



IMPROVING

# **GUIDANCE & COUNSELLING**

IN ADULT LEARNING

**KEINOJA KARTOITTAO OPPIMISEN TAUSTAMUUTTUJIA  
(ONLINE KÄSIKIRJA)**

*The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.*

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





## MIKSI | Käsikirjan taustaa

Hyvä lukija!

Tämä on online-versio käsikirjasta, joka on kehitetty Erasmus+ rahoitteisessa projektissa **Improving Guidance and Counselling in Adult Learning (IGCAL)** ja on neljän koulutustoimijan yhteistyön tulos. Yhteistyöhön osallistuivat Työväen Akatemia (Suomi), AFEdeMy, Academy on age-friendly environments in Europe B.V. (Alankomaat), Cáritas Diocesana de Coimbra (Portugali) ja Ljudska univerza Celje (Slovenia).

## KENELLE | Pääasialliset kohderyhmät

Ohjaaja ja opettaja, tämä käsikirja on tarkoitettu sinulle!

Helpottaaksemme aikuisopiskelijoiden opinto-ohjausta ja neuvontaa olemme koonneet joukon parhaita käytäntöjä, joiden avulla voi kartoittaa **oppimisen taustamuuttujia**. Tällaisia ovat mm. aiemman opitun tunnistaminen, opiskelijan itsetietoisuus oppijana, opiskelijan kyky tehdä itsenäisiä valintoja, opiskelijan itsetunto, itsekunnioitus ja minäpystyvyys, opiskelijan metakognitiiviset taidot, motivaatio ja sosiaalinen tausta. Jokainen käytänne on jaettu ryhmä- tai yksiköohjaukseen soveltuviin menetelmiin. Selvitämme metodien käyttämisen ja kohderyhmät myöhemmin tässä käsikirjassa. Jatka siis lukemista!

## MITÄ, MILLOIN, MISSÄ | Menetelmien käyttäminen

Ehkä pohdit, miksi käyttäisit tätä online työkalua ja miten se voi auttaa sinua työssäsi?

Työkalu on online versio käsikirjasta, joka rakennettiin projektiin osallistuvien koulutustoimijoiden parhaiden aikuiskoulutukseen soveltuvien ohjaukseen menetelmien pohjalta, joilla kartoitettiin oppimisen taustamuuttujia. Online työkalun käytännöt rohkaisevat aikuisoppijoita itsereflektioon, helpottavat heitä jakamaan ajatuksiaan ohjaajan kanssa ja auttaa heitä pääsemään yli oppimisen ja opiskelun esteistä.

Olemme kokeilleen menetelmiä eri oppilaitoksissa ja eri maissa. Olemme olleet tyytyväisiä tuloksiin. Esittelemme sinulle erilaisia vaihtoehtoja.

Jos haluat tietää kenelle, milloin, missä ja miksi käyttää tiettyä menetelmää, siirry seuraaviin osiin.



# MIKSI | Tämän käsikirjan tausta

## TIIVISTELMÄ

Improving Guidance and Counselling in Adult Learning (IGCAL) oli Euroopan komission Erasmus+ ohjelman rahoittama (KA204 – strateginen yhteistyö aikuiskoulutukselle). **Projektin tavoitteena** oli lisätä aikuiskoulutuksen laatua painottamalla ohjauksen merkitystä osana elinikäistä oppimista. **Tavoitteena oli** kehittää pedagoginen työkalu aikuisoppijoiden oppimisen taustamuuttujien kartoittamiseen, laajentaa ja kehittää aikuisoppijoita tukevien ohjaajien taitoja (kuten ohjaajat, opettajat ym.) ja siten myös kehittää uutta pohjaa elinikäiselle opinto-ohjaukselle.

## PARTNERIT

Projekti oli neljän aikuisoppilaitoksen yhteistyön tulos:

- Työväen Akatemia (Suomi)
- AFEdeMy, Academy on age-friendly environments in Europe, B.V. (Alankomaat)
- Cáritas Diocesana de Coimbra (Portugali)
- Public institution for adult education Celje (Slovenia)

## METODOLOGIA

Pedagogisessa työkalussa on käytänteitä, joilla voi kartoittaa oppimisen seuraavia taustamuuttujia:

- Aiemmin opitun tunnustaminen
- Oma käsitys itsestä oppijana
- Kyky tehdä itsenäisiä valintoja ja arviointeja
- Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys
- Metakognitiiviset taidot
- Motivaatio
- Sosiaaliset taustatekijät



## TEORIA

### Opinto-ohjaus aikuiskoulutuksessa

Eurostatin (2019) mukaan aikuisoppiminen tarkoittaa ”aikuisten osallistumista elinikäiseen oppimiseen”. Tämä tapahtuu yleensä alkuperäisen koulutuksen jälkeen. Elinikäinen oppiminen viittaa kaikkiin oppimisaktiviteetteihin joiden avulla lisätään tietoa, taitoja ja pätevyyskäsitteitä liittyen henkilökohtaisiin, kansalais- tai työelämätaitoihin.

EU:n Resolution of the Council (21.11.2008) määrittelee ohjauksen ”jatkuva prosessi, joka mahdollistaa kaiken ikäisten kansalaisten läpi elämän jatkuvan omien taitojen, pätevyyskäsitteiden ja mielenkiinnonkohteiden tunnistamisen. Ohjaus auttaa tekemään päätöksiä liittyen koulutukseen, työhön ja muuhun läpi elämän.” Ohjauksella on itseasiassa monia toimintoja aikuiskoulutuksessa (Krasovec, 2011):

- Oppiminen persoonaan liittyvissä ominaisuuksissa, mielenkiinnonkohteissa ja kyvyissä
- Uusien tapojen ja motivaatioiden oppiminen
- Koulutukseen liittyvien mahdollisuuksien tiedottaminen
- Auttaminen niin koulutukseen, henkilökohtaisiin ja ammatillisiin polkuihin liittyvien tavoitteiden saavuttamisessa
- Orientoiminen esteiden ylittämässä, joita kohdataan koulutusprosessin aikana
- Oppimisessa ja siihen liittyvissä teknologioissa tukeminen ja tehokkaiden oppimismenetelmien ja tekniikoiden kehittäminen
- Aiemmin opitun tunnustaminen.

## KENELLE | PÄÄASIALLISET KOHDERYHMÄT

Esitellyt menetelmät oppimisen taustamuuttujien selvittämiseen soveltuu seuraaville kohderyhmille: nuoret aikuiset (20-25-vuotiaat), aikuiset (yli 25 vuotiaat), aikuiset (yli 50-vuotiaat), seniorit (65-79-vuotiaat), vanhukset (yli 80-vuotiaat) ja haavoittuvat ryhmät, kuten maahanmuuttajat, pitkäaikaistyöttömät, entiset vangit, erityistarpeilla henkilöille. Ks. tarkempi erittely seuraavassa kappaleessa.

Olemme kokeilleet kaikkia esittelemiämme menetelmiä kaikille näille ryhmille. Kokeile, sopivatko ne sinulle myös!



## KOHDERYHMÄT

On tarpeen tietää aikuisopiskeluryhmien erityispiirteet, kuten heidän kulttuurinen ja sosioekonominen taustansa ja aiempi oppiminen, sekä muut taustaoppimisen parametrit, jotta heille voidaan suunnitella ja toteuttaa asianmukainen koulutus.

Tätä pedagogista työkalua voidaan käyttää seuraaville eri kohderyhmille:

- **Nuoret aikuiset (20-25-vuotiaat)** ovat Loevingerin kehitysteorian mukaan ns. itsetietoisuuden vaiheessa, johon kuuluu yksilöllistyminen ja muiden erilaisuuden hyväksyminen, mikä ilmenee mm. irtaantumisenä perinteisistä rooleista ja suoja mekanismeista. Itseluottamus rakentuu vuorovaikutuksessa muiden samanikäisten kanssa.
- **Aikuiset (yli 25 vuotiaat)** ovat heterogeeninen ryhmä. He säilyttävät kaiken lapsuudestaan ja nuoruudestaan aikuisuuteen tuomansa monimuotoisuuden, mutta monimuotoisuus kasvaa tai muuttuu edelleen, aivan kuten aikuisten roolit ja tehtävät eri elämänjaksoissa. Tämä vaikuttaa ja määrittää aikuisten jatkokoulutuksen tarpeisiin, oppimiseen, mahdollisuuksiin ja kykyihin sekä konkreettisiin koulutus- ja oppimispolkuihin.
- **Aikuiset (yli 50-vuotiaat)** : iäkkäät ihmiset ovat yleensä sitoutuneempia koulutukseensa, heillä on elinikäisiä kokemuksia, joita he voivat jakaa muiden kanssa ja yleensä he osallistuvat intensiivisesti koulutusprosessiin.
- **Seniorit (65-79-vuotiaat)**: yleisemmin tarkastellen seniorien elinikäisen oppimisen osa-alueita ovat:
  1. Digitaalisen osaamisen kehittäminen, jotta säilyttää kontaktin toisiin
  2. Vapaaehtoinen kouluttautuminen: uuden kielen opiskelu tai muuta itseään kiinnostavan aiheen opiskelu, kuten historia, filosofia ja valtiotieteet. He tekevät eläkkeelle jäätyään sitä, mikä aiemmin on ollut mahdotonta.
  3. Harrastekoulutus eläkkeelle jäätyä: mitä tehdä lisääntyneellä vapaa-ajalla tai tyhjentyneessä kodissa.
  4. Vanhuuteen oppiminen: kuinka kohdata menetyksiä (puolison tai ystävien kuolemat, mutta myös fyysisten ja psyykkisten voimien väheneminen), kuinka kohdata sairaudet.
- **Vanhukset (yli 80-vuotiaat)** monet heistä kärsivät kroonisista sairauksista (3/4:llä on useita kroonisia sairauksia, kuten sydän- tai keuhkosairauksia, diabetesta, dementiaa) tai kokevat liikkuvuusongelmia
- **Haavoittuvat ryhmät**, kuten maahanmuuttajat, pitkäaikaistyöttömät, entiset vangit, vapautumista odottavat ja erityistarpeita omaavat. Näiden ryhmien ongelmat heijastuvat työttömyyteen, alhaiseen koulutukseen, asunnottomuuteen ja sitä kautta yhteiskunnan ulkopuolelle jäämiseen. Haavoittuvuus voi johtua fyysisistä ominaisuuksista, sosiaalisista, taloudellisista, poliittisista ja kulttuurisista tekijöistä, nykyisistä konflikteista ja niin edelleen.



# MITÄ, MILLOIN, MISSÄ | Menetelmien käyttäminen

Tästä löydät oppimisen taustaparametrit, joiden käyttämiseen ohjaamme myöhemmin. Nämä ovat perusta aikuiskoulutuksen yksilöllisen polun ymmärtämiselle, mikä auttaa ohjaajia/opettajia suunnittelemaan ja sisällyttämään oppimisprosessiin. Joitain muuttujista voidaan käyttää koulutuksen alussa, toisia prosessin aikana. Seuraavassa kuviossa näet oppimisen taustaparametrit.

*Kuvio 1: Oppimisen taustaparametrit*



Käsikirjassa on kahden tyyppisiä menetelmiä: yksilöohjaukseen ja ryhmäohjaukseen soveltuvat menetelmät.

Toiset menetelmät soveltuvat paremmin yksilöohjaukseen ja toiset pienryhmäohjaukseen. Joissain tapuksissa menetelmä soveltuu molempiin tarkoituksiin. Ohjaus tarvitsee osapuolten välistä luottamusta ja ohjaus tulee antaa oikea-aikaisesti.



## Aiemmin opitun tunnustaminen

**Yksi aikuiskoulutuksen tärkeimmistä taustaparametreista on aiemmin opitun tunnustaminen. Käytä menetelmiä koulutusprosessin alussa. Menetelmiä voidaan käyttää yksilö- ja ryhmäohjauksessa.**

Aiemmin opitun tunnustaminen on aikuisoppijalle jopa tärkeämpää, kuin muille oppijoille aiempien opintojen ja eletyn elämän vuoksi. Aikuisoppijalle on kertynyt sekä formaalista että informaalista oppimista. Uuden liittäminen aiemmin opittuun lisää oppimista. Kaikki oppijan aiemmat tiedot, taidot ja käyttäytyminen tulisi käydä läpi aiemmin opitun tunnustamisen avulla (GOV.UK, 2019). Aiemmin opitun tunnustamisessa tulisi käsitellä seuraavia osa-alueita:

- Työkokemus
- Koulutustausta, lisäkoulutukset ja pätevyudet



**YKSIÖ**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



**PIENRYHMÄ**

**Soveltuvat menetelmät  
pienryhmäohjaukseen**



## Aiemmin opitun tunnustaminen



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	Aiemmin opitun tunnustaminen
<b>TYYPPI</b>	Kyselylomake
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoren aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Aiemmin opitun tunnustaminen on vielä tärkeämpää aikuisopiskelijoille kuin muille opiskelijoille; aikuisoppija on saanut sekä muodollista koulutusta että epävirallista oppia muista kokemuksista. Näin aiemmin opitun tunnustaminen voi lisätä oppijan itsearvostusta ja itseluottamusta, ja auttaa häntä urakehityksessä ja urasuunnittelussa. Aiemmin opitun tunnustamisen merkitys korostuu elinikäisen oppimisen tunnustamisessa ja edistämisessä. Osaltaan aiemmin opitun tunnustaminen myös vastaa yhteiskunnalliseen tarpeeseen osaavasta ja pystyvistä työvoimasta (The Opening University, 2020) <sup>1</sup> .
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Ohjausprosessin alussa. Voidaan käyttää yksilö- ja pienryhmäohjauksessa.
<b>KOKEMUS</b>	Aikuisopiskelijoiden ohjaukseen on erityisiä välineitä, menetelmiä ja toimia, jotka tukevat koko ohjausprosessia ja auttavat luomaan tai kehittämään erityisiä tapoja sovittaa taitoja ja elämäkokemuksia opiskelu- ja työtoimintaan. Jaettuja kysymyksiä voidaan käyttää tunnistettavassa aiemmin opittua.

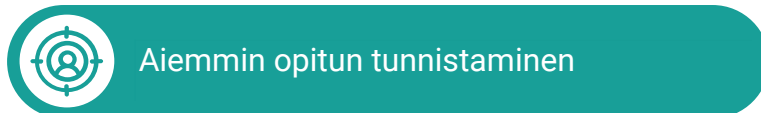
<sup>1</sup> THE OPEN UNIVERSITY (2020). *Recognition of Prior Learning*. [Online] Available from: <http://www.open.ac.uk/cicp/main/recognition-prior-learning>. [Accessed: 6th March 2020]





<b>Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</b>	
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Kysymyksiä käytetään ensimmäisessä ohjausprosessissa ja niitä voi käyttää yksilöhaastattelussa tai pienryhmäkeskusteluissa. Tavoitteena on kerätä tietoa aikuisopiskelijat profillista, aiemmasta koulutuksesta ja työkokemuksesta.
<b>KÄYTTÖ</b>	<a href="#">LATAA muokattava versio (WORD)</a> <a href="#">LATAA printattava versio (PDF)</a>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	Ohjaajan kannattaa varata aina valmiiksi seuraavat ohjauskerrat ja ohjeistaa, mitä tietoja oppijan tulisi kerätä seuraavaan ohjauskertaan. Tämä tapa sitouttaa oppijaa ja tekee ohjaukseen osallistumisen tärkeyden näkyväksi.

### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan





## Aiemmin opitun tunnustaminen



**Portfolio**<sup>2</sup> on tärkeä aikuisoppijan osaamisen näyte. Sen rakentamisen tulisi alkaa kokoamalla virallisia todisteita, joilla esitellään aiempaa oppimista, henkilötietoja ja muuta aikuisoppijan kannalta tarpeellista tietoa seuraavilta alueilta

- Ikä ja sukupuoli
- Koulutus
- Nykyinen ammatti
- Odotukset / mielenkiinnon kohteet
- Kurssit ja harjoittelut
- Työkokemus
- Muu hankittu osaaminen (myös virallisen koulutuksen ulkopuolelta saatu, esim. harrastuksista)
- Elämäntilanne
- Osallistumismahdollisuutesi koulutukseen
- (Tieto- yms.) tekniset valmiudet osallistua koulutukseen
- Mahdollisuudet osallistua vapaaehtoistyöhön, harjoitteluun, opiskelijavaihtoon, ammatilliseen liikkuvuuteen

---

<sup>2</sup> ANQEP - AGÊNCIA NACIONAL PARA A QUALIFICAÇÃO E O ENSINO PROFISSIONAL (2017). *Lifelong Guidance at the Qualifica Centres: Methodological Guide*. [Online] Available from: [https://anqep.gov.pt/np4/file/339/Ori\\_Longo\\_Vida\\_GM.pdf](https://anqep.gov.pt/np4/file/339/Ori_Longo_Vida_GM.pdf) [Accessed: 15<sup>th</sup> January 2020]



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Aiemmin opitun tunnustaminen</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Aiemmin opitun tunnustaminen (RPL) on vielä tärkeämpää aikuisopiskelijoille kuin muille opiskelijoille; aikuisoppija on saanut sekä muodollista koulutusta että epävirallista oppia muista kokemuksista. Näin RPL voi lisätä oppijan itsearvostusta ja itseluottamusta, ja auttaa häntä urakehityksessä ja urasuunnittelussa. RPL:n merkitys korostuu elinikäisen oppimisen tunnistamisessa ja edistämisessä. Osaltaan RPL myös vastaa yhteiskunnalliseen tarpeeseen osaavasta ja pystyvästä työvoimasta (The Opening University, 2020)<sup>3</sup>.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Ohjausprosessin alussa. Voidaan käyttää yksilö- ja pienryhmäohjauksessa.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Aikuisopiskelijoiden ohjaukseen on erityisiä välineitä, menetelmiä ja toimia, jotka tukevat koko ohjausprosessia ja auttavat luomaan tai kehittämään erityisiä tapoja sovittaa taitoja ja elämäkokemuksia opiskelu- ja työtoimintaan. Jaettuja kysymyksiä voidaan käyttää tunnistettavassa aiemmin opittua.</p>

<sup>3</sup> THE OPEN UNIVERSITY (2020). *Recognition of Prior Learning*. [Online] Available from: <http://www.open.ac.uk/cicp/main/recognition-prior-learning>. [Accessed: 6th March 2020]



<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Portfolio <sup>4</sup> on tärkeä aikuisoppijan osaamisen näyte. Sen rakentamisen tulisi alkaa kokoamalla virallisia todisteita, joilla esitellään aiempaa oppimista, henkilötietoja ja muuta aikuisoppijan kannalta tarpeellista tietoa Näistä voidaan koota kyselylomake, johon aikuisoppija vastaa itsenäisesti tai sitä käytetään puolistrukturoidussa haastattelussa informaation keräämiseksi ja keskustelun lujittamiseksi, tai sen avulla rakennetaan henkilökohtainen opintosuunnitelma ennen aikuiskoulutukseen kirjautumista.
<b>KÄYTTÖ</b>	<div data-bbox="584 435 1003 560" style="display: inline-block; text-align: center; border: 1px solid #008080; border-radius: 15px; padding: 10px;"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1025 435 1444 560" style="display: inline-block; text-align: center; border: 1px solid #008080; border-radius: 15px; padding: 10px; margin-left: 20px;"><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	Ohjaajan kannattaa varata aina valmiiksi seuraavat ohjaukset ja ohjeistaa, mitä tietoja oppijan tulisi kerätä seuraavaan ohjaukseen. Tämä tapa sitouttaa oppijaa ja tekee ohjaukseen osallistumisen tärkeyden näkyväksi.

#### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



#### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan



<sup>4</sup> ANQEP - AGÊNCIA NACIONAL PARA A QUALIFICAÇÃO E O ENSINO PROFISSIONAL (2017). *Lifelong Guidance at the Qualifica Centres: Methodological Guide*. [Online] Available from: [https://anqep.gov.pt/np4/file/339/Ori\\_Longo\\_Vida\\_GM.pdf](https://anqep.gov.pt/np4/file/339/Ori_Longo_Vida_GM.pdf). [Accessed: 15<sup>th</sup> January 2020]



## Oma käsitys itsestä oppijana

Kuinka aikuinen näkee itsensä oppijana? Tämä parametri auttaa keskittymään itseemme. Se auttaa meitä arvioimaan itseämme objektiivisesti ja tulemaan itsetietoisemmiksi. Tämä soveltuu käytettäväksi paremmin kasvokkaisissa ohjaustilanteissa opiskelijan ja ohjaajan kesken. Tästä löydät esimerkkejä, joita on käytetty yksilöllisessä opinto-ohjauksessa.

Jos haluat käsitellä aihetta pienryhmässä, kokeilu SWOT-analyysiä. Sen avulla saa perusinformaatiota ryhmästä, joka haluaa visioida tulevaisuutta tai analysoida ongelmaa. Kokeilimme ja se sopi meille. Kokeile, jos se sopii sinulle myös!



YKSILÖ

Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen



PIENRYHMÄ

Soveltuvat menetelmät  
ryhmäohjaukseen



## Oma käsitys itsestä oppijana



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Oma käsitys itsestä oppijana</b> Seuraavissa kysymyksissä on hyödynnetty Opiskelun taitokarttaa, joka on kehitetty Turun yliopistossa<sup>5</sup></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Aikuisopiskelijoiden oletetaan olevan riittävän itseohjautuvia, jolloin he pystyvät itse ottamaan vastuun oppimisestaan. Näin ei kuitenkaan aina ole. Vastuuta voidaan jakaa esimerkiksi opettajan antamalla tehtävien aikatauluksilla. Riittävällä itsetuntemuksella voidaan myös voittaa uuden oppimiseen liittyvät pelot, eikä erilaisia suoriutumisstrategioita epäonnistumisista selviämiseen tarvita. Aikuisopiskelijan riittävä itsearvostus myös mahdollistaa uuden kokeilun ja haasteiden kokemisen myönteisenä.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Aikuisilla oppimistulosten suhde minäpystyvyyteen on erittäin suuri, joten on tärkeää, että aikuisoppijat analysoivat oppimiskokemuksiaan, saavutuksiaan ja onnistumisen tuntemuksiaan mahdollisimman usein opintojen aikana.</p>

<sup>5</sup> KLEMOLA, U., IKÄHEIMO, H. & HÄMÄLÄINEN, T. (2019). *OHO-opas opiskelukykyä, hyvinvointia ja osallisuutta korkeakouluihin*. [Online] Available from: <https://ohohanke.fi/wp-content/uploads/2020/04/OHO-opas-1.pdf>. [Accessed: 20th February 2021]



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	Oman oppimisprosessin reflektointi parantaa motivaatiota ja aikuisoppijan opintojen suunnitelmallisuutta. Joskus oppijan on vaikeaa tuottaa tekstiä avointen kysymysten kautta. Tältä vältytään, kun oppijalle annetaan lista väittämiä, joihin oppija vastaa Likertin asteikolla vaihtoehdoilla ei koskaan, joskus, useimmiten tai aina.
<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Menetelmä sopii yksilö- ja ryhmäohjaukseen: aikuisoppija vastaa kysymyksiin Likertin asteikoilla vaihtoehdoilla ei koskaan, joskus, useimmiten tai aina.  Menetelmä sopii pienryhmätyöskentelyyn. Jokaiselle opiskelijalle jaetaan paperilla lista väittämiä, joista oppija valitsee itseään parhaiten kuvaavat väittämät. Jälkeenpäin koko ryhmä pohtii kuinka voisi parantaa oppimistaitojaan.
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	<div data-bbox="577 660 911 831">LATAA muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="920 660 1240 831">LATAA printattava versio (PDF)</div> <div data-bbox="1249 660 1561 831">LATAA muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1570 660 1868 831">LATAA printattava versio (PDF)</div>
<b>KÄYTTÖ</b>	Likert asteikolla pohtiminen toimii hyvin henkilökohtaisissa keskusteluissa (½h) opinto-ohjaajan kanssa.



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	Oma käsitys itsestä oppijana
<b>TYYPPI</b>	Kyselylomake
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Reflektion avulla on mahdollista saada uutta perspektiiviä ja uutta ymmärrystä muuttuvista olosuhteista. Itsetuntemusta kyky ymmärtää omia tunteita ja niiden vaikutusta käyttäytymiseen (Goleman, 2019) <sup>6</sup> . Asianmukainen käsitys omista vahvuuksista ja heikkouksista antaa realistista itseluottamusta. Se myös selkeyttää omia arvoja ja tarkoituksia, jolloin voi päättäväisemmin suunnitella toimintaansa.
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Ohjausprosessin alussa yksilöohjauksessa.
<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	Aikuisten opinto-ohjauksessa analysoidaan ja arvioidaan aikuisoppijan entistä ja nykyistä opintopolkua, työkokemusta, motivaatiota, taitoja ja mielenkiinnon kohteita sekä yksilöllistä urasuunnitelmaa. Yleensä tällaisia kysymyksiä käytetään erilaisissa palveluissa, joissa ohjataan muun muassa aikuisopintoihin tai ammatillisiin täydennyskoulutuksiin
<b>TYYPPI</b>	Näillä kysymyksillä kartoitetaan aikuisoppijan entistä ja nykyistä opintopolkua, työkokemusta, motivaatiota, taitoja ja mielenkiinnon kohteita sekä yksilöllistä urasuunnitelmaa

<sup>6</sup> GOLEMAN, D. (2019). *What is emotional self-awareness?*. [Online] Korn Ferry Institute. Available from: <https://www.kornferry.com/insights/articles/what-is-emotional-self-awareness-2019>. [Accessed: 2<sup>nd</sup> March 2020]





## KÄYTTÖ

LATAA  
muokattava versio (WORD)

LATAA  
printattava versio (PDF)

## MITÄ SEURAAVAKSI Mitä tehdä tuloksilla?

Ohjaajan kannattaa varata aina valmiiksi seuraavat ohjauskerrat, jotta aikuisoppija pystyy yksilöimään ja analysoimaan esimerkiksi negatiivisia kokemuksiaan ja epävarmuuttaan kyvystään suoritua opinnoista loppuun saakka.

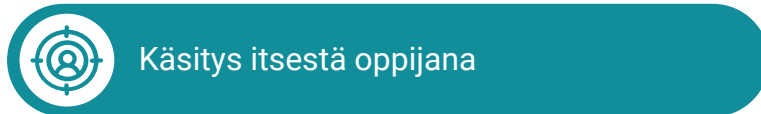


<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p>Oma käsitys itsestä oppijana</p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Aikuiset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Itsetietoisuudella kohdistamme huomion itseemme. Aikuisopiskelijoiden oletetaan usein olevan riittävän itseohjautuvia, jolloin he pystyvät itse ottamaan vastuun oppimisestaan. Näin ei kuitenkaan aina ole. Vastuuta voidaan jakaa esimerkiksi opettajan antamilla tehtävien aikatauluksilla. Riittävällä itsetuntemuksella voidaan myös voittaa uuden oppimiseen liittyvät pelot, eikä erilaisia suoriutumisstrategioita epäonnistumisista selviämiseen tarvita. Aikuisopiskelijan riittävä itsearvostus myös mahdollistaa uuden kokeilun ja haasteiden kokemisen myönteisenä. Tunnistamalla omat vahvuudet ja heikkoudet oppijana voi omia opiskelutaitojaan parantaa. Tämä tekee oppimisesta helpompaa ja tehokkaampaa, mikä johtaa parempaan motivaatioon ja opiskelun parempaan suunnitteluun.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Koulutusprosessin alussa yksilöhaastatteluissa tai pienryhmäkeskusteluissa.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Kokemuksemme mukaan näillä kysymyksillä voidaan rohkaista osallistujia tulemaan tietoisemmiksi oppimisestaan.</p>



<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Kysymyksiä käytetään orientaatioprosessi ensivaiheessa yksilöhaastatteluissa tai pienryhmäkeskusteluissa. Ohjaajan on erittäin tärkeää johtaa prosessia, jotta aikuisopiskelija tulee tietoiseksi oppimisprosessistaan. Tulosten mukaan yksilöt tulevat tietoisemmiksi oppimisestaan, mikä auttaa heitä kontrolloimaan ja suuntaamaan omaa oppimistaan.
<b>KÄYTTÖ</b>	<div data-bbox="582 395 1003 523"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1025 395 1447 523"><b>DOWNLOAD</b> printattava versio (PDF)</div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	Ohjaajan kannattaa jatkaa yksilöhaastatteluja siten, että ohjauksissa voidaan poistaa käsityksiä oppimisen esteistä.

Takaisin vaihtoehtojen valintaan



Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan





## Käsitys itsestä oppijana



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	Oma käsitys itsestä oppijana
<b>TYYPPI</b>	Kyselylomake
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Reflektion avulla on mahdollista saada uutta perspektiiviä ja uutta ymmärrystä muuttuvista olosuhteista. Itsetuntemusta kyky ymmärtää omia tunteita ja niiden vaikutusta käyttäytymiseen Goleman, 2019) <sup>7</sup> . Asianmukainen käsitys omista vahvuuksista ja heikkouksista antaa realistista itseluottamusta. Se myös selkeyttää omia arvoja ja tarkoituksia, jolloin voi päättäväisemmin suunnitella toimintaansa. SWOT on lyhenne sanoista strengths, weaknesses, opportunities ja threats (vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhat). SWOT-analyysi on yksinkertainen työkalu, joka auttaa käynnistämään mielekkään muutoksen ja parantamaan koulutuksen vaikuttavuutta. Se tarjoaa hyödyllistä perustietoa ryhmälle, joka haluaa visioida tulevaisuutta tai analysoida ongelmaa. Valkanos <i>et al.</i> (2009) <sup>8</sup> mukaan SWOTin viehätys on sen tuttuudessa ja helppokäyttöisyydessä sekä siinä, että se tarjoaa hyvän rakenteen tarkastella tulevaa.
<b>MILLOIN</b>	SWOT-analyysia voidaan käyttää monin eri tavoin, mutta erityisen hyvin se soveltuu erilaisten koulutusten ja ammatillisen yhdenvertaisuuden arviointiin. Joissain tapauksissa sen käyttö vaatii opinto-ohjaajan ohjeistusta ja apua. Niinpä sitä käytetään myös henkilökohtaisissa ohjaustilanteissa, joissa on enemmän aikaa reflektoida tehtävää

<sup>7</sup> GOLEMAN, D. (2019). *What is emotional self-awareness?*. [Online] Korn Ferry Institute. Available from: <https://www.kornferry.com/insights/articles/what-is-emotional-self-awareness-2019>. [Accessed: 2<sup>nd</sup> March 2020]

<sup>8</sup> VALKANOS, E. et al (2009). *The importance of SWOT Analysis for educational units that belong to the field of Vocational Education and Training: The case of the State Institute (IEK) of Epanomi in Thessaloniki, Greece.* [Online] Available from: <https://pdfs.semanticscholar.org/eb4b/636926470ba0f10bf8104a7ad209b4c7195c.pdf>. [Accessed: 16th March 2020]



<b>Milloin käytäntöä sovelletaan?</b>	
<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Aikuisten opinto-ohjauksessa analysoidaan ja arvioidaan aikuisoppijan entistä ja nykyistä opintopolkua, työkokemusta, motivaatiota, taitoja ja mielenkiinnon kohteita sekä yksilöllistä urasuunnitelmaa. Yleensä tällaisia kysymyksiä käytetään erilaisissa palveluissa, joissa ohjataan muun muassa aikuisopintoihin tai ammatillisiin täydennyskoulutuksiin
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	SWOT-analyysia hyödynnetään pienryhmätyöskentelyssä analysoitaessa oppimiskokemusten vahvuuksia, heikkouksia, mahdollisuuksia ja uhkia, jotta voidaan tarkastella ja mitata sisäisiä ja ulkoisia vaikutuksia. SWOT-analyysia voidaan käyttää monin eri tavoin, mutta erityisen hyvin se soveltuu erilaisten koulutusten ja ammatillisen yhdenvertaisuuden arviointiin.
<b>KÄYTTÖ</b>	<a href="#">LATAA muokattava versio (WORD)</a> <a href="#">LATAA printattava versio (PDF)</a>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	Ohjaajan kannattaa varata aina valmiiksi seuraavat ohjaukset, jotta aikuisoppija pystyy yksilöimään ja analysoimaan esimerkiksi negatiivisia kokemuksiaan ja epävarmuuttaan kyvystään suoriutua opinnoista loppuun saakka.

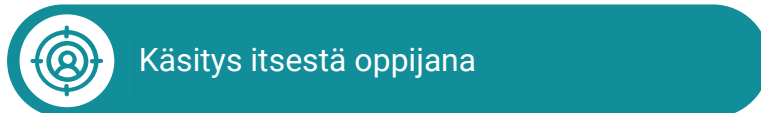


<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Oma käsitys itsestä oppijana</b></p> <p><b>SWOT analyysi</b></p> <p>SWOT on lyhenne sanoista strengths, weaknesses, opportunities ja threats (vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhat). SWOT-analyysi on yksinkertainen työkalu, joka auttaa käynnistämään mielekkään muutoksen ja parantamaan koulutuksen vaikuttavuutta.</p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Aikuisopiskelijoiden oletetaan usein olevan riittävän itseohjautuvia, jolloin he pystyvät itse ottamaan vastuun oppimisestaan. Näin ei kuitenkaan aina ole. Vastuuta voidaan jakaa esimerkiksi opettajan antamalla tehtävien aikatauluksilla. Riittäväällä itsetuntemuksella voidaan myös voittaa uuden oppimiseen liittyvät pelot, eikä erilaisia suoriutumisstrategioita epäonnistumisista selviämiseen tarvita. Aikuisopiskelijan riittävä itsearvostus myös mahdollistaa uuden kokeilun ja haasteiden kokemisen myönteisenä.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Koulutusprosessin alussa ryhmäkeskusteluna.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen</p>	<p>SWOT-analyysin viehätys on sen tuttuudessa ja helppokäyttöisyydessä sekä siinä, että se tarjoaa hyvän rakenteen tarkastella tulevaa.</p> <p>Kokemuksemme mukaan opiskelijat ovat yleisesti hyvin kyvykkäitä itsereflektioon kirjallisesti.</p>



<b>(yhteistyökumppanin näkökulmasta)</b>	
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Tyhjä SWOT-lomake on näkyvillä diaesityksessä tai se jaetaan jokaiselle aikuisopijalle. Opinto-ohjaaja avaa keskustelun vahvuuksista, heikkouksista, mahdollisuuksista ja uhista. Jokainen aikuisopija kirjoittaa itseään ja omaa tilannettaan kuvaavia väitteitä omalle SWOT-lomakkeelleen. Tämän jälkeen avataan , mitä havaintoja tai oivalluksia aikuisopijat tekivät ja pohditaan yhdessä, miten opiskelutaitoja voisi kehittää. Erityisesti mahdollisuudet ja uhat sopivat hyvin yhteiseen pohdintaan.
<b>KÄYTTÖ</b>	<div data-bbox="584 544 1003 667" style="display: inline-block; text-align: center;"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1025 544 1444 667" style="display: inline-block; text-align: center; margin-left: 20px;"><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	SWOT-analyysi toimii hyvin myös keskustelun herättäjänä henkilökohtaisissa tapaamisissa (1/2h) opinto-ohjaajan kanssa.

Takaisin vaihtoehtojen valintaan



Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan





## Kyky itsenäisiin arviointeihin ja valintoihin

Käytimme näitä kyselylomakkeita kartoittamaan itsetietoisuuden tekijöitä, joilla rohkaistaan oppijaa itsereflektioon ja helpotetaan ajatusten vaihtoa oppijan ja ohjaajan kesken.

Niiden avulla voit selvittää oppijan kykyä tehdä itsenäisiä arviointeja ja valintoja, itsetuntua, itsekunnioitusta ja minäpystyvyyttä. Käytä menetelmiä yksityisissä ohjaustilanteissa. Aikuisoppijalla ei aina ole riittäviä itseohjautuvuuden taitoja, jota hän voi ottaa vastuun oppimisestaan. Ohjaajalla on tärkeä rooli henkilökohtaisessa opintojen suunnittelussa.



**YKSIÖ**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



**PIENRYHMÄ**

**Soveltuvat menetelmät  
ryhmäohjaukseen**





## Kyky itsenäisiin arviointeihin ja valintoihin



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p>Kyky itsenäisiin valintoihin ja arviointeihin</p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset (yli 25-vuotiaat) Aikuiset (yli 50-vuotiaat) Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Jotta aikuisoppijat voivat kehittää kykyään tehdä itsenäisiä päätöksiä, opinto-ohjaajan on autettava heitä ymmärtämään henkilökohtaiset oppimistavoitteensa, mahdollisuutensa aktiiviseen ja itsenäiseen oppimiseen sekä heidän kykynsä ja vahvuutensa eri osa-alueilla. Oppijalähtöisiin menetelmiin kuuluu se, että opinto-ohjaaja opastaa opintovalinnoissa ja niiden positiivisten ja negatiivisten seurausten huomioimisessa.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Aikuisopintojen alussa / kun ilmenee vaikeuksia suorittaa opintoja ajallaan.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Huomioimalla oppijan oppimistarpeet ja negatiiviset käyttäytymismallit luotettavassa ja positiivisessa opiskeluilmapiiressä, aikuisoppijan on helpompi tehdä oikeita valintoja opinnoissaan ja niiden ulkopuolella.</p>



## KUVAUS

Yksityiskohtainen kuvaus  
käytännöstä

Avointen kysymysten lista toimii pohjana henkilökohtaisessa keskustelussa (½ h) ohjaavan opettajan kanssa. Voidaan käyttää myös pienryhmäkeskusteluissa. Aikuisoppijoiden oletetaan usein olevan riittävän itseohjautuvia, jolloin he pystyvät itse ottamaan vastuun oppimisestaan. Näin ei kuitenkaan aina ole. Vastuuta voidaan jakaa esimerkiksi opettajan antamilla tehtävien aikataulutuksilla.

## KÄYTTÖ

LATAA  
muokattava versio (WORD)

LATAA  
printattava versio (PDF)

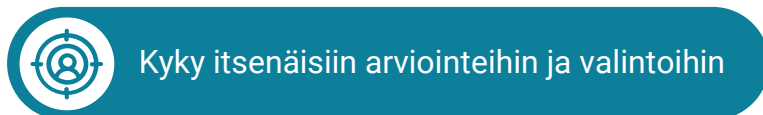


<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p>Kyky itsenäisiin valintoihin ja arviointeihin</p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Ohjaaja voi ohjata aikuisopiskelijoita ymmärtämään paremmin omia oppimisen kiinnostuksen kohteita ja taipumuksiaan ja siten tulemaan aktiivisiksi ja itsenäisiksi oppijoiksi. Yksilöllisen vahvuudet eri alueilla voi auttaa kehittämään itsenäisiä valintoja ja arviointikykyä. Oppijakeskeisillä menetelmillä ohjaajat voivat näyttää opiskelijoille, miten tehdä oppimisvalintoja ja seurata, millaisia positiivisia ja negatiivisia vaikutuksen heidän valinnoillaan on. Rohkaisemalla aikuisopijoihin itsereflektioon ja jakamaan ajatuksiaan ohjaajalle voi oppija päästä yli opiskelun esteistään.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Opinto-ohjausprosessi alussa, ensin analysointi ja sen jälkeen useita tilanteita, joissa voi seurata aikuisoppijan tarpeita ja kehittymistä. Käytetään useimmiten yksilöllisissä ohjaustilanteissa.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Seuraavat kysymykset ovat CEARTE's Qualifica Centren kyselystä, jolla kerätään tietoa aikuisoppijoiden opintopolusta, työsuunnitelmista, motivaatiosta, taidoista ja mielenkiinnon kohteista sekä yksilöllisestä urasuunnittelusta.</p>
<p><b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä</p>	<p>Kysymyksiä on käytetty analysoimaan ja arvioimaan aikuisoppijan entistä ja nykyistä opintopolkua, työkokemusta, motivaatiota, taitoja ja mielenkiinnon kohteita sekä yksilöllistä urasuunnitelmaa.</p>



<b>KÄYTTÖ</b>	<b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)	<b>LATAA</b> printattava versio (PDF)
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	Ohjaaja voi aikatauluttaa ohjauksen/set siten, että kyselyn tulosten kautta aikuisopiskelija voi ymmärtää, miten koulutus/prosessi voi auttaa heitä urapolulla eteenpäin.	

#### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



Kyky itsenäisiin arviointeihin ja valintoihin

#### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan



Kuvio 1



## Kyky itsenäisiin arviointeihin ja valintoihin



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Kyky itsenäisiin valintoihin ja arviointeihin</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Keskustelun aiheet</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset (yli 25-vuotiaat) Aikuiset (yli 50-vuotiaat) Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Jotta aikuisoppijat voivat kehittää kykyään tehdä itsenäisiä päätöksiä, opinto-ohjaajan on autettava heitä ymmärtämään henkilökohtaiset oppimistavoitteensa, mahdollisuutensa aktiiviseen ja itsenäiseen oppimiseen sekä heidän kykynsä ja vahvuutensa eri osa-alueilla. Oppijalähtöisiin menetelmiin kuuluu se, että opinto-ohjaaja opastaa opintovalinnoissa ja niiden positiivisten ja negatiivisten seurausten huomioimisessa.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Aikuisopintojen alussa / kun ilmenee vaikeuksia suorittaa opintoja ajallaan.</p>
<p><b>KOKEMUS</b></p>	<p>Huomioimalla oppijan oppimistarpeet ja negatiiviset käyttäytymismallit luotettavassa ja positiivisessa opiskeluilmapiiressä, aikuisoppijan on helpompi tehdä oikeita valintoja opinnoissaan ja niiden ulkopuolella.</p>



<b>Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</b>	
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Väittämät jaetaan kaikille paperilla tai ne ovat kaikkien nähtävissä diaesityksessä. 3 – 5 aikuisoppijan ryhmä keskustelee niistä 15 minuuttia. Keskustelun jälkeen pienryhmän jäsenet kertovat koko ryhmälle, mitä havaintoja tai oivalluksia tekivät keskustelun aikana.
<b>KÄYTTÖ</b>	<div data-bbox="582 550 1003 673" style="display: inline-block; text-align: center;"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1025 550 1447 673" style="display: inline-block; text-align: center; margin-left: 20px;"><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</div>

#### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



Kyky itsenäisiin arviointeihin ja valintoihin

#### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan



Kuvio 1



## Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys

Itsereflektion ulottaminen oppimisprosessiin lisää motivaatiota ja aikuisoppijan opintojen parempaa suunnittelua. Oletko samaa mieltä? Kokeile näitä kyselylomakkeita, jotka soveltuvat sekä yksilö- että ryhmäohjaukseen. Näiden avulla oppijan ymmärrys lisääntyy itsereflektion kautta. Voit käyttää lomakkeita koulutusprosessin alussa tai myöhemmässä vaiheessa. Ja tiedätkö vielä, että tehtävien tulosten avulla oppija voi tulla tehokkaammaksi ja itsevarmemmaksi. Kokeile!



**YKSIÖ**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



**PIENRYHMÄ**

**Soveltuvat menetelmät  
ryhmäohjaukseen**



## Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Työpaja</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Akateeminen minä-pystyvyys on aikuisoppijan tuntemus tai arvio omasta akateemisesta osaamisesta. Tämä itsetietoisuuden osa-alue on tärkeimpiä muuttujia akateemisessa maailmassa, koska sillä on suora vaikutus niin oppimisprosessiin kuin akateemisiin saavutuksiin ja odotuksiin.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Jonkin aikaa aikuisopetuksen aloittamisen jälkeen</p>
<p><b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä</p>	<p>Työpajassa opinto-ohjaaja kertoo aluksi teoreettista taustaa akateemisesta itsetietoisuudesta, johon minäpystyvyys kuuluu, sekä esittelee erilaisia oppimistyyliä ja -menetelmiä. Sen jälkeen opiskelijat keskustelevat aiheesta pareittain tai pienryhmissä. Keskustelun jälkeen pienryhmän jäsenet saavat itse kertoa koko ryhmälle, mitä havaintoja tai oivalluksia tekivät keskustelun aikana.</p>





## KÄYTTÖ

LATAA  
muokattava versio (WORD)

LATAA  
printattava versio (PDF)

## MITÄ SEURAAVAKSI

Miten hyödyntää  
tuloksia?

Keskustelun jälkeen pienryhmän jäsenet saavat itse kertoa koko ryhmälle, mitä havaintoja tai oivalluksia tekivät keskustelun aikana.



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	<b>Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys</b>
<b>TYYPPI</b>	Kyselylomake
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Oppimisen esteiden tunnistaminen parantaa osaltaan oppimistuloksia. Itse-reflektion ulottaminen oppimisprosessiin mahdollistaa oman toiminnan perustelemisen ja suunnittelun. Riittävällä itsetuntemuksella voidaan myös voittaa uuden oppimiseen liittyvät pelot, eikä erilaisia suoriutumisstrategioita epäonnistumisista selviämiseen tarvita. Aikuisopiskelijan riittävä itsearvostus myös mahdollistaa uuden kokeilun ja haasteiden kokemisen myönteisenä.
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Koulutuksen orientaatiovaiheessa ja koko koulutusprosessin ajan. Käytetään useimmiten yksilöohjauksissa.
<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Nämä kysymykset ovat CEARTE's Qualifica Centren <sup>9</sup> kyselystä, jolla kerätään tietoa aikuisoppijoiden opintopolusta, työsuunnitelmista, motivaatiosta, taidoista ja mielenkiinnon kohteista sekä yksilöllisestä urasuunnittelusta:
<b>KUVAUS</b>	Seuraavilla kysymyksillä kerätään tietoa aikuisoppijoiden opintopolusta, työsuunnitelmista, motivaatiosta, taidoista ja mielenkiinnon kohteista sekä yksilöllisestä urasuunnittelusta:

<sup>9</sup> CEARTE – CENTRO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL PARA O ARTESANATO E O PATRIMÓNIO. [Online] Available from: <https://www.cearte.pt/>. [Accessed: 20<sup>th</sup> January 2020]



<b>Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä</b>	
<b>KÄYTTÖ</b>	<div data-bbox="582 328 1003 451"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1021 328 1442 451"><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI Mitä tehdä tuloksilla?</b>	Ohjaaja voi aikatauluttaa useita erillisiä ohjauksetoja, joissa opinto-ohjaaja analysoi ja tutkii aikuisoppijan käsityksiä, ja ohjaa opiskelijaa realistiseen itsetuntemukseen.



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	<b>Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys</b>
<b>TYYPPI</b>	Kyselylomake QUEST tai Likert
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Käsitys itsestä oppijana on muodostunut aiempien oppimiskokemusten myötä. Reflektion kautta on mahdollista uudistaa vääriksi osoittautuneita merkitysskeemoja. Huonoista oppimiskokemuksista syntyneiden negatiivisten kehien purkamisessa ohjaavalla opettajalla on suuri rooli. Oppimisen esteiden tunnistaminen parantaa osaltaan oppimistuloksia. Itsereflektion ulottaminen oppimisprosessiin mahdollistaa oman toiminnan perustelemisen ja suunnittelun. Riittäväällä itsetuntemuksella voidaan myös voittaa uuden oppimiseen liittyvät pelot, eikä erilaisia suoriutumisstrategioita epäonnistumisista selviämiseen tarvita. Aikuisopiskelijan riittävä itsearvostus myös mahdollistaa uuden kokeilun ja haasteiden kokemisen myönteisenä.
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Koulutusprosessin alussa yksilöohjauksessa (QUEST). Myöhemmissä vaiheissa koulutusprosessia (Likert).
<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Tällainen harjoitus on erittäin hyödyllinen kannustaen aikuisoppijaa itsereflektioon ja itsetietoisuuden kriittiseen tarkasteluun. Tietyissä opiskeluprosessin vaiheissa on erittäin hyödyllistä, että opinto-ohjaaja analysoi ja tutkii aikuisoppijan käsityksiä, ja ohjaa häntä realistiseen itsetuntemukseen.
<b>KUVAUS</b>	Kyselylomaketta (QUEST) käytetään orientaatiovaiheessa yksilöhaastatteluisissa. Opinto-ohjaaja voi auttaa aikuisoppijaa ymmärtämään omat vahvuutensa ja heikkoutensa oppimisprojektissa. Kysymykset auttavat aikuisoppijaa huomaamaan



<p><b>Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</b></p>	<p>omat vahvuutensa sekä ne osaamisalueet, joihin hän tarvitsee tukea. Myös toisella kyselylomakkeella (Likert) ohjaaja auttaa yksilöitä saamaan käsityksen omasta minäkuvastaan oppijana. Tulosten mukaan yksilö saa paremman itsekuvan, itsetunnon ja tehokkuutta oppimiseen, mikä auttaa häntä kontrolloimaan ja suuntaamaan oppimistaan. Tämä Likert kyselylomake sopii paremmin koulutusprosessin myöhempisiin vaiheisiin.</p>			
<p><b>KÄYTTÖ</b></p>	<p>LATAA (QUEST) muokattava versio (WORD)</p>	<p>LATAA (QUEST) muokattava versio (PDF)</p>	<p>LATAA (Likert) muokattava versio (WORD)</p>	<p>LATAA (Likert) tulostettava versio (WORD)</p>
<p><b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?</p>	<p>Tulosten mukaan yksilöllä tietoisuus itsestään oppijana paranee. Paremmalla tietoisuudella ja ohjaajan avulla oppija voi muuttaa omia tapojaan ajatella ja käyttäytyä, mikä puolestaan auttaa häntä tulemaan tehokkaammaksi ja itsevarmemmaksi.</p>			

**Takaisin vaihtoehtojen valintaan**



Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys

**Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan**



Kuvio 1



## Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	<b>Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys</b>
<b>TYYPPI</b>	Keskustelun aiheet / Kyselylomake
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Aikuisopiskelijat, joilla on parempi itsetunto, itsearvostus ja minäpystyvyys, osallistuvat valmiimmin, työskentelevät kovemmin, kestävät pitempään. Lisäksi heillä on parempi kyky kohdata vaikeuksia kuin heillä, jotka epäilevät kykyjään.  Banduran (1994) <sup>10</sup> , mukaan “minäpystyvyys on henkilön usko omaan kykyihinkin toimia ja vaikuttaa omaan elämäänsä ja sen tapahtumiin. Minäpystyvyys vaikuttaa siihen, miten henkilö tuntee, ajattelee, motivoituu ja käyttäytyy.” Siihen sisältyy kognitiivisia, sensitiivisiä ja motivoivia prosesseja sekä valintaprosesseja. Minäpystyvyyden taso riippuu tietyn tehtävän vaikeusasteesta.
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Kun koulutusprosessi on jo hyvässä vauhdissa ja alkuvaihe on ohitettu.

<sup>10</sup> BANDURA, A. (1994). Self-efficacy. *Encyclopedia of human behavior*. Vol. 4, pp. 71-81. New York: Academic Press. [Online] Available from: <https://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/Bandura1994EHB.pdf>. [Accessed: 16<sup>th</sup> March 2020]



<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Työpajassa opinto-ohjaaja kertoo aluksi teoreettista taustaa akateemisesta itsetietoisuudesta, johon minäpystyvyys kuuluu, sekä esittelee erilaisia oppimistyyliä ja -menetelmiä. Sen jälkeen opiskelijat keskustelevat aiheesta pareittain tai pienryhmissä.
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	<div data-bbox="582 432 1003 555" style="display: inline-block; text-align: center;"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1021 432 1442 555" style="display: inline-block; text-align: center;"><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</div>
<b>KÄYTTÖ</b>	Keskustelun jälkeen pienryhmän jäsenet ovat saaneet itse kertoa koko ryhmälle, mitä havaintoja tai oivalluksia tekivät keskustelun aikana.



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Oppimisen esteiden tunnistaminen parantaa osaltaan oppimistuloksia. Itsereflektion ulottaminen oppimisprosessiin mahdollistaa oman toiminnan perustelemisen ja suunnittelun. Riittävällä itsetuntemuksella voidaan myös voittaa uuden oppimiseen liittyvät pelot, eikä erilaisia suoriutumisstrategioita epäonnistumisista selviämiseen tarvita. Aikuisopiskelijan riittävä itsearvostus myös mahdollistaa uuden kokeilun ja haasteiden kokemisen myönteisenä.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Koulutuksen orientaatiovaiheessa ja koko koulutusprosessin ajan. Voidaan käyttää yksilö ja ryhmäohjauksissa.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Tällainen harjoitus on erittäin hyödyllinen kannustaessaan aikuisoppijaa itsereflektioon ja itsetietoisuuden kriittiseen tarkasteluun. Tietyissä opiskeluprosessin vaiheissa on erittäin hyödyllistä, että opinto-ohjaaja analysoi ja tutkii aikuisoppijan käsityksiä, ja ohjaa häntä realistiseen itsetuntemukseen.</p>
<p><b>KUVAUS</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p>Seuraavilla kysymyksillä kerätään tietoa aikuisoppijoiden opintopolusta, työsuunnitelmista, motivaatiosta, taidoista ja mielenkiinnon kohteista sekä yksilöllisestä urasuunnittelusta:</p>





<b>KÄYTTÖ</b>	<b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)	<b>LATAA</b> printattava versio (PDF)
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	Ohjaaja voi aikatauluttaa useita erillisiä ohjauskertoja, joissa opinto-ohjaaja analysoi ja tutkii aikuisoppijan käsityksiä, ja ohjaa opiskelijaa realistiseen itsetuntemukseen.	

#### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



Aikuisoppijan itsetuntemus, itsearvostus ja minäpystyvyys

#### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan



Kuvio 1



## Metakognitiiviset taidot

On tärkeää, että aikuisoppija on tietoinen omista kognitiivisista kyvyistään ja hän tunnistaa ne, koska vain siten niitä voi parantaa. Kokemus on näyttänyt, että nämä kysymykset rohkaisevat osallistujia tunnistamaan omia kognitiivisia kykyjään. Haluatko käyttää kysymyksiä? Voit käyttää niitä opintojen orientoivassa vaiheessa yksilö- tai pienryhmähaastatteluissa.



**YKSIÖ**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



**PIENRYHMÄ**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



## Metakognitiiviset taidot



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Metakognitiiviset taidot</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Keskusteluaiheet (DT) / Kyselylomake (QUEST)</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset (yli 25-vuotiaat) Aikuiset (yli 50-vuotiaat) Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Aikuisoppijat, joilla on hyvät metakognitiiviset taidot, tuntevat oman oppimisprosessinsa, jolloin he voivat suorittaa oppimistehtävänsä tehokkaasti. Metakognitiivisia taitoja voidaan lisätä ja parantaa opetuksella ja harjoittelulla. Niiden kehittyminen mahdollistaa kognitiivisen ja motivoivan toiminnan parantamisen ja siten parantaa oppimisprosessia. Aikuiskoulutuksessa metakognitiivisinä taitoina ja oppimisen työvälineitä ovat mm. perustaidot, vieraiden kielten osaaminen ja digitaidot.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Jokaisessa aikuiskoulutuksen eri vaiheessa.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Joskus aikuisoppijalla ei ole riittäviä itsensä ohjaamisen taitoja vastuunottamiseksi oppimisesta. Joskus esimerkiksi opettajan on tarpeen asettaa aikatauluja ja deadlineja opiskelutehtäville. Itsensä reflektointi opintojen eri vaiheissa voi auttaa aikuisoppijaa suunnittelemaan opintojaan paremmin.</p>



## KUVAUS

Yksityiskohtainen kuvaus  
käytännöstä

Tällainen harjoitus kannustaa aikuisoppijaa itsereflektioon ja eri tilanteissa käyttämiensä taitojen ja strategioiden kriittiseen tarkasteluun. Tietyissä opiskeluprosessin vaiheissa on erittäin hyödyllistä, että opinto-ohjaaja analysoi ja tutkii aikuisoppijan käsityksiä, ja opastaa häntä käyttämään erilaisia oppimismenetelmiä parhaiden oppimistulosten saamiseksi ja ohjaa oikealaiseen itsetuntemukseen

## KÄYTTÖ

LATAA (DT)  
muokattava versio  
(WORD)

LATAA (DT)  
printattava versio  
(PDF)

LATAA (QUEST)  
muokattava versio  
(WORD)

LATAA (QUEST)  
printattava versio  
(PDF)



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	<b>Metakognitiiviset taidot</b>
<b>TYYPPI</b>	Kyselylomake
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoret aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Aikuisoppijat, joilla on hyvät metakognitiiviset taidot, tuntevat oman oppimisprosessinsa, jolloin he voivat suorittaa oppimistehtävänsä tehokkaasti. Metakognitiivisia taitoja voidaan lisätä ja parantaa opetuksella ja harjoittelulla. Niiden kehittyminen mahdollistaa kognitiivisen ja motivoivan toiminnan parantamisen ja siten parantaa oppimisprosessia. <sup>11</sup>
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Soveltuu käytettäväksi orientaatioon ja koko ohjausprosessiin. Voidaan soveltaa yksilöohjauksessa ja pienryhmäohjauksessa.
<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Tällainen harjoitus kannustaa aikuisoppijaa itsereflektioon ja eri tilanteissa käyttämiensä taitojen ja strategioiden kriittiseen tarkasteluun. Tietyissä opiskeluprosessin vaiheissa on erittäin hyödyllistä, että opinto-ohjaaja analysoi ja tutkii aikuisoppijan käsityksiä, ja opastaa häntä käyttämään erilaisia oppimismenetelmiä parhaiden oppimistulosten saamiseksi ja ohjaa oikealaiseen itsetuntemukseen.
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Harjoitusta voidaan toteuttaa joko kyselylomakkeella tai ryhmäkeskusteluna: ”Seuraavat väittämät liittyvät metakognitiivisiin taitoihin, joihin kuuluu kyky ymmärtää ja hallita omaa kognitiivista oppimisprosessia. Mieti jokaisen väittämän kohdalla, kuinka hyvin se kuvaa sinua itseäsi. Oikeita tai vääriä vastauksia ei ole.”

<sup>11</sup> TALENT EDUCATION ERASMUS+ PROJECT. *Metacognitive skills*. [Online] Available from: <http://www.talenteducation.eu/toolkitforteachers/metacognitalskills/what-are-metacognitive-skills/>. [Accessed: 16<sup>th</sup> March 2020]



## KÄYTTÖ

LATAA  
muokattava versio (WORD)

DOWNLOAD  
printattava versio (PDF)

## MITÄ SEURAAVAKSI Mitä tehdä tuloksilla

Ohjaaja voi aikatauluttaa useita erillisiä ohjaukskertoja, joissa opinto-ohjaaja analysoi ja tutkii aikuisoppijan käsityksiä, ja ohjaa opiskelijaa erilaisiin työskentelystrategioihin, joiden avulla hän pääsee parempiin tuloksiin ja riittävään itsetuntemukseen.

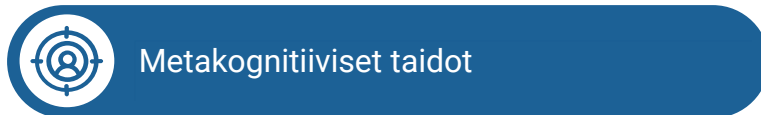


<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Metakognitiiviset taidot</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset (yli 25-vuotiaat) Aikuiset (yli 50-vuotiaat) Seniorit (65-79) Vanhukset (80+) Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>On tärkeää, että aikuisoppija on tietoinen kognitiivisesta osaamisestaan ja tunnistaa sen, sillä vasta silloin oppiminen voi alkaa. Metakognitiivisiin taitoihin kuuluvat tietoisuus omasta oppimisesta ja omista tarpeista, sekä kyky organisoida oma oppiminen, mukaan lukien tehokas ajan- ja tiedonhallinta.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Orientaatioprosessin ensimmäisten vaiheiden aikana henkilökohtaisissa haastatteluissa tai pienryhmätyöskentelyssä.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Kokemuksen mukaan nämä kysymykset rohkaisevat osallistujia tulemaan tietoisiksi omista kognitiivista kyvyistään.</p>
<p><b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä</p>	<p>Opinto-ohjaaja voi auttaa aikuisoppijaa soveltuvalla kyselylomakkeella. Seuraavia kysymyksiä käytetään orientaatioprosessin ensimmäisten vaiheiden aikana henkilökohtaisissa haastatteluissa tai pienryhmätyöskentelyssä.</p>



	<p>Ohjaajan on erittäin tärkeää johtaa prosessia, jotta aikuisopiskelija tulee tietoiseksi kognitiivisista kyvyistään. Ohjaaja myös vaikuttaa oppijan itsekuvaan oppijana. Kyselylomakkeen kysymyksillä ohjaaja rohkaisee aikuisoppijaa käsittelemään omien kognitiivisten kykyjensä tasoa.</p>
<b>KÄYTTÖ</b>	<p><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</p> <p><b>DOWNLOAD</b> printattava versio (PDF)</p>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	<p>Tulosten mukaan oppijoille tulee parempi tietoisuus omasta oppimisestaan ja kognitiivisista kyvyistään. Paremmalla tietoisuudella ja ohjaajan avulla yksilö voi ymmärtää paremmin omaa oppimistapaansa ja siten parantaa oppimisen tehokkuutta sekä tuloksia.</p>

#### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



#### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan







## Metakognitiiviset taidot

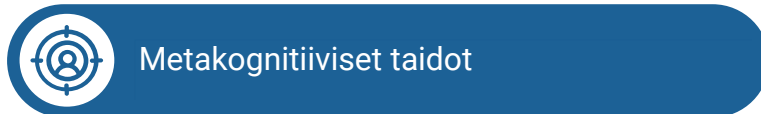


<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	Lukuklinikka
<b>TYYPPI</b>	Työpaja
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoret aikuiset Aikuiset (yli 25-vuotiaat) Aikuiset (yli 50-vuotiaat) Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Metakognitiivisia taitoja voidaan lisätä ja parantaa opetuksella ja harjoittelulla. Niiden kehittyminen mahdollistaa kognitiivisen ja motivoivan toiminnan parantamisen ja siten parantaa oppimisprosessia. Metakognitiiviset taidot eroavat kognitiivisista taidoista, joita tarvitaan tehtävän suorittamiseen, kun taas metakognitiiviset taidot ovat välttämättömiä suorittamisen ymmärtämiseen.
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Aikuisopintojen alussa.
<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Tällainen harjoitus kannustaa aikuisoppijaa itsereflektioon ja eri tilanteissa käyttämiensä taitojen ja strategioiden kriittiseen tarkasteluun. Tietyissä opiskeluprosessin vaiheissa on erittäin hyödyllistä, että opinto-ohjaaja analysoi ja tutkii aikuisoppijan käsityksiä, ja opastaa häntä käyttämään erilaisia oppimismenetelmiä parhaiden oppimistulosten saamiseksi ja ohjaa oikeanlaiseen itsetuntemukseen.



<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Aikuisopintojen alussa oppijat lukevat saman opiskelutekstin. Tämän jälkeen heitä pyydetään kertomaan, mikä heidän mielestään oli tekstin pääväittäjä. Jos valittu teksti on liian helppo, esiin nousee eri väittäjiä. Näiden pohjalta voidaan lähteä tutkimaan tekstin tasoja: mitkä ovat väittäjiä ja mitkä perusteluja. Myöhemmin aikuisopiskelijat työskentelevät pienryhmissä, jolloin jokainen ryhmä tekee tiivistelmän jostain opiskelumateriaalin osasta. Aikuisoppijat esittelevät ja jakavat tiivistelmänsä muille oppijoille opettajan antaman aikataulun mukaisesti.
<b>KÄYTTÖ</b>	<div data-bbox="582 435 1003 563" style="display: inline-block; text-align: center;"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1025 435 1447 563" style="display: inline-block; text-align: center; margin-left: 20px;"><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Miten hyödyntää tuloksia?	Myöhemmin aikuisopiskelijat työskentelevät pienryhmissä, jolloin jokainen ryhmä tekee tiivistelmän jostain opiskelumateriaalin osasta. Aikuisoppijat esittelevät ja jakavat tiivistelmänsä muille oppijoille opettajan antaman aikataulun mukaisesti.

#### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



#### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan





## Motivaatio

Motivaatio on aina tärkeä tekijä. Kuinka motivoida oppijoita? Käytimme seuraavia kyselylomakkeita rohkaistaksemme osallistujia viemään opintonsa loppuun. Voit käyttää lomakkeita koulutusprosessin alussa tai keskellä ja ne soveltuvat sekä yksilö- että ryhmäohjaukseen.



**YKSIÖ**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



**PIENRYHMÄ**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



## Motivaatio



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Motivaatio</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset (yli 25-vuotiaat) Aikuiset (yli 50-vuotiaat) Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Tehokas oppiminen vaatii, että oppija saa olla aktiivinen ja kokee sekä toiminnan että opiskeltavan asian mielekkääksi. Opiskelumotivaatiosta voidaan erotella sisäinen ja ulkoinen. Opiskelun, työn ja perheen yhteensovittaminen saattaa olla vaikeaa. Uusien asioiden kytkeminen aikaisemmin opittuun tehostaa oppimista. Itsereflektion ulottaminen oppimisprosessiin lisää opiskelumotivaatiota.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Kun aikuisopinnoista on jo kokemusta</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>On kaksi erillistä motivaatiotyyppiä: sisäinen ja ulkoinen motivaatio. Riittävä motivaatio mahdollistaa sen, että aikuisoppija kokeilee uusia asioita ja kokee haasteet positiivisina, eikä tällöin ole tarvetta erityisille strategioille epäonnistumisten kohtaamista varten. Toisaalta opintopiiriin osallistuminen sekä muiden aikuisopiskelijoiden tapaaminen ja heihin vaikuttaminen parantavat oppimistuloksia.</p>



	Joskus oppijoiden on vaikea vastata avoimiin kysymyksiin. Tämän välttämiseksi voidaan esittää lista väittämiä, joihin oppijat vastaavat Likertin asteikolla: ei koskaan, joskus, usein tai aina.
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Käytäntö soveltuu yksilölliseen ohjaukseen ja neuvontaan. Aikuisoppija vastaa kysymyksiin Likertin asteikolla: ei koskaan, joskus, usein tai aina.
<b>KÄYTTÖ</b>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 10px; border-radius: 10px; text-align: center;">LATAA muokattava versio (WORD)</div><div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 10px; border-radius: 10px; text-align: center;">LATAA printattava versio (PDF)</div></div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Miten hyödyntää tuloksia	Lista väittämiä toimii hyvänä pohjana henkilökohtaiselle tapaamiselle opinto-ohjaajan kanssa.



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Motivaatio</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Aikuisoppijat lukevat ja opiskelevat niitä asioita, jotka heitä kiinnostavat. Tehokas oppiminen vaatiikin, että oppija saa olla aktiivinen ja kokee sekä toiminnan että opiskeltavan asian mielekkääksi. Tasapainoilu työn, perheen ja opiskelun välillä voi olla hankalaa. Motivaatio oppimiseen jakautuu sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Seuraavia kysymyksiä voidaan käyttää orientaatioprosessin ensimmäisten vaiheiden aikana henkilökohtaisissa haastatteluissa tai pienryhmätyöskentelyssä.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Kysymykset auttavat aikuisoppijaa löytämään oman sisäisen motivaationsa oman elämänsä kontekstissa.</p>
<p><b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä</p>	<p>Seuraavat kysymykset mahdollistavat useita vastauksia, joten aikuisoppijat voivat osoittaa erilaisia motiiveja omalle oppimispolulle. Näitä motiiveja voidaan tarkentaa opinto-ohjauksen eri vaiheissa.</p>
<p><b>KÄYTTÖ</b></p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div data-bbox="582 1284 1003 1409" style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; text-align: center;"> <p><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</p> </div> <div data-bbox="1025 1284 1447 1409" style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; text-align: center;"> <p><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</p> </div> </div>



**MITÄ  
SEURAAVAKSI**  
Miten hyödyntää  
tuloksia?

Ohjaaja voi sopia useita aikoja tämän menetelmän tulosten käsittelylle koko ohjausprosessin aikana. Voi olla todella hyödyllistä analysoida ja tutkia aikuisopiskelijan käsityksiä itsestään ja ohjata heitä kehittämään käsitystään.



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Motivaatio</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset (yli 25-vuotiaat) Aikuiset (yli 50-vuotiaat) Seniorit (65-79) Vanhukset (80+) Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Psykologiassa on kaksi erillistä motivaatiotyyppiä: sisäinen ja ulkoinen motivaatio. Toiminta on sisäisesti motivoitunutta, kun toiminnan tavoitteena on itse toiminta. Ihmiset voivat olla sisäisesti motivoituneita tiedon hankkimisesta, (lisä)pätevyiden hankkimisesta, korttien pelaamisesta, urheilusta jne. Toiminta on ulkoisesti motivoitunutta, kun se toimii välineenä saavuttaa tavoite, joka ei suoraan liity toimintaan, esimerkiksi opiskelua palkkion saamiseksi tai menestymistä kokeessa tai opettelua pelaamaan erittäin hyvää tennistä tullakseen ammattilaiseksi ja ansaitakseen paljon rahaa. Oppijalla on usein sekä sisäinen että ulkoinen motivaatio. Motivaatio-ongelmat koulutuksessa liittyvät yleensä oppijan sisäisen motivaation puutteeseen. Tutkimukset ovat osoittaneet, että palkkiot tai muut ulkoiseen motivaatioon liittyvät tekijät saattavat heikentää sisäistä motivaatiota. Muukin ulkoinen toiminta (kuten esimerkiksi tehtävien määräajat, valvonta tai rangaistuksen uhka), joka saatetaan kokea oman toiminnan kontrolloimisena, todennäköisesti laskee oppijan sisäistä motivaatiota.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Koulutusprosessin alussa, keskellä ja kohti loppua ryhmäkeskusteluissa tai henkilökohtaisessa ohjauksessa.</p>
<p><b>KOKEMUS</b></p>	<p>Kokemuksemme mukaan nämä kysymyksen muistuttavat osallistuja heidän tavoitteistaan ja auttaa heitä keskittymään opintojen loppuunsaattamiseen.</p>





<b>Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</b>	
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Kysymyksiä voi käyttää koulutusprosessin alussa, keskellä ja loppuvaiheeseen edettäessä tarpeen mukaan pienryhmäkeskusteluissa tai yksilöhaastattelussa. Yksilöohjauksessa opinto-ohjaaja voi kannustaa aikuisoppijaa keskittymään opintoihin muistuttamalla tätä asettamista tavoitteista.
<b>KÄYTTÖ</b>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div style="border: 1px solid #0056b3; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div><div style="border: 1px solid #0056b3; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</div></div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Miten hyödyntää tuloksia?	Tulosten mukaan yksilöt saavuttavat paremman itsetunnon opintojen loppuun saattamisen avulla. Seuraavien kysymysten tavoitteena on rohkaista aikuisoppijaa pohtimaan omaa motivaatiotaan ja asenteitaan koulutusta kohtaan. Kysymykset ovat osoittautuneet hyödyllisiksi, sillä ne auttavat löytämään sisäisen motivaation saattaa opinnot päätökseen

#### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



#### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan



## Motivaatio



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Motivaatio</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Keskusteluaiheet / kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Nuoret aikuiset Aikuiset (yli 25-vuotiaat) Aikuiset (yli 50-vuotiaat) Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Tehokas oppiminen vaatii, että oppija saa olla aktiivinen ja kokee sekä toiminnan että opiskeltavan asian mielekkääksi. Opiskelumotivaatiosta voidaan erotella sisäinen ja ulkoinen. Opiskelun, työn ja perheen yhteensovittaminen saattaa olla vaikeaa. Uusien asioiden kytkeminen aikaisemmin opittuun tehostaa oppimista. Itsereflektion ulottaminen oppimisprosessiin lisää opiskelumotivaatiota.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Kun aikuisopinnoista on jo kokemusta</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>On kaksi erillistä motivaatiotyyppiä: sisäinen ja ulkoinen motivaatio. Riittävä motivaatio mahdollistaa sen, että aikuisoppija kokeilee uusia asioita ja kokee haasteet positiivisina, eikä tällöin ole tarvetta erityisille strategioille epäonnistumisten kohtaamista varten. Toisaalta opintopiiriin osallistuminen sekä muiden aikuisopiskelijoiden tapaaminen ja heihin vaikuttaminen parantavat oppimistuloksia.</p>



<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Väittämät jaetaan kaikille paperilla tai ne ovat kaikkien nähtävissä diaesityksessä. Aikuisoppija valitsee parhaiten itseään kuvaavat väittämät. Tämän jälkeen keskustellaan yhdessä, miten motivaatiota ja opiskelutaitoja voitaisiin parantaa.
<b>KÄYTTÖ</b>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div style="border: 1px solid #0056b3; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #0056b3; color: white; text-align: center;">LATAA muokattava versio (WORD)</div><div style="border: 1px solid #0056b3; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #0056b3; color: white; text-align: center;">LATAA printattava versio (PDF)</div></div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Miten hyödyntää tuloksia	Lista väittämiä toimii hyvänä pohjana henkilökohtaiselle tapaamiselle opinto-ohjaajan kanssa.

Takaisin vaihtoehtojen valintaan



Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan





## Sosiaaliset taustatekijät

Oppijan sosiaaliset taustatekijät ovat yleensä löydettävissä jo koulutusprosessin alkuvaiheessa. Käytimme seuraavia kyselylomakkeita määrittääksemme, mitkä tekijät vaikuttavat opintopolun menestykseen: sosiaalinen status, oppijan perhetilanne ja ajankäyttö.



**YKSILO**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



**PIENRYHMÄ**

**Soveltuvat menetelmät  
yksilöohjaukseen**



## Sosiaaliset taustatekijät



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	<b>Sosiaaliset taustatekijät</b>
<b>TYYPPI</b>	Kyselylomake
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoret aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Aikuisoppijan osaamiset ja hankkimat pätevyudet on tärkeää tunnistaa ja niitä on tärkeää kehittää ohjausprosessissa
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Voidaan käyttää ohjauksen alussa, orientaatioprosessissa ja yksilöohjauksessa.
<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Qualifying Passport <sup>12</sup> on tekninen työkalu, johon tallennetaan kaikki aikuisoppijan osaamiset ja hankkimat pätevyudet, ja joka tarjoaa ohjausta erilaisille opintopoluille. Jo saavutettujen oppimistulosten ja aikuisoppijan hankkiman osaamisen perusteella tämä kelpoisuuspassi simuloi useita mahdollisia tutkintopolkuja uuden pätevyuden ja/tai koulutuksen hankkimiseksi ja ammatillisen etenemisen tukemiseksi. Vaikka kyseessä on Qualifica Centresissä käytettävä työkalu, voidaan sitä soveltaa laajemmin opinto-ohjauksessa jatkuvan oppimisen kontekstissa.
<b>KUVAUS</b>	Kysymyksillä voidaan kartoittaa aikuisoppijan sosiaalisia taustatekijöitä.

<sup>12</sup> QUALIFYING PASSPORT. [Online] Available from: <https://www.passaportequalifica.gov.pt/cicLogin.xhtml>. [Accessed: 15th January 2020]



<b>Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä</b>	
<b>KÄYTTÖ</b>	<div data-bbox="584 316 1003 440"><b>LATAA</b> muokattava versio (WORD)</div> <div data-bbox="1025 316 1444 440"><b>LATAA</b> printattava versio (PDF)</div>
<b>MITÄ SEURAAVAKSI</b> Mitä tehdä tuloksilla?	Ohjaaja voi sopia useita eri ohjauksetoia ja niiden aikana voidaan tutkia eri vaihtoehtoisia polkuja kohti opiskelun ja ammatillisuuden kehittymistä.



<p><b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus</p>	<p><b>Sosiaaliset taustatekijät</b></p>
<p><b>TYYPPI</b></p>	<p>Kyselylomake</p>
<p><b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Aikuiset Seniorit Vanhukset Haavoittuvat ryhmät</p>
<p><b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet</p>	<p>Eri koulutustutkimuksissa käytetyissä sosioekonomisen taustan määritelmässä on suurta vaihtelua. Organisation for Economic Cooperation and Developmentin (OECD) mukaan sosiaaliset taustatekijät muodostuvat taloudellisen, sosiaalisen ja kulttuurisen aseman sekä vanhempien koulutuksen suhteesta opiskeluvuosiin.</p> <p>Aikuisoppijat, jotka tulevat alemman sosiaalisen taustan kodeista, ovat huonommassa asemassa. Akateemisen kotitaustan puuttuminen vaikeuttaa heidän menestystään akateemisissa opinnoissa. Uskomme, että opiskelutottumuksiin vaikuttaa oppijan sosiaaliset taustatekijät, erityisesti kotoa saadut resurssit.</p>
<p><b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?</p>	<p>Koulutusprosessin alussa ja yksilöohjauksessa.</p>
<p><b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)</p>	<p>Kokemuksemme mukaan nämä kysymykset rohkaisevat osallistujia saamaan kokonaiskuvan saavutuksistaan ja kyvyistään ja siten he pystyvät loppuunsaattamaan opintonsa paremmin.</p>



## KÄYTTÖ

LATAA  
muokattava versio (WORD)

LATAA  
printattava versio (PDF)

## MITÄ SEURAAVAKSI Mitä tehdä tuloksilla?

Kysymysten avulla oppija saavuttaa paremman itseluottamuksen ja on tyytyväisempi saavutuksiinsa. Tämä toimii myös hyvänä motivaattorina opintojen loppuun saattamiselle.

### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



Sosiaaliset taustatekijät

### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan



Kuvio 1





## Sosiaaliset taustatekijät



<b>MITÄ</b> Käytännön nimi/lyhyt kuvaus	<b>Sosiaaliset taustatekijät</b>
<b>TYYPPI</b>	Ryhmädynamiikka
<b>KENELLE</b> Kenen hyväksi ja milloin käytäntöä sovelletaan?	Nuoret aikuiset Haavoittuvat ryhmät
<b>MIKSI</b> Hyödyt ja tavoitteet	Toisinaan pienryhmissä käytetään erilaisia jäänsärkemistekniikoita. Ne voivat olla tehokas tapa aloittaa koulutus, ryhmäytyminen tai opinto-ohjaus ja kerätä tietoa kulttuurisesta ja sosiaalisesta taustasta.
<b>MILLOIN</b> Milloin käytäntöä sovelletaan?	Sopii käytettäväksi koulutuksen orientaatiossa ja ohjauksen alussa.
<b>KOKEMUS</b> Kokemuksen jakaminen (yhteistyökumppanin näkökulmasta)	Oppimalla tuntemaan toiset ja yhteiset tavoitteet aikuisoppijat sitoutuvat paremmin oppimisprosessiin ja siten myönteisesti vaikuttavat oppimistuloksiin.
<b>KUVAUS</b> Yksityiskohtainen kuvaus käytännöstä	Vaikka jäänsärkemistekniikoiden ensisijainen tavoite on nimenmukainen jäänmurtaminen ihmisten väliltä, niitä voidaan hyödyntää monissa eri tilanteissa. Tavoitteesta riippuen ne voivat vaihdella lyhyistä minuutinmittaisista pitkiin yli tunnin kestäviin aktiviteetteihin. Dynamiikkaa on useita: esimerkiksi erityisominaisuuksien perusteella ryhmittymisillä voidaan lisätä aikuisoppijoiden keskinäistä tuntemusta ja samalla kerätä tietoa sosiaalisista taustatekijöistä:



Ryhmän jäsenet kävelevät ympäri huonetta, kunnes tietyllä hetkellä ohjaaja pyytää aikuisoppijoita muodostamaan pienryhmät eri kriteerien perustella (esimerkiksi lempivärien, syntymäpaikan, eri kieltä osaavien, kauimpana kotoa olevan jne):

- Etsi joku, joka osaa puhua vierasta kieltä. Kysy onko hän sen vuoksi oppinut jotain eri kulttuurien eroista.
- Etsi joku, joka on asunut yli puoli vuotta eri maassa kuin missä on syntynyt. Kysy, missä maassa ja pyydä häntä kertomaan tuosta maasta.
- Etsi joku, joka on lukenut kirjan/romaanin, joka käsittelee eri kulttuurien välissä toimimista tai työskentelemistä. Kysy, suosittelisiko hän kyseistä kirjaa.

## KÄYTTÖ

LATAA  
muokattava versio (WORD)

LATAA  
printattava versio (PDF)

## MITÄ SEURAAVAKSI Mitä tehdä tuloksilla?

Ohjaaja voi sopia useita eri ohjauksetoita ja niiden aikana voidaan tutkia eri vaihtoehtoisia polkuja kohti opiskelun ja ammatillisuuden kehittymistä.

### Takaisin vaihtoehtojen valintaan



Sosiaaliset taustatekijät

### Takaisin parametrivaihtoehtojen valintaan



Kuvio 1