UNIVERSITY OF HELSINKI

https://helda.helsinki.fi

Opintojen aikaisen työssäkäynnin yhteys opiskelu-uupumukseen, opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen

Tuononen, Tarja; Hyytinen, Heidi; Asikainen, Henna

2024

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Nuorisotutkimusverkosto

http://hdl.handle.net/10138/585974

Tuononen, T, Hyytinen, H & Asikainen, H 2024, 'Opintojen aikaisen työssäkäynnin yhteys opiskelu-uupumukseen, opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen', Yhteiskuntapolitiikka, Vuosikerta. 89, Nro 4, Sivut 325-335. < https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2024091070293 >

Downloaded from Helda, University of Helsinki institutional repository. https://helda.helsinki.fi

This is an electronic reprint of the original article.

This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Please cite the original version.

Opintojen aikaisen työssäkäynnin yhteys opiskelu-uupumukseen, opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen

TARJA TUONONEN & HEIDI HYYTINEN & HENNA ASIKAINEN

Opiskelijoiden työssäkäynti on yleistä, ja sitä pidetään usein tekijänä, joka vaikuttaa negatiivisesti opiskeluun ja opintojen etenemiseen. Samaan aikaan opiskelijoiden hyvinvoinnista on oltu huolissaan. Artikkelissa tarkastellaan opiskelijoiden työssäkäynnin yhteyttä opiskelu-uupumukseen, opintojen etenemiseen ja opintomenestykseen. Artikkelissa otetaan myös huomioon työn määrä ja luonne.

English summary at the end of the article

Johdanto

Opiskelijoiden työssäkäynti on yleistä. Kansainvälisesti tarkasteltuna keskimäärin puolet opiskelijoista käy töissä opintojen aikana (Chu ym. 2021; Owen ym. 2017; Eurostudent 2019). Suomessa ylemmän korkeakoulututkinnon suorittaneista 60 prosenttia ja alemman koulututkinnon suorittaneista 40 prosenttia kävi töissä opintojensa ohella vuonna 2022 (Tilastokeskus 2022). Monet opiskelijat integroituvat työelämään vähitellen opintojensa aikana (van der Velden & Allen 2011). Opintojen aikainen työssäkäynti ja sen vaikutukset opintoihin, erityisesti opintojen etenemiseen, on ollut jatkuva puheenaihe. Samaan aikaan opiskelijoiden uupumus on korkealla tasolla, ja se lisääntyi entisestään korona-aikana (Parpala ym. 2021; Salmela-Aro ym. 2022). Yleisesti työssäkäynnin ajatellaan hidastavan opintoja ja olevan syy opintojen viivästymiselle, toisaalta työkokemus on ensiarvoisen tärkeää valmistumisen jälkeisen työllistymisen kannalta (van der Velden & Allen 2011).

Kansalliset ja kansainväliset tutkimukset kuitenkin osoittavat ristiriitaisia tuloksia työssäkäynnin vaikutuksista opintojen etenemiseen, opintomenestykseen ja hyvinvointiin (Hovdhaugen 2015; Mounsey ym. 2013; Rijavec ym. 2017; Tuononen ym. 2016b). Useat suomalaiset selvitykset ja tutkimukset ovat osoittaneet, että opiskelijoiden vuosituloilla ja opintopisteillä on negatiivinen yhteys, mutta erot opintopisteissä ovat pieniä (Isotalo ym. 2023; Paasiniemi 2015). Esimerkiksi 10 000 euroa ja 20 000 euroa vuosittain tienanneiden opiskelijoiden ero opintopisteissä oli noin kahdeksan opintopistettä (Paasiniemi 2015). Työ- ja elinkeinoministeriön teettämän selvityksen mukaan työssäkäynnillä ei koettu olevan vaikutusta opintomenestykseen ja vain viidennes yliopistosta valmistuneista koki työssäkäynnin viivästyttäneen merkittävästi opintoja (Aho ym. 2012). Myös opiskelijoiden kokemukset työssäkäynnistä vaihtelevat. Osa opiskelijoista kokee työssäkäynnin edistävän opintoja, kun taas osa kokee sen estävän opiskelua (Hailikari ym. 2018; Hall 2010; Pajarre ym. 2011). Työssäkäynnillä koetaan olevan sekä myönteisiä että kielteisiä vaikutuksia opintoihin (Benner & Carl 2018; Creed ym. 2015). Työssäkäynnin ja opiskelun yhdistämiseen vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa työn määrä ja luonne sekä opiskelijoiden opiskelutaidot, kuten organisointi- ja ajanhallintataidot (Haarala-Muhonen ym. 2011; Tuononen ym. 2016a).

Opiskeluaikaisen työssäkäynnin ja opiskelu-uupumuksen yhteyksistä on vain vähän tutkimuksia ja tulokset vaihtelevat. Jotkut tutkimukset ovat osoittaneet, että opiskelun aikainen työssäkäynti lisää stressiä (Benner & Curl 2018; Mounsey ym. 2013), kun taas toisissa tutkimuksissa työssäkäynnillä ei ole todettu yhteyksiä opiskelijoiden uupumukseen (Fiorilli ym. 2022). Tutkimukset eivät ole kuitenkaan ottaneet huomioon työn määrää ja luonnetta tarkastellessaan opiskelu-uupumuksen yhteyttä. Tämän tutkimuksen tavoitteena onkin tarkastella yliopisto-opiskelijoiden opiskelun aikaisen työssäkäynnin määrän ja luonteen yhteyttä opiskelu-uupumukseen sekä opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen.

Opiskelu-uupumus ja opintojen aikainen työssäkäynti

Opiskelijoiden huonontunut hyvinvointi on ollut paljon esillä julkisessa keskustelussa. Opiskelijat kokevat stressiä opintojensa aikana ja pitkäaikainen stressi voi pahentua ja johtaa opiskelu-uupumukseen (Salmela-Aro & Read 2017). Kirjallisuus jakaa opiskelu-uupumuksen kolmeen osa-alueeseen (Salmela-Aro ym. 2009; Schaufeli ym. 2002): 1) voimakas uupumusasteinen väsymys, joka kuvaa voimakkaan stressin seurauksena syntyvää voimakasta emotionaalista väsymystä. Tästä voi seurata 2) opiskeluun liittyvää kyynisyyttä eli opiskelun merkityksellisyyden vähenemistä ja 3) opiskeluun liittyvää riittämättömyyden tunnetta (Salmela-aro & Read 2017).

Aikaisempi tutkimus on osoittanut, että uupumusasteinen väsymys ja kyynisyys edeltävät ja ennustavat riittämättömyyden tunnetta (Parker & Salmela-Aro 2011). Vaatimusten ja voimavarojen mallin (*Job demands and resources model*, *J-DR*) mukaan uupumuksen syntymiseen vaikuttaa vaatimusten ja voimavarojen tasapaino eli se, kuinka yksilö kokee itsellään olevan voimavaroja työssään ja minkälaisia vaatimuksia hän tuntee (Demerouti ym. 2001; Salmela-Aro & Upadyaya 2014). Voimavarojen ja vaatimusten malli sopii hyvin myös opiskelu-uupumuksen tarkasteluun koulutuksellisessa ympäristössä (Salmela-Aro & Upadyaya 2017).

Monet yliopisto-opiskeluun liittyvät tekijät, esimerkiksi oppimisen säätelyn taidot (Räisänen ym. 2020), hakumotiivit (Hyytinen ym. 2022), opiskelutapa (Asikainen ym. 2022) tai sitoutuminen opiskeluun (Salmela-Aro & Upadyaya 2017), ovat yhteydessä opiskelu-uupumukseen. Opiskelu-uupumus ja kaikki sen osa-alueet ovat myös negatiivisesti yhteydessä opintomenestykseen (Madigan & Curran 2021) sekä opintojen etenemiseen (Asikainen ym. 2021; Hyytinen ym. 2022). Opiskeluaikaisen työssäkäynnin yhteyttä yliopisto-opiskelijoiden uupumukseen ei ole kuitenkaan paljon tutkittu. Suomalaisia ammattikorkeakouluopiskelijoita koskevassa tutkimuksessa havaittiin, että opiskelijoiden alaan liittyvä vaativa työ näytti lisäävän työn ja opiskelun yhdistämisestä koettua stressiä (Vanhanen-Nuutinen ym. 2018). Italialaisessa tutkimuksessa verrattiin työssäkäyviä ja ei-työssäkäyviä opiskelijoita ja tulokset osoittivat, ettei näiden kahden ryhmän välillä ollut eroja uupumuskokemuksissa (Fiorilli ym. 2022). Myöskään Ranskassa tehdyssä tutkimuksessa opiskelijoiden työssäkäynti ei ollut yhteydessä opiskelu-uupumukseen (Shankland ym. 2019). Samanlainen tulos saatiin uupumuksen ja hyvinvoinnin suhteen myös kroatialaisessa tutkimuksessa, jossa verrattiin ei-työssäkäyviä ja osa-aikaisesti työskenteleviä opiskelijoita (Rijavec ym. 2017). Matthew Shaw ym. (2017) eivät löytäneet eroa koetun stressin ja työssäkäynnin ja ei-työssäkäynnin välillä eikä kokopäivätyön ja osa-aikatyön suhteen. Myöskään työtuntien määrä ei ollut yhteydessä opiskelijoiden hyvinvointiin (Chu ym. 2021).

Osa tutkimuksista on kuitenkin osoittanut myös päinvastaisia tuloksia. On todettu, että opiskelun ohella työtä tekevät opiskelijat kokevat enemmän stressiä (Benner & Curl 2018; Mounsey ym. 2013) ja että osa-aikainen työssäkäynti ennustaa huonompaa psyykkistä terveyttä (Carney ym. 2005). David Robothamin (2012) tutkimuksessa osa-aikaisesti työssäkäyvistä opiskelijoista yli puolet koki työssäkäynnin lisäävän stressiä, mutta kolmannes koki työn ja opiskelun yhdistämisen lisäävän myös kykyä selviytyä stressistä. Suurin osa aikaisemmista tutkimuksista ei kuitenkaan ole ottanut huomioon työn määrän ja luonteen suhdetta opiskelijoiden hyvinvointiin tai uupumukseen, mitkä ovat tärkeitä tekijöitä tutkittaessa opiskelijoiden työssäkäyntiä (Tuononen 2019).

Opintojen aikaisen työssäkäynnin yhteys opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen

Aikaisempien tutkimusten tulokset opiskelijoiden työssäkäynnin ja opintojen etenemisen yhteydestä ovat myös ristiriitaisia. Monet tutkimukset osoittavat, että osa-aikainen työssäkäynti ei hidasta opintojen etenemistä (Hovdhaugen 2013; Moulin ym. 2013), kun taas kokopäiväinen työssäkäynti hidastaa (Darolia 2014; Katsikas 2013; Triventi 2014; Tuononen ym. 2016b). Opiskelijat, jotka työskentelivät yli 20 tuntia viikossa, kerryttivät vähemmän opintopisteitä kuin opiskelijat, jotka työskentelivät alle kyseisen tuntimäärän (Tuononen ym. 2016b).

Työtuntien määrän vaikutuksesta opintomenestykseen on niin ikään toisistaan eroavia tuloksia. Osa tutkimuksista osoittaa, että työssäkäyvät opiskelijat menestyvät opinnoissaan heikoimmin kuin ne, jotka eivät tee työtä (Hunt ym. 2004; Salamonson ym. 2012). Yli 24 tuntia viikossa työskentelevillä oli alhaisin opintosuoritusten keskiarvo (Salamonson 2020). Lisäksi on todettu, että kokoaikainen työssäkäynti on yhteydessä heikompaan opintomenestykseen tai opintojen keskeyttämiseen (Hovdhaugen 2015; Moulin ym. 2013). Kaikki tutkimukset eivät kuitenkaan ole löytäneet yhteyttä työssäkäynnin ja opintomenestyksen välillä (Nonis & Hudson 2006; Sulaiman & Mohezar 2006).

Työn luonteella on merkitystä tarkasteltaessa opintojen etenemisen ja opintomenestyksen välistä yhteyttä. Alaa vastaavan työn, joka tarkoittaa työskentelyä esimerkiksi koulutusalaan liittyvässä yrityksessä tai organisaatiossa, tai tutkimusta tai muuta toimintaa, joka hyödyntää opiskelijan koulutusalan osaamista ja tietoja, on todettu olevan yhteydessä opintojen nopeampaan etenemiseen (Vanhanen-Nuutinen ym. 2018; Haarala-Muhonen ym. 2011) sekä parempaan opintomenestykseen (Brooks & Youngson 2016; DiPaola & Matano, 2016; Patel ym. 2012). Vastaavasti omaan alaan liittymätön kokopäivätyö on yhteydessä heikompiin arvosanoihin (Sanchez-Gelabert ym. 2017). Opiskelijoiden osa-aikainen työssäkäynti on negatiivisesti yhteydessä arvosanoihin, kun taas kokopäiväinen oman alan työ on positiivisesti yhteydessä arvosanoihin (DiPaola & Matano 2016). Näin ollen työn luonteen ja työtuntien määrän yhteys opintomenestykseen ei ole aina yksiselitteinen. Lisäksi on havaittu, että koulutusalaa vastaava työ on yhteydessä yliopisto-opiskelijoiden syväsuuntautuneeseen oppimiseen ja alaa vastaamaton työ pintasuuntautuneeseen oppimiseen. Tämä viittaa siihen, että alaa vastaava työ voi auttaa opiskelijoita syventämään ymmärrystä oman alansa asioista. (Tuononen ym. 2016b.) Toisaalta voi myös olla, että alasta kiinnostuneet ja syväsuuntautuneesti opiskelevat hakeutuvat omaa alaa vastaaviin töihin jo opintojen aikana. Alaa vastaava työ on usein vaativaa, mikä lisää motivaatiota opiskeluun, mutta samalla sitä tehdään tuntimääräisesti enemmän (Vanhanen-Nuutinen ym. 2018). Tämän takia oman alan työstä voidaan kokea enemmän stressiä (Vanhanen-Nuutinen ym. 2018). Näin ollen alaan liittyvällä työllä voi olla ristiriitaisia vaikutuksia opiskeluun.

Tutkimuksen tavoite

Tämä tutkimus tarjoaa uutta tietoa opiskelijoiden työssäkäynnin, opiskelu-uupumuksen ja opintomenestyksen välisistä yhteyksistä. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, miten kolmannen vuoden yliopisto-opiskelijoiden opiskelun aikainen työssäkäynnin määrä ja luonne ovat yhteydessä opiskelu-uupumukseen, opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

- Miten opiskelijoiden työssäkäynti sekä työn määrä ja luonne ovat yhteydessä opiskelu-uupumuksen eri osa-alueisiin?
- Miten opiskelijoiden työssäkäynnin määrä ja työn luonne ovat yhteydessä opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen?

Aineisto ja menetelmät

Tutkimuksen aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella suomalaisessa yliopistossa vuosien 2019–2020 aikana. Kysely on osa yliopiston UniHow-palautejärjestelmää, ja se lähetettiin opiskelijoille joko toisen opintovuoden lopussa tai kolmannen opintovuoden alussa. Kyselyyn vastasi 480 tutkimusluvan antanutta opiskelijaa. Opiskelijat olivat humanistisesta (n = 230), bio- ja ympäristötieteellisestä (n = 141) ja valtiotieteellisestä tiedekunnasta (n = 109). Vastausprosentit vaihtelivat tiedekunnittain: humanistisessa 41 prosenttia, bio- ja ympäristötieteellisessä 44 prosenttia ja valtiotieteellisessä 41 prosenttia kyselyyn kutsu-

tuista vastasi kyselyyn ja antoi tutkimusluvan. Tutkimuksen eri vaiheissa ja henkilötietojen käsittelyssä huomioitiin ihmistieteiden tutkimusta koskevat eettiset ohjeet ja säädökset (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019). Lupa sisälsi myös oikeuden käyttää opintorekisteritietoja. Opiskelijoiden työssäkäynnistä kysyttiin usean eri väittämän avulla. Väittämät pohjautuvat kansalliseen Uraseurantakyselyyn ja aiempaan tutkimukseen (Tuononen 2019; Uraseurantakysely). Ensin opiskelijoilta kysyttiin: ”Oletko tehnyt töitä opintojen aikana?” (kyllä/ei), työn määrää mitattiin väittämällä ”Arvioi, kuinka paljon olet tehnyt töitä kuluneen vuoden aikana.” Vastausvaihtoehdot olivat: en lainkaan, alle 20 tuntia, 20–34 tuntia tai 35 tuntia tai yli. Työn luonnetta kysyttiin väittämällä ”Työni liittyy opiskelemaani alaan”. Tähän väittämään vastattiin 5-portaisella Likert-asterikolla (1 = täysin eri mieltä, 5 = täysin samaa mieltä). Analyyseja varten väittämä koodattiin siten, että arvot yksi ja kaksi tarkoittavat ei-oman alan työtä, arvot neljä ja viisi oman alan työtä ja arvo kolme ei osaa sanoa/arvioida työn luonnetta.

Opiskelu-uupumusta mitattiin School burnout kyselyllä (SBI) (Salmela-Aro ym. 2009), joka on muokattu ja todettu yliopistokontekstiin soveltuvaksi (Asikainen ym. 2022; Salmela-Aro & Read 2017). Kyselyn yhdeksän väittämää mittaavat kolmea opiskelu-uupumuksen ulottuvuutta: uupumusasteista väsymystä (4 väittämää, esim. tunnen hukkuvani opintoihini liittyvään työmäärään), riittämättömyyttä (2 väittämää, esim. minulla on usein riittämättömyyden tunteita opinnoissani) ja kyynisyyttä (3 väittämää, esim. ennen odotin saavani opinnoissani paljon enemmän aikaan kuin nyt). Opiskelu-uupumusta mitattiin Likert-asteikolla (0 = täysin eri mieltä, 6 = täysin samaa mieltä). Opintomenestys laskettiin lukuvuoden opintopisteiden summalla ja opintomenestys opiskeluvuoden suoritettujen opintojen painotetulla keskiarvolla. Opintomenestystiedot haettiin opiskelijarekisteristä.

Analyysit

Opiskelijoiden työssäkäyntiin perehdyttiin ensin tarkastelemalla kuvailevia tietoja. Opiskelu-uupumusta mittaaville ulottuvuuksille tehtiin konfirmatorinen faktorianalyysi. Kolmen ulottuvuuden malli sopi aineistoon hyvin ($\chi^2 = 65{,}24$; $p < 0{,}001$; CFI = 0,981; RMSEA = 0,050). Opiskelu-uupumuksen osa-alueille laskettiin myös reliabiliteetit Cronbachin alphan avulla (Uupumusasteinen väsymys $\alpha = 0{,}815$; Kyynisyys $\alpha = 0{,}875$; Riittämättömyys $\alpha = 0{,}718$). Työssäkäynnin analyysit työn määrän ja laadun suhteen sekä niiden yhteys uupumukseen ja opintojen etenemiseen ja menestykseen on tehty vain osajoukolla, joka oli tehnyt töitä kuluneen lukuvuoden aikana. Työssäkäynnin ja opiskelu-uupumuksen sekä opintomenestyksen ja opintojen etenemisen välisiä yhteyksiä analysoitiin riippumattomien muuttujien t-testillä sekä yksisuuntaisella varianssianalyysillä (ANOVA). Analyysit tehtiin SPSS 29 -ohjelmalla.

Tulokset

Kyselyyn vastanneista opiskelijoista suurin osa (69 %, n = 329) oli tehnyt töitä opintojen aikana. Kuluneen vuoden aikana 36 prosenttia vastanneista ei ollut tehnyt lainkaan töitä, 52 prosenttia opiskelijoista oli tehnyt töitä alle 20 tuntia viikossa, 9 prosenttia oli tehnyt 20–34 tuntia viikossa ja kokopäivätöitä (35 tuntia tai yli) oli tehnyt kolme prosenttia kyselyyn vastanneista opiskelijoista. Suurimman osan työ ei liittynyt opiskeltavaan alaan (69 %, n = 226), 22 prosentilla (n = 73) opiskelijoista työ liittyi omaan alaan ja 9 prosenttia (n = 30) ei osannut arvioida työn suhdetta opiskelemaansa alaan. Opiskelu-uupumuksen osa-alueista opiskelijat arvioivat korkeimmiksi riittämättömyyden (ka. 3,51; kh. = 1,38) ja uupumusasteisen väsymyksen (ka. 3,27; kh. =1,17) ja alhaisemmaksi kyynisyyden (ka. 2,64; kh. = 1,31).

Työn määrän ja luonteen yhteys opiskelu-uupumuksen eri osa-alueisiin

Työssäkäynti opintojen aikana ei ollut yhteydessä opiskelu-uupumukseen ja sen eri osa-alueisiin. Toisin sanoen työssäkäyvät ja ei-työssäkäyvät opiskelijat kokivat uupumusasteista väsymystä, riittämättömyyttä ja kyynisyyttä saman verran (taulukko 1). Opiskeluun liittyvä uupumus ei myöskään ollut yhteydessä kuluneen lukuvuoden aikaiseen työssäkäyntiin, työn määrään eikä siihen tekikö opiskelija oman alan töitä vai ei.

Opiskelijoiden työssäkäynnin määrän ja luonteen yhteys arvosanoihin ja opintojen etenemiseen

Työssäkäyvien ja ei-työssäkäyvien opiskelijoiden välillä ei ollut eroja arvosanoissa eikä opintojen etenemisessä (taulukko 2). Kun tarkastelimme tar-

Taulukko 1. Opiskelu-uupumus osa-alueiden erot työssäkäynnin, työn määrän ja luonteen suhteen (ei tilastollisesti merkitseviä eroja)

Työssäkäynti	Uupumusasteinen väsymys		Kyynisyys		Riittämättömyys	
	ka.	kh.	ka.	kh.	ka.	kh.
Ei-työssäkäyvät	3,32	1,19	2,71	1,32	3,59	1,44
Työssäkäyvät	3,24	1,16	2,61	1,30	3,48	1,35
	t = 0,691	p = 0,490	t = 0,787	p = 0,432	t = 0,815	p = 0,415
Työn määrä						
Ei lainkaan	3,32	1,17	2,67	1,31	3,56	1,44
Alle 20 t	3,27	1,15	2,67	1,30	3,53	1,36
20–34 t	3,06	1,14	2,64	1,41	3,38	1,37
35 t tai yli	3,04	1,56	2,04	1,17	3,00	1,07
	F = 0,640	p = 0,589	F = 1,101	p = 0,349	F = 0,928	p = 0,427
Työn luonne						
Oman alan työ	3,12	1,28	2,56	1,30	3,42	1,42
Ei oman alan työ	3,25	1,14	2,63	1,27	3,50	1,33
Ei osaa arvioida työn luonnetta	3,44	0,98	2,61	1,53	3,48	1,39
	F = 0,37	p = 0,434	F = 0,072	p = 0,931	F = 0,096	p = 0,908

Opiskelu-uupumuksen skaala 1–6

kemmin työssäkäynnin määrän yhteyttä opintojen etenemiseen, löysimme eroja (F(3,474) = 3,38; p = 0,018). Kokopäivätöitä tehneet opiskelijat (35 tuntia tai yli viikossa) erosivat muista ryhmistä siten, että heillä oli vähemmän suoritettuja opintopisteitä kuin muiden ryhmien opiskelijoilla. Työn luonne ei ollut yhteydessä opintopisteiden määrään. Arvosanat eivät myöskään eronneet työn määrän eikä työn luonteen mukaan.

Taulukko 2. Opintopisteiden ja arvosanojen erot suhteessa työssäkäyntiin, työnmäärään ja luonteeseen

Työssäkäynti	Arvosanojen keskiarvo ja keskihajonta		Opintopisteiden keskiarvo ja keskihajonta	
	ka.	kh.	ka.	kh.
Ei-työssäkäyvät	3,78	0,80	54,06	17,64
Työssäkäyvät	3,81	0,75	53,26	17,65
	t = -0,509	p = 0,611	t = 0,458	p = 0,647
Työn määrä				
Ei lainkaan	3,79	0,85	53,61	19,55
Alle 20 t	3,82	0,70	54,12	15,98
20–34 t	3,88	0,59	54,23	17,41
35 t tai yli	3,62	1,19	**39,43**	**15,71***
	F = 0,483	p = 0,694	F = 3,376	p = 0,018
Työn luonne				
Oman alan työ	3,90	0,64	56,80	17,40
Ei oman alan työ	3,80	0,76	52,02	17,35
Ei osaa arvioida työn luonnetta	3,77	0,93	54,07	19,83
	F = 0,589	p = 0,555	F = 2,068	p = 0,128

*tilastollisesti merkitsevä ero muihin työn määrän luokkiin

Pohdinta

Tutkimuksessa selvitimme, miten kolmannen vuoden yliopisto-opiskelijoiden työssäkäynti ja sen määrä ja luonne ovat yhteydessä opiskeluuupumuksen eri osa-alueisiin sekä opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen. Suurin osa tutkimukseen vastanneista opiskelijoista oli tehnyt töitä opintojen aikana. Opiskelijat olivat työskennelleet kuluneen vuoden aikana keskimäärin alle 20 tuntia viikossa. Nämä tulokset ovat linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa (Aho ym. 2012; Eurostudent 2019; Tuononen 2016b). Tässä tutkimuksessa 69 prosenttia opiskelijoista teki työtä, joka ei vastannut heidän opiskelemaansa alaa. Keskimäärin eurooppalaisissa maissa oman alan työtä tekevien osuus on 45 prosenttia (Eurostudent 2019). Aikaisemman selvityksen mukaan lähes 70 prosenttia opiskelijoista oli tehnyt opiskeluaikanaan töitä, jotka liittyivät heidän opiskelemaansa alaan (Aho ym. 2012). Simo Ahon ym. (2012) selvityksen kohdejoukkona oli vuonna 2005 Suomen yliopistosta valmistuneet, kun tässä tutkimuksessa oli mukana kolmannen vuoden opiskelijoita valikoituneilta aloilta Helsingin yliopistosta. On osoitettu, että oman alan työn tekeminen opintojen ohella vaihtelee aloittain (Vanhanen-Nuutinen ym. 2018) ja myös opintojen vaiheen mukaan (Eurostudent 2019). Omaa alaa vastaamattomia töitä tekevien opiskelijoiden suuri osuus tässä tutkimuksessa voi johtua muun muassa siitä, että tutkimuksessa mukana olevilla aloilla (biotieteet, humanistinen ja valtiotiede) voi olla vaikea löytää alan työtä kandiopintojen vaiheessa.

Tähän tutkimukseen osallistuneet opiskelijat arvioivat opiskelu-uupumuksen eri osa-alueita suhteellisen korkeaksi. He siis kokivat uupumusasteista väsymystä, kyynisyyttä ja riittämättömyyttä ja keskimääräisesti enemmän kuin aiemmassa tutkimuksessa (Asikainen ym. 2022; Hyytinen ym. 2022). Aikaisemmat tutkimukset on tehty ensimmäisen vuoden opiskelijoilla, ja tässä tutkimuksessa keskityttiin kolmannen vuoden opiskelijoihin. Tutkimukset ovat osoittaneet, että opintojen edetessä opiskelu-uupumus voi kasvaa (Räisänen ym. 2020; Salmela-Aro & Read 2017).

Tulokset osoittivat, että opiskelijoiden kokema opiskelu-uupumus ei kuitenkaan ollut yhteydessä työssäkäyntiin, sen määrään tai luonteeseen. Toisin sanoen opiskelijoiden kokemukset opintoihin liittyvästä uupumusasteisesta väsymyksestä, kyynisyydestä ja riittämättömyyden tunteesta eivät eronneet työn määrän ja työn luonteen mukaan. Myöskään aikaisemmat tutkimukset eivät ole löytäneet eroja työssäkäyvien ja ei-työssäkäyvien hyvinvoinnissa ja uupumuskokemuksissa (Fiorilli ym. 2022; Rijavec ym. 2017; Shankland ym. 2019). Näissä tutkimuksissa ei ole kuitenkaan otettu huomioon työn määrää tai luonnetta. Aikaisemmassa työn määrän huomioivissa tutkimuksessa on tunnistettu, että jopa osa-aikainen työssäkäynti voi ennustaa huonompaa psyykkistä terveyttä (Carney ym. 2005). Ristiriitaiset tulokset opiskelijoiden uupumuksen ja työssäkäynnin yhteydestä voivat johtua maiden erilaisista korkeakoulujärjestelmistä ja opintotuen muodoista. Esimerkiksi opintolainan yhteyttä työssäkäyntiin ja opiskelu-uupumukseen olisi tärkeä tutkia Suomessa. Lisäksi aikaisemmat tutkimukset ovat osoittaneet eroja esimerkiksi sukupuolten välillä uupumuksessa (esim. Fiorilli ym. 2022) ja työn luonteessa (Tuononen ym. 2016b), joten työssäkäynnin ja uupumuksen välistä yhteyttä olisi hyödyllistä tarkastella myös eri sukupuolten välillä opintojen eri vaiheessa.

Tutkimme myös työssäkäynnin yhteyttä opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen. Tässä tutkimuksessa arvosanat eivät olleet yhteydessä työn määrään eikä työn luonteeseen. Tämä voi johtua siitä, että suurimmalla osalla opiskelijoista työ ei liittynyt omaan alaan eikä työ siten tukenut opintoja. Aikaisemmissa tutkimuksissa on löydetty positiivinen yhteys nimenomaan oman alan työn ja arvosanojen välillä (Brooks & Youngson 2016; Patel ym. 2012). Myös työn määrän ja arvosanojen välillä on löydetty yhteys (Tessema ym. 2014). Positiivinen yhteys arvosanoihin on löydetty opiskelijoilla, jotka työskentelivät alle 10 tuntia viikossa. Jos työmäärä oli isompi, yhteys ei ollut merkitsevä (Tessema ym. 2014). Tutkimuksessamme pienin luokka työnmäärälle oli alle 20 tuntia, joka saattaa vaikuttaa eriävään tulokseen. Kaikki tutkimukset eivät kuitenkaan ole löytäneet yhteyttä työssäkäynnin ja opintomenestyksen välillä (Nonis & Hudson 2006; Sulaiman & Mohezar 2006). Ristiriitaiset tulokset eri tutkimusten välillä voivat johtua tutkimusasetelmien erilaisuudesta, opiskelijoiden opintojen vaiheesta tai siitä minkä alan opiskelijoita on tutkittu.

Työn määrä oli tässä tutkimuksessa yhteydessä opintojen etenemiseen. Opiskelijoilla, jotka tekivät töitä yli 35 tuntia, oli vähemmän opintopisteitä kuin muilla opiskelijoilla. Toisin sanoen kokopäivätyössä olevat opiskelijat saivat vähemmän

opintopisteitä kuin muut. Myös muut tutkimukset ovat löytäneet yhteyden kokoaikaisen työssäkäynnin ja hitaamman opintojen etenemiseen välillä (Darolia 2014; Katsikas 2013; Thies, 2022; Triventi 2014; Tuononen ym. 2016b). Aikaisempia tutkimuksia tarkasteltaessa on syytä ottaa huomioon, että erot opintopisteissä saattavat kuitenkin olla hyvin pieniä (Isotalo ym. 2023; Paasiniemi 2015). Lisäksi on tärkeä huomioida, että yliopisto-opiskelijat ovat monimuotoinen ryhmä ja osalle hidas opintojen eteneminen on strateginen valinta elämäntilanteen tai oman priorisoinnin takia, esimerkiksi juuri päätoimisen työn takia (Korhonen & Rautopuro 2012; Hailikari ym.2020).

Puhe opiskelijoiden työssäkäynnistä on usein negatiivista, ja siinä korostuu työssäkäynnin kielteiset seuraukset. Tämän tutkimuksen mukaan työssäkäynti ei selitä opiskelijoiden kokemuksia uupumuksesta tai huonompaa opintomenestystä. Opiskelijoiden työssäkäynnillä voi olla monia positiivisia vaikutuksia. Osa opiskelijoista kokee työssäkäynnin opintoja edistävänä tekijänä (Aho ym. 2012; Haarala-Muhonen ym. 2011; Hailikari ym. 2018). Näin ollen työssäkäynti voi olla voimavara osalle opiskelijoista eikä siten häiritse opintojen etenemistä tai heikennä opintomenestystä. Lisäksi tutkimuksissa on todettu, että ajanhallinta- ja itsesäätelytaidot ovat keskeisiä työssäkäyville opiskelijoille (Haarala-Muhonen ym. 2011; Tuononen ym. 2016a) ja että kokopäiväisesti työskentelevillä opiskelijoilla on paremmat metakognitiiviset tiedot ja taidot eli käsitys itsestä oppijana ja kyky säädellä omaa oppimistaan (Tuononen ym. 2024). Suurin osa opiskelijoista tekee töitä taloudellista syistä (Holmes 2008; Vanhanen-Nuutinen ym. 2018), ja työssäkäynti voi siten myös vähentää taloudelliseen tilanteeseen liittyvää stressiä. Korkeakoulupedagogiikan tila ja uudistaminen -arvioinnin mukaan opiskelijat haluaisivat hyödyntää työtään enemmän opinnoissa (Toom ym. 2023). Lisäksi opiskelijat pitävät työkokemusta tärkeänä pääomana tulevaisuuden työelämää ajatellen (Aho ym. 2012; Tuononen & Hyytinen 2022), ja se voi tukea syväsuuntautunutta oppimista (Tuononen ym. 2016b) ja urasuunnittelua (Vanhanen-Nuutinen ym. 2028, Tuononen ym. 2023). Näistä työssäkäynnin lukuisista positiivisista seurauksista olisi myös tärkeä puhua enemmän.

Tässä tutkimuksessa oli myös rajoituksia. Ensinnäkin vastausprosentti jäi melko matalaksi kaikilla tieteenaloilla, jolloin aineistomme ei ollut täysin edustava otos opiskelijoista. Aineiston koko oli myös melko pieni, jolloin tieteenalakohtainen tarkastelu ei ollut mahdollista. Lisäksi esimerkiksi kokopäivätöissä olevia opiskelijoita on aineistossa suhteellisen vähän, mikä voi vaikuttaa vertailuihin. Jatkotutkimuksessa pitäisikin pyrkiä keräämään kattavampia aineistoja, jolloin myös eri tieteenalojen tarkastelu olisi mahdollista. Lisäksi tutkimuksen poikkileikkausasetelma ei mahdollistanut työssäkäynnin, hyvinvoinnin ja opintomenestyksen yhteyksien seuraamista opintojen edetessä. Tutkimuksessa käytettiin ainoastaan kyselyaineistoa, jolloin tutkimuksen kohteena oli vastaajien oma kokemus omasta hyvinvoinnistaan. Lisäksi vastaushetken työtilannetta tai sitä painottuiko työnteko esimerkiksi loma-aikaan ei kysytty, vaan kyselyssä keskityttiin lukuvuoden aikana tehtyyn työhön. Tulevaisuudessa olisi myös tärkeä tutkia yksilöllisiä eroja ja sitä, mitkä tekijät vaikuttavat siihen, milloin työstä tulee stressiä aiheuttava tekijä ja milloin se voi toimia voimavarana. Myös työpaikalla on merkitystä siinä, miten hyvin se tukee työn ja opiskelun yhdistämistä (Owen ym. 2017). Opiskelijan oma kokemus työn ja opiskelun yhdistämisestä ja muun muassa siitä, miten joustavasti voi itse vaikuttaa työaikoihin, on yhteydessä opiskelijan hyvinvointiin ja opintoihin sitoutumiseen (Chu ym. 2021). Työssäkäyntiä suhteessa opiskelijoiden hyvinvointiin on tärkeä tutkia lisää, koska asia ei ole yksiselitteinen.

Opiskelijoiden työssäkäynti opintojen aikana sekä heidän heikentynyt hyvinvointinsa ovat olleet puheenaihe pitkään. Tämä tutkimus osallistuu yhteiskunnalliseen keskusteluun työssäkäynnin vaikutuksista opiskeluun osoittamalla, että opintojen aikainen työssäkäynti ei ole selkeä hyvinvointia huonontava tekijä yliopisto-opinnoissa eikä työssäkäynti tarkoita automaattisesti opintojen viivästymistä tai heikompaa opintomenestystä. Jatkossa tulisikin miettiä entistä tarkemmin, miten opiskelijoiden työssäkäyntiä, joka on monelle opiskelijalle välttämätöntä, voitaisiin tukea paremmin. Esimerkiksi lisäämällä joustavuutta opintoihin, hyödyntämällä opiskelijoiden työkokemusta opinnoissa ja kehittämällä opiskelijoiden ajanhallintataitoja ja suunnitelmallista opiskelua voidaan tukea opiskelun ja työn yhdistämistä sekä opiskelijoiden hyvinvointia.

Saapunut 3.11.2023
Hyväksytty 21.3.2024

KIRJALLISUUS

Aho, Simo & Hynninen, Sanna-Mari & Karhunen, Hannu & Vanttaja, Markku (2012) Opiskeluaikainen työssäkäynti ja sen vaikutukset. Työ- ja Elinkeinoministeriön julkaisuja 26. Helsinki.

Asikainen, Henna & Nieminen, Juuso & Häsä, Jokke & Katajavuori, Nina (2022) University students' interest and burnout profiles and their relation to approaches to learning and achievement. Learning and Individual Differences 93, 102105. https://doi.org/10.1016/j.lindif.2021.102105

Benner, Kalea & Curl, Angela (2018) Exhausted, stressed, and disengaged: Does employment create burnout for social work students? Journal of Social Work Education 54(2), 300–309. Doi: 10.1080/10437797.2017.1341858

Brooks, Ruth & Youngson, Paul (2016) Undergraduate work placements: An analysis of the effects on career progression. Studies in Higher Education 41(9), 1563–1578. Doi: 10.1080/03075079.2014.988702

Carney, Claire & McNeish, Sharon & McColl, John (2005) The impact of part time employment on students' health and academic performance: a Scottish perspective, Journal of Further and Higher Education 29(4), 307–319. https://doi.org/10.1080/03098770500353300

Chu, Moong L. & Peter A. Creed & Conlon, Elizabeth G (2021) Recovery resources mediate between work-study boundary congruence and well-being and engagement in tertiary students, Journal of Education and Work 34(2), 232–246. Doi: 10.1080/13639080.2021.1887828

Creed, Peter & French, Jessica & Hood, Michelle (2015) Working while studying at university: The relationship between work benefits and demands and engagement and well-being. Journal of Vocational Behaviour 86, 48–57. Doi:10.1016/j.jvb.2014.11.002

Darolia, Rajee (2014) Working (and studying) day and night: Heterogeneous effects of working on the academic performance of full-time and part-time students. Economics of Education Review 38, 38–50. https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2013.10.004

Demerouti, Evangelia & Bakker, Arnold & Nachreiner, Friedhelm & Schaufeli, Wilmar (2001) The job demands – Resources model of burnout. Journal of Applied Psychology 86, 499–512. https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499

Di Paolo, Antonio & Matano, Alessia (2016) The impact of working while studying on the academic and labour market performance of graduates: The joint role of work intensity and jobfield match. International Journal of Manpower 43 (7),1556–1578. https://doi.org/10.1/IJM-03-2021-0182

Fiorilli, Caterina & Barni, Daniela & Russo, Claudia & Marchetti, Vanessa & Angelini, Giacomo & Romano, Luciana (2022) Students' Burnout at University: The Role of Gender and Worker Status. International Journal of Environmental Research and Public Health 19 (18), 11341. https://doi.org/10.3390/ijerph191811341

Franziska, Lessky & Martin, Unger (2022) Working long hours while studying: a higher risk for First-in-Family students and students of particular fields of study? European Journal of Higher Education Doi: 10.1080/21568235.2022.2047084

Eurostudent (2019) Motives and benefits of working while studying. EUROSTUDENT Intelligence Brief 5/2019. https://www.eurostudent.eu/download_files/documents/EUROSTUDENT_INTELLIGENCE_BRIEF_52019.pdf

Evans, Carl & Gbadamosi, Gbolahan & Richardson, Mark (2014) Flexibility, compromise and opportunity: Students' perceptions of balancing part-time work with a full-time business degree. The International Journal of Management Education 12 (2), 80–90. https://doi.org/10.1016/j.ijme.2014.02.001

Haarala-Muhonen, Anne & Ruohoniemi, Mirja & Lindblom-Ylänne, Sari (2011) Factors affecting the study pace of first-year law students – in search of study counselling tools. Studies in Higher Education 36 (8), 911–922.

Hailikari, Telle & Sund, Reijo & Haarala-Muhonen, Anne & Lindblom-Ylänne, Sari (2020) Using individual study profiles of first-year students in two different disciplines to predict graduation time. Studies in Higher Education 45(12), 2604–2618. Doi: 10.1080/03075079.2019.1623771

Hailikari, Telle & Tuononen, Tarja & Parpala, Anna (2018) Students' experiences of the factors affecting their study progress: differences in study profiles. Journal of Further and Higher Education 42 (1), 1–12.

Hall, Ralp (2010) The work–study relationship: experiences of full-time university students undertaking part-time employment. Journal of Education and Work 23 (5), 439–449.

Holmes, Valerie (2008) Working to live: why university students balance full-time study and employment. Education+ Training 50 (4), 305–314.

Hovdhaugen, Elisabeth (2015) Working while studying: The impact of term-time employment on dropout rates. Journal of Education and Work 28 (6), 631–651.

Hunt, Andrew & Lincoln, Ian & Walker, Arthur (2004) Term-time employment and academic attainment: Evidence from a large-scale survey of undergraduates at Northumbria University. Journal of Further and Higher Education 28 (1), 3–18.

Hyytinen, Heidi & Tuononen, Tarja & Nevgi, Anne & Toom, Auli (2022) The first-year students' motives for attending university studies and study-related burnout in relation to academic achievement. Learning and Individual Differences 97 [102165]. https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.102165

Isotalo, Eetu & Karhunen, Hannu & Tuomala, Juha & Saarinen Taina & Virtanen Anne (2023) Korkeakouluopiskelijoiden työssäkäynnin vaikutukset: Väliraportti. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja: 34. Valtioneuvoston kanslia. Helsinki.

Katsikas, Elias (2013) The impact of students' working status on academic progress: assessing the implications of policy change in Greece. Journal of Education and Work 26 (5), 539–569.

Korhonen, Vesa & Rautopuro, Juhani (2012) Hitaasti mutta epävarmasti. Onko opintoihin hakeutumisen lähtökohdilla yhteyttä opintojen käynnistymisongelmiin? Teoksessa Vesa Korhonen & Marita Mäkinen (toim.) Opiskelijat Korkeakoulutuksen Näyttämöllä. Tampere: University of Tampere, 87–112.

Madigan, D. J. & Curran, T. (2021) Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. Educational Psychology Review, 33(2), 387–405. https://doi.org/10.1007/s10648-020-09533-1

Moulin, Stéphane & Doray, Pierre & Laplante, Benoît (2013) Work intensity and non completion of university: longitudinal approach and causal inference. Journal of Education and Work 26 (3), 333–356. https://doi.org/10.1080/13639080.2011.653554

Mounsey, Rebecca & Vandehey, Michael & Diekhoff, George (2013) Working and Non-Working University Students: Anxiety, Depression, and Grade Point Average. College Student Journal 47, 379–389.

Nonis, Sarath & Hudson, Gail (2006) Academic performance of college students: influence of time spent studying and working. Journal of Education for Business 81 (3), 151–159.

Owen, Mikaela & Kavanagh, Phil & Dollard, Maureen (2018) An integrated model of work–study conflict and work–study facilitation. Journal of Career Development 45 (5), 504–517.

Pajarre, Eila & Asunmaa, Piia & Lukkari, Heli (2011) Ei kysyvä teekkari opintopolulta eksy. TTY:n ohjauskyselyn 2010 tuloksia. Tampereen teknillinen yliopisto. Yliopistopalvelut. Raportti 6.

Parker, Philip D. & Salmela-Aro, Katariina (2011) Developmental processes in school burnout: A comparison of major developmental models. Learning and Individual Differences 21 (2), 244–248. https://doi.org/10.1016/j.lindif.2011.01.005

Parpala, Anna & Katajavuori, Nina & Haarala-Muhonen, Anne & Asikainen, Henna (2021) How Did Students with Different Learning Profiles Experience 'Normal'and Online Teaching Situation during COVID-19 Spring? Social Sciences, 10(9), 337. https://doi.org/10.3390/socsci10090337

Patel, Nayna & Brinkman,Willem-Paul & Coughlan, Jane (2012) Work placements andacademic achievement: Undergraduate computing students. Education + Training 54 (6), 523–533.

Paasiniemi, Markus (2015) Opintotuen tulorajat ja opiskelijoiden työssäkäynti. VATT muistio. Helsinki. https://vatt.fi/documents/2956369/3012213/muistio_49.pdf (luettu 22.10.2023)

Patel, Nayna & Brinkman, Willem-Paul & Coughlan, Jan (2012) Work placements and academic achievement: Undergraduate computing students. Education + Training 54 (6), 523–533.

Pesonen, Henri & Tuononen, Tarja & Fabri, Marc & Lahdelma, Minja (2022) Autistic graduates: graduate capital and employability. Journal of Education and Work 35 (4) Doi: 10.1080/13639080.2022.2059455

Rijavec, Majda & Ljubin Golub, Tajana & Jurčec, Lana & Olčar, Diana (2017) Working part time during studies: The role of flow in students' well-being and academic achievement. Croatian Journal of Education: Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje 19 (3),157–175.

Robotham, David (2012) Student part-time employment: characteristics and consequences. Education + Training 54 (1), 65–75. https://doi.org/10.1108/00400911211198904

Räisänen, Milla & Postareff, Liisa & Lindblom-Ylänne, Sari (2020) Students' experiences of study-related exhaustion, regulation of learning, peer learning and peer support during university studies. European Journal of Psychology of Education 36, 1135–1157. https://doi.org/10.1007/s10212-020-00512-2

Salamonson, Yenna & Roach, David & Crawford, Ruth & McGrath, Belinda & Christiansen, Angela & Wall, Peter & Kelly, Mandy & Ramjan, Lucie M. (2020) The type and amount of paid work while studying influence academic performance of first year nursing students: An inception cohort study. Nurse Education Today. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.104213

Salamonson, Yenna & Everett, Bronwyn & Koch, Jane & Andrew, Sharon & Davidson, Patricia (2012) The impact of term-time paid work on academic performance in nursing students: A longitudinal study. International Journal of Nursing Studies 49 (5), 579–586.

Salmela-Aro, Katariina & Kiuru, Noora & Leskinen, Esko & Nurmi, Jan-Erik (2009) School-burnout inventory (SBI) Reliability and validity. European Journal of Psychological Assessment, 25(1), 48–57. doi: http://dx.doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48.

Salmela-Aro, Katariina & Read, Sanna (2017) Study engagement and burnout profiles among Finnish higher education students. Burnout Research 7, 21–28. Doi: https://doi.org/10.1016/j.burn.2017.11.001

Salmela-Aro, Katariina & Upadyaya, Katja & Ronkainen, Inka & Hietajärvi, Lauri (2022) Study burnout and engagement during COVID-19 among university students: The role of demands, resources, and psychological needs. Journal of Happiness Studies 23 (6), 2685–2702.

Salmela-Aro, Katariina & Upadyaya, Katja (2017) Developmental trajectories of school burnout: evidence from two longitudinal studies. Learning and Individual Differences 36, 60–68. https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.10.016.

Sanchez-Gelabert, Albert & Figueroa, Mijail & Elias, Marina (2017) Working whilst studying in higher education: The impact of the economic crisis on academic and labour market success. European Journal of Education 52 (2), 232–245.

Schaufeli, Wilmar. B. & Salanova, Marisa & González-

Romá, Vicente & Bakker, Ardonld B. (2002) The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach 3 (1), 71–92.

Shankland, Rebecca & Kotsou, Ilios & Vallet, Fanny & Bouteyre, Evelyne & Dantzer, Cécile & Leys, Christophe (2019) Burnout in university students: the mediating role of sense of coherence on the relationship between daily hassles and burnout. Higher Education 78, 91–113. https://doi.org/10.1007/s10734-018-0332-4

Shaw, Matthew & Peart, Daniel & Fairhead, Orrin James (2017) Perceived stress in university students studying in a further education college. Research in Post-Compulsory Education 22 (3), 442–452. Doi: 10.1080/13596748.2017.1362534

Sulaiman, Ainin & Mohezar, Suhana (2006) Student success factors: Identifying key predictors. Journal of Education for Business 81 (6), 328–333.

Tessema, Mussie & Ready, Kathryn & Astani, Marzie (2014) Does part-time job affect college students' satisfaction and academic performance (GPA)? The case of a mid-sized public university. International Journal of Business Administration 5(2) https://doi.org/10.5430/ijba.v5n2p50

Thies, Theresa (2022) International students in higher education: the effect of student employment on academic performance and study progress. Higher Education https://doi.org/10.1007/s10734-022-00950-5

Tilastokeskus (2022) Opiskelijoiden työssäkäynti. Helsinki: Tilastokeskus. https://stat.fi/julkaisu/clmeuqiwqo59u0avvloc4vpa4 (luettu 27.8.2024)

Triventi, Moris (2014) Does working during higher education affect students' academic progression? Economics of Education Review 41, 1–13.

Toom, Auli & Heide, T. & Jäppinen, V. & Karjalainen, A. & Mäki, K. & Tynjälä, P. & Huusko, M. & Nurkka, N. & Vahvtivuori-Hänninen, S. & Karvonen, A. (2023) Korkeakoulupedagogiikan tila ja uudistaminen -arviointi. Julkaisut 22/2023. Helsinki: Kansallinen koulutuksen arviointikeskus (KARVI).

Tuononen, Tarja & Räisänen, Milla & Hyytinen, Heidi (2024) Students' work experience in relation to their career engagement and metacognitive awareness. Higher Education Research and Development 43 (6), 1399–1415. https://doi.org/10.1080/07294360.2024.2332251

Tuononen, Tarja & Hyytinen, Heidi (2022) Towards a Successful Transition to Work: which Employability Factors Contribute to Early Career Success? Journal of Education and Work 35 (6–7), 59–9613. https://doi.org/10.1080/13639080.2022.2126969

Tuononen, Tarja (2019) Employability of university graduates. The role of academic competences, learning and work experience in the successful transition from university to working life. Helsinki Studies in Education, 46. Helsinki: Unigrafia. http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-5123-0

Tuononen, Tarja & Parpala, Anna & Haarala-Muhonen, Anne & Lindblom-Ylänne, Sari (2016a) Yliopisto-opintojen aikainen työssäkäynti: ajanhallinta- ja itsesäätelytaitojen merkitys opintojen etenemiselle. Tiedepolitiikka 41 (4), 53–60.

Tuononen, Tarja & Parpala, Anna & Mattsson, Markus & Lindblom-Ylänne, Sari (2016b) Work experience in relation to study pace and thesis grade: investigation the mediating role of student learning. Higher Education 72 (1), 41–58.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2019) Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteeet ja ihmistieteiden eettinen ennakkoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Uraseurantakysely. https://www.aarresaari.net/wp-content/uploads/2022/06/Maisteriuraseurantalomake2021_FI_valmis.pdf.Aarresaari-verkosto. (luettu 12.9.2023)

Vanhanen-Nuutinen, Liisa & Saari, Juhani & Kotila, Hannu & Mäki, Kimmo & Syrjänen, Pekka (2018) Opintojen aikainen työssäkäynti – ongelma vai mahdollisuus ammattikorkeakoulu-opinnoissa? Eurostudent VI -tutkimuksen artikkelisarja. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:10. Helsinki.

van der Velden, Rolf & Allen, Jim (2011) Conclusions and policy implications. In R. van der Velden & J. Allen. The flexible professional in the knowlege society. New challenges for higher eduation. New York: Springer, 267–278.

ENGLISH SUMMARY

Tarja Tuononen & Heidi Hyytinen & Henna Asikainen: Relationship of working during studies to study-related burnout, study success and study progression (Opintojen aikaisen työssäkäynnin yhteys opiskelu-uupumukseen, opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen)

Working during studies and its impact on academic achievement has attracted much public debate in Finland. At the same time, research has revealed increasing rates of student burnout. This study examines how working during studies and the amount and nature of work are related to perceived study-related burnout, academic achievement, and progress in studies. The data for our study (N=480) consists of survey responses from students in the faculties of arts, biological and environmental sciences, and social sciences. Grade point averages and study credits were obtained from the student register. The data were analysed using two-sample t-test and one-way ANOVA.

The results showed that most students had worked during their studies, but the nature of work was unrelated to their field of study. The findings also indicated that working was not associated with components of study-related burnout (exhaustion, cynicism, and inadequacy), and experiences of study-related burnout did not differ according to the amount or nature of work. In terms of academic achievement, working and non-working students did not differ with respect to study credits or grades. However, the amount of work was related to study credits. Students who had worked full-time during the past year received statistically significantly less credits than those who had worked less or not at all. On the other hand, working in one's own field or some other area was not related to study progression. Furthermore, the amount and nature of work were not associated with grades. In the future, it is important to further explore the relationship between student well-being and working while studying, and to develop practices that can support students in combining their studies and work.

Keywords: students, working, study-related burnout, study success, study progress, university.

KIRJOITTAJAT

Tuononen, Tarja, dos., KT, yliopistonlehtori, Helsingin yliopisto (tarja.tuononen[at]helsinki.fi)

Hyytinen, Heidi, dos., FT, yliopistonlehtori, Helsingin yliopisto (heidi.m.hyytinen[at]helsinki.fi)

Asikainen, Henna, dos., FT, yliopistonlehtori, Helsingin yliopisto (henna.asikainen[at]helsinki.fi)