYS	KOHTALAINEN	VAHVA YHTEISÖLLISYYS	N*
Mies	28,1 %	11,2 %	60,7 %	724
Nainen	22,4 %	14,6 %	63,0 %	1633
Yhteensä	24,2 %	13,5 %	62,3 %	2357

▲ **TAULUKKO 5.** Yhteisöllisyyden tunne kolmessa kategoriassa sukupuolittain. Heikko yhteisöllisyys -ryhmä sisältää **KUVION 4** (sivulla 6) vastausvaihtoehdot 1-3, kohtalainen -ryhmä sisältää arvon 4 ja vahva yhteisöllisyys -ryhmä sisältää arvot 5-7. N* on painottamaton havaintojen määrä.

▼ **KUVIO 5.** Yhteisöllisyys oppilaitoksen sijainnin perusteella. Alueiden välillä on tilastollisesti merkitsevä ero ($p < 0,01$).

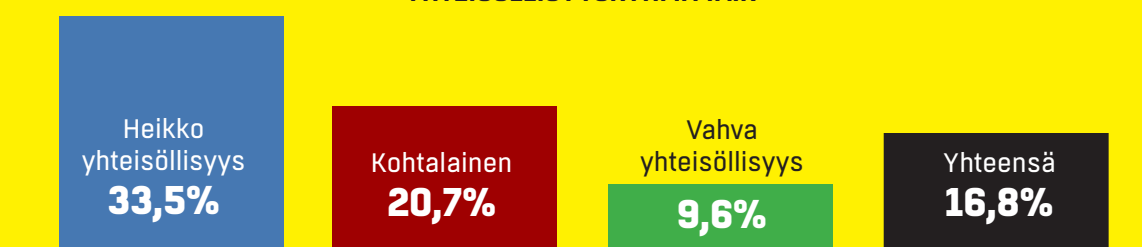


▲ **KUVIO 6.** Masentuneisuuden ja alakulon tunteen yhteys yhteisöllisyyteen AMK-opiskelijoiden keskuudessa. Erot yhteisöllisyysryhmien välillä ovat tilastollisesti merkitseviä ($p < 0,001$).

	SWEMWBS-keskiarvo (7-35)	Keskiahajonta	N*
Heikko yhteisöllisyys	21,8	3,6	565
Kohtalainen	22,8	3,2	338
Vahva yhteisöllisyys	23,9	3,2	1454
Yhteensä	23,2	3,4	2357

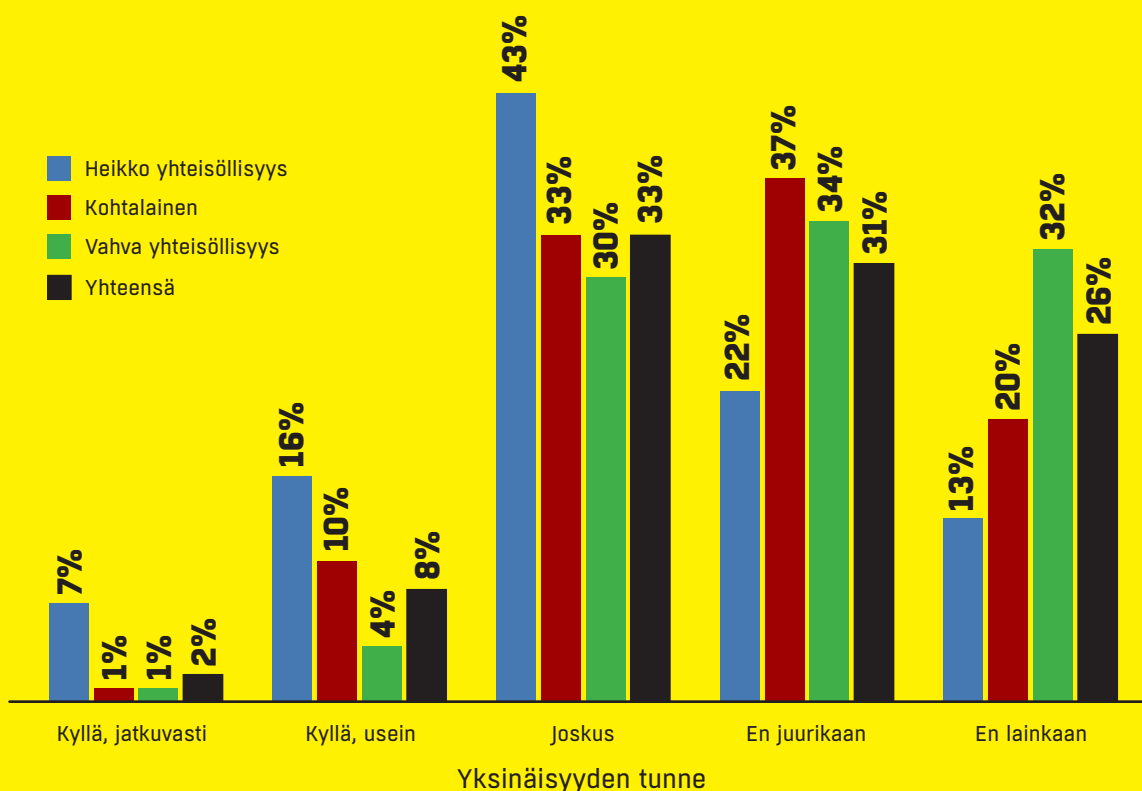
▲ **TAULUKKO 6.** Yhteisöllisyyden kokemuksen yhteys opintojen keskeyttämiseen. Ryhmien välinen ero on tilastollisesti merkitsevä ($p < 0,001$).

SUURESSA KESKEYTTÄMISVAARASSA OLEVIEN OSUUS YHTEISÖLLISYYSRYHMITTÄIN



▲ **KUVIO 7.** Keskeyttäminen ja yhteisöllisyys AMK-opiskelijoiden keskuudessa. Yhteisöllisyysryhmien väliset erot ovat tilastollisesti merkitseviä ($p < 0,001$).

OMAN ALAN OPISKELIJAYHTEISÖÖN KIINNITTYMINEN JA YKSINÄISYYDEN TUNNE



▲ **KUVIO 8.** Oman alan opiskelijayhteisöön yhteenkuulumisen tunne ja yksinäisyys. Yhteisöllisyysryhmien väliset erot ovat tilastollisesti merkitseviä ($p < 0,001$).

joilla on käytössään enemmän voimavaroja opiskeluun. Aikaisemmassa keskeyttämistietopakettissa (Reinikainen 2018) huomattiin, että opintojen keskeyttämisvaarassa olevilla opiskelijoilla on heikompi positiivinen mielenterveys kuin niillä opiskelijoilla, jotka eivät harkitse opintojen keskeyttämistä.

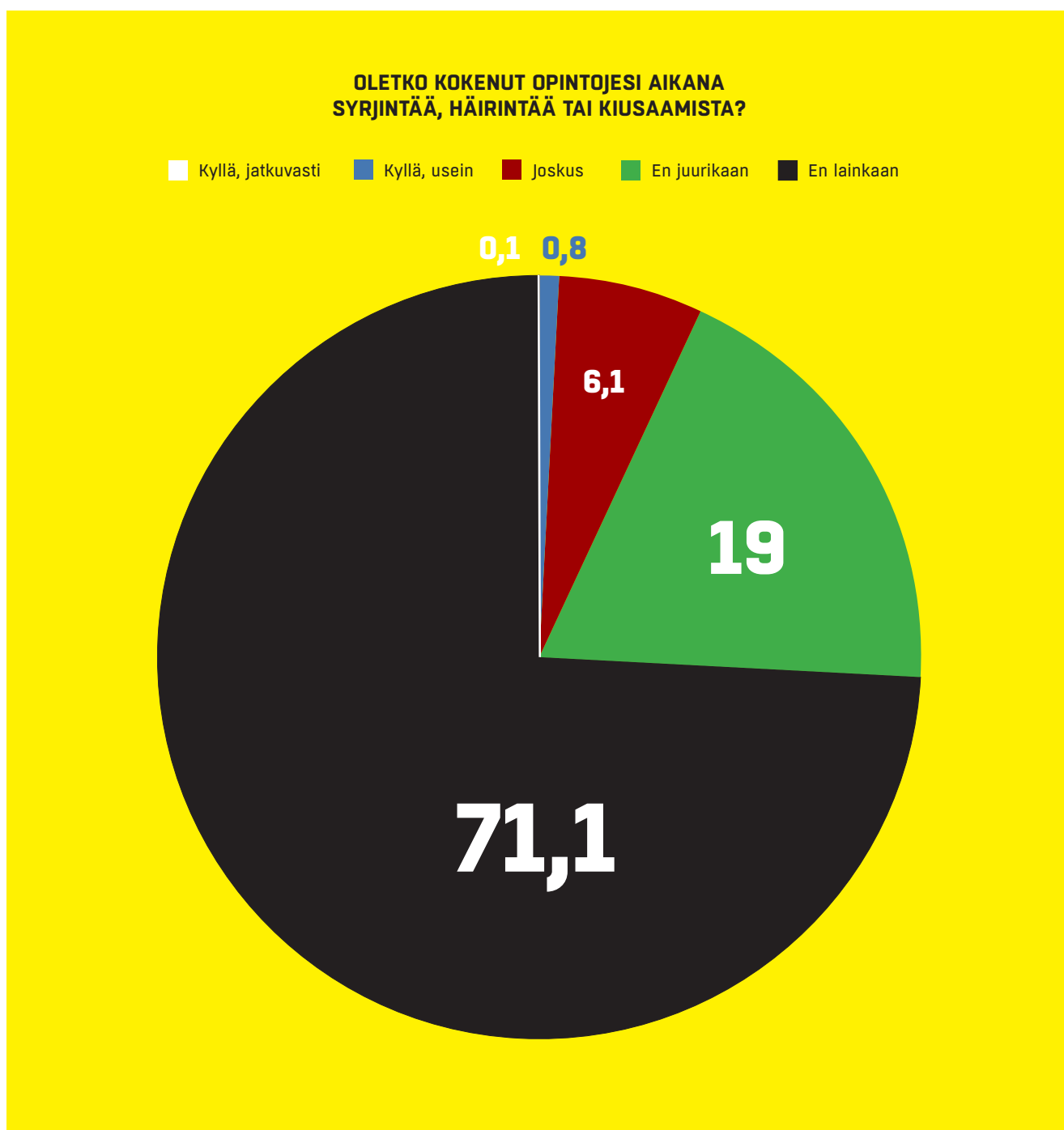
Opiskelijat jaettiin keskeyttämisalttiuden perusteella kahteen ryhmään, jotka ovat suuressa keskeyttämisvaarassa olevat ja pienessä keskeyttämisvaarassa olevat opiskelijat. **KUVIOSSA 7** on esitetty suu-

ressa keskeyttämisvaarassa olevien opiskelijoiden osuus yhteisöllisyysryhmittäin. Heikko yhteisöllisyysryhmässä 34 prosenttia opiskelijoista on suuressa keskeyttämisvaarassa ja vahva yhteisöllisyysryhmässä vastaavasti 10 prosenttia. Voidaan todeta opilaitoksen yhteisöllisyyden olevan tärkeä elementti keskeyttämisriskäisyydessä. (**KUVIO 7.**)

Oman alan opiskelijayhteisöön kiinnittyminen ja yksinäisyys yleisesti ottaen ovat yhteydessä toisiinsa. Heikointa yhteisöllisyyttä tuntevat kokevat

olevansa yksinäisempiä kuin muut opiskelijat. Myös kohtalaista yhteisöllisyyttä tuntevat opiskelijat kokevat useimmin yksinäisyyden tunnetta kuin vahvaa yhteisöllisyyttä tuntevat opiskelijat. Heikoimman yhteisöllisyysryhmän opiskelijoista noin 23 prosenttia tuntee usein tai jatkuvasti yksinäisyyttä ja vahvimman yhteisöllisyysryhmän opiskelijoista vain noin 5 prosenttia opiskelijoista. Yhteensä usein tai jatkuvasti itsensä yksinäiseksi tuntevia AMK-opiskelijoita on noin 10 prosenttia. **(KUVIO 8, sivulla 8)** Tutkimuksissa yksinäisyydellä on huomattu olevan merkittäviä vaikutuksia ihmisen psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin (Dussalt & Frenette 2014).

AMK-opiskelijoista jatkuvaa tai usein toistuvaa syrjintää, häirintää tai kiusaamista on kokenut yhteensä alle prosentti. Joskus syrjintää, häirintää tai kiusaamista on kokenut 6 prosenttia, ei juurikaan 19 prosenttia ja ei lainkaan 74 prosenttia. Syrjintä-, häirintä- ja kiusaamistilanne näyttää siis tämän suhteen melko hyvältä, sillä noin 93 prosenttia ei ole kokenut juurikaan tai lainkaan näitä asioita. Tietysti tilannetta voisi vielä parantaa, sillä jokainen kiusattu, syrjitty tai häiritty opiskelija on liikaa. **(KUVIO 9.)** Yhteisöllisyys todistetusti vähentää kiusaamista (Dussalt & Frenette 2014).



▲ **KUVIO 9.** Oletko kokenut opintojesi aikana syrjintää, häirintää tai kiusaamista?

YHTEENVETO

Yhteisöllisyys ja oppiminen eivät ole toisistaan erillisiä asioita, vaan oppilaitoksen yhteisöllisyyttä edistämällä voidaan edistää opiskelijoiden hyvinvointia, motivaatiota ja oppimista. Tässä tietopaketissa yhteisöllisyyttä lähestytään työpaikan yhteisöllisyysteorian (Burroughs & Eby 1998) ja yksinäisyysteorian (Weiss 1973) avulla. Toisen asteen ammatillisen koulutuksen oppilaitosten yhteisöllisyyttä selvitetään Amisbarometrin väittämistä muodostetulla yhteisöllisyysmittarilla. AMK-opiskelijoiden yhteisöllisyyden kokemuksen mittarina on tunne oman alan opiskelijoiden yhteisöön kuulumisesta. Lähestymistavat yhteisöllisyyden selvittämiseen ovat hieman erilaiset kahden tutkittavan koulutusasteen välillä.

AMMATILLINEN TOISEN ASTEEN KOULUTUS

AMMATTIKOULUISSA yhteisöllisyys on melko hyvällä tasolla, sillä 65 prosenttia ammattikouluopiskelijoista kokee, että oppilaitos on yhteisöllinen, 29 prosenttia kokee kohtalaista yhteisöllisyyttä ja vain 6 prosenttia opiskelijoista kokee yhteisöllisyyden heikoksi. Miesopiskelijat kokevat oppilaitoksen hieman yhteisöllisemmäksi paikaksi kuin naisopiskelijat. Alueellisesti oppilaitosten yhteisöllisyydessä on pieniä eroja.

Ammattikouluopiskelijoiden keskuudessa opintojen keskeyttäminen ja yhteisöllisyyden tunne ovat yhteydessä toisiinsa. Keskeyttämistä harkinneista opiskelijoista 21 prosentilla on ollut heikko yhteisöllisyyden tunne, kun valmistumiseensa uskovien vastaava osuus on 6 prosenttia. Yhteisöllinen oppimisympäristö edesauttaa opinnoissa jaksamista.

Koulu-uupumus on yhteydessä oppilaitoksen yhteisöllisyyden tunteeseen, sillä heikkoa yhteisöllisyyden tunnetta kokevat opiskelijat ovat uupuneempia,

kyynisempiä ja heillä on enemmän riittämättömyyden tunteita opintoja kohtaan kuin muilla opiskelijoilla.

Yksinäisyys on ihmisen omasta kokemuksesta riippuvaista. Positiivista on se, että ystäviä on riittävästi suurimmalla osalla (73 %) ammattikouluopiskelijoista. Kuitenkin kontaktin luomista toiseen opiskelijaan tai toisiin ihmisiin pitää todella vaikeana noin joka viides opiskelija. Lisäksi noin joka neljäs opiskelija kokee usein, että ihmiset karttavat heidän seuraansa.

AMMATTIKORKEAKOULUKOULUTUS

SUURIN osa (62 %) AMK-opiskelijoista tuntee kuuluvansa oman alansa opiskelijoiden yhteisöön. Naiset tuntevat yleisesti vahvempaa yhteisöllisyyden tunnetta kuin miehet ammattikorkeakoulussa. Tunne oman alan opiskelijayhteisöön kuulumisesta heikenee opintojen edetessä. Yhteisöllisyyden tunteessa on alueellisia eroja.

Yhteisöllisyyttä lisäämällä voidaan parantaa opiskelijoiden psyykkistä hyvinvointia. Yhteisöllisyyden tunne ja masentuneisuuden tunne ovat yhteydessä toisiinsa. Heikoimmassa yhteisöllisyysryhmässä yli puolet (56 %) opiskelijoista oli tuntenut itsensä vähintään jossain määrin masentuneeksi tai alaluiseksi viimeisen kahden viikon aikana, kun vahvimman yhteisöllisyysryhmän vastaava osuus on 32 prosenttia. Lisäksi vahvaa yhteisöllisyyttä tuntevilla opiskelijoilla on vahvempi positiivinen mielen-terveys kuin muilla opiskelijoilla.

Oman alan opiskelijayhteisöön kuulumisen tunne on tärkeä opintojen keskeyttämistä ehkäisevä asia. Heikoimmassa yhteisöllisyysryhmässä 34 prosenttia opiskelijoista on suuressa opintojen keskeyttämisvaarassa, kun vahvimmassa yhteisöllisyysryhmässä 10 prosenttia on suuressa keskeyttämisvaarassa.

Noin joka kymmenes AMK-opiskelija tuntee itsensä usein tai jatkuvasti yksinäiseksi. Heikointa yhteisöllisyyttä tuntevat kokevat myös olevansa yksinäisempiä kuin muut opiskelijat. Heikoimman yhteisöllisyysryhmän opiskelijoista noin 23 prosenttia tuntee usein tai jatkuvasti yksinäisyyttä ja vahvimman yhteisöllisyysryhmän opiskelijoista vain noin 5 prosenttia opiskelijoista. Yksinäisyyden tunteella on merkittäviä vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin.

Yhteisöllisyys vähentää kiusaamista niin työpaikoilla kuin oppilaitoksissakin. AMK-opiskelijoista jatkuvaa tai usein toistuvaa syrjintää, häirintää tai kiusaamista on kokenut yhteensä alle prosentti ja 74 prosenttia opiskelijoista ei kokenut lainkaan syrjintää, häirintää tai kiusaamista.



LÄHTEET

- Borroughs, S & Eby, L. 1998. Psychological sense of community at work: a measurement system and explanatory framework. *Journal of community psychology*: Vol 26 No. 6, 512.
- Brugha T., Weich S., Singleton N., Lewis G., Bebbington P., Jenkins R. & Meltzer H. 2005. Primary group size, social support, gender and future mental health status in a prospective study of people living in private households throughout Great Britain. *Psychological medicine*: Vol 35 No. 5, 705-714.
- Dussault, M., & Frenette, É. (2014). Loneliness and Bullying in the Workplace. *American Journal of Applied Psychology*, 2(4), 94-98.
- Hakkarainen, K. 2000. Oppiminen osallistumisen prosessina. *Aikuiskasvatus*: 20, 1-3.
- Koponen, P, Borodulin K., Lundqvist A. & Sääksjärvi, K. 2018. Terveystieteen ja hyvinvoinnin laitos. Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa: FinTerveys 2017 -tutkimus.
- Lampinen, M., Viitanen, E. & Konu, A. 2013. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus yhteisöllisyydestä työelämässä. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*: 50, 71-73.
- Lindfors, P. 2007. Tutkimuksia, kokemuksia ja ajatuksia yhteisöllisyyden terveysvaikutuksista. *Psykoterapia* 25(1), 21-37.
- Myllyniemi, S. 2014. Nuorisobarometri 2014: Enemmistöllä nuorista on syrjäytymiskokemuksia. <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/ajankohtaista/uutiset/415-2015-10-14-12-39-50>. Viitattu 24.1.2019.
- Reinikainen, R. 2018. Tietopaketti opintojen keskeyttämisestä. Opiskelun ja koulutuksen tutkimussäätiö Otus sr. Saatavana: https://voimaaopiskeluun.diak.fi/wp-content/uploads/sites/7/2018/11/Voimaa_opiskeluun_Tietopaketti_opintojen_keskeyttamisesta_final.pdf.
- Repo, S. 2010. Yhteisöllisyys voimavarana yliopisto-opetuksen ja -opiskelun kehittämisessä. Väitöskirja: Kasvatustieteellisiä tutkimuksia 228. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Rytkönen, M. & Saari, J. 2015. YKA: Yhteisö, kyky ja ammatti-identiteetti. Opiskelun ja koulutuksen tutkimussäätiö Otus ja Yhteiskunta-alan korkeakoulutetut ry 2015.
- Salmela-Aro, K. 2008. Koulu-uupumuksesta kouluuntoon. Jyväskylän yliopisto, 1-2.
- Weiss, R. S. (1973). Loneliness: The experience of emotional and social isolation. Cambridge, MA, US: The MIT Press.

VOIMAA OPISKELUUN!

voimaaopiskeluun.diak.fi



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

Diak

