



### **SPOL ry:n kannanotto opintopsykologin puuttumisesta Jyväskylän yliopistossa**

Jyväskylän yliopistossa on jo vuosia ollut tilanne, ettei yliopistolla työskentele yhtäkään opintopsykologia. Tämä tilanne on aiheuttanut huolta Suomen Psykologian Opiskelijain Liitossa, sillä jokaisella korkeakouluopiskelijalla on oikeus opintopsykologin tarjoamiin palveluihin ja keskusteluapuun. Psykologiliitto onkin tehnyt linjauksen, jonka mukaan jokaisella yliopistolla tulisi työskennellä opintopsykologeja, jotta opiskelijat saisivat tarkoituksenmukaista ja parasta mahdollista apua opiskeluun ja opiskelijan elämään liittyvissä huolissa ja ongelmissa.

Yliopiston ylläpitämä hyvis-toiminta on tärkeää, mutta se ei riitä korvaamaan opintopsykologin työnkuvaa. Vaikka hyvikset ovat saaneet koulutuksen opiskelijoiden huolien kohtaamiseen, eivät nämä taidot korvaa psykologian maisteritutkinnon suorittaneen ammattilaisen tietotaitoa, joka kaiken lisäksi toimisi tehtävässään päätoimisesti. Lisäksi suurimmalla osalla laitoksista ei hyväksenä työskentele henkilöä, jolla olisi yhtä hyvä pohjakoulutus sellaisten ongelmien kohtaamiseen, joiden parissa opintopsykologi työskentelee. Opintopsykologilla olisikin ainutlaatuista tietämystä ihmisen kokonaisvaltaisesta kehityksestä ja hyvinvoinnista, minkä takia opiskeluun liittyvissä huolissa ja haasteissa opintopsykologi olisi paras henkilö toimimaan. Tästä syystä olisi tärkeää, että hyvis-toiminnan ohella opiskelijoilla olisi mahdollisuus saada myös opintopsykologin palveluja.

## **Miksi opintopsykologi on tärkeä?**

Opintopsykologian sovellusala on syntynyt korkeakoulujen tarpeesta saada psykologin ammatillista osaamista vahvistamaan korkeakouluissa tehtävää ohjaustyötä ja kehittämään korkeakoulun käytäntöjä tukemaan sujuvaa opiskelua. Opintopsykologin työ palveleekin korkeakoulun perustehtävää. Tavoitteena on edistää korkeakouluopiskelijoiden opiskelukykyä, hyvinvointia ja mielenterveyttä, tukea valmistumista ja työelämään siirtymistä sekä ennaltaehkäistä koulutuksesta ja työelämästä syrjäytymistä. Organisaation näkökulmasta opintopsykologin työ tukee opintojen läpäisyä ehkäisemällä viivästymisiä ja epätarkoituksenmukaisia keskeytyksiä.

Opintopsykologin palvelujen lisäämistä korkeakouluissa on vahvasti suositeltu mm. Opetusministeriön selvityksessä ”Ei paikoillanne- vaan valmiit, hep!” (2010) sekä opiskelijajärjestöjen kannanotoissa (SYL, JYY, SAMOK, SPOL).

Korkeakouluopiskelu on vaativaa ja edellyttää hyvää opiskelukykyä. Opiskelukyvyn käsite voidaan rinnastaa paljon tutkittuun työkyvyn käsitteeseen, jolloin se muodostuu opiskelijan henkilökohtaisista voimavaroista, opiskelutaidoista, opiskeluympäristöstä sekä lisäksi vielä opetus- ja ohjaustoiminnasta. Vaikka korkeakouluopiskelijat useimmiten hallitsevatkin hyvin opiskelussa vaadittavia taitoja, näitä ei saa pitää itsestäänselvyytenä, vaan opiskelua on tuettava koko opiskelun ajan. Opiskelukykyä suojaavana tekijänä voidaan nähdä erilaiset opiskelun ohjauspalvelut, joiden tulisi kattaa monipuolisesti ohjausta erilaisiin opiskelun ongelmiin ja opiskelijan elämän pulmakohtiin. Merkittävä osatekijä näissä palveluissa on opintopsykologin työ.

Korkeakouluopiskelijat kohtaavat usein siirtymävaiheen muutoksia. Opintopsykologin vastaanotolla pohditaan esimerkiksi itsenäistymiseen ja työelämään liittyviä kysymyksiä. Opiskelijat voivat kohdata vaikeuksia tavoitteiden asettamisessa tai jollakin opiskelukyvyn osa-alueella. Nämä teemat ovat tyypillisiä opintopsykologin kanssa tarkasteltavia asioita. Vastaanotolla voidaan käsitellä erilaisia opiskelutekniikoita, opintojen suunnittelua tai esimerkiksi toimintatapoja erilaisiin oppimisvaikeuksiin liittyen. Myös opiskeluyhteisöön liittyvät teemat ovat tärkeitä. Opiskelun onnistumisen kannalta on merkittävää, kuinka hyvin opiskelija on integroitunut ympäristöönsä, kuten muihin opiskelijoihin sekä laitoksen opettajiin ja henkilökuntaan.

## **Mitä opintopsykologi tekee?**

Tunnetuin osa opintopsykologin työstä on suoraa opiskelijoihin kohdistuvaa asiakastyötä. Yksilöohjauksen työskentelymuodot ovat monipuolisia. Opintopsykologi toteuttaa ohjausta ja neuvontaa sekä lyhytinterventioita soveltuvilla psykologin työskentelymenetelmillä. Opintopsykologi voi toteuttaa myös pienryhmäohjausta ja moniammatillista verkostotyötä

niiden ollessa soveltuva työtapo opiskelijan tarpeeseen. Opiskeluhyvinvoinnin edistämiseen liittyvä koulutus- ja neuvonta (psykoedukaatio) on yksi käytetty työskentelymuoto. Opintopsykologi voi tehdä opiskelijan tukemiseksi myös psykologisia arvioita tarpeen mukaan ja käyttää tässä hyväksi soveltuvin osin psykologin arviointimenetelmiä.

Opintopsykologipalveluja käyttävät opiskelijat hakevat apua monenlaisiin vaikeuksiin, ja usein opiskelijan kanssa työskennellään opintojen ohjauksen ja mielenterveystyön rajapinnoilla. Tyypillisiä yhteydenottoja ovat opiskelun etenemiseen, jaksamiseen ja motivaatioon liittyvät vaikeudet. Opiskelijoilla voi olla puutteita opiskelutaidoissa, itseohjautuvuudessa, tavoitteiden asettamisessa ja ajankäytössä tai heillä voi olla erityisiä oppimisvaikeuksia tai muita esteettömyyteen liittyviä erityistarpeita. Apua kaivataan myös sosiaalisten ja vuorovaikutuksellisten taitojen kehittämisessä, esimerkiksi ryhmätyötaitojen tukemisessa ja esiintymisjännityksen lievittämisessä. Usein opiskelun vaikeuksia tulee esille siirtymävaiheissa kuten opintojen alussa tai loppuun saattamisessa. Elämäntilanteiden muutokset, ammatilliseen kasvuun liittyvät pohdinnat sekä terveyden ja mielenterveyden haasteet voivat myös vaikuttaa opiskeluun.

Opintopsykologi tekee monipuolista yhteistyötä opettajien, opintojen ohjauksen muiden toimijoiden, opiskelijakunnan ja opiskeluterveydenhuollon kanssa. Opintopsykologi voi olla mukana erilaisissa moniammatillisissa työryhmissä ja verkostoissa. Näistä esimerkkejä ovat opiskeluhyvinvointiryhmät, opintojen ohjaukseen ja opetuksen kehittämiseen liittyvät työryhmät sekä korkeakoulun turvallisuus- ja kriisiryhmät. Verkostoituminen eri sidosryhmien kuten terveydenhuollon, opiskelijakunnan ja muiden korkeakoulujen opintopsykologien kanssa on tärkeää. Lisäksi työhön voi kuulua tiedotus- ja vaikuttamistoimintaa. Opintopsykologi tukee opettajien ja muun korkeakoulun henkilökunnan työskentelyä ja ohjausosaamista esimerkiksi koulutuksen, konsultaation ja työhohjauksen keinoin. Tätä kautta opintopsykologin työ lisää välillisesti esimies-, opetus- ja ohjaushenkilökunnan työhyvinvointia ja jaksamista.

### **Miksi nimenomaan opintopsykologi?**

Psykologin koulutus ja ammattitaito tuo korkeakoulujen ohjauksen kokonaisuuteen osaamista mielenterveyteen ja psyykkiseen hyvinvointiin liittyvien kysymysten käsittelyyn osana opiskelu- ja opetustoimintaa. Psykologilla on mahdollisuus arvioida opiskelussa esiin tulevien mielenterveyskysymysten kohdalla hoidon tarvetta, ohjata tarvittaviin mielenterveyspalveluihin ja tukea kuntoutumista osana opiskelutoimintaa. Psykologin koulutuksen neuro-kognitiiviset valmiudet mahdollistavat sen, että opintopsykologi voi tukea oppimisvaikeuksissa ja hänellä on valmiuksia arvioida tarvittavia tukitoimia esteettömän opiskelun toteutumiseksi. Luottamuksellisuus ja terveydenhuollon ammattihenkilön etiikka ja lait turvaavat asiakastyön laadun. Psykologin osaamista ja tieteenalan tutkimustietoa hyödynnetään organisaatiossa, kun tunnustetaan opiskeluhyvinvoinnin edistämisen

mekanismeja ja vahvistetaan niitä. Psykologian vahvuuksiin kuuluu monipuolinen tiedonmuodostus sekä luonnollisista ”terveistä” prosesseista, että vikaan menevistä ”dysfunktionaalista” prosesseista. Opintopsykologeilla onkin mahdollisuus olla rakenteisiin vaikuttavassa roolissa korkeakoulutuksen kehittämisessä.

Näiden edellä mainittujen syiden pohjalta vaadimme, että Jyväskylän yliopistoon palkataan opintopsykologeja takaamaan entistä paremmin opiskelijoiden hyvinvoinnin ja psyykkisen jaksamisen toteutuminen.

Opintopsykologipalvelujen tarjoaminen tukisi vahvasti myös Jyväskylän yliopiston strategiaa ”Osaava ja hyvinvoiva ihminen“. Opintopsykologin ammattitaidon avulla tuettaisiin opiskelijoiden hyvinvointia ja opiskelua entistä paremmin, sillä opintopsykologi auttaa yksilöitä niin preventiivisellä tasolla kuin myös tarjoamalla apua jo ilmenneisiin haasteisiin. Opintopsykologilla on valmiudet tarjota apua sekä hyvinvointiin että opiskeluun ja esimerkiksi opiskelutaitoihin liittyvissä asioissa. Opintopsykologin tarjoamien palvelujen avulla osaava, luova ja hyvinvoiva yliopistoyhteisö toteutuisikin entistä vahvemmin käytännön tasolla.

Suurin osa Suomen yliopistoista tarjoaa jo opintopsykologin palveluja opiskelijoilleen. Esimerkiksi Aalto-yliopistolla on seitsemän opintopsykologia, Helsingin yliopistolla yksitoista, Tampereen yliopistolla kolme, Turun yliopistossa neljä, Itä-Suomen yliopistolla kaksi, Vaasan yliopistossa yksi, Åbo Akademiassa yksi ja Oulun yliopistolla kaksi opintopsykologia sekä yksi opintopsykologiharjoittelija. Palkkaamalla opintopsykologeja Jyväskylän yliopisto näyttäisikin muiden edellä mainittujen yliopistojen rinnalla panostavansa suuresti opiskelijoiden psyykkiseen hyvinvointiin ja esiintyisi opiskelijoille ja potentiaalisille hakijoille yliopistona, jossa opiskelijoiden laaja-alainen terveys on etusijalla.

Opintopsykologien määrä tulee suhteuttaa korkeakoulun opiskelijamäärään. Ei ole suositeltavaa, että missään olosuhteissa yksi opintopsykologi olisi vastuussa yli 4000:n opiskelijan opintopsykologipalvelujen toteuttamisesta. SAMOKin suosituksen (2012) mukaisesti yhtä opintopsykologia kohden tulee olla korkeintaan 2000 opiskelijaa.

*Suomen Psykologian Opiskelijain Liitto ry,*

sekä muut tukijat

*Keski-Suomen Psykologiyhdistys ry  
Jyväskylän Yliopiston Ylioppilaskunta  
Svenska Klubben ry  
Trioli ry*

*Sputnik ry*

*Emile ry*

*Tiltti ry*

*Nefa-Jyväskylä ry*

*Jyväskylän yliopiston kemistit ry*

*Mephisto ry*

*Syrinx ry*

*Stimulus ry*

*Dumppi ry*

*Corpus ry*

*Fokus ry*

*Viito! ry*

