

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

**Itsensä motivoimisen taidot –
miten opiskelija oppii säätämään
toimintaansa, ylläpitämään
motivaatiotaan ja ohjaamaan
työskentelyään?**

Satu Eerola ja Juha Nieminen
Opintopsykologit

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

O P I S K E L I J A P R O S E S S I
O P P I M I S P R O S E S S I
ASIANTUNTIJUUDEN KEHITTÄMINEN
T U T K I M I N E N

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

**1. Millaisia taitoja ja valmiuksia
rakennetaan?**
esim. tutkijan taidot kandidaatinopinnoissa

**2. Millaista toimijuutta ja identiteettiä
rakennetaan?**
esim. jatko-opiskelija opiskelijana

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Ongelmia voi olla..

- missä tahansa opintojen vaiheissa
→ Eniten ekana vuonna ja gradun
kanssa, myös syventäviin siirryttäessä
- yllättävästi: ”huippu”opiskelija ei saa
kirjoitettua (omat ja toisten odotukset)
- ..ja silti pystyy opiskella (masennus)
- liikaa: yliopisto ei ole kaikkia varten

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

KUKA OPPII?

- Kuka omistaa oppimisen?
- Kuka "tekee" oppimisen?
- Kuka saa aikaiseksi? Kuka jättää tekemättä?

→ Millaiset uskomukset ja selitykset ohjaavat toimintaamme?

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Missä oppii? Missä toimii?

- Yliopisto?
- Koulu?
- Mikä ero on yliopistolla kouluun?
- Ja.. Mitä yhteistä?!
- Konteksti vaikuttaa oppimiseen
- Oppimisympäristö säätelee oppimista
... Mutta mikä on oppimisympäristö??

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

OPPIMISYMPÄRISTÖ??

- Oppimisympäristösi koostuu fyysisistä, psyykkisistä ja sosiaalisista asioista ja ilmiöistä: tunnistatko??
- Huomaatko, missä saat paremmin tehtyä, opiskeltua?
- Kuinka usein TIETOISESTI ja TAVOITTEELLISESTI hyödynnät tätä tietoa?

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Voi OPPIA suunnittelemaan

- Yliopistossa on opittava suunnittelemaan ja ohjaamaan omaa toimintaansa
- Lukiotyö ei enää toimi yliopistossa..
→ Tiedätkö, **mitä** opiskelu- tai oppimistaitoja sinun tulisi oppia?

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Suunnitelmiin on sitouduttava

- Haluatko todella muuttua?
- Haluatko todella alkaa toimia vastuullisesti, itsenäisesti, tunnollisesti.. Siten, miten työelämä odottaa.. Oletko varma halusta muutokseen?
- Miten se muuttaisi sinua opiskelijana? Ihmisenä? Identiteettiäsi?

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Suunnitelmat on käännettävä toiminnaksi

- Harjoitus tekee mestarin
- Pienin askelin
→ Esim. talonrakentaja, tai laihduttaja
- Anna aikaa ainakin 1 periodi
- Ala puhua (ainakin itselle ja ehkä muillekin) toisella tavalla: **KIELI LUO MIELTÄ JA MIELI LUO KIELTÄ**

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Mitä on opittava?

- tekemään ITSENÄISESTI töitä
- tekemään yksin töitä
- tekemään yhdessä töitä
- **tekemään töitä aikataulussa ilman aikatauluja**
- olemaan keskeneräinen
- kestämaan keskeneräisyyttä
- **OLEMAAN ERILAINEN: OMA IHANA ITSENSÄ**

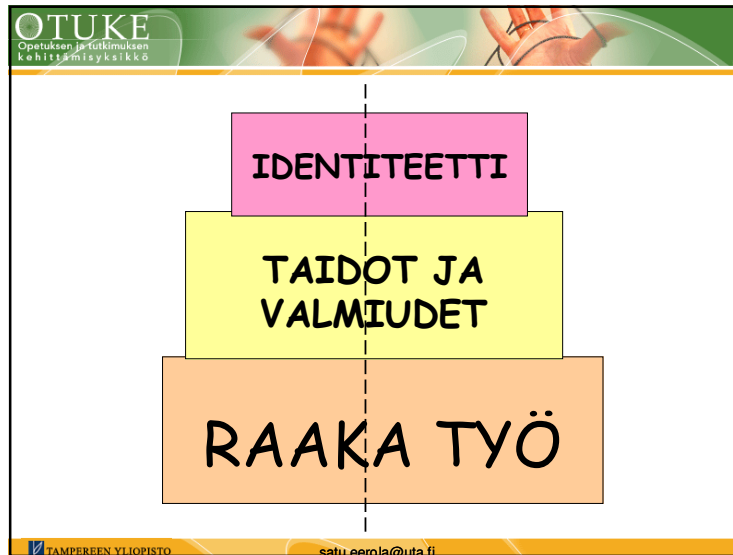
TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Ajatukset, tunteet, toiminta

- Huomaatko, millä yleensä perustelet itsellesi tekemättä jättämisistä?
- Minkälaisia uskomuksia sinulla on?
- Minkälaisia selityksiä vahvistat?
- Voiko käsityksiä vaihtaa? Mitä tunteista oppii?
- **Opiskelussa vaaditaan kykyä säädellä omaa motivaatiotaan**

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi



OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Täytekakku

- Tunnistaako opiskelija oppimisessaan/ opettaja opetuksessaan tällaisia alueita?
- Ja sitten tunnustaako, mitä näkee?
- Mistä opiskelija puhuu, ei välttämättä ole ydinkysymys!
- Eri alueet säätelevät toisiaan: Miten kehittyminen muuttaa kakun muita osia?

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Herätä kysymys!

- Kuka omistaa oppimisen?
- Kysymyksen herääminen käynnistää oppimisen: herätä oma kysymys
- Kysymys voi herätä liittyä: substanssiin, oppijuuteen, opiskelutaitoihin, oman oppimisen säätelyyn tai esim. valintoihin
- Kysymyksiä kannattaa herättää RYHMÄSSÄ

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi

OTUKE
Opetuksen ja tutkimuksen
kehittämisyksikkö

Kiitos kaikille

Jatketaan ...

TAMPEREEN YLIOPISTO satu.eerola@uta.fi