

Opintopsykologipalvelut – jokaisen opiskelijan oikeus ja korkeakoulun velvollisuus

Suomen psykologian opiskelijain liitossa (SPOL ry) huomattiin, että vaikka opintopsykologien määrä korkeakouluissamme on ilahduttavasti lisääntynyt, vielä löytyy yliopistoja, joissa opintopsykologia ei ole. Kiinnostuimme opintopsykologipalveluiden olomassaolosta ja toimivuudesta Suomen yliopistoissa. Itse opiskelijoina ja toisaalta myös psykologian alan tulevana ammattilaisina koimme asian tärkeäksi. Haastattelimme Helsingin, Turun ja Tampereen yliopistojen sekä Åbo Akademin opintopsykologeja, ja kysyimme heiltä mielipiteitä opintopsykologien tilanteesta korkeakouluissa.

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.

Opintopsykologin työnkuvan voisi ajatella koostuvan yksityisvastaanotosta, jossa psykologi tapaa opiskelijoita ja keskustelee heidän kanssaan opintoihin liittyvistä ongelmista. Tämä on toki tärkeä osa työnkuvaa, mutta työ pitää sisällään myös paljon muuta. Opintopsykologi toimii usein asiantuntijatehtävissä, joissa hän kouluttaa opettajia ja muuta henkilökuntaa. Esimerkiksi haastattelemamme Tampereen yliopiston opintopsykologi totesi, että hänen työnkuvassaan painottuu juuri ennaltaehkäisevä työ ja erilaiset koulutus- ja työryhmätehtävät, vaikka työskentelymuotoina ovat myös yksityisvastaanotto ja ryhmätyöskentely opiskelijoiden kanssa. Turun yliopiston opintopsykologin mukaan opiskelijat käyvät hänen yksityisvastaanotollaan keskimäärin kolme kertaa ja yleistä on, että näiden tapaamisten aikana käsitellään motivaatio-ongelmia ja masennusoireita, jotka ovat

yleisiä tekijöitä takkuavien opintojen taustalla. Turun opintopsykologi mainitsee myös, että opintopsykologit vetävät usein erilaisia ryhmiä, esimerkiksi jännittäjille, opintojen kanssa jämähtäneille tai gradun kanssa taisteleville opiskelijoille. Tampereen opintopsykologi painottaa sitä, että isossa yliopistossa yksi opintopsykologi ei yksilövastaanoton muodossa pysty vastaamaan kaikkeen opintopsykologisen ohjauksen tarpeeseen, minkä takia ennaltaehkäisevä työ painottuukin enemmän. Myös Helsingin yliopiston opintopsykologi kertoo, että opintopsykologit ovat Helsingin yliopistossa yliopiston henkilökuntaa, joka on vahvasti mukana ohjauksen ja opetuksen kehittämisessä.

Haastateltujen opintopsykologien vastauksista nousi esiin se, että monessa paikassa opintopsykologin virka on uusi ja työnkuva vasta muodostumassa. Esimerkiksi Åbo Akademiassa opintopsykologi on toiminut vasta alle vuoden ajan. Helsingin yliopistossa, jossa opintopsykologiverkosto on jo kehittynyt melko laajaksi, ensimmäinen opintopsykologi aloitti tehtävänsä vuonna 1999, mutta työnkuva vakiintui vasta vuonna 2007. Työnkuva yliopistoissa on siis suhteellisen uusi. Siksikin on tärkeää, että opintopsykologit ja yliopistojen muut tahot tekevät yhteistyötä, jotta opintopsykologista osaamista saataisiin kunnolla hyödynnettyä. Suomen Psykologiliitossa toimii Opintopsykologiverkosto, jonka tehtävänä on opintopsykologian sovellusalan kehittymisen tukeminen sekä opintopsykologian tunnetuksi tekeminen ja ammattinimikkeen vahvistaminen ja selkeyttäminen. Verkosto kokoontuu muutamia kertoja vuodessa, ja tarjoaa opintopsykologeille mahdollisuuden yhteiseen keskusteluun ja koulutukseen. Esimerkiksi Turun yliopiston opintopsykologi pitää tätä Psykologiliiton palvelua tärkeänä ja toimivana.

Ei liene suuri yllätys, että kaikki haastattelemamme opintopsykologit kokivat työnsä merkityksekkääksi ja tärkeäksi osaksi opiskelijoiden tukipalveluita. Helsingin yliopiston opintopsykologi tarkensi näkemystä sanomalla, että opiskelijoiden avuntarve ei ole yliopistosta kiinni. Jos yhdessä sellaista tarvitaan, niin miksi ei toisessakin. Haastateltujen opintopsykologien mielestä yliopisto-opiskelijat ovat yhteistyöhaluisia ja usein myös hyvin motivoituneita työskentelyyn opintopsykologin kanssa, mikä tekee työstä mielekästä ja toimivaa. Helsingin yliopiston opintopsykologi kertoi, että hän kokee usean opintopsykologin olevan yliopistonsa rikkaus, sillä tällä tavoin työskentelemällä opintopsykologit voivat jalkautua eri kampuksille ja jakaa työnsä kunkin asiantuntijuuden mukaan. Kun kysyimme opintopsykologeilta, mitä kehitettävää opintopsykologin työssä olisi, saimme vastaukseksi, että oman työkuvan kehittämiseen ja itsensä kouluttamiseen tarvittaisiin enemmän aikaa. Järjestelmällisempää toimintatapaa ja enemmän aikaa toivottiin myös henkilökunnan kouluttamiseen, johon ei kaikissa yliopistoissa koettu olevan tarpeeksi resursseja.

Opiskelijat saavat tietoa opintopsykologin palveluista useimmiten internetistä, yliopiston henkilökunnalta, tuutoreilta, ylioppilaslehdistä tai YTHS:ltä. Usein opiskelijat ottavat itse yhteyttä opintopsykologeihin tulemalla vastaanotolle,

soittamalla tai sähköpostitse. Joskus opiskelijat tulevat vastaanotolle myös läheteellä. Opintopsykologit tekevät yhteistyötä YTHS:n kanssa. Yhteistyössä pidetään palaveriteita opiskelijoiden hyvinvoinnista sekä vedetään esimerkiksi yhteisiä ryhmiä opiskelijoille. Joissakin yliopistoissa opintopsykologit toivoivat tätä yhteistyötä lisää. Tärkeää on huomata, että opintopsykologien ja YTHS:n psykologien palvelut ovat toisiaan täydentäviä, eivät toisiaan poissulkevia. Åbo Akademin opintopsykologi mainitsi, että YTHS:n psykologipalveluilta käyttävä opiskelija voi hakeutua opintopsykologille täydentämään YTHS:ltä saatua apua, mikäli ongelmat liittyvät myös opiskeluun, ja toisaalta opintopsykologi voi lähettää opiskelijan YTHS:n psykologille, mikäli yhdessä koetaan, että opiskelijan psyykkisessä tilassa on kartoittamisen tarvetta.

Mikä sitten todellisuudessa on opintopsykologien tilanne yliopistoissamme? Suomen ylioppilaiden liitto (SYL) teki kartoituksen vuonna 2011. Täysipäiväisiä opintopsykologeja löytyy neljä Aalto-yliopistosta, viisi Helsingin yliopistosta, sekä yksi Itä-Suomen, Oulun, Tampereen teknillisen ja Tampereen yliopistoista. Turussa on kaksi osa-aikaista opintopsykologia ja Lappeenrannan teknillisessä yliopistossa yksi osa-aikainen opintopsykologi. SYL:n kartoituksen jälkeen opintopsykologeja on saatu vielä muutamia lisää. Kun ottaa huomioon opiskelijamäärät eri yliopistoissa, opintopsykologien määrässä on huomattavaa eroa alueittain. Helsingin yliopistossa opintopsykologeja on eniten (5 vakinaista suomenkielistä psykologia, 1 ruotsinkielinen ja vielä tämän vuoden loppuun 1 harjoittelija), kun taas esimerkiksi Itä-Suomen yliopistossa on vain yksi opintopsykologi, joka hoitaa opintopsykologipalveluja yksin eri kampuksilla eri kaupungeissa. Turun yliopiston opintopsykologi kertoi, että opintopsykologiset palvelut riittävät tällä hetkellä suhteellisen hyvin Turussa opiskeleville, mutta esimerkiksi Turun yliopiston Rauman yksikössä ei tällä hetkellä ole opintopsykologipalveluja lainkaan ja Porin yksikössä vain osa-aikaisesti. Kaikkien haastattelemiemme opintopsykologien mukaan olisi hyvin tärkeää, että kaikissa yliopistoissa olisi opintopsykologi. Joihinkin yliopistoihin toivottiin lisävoimia. Vastauksissa korostui näkemys, että vastuullisen oppilaitoksen tulee huolehtia opiskelijoidensa hyvinvoinnista ja opiskelukyvyistä. Turun yliopiston opintopsykologi korosti, että erityisesti ensimmäisen vuoden opiskelijoihin on kiinnitettävä huomiota, sillä ensimmäisen opiskeluvuoden aikana alkaa tapahtua selkeää sitoutumista opintoihin ja yhteisöihin, tai toisaalta syrjäytyminen voi alkaa heti opiskelun käynnistyttyä.

Olemme Suomen Psykologian Opiskelijain Liitossa sitä mieltä, että opintopsykologiset palvelut on turvattava maamme korkeakouluissa. Opiskelijoiden opiskelukyvyin ja jaksamisen tukeminen opiskeluvaiheessa edesauttavat sujuvaa työelämäänsä siirtymistä ja työelämässä pärjäämistä myös pidemmälläkin tähtäimellä. Hyvinvoivat opiskelijat ovat tietenkin myös korkeakoulujen ja koko yhteiskunnan taloudellinen etu, sillä vain hyvän opiskelukyvyin voimin valmistuminen määräajassa on mahdollista.