



# Lukiolaisten hyvinvointi -työpaja

Sirkku Kupiainen Helsingin yliopisto

Pro Lukio ry

Valtakunnallinen lukioseminaari 1.–2.11.2018



# KOULU-UUPUMUS HYVINVOINTI

- Vuoden 2017 kouluterveyskyselyn mukaan koulu-uupumusta kokee noin 13 prosenttia lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista.
- Uupumisriski on korkea niillä, jotka asettavat kovia tavoitteita koulumenestykselleen. He yrittävät saada paljon aikaan ja saattavat kasata itselleen mahdottoman työmäärän.
- Taipumus uupumukseen voi tarttua perheessä tai koulussa, jos muut tai opiskelija itse vaatii itseltään liikoja. Myös kilpailuhenkinen kaveripiiri voi altistaa uupumukselle.
- Koulu-uupumus ei tule kertarysäyksellä vaan se kehittyy pikkuhiljaa. Uupumukseen liittyvä väsymys ja riittämättömyyden tunne heijastuvat muuhun elämään. Tutkimuksissa on havaittu, että koulu-uupumus voi johtaa masennukseen, mutta masennus ei itsessään aiheuta koulu-uupumusta.

# Miten koulu-uupumusta mitataan <sup>(1-5)</sup>

Metropolialueen lukioiden 2. vuoden opiskelijat keväällä 2016

N = 3 031

	Tytöt	Pojat
Tunnen hukkuvani koulutyöhön.	3,57	3,16
Koulu ei kiinnosta minua.	2,30	2,44
Minulla on usein tunne, etten pärjää koulutilanteissa.	2,74	2,50
Nukun usein huonosti erilaisten kouluasioiden takia.	2,60	2,32
Minusta tuntuu, että olen menettämässä kiinnostukseni koulua kohtaan.	2,59	2,59
Kyselen usein, onko koululla mitään merkitystä.	2,27	2,29
Murehdin kouluasioita paljon myös vapaa-aikana.	3,32	2,70
Ennen sain koulussa paljon enemmän aikaa kuin nyt.	2,90	2,75
Koulupaineet haittaavat muuta elämääni.	2,94	2,51

Väsymys

Kyynisyys

Riittämättömyyden tunne

# Uupumisen yhteys muihin tekijöihin

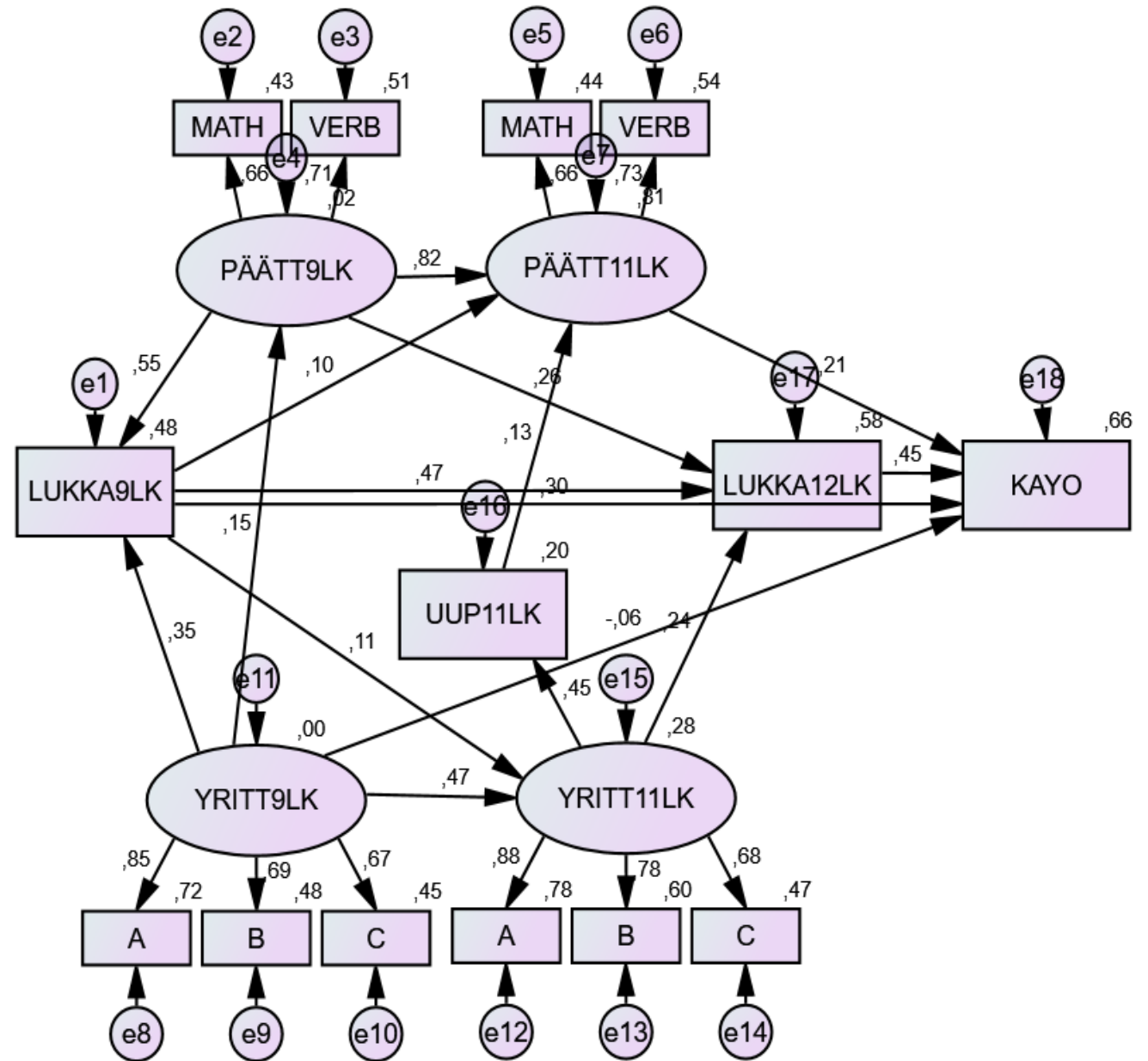
SBI = School Burnout Index

	Tytöt	Pojat	SBI
Olen todennut opiskelun lukiossa selvästi yläkoulua vaativammaksi.	5,68	5,19	,160**
Koen lukio-opiskelun liian teoria/tietopainotteiseksi.	4,13	3,88	,357**
Minusta lukiossa tulisi olla enemmän valinnaisuutta kurssien suhteen.	4,89	4,77	,139**
Lukio-opintoihin tulisi sisältyä enemmän käytännön työelämätaitoja.	5,11	4,62	,230**
Opiskelu lukiossa tuntuu paljon mielekkäämmältä kuin peruskoulussa.	5,39	5,12	-,267**
Olen saanut riittävästi opinto-ohjausta lukio-opintoihin liittyvissä asioissa.	5,22	5,32	-,263**
Kaipaisin enemmän opinto-ohjausta pohtiakseni, mitä teen lukion jälkeen.	4,55	3,97	,228**
Koen saavani lukiossa hyvät valmiudet jatko-opintoihin.	5,46	5,33	-,331**
Koen saavani lukiossa hyvät valmiudet käytännön työelämään.	3,81	3,91	-,205**
Minulla on selvät suunnitelmat lukion jälkeiselle ajalle.	3,84	4,12	-,212**
Lukion jälkeen aion jatkaa opintojani AMK:ssa.	3,03	3,12	,165**
Lukion jälkeen aion jatkaa opintojani yliopistossa.	5,06	5,02	-,216**
Aion viettää lukion jälkeen väli vuoden.	3,70	3,11	,158**
Aion mennä lukion jälkeen suoraan töihin.	2,84	2,71	,155**

# Koulu-uupumus alkaa jo ennen lukiota

	SBI 2016	SBI 2014
Oma yrittäminen	-,413**	-,320**
Oma kyvykkyys	-,438**	-,276**
Saavutusorientaatio	-,301**	-,257**
Syväprosessointio	-,268**	-,154**
Välttämisorientaatio	,265**	,275**
Luovutusherkkyys	,472**	,412**
Keinouskomukset - Sattuma	,185**	,253**
Keinouskomukset - Kyvykkyys	,142**	,155**
Itsetunto	-,406**	-,329**
Koulu-uupumus 2014	,446**	

- Koulu-uupumuksen vaikutusta lukiomenestykseen on kuitenkin vaikea löytää.
- Vaikka viereinen malli, jossa on huomioitu peruskoulun päättö-todistuksen keskiarvo, oppilaiden/opiskelijoiden päättelytaito ja heidän itse raportoimansa yrittäminen 9. luokalla ja lukion 2. vuonna sekä lukion pakollisten kurssien keskiarvo, selittää 66 % heidän ylioppilastutkintomenestyksestään, koulu-uupumus ei selitä sen paremmin kurssiarvosanoja kuin ylioppilastutkintomenestystä.
- HUOM: mallissa on käytetty 'eri suuntaan' koodattua uupumusindikaattoria, minkä vuoksi sen yhteydet yrittämiseen ja testiosaamiseen ovat kuviossa positiiviset. Todellisuudessa, kuten edellä nähtiin, yhteydet ovat negatiiviset.



# Pohdittavaa

- Tavoittaako tutkimusten koulu-uupumusmittari opiskelijoiden uupumuksen?
- Mitä on opiskelijoiden uupumuksen takana?
  - Liian suuret omat odotukset?
  - Perusopetuksessa saatujen valmiuksien puutteet lukio-opinnoissa?
  - Opiskelijoiden itseohjautuvuuden ja lukion vaatimusten kohtaamattomuus?
  - Lukion ja opintojen ulkopuoliset tekijät?
- Kumpi on muna ja kumpi kana – koulu-uupumus ja menestys?






HYVINVOINTI

Opiskelijoiden näkemyksiä lukiosta

	Lukio	Amm.
<b>Toisen asteen valinta</b>	ka	ka
Olen tyytyväinen valintaani.	5,84	5,14
Vanhempani kannustivat valintaani	5,82	4,05
Kavereistani valtaosa valitsi samoin	5,48	3,66
Opinto-ohjaus ohjasi valitsemaan näin	4,73	3,77
<b>Opiskelu</b>	ka	ka
Opiskelu selvästi yläkoulua vaativampaa.	5,49	3,82
Koen saavani hyvät valmiudet jatko-opintoihin.	5,35	4,53
Opiskelu mielekkäämpää kuin peruskoulussa.	5,21	5,14
Opiskelu liian teoria/tietopainotteiseksi.	4,09	3,41
Koen saavani hyvät valmiudet työelämään.	3,86	4,79
<b>Opiskelun tuki</b>	ka	ka
Olen saanut riittävästi tukea oppimiselle.	5,24	4,69
Olen saanut riittävästi opinto-ohjausta.	5,23	4,43
Kaipaen lisää opinto-ohjausta jatkoa ajatellen.	4,33	3,73
Opinto-ohjaus on selkeyttänyt jatkosuunnitelmiani.	3,57	3,38
<b>Jatkosuunnitelmat</b>	ka	ka
Aion jatkaa opintojani yliopistossa.	4,97	2,86
Tiedän mitä teen toisen asteen jälkeen.	3,94	4,17
Aion viettää opintojen loputtua välivuoden.	3,48	3,17
Aion jatkaa opintojani AMK:ssa.	3,09	3,82
Aion mennä opintojen loputtua suoraan töihin.	2,83	4,32

Lukiolaisten ja ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden näkemykset opinnoistaan eroavat monin tavoin.

- Lukiolaiset olivat jonkin verran ammatillisia opiskelijoita tyytyväisempiä toisen asteen valintaansa, mutta molemmat näkivät valinnan jälkeisen opiskelunsa peruskoulua mielekkäämpänä – ainoa kysymys, jossa ryhmien välillä ei ollut eroa.
- Nuorten vastaukset tämänhetkisiä opintojaan ja tulevaisuuden suunnitelmiaan koskeviin kysymyksiin piirtävät kuitenkin lukiolaisista ammatillisten oppilaitosten opiskelijoita myönteisemmän tai tyytyväisemmän kuvan.
- Lukiolaiset kokivat saaneensa koulutusvalinnalleen ammatillisen koulutuksen valinneita vahvemman lähipiirin tuen ja olivat näitä tyytyväisempiä myös oppilaitoksessaan saamaansa tukeen ja ohjaukseen.

- 
- Lukiolaisilla näytti myös olevan ammatillisen koulutuksen opiskelijoita selkeämpi kuva siitä, mihin he opinnoillaan tähtäävät.
  - Lukiolaisten joukossa oli kuitenkin myös opiskelijoita, jotka olivat tulleet lukioon siirtääkseen tulevaisuuden valintojaan tai joiden mielestä lukio oli liian teoreettinen ja vaativa.
  - Ammatillisista oppilaitoksista taas löytyi opiskelijoita, jotka kaipaivat opintoihinsa lisää yleissivistäviä aineita ja kieliä.
  - Vastausten voinee näiltä osin tulkita viittaavan siihen, että nykyisten ammatillisten ja akateemisiin jatko-opintoihin tähtäävien yleissivistävien opintojen välissä saattaisi olla tilaa kolmannelle vaihtoehdolle.

# Pohdittavaa

- Hallitseeko koulu-uupumus liikaa lukiolaisten hyvinvointia koskevaa keskustelua?
- Mitkä tekijät edesauttavat opiskelijoiden hyvinvointia tukevan kulttuurin muodostumista lukiossa?
- Entä mitkä ehkäisevät sitä?
  
- Hyvinvoinnin yhteys lukiouudistukseen?
- Kuinka valmiita lukio ja lukiolaiset ovat
  - Ylioppilastutkinnon voimistuneeseen rooliin ja pisteytysmalleihin?
  - Uuteen lukiolakiin?
  - Muutaman vuoden päässä odottavaan uuteen LOPS:iin?



# Ylioppilas valintojen pyörteessä

SIRKKU KUPIAINEN, JUKKA MARJANEN & NAJAT OUAKRIM-SOIVIO

SUOMEN AINEDIDAKTISEN SEURAN JULKAISUJA: AINEDIDAKTISIA TUTKIMUKSIA 14

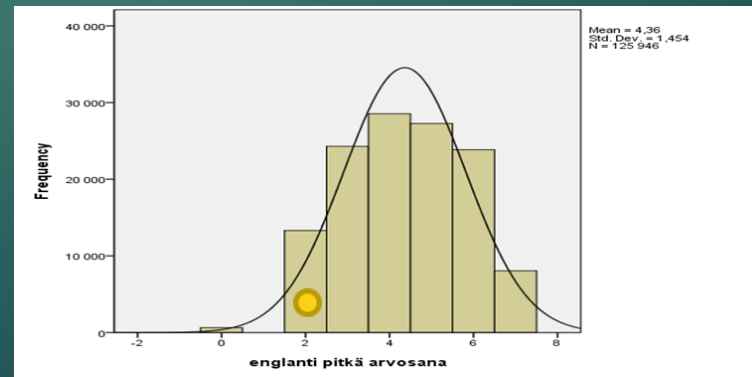
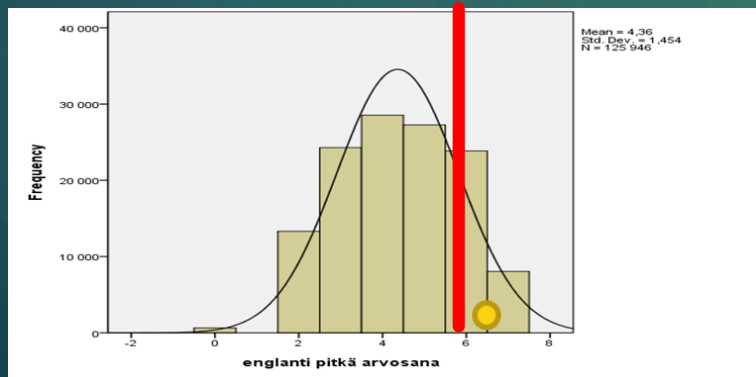


Viisi toisiinsa kytkeytyvää tutkimuskysymystä:

- Missä määrin eri kokeiden osallistujat eroavat toisistaan?
- Toteutuuko suhteellisen arvostelun pohjana oleva arvosanojen vertailtavuus?
- Millä tavalla koevalinnat ovat muuttuneet?
- Mikä on opiskelijoiden lukiomenestyksen ja ylioppilastutkintomenestyksen suhde?
- Miten ylioppilastutkinnon hyödyntäminen korkeakoulujen opiskelijavalinnassa toteutuu?

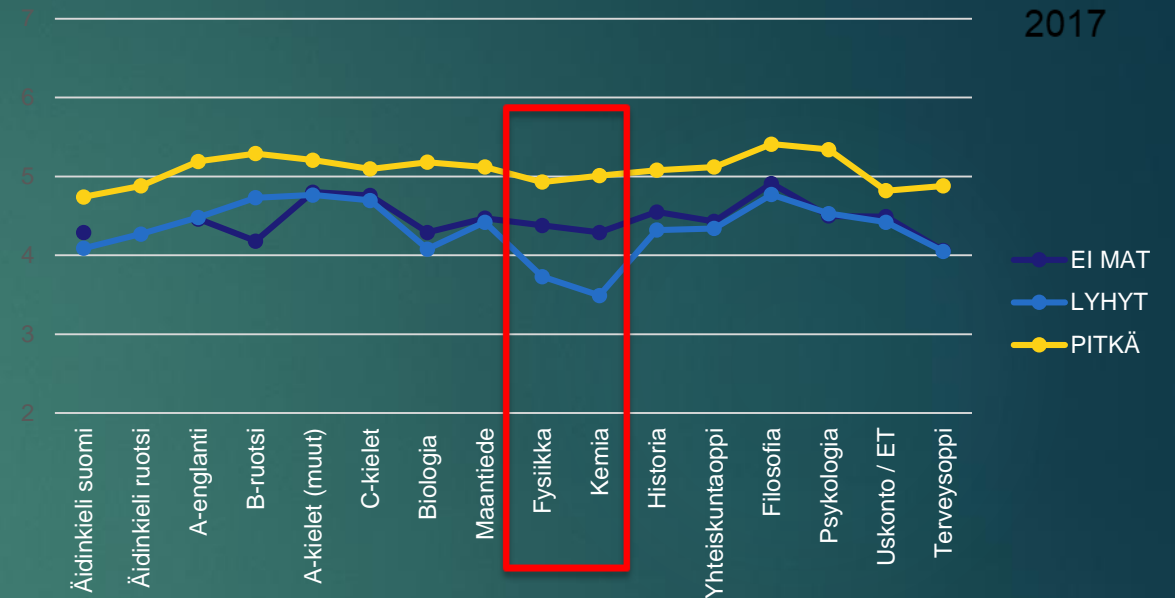
# Ylioppilastutkinnon arvosanat kriteeripohjainen + normatiivinen arviointi

- Hyvin menestyväkin opiskelija (kuvio A) voi saada heikon arvosanan (kuvio B), jos valitsee tutkintoonsa kokeen, jonka ovat valinneet lähinnä muut yhtä hyvin menestyvät kokelaat.
- Kun sana tästä leviää seuraavalle kokelaspolvelle, joukko kapenee entisestään ja aina vain paremmat opiskelijat saavat myös ne heikot arvosanat.
- Tämä on ongelma, jonka korjaamiseen Ylioppilastutkintolautakunnan tämän tutkimuksen tulosten pohjalta käyttöön ottama SYK-indikaattori pyrkii ja jota se on ainakin osin myös onnistunut helpottamaan.





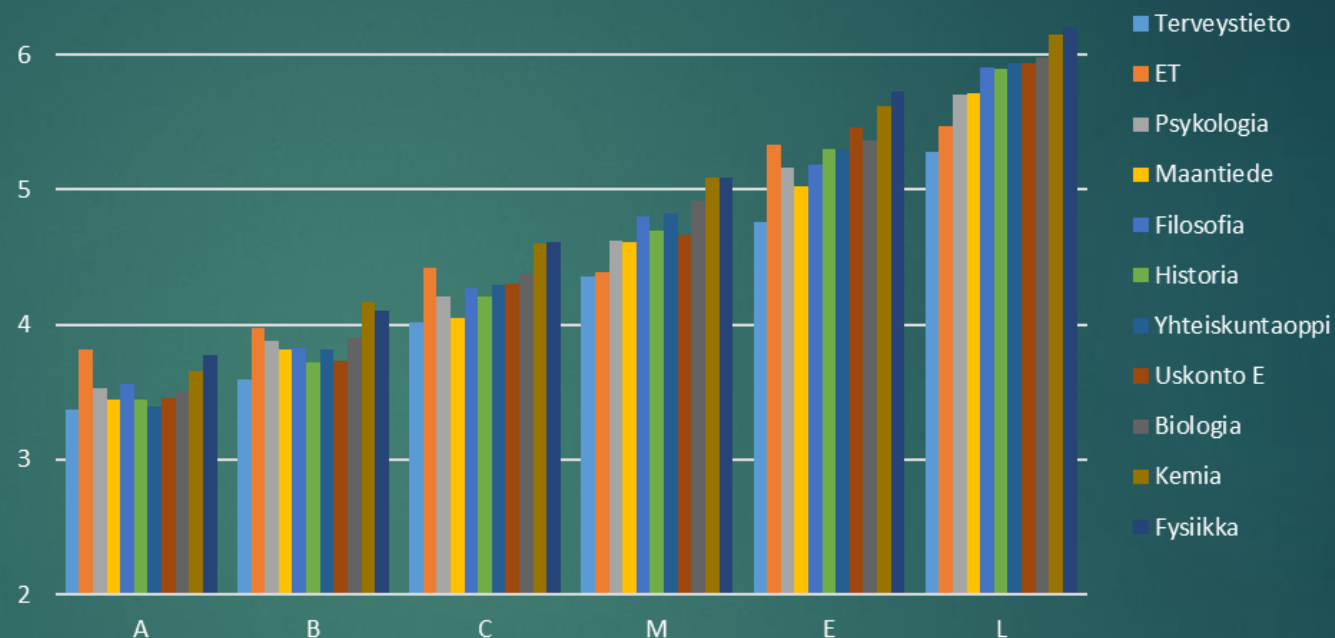
# SYK:n vaikutus fysiikan ja kemian arvosanoihin



- Suhde matematiikkaan jakaa ylioppilaat kolmeen suhteellisen tasakokoiseen ja selvästi toisesta poikkeavaan ryhmään tarjoten kuitenkin mahdollisuuden tavoittaa kaikki ylioppilaat "samaan kuvaan".
- Ennen SYK:n käyttöönottoa kemian ja fysiikan arvosanat eivät vastanneet pitkän matematiikan kirjoittajien osaamisen tasoa suhteessa muihin, koska niin harva muu kirjoitti nämä aineet, minkä seurauksena he jakoivat keskenään lähes kaikki arvosanat.
- Kuten voidaan nähdä, SYK on selvästi tasoittanut tilanteen tältä osin.

# Kaikki kokeet erottelevat hyvin

7



Reaaliaineiden kokelaiden keskimääräinen menestys tutkintoonsa sisällyttämissä muissa kokeissa  
o. reaalikokeen arvosanan mukaan

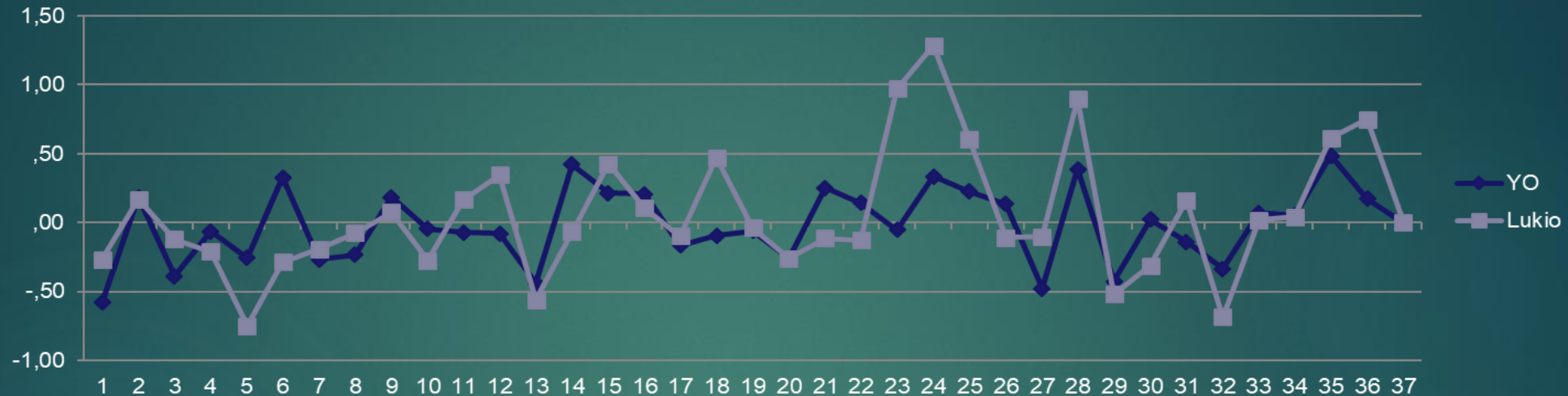
- Kaikki kokeet erittelevät hyvin kyseisen kokeen valinneet opiskelijat, mutta saman arvosanan eri kokeista saaneet eroavat selvästi kokonaismenestykseltään.
- Tämä on seikka, jonka uudet pisteytysohjeet pyrkivät ottamaan huomioon pyrittäessä korkea-asteen koulutukseen.

# Lukio- ja yo-tutkintoarvosanat

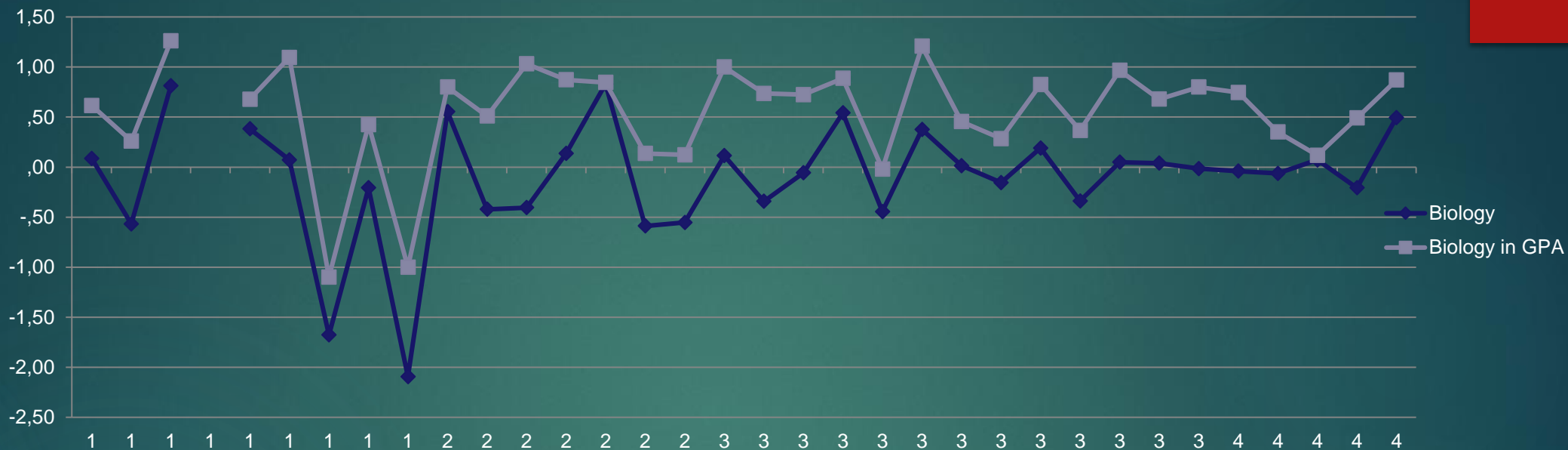
- Opiskelijoiden lukioaikainen kurssimenestys on vahva ennustaja heidän tulevalle menestykselleen ylioppilastutkinnon kokeessa – ensimmäisestä kurssista lähtien.
- Kääntäen – ylioppilastutkinnon koe todellakin mittaa pitkäaikaista osaamisen kerryttämistä, ei vain 'yhden kerran suoritusta'.

YO- arvosana	Lukion kurssiarvosana (ka)			HISTORIA kevät 2017			
	HI1	HI2	HI3	HI4	HI5	HI6	ka **
I	8,50	7,00	7,50	7,00	8,50	7,50	7,67
A	7,31	7,10	7,13	6,82	6,53	7,10	7,00
B	7,66	7,70	7,52	7,25	7,10	7,22	7,41
C	8,00	7,97	8,03	7,85	7,79	7,91	7,93
M	8,34	8,27	8,55	8,40	8,15	8,22	8,32
E	8,90	8,86	8,91	8,89	8,67	8,92	8,86
<b>L</b>	<b>9,34</b>	<b>9,36</b>	<b>9,52</b>	<b>9,48</b>	<b>9,40</b>	<b>9,44</b>	<b>9,42</b>
Ka/Yht.	<b>8,27</b>	<b>8,23</b>	<b>8,31</b>	<b>8,15</b>	<b>7,99</b>	<b>8,12</b>	<b>8,18</b>

# Lukioiden väliset erot arvosanoissa




- Useimmissa oppiaineissa lukio- ja yo-menestys ovat koulutasolla yhteydessä toisiinsa, mutta erot koulujen välillä ovat varsin selvät.
- Ero on keskimääräistä suurempi useimpien ylioppilaiden tutkintoon kuuluvissa kokeissa (äidinkieli suomi, pitkä matematiikka, A-englanti, yhteiskunta-oppi).
- Esim. pitkän matematiikan cum laude arvosanan saaneiden kokelaitten lukiokurssien arvosanakeskiarvo vaihteli kouluittain välillä 5,1 – 7,3.



- Ylioppilastutkinnon arvosanan heikko vastaavuus opintomenetykseen on erityisen selvä oppiaineissa, jotka valitsee tutkintoonsa keskimääräistä paremmin siinä menestyneet opiskelijat (ero todistus-arvosanan (harmaa) ja yo-kokeen arvosanan (sininen) välillä).
- On selvä, että arvosana ei tässä tilanteessa heijasta vertailukelpoisella tavalla opiskelijan osaamista suhteessa koko lukiolaisjoukkoon, ja odotettua heikompi arvosana voi tulla monelle kokelaalle ikävänä yllätyksenä.

# Ylioppilastutkinnon uusi merkitys

- Ylioppilastutkinnon painoarvon nostamista korkeakoulujen opiskelijavalinnassa voidaan pitää monella tavalla perusteltuna.
- Sen sijaan tapaa, jolla se on toteutettu, ei voida pitää kaikin osin onnistuneena.
- Sen sijaan, että ylioppilastutkinnon huomioiminen olisi korostanut tutkinnon roolia lukion päättökokeena ja rohkaissut opiskelijoita opiskelemaan määrätietoisesti ja kirjoittamaan mahdollisimman monipuolisen valikoiman erilaisia oppiaineita (kielet, matematiikka, erilaiset reaaliaineet), se on johtanut tilanteeseen, jossa etenkin reaaliaineet mutta usein myös kielet joutuvat kilpailemaan keskenään opiskelijoiden ajasta ja kiinnostuksesta.

- 
- On perusteltua huomioida pisteytyksessä eri oppiaineiden työmäärä, mutta pisteiden määrittelyssä on päädytty korjaamaan tutkinnon aiemman huomioinnin ongelmista lähinnä tämä – ja sekin ehkä perusteettoman tarkalla seulalla.
  - Tilanne tulee olemaan erityisen ongelmallinen, kun vähitellen selviää, miten opiskelijoiden muuttuvat koevalinnat vaikuttavat itse kunkin todennäköisyyteen saada valitsemastaan kokeesta arvosana, joka lunastaa pistemetsästyksen aiheuttaman muutoksen.
  - Pisteytys on myös toteutettu tavalla, joka ei ainakaan helpota opiskelijoiden tehtävää mahdollisuuksiensa arvioinnissa.

# HISTORIA

67,0

Nämä huomioidaan kaikilta

	L	E	M	C	B	A
Äidinkieli	33,0	27,5	22,0	16,5	11,0	5,5
Historia	34,0	28,3	22,7	17,0	11,3	5,7

85,0


Näistä kolme hakijalle parhaat pisteet tuottavaa ainetta

76,0

70,7

Biologia	22,4	18,6	14,9	11,2	7,5	3,7
Filosofia	20,0	16,7	13,3	10,0	6,7	3,3
Fysiikka	26,5	22,0	17,6	13,2	8,8	4,4
Kemia	22,4	18,6	14,9	11,2	7,5	3,7
Kieli, pitkä	28,3	23,6	18,9	14,1	9,4	4,7
Kieli, keskipitkä	25,1	20,9	16,8	12,6	8,4	4,2
Kieli, lyhyt	22,6	18,9	15,1	11,3	7,5	3,8
Maantiede	20,0	16,7	13,3	10,0	6,7	3,3
Matematiikka, pitkä	36,1	30,0	24,0	18,0	12,0	6,0
Matematiikka, lyhyt	28,3	23,6	18,9	14,1	9,4	4,7
Psykologia	22,4	18,6	14,9	11,2	7,5	3,7
Terveystieto	17,3	14,4	11,5	8,7	5,8	2,9
Uskonto/ET	24,5	20,4	16,3	12,2	8,2	4,1
Yhteiskuntaoppi	20,0	16,7	13,3	10,0	6,7	3,3





Toivon mukaan aineenopettajat ja oppilaanohjaajat osaavat opastaa opiskelijoitaan myös laskemaan, minkä arvosanan saaminen on vuosittain muuttuvilla markkinoilla missäkin oppiaineessa kuinkakin todennäköistä...

Kiitos!

## MetrOP

- Kupiainen, S. (2016). Perusopetuksen päättöarvosanat. Teoksessa R. Hotulainen, A. Rimpelä, J. Hautamäki, S. Karvonen, J. M. Kinnunen, S. Kupiainen ... & M.-P. Vainikainen (2016), Osaaminen ja hyvinvointi yläkoulusta toiselle asteelle: Tutkimus metropolialueen nuorista, s. 33–53. Opettajankoulutuslaitos. Tutkimuksia 398. Helsinki: Unigrafia. <https://tampub.uta.fi/handle/10024/100405>
- Kupiainen, S. (2016). Toisen asteen valinta. Teoksessa R. Hotulainen, A. Rimpelä, J. Hautamäki, S. Karvonen, J. M. Kinnunen, S. Kupiainen ... & M.-P. Vainikainen (2016), Osaaminen ja hyvinvointi yläkoulusta toiselle asteelle: Tutkimus metropolialueen nuorista, s. 151–177. Opettajankoulutuslaitos. Tutkimuksia 398. Helsinki: Unigrafia. <https://tampub.uta.fi/handle/10024/100405>

## Ylioppilastutkinto

- Kupiainen, S., Marjanen, J., & Hautamäki, J. (2016). The problem posed by exam choice on the comparability of results in the Finnish matriculation examination/Das Problem der Wahlmöglichkeiten von Prüfungsfächern hinsichtlich der Vergleichbarkeit von Ergebnissen der zentralen Abschlussprüfung in Finnland. *Journal for Educational Research Online*, 8(2), 87.

## Tulossa:

- Kupiainen, S., Marjanen, J. & Ouakrim-Soivio, N. (tulossa 2017). Ylioppilas valintojen pyörteessä. Suomen ainedidaktisen tutkimusseuran julkaisu.
- Ouakrim-Soivio, N., Kupiainen, S. & Marjanen, J. (painossa). Toimivatko oppilas- ja opiskelija-arvioinnin kriteerit? Oppiaineiden välinen ja sukupuolen mukainen vaihtelu perusopetuksen ja lukion päättöarvosanoissa ja arvosanojen yhteys nuorten oppiainevalintoihin. Teoksessa V. Britschgi ja J. Rautopuro (toim.). Arviointi ja kriteerit puntarissa. Suomen Kasvatustieteellisen Seuran julkaisu.

## Netistä löytyvät esitykset:

- Kupiainen, S. (2014). "Ylioppilas valintojen pyörteessä". Ylioppilastutkinnon eriytyvät koevalinnat ja kokelaat. Digabi Il Wanha Satama 5.6.2014. <https://vimeo.com/100693496>
- Kupiainen, S. (2014). "Hakija valintojen pyörteessä". Ylioppilastutkinnon arvosanojen hyödyntäminen korkeakoulujen opiskelijavalinnassa. Seminaari korkeakoulujen opiskelijavalintojen uudistamisen etenemisestä. <https://www.youtube.com/watch?v=flroIPMAmpl>