

# **Systemaattinen katsaus minäpystyvyyden merkityksestä opinto-ohjaajan työssä**

Kasvatustieteiden kandidaatintutkielma

Tekijä:  
Anette Vuorenmaa

19.03.2026  
Rauma

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu  
Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Kandidaatintutkielma

**Tutkinto-ohjelma, oppiaine:** Kasvatustieteiden kandidaatintutkielma

**Tekijä:** Anette Vuorenmaa

**Otsikko:** Systemaattinen katsaus minäpystyvyyden merkityksestä opinto-ohjaajan työssä

**Ohjaaja:** KT, yliopistonlehtori Mikko Tiilikainen

**Sivumäärä:** 41 sivua

**Päivämäärä:** 19.03.2026

Opinto-ohjaajan työhön perusopetuksessa ja toisella asteella kuuluu oppilaiden tukeminen sekä koulunkäynnissä että henkisessä kehittämisessä. Työssä tärkeää on usko omaan kykyihin ohjata oppilaita parhaalla mahdollisella tavalla. Minäpystyvyydellä on keskeinen rooli laadukkaan ohjauksen takaamisessa ja mielekkään työn tekemisessä. Tutkielmassa selvitettiin minäpystyvyyden yhteyttä opinto-ohjaajan työn osa-alueisiin ja nostettiin esille tekijöitä, jotka voivat vaikuttaa minäpystyvyyden kehittämiseen. Tutkielman avulla pyrittiin kokoamaan ja selventämään aiemmasta tutkimuksesta saatua tietoa, jotta tiedon hyödyntäminen olisi tulevaisuudessa helpompaa. Tutkimus toteutettiin systemaattisena kirjallisuuskatsauksena hyödyntäen tälle tutkimusmenetelmälle tyypillisiä keinoja, kuten SALSA-kehystä, ennalta määrättyä aineiston hakuprosessia sekä aineisto- ja teorialähtöistä sisällönanalyysiä. Systemaattisen hakuprosessin myötä aineistoksi muodostui 18 tutkimusartikkelin kokonaisuus. Tutkimuksen tulokset rakentuvat kolmen aineistosta teemoitetun työn osa-alueen sekä monen erilaisen minäpystyvyyttä kehittävän tekijän mukaan. Viimeisessä tulosten osiossa käsitellään työn osa-alueiden sekä minäpystyvyyden lähteiden ja kehittämistapojen yhteyttä. Tulosten perusteella minäpystyvyys vaikuttaa vahvasti opinto-ohjaajan työhön sekä ohjauksen laatuun. Aineistosta selvisi myös, että minäpystyvyyttä voidaan kehittää monin eri tavoin sekä koulutuksen, yhteisön että opinto-ohjaajan oman hyvinvoinnin kautta. Tuloksista voidaan päätellä minäpystyvyyden kehittämisen merkitys jo ennen työelämään astumista sekä esimerkiksi jatkokouluttautumisen tärkeys jo työssä oleville opinto-ohjaajille.

**Avainsanat:** Opinto-ohjaus, minäpystyvyys, systemaattinen kirjallisuuskatsaus

## Sisälllys

<b>1</b>	<b>Johdanto</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>Teoreettinen viitekehys</b>	<b>6</b>
2.1	Minäpystyvyys	6
2.2	Opinto-ohjaajan työnkuva ja ohjaajan minäpystyvyys	9
<b>3</b>	<b>Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset</b>	<b>11</b>
<b>4</b>	<b>Tutkimuksen toteutus</b>	<b>12</b>
4.1	Tutkimusmenetelmä	12
4.2	Aineiston hakuprosessi	13
4.3	Aineiston analyysi	19
<b>5</b>	<b>Tulokset</b>	<b>20</b>
<b>5.1</b>	<b>Minäpystyvyys opinto-ohjaajan työn osa-alueissa</b>	<b>20</b>
5.1.1	Ammattitaidon kehittyminen	21
5.1.2	Työyhteisössä toimiminen	22
5.1.3	Hyvinvoinnin tukeminen	23
<b>5.2</b>	<b>Minäpystyvyyden pääasialliset lähteet</b>	<b>24</b>
5.2.1	Onnistumisen kokemukset & sijaiskokemukset	26
5.2.2	Sosiaalinen suostuttelu	27
5.2.3	Affektiiviset ja fysiologiset tilat	28
<b>5.3</b>	<b>Opinto-ohjaajan työn osa-alueiden ja minäpystyvyyden lähteiden yhteys</b>	<b>29</b>
<b>6</b>	<b>Pohdinta ja johtopäätökset</b>	<b>32</b>
	<b>Lähteet</b>	<b>36</b>

# 1 Johdanto

Koulu on moniammatillinen yhteisö, jossa jokaisella ammattilaisella on tärkeä tehtävä oppilaiden koulutuksellisen ja henkisen kehityksen tukemisessa. Tässä yhteisössä opinto-ohjaaja keskittyy tarjoamaan oppilaille koulunkäyntiin, elämään ja työhön liittyvää ohjausta. Peruskoulussa opinto-ohjaajan työhön kuuluu oppilaan kasvun tukeminen, opiskelunvalmiuksien kehittäminen ja sosiaalisen kypsytymisen edistäminen. Toisella asteella opinto-ohjaus keskittyy tukemaan opiskelijoita opintojen aikana sekä huolehtimaan opiskelijan riittävien jatko-opinto- ja työelämätaitojen kehittymisestä. (Opetushallitus, n.d.) Opinto-ohjaajan normaaliin vaikutuksen piiriin tulisi kuulua kaikkien oppilaiden lisäksi myös opettajat ja huoltajat, jotta oppilaille ja kouluyhteisölle voitaisiin luoda mahdollisimman kokonaisvaltaista hyvinvointia. Opinto-ohjaajan rooli arvokkaana resurssina olisi tärkeä huomata oppilaiden, henkilökunnan ja koko kouluyhteisön menestymisessä. (Green & Lloyd, 2021.)

Opinto-ohjaajan työssä pärjäämisen kannalta tärkeää on vahva minäpystyvyys eli usko omaan ohjauskykyihin erilaisissa ohjaustilanteissa. Aihetta on lähestytty aiemmissa tutkimuksissa esimerkiksi kokemuksen ja työyhteisön merkityksen kannalta (esim. Ozteke Kozan, 2022; Geesa ym., 2024), kuten myös minäpystyvyyden vaikutuksen näkökulmasta (Ooi, Wan Jaafar & Grosling, 2021). Opinto-ohjaajien keskeinen vaikutus oppilaiden ja muun henkilökunnan hyvinvointiin on todettu myös aiemmassa tutkimuksessa (Ozteke Kozan, 2022). Aihetta on tutkittu laajasti useasta erilaisesta näkökulmasta käsin, sillä opinto-ohjaajan työ on samanaikaisesti monipuolista sekä merkityksellistä ja minäpystyvyys on monivaikutuksellinen voimavara. Aiemman tutkimuksen runsas määrä antaa hyvän pohjan tämän tutkielman toteuttamiselle.

Opinto-ohjaajan minäpystyvyyden tärkeys joko välillisenä tekijänä muiden osa-alueiden välillä tai itsenäisenä kokemuksena muiden tekijöiden vaikutuksen alaisena näkyy vahvasti aiemmassa tutkimuksessa. Vaikka aihetta on tutkittu jo suhteellisen paljon useista erilaisista näkökulmista, on tieto hyvin erillistä sekä vaikeaa nähdä yhtenä suurena kokonaisuutena. Tämä tutkielma

toteutetaan systemaattisena kirjallisuuskatsauksena, jonka avulla kerätään ja selvennetään jo olemassa olevaa tietoa minäpystyvyydestä osana opinto-ohjaajan työtä. Aiempien tutkimusten suuresta määrästä huolimatta tarve tiedon yhteen keräämiselle ja selkeiden vaikutustekijöiden esittelemiselle on läsnä nykyhetkessä. Tämän takia tutkielmassa etsitäänkin vastausta siihen, millä tavalla minäpystyvyys on yhteydessä opinto-ohjaajan työhön ja miten minäpystyvyyttä olisi mahdollista kehittää.

Kun minäpystyvyyden merkitystä sekä siihen vaikuttavia tekijöitä on koottu yhteen katsaukseen, voi olla yksinkertaisempaa huomioida minäpystyvyyden monipuolisuutta ja tärkeyttä esimerkiksi ohjaajakoulutusta suunnitellessa, esihenkilö-ohjaaja suhteen luomisessa tai työhyvinvoinnin kehittämisessä. On oleellista saada hyvä kokonaiskuva minäpystyvyyden kokemuksesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä, sillä opinto-ohjaajan työ osana moniammatillista kouluyhteisöä on keskeinen vaikuttaen sekä oppilaisiin että muuhun henkilökuntaan (Ozteke Kozan, 2022). Tämän takia tulee tiedostaa, mitkä asiat voivat vaikuttaa suoraan opinto-ohjaajan minäpystyvyyteen ja sen myötä työssä pärjäämiseen, kuten myös ohjaajan ja muun ympäristön hyvinvointiin.

## 2 Teoreettinen viitekehys

Tässä osiossa selitetään minäpystyvyyden määritelmä ja esitetään minäpystyvyyden kehittymisen teoriasta luotu malli. Tämän jälkeen perehdytään opinto-ohjaajan työnkuvaan ja avataan minäpystyvyyden yhteyttä opinto-ohjaajan ammattiin muun muassa aiemman tutkimuksen avulla.

### 2.1 Minäpystyvyys

Koettu minäpystyvyys (*perceived self-efficacy*) on yksilön uskomusta omiin kykyihinsä suoriutua tietyistä tehtävistä ja saavuttaa tavoitteita. Se ei ole sama asia kuin todelliset taidot, vaan pikemminkin uskomus omien kykyjen riittävydestä. Kokemus minäpystyvyydestä vaikuttaa siihen, mitä henkilö päättää tavoitella, kuinka paljon vaivaa hän näkee tavoitteen saavuttamisessa, kuinka kauan hän sinnittelee kohdatessaan vaikeuksia tai muutoksia, ovatko henkilön ajatusmallit itsetuhoisia vai auttavia sekä kuinka hyvin hän kestää stressiä vaativissa ympäristöissä. (Bandura, 1977a.) Yksi esimerkki minäpystyvyyden merkityksen konkreettisuudesta on tuore tutkimus, jonka mukaan opettajien käytöksen hallinnan minäpystyvyys vaikuttaa merkittävästi muun muassa luokkahuoneen käyttäytymiseen (Malinen ym., 2024).

Minäpystyvyyden kokemus rakentuu Banduran (1977a) mukaan neljästä pääasiallisesta lähteestä. Ensimmäinen lähteistä on henkilökohtaiset onnistumisen kokemukset (*enactive mastery experience*), jotka osoittavat itselle kyvykkyyttä omassa toiminnassa. Toisena tuodaan esille sijaiskokemus (*vicarious experience*), jossa kyvykkyysuskomukset syntyvät mallioppimisen avulla sekä vertailemalla omia kokemuksia muiden kokemuksiin. Kolmantena Bandura esittää sosiaalisen suostuttelun (*verbal persuasion*) sekä tähän liittyvät sosiaaliset vaikutustekijät ja viimeisenä fysiologiset ja affektiiviset tilat (*emotional arousal*), joiden kautta ihmiset arvioivat omaa kyvykkyyttään, voimiaan ja alttiuttaan toimintahäiriöille.

Henkilön omat onnistumisen kokemukset ovat vahvin keino minäpystyvyyden kokemuksen vahvistamiselle, mutta samalla epäonnistumiset saattavat heikentää minäpystyvyyttä, varsinkin jos pystyvyyden tunne ei ole vielä kehittynyt tarpeeksi. Sijaiskokemukset auttavat henkilöä arvioimaan omaa pystyvyyttään vertailemalla saavutuksiaan vertaisiin ja toisten saavutusten ylittäminen puolestaan vahvistaa omaa minäpystyvyyden tunnetta. Sosiaalisessa suostuttelussa läheisten kannustus ja usko kykyjä kohtaan lisää luottamusta sekä fysiologiset ja affektiiviset tilat, kuten stressi tai uupumus, vaikuttavat heikentävästi kyvykkyyden tunteeseen erilaisten tilanteiden aikana. (Bandura, 1977a.) Useat nykypäiväiset tutkimukset tukevat näitä väitteitä. Egelen ja kollegoiden (2025) tutkimuksessa selvitettiin minäpystyvyyden lähteiden tärkeysjärjestystä aktiivisuuden pystyvyyssuskomuksiin. Tulosten mukaan onnistumisen kokemukset oli vahvimmin vaikuttava lähde, ja tätä seurasi sosiaalisen suostuttelun lähde sekä positiivisen affektiivisen tilan lähde. Myös Malisen ja kollegoiden (2024) tutkimuksessa todettiin onnistumisen kokemusten lähteen olevan tärkein muun muassa opettajien minäpystyvyyden kehittämisessä.

Bandura (1977b) on luonut minäpystyvyyden kehittymistä havainnollistavan mallin, jossa kuvataan minäpystyvyyden pääasialliset lähteet ja näiden kautta vaikuttavat pystyvyyden kehittämistavat. Jokaisen lähteen yhteydessä kuvataan erilaisia tapoja, joiden avulla minäpystyvyys voi kehittyä. Esimerkiksi tehtävien suorittaminen onnistuneesti vaikuttaa onnistumisen kokemusten lähteen kautta, kun taas ulkopuolinen kannustaminen vaikuttaa sosiaalisen suostuttelun lähteen kautta. Myös Lippke (2020) on selittänyt ja havainnollistanut minäpystyvyyden teorian sisältöjä Banduran alkuperäisen määritelmän perusteella, kuitenkin tuoden esimerkit tähän päivään. Alkuperäisessä minäpystyvyyden mallia selittävissä artikkelissa Bandura (1977b) havainnollistaa minäpystyvyyden kehittymistä fobioista ylipääsemisen avulla, kun taas Lippken (2020) esimerkit minäpystyvyyden kehittämisestä antavat työelämään sopivampia vertailukohtia. Esimerkiksi onnistumisen kokemusten lähteessä tehtävän tulisi tarjota mahdollisuus itsensä kehittämiselle, ottaen huomioon kuitenkin aikaisemmat taidot ja pystyvyyssodotukset. Puolestaan sosiaalisen suostuttelun lähteessä on

otettava huomioon, että kannustusta antava henkilö olisi uskottava asiantuntemuksensa ja antamiensa neuvojen suhteen.

Lippke (2020) havainnollistaa artikkelissaan minäpystyvyyden teoriaa mallilla, jossa hyödynnetään Banduran (1977b) mallia minäpystyvyyden lähteistä ja kehittämistavoista. Lippke on lisännyt omaan malliinsa kuitenkin näiden lisäksi vielä osion minäpystyvyyden mahdollisista vaikutuskohteista. Näitä ovat tilanteen välttäminen tai sitä lähestyminen, vaivannäkö ja sinnikkyys, ajattelu ja päätöksenteko sekä tunnereaktiot. Lippken malli avaa siten laajemmin minäpystyvyyden jatkuvuutta yksittäisten tekijöiden vaikutuksista erilaisiin lopputuloksiin.



Kuvio 1: Minäpystyvyyden pääasialliset lähteet, joiden kautta minäpystyvyyden kehittämistavat vaikuttavat. (Bandura, 1977b, s. 195)

Banduran (1977b) malli tarjoaa tutkielmassa mahdollisuuden minäpystyvyyden kehittymisen analysointiin sekä tulosten esittämiseen minäpystyvyyden lähteiden ja kehittämistapojen perusteella. Mallin avulla tutkimusaineistosta kerätään konkreettisia keinoja, jotka vaikuttavat minäpystyvyyden syntymiseen ja kehittymiseen, ja näiden keinojen vaikutusta sekä

lopputuloksia käydään tarkemmin läpi pohdinnassa. Malli soveltuu tutkielmaan hyvin, sillä se keskittyy tutkimusaineiston mukaisesti ennen kaikkea minäpystyvyyden kehittämistapojen käsittelemiseen.

## **2.2 Opinto-ohjaajan työnkuva ja ohjaajan minäpystyvyys**

Opinto-ohjaajan työtä ohjaa hieman erilaiset tavoitteet eri koulutusasteilla. Opinto-ohjauksen tavoitteena lukiokoulutuksessa on tukea opiskelijaa sekä lukioaikaisissa opinnoissa että varmistaa opiskelijan riittävien jatko-opinto- ja työelämätaitojen kehittyminen. Tämän koko lukiokoulutuksen ajan kestävän ohjauksen avulla opiskelija pystyy suunnittelemaan lukio-opintojaan, jatko-opintojaan ja miettimään urasuuntautumistaan. Samalla ohjaus tukee opiskelijan hyvinvointia, kasvua ja kehitystä sekä vahvistaa itsetuntemuksen ja -ohjautuvuuden taitoja. Ammatillisessa koulutuksessa opiskelijalla on oikeus samantyyliiseen ohjaukseen, joka tukee opiskelijaa opintojen aikana sekä varmistaa riittävät tietotaidot tulevaisuutta varten. Perusopetuksessa ohjausta kuitenkin nimitetään oppilaanohjaukseksi, joka puolestaan tukee oppilaan kasvua ja kehitystä muun muassa opiskeluvalmiuksien ja sosiaalisen kypsymisen suhteen, ja samalla opettaa elämänsuunnittelun kannalta tarpeellisia tietoja ja taitoja. Myös tiedonhankintavälineiden ja yhteiskunnan tarjoamien neuvonta- ja ohjauspalveluiden käyttöön ohjaaminen kuuluu perusopetuksen oppilaanohjaukseen. (Opetushallitus, n.d.)

Aiempien tutkimusten mukaan ohjaajan minäpystyvyyttä on määritelty muun muassa ohjaajan subjektiivisina uskomuksina ja arvioina kyvystä toteuttaa tietynlaisia ohjauskäytänteitä (Ozteke Kozan, 2022.) Larson ja Daniels (1998, s. 180) määrittelevät ohjaajan minäpystyvyyttä tarkemmin ”ohjaajan uskomuksiksi tai arvioiksi kyvystään ohjata asiakasta tehokkaasti lähitulevaisuudessa”. Tutkimusten mukaan vahva minäpystyvyys edesauttaa uskoa tehtävistä selviytymiseen ja samalla se vaikuttaa muun muassa päätöksentekoon, ohjaustaitoihin, kärsivällisyyteen, ahdistuksen määrään sekä motivaatioon selviytyä vaikeistakin tehtävistä (Ozteke Kozan, 2022).

Aiempien tutkimusten mukaan opinto-ohjaajan työn osa-alueiden sekä minäpystyvyyden kokemuksen välinen vuorovaikutus on oleellinen osa työtä. Esimerkiksi koulutuksen mahdollisuus, esihenkilöiden tuki, ohjauksen minäpystyvyys sekä onnistumisen ja hallinnan kokemukset ovat yhteydessä korkeampaan työhyvinvointiin (Ooi, Wan Jaafar & Grosling, 2021), kun taas erityisesti suhde esihenkilöihin, tutkintokoulutus ja työkokemus vaikuttavat opinto-ohjaajilla vahvasti minäpystyvyyden kehittymiseen (Ozteke Kozan, 2022). Myös esimerkiksi oman edun ajaminen (Aydogan, 2021), opinto-ohjaajan ja rehtorin välisen suhteen ylläpitäminen (Geesa ym., 2024) sekä erilaiset kurssit (Vincenzes ym., 2023) vaikuttavat kaikki minäpystyvyyden kehittymiseen ja siten taas työn laatuun. Tämän lisäksi Ozteke Kozanin (2022) tutkimuksessa huomattiin, että opinto-ohjaajilla on keskeinen vaikutus oppilaisiin ja muuhun henkilökuntaan. Tässä suhteessa opinto-ohjaajien minäpystyvyys on yhteydessä kaikkien koulun jäsenten hyvinvointiin ja henkilökohtaiseen kasvuun.

### 3 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, miten minäpystyvyys on yhteydessä opinto-ohjaajan työn osa-alueisiin ja millaiset tekijät ovat yhteydessä minäpystyvyyden kehittymiseen. Tavoitteen myötä pyritään kokoamaan ja selventämään aiemmista tutkimuksista saatua tietoa opinto-ohjaajan minäpystyvyydestä, jotta tiedon hyödyntäminen ja soveltaminen olisi tulevaisuudessa yksinkertaisempaa. Tämä antaa myös tilaisuuden nähdä aiemmissa tutkimuksissa mahdollisesti esiintyviä puutteita ja tutkimusaukkoja, joita kannattaisi vastaisuudessa tutkia.

Tavoitteen perusteella luotiin kolme tutkimuskysymystä: 1. Mihin opinto-ohjaajan työn osa-alueisiin minäpystyvyydellä on vaikutusta? 2. Mitkä tekijät vaikuttavat opinto-ohjaajan minäpystyvyyden kehittymiseen aiemman tutkimuksen mukaan? ja 3. Millainen yhteys opinto-ohjaajan työn osa-alueilla ja minäpystyvyyden lähteillä on? Kysymysten avulla pyritään saamaan ymmärrystä siitä, miten minäpystyvyys näkyy opinto-ohjaajan työssä ja mitkä tekijät ovat keskeisesti mukana minäpystyvyyden kehittämisessä. Tämä ymmärrys edesauttaa näiden tekijöiden huomioimista esimerkiksi ohjaajakoulutuksessa sekä ohjaajien omassa käsityksessä työstä. On tärkeää tietää muun muassa ammatillisen ja henkilökohtaisen kehityksen suhteen, mihin asioihin hyvä minäpystyvyys vaikuttaa sekä mitkä asiat puolestaan vahvistavat tai heikentävät sitä.

## 4 Tutkimuksen toteutus

### 4.1 Tutkimusmenetelmä

Tutkimus toteutettiin systemaattisena kirjallisuuskatsauksena. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus on tiivistelmä tietyn aihepiirin aiempien tutkimusten olennaisimmasta sisällöstä (Booth ym., 2021; Salminen, 2011; Vilka, 2023). Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen perustana ovat toistettavat, järjestelmälliset ja tarkat prosessit, joiden avulla voidaan saada mahdollisimman objektiivisia, uskottavia ja yleistettäviä tuloksia (Vilka, 2023). Systemaattisuus lisää myös katsaukseen läpinäkyvyyttä ja luotettavuutta (Booth ym., 2021). Tämän katsaustyyppin avulla tutkielmaan pyrittiin löytämään tarkoituksenmukaisimmat ja laadukkaimmat alkuperäistutkimukset kattavan hakuprosessin myötä (Vilka, 2023). Kirjallisuuskatsaus auttaa muodostamaan aiheesta yleiskuvan sekä nostaa esille mahdollisia tutkimusaukkoja tai puutteita aiemmista tutkimuksista. Tämän seurauksena kirjallisuuskatsauksen myötä voi myös syntyä alan kannalta uusia mielekkäitä ja merkityksellisiä tutkimuskysymyksiä. (Vilka, 2023; Booth ym., 2021; Salminen, 2011)

Katsauksen suunnittelussa ja toteuttamisessa käytettiin apuna SALSA-kehystä (*search, appraisal, synthesis, analysis*) ja sen viittä vaihetta. Vilka (2023) suosittelee SALSA-kehysten käyttöä katsauksen tyylistä riippumatta sen hyötyjen takia. Hyötyihin kuuluvat muun muassa ajankäytön suunnittelu sekä laadun nostaminen. Tämän kehyksen vaiheisiin kuuluvat haku, arviointi, manuaalinen haku, synteesi ja analyysi. Ensimmäisessä haun vaiheessa määriteltiin käytettävät tietokannat sekä hakusanat ja etsittiin kattavasti tutkimuskirjallisuutta. Toisessa vaiheessa arvioitiin artikkelien laatua sekä relevanssia, kun taas kolmannessa manuaalisen haun vaiheessa varmistettiin, löytyykö valittujen tutkimuksien yhteydestä aiheeseen sopivia uusia tutkimuksia. Neljäntenä olevassa synteessin vaiheessa tutkimusaineisto yhdistettiin ja teemoitettiin, ja viimeisessä vaiheessa tehtiin tulosten analysointia ja johtopäätöksiä. (Vilka, 2023; Booth ym., 2021; Malinauskaite ym., 2019.)

Tutkimus toteutettiin hyvän tieteellisen käytännön periaatteiden mukaisesti ja työskentely kirjallisuuskatsauksessa on ollut rehellistä, huolellista sekä tarkkaa. Aiempien tutkimusten analyysissä on pidetty yllä kriittistä, kunnioittavaa ja rakentavaa otetta. (Vilka, 2023.)

Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen strategioita hyödynnettiin mahdollisten vinoumien rajaamiseksi, jotta tulokset voidaan nähdä luotettavina. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ei kuitenkaan ole luonteensa vuoksi yhtä altis vinoumille kuin muut katsaukset. Systemaattisen lähtökohdan mukaisesti tutkimusaineisto valikoitui tutkimukseen relevanssin ja täsmällisyyden perusteella eikä esimerkiksi aineistossa esiintyneen suotuisuuden takia. (Booth ym., 2021.) Tämän lisäksi tutkimukselle suoritettiin Turun yliopiston alkuperäisyystarkastus ennen julkaisua.

## 4.2 Aineiston hakuprosessi

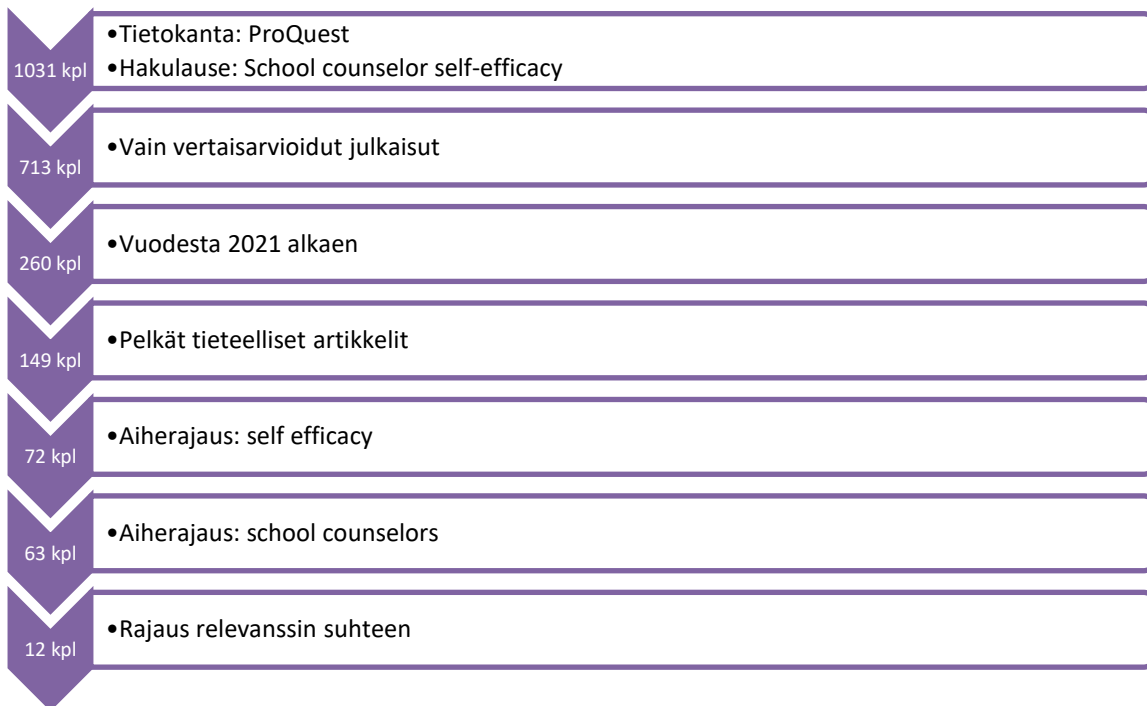
Tutkimusaineiston hakuprosessi pyrittiin toteuttamaan mahdollisimman systemaattisesti, läpinäkyvästi, tarkasti ja tutkimuskysymysten suhteen kattavasti (Vilka, 2023). Tutkimusaineisto kerättiin ProQuest- ja Education Source Ultimate-tietokannoista, sillä molemmat tietokannoista ovat laajoja, kansainvälisiä sekä monialaisia kasvatus- ja opetusalan tietokantoja.

Tutkimusaineiston haku tehtiin vuoden 2025 lopussa. Tutkimusartikkeleista 1–12 ovat ProQuest-tietokannasta ja 13-18 Education Source Ultimate-tietokannasta.

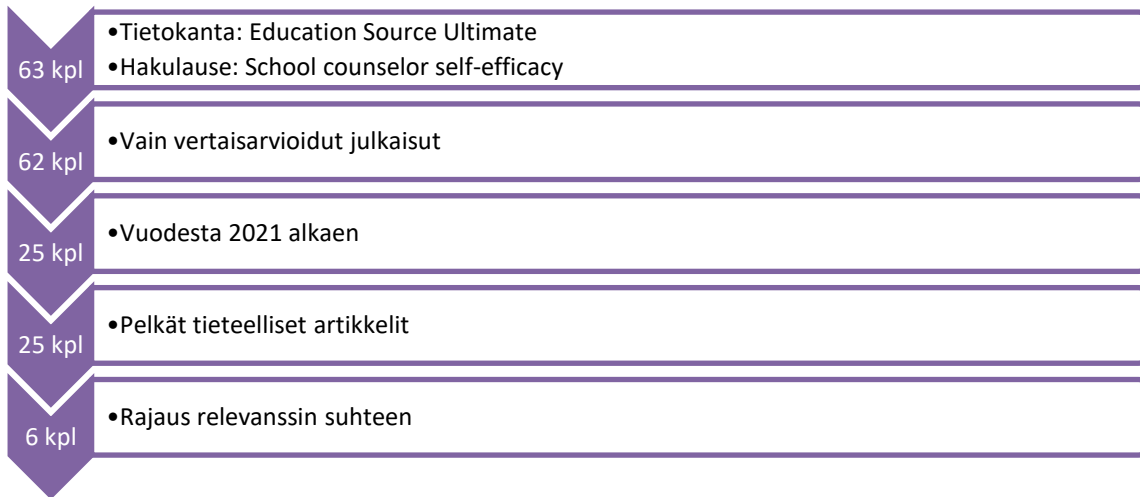
Tutkimusaineiston hakuprosessin ensimmäisessä vaiheessa (haku) artikkeleita etsittiin tietokannoista hakulauseella *School counselor self-efficacy*. Suomenkielinen ammattinimike *opinto-ohjaaja* on englanniksi *guidance counselor*, mutta useissa maissa käytetympi termi kuvamaan kyseistä ammattia on *school counselor*. Kuitenkin aiemmasta tutkimuksesta ja tutkimusmaasta riippuen kyseisen ammatin työnkuva voi vaihdella hieman verrattuna Suomessa toimivan opinto-ohjaajan työnkuvaan. Mahdollisimman laajan aineiston saamiseksi hakulauseessa käytettiin termiä *school counselor* ja lopullinen aineiston rajaaminen tehtiin muun muassa aiherajauksen ja käsin rajaamisen avulla. Tutkimusaineistoa rajattiin myös muiden

tekijöiden osalta ottaen huomioon, että tutkimusartikkelit ovat vertaisarvioituja, tuoreita vuosien 2021 ja 2025 väliltä sekä rajattuna pelkästään opinto-ohjaajien minäpystyvyyteen. Näiden vaiheiden jälkeen ProQuest-tietokannasta 63 artikkelia (kuvio 2), kun taas Education Source Ultimate-tietokannasta jäi 25 artikkelia (kuvio 3).

Seuraavassa vaiheessa (arviointi) käytiin läpi aineistojen otsikoita, avainsanoja, abstrakteja ja tuloksia, joiden perusteella päätettiin, sopiiko aineisto kyseiseen tutkielmaan. Tämän avulla tutkimusartikkeleista poissuljettiin aikaisemmat kirjallisuuskatsaukset, tutkimukset, joissa minäpystyvyyden rooli on huomattavan pieni tai joissa minäpystyvyyden kokemus liittyi vahvasti toisten alojen ammatteihin sekä sellaiset tutkimukset, jotka käsittelivät muun muassa oppilaiden minäpystyvyyttä ja minäpystyvyydestä poikkeavia aiheita. Samalla varmistettiin, että kaikki valitut artikkelit ovat englanninkielisiä. Artikkeleiden arviointi-vaiheeseen yhdistettiin myös manuaalisen haun vaihe, jossa varmistettiin, löytyykö valittujen tutkimuksien yhteydestä aiheeseen sopivia uusia tutkimuksia.



Kuvio 2: Tutkimusaineiston hakukriteerit ProQuest-tietokannassa.



Kuvio 3: Tutkimusaineiston hakukriteerit Education Source Ultimate-tietokannassa.

Aineistoja läpikäydessä varmistettiin, että ne vastaavat tutkimuskysymyksiin. Näiden rajoitusten avulla haluttiin varmistaa, että kyseiseen kirjallisuuskatsaukseen valikoitui vain aiheeseen sopivia ja tarpeeksi monipuolisia tutkimuksia. Kuvioista 2 ja 3 näkee tietokantahakujen prosessit, jonka avulla tutkielman aineisto kerättiin (Matsumoto-Royo & Ramírez-Montoya, 2021). Kuviot 2 ja 3 havainnollistavat tutkimusaineiston sisäänottokriteerejä sekä aineiston määrää prosessin eri vaiheissa.

Tutkimukseen valitut aineistot taulukoitiin niiden analysoinnin ja kuvailun tueksi (taulukko 1). Taulukkoon kirjattiin aineistolle määritelty numero, tekijä(t), vuosi, tutkimuksen nimi sekä tutkimuksen aihe.

Taulukko 1: tutkimusaineisto

	<b>Tekijä(t)</b>	<b>Vuosi</b>	<b>Tutkimus</b>	<b>Aihe</b>
<b>[1]</b>	Niles J., Dorais S., Cashwell C., Mullen P., Jensen S.	2024	School counselors' burnout, hope, and self-efficacy: A sequential regression analysis	Työuupumuksen ja toivon vaikutus minäpystyvyyden tunteeseen
<b>[2]</b>	Brown C., Han E.	2023	Effect of a School Counselor Training on Self-Efficacy in Crisis Handling	Harjoitusohjelma (4h) lisäämään koulun opinto-ohjaajien minäpystyvyyttä liittyen

				koulukriisien käsittelyyn, erityisesti ampumatapauksiin
[3]	Schoonover T.	2022	Creative Supervision Intervention Impact on School Counselors-in-Training Self-Efficacy: A Single-Case Research Design	Opinto-ohjaajaopiskelijoiden ohjaaminen/johtaminen luovien menetelmien avulla ja tämän vaikutus minäpystyvyyden kehitykseen jo koulutuksen alusta alkaen
[4]	Becnel A. T., Range L., Remley P.	2021	School Counselors' Exposure to Student Suicide, Suicide Assessment Self- Efficacy, and Workplace Anxiety: Implications for Training, Practice, and Research	Itsetuhoisuutta koskevien koulutusten yleisyys koulun opinto-ohjaajien keskuudessa sekä erot itsemurhan arvioinnin minäpystyvyydessä ja työpaikka- ahdistuksessa oppilaiden itsemurhia kokeneiden ja niitä kokemattomien ohjaajien välillä
[5]	Akgül G., Derya A. E.	2022	School counselors' attitude toward online counseling services during the pandemic: The effects of resilience and digital self-efficacy	Resilienssin rooli opinto- ohjaajien asenteessa etäohjauspalveluita kohtaan pandemian aikana sekä ohjaajien digitaalinen minäpystyvyys
[6]	Tunç A., Gündüz B., Yildiz, M. C	2022	Effect of Self-Efficacy on Vicarious Trauma and Resiliency in School Counselors in Turkey	Minäpystyvyyden rooli sijaistrauman ja psykologisen resilienssin välillä koulun opinto- ohjaajien keskuudessa
[7]	Bardhoshi G., Um B.	2021	The Effects of Job Demands and Resources on School Counselor Burnout: Self-Efficacy as a Mediator	Koulun opinto-ohjaajien työuupumusta ennustavat tekijät Työn vaatimukset ja voimavarat- mallia hyödyntäen

<b>[8]</b>	Donald S., Walter E.	2022	Examining the relationship between perceived worry and self-efficacy in NSW department of education school counsellors	Koetun huolen yhteys minäpystyvyyteen, keskittyen työnkuvaan.
<b>[9]</b>	Gubbels, J., Hornstra, L., Marjolijn, v. W., Diepstraten, I., & Anouke, W. E. A. B.	2025	Educational Professionals' Attitudes, Self-Efficacy, and Classroom Practices Toward High-Ability Students: The Role of Collaborative School Culture and Schools' Collective Efficacy	Yhteistyökykyisen koulun ja koulun jaetun minäpystyvyyden suhde kasvatuksellisten ammattilaisten asenteisiin, henkilökohtaiseen minäpystyvyyteen sekä luokkahuonetoimintaan liittyen korkeataitoisten oppilaiden oppimiseen
<b>[10]</b>	Rumsey, A., Higdon, K., Swisher, S., & Zimmerman, J.	2025	Exploring Factors of Trauma-Related Preparation and Trauma-Related Agency Among School Counselors.	Opinto-ohjaajien henkilökohtaisen ja ammatillisen taustan sekä traumalle altistumisen ja toimijuuden suhde. Toimijuuden yhtenä osana tarkastellaan minäpystyvyyttä.
<b>[11]</b>	Heled E., Ukrop S., Davidovitch N.	2024	School Counseling – A Profession Without an Identity: Personal and Group Professional Identity of School Counselors	Henkilökohtainen ja ryhmäkohtainen identiteetti opinto-ohjaajana
<b>[12]</b>	Aydin F., Odaci H.	2020	School Counsellors' Job Satisfaction: What is the Role of Counselling Self-Efficacy, Trait Anxiety and Cognitive Flexibility?	Ohjauksen minäpystyvyyden, ahdistukseen taipuvaisuuden ja kognitiivisen joustavuuden vaikutus työtyytyväisyyteen

[13]	Cruz, H. G.	2023	How Do Non-Counseling Supervisors Impact School Counselors' Self-Efficacy?: A Comparative Analysis.	Koulun opinto-ohjaajien esihenkilöiden (ei ohjaajapohjaa) vaikutus opinto-ohjaajien minäpystyvyyteen
[14]	Niles, J. K., Chae, N., Backer, A., & Ahmed, S.	2024	Examining the Relationships Between School Counselor Mindfulness, Occupational Self-Efficacy, and Burnout.	Tietoisien läsnäolon (mindfulness), ammatillisen minäpystyvyyden ja työuupumuksen suhde.
[15]	Chow, S. K., Hashim, A. H., Kaur, M., Azhar, F. L., Anuar, A., Idris, N., Hii Sun Sun, W., & Ng, C. G.	2024	Strengthening the mental health literacy and self-efficacy of school counsellors using "MDAS" module: A pilot project in Malaysia.	Opintojakso (MDAS), jonka avulla kehitettäisiin opinto-ohjaajien tietoisuutta mielenterveydestä sekä vahvistettaisiin ohjauksen minäpystyvyyttä.
[16]	Merlin-Knoblich, C., Dack, H., & Elizondo, J. A.	2024	A Pre-Experimental Pilot Study of School Counselors Completing an 8-Month Professional Development Program to Improve Self-Efficacy.	Koulutusohjelman (SCFP), joka hyödyntää innovatiivista ammatillisen kehityksen mallia, käyttö ohjaajan minäpystyvyyden vahvistamisessa.
[17]	Çarkit, E.	2024	Job Satisfaction of Turkish School Counselors: A Social Cognitive Career Theory Perspective.	Tavoitteissa edistymisen välittävä rooli ja positiivisten ominaisuuksien neutralisoiva rooli työhön liittyvän minäpystyvyyden ja työtyytyväisyyden välisessä suhteessa.
[18]	Bozkur, B.	2022	Investigation of consultation with target groups in schools in Turkey and consultation self-efficacy perceptions of school counselors	Opinto-ohjaajien tarjoamat konsultaatiopalvelut erilaisille kohderyhmille ja opinto-ohjaajien käsitykset minäpystyvyydestä.

### 4.3 Aineiston analyysi

Kirjallisuuskatsauksessa aineiston analyysi voi edetä induktiivisesti eli aineistolähtöisesti tai deduktiivisesti eli teorialähtöisesti (Vilkka, 2023). Tämän tutkielman aineiston analyysissä hyödynnettiin näitä molempia analyysitapoja, jotta kaikkien tutkimuskysymyksen sisältöä voitiin käsitellä mahdollisimman täsmällisesti. SALSA-kehiksen neljännessä vaiheessa valitut tutkimusartikkelit luettiin kokonaisuudessaan ja teemoittelun avulla laadittiin opinto-ohjaajan työhön liittyviä osa-alueita ensimmäistä tutkimuskysymystä varten. Aineistolähtöisen analyysin avulla aineistosta nostettiin kolme opinto-ohjaajan työhön liittyvää osa-aluetta. Näiden osa-alueiden alle koottiin artikkeleissa mainittuja opinto-ohjaajan työn osatekijöitä, joissa minäpystyvyyttä tarvitaan. (Elo ym., 2022.) Aineiston analyysin tueksi työn osa-alueet ja osatekijät koottiin taulukkoon 2.

Tämän jälkeen tutkimusartikkelit luettiin uudestaan läpi ja teorialähtöisen analyysin avulla pyrittiin vastaamaan toiseen tutkimuskysymykseen. Aineiston analysoinnissa käytettiin apuna Banduran (1977b) minäpystyvyyden mallia (kuvio 1), jonka perusteella 18 artikkelista etsittiin konkreettisia minäpystyvyyttä kehittäviä tekijöitä, joita kirjattiin samankaltaisuuden perusteella minäpystyvyyden lähteiden alle taulukkoon 3 (Elo ym., 2022; Salminen, 2011). Artikkelit saattavat käsitellä minäpystyvyyttä useamman tekijän kautta, joten samasta artikkelista on voinut nousta esimerkkejä useampaan minäpystyvyyden lähteeseen.

Viimeistä tutkimuskysymystä varten tutkimusaineistoa sekä ensimmäistä ja toista tutkimuskysymystä varten luotuja taulukkoja analysoitiin ja tämän perusteella luotiin työn osa-alueiden ja minäpystyvyyden lähteiden yhteyttä havainnollistava kuvio 4, jota avataan tulosten viimeisessä osiossa.

SALSA-kehiksen viimeisen vaiheen mukaisesti tutkimusaineistosta saatuja tuloksia analysointiin ja johtopäätöksiä tehtiin kohdassa 6. Pohdinta ja johtopäätökset (Booth ym., 2021; Malinauskaite ym., 2019).

## 5 Tulokset

Tässä luvussa esitellään tutkimusaineistosta nostettuja opinto-ohjaajan työn osa-alueita, joihin minäpystyvyydellä on vaikutusta sekä konkreettisia esimerkkejä, joiden avulla ohjaajan minäpystyvyyttä voi kehittää. Ensimmäisenä käydään läpi kolme aineistosta nostettua osa-alueita: ammatillinen kehittyminen, työyhteisössä toimiminen ja hyvinvoinnin tukeminen. Tämän jälkeen perehdytään minäpystyvyyden pääasiallisiin lähteisiin sekä näiden kautta vaikuttaviin minäpystyvyyden kehittämistapoihin (Bandura, 1977b). Viimeisessä alaluvussa selitetään tuloksissa käsiteltyjen osa-alueiden ja minäpystyvyyden lähteiden yhteyttä ja tätä havainnollistetaan kuvion 4 avulla.

### 5.1 Minäpystyvyys opinto-ohjaajan työn osa-alueissa

Tutkimusaineistosta nousi aineistolähtöisen sisällönanalyysin myötä kolme keskeisintä osa-alueita, jotka ovat ammattitaidon kehittäminen, työyhteisössä toimiminen ja hyvinvoinnin tukeminen. Tässä alaluvussa kuvaillaan tarkemmin näiden osa-alueiden sisältöä.

*Taulukko 2: Opinto-ohjaajan työn osa-alueet ja alueiden osatekijät.*

Työn osa-alueet	Alueiden osatekijät	Artikkelit	Yhteensä
	Itsetuhoisten oppilaiden ohjaaminen		
<b>Ammattitaidon kehittyminen</b>	Kriisitilanteiden hallitseminen	[2], [4], [15], [16],	4
	Mielenterveyden kohtaaminen		

---

<b>Työyhteisössä toimiminen</b>	Esihenkilö-ohjaaja suhteen luominen	[3], [9], [13], [18]	4
	Yhteistyön ylläpitäminen		
<hr/>			
<b>Hyvinvoinnin tukeminen</b>	Tilanteen kokeminen		
	Identiteetin vahvistaminen	[1], [5], [6], [7], [8], [10], [11], [12], [14], [17]	10
	Työssä jaksaminen		
<hr/>			

### 5.1.1 Ammattitaidon kehittyminen

Tutkimusaineistossa neljä artikkelia käsitteli opinto-ohjaajien ammattitaidon kehittymistä. Tähän osa-alueeseen kuului itsetuhoisten oppilaiden ohjaaminen, kriisitilanteiden hallitseminen sekä mielenterveyden kohtaaminen. Jokaisessa osa-alueen artikkelissa nousi esille minäpystyvyyden tärkeys näissä osatekijöissä pärjäämisessä. Osa-alueeseen kuuluvat työn osatekijät ovat keskeisiä opinto-ohjaajan työssä, sillä pysyäkseen ajan tasalla tärkeistä aiheista sekä alan kehityksistä, ohjaajilta vaaditaan jatkuvaa ammatillista kehittymistä toimintansa parantamiseksi (Merlin-Knoblich ym., 2024). Usein tämä ammatillinen kehittyminen koskee myös vaikeampia asioita, kuten oppilaiden itsetuhoisuutta, kriisitilanteita sekä mielenterveysongelmia.

Chown ja kollegoiden (2024) mukaan koulun opinto-ohjaajat ovat usein ensimmäisiä huomamaan ja vastaamaan mielenterveysongelmiin oppilaiden keskuudessa. Myös Becnel ja kollegat (2021) toteavat, että opinto-ohjaajat todennäköisesti arvioivat oppilaiden

itsetuhoisuuden riskiä muita ammattilaisia useammin. Opinto-ohjaajan tulee olla tietoinen ja pätevä toimimaan myös erilaisissa vaativimmissa kriisitilanteissa, kuten kouluampumisissa (Brown & Han, 2023). Ammatillinen kehittyminen sekä minäpystyvyyden vahvistuminen voidaan nähdä verrannollisina asioina, sillä ammatilliseen kehittymiseen liittyvä koulutus sekä tiedon lisääntyminen vaikuttavat yhtä lailla myös minäpystyvyyden kehittymiseen. Tästä esimerkkinä on tutkimus, jonka mukaan ammatillisen kehityksen koulutukseen osallistuneiden opinto-ohjaajien minäpystyvyys nousi kohtalaisen luottavaisesta suhtautumisesta yleisesti luottavaiseen suhtautumiseen, kun kyse oli ohjaustilanteesta pärjäämisestä (Merlin-Knoblich ym., 2024).

### 5.1.2 Työyhteisössä toimiminen

Toisena osa-alueena nousi työyhteisössä toimiminen, johon lukeutui artikkeleista neljä. Tähän osa-alueeseen kuuluivat esihenkilöihin sekä yhteistyöhön liittyvät tekijät, kuten esimerkiksi esihenkilö-ohjattava suhde, esihenkilön rooli, moniammatillinen yhteistyö sekä ympäristön asenne ohjaajan työtä kohtaan. Opinto-ohjaajan työ on osa moniammatillista kouluyhteisöä ja esimerkiksi yhteisöllinen koulun kulttuuri on tärkeä osa tätä moninaisuutta. Kouluissa, joissa on yhteisöllinen kulttuuri, tehdään usein myös enemmän yhteistyötä. Ammatillaiset voivat jakaa materiaaleja, keskustella oppilaiden oppimisesta, oppia toisiltaan ja kehittää yhdessä kestäväää koulua. Koulun yhteisöllinen kulttuuri on myös yhteydessä kasvaneisiin oppimistuloksiin. (Gubbels ym., 2025.) Opinto-ohjaaja on keskeinen osa tätä yhteisöä keskittyen oppilaiden kokonaisvaltaiseen ohjaamiseen ja koulussa pärjäämiseen.

Opinto-ohjaajien työssä tärkeää on jatkuva ammatillinen kehittyminen (Merlin-Knoblich ym., 2024). Yksi tärkein kehittymistä tukeva keino on jatkuva esihenkilön valvonta. Riittämättömän valvonnan seurauksena opinto-ohjaajat saattavat kokea heidän ammattitaitonsa heikkenevän. (Cruz, 2023.) Yksi tutkittu tapa opinto-ohjaajien ammattitaidon kehittämisessä on valvonnan interventio, jossa ohjaajan esihenkilö paneutuu ohjaajan ammatillisen kehityksen ongelmiin (Schoonover, 2022). Tutkimusten mukaan opinto-ohjaajat eivät myöskään saa esihenkilöiden valvontaa heidän ohjaukseensa yhtä paljon kuin muiden ohjausalojen ammattilaiset. Tällaisella

valvonnalla olisi mahdollista saada lisää tietoa opinto-ohjaajan taidoista sekä ammatillisesta kehityksestä ja se antaisi tilaisuuksia itsereflektiolle. (Schoonover, 2022.) Jos opinto-ohjaajan esihenkilöllä ei kuitenkaan ole omaa ohjauspohjaa, eikä hän tiedä ohjauksen toiminnasta tai tärkeimmistä tavoitteista, voi se vaikuttaa opinto-ohjaajan minäpystyvyyteen heikentävästi (Cruz, 2023).

Opinto-ohjaajan työn ollessa osa moniammatillista kouluyhteisöä, yhteistyö ja konsultaatiot muun muassa opettajien, esihenkilöiden sekä vanhempien kanssa on normaali osa työtä. Kun muilla yhteistyön osapuolilla on positiivinen asenne ohjaustyötä kohtaan, se lisää myös yhteistyötä kouluissa sekä molemminpuolista kunnioitusta. Opinto-ohjaajat joutuvat usein myös yhteistyön aikana käsittelemään erilaisia ongelmia, kuten oppimisvaikeuksia, oppilaiden riskitekijöitä sekä erikoisopetukseen liittyviä asioita, joten hyvä vuorovaikutus sekä usko kyvykkyydestä yhteistyötä kohtaan on tärkeää opinto-ohjaajan työssä. (Bozkur, 2022.)

### 5.1.3 Hyvinvoinnin tukeminen

Viimeinen esille noussut osa-alue oli hyvinvoinnin tukeminen. Tähän osa-alueeseen lukeutuvia artikkeleita oli kymmenen ja näiden artikkelien sisällöt käsittelivät tilanteiden kokemista eli erilaisia tunteita tilanteista, ohjaajan identiteetin vaikutusta sekä työssä jaksamista.

Hyvinvoinnilla on keskeinen merkitys opinto-ohjaajan työssä, sillä esimerkiksi työuupumus voi vaikuttaa suoraan oppilaille annetun ohjauksen laatuun (esim. Bardhoshi & Um, 2021). Myös esimerkiksi työn kuormittavuus (Donald & Walter, 2022), toissijaisen trauman kokeminen (Rumsey ym., 2025; Tunc ym., 2022) ja resilienssin puute (Akgul & Derya, 2022) vaikuttavat heikentävästi opinto-ohjaajan hyvinvointiin ja minäpystyvyyden heikentymisen kautta myös ohjaustilanteisiin. Useissa tutkimuksissa (esim. Niles ym., 2024; Bardhoshi & Um, 2021) käsiteltiin työuupumusta osana opinto-ohjaajan työtä. Niles ja kollegat (2024) totesivat tutkimuksessaan, että työuupumus on edelleen opinto-ohjaajien keskuudessa vaikuttava tekijä ja sillä on negatiivinen vaikutus esimerkiksi ohjaajien näkemyksiin heidän kyvyistään tehokkaasti ohjata oppilaita.

Opinto-ohjaajan työssä on kuitenkin hyvinvointia tukeviakin tekijöitä, kuten toivon tunteminen (Niles ym., 2024) sekä hyvä resilienssi (esim. Akgul & Derya, 2022). Muun muassa hyvä resilienssi vaikuttaa ohjaajien positiivisiin asenteisiin työtä kohtaan ja siten myös kyvykkyyden tunne kasvaa (Akgul & Derya, 2022). Vahvalla minäpystyvyydellä on puolestaan positiivinen vaikutus työtyytyväisyyteen lievittäen samalla ahdistusta ja lisäten toivon tunnetta. Ohjaajat, jotka kokevat vahvaa minäpystyvyyttä saattavat nähdä itsensä helpommin ammattilaisina, jotka pystyvät toteuttamaan työnsä hyvin ja sitä kautta olemaan avuksi muille. (Aydin & Odaci, 2020.) Ohjauksen laatuun vaikuttaa minäpystyvyyden kautta myös vahva henkilökohtainen identiteetti ja ammatti-identiteetti. Heled ja kollegat (2024) totesivatkin tutkimuksessaan, että vahva minäpystyvyys vaikuttaa suoraan opinto-ohjaajan identiteettiin ja sen myötä myös uskomuksiin ohjaustaitojen riittävydestä erilaisissa ohjaustilanteissa.

## 5.2 Minäpystyvyyden pääasialliset lähteet

Banduran (1977b) mallissa mainitaan neljä minäpystyvyyden lähdeä ja näihin liittyvät minäpystyvyyden kehittämistavat, jotka esittävät, miten minäpystyvyys voi syntyä tai kehittyä. Tutkimusaineistosta on nostettu esille niitä konkreettisia tekijöitä, jotka ovat esimerkkejä minäpystyvyyden kehittämistavoista.

*Taulukko 3: Minäpystyvyyden lähteet ja kehittämistavat.*

Minäpystyvyyden lähteet	Minäpystyvyyden kehittämistavat	Artikkelit	Yhteensä
	Kriisinhallinnan koulutus		
	Itsetuhoisuutta käsittelevä koulutus	[2], [4], [12], [15], [16]	5

---

**Onnistumisen kokemukset &  
sijaikokemukset**

Laaja työkokemus

Mielenterveyttä käsittelevä  
koulutus (MDAS)

Innovatiivinen ohjaajan  
minäpystyvyyttä kehittävä  
koulutus

---

Luovien johtamistyylien  
hyödyntäminen

Yhteisön jaettu  
minäpystyvyys

Yhteistyö ammattilaisten  
välillä

Rehtorin tuki

Ammatillinen tuki

[3], [9], [7], [11], [13],  
[18]

**Sosiaalinen suostuttelu**

Esihenkilön ymmärrys  
ohjaustyöstä

Esihenkilön koulutustausta

Opettajien ja esihenkilöiden  
asenteet

Vanhempien kiinnostus  
konsultaatiopalveluita  
kohtaan

---

6

---

	Työuupumus		
	Toivo		
	Resilienssi		
<b>Affektiiviset ja fysiologiset tilat</b>	Sijaistrauma	[1], [5], [6], [7], [8], [10], [11], [12], [14],	10
	Huoli	[17]	
	Itsereflektio		
	Identiteetti		
	Ahdistus		

---

### 5.2.1 Onnistumisen kokemukset & sijaiskokemukset

Tässä alaluvussa käsitellään minäpystyvyyden lähteistä kahta ensimmäistä, eli onnistumisen kokemuksia sekä sijaiskokemuksia. Tutkimusaineistosta nousi viisi artikkelia, jotka esittelivät pääosin useita erilaisia ohjaajan minäpystyvyyttä kehittäviä koulutuksia. Artikkeleista nousseet koulutukset käsittelivät muun muassa oppilaiden itsetuhoisuutta, mielenterveyttä ja kriisienhallintaa, erityisesti koulun ampumatapauksissa. Yhdessä artikkeleista mainittiin myös koulutus, joka innovatiivisen ammatillisen kehityksen mallin avulla vahvistaisi kokonaisvaltaisesti ohjaajan minäpystyvyyttä (Merlin-Knoblich ym., 2024). Aineistossa esiintyi vahvasti monipuolisten koulutusten tärkeys osana ohjaajakoulutusta, sillä ne antavat mahdollisuuden onnistumisille sekä mallioppimiselle. Tutkimuksissa nousi esille myös

koulutusten vaikutus minäpystyvyyteen, niiden vahvistaen minäpystyvyyttä esimerkiksi kriisien hoitamisessa tai mielenterveysongelmien kohtaamisessa (Brown & Han, 2023; Chow ym., 2024).

Vaikka koulutusten tärkeyttä painotettiin jokaisessa aiemmassa tutkimuksessa, esille nousi myös koulutusten rajallisuus ja esimerkiksi etenkin itsetuhoisuutta käsittelevien koulutusten vähäisyys opinto-ohjaajien keskuudessa huomattiin Becnelin ja kollegoiden (2021) tutkimuksessa. Heidän tutkimuksessansa painotettiin yhtä lailla koulutusten tärkeyttä osana ohjaajakoulutusta, mutta samalla mainittiin laajan työkokemuksen merkitys minäpystyvyyden kehittymisessä. Tähän liittyen Aydin ja Odaci (2020) mainitsivat, kuinka kokemuksen saaminen, etenkin valvonnassa, vahvistaa ohjauksen minäpystyvyyttä. He kokoavatkin tutkimuksessaan onnistumisen kokemusten merkityksen minäpystyvyyteen, sillä positiivisten lopputulosten, kuten ohjattavan käytöksen, henkisen tai kognitiivisen hyvinvoinnin paraneminen on ohjaajille näyttöä heidän kyvykkyydestään toteuttaa ohjaustyötä hyvin.

### 5.2.2 Sosiaalinen suostuttelu

Sosiaalisen suostuttelun lähteeseen valikoitui kuusi artikkelia. Ne nostivat minäpystyvyyttä kehittäviksi tekijöiksi muun muassa esihenkilöiden johtamistyylin, ymmärryksen ohjaustyöstä, esihenkilöiden koulutustaustan sekä asenteet ohjaustyötä kohtaan. Tämän lisäksi artikkeleissa mainittiin myös ympäristöstä saatavan kannustuksen merkitys ja yhteistyöhön kuuluvat moniulotteiset tekijät. Useissa tutkimuksissa painotettiin esihenkilöiden roolin ja luovan ohjaustyylin merkitystä, kuten myös ylemmiltä tahoilta tulevan tuen tärkeyttä opinto-ohjaajan minäpystyvyyden rakentumisessa (esim. Bardhoshi & um, 2021; Schoonover, 2022; Cruz, 2023). Vaikka useassa artikkelissa painotettiin yleisesti esihenkilöiltä saatavan tuen tärkeyttä, etenkin Cruz (2023) nosti esille, kuinka opinto-ohjaajan esihenkilöllä kannattaisi olla omaa ohjauskokemusta tai ainakin ymmärrystä ohjaustyön osa-alueista ja tavoitteista. Esihenkilöt, joilla ei ollut omaa ohjauskokemusta, arvioivat heidän valvonnassaan olevien opinto-ohjaajien kyvykkyyttä myös alhaisemmaksi kuin itse ohjaajat arvioivat. Tällaisella ristiriidalla voi olla

heikentävä vaikutus opinto-ohjaajien minäpystyvyyden kokemukseen muun muassa tuen ja kannustuksen puutteen vuoksi. (Cruz, 2023.)

Gubbelsin ja kollegoiden (2025) tutkimuksessa selvitettiin, miten yhteistyökykyinen koulun kulttuuri on yhteydessä kasvatusalan ammattilaisten minäpystyvyyden kokemukseen lahjakkaiden oppilaiden opettamisessa. Tutkimuksen tulosten mukaan yhteistyökykyinen koulun kulttuuri lisäsi minäpystyvyyden kokemusta erityisesti opinto-ohjaajilla. Bozkurin (2022) tutkimus tukee yhteistyön ja yhteisöllisyyden ajatuksen tärkeyttä. Hän mainitsee, kuinka positiivisen asenteen ylläpitäminen moniammatillisessa kouluyhteisössä lisää sekä yhteistyötä että kunnioitusta ohjaustyötä kohtaan. Yhteistyön vaikutus näkyy myös vanhempien kiinnostuksessa ja asenteissa ohjaustyötä kohtaan. Bozkur (2022) mainitsee, kuinka opettajilta saadun positiivisen suhtautumisen lisäksi myös vanhempien korkea kiinnostus heidän lapsiensa saamaan ohjaukseen lisäsi opinto-ohjaajien minäpystyvyyttä. On myös huomattu, että yhteisön jaetulla minäpystyvyydellä on vaikutusta yksilön minäpystyvyyteen. Kun koulun ammattilaiset kokevat vahvaa jaettua pystyvyyttä esimerkiksi lahjakkaiden oppilaiden opettamisessa, myös yksittäiset ammattilaiset, kuten opinto-ohjaaja, kokevat oman pystyvyytensä vahvempuna. (Gubbels ym., 2025.)

### 5.2.3 Affektiiviset ja fysiologiset tilat

Viimeiseen minäpystyvyyden lähteeseen kuuluvien artikkeleiden aiheet liittyvät erilaisiin tunteisiin ja kehollisiin tekijöihin. Tutkimusaineistosta 10 artikkelia käsitteli näihin liittyviä esimerkkejä, kuten työuupumusta, ahdistusta, traumaa tai identiteettiä. Useassa tutkimuksessa käsiteltiin työuupumuksen yhteyttä minäpystyvyyteen (esim. Niles ym., 2024; Bardhoshi & Um, 2021). Työuupumuksen kokeminen heikentää minäpystyvyyttä, vaikka vahvalla minäpystyvyydellä onkin työuupumusta lieventäviä vaikutuksia. Tämän lisäksi toivon kokeminen vahvistaa minäpystyvyyttä. Kuitenkin huolen kokeminen (Donald & Walter, 2022) ja ahdistus (Aydin & Odaci, 2020) vaikuttavat opinto-ohjaajan työhön negatiivisesti minäpystyvyyden kautta. Monista työtilanteista saattaa tulla negatiivisten tunteiden seurauksena epämieluisia ja

kuormittavia ja tämä voi näyttäytyä haitallisesti henkilökohtaisessa ja organisatorisessa toiminnassa sekä vaikuttaa ohjaajan palveluiden tasoon heikentävästi (Aydin & Odaci, 2020).

Osassa tutkimusartikkeleista puhuttiin myös sijaistraumoista (esim. Rumsey ym., 2025) mainitsemalla niiden yhteys opinto-ohjaajan työhön. Tutkimusten mukaan opinto-ohjaajat kokevat työssään toissijaisia traumoja eli oppilaan trauman siirtymistä ohjaajan maailmaan. Vaikka vahva minäpystyvyys voikin ennaltaehkäistä sijaistrauman syntymistä, on sillä suora vaikutus heikompaan minäpystyvyyteen, ohjaajien vireyteen, ammatilliseen stressiin ja henkilökohtaiseen stressiin. Sijaistrauma voi vaikuttaa negatiivisesti minäpystyvyyden lisäksi myös ohjaajan resilienssiin. (Tunc ym., 2022.) Rumsey ja kollegat (2025) mainitsevat tutkimuksessaan, kuinka opinto-ohjaajat hyötyisivät traumoihin liittyvien taitojen harjoittamisesta ja samalla he hyötyisivät heidän resilienssistänsä. Hyvä resilienssi on puolestaan yhteydessä parempaan asenteeseen työtä kohtaan ja tämä näkyy esimerkiksi Akgulin ja Deryan (2022) tutkimuksessa, jossa resilienssi oli yhteydessä parempaan asenteeseen ja vahvempaan digitaaliseen minäpystyvyyteen ohjaajan työssä.

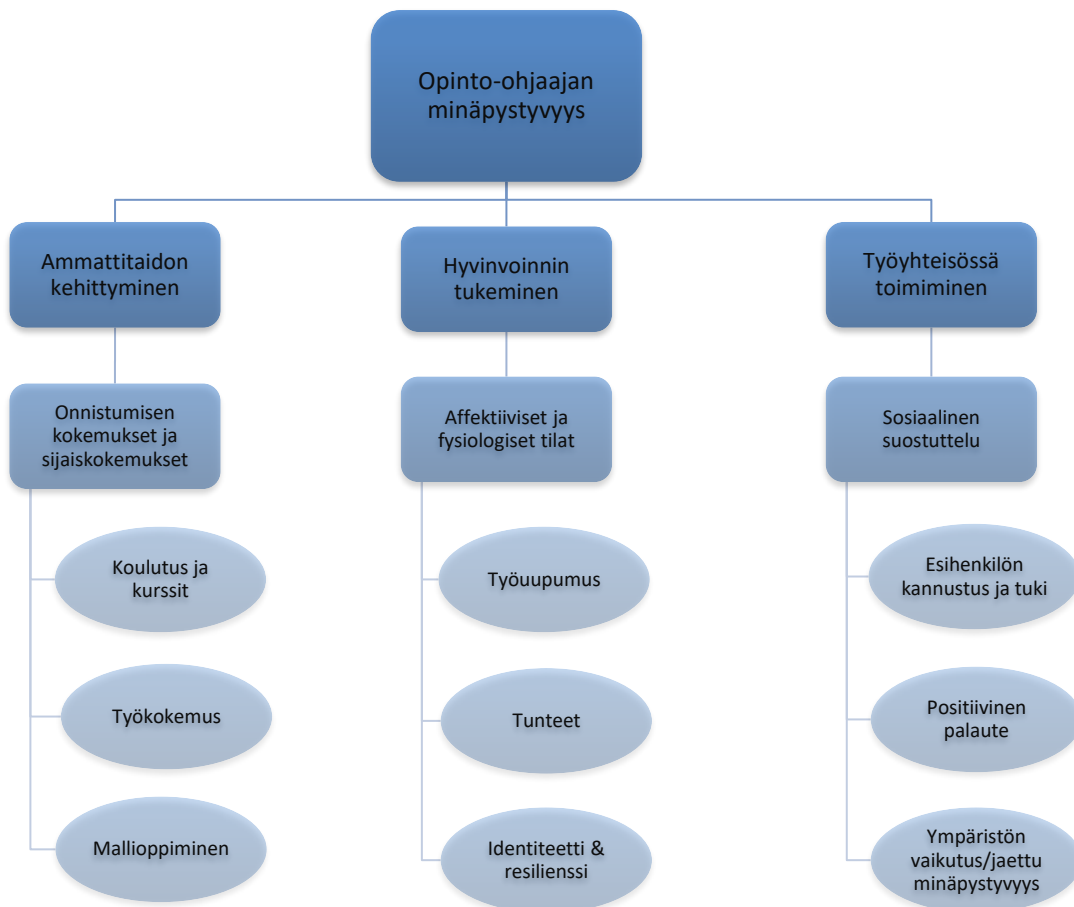
Kuten tuloksista näkyy, artikkeleissa nousee esille minäpystyvyyden vuorovaikutuksellinen ja transaktionaalinen luonne. Toisin sanoen minäpystyvyys voi olla kehittävän tekijän kohteena, usean tekijän välittäjänä tai itse vaikuttavana voimavarana. Vahva minäpystyvyys on esimerkiksi yhteydessä parempaan opinto-ohjaajan identiteettiin. Jos ohjaaja ei koe pystyvänsä toteuttamaan työtehtäviään ammattitaitoisesti, hän todennäköisesti välttelee tai vähättelee työssä erilaisia tilanteita, mikä heikentää samalla minäpystyvyyden kokemusta (Heled ym., 2022.). Ammattitaidon lisääntyminen puolestaan vahvistaa ohjauksen minäpystyvyyttä, mikä antaa mahdollisuuden kehittää täsmällisempää ammatillista identiteettiä (Aydin & Odaci, 2020).

### **5.3 Opinto-ohjaajan työn osa-alueiden ja minäpystyvyyden lähteiden yhteys**

Tulosten ensimmäinen osio esittää minäpystyvyyden osuutta työn eri osa-alueissa ja toinen osio käsittelee minäpystyvyyden lähteitä. Minäpystyvyyden lähteiden yhteydessä esitetään

esimerkkejä tutkimusaineistosta nousseista minäpystyvyyden kehittämistavoista. Näiden kaikkien tekijöiden yhteyttä havainnollistetaan alla olevan kuvion 4 avulla.

Kuviota voidaan tarkastella ylhäältä alaspäin eli opinto-ohjaajan minäpystyvyyden kokonaisuuden jaottumisena erilaisiin osiin, kuin myös alhaalta ylöspäin eli yksittäisten tekijöiden suhteutumisen aina laajempaan kokonaisuuteen. Minäpystyvyyden lähteet voidaan jaotella työn osa-alueisiin sen mukaan, mikä on lähteen minäpystyvyyden kehittämistapa eli miten lähteeseen lukeutuvat kehittämistavat vaikuttavat minäpystyvyyteen.



*Kuvio 4: Opinto-ohjaajan työn osa-alueet ja näiden alle lukeutuvat minäpystyvyyden lähteet sekä esimerkit kehittämistavoista.*

Vasemmassa reunassa esitetään ammattitaidon kehittyminen. Tämän työn osa-alueen sisällä minäpystyvyyden voidaan ajatella kehittyvän erilaisen tietotaidon lisääntyessä, eli esimerkiksi

erilaisten koulutuksien tai työkokemuksen myötä. Toisin sanoen, esimerkiksi koulutus vaikuttaa onnistumisen kokemuksien lähteen kautta opinto-ohjaajan ammattitaidon kehittymiseen, mikä voidaan nähdä osana laajempaa minäpystyvyyden kokonaisuutta. Keskellä kuviota esitetään hyvinvoinnin tukemisen osa-alue. Tähän osa-alueeseen kuuluviin työn osatekijöihin, kuten työssä jaksamiseen, vaikuttavat affektiivisten ja fysiologisten tilojen lähteen kautta esimerkiksi työuupumus tai erilaiset tunteet. Kun opinto-ohjaaja ei koe esimerkiksi työuupumusta, vaikuttaa se positiivisesti hyvinvointiin ja siten myös opinto-ohjaajan minäpystyvyyteen. Viimeisenä oikealla esitetään työyhteisössä toimimisen osa-alue. Tähän osa-alueeseen vaikuttavat tekijät toimivat sosiaalisen suostuttelun lähteen kautta. Esimerkiksi esihenkilön tuen saaminen vaikuttaa kyseisen lähteen kautta työyhteisön osa-alueessa, ja kannustavan työyhteisön myötä opinto-ohjaajan minäpystyvyys vahvistuu.

Kaikki nämä kuviossa 4 mainitut tekijät vaikuttavat opinto-ohjaajan minäpystyvyyden kokonaisuuteen ja siten myös työssä toimimiseen sekä ohjaustilanteiden laatuun. Opinto-ohjaaja, jolla on vahva minäpystyvyys, pystyy sinnikkäästi jatkamaan vaikeuksista huolimatta, luottaa päätöksentekoonsa ja osaa myös reagoida tilanteisiin sopivilla tunteilla (Lippke, 2020).

## 6 Pohdinta ja johtopäätökset

Tutkimuksessa tarkasteltiin minäpystyvyyttä osana opinto-ohjaajien työtä. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, miten minäpystyvyys on yhteydessä opinto-ohjaajan työn osa-alueisiin ja millaiset tekijät ovat yhteydessä minäpystyvyyden kehittymiseen. Tutkimuksen avulla pyrittiin kokoamaan jo laajasti tutkitusta aiheesta rajatumpaa ja helpommin hyödynnettävää tietoa. Tutkimustulosten perusteella minäpystyvyys on keskeinen osa opinto-ohjaajan työtä vaikuttaen sekä laajempien teemojen sisällä, kuten myös yksittäisten tekijöiden suhteen.

Ensimmäinen tutkimuskysymys käsitteli opinto-ohjaajan työn osa-alueita, joihin minäpystyvyydellä voi olla vaikutusta. Artikkeleista nousi aineistolähtöisen analyysin ja teemoittelun avulla kolme osa-aluetta, joiden avulla minäpystyvyyttä voidaan havainnollistaa. Ammattitaidon kehittymisen osa-alueeseen kuului tietotaidon lisääminen esimerkiksi erilaisten kurssien avulla. Työyhteisössä toimimisen osa-alueessa nostettiin esille muun muassa hyvän yhteistyön ja esihenkilö-ohjaaja -suhteen merkitys. Hyvinvoinnin tukemisen osa-alueessa käsiteltiin puolestaan työssä jaksamista ja oman hyvinvoinnin merkitystä. Toinen tutkimuskysymys käsitteli erilaisia minäpystyvyyden kehitykseen vaikuttavia tekijöitä. Teorialähtöisen analyysin avulla tutkimusaineistosta löydettiin useita minäpystyvyyteen vaikuttavia konkreettisia tekijöitä, joita voidaan luokitella Banduran (1977b) minäpystyvyyden pääasiallisten lähteiden alle (kuvio 1). Näitä tekijöitä olivat esimerkiksi koulutukset, tuki, kannustus, asenteet, työuupumus, trauma ja identiteetti. Kokonaisuutta katsoessa tutkimusaineistosta nousi esille vahvan minäpystyvyyden tärkeys osana ohjaajan työtä sekä tämän kehittämisen oleellisuus jo ennen työelämään astumista.

Tässä tutkielmassa saadut tulokset ovat yhteneviä aiemman tutkimuksen kanssa. Tuloksissa esiin nousseita konkreettisia minäpystyvyyden kehittymisen tapoja mainitaan myös esimerkiksi Ozteke Kozanin (2022) tutkimuksessa. Hänen tutkimuksensa mukaan erityisesti koulutuksen tärkeys nousi yhdeksi tärkeimmäksi minäpystyvyyden kehittämisen keinoksi useassa opinto-ohjaajan työn osa-alueessa. Myös hyvä esihenkilösuhde, hyvät kommunikaatiotaidot sekä ympäristön tuki ja kannustus mainittiin tärkeinä minäpystyvyyden kehittämisen keinoina (Ozteke

Kozan, 2022). Tuloksissa esitetyn esihenkilö-ohjattava suhteen merkitys on linjassa myös Geesan ja kollegoiden (2024) tutkimuksessa, kun taas Vincenzes ja kollegat (2023) painottavat tämän tutkielman mukaisesti koulutuksen hyödyllisyyttä. Scolesin (2011) väitöskirjassa mainittiin samoja kehittämistapoja, mutta näiden lisäksi hän mainitsee myös minäpystyvyyttä heikentäviä tekijöitä, kuten tässäkin tutkielmassa mainitut tuen, kannustuksen ja kokemuksen puutteet.

Tutkielma toteutettiin systemaattisena kirjallisuuskatsauksena seuraten kyseiselle tutkimusmenetelmälle tyypillisiä keinoja, kuten SALSA-kehystä, ennalta määrättyä aineiston hakuprosessia sekä aineisto- ja teorialähtöistä sisällönanalyysiä. Systemaattisuus toi työhön muun muassa läpinäkyvyyttä, uskottavuutta ja laadukkuutta. Aiemman tutkimuksen riittävä määrä myös mahdollisti kirjallisuuskatsauksen tekemisen ja systemaattisten prosessien hyödyntämisen.

Hakulause *School counselor self-efficacy* on itsessään hyvin yksinkertainen ja osuva, mutta saattaa myös karsia aiheeseen sopivia artikkeleita. Aineiston aiherajaukseen valitut termit *self-efficacy* ja *school counselor* ovat voineet tämän lisäksi rajata tutkimuksia pois esimerkiksi näiden termien puutteesta abstraktissa tai avainsanoissa. Useita tietokantoja käyttäessä on myös huomioitava, että rajaukset ovat voineet toimia eri tavoilla, ja esimerkiksi toiseen tietokantaan joutui laittamaan kaksi aiherajaukset tutkimusten tarkentamiseksi, kun taas toisessa aiherajauksia ei ollut mahdollista käyttää. Aineisto on suhteellisen pieni, eli tuloksia ei voida varmuudella yleistää, vaikka tutkimus antaa yhdenmukaista kuvaa aiheesta. On myös hyvä huomioida, että opinto-ohjaajan työnkuva voi olla erilainen eri maissa. Opinto-ohjaajan ammattinimike voi sisältää eri maiden mukaan ammattilaisia akateemisuuden, mielenterveyden ja uraohjauksen suhteen. Tämän myötä aiemmat tutkimukset ovat voineet käsitellä myös hieman opinto-ohjauksesta poikkeavaa työtä, mikäli tutkimuksessa opinto-ohjaajan työnkuva ei ollut avattu tarkemmin.

Tulokset antavat laajempaa kuvaa siitä, millä tavalla minäpystyvyys on yhteydessä opinto-ohjaajan työhön. Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että minäpystyvyyden kehittäminen jo ohjaajakoulutuksessa on ensisijaisen tärkeää, sillä opinto-ohjaaja kokee työssään erilaisia tilanteita koulumenestyksestä kriisien käsittelyyn ja hänen pitää kokea olevansa pätevä kohtaamaan näitä tilanteita. Myös työssä olevien opinto-ohjaajien tulisi jatkokouluttautua sekä ymmärtää toimivan työyhteisön ja oman hyvinvoinnin merkitys minäpystyvyyden kehityksessä. Tämän lisäksi muiden ammattilaisten, kuten opettajien ja rehtorien, olisi hyvä tiedostaa minäpystyvyys osana kaikkea työtä, sillä opinto-ohjaus on tärkeä osa moniammatillista kouluyhteisöä ja aiempi tutkimus on todennut muun muassa yhteistyön ja toimivan esihenkilösuhteen tärkeän merkityksen niin opinto-ohjaajan, oppilaiden kuin muun henkilökunnan kehityksessä.

On hyvä tietää esimerkiksi ohjaajakoulutuksen suunnittelun suhteen, miten käytännön kokemuksen saaminen, erilaiset koulutusmuodot, ammatillisen identiteetin kehittyminen tai tuki ja kannustus voivat vaikuttaa minäpystyvyyden kehittymiseen. Minäpystyvyyden jatkuvuuden tunnistaminen auttaa myös ymmärtämään näiden yksittäisten tekijöiden merkityksen laajemman kokonaisuuden rakentumisessa. Minäpystyvyyttä kehittävät tekijät vaikuttavat pääasiallisten lähteiden kautta suoraan minäpystyvyyteen, mikä puolestaan vaikuttaa muun muassa valintaan, sinnikkyuteen, päätöksentekoon ja tunnereaktioihin (Lippke, 2020). Opinto-ohjaajan työssä nämä kaikki tekijät ovat osa oppilaille annettavaa ohjausta ja varmistavat laadukkaan ohjauksen toteutumisen.

Tutkimuksen tuloksissa esiintyy selkeästi koulutuksen ja tiedon lisäämisen tärkeys minäpystyvyyden kehittämisessä, joten olisi mielenkiintoista tietää, onko aiempia tutkimuksia aiheesta hyödynnetty ohjaajakoulutuksen muokkaamisessa tutkimusten ehdotusten perusteella. Vaikka useissa tutkimuksissa käydään läpi koulutuksen tärkeyttä minäpystyvyyden suhteen, olisi myös hyvä tietää, onko kirjatiedon ja kokemustiedon välillä eroa minäpystyvyyden vahvuudessa. Tätä voisi tutkia esimerkiksi vertaamalla monipuolisen koulutuksen ja työkokemuksen vaikutuksen eroa minäpystyvyyden määrässä. Tämän lisäksi yhteistyön

jatkotutkimus voisi hyödyttää moniammatillista kouluyhteisöä. Onko esimerkiksi yhteistyön eri muodoilla erilainen vaikutus minäpystyvyyteen tai miten esimerkiksi jaetun minäpystyvyyden laajempi vaikutus voi näkyä koulussa?

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että minäpystyvyyden merkitys opinto-ohjaajan työssä on tärkeä ja moniulotteinen. Tutkimustulokset antavat käsityksen siitä, miten moneen erilaiseen työn osa-alueeseen käsitys omasta kyvykkyydestä ja pätevyydestä vaikuttaa sekä miten monen tekijän avulla minäpystyvyyttä on mahdollista kehittää. Tulokset ovat linjassa aiemman tutkimuksen kanssa ja siten ne antavat lisää painoarvoa minäpystyvyyden merkitykselle ja kehittämiselle. Minäpystyvyyden tärkeys tulisi ottaa huomioon jo ennen työelämään astumista esimerkiksi ohjaajakoulutusta suunnitellessa, kuten myös muiden yhteisön ammattilaisten toimesta aktiivisessa työelämässä.

## Lähteet

Tutkimusaineistoon sisältyvät artikkelit on osoitettu \*-merkillä

\*Akgül, G., & Derya, A. E. (2022). School counselors' attitude toward online counseling services during the pandemic: The effects of resilience and digital self-efficacy. *Psychology in the Schools*, 59(8), 1672-1685. <https://doi.org/10.1002/pits.22716>

\*Aydin, F., & Odaci, H. (2020). School Counsellors' Job Satisfaction: What is the Role of Counselling Self-Efficacy, Trait Anxiety and Cognitive Flexibility? *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 30(2), 202-215. <https://doi.org/10.1017/jgc.2019.32>

Bandura, A. (1977a). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.

Bandura, A. (1977b). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

\*Bardhoshi, G., & Um, B. (2021). The Effects of Job Demands and Resources on School Counselor Burnout: Self-Efficacy as a Mediator. *Journal of Counseling and Development*, 99(3), 289-301. <https://doi.org/10.1002/jcad.12375>

\*Becnel, A. T., Range, L., & Remley, T. P. Jr. (2021). School Counselors' Exposure to Student Suicide, Suicide Assessment Self-Efficacy, and Workplace Anxiety: Implications for Training, Practice, and Research. *The Professional Counselor*, 11(3), 327-339. <https://doi.org/10.15241/atb.11.3.327>

Booth, A., Sutton, A., Clowes, M., & James, M. M.-S. (2021). *Systematic Approaches to a Successful Literature Review* (Third edition). SAGE Publications, Ltd. UK.

<https://resolver.vitalsource.com/9781529759655>

- \*Bozkur, B. (2022). Investigation of Consultation with Target Groups in Schools in Turkey and Consultation Self-Efficacy Perceptions of School Counselors. *International Innovative Education Researcher*, 2(1), 58–86.
- \*Brown, C. H., & Han, E. (2023). Effect of a School Counselor Training on Self-Efficacy in Crisis Handling. *Journal of Educational Research and Practice*, 13(1), 447-461  
<https://doi.org/10.5590/JERAP.2023.13.1.29>
- \*Çarkit, E. (2024). Job Satisfaction of Turkish School Counselors: A Social Cognitive Career Theory Perspective. *Journal of Career Assessment*, 32(3), 522–538. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.1177/10690727231208464>
- \*Chow, S. K., Hashim, A. H., Kaur, M., Azhar, F. L., Anuar, A., Idris, N., Hii Sun Sun, W., & Ng, C. G. (2024). Strengthening the mental health literacy and self-efficacy of school counsellors using “MDAS” module: A pilot project in Malaysia. *Journal of Psychologists & Counsellors in Schools*, 34(3), 351–364. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.1177/20556365241279331>
- \*Cruz, H. G. (2023). How Do Non-Counseling Supervisors Impact School Counselors’ Self-Efficacy?: A Comparative Analysis. *Psychology & Education: A Multidisciplinary Journal*, 14(7), 858–866. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.5281/zenodo.10036568>
- \*Donald, S. L., & Walter, E. E. (2022). Examining the relationship between perceived worry and self-efficacy in NSW department of education school counsellors. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 32(2), 148-158. <https://doi.org/10.1017/jgc.2022.7>
- Egele, V. S., Klopp, E., & Stark, R. (2025). An empirical ranking of the importance of the sources of self-efficacy for physical activity. *Health Psychology & Behavioral Medicine*, 13(1), Article 2567322. <https://doi.org/10.1080/21642850.2025.2567322>

Elo, S., Kajula, O., Tohmola, A., & Kääriäinen, M. (2022). Laadullisen sisällönanalyysin vaiheet ja eteneminen. *Hoitotiede*, 34(4), 215–225.

Green, S., & Lloyd, K. (2021). Positive Education: The Key Role of the School Counsellor. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 31(2), 195-204.

<https://doi.org/10.1017/jgc.2021.15>

\*Gubbels, J., Hornstra, L., Marjolijn, v. W., Diepstraten, I., & Anouke, W. E. A. B. (2025). Educational Professionals' Attitudes, Self-Efficacy, and Classroom Practices Toward High-Ability Students: The Role of Collaborative School Culture and Schools' Collective Efficacy. *Roeper Review*, 47(1), 32-46. <https://doi.org/10.1080/02783193.2024.2420362>

Ozteke Kozan, H. I. (2022). A Qualitative Approach to School Counsellor Self-Efficacy: Sources and Enhancement Strategies. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 32(1), 107-123 <https://doi.org/10.1017/jgc.2019.34>

\*Heled, E., Ukrop, S., & Davidovitch, N. (2022). School Counseling – A Profession Without an Identity: Personal and Group Professional Identity of School Counselors. *Education and Society*, 40(2), 99-115. <https://doi.org/10.7459/es/40.2.07>

Larson, L. M., & Daniels, J. A. (1998). Review of the Counseling Self-Efficacy Literature. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 179-218. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.1177/0011000098262001>

Lippke, S. (2020). Self-efficacy theory. Teoksessa V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (toim.), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3\\_1167](https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_1167)

Malinauskaite, L., Cook, D., Davíðsdóttir, B., Ögmundardóttir, H., & Roman, J. (2019). Ecosystem services in the Arctic: a thematic review. *Ecosystem Services*, 36, Article 100898.

<https://doi.org/10.1016/j.ecoser.2019.100898>

Malinen, O.-P., Närhi, V., & Savolainen, H. (2024). The effect of teacher self-efficacy in behaviour management on classroom behavioural climate: a longitudinal multilevel cross-lagged

analysis. *Educational Psychology*, 44(4), 415–435. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.1080/01443410.2024.2359672>

Matsumoto-Royo, K., & Ramírez-Montoya, M. S. (2021). Core practices in practice-based teacher education: A systematic literature review of its teaching and assessment process. *Studies in Educational Evaluation*, 70, Article 101047. <https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2021.101047>

*Educational Evaluation*, 70, Article 101047. <https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2021.101047>

\*Merlin-Knoblich, C., Dack, H., & Elizondo, J. A. (2024). A Pre-Experimental Pilot Study of School Counselors Completing an 8-Month Professional Development Program to Improve Self-

Efficacy. *Counseling Outcome Research & Evaluation*, 15(1), 21–36. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.1080/21501378.2023.2243320>

\*Niles, J. K., Chae, N., Backer, A., & Ahmed, S. (2024). Examining the Relationships Between School Counselor Mindfulness, Occupational Self-Efficacy, and Burnout. *Journal of School-*

*Based Counseling Policy & Evaluation*, 6(2), 43–53. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.25774/3pnm-2g68>

\*Niles, J. K., Dorais, S., Cashwell, C., Mullen, P. R., & Jensen, S. (2024). School counselors'

burnout, hope, and self-efficacy: A sequential regression analysis. *Journal of Counseling and Development*, 102(4), 472–481. <https://doi.org/10.1002/jcad.12530>

Ooi, P. B., Wan Jaafar, W. M., & Crosling, G. (2021). Malaysian School Counselor's Self-Efficacy: The Key Roles of Supervisor Support for Training, Mastery Experience, and Access to

Training. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 749225. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.749225>

Opetushallitus. (n.d.) *Opinto-ohjaus lukiossa.*

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/opinto-ohjaus-lukiossa>

Opetushallitus. (n.d.) *Opinto-ohjaus ammatillisessa koulutuksessa.*

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/opinto-ohjaus-ammattillisessa-koulutuksessa>

Opetushallitus. (n.d.) *Oppilaanohjaus perusopetuksessa.*

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/oppilaanohjaus-perusopetuksessa>

Salminen, A. (2011). Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja; Opetusjulkaisuja 62.

Julkisjohtaminen 4.

\*Schoonover, T. (2022). Creative Supervision Intervention Impact on School Counselors-in-Training Self-Efficacy: A Single-Case Research Design. *Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 15(2), 9. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/creative-supervision-intervention-impact-on/docview/2703394390/se-2>

Scoles, M. A. (2011). An examination of the impact of prior teaching experience on the self-efficacy of school counselors in the state of Ohio [Väitöskirja/Bowling Green State University]

<https://www.proquest.com/dissertations-theses/examination-impact-prior-teaching-experience-on/docview/921660584/se-2>

\*Tunç Aksan A., Gündüz B., & Yildiz, M. C. (2022). Effect of Self-Efficacy on Vicarious Trauma and Resiliency in School Counsellors in Turkey. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 44(1), 145-163. <https://doi.org/10.1007/s10447-021-09459-5>

\*Rumsey, A., Higdon, K., Swisher, S., & Zimmerman, J. (2025). Exploring Factors of Trauma-Related Preparation and Trauma-Related Agency Among School Counselors. *International*

*Journal for the Advancement of Counselling*, 47(3), 601-624. <https://doi.org/10.1007/s10447-025-09604-4>

Vilkka, H. (2024). *Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina*. Art House. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-884-944-8>