

Õenduse õppetool

Õe õppekava

Mariliis Soe

Marina Kõva

**TERVISLIK ELUVIIS ÕE KUTSEIDENTITEEDIS JA ÕENDUSÜLIÕPILASTE
OOTUSED ÕPPEAINELE TÄISKASVANU TERVISEKÄITUMINE (UURING 1)**

Lõputöö

Tallinn 2026

Oleme koostanud lõputöö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite töödest, kirjandusallikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud. Lubame Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolil avalikustada oma lõputöö PDF-versiooni raamatukoguprogrammis.

Lõputöö autorite allkirjad

/allkirjastatud digitaalselt/

/kuupäev digitaalallkirjas/

Lubatud kaitsmisele.

Juhendaja Marelle Grünthal-Drell, MA

/allkirjastatud digitaalselt/

/kuupäev digitaalallkirjas/

KOKKUVÕTE

Mariliis Soe ja Marina Kõva (2026), Tallinna Tervishoiu Kõrgkool, õenduse õppetool. Lõputöö „Tervislik eluviis õe kutseidentiteedis ja õendusüliõpilaste ootused õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“ (Uuring 1). Lõputöö maht on 38 lehekülge ning töö sisaldab viit lisa. Kasutatud on 44 kirjandusallikat, millest 34 on ingliskeelsed ja 10 eestikeelsed, sealhulgas 21 õendusosalast artiklit.

Lõputöö eesmärk oli kirjeldada tervisliku eluviisi õe kutseidentiteedis ja õendusüliõpilaste ootusi õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“.

Antud empiirilises lõputöös kasutati kvalitatiivset uurimismeetodit, andmete kogumiseks kasutati poolstruktureeritud intervjuud ning andmete analüüsimiseks kasutati induktiivset sisuanalüüsi. Intervjuud viidi läbi jaanuar kuni veebruar 2026.

Tervislik eluviis ja tervisekäitumine on oluline osa õe kutseidentiteedi kujunemisest. Õendusüliõpilased seostavad õe rolli lisaks teadmistele ja oskustele ka isikliku eeskujuga, kus tervisekäitumine peegeldab professionaalseid väärtusi ja vastutust. Kutseidentiteedi kujunemist mõjutavad nii individuaalsed tegurid kui ka sotsiaalne keskkond. Õppimist tajutakse eelkõige praktilise ja kogemusliku protsessina, kus teooria ja praktika seos toetab teadmiste kinnistamist ning professionaalse enesekindluse kujunemist.

Õendusüliõpilaste ootused õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“ on seotud praktilise, selgelt struktureeritud ja rakendatava õppesisuga, mis toetab isiklikku tervisekäitumist ja professionaalset arengut. Väärtustatakse aktiivõppemeetodeid ning selget ja detailset tagasisidet, mis aitab mõista nii puudusi kui ka arenguvajadusi. Kuigi üliõpilastel on teadmised tervisekäitumisest olemas, ei kajastu need alati igapäevases käitumises, mis viitab teadmiste ja käitumise vahelisele lõhele.

Lõputöö võtmesõnad: õendusüliõpilane, kutseidentiteet, tervisekäitumine, õppimine, terviseedendus,ervislik eluviis.

SUMMARY

Mariliis Soe and Marina Kõva (2026), Tallinn Health Care College, Chair of Nursing. The thesis “Healthy Lifestyle in Nurses’ Professional Identity and Nursing Students’ Expectations for the Course ‘Adult Health Behaviour’ (Study 1)” consists of 38 pages and includes five appendices. A total of 44 references were used, including 34 English-language and 10 Estonian-language sources, among them 21 nursing-related articles.

The aim of the thesis was to describe the role of a healthy lifestyle in nurses’ professional identity and to explore nursing students’ expectations regarding the course “Adult Health Behaviour.”

This empirical thesis applied a qualitative research method. Data were collected through semi-structured interviews and analysed using inductive content analysis. The interviews were conducted between January and February 2026.

A healthy lifestyle and health behaviour are considered important components in the development of nurses’ professional identity. Nursing students associate the nursing role not only with knowledge and skills, but also with being a personal role model, where health behaviour reflects professional values and responsibility. The development of professional identity is influenced by both individual factors and the social environment. Learning is primarily perceived as a practical and experiential process in which the connection between theory and practice supports knowledge consolidation and the development of professional confidence.

Nursing students’ expectations for the course “Adult Health Behaviour” are related to practical, clearly structured, and applicable learning content that supports both personal health behaviour and professional development. Active learning methods and clear, detailed feedback are highly valued, as they help students understand both their shortcomings and developmental needs. Although students possess knowledge about health behaviour, this knowledge is not always reflected in their daily behaviour, indicating a gap between knowledge and practice.

Keywords: nursing student, professional identity, health behaviour, learning, health promotion, healthy lifestyle.

SISUKORD

KOKKUVÕTE.....	3
SUMMARY.....	4
SISSEJUHATUS.....	6
1. ÕE KUTSEIDENTITEET NING SELLE SEOSSED TERVISLIKU ELUVIISI JA TERVISEKÄITUMISEGA.....	9
2. ÕENDUSÜLIÕPILASTE ÕPPIMINE KÕRGKOO LIS.....	12
3. METOODIKA.....	15
3.1 Valim.....	15
3.2 Andmete kogumine.....	15
3.3 Andmete analüüsimetod.....	16
3.4 Eetika.....	18
4. TULEMUSED.....	19
4.1 Õendusüliõpilaste arvamused õe kutseidentiteedi kujunemisest.....	19
4.1.1. Õeks kujunemine.....	19
4.1.2. Kuulumine õendusüliõpilaste kogukonda.....	21
4.1.3. Õppimine kui tegemine ja kogemine.....	23
4.2. Ootused õppeainele Täiskasvanu Tervisekäitumine.....	24
5. ARUTELU	27
JÄRELDUSED.....	34
KASUTATUD KIRJANDUS.....	35

LISAD:

LISA 1. Intervjuukava enne õppeaine „Täiskasvanu tervisekäitumine“ toimumist

LISA 2. Uuringu kutse

LISA 3. Uuritava informeerimise ja teadliku nõusoleku vorm

LISA 4. Õeks kujunemist kirjeldavad substantiivsed koodid ja neist kujunenud alakategooriad

LISA 5. Õppimist kui tegemist ja kogemist kirjeldavad substantiivsed koodid ja neist moodustunud alakategooriad

SISSEJUHATUS

Antud uurimistöö „Tervislik eluviis õe kutseidentiteedis ja õendusüliõpilaste ootused õppeainele Täiskasvanu tervisekäitumine (Uuring 1)“ keskendub tervisliku eluviisi ja tervisekäitumise tähendusele õe professionaalse identiteedi kujunemisel ning sellele, kuidas õendusüliõpilased mõtestavad tervisekäitumise rolli oma tulevases erialases tegevuses.

Enesemääramise teooria toob esile kolm kaasasündinud psühholoogilist vajadust: autonoomia (tunne, et tegevused on ise juhitud), pädevus (tunne, et suudetakse toime tulla väljakutsetega) ja kuuluvus (tunne, et ollakse teiste poolt aktsepteeritud ja ühendatud). Nende vajaduste rahuldamisel kogevad invidiidid kõrget sisemist motivatsiooni. Õed, kellel on tugev professionaalne missioon, baseerivad oma tööalased käitumised sisemise väärtuse tunnustamisel (autonoomia), usuvad oma professionaalsesse pädevusse elude päästmisel ja haigete ravimisel (pädevus) ning loovad emotsionaalseid sidemeid patsientide, kolleegide ja organisatsiooniga (kuuluvuse vajaduse rahuldamine). Seetõttu toimib professionaalne missioon enesemääramise teooria raames kui tugev, ise määratud sisemine motivatsioon, mis suurendab indiviidi energiat ja tööalast pühendumust ning viib kõrgema töösoorituseni. (Wu jt, 2025: 4).

Uuringud on näidanud, et ebasoodsad töötingimused, suur töökoormus, pikad vahetused, ajasurve, kõrged töö nõudmised, negatiivsed suhted ning vähene toetus on seotud läbipõlemisega õenduses. (Dall’Ora jt, 2020: 13).

Uue terviseparadigma kohaselt on tervis eelkõige indiviidi enda vastutus ning see ei sõltu üksnes meditsiinist ega rahvatervisele suunatud teenustest. Olulisteks probleemseteks valdkondadeks on kehaline aktiivsus, toitumine ja stressi juhtimine. (Wittayapun jt, 2010: 216, 220).

Varasemad uuringud on näidanud, et terviseiga seotud tegurid mõjutavad õendusüliõpilaste tervist edendavat käitumist enam kui sotsiaaldemograafilised tegurid. Seetõttu peaks õenduse õppekava pöörama suuremat tähelepanu kehalise aktiivsuse ja teiste tervist edendavate käitumisviiside arendamisele, et toetada õendusüliõpilaste kujunemist tulevasteks terviseedendajateks. (Gurusamy jt, 2022).

Tervisehariduse eesmärk on motiveerida inimesi aktsepteerima käitumise muutumise protsessi, lähtudes neid otseselt mõjutavatest väärtustest, uskumustest ja hoiakutest. (Altun, 2008: 882). Tervist edendava käitumise kaudu paranevad positiivsed harjumusmustrid,

eneseteostus, lähisuhete hoidmine, stressiga toimetulek ning lõõgastumisoskused. Sellest tulenevalt võib järeldada, et tervise edendamise integreerimine ülikooli õppekavadesse on tõhus ning ülikoole tuleks julgustada arendama ja rakendama terviseedenduse programme oma üliõpilastele tavapärase kõrghariduse osana. (*Ibid.*, 886).

Käesolev lõputöö on Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli (edaspidi TTK) rakendusuuringu „Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujundamine terviseteadliku elustiili kontekstis“ osa. Kaks ühesuguse pealkirjaga lõputööd on eristatud sulgudes oleva märkega nagu käesolevas Uuring 1. Varasemalt TTKs pole selliseid lõputöid tehtud.

Uurimistöö probleem: Täna sed õendusüliõpilased on tulevased tervishoiuteenuste osutajad, kelle uskumused, hoiakud ja käitumine mõjutavad nende pakutavaid kliinilisi teenuseid. Õe roll tervislike eluviiside jälgendamisel võib soodustada patsientide tervist edendavaid valikuid (Borle jt, 2017: 1768–1769). Kui üliõpilaste hoiakud on vastuolus professionaalsete väärtustega, võib see ohustada nende professionaalset identiteeti, väljendudes rahulolematuses, tööhuvi vähenemises ja erialalt lahkumise kavatsuses (Porchangizi jt, 2019). Õendusüliõpilaste ootused terviseedenduse õppeainele kujunevad varasemate õpikogemuste ja arusaamade põhjal õe rollist tervise edendamisel. Oodatakse praktilisust ja tuge professionaalseks arenguks. Ootuste täitumine suurendab motivatsiooni, kaasatust ja rahulolu, samas kui nende mittetäitumine võib viia negatiivsete hoiakute ja vähenenud rahuloluni (Luo jt, 2025).

Uurimistöö eesmärgiks on kirjeldada tervisliku eluviisi seoseid õe kutseidentiteediga ja õendusüliõpilaste ootusi õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“.

Uurimisprobleemist ja uurimistöö eesmärgist lähtuvalt on püstitatud järgmised uurimistöö ülesanded:

1. kirjeldada õendusüliõpilaste arvamusi kutseidentiteedi kujunemisest õpingute algusperioodil
2. kirjeldada õendusüliõpilaste ootusi tervisliku eluviisiga seonduvale õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“.

Uurimistöõ kesksed mõisted:

Kutseidentiteet (eesti keeles ka professionaalne identiteet) – on professionaalse identiteedi tajumine kas sisemise endast lähtuva konseptsioonina või välise, tööga seotud nähtusena, mis on seotud rolliga, mida õed täidavad. (Rasmussen jt, 2021).

Ootus – on psühholoogiline mehhanism mille eesmärgiks on juhtida käitumist ja funktsiooniks mõelda tulevikule ning kasutada neid mõtteid käitumisel ja otsustamisel. (Tamminen, 2021: 10).

Tervisekäitumine – käitumine, mis toetab tervist läbi piisava uneaja, kehalise aktiivsuse, toitumise ja stressi maandamise oskuse. (Sisask, 2023: 108).

Tervislik eluviis - käitumismuster, mis toetab inimese füüsilist, vaimset ja sotsiaalset heaolu ning vähendab haiguste riski. (Mason, 2024).

Täiskasvanu - iga, kus isikut peetakse võimeliseks endale oma tegudest täielikult aru andma ja neid juhtima. (Eesti Keele Instituut, 2026).

Õendusüliõpilane - üliõpilane, kes omandab õendusvaldkonna teadmisi ja oskusi. (Õde, 2023: 4).

Õppeaine – teadmiste valdkond, mida õpitakse koolis, kolledžis või ülikoolis. (Cambridge'i inglise keele sõnaraamat).

1. ÕE KUTSEIDENTITEET NING SELLE SEOS TERVISLIKU ELUVIISI JA TERVISEKÄITUMISEGA

Identiteedi kujunemist laiemalt selgitab Erik Erikson (1956) identiteediteooria, mille kohaselt ei ole identiteet püsiv ega muutumatu, vaid kujuneb ja areneb kogu elu jooksul sotsiaalsete suhete ja kogemuste kaudu. Identiteedi areng toimub sageli kriiside ja rollimuutuste kaudu, mis sunnivad indiviidi oma väärtusi, eesmärgi ja enesemõistmist ümber hindama. (Jõgi ja Krabi, 2011: 20). Selline käsitlus loob aluse ka professionaalse identiteedi mõistmiseks, kus erialavalik ja töörolli omandamine võivad toimida oluliste arenguliste murdepunktidenä.

Õe professionaalne identiteet kujuneb järk-järgult erinevate kogemuste ja mõjurite kaudu ning õendusharidus mängib selles protsessis olulist rolli. Kutseidentiteedi areng on elukestev protsess, mis algab sageli juba enne õppekavale astumist ning on seotud inimese varasemate oskuste, isikuomaduste, käitumise, kultuuri ja erialaste väärtustega. Uuringutes on leitud, et õed tajuvad professionaalset identiteeti kas sisemise endast lähtuva konseptsioonina või välise, tööga seotud nähtusena, mis on seotud rolliga, mida nad õena täidavad. Rõhutatakse, et tugev professionaalne identiteet peaks kujunema eeskätt sisemise motiveerituse alusel, mitte üksnes välise tunnustuse kaudu. (Rasmussen jt, 2021).

Tervishoiuvaldkonnas, eriti õenduses, on professionaalsed väärtused seotud üksikisikute kui ameti liikmete uskumustega millegi sobivuse ja soovitatavuse kohta. Lisaks on väärtused õdede motiveerimise ja premeerimise seisukohalt olulised tegurid. Professionaalsed väärtused viivad sageli isiklike väärtuste kujunemiseni. Teisisõnu, uuringud on näidanud olulist seost isiklike ja professionaalsete väärtuste vahel. Seetõttu peaksid õed olema teadlikud oma uskumustest, väärtustest, kultuurilistest erinevustest ja eelarvamustest, et vältida ebaefektiivset suhtlemist stressirohketes olukordades. Professionaalsete väärtuste edendamine toimub järk-järgult. See algab siis, kui üliõpilane astub ülikooli, alustab õendusõpet ja jätkab õenduspraktikaga. (Poorchangizi jt, 2019: 1).

Õeks õppivad üliõpilased alustavad oma professionaalset teekonda sageli isiklike motiveerivate väärtustega, mida väljendatakse soovina aidata, olla tähenduslik ning teha midagi nende heaks, kes on haiged või muul viisil raskustes. Õenduseriala valik on enamasti kantud kaastundest ning soovist neid väärtusi igapäevases praktikas teostada. Neid omadusi peetakse õenduse keskseteks väärtusteks ning nende puudulik teostamine võib suurendada valmisolekut kaaluda erialalt lahkumist. (Van der Cingel ja Brouwer, 2021: 4).

Õendusüliõpilaste heaolu mõjutavad mitmetasandilised tegurid, millest olulisel kohal on sotsiaalne keskkond ja sotsiaalne tervis. Sotsiaalne tervis väljendub indiviidi võimes luua ja hoida rahuldustpakkuvaid inimestevahelisi suhteid ning kogeda kuuluvust ja toetust erinevates sotsiaalsetes kontekstides. Kuigi Tam jt (2020) rõhutavad sotsiaalsete suhete ja toe olulisust elukvaliteedi osana, käsitleb Keyes (1988) sotsiaalset tervist laiemalt, tuues esile viis omavahel seotud mõõdet: sotsiaalne integratsioon, aktsepteerimine, panustamine, aktualiseerumine ja sidusus. Need mõõtmed kirjeldavad nii kuuluvustunnet ja aktsepteeritust rühmas kui ka indiviidi tajutud rolli, tulevikuväljavaateid ja hinnangut sotsiaalse keskkonna toimimisele. (Tam jt, 2020: 2–3).

Õendusüliõpilaste kontekstis kujuneb sotsiaalne tervis eelkõige õppe- ja praktikakeskkonnas, kus suhted kaasüliõpilaste, juhendajate ja teiste tervishoiutöötajatega võivad kas toetada või pärssida heaolu. Ebapiisav sotsiaalne toetus, pingelised suhted või vähene kuuluvustunne võivad negatiivselt mõjutada üliõpilaste heaolu ning suurendada stressi ja erialalt lahkumise riski, samas kui toetav ja kaasav sotsiaalne keskkond aitab kaasa heaolu säilimisele ja professionaalse identiteedi kujunemisele. Olulist rolli mängib ka sotsiaalne kontekst. Toetavad suhted ja sotsiaalne toetus aitavad õdedel toime tulla emotsionaalse koormuse ja tööalase stressiga, samas kui töökohakiusamine ja -vägivald võivad oluliselt kahjustada vaimset heaolu ning mõjutada töörahulolu ja ametis püsimist. Töökeskkonna kvaliteet ja suhted kolleegidega kujundavad oluliselt õdede kogemust oma tööst ja iseendast professionaalina. (Yang jt, 2024).

Tervislik eluviis ja tervisekäitumine on õe ametialases rollis keskse tähtsusega, kuna terviseedendus ei piirdu üksnes haiguste raviga, vaid hõlmab indiviidi võimet ja vastutust oma tervise eest hoolitseda. Terviseedendus on rahvusvaheliselt tunnustatud kui oluline strateegia tervise säilitamiseks ning see tähendab inimeste võimestamist suurendama kontrolli oma tervise üle. Õenduses käsitletakse tervist edendavat käitumist olulise professionaalse pädevusena, kuna õed toimivad sageli terviseedenduse praktiseerijate ja eeskujudena, kelle enda tervisekäitumine võib mõjutada ka patsientide hoiakuid ja tervisevalikuid. (Zeng jt, 2021).

Õdede vaimset tervist ei saa käsitleda eraldiseisva nähtusena, vaid see on tihedalt seotud igapäevase toimetuleku, tervisekäitumise ja professionaalse rolliga. Varasemad uuringud näitavad, et vaimse tervise probleemid ja tervisekäitumine on vastastikku seotud: vaimse tervise häired võivad soodustada ebatervislikke harjumusi, samas kui tervislik eluviis toimib

vaimset tervist toetava ja kaitsva tegurina. See vastastikune seos viitab vajadusele käsitleda õdede tervist terviklikult, arvestades nii vaimseid kui ka füüsilisi aspekte. (Yang jt, 2024).

Õed mängivad hariduslikku rolli, aidates patsientidel mõista heade terviseharjumuste järgimise väärtust ja edendades tervisekirjaoskust. Kõik õenduse koolitajad peaksid rõhutama tervisekirjaoskuse oskuste olulisust nii enda kui ka oma patsientide jaoks. (Wilandika jt, 2023: 4). Õed kui tervishoiutöötajad, kellel on patsientidega tihedam suhe, saavad olla nende tervislike vajaduste rahuldamise vahendajateks tervisehariduse või -edendustegevuste kaudu (*Ibid.*, 7).

Sageli eeldatakse, et õendusüliõpilased on üldisest elanikkonnast tervemad, kuna nad omandavad teadmisi tervise ja terviseedenduse kohta. Õppetöö, kliinilised praktikad, eksamid ning erinevate rollide ja kohustuste koosmõju võivad põhjustada märkimisväärset stressi, mis mõjutab nende heaolu negatiivselt. Õendusõpe sisaldab mitmeid stressoreid ning üliõpilaste ajakavad on sageli keerukad ja täidetud konkureerivate nõudmistega, mistõttu tervise ja heaolu seadmine prioriteediks võib osutuda keeruliseks. (Gipson jt, 2024).

Õpilaste elu ülikoolis on üleminekuperiood, mis pakub häid võimalusi tervist edendavate eluviiside kujundamiseks. Enamik uuringuid tervist edendava käitumise kohta on tehtud USA-s ja Euroopa riikides, kus üliõpilased tegelevad tervise edendamise käitumisega vähe, eriti tervislikku toitumisega ja füüsiliste tegevustega. Murettekitav on üliõpilaste istuv eluviis ja valed toiduvalikud ehk ebatervislikud valikud. (Borle jt, 2017: 1771–1772).

Õendusüliõpilaste heaolu kujundamisel on oluline roll kehalisel aktiivsusel, kuna regulaarne liikumine mõjutab positiivselt nii füüsilist tervist kui ka üldist heaolu. Ülikooliõpingute aeg on oluline üleminekuperiood, mille jooksul kujunevad eluviisid ja käitumismustrid võivad püsida kogu elu. Paljudes riikides ei järgi õendusüliõpilased kehalise aktiivsuse soovitusi ning füüsiline passiivsus on nende seas levinud. Kehalise aktiivsuse vähesust mõjutavad mitmed tegurid, sealhulgas ajapuudus, suur õppe- ja töökoormus, motivatsioonipuudus ning keskkonnategurid, mis omakorda avaldavad negatiivset mõju üliõpilaste füüsilisele tervisele. (Cilar jt, 2017).

Kirjeldatud käsitlused õe kutseidentiteedist, tervisekäitumisest ja vaimsest tervisest loovad raamistiku, millesse õendusüliõpilased õpingute algusperioodil sisenema hakkavad. Arusaamad õe professionaalsest rollist, tööga seotud väljakutsetest ning tervisekäitumise tähendusest võivad hakata kujunema juba õpingute alguses ning mõjutada üliõpilaste enesemääratlust ja professionaalse identiteedi arengut.

2. ÕENDUSÜLIÕPILASTE ÕPPIMINE KÕRGKOOLIS

Õendusharidus hõlmab nii teoreetilist kui ka praktilist õpet. Õppetöös kasutatakse erinevaid meetodeid, sealhulgas loenguid, arutelusid, seminare, õenduslaste probleemide käsitlemist, õpetlike videote kasutamist, veebipõhist õpet, simulatsioone ning multimeediat. Tervishoiuvaldkonna õppejõud on üha enam teadvustanud traditsiooniliste õppemeetodite piiranguid, mistõttu rakendatakse õendusõppes mitmekesiseid õppemeetodeid, et toetada üliõpilaste kriitilise mõtlemise arengut ja suurendada nende autonoomset õppimisvõimet. (Milvek ja Pihu, 2024: 22).

Tervisehariduse ja ennetustegevuste praktiline rakendamine arendab õendusüliõpilaste suhtlemisoskust ning toetab käitumuslike muutuste soodustamist, mis on oluline ravisoostumuse ja tervisekäitumise parandamise seisukohalt. Kuigi õendusüliõpilastel on olemas teoreetilised teadmised, osutub nende rakendamine praktikas sageli keeruliseks, mis rõhutab praktilise õppe olulisust. Selles protsessis on oluline roll nii õppejõududel kui ka info- ja kommunikatsioonitehnoloogiate teadlikul kasutamisel. (Ferreira jt, 2022).

Õppejõu asjakohased teadmised, kliiniline pädevus ja loovad õpetamismeetodid suurendavad üliõpilaste usaldust ning toetavad teooria ja praktika sidumist. Lisaks on õppejõu isikuomadused ja professionaalsus olulised kvaliteetse õpikeskkonna kujunemisel. (van Dyk jt, 2022: 9).

Uuringus, kus toetuti Community of Inquiry (CoI) raamistikule, käsitleti õppimist erinevates õppevormides, sealhulgas veebipõhises õppes, kontaktõppes ja meeskonnapõhises õppes. Tulemused näitasid, et õppimise tulemuslikkus ei sõltu niivõrd õppevormist, vaid õppimise kvaliteedist, mida toetavad õppijate aktiivne kaasamine, koostöine õppimine ja sisukad arutelud. Uurimiskogukonna raamistikku rakendades leiti, et sotsiaalne, kognitiivne ja õppejõu kohalolu on olulised tegurid, mis toetavad sügavamat arusaamist ning teadmiste rakendamist praktikas. (Miller jt, 2020).

Õppejõu ja õpilase vaheline seotus toetab õpilaste arengut ka ebaõnnestumiste korral, aidates säilitada nende väärtustunnet ja eneseväärikust. Õppejõu-õpilase suhtes võivad esineda väljakutsed, sealhulgas rahulolematuse tunne, mis tuleneb võimusuhtest ja sellega kaasnevast distantst. Õppejõudude positiivne suhtumine toetab õppimist, soodustab tugevuspõhist õpikäsitlust ning kujundab kuuluvustunnet. Õendusharidust iseloomustavad sageli hierarhilised struktuurid ja õppejõudude märkimisväärne otsustusõigus, mistõttu tajutav

võimu tasakaalustamatus võib mõjutada õppimist. Selle avaldumisvormideks võivad olla õpilaste hirm, vaikimine ja kuulekus, mis võivad omakorda mõjutada akadeemilist tulemuslikkust, enesetõhusust ja professionaalse identiteedi kujunemist. (Poku jt, 2025: 1-3).

Õppejõududel on oluline roll õppeprotsessi suunamisel, tagades sobivate hindamismeetodite kasutamise, õpitulemuste saavutamise ning üliõpilaste refleksiooni – ja enesehindamisoskuste arendamise. Samuti annavad nad õigeaegset ja konstruktiivset tagasisidet. Tõhus tagasiside peab olema õigeaegne, individuaalne ja selgelt suunatud üliõpilase arengule. Hindamine peab olema läbimõeldud ja suunama õppimist. Samuti on oluline, et üliõpilasi koheldakse võrdselt ning nende arvamust arvestatakse, mis toetab nende enesekindlust ja õppimist. Selge hindamine ja konstruktiivne tagasiside aitavad üliõpilastel paremini mõista oma tugevusi ja arenguvajadusi ning toetavad nende professionaalse pädevuse kujunemist. (Immonen jt, 2019).

Õppeaine „Täiskasvanu tervisekäitumine“ loob õendusüliõpilastele võimaluse siduda tervisekäitumise teoreetilised alused praktiliste kogemustega ning toetada arusaama terviseedendusest kui õe professionaalse rolli lahutamatu osast. (Õde 1467, 2023). Õppeaine eesmärk on anda teadmised tervisliku eluviisi alustest, naise ja mehe tervisest, eaka tervisest ning eaga kaasnevatest muutustest. (Aineprogramm 2025/2026).

Praktika on õendushariduse oluline osa, mis võimaldab üliõpilastel rakendada teoreetilisi teadmisi praktilises keskkonnas ning arendada erialaseid pädevusi. Õppimist toetavad üliõpilaskesksed õppemeetodid, nagu eakaaslasteõpe ja probleemõpe, mis soodustavad aktiivset osalemist, koostööd ning teooria ja praktika lõimimist. Selliste meetodite rakendamine on seotud paremate õpitulemustega ning professionaalse hoiaku kujunemisega. (Wu jt, 2023: 237).

Etienne Wenger sotsiaalse õppimise teooria käsitlese kohaselt toetab õenduskogukond õppimist vastastikuse kaasatuse kaudu, võimaldades ühiselt mõtestada ja kujundada erialast praktikat ning kasutada jagatud keelt, meetodeid ja käitumisviise. (Wenger, 1998: 165). Selline osalus toetab üliõpilaste kuulumist erialasesse kogukonda ning professionaalse identiteedi kujunemist.

Õendusüliõpilaste õppimine ja professionaalse identiteedi kujunemine on mitmetahuline protsess, mida mõjutavad individuaalsed väärtused, heaolu ja tervisekäitumine, sotsiaalne keskkond ning kogemused praktikas. Õpingute algusperioodil omandatud kogemused ja

tähendused võivad kujundada üliõpilaste arusaama õe rollist, kuuluvustunnet erialasesse kogukonda ning valmisolekut tulevaseks professionaalseks tegevuseks. (*Ibid.*, 5).

Vaenulik või mittetoetav õpikeskkond võib mõjutada negatiivselt õendusüliõpilaste vaimset heaolu ja toimetulekut ning kujundada ebasoodsaid emotsionaalseid ja professionaalseid reaktsioone. Sellised kogemused võivad kanduda edasi tööellu, mõjutades tulevaste õdede heaolu, töövõimet ja patsientide hoolduse kvaliteeti. (Birks jt, 2022: 6). Seetõttu on oluline mõista, kuidas õpikeskkonna sotsiaalsed ja emotsionaalsed aspektid mõjutavad õendusüliõpilaste õppimist, tervisekäitumist ja kutseidentiteedi kujunemist.

Käesolevas uurimuses kasutatakse õendusüliõpilaste kogemuste mõtestamisel professionaalse identiteedi, tervisekäitumise ja sotsiaalse õppimise teoreetilisi käsitlusi. Õendusüliõpilaste intervjuudes uuritakse, kuidas õppimise algusperioodil kogetud sotsiaalsed suhted, praktilised kogemused, heaolu ja tervisekäitumisega seotud tähendused seostuvad kujuneva kutseidentiteediga ning kuulumistundega õenduskogukonda.

3. METOODIKA

Käesolev lõputöö on kvalitatiivne uurimus, mille eesmärk oli mõista õendusüliõpilaste subjektiivseid kogemusi ja ootusi enne õppeaine läbimist ning kirjeldada, millist rolli nähakse tervislikul eluviisil õe kutseidentiteedi kujunemisel juba õpingute varases etapis.

Kvalitatiivsel lähenemisviisil on suur tähtsus just uurides inimeste kogemusi, kus on oluline keeruliste nähtuste mõistmine ning unikaalse võime omamine tabada indiviidide nüansirikkaid kogemusi. Antud uurimismeetod on asjakohane olukordades, kus on vaja teavet teadmiste või oskuste kohta ja uurimisressursid on piiratud. (Hall ja Liebenberg, 2024: 3).

3.1 Valim

Valimi moodustamisel lähtuti sihipärase valimi põhimõtetest, kuna see tagas parema vastavuse uuringu eesmärgile ning suurendas andmete ja tulemuste usaldusväärsust. (Campbell jt, 2020).

Sihipärane valim moodustati järgmiste kriteeriumide alusel: 1) üliõpilased, kes õppisid TTK õenduse õppekaval esimesel õppeaastal; 2) üliõpilased, kes ei olnud veel läbinud õppeainet „Täiskasvanu tervisekäitumine“; 3) üliõpilased, kes olid nõus uuringus vabatahtlikult osalema. Käesoleva lõputöö valimi moodustasid seitse õendusüliõpilast.

3.2 Andmete kogumine

Autorid valisid kvalitatiivse uurimismeetodi, kuna uurimisinstrumendina kasutati poolstruktureeritud intervjuud. Intervjuu kava koostamisel tugineti E.Wengeri (1998, 2009) sotsiaalse õppimise mudelile ning van den Akkeri (2003) õppekava planeerimise raamistikule (vt lisa 1). Intervjuu kava sisaldas nelja teemaplokki: intervjuueeritava üldine taust/profiil; õeks õppiva üliõpilase kutseidentiteedi kujunemine õendusõpingute algusperioodil; õendusüliõpilaste ootused õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“ enne selle toimumist; intervjuu kokkuvõttev osa.

Kahe õpperühma (rakendusuuringu juhi poolt uuritavad rühmad) õendusüliõpilastele (88) saadeti uuringu kutse (vt lisa 2) uuringus osalemise kohta läbi õppeinfosüsteemi Tahvel 05.01.2026. Sellega kutsuti õendusüliõpilasi andma intervjuud, selgitati uurimistöö eesmärki ja osalejate õigusi. Intervjuus osalemine oli vabatahtlik. Uuringu kutsele vastas seitse

õendusüliõpilast. Seejärel võtsid uurijad e-kirja teel ühendust uuritavatega ning leppisid kokku intervjuu toimumise aja. Enne intervjuude läbiviimist saadeti e-kirja teel osalejatele „Uuritava informeerimise ja teadliku nõusoleku vorm“, mis allkirjastati osaleja ja intervjuu läbiviija poolt digitaalselt (vt lisa 3).

Uuringu kutsele esimesena vastanud üliõpilasega viidi läbi pilootintervjuu jaanuar 2026 TTKs, mille järel korregeeriti intervjuukavas olevaid küsimusi nende paremaks arusaadavuseks.

Andmeid koguti jaanuar - veebruar 2026, kus viidi läbi intervjuud TTK õe õppekava esimese kursuse üliõpilastega. Kõikide intervjuude läbiviimiseks kasutati Zoomi veebikeskkonda. Enne intervjuud tutvustati veelkord uurimistöö eesmärki ning osalejate õigusi.

Andmete kogumisel ei kasutatud uuritavate nimesid, vaid uuritavate poolt esitatud mõttetervikud on kodeeritud ja intervjuud on respondentide vastamise järgselt nummerdatud järjekorras ning tähistatud tähega „Õ“ ehk õendusüliõpilane. Sellest lähtuvalt loodi koodid Õ1, Õ2 jne. Intervjuude keskmine kestvus oli 35 minutit. Kõige lühem intervjuu kestis 21 minutit ja kõige pikem 60 minutit.

3.3 Andmete analüüsimeetod

Andmete analüüsimise protsessiga alustasid uurijad kohe peale esimese intervjuu läbiviimist. Kvalitatiivne analüüs hõlmab andmete süstematiseerimist ja tõlgendamist andmekogumi sisu süstemaatilise ja objektiivse analüüsi põhjal. Lõputöös kasutati induktiivset sisuanalüüsi, mis sobib hästi praktilise suunilusega uuringuteks, mida sageli teevad tervishoiutöötajad, kes näiteks alustavad esimest korda kvalitatiivse uurimistööga. (Vears ja Gillam, 2022: 125). Töös uuriti läbi intervjuude tudengite arusaamisi, kogemusi, ootusi ja vajadusi. Süstematiseerisime Lagerspetzi (2017: 200–213) järgi uuritava teksti sisu ja selle loomisel kasutatud arutlusviisid tegime nähtavaks ja nõ tihendasime ning tulemused sidusime uurimisprobleemi seisukohast tähtsate mõistetega.

Kvalitatiivsete andmete hindamisel on tavaliselt esimene etapp salvestatud andmete transkribeerimine. Käesolevas uurimistöös autorid transkribeerisid oma tehtud intervjuusid igaüks iseseisvalt. Tekstide transkribeerimiseks kasutati rakendust Tekstiks.ee. (Olev ja Alumäe, 2024). Salvestusi kuulati korduvalt. Esimesel korral puhastati tekst lisa- või

parasiitsõnadest ning kontrolliti transkribeeritud teksti uuesti. Kuulati korduvalt, et tuvastada vastajate emotsioone ja käitumismustreid, mille järel autorid puhastasid transkribeeritud tekstid ning kõik saadud mõttetervikud märgistati tähe ja numbrilise koodiga, et tagada uuritavate anonüümsus. Kõigepealt loeti kogu intervjuu teksti, seejärel loodi kategooriate koodid, mis väljendasid kõige tähtsamaid mõtteid või kontseptsioone. Seejärel ühendati koodid ala- ja peakategooriateks. (Dalla Valle ja De Lima Ferreira, 2025: 10-11). Transkribeeritud intervjuu tekstid koguti kokku ning kodeeriti koos, et vältida liiga rohket algset koodide arvu. Kui esimene kodeerimisvoor oli lõpetatud, töötasid uurijad oma tekstide või transkriptidega, võrreldes ja kohandasid koode töö käigus, mille tulemusena kujunes terviklik transkriptide või tekstide kogum, kus enamik tekstist, kuid mitte tingimata iga sõna, oli märgistatud üldiste koodidega. (Vears ja Gillam, 2022: 120). Kodeerimise käigus moodustus kaks peakategooriat - õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine ja õendusüliõpilaste ootused õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“. Kategooriate kujunemise protsess on välja toodud tabelis 1.

Tabel 1. Kategooriate moodustamise protsess

Mõttetervik	Substantiivne kood	Alamkategooria	Ülakategooria	Peakategooria
“... tahan olla õde, kes oskab oma tööd väga hästi ... ja et ma saaks olla eeskujuks ka teistele õdedele.” (Õ1)	Professionaalne ja eeskujulik õde	Õe ideaalkuvand	Õeks kujunemine	Õendus- üliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine
“... õpin ma kuidas inimestega suhelda, kuidas protseduure läbi viia ... ja kuidas ma saaks patsientidele head teha ...” (Õ1)	Õendusosalased oskused ja suhtlemine	Professionaalsete oskuste omandamine	Õppimine	
“... tulevikus saan ka mina rohkem oma lähedaste heaks teha. Saan neid aidata ...” (Õ1)	Lähedaste aitamine	Õe roll igapäevaelus	Kogemused	
“... rühmakaaslastega, kellel kõigil on sarnane siht ees ...” (Õ1)	Sarnaste eesmärkidega rühmakaaslased	Motiveeritud õpikeskkond	Kuulumine	

3.4 Eetika

Käesolev uuring on osa TTK rakendusuuringu „Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujundamine terviseteadliku elustiili kontekstis“ (07.05.2025 nr 2-1/25/101) ja on saanud kooskõlastuse Tervise Arengu Instituudi inimuuringute eetikakomiteelt (TAIEK) (otsus nr 1501 30.09.2025).

Kvalitatiivne uuring on oma olemuselt tõlgendatav ja avab seega võimalusi subjektiivseteks mõjutusteks. Teadlase enda uskumused ja väärtused võivad tahtmatult mõjutada inimekäitumise tõlgendamist. (Lim, 2024: 204). Autorid kinnitavad, et tulemused kajastavad uuringus osalejate vaatenurki.

Autorid säilitasid osa originaalandmetest (nt intervjuude transkriptsioonid) arvutis lukustatud kaustades anonümiseeritud kujul, et võrrelda neid analüüsis tehtud lõplike tõlgenduste või järeldustega. Limi kohaselt referentsiaalse adekvaatsuse praktika tagab, et teadlase tõlgendused ja temaatilised analüüsid on representatiivsed ja vastavad osalejate jutustustele ja kogemustele. Läbi selle saab tõendada, et tõlgendused on usaldusväärsed ja konkreetsete tõenditega põhjendatud. (Lim, 2024: 222). Uurimistöö tulemused avalikustatakse üldistatuna ning tagatakse uuritavate anonüümsus. Peale uuringu lõppu kustutatakse intervjuude lindistused ning intervjuude täistekste ei avaldata. (Juurik, 2022: 22-28). Autorid said digitaalselt allkirjastatud uuritavate nõusoleku vormid enne intervjuu läbiviimist, mis ei riku konfidentsiaalsuse reeglit, kuna andmed on jäänud anonüümseks. Üliõpilastel oli võimalus ka iga hetk intervjuult lahkuda, kui miskit ei meeldinud.

Autorid on koostanud uurimistöö vastavuses Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli üliõpilastööde koostamise ja vormistamise juhendiga ning on järginud eetikareegleid. Uurimistöö autorite mõtted ning teiste tööde autorite seisukohad on selgelt töös eristatavad, korrektselt viidatud ning välja toodud kasutatud kirjanduses. Autorid on kasutanud OpenAI ChatGPT abi teksti tõlkimiseks.

4. TULEMUSED

Moodustus kaks peakategooriat - õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine ja õendusüliõpilaste ootused õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“.

4.1 Õendusüliõpilaste arvamused õe kutseidentiteedi kujunemisest

Peakategooria „Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine“ moodustus 3 ülakategooriast ja 18 alakategooriast, mis käsitleb identiteeti, kogukonda ja õppimist. Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kategooriate moodustamise protsessi selgitab tabel 2.

Tabel 2. Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine

Alakategooria	Ülakategooria	Peakategooria
Õe ideaalkuvand Professionaalse mõtteviisi kujunemine Õe isikuomadused Professionaalne pädevus Õetöö iseloom Professionaalsed väärtused Tervise väärtustamine	Õeks kujunemine (identiteet)	Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine
Kuuluvustunne üliõpilaste hulka Õenduskogukonna liikmeks olemine Kaasüliõpilased Sotsiaalne kohanemine Vormiriietus tekitab õe rolli tunnet	Kuulumine õendusüliõpilaste kogukonda	
Professionaalsete oskuste omandamine Õpikogemused õpingute ajal Õppimise toetavad meetodid Teooria ja praktika seos Karjäär ja muutuste loomine Patsientide ja enda turvalisus	Õppimine kui tegemine ja kogemine	

4.1.1. Õeks kujunemine

Ülakategooria “Õeks kujunemine” moodustamise protsessi selgitab tabel 3. (vt lisa 4). Selles alakategoorias toodi välja õe professionaalsust ja eeskujulikust, eetikat ja tööreegleid, soovi

olla mõistev, toetav ja edukas õde, teadlikkust õe rollist ning perspektiive. Läbi tervise väärtustamise joonistus välja ka tugev seos tervisekäitumisega.

Õe ideaalkuvand kujunes viiest substantiivsest koodist. Põhiliselt oli soov olla professionaalne, eeskujulik ja edukas õde, kes järgib eeskju.

“... tahan olla õde, kes oskab oma tööd väga hästi ... ja et ma saaks olla eeskujuks ka teistele õdedele.” (Õ1)

“... niisugune patsienti toetav õde ...” (Õ3)

“... tahaks ka edukas õde olla.” (Õ4)

Professionaalse mõtteviisi kujunemine moodustus kaheksast substantiivsest koodist. Suurem osa keskendus õe rollile ning ülejäänud õeks saamisele, perspektiivile, professionaalse identiteedi kujunemisele ajas.

“... nüüd ma saan aru, et ma olen õde, ehk siis minu poole vaadatakse ja minu käest tahetakse nõu.” (Õ5)

“... meile on räägitud esimesest päevast peale, kes on õde.” (Õ6)

“... autoriteet tekib professionaalsest eeskujust.” (Õ6)

Õe isikuomadused kujunesid kaheksast substantiivsest koodist. Peamiselt keskenduti patsientidest hoolimisele ja nende toetamisele, mõistmisele ning suhtlemisoskusele, empaatiale, iseloomule. Toodi välja ka erinev ootuste ja kogemuste taju.

“Empaatiline kindlasti.” (Õ2)

“... haiglas ma lähen hoolima ja teenima.” (Õ5)

“... me oleme kõik erinevad.” (Õ7)

“... me oleme terviseteemadel nagu öö ja päev.” (Õ6)

Professionaalne pädevus kujunes kümnest substantiivsest koodist. Peamiselt toodi välja professionaalsed oskused ning läbipõlemise vältimise teadlikkust ja patsientide kogemuste eristamist enda emotsioonidest.

“... ma pean teadvustama, mis mu pädevus täna on.” (Õ5)

“... peaks õppima ära, et on olemas eraelu ja töö.” (Õ7)

“... et mitte läbi põleda ... enda tervis on ka oluline.” (Õ4)

Õetöö iseloom kujunes seitsmest substantiivsest koodist. Siin toodi välja töö mitmekesisust, stressirohkust, tööpäeva ettearvatust, õetöö olemust ja piiratud ressursse.

“... sa ei tea kunagi võib-olla ette täpselt, mis mingil päeval toimuma hakkab.” (Õ2)

“... kuulen, et läbipõlemine ... stressirikas ja pikad päevad.” (Õ4)

“... me ei suudagi anda lõputult.” (Õ7)

Professionaalsed väärtused kujunesid kuuest substantiivsest koodist. Selles alakategorias toodi välja eetikat, usaldusväarsuse ja käeliste oskuste tähtsust ning tööreegleid.

“... heade oskustega selles mõttes, et ma teaks, mida ma teen.” (Õ2)

“... õde peab järgima eetikanorme igal pool.” (Õ6)

“... suur teadmistepagas on vajalik.” (Õ6)

Tervise väärtustamine kujunes kaheksast substantiivsest koodist. Selles alakategorias toodi välja suurt tähelepanu enda tervisele, lähedaste eeskujule, soovi saada rohkem teadmisi tervisekäitumisest ja väikeste muutuste tähtsust tervises.

“... õde ise teaks, kuidas õigesti ... oma tervisega käituda ...” (Õ3)

“... olen viimasel ajal oma tervisele rohkem tähelepanu pööranud.” (Õ4)

“... ema on mulle eeskujuks.” (Õ5)

4.1.2. Kuulumine õendusüliõpilaste kogukonda

Ülakategooria “Kuulumine õendusüliõpilaste kogukonda” moodustus viiest alakategooriast. Selles teemas toodi välja sarnaseid eesmärke, ühist tegevust, lähedaste toetust, kuulumise tunnetust, kaasüliõpilaste ja kooli mõju, vanust ja kogemuste jagamist ning vormiriietuse mõju. Kuulumine õendusüliõpilaste kogukonda kategooriate moodustamise protsessi selgitab tabel 4.

Tabel 4. Kuulumist õendusüliõpilaste kogukonda kirjeldavad substantiivsed koodid ja neist kujunenud alakategooriad

Substantiivne kood	Alakategooria	Ülakategooria
Sarnased eesmärgid Lähedaste toetus	Kuuluvustunne üliõpilaste hulka	Kuulumine õendusüliõpilaste kogukonda
kuulumise tunnetus	Õenduskogukonna liikmeks olemine	
Mõju Suhtlemine kooliväliselt Vanus	Kaasüliõpilased	
Kogemuste jagamine Ühine tegevus Kooli mõju	Sotsiaalne kohanemine	
Riietus kujundab	Vormiriietus tekitab õe rolli tunnet	

Kuuluvustunne üliõpilaste hulka kujunes kahest substantiivsest koodist. Kirjeldati sarnaseid eesmärke ja lähedaste toetust.

“... andnud mulle juurde enesekindlust, et on niiõelda sarnaseid inimesi veel olemas ... et me saame koos õppida sama eesmärgi poole pürgides.” (Õ1)

“No eks nad uhked ole kindlasti, et ma sisse sain kooli.” (Õ2)

“Üliõpilaste liige, õeks vara veel jah.” (Õ7)

Õenduskogukonna liikmeks olemine kujunes ühest substantiivsest koodist kus kirjeldati kuulumise tunnetust.

“Jah, tunnen küll.” (Õ1)

“Hetkel veel mitte, ma arvan.” (Õ3)

“... ma arvan küll, et olen juba õenduskogukonna liige.” (Õ6)

Kaasüliõpilased kujunes kolmest substantiivsest koodist. Kirjeldati mõju, vanust ja koolivälist suhtlemist.

“Me kõik oleme üksteisele toeks.” (Õ1)

“... kaasüliõpilased ... annavad motivatsiooni juurde.” (Õ3)

“... peamiselt ikka koolis jah, et kursakaaslastega ja suhtlen ka nendega väljaspool kooli.” (Õ4)

Sotsiaalne kohanemine kujunes kolmest substantiivsest koodist. Kirjeldati kooli mõju, kogemuste jagamist ja ühist tegevust.

“... õppejõud on oelnud ... kuidas nemad kunagi õppisid õdedeks ... ning millele meie peaks fookust panema.” (Õ1)

“... väiksed grupid tekkinud selle grupi sees.” (Õ7)

“... Zoom’is ... õppekava ei toeta üliõpilaste kogukonna loomist.” (Õ7)

Vormiriietus tekitab õe rolli tunnet kujunes ühest substantiivsest koodist, mis kirjeldab kuidas riietus kujundab.

“Kui sa paned endale vormi selga ... siis see juba viib sind teise rolli.” (Õ7)

“... see riietus ... annab niisugust energiat juba, et ma olengi õde.” (Õ4)

“... haiglariietes saan päriselt hoolida.” (Õ5)

4.1.3. Õppimine kui tegemine ja kogemine

Ülakategooria “Õppimine kui tegemine ja kogemine” moodustus kuuest alakategooriast, millest annab ülevaate tabel 5 (vt lisa 5).

Professionaalsete oskuste omandamine kujunes neljast substantiivsest koodist. Toodi välja õendusosalaseid oskusi ja suhtlemist, tegutsemise järjekorra olulisust, selgitamise oskust ja praktilist kogemust.

“... õpin ma kuidas inimestega suhelda, kuidas protseduure läbi viia ... ja kuidas ma saaks patsientidele head teha ...” (Õ1)

“... mul puudub täna arusaamine, kui palju eetiline oleks.” (Õ6)

“... sa pead ikkagi teadma, mida ja mis järjekorras sa teed ...” (Õ2)

Õpikogemused õpingute ajal kujunesid 11 substantiivsest koodist. Toodi välja huvi uute teemade õppimise vastu, õppimise järjekindlust, õppimise raskusi, suurt õppematerjali mahtu, olulise info eristamise raskust, infosulgu ja segadust, elukogemuse väärtust, õppejõudude mõju, õppimiseks sobivamat aega, õpitulemusi ning negatiivseid emotsioone.

“Alguses oli see, et kohe tuli hästi palju materjali.” (Õ1)

“... suurim väljakutse on õppimise ühildamine töö ja perega.” (Õ6)

“... kõik vaba aeg kulub pigem kooli peale.” (Õ3)

Õppimise toetavad meetodid kujunes 12 substantiivsest koodist. Toodi välja grupidööd õe vaatepunktist, simulatsioonõpet, aktiivõppemeetodeid, visuaalset õppimist, auditiivset õppimist, iseseisvat õppematerjalide loomist, individuaalset õppimist, koos õppimist, õpetamist kui õppimisviisi, kontaktunde, interaktiivset õppimist ja digitaalset koostööd.

“... kõik need grupidööd, mis me koos oleme teinud ... koos lahendame ja mõtleme õe vaatepunktist ... kuidas probleemile vastu hakata ...” (Õ1)

“... läksime kursusekaaslasega enne eksamit kohvikusse ja rääkisime kõik situatsioonid läbi.” (Õ4)

“Praktika. Läbi praktiliste toimingute jääb rohkem meelde.” (Õ7)

Teooria ja praktika seos kujunes neljast substantiivsest koodist. Toodi välja teooria tähtsust enne praktikat, et teooriast üksi ei piisa, teooria vastavust praktikale ja ergonoomika oskusi.

“... kindlasti tuleks teooria enne selgeks teha, kui niiöelda päris asjaga tööle hakata.” (Õ1)

“... ikkagi praktikumid panevad natuke loksutama mõtteid ...” (Õ7)

“... me teeme selle läbi ka neid ergonoomika osas ... kui sa pead kedagi tõstma või nihutama ...” (Õ2)

Karjäär ja muutuste loomine kujunes kolmest substantiivsest koodist. Toodi välja töö tulemuse nägemist, karjäärivõimalusi, tunnustuse olulisust.

“... sa näed, et su tööst on midagi kasu.” (Õ2)

“... saada natuke ka tuntud selle eest, mida ma olen oma karjääris teinud.” (Õ4)

“... tahaksin töötada NATO baasis.” (Õ6)

“... sooviks nagu tähendusrikast tööd teha ...” (Õ7)

Patsientide ja enda turvalisus kujunes kolmest substantiivsest koodist. Toodi välja ohutust protseduuride tegemisel, mõtlemist enne tegutsemist ja käelisi oskusi.

“Kindlasti turvalisus, kuidas ma saan need läbi viia, nii et ma endale liiga ei tee ja patsiendile ka.” (Õ1)

“... igasugune käeline tegevus peab olema selge.” (Õ5)

“... patsiendi olukorra parandamine ja ütleme selle juures iseenda säästmine ...” (Õ7)

4.2. Ootused õppeainele Täiskasvanu Tervisekäitumine

Peakategooria “Ootused õppeainele Täiskasvanu Tervisekäitumine” moodustus kuuest alakategooriast (vaata tabel 6).

Tabel 6. Ootusi õppeainele Täiskasvanu Tervisekäitumine kirjeldavad substantiivsed koodid ja neist kujunenud alakategoriad

Substantiivne kood	Alakategooria	Peakategooria
Isiklik terviseteadlikkus	Eneseareng	Ootused õppeainele Täiskasvanu Tervisekäitumine
Teadmised Õppematerjalid Õppeainega tutvumine	Õppesisu eelistused	
Teadmiste praktiline rakendamine	Praktilise seose loomine	
Ülesanded Õppekeskkond Õppejõu roll Meetodid	Õppetegevused	
Hindamine	Tagasiside	
Oma käitumine	Tervisekäitumine	

Eneseareng kujunes ühest isikliku terviseteadlikkuse substantiivsest koodist.

“... kindlasti ka enda harimine.” (Õ1)

“... loodan, et see aine aitab kaasa mõelda paremale tervisekäitumisele.” (Õ2)

“... mul oleks teadmised...kuidas oleks õige tervisekäitumine ...” (Õ3)

Õppesisu eelistused kujunesid kolmest substantiivsest koodist. Toodi välja teadmised, õppematerjalid ja õppeainega tutvumise.

“... väga hästi kontsentreeritud loengumaterjal.” (Õ6)

“... et talle head tervislikku käitumist niimoodi serveerida, et ta seda teha ka tahaks ...” (Õ2)

“... kuidas inimene saaks ise endale kaasa aidata, et tervelt elada ...” (Õ3)

Praktilise seose loomine kujunes ühest substantiivsest koodist. Toodi välja teadmiste praktiline rakendamine.

“... kuidas neid saab ka päriselt kohe kasutama hakata.” (Õ1)

“... et saaksin seda teadmist kasutada patsientide ja lähedaste jaoks.” (Õ5)

“... et sa ise tahaksid hakata enda peal katsetama ...” (Õ7)

Õppetegevused kujunesid neljast substantiivsest koodist. Toodi välja ülesanded, õppekeskkond, õppejõu roll ja meetodid.

“... lugemine, kuulamine, vaatamine, läbi kirjutamine, praktilised ülesanded ...” (Õ7)

“... keskkond võiks olla eluline.” (Õ5)

“... õppejõud võiks kuhugile üldse viia ...” (Õ7) “... kuhugile põnevasse kohta ... mis oleks selle ainega seotud ...” (Õ7)

Tagasiside kujunes ühest hindamise substantiivsest koodist.

“Aus ja konstruktiivne.” (Õ6)

“... et siis saaks aru ka, mis sa pead tegema.” (Õ3) “... inimesed ei saa aru, mida nad peavad näiteks parandama.” (Õ3)

“... oleks ütelnud, et teate, tubli töö ...” (Õ7)

Tervisekäitumine kujunes ühest substantiivsest koodist mida seostati oma käitumisega.

“... ma teorias ju tean, kuidas peaks tervislikult ...” (Õ2) “... kas ma seda alati järgin ...” (Õ2)

“... ma olen palju panustanud tervislikku eluviisi.” (Õ6)

“... mis võib juhtuda, kui ta sellega ei tegele.” (Õ6)

5. ARUTELU

Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine

Käesoleva uurimistöö tulemused näitavad, et õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine on mitmetasandiline ja dünaamiline protsess, mida mõjutavad nii individuaalsed kui ka sotsiaalsed tegurid. Identiteedi kujunemine ei piirdu üksnes teadmiste ja oskuste omandamisega, vaid hõlmab ka väärtuste, hoiakute ning professionaalse enesemääratluse arengut. See protsess toimub järk-järgult ning on tihedalt seotud õppijate kogemuste, refleksiooni ja sotsiaalse keskkonnaga. Käesolevas uuringus eristus kaks kesket dimensiooni: identiteedi kujunemine õeks saamise protsessis ning kuuluvustunde teke õenduskogukonda.

Identiteedi tasandil ilmnes, et õendusüliõpilaste arusaam tulevases rollist kujuneb läbi professionaalse mõtteviisi arengu, mis hõlmab nii õe ideaalkuvandit, isikuomadusi, pädevust kui ka väärtusi. Tulemused viitavad, et õppijad ei omanda üksnes teadmisi ja oskusi, vaid kujundavad paralleelselt ka arusaama sellest, milline on „hea õde“. Sarnaseid järeldusi on toodud ka varasemates uuringutes (Jõgi ja Krabi, 2011), kus rõhutatakse, et kutseidentiteet kujuneb väärtuste, rollitunnetuse ja professionaalsete normide internaliseerimise kaudu.

Rasmussen (2021) järgi õe professionaalne identiteet kujuneb järk-järgult erinevate kogemuste ja mõjurite kaudu ning õendusharidus mängib selles protsessis olulist rolli. Kutseidentiteedi areng on elukestev protsess, mis algab sageli juba enne õppekavale astumist ning on seotud inimese varasemate oskuste, isikuomaduste, käitumise, kultuuri ja erialaste väärtustega. Õed tajuvad professionaalset identiteeti kas sisemise endast lähtuva konseptsioonina või välise, tööga seotud nähtusena, mis on seotud rolliga, mida nad õena täidavad. Samas Rasmussen (2021) rõhutab, et tugev professionaalne identiteet peaks kujunema eeskätt sisemise motiveerituse alusel, mitte üksnes välise tunnustuse kaudu.

Õeks saamise protsessis kujuneb õppijatel arusaam professionaalsest rollist, mis hõlmab nii ideaalkuvandit kui ka isiklikku enesetunnetust. Tulemused viitavad, et õppijad püüavad aktiivselt mõtestada, milline on „hea õde“, ning suunavad oma arengut vastavalt sellele kuvandile. Õe ideaalkuvandis rõhutatakse eelkõige professionaalsust, empaatiat, hoolivust ning patsiendikesksust. Lisaks tehnilisele pädevusele peetakse oluliseks ka suhtlemisoskust ja inimlikkust, mis viitab tervikliku professionaalse identiteedi kujunemisele.

Professionaalse mõtteviisi kujunemine toimub läbi rolli teadvustamise, kogemuse ja refleksiooni. Õppijad liiguvad protsessis, kus nad algselt tajuvad end õppijatena, kuid aja jooksul hakkavad end määratlema tulevaste tervishoiutöötajatena. Seejuures ei teki identiteet koheselt, vaid Rasmussen (2021) järgi kujuneb ajas ning sõltub nii kogemusest kui ka sisemisest valmisolekust. Varasemad kokkupuuted meditsiinivaldkonnaga ning eeskujud mängivad olulist rolli kutsevaliku ja identiteedi kujunemisel.

Identiteedi kujunemist laiemalt selgitab Erik Erikson (1956) identiteediteooria, mille kohaselt ei ole identiteet püsiv ega muutumatu, vaid kujuneb ja areneb kogu elu jooksul sotsiaalsete suhete ja kogemuste kaudu. Identiteedi areng toimub sageli kriiside ja rollimuutuste kaudu, mis sunnivad indiviidi oma väärtusi, eesmärke ja enesemõistmist ümber hindama. Selline käsitlus loob aluse ka professionaalse identiteedi mõistmiseks, kus erialavalik ja töörolli omandamine võivad toimida oluliste arenguliste murdepunktidenä.

Tulemuses ilmnes, et professionaalset pädevust käsitleti mitmetahulise nähtusena, mis hõlmas lisaks tehnilistele oskustele ka otsustusvõimet, refleksiooni, emotsionaalset regulatsiooni ning professionaalsete piiride seadmist. Õppijad teadvustasid vajadust hinnata oma pädevuse piire ning teha teadlikke otsuseid, mis viitas professionaalse vastutuse kujunemisele. Samuti rõhutatasid emotsionaalse tasakaalu hoidmist ning läbipõlemise ennetamist, mis näitas enesehoiu olulisuse teadvustamist.

Professionaalsed väärtused, nagu eetika, usaldusväärsus ja vastutustunne, olid kutseidentiteedi keskmes. Õppijad seostasid õe rolli teadliku ja vastutustundliku tegutsemisega, mis põhines nii teadmistel kui ka väärtustel. Usaldusväärsus nähti patsiendisuhete alusena ning selle hoidmist tajuti professionaalse kohustusena.

Poorchangizi (2019) on välja toonud, et tervishoiuvaldkonnas, eriti õenduses, on professionaalsed väärtused seotud üksikisikute kui ameti liikmete uskumustega millegi sobivuse ja soovitatavuse kohta. Lisaks on väärtused õdede motiveerimise ja premeerimise seisukohalt olulised tegurid. Professionaalsed väärtused viivad sageli isiklike väärtuste kujunemiseni. Meie uuring on näidanud olulist seost isiklike ja professionaalsete väärtuste vahel.

Zeng (2021) väidab, et tervislik eluviis ja tervisekäitumine on õe professionaalses rollis keske tähtsusega, kuna terviseedendus ei piirdu üksnes haiguste raviga, vaid hõlmab indiviidi võimet ja vastutust oma tervise eest hoolitseda. Õenduses käsitletakse tervist edendavat käitumist olulise professionaalse pädevusena, kuna õed toimivad sageli terviseedenduse

praktiseerijate ja eeskujudena, kelle enda tervisekäitumine võib mõjutada ka patsientide hoiakuid ja tervisevalikuid.

Uuringus ilmnes, et tervise väärtustamine oli samuti oluline osa kutseidentiteedi kujunemisest. Õppijad kirjeldasid muutusi oma tervisekäitumises, mis viitasid professionaalse rolli mõjule isiklikele valikutele. Tervisekäitumine muutus praktiliseks ning õppijad tajusid end tervise edendajatena ja eeskujudena, mis sidus isikliku ja professionaalse tasandi.

Käesoleva uuringuga leidsime, et kutseidentiteedi kujunemist toetas olulisel määral ka sotsiaalne keskkond. Kuuluvustunne kaasüliõpilaste hulka ning õenduskogukonda pakkus emotsionaalset ja sotsiaalset tuge ning aitas kaasa enesekindluse kujunemisele. Kaasüliõpilased toimisid olulise toetusvõrgustikuna, võimaldades kogemuste jagamist ja koostöist õppimist. Samuti mõjutas kuuluvustunnet laiem sotsiaalne keskkond, sealhulgas lähedaste toetus.

Selgus, et õenduskogukonna liikmeks kujunemine on järkjärguline protsess, kus õppijad liiguvad üliõpilase rollist professionaalse rolli suunas. Osa õppijaid tajus end juba kogukonna liikmena, samas kui teised seostasid seda suurema kogemuse ja pädevusega. See peegeldas identiteedi kujunemise üleminekuetappi.

Ilmnes, et vormirietus kui sümbol toetas professionaalse rolli tunnetamist, aidates õppijatel end positsioneerida õe rollis. See näitas, et identiteedi kujunemisel on oluline roll ka välistele markeritele, mis mõjutasid enesetaju ja käitumist. Lisaks ilmnes, et vormirietus mõjutas õppijate hoiakuid ja käitumist, luues tunnetuse, et nad tegutsesid õena. See viitas rolli internaliseerimise protsessile, kus välised tunnused aitavad kujundada sisemist identiteeti.

Tam jt (2020) väidavad, et õendusüliõpilaste heaolu mõjutavad mitmetasandilised tegurid, millest olulisel kohal on sotsiaalne keskkond ja sotsiaalne tervis. Sotsiaalne tervis väljendub indiviidi võimes luua ja hoida rahuldustpakkuvaid inimestevahelisi suhteid ning kogeda kuuluvust ja toetust erinevates sotsiaalsetes kontekstides. Kuigi Tam jt (2020) rõhutavad sotsiaalsete suhete ja toe olulisust elukvaliteedi osana, käsitleb Keyes (1988) sotsiaalset tervist laiemalt, tuues esile viis omavahel seotud mõõdet: sotsiaalne integratsioon, aktsepteerimine, panustamine, aktualiseerumine ja sidusus. Need mõõtmekirjeldavad nii kuuluvustunnet ja aktsepteeritust rühmas kui ka indiviidi tajutud rolli, tulevikuväljavaateid ja hinnangut sotsiaalse keskkonna toimimisele.

Seega lähtudes sellest, mis töös ilmnenud on, võib järeldada, et õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemine on terviklik protsess, milles põimuvad teadmised, oskused, väärtused ja kogemused ning mis toimub pidevas arengus läbi õppimise, refleksiooni ja sotsiaalse keskkonna mõju.

Õendusüliõpilaste õppimine kui tegemine ja kogemine

Õppimist käsitleti aktiivse ja kogemusliku protsessina, kus teadmised kujunesid läbi praktilise tegevuse, refleksiooni ja kogemuste. Õppijad väärtustasid teooria ja praktika seost ning reaalse tööeluga seotud kogemusi. Professionaalsete oskuste omandamine hõlmas nii tehnilisi kui ka suhtlemis- ja eetilisi kompetentse, kusjuures praktiline kogemus mängis kesksel rollil.

Wu (2023) väidab, et praktika on õendushariduse oluline osa, mis võimaldab üliõpilastel rakendada teoreetilisi teadmisi praktilises keskkonnas ning arendada erialaseid pädevusi. Õppimist toetavad üliõpilaskesksed õppemeetodid, nagu eakaaslasteõpe ja probleemõpe, mis soodustavad aktiivset osalemist, koostööd ning teooria ja praktika lõimimist. Selliste meetodite rakendamine on seotud paremate õpitulemustega ning professionaalse hoiaku kujunemisega.

Tulemustes toodi välja gruppitööd õe vaatepunktist, simulatsioonõpet, aktiivõppemeetodeid, visuaalset õppimist, auditivset õppimist, iseseisvat õppematerjalide loomist, individuaalset õppimist, koos õppimist, õpetamist kui õppimisviisi, kontaktunde, interaktiivset õppimist ja digitaalset koostööd.

Uurimistöös ilmnas, et õpikogemust iseloomustavad samaaegselt nii motivatsioon kui ka väljakutsed. Õppijad kogesid suurt õppekoormust ja informatsiooni hulka, mis nõudis head eneseregulatsiooni ja ajaplaneerimist. Samas toetas sisemine motivatsioon õppimist ning aitas toime tulla raskustega.

Olulise teemana kerkis esile ka õppimise ühildamine töö ja pereeluga, mis näitas, et õppimine ei toimu isoleeritult, vaid laiemas elukontekstis. See viitas vajadusele tasakaalu leidmiseks erinevate rollide vahel.

Õppejõudude roll tõusis esile kui oluline õppimiskogemust mõjutav tegur. Positiivsed kogemused, nagu selgitamine ja toetav suhtumine, soodustasid õppimist, samas kui negatiivsed kogemused võisid tekitada frustratsiooni ja vähendada motivatsiooni.

Õppimist toetasid mitmekesised meetodid, sealhulgas simulatsioonõpe, grupitöö ja aktiivõppemeetodid. Samuti kasutasid õppijad erinevaid individuaalseid strateegiaid, mis võimaldasid kohandada õppimist vastavalt vajadustele: visuaalne ja auditivne õppimine, materjalide iseseisev koostamine ning läbikirjutamine. Koostööpõhine õppimine ja digitaalne suhtlus toetasid teadmiste jagamist ja arusaamise kujunemist.

Miller (2020) on käsitlenud toitumisalast õppimist erinevates õppevormides, sealhulgas veebipõhises õppes, kontaktõppes ja meeskonnapõhises õppes. Selgus, et toitumisalase õppimise tulemuslikkus ei sõltu niivõrd õppevormist, vaid õppimise kvaliteedist, mida toetavad õppijate aktiivne kaasamine, koostöine õppimine ja sisukad arutelud. Uurimiskogukonna raamistikku rakendades leiti, et sotsiaalne, kognitiivne ja õpetaja kohalolu on olulised tegurid, mis toetavad sügavamalt arusaamist ning teadmiste rakendamist praktikas.

Uurimistöös ilmnes, et teooria ja praktika seos on õppimise keskne komponent. Teoreetilised teadmised loovad aluse, kuid nende väärtus avaldub praktikas rakendamisel. Praktilised kogemused aitavad teadmisi kinnistada ning arendada enesekindlust.

Etienne Wenger (1998) käsitluse kohaselt toetab praktikakogukond õppimist vastastikuse kaasatuse kaudu, võimaldades ühiselt mõtestada ja kujundada erialast praktikat ning kasutada jagatud keelt, meetodeid ja käitumisviise. Selline osalus toetab üliõpilaste kuulumist erialasesse kogukonda ning professionaalse identiteedi kujunemist.

Õppimine on tihedalt seotud ka tuleviku ja karjääriga. Karjääri ja muutuste loomist käsitlevad tulemused viitavad, et õendusüliõpilased seostavad õppimist mitte ainult teadmiste omandamisega, vaid ka tulevase eneseteostuse ja tähendusliku tööga. Käesolevas uuringus ilmnes, et õppijate jaoks on oluline näha oma töö tulemusi, panustada ühiskonda ning kujundada oma professionaalset teekonda.

Olulise aspektina toodi esile ka tunnustuse ja austuse tähtsus, mis näitab, et õppijad väärtustavad oma töö ühiskondlikku tähendust ja nähtavust. See viitab, et motivatsioon ei tulene ainult sisemisest huvist, vaid ka sotsiaalsest tunnustusest.

Patsientide ja enda turvalisust käsitlevad tulemused viitasid, et õendusüliõpilased tajusid õppimist tihedalt seotuna vastutuse ja ohutu tegutsemise põhimõtetega. Käesolevas uuringus ilmnes, et õppijad pidasid oluliseks nii patsiendi kui ka enda kaitsmist, rõhutades teadlikku ja läbimõeldud tegutsemist.

Tulemused näitasid, et turvalisus on õppimise keskne komponent, kus rõhutatakse protseduuride korrektset ja ohutut teostamist. See viitas, et õppijad seostavad professionaalset pädevust otseselt patsiendi heaolu ja riski minimeerimisega. Lisaks ilmnas, et õppijad teadvustasid vajadust mõelda enne tegutsemist, mis viitas kliinilise otsustusvõime ja vastutustundliku tegutsemise kujunemisele. Samuti rõhutati käeliste oskuste olulisust, mis viitas, et ohutu tegutsemine eeldab piisavat tehnilist pädevust ja harjutamist. See näitas, et oskuste kindlus on otseselt seotud turvalise praktika tagamisega.

Birks (2022) väidab, et vaenulik või mittetoetav õpikeskkond võib mõjutada negatiivselt õendusüliõpilaste vaimset heaolu ja toimetulekut ning kujundada ebasoodsaid emotsionaalseid ja professionaalseid reaktsioone. Käesoleva töö autorid arvavad, et sellised kogemused võivad kanduda edasi tööellu, mõjutades tulevaste õdede heaolu, töövõimet ja patsientide hoolduse kvaliteeti.

Ootused õppeainele Täiskasvanu Tervisekäitumine

Õendusüliõpilaste ootusi õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“ käsitlevad tulemused viitasid, et õppijad ootasid õppeainelt eelkõige praktilist, isiklikult tähenduslikku ja professionaalset arengut toetavat õpikogemust. Käesolevas uuringus ilmnas, et ootused ei piirdunud üksnes teadmiste omandamisega, vaid hõlmasid enesearengut, käitumise muutust ning võimet rakendada õpitut nii isiklikus elus kui ka tulevases töös.

Lisaks ilmnas, et õppijad ootasid õppeainelt selget ja struktureeritud õppesisu, mis oleks praktiliselt rakendatav ning toetaks seoste loomist teooria ja igapäevaelu vahel. Olulise aspektina tõusis esile vajadus praktiliste õppetegevuste järele, kus õppijad saaksid teadmisi rakendada ning kogeda nende kasutatavust reaalses kontekstis. Samuti ilmnas, et õppijad väärtustasid selget tagasisidet ja hindamist, mis toetas nende arengut ja arusaamist oma õpitulemustest. Õppijad eelistasid, et õppejõud annaks tagasisides selgelt ja detailselt ülevaate esinenud puudustest. Tuginedes eelnevale kogemusele sageli jäi õppijatele ebaselgeks, milliste konkreetsete aspektide osas neilt parandusi oodatakse. Pelgalt hindeline tagasiside ei võimalda mõista, millised elemendid sooritusel olid õnnestunud ning millised vajavad edasist arendamist.

Ferreira (2022) väidab, et tervisehariduse ja ennetustegevuste praktiline rakendamine arendab õendusüliõpilaste suhtlemisoskusi ning toetab käitumuslike muutuste soodustamist, mis on oluline ravisoostumuse ja tervisekäitumise parandamise seisukohalt. Kuigi õendusüliõpilastel

on olemas teoreetilised teadmised, osutub nende rakendamine praktikas sageli keeruliseks, mis rõhutab praktilise õppe olulisust. Selles protsessis on oluline roll nii õppejõududel kui ka info- ja kommunikatsioonitehnoloogiate teadlikul kasutamisel.

Tervisekäitumist käsitlevad tulemused viitasid, et õendusüliõpilased teadvustavad tervisliku käitumise põhimõtteid, kuid nende rakendamine igapäevaelus ei ole alati järjepidev. Käesolevas uuringus ilmnes, et õppijad seostasid õppeainet oma isikliku käitumisega, tuues esile teadlikkuse ja tegeliku käitumise vahelise erinevuse. Tulemused näitasid, et õppijatel on olemas teoreetilised teadmised tervisekäitumisest, kuid nende rakendamine sõltub individuaalsetest harjumustest ja olukordadest.

Uurimistöo tugevusena toome välja intervjuude läbiviimise kaugteel, mis võimaldas osalejatel valida neile sobiva aja ning välistas vajaduse intervjuu toimumiseks kodust lahkuda. Kitsaskohana võib esile tuua intervjuude läbiviimise ajastuse. Intervjuud viidi läbi perioodil, mis kattus anatoomiaeksamiks ettevalmistumise ajaga. Arvestades, et osalemine uurimistöös oli vabatahtlik, on võimalik, et nimetatud periood mõjutas osalejate arvu. Intervjuude vastustes ilmnes stressiga seotud emotsioone, mis olid seotud anatoomiaeksamiga ning võisid kanduda ka vastustesse, mis käsitlesid ootusi õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“.

Autorite ettepanekud: 1) lõputöö andmeid saab kasutada õppeaines „Täiskasvanu Tervisekäitumine” planeerimise etapis; 2) lõputööd saavad autorid edasi arendada teadusartiklids.

JÄRELDUSED

Tervislik eluviis ja tervisekäitumine on oluline osa õe kutseidentiteedi kujunemisest. Tervisliku eluviisi tähtsustamine kujuneb osaks professionaalsest identiteedist, kus õppijad teadvustavad oma rolli tervise edendajatena. Õendusüliõpilased seostavad õe rolli mitte ainult professionaalsete teadmiste ja oskustega, vaid ka isikliku eeskujuga, kus tervisekäitumine peegeldab õe väärtusi ja professionaalset vastutust. Kutseidentiteedi kujunemine on mitmetasandiline ja pidev protsess, mida mõjutavad nii individuaalsed tegurid, nagu väärtused ja isikuomadused, kui ka sotsiaalne keskkond. Samuti võib järeldada, et õendusüliõpilased tajuvad õppimist eelkõige praktilise ja kogemusliku protsessina, kus teooria ja praktika seos on keskse tähtsusega. Praktiline kogemus toetab teadmiste kinnistamist ning aitab kujundada professionaalset enesekindlust ja vastutustundlikku tegutsemist.

Õendusüliõpilaste ootused õppeainele „Täiskasvanu tervisekäitumine“ on suunatud praktilisele, selgelt struktureeritud ja rakendatavale õppesisule, mis toetab nii isiklikku tervisekäitumist kui ka professionaalset arengut. Õppijad väärtustavad aktiivseid õppemeetodeid, selget ja detailset tagasisidet ning võimalust siduda õpitav igapäevaeluga. Tagasiside puhul eelistatakse selget ülevaadet esinenud puudustest, kuna üliõpilaste eelneva kogemuse põhjal sageli jääb ebaselgeks, millistes konkreetsetes aspektides parandusi oodatakse. Pelgalt hindeline tagasiside ei võimalda mõista, millised soorituse elemendid olid õnnestunud ning millised vajavad edasist arendamist. Õendusüliõpilastel on olemas teadmised tervisekäitumisest, kuid ei kajastu need alati nende igapäevases käitumises, mis viitab teadmise ja käitumise vahelisele lõhele.

KASUTATUD KIRJANDUS

Aineprogramm. Õppeaasta 2025/2026, sügissemester. Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.

Altun, I. (2008). Effect of a health promotion course on health promoting behaviours of university students. *EMHJ - Eastern Mediterranean Health Journal*, 14 (4), 880-887. <https://iris.who.int/handle/10665/117505> (25.01.2026)

Birks, M., Harrison, H., Zhao, L., Wright, H., Chun Tie, Y., & Rathnayaka, N. (2024). Nursing students' experience of bullying and/or harassment during clinical placement. *Nurse Education Today*, 136, 106151. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2024.106151>

Borle, S., Parande, M. A., Tapare, V. S., Kamble, V. (2017). Health-promoting lifestyle behaviours of nursing students of a tertiary care institute Pradip. *Pradymun Bulakh International Journal of Community Medicine and Public Health Borle PS et al. Int J Community Med Public Health*. 4 (5), 1768-1773. <http://dx.doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20171799>

Cambridge'i inglise keele sõnaraamat. <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/subject> (30.04.2026)

Campbell S, Greenwood M, Prior S et al. (2020). Purposive sampling: complex or simple? Research case examples. *Journal of Research in Nursing*, 25(8), 652-661. <https://doi.org/10.1177/1744987120927206>

Dalla Valle, P. R., & De Lima Ferreira, J. (2025). Content analysis in the perspective of Bardin: contributions and limitations for qualitative research in education. *Educação em Revista*, 41, 1-21. <https://doi.org/10.1590/0102-469849377-t>

Dall'Ora, C., Ball, J., Reinius, M., Griffiths, P. (2020). Burnout in nursing: a theoretical review. *Hum Resour Health*, 18 (41), 1-17. <https://doi.org/10.1186/s12960-020-00469-9>

Eesti Keele Instituudi ühendsõnastik. 2026. <https://sonaveeb.ee/search/unif/est/eki,esterm/t%C3%A4iskasvanuiga/1/est> (24.01.2026)

Ferreira, R., Baixinho, C. L., Ferreira, Ó. R., Nunes, A. C., Mestre, T., & Sousa, L. (2022). Health promotion and disease prevention in the elderly: The perspective of nursing students. *Journal of Personalized Medicine*, 12(2), 306.

Gipson, C. S., Deal, B., & Skinner, M. (2024). Examining well-being and healthy lifestyle interventions among nursing students worldwide: A scoping review. *Journal of Holistic Nursing*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/08980101241283856>

Glarcher, M., Ferguson, C., Patch, M., Steven, A., & Vaismoradi, M. (2025). Addressing nurse shortages and pandemic responses to enhance patient safety within global health challenges. *Journal of Advanced Nursing*, 81(9), 5227–5230. <https://doi.org/10.1111/jan.16834>

Gurusamy, J., Amudhan, S., Veerabhadraiah, K. B., Palaniappan, M. (2022). Health-promoting behaviours, their relationships and correlates in nursing students: Implications for nursing education and practice. *Journal of Professional Nursing*, 39, 69-75. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2022.01.001>

Hall, S., & Liebenberg, L. (2024). Qualitative Description as an Introductory Method to Qualitative Research for Master's-Level Students and Research Trainees. *International Journal of Qualitative Methods*, 23, 1-3. <https://doi.org/10.1177/16094069241242264>

Immonen, K., Oikarainen, A., Tomietto, M., Kääriäinen, M., Tuomikoski, A. M., Kaučić, B. M., Filej, B., Riklikiene, O., Vizcaya-Moreno, M. F., Perez-Cañaveras, R. M., De Raeve, P., Mikkonen, K. (2019). Õendusüliõpilaste kliinilise praktika pädevuse hindamine: ülevaadete süstemaatiline ülevaade. *International Journal of Nursing Studies*, 100, 103414. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2019.103414>

Juurik, M. (2022). Teaduseetika ja andmekaitse õpilasuurimustes. Eesti Teadusagentuur, 1-31. https://etag.ee/wp-content/uploads/2022/11/Teaduseetika-ja-andmekaitse-uurimistoodes_Juurik_Marten.pdf (24.01.2026)

Jõgi, L., & Krabi, K. (koost.). (2011). Õppides täiskasvanuks - õppimine erinevates perspektiivides. Tallinn: Tallinna Ülikool

Keyes, C., L., M. (1998). Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121–140. <https://doi.org/10.2307/2787065>

Lagerspetz, M. (2017). *Ühiskonna uurimise meetodid. Sissejuhatus ja väljajuhatus*. Tallinna Ülikooli Kirjastus.

Lim, W. M. (2025). What Is Qualitative Research? An Overview and Guidelines. *Australasian Marketing Journal*, 33, 199-229. <https://doi.org/10.1177/14413582241264619>

Luo, Y., You, J., Chen, Y., Chen, M., Zhuang, J., Xu, F., & Hu, R. (2025). The learning expectations of undergraduate nursing students for the flipped Health Assessment course: A qualitative study. *International Journal of Nursing Sciences*, 12(5), 485–492. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2025.08.001>

Maranik, A., Küüner, E. (2022). Õppekorralduse sõnaraamat. Tartu Ülikool [Õppeaine - Õppekorraldus - TÜ Wiki](#) (07.04.2026)

Mason, S. (2024). Tervislike eluviiside tähtsus tervise hoidmisel. <https://hepatiit.ee/tervislike-eluviiside-tahtsus-tervise-hoidmisel/> (30.04.2026)

Miller, M. E., Newton, K., Stover, S., Miller, B., & Buttolph, J. (2020). Comparing delivery methods of an introductory nutrition course using the Community of Inquiry. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 52(4), 401–406. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2019.11.006>

Milvek, H. I., Pihu, K. (2024). Õendusüliõpilaste õppimine ja õpetamine kõrgkoolis. Lõputöö. Tallinna Tervishoiu Kõrgkool. https://dspace.ttk.ee/bitstream/handle/123456789/241/Milvek_Pihu.pdf?sequence=40&isAllowed=y (03.04.2026)

Olev, A., Alumäe, T. (2024). Open source platform for Estonian speech transcription. *Lang Resources & Evaluation*, 59, 4421–4438. <https://doi.org/10.1007/s10579-024-09777-1>

Poku, C. A., Agyare, V. A., Baafi, S., Attafuah, P. Y. A., & Berchie, E. (2025). Perceived power dynamics in nursing education on students' learning experience in Ghana. *PloS one*, 20(8), e0328359. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0328359>

- Poorchangizi, B., Borhani, F., Abbaszadeh, A. (2019). Professional Values of Nurses and Nursing Students: a comparative study. *BMC Med Educ*, 19, 438. <https://doi.org/10.1186/s12909-019-1878-2>
- Rasmussen, P., Henderson, A., McCallum, J., Andrew, N. (2021). Professional identity in nursing: A mixed method research study. *Nurse Education in Practice*, 52, 103039. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103039>
- Sisask, M. (2023). Eesti inimarengu aruanne 2023. Vaimne tervis ja heaolu. Tallinn: SA Eesti Koostöö Kogu. <https://doi.org/10.58009/aere-perennius0043>
- Zeng, W., Shang, S., Fang, Q., He, S., Li, J., & Yao, Y. (2021). Health promoting lifestyle behaviors and associated predictors among clinical nurses in China: A cross-sectional study. *BMC Nursing*, 20, 230. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00752-7>
- Tam, H. L., Mao, A., Cheong, P. L., & Van, I. K. (2020). “My friends are at the bottom of my schedule”: A qualitative study on social health among nursing students during clinical placement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6921. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186921>
- Tamminen, S.R. 2021. Üliõpilaste hoiakud ja ootused seoses jätkusuutlikkusega Tallinna Tehnikaülikoolis. Bakalaureusetöö. Tallinna Tehnikaülikool. <file:///C:/Users/Marina/Downloads/b9b24d0aa92e4ee7b4a42e0e0d41429f.pdf> (24.01.2026)
- Van den Akker, J. (2003). Curriculum perspectives: An introduction. In J. van den Akker, W. Kuiper, & U. Hameyer (Eds.), *Curriculum Landscapes and Trends*. (pp. 1–10). Dordrecht: Dordrecht: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-017-1205-7>
- Van der Cingel, M., & Brouwer, J. (2021). What makes a nurse today? A debate on the nursing professional identity and its need for change. *Nursing Philosophy*, 22(2), e12343. <https://doi.org/10.1111/nup.12343>
- Van Dyk, E. C., van Rensburg, G. H., & Janse van Rensburg, E. S. (2022). The educator as facilitator of trust in the nursing education environment. *PloS one*, 17(8), e0266240. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266240>
- Vears, D. F., & Gillam, L. (2022). Inductive content analysis: A guide for beginning qualitative researchers. *Focus on Health Professional Education: A Multi-Professional Journal*, 23(1), 111–127. <https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.455663644555599>
- Wenger, E. (1998). *Communities of practice: Learning, meaning, and identity*. Cambridge University Press.
- Wenger, E. (2009). A Social Theory of Learning. In K. Illeris (Ed.), *Contemporary Theories of Learning. Learning Theorists ... in Their Own Words*, 209–218. London: Routledge.
- Wilandika, A., Pandin, M.G.R., Yusuf, A. (2023). The roles of nurses in supporting health literacy: a scoping review. *Front. Public Health* 11:1022803. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1022803>
- Wittayapun, Y., Tanasirirug, V., Butsripoom, B., Ekpanyaskul, C. (2010). Factors affecting healthpromoting behaviors in nursing students of the faculty of nursing, Srinakharinwirot

University, Thailand. *Thai Journal of Public Health*, 40 (2), 215-225. https://www.academia.edu/download/105812143/ccharupoom_2C_Journal_manager_2C_file_11_pdf (25.01.2026)

Wu, H.-L., Lu, D.-F., & Tsay, P.-K. (2023). Critical thinking disposition and influencing factors among new graduate nurses. *The Journal of Continuing Education in Nursing*, 54(5), 233–240. <https://doi.org/10.3928/00220124-20230405-08>

Wu, J., Li, Y., Zhong, X., Lin, Q., Xie, G., Liu, Z., Rong, X., He, L. (2025). Relationships between professional mission, work engagement, spiritual climate, and job performance among Chinese clinical nurses: A moderated mediation model. *PloS one*, 20 (12). 1-19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0337329>

Õde 1467. (2023). Tallinna Tervishoiu Kõrgkool. 1-26. https://www.ttk.ee/sites/default/files/2023-06/o_23.05.2023_et.pdf (07.04.2026)

Intervjuukava enne õppeaine „Täiskasvanu tervisekäitumine“ toimumist

I. Sissejuhatav teema: intervjueeritava üldine taust/profil

- Vanus
- Sugu
- Igapäevane kodune keel

II. Teema: õeks õppiva üliõpilase kutseidentiteedi kujunemine õendusõpingute algusperioodil

- Milline õde sa tahaksid olla?
- Mida sa õeks olemise kohta õpid?
- Kuidas on su roll muutunud näit. lähedaste või teiste seas pärast õeks õppima asumist?
- Kellega sa oled õeks õppides kokku puutunud või koos tegutsenud võrreldes varasemaga?
- Kuidas on õendusüliõpilaste sekka kuulumine mõjutanud sinu enesemääratlust või seda milline enda arvates oled?
- Kuidas tunned, kas oled juba õenduskogukonna liige?
- Kuidas kaasüliõpilased ja õppejõud on sind õeks kujunemisel mõjutanud?
- Millised tegevused õppimise ajal on sulle seni kõige rohkem meelde jäänud ja miks
- Millised tegevused õppimise ajal on aidanud sul paremini aru saada, mida tähendab olla õde?
- Milline olukord koolis või elus üldse on andnud sulle tunde, et olid juba nagu õe rollis?
- Milliseid ühised tegevusi olete teiste üliõpilastega teinud, mis on toetanud sinu õppimist õeks?
- Mis on sulle nende praktiliste tegevuste hulgas tulevase õena kõige olulisem?
- Millised kogemused õpingute ajal on olnud sinu kui tulevase õe jaoks kõige tähendusrikkamad ja miks?
- Milliseid raskusi, keerulisi olukordi või väljakutseid oled õeks õppimise käigus kogenud?

III. Teema: õendusüliõpilaste ootused õppeainele „Täiskasvanu terviskäitumine“ enne selle toimumist

- Miks sa otsustasid õeks õppima tulla?
- Miks õppeaine „Täiskasvanu terviskäitumine“ on vajalik õe õppekavas?
- Kuidas see õppeaine võiks sind aidata tulevases õetöös (*või mis eesmärki võiks täita*)?
- Milline sisu selles õppeaines on sinu jaoks kõige olulisem, mis aitaks sul õena tegutseda (*näit. millised erinevad teemad, millised konkreetset teadmised või oskused*)?
- Millised õppimisviisid või tegevused aitavad sul kõige paremini uusi teadmisi omandada (*näit. lugemine, kuulamine, vaatamine, läbikirjutamine, praktiline ülesanne jne.*)?
- Mida ootad õppejõult antud õppeaines (*milline õppejõu tegevus aitab sul kõige paremini õppida*)?
- Milliseid õppematerjale või vahendeid ootad selle õppeaine õppimiseks (*näit. loengumaterjalid, raamatud, artiklid, e-õppe keskkond, videod, praktilised ülesanded vm.*)?
- Kuidas eelistad tervisliku eluviisi ja terviskäitumisega seonduvaid teemasid õppida (*näit. üksi, koos- paaris või grupiga jne.*)?
- Kus võiks õppeaine „Täiskasvanu terviskäitumine“ teemasid õppida? (*näit. kodu, kool, Moodle õppekeskkond, Zoomi veebikeskkond jne.*)
- Millal sa kõige meelsamini õpiksid ööpäeva jooksul ja palju sa aega panustaks?
- Milline tagasiside või hindamisviis aitab sul kõige paremini õppida (*või motiveerib*)?
- Millised on sinu tugevad küljed õppijana – mis aitab sul kõige paremini uusi teadmisi omandada?
- Mis on sulle õppimisel kõige keerulisem või raskem (*või kus vajaksid rohkem tuge*)?

IV. Teema: intervjuu kokkuvõttev osa

- Milliseid mõtteid tahaksite veel intervjuu teemade kohta lisada/ jagada?

Täname, et olite nõus oma mõtteid ja kogemusi jagama.

Uuringu kutse

Lp. Õeks õppiv üliõpilane!

Palun Teid osalema Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli rakendusuuringu „Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujundamine terviseteadliku elustiili kontekstis“, mille tulemusi kasutan oma doktoritöös. Uuringu põhieesmärk on õppeaine „Täiskasvanu tervisekäitumine“ parimate strateegiate leidmine õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemise toetamiseks ning tervisliku eluviisi väärtustamiseks, teadvustamiseks ja parendamiseks. Selleks soovin uurida Teie kogemusi ja tähendusi, kuidas paremini toetada õe kutseidentiteedi kujunemist ja edendada õeks õppivate üliõpilaste tervislikku eluviisi kui osa teie tulevasesst professionaalsest enesemääratlusest. Uuring on vajalik, kuna tervisliku eluviisi järgimine kõrgkooli õpingute ajal aitab tugevdada õendusüliõpilaste tervist, ennetada akadeemilist läbipõlemist ning läbi selle loob aluse vastu pidada pingelises õendustöös ja tervishoiusüsteemi säilimiseks pikemas perspektiivis.

Andmete kogumise meetodiks on poolstruktureeritud intervjuu, mida viiakse läbi enne „Täiskasvanu tervisekäitumise“ ainetunde. Intervjuu viiakse läbi teiega eelnevalt kokkulepitud ajal kas Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis või veebikeskkonnas Zoom. Intervjuu kestus on orienteeruvalt 45 minutit. Uurimistöö käigus saadud empiirilised andmed salvestatakse, transkribeeritakse analüüsimise tarbeks, anonüümitakse ning säilitatakse kõrgkooli pilveserveris kuni doktoritöö kaitsmiseni (2029). Uuringus osalemine on vabatahtlik, teil on ka õigus igal hetkel uurimistöös osalemisest loobuda (näiteks enne intervjuusid või ka nende ajal), sel juhul teie andmeid analüüsis ei kasutata ja need kustutatakse koheselt. Uurijana kogun õppetööväliseid lisaandmeid intervjuuga selleks, et koostöös teiega oma pedagoogilist tööd edasi arendada ja leida võimalikult sobivad lähenemisviisid õe kutseidentiteedi ja tervisliku eluviisi kontekstis. Teie nõustumisel uuringus osalemiseks täpsustame teile sobivalt, kas intervjuu viib läbi lõputööd kirjutav õendusüliõpilane või õppejõud. Intervjuuandmetele juurdepääs on vaid uurimistööga seotud isikutel ja juhendajal ID logiga.

Olen alati valmis vastama kõikidele uurimistööd puudutavatele küsimustele. Juhul kui Te soovite uurimistöös osaleda, palun andke mulle tagasiside telefoni või e-posti teel.

Tänan Teid koostöö eest!

Marelle Grünthal-Drell (vastutav uurija, lõputöö juhendaja)

Tallinna Tervishoiu Kõrgkool

Õppejõud

e-post: marelle.grunthal-drell@ttk.ee

Uuritava informeerimise ja teadliku nõusoleku vorm

Lp. Õeks õppiv üliõpilane!

Käesolev uurimistöö on Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli rakendusuringu „Õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujundamine terviseteadliku elustiili kontekstis“ osa, mille tulemusi kasutatakse M. Grünthal-Drelli doktoritöös. Eesmärk on uurida Teie arvamusi, kuidas paremini toetada õe kutseidentiteedi kujunemist läbi „Täiskasvanu tervisekäitumine“ ainetundide, edendades õeks õppivate üliõpilaste tervislikku eluviisi kui osa õe professionaalsest enesemääratlusest. Uuringu põhieesmärk on konkreetse õppeaine konstrueerimine, läbiviimine ja antud tingimustes parimate strateegiate ehk lähenemisviiside kujundamine õendusüliõpilaste kutseidentiteedi kujunemise toetamiseks ning tervisliku eluviisi väärtustamiseks, teadvustamiseks ja parendamiseks.

Teadlikule nõusoleku vormile alla kirjutades nõustun andma intervjuud ja kinnitan, et mind on informeeritud töö teemast ja selle eesmärkidest. Olen teadlik, et küsitlus viiakse läbi kaks korda poolstruktureeritud intervjuuna enne ja pärast „Täiskasvanu tervisekäitumise“ ainetunde. Intervjuud salvestatakse, transkribeeritakse analüüsimise tarbeks, pseudonüümitakse, pärast teist intervjuud anonüümitakse ning säilitatakse kuni doktoritöö kaitsmiseni. Salvestustele ning transkribeerimisele on ligipääs ainult lõputöö autoritel ning nende juhendajal. Soovi korral saan edaspidi informatsiooni intervjuude kohta töö autorite kaudu. Intervjuerimises osalen vabatahtlikult ning mul on õigus igal hetkel uurimistöös osalemisest loobuda (näiteks enne intervjuusid või ka nende ajal) ning sel juhul minu andmeid analüüsis ei kasutata ja kustutatakse koheselt. Olen teadlik, et uurimiseks vajalikke andmeid kogutakse ka läbi iseseisva töö „Minu tervisekäitumise analüüs“ ja Moodle kursuse tagasiside. Mõlemas osalen vabatahtlikult, minu andmed anonüümitakse kohe pärast iseseisva töö esitamist ja Moodle tagasiside on juba eelnevalt koostatud seadistusega anonüümseks vastamiseks. Kui ma ei soovi oma iseseisva töö andmeid uuringusse kaasata, saan ma teha vajaliku märke Moodle kursusel ja mitte täita Moodle tagasiside küsimustikku. Uuringus mitteosalemine ei mõjuta minu läbimist ja lõpphinnet õppeaines „Täiskasvanu tervisekäitumine“.

Allkirjastatud digitaalselt

Uuritava nimi

Uuritava allkiri

Informeerija allkiri

Tabel 3. Õeks kujunemist kirjeldavad substantiivsed koodid ja neist kujunenud alakategooriad

Substantiivne kood	Alakategooria	Ülakategooria
Professionaalne ja eeskujulik õde Patsienti toetav õde Soov järgida eeskuju Soov olla mõistev õde Soov olla edukas õde	Õe ideaalkuvand	Õeks kujunemine (identiteet)
Õe perspektiivist mõtlemine Teadlikkus õe rollist ühiskonnas Käitumise muutus õe rollis Rolli sisemine omaksvõtt Soov saada õeks läbi õppimise Professionaalse identiteedi kujunemine ajas Varasem huvi meditsiini vastu Professionaalne eeskuju tervishoius	Professionaalse mõtteviisi kujunemine	
Empaatia Varasem hoolitsev iseloom Patsientide toetamine ja mõistmine Suhtlemisoskus Madalam aktiivsus rahulikes olukordades Lahenduskeskne mõtteviis Aktiivne elustiil õe rollis Erinev ootuste ja kogemuse tajumine	Õe isikuomadused	
Professionaalsed oskused Õetöö teadmiste omandamine Patsiendikontakti olulisus Vajadus seada piirid abistamisel Vastutuse piiride analüüsimine Pädevuse eneseteadvustamine Protseduuride automaatne sooritamine Läbipõlemise vältimise teadlikkus Patsientide kogemuste eristamine enda emotsioonidest Õe professionaalsete õiguste mõistmine	Professionaalne pädevus	
Mitmekesine töö Ettearvamatu tööpäev Rollide erinevus töövaldkondade vahel Uus arusaam õetöö olemusest Teadlikkus õe töö piiratud ressurssidest Õetöö missioonitunne Õetöö stressirohkus	Õetöö iseloom	

<p>Eetika olulisus Patsiendi turvatunde ja usalduse tähtsus Usaldusvääruse tähtsus Käeliste oskuste tähtsus õe töös Õenduse eetika mõju arusaamale õetööst Välimuse ja käitumise reeglid</p>	<p>Professionaalsed väärtused</p>	
<p>Suurem tähelepanu tervisele Tervislikuma toitumise teadvustamine Teadlikkus ebatervislikest harjumustest Lähedase eeskuju tervisekäitumises Soov saada rohkem teadmisi tervisekäitumisest Isiklik pühendumus tervisele Hügieenikäitumise muutus Väikeste muutuste tähtsus tervises</p>	<p>Tervise väärtustamine</p>	

Tabel 5. Õppimist kui tegemist ja kogemist kirjeldavad substantiivsed koodid ja neist moodustunud alakategoriad

Substantiivne kood	Alakategooria	Ülakategooria
Õendusosalased oskused ja suhtlemine Tegutsemise järjekorra olulisus Selgitamine patsiendile Praktiline kogemus	Professionaalsete oskuste omandamine	Õppimine kui tegemine ja kogemine
Huvi uute teemade õppimise vastu Õppimise järjekindlus Õppimise raskused Suur õppematerjali maht Olulise info eristamise raskus Infosulg ja segadus Elukogemuse väärtus Õppejõudude mõju Õppimiseks sobivam aeg Õpitulemused Negatiivsed emotsioonid	Õpikogemused õpingute ajal	
Grupitööd õe vaatepunktist Simulatsioonõpe Aktiivõppemeetodid Visuaalne õppimine Audiitiivne õppimine Iseseisev õppematerjalide loomine Individaalne õppimine Koos õppimine Õpetamine kui õppimisviis Kontakttund Interaktiivne õppimine Digitaalne koostöö	Õppimise toetavad meetodid	
Teooria tähtsus enne praktikat Teooriast üksi ei piisa Teooria vastavus praktikale Ergonoomika oskused	Teooria ja praktika seos	
Töö tulemuse nägemine Karjäärivõimalused Tunnustuse olulisus	Karjäär ja muutuste loomine	
Ohutus protseduuride tegemisel Enne tegutsemist mõtlemine Käelised oskused	Patsientide ja enda turvalisus	