

Kokemuksia opiskelijoiden monimuotoisesta kohtaamisesta

24.5.2024

Seinäjoen ammattikorkeakoulu haluaa tukea opiskelijan hyvinvointia monella eri tapaa. Näistä yksi on Opinnot ojennukseen -klinikka. Opinnot ojennukseen -klinikka on aloitettu korona-aikana. Koronan ensimmäisenä keväänä, vuonna 2020 ilmeni, että opiskelijat tarvitsevat lisätukea. Opiskelijat löysivät hyvin uuden palvelun pariin. Alkuun klinikan moniammatilliseen tiimiin kuuluivat ammatilliset erityisopettajat, korkeakoulupastori ja opintopsykologi, ja pian joukkoon liittyi myös Seinäjoen seurakunnan diakoniatyöntekijä. Kuraattoripalveluista tukea opintoihin -hankkeen aikana klinikan toimintaan osallistui myös kuraattori.

Moninaisten opiskelijoiden kohtaaminen

Opiskelija voi tulla klinikalle moninaisten asioiden kanssa. Hän voi olla väsynyt ja ahdistunut eivätkä opinnot etene. Opiskelija saa tulla paikalle sellaisena kuin on, kaikkien asioiden kanssa. Joskus kohtaaminen alkaa itkulla, joskus naurulla ja joskus opiskelijan verensokeri on niin alhaalla, että hänelle annetaan ensin suklaata.

Opiskelijoiden ongelmat voivat olla hyvin monitahoisia, joskus opiskelija haluaa vain neuvoa klinikalla esseen kirjoittamiseen, joskus voi olla kyseessä pitkän seurannan vaativa ongelmavyyhdin aukaisu. Opiskelijoiden yleistilannetta on tutkittu eri tutkimuksilla, mm. Eurostudent 2022, Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimus (KOTT) sekä Karvin tutkimuksilla. Opiskelijat kärsivät masennus- ja ahdistusoireista selvästi valtaväestöä yleisimmin (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021). Eurostudent-tutkimuksessa on saatu samankaltaisia tuloksia (Saari ym., 2023, s. 21). Erilaisten oppijoiden määrä on lisääntynyt, erilaisia tukitoimia oppimisessa tarvitaan entistä enemmän. Erilaisten oppijoiden määrästä ei ole selkeää tutkimustietoa, koska tätä tietoa ei tilastoida missään. Opiskelijarajapinnassa työskentelevillä on kuitenkin

selkeä näkemys oppimisen ongelmien lisääntymisestä. Karvin tutkimuksessa (Goman ym., 2021, s. 135) todettiin, että juuri oppimisvaikeuksisten tuen tarve kasvoi eniten korona-aikana.

Seinäjoen ammattikorkeakoulussa erilaisia tukitoimia saavat mm. lukivaikeuden omaavat opiskelijat, tarkkaavuuden ongelmista kärsivät, mielenterveyskuntoutujat sekä vamman tai sairauden perusteella erityisiä tukitoimia tarvitsevat. Opiskelijat, joilla on lukivaikeus, lienevät suurin joukko kaikissa korkeakouluissa, mielenterveysongelmia potevien opiskelijoiden joukko näyttää kasvavan vuosi vuodelta. Opiskelijat joutuvat jonottamaan terveydenhoidon avun piiriin pääsemistä, usein kohtuuttoman pitkään. YTHS on uutisoinut jo viime vuonna, että opiskelijoiden mielenterveyspalveluiden kysyntä on kolminkertaistunut viimeisen kolmen vuoden aikana (YTHS, 2023). Tällöin opiskelua ja elämää kannatteleva tuki on erityisen tärkeää.

Opinnot ojennukseen -klinikalla tulee opiskelijoita kaikista tutkinto-ohjelmista, alempaa sekä ylempää tutkintoa opiskelevien joukosta, monimuoto-opiskelijoista sekä ns. päiväpuolelta. Kenellä tahansa voi olla ongelmia opintojen suorittamisessa väsyneenä tai jos on tehnyt liikaa töitä opintojen ohella. Klinikalla mietitään yhdessä, voisiko taustalla olla oppimisvaikeus tai muu oppimiseen vaikuttava asia.

Kunnioittaminen ja todellisuuden rakentaminen

Klinikalla opiskelija kohdataan kokonaisvaltaisesti ja keskiössä on hänen oman toimijuutensa vahvistaminen. Kun opiskelija tulee klinikalle, hänet toivotetaan tervetulleeksi ja pyydetään istumaan. Tämän jälkeen lähdetään avaamaan avointa keskustelua esimerkiksi kysymyksellä: ”Miten voimme auttaa?”. Sitten kuunnellaan ja kysellään, paneudutaan ja vastataan.

Perheterapeutti Pekka Holm (2020, s. 39) avaa Mihail Bahtinin käsitystä vastaamisesta. Holm selventää vastaamisen merkitsevän kytkeytymistä, tarttumista toisen sanoihin ja keskustelua niistä, kysymistä lisää. Silloin kysyjä auttaa toista yhdessä ymmärtämään itseään, omia ajatuksiaan ja merkityksiään. Holm korostaa sitä, että sillä on väliä, miten ihmiset itse ymmärtävät todellisuutta. Hän uskoo, ettei voi kokea tai ymmärtää sitä aivan samoin kuin toinen.

Professori Jaakko Seikkula (2020, s. 49–51) kuvaa kokonaisvaltaista kohtaamista seuraavasti: ”Ihmiset kytkeytyvät toisiinsa ihmisen mielen rakentamiseksi. Tämän virrankaltaisen prosessin hallitsemiseksi toisiinsa kytkeytyminen tapahtuu koko ajan herkeämättä useilla eri tavoilla vuorovaikutuksen aktiivisina toimijoina koko ruumiilla ja kaikilla teoilla”. Seikkula selventää ruumiillista vuorovaikutusta Vygotskyn ajattelussa. Hän toteaa, että sovittaudumme vuorovaikutuksessa toistemme kanssa niin, että omat ruumiintoimintomme alkavat sulautua keskenään. Näiden reaktioiden kautta pääsemme tutuiksi tunteistamme. Seikkula (2022, s. 211) toteaa: ”Kaiken keskiössä on toisen kärsivän kunnioittaminen ehdoitta ja sellainen kunnioitus voi auttaa kohtaamisen syntymistä”.

Arvostava kohtaaminen kumpuaa toisen kunnioittamisesta. Sosiologi Richard Sennet (2004, s. 69) pohtii, että kunnioittaminen on olennainen osa sosiaalisia suhteitamme ja itseämme. Hän esittää, että kunnioitus on sosiaalisesti ja psykologisesti monimutkainen asia ja päättelee, että sen seurauksena muiden huomioon

ottaminen on vaativaa ja vaikeaa. Sennet (mts. 17) arvioi epäkunnioittavuuden voivan olla yhtä satuttavaa kuin suorat loukkaukset; toiselle ihmiselle ei anneta arvoa, eikä hän tule nähdyksi ihmisenä, jonka olemassaololla on merkitystä.

Opiskelijan kokonaisvaltaiseen kohtaamiseen liittyy myös se, että kohtaamien tapahtuu juuri siinä hetkessä, läsnä ollen. Professori Daniel Stern (2004, s. 13) painottaa, että oleellisinta on juuri ajatus läsnäolosta (presentness). Stern alleviivaa, että ensimmäinen askel kokemuksen ymmärtämisessä on tutkia ja ymmärtää hetkeä, jossa ollaan (present moment).

Puhuminen ja keskusteleminen

Sosiaalipsykiatrian professori Tom Andersen (1991, s. 166) opettaa meitä ymmärtämään, että puhuminen on paljon enemmän kuin informointi. Andersen kuvaa, että puhe toki sisältää informointia, mutta se on myös jotain perustavampaa: puhumisen kautta ihminen etsii vertauskuvia, joilla hän voi parhaiten ilmaista itseään, ymmärrystään ja mielipiteitään.

Andersen (2022, s. 119–120) on laatinut yksinkertaistetun ohjeen keskustelulle, jonka tarkoituksena on analysoida ja löytää ratkaisu psyykkiseen ongelmaan. Tässä sitä on sovellettu kuvaukseksi opiskelijan kanssa käytävästä keskustelusta:

- Keskustelun lähtökohta on opiskelijan käsitys todellisuudesta.
- Minkä ongelman kanssa opiskelija tulee vastaanotolle.
- Kenen ongelmasta on kyse.
- Mitä opiskelija tai joku lähipiiristä on jo tehnyt asialle tai tilanteelle.
- Vältetään tulkintaa ja moralisointia.
- Myötäillään, jos keskustelussa ilmenee vastarintaa. Jos taistelet vastaan, lisäät vastarintaa, sillä vastarinnan tavoitteena Andersenin mukaan on tehdä auttaja tehottomaksi.

Moniammatillinen yhteistyö

Opiskelija hyötyy moniammatillisuudesta, sillä hänen ei tarvitse miettiä kuka työntekijöistä asiaa hoitaa. Hän saa avun yhdestä paikasta. Moniammatillinen yhteistyö antaa paljon, myös työntekijöille. Se opettaa näkemään opiskelijan tilannetta eri näkökulmista ja avaa keskustelun kautta uusia ratkaisumahdollisuuksia ongelmaan tai huoleen. Uusien asioiden ja ratkaisutapojen oppiminen tulee erilaisten kohtaamisten kautta, miten eri asiantuntijat hahmottavat opiskelijan tilannetta, mistä näkökulmasta he lähtevät avaamaan solmua. Isoherranen (2008, s. 76) on kuvannut tätä prosessia mielen malien (skeemojen) kautta. ”Moniammatillisessa yhteistyössä juuri nämä erilaiset mielen mallit, tavat hahmottaa ja tulkita asiakasta eri mielen mallien kautta, tuo lisänäkökulmia ja tietoa eri asiantuntijuusalueilta.” (Mts. 77)

Hyvin haastavien ongelmien edessä moniammatillinen yhteistyö myös tukee jaksamista. Keskustelun kautta voidaan tuoda asiaan monta auttavaa kättä ja toimintatapaa.

Mönkkönen ja Kekoni (2020, s. 235) kertovat, että moniammatillinen tapa toimia saattaa edistää niin asiakastyön hallintaa kuin työntekijän hyvinvointia. He pohtivat, että asioiden kuormittavuus vähenee ja työntekijän oma osaaminen rikastuu, kun asioita jaetaan työntekijöiden kesken.

Vaikeista tilanteista keskustellaan yhdessä ja konsultoidaan tarvittaessa asiasta enemmän tietävää. Koska klinikalla on monta työntekijää, voidaan opiskelija akuuteissa tapauksissa saattaa ensiavun piiriin. Lisäksi työntekijät saavat klinikan kautta käsityksen yleisestä opiskelijoiden tilanteesta, ongelmakohdista ja tapahtumista. Myös ryhmänohjaajat ja opinto-ohjaajat voivat ohjata opiskelijoita klinikalle ja sitä kautta avun piiriin.

Opinnot ojennukseen -klinikan kehittäminen

Klinikkaa on kehitetty ja kehitetään tarvelähtöisesti. Vuoden 2023 syksyllä klinikan joukkoon liittyi Kelan palveluasiantuntija. Hänen palvelunsa on tarkoitettu niille opiskelijoille, joiden asiat vaativat moninaista selvittelyä. Klinikan tiimi kasvoi entisestään vuoden 2024 alkupuolella, kun mukaan tuli YTHS:n terveydenhoitaja. Hän on opiskelijoiden tavattavissa joka toinen viikko, vuorotellen Kelan palveluasiantuntijan kanssa. Hän keskustelee opiskelijoiden kanssa terveyden ja hyvinvoinnin asioista ja antaa tietoa YTHS:n palveluiden sisällöstä. Lisäksi hän ohjaa opiskelijaa tarvittaessa muiden palvelujen pariin.

Uusien toimijoiden mukaantulo on tuonut lisää asiantuntemusta joukkoon, ja samassa tilassa toimiminen mahdollistaa välittömän ja vaivattoman konsultaation eri toimijoiden kesken.

Klinikan tulevaisuus

Tulevaisuudessa tulee miettiä opiskelijoille lisäaikoja klinikalle, koska tulijoita on paljon. Myös tiedottamista on kehitettävä, kuinka saada opiskelijoille ja henkilökunnalle tieto palveluista ja mahdollisuuksista. Klinikan toimintaa pohditaan ja arvioidaan kriittisesti sen toimijoiden kautta ja pyritään kehittämään ja tarvittaessa muuttamaan toimintamalleja.

Anne-Mari Maunumaa
opintopsykologi, perhe- ja paripsykoterapeutti
SeAMK

Pia-Mari Riihilahti
amm. erityisopettaja, lehtori
SeAMK

Lähteet

Andersen, T. (1991). Reflections on the Book two years later. Teoksessa T. Andersen (toim.), *The Reflecting Team: Dialogues and Dialogues About the Dialogues* (s. 157–167). Norton.

Andersen, T. (2022). Reflektiivisestä ryhmästä ja prosessista. Teoksessa M. Hald, B. Karlsson, & R. Sundet toim.), *Matkantekoa ja käännekohtia: Kirja dialogisesta vuorovaikutuksesta ja kosketetuksi tulemisesta sekä psykiatrian toimintatapojen muutoksesta* (J. Alakulppi, & M. Lohva, kääntt., s. 103–124). Kuva ja Mieli.

Goman, J., Huusko, M., Isoaho, K., Lehikko, A., Metsämuuronen, J., Rumpu, N., Seppälä, H., Venäläinen, S., & Åkerlund, C. (2021). *Poikkeuksellisten opetusjärjestelyjen vaikutukset tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden toteutumiseen eri koulutusasteilla* (Julkaisut 8:2021). Kansallisen koulutuksen arviointikeskus Karvi.

Holm, P. (2020). Elämä on dialogia ja vastaamista. *Ratkes 26(3–4)*, 37–40.

Isoherranen, K. (2008). Vuorovaikutuskulttuuri muutoksessa. Teoksessa K. Isoherranen, L. Rekola, & R. Nurminen, *Enemmän yhdessä: moniammatillinen yhteistyö* (s. 49–83). WSOY.

Mönkkönen, K., & Kekoni, T. (2020). Monitoimijaisuus työntekijän voimavarana ja haasteena. Teoksessa A. Hujala, & H. Taskinen (toim.), *Uudistuva sosiaali- ja terveysala* (215–240). Tampere University Press.

Saari, J., Koivuranta, S., & Nevalainen, E. (2023). *Eurostudent VIII: Opiskelijatutkimus 2022* (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2023:34). Opetus ja kulttuuriministeriö.

Seikkula, J. (2020). Dialogi on ruumiillista synkroniaa. *Ratkes 26(3–4)*, 48–54.

Seikkula, J. (2022). *Dialogi parantaa – mutta miksi?* Kuva ja Mieli.

Sennet, R. (2004). *Kunnioitus eriarvoisuuden maailmassa* (K. Koskinen, käänt.). Vastapaino.

Stern, D. N. (2004). *The Present Moment in Psychotherapy and Everyday Life.* Norton.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (13.12.2021). *Korkeakouluopiskelijoiden mielenterveys, elintavat ja opiskeluryhmään kuuluminen: KOTT 2021-tutkimuksen tuloksia*. [PowerPoint-esitys]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL. https://thl.fi/documents/155392151/190160002/KOTT2021-tutkimuksen+perustulokset.pdf/db343de6-25d0-0964-42a9-ffe268d9932d/KOTT2021-tutkimuksen+perustulokset.pdf?t=1639369139813

YTHS. (4.5.2023). *Opiskelijoiden mielenterveyspalvelujen kysyntä on kasvanut – RELEX Säätiö ja Heltti lahjoittavat lyhytterapiajaksoja YTHS:lle.* https://www.yths.fi/ajankohtaista/2023/opiskelijoiden-mielenterveyspalvelujen-kysynta-on-kasvanut-relex-saatio-ja-heltti-lahjoittavat-lyhytterapiajaksoja-ythslle/