

Helsingin yliopisto

Kaisa Poutanen

# **Gradukuntoon- ryhmä viivästyneille tutkielman tekijöille**

# Gradukuntoon-ryhmä

## viivästyneille tutkielman tekijöille

Kaisa Poutanen

*Gradukuntoon -ryhmämalli kehitettiin tutkielmassaan viivästyneiden opiskelijoiden tueksi Campus Conexus-projektissa. Ryhmämalli on lyhyt, viiden tapaamisen paketti, jonka avulla pyritään auttamaan pro gradu- tutkielman kanssa ongelmiin ajautuneita opiskelijoita pääsemään uudestaan kiinni gradun työstämiseen tai saattamaan gradu päätökseen. Tapaamisia järjestetään puolentoista tunnin ajan kerran viikossa, eli ryhmä kokoontuu tiiviisti ja lyhyesti gradun edistämisen äärelle.*

Tämä kuvaus sisältää sisältöideoita viiden kerran graduryhmän toteutukseen ja se on kirjoitettu ryhmän ohjaajia ajatellen. Sisältöjä voi vapaasti muokata soveltumaan kuhunkin oppimisympäristöön ja ryhmän ohjaajien omaan osaamiseen. Tehtäviä ja teemoja kannattaa muokata tilanteen mukaan, sillä tärkeää ei ole käydä läpi kaikkea mitä ohjaajat olivat alun perin suunnitelleet, vaan vastata ryhmäläisten tarpeisiin joustavasti ryhmätapaamisissa. Ryhmän ohjaajina toimivat Campus Conexus-projektissa opintopsykologit tai opintopsykologi yhteistyössä opettajan kanssa. Monien ammattikuntien edustajat voivat erinomaisesti ohjata ryhmää, jos he ovat kiinnostuneita opiskelijälähtöisestä gradun prosessin ohjauksesta. Ryhmän työskentelytavoista voi hyvin ottaa ideoita myös oppiaineiden tarjoamien tavanomaisten graduryhmien työskentelytavoiksi.

Gradukuntoon -ryhmä on ensisijaisesti kohdennettu opiskelijoille, joiden pro gradu -tutkielma on jo selvästi viivästynyt ja jotka tahtovat saattaa gradunsa päätökseen. Yksinkertaisimmillaan ryhmämallissa keskitytään kahteen asiaan: osallistujien keskinäisen vertaistuen ja vertaisohjauksen edistämiseen sekä gradua edistävien työskentelytapojen harjoitteluun ryhmätapaamisissa ja niiden välillä. Kyse ei ole sisällöllisestä graduohjauksesta, vaan gradunteon yleisiä taitoja edistävästä erityisohjauksesta. Gradun sisältöihin liittyvää ohjausta opiskelijat voivat edelleen hakea omalta

graduohjaajaltaan, ja tähän myös kannustetaan ryhmässä. Ryhmä on suunnattu tilanteisiin, joissa tavanomainen graduohjaus ei syystä tai toisesta ole riittänyt opiskelijoille. Vastaavankaltaisella idealla toimivia ryhmiä tai kursseja on toteutettu eri puolilla Suomea yliopistoissa (esimerkiksi Otetta Opintoihin ryhmämalli ks. Liimatainen & Keskinarkaus 2011 ja Gradupaja ks. Toom 2009). Palautteet toteuttamistamme ryhmistä ovat olleet myönteisiä. Opiskelijat ovat kokeneet vertaistuen ja uusien työtapojen oppimisen myötä saaneensa uusia välineitä gradun tekemiseen ja helpotusta graduun liittyvään ahdistukseen.

Ryhmän mainosteksti, jota voi hyödyntää mainostuksessa esimerkiksi sähköpostilistoilla:

### **Gradukuntoon! - Ryhmä gradunteon tueksi**

**Kaipaatko tukea ja kannustusta graduntekoon?  
Opiskelijoille on tarjolla ryhmä, jonka tavoitteena  
on saada keskenjäänyt gradu jälleen etenemään.**

Gradukuntoon-ryhmä on suunnattu opiskelijoille, joiden gradu on viivästynyt ja jotka tahtovat saattaa gradunsa päätökseen. Ryhmän tavoitteena on oppia toimivia työskentelytapoja ja vähentää graduun liittyvää ahdistusta. Ryhmässä pohdiskellaan, harjoitellaan ja keskustellaan. Aihepiireinä ovat esimerkiksi aikaansaaminen, ajankäyttö ja kirjoittaminen. Ryhmäkerroilla ja ryhmätapaamisten välillä tehdään gradun tekemistä tukevia harjoituksia. Ryhmään voidaan ottaa 15 osallistujaa. Tarkoituksena on sitoutua mukaan kaikille kerroille.

# Tapaamisten sisällöt

## *1. Tutustuminen ja tavoitteiden asettaminen*

Tavoitteet: Tutustuminen ja työskentelytavoista sopiminen, gradunteon ongelmien ja siihen liittyvän ahdistuksen normalisoiminen, gradutavoitteiden asettaminen ja työskentelyvaiheiden pilkkomisen opetteleminen (SMART-tavoitteet), välitehtäviin kannustaminen

Välitehtävät: Tavoitteiden toteutumisen seuranta ja ajankäytön seuranta

### ***Ensimmäisen kerran sisällöt***

- Ohjaajien esittäytyminen ja ryhmän tarkoituksen läpikäyminen, yhteisten työskentelytapojen sopiminen opiskelijoiden kanssa - esimerkiksi ajoissa tuleminen, esteestä ilmoittaminen, luottamuksellisuuden tärkeys ryhmäkeskustelujen suhteen
- Lyhyitä tutustumisharjoituksia sekä pareittain että koko ryhmän kesken, ryhmäläisten esittäytyminen koko ryhmän kuullen lyhyesti: kuka olet ja mikä on keskeinen haaste, johon tahtoisi ryhmästä tukea?
- Ohjaajat kommentoivat opiskelijoiden kuvaamia haasteita: mitä yhtäläisyyksiä haasteista löytyy?
- Lyhyt alustus gradunteosta, jonka tarkoituksena on normalisoida graduntekoon liittyviä vaikeuksia ja kuvata gradunteon prosessia. Hyvä lähdemateriaali ohjaajille on esimerkiksi Kimmo Svinhufvudin Gradutakuu- teos (Svinhufvud 2010).
- Omien gradutavoitteiden asettaminen ja pilkkominen pieniin osatavoitteisiin SMART periaatteen mukaan ja pienten gradutekojen ylöskirjaaminen (katso liite 1). Opiskelijat tekevät tehtävän yksin, jonka jälkeen otetaan taululle yksi gradutavoite ja pilkkotaan tavoitetta yhdessä helpommin toteutettaviksi osatavoitteiksi. Lopulta pienistä osatavoitteista opiskelijat kirjaavat itselleen pieniä gradutekoja, jotka on mahdollista tehdä esimerkiksi 15 minuutissa. Tekoja on tarkoitus toteuttaa seuraavan viikon aikana ja toteutuksesta pidetään kirjaa.
- Välitehtävän ohjeistaminen. Seurataan pienten gradutekojen toteuttamista ja seurataan omaa ajankäyttöä tarkasti viikon ajan (katso

liite 2). Ajankäytön seurannan pohjalta käsitellään aikaansaamista ja jaksamista tukevaa ajanhallintaa toisella tapaamiskerralla.

Ensimmäisen tapaamisen keskiössä ovat ryhmäläisten tutustuminen ja joidenkin työskentelyn aloittamista helpottavien työvälineiden opettelu, kuten SMART-periaatteella tapahtuva tavoitteiden pilkkominen ja ajankäytön seuranta. Ohjaajien on hyvä pitää mielessä, että graduongelmien kanssa kamppailevat opiskelijat ovat usein jo ehtineet turhautua tilanteeseensa ja itseensä graduntekijöinä.

Ensimmäisellä tapaamiskerralla on tutustumisen lisäksi tärkeä normalisoida graduntekoon liittyviä vaikeuksia ja ahdistusta. Normalisointi, eli opiskelijoiden kokemusten yleiseksi ja ymmärrettäväksi osoittaminen, on erinomainen työväline graduryhmissä. Ohjaajat voivat normalisoida opiskelijoiden kokemuksia heijastamalla takaisin sitä, mitä ryhmäläiset kertovat gradunteon vaikeuksista esittäytymiskierroksen aikana. Ohjaajat kertovat omin sanoin, mitä he ovat kuulleet ryhmäläisten kertovan ja min-käläisiä yhteisiä ongelmia puheenvuoroista nousee esille.

Opiskelijoiden on hyödyllistä havaita, että he eivät ole yksin ongelmien-  
sä äärellä ja että ahdistus, epävarmuus ja aikaansaamattomuuden hetket kuuluvat usein olennaisena osana gradun tekemiseen. Toisiin ryhmäläisiin tutustumisen kautta opiskelijat saavat kokemuksen yhteisten kysymysten äärellä olemisesta. Opiskelijat voivat havaita toisten opiskelijoiden kokemusten kautta, että ahdistuminen gradusta on ymmärrettävä vastaus vaikeasti hallittavaan tilanteeseen.

Ohjaajat voivat jo ensimmäisellä kerralla nostaa esille kevyesti myös joitakin gradunteon kannalta huonosti toimivia uskomuksia gradunteosta. Yleisiä uskomuksia ovat esimerkiksi se, että gradusta pitää olla inpiroitunut ennen kuin voi aloittaa työskentelyn ja että ennen kirjoittamisen aloittamista tulee olla jo selvillä gradun sisältö yksityiskohtaisesti ja lopullisesti. Uskomusten esiin nostamisen tarkoituksena ei ole kritisoida opiskelijoiden ajattelua, vaan lempeästi kyseenalaistaa joitakin yleisiä graduntekoon liittyviä ja usein heikosti toimivia ajatuksia ja toimintatapoja.

Ensimmäisellä tapaamiskerralla on tärkeä kannustaa opiskelijoita pienin askelin edistyvään graduntekoon ja uusien työskentelytapojen kokeilemiseen ryhmän aikana. Ryhmämalliin kuuluvat välitehtävät ja harjoitukset tähtäävät siihen, että opiskelijat saisivat pieniä onnistumisen kokemuksia ja tätä kautta uskoa omiin kykyihinsä tehdä gradu. Kykyuskomuksilla tiedetään olevan paljon merkitystä siinä, miten ihminen motivoituu toteutta-

maan haastavia projekteja ja muuttaa toimintaansa. Myös oman toiminnan havainnointi arjessa voi lisätä toimijuuden tunnetta omassa elämässä, mikä tukee keskeisesti gradun edistämistä. Ohjaajien kannattaakin herättää opiskelijoiden uteliaisuutta uusien työskentelytapojen kokeilemista kohtaan. Ajankäytön seurannan tehtävään voi motivoida opiskelijoita kertomalla, että se on aikaisempien ryhmien palautteissa yksi hyödyllisimmäksi koettu tehtävä. Ohjaajien kannattaa sanoa ääneen myös se, että varsinainen gradua edistävä työskentely ei tapahdu ryhmätapaamisissa, vaan niiden välillä. Samalla ryhmätapaamisiin kannattaa tulla, vaikka työskentely ei olisikaan lähtenyt liikkeelle halutulla tavalla.

## **2. Aikaansaaminen ja ajanhallinta**

Tavoitteet: Käsitellä realistisen ajanhallinnan ja hyvien työskentelyolosuhteiden merkitystä gradunteossa, keskustella välttämiskäyttäytymisestä ja viivyttelystä ja pohtia yhdessä keinoja helpottaa aloittamisen kynnyksen ylittämistä ja työhön ryhtymistä.

Välitehtävä: Ajankäytön suunnittelu ja suunnitelman toteutumisen seuranta

### **Toisen kerran sisällöt**

- Uusi esittäytymiskierros, jos paikalla on uusia osallistujia ja jotta ryhmäläiset oppivat toistensa nimet.
- Edellisen tapaamisen annin läpikäynti parin kanssa ja yhteinen ryhmäkeskustelu siitä, miten gradun työstäminen on sujunut viimeisen viikon aikana suhteessa asetettuihin tavoitteisiin. Painotetaan, että myös epäonnistumisista saa vapaasti puhua ryhmässä.
- Ajankäytön seurantatehtävän purku pienryhmissä: mitä yllättävää ajankäytön seurannan perusteella huomattiin ja milloin gradutyöskentely sujui?
- Ohjaajien lyhyt alustus: aikataulu työkaluna ja realistinen ajankäytön suunnittelu
- Viikkosuunnitelman tekeminen seuraavalle viikolle, yksintyöskentely paperille, pyrkimyksenä luoda aikataulu, jossa on itselle sopivassa suhteessa työskentelyä ja aikaa palautumiselle, pohjana voi käyttää samaa taulukkoa kuin ensimmäisessä välitehtävässä (liite 2)
- Ohjaajien lyhyt alustus ryhmäläisten kanssa keskustellen: työskentelyn vältteleminen, ideana on tuoda esille aloittamisen lykkäämisen yleisyys tehtäessä itsenäisesti jotain vaikeaa ja epävarmuutta herättävää (aikaansaamattomuuden psykologiasta lue esim. Inkinen ym., 2012)
- Parhaat keinot aloittaa työskentely – pohdintatehtävä pienryhmissä, opiskelijat kirjaavat ylös keinoja päästä kiinni työskentelyyn ja esittelevät ideansa toisille ryhmille
- Välitehtävän ohjeistaminen: ajankäytön suunnitelman toteutuksen seuranta
- Fiilislappu: mikä on päällimmäinen ajatus tai tunne toisesta ryhmätapaamisesta? Opiskelijat voivat jättää fiilislaput nimettöminä ohjaajille

Toinen ryhmätapaaminen käsittelee realistista ajankäytön suunnittelua ja aikaansaamista. Opiskelijat ovat tehneet ensimmäiset välitehtävät, joihin liittyviä onnistumisen ja epäonnistumisen kokemuksia käsitellään ryhmässä. Monet ovat saaneet onnistumisen kokemuksia pienten gradutekojen toteuttamisesta, mutta samalla on tyypillistä, että muutamilla työskentely ei ole vielä lähtenyt heidän haluamallaan tavalla käyntiin. Tätäkin on ohjaajien hyvä normalisoida. Oman toiminnan muuttaminen ei välttämättä tapahdu hetkessä, jos gradun tekemisessä on ollut pitkä tauko.

Opiskelijat ovat edellisen viikon ajan seuranneet tarkasti ajankäyttöään, mikä tukee toisen kerran työskentelyä ja voi auttaa opiskelijoita hahmottamaan mahdollisen aikaansaamattomuuden syitä. Ajankäytön seuranta paljastaa opiskelijoille usein yllättäviä asioita. Opiskelijat saattavat huomata, että heillä ei olekaan niin paljon aikaa gradun edistämiseen kuin mitä he olivat kuvitelleet. Havainto auttaa heitä tekemään entistä realistisempia suunnitelmia jatkossa. Tällöin katkeaa mahdollisesti myös epäonnistumisen kierre, joka on voinut aiheutua itselle asetetuista kohtuuttomista ja epärealistisista tavoitteista.

Vaihtoehtoisesti opiskelijat saattavat tulla ajankäytön seurannan perusteella entistä tietoisemmiksi ajasta, jonka voisi käyttää gradun tekemiseen, mutta joka kuluu sen sijaan erilaisiin sijaistoimintoihin. Ohjaajien on hyödyllistä painottaa, että ajankäytön seurannan ideana ei ole ruokkia itsesytyksiä ja syyllisyyttä, vaan auttaa hahmottamaan omaa ajankäyttöä entistä paremmin. Omaa ajankäyttöä kehoitetaan tarkastelemaan myötätuntoisessa hengessä.

Toisella kerralla tärkeitä ovat myös pienryhmäpohdinnat, joissa opiskelijat keksivät pienryhmissä keinoja ylittää aloittamisen kynnyistä ja tukea aikaansaamista. Usein opiskelijoilla on jo ollut käytössään paljon hyviä strategioita, mutta niiden hyödyntäminen on syystä tai toisesta jäänyt tutkielman teon yhteydessä. Opiskelijoille voi olla yllättävää ja ilahduttavaa huomata, että aikaisemmin he ovat onnistuneet hyvin suunnittelemaan ja aikatauluttamaan työskentelyään. Aiemmin toimineet hyvät strategiat on tarkoitus ryhmän myötä ottaa uudestaan käyttöön. Pyrkimyksenä on tukea tehtävien ja keskustelujen kautta opiskelijoiden toimijuuden tunnetta (engl.agency) gradunteossa.

Ryhmäkerralla opiskelijat suunnittelevat itselleen toteuttamiskelpoisen aikataulun seuraavalle viikolle. Aikataulusuunnitelmassa kannattaa painottaa realismia ja kohtuullisuutta suhteessa käytettävissä olevaan aikaan ja omiin voimavaroihin. Ohjaajat voivat kertoa, että myös gradunteon aika-



na on tarkoitus viettää vapaa-aikaa ja nukkua säännöllisesti. Palautumisen tiedetään olevan olennaista hyvinvoinnin ja työskentelyn sujumisen kannalta. Opiskelijat seuraavat aikataulusuunnitelman toteutumista seuraavana välitehtävänä.

### *3. Motivaatio ja tunteet gradunteossa*

Tavoitteet: kartoittaa graduun liittyvää motivaatiota, tarkastella tunteiden ja ajatusten merkitystä gradunteossa ja edistää hyväksyvän suhteen kehittämistä graduahdistusta kohtaan

Välitehtävä: Kirjoita gradun sisällysluettelohahmotelma seuraavalle kerralle.

#### ***Kolmannen kerran sisällöt***

- Fiiliskierros koko ryhmän kesken: mikä on fiilis tänään gradun suhteen? Miten pienten gradutekojen toteuttaminen on sujunut?
- Puretaan pienryhmissä ajankäytön suunnittelun tehtävä, pieni keskustelu yhteisesti
- Mikä motivoi tekemään gradun? Mitä pidätte tärkeänä gradun tekemisessä? Osallistujat ryhmittelevät 4-5 tärkeintä asiaa pienryhmissä post-it lapuille, puretaan yhteisesti.
- Motivaation merkitys gradunteossa - lyhyt alustus motivaatiosta opiskelussa. Hyvää lähdemateriaalia ohjaajille on esimerkiksi motivaatiota käsittelevä teksti yliopisto-opettajan käsikirjassa (Lindblom-Ylänne, Mikkonen, Heikkilä, Parpala & Pyhältö 2009, ss. 80-89).
- Minkälaisia tunteita ja ajatuksia liittyy graduun? Pienryhmäkeskustelu ja purku yhteisesti, kirjoitetaan graduntekoon ajatuksia ja tunteita esimerkiksi taululle tai fläppipaperille.
- Miten suhtautua tunteisiin ja ajatuksiin gradunteossa? Yhteinen keskustelu. Tarkoituksena on käsitellä graduntekoon liittyviä hankalia kokemuksia ja keskustella ahdistuksen ja epävarmuuden hyväksynnästä vaihtoehtona välttelylle tai ahdistuksen kontrollille.
- Ohjeistetaan välitehtäväkirjoittamista koskevaa ryhmätapaamista varten, tarkoitus on tuoda seuraavalle kerralle sisällysluettelohahmotelma gradusta.

Motivaatiota ja tunteita käsittelevä ryhmäkerta on ollut opiskelijoille mieluinen ja usein hyödyllisimmäksi koettu ryhmäpalautteiden perusteella. Motivaatiota ja tunteita käsitellään vasta kolmannella tapaamiskerralla, koska silloin opiskelijat ovat jo ehtineet tutustua toisiinsa ja monenlaisista

asioista on luonteva keskustella yhdessä. Tapaamiskerralla lähdetään tutkimaan omia motiiveja tehdä gradua ja saattaa gradu päätökseen.

Motivaation kannalta on olennaista, että opiskelija uskoo pystyvänsä tekemään gradun ja se, että gradun valmistuminen on opiskelijan elämäntavoitteiden kannalta tärkeää. Hyviä syitä tehdä gradu voi olla useita, eikä yhtä oikeaa motivaation lähdettä ole tarkoituksenmukaista löytää. Ohjaajat voivat kuitenkin tuoda esille, että pakon tunteen alla motivaation rakentaminen on tavanomaista vaikeampaa. Ajatus pakosta tai velvollisuudesta nostaa helposti pintaan vastarintaa, ja gradutyöskentely tuntuu näin entistä raskaammalta. Pakon sijaan lähdetään ryhmässä tutkimaan niitä syitä, miksi gradun tekeminen tai valmiiksi saaminen on houkuttelevaa, palkitsevaa tai opiskelijoiden omien arvojen mukaista.

Kun opiskelija on kirkastanut itselleen toimintaansa motivoivia tekijöitä, voi olla helpompi käsitellä myös vaikeita tunteita ja ajatuksia, jotka tyypillisesti liittyvät graduntekoon. On tavallista, että opiskelijat tuovat esille epäonnistumiseen, häpeään ja synkkään tulevaisuuteen liittyviä ajatuksia ja tunteita tällä tapaamiskerralla. Gradun valmistuminen tarkoittaa useimpien kohdalla myös yliopistosta valmistumista ja näin ollen suurta muutosta opiskelijan elämässä. Kun tunteita ja ajatuksia käydään läpi ryhmätapaamisessa, opiskelijat pääsevät toteamaan että heidän yksityiset kokemuksensa ovat usein jaettuina ja ymmärrettäviä.

Ajatusten ja tunteiden erittelyn lisäksi on mahdollista käsitellä sitä, miten ajatuksiin ja tunteisiin voi suhtautua ja miten tunteiden kanssa tullaan toimeen. Tällä kerralla voidaan palata toisen ryhmäkerran teemaan aloittamisen vaikeudesta ja välttämiskäyttäytymisestä. Kun tulemme paremmin tietoiseksi ja olemme valmiita kokemaan myös epämiellyttäviä tunteita ja ajatuksia, viivyttelystä ja sijaistoimintojen tekemisestä tulee vähemmän automaattista. Voimme vapaammin valita, miten toimimme tilanteessa.

Sallivan suhteen kehittäminen graduntekoon liittyvää ahdistusta kohtaan on toimivampi strategia kuin ahdistuksen täydellinen kieltäminen. Välttelemällä ahdistusta voi saada lyhytkestoista helpotusta tukalaan oloon, mutta pitkällä tähtäimellä ahdistus yleensä vahvistuu, kun tehtävät jäävät tekemättä. Yhden opiskelijan mukaan koko ryhmän paras anti hänelle olikin oivallus, että myös ahdistuneena on mahdollista tehdä gradua. Aloittamisen kynnyksen ylittämisen jälkeen työskentely tavanomaisesti helpottuu. Kun opiskelija pääsee kunnolla syventymään aiheeseensa, voi gradun sisältö alkaa kiinnostaa uudella tavalla ja työskentelyä värittää myös myönteiset oppoutumisen tunteet.

## 4. Kirjoittaminen

Tavoitteet: esitellä prosessikirjoittamisen idea ja etsiä yhdessä ratkaisuja tavanomaisiin kirjoittamisongelmiin, kannustaa opiskelijoita aloittamaan kirjoittaminen ja luetuttamaan toisilla keskeneräisiä tekstiluonnoksiaan.

Välitehtävä: Kirjoittamisharjoitus (esimerkkejä löytyy mm. Antoisampaan opiskeluun oppaassa s.31: <http://www.helsinki.fi/hyy/kopo/antoisampaan.pdf>).

### ***Neljännän kerran sisällöt***

- Lyhyt kuulumiskierros
- Gradun sisällysluettelon esittely parille ja keskustelu siitä, mitä kohtaa kirjoittaa tällä hetkellä tai mistä kohdasta voisi helpoiten aloittaa kirjoittamisen?
- Lyhyt alustus tieteellisestä kirjoittamisesta ja prosessikirjoittamisesta. Lähdemateriaalia aiheesta ohjaajille löytyy useista suomalaisista graduoppaista. Prosessikirjoittamisella tarkoitetaan luonnoksista alkavaa kirjoitusprosessia, jossa tekstiä muokataan toistuvasti kehittyvän ymmärryksen ja saadun palautteen perusteella.
- Vapaan kirjoittamisen harjoitus ryhmässä: opiskelijat kirjoittavat vapaasti viisi minuuttia valitsemastaan otsikosta, esimerkiksi 1) Graduni käsittelee 2) Gradussani tärkeitä käsitteitä ovat 3) Päätulokseni on 4) Gradun kirjoittamisessa vaikeinta on.. Keskustellaan yhteisesti siitä, miltä tuntui kirjoittaa vapaasti?
- Pareittain: Minkälainen kirjoittaja minä olen? Minkälaiset asiat ovat vaikeita gradun kirjoittamisessa? Tuotetaan yhdessä kirjoittamiseen liittyviä ongelmia.
- Aivoriihi pienryhmissä: tuotetaan ratkaisuja kirjoittamisongelmiin.
- Vastauksia kirjoittamiskysymyksiin ohjaajilta.
- Välitehtävän ohjeistus: kirjoittamiseen liittyvä harjoitus oman gradun sisällöistä.

Gradunteon ongelmat kiteytyvät usein kirjoittamiseen. Kirjoittamisongelmat liittyvät jo esillä olleisiin aiheisiin, kuten ajanhallintaan, motivaatioon ja graduntekoon liittyviin tunteisiin. Opiskelijat voivat olla jo varsin hyvin perehtyneet aiheeseensa, mutta kirjoittamisen aloittamiseen on korkea

kynnys. Toisaalta ryhmissä voi olla myös sellaisia kirjoittajia, joiden on vaikea lopettaa tekstin hiomista, sillä teksti ei tunnu milloinkaan tarpeeksi hyvältä. Myös tieteellisen kirjoittamisen taidot voivat osalla opiskelijoista olla heikosti kehittyneet tai he eivät luota kykyynsä kirjoittaa tieteellistä tekstiä. Kirjoittamisen kohdalla usko omiin kykyihin onkin usein voimakkaammin koetuksella, mikä on hyvä kertoa opiskelijoille. Ohjaajat voivat kertoa opiskelijoille lyhyesti myös omakohtaisia kokemuksia kirjoittamiseen liittyvistä vaikeuksista.

Ryhmätapaamisessa on tärkeä kannustaa opiskelijoita aloittamaan kirjoittaminen mahdollisimman matalalla kynnyksellä. Vaikka kirjoittamiseen liittyviä oppaita ja ohjeistuksia on olemassa paljon, hyvien ohjeiden laittaminen käytäntöön on usein vaikeaa. On hyvä painottaa opiskelijoille, että kirjoittamaan opitaan parhaiten kirjoittamalla. Luonnoksista liikkeelle lähteminen auttaa usein tyhjän paperin kammon kanssa. Opiskelijan tulee rohkaistua myös näyttämään omia keskeneräisiä tekstiluonnoksia toisille ja hankkia tätä kautta arvokasta palautetta.

Tapaamiskerralla myös kokeillaan käytännössä graduun liittyvää vapaan kirjoittamisen harjoitusta, jotta opiskelijat saisivat kokemuksen siitä, miltä tuntuu kirjoittaa omaan graduun liittyvää tekstiä mahdollisimman matalalla kynnyksellä. Harjoituksessa opiskelijat kirjoittavat vapaasti gradun sisällöstä yhtäjaksoisesti viiden minuutin ajan.

Opiskelijat voivat kokea tehtävän hyvin eri tavoin. Yksi voi huomata ilahduneena, että gradusta kirjoittaminen sujuu hyvin, kun taas toiselle tehtävä nostaa pintaa ahdistusta ja kirjoittamisesta ei tahdo tulla mitään. Kaikenlaisia havaintoja on mahdollisuus hyödyntää tullessa paremmin tietoisiksi itsestä gradun kirjoittajana.

Ohjaajien kannattaa varautua myös kysymyksiin, sillä opiskelijat kaipaavat usein myös käytännön vinkkejä ohjaajilta. Sisältöä koskevissa kysymyksissä opiskelijoita kehoitetaan ottamaan yhteyttä omaan graduohjaajaan. Seuraavaksi kerraksi sovitaan omaa gradua koskeva lyhyt kirjoittamisharjoitus, jossa opiskelija työstää tavoitteellisesti gradun sisältöihin liittyvää tekstiä.

## 5. Yhteenveto ja lopetus

Tavoitteet: pohtia, mitä ryhmästä on jäänyt käteen ja miten gradutyöskentelyä jatketaan ryhmän päätyttyä

### **Viidennen kerran sisällöt**

- Kuulumiskierros, voi varata hieman enemmän aikaa tällä kertaa
- Kirjoittamistehtävän purku parin kanssa, miten kirjoittaminen sujui?
- Loppukeskustelu: mitä ryhmästä jäi käteen? Mitä jäin kaipaamaan? Miten tästä eteenpäin edistän graduani?
- Palautteen täyttäminen, palautetta voi hyödyntää ryhmämallin kehittämisessä tai graduohjauksen yleisemmässä kehittämisessä, opiskelijoilta pyydetään lupa palautteen raportointiin, yhteinen keskustelu
- Kannustuslauseet lapuille ja niiden lukeminen opiskelijoille

Viimeisellä tapaamiskerralla varataan runsaasti aikaa keskustelulle siitä, mitä opiskelijat ovat ryhmässä oppineet ja mitä he olisivat vielä kaivanneet. Myös alussa asetettuihin tavoitteisiin palataan viimeisellä tapaamiskerralla ja arvioidaan tavoitteiden toteutumista. Opiskelijat usein toivovat ryhmätapaamisten jatkumista vertaisohjausryhmien päättyessä. Ohjaajat voivat kannustaa opiskelijoita tapaamaan toisiaan vielä ohjattujen tapaamisten jälkeen, esimerkiksi yhteisillä lounailla gradunteon ohessa. Toteuttamisamme ryhmässä opiskelijat ovatkin usein tavanneet toisiaan epävirallisesti jo ryhmätapaamisten aikana ja jatkaneet tapaamisia ryhmän päätyttyä. Näin vertaistuki voi jatkua ja syventyä ryhmän jälkeenkkin. Osa opiskelijoista saattaa kaivata ryhmän jälkeen vielä henkilökohtaista ohjausta. Jos oppilaitoksessa on tarjolla esimerkiksi opintopsykologien yksilöohjausta, tästä vaihtoehdosta voi kertoa opiskelijoille. Monille luontevin vaihtoehto on kuitenkin ohjauksen jatkaminen oman graduohjaajan kanssa. Viimeinen kerta päätetään kannustavassa hengessä: opiskelijat voivat esimerkiksi kirjoittaa lapuille kannuslauseita, joita toivoisivat itse kuulevansa nykytilanteessaan. Ohjaajat lukevat lopuksi kannuslauseet opiskelijoille.

# Lähteet

- Liimatainen, J. & Keskinarkaus, P. 2011. Otetta opintoihin ryhmämalli ja sen koulutus. Teoksessa J. Kaisto & J. Liimatainen (toim.) Asiantuntijaksi kasvun tukeminen korkeakoulussa. Ajatuksia urasta, asiantuntijuudesta ja opiskelun etenemisestä. Valmis tutkinto työelämävaltina -projekti. Oulu: Oulun yliopisto, 43-54.
- Lindblom-Ylänne, S., Mikkonen, J., Heikkilä, A., Parpala, A. & Pyhältö, K. 2009. Oppiminen yliopistossa. Teoksessa Lindblom-Ylänne, S. & Nevgi, A. (toim.) Yliopisto-opettajan käsikirja. Helsinki: WSOY, 70-100.
- Inkinen, M., Mikkonen, J., Heikkilä, A., Tukiainen, M. & Lindblom-Ylänne 2012. Aikaansaamattomuuden psykologiaa. *Psykologia* 03/2012, 172-181.
- Svinhufvud, K. 2010. Gradutakuu. Helsinki: Tammi.
- Toom, A. 2009. Gradupaja maisterivaiheen opiskelijoille. Teoksessa M. Inkinen & A. Toom (toim.) Yliopisto-opiskelijaksi kasvamassa – opiskelutai-toja kehittämässä. *Pedagogica* 29. Vaasa: Helsingin yliopiston käyttäytymistieteellinen tiedekunta, 23-29.





## LIITE 1

Graduun liittyvät tavoitteet kannattaa pilkkoa osatavoitteiksi. Isot ja epämääräiset tavoitteet ovat toimeen ryhtymisen kannalta hankalia. Hyödyllisiä ovat mahdollisimman pienet tavoitteet, joiden toteuttaminen tuntuu mahdolliselta. Hyvä osatavoite on SMART periaatteen mukaan

- Specific (yksityiskohtainen)
- Measurable (mitattava)
- Attainable (saavutettava)
- Reasonable (kohtuullinen)
- Time bound (aikataulutettu)

Mitä isoja gradun etenemiseen liittyviä tavoitteita sinulla on tällä hetkellä?

Pilko isoa tavoitetta mahdollisimman pieniin osatavoitteisiin SMART periaatteen mukaisesti

Kirjaa tähän osatavoitteista johdettuja pieniä gradua edistäviä tekoja, jotka on mahdollista saada aikaiseksi 15 minuutissa. Aloita ensimmäisestä pienestä askeleesta, joka on otettava jotta pääset kiinni työskentelyyn. Kirjaa ylös myös, milloin ja missä aloitat gradutekojen toteuttamisen



## LIITE 2 - Oman ajankäytön seuranta

Kirjaa taulukkoon tarkasti ajankäyttösi viikon ajalta. Milloin nukuit, milloin työskentelit, mitä muuta teit?

Klo	Ma	Ti	Ke	To	Pe	La	Su
00-01							
01-02							
02-03							
03-04							
04-05							
05-06							
06-07							
07-08							
08-09							
09-10							
10-11							
11-12							
12-13							
13-14							
14-15							
15-16							
16-17							
17-18							
18-19							
19-20							
20-21							
21-22							
22-23							
23-24							

Millaisia havaintoja teit ajankäytöstäsi?



**Vipuvoimaa**  
**EU:lta**  
2007-2013

*<http://www.campusconexus.fi/>*