

# TEHO-mittari. Urasuunnittelutaidon kehittymisen ja ohjauksen tehostamisen tarpeen arviointi perusopetuksessa

## Sisällysluettelo

JOHDANTO.....	2
KEHITTÄMISPROSESSI .....	2
<b>OSA 1.....</b>	<b>4</b>
ARVIOINTIALUE 1. HYVINVOINTI.....	4
<i>Kouluun kiinnittyminen.....</i>	4
<i>Tulevaisuususkko.....</i>	5
ARVIOINTIALUE 2. YHTEISTYÖ .....	5
<i>Vuorovaikutus.....</i>	6
<i>Ulkoisen ongelmatilanne .....</i>	7
ARVIOINTIALUE 3. ITSEOHJAUTUVUUS .....	8
<i>Muutosjoustavuus.....</i>	9
<i>Omatoimisuus .....</i>	9
<i>Päätöksentekovalmius.....</i>	10
ARVIOINTIALUE 4. SUUNNITELMALLISUUS .....	10
<b>OSA 2.....</b>	<b>11</b>
ARVIOINTIALUE 5. ITSETUNTEMUS.....	11
ARVIOINTIALUE 6. TOIMINTAYMPÄRISTÖ .....	12
<b>OSA 3.....</b>	<b>13</b>
ARVIOINTIALUE 7. OPPILAAHOJAUKSEN RIITTÄVYYS .....	13
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>15</b>
<i>Liite 1. Ura- ja koulutusvalintavalmiuksien kehittymisen arviointi .....</i>	<i>18</i>

## Johdanto

TEHO-mittari on tarkoitettu perusopetusikäisen ja toisen asteen siirtymävaiheessa olevan oppijan ura- ja koulutusvalintavalmiuden arviointiin ja kehittämistarpeen paikantamiseen. Se on oppijan itsearviointityökalu, jota hän voi käyttää itsenäisesti tai yhdessä ohjaajan kanssa.

Hyvän ohjauksen kriteereissä (Opetushallitus, 2023) tarkastellaan ohjausta kokonaisuutena, jota rajaa oppivelvollisuuskouluille asetetut tavoitteet. Näiden kriteerien mukaan hyvä ohjaus tukee urasuunnittelutaitojen kehittymistä. Vaikka syy TEHO-mittarin rakentamiseen on johdettu perusopetuslaista (11 a §) ja rakenne perusopetuksen opetussuunnitelman tavoitteiden mukaan, sitä voi käyttää muutkin yleissivistävän koulutuksen oppijat oman valmiutensa arviointiin ja kehittämistarpeensa paikantamiseen.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden ja lainsäädännön lisäksi, mittarin rakentamistyössä on huomioitu elinikäisen ohjauksen periaatteet (ELGPN, 2015) ja Vuorisen ym. (2023) kokoama selvitys urasuunnittelutaidoista. Mittaria viimeisteltäessä on huomioitu kansallisessa urasuunnittelutaidon viitekehyksessä määritellyt kuusi urasuunnittelun taitoaluetta ja 34 osa-aluetta (KEHA-keskus, 2023).

## Kehittämisprosessi

TEHO-mittari (ks. liite 1) mittaa perusopetuksen ja toisen asteen siirtymävaiheessa tarvittavaa ura- ja koulutusvalintavalmiutta. Mitattavat taidot mittaavat sekä oppilaanohjaajan että opettajien työn tuloksia pois sulkematta sitä, että valmiudet kehittyvät myös muissa oppilaan sen hetkisen elämänvaiheen toimintaympäristöissä, esimerkiksi kotona ja harrastuksissa.

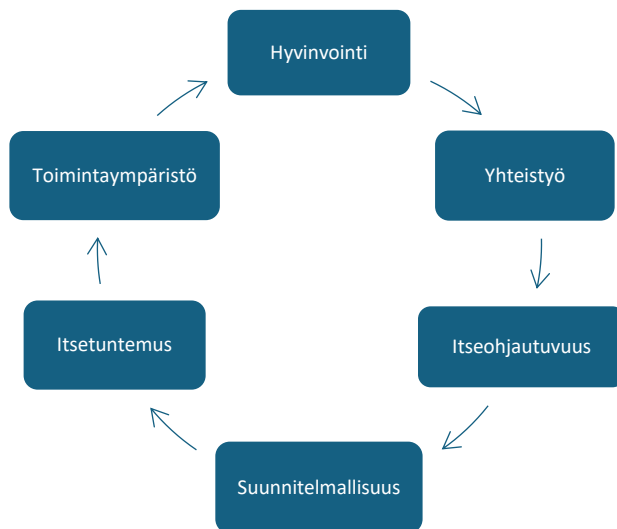
Mittarin väittämät on johdettu perusopetuksen opetussuunnitelman perusteista (ePerusteet) ja siihen tiiviisti liittyvistä teorioista. Perusopetuksen opetussuunnitelma ohjaa koko ikäkauden toimintaa. Oppijan perusopetuksen ja toisen asteen siirtymävaiheessa tarvitsemien valmiuksien kehittymistä tulee arvioida ja seurata opintojen aikana, jotta voidaan tehostaa ohjausta. Oppija voi itsearvioida omien taitojen kehittymistä ja tunnistaa se taidon osa-alue, jossa on kehittämistarpeita.

Väittämät jakaantuvat kolmeen osaan. Ensimmäisessä osassa arvioidaan sitä, miten oppijan laaja-alaisten oppimistavoitteiden mukaiset ura- ja koulutusvalintavalmiudet ovat kehittyneet. Tämän taustalla on kaikkien oppijan opettajien ja oppilaanohjaajan ura- ja koulutusvalintavalmiutta kehittävä ohjaustyö ja valmiutta kehittävä yhteistyö. Toisessa osassa väittämät on johdettu oppilaanohjauksen tavoitteista, ja ne palvelevat myös formatiiviselle arvioinnille asetettua tehtävää. Kolmanteen osaan on koottu tekijöitä, jotka indikoivat tehostetun henkilökohtaisen oppilaanohjauksen tarvetta (ks. Niemi 2022). Näin syntyneiden väittämien avulla voi itsearvioida sekä ura- ja koulutusvalintataidon kehittymistä että oppilaanohjauksen tehostamisen tarvetta.

TEHO-mittarin väittämiä suunniteltaessa on huomioitu ensi sijassa opetussuunnitelman perusteisiin linkittyvät CIP-teoria (Sampson ym.1996a; Sampson ym. 1996b.) ja attribuutioteoria (Weiner 1986). Motivaatioteorioihin kuuluvan attribuutioteorian avulla voidaan tarkastella oppijan antamia selityksiä onnistumiselle ja epäonnistumiselle. Weiner (1986) tarkasteli motivaatioon liittyvää syysselittämistä psyykkisen lopputuleman, onnellisuuden ja itseohjautuvuuden näkökulmasta. CIP-teoriasta johdetussa CTI-

mittarissa arvioidaan päätöksenteon epävarmuutta, sitoutumisahdistusta tai uravalintaa haittaavaa ulkoista konfliktia.

Perusopetuksen oppilaanohjaus on urasuunnittelutaidon alkuopetusta ja ohjausta määrittää perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Kun tarkastellaan yleissivistävän koulutuksen opetussuunnitelman ohjaustavoitteita ura- ja koulutusvalintavalmiuden kehittämisen näkökulmasta, siitä syntyy kokonaisuus, jota on kuvattu kuviossa 1. Ohjauksessa painottuu osa urasuunnittelutaidon kehittämisen osa-alueista oppilaiden kehitysiän takia. Osa urasuunnittelutaidon osa-alueista jää taidon kehittymisen myöhempiin vaiheisiin.



Kuvia 1. Ura- ja koulutusvalintavalmiuden kehittämisen arvioinnin osa-alueet perusopetuksen ja toisen asteen siirtymävaiheessa

Tulevaisuuden kohtaamisen taidot ja muutoskyvykkyyden kehittämisen taidot ovat laaja-alaisia osaamistavoitteita, joiden kehittämiseen tarvitaan kaikkien opettajien työpanosta. Tällaisia urasuunnittelutaidon osa-alueita ovat valmius ongelmaratkaisuun, luoviin ratkaisuihin, päätöksentekoon, tavoitteellisuuteen ja muutokseen. Oppilaanohjaaja tuo välineet ura- ja koulutusvalintaan liittyvän pulman ratkaisemiseen, tavoitteiden asettamiseen sekä ura- ja koulutusvalintapäätöksen tekemiseen. Tavoitteena on, että oppilas tunnistaa koulutusjärjestelmän tarjoamat vaihtoehtoiset polut hänen asettamaansa tavoitteeseen.

TEHO-mittari on yksi kokonaisuus ja kaikki sen väittämät palvelevat oppilaan itsearviointia ja ohjauksen tehostamisen tarpeen arviointia. Arviointitulosta oppija voi hyödyntää itsenäisesti oman urapohdinnan tukena tai se voi olla yhteistyön väline henkilökohtaisessa ohjauksessa. Tulosten avulla oppija ja oppilaanohjaaja voi tunnistaa oppilaan tarpeen tehostetumpaan oppilaanohjaukseen.

Väittämät on niputettu kahden esitestauksen avulla (n 340 ja n 338) ja niistä on muodostettu pääkomponenttianalyysin avulla summamuuttujia. Ne on otsikoitu sisällön mukaisesti ja mittarien luotettavuutta on testattu. Ensimmäinen esitestaus suoritettiin keväällä 2023 ja toinen 2024. Väittämät on

koottu liitteeseen 1. Laaja-alaisia oppimistavoitteita ja oppilaanohjauksen vaikuttavuutta sekä tehostamisen tarvetta mittaavat osiot ovat positiivisia väittämiä. Väittämiin vastataan neliportaisella asteikolla: täysin eri mieltä mieltä – täysin samaa mieltä.

Urasuunnittelutaitojen kehittyminen on monialaisen ja monitasoisen yhteistyön tulos. Tätä opetussuunnitelman perusteiden mukaista ohjausta toimeenpanevat opettajat, oppilaanohjaajat ja opiskeluhuoltopalveluiden asiantuntijat. Perusopetuksen ohjausta määrittää yksi strateginen asiakirja ja siihen kytkeytyvä lainsäädäntö. Tämän takia urasuunnittelutaitojen ohjaustyö näyttäytyy ja niputtuu eri tavalla kuin urasuunnittelutaitojen kansallisessa viitekehyksessä.

## OSA 1

### Arviointialue 1. Hyvinvointi

Yleissivistävällä koulutuksella on kaksi päätehtävää: oppimaan oppimisen mahdollistaminen ja sen edellyttämän hyvinvoinnin tuottaminen. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden ja perusopetuslain (3 § ja 2 mom.) mukaan opetusta järjestetään oppilaiden ikäkauden ja edellytysten mukaisesti siten, että se edistää oppilaiden tervettä kasvua ja kehitystä.

Jos oppija voi kokea, että koulu palvelee hänen tavoitteitaan, hän kokee koulutyön hyödyllisenä. Tällöin koulutyö edistää oppilaan hyvinvointia ja oppija kiinnittyy kouluun. Oppivelvollisuuden toimeenpanon näkökulmasta tätä voidaan pitää ohjauksen ensisijaisena tavoitteena.

Kouluun kiinnittyminen koostuu kolmesta eri ulottuvuudesta: tunneperäisestä, toiminnallisesta ja tiedollisesta ulottuvuudesta. Eri tutkimuksissa tarkastellaan kouluun kiinnittymistä yksilön ja ympäristön välisenä vuorovaikutuksena. Koulutyön tavoitteena on, että oppijoille syntyy merkityksellisyyden ja pätevyyden kokemus, osallisuuden ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokemus sekä autonomian kokemus. Hyvässä oppimisympäristössä nämä perustarpeet toteutuvat ja oppilaiden motivaatio vahvistuu, mikä mahdollistaa kouluun kiinnittymisen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023.)

### Kouluun kiinnittyminen

Koululakien näkökulmasta oppilaan oppimista edistävän hyvinvoinnin tuottaminen on monialainen kokonaisuus, johon osallistuvat opettajat, erityisopettajat, opiskeluhuollon ammattilaiset, rehtori, koulunkäynninavustajat ja muu henkilökunta sekä koulutuksen järjestäjä. Jos tälle yhteiselle ohjaukselle pitäisi nimetä yksi tavoite, se olisi mielestäni se, että ihminen on ja olisi onnellinen ja hyvinvoiva toimissaan. Hän kykenisi tekemään vahvuksiinsa perustuvia suunnitelmia ja olisi toimissaan itseohjautuva. Haastavissakin elämäntilanteissa hän pystyisi ylläpitämään toivoa ja myönteisiä tulevaisuudenodotuksia.

**Kouluun kiinnittyminen**

Tulen kouluun mielelläni.  
Olen innostunut koulutyöstä.  
Tulen kouluun levänneenä.  
Koulunkäynti on suht helppoa.  
Koulutyöni on hyödyllistä.

Hyvinvointi ja tulevaisuususkko linkittyvät vahvasti toisiinsa. Yksilön hyvinvointia voidaan lähestyä toimintakyvyn tai elämänlaadun näkökulmasta. Koettu hyvinvointi voi olla yhteydessä yksilön kulttuuriin ja kontekstiin, persoonallisuuteen tai siihen, kuinka ihminen mukautuu uusiin tilanteisiin. Suomalaisten kokemaa hyvinvointia on tutkittu selvittämällä yksilöiden sosiaalisia suhteita, turvallisuutta, elämänlaatua ja osallisuutta. Pohjoismaisissa hyvinvointitutkimuksissa on tarkasteltu usein myös itsensä toteuttamisen tai mielekkään tekemisen mahdollisuutta. (Kallunki & Lehtonen 2012; Karvonen 2019; Kestilä ym. 2019.)

## Tulevaisuususkko

Tulevaisuususkoon vaikuttavat tekijät, jotka liittyvät yksilöön itseensä, ihmissuhteisiin, elinympäristöön ja yhteiskuntaan. Tulevaisuususkko on yhteydessä toivoon, joka liittyy kykyyn asettaa päämääriä elämässä. Se on myös luottamusta omaan mahdollisuuteen saavuttaa tavoitteet. Yksilön toimintakyvyllä, arvoilla ja toimijuudella on yhteys yleiseen elämänasenteeseen. (Snyder 2000.) Kasurisen (2018) mukaan tulevaisuususkoon liittyy hyvinvoinnin lisäksi yksilön kokemaa minäpystyvyyttä, hänen itsesäätelytaitonsa, tavoitteet ja näkymä tulevaisuudesta, konteksti (toimintaympäristö), merkitykselliset asiat (arvot) ja ihmissuhteet.

**Tulevaisuususkko**

Olen onnellinen.  
Minulla on yleensä hyvä mieli.  
Olen tyytyväinen elämäni.  
Onnistun elämässäni.  
Aina on toivoa.  
Tulevaisuus tuo hyvää tullessaan.  
Ongelmat on tehty ratkaistaviksi.  
Pystyn vaikuttamaan elämäni tapahtumiin.

## Arviointialue 2. Yhteistyö

Opetussuunnitelman perusteiden mukaan ”koulutyö järjestetään siten, että sen perustana on oppilaiden osallisuus ja kuulluksi tuleminen”. Koulun tulee huolehtia siitä, että oppilaat saavat kokemuksia yhteistyöstä

ja demokraattisesta toiminnasta omassa opetusryhmässä, koulussa ja sen lähiympäristössä sekä erilaisissa verkostoissa”. (ePerusteet.)

Urasuunnittelutaitojen kansallisen viitekehyksen mukaan urasuunnittelu tapahtuu vuorovaikutuksessa läheisten, verkostojen ja yhteiskunnan kanssa. Vuoropuhelua käydään esimerkiksi yksilön arvojen ja vahvuuksien ja koulutus- ja työelämän mahdollisuuksien välillä. (KEHA-keskus 2023.)

Nopean kasvun vaiheessa elävä nuori opettelee vasta tarkoituksenmukaista vuorovaikutusta ympäristönsä kanssa ja kurottelee kohti tulevaisuutta kertyneen kokemuksen ja tiedon varassa ajassa, jota on kuvattu sanoilla muutos ja epävarmuus. Tulevilla työmarkkinoilla oppijalta odotetaan muun muassa itseohjautuvuutta, elinikäistä oppimisen halua, itsetietoisuutta, päämääräsuuntautuneisuutta, yhteistoiminnallisuutta sekä päätöksentekoon ja muutoksen kohtaamiseen liittyvää osaamista (Pentikäinen 2014).

Oppija haluaa tavalla tai toisella osallistua toimintaan omassa ympäristössään ja toiminta voi tukea oppilaan metakognitiivista kehitystä. Koulun käytännöt voivat joko estää tai edistää oppilaan toimijuuden kehittymistä. Oppituntitilanteessa tai pienryhmässä tulisi kannustaa oppilaita tuomaan esille omia käsityksiään ja perustelemaan näitä käsityksiään. Ryhmissä käytävät keskustelut, erilaisten näkökulmien esiin tuominen ja argumentointi sekä taidoiltaan eritasoisten oppilaiden yhteistyö edistävät oppimista ja kasvua. (Hakkarainen ym. 2008; Lonka 2015.)

Vuorovaikutuksen tavoitteena on synnyttää osallisuutta. Osallisuus on tunne, joka syntyy, kun ihminen kokee kuuluvansa johonkin. Myönteisen koulunkäynnin kierre syntyy oppilaan kouluun liittämien ajatusten, tunteiden ja toiminnan kautta. Osallisuus ilmenee esimerkiksi luottamuksena, yhdenvertaisuutena, arvostuksena ja mahdollisuutena vaikuttaa omassa koulu yhteisössään. Osallistumisen mahdollistaminen on yksi tapa synnyttää osallisuuden kokemus. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023.)

Urasuunnittelutaitojen viitekehyksen mukaan tavoitteena on se, että oppija osaisi kertoa itsestä ja omasta osaamisesta. Ohjauksen tavoitteena on se, että hän osaisi verkostoitua toimissaan, hyödyntää elämässä jo olevia verkostoja ja ylläpitää yhteistyösuhteita. Hänen tulisi kyetä ottamaan vastaan rakentavaa palautetta ja osata pyytää apua ongelmatilanteissa. Yhteiskunnan tarjoamat palvelut tulisivat olla hänelle tuttuja. Ohjauksen tulisi kehittää oppijan valmiuksia hakea työtä ja laatia työnhakua varten tarvittavia asiakirjoja. (KEHA-keskus 2023.)

## Vuorovaikutus

Sosiaalinen toiminta voidaan ymmärtää tavaksi ylläpitää ja rakentaa osallisuutta ja läsnäoloa lähiympäristössään sekä saada aikaan haluamiaan seurauksia (Tiikkainen & Pynnönen 2018). Kun nuori voi kokea, että hänen toiminnallaan on merkitystä, syntyy osallisuuden kokemus. Nuoren osallisuus ja toimijuus rakentuvat luontevimmin osana heidän arkista elämäänsä ja koulutyötänsä. Tahto ja taito säätelevät oppimistamme. Pyrkimyksenä on, että nuori tunnistaa tavoitteen saavuttamista estävät tekijät ja kykenee arvioimaan omaa suhdettaan toiminnan tuloksiin.

**Vuorovaikutus**

Pyydän apua, jos minulla on hankaluuksia suoriutua jostakin tehtävästä.  
Tiedän, mistä voin kysyä apua eri pulmiin.  
Tulen hyvin toimeen ihmisten kanssa.  
Osaan säädellä omia tunteitani.  
Osaan säädellä omaa käyttäytymistäni.  
Pyrin hahmottamaan asioiden välillä syy-seuraussuhteita.  
Osaan kertoa itsestäni ja osaamisestani muille.  
Osaan kuvata osaamistani.  
Osaan laatia työhakemuksen (esim. TET-paikan haku).  
Osaan käyttäytyä tilanteen vaatimalla tavalla.  
Otan itse selvää minua ja ura- ja koulutusvalintaani vaikuttavista asioista.

Nuoren toimijuutta ja osallisuutta kehittävä ohjaus on prosessi, joka sisältää ongelmaratkaisutaitojen kehittämistä, asenteiden tarkastelua, reflektiota, tiedon hyödyntämisen opettelua, itsearvioinnin ja suunnitelmallisuuden opettelua. Ohjauksen tavoitteena on oppilaan toimijuuden kehittäminen. Osallisuus edellyttää toimijuuden kokemusta ja sitä, että nuori voi kokea, että omalla toiminnalla on merkitystä. (Niemi 2022, 8.)

## Ulkoinen ongelmatilanne

Koululakien mukaan opetuksessa tulee olla yhteistyössä kotien kanssa. Ohjauksen tavoitteena on voimaannuttaa oppija tekemään omia ura- ja jatkokoulutus päätöksiä ja sitoutumaan näihin valintoihin. Karvin (2020) arviointitutkimuksen mukaan ne peruskoululaiset, jotka olivat saaneet tukea vanhemmiltaan, kokivat itsetuntemuksensa sekä päätöksenteko- ja tiedonhankintataitojensa kehittyneen paremmin kuin ne, jotka eivät olleet saaneet tukea. Ulkoinen ongelmatilanne summamuuttajassa arvioidaan vuorovaikutuksen synnyttämiä tunteita ja oppilaan kokemusta sosiaalisesta hyväksynnästä.

Oppijan lähellä oleva aikuinen joko edistää tai estää nuoren urapohdinnan kehittymistä. Ristiriitainen palaute voi hämmentää jatkokoulutusvalintaa tekevää oppijaa. Ulkoinen ongelmatilanne summamuuttajassa on myös huomioitu vaikeus, joka voi aiheutua, kun oppija kokee tasapainoilevansa omien ja toisaalta häntä ohjaavien ihmisten ajatusten välillä. (Vrt. Sampson ym. 1996a).

**Ulkoinen ongelmatilanne**

Saan hyvääkin palautetta aikuisilta.  
Huoltajani kannustavat minua opinnoissani.  
Muut ihmiset haluavat minun parastani.  
Tulen toimeen opettajien kanssa.

## Arviointialue 3. Itseohjautuvuus

Opetussuunnitelman perusteet pohjautuvat oppimiskäsitykseen, jonka mukaan oppilas on aktiivinen toimija. Hän oppii asettamaan tavoitteita ja ratkaisemaan ongelmia sekä itsenäisesti että yhdessä muiden kanssa. Tavoitteena on, että oppilas oppii tiedostamaan omat tapansa oppia ja käyttämään tätä tietoa oppimisensa edistämiseksi. Oppimisprosessistaan tietoinen ja vastuullinen oppilas oppii toimimaan yhä itseohjautuvammin. (ePerusteet.)

Itseohjautuvuus on vuorovaikutusta ympäristön kanssa. Itseohjautuvuus tarkoittaa oppilaan kykyä ohjata omaa oppimistaan, mikä edellyttää oppimishalun lisäksi muun muassa luottamusta omiin kykyihinsä, kykyä analysoida omia oppimistaitojaan, asettaa tavoitteita ja arvioida kehittämistarpeitaan.

Candyn (1991) mukaan oppija, joka kykenee ohjaamaan toimintaansa ja toimii itsenäisesti, on suunnitelmallinen, looginen, analyttinen, itsetietoinen ja riippumaton. Hänellä on itseuria, sitkeyttä ja vastuuntuntoa. Hän kykenee reflektioon ja vuorovaikutukseen sekä osoittaa uteliaisuutta, avoimuutta, joustavuutta, motivaatiota ja itseluottamusta. Tämän lisäksi hän kehittää tiedonhaun taitojaan ja tietoaan omasta oppimisestaan.

Itseohjautuvuus-käsitteen rinnalla käytetään käsitettä autonominen oppiminen. Ohjauksen tavoitteena on itsenäinen ja vastuullinen aikuisuus sekä elinikäisen oppimisen halun tuottaminen. Toiminnan autonomia - käsite liittyy ihmisen kykyyn toteuttaa suunnitelmia. Autonomia liittyy yksilön valmiuksiin harkita tekojaan ja päätöksen teon perusteita sekä valmiutta toimia tehtyjen päätösten mukaisesti. (Candy 1991; Koro 1993; Tarkki 1996.)

Ohjauksen tavoitteena on se, että oppilas osaa muodostaa kuvan menneisyyden kokemuksista ja nykyisyydestä sekä osaa käsitellä tulevaisuuden tarjoamia kokemuksia. Engeström (2004) määrittelee lähikehityksen vyöhykkeen alueeksi, joka on ihmisen ristiriitojen ja niiden ratkaisujen välillä. Se on eri suuntiin vetävien voimien kenttä, jossa alkaa hahmottumaan tulevan kehityksen päävaihtoehtoja. Engeströmille kehitys tarkoittaa uuden toimintalogiikan syntymistä. Tällöin oppiminen määrittyy prosessiksi, jossa kokemuksen merkitys tulkitaan uudelleen ja näin pyritään suuntaamaan myöhempää arvottamista ja toimintaa.

Urasuunnittelutaidon kehittäminen on vuorovaikutuksen synnyttämistä minän ja ympäristön välillä ja oppilaan vuorovaikutustaidon kehittämistä. Tämä vuorovaikutus ei ole aina ongelmatonta. Resilienssi-sanalla kuvataan yksilön joustavuutta ja sopeutumiskykyä erilaisissa tilanteissa sekä kykyä oppia niistä.

Oppijan resilienssiä eli muutosjoustavuutta kehittävässä ohjauksessa autetaan oppijaa näkemään vaihtoehtoja. Optimismin ja toivon synnyttäminen sekä voimaannuttaminen ovat resilienssiä kehittäviä ohjausta. Ohjaaja auttaa oppijaa suunnittelemaan ja kohtaamaan haasteet pala kerrallaan. Ohjaajan tehtävä on auttaa oppijaa liikkumaan mukavuusalueensa ulkopuolelle ja välttelyn sijaan kohtaamaan pelkonsa. Näin hän kehittää oppijan toimijuutta ja minäpystyvyyden tunnetta. Ohjaaja auttaa oppijaa tarkastelemaan kokemuksiaan, rajamaan ongelmia, oppimaan ongelmista, etsimään vaihtoehtoisia selityksiä ja ratkaisuja sekä asettamaan uusia oppijan kokoisia toimintatavoitteita. (Vrt. Poijula 2018).



## Muutosjoustavuus

### **Muutosjoustavuus**

Selviydyn haasteista.  
Pyrin ratkaisemaan ongelmia.  
En välttele haasteita.  
Asioiden pohtiminen ja ratkaisujen etsiminen kannattaa.  
Yritän, kunnes onnistun.  
Kun epäonnistun, yritän uudestaan.  
Yrittäminen ja ponnistelu kannattaa aina.  
Asetan itselleni tavoitteita.  
Minun on suht helppoa mukautua uusiin tilanteisiin.  
Minulla on vahvuuksia, joita voisin hyödyntää uravalinnassani.  
Yritän hyödyntää toiminnassani huonoakin palautetta.  
Onnistun, jos yritän.  
Uskon onnistuvani opinnoissani.  
Menestyn, koska ponnistelen tavoitteiden saavuttamiseksi.  
Jos minulla on ongelmia, otan vastaan apua niiden ratkaisemiseksi.

Vauraksen ja Salosen (2003) mukaan autonomiset, sosiaalisesti taitavat, itseohjautuvat ihmiset, jotka asettavat toiminnalleen tavoitteita ja kykenevät säätämään tuntemuksiaan, pystyvät parhaiten toimimaan muuttuvissa toimintaympäristöissä.

## Omatoimisuus

### **Omatoimisuus**

Vastan minua koskevista päätöksistä ja niiden seurauksista itse.  
Oma mielipide minua koskevissa asioissa on tärkeintä.  
Otan huomioon muiden mielipiteet mutta teen minua koskevat päätökset itse.  
Osaan perustella päätökseni.  
Valitsen itse minua miellyttävät vaihtoehdot.

Urasuunnittelutaitojen viitekehyksen mukaan ohjauksen tavoitteena on se, että oppija kykenee tunnistamaan ja analysoimaan omaa toimintaansa muuttuvissa tilanteissa. Ohjauksen tavoitteena on, että oppija ymmärtää päätöksentekoprosessia ja siihen vaikuttavia tekijöitä sekä kykenee arvioimaan päätöksensä vaikutuksia. Ohjauksen tavoitteena on se, että nuori osaisi asettaa tavoitteita, tunnistaa ennakkoluulottomasti eri mahdollisuuksia sekä pystyy tunnistamaan ja ratkaisemaan ongelmia. Urasuunnitelman toimeenpano edellyttää valmiutta sietää epävarmuutta ja muuttaa suunnitelmia. Oppijalle tulisi kehittyä kyky arvioida ja uudelleen suunnata omaa toimintaansa. (KEHA-keskus 2023)

## Päätöksentekovalmius

### Päätöksentekovalmius

Minulla on tulevaisuuden suunnitelmia.  
Oman ammattiuran pohtiminen on hyvä aloittaa nyt.  
Tiedän tai haluan selvittää, mitkä ovat vahvuuteni.

## Arviointialue 4. Suunnitelmallisuus

Opetussuunnitelman perusteissa suunnitelmallisuutta ja tavoitteellisuutta tarkastellaan oppimisympäristön ominaisuutena ja oppilaan valmiutena. Oppilaita ohjataan ikäkaudelleen sopivalla tavalla asettamaan tavoitteita, suunnittelemaan työtään ja arvioimaan edistymistään (ePerusteet).

Greeno ja Riley (1987) kiinnittivät huomiota siihen, että oppilaan tulisi ymmärtää, miten asiat liittyvät toisiinsa ja muodostavat kokonaisuuden. Oppilaan tulisi tiedostaa, mistä ongelman osa-alueista ratkaisu muodostuu ja mitkä ovat askeleet ongelman ratkaisuun, jos prosessi on ennalta tiedossa. Tiedon käyttö suunnittelussa on metakognitiivista toimintaa. Tämän takia oppilaanohjaajan on hyvä kuvata oppilaille, mistä vaiheista ohjausprosessi muodostuu ja mitä ura- ja koulutusvalintaa edeltäviä pulmia oppilaan tulisi ratkaista.

TEHO-mittarin taustalla olevassa CTI-mittarissa arvioidaan päätöksenteon epävarmuutta ja sitoutumisahdistusta. Päätöksenteon epävarmuus kuvaa oppilaan kokemaa vaikeutta valintaan liittyvässä ongelmanratkaisussa ja päätöksenteossa. Sitoutumisahdistus taas kuvastaa kyvyttömyyttä tehdä valintaa, vaikka mahdolliset vaihtoehdot on jo rajattu. Toinen TEHO-mittarin taustalla oleva teoria on attribuutioteoria. Mikäli oppija voi kokea, että hän voi kontrolloida tai vaikuttaa ongelman tai vaikeuden syyhyn, hän voi myös kokea toiveikkautta ja myönteisiä tulevaisuusodotuksia. Etsimällä ratkaisuja ongelmiin, tuetaan ihmisen oman elämän hallinnan tunnetta.

Cheryl (2013) on selvittänyt tutkimuksessaan, mitkä asiat edistävät ja mitkä estävät oppilaan yrityksiä valita ja muotoilla päämäärä sekä seurata tätä tavoitteen määrittelemää suunnitelmaa. Syy, miksi ihmiset eivät saavuta tavoitettaan on se, että he eivät harkiten määrittele päämäärää niin, että se olisi uskottava ja saavutettavissa. Menestyjä voi kertoa, mihin hän on menossa, miten tavoite saavutetaan ja kenen kanssa hän tekee yhteistyötä prosessin aikana.

### Suunnitelmallisuus

Pidän ongelmien ratkaisemisesta.  
En lannistu haasteiden edessä.  
Yritän paneutua yhteen asiaan kerrallaan.  
Kun minulla on joku hyvä peruste, osaan karsia vaihtoehtoja ja tehdä valinnan.  
Kun minulla on tavoite, toimin sen saavuttamiseksi suunnitelmani mukaan.  
Pyydän apua, kun sitä tarvitsen ongelmieni ratkaisemisessa.  
Osaan koota tarvittavat tiedot tehtävän suorittamista varten.

Ohjauksen tavoitteena on, että oppijalle syntyy valmius tehdä arkielämää, opiskelua, jatko-opintoja sekä tulevaisuutta koskevia valintoja ja päätöksiä. Tämä edellyttää kyseenalaistamisen ja pohtimisen taidon kehittämistä sekä toimijuuden, vastuunoton, oman toiminnan, kykyjen ja edellytysten suhteuttamisen taidon kehittämistä. Nuorelle tulisi kehittyä itsearviointi- ja analysointivalmius. Hänen tulisi kyetä toimimaan suunnitelmallisesti, mikä edellyttää kykyä asettaa itselle tavoitteita ja arvioida tavoitteiden saavuttamista. Ohjauksen tavoitteena on, että nuorelle kehittyä valmius asettaa itselleen sekä pitkän että lyhyen aikavälin tavoitteita ja kyky muuttaa tarvittaessa suunnitelmiaan ja toimintamallejaan. (ePerusteet.)

## OSA 2

### Arviointialue 5. Itsetuntemus

Oppilaan uravalinnan ja siihen johtavan koulutuspolun suunnittelun tulisi perustua oppilaan itsetuntemukseen. Pattonin ja McMahonin (2006) mukaan monissa uravalintaan liittyvissä teorioissa painotetaan itsetuntemuksen merkitystä päätöksentekoprosessissa. Tällaisia ovat esimerkiksi Hollandin (1997) ja Superin (1980) teorit. Superin mukaan ihmisen uraa määrittäviä tekijöitä ovat tietoisuus, asenteet, kiinnostuksen kohteet, tarpeet, arvot, kyvyt ja soveltuvuus sekä biologiset ominaisuudet. Superin mukaan uravalinta on yksilön eri valintojen ja tarpeiden sekä ympäristön välinen kompromissi. Itsetuntemus täsmentyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa saadun palautteen kautta. Hollandin mukaan ihmisten tulisi etsiä työtehtäviä ja rooleja, joissa he voivat ottaa käyttöönsä omat taitonsa ja kykynsä, ilmaista asenteitaan ja arvojaan sekä työskennellä mieleistensä ongelmien parissa.

Ohjauksen tavoitteena on, että oppijan itsetuntemus ja vahvuuksien tunnistamisen ja hyödyntämisen taito kehittyvät yleissivistävän koulutuksen aikana. Hänelle tulisi syntyä kyky tunnistaa omia valmiuksiaan, arvojaan, lähtökohtiaan ja kiinnostuksen kohteitaan. Ohjauksen avulla nuoren tulisi perehtyä ammatteihin, työelämään, elinkeinoelämään ja yrittäjyyteen. Hänen tulisi kyetä hyödyntämään kulttuuritaustaansa ja koulutuksen sekä työelämän mahdollisuuksia. (ePerusteet.)

**Itsetuntemus**

Tiedän, miten opin parhaiten.  
 Tunnistan vahvuuteni oppijana.  
 Tunnistan, mitä osaan jo hyvin.  
 Tunnistan, mitä uutta haluaisin oppia.  
 Tiedän, mitä osaamistani voin hyödyntää työmarkkinoilla.  
 Tunnistan, missä asioissa minun tarvitsee kehittyä.  
 Tunnistan, mitkä asiat ovat minulle tärkeitä.  
 Tiedän, mistä olen kiinnostunut.  
 Tiedän, mistä koulutusalaista olen kiinnostunut.  
 Tiedän, mistä ammattialasta olen kiinnostunut.

Urasuunnittelutaitojen viitekehyksessä itsetuntemus määrittää oman elämäntarinan, omien voimavarojen ja työkyvyn, tunteiden, toimintatapojen ja arvojen tutkimisena sekä sanallistamisena. Ohjauksen tavoitteena on se, että oppija tiedostaa ja tunnistaa omat motivaatiotekijänsä ja kiinnostuksen kohteensa sekä oivaltaa oman suhtautumisen merkityksen työssä ja opiskelussa. Tämän lisäksi itsetuntemusta lähestytään osaamisidentiteetin rakentamisen näkökulmasta. Oppijan tulisi tunnistaa oma osaaminen ja vahvuudet sekä osattava sanallistaa ne. Ohjauksen tavoitteena on, että oppijalle syntyy kyky ja tahto jatkuvaan oppimiseen ja oman osaamisen kehittämiseen. (KEHA-keskus 2023.)

## Arviointialue 6. Toimintaympäristö

Ohjausprosessin aikana tulisi perehtyä keskeisiin uravalinnassa tarvittaviin tietolähteisiin ja kehittää oppilaiden taitoa hakea koulutus- ja työelämätietoa sekä Suomesta että ulkomailta. Oppijalle tulisi syntyä valmius arvioida eri tietolähteiden kautta saadun tiedon luotettavuutta ja tarkoituksenmukaisuutta urasuunnittelun näkökulmasta. Oppimisympäristöjen tulisi tukea tiedon hankkimista opiskelu- ja työskentelymahdollisuuksista ja kehittää oppilaan kykyä hyödyntää eri tieto-, neuvonta- ja ohjauspalveluita. (ePerusteet.)

**Toimintaympäristön tunteminen**

Osaan kertoa koulutus- ja työelämän mahdollisuuksista.  
 Olen perehtynyt eri koulutusaloihin.  
 Olen perehtynyt eri ammattialoihin.  
 Olen tutustunut työelämään.  
 Olen tutustunut eri ammattien hyviin ja huonoihin puoliin.  
 Olen tutustunut osaamisen kysyntään työmarkkinoilla.  
 Tiedän, millaiselle osaamiselle on kysyntää työmarkkinoilla.  
 Olen tutustunut toisen asteen koulutusvaihtoehtoihin.  
 Tiedän, miten Suomen koulutusjärjestelmä toimii.  
 Hankin tietoa eri jatkokoulutusvaihtoehdoista.

Olen perehtynyt eri jatkokoulutusvaihtoehtojen pääsyaatimuksiin.  
Tiedän, millaista osaamista tarvitsen.  
Osaan etsiä omiin tavoitteisiini sopivia mahdollisuuksia.  
Tiedän, millaista työtä Suomessa tehdään.  
Tiedän, mihin suuntaan työelämä on ehkä muuttumassa.

Urasuunnittelutaitojen viitekehysten mukaan, kun oppija pyrkii hahmottamaan toimintaympäristön, hän pyrkii ymmärtämään, arvioimaan ja vertailemaan, millainen on itseään kiinnostavien alojen tilanne työmarkkinoilla ja koulutuksessa (KEHA-keskus 2023). Nuoren tulee ensin kuitenkin tunnistaa orastava mielenkiinto alaa kohtaan. Tämän jälkeen voidaan perehtyä alaan syvemmin. Prosessin aikana oppija yrittää yhdistää omat vahvuutensa uravaihtoehtoihin ja koulutustarjontaan.

Kun oppija pyrkii hahmottamaan toimintaympäristöään, hän havainnoi ammatteja ja niissä vaadittavaa osaamista sekä tunnistaa itselleen sopivia mahdollisuuksia. Ohjauksen tavoitteena on, että hän tunnistaa ja osaa tarkastella kriittisesti rakenteiden ja ekososiaalisten tekijöiden vaikutuksia urasuunnitteluun. Tavoitteena on myös osata arvioida alan muutoksia tulevaisuudessa, hahmottaa millaisia vaihtoehtoisia polkuja on ja mitä osaamista muutoksissa vaaditaan. (KEHA-keskus 2023).

## OSA 3

### Arviointialue 7. Oppilaanohjauksen riittävyys

”Oppilaalla, joka tarvitsee perusopetuksen jälkeisiin jatko-opintoihin hakeutumiseen liittyvää tukea, on oikeus saada oppilaanohjauksen lisäksi tarpeidensa mukaista tehostettua henkilökohtaista oppilaanohjausta vuosiluokilla 8 ja 9. Tehostetussa henkilökohtaisessa oppilaanohjauksessa painopisteenä on oppilaan jatko-opintovalmiuksien kehittäminen sekä ohjaaminen oppilaalle sopiviin jatko-opintoihin. Tavoitteena on, että jokaiselle oppilaalle löytyy jatko-opiskelupaikka, jossa oppilas jatkaa oppivelvollisuuden suorittamista perusopetuksen jälkeen.” Tehostetun henkilökohtaisen oppilaanohjauksen tarpeen arvioi ensisijaisesti oppilaanohjaaja oppilaanohjauksen sisältöjen ja tavoitteiden näkökulmasta”. (ePerusteet.)

Uraohjauksen tehostamisen arviointikriteereinä voidaan käyttää muun muassa oppijan kokemaa tyytyväisyyttä (koulu ja elämä) ja koulustressin määrää. Runsaat poissaolot ovat selkein peruste tehostaa oppilaanohjausta, koska poissaolot hankaloittavat tavoitteellista työskentelyä. Kun oppija on joutunut toistuvasti koulukiusaamisen kohteeksi tai hän on joutunut lukuisten kurinpitotoimien kohteeksi, ohjausta on syytä tehostaa. Jos oppija vaikuttaa uupuneelta, erityisen epävarmalta tai perfektionistilta, hän voi olla tehostetun uraohjauksen tarpeessa. Pulmat kaverisuhteissa voivat aiheuttaa stressiä ja ahdistuneisuutta, mikä haittaa koulutyöskentelyä. Koulukiusatuksi joutuneet nuoret kokevat muita nuoria huomattavasti

yleisemmin myös omien vanhempiensa kohdistaneen heihin henkistä ja fyysistä väkivaltaa. (Valtioneuvosto 2019.)

Oppivelvollisuuslaki tarkastelee perusopetusta ja toisen asteen ohjausta jatkumona. Lain perustelujen mukaan varmistamme ohjauksellisen jatkumon, jos ainakin erityisen tuen, tehostetun tuen ja vieraskielisten oppilaiden tehostetun oppilaanohjauksen tarve arvioidaan (HE 173/2020). Osalle maahanmuuttotauktaista nuorista perusopetuksen jälkeinen nivelvaihe on haastava, koska kaikkien suomen tai ruotsin kielen taito ei riitä jatko-opiskeluun. Jos nuori on saanut jatkokoulutuspaikan, äidinkieli ei kuitenkaan selitä koulutuksen keskeyttämistä. (Karvi 2015.)

Tehostetun uraohjauksen toimeenpano edellyttää tavallista suuremman urapävarmuuden tunnistamista. Se voidaan määritellä yksilön yleiseksi huoleksi tulevaisuudesta, jatkuvuudesta ja vakaudesta, joka ilmenee esimerkiksi huolina koulutus- ja urapäätöksenteossa ja työelämään pääsystä. (Mauno ym. 2023.) Oppivelvollisuuslakia koskevassa hallituksen esityksessä (HE 173/2020 vp) on mainittu tekijöitä, joiden avulla voi arvioida oppilaan tehostetun henkilökohtaisen oppilaanohjauksen tarvetta.

**Oppilaanohjauksen riittävyys**

Minulla on kavereita koulussa

Suomen kielellä opiskelu on minulle helppoa.

Olen saanut tarvitsemaani tukea koulussa.

Minua ei ole kiusattu koulussa toistuvasti.

Minulla ei ole hankala kotitilanne.

Minulla ei ole sairautta tai vammaa, joka pitäisi huomioida uravalinnassa.

Minulla ei ole paljon poissaoloja.

Minulla ei ole paljon jälki-istuntoja.

## Lähteet

- Candy, P. C. (1991). *Self-direction for lifelong learning: a Comprehensive guide to theory and practice* (1. p.). San Francisco, California: Jossey-Bas.
- Cheryl, J. (2013). Using Goal Setting Theory to Promote Personal Development. Teoksessa G. P. Latham & A. L. Edwin, *New Developments in Goal Setting and Task Performance* (s. 584–598). New York: Routledge.
- ELGPN [European Lifelong Guidance Policy Network]. (2015). Suuntaviivoja elinikäisen ohjauksen toimintapolitiikalle ja palvelujärjestelyille Yhteiset tavoitteet ja periaatteet eu:n jäsenmaille ja komissiolle. ELGPN Tools No.4. Jyväskylän yliopisto. Noudettu osoitteesta <https://www.elgpn.eu/publications/browse-by-language/finnish/suuntaviivoja-elinikaisen-ohjauksen-toimintapolitiikalle-ja-palvelujarjestelyille-yhteiset-tavoitteet-ja-periaatteet-eu-n-jasenmaille-ja-komissiolle>. (luettu 16.5.2023).
- Engeström, Y. (2004). *Ekspansiivinen oppiminen ja yhteiskehittely työssä*. Keuruu: Vastapaino.
- ePerusteet. Perusopetuksen opetus suunnitelman perusteet 2014. Noudettu osoitteesta <https://eperusteet.opintopolku.fi> (luettu 16.5.2024).
- Greeno J. G., & Riley M. S. (1987). Processes and Development of Understanding. Teoksessa F. E. Kluwe, *Metacognition, Motivation and Understanding* (s. 289–313). Hollsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Hakkarainen, K., Lonka, K. & Lipponen, L. (2008). Tutkiva oppiminen. Järki, tunteet ja kulttuuri oppimisen sytyttäjänä (6.–8. p.). WSOY.
- HE 173/2020. Hallituksen esitys eduskunnalle oppivelvollisuuslaiksi ja eräiksi siihen liittyviksi laeiksi. Noudettu osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/esitykset/he/2020/20200173> (luettu 16.5.2024).
- Holland, J. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments* (3. p.). Odessa, FL: Consulting Psychologists Pres.
- Kallunki, V. & Lehtonen, O. 2012. Nuorten aikuisten elämäntyytyväisyyden osatekijät hyvinvoinnin eri tasoilla. *Yhteiskuntapolitiikka* 77 (4), 359–374.
- Karvi (2015). Maahanmuuttajataustaiset oppijat suomalaisessa koulutusjärjestelmässä. Koulutuksen saavutettavuuden ja opiskelun aikaisen tuen arviointi. T. Pirinen (toim.) *Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. Julkaisut 17:2015*. Noudettu osoitteesta <https://www.karvi.fi/fi/julkaisut/maahanmuuttajataustaiset-oppijat-suomalaisessa-koulutusjarjestelmassa-0> (luettu 16.5.2024).
- Karvi. (2020). Vaihtoehtoja, valintoja ja uusia alkuja. Arviointi nuorten opintopoluista ja ohjauksesta perusopetuksen ja toisen asteen nivelvaiheessa. *Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. Julkaisut 6:2020*. Noudettu osoitteesta [https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI\\_0620.pdf](https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI_0620.pdf) (luettu 29.9.2023).
- Karvonen, S. (2019) Koetun hyvinvoinnin tila tunnuslukujen valossa. Teoksessa L. Kestilä & S. Karvonen (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2018. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos*. Helsinki, ss. 96–100.
- Kasurinen, H. (2018) *Toivokeskeisyys ohjauksessa*. Teoksessa Pirttiniemi, J., Kasurinen, H., Kettunen, J., Merimaa, E. & Vuorinen, R. (toim.) *OPO – Opinto-ohjaajan käsikirja 2*. Helsinki: Opetushallitus.
- KEHA-keskus. (2023). *Urasuunnittelutaidot. Ehdotus kansalliseksi viitekehyykseksi*. Noudettu osoitteesta <https://peda.net/hankkeet/elotori/elinikaisen-ohjauksen-valtakunnallinen-kehittaminen-2022-202/urasuunnittelutaitojen-viitekehys/julkaisut-ja-muu-materiaali/ehdotus-urasuunnittelutaitojen-viitekehyykseksi/261023-urasuunnittelutaitojen-viitekehys.pdf2> (luettu 16.5.2024).

- Kestilä, L., Karvonen, S., Parikka, S., Seppänen, J., Haapakorva, P. & Sutela, E. (2019). Teoksessa L. Kestilä & S. Karvonen (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2018. Terveys ja hyvinvoinnin laitos*. Helsinki, ss. 120–142.
- Koro, J. (1993). Aikuinen oman oppimisen ohjaajana. Itseohjautuvuus, sen kehittäminen ja yhteys oppimistuloksiin kasvatustieteen avoimen korkeakouluopetuksen monimuotokokeilussa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Lonka, K. (2015). *Oivaltava oppiminen*. Keuruu: Otava.
- Mauno S., Klug K., Rantanen J., Muotka J. & Kiuru N. (2023). Profiles of early career insecurity and its outcomes in adolescence: A four-wave longitudinal study. *Journal of Research on Adolescence*. Noudettu osoitteesta <https://doi.org/10.1111/jora.12869> (luettu 16.5.2024).
- Niemi, P. (2022). Tehostettu ja henkilökohtainen oppilaanohjaus. Opetushallitus. Oppaat ja käsikirjat 2022:2. Noudettu osoitteesta [oph.fi/sites/default/files/documents/Tehostettu\\_ja\\_henkilokohtainen\\_oppilaanohjaus\\_0.pdf](https://oph.fi/sites/default/files/documents/Tehostettu_ja_henkilokohtainen_oppilaanohjaus_0.pdf) (luettu 16.5.2023).
- Opetushallitus (2023). Hyvän ohjauksen kriteerit. Noudettu osoitteesta [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Hyvän%20ohjauksen%20kriteerit\\_0.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Hyvan%20ohjauksen%20kriteerit_0.pdf). (luettu 17.6.2024).
- Oppivelvollisuuslaki 1214/2020. Noudettu osoitteesta <https://finlex.fi/fi/laki/alkup/2020/20201214> [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Hyvän%20ohjauksen%20kriteerit\\_0.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Hyvan%20ohjauksen%20kriteerit_0.pdf)
- Opetus – ja kulttuuriministeriö (2023). Yhteisellä koulutiellä. Käsikirja perusopetuksen oppilaiden läsnäolon tukemiseen ja poissaolojen vähentämiseen. Johanna Sergejeff (toim.). Noudettu osoitteesta <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/165025> (luettu 16.5.2024).
- Patton, W., & McMahon, M. (2006). *Career Development and Systems Theory. Connecting Theory and Practice (Second Edition p.)*. Rotterdam: Sense Publishers.
- Pentikäinen, L. (2014). *Katsaus suomalaisen työn tulevaisuuteen. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisu*.
- Perusopetuslaki 1998/628. Noudettu osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628> (luettu 16.5.2024).
- Poijula, S. (2018). *Resilienssi. Muutosten kohtaamisen taito*. Helsinki: Kirjapaja.
- Sampson J. P., Jr., Peterson, G. W., Lenz, J. G., Readon, R. C., & Saunders, D. E. (1996a). *Career Thoughts Inventory. Professional Manual*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Sampson J. P., Jr., Peterson, G. W., Lenz, J. G., Readon, R. C., & Saunders, D. E. (1996b). *Career Thoughts Inventory. Improving Your Career Thoughts. A Workbook for the Career Thoughts Inventory*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Snyder, C. R. (2000). *Handbook of Hope: Theory, Measures and Applications*. Academic Press.
- Super, D. E. (1980). A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282–298.
- Tarki, J. (1996). Yksilöiden oikeus itsemäärämiseen. Teoksessa A. Hautamäki, E. Lagerpetz, J. Sihvola & J. Tarkki, *Yksilö modernin murroksessa* (s. 205–243). Helsinki: Gaudeamus.
- Tiikkainen, P. & Pynnönen, K. (2018). Sosiaalisen toimintakyvyn arviointi ja mittaaminen väestötutkimuksissa. Noudettu osoitteesta <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/tmi/article/tms00018> (luettu 16.5.2024).
- Weiner, B. (1986). *An Attributional Theory of Motivation and Emotion*. New York: Springer-Verlag.



- Valtioneuvosto. (2019). Edellytykset kasvuun, oppimiseen ja osallisuuteen kaikille. Tutkijoiden havaintoja ja suosituksia lasten ja nuorten monipuolisen kehityksen, terveyden ja vaikuttamisen mahdollisuuksien edistämiseksi. Valtioneuvosto, J. (toim.). Valtioneuvoston julkaisuja 2019:7. Opetus- ja kulttuuriministeriö, sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki 2019. Noudettu osoitteesta [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161440/VN\\_2019\\_7\\_Edellytykset\\_kasvuun\\_oppimiseen\\_ja\\_osallisuuteen\\_kaikille.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161440/VN_2019_7_Edellytykset_kasvuun_oppimiseen_ja_osallisuuteen_kaikille.pdf?sequence=4&isAllowed=y) (luettu 16.5.2024).
- Vauras, M., & Salonen, P. (2003). Itsesäätely selvitysmekanismoina muuttuvissa oppimis- ja toimintaympäristöissä. *Learn Periodical* (2), 11–12.
- Vuorinen, R., Kettunen J., Ruusuvirta-Uuksulainen O., & Kukkaneva, E. (2023). Urasuunnittelutaitoja jäsentävä selvitys ja näkökulmia jatkokehittämistä varten. Koulutuksen tutkimuslaitos Raportteja ja työpapereita 2. Jyväskylän yliopisto. Koulutuksen tutkimuslaitos.

## Liite 1. Ura- ja koulutusvalintavalmiuksien kehittymisen arviointi

### OSA 1

#### Arviointialue 1. Hyvinvointi

##### Kouluun kiinnittyminen

Tulen kouluun mielelläni.  
Olen innostunut koulutyöstä.  
Tulen kouluun levänneenä.  
Koulunkäynti on suht helppoa.  
Koulutyöni on hyödyllistä.

##### Tulevaisuususkko

Olen onnellinen.  
Minulla on yleensä hyvä mieli.  
Olen tyytyväinen elämääni.  
Onnistun elämässäni.  
Aina on toivoa.  
Tulevaisuus tuo hyvää tullessaan.  
Ongelmat on tehty ratkaistaviksi.  
Pystyn vaikuttamaan elämäni tapahtumiin.

#### Arviointialue 2. Yhteistyö

##### Vuorovaikutus

Pyydän apua, jos minulla on hankaluuksia suoritua jostakin tehtävästä.  
Tiedän, mistä voin kysyä apua eri pulmiin.  
Tulen hyvin toimeen ihmisten kanssa.  
Osaan säädellä omia tunteitani.  
Osaan säädellä omaa käyttäytymistäni.  
Pyrin hahmottamaan asioiden välillä syy-seuraussuhteita.  
Osaan kertoa itsestäni ja osaamisestani muille.  
Osaan kuvata osaamistani.  
Osaan laatia työhakemuksen (esim. TET-paikan haku).  
Osaan käyttäytyä tilanteen vaatimalla tavalla.  
Otan itse selvää minua ja ura- ja koulutusvalintaani vaikuttavista asioista.

##### Ulkoiset ongelmatilanne

Saan hyvääkin palautetta aikuisilta.  
Huoltajani kannustavat minua opinnoissani.  
Muut ihmiset haluavat minun parastani.  
Tulen toimeen opettajien kanssa.

#### Arviointialue 3. Itseohjautuvuus

##### Muutosjoustavuus

Selviydyn haasteista.  
Pyrin ratkaisemaan ongelmia.  
En välttele haasteita.  
Asioiden pohtiminen ja ratkaisujen etsiminen kannattaa.  
Yritän, kunnes onnistun.  
Kun epäonnistun, yritän uudestaan.  
Yrittäminen ja ponnistelu kannattaa aina.  
Asetan itselleni tavoitteita.  
Minun on suht' helppoa mukautua uusiin tilanteisiin.  
Minulla on vahvuuksia, joita voisin hyödyntää uravalinnassani.  
Yritän hyödyntää toiminnassani huonoakin palautetta.  
Onnistun, jos yritän.  
Uskon onnistuvani opinnoissani.  
Menestyn, koska ponnistelen tavoitteiden saavuttamiseksi.  
Jos minulla on ongelmia, otan vastaan apua niiden ratkaisemiseksi.

##### Omatoimisuus

Vastaan minua koskevista päätöksistä ja niiden seurauksista itse.  
Oma mielipide minua koskevissa asioissa on tärkeintä.  
Otan huomioon muiden mielipiteet mutta teen minua koskevat päätökset itse.

Osaan perustella päätökseni.  
Valitsen itse minua miellyttävät vaihtoehdot.

#### **Päätöksentekovalmius**

Minulla on tulevaisuuden suunnitelmia.  
Oman ammattiuran pohtiminen on hyvä aloittaa nyt.  
Tiedän tai haluan selvittää, mitkä ovat vahvuuteni

#### **Arviointialue 4. Suunnitelmallisuus**

Pidän ongelmien ratkaisemisesta.  
En lannistu haasteiden edessä.  
Yritän paneutua yhteen asiaan kerrallaan vaikka moni asia kiinnostaa minua.  
Kun minulla on joku hyvä peruste, osaan karsia vaihtoehtoja ja tehdä valinnan.  
Kun minulla on tavoite, toimin sen saavuttamiseksi suunnitelmani mukaisesti.  
Pyydän apua, kun sitä tarvitsen ongelmieni ratkaisemisessa.  
Osaan koota tarvittavat tiedot tehtävän suorittamista varten.

### **OSA 2**

#### **Arviointialue 5. Itsetuntemus**

Tiedän, miten opin parhaiten.  
Tunnistan vahvuuteni oppijana.  
Tunnistan, mitä osaan jo hyvin.  
Tunnistan, mitä uutta haluaisin oppia.  
Tiedän, mitä osaamistani voin hyödyntää työmarkkinoilla.  
Tunnistan, missä asioissa minun tarvitsee kehittyä.  
Tunnistan, mitkä asiat ovat minulle tärkeitä.  
Tiedän, mistä olen kiinnostunut.  
Tiedän, mistä koulutusalaista olen kiinnostunut.  
Tiedän, mistä ammattialasta olen kiinnostunut.

#### **Arviointialue 6. Toimintaympäristön tunteminen**

Osaan kertoa koulutus- ja työelämän mahdollisuuksista.  
Olen perehtynyt eri koulutusaloihin.  
Olen perehtynyt eri ammattialoihin.  
Olen tutustunut työelämään.  
Olen tutustunut eri ammattien hyviin ja huonoihin puoliin.  
Olen tutustunut osaamisen kysyntään työmarkkinoilla.  
Tiedän, millaiselle osaamiselle on kysyntää työmarkkinoilla.  
Olen tutustunut toisen asteen koulutusvaihtoehtoihin.  
Tiedän, miten Suomen koulutusjärjestelmä toimii.  
Hankin tietoa eri jatkokoulutusvaihtoehtoista.  
Olen perehtynyt eri jatkokoulutusvaihtoehtojen pääsyvaatimuksiin.  
Tiedän, millaista osaamista tarvitsen.  
Osaan etsiä omiin tavoitteisiini sopivia mahdollisuuksia.  
Tiedän, millaista työtä Suomessa tehdään.  
Tiedän, mihin suuntaan työelämä on ehkä muuttumassa.

### **OSA 3**

#### **Arviointialue 7. Oppilaanohjauksen riittävyys**

Minulla on kavereita koulussa.  
Suomen kielellä opiskelu on minulle helppoa.  
Olen saanut tarvitsemani tukea koulussa.  
Minua ei ole kiusattu koulussa toistuvasti.  
Minulla ei ole hankala kotitilanne.  
Minulla ei ole sairautta tai vammaa, joka pitäisi huomioida uravalinnassa.  
Minulla ei ole paljon poissaoloja.  
Minulla ei ole paljon jälki-istuntoja.

