



SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

POSITIIVINEN PEDAGOGIIKKA LAPSEN HYVINVOINNIN EDISTÄJÄNÄ

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

TEKIJÄ: Pikka Huttunen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Sosionomin tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä Pikka Huttunen	
Työn nimi Positiivinen pedagogiikka lapsen hyvinvoinnin edistäjänä. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	
Päiväys 16.11.2020	Sivumäärä/Liitteet 40/2
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Savonia-ammattikorkeakoulu	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa laadullinen tutkimus siitä, kuinka positiivinen pedagogiikka vahvistaa, tukee ja edistää lasten hyvinvointia. Tutkimusmenetelmänä toimi kuvaileva kirjallisuuskatsaus, joka toteutettiin narratiivisen orientaation avulla. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa toteutettiin yhteenveto aiemmista tutkimustiedoista ja kirjallisuuksista. Kirjallisuuskatsauksen avulla saatiin vastaus tutkimuskysymykseen, miten positiivista pedagogiikkaa voidaan hyödyntää lasten hyvinvoinnin edistämiseen sosiaali- ja terveysalalla sekä kasvatuksessa. Opinnäytetyö on tarkoitettu sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille sekä alaa opiskeleville, jotka ovat kiinnostuneita positiivisesta pedagogiikasta ja sen hyödyntämisestä lasten ja nuorten parissa. Opinnäytetyö soveltuu myös lasten vanhemmille, muille lapsen elämässä ja toiminnassa mukana oleville sekä aiheesta kiinnostuneille henkilöille.</p> <p>Systemaattinen tiedonhaku suoritettiin toukokuussa 2020 hyödyntämällä manuaalista tiedonhakua, Eric-, Ebsco-, SavoniaFinna- ja GoogleScholar-tietokantoja. Kirjallisuuskatsaukseen valikoitui yhteensä viisi tieteellistä artikkelia, joista kolme tutkimusta oli suomenkielistä ja kaksi englanninkielistä. Artikkeleiden julkaisuvuodet ovat ajalta 2009–2019. Aineiston analysointiin on käytetty aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Toimeksiantajana opinnäytetyölle oli Savonia-ammattikorkeakoulu. Savonia-ammattikorkeakoulu pystyy hyödyntämään kirjallisuuskatsausta opetusmateriaalina.</p> <p>Tutkimuksen perusteella positiivinen pedagogiikka on yksi erittäin hyödyllinen ja empiirisesti tutkittu ennaltaehkäisevä menetelmä hyvinvoinnin edistämiseen ja pahoinvoinnin ennaltaehkäisyyn. Positiivinen pedagogiikka ei pelkästään tuota hyvinvointia siinä hetkessä, vaan myös tarjoaa lapselle vahvan perustan hyvinvointiin ja menestykselliseen tulevaisuuteen. Positiivisen pedagogiikan menetelmien on todettu vaikuttavan lasten, aikuisten, työntekijöiden ja toimintaympäristön hyvinvointiin. Sen avulla on myös pystytty vähentämään ahdistuksen ja masennuksen oireita. Aineiston perusteella lisääntynyt hyvinvointi on yhteydessä erityisesti parempien oppimistulosten kanssa ja hyvinvoinnin vahvistamisessa edistetään, tuetaan ja vahvistetaan oppimista. Oppimisen mahdollistumiseksi tarvitaan hyvinvointia. Systemaattisessa tiedonhaussa yhdeksi havainnoksi nousi, että useat opinnäytetyön aihealueen tutkimukset ja artikkelit liittyivät kouluikäisiin lapsiin ja kouluympäristöihin, joten jatkotutkimusehdotukseksi nousi positiivisen pedagogiikan suuntauksen tutkiminen alle kouluikäisillä lapsilla.</p>	
<p>Avainsanat</p> <p>positiivinen pedagogiikka, kvalitatiivinen tutkimus, kuvaileva kirjallisuuskatsaus, hyvinvointi, lapset, hyvinvoinnin edistäminen, lapsen hyvinvointi</p>	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Degree Programme in Social Services	
Author Pikka Huttunen	
Title of Thesis Positive Education as a Promoter of Child Well-being. Descriptive literature review	
Date 16.11.2020	Pages/Appendices 40/2
Client Organisation /Partners Savonia University of Applied Sciences	
<p>Abstract</p> <p>The purpose of the thesis was to produce qualitative research on how positive education strengthens, supports and promotes children's wellbeing. The research method was a descriptive literature review, which was carried out with the help of narrative orientation. The descriptive literature review summarized previous research data and literature. The literature review provided an answer to the research question of how positive education can be used to promote children's well-being in the social and health care fields and in education. The thesis is intended for social and health care professionals as well as students in the field who are interested in positive education and its utilization among children and young people. The thesis is also suitable for parents and other people involved in the child's life and activities as well as people interested in the topic.</p> <p>Systematic information retrieval was performed in May 2020 using manual information retrieval, Eric, Ebsco, SavoniaFinna and GoogleScholar databases. A total of five scientific articles were selected for the literature review, of which three studies were in Finnish and two in English. The publication years of the articles are from 2009–2019. Data-based content analysis was used to analyze the data. The client of the thesis was Savonia University of Applied Sciences. Savonia University of Applied Sciences is able to utilize the literature review as teaching material.</p> <p>Based on the research, positive education is a very useful and empirically researched preventive method for promoting well-being and preventing ill-being. Positive education not only promotes well-being at that moment but also provides the child with a strong foundation for a successful future. According to studies, positive education methods affect the well-being of children, adults, employees and the living environment. Positive education methods also reduce the symptoms of anxiety and depression. Based on the data, increased well-being is especially related to better learning outcomes, and learning is promoted, supported and strengthened when well-being is strengthened. Well-being is needed to enable learning. In a systematic search for information, one observation was that several studies and articles in the topic of the thesis were related to school-age children and school environments, so the study of a positive educational trend among pre-school-age children could be a further research topic.</p>	
<p>Keywords positive education, qualitative research, literature review, well-being, children, promotion of well-being, child well-being</p>	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	5
2	POSITIIVINEN PEDAGOGIIKKA	6
2.1	Positiivinen psykologia positiivisen pedagogiikan taustatieteenä	6
2.2	Positiivinen pedagogiikka pedagogisena suuntauksena	7
2.3	Keskeisenä tavoitteena kukoistus	9
2.3.1	PERMA-hyvinvointiteoria positiivisessa pedagogiikassa.....	9
2.3.2	Hyveet ja luontevahvuudet positiivisessa pedagogiikassa	10
3	LASTEN JA LAPSIPERHEIDEN HYVINVOINTI YHTEISKUNNALLISENA KYSYMYKSENÄ.....	13
3.1	Hyvinvoinnin määrittely	13
3.2	Lasten ja perheiden hyvinvointi Suomessa	14
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	16
4.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus laadullisena tutkimusmenetelmänä	17
4.2	Aineistohaun- ja kirjallisuuskatsauksen toteutus.....	18
4.3	Aineiston analysointi	21
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET	23
5.1	Positiivisen pedagogiikan perusajatukset ja niiden taustaoletukset lapsen hyvinvoinnin edistämisessä.....	23
5.2	Lapsen vahvuuksien tunnistaminen ja niiden käyttäminen lapsen hyvinvoinnin edistäjänä	25
5.3	Positiivisen pedagogiikan- ja luontevahvuuksien interventioiden vaikutus hyvinvointiin	26
6	TULOSTEN YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET	29
7	POHDINTA.....	32
7.1	Luotettavuus ja eettisyys.....	33
7.2	Ammatillinen kasvu ja kehitys.....	34
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT	38
	LIITE 1. KIRJALLISUUSKATSAUS TAULUKKOMUOTONA	41
	LIITE 2. SYSTEMAATTISEN TIEDONHAUN TULOKSET.....	42

1 JOHDANTO

Positiivinen pedagogiikka on pedagoginen suuntaus, joka on saanut alkunsa positiivisen psykologian tieteenalasta. Positiivisen psykologian ja positiivisen pedagogiikan suurimpana tavoitteena on tukea ja edistää niin yksilöiden kuin yhteisöjenkin hyvinvointia. Aiheeseen perehtyneet tutkijat esimerkiksi Martin Seligman, Mihaly Csikszentmihalyi, Edward Deci ja Richard Ryan käyttävät hyvinvointikäsitteen sijasta kukoistus-käsitettä. Kukoistuksella tarkoitetaan kokonaisvaltaista ja optimaalista hyvinvoinnin ja onnellisuuden tilaa, johon tarvitaan emotionaalista, sosiaalista ja psykologista hyvinvointia. (Leskisenoja 2019, 17–18.) Yksinkertaisuudessaan positiivisen pedagogiikan myötä lapsi tulee yhä tietoisemmaksi omista vahvuuksistaan ja kyvyistään, jotta hän pystyy niitä hyödyntämään elämän erilaisissa tilanteissa (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2019, 10). Positiivinen pedagogiikka nähdään varteenotettavana ja maailmanlaajuisesti levinneenä kasvatussuuntauksena, joka pohjautuu lisääntyvälle empiirisille tutkimuksille (Leskisenoja 2019, 13).

Lasten hyvinvointi on Suomessa monilla eri mittareilla mitattuna hyvällä tasolla (Unicef 2020, 55). Kansainvälisten vertailuiden perusteella Suomessa lapsille pystytään turvaamaan turvallinen kasvuympäristö, mutta siitä huolimatta on yhä enemmän perheitä, joilla huono-osaisuus ilmenee muun muassa psykososiaalisina ongelmina ja köyhyytenä (Hujala ja Turja 2017, 12). Myös koronapandemiakriisi on vaikuttanut lapsiperheiden hyvinvointiin negatiivisesti, esimerkiksi lisääntynyt köyhyys ja mielenterveysongelmat ovat seurauksia pandemiasta. Kriisi on vaikuttanut jokaiseen lapseen ja nuoreen aiheuttaen heille toiveikkuuden ja turvallisuuden tunteen vähentymistä. Näin ollen osana koronapandemian jälkihoidossa on ryhdyttävä edistämään lasten ja nuorten hyvinvointia. (Unicef 2020, 57; Valtioneuvosto 2020.)

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Savonia-ammattikorkeakoulu. Toimeksiantaja pystyy hyödyntämään kuvailevaa kirjallisuuskatsausta opetusmateriaalina. Opinnäytetyö toteutetaan tutkimuksellisenä työnä ja sen lähestymistapa on laadullinen. Laadullisena menetelmänä toimii kuvaileva kirjallisuuskatsaus, joka tehdään narratiivisesti sisällönanalyysimenetelmää käyttäen. Opinnäytetyön tutkimusongelmaksi nousee lasten hyvinvointitilan heikentyminen, joten kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymykseksi valikoitui: miten positiivista pedagogiikkaa voidaan hyödyntää lasten hyvinvoinnin edistämiseen sosiaali- ja terveysalalla sekä kasvatuksessa. Opinnäytetyö on kohdennettu sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille sekä alaa opiskeleville, jotka työskentelevät lasten ja nuorten parissa. Opinnäytetyö soveltuu myös lasten vanhemmille, muille lapsen elämässä ja toiminnassa mukana oleville sekä aiheesta kiinnostuneille henkilöille. Opinnäytetyössä käytän yleisesti sosiaali- ja terveysalan ammattilaisesta ilmaisua työntekijä, sillä opinnäytetyö soveltuu useille alan ammattilaisille ja muille lasten kanssa toimiville. Aiheen ajankohtaisuuden ja tärkeyden vuoksi haluan opinnäytetyöni avulla herättää mielenkiintoa positiivisesta pedagogiikasta. Opinnäytetyössäni tutkin positiivisen pedagogiikan käyttämisen hyödyistä lapsen, perheen ja koko yhteiskunnan hyvinvoinnin tasoilla. Tärkeänä henkilökohtaisena tavoitteenani on, että opinnäytetyöprosessi kehittää omaa ammatillista osaamistani sosionomin sekä varhaiskasvatuksen opettajan työkentällä. Opinnäytetyöprosessin aikana vahvistan ja kehitän myös omaa ammatillista identiteettiäni.

2 POSITIIVINEN PEDAGOGIIKKA

Opinnäytetyössä keskeisiä käsitteitä ovat positiivinen psykologia, positiivinen pedagogiikka ja lapsen hyvinvoinnin edistäminen. Työn teoreettiseen viitekehykseen olen avannut tarkemmin myös kukoistuksen käsitteen, sillä kukoistus nähdään suurimpana tavoitteena positiivisessa psykologiassa ja positiivisessa pedagogiikassa. Kukoistuksen saavuttamiseksi tarvitaan myös PERMA-hyvinvointiteorian elementtejä, luonteenvahvuuksia ja lisäksi työntekijän omaksumista positiivisesta pedagogiikasta, minkä vuoksi myös näihin asioihin syvennytään viitekehyksessä.

Viitekehysten tarkoituksena on kuvata opinnäytetyön keskeiset käsitteet sekä niiden väliset suhteet. Sen pyrkimyksenä ei kuitenkaan ole vain kuvata opinnäytetyön käsitteitä vailla teoreettista tarkastelua. Teoreettinen viitekehys voidaan jakaa kahdeksi eri osaksi, joita ovat viitekehyksestä muodostunut tutkimukseen johdettava tietoteoria ja tutkittavan ilmiön kriittisesti tehty tarkastelu. Nämä osat auttavat, kun tarkastellaan tutkimuksen teoriaosion merkittävyyttä laadullisen tutkimuksen kontekstissa. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 24.)

2.1 Positiivinen psykologia positiivisen pedagogiikan taustatieteenä

Positiivisen pedagogiikan vahva teoreettinen perusta pohjautuu positiivisen psykologian tieteenalaan. Positiivinen psykologia nähdään tuoreena tieteenalana, joka nykymuodossaan syntyi Yhdysvalloissa 2000-luvun vaihteessa professori Martin Seligmanin aherruksen myötä. Laajemmin katsottuna positiivisen psykologian juuret ylettyvät kuitenkin kauas antiikin aikaan, sillä esimerkiksi Aristoteles tarkasteli varsin samoja merkitseviä asioita, kuin nykyiset positiivisen psykologian tieteenalan tutkijat. (Leskisenoja 2019, 17.) Lisäksi 1900-luvulla useat humanistisen psykologian tutkijat kuten Mihály Csíkszentmihályi, Carl Rogers, Abraham Maslow, Don Clifton, Shelley Taylor, George Vaillant sekä Viktor Frankl tutkivat positiivisia psykologian aihealueita, mutta siihen aikaan tutkijoiden tutkimuksissa positiivinen psykologia ei ollut vielä erillinen tieteenala. (Avola ja Pentikäinen 2019, 25.) Myös professori Esa Saarinen tunnetaan merkittävänä henkilönä positiivisen psykologian tuomisesta Suomeen. Hänen elämäfilosofiansa ja kukoistuksen pedagogiikka edustivat jo 1980-luvulla ajattelua, joka nykyään edustaa positiivisen psykologian ajatuksia ja teoriaa. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 24.)

Tämän vuosituhanen aikana positiivisesta psykologiasta on muovautunut monihaaraainen tieteenala, johon kuuluvat ajatteluun ja käyttäytymiseen liittyvien tutkimusilmioiden tutkiminen monipuolisissa konteksteissa varhaiskasvatustyöstä armeijakuntaan. (Uusitalo-Malmivaara 2014b, 19.) Positiivisessa psykologiassa tutkitaan yksilön kykyjä ja vahvuuksia suoriutua elämään liittyvistä vaikeuksista sekä erilaisia tapoja, joiden avulla edistetään hyvinvointia. Positiivisessa psykologiassa tarkastellaan myös esimerkiksi sitä, millaisia ovat sellaiset ympäristöt ja ihmisen kehittämät instituutiot, jotka edesauttavat hyvää elämää sekä miten saada ihminen kokemaan, että hänen elämänsä on arvokasta ja tärkeää, suorastaan kukoistavaa. (Ojanen 2014, 10.)

Positiivinen psykologia tarkastelee hyvää. Sen tarkoituksena on vahvuuksien löytäminen kaikista yksilöistä, jotta yksilön sekä koko yhteisön hyvinvointi kohentuu. Tämä on merkityksellistä henkisen perustan rakentamisessa, jonka myötä kohdalle osuvat vaikeudet ja haasteet on helpompi kohdata. Subjektiiivinen hyvinvointi, joka tarkoittaa arkikielen ilmaisuna onnellisuutta, nähdään positiivisen psykologian keskeisimpänä tutkimuksen kohteena. (Uusitalo-Malmivaara 2014b, 19.) Positiivisen psykologian olennaisin visio on hyvän lisääminen ja tuottaminen koko maailmassa, tavoitteena hyvinvoiva yhteiskunta, jossa jokaisella on mahdollisuus hyvinvoivaan ja merkitykselliseen elämään (Leskisenoja 2019, 47).

2.2 Positiivinen pedagogiikka pedagogisena suuntauksena

Positiivinen pedagogiikka nähdään yhtenä pedagogisena suuntauksena, jota voidaan toteuttaa kaikissa koulujen ja varhaiskasvatuksen toiminnoissa. Positiivisen pedagogiikan suuntaus on muodostunut positiivisen psykologian tieteenalasta, jonka tarkoituksena on tutkia yksilöiden hyvinvointia esimerkiksi koulu- ja varhaiskasvatusympäristössä. (Avola ja Pentikäinen 2019, 30.) Sanana positiivinen pedagogiikka nähdään varsin suomalaisena käsitteenä, sillä maailmanlaajuisesti käsite tunnetaan positiivisena kasvatuksena. Englannin kielellä ilmaistuna käsite on positive education. (Leskinsenoja ja Sandberg 2019, 17.)

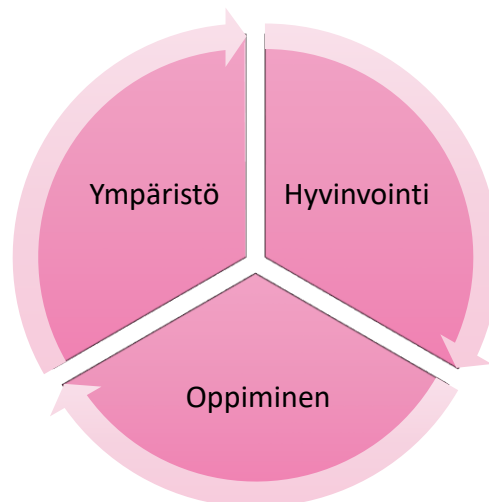
Positiivisen pedagogiikan merkityksellisin tavoite on tukea ja edistää yksilön hyvinvointia. Sen avulla voidaan lisätä hyvää ja tuoda jokaisesta yksilöstä esiin hänen parhaat vahvuutensa ja kykynsä (Vuorinen, Erikivi ja Uusitalo-Malmivaara 2019, 1). Positiivinen pedagogiikka määritellään yhdeksi kokonaisuudeksi, sillä siinä yhdistyvät ajankohtaiset ja korkealaatuiset opetuskäytänteet sekä positiivisen psykologian tuottamat tieteelliset tiedot, joiden yhteisenä tavoitteena on saada yksilöt ja kasvatus- ja kouluympäristöt kukoistamaan. Positiivinen pedagogiikka monipuolistaa perinteistä kasvatusta ja opetusta opettamalla tavanomaisia tietoja ja taitoja samalla edistäen ja opettaen hyviä luonteen taitoja ja hyvinvointia. (Leskisenoja ja Sandberg 2019, 17–18.)

Positiivisen pedagogiikan käsitys perustuu siihen, että lapsi on aktiivinen toimija ja merkityksen rakentaja. Positiivisen pedagogiikan avulla kasvatustieteenalaa on laajennettu tuomalla tutkimuksen ja pedagogisen toiminnan keskiöön lasten osallisuus, vahvuudet ja myönteiset tunteet. Sen sijaan, että kartoitetaan riskejä, menettelytapana keskitytään niihin asioihin, jotka luovat mielekästä oppimista ja oppimisesta syntyvää riemua ja tukevat hyvinvointia. Kuitenkaan positiivisessa pedagogiikassa ei ole tarkoitus unohtaa lapsen elämässä kohtaamia vastoinkäymisiä ja vaikeuksia, vaan niitä lähestytään positiivisen näkökulman avulla. Elämässä tapahtuvat vastoinkäymiset ja hankaluudet eivät automaattisesti tarkoita sitä, että ne ovat lasta vahingoittavia, vaan ne voidaan kokea kasvattavina ja eheyttävinä elämän kokemuksina. (Kumpulainen, Mikkola, Rajala, Hilppö ja Lipponen 2014, 225, 228.)

Positiivisessa pedagogiikassa teoreettisena perustana nähdään sosiokulttuurinen näkemys, jossa korostuvat oppimisen ja kehityksen sosiaalinen, emotionaalinen ja kulttuurinen ulottuvuus. Positiivisessa pedagogiikassa lapsen hyvinvointi ja oppiminen antavat mahdollisuuden tunteiden ja kokemusten ilmaisemiseen, itsensä toteuttamiseen, merkityksen antoon, sosiaalisiin vuorovaikutuksiin, -suhteisiin ja, -pääomaan. Painopisteeksi nousee hyvinvoinnin ja oppimisen sosiaalinen ja kulttuurinen rakentuminen. (Kumpulainen ym. 2014, 227.)

Positiivisessa pedagogiikassa korostetaan sosiaalisia suhteita ja yhteisöjä, jotka ovat merkityksellisiä oppimisessa. Näin päästään tutkimaan hyvinvointia ja oppimista, jotka painottuvat yksilöiden välisiin vuorovaikutuksiin ja toimintoihin, merkityksenantoa tukeviin välineisiin ja jaettuihin käytänteisiin. Positiivinen pedagogiikka korostaa materiaalisia resursseja, sosiaalisia suhteita ja yhteisön jäsenenä olemista. Oppimisessa ja kehityksessä tärkeintä on se, minkälaisiin sosiaalisiin yhteisöihin yksilö kuuluu ja kuinka hän kykenee näissä yhteisöissä toimimaan. Käsitteet osallisuus ja osallistuminen nousevat keskeisiksi osa-alueiksi. (Kumpulainen ym. 2014, 227.)

Positiivisen pedagogiikan sisältöalueet voidaan jakaa kolmeen pääsisältöalueeseen (kuvio 1). Näitä ovat ympäristö, hyvinvointi ja oppiminen. Ympäristön sisällössä keskitytään siihen, millainen ilmapiiri, vuorovaikutus, tavoitteet ja asenteet kukoistavassa varhaiskasvatus- ja kouluympäristössä täytyisi olla. Hyvinvoinnin ulottuvuuksilla kuvataan niitä toimenpiteitä ja sisältöjä, joilla pystytään lisäämään kouluyhteisöjen jäsenten hyvinvointia. Oppimisen sisällöissä korostetaan sitä, miten positiivisessa pedagogiikassa suhtaudutaan oppimiseen, sen seurantaan, tietoon ja lapsiin. Nämä kolme pääsisältöä toimivat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa ja positiivinen pedagogiikka nähdään tässä suurena kokonaisuutena, eikä ainoastaan osien summana. (Avola ja Pentikäinen 2019, 30.)



KUVIO 1. Positiivisen pedagogiikan kolme pääsisältöä (Avola ja Pentikäinen 2019, 30).

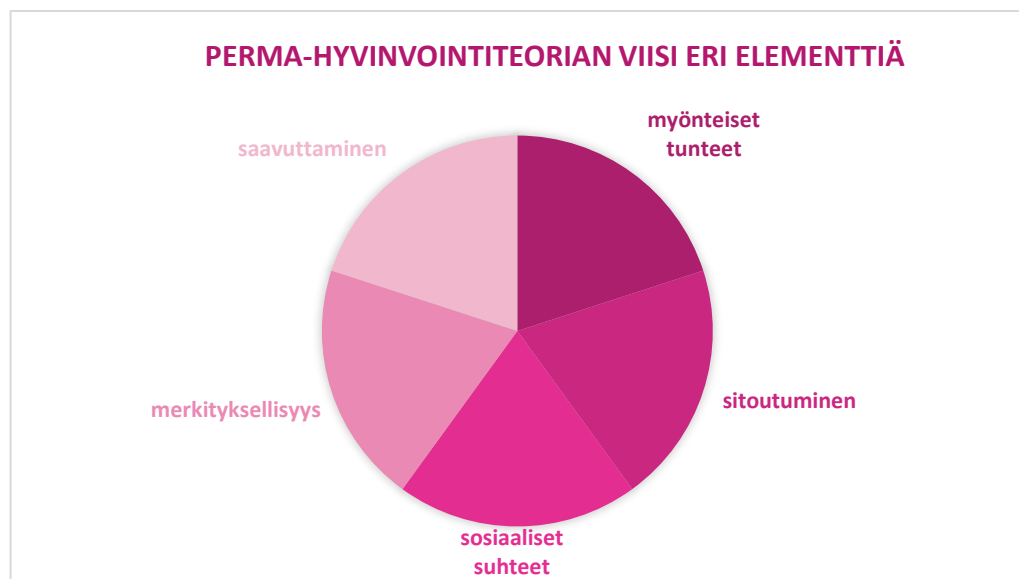
2.3 Keskeisenä tavoitteena kukoistus

Kukoistusta voidaan kuvata hyvinvoinnin ja onnellisuuden huipputilaksi, jossa yksilön sosiaalinen, emotionaalinen ja psykologinen hyvinvointi saavuttaa huipunsa. Kukoistuksella tavoitellaan sitä, että yksilö pystyy hyödyntämään elämässään omia vahvuuksiaan ja kykyjään sekä koko myönteistä inhimillistä potentiaaliaan siten, että hänen hyvinvointinsa heijastuu lähiympäristöön onnellisuutena ja myönteisenä elämänasenteena. (Avola ja Pentikäinen 2019, 46; Leskisenoja 2019, 18.)

Norrishin, Williamsin, O'Connorin ja Robinsonin (2013, 150) mukaan kukoistukseen tarvitaan luonteen vahvuuksia ja PERMA-hyvinvointiteoriaan kuuluvia elementtejä. Lisäksi työntekijältä edellytetään positiivisen pedagogiikan asenteen omaksumista. Hänen on kuitenkin ensin huolehdittava henkilökohtaisesta hyvinvoinnistaan ja koettava positiivisen pedagogiikan sisällöt ja niiden tuomat harjoitukset hyviksi, jotta hän pystyy opettamaan hyvinvointitaitoja lapsille. Kukoistamisen mahdollistamiseen vaaditaan myös hyvinvointia tukevaa varhaiskasvatus- ja kouluympäristöä. (Avola ja Pentikäinen 2019, 49; Norrish, Williams, O'Connor ja Robinson 2013, 150.)

2.3.1 PERMA-hyvinvointiteoria positiivisessa pedagogiikassa

Hyvinvointiteorioita on olemassa useita, mutta opinnäytetyöni taustateoriaksi valitsin Martin Seligmanin PERMA-hyvinvointiteorian. Seligman on yksi merkittävimmistä positiivisen psykologian kehittäjistä ja hän onkin kehittänyt muun muassa hyvinvoinnin ja kukoistuksen PERMA-hyvinvointiteorian. Seligman tunnetaan positiivisen psykologian suurena auktoriteettina ja hänen kädenjälkensä näkyy useissa tieteensovelluksissa ja kehittämissä. Kuviossa 2 on esitetty Seligmanin PERMA-teoria, joka koostuu viidestä elementistä, joita ovat myönteiset tunteet (positive emotions), sitoutuminen (engagements), sosiaaliset suhteet (relationships), merkityksellisyys (meaning) ja saavuttaminen (accomplishments). (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 24.)



KUVIO 2. PERMA-hyvinvointiteorian mukaan hyvinvointi koostuu Martin Seligmanin PERMA-hyvinvointiteorian viidestä elementistä (Leskisenoja 2017, 48).

Myönteisiä tunteita ovat muun muassa mielihyvä, ilo, onnellisuus, hauskuus, kiitollisuus, tyytyväisyys ja turvallisuuden tunne. Myönteiset tunteet koetaan hyvinvoinnin perustaksi, joiden avulla nousevat esille yksilön hyvät puolet. Myönteisten tunteiden käytön on havaittu vaikuttavan useisiin asioihin, esimerkiksi lasten käyttäytyminen, ihmissuhteet, terveys ja toiminnan sitoutuminen ovat asioita, joihin myönteiset tunteet ovat vaikuttaneet suotuisasti. (Leskisenoja 2019, 65; Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 24.)

Sitoutuminen taas ilmentyy vahvana mielenkiintona tiettyyn tekemiseen, jolloin yksilö kykenee keskittymään tarkoin tähän toimintaan. Tällöin hänen mielenkiintonsa on korkealla tasolla. Korkea mielenkiinnontaso tuottaa myös mielihyvää. Yksilö oppii myös tarkkaavaisuutta, omistautuneisuutta, sinnikkyyttä ja sitoutuneisuutta, jotka taas johdattavat parempiin oppimistuloksiin, hyvinvoinnin saavuttamiseen sekä tavoiteltuun tulokseen tai päämäärään. (Leskisenoja 2019, 65.)

Sosiaaliset suhteet koetaan PERMA-hyvinvointiteorian ja positiivisen psykologian ytimeksi. Jotta lapsi kasvaa ja kehittyy, tarvitsee hän myönteisiä ja turvallisia ihmissuhteita ympärilleen. Mikäli lapsi ei saa tarpeeksi huolehtivaa, arvostavaa ja rakastavaa kasvatusta, lapsen hyvinvoinnin ja oppimisen kasvu-alue ei muodostu riittävän vahvaksi. Tällöin myös aikuisen ja lapsen välinen suhde ei pääse kukoistamaan. Lapsi kehittyy kotiympäristössä, mutta kehittyäkseen tasapainoisesti lapsi tarvitsee myös muita sosiaalisia suhteita muualtakin kuin kotiympäristöstä. Sosiaalisten suhteiden muodostaminen on välttämätöntä myös lapsen aivotoiminnan optimaaliselle kehitykselle. (Leskisenoja 2019, 66.)

Merkityksellisyiden avulla lapsi pystyy näkemään oman itsensä ja henkilökohtaisen elämänsä arvon. Merkityksellisyydestä tulevat kokemukset auttavat muodostamaan lapsen identiteettiä ja minäkuva. Lapsi kokee merkityksellisyyttä elämänsä varrella kohtaamistaan kokemuksista, vuorovaikutustilanteista ja ihmissuhteista. Positiivisen psykologian perspektiivissä merkityksellisyys lisääntyy, kun lapsi tunnistaa omia vahvuksiensa ja kykenee niitä hyödyntämään. Merkityksellisyys lisääntyy myös, kun lapsi kokee osallisuutta elämässä kohdanneista kokemuksistaan. (Leskisenoja 2019, 66.)

Saavuttamisessa huomio kiinnittyy lapsen oppimiseen ja onnistumisen kokemuksiin. Saavuttamiseen tarvitaan tarpeellisia osatekijöitä, joita ovat kannustus, sisäisen motivaation nostattaminen ja sinnikkyiden ja toiveikkuuden lisääminen. Myönteisen palautteen ja onnistumisen sanoittamisen kautta yksilön ilo ja hyvinvointi lisääntyvät. Näiden hyvinvoinnin viiden elementin avulla tavoitteiden ja päämäärien saavuttaminen mahdollistuu. (Leskisenoja 2019, 66, 183.)

2.3.2 Hyveet ja luontevahvuudet positiivisessa pedagogiikassa

Hyveajattelun juuret ylettyvät jo antiikin aikoihin saakka. Vasta 2000-luvun vaihteessa positiivisen psykologian suuntaus alkoi kehittyä, hyveistä ja luontevahvuuksista muodostui itsessään tarkastelun kohde. Hyve määritellään tavoiteltavaksi kokonaisuudeksi, joka muodostuu erilaisista vahvuuksista. Sitä kuvataan ominaisuudeksi, joka on eettisesti ja moraalisesti arvokas palvelen henkilöä ja hänen ympäristönsä. (Uusitalo-Malmivaara 2014a, 63–64.)

Luontevahvuudet voidaan luokitella hyveiden alakäsitteeksi. Brdar ja Kashdan (2010) kuvailevat luontevahvuuksien olevan ominaisuuksia, jotka ilmenevät tunteiden, käytöksen ja ajatusten yhteydessä. Henkilökohtaiset luontevahvuudet koetaan ”omaksi itseksi”, jolloin luontevahvuuksien käyttöönotto tuottaa sisäistä motivaatiota. Luontevahvuuksien käyttäminen voi tuottaa yksilölle flow-tilan, toisin sanoen täyden uppoutumisen tiettyyn tekemiseen. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 32.) Vahvuuksien käyttöönotto vahvistaa yksilön itsetuntoa, jolloin myös hänen kokonaisvaltainen hyvinvointinsa lisääntyy. Muun muassa sosiaalisen älykkyyden, itsesäätelyn ja toiveikkouden kautta masennuksen, stressin, väkivallan ja päihteiden käytön riskit ovat pienemmät. Yllä mainittujen vahvuuksien käyttöönottoisessa on yhteys ystävällisyyteen, moninaisuuden hyväksymiseen ja koulumenestyksen lisääntymiseen. (Hotulainen, Lappalainen ja Sointu 2014, 265; Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 32.)

Martin Seligmanin (2008, 25–27) mukaan hyvinvoinnin ymmärtämiseen ja kokemiseen vaaditaan yksilön myönteisten ominaisuuksien huomiointia. Vahvuuksien ja hyveiden avulla positiivisuus ja mielihyvä elämässä lisääntyvät, mikä auttaa kohtaamaan elämän erilaisia tilanteita. Seligmanin mukaan aito hyvinvointi ja onnellisuus saavutetaan käyttämällä luontevahvuuksia jokapäiväisessä elämässä.

Martin Seligman ja hänen kollegansa kehittivät tällä vuosituhannella VIA-luontevahvuusfilosofian, joista myöhemmin on tuotettu sadoittain erilaisia tieteellisiä julkaisuja. VIA-luontevahvuusfilosofian sekä niistä tuotettujen julkaisujen myötä on kehitelty menetelmiä ja välineitä käytännönläheiseen työhön. VIA:ssa tavoitteena on löytää ja tunnistaa yksilön hyveet sekä niihin liittyvät luontevahvuudet, joiden myötä yksilö pystyy käyttämään niitä jokapäiväisessä elämässään tukena. VIA-luokittelussa on kuusi hyvettä, joita kutsutaan viisaudeksi, rohkeudeksi, inhimillisyydeksi, oikeudenmukaisuudeksi, kohtuullisuudeksi ja henkisyudeksi. Näihin hyvealueisiin lukeutuvat 24 erilaista vahvuutta (kuva 1). (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016 a, 32–33.)

Hyveet	Luontevahvuudet
<p>1. Viisaus ja tieto Tiedon hankkimiseen ja käyttöön liittyvät kognitiiviset vahvuudet</p>	<p>1. Luovuus 2. Uteliaisuus 3. Arviointikyky 4. Oppimisen ilo 5. Näkökulmanottokyky</p>
<p>2. Rohkeus Emotionaaliset vahvuudet, joita tarvitaan päämäärien saavuttamiseen sisäistä tai ulkoista vastarintaa kohdattaessa</p>	<p>6. Rohkeus, urheus 7. Sinnikkyys 8. Rehellisyys 9. Innostus</p>
<p>3. Inhimillisyyt Sosiaaliset kyvyt, joita tarvitaan toisista huolehtimiseen ja ystävystymiseen</p>	<p>10. Rakkaus 11. Ystävällisyys 12. Sosiaalinen älykkyyt</p>
<p>4. Oikeudenmukaisuus Taidot, joita tarvitaan yhteisössä elämisessä</p>	<p>13. Ryhmätyötaidot 14. Reiluus 15. Johtajuus</p>
<p>5. Kohtuullisuus Kyky vastustaa liioittelua ja ylenpalttisuutta</p>	<p>16. Anteeksiantavuus 17. Vaatimattomuus 18. Harkitsevaisuus 19. Itsesäätely</p>
<p>6. Henkisyys Kyky antaa ilmiöille laajempaa merkitystä, transsendenssi</p>	<p>20. Kauneuden arvostus 21. Kiitollisuus 22. Toiveikkuus 23. Huumorintaju 24. Hengellisyys</p>

KUVA 1. Values in Action eli VIA-luokittelu Petersonin ja Seligmanin (2004) mukaan (Uusitalo-Malmivaara 2014a, 70).

Kaisa Vuorinen ja Lotta Uusitalo-Malmivaara ovat monipuolistaneet luontevahvuuksia, lisäten luontevahvuuksiin myös sisun ja myötätunnon. Jokainen ihminen omaa noin 3–5 ydinvahvuutta, jotka näkyvät ihmisen arkisissa toiminnoissa, puheissa ja elämän valinnoissa. Kasvuvahvuuksiksi kutsutaan niitä vahvuuksia, jotka jäävät ydinvahvuuksien ulkopuolelle. Kasvuvahvuuksia ja ydinvahvuuksia pystytään kehittämään ja harjoittamaan muun muassa sosiaalisten vuorovaikutusten kautta, yhdessä tärkeäksi koettujen henkilöiden ja arkisten toimintaympäristöjen parissa. Henkilökohtaiset vahvuudet voivat myös vaihdella elämän aikana. (Trogen 2020, 125–126.)

3 LASTEN JA LAPSIPERHEIDEN HYVINVOINTI YHTEISKUNNALLISENA KYSYMYKSENÄ

3.1 Hyvinvoinnin määrittely

Hyvinvoinnin määrittelyä on vaikea kuvastaa yksiselitteisesti ja ongelmattomasti, sillä hyvinvointi nähdään hyvin moninaisena ilmiönä. Käsitteenä hyvinvointi voidaan nähdä esimerkiksi aktiivisena tapahtumaketjuna, joka koostuu yksilön fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnin kokonaisuudesta. Hyvinvointi näkyy onnellisuutena, jolloin yksilöstä huokuu positiivinen mieliala ja elämän tyytyväisyys. Myös useat tutkimukset ovat osoittaneet, että koettu hyvinvointi tukee tärkeitä ja arvokkaita elämän peruspilareita. (THL 2020a; Lappalainen, Meriläinen ja Kuittinen 2008, 8.) Kun hyvinvointia ja onnellisuutta tarkastellaan teoreettisesta näkökulmasta, käytetään useimmiten sanaa subjektiivinen hyvinvointi. Subjektiivinen hyvinvointi tarkoittaa sitä, kuinka ihminen arvioi oman elämänsä tyytyväisyyttä sekä positiivisten ja negatiivisten tuntemusten määrää. Lapsi, joka kokee subjektiivisen hyvinvointinsa korkeatasoiseksi, tuntee kielteisten tunteiden sijasta enemmän positiivisia tunteita ja kokee olevansa tyytyväinen elämänsä eri osa-alueisiin. (Leskisenoja ja Sandberg 2019, 28.) Hyvinvoinnista koostuvien osatekijöiden voidaan ajatella muodostuvan kolmesta ulottuvuudesta: terveydestä, materiaalisesta hyvinvoinnista ja koetusta elämänlaadusta. Hyvinvointi koostuu niin yksilön hyvinvoinnista kuin yhteisön hyvinvoinnista. Yksilön hyvinvointiin kuuluvat muun muassa onnellisuus, sosiaaliset kanssakäymiset, sosiaalinen pääoma ja itsensä toteuttaminen. Yhteisön hyvinvoinnin osa-alueita ovat muun muassa elinolot ja ympäristö, työllistyminen ja työolosuhteet sekä toimeentulo. (THL 2020a.)

Jokainen yksilö tavoittelee elämässään yhteistä ja samaa päämäärää; hyvinvoivaa lapsuutta, nuoruutta, aikuisuutta ja vanhuutta. Kuitenkin yksilöiden käsitykset niistä, mitkä tekijät johtavat hyvinvointiin voivat olla hyvinkin erilaisia. Lapsen hyvinvointia voidaan edistää ja tukea esimerkiksi asettamalla lapselle rajoja, antamalla rakkautta ja taata lapselle turvallinen ja hyväksyvä kasvuympäristö. Siitä huolimatta näiden käsitteiden kasvatukseen voivat erota toisistaan huomattavasti. Hyvinvoinnista on tuotettu tutkimustuloksia ja tutkimusten perusteella merkittäväksi huomioksi nousee, että hyvinvointia voi oppia ja opettaa, vaikka yksilön elinolot olisivatkin epäsuotuisat. Siltikään tähän asti varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin tai opetussuunnitelmiin ei ole sisällytetty hyvinvointitaitojen opettamista. Kuitenkin tilastotiedoissa yksilöiden osattomuuden, ulkopuolisuuden, mielenterveyden heikentyneisyyden ja merkityksettömyyden kokemukset eivät ole laskeneet tämänhetkisten käytänteiden myötä. Ongelmiin keskittyvällä lähestymistavalla ja epäkohtien korjaamisella ei ole päästy myöskään kukoistukseen. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2019, 17–18.)

3.2 Lasten ja perheiden hyvinvointi Suomessa

Suomi on sitoutunut edistämään lasten hyvinvointia YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen 1989 mukaisesti. Sopimuksen mukaan lasten hyvinvointia voidaan edistää kehittäen ympäristöjä niin, että kaikki lapset ovat oikeutettuja saamaan parhaat mahdolliset lähtökohdat elämäänsä. Näin ollen tämä mahdollistaisi jokaisen lapsen yksilöllisten kykyjen kehittämisen turvallisen ja tukea antavan verkoston ympäröimänä. (Hujala ja Turja 2017, 11.) Varhaiskasvatuslaissa (540/2018, 3 §) varhaiskasvatuksen tärkeäksi tavoitteeksi määritellään kaikkien lasten ikätason ja kehityksen huomioiminen, lapsen kokonaisvaltaisen kasvun, kehityksen, terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Valtakunnallisessa varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteissa 2018 painotetaan lapsen edun ensisijaisuutta, yhdenvertaisuutta, lapsen mielipiteen huomioon ottamista ja lapsen hyvinvoinnin-, huolenpidon- ja suojelun oikeutta. Varhaiskasvatuksen tarkoituksena on omalta osaltaan huolehtia lasten hyvinvoinnista sekä tukea ja täydentää huoltajien toteuttamaa kasvatusta, vaikka lasten huoltajat ovat ensisijaisesti vastuussa lasten kasvatukseen liittyvistä asioista. (Opetushallitus 2018, 7, 20.)

Maailmanlaajuisesti suhteutettuna Suomi nähdään tällä hetkellä hyvinvoivaksi valtioksi, mutta silti Suomessa esiintyy paikoittain pahoinvointia ja eriarvoisuutta. Tosiasiassa osa lapsista jää ilman kodin antamaa perusturvallisuutta koulu- ja elämänpolkua varten. Suomessa lasten hyvinvointierot ovat suuret ja lapsiperheköyhyys on jäänyt pysyväksi ongelmaksi monille perheille. Koettu hyvinvointi heijastuu ja vaikuttaa lasten elämään. Vuorovaikutus- ja sosiaalisten taitojen puutteellisuus, syrjäytyneisyys ja osattomuus siirtyvät helposti sukupolvelta toiselle. (Avola ja Pentikäinen 2019, 16–17, THL 2020b; Unicef 2020.)

”Lapsiperheiden hyvinvointi 2014” -tutkimuksessa ilmenee huolestuttavia tutkimustuloksia lapsiperheiden hyvinvoinnin tilasta. Suurin osa suomalaisista lapsiperheistä kokee voivansa hyvin, mutta pieni vähemmistö kokee huolestuttavaa pahoinvointia ja hyvinvointi on jakautunut epätasaisesti. Tutkimustulosten mukaan yhä kasvava määrä lapsia voi pahoin. Tämä näkyy erilaisina kasvavina ja kasautuvina ongelmina lapsiperheissä. Näiden syiden vuoksi tulisi tehdä painokkaasti työtä pahoinvoivien ja syrjäytymisriskin omaavien lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin edistämiseksi. Lasten pahoinvointi ja syrjäytyneisyys on inhimillisesti väärin, joka myös koetaan yhteiskunnan tulevaisuuden voimavarojen tuhlaukseksi. Jokainen lapsi on yksilöllisesti arvokas ja hänen tulee saada erityistä suojelua ja hoivaa YK:n lasten oikeuksien sopimuksen mukaisesti. Koko yhteisönkin näkökulmasta uusi sukupolvi nähdään tulevaisuuden maailmanrakentajina. He voivat vaikuttaa hyvinvoivan yhteiskuntamme rakentamiseen. Tämänkin antaa perusteluita sille, ettei Suomen tulisi antaa lasten kokea pahoinvointia tai ajautua syrjäytyneeksi. (Johanna Lammi-Taskula ja Sakari Karvonen, 2014.)

”Pienten lasten ja heidän perheidensä hyvinvointi 2018” -tilastoraportissa kuvataan pienten lasten perheiden hyvinvoinnin ja terveydentilaa sekä palveluiden käyttämistä ja niistä koettuja palvelukokeimuksia maakunnan ja väestöryhmän laajuisesti. Tutkimuksen tiedonkeruuseen otti osaa 290 Suomen paikkakuntaa. Tutkimuksen kohteena olivat 4-vuotiaat ja heidän perheensä. Tiedonkeruu on toteutettu vanhemmilta saadun tiedon perusteella ja tutkimukseen osallistui yli 17 tuhatta perhettä Manner-Suomen kunta-alueelta. Lasten vanhemmilta saatujen tietojen mukaan valtaosa 4-vuotiaista lapsista on hyvinvoivia, vaikka tutkimukseen osallistuneista lapsista 12 %:lla oli jonkinlainen pitkäaikaissairaus tai terveyteen liittyvä ongelma. Kuitenkin monet lapset olivat kohdanneet kuormitustekijöitä, muun muassa yksi kolmasosa lapsista oli tullut kiusatuksi. Varhaiskasvatusympäristössä huolen aiheita herätti useammin poikien hyvinvointitila kuin tyttöjen. Lastenneuvolassa työskentelevien terveydenhoitajien sanoman perusteella lisätuen tarpeiden määrä oli todennäköisempää niillä perheillä, joilla oli poikia sekä niillä perheillä, joiden vanhemmat elävät eri taloudessa. (Vuorenmaa 2019, 1, 24.)

Myös 4-vuotiaiden lasten vanhemmat kokivat suurimmaksi osaksi voivansa hyvin ja kokivat tyytyväisyyttä vanhemmuuteen sekä perhearkeen liittyvistä asioista. Työstä johtuvaa kotiaskareiden laiminlyöntiä kokivat kolmasosa vanhemmista, viidesosa vanhemmista koki masennusoireita ja yksi seitsemäsosa vanhemmista koki toimeentulon riittämättömyyttä. Yleisemmin jaksamiseen liittyviä pulmia kokivat ne vanhemmat, jotka olivat perheen ainoat aikuiset. Terveystenhoitajien sanoman perusteella lisätuen tarve kohdistui kahdelle kolmasosaa perheistä. Lisätuen tarve johtui useimmiten vanhempien jaksamiseen liittyvistä asioista ja lapsen kehitykseen liittyvistä asioista. Lisäksi suurin osa vanhemmista kaipasi lapsiperhepalvelujen työntekijältä apua, mutta kuitenkin he eivät tunteneet avun olevan heidän perheelleen sopivia. Lapseen kohdistuvasta tuen tarpeesta useimmiten kerrottiin, mutta parisuhdeongelmista ja vanhempien pulmista taas useimmiten vaiettiin. Yleisempää oli, että tuen tarpeesta jätettiin kertomatta silloin, kun perheessä oli jaksamiseen liittyviä pulmia esimerkiksi masennusoireita, yksinäisyyden tunnetta ja vanhemmuudesta johtuvaa jaksamattomuutta. Näiden tutkimustuloksien mukaan on tarpeellista ottaa huomioon kokonaisvaltaisemmin perheen hyvinvointi jokaisissa lapsiperheiden palveluissa. Erityinen huomio täytyy kohdistaa perheisiin, joissa on pieniä poikia, eri talouksissa eläviin perheisiin ja perheisiin, joissa on yksi vanhempi. (Vuorenmaa 2019, 1–2.) Tämän tutkimuksen tuloksiin COVID19 ei ole vielä vaikuttanut, koska tutkimus suoritettiin ennen koronapandemian alkamista.

Tutkimustulosten perusteella lasten hyvinvoinnin edistämiseksi on suuri tarve, jotta heistä kasvaa terveitä ja hyvinvoivia aikuisia. Lasten hyvinvoinnin merkittäväksi osa-alueiksi koetaan koti ja perhe. Näiden lisäksi lasten hyvinvointiin vaikuttaa erilaiset kasvuympäristöt muun muassa varhaiskasvatus- ja kouluympäristö. Mikäli perheessä voidaan huonosti, heijastuu se herkästi lapsen hyvinvointiin. Myös useiden tutkimusten perusteella perheet tarvitsevat tukea ja ohjausta kasvatuksessa entistäkin enemmän, jolloin muut kasvuympäristöt nähdään tärkeänä osatekijänä lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin edistämisessä. Koronapandemiakriisi on myös tuonut haasteita lapsiperheiden hyvinvointiin ja sen vuoksi tarvitaan lisää tilastotietoa COVID19-viruksen aiheutuvista haasteista, jotta lapsiperheitä pystytään tukemaan tarvittavien apukeinojen avulla ja matalan kynnyksen apu on saatavissa (Turun yliopisto 2020). Tutkittua tietoa löytyy runsaasti perheiden huono-osaisuudesta ja hyvinvoinnin polarisaatiosta, joka nostaa tarpeen positiivisen pedagogiikan kasvatuksen käytölle ja kasvatuksen tukemiseksi.

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Opinnäytetyöprosessi käynnistyi syksyllä 2019. Opinnäytetyön aihe ja kokoonpano muovautui useaan kertaan ja vuonna 2020 keväällä päädyin lopulliseen opinnäytetyön aiheeseen. Muodostin miellekarttoja mielenkiintoisista aihealueista, jolloin positiivinen pedagogiikka nousi vahvasti esille. Aiheesta olen ollut kiinnostunut jo parin vuoden ajan, joten aloin pohtia vakavammin aihealuetta mahdollisen opinnäytetyön aiheiksi. Halusin kuitenkin rajata aihealueen sisältöä, jotta pääsisin tarkemmin perehtymään aiheeseen. Pohdin mielessäni minulle kiinnostavia ja tunteita herättäviä aiheita. Pian huomasin, että ajatukseni keskittyivät vahvasti lasten hyvinvointiin ja pahoinvointiin sekä siihen, kuinka lasten pahoinvointia voidaan ennaltaehkäistä ja hyvinvointia puolestaan vahvistaa. Niinpä lopullinen aiheen valinta muodostui minulle kuitenkin selkeästi ja opinnäytetyöni aiheeksi valikoitui ”positiivinen pedagogiikka lasten hyvinvoinnin edistäjänä”.

Olen työskennellyt aiemmin lähihoitajana ja sosionomiksi opiskellessani sosiaalialan ohjajana erilaisten perheiden ja lasten parissa. Työssäni olen kohdannut monimuotoisia haastavia tilanteita, lapsia, joilla on ollut erityisen tuen tarpeita ja perheitä, jotka ovat kohdanneet elämässään erilaisia traumoja ja muita kuormittavia tekijöitä. Työkokemukseni on ollut niin korjaavaa kuin ennaltaehkäisevääkin työtä, mutta ennaltaehkäisevä työ on ollut minulle erittäin lähellä sydäntä. Halusin myös valita opinnäytetyön aiheen niin, että opittu menetelmällinen lähestymistapa palvelee sekä ennaltaehkäisevässä että korjaavassa työssä ja lähes missä tahansa sosiaali- ja terveysalan työkentällä. Tutkimuskysymykseksi valitsin, miten positiivista pedagogiikkaa voidaan hyödyntää lasten hyvinvoinnin edistämiseen sosiaali- ja terveysalalla sekä kasvatuksessa. Lisäksi opinnäytetyön teoriaosassa muodostin kokonaiskäsitystä siitä, millainen yhteys positiivisella pedagogiikalla on lasten hyvinvointiin ja sen edistämiseen.

Perehtyessäni tarkemmin positiiviseen pedagogiikkaan huomasin, kuinka suuressa roolissa positiivisessa pedagogiikassa työntekijän asenne on, eli toisin sanoen, miten hän on itse omaksunut positiivisen pedagogiikan suuntauksen. Positiivinen pedagogiikka ei vain toteudu automaattisesti, vaan sen toteuttamiseen tarvitaan ensisijaisesti työntekijältä ja koko työyhteisöltä halua toteuttaa positiivista pedagogiikkaa. Halusin saada näistä asioista syvällisempää tieteellistä tietoa opinnäytetyöni kautta.

Omaehtoisten kokemuksieni ja tutkimani tietojen kautta olen tehnyt havaintoja etenkin varhaiskasvatuksen toimintaideologian toteutumisesta positiivisen pedagogiikan kautta. Nykyiset paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat ja varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteet 2018 perustuvat vahvasti hyvän ja positiivisen kautta oppimiseen. Painotuksena ovat myös lapsen omat vahvuudet, mielenkiinnon kohteet ja toimijuus, jotka linkittyvät positiiviseen psykologiaan vahvasti. (Opetushallitus 2018, 22–23.) Kuitenkin käytännössä näiden asioiden haltuun ottamisessa ja toteuttamisessa on mielestäni vielä kehitettävää. Lisähaasteita positiivisen pedagogiikan toteuttamiseen tuovat myös esimerkiksi työntekijöiden oma kiinnostus asiaan ja itsensä kehittämisen halu, jokaisen työntekijän oma käsitys omaksumastaan kehityspsykologisesta tiedosta sekä työntekijät, joiden eri aikakausien koulutus- ja kasvatuseroavat toisistaan. Nämä kaikki asiat heijastuvat myös positiivisen pedagogiikan ohjeiden tulkinnassa ja käytännön toteutuksessa.

Opinnäytetyön aihevalintaan vaikutti myös ajankohtaisuus, sillä Suomessa yhä useammat sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset, opettajat ja kouluttajat ovat omaksuneet positiivisen pedagogiikan lähestymistavan ja ottaneet sen työssään käyttöön. Kasvatus- ja opetusikänteissä helposti huomio kohdistuu edelleen korjattaviin seikkoihin ja asiasta kuin asiasta löytyy yleensä parannettavaa. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2017, 29.)

Myös Eliisa Leskisenoja kirjoittaa teoksessaan (2019, 39) ”Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa”, että yleisesti ottaen Suomessa ollaan vahvasti kiinnostuneita positiivisesta pedagogiikasta. Varhaiskasvatuslaissa ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2018 löytyy useita positiiviseen pedagogiikkaan liittyviä aihealueita, mikä on edistänyt omaksumaan positiivista työtettä. Muun muassa varhaiskasvatuslain mukaan varhaiskasvatuksessa tavoitteena on edistää lasten hyvinvointia, kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä, jossa huomioidaan ja mahdollistetaan myönteiset oppimiskokemukset, oppimisen ja osallisuuden takaaminen sekä ryhmätyöskentely- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen turvallisessa ja kunnioittavassa varhaiskasvatusympäristössä. Nämä kaikki edellä mainitut tavoitteet ovat myös merkittäviä tavoitteita positiivisessa pedagogiikassa. Leskisenoja kuvaa positiivisen pedagogiikan täydentävän ja vahvistavan tavoitteellista varhaiskasvatustyötä. Käyttämällä positiivisen pedagogiikan toimintaperiaatteita ja menetelmiä, pystytään saavuttamaan varhaiskasvatuksen laatimia tavoitteita entistäkin vahvemmin ja tehokkaammin.

4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus laadullisena tutkimusmenetelmänä

Tutkimuksellinen lähestymistapa opinnäytetyöhöni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullinen on tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa pyritään ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. (Jyväskylän yliopisto 2015.) Opinnäytetyöni tutkimusmenetelmä on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmä. Kirjallisuuskatsauksella tarkoitetaan menetelmää, jonka avulla voidaan tutkia aiemmin tehtyjä tutkimuksia. Kirjallisuuskatsauksessa kerätään aiemmista tutkimuksista tuloksia, joiden myötä tuotetaan uusia ja laadullisia tutkimustuloksia. (Salminen 2011, 6.)

Kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa kolmeen erilaiseen katsaustyyppiin, joita ovat kuvaileva kirjallisuuskatsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja laadullinen sekä määrällinen meta-analyysi. Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta eli traditionaalista kirjallisuuskatsausta pidetään yhtenä yleisimpänä kirjallisuuskatsauksen tyypeistä. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa ei ole tarkkoja tai tiukkoja ohjeistuksia ja siihen käytetyt aineistot voivat olla laaja-alaisia. Systemaattiseen ja meta-analyysiin verrattuna kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymykset ovat laajempia, eivätkä metodiset säännöt eivät vaikuta aineiston valintaan. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus nähdään myös itsenäisenä metodina, mutta sen avulla tarjoutuu uusia ilmiöitä systemaattista kirjallisuuskatsausta varten. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on jaettu kahteen erilaiseen orientaatioon, jotka ovat narratiivinen ja integroiva katsaus. Tässä kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa käytetään narratiivista orientaatiota. (Salminen 2011, 6–7.)

4.2 Aineistohaun- ja kirjallisuuskatsauksen toteutus

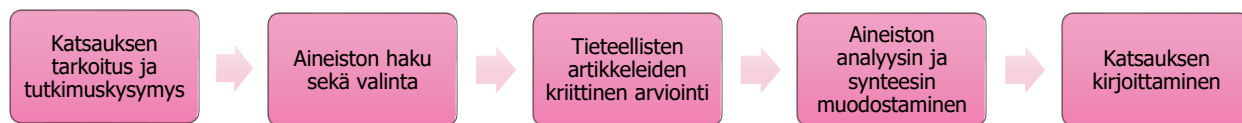
Aloitin tutkimusaineiston systemaattisen haun kirjallisuuskatsauksen menetelmin toukokuussa 2020. Ennen aineistohaun toteutusta laadin sisäänotto- ja poissulkukriteerit kuvailevaa kirjallisuuskatsausta varten (kuvio 3). Ennen varsinaista hakuprosessia on tarpeellisista tuottaa sisäänotto- ja poissulkukriteerit, sillä ne auttavat asianmukaisten artikkeleiden löytämisessä ja aiheessa pysymisessä (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 24).



KUVIO 3. Kirjallisuuskatsauksen sisäänotto- ja poissulkukriteerit (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 26).

Laatiessani sisäänotto- ja poissulkukriteereitä päädyin ratkaisuun, että julkaisu voi olla maksimissaan 10 vuotta vanha. Ennen systemaattista tiedonhakuja muokkasinkin julkaisuehtoja kuitenkin sen verran, että artikkeleiden julkaisuvuosi on vuosien 2009–2020 välillä. Tähän ratkaisuun päädyin siitä syystä, koska pidin erittäin tärkeänä käyttää kirjallisuuskatsauksessani Seligmanin, Ernstin, Randalin, Gillhamin, Reivichin ja Linkinsin alkuperäistä artikkelia, joka on julkaistu vuonna 2009.

Etenin kuvailevan kirjallisuuskatsauksen viiden eri vaiheen mukaisesti (kuvio 4). Ensimmäisenä määrittelin kirjallisuuskatsauksen tarkoituksen sekä tutkimusongelman. Katsauksen tarkoituksen määrittäminen antaa suunnan koko prosessille. Hyvä tutkimusongelma tai kysymys on valittuun aiheeseen nähden tarkoituksenmukaisesti riittävän rajattu, mutta ei liian suppea ja siihen on oltava mahdollista vastata kirjallisuuden perusteella. (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 24.) Laadin aiheesta erilaisia miellekarttoja, jotka auttoivat tutkimuskysymyksen valitsemisessa.



KUVIO 4. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen viisi eri vaihetta (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 24–33).

Sisäänotto- ja poissulkukriteereiden laatimisen jälkeen suoritin systemaattisen tiedonhaun käyttämällä erilaisia tietokantoja. Käytettyjä tietokantoja olivat Ebsco, Savonia Finna, Arto ja Eric. Lisäksi käytin aineistojen etsimiseen myös Google Scholaria ja lumipallotutkimusmenetelmää. Näiden lisäksi suoritin myös manuaalista hakua kirjojen ja artikkeleiden lähdeluetteloista. Systemaattisessa tiedonhaussa käytin apunani muistiinpanoja ja miellekarttaa, sillä tarkasti kirjoitetut merkinnät ja huomiot ovat kirjallisuuskatsauksessa tarpeellisia. Kokonaisuudessaan hakuprosessi on kirjallisuuskatsauksen ajallisuudeltaan isoin osio. Hakusanoista ja hauista joutuu toisinaan tekemään tarkennuksia ja muokkauksia. Lisäksi hakuprosessin jälkeen lopulliseen artikkeleiden tarkasteluun ja käsittelemiseen tarvitaan aikaa ja työstämistä. (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 24–27.)

Tieteellisten artikkeleiden löytämiseksi kokeilin useaan kertaan erilaisia hakusanoja, jotka vastasivat opinnäytetyön keskeisiä käsitteitä. Ebscosta valitsin Eric-tietokannan ja tarkensin hakua niin, että jokainen teksti oli vertaisarvioitu sekä kokonaan luettavissa ilmaiseksi vuosilta 2009–2020. Suomenkieliset päähakusanat olivat positiivinen pedagogiikka ja positiivinen psykologia. Englanninkieliset päähakusanat olivat positive psychology OR positive education. Englanninkielisiä tieteellisiä artikkeleita löytyi hakusanoilla paljon, vaikka suurin osa tieteellisistä artikkeleista eivät vastanneetkaan tutkimuskysymykseeni. Eric-tietokannan kautta löytyi kaksi kansainvälistä tieteellistä artikkelia, jotka valikoituivat lopulliseen kirjallisuuskatsaukseen. Lumipallotutkimusmenetelmän avulla valikoitui yksi tieteellinen artikkeli. Tietokanta Ebscon jälkeen suoritin systemaattisen tiedonhaun myös Savonia Finnasta. Positiivinen pedagogiikka ja positiivinen psykologia haulle löytyi yhteensä 10 teosta. Suurin osa artikkeleista karsiutui pois, sillä ne eivät vastanneet tutkittuun aiheeseen. Savonia Finnasta kautta sopivia artikkeleita löytyi neljä kappaletta, joista lopulliseen kirjallisuuskatsaukseen valikoitui yksi artikkeli (taulukko 1).

Savonia Finnan kansainvälisiä artikkeleita tutkiessani kokeilin kolmea hakusanaa: positive pedagogy, positive schooling ja positive education. Positive pedagogy -tuloksella löytyi 22 459 artikkelia, joista suurin osa ei koskettanut opinnäytetyöni aihetta. Positive schooling hakutuloksia löytyi 40 360. Positive education hakusanalla tuloksia löytyi 788 143. Hakutuloksien suuren määrän vuoksi rajasin hakua tarkemmin ja käytin ainoastaan positive education hakusanaa. Lopulliseen kirjallisuuskatsaukseen ei kuitenkaan valikoitunut yhtään kansainvälisiä artikkeleita Savonia Finnan kautta.

TAULUKKO 1. Kirjallisuuskatsaukseen valitut tieteelliset artikkelit

	Artikkelin nimi ja tekijät	Systemaattisen tiedonhaku
1.	Positiivisen pedagogiikan jäljillä. Kristiina Kumpulainen, Anna Mikkola, Antti Rajala, Jaakko Hilppö, Lasse Lipponen 2014.	Manuaalinen tiedonhaku (lumi-pallomenetelmä)
2.	VIA-vahvuusmittari lasten ja nuorten luontevahvuuksien kartoittamiseen. Lotta Uusitalo-Malmivaara 2016.	Finna Savonia, Arto
3.	Vuosi koulua, vuosi iloa. Eliisa Leskisenoja 2016.	Google scholar
4.	Positive Education: Positive Psychology and Classroom Interventions. Martin E. P. Seligman, Randal M. Ernstb, Jane Gillhamc, Karen Reivicha ja Mark Linkinsd 2009.	Ebsco, Eric
5.	A Character Strength Intervention in 11 Inclusive Finnish Classrooms to Promote Social Participation of Students with Special Educational Needs. Kaisa Vuorinen, Anne Erikivi, Lotta Uusitalo-Malmivaara 2019.	Ebsco, Eric

Ennen systemaattista tiedonhakuja laadin suunnitelman systemaattiseen tiedonhakuun. Kirjallisuuskatsauksen luotettavuuden takaamisessa tärkeä osa on systemaattisen tiedonhaun suunnitelman laatiminen. Tiedonhaun tarkoituksena on etsiä niitä aineistoja, jotka vastaavat kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymyksiin. Systemaattisen tiedonhaun yhteydessä on aihetta hyödyntää manuaalisen tiedonhaun menetelmää, jotta alkuperäisten tutkimusten löytyminen mahdollistuu. Tietokantojen hakuprosessissa edellytetään käyttämään hakusanoja ja hakusanoista laadittuja hakulausekkeita. Kirjallisuuskatsauksen tekijän on ensin selvítettävä, mitkä ovat työn keskeisiä käsitteitä, jotta mahdolliset hakusanat muotoutuvat. Hakuprosessissa pystytään hyödyntämään myös informaation ammattitaitoa sekä tietokannoista löytyvää asiasanahakua. (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 24–27.)

Sain tiedonhakuun apua Savonia-ammattikorkeakoulun kirjaston informaattikolta, hän auttoi ja ohjasi opinnäytetyön aineistojen ja artikkeleiden etsimisessä. Halusin saada informaattikolta ammatillista näkökulmaa aineistojen valintaan. Näin ollen opinnäytetyöhön pystyin takaamaan aineistojen luotettavuuden. Tutkimusartikkeleiden löytämiseksi käytin apunani laatimaani sisäänotto- ja poissulkukriteereitä. Loppujen lopuksi tein systemaattisen tiedonhaun useita kertoja. Aineistohaun jälkeen valitsin

viisi tutkimusartikkeliä, joista kaksi tieteellistä tutkimusta on englanninkielisiä ja kolme suomenkielisiä. Jokainen tieteellinen artikkeli vastasi laatimaani tutkimuskysymykseen. Valitut tieteelliset artikkelit ovat ilmaiseksi luettavissa sekä käyneet läpi vertaisarviointiprosessin.

Seuraavaksi siirryin kolmanteen vaiheeseen ja ryhdyin tutkimaan tieteellisiä artikkeleita kriittisesti. Kolmannessa vaiheessa arvioidaan hakuprosessista löytyneitä artikkeleita, jolloin artikkeleiden sopivuutta ja niistä nousseita tuloksien merkittävyyttä tutkitaan ja analysoidaan täsmällisesti. Kolmannessa vaiheessa on tarkoitus löytää artikkeleista ilmeneviä havaintoja ja tietoja, jotka vastaavat kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymyksiin ja tutkimusongelmiin. (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 28.)

Kolmannen vaiheen jälkeen siirryin seuraavaan vaiheeseen, joka oli aineiston analyysin ja synteessin tuottaminen. Aineiston analyysin ja synteessin tavoitteena on tuottaa yhteenvedo valituista tutkimustuloksista. Viimeisessä vaiheessa kirjoitin kirjallisuuskatsauksen lopulliseen muotoon käyttämällä apunani aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Lopputulosten referoinnissa merkittävää on, että lopullisesta työstä muodostuu laadullinen lopputulos, jolla voidaan kuvata haluttua ilmiötä ja saada vastaus esitettyyn tutkimuskysymykseen. Kirjallisuuskatsauksen tekijän on kyettävä arvioimaan kirjallisuuskatsauksen luotettavuuteen liittyviä asioita ja hänen on otettava työssään huomioon katsaukseen liittyviä tarpeellisia sisältöjä. (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 30–32.)

4.3 Aineiston analysointi

Muodostettaessa kirjallisuuskatsausta voidaan hyödyntää aineistolähtöistä sisällönanalyysiä esimerkiksi luokittelurunkoa tehdessä. Kirjallisuuskatsauksessa käytettävää sisällönanalyysiä hyödynnetään vain apukeinona tutkimuksen tarkasteluun ja tiivistämiseen. Sen avulla pystytään muodostamaan helpommin kirjallisuuskatsauksen tutkimuksen tulokset ja johtopäätökset. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 139–140.)

Kirjallisuuskatsaukseen valikoituneet tutkimusaineistot on analysoitu aineistolähtöisen sisällönanalyysin mukaisesti. Sisällönanalyysiä apuna käyttäen tutkimuksesta voidaan tuottaa laadullinen katsaus valitusta aiheesta. Sisällönanalyysiin sisältyy kolme eri vaihetta. Ensimmäinen vaihe on redusointi, joka tarkoittaa aineiston pelkistämistä. Aineiston pelkistämässä on tarkoitus pelkistää tieto niin, että aineiston sisältämät epäoleelliset asiat rajataan pois. Aloitin aineiston pelkistämisen perehtymällä huolellisesti valittuun aineistoon ja tein sitä varten muistiinpanoja. Perehdyin kirjallisuuskatsauksen aineistoihin yksi artikkeli kerrallaan, jolloin pääsin syvällisemmin tutkimaan artikkelin sisältöä. Huolellisen perehtymisen jälkeen artikkelista valikoitui kirjallisuuskatsaukseen tärkeitä ja olennaisia asioita. Redusoinnin jälkeen siirryin seuraavaan vaiheeseen eli klusterointiin, jolloin etsin aineistosta yhteneväisyyksiä ja eroavaisuuksia tekemieni muistiinpanojen avulla. Sisällönanalyysin toisen vaiheen tehtävänä on etsiä aineistoista samankaltaisuudet ja eroavaisuudet. Tarkkojen muistiinpanojeni avulla klusterointivaihe edistyi hyvin sujuvasti.

Klusteroinnin jälkeen aloitin viimeisen sisällönanalyysin vaiheen. Viimeisin vaihe on nimeltään abstrahointi, jolloin aineistosta valitaan tärkeät asiat ja havainnot. Lopulta niiden perusteella muodostuu valitusta aiheesta teoreettisia käsitteitä. Abstrahointivaiheessa kokosin yhteen aineistosta löytyvät olennaiset asiat, joista muodostui teoreettinen kokonaisuus. Viimeiseen sisällönanalyysin vaiheeseen käytin ajallisesti eniten aikaa, jotta kirjallisuuskatsauksesta muotoutuisi mahdollisimman hiottu ja laadullinen lopputulos. (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 122–125.) Sisällönanalyysin avulla tutkimuksen tarkastelu ja tiivistäminen sujui ongelmitta. Sisällönanalyysin mukaisesti kirjallisuuskatsauksen aineisto on koottu taulukkomuotoon (liite 1), jossa ilmenee artikkelin tekijät, tutkimuksen nimi, menetelmä, keskeiset tulokset sekä johtopäätökset.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

5.1 Positiivisen pedagogiikan perusajatukset ja niiden taustaoletukset lapsen hyvinvoinnin edistämisessä

Artikkelissa ”positiivisen pedagogiikan jäljillä” on koottu positiivisen pedagogiikan perusajatukset yhteen. Artikkelin tutkijoiden Kumpulaisen, Mikkolan, Rajalan, Hilpön ja Lipposen (2014, 228) mukaan positiivisen pedagogiikan perusajatukset on mahdollista vielä jakaa viiteen taustaoletukseen. Taustaoletukset on jaettu seuraavanlaisesti:

Heidän mukaansa lasten hyvinvointia pystytään tukemaan ja vahvistamaan yhteisöllisen ja myönteisen toimintakulttuurin avulla. Luottamuksellisen ja myönteisen ilmapiirin myötä sosiaalinen pääoma lisääntyy, jolloin yhteisöllisyys ja me-henkisyys kasvaa. Yhdessä jaetut positiiviset kokemukset ovat myös oppimisen lähde, joka auttaa ymmärtämään laaja-alaisesti todellista elämää. Yhteisöllisessä toiminnassa syntyneet sosiaaliset tilanteet nähdään oppimisen kohteena ja hyvinvoinnin voimavaroina. Lapsen minäkuva, osallisuuden kokemukset, positiivinen kommunikaatio, ja yhteisöllisyys vahvistuvat, kun tunteista, kokemuksista ja vahvuuksista dokumentoidaan pedagogisesti yhteisö- ja ryhmätoiminnoissa. Jotta tämä toteutuisi, ennen kaikkea työntekijän täytyy omaksua positiivisen pedagogiikan asenne, niin että lasten osallisuus ja näkökulma ovat painopisteenä työskentelyssä. (Kumpulainen ym. 2014, 228–229.)

Kumpulaisen ym. (2014, 229, 238–239) mukaan positiivisen pedagogiikan lähtökohtana on lasten osallisuus ja toimijuus esimerkiksi varhaiskasvatus- ja kouluympäristöissä. Positiivisen pedagogiikan mukaan lapsi, hänen arkinen toimintansa ja hänen kokonaisvaltainen elämänsä on lähtökohtana kaikessa toiminnassa. Hänen elinympäristönsä nähdään kokonaisuutena, johon kuuluvat fyysinen ja sosiaalinen ympäristö. Lapsi koetaan erottamattomaksi osaksi hänen sosiaalista ympäristöään, näitä sosiaalisia ympäristöjä voivat olla muun muassa koti, lapsen varhaiskasvatus – ja koulu, harrastustoiminta ja hänen kaveripiirinsä. Positiivisessa pedagogiikassa tähdätään siihen, että lapsi kokee tulevana ymmärretyksi juuri hänen henkilökohtaisesta mielenmaisemastaan nähdessä katsottuna. Lapsi nähdään keskiössä erilaisissa toimintaympäristöissä, jossa hän on oman elämänsä aktiivinen toimija. Työntekijän tehtävänä on muodostaa toimintaa lapsen näkökulmasta mielekkäämpään ja luontevampaan suuntaan. Positiivisen pedagogiikan avulla luodaan varhaiskasvatukseen- ja kouluarkeen tapoja, joilla voidaan tukea jokaisen lapsen hyvinvointia ja osallisuutta. Luontevan toiminnan kautta vahvistetaan lapsen hyvinvointia ja minäkäsitystä. Nämä lisäävät lapsen osallistumismahdollisuuksia erilaisissa toiminnoissa ja tuo lapsen aktiiviseksi toimijaksi. Mielekkään toiminnan myötä lapsi kykenee lisäksi ilmentämään tunteitansa ja ajatteluansa.

Myönteiset tunteet koetaan hyvinvoinnin ja oppimisen voimavaroiksi. Myönteisten tunteiden kautta lapsi voi kokea itsensä hyvinvoivaksi ja saavuttaa kukoistuksen. Näitä tunnetiloja kohdatessaan lapsi kykenee ajattelemaan asioita laaja-alaisemmin ja hän pystyy tarkastelemaan käyttäytymistapaansa, omaksumalla samalla uudenlaisia näkökantoja. Positiivisen pedagogiikan tarkoituksena on, että lapsi voi vaikuttaa tunnetiloihinsa. Positiivisen pedagogiikan käsitys pohjautuu tunnetilojen ja kokemusten tunnistamiseen, dokumentointiin ja jakamiseen, jolloin jokaisen lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja oppimista pystytään edistämään ja tukemaan. Myönteisiä tunteita ja merkityksen antoa kokiessa

on mahdollista päästä myönteisten tunteiden kierteeseen, jolloin henkilökohtainen kasvu ja hyvinvointi toteutuvat. Myös sinnikkyys lisääntyy myönteisien tunteiden sekä merkityksenannon myötä. Sinnikkyys taas kasvattaa negatiivisten tunteiden ja pettymyksen sietokykyä. Myönteiset tunteet eivät vain tuota hyvinvoivaa oloa siinä hetkessä, vaan ne kasvattavat myös mahdollisuutta hyvinvoivaan tulevaisuuteen. Positiivisessa pedagogiikassa painotetaan etenkin myönteisiä ja positiivisia kokemuksia, tunteita ja vahvuuksia, siitä huolimatta kielteiset tunteet ja haasteellisten asioiden käsittely koetaan osaksi lasten hyvinvointia ja oppimista. (Kumpulainen ym. 2014, 229–232.)

Hyvinvoinnin ja oppimisen edellytyksenä on tunnistaa jokaisen lapsen vahvuudet. Keskeinen osa hyvinvointia, oppimista ja pedagogista vuorovaikutusta on, että lapsi kykenee tunnistamaan ja nimeämään tunnetilojaan, kokemuksiaan ja vahvuuksiaan sekä käyttämään niitä hyödyksi erilaisissa oppimis- ja toimintatilanteissa. Vahvuudet ovat hyvinvoinnin ja oppimisen resursseja, sillä vahvuuksien tunnistamisen avulla ongelmanratkaisussa ja tavoitteiden saavuttamisessa lapsi pystyy hyödyntämään kykyjään monella eri tavalla. Vahvuuksien tunnistamisen avulla lapsi voi luottaa hänen kykyihinsä toimiessaan eri toimintaympäristöissä, jolloin muun muassa lapsen myönteinen käsitys itsestään vahvistuu. Pedagoginen toiminta, jossa otetaan huomioon lasten vahvuudet, auttaa rakentamaan positiivista ja kunnioittavaa vuorovaikutusta varhaiskasvatus- ja kouluympäristössä. Rakennettaessa tällaista toimintaympäristöä työntekijöiltä vaaditaan muun muassa dialogisuutta ja moniäänisyyttä. Lapsen usko itseensä ja omiin kykyihinsä kasvaa, kun hän pystyy tunnistamaan tunteitaan, kokemuksiaan ja vahvuuksiaan. Kuitenkaan lapsen tunteiden, kokemusten ja vahvuuksien tunnistaminen ja niiden näkyväksi tekeminen ei ole yksiselitteistä, sillä näiden kaikkien tunnistamiseen ja näkyväksi tekemiseen tarvitaan työntekijän tukea ja apua. (Kumpulainen ym. 2014, 230–234, 239.)

Luottamuksellisen ja arvostavan vuorovaikutuksen myötä luodaan hyvä kasvatuskumppanuuden rakentuminen. Kasvatuskumppanuus tarkoittaa varhaiskasvatuksen tai koulun ja kodin välistä yhteistyötä. Se on lapsen hyvinvointia tukeva sosiaalinen verkosto, jossa yhtyvät vanhempien tuntemus lapsesta ja ammatillinen näkemys ammattilaisen näkökulmasta. Luottamus ja yhteisöllinen tuen anto ovat tärkeässä asemassa kasvatuskumppanuudessa, sillä ne mahdollistavat yhteisen näkökulman lapseen liittyvissä asioissa. Positiivisessa pedagogiikassa lähestymistapa ei saisi olla ongelmalähtöinen, vaan ennen kaikkea lapsen kehityksen näkökulmasta mahdollisuuslähtöinen. Päämääränä on selvittää lapselle itselleen ja hänen vanhemmilleen lapsen henkilökohtaiset vahvuudet, jolloin huomioidaan lapsen kehityksen mahdollisuus- ja olottuvuusnäkökulma. Kasvatuskumppanuudessa kaksipuolinen kommunikaatio ja oppiminen toteutuvat. Niiden avulla myös työntekijät ymmärtävät syvällisemmin jokaisen lapsen elinympäristön moninaisuutta ja rikkautta. Arvioitaessa lapsen hyvinvointia ja oppimista positiivisessa pedagogiikassa arviointi koostuu yhteistyöstä lapsen, vanhemman ja työntekijän kanssa. Hyvinvoinnin ja oppimisen arvioinnin painopisteeeksi nousee lapsen näkökulma ja osallisuuden huomiointi. (Kumpulainen ym. 2014, 230–234.)

5.2 Lapsen vahvuuksien tunnistaminen ja niiden käyttäminen lapsen hyvinvoinnin edistäjänä

Toteutettaessa positiivista pedagogiikkaa yhtenä tapana voidaan käyttää vahvuusperusteista opetusta. Vahvuusperustaisen opetuksen käyttöönoton aloittamiseksi voidaan käyttää apuna VIA-vahvuusmittaria, jossa yksilön luontevahvuuksia kartoitetaan ja löydetään. Mittarin avulla yksilöstä nousee esille hänen vahvuutensa ja parhaat puolensa. Vahvuuksien tunnistamisen ja niiden käyttöönoton myötä yksilö kykenee toimimaan entistäkin paremmin elämän erilaisissa tilanteissa. (Uusitalo-Malmivaara 2014c, 42-47.)

Uusitalo-Malmivaaran (2014c, 42–44) artikkelissa ”VIA-vahvuusmittari lasten ja nuorten luontevahvuuksien kartoitukseen” käsitellään VIA-vahvuusmittaria, joka on suunnattu 10–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Mittariin sisältyy 96 väittämää, 24 luontevahvuutta ja niihin kuuluvaa kuusi perushyvettä. Vahvuusmittarin avulla lapselle tai nuorelle valikoituu hänen viisi ydinvahvuuttaan. Näiden ydinvahvuuksien monipuolinen ja laaja-alainen käyttö muodostaa perustan positiiviselle pedagogiikalle. Vaikka viiden ydinvahvuuden ulkopuolelle jää yhdeksätoista muuta vahvuutta, niitä ei ole tarkoitus kokea kuitenkaan heikkouksina vaan kasvuvahvuuksina.

Lapsi, joka tunnistaa henkilökohtaiset vahvuutensa, huomaa helpommin myös toisten ihmisten vahvuudet. Huomio kiinnittyy helpommin vahvuuksiin, joiden myötä heikkouksien huomioiminen vähenee. Henkilökohtaisten vahvuuksien tunnistamisen myötä vahvuuksia pystytään myös hallitsemaan. Vahvuuksia yhdistämällä, muokkaamalla ja houkuttamalla esiin erilaisissa tilanteissa on mahdollisuus saavuttaa optimaalinen lopputulos. Yhteistyö on tehokkaampaa, kun lapset tunnistavat myös ryhmän jäsenten erilaisia vahvuuksia. Yhteistyössä jokainen lapsi pystyy tuomaan esille henkilökohtaiset kykynsä ja vahvuutensa, samalla auttaen ryhmänjäseniä ja ryhmässä työskentelyä. Vahvuuksia voidaan käyttää työkaluina elämän erilaisissa tilanteissa, jolloin myös voimaantumisen on mahdollista toteutua. (Uusitalo-Malmivaara 2014c, 47.)

Myös artikkelissa Kumpulainen ym. (2014, 230, 239) kuvaavat vahvuuksien olevan hyvinvoinnin ja oppimisen resursseja, sillä hyvinvoinnin ja oppimisen edellytyksenä on tunnistaa jokaisen lapsen vahvuudet. Kumpulaisen ym. mukaan lasten vahvuuksien tunnistamisen avulla ongelmanratkaisutilanteissa ja erilaisten tavoitteiden saavuttamisessa tilanteista on mahdollista suoriutua entistäkin paremmin. Vahvuuksien tunnistamisen myötä myönteinen käsitys itsestä ja lapsen oma usko itsestään vahvistuvat, jolloin lapsi kykenee luottamaan omiin kykyihinsä ja vahvuuksiinsa erilaisissa oppimis- ja toimintatilanteissa.

5.3 Positiivisen pedagogiikan- ja luontevahvuuksien interventioiden vaikutus hyvinvointiin

Systemaattisen tiedonhaun perusteella Suomessa on tuotettu vain vähän tieteellisiä artikkeleita positiiviseen pedagogiikkaan liittyvistä interventioista. Vuorisen, Erikiven ja Uusitalo-Malmivaaran (2019) artikkeli ”Positive education aims at making strengths visible in every learner. This paper presents one of the few structured positive education interventions in Finnish inclusive classrooms” on tuore positiivisen pedagogiikan interventio eteläsuomalaisessa kouluympäristössä. Interventioon otti osaa 175 lasta, joista 17 lasta tarvitsi erityistä tukea. Positiivisen pedagogiikan 16 viikon mittaisessa ja 3-osaisessa interventiossa syvennyttiin ennen kaikkea luontevahvuuksien opettamiseen ja niiden käyttöön sosiaalisten taitojen, hyvinvoinnin ja oppimisen edistämiseksi. Tavoitteena oli myönteinen ja arvostava suhtautuminen itseensä ja muihin kohtaan. Interventiossa keskityttiin etenkin erityisen tuen tarpeessa olevien lasten sosiaaliseen osallistumiseen, sillä heillä saattaa olla heikompi lähtöasema muodostaessa sosiaalisia suhteita ja ulkopuoliseksi jäämisenriski on suurempi.

Tutkimus osoitti, että etenkin erityistä tukea tarvitsevilla lapsilla lisääntyi kiinnostus ja sitoutuneisuus koulunkäyntiä kohtaan. Interventioon osallistuvilla pojilla havaittiin tutkimuksen jälkeen aggressiivisuuden vähentymistä ja koulutyötä kohtaan mielenkiinto kasvoi. Tytöillä havaittiin muun muassa lisääntyneitä empatiakykyä ja sitkeyttä. Interventioon osallistuvat opettajat kertoivat luokan sosiaalisen yhteenkuuluvuuden lisääntyneen ja yhteinen vuorovaikutus niin opettajan ja oppilaan kuin lasten välisissä vuorovaikutuksissa oli kehittynyt. Intervention aikana etenkin vahvuuksien nimeäminen, sosiaaliset suhteet, yhteinen vuorovaikutus, sosiaalinen yhteenkuuluvuus, hyvinvointi, sitoutuminen sekä kiinnostus koulunkäyntiin olivat kasvaneet. Erityisesti tukea tarvitseville lapsille luontevahvuusopetuksen havaittiin olevan merkityksellistä. Intervention aikana tuli esille myös jotakin haasteita. Haasteita olivat muun muassa kouluympäristön osallistuminen ja sitoutuneisuus positiivisen pedagogiikan toteutukselle. Lapsilta myös huomattiin epäuskontunnetta sekä yhdestä inklusiivisesta luokasta ei intervention aikana havaittu muutoksia. (Vuorinen ym. 2019.)

Maailmanlaajuisesti katsottuna positiivisen pedagogiikan interventioita on tehty runsaammin. Esimerkiksi Seligmanin, Randalin, Ernstbin, Gillhamcin, Reivichanin ja Linkinsdin (2009, 300–301) artikkelissa ”Positive education: positive psychology and classroom interventions” tarkasteltiin the Positive Psychology for Youth-hyvinvointiohjelmaa. Positiivisen psykologian ohjelma tunnetaan ensimmäisenä empirisenä tutkimuksena positiivisen psykologian opetussuunnitelmassa. Positiivisen psykologian ohjelman päätavoitteiksi laadittiin 9.-luokkalaisten oppilaiden henkilökohtaisten luontevahvuuksien tunnistaminen ja niiden käyttöön ottaminen oppilaiden arkipäiväisessä elämässä. Interventioiden kautta tavoitteena oli myös tuottaa oppilaille resilienssiä, myönteisiä tunteita sekä merkityksellisyyttä. Positiivisen psykologian ohjelmassa perehdyttiin etenkin luontevahvuuksiin. Tämän ohjelman myötä oppilaiden koulussa viihtyminen ja sitoutuminen oppimiseen lisääntyivät. Positiivisen psykologian ohjelma lisäsi oppimiseen ja kouluun sitoutumiseen liittyviä vahvuuksia esimerkiksi oppimisen iloa, uteliaisuutta ja luovuutta. Myös oppilaiden sosiaaliset taidot, yhteistyötaidot ja koulumenestys kehittivät. Tämän tutkimuksen perusteella voi todeta, että hyvinvointitaitoja tulisi opettaa ja sitä voidaan opettaa koulussa. (Seligman ym. 2009, 300–301.)

Seligmanin ym (2009, 297–301) artikkelissa esitetään myös toista hyvinvointiohjelmaa, joka on nimeltään Penn Resiliency Program (lyhennettynä PRP). Ohjelma on tarkoitettu ennaltaehkäisemään masennusoireita ja edistämään hyvinvointia. Sen päämääränä on lisätä resilienssiä eli kykyä suoriutua elämän haasteista ja stressaavista tilanteista. PRP:n avulla itsevarmuus, luova ajattelu, päätöksen teko ja rentoutuminen kehittyvät, jolloin oppilas oppii kohtaamaan elämään liittyviä haasteita joustavammin ja realistisemmin. Penn Resiliency Program ohjelman liittyviä tutkimuksia on arvioitu jo yli 20 vuoden ajan ja siihen on ottanut osaa jo yli 2000 lasta ja nuorta eri puolilta maailmaa. PRP toteutuu erilaisten opetusmenetelmien avulla, joita opettajat ja ohjaajat toteuttavat lapsille ja nuorille. Useissa PRT-tutkimuksissa on havaittu, että PRP on vähentänyt merkittävästi toivottomuuden tunnetta ja lisännyt optimismia. PRP:stä on havaittu merkittäviä vaikutuksia nuorten käyttäytymisongelmien, masennuksen ja ahdistuksen vähenemiseen. Tämän hyvinvointiohjelman yhteenvetona voidaan todeta, että PRP tuottaa positiivisia ja luotettavia hyötyjä lasten ja nuorten hyvinvointiin.

Leskisenoja väitöskirjassaan (2016, 26) tutki suomalaisessa koulussa vuoden ajan 6.-luokan oppilaiden myönteisiä tunteita, koulumotivaatiota ja kouluviihtyvyyttä PERMA-hyvinvointiteorian näkökulmasta. Leskisenoja tuotti kouluarkeen erilaisia pedagogisia käytänteitä PERMA-hyvinvointiteorian viidestä osa-alueesta. Vuoden aikana painotuksena olivat yhteisöllisyys, positiivisuus, sosiaalisten taitojen harjoittelu, vahvuuksien löytäminen itsestä ja muista, toisten huomioon ottaminen ja kunnioittaminen.

Tutkimuksessa käy ilmi, että positiivista pedagogiikkaa voi toteuttaa mainiosti myös Suomen kouluympäristöissä. Vuoden aikana muun muassa luokan yhteisöllisyys ja me-henkisyys lisääntyi ja luokan ilmapiiristä muodostui välittävä ja kannustava. Vuoden aikana muun muassa oppimistulokset, koulussa edistyminen, luokan ihmissuhteet ja työskentelyn sujuvuus kohentuivat. Vuoden mittaisen toimintatutkimuksen myötä oppilaiden, kuin luokanopettajankin hyvinvointi kasvoi. Leskisenoja kertoo väitöskirjassaan, kuinka hän tunsu vuoden aikana flow-kokemuksia ja kukoistusta työskentelyssään opettajana. (Leskisenoja 2016, 184–185, 218–226.)

Seligmanin ym. (2009, 302–308) artikkelissa esitellään positiivisen psykologian taitoja Geelong Grammar -nimiselle koululle, joka sijaitsee Australiassa. Geelong Grammar School- hanke käynnistyi vuonna 2008. Tällöin positiivisen psykologian asiantuntijat suorittivat noin sadalle koulun henkilöstöön kuuluvalla yhdeksän päivän mittaisen koulutuksen. Koulutuksessa painotettiin etenkin luonteenvahvuuksia, resilienssiä, positiivista vuorovaikutusta, optimismia ja kiitollisuutta. Geelong Grammar School- hankkeen hyvinvoinnin opettamiseen sisältyi kolme tasoa: positiivisen pedagogiikan opettaminen, positiivisen pedagogiikan uppoutuminen ja positiivisen pedagogiikan kokeminen. Koulun henkilöstölle opetettiin positiivisen pedagogiikan periaatteita ja taitoja erilaisten harjoitusten ja istuntojen avulla.

Koulutuksen loputtua henkilöstö aloitti positiivisen pedagogiikan toteuttamisen kouluympäristössä. Geelong Grammar koulussa ryhdyttiin toteuttamaan erilaisia positiivisen pedagogiikan harjoitteita ja interventioita. Myös VIA-vahvuusmittaria käytettiin apuna oppilaiden vahvuuksien kartoittamiseen ja hyödyntämiseen. Positiivisen pedagogiikan toteuttamisen myötä Geelong Grammar koulun oppilaiden oppimisen taso ja hyvinvointi havaittiin kohentuneen. Havaintoja huomattiin myös koulun henkilöstön hyvinvoinnin kohentumisessa. Positiivisen pedagogiikan avulla oppilaille pystyttiin luomaan vahva pe-

rusta hyvään elämään. Vahvuuksien tunnistaminen ja niiden käyttö oli myös tuottanut koulun henkilöstölle ja oppilaille yhteisen kielen asioista keskustelemiseen. Geelong Grammar School- hanke viittaa siihen, että positiivisen pedagogiikan toteutuksesta huomioituneet havainnot vaikuttivat Geelong Grammar koulun oppilaiden ja henkilöstön elämään myönteisesti.

6 TULOSTEN YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Kirjallisuuskatsauksessa tarkoituksena oli selvittää, miten positiivista pedagogiikkaa voidaan hyödyntää lasten hyvinvoinnin edistämiseen sosiaali- ja terveysalalla sekä kasvatuksessa. Positiivinen pedagogiikka perustuu ajattelutapaan, jossa lapsen hyvinvoinnin ja oppimisen rakentuminen syntyy vuorovaikutustilanteissa lapsen ja eri ympäristöjen välillä. Lasta ja hänen hyvinvointiaan ja oppimista pohdittaessa otetaan huomioon ne ympäristöt, missä lapsi toimii, koska hyvinvointi ja oppiminen on tulos lapsen ja ympäristön vuorovaikutuksesta. Hyvinvoinnin rakentuminen tapahtuu arjen toiminnossa, joten ensisijaisen tärkeää on, että toimintaympäristöillä pystytään tukemaan lasten kokonaisvaltaista hyvinvointia, oppimista ja kehitystä. Positiivisen pedagogiikan tarkoituksena onkin tuottaa varhaiskasvatukseen ja kouluympäristöön tapoja, joiden avulla hyvinvoinnin ja oppimisen tukeminen, edistäminen ja vahvistaminen mahdollistuvat. (Kumpulainen ym. 2014, 238.)

Positiivisen pedagogiikan merkityksellisenä tavoitteena on tukea ja edistää jokaisen lapsen hyvinvointia, niin että jokaisesta lapsesta tuodaan esille hänen parhaat vahvuudet ja puolet. Vuorisen ym. (2019) artikkelissa huomio kohdistui etenkin erityisen tuentarpeessa oleviin lapsiin ja heidän sosiaaliseen osallistamiseensa. Erityistä tukea tarvitsevat lapset voivat helpommin kärsiä sosiaalisten suhteiden puutteellisuudesta, sosiaalisten tilanteiden vaikeuksia, ulkopuolisuuden tunteesta ja jopa kiusatuksi tulemisesta. Vuorisen ym. (2019) tutkimus osoittaa, että positiivisen pedagogiikan menetelmillä ihan jokaisen lapsen hyvinvoinnin tukeminen ja lisääminen mahdollistuu sekä syrjäytymisriskiä voidaan pienentää. Positiivisen pedagogiikan keinoilla, vahvuuksien ja hyvän löytämisellä vahvistetaan jokaisen lapsen itsetuntoa ja minäkuva, mikä heijastuu positiivisesti lasten hyvinvointiin.

Seligman ym. (2009) toteavat, että hyvinvointia olisi opetettava kolmesta syystä: masennuksen ehkäisy, elämäntyytyväisyyden lisääntymisen sekä paremman oppimisen ja luovan ajattelun avuksi ja tueksi. Suurin osa lapsista on varhaiskasvatuksen piirissä tai koulussa, joten varhaiskasvatus ja koulu tarjoavat mahdollisuuden tukea lasten hyvinvointia laajassa mittakaavassa. (Seligman ym 2009, 295; Leskisenoja 2016, 219; Kumpulainen ym 2014, 238–239.)

Tutkimusaineistosta ilmenee, että positiivisen pedagogiikan näkökulmasta vahvuuksien tunnistaminen ja niiden käyttäminen ovat tarpeellisia hyvinvoinnin saavuttamiseen ja edistämiseen (Kumpulainen ym. 2014, 230, 239; Leskisenoja 2016, 212–213; Seligman ym. 2009, 295; Uusitalo-Malmivaara 2014c, 47; Vuorinen ym. 2019). Hyvinvoinnin ja oppimisen keskeiseksi osaksi nousee tunnetilojen, kokemusten ja vahvuuksien tunnistaminen ja nimeäminen sekä vahvuuksien käyttöön ottaminen. Vahvuuksien tunnistamisen avulla lapsi voi luottaa kykyihinsä toimiessaan eri toimintaympäristöissä, jolloin muun muassa lapsen myönteinen käsitys itsestään vahvistuu. Lapsen usko itseensä ja omiin kykyihinsä kasvaa, kun hän pystyy tunnistamaan tunteitaan, kokemuksiaan ja vahvuuksiaan. Positiivisen pedagogiikan käsitys pohjautuu siihen, että lapsen tunnetilojen, kokemusten ja vahvuuksien tunnistamisen ja jakamisen myötä hänen kokonaisvaltaista hyvinvointiaan ja oppimistaan pystytään edistämään ja tukemaan. (Kumpulainen ym. 2014, 229–239.)

Niin hyvinvoinnin kuin oppimisenkin voimavaroja ovat myönteiset tunteet. Niiden ja merkityksenannon kautta lapsen henkilökohtainen kasvu ja hyvinvointi lisääntyvät. Myönteisten tunteiden kautta muun muassa sinnikkyys lisääntyy ja pettymyksen sietokyky paranee. Vaikka myönteiset tunteet tuottavat hyvinvointia hetkessä, ne myös kasvattavat mahdollisuutta hyvinvoivaan tulevaisuuteen. Myönteiset tunteet ja kokemukset toimivat hyvinvoinnin ja oppimisen lähteenä elämänkaaren erilaisissa vaiheissa. Myös kielteiset tunteet ja haasteellisten asioiden käsittely koetaan osaksi lasten hyvinvointia ja oppimista. (Kumpulainen ym. 2014, 229, 232.)

Uusitalo-Malmivaaran tutkimuksesta (2014, 47–48) ilmenee, että vahvuuksiin pohjautuvista interventiosta löytyy suuri määrä merkittäviä tuloksia hyvinvoinnin edistämiseksi. Muun muassa Seligman ym. (2009, 295–300) artikkelissaan kertovat, että hyvinvointiohjelmilla voidaan edistää lasten kykyjä ja vahvuuksia, parantaa huomattavasti heidän hyvinvointiaan ja käyttäytymistään sekä edesauttaa lasten sitoutumista oppimiseen. Näiden hyvinvointiohjelmien avulla on saatu merkittäviä tutkimustuloksia myös lasten ja nuorten masennuksen ja ahdistuksen ennaltaehkäisyyn ja hoitoon. Nämä hyvinvointiohjelmat ovat esimerkiksi siitä, kuinka hyvinvointiin keskittyvällä pedagogisella toiminnalla saadaan aikaan parempia oppimistuloksia ja kukoistusta niin lapsen, työntekijöiden ja yhteisön sekä ympäristön näkökulmasta. Tärkeäksi havainnoksi nousee, että hyvinvointitaitojen opettaminen edistää ja täydentää kasvatuksen ja opetuksen tavoitteita.

Niin kansainvälisistä kuin suomalaisistakin tutkimuksista löytyy yhteneviä tuloksia siitä, että hyvinvointitaitojen opettaminen varhaiskasvatus- ja koulutusympäristöissä on mahdollista ja tuloksellista. Lapsille ja nuorille voidaan opettaa hyvinvointitaitoja, jotka lisäävät resilienssiä, myönteisiä tunteita, sitoutumista ja merkityksellisyyttä. (Seligman ym. 2009, 297; Kumpulainen ym. 2014, 238; Leskisenoja 2016, 218–219.) Maailmanlaajuisesti tutkimustuloksia löytyy paljon siitä, kuinka positiivisen pedagogiikan avulla voidaan edistää lasten hyvinvointia. Lisäksi Leskisenoja (2016) väitöskirjassaan toteaa, että hyvinvointia on mahdollista ja jopa suotuisaa opettaa myös suomalaisissa kouluympäristöissä. (Leskisenoja 2016, 218–219.) Leskisenoja tuotti kouluarkeen erilaisia pedagogisia käytänteitä PERMA-hyvinvointiteorian viidestä osa-alueesta. Hänen tutkimuksessaan lasten ja luokanopettajan hyvinvointi kohentui vuoden aikana.

Hyvinvoinnin edistämiseksi tarvitaan kuitenkin työntekijän ja koko varhaiskasvatuksen- ja kouluyhteisön positiiviseen pedagogiikan omaksumista, jonka jälkeen positiivisen pedagogiikan soveltuvia menetelmiä, työtapoja ja interventioita voi toteuttaa lapsille. Uusitalo-Malmivaara (2014, 47) artikkelissa esitetään vahvuusperustaisen opetuksen tukemiseksi käytettävää toteuttamistapaa: VIA-vahvuusmittaria. Myös artikkelissa Kumpulainen ym. (2014, 230, 239) kuvaavat vahvuuksien tunnistamisen ja niiden käyttämisen hyvinvoinnin ja oppimisen resursseiksi. Seligmanin ym. (2009, 300–301) hyvinvointiohjelmissa huomiota kohdistettiin vahvuuksiin ja pedagogisissa toiminnoissa käytettiin myös VIA-luokittelua. Leskisenoja (2016, 210–2017) käyttää tutkimuksessaan oppilaille vahvuusperusteista opetusta ja erilaisia pedagogisia käytänteitä PERMA-hyvinvointiteorian viiden osa-alueen perspektiivistä.

Lasten hyvinvointia ja oppimista vahvistaa myös yhteisöllinen ja myönteinen toimintaympäristö. Positiivisen pedagogiikan näkökulmasta luontevan, yhteisöllisen ja myönteisen toiminnan kautta vahvistetaan hyvinvointia ja minäkäsitystä. Luontevan toiminnan kautta lapsen osallistumismahdollisuus voimistuu ja tuo lapsen aktiiviseksi toimijaksi. (Kumpulainen ym. 2014, 228.)

Tämän kuvailevan kirjallisuuskatsauksen myötä voidaan todeta, että positiivisessa pedagogiikassa hyvinvointi koetaan yhtä tärkeäksi osaksi, kuin oppiminen. Tutkimusaineiston perusteella lisääntynyt hyvinvointi on yhteydessä erityisesti parempien oppimistulosten kanssa. (Seligman ym. 2009, 294; Leskisenoja 2016, 219; Kumpulainen ym. 2014, 227; Vuorinen ym. 2019.) Hyvinvoinnin vahvistamisessa edistetään, tuetaan ja vahvistetaan oppimista. Oppimisen mahdollistumiseksi tarvitaan hyvinvointia.

Tutkimusaineistosta nousee esille useaan kertaan vahvuusperustaisen opetuksen tärkeys hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta. Vahvuusperustaisessa opetuksessa opetetaan luontevahvuuksien huomaamista ja niiden käyttämistä. Positiivisen pedagogiikan näkökulmasta luontevahvuudet koetaan tärkeiksi osa-alueiksi, sillä niiden avulla pystytään edistämään hyvinvointia. Kirjallisuuskatsauksen avulla pystytään tulkitsemaan, että positiivisen pedagogiikan avulla jokaisen lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia voidaan edistää, vahvistaa ja tukea sekä ennaltaehkäistä pahoinvointia. Tutkimuksessa käy ilmi, että positiivista pedagogiikkaa käyttämällä lasten, nuorten ja työntekijöiden hyvinvointi lisääntyy.

7 POHDINTA

Tulevaisuutemme tulee olemaan lasten ja uusien sukupolvien käsissä. He vaikuttavat tulevaisuuden maailmaan, mutta tällä hetkellä meillä aikuisilla on mahdollisuus vaikuttaa lasten eli ”tulevien maailman rakentajien” kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin esimerkiksi omilla kasvatustieteen menetelmillämme ja lähestymistavoillamme. Opinnäytetyöni tutkimuksen perusteella hyvinvoiva lapsi tulee todennäköisesti tulevaisuudessaankin voimaan paremmin, jolloin hän kykenee tekemään merkityksellisiä ja hyvinvointia lisääviä päätöksiä itsensä ja koko yhteiskunnan hyväksi. Tutkimuksen perusteella positiivinen pedagogiikka on hyödyllinen ja empirisestisesti tutkittu ennaltaehkäisevä menetelmä hyvinvoinnin edistämiseen ja pahoinvoinnin ennaltaehkäisyyn. Positiivinen pedagogiikka ei pelkästään tuota hyvinvointia siinä hetkessä, vaan myös tarjoaa lapselle vahvan perustan hyvinvoivaan ja menestykselliseen tulevaisuuteen. Positiivisessa pedagogiikassa ei ole tarkoitus poistaa negatiivisuutta, sillä negatiivisten asioiden käsittely lisää myös hyvinvointia.

Opinnäytetyön tutkimustiedon perusteella osa lapsista ja lapsiperheistä kokee eriarvoisuutta ja pahoinvointia. Nämä ovat tärkeitä syitä, jotka nostavat tarpeen positiivisen pedagogiikan käyttöönotolle. Koronapandemiakriisi on omalta osaltaan nostanut entisestään suuremman tarpeen ja merkityksen positiivisen pedagogiikan käytölle. Koronapandemia on aiheuttanut lapsille ja nuorille muun muassa tulevaisuuden toivottomuutta ja turvallisuuden tunteen vähentymistä. Näihin asioihin on puututtava mahdollisimman varhaisessa vaiheessa erilaisilla hyvinvointia edistävillä menettelytavoilla. Mielestäni positiivinen pedagogiikka toimii erinomaisena hyvinvointia edistävänä menettelytapana niin ennaltaehkäisevässä kuin korjaavassakin työssä. Positiivisen pedagogiikan avulla lapsi ja nuori pystyy todennäköisemmin kohtaamaan eteen tulevia haasteellisia tilanteita paremmin, sillä esimerkiksi hänen resilienssinsä eli toipumiskykynsä tukee hyvinvointia uusia tilanteita kohdatessa.

Opinnäytetyössä tärkeäksi huomioksi nousi työntekijöiden ja koko työyhteisön positiivisen pedagogiikan toimintatapa, joka perustuu aitouteen. Positiivinen pedagogiikka ei ole vain sen opettamista, vaan myös sen elämistä. Positiivisen pedagogiikan käyttöönotto ei vaadi huomattavia lisäresursseja tai -kustannuksia. Sen toteuttamiseksi vaaditaan erityisesti työntekijän pedagogisen suuntauksen omaksumista, niin että hänellä on henkilökohtaista halua toteuttaa myös positiivista pedagogiikkaa työssään lasten hyvinvoinnin ja koko yhteiskunnan edistämiseksi. Hänen on ensin tehtävä hyvinvointiharjoitteita itselleen ja siten eheytyä ja kokea ne myös hyväksi lasten hyvinvoinnille ja oppimiselle. Lapset mallintavat aikuisen käyttäytymisestä ja aikuisen hyvinvointi heijastuu lasten hyvinvoinnin rakentumiseen. Tärkeää onkin, että vanhemmat, huoltajat, sosiaali- ja terveysalan ja kasvatustieteen ja opetusalan työntekijät voivat hyvin, jotta lasten hyvinvoinnin takaaminen mahdollistuu. Hyvänä muistisääntönä toimii se, että hyvinvointihan tuottaa hyvinvointia.

Olen opinnäytetyöni kautta vakuuttunut entisestään siitä, että positiivista pedagogiikkaa tarvitaan maailmanlaajuisesti, jotta lapset ja lapsiperheet voisivat nykyistä paremmin. Kun lapselle tarjotaan kasvun, kehityksen, hyvinvoinnin ja oppimisen kannalta erinomainen kasvualusta, pystytään edistämään hänen sen hetkistä hyvinvointiaan ja myös hänen aikuisiän hyvinvointiaan. Tulevan varhaiskasvatuksen opettajan näkökulmasta ajateltuna lasten hyvinvointia myös veloitetaan edistämään ja tukemaan esimerkiksi varhaiskasvatustieteen, varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden 2018, paikallisten

varhaiskasvatussuunnitelmien ja YK:n lasten oikeuksien sopimuksen mukaisesti. Voisin väittää, että jokainen meistä kuitenkin haluaa ja toivoo hyvinvoivaa ja kukoistavaa elämää elämän erilaisissa vaiheissa. Positiivisen pedagogiikan merkityksellisenä tavoitteena onkin hyvän lisääminen koko maailmassa, jotta voisimme elää hyvinvoivassa yhteiskunnassa onnellisina. Olisiko aiheellista pohtia alamme työntekijöiden ja työyhteisöjen, millaisilla pedagogisilla menetelmillä ja toiminnoilla lasten hyvinvointia voitaisiin tukea, edistää ja auttaa entistä vahvemmin. Voisiko kyseessä olla tuoreesta positiivisen psykologian tieteenalasta syntynyt pedagoginen suuntaus, positiivinen pedagogiikka.

7.1 Luotettavuus ja eettisyys

Eettisiä ja luotettavuuskysymyksiä olen miettinyt ja pohtinut paljon opinnäytetyön suunnitteluvaiheesta opinnäytetyöprosessin loppuun saakka. Opinnäytetyöprosessin suunnitteluvaiheessa tutustuin perusteellisesti opinnäytetyöni aiheeseen, tutkimuseettisiin ohjeistuksiin ja tutkimukseen liittyvään lainsäädäntöön. Tutustuin muun muassa Arenen opinnäytetyön eettisiin suosituksiin, jonka avulla opinnäytetyöprosessissa sisäistin hyvän tieteellisen käytännön periaatteet, tieteellisen käytännön vastuut, tutkimukseen liittyvät yleiset periaatteet ja eettisen ennakoarvioinnin tarpeellisuuden. (Arene 2018, 4–5.) Tutkimuksessa ei tarvinnut suorittaa tutkimuslupaa eikä eettistä ennakoarviointia.

Opinnäytetyössä on huomioitu tarkoin sensitiivisyys ja sukupuolineutraalisuus. Opinnäytetyö ei loukkaa kenenkään vakaumuksia, näkemyksiä, aatemaailmaa tai kulttuuria. Positiivisessa pedagogiikassa on tarkoituksena nimenomaan tukea varhaiskasvatuksen ja koulun arvopohjaa, johon kuuluvat esimerkiksi yhdenvertaisuus, tasa-arvoisuus, oikeudenmukaisuus ja sukupuolineutraalisuus ja syrjäytymisen ehkäiseminen.

Opinnäytetyössäni käytin monipuolisesti erilaisia ja uudehkoja kansainvälisiä ja suomalaisia lähdemateriaaleja. Lähdemateriaalit olivat usein maksimissaan 10 vuotta vanhoja alkuperäisiä lähteitä. Tuoreita lähdemateriaaleja oli helppo löytää, sillä opinnäytetyöni aihe on yleisesti ottaen tuore tieteenala ja pedagoginen suuntaus. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta tutkijan täytyy arvioida kriittisellä tasolla lähteiden julkaisuvuotia, näin opinnäytetyön luotettavuus lisääntyy. (Kankkunen ja Vehviläinen-Julkunen 2013, 93.) Opinnäytetyön aiheen keskeiset käsitteet on kirjoitettu opinnäytetyöhön luotettavia lähteitä käyttäen. Jokaista opinnäytetyön lähdemateriaalia on arvioitu kriittisesti.

Opinnäytetyön laadun takaamiseksi minun oli oleellista rajata huolellisesti kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymys ja valikoida kirjallisuuskatsauksen tieteelliset artikkelit harkitusti. Kirjallisuuskatsauksen tiedonhakuprosessissa luotettavuuden ja eettisyyden toteuttamisen takaamiseksi suoritin systemaattisen tiedonhaun, jotta kirjallisuuskatsaukseen valikoituu vain luotettavia tieteellisiä artikkeleita. Luotettavien artikkelien etsimiseen käytin apunani laatimiani sisäänotto- ja poissulkukriteereitä, systemaattisen tiedonhaun suunnitelmaa sekä ammattikorkeakoulun informaation apua. Systemaattisessa tiedonhaussa käytin ainoastaan turvallisia, luotettavia ja ammattikorkeakoulun informaation ehdottamia tietokantoja. (Kankkunen ja Vehviläinen-Julkunen 2013, 93–97.) Kirjallisuuskatsauksen artikkelit kuuluivat olla tieteellisiä ja vertaisarvioituja, sillä tieteellisten artikkelien vertaisarviointiprosessin avulla lisätään tutkimuksen luotettavuutta (Niela-Vilen ja Hamari 2016, 26). Tieteellisten artikkelien

löytämiseksi käytin eri tietokannoissa rajattuja ja asetettuja päähakusanoja. Pähakusanat liittyivät vahvasti tutkimuskysymykseeni, johon halusin saada vastauksen. Kirjallisuuskatsauksessa kuvasin systemaattisen tiedonhakuprosessin tarkkaan, käyttämällä apuna myös havainnollistavia kuvia, kaavakkeita ja sisäänotto- ja poissulkukriteereitä. Systemaattisen tiedonhaun avulla kirjallisuuskatsaukseen pystyin valitsemaan luotettavia ja alkuperäisiä julkaisuja. Opinnäytetyön laadun varmistamiseksi tutkijan olisi syytä perehtyä julkaisujen alkuperäisiin artikkeleihin ja suosia niitä, mikäli tutkitusta aiheesta on tuotettu useita uusia julkaisuja. Tutkijan täytyy huomioida tarkkaan luotettavuuteen ja eettisyyteen liittyviä asioita ja olla lähdekriittinen. (Kankkunen ja Vehviläinen-Julkunen 2013, 93.) Opinnäytetyöhön on raportoitu huolellisesti kirjallisuuskatsauksen kuuluvat vaiheet ja niiden eteneminen alusta loppuun saakka. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi kirjallisuuskatsauksen muodostamisessa on käytetty apuna aineistolähtöistä sisällönanalyysiä.

Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus näkyy opinnäytetyön koko prosessin ajan aiheen valinnasta tiedonhankintaan ja tulosten tulkintaan saakka. Tutkimuksessa on noudatettu hyvän kvalitatiivisen tutkimuksen perusvaatimuksia. Tutkimuksen avulla saatiin luotettava vastaus tutkimuskysymykseen rehellisen ja puolueettoman toimintatavan avulla. (Heikkilä 2014, 27.) Laadullisessa tutkimuksessa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä, joka tarkoittaa rehellistä, huolellista ja tarkkaa työskentelyä jokaisessa tutkimuksen eri vaiheissa. Tutkimuksessa saatujen tuloksien julkistamisissa näkyy tiedeviestinnän avoimuus ja vastuullisuus. Koko opinnäytetyöprosessin aikana olen kunnioittanut lähdemateriaalien kirjoittajia ja tekijänoikeuksia käyttämällä oikeaoppimisesti Savonia-ammattikorkeakoulun laatimia teksti- ja lähdeviittemerkintöjä. Opinnäytetyön kirjoitusprosessissa olen käyttänyt tukena myös Savonia-ammattikorkeakoulun laadullisen tutkimuksen pajatunteja sekä ABC-pajatunteja, joista olen saanut paljon apua ja tukea muun muassa lähteiden oikeaoppimiseen merkitsemiseen. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan yllä mainitut asiat koetaan hyvin tärkeiksi lähtökohdiksi tutkimuksen luotettavuutta ja eettisyyttä. (TENK 2012, 6–7.)

7.2 Ammatillinen kasvu ja kehitys

Henkilökohtaisena tavoitteenani oli saada monipuolista tietotaitoa tuoreesta pedagogisesta suuntauksesta ja siitä, kuinka pedagogisella suuntauksella pystytään edistämään lasten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Tärkein henkilökohtainen tavoitteeni opinnäytetyölleni oli, että opinnäytetyöprosessi kehittää omaa ammatillista osaamistani sosionomin ja varhaiskasvatuksen opettajan työssä. Opinnäytetyöprosessin aikana halusin vahvistaa ja kehittää omaa ammatillista identiteettiäni.

Sosionomin tulee kehittää omaa ammatillisuuttaan ja näin edelleen omaksua jatkuvasti uutta tietoa. Puhutaankin elinikäisestä oppimisesta, joka on hyvin tärkeää sosiaalialalla, sillä uusia tutkimuksia ja erilaisia työmenetelmiä tulee alalle koko ajan lisää nopeaa tahtia. Tutkivan ammattikäytännön omaksuminen on oleellista sosiaalialalla ja työelämässä sekä sosiaalialan kehittämisessä tarvitaan jatkuvaa oppimisen taitoa. Tästä syystä halusinkin valita kuvailevan kirjallisuuskatsauksen opinnäytetyöni menetelmäksi, sillä kirjallisuuskatsaus toimintatapana on minulle täysin uusi ja mielenkiintoinen. Kirjallisuuskatsauksen avulla pääsin tutkimaan syvällisesti valittua aihetta.

Olen erittäin tyytyväinen opinnäytetyöni aiheeseen, sillä koen aiheen olevan hyvin tärkeä lasten, lapsiperheiden, sosiaali- ja terveysalan ja kasvatusta- ja opetusalan työntekijöiden sekä koko yhteiskunnan kannalta. Vaikka opinnäytetyöni on vahvasti teoriaan ja kirjallisuuteen pohjautuva, mielestäni pystyin silti yhdistämään opinnäytetyöhöni myös työelämälähtöisyyttä. Opinnäytetyön kautta olen pystynyt tuomaan esille aiheen ajankohtaista näkyvyyttä yhteiskunnallisessa merkityksessä. Opinnäytetyöni aihe on myös kestävä kehityksen näkökulmasta monin tavoin hyödyllinen niin yksilö- kuin yhteiskuntatasollakin. Opinnäytetyössäni esittelenkin, millaisia useita vaikutuksia hyvinvoinnin edistämiseksi on positiivisen pedagogiikan valossa. Hyvinvoinnin tukemisen ja edistämisen avulla pystytään vaikuttamaan muun muassa kustannusten laskuun. Hyvinvoinnin edistämisen myötä esimerkiksi sairauspoissaolot, varhaiset eläkkeet ja terveydenhuollon palveluiden tarve kaventuu. (STM s.a.)

Opinnäytetyön merkitys toimeksiantajan kannalta oli, että toimeksiantaja pystyy hyödyntämään kuvailevaa kirjallisuuskatsausta opetusmateriaalina. Sosionomikoulutuksessa opetukseen ei sisällynyt positiivisen pedagogiikan suuntauksen läpikäymistä, joten Savonia-ammattikorkeakoulu saa opinnäytetyöni kautta merkityksellistä tietoa hyödyllisestä ja ajankohtaisesta pedagogisesta suuntauksesta.

Mielestäni opinnäytetyöni henkilökohtaiset tavoitteeni toteutuivat hyvin ja olen opinnäytetyöhöni erittäin tyytyväinen. Opinnäytetyöprosessin myötä henkilökohtainen asiantuntijuus ja oppiminen kehittivät merkittävästi. Opinnäytetyöprosessin kautta olen päässyt refleктоimaan monesta eri näkökulmasta ammatti-identiteettini ja asiantuntijuuteni kehittymistä. Sosionomin ammatillisen kasvun kehittymiselle ja ammatilliselle toiminnalle pidetään erittäin tarpeellisena reflektiivisyyttä. (Raatikainen ym. 2019, 47.) Reflektionin myötä huomasi, kuinka oma ammatti-identiteettini ja asiantuntijuuteni on kehittynyt huomattavasti. Opinnäytetyöprosessin aikana sain todella paljon uudenlaisia oppimiskokemuksia, joiden myötä ammatillinen kasvu mahdollistui. Koen, että positiivisen pedagogiikan suuntaus on vakiintunut minun työotteeseeni ja myös henkilökohtaiseen elämään.

Omaa oppimistani ja kehittymistäni olen vertaillut sosionomin kompetenssien mukaisesti. Sosionomin kompetenssien mukaan sosionomin tärkeä työtehtävä on työskennellä heikompiosaiten puolesta ja lisätä yksilön osallisuutta, jotta jokainen yksilö tuntee olonsa oman elämänsä asiantuntijaksi ja toimijaksi. Yksilön osallisuutta lisätään voimavaralähtöisesti huomioiden hänen oma subjektiivisuutensa. Huono-osaisuuden ja syrjäytymisen puuttumisen ja ennaltaehkäisyn myötä yksilön hyvinvointia on mahdollista tavoittaa. Sosionomin työssä avainasemassa ovat tasa-arvo, yhdenvertaisuus, suvaitsevaisuus ja kulttuurisensitiivisyys. Sosionomin työ on tavoitteellista ja suunnitelmallista, jota tehdään yhdessä moniammatillisen työtiimin kanssa. (Raatikainen ym. 2019, 20–21.) Asiakkaiden voimavarojen, vahvuuksien ja kykyjen löytäminen sekä niiden käyttäminen arkisissa toiminnoissa kuvaavat myös hyvin sosionomin työtehtäviä. Näitä taitoja olen päässyt kehittämään opinnäytetyöni kautta ja saanut kattavasti tietotaitoa kyseisen pedagogisen suuntauksen positiivista vaikutuksista lasten ja lapsiperheiden hyvinvointiin.

Henkilökohtainen yhteyteni omaan ammattialaani, sosionomin ja varhaiskasvatuksen opettajan työhön on kasvanut entisestään. Opinnäytetyöni avulla sain myös kokemusta niin laadullisen tutkimuksen, kuin kuvailevan kirjallisuuskatsauksenkin tekemisestä. Laadullista tutkimusta tehdessäni olen päässyt haastamaan itseäni monellakin tapaa. Opittujen tietotaitojeni avulla olen saanut valtavasti

erilaisia valmiuksia työelämääni ja ammatillinen kasvuni on kehittynyt. Olen oppinut toimimaan tutkimus- ja kehittämistyön eettisten periaatteiden ja ohjeiden mukaan, joista varmasti hyödyn tulevaisuuden työssäni. Opinnäytetyöprosessin aikana olen kehittynyt tiedonhakutaidoissa, ongelmanratkaisutaidoissa, prosessi- ja projektityöskentelyssä ja laadullisen tutkimuksen tekijänä. Yllätyin opinnäytetyöprosessin aikana siitä, kuinka pitkä ja monivaiheinen opinnäytetyöprosessi oli. Kirjallisuuskatsauksen tekeminen vaati paljon aikaa ja tutkimustiedon sisäistäminen tapahtui vaiheittain. Opinnäytetyöprosessin aikana paine muiden opintojen loppuunsaattamiseksi lisäsi ajoittaista kiireen tuntua. Kuitenkin onnistuin opinnäytetyöprojektissa ja -prosessissa suunnitelmieni mukaisesti ja mielestäni opinnäytetyöprosessi eteni suunniteltujen tavoitteiden mukaisesti.

Ammatti-identiteetin rakentuminen tapahtuu prosessimaisesti ja vaiheittain. Sen rakentumisessa pidetään tärkeänä itsetuntemusta, omista kokemuksista oppimista ja niiden refleктоimista. Henkilökohtaisten vahvuuksien löytäminen ja oman osaamisen arvioiminen ovat avainasemassa itsetuntemuksen kehittymisessä. Itsetuntemuksen avulla taas pystytään tukemaan ammatillisen kasvun kehittymistä. (Raatikainen ym. 2019, 41–42.) Opinnäytetyöni asioita olen pohtinut kriittisen, monipuolisen ja asiantuntevan näkökulman kautta. Opinnäytetyön kautta opin valtavasti uutta positiivisesta pedagogiikasta ja sen toteuttamisesta. Haluan myös sosionomiksi valmistumiseni jälkeenkin oppia lisää kyseisestä pedagogisesta suuntauksesta ja käyttää positiivista pedagogiikkaa tulevaisuuden työssäni. Positiivisen pedagogiikan harjoitteita olen toteuttanut itselleni ja olen tullut yhä tietoisemmaksi henkilökohtaisista ydinvahvuuksistani ja kasvuvahvuuksistani. Olen onnistunut tunnistamaan omia vahvuksiani paremmin, nimeämään ja hyödyntämään niitä myös erilaisissa tilanteissa. Näistä opituista taidoistani tulen varmasti hyötymään tulevaisuudessa muun muassa nykypäivän työmarkkinoilla, jossa tarvitaan yhä enemmän ja enemmän vahvempaa itsetuntemusta.

Opinnäytetyön kirjoitusprosessi kesti kaiken kaikkiaan puolitoista vuotta. Opinnäytetyön suunnittelu käynnistyi syksyllä 2019 ja opinnäytetyö valmistui jouluna 2020. Opinnäytetyö oli alun perin tarkoitus tuottaa parityönä, mutta myöhemmin työ muotoutui yksilötyöksi. Koen, että työni oli laajuudeltaan suuri, sillä työ oli tarkoitus jakaa kahdelle tutkimuksen tekijälle. Aiheen mielenkiinnon vuoksi työn laajuus ei ollut esteenä ja uppouduin työhöni vahvasti. Koin myös flow-elämyksiä, jolloin ajantajuni katosi työn touhussa.

Halusin valita kirjallisuuskatsaukseen niin suomalaisia kuin ulkomaisia tieteellisiä artikkeleita ja pian huomasinkin, että suomenkielisiä tieteellisiä artikkeleita löytyy vain vähän. Artikkeleiden systemaattisessa tiedonhaussa toinen tekemäni havainto oli, että useat eri tutkijat olivat tutkineet positiivista pedagogiikkaa usein pelkästään kouluympäristössä. Systemaattisen tiedonhaun avulla yritin etsiä myös sellaisia artikkeleita, jotka liittyvät varhaiskasvatukseen. Kuitenkin sisäänotto- ja poissulkukriteerit huomioiden artikkeleita ei löytynyt varhaiskasvatuksen puolelta. Tästä heräsiikin jatkotutkimusehdotus positiivisen pedagogiikan toteutuksesta varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä. Opinnäytetyön työstämisen aikana jatkotutkimusehdotukseksi nousi positiivisen pedagogiikan suuntauksen tutkiminen alle kouluikäisillä lapsilla. Useat opinnäytetyön aihealueen tutkimukset ja artikkelit liittyvät kouluikäisiin lapsiin ja kouluympäristöihin.

Opinnäytetyöprosessin aikana toisena jatkotutkimusehdotuksena syntyi ajatus siitä, voisiko positiivisen pedagogiikan näkyväksi tuomisesta tuottaa esimerkiksi enemmän teknologisia menetelmiä, jotka olisivat helposti saatavilla jokaiselle. Olisiko mahdollista tuottaa positiivisesta pedagogiikasta digitaalista palvelukokonaisuutta, mahdollisesti videomateriaaleja ja blogipostauksia, jossa esitetään muun muassa positiivisen pedagogiikan käytännönläheisiä harjoitteita vanhemmille, huoltajille, alan ammattilaisille ja lasten kanssa toimiville henkilöille. Näillä menetelmillä voitaisiin juurruttaa entistäkin paremmin uutta pedagogista suuntausta pysyvästi lasten ja nuorten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseksi. Positiivista pedagogiikkaa olisi mielestäni tarpeen nostaa näyttävämmin esille myös sosionomikoulutuksessa.

LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

- ARENE 2018. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset [verkkajulkaisu]. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. [Viitattu 2020-11-01.] Saatavissa: http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%c3%84YTET%c3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?_t=1578480382
- AVOLA, Pauliina ja PENTIKÄINEN, Viivi 2019. Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. Espoo: BEEhappy Publishing.
- HEIKKILÄ, Tarja 2014. Tilastollinen tutkimus. 9. uudistettu painos. Helsinki: Edita.
- HOTULAINEN, Risto, LAPPALAINEN, Kristiina ja SOINTU, Erkko 2014. Lasten ja nuorten vahvuuksien tunnistaminen. Julkaisussa: UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta. Positiivisen psykologian voima. PS-kustannus: Juva, 264–280.
- HUJALA, Eeva ja TURJA, Leena (toim.) 2017. Varhaiskasvatuksen käsikirja. 4. uudistettu painos. Juva: PS-Kustannus.
- JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO 2015. Laadullinen tutkimus [verkkajulkaisu]. Jyväskylän yliopisto. [Viitattu 2020-05-07.] Saatavissa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>
- KUMPULAINEN, Kristiina, MIKKOLA, Anna, RAJALA, Antti, HILPPÖ, Jaakko ja LIPPONEN, Lasse 2014. Positiivisen pedagogiikan jäljillä. Julkaisussa: UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 224–242.
- LAMMI-TASKULA, Johanna ja KARVONEN, Sakari 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014 [digilehti]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-11-04.] Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116712/THL_2014_21Teema.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- LAPPALAINEN, Kristiina, KUITTINEN, Matti ja MERILÄINEN, Matti (toim.) 2008. Pedagogiikan ja hyvinvoinnin suhde. Julkaisussa: MERILÄINEN, Matti, LAPPALAINEN, Kristiina ja KUITTINEN, Matti. Pedagoginen hyvinvointi. Turku: Suomen kasvatustieteellinen seura, 7–11.
- LEINO-KILPI, Helena ja VÄLIMÄKI, Maritta 2014. Etiikka hoitotyössä. 8. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- LEMETTI, Terhi ja YLÖNEN, Minna 2016. Kirjallisuuskatsaukseen valittujen tutkimusartikkeleiden arviointi. Julkaisussa: STOLT, Minna, AXELIN, Anna & SUHONEN, Riitta (toim.) Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. 2. korjattu painos. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja A: 73/2016. Turku: Turun yliopisto, 67–79.
- LESKISENOJA, Eliisa 2016. Vuosi koulua, vuosi iloa. PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytänteet kouluiloin edistäjinä [verkkajulkaisu]. [Viitattu 2020-09-23.] Saatavissa: <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/62568>
- LESKISENOJA, Eliisa 2017. Positiivisen pedagogiikan työkalupakki. Jyväskylä: PS-kustannus.
- LESKISENOJA, Eliisa 2019. Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- LESKISENOJA, Eliisa ja SANBERG, Erja 2019. Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- NIELA-VILEN, Hannakaisa ja HAMARI, Lotta 2016. Kirjallisuuskatsauksen vaiheet. Julkaisussa: STOLT, Minna, AXELIN, Anna ja SUHONEN, Riitta (toim.) 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto. 2. korjattu painos. Turku: Juvenes Print, 24–33.

- NORRISH, Jacolyn M., WILLIAMS, Paige, O'CONNOR, Meredith ja ROBINSON, Justin 2013. An applied framework for positive education. *International Journal of Wellbeing* [digilehti] 3(2), 147–161. [Viitattu 2020-09-09.] Saatavissa: https://www.researchgate.net/publication/257931706_An_applied_framework_for_Positive_Education
- OJANEN, Markku 2014. Positiivinen psykologia. 2. uudistettu painos. Porvoo: Edita.
- OPETUSHALLITUS 2018. Varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteet 2018 [verkkodokumentti]. Opetushallitus. [Viitattu 2020-08-17.] Saatavissa: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf
- RAATIKAINEN, Eija, RAHIKKA, Anne, SAARNIO, Tuula ja VEPSÄ, Päivi 2019. Ammattina sosionomi. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanomapro Oy.
- SALMINEN, Ari 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin [verkkojulkaisu]. Vaasan yliopisto. [Viitattu 2020-05-06.] Saatavissa: https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf
- SANDBERG, Erja 2018. ADHD ja oppimisen tuki. Huomioi yksilölliset tarpeet ja vahvuudet. Jvaskylä: PS-kustannus.
- SELIGMAN, Martin 2008. Aito onnellisuus. Positiivisen psykologian keinoin täyteen elämään. (Suom. Markus Lång.) Helsinki: Art House.
- SELIGMAN, Martin, ERNSTB, Randal, GILLHAME, Jane, REIVICHA, Karen ja LINKINS Mark 2009. Positive education: positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education* [digilehti] 35 (3), 293–311. [Viitattu 2020-09-28.] Saatavissa: <https://ppc.sas.upenn.edu/sites/default/files/positiveeducationarticle2009.pdf>
- STM s.a. Terveiden ja hyvinvoinnin edistäminen kannattaa [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2020-11-02.] Saatavissa: <https://stm.fi/terveyden-ja-hyvinvoinnin-edistaminen-kannattaa>
- STOLT, Minna, AXELIN, Anna ja SUHONEN, Riitta (toim.) 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto. 2. korjattu painos. Turku: Juvenes Print.
- TENK 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012 [verkkodokumentti]. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. [Viitattu 2020-10-22.] Saatavissa: https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- THL 2020a. Hyvinvoinnin mittaaminen [verkkojulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-09-29.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/hyvinvoinnin-mittaaminen>
- THL 2020b. Lapset ja perheet [verkkojulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-06-29.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/elamankulku/lapset-ja-perheet>
- TROGEN, Tiia 2020. Positiivinen kasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus.
- TUOMI, Jouni ja SARAJARVI, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö tammi.
- TURUN YLIOPISTO 2020. Aiempaa tiiviimpi yhdessäolo vaikuttaa eri tavoin perheiden hyvinvointiin [verkkojulkaisu]. Turun yliopisto. [Viitattu 2020-11-05.] Saatavissa: <https://www.utu.fi/fi/ajankohtaista/uutinen/aiempaa-tiiviimpi-yhdessaolo-vaikuttaa-eri-tavoin-perheiden-hyvinvointiin>

- UNICEF 2020. Worlds of Influence. Understanding What Shapes Child Well-being in Rich Countries [verkkodokumentti]. Innocenti Report Card 16. [Viitattu 2020-09-29.] Saatavissa: https://unicef.studio.crasman.fi/pub/public/Tiedotteet/Report+Card+16_Final.pdf
- UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta 2014a. Hyveet ja luontevahvuudet. Julkaisussa: UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta. Positiivisen psykologian voima. Juva: PS-kustannus, 63–84.
- UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta 2014b. Positiivisen psykologian voima. Juva: PS-kustannus.
- UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta 2014c. VIA-vahvuusmittari lasten ja nuorten luontevahvuuksien kartoitukseen [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2020-08-10.] Saatavissa: https://bulletin.nmi.fi/wp-content/uploads/2016/02/Uusitalo_Malmivaara-ym.pdf
- UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta ja VUORINEN, Kaisa 2017. Huomaa hyvä! Vahvuusvariksen bongausopas. Juva: PS-kustannus.
- UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta ja VUORINEN, Kaisa 2019. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa. 3. painos. Juva: PS-Kustannus.
- VALTIONEUVOSTO 2020. Lasten ja nuorten hyvinvointi koronakriisin jälkihoidossa [verkkojulkaisu]. Valtioneuvosto. [Viitattu 2020-11-01.] Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162318/VN_2020_21.pdf
- VARHAISKASVATUSLAKI. L 540/2018. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2020-09-29.] Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>
- VUORENMAA, Maaret 2019. Tilastoraportti. Pienten lasten ja heidän perheidensä hyvinvointi 2018 [verkkodokumentti]. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-10-05.] Saatavissa: <https://www.julkari.fi/handle/10024/138082>
- VUORINEN, Kaisa, ERIKIVI, Anne ja UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta 2018. A character strength intervention in 11 inclusive Finnish classrooms to promote social participation of students with special educational needs. Journal of Research in Special Educational Needs [digilehti] 19 (1), 45–57. [Viitattu 2020-09-29.] Saatavissa: <https://researchportal.helsinki.fi/en/publications/a-character-strength-intervention-in-11-inclusive-finnish-classro>

LIITE 1. KIRJALLISUUSKATSAUS TAULUKKOMUOTONA

Tekijä ja tutkimus	Menetelmä	Keskeiset tulokset ja johtopäätökset
<p>Kristiina Kumpulainen, Anna Mikkola, Antti Rajala, Jaakko Hilppö, Lasse Lipponen 2014.</p> <p>Positiivisen pedagogiikan jäljillä.</p>	<p>Positiivisen psykologian voima- kirjaan sisältyvä teetellinen artikkeli.</p>	<p>Positiivisessa pedagogiikassa painopisteenä on merkityksellisyys, osallisuus, yhteisöllisyys ja lapsen näkökulma. Hyvinvointi rakentuu vuorovaikutuksessa lapsen ja eri ympäristöjen välillä.</p> <p>Myönteiset tunteet toimivat hyvinvoinnin ja oppimisen lähteinä elämän eri vaiheissa.</p>
<p>Eliisa Leskisenoja 2016.</p> <p>Vuosi koulua, vuosi ilo: PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytänteet kouluilon edistäjinä.</p> <p>Väitöskirja.</p>	<p>Leskisenoja tutkii suomalaisessa koulussa vuoden ajan 6-luokan oppilaiden myönteisiä tunteita, koulumotivaatiota ja kouluviihtyvyyttä PERMA-hyvinvointiteorian valossa.</p>	<p>Vuoden aikana muun muassa luokan yhteisöllisyys ja me-henkisyys lisääntyi ja luokan ilmapiiristä muodostui välittävä ja kannustava. Vuoden aikana muun muassa oppimistulokset, koulussa edistyminen, koulumenestys, luokan ihmissuhteet ja työskentelyn sujuvuus kohentuivat. Tutkimuksessa käy ilmi, että positiivista pedagogiikkaa voi toteuttaa mainiosti myös suomalaisissa kouluissa. Vuoden mittaisen toimintatutkimuksen myötä oppilaiden ja luokanopettajan hyvinvointi lisääntyi.</p>
<p>Lotta Uusitalo-Malmivaara 2016.</p> <p>VIA-vahvuusmittari lasten ja nuorten luontevahvuuksien kartoitukseen.</p>	<p>Katsauksessa kerrotaan VIA-vahvuusmittarin ideasta. VIA-vahvuusmittari näyttää vastaajille 5 ydinvahvuutta, joita käytetään positiivisessa pedagogiikassa.</p>	<p>VIA-vahvuusmittaria käyttämällä lasten vahvuuksia voidaan kartoittaa. Vahvuuksia on mahdollista käyttää erilaisissa tilanteissa, jolloin optimaalinen lopputulos ja voimaantuminen on mahdollista saavuttaa. Vahvuuksien tunnistamisen ja niiden käyttämisen myötä muun muassa yhteistyötaitot ja ryhmätyöskentelyn tulos paranevat.</p>
<p>Seligman, Martin E. P.; Ernst, Randal M.; Gillham, Jane; Reivich, Karen; Linkins, Mark 2009.</p> <p>Positive Education: Positive Psychology and Classroom Interventions.</p>	<p>Artikkelissa esitellään positiivisen psykologiaan pohjautuvia hyvinvointiohjelmia, joita toteutettiin erilaisissa kouluympäristöissä.</p>	<p>Tutkimuksista on merkittävää näyttöä siitä, että kouluissa lapsille ja nuorille voidaan opettaa hyvinvointitaitoja, jotka lisäävät resilienssiä, myönteisiä tunteita, sitoutumista ja merkityksellisyyttä. Artikkelissa esiintyvillä positiivisen psykologian hyvinvointiohjelmilla voidaan edistää lasten kykyä ja vahvuuksia, parantaa huomattavasti heidän hyvinvointiansa ja käyttäytymistä sekä helpottaa lasten sitoutumista oppimiseen ja siitä johtaviin saavutuksiin.</p>

<p>Kaisa Vuorinen, Anne Erikivi, Lotta Uusitalo-Malmi-vaara 2019.</p> <p>A Character Strength Intervention in 11 Inclusive Finnish Classrooms to Promote Social Participation of Students with Special Educational Needs.</p>	<p>Tutkimus: Positiivisen pedagogiikan 3- osainen interventio suomalaisessa inklusiivisessa kouluympäristössä. 16-viikon positiivisen pedagogiikan mittaisessa interventiossa syvennyttiin ennen kaikkea luontevahvuuksien opettamiseen ja niiden käyttöön sosiaalisten taitojen, hyvinvoinnin ja oppimisen edistämiseksi.</p>	<p>Artikkelissa huomio kohdistui etenkin erityisen tuen tarpeessa oleviin lapsiin ja heidän sosiaaliseen osallistamiseensa.</p> <p>Intervention aikana etenkin vahvuuksien nimeäminen, sosiaaliset suhteet, yhteinen vuorovaikutus, sosiaalinen yhteenkuuluvuus, sitoutuminen sekä kiinnostus koulunkäyntiin olivat kasvaneet. Luontevahvuusopetuksen havaittiin tukevan erityisesti tukea tarvitsevia lapsia.</p>
---	--	--

LIITE 2. SYSTEMAATTISEN TIEDONHAUN TULOKSET

Tietokanta	Hakusanat + yhdistelmät	Tuloksia yhteensä	Sisäänottokriteerien mukaiset artikkelit	Valitut tieteelliset artikkelit
Arto Finna Savonia	Positiivinen pedagogiikka OR positiivinen psykologia	10	4	1
Finna Savonia Kansainväliset e-artikkelit	Positive education OR positive psychology	746 999	0	0
Ebsco Eric	Positive education OR positive psychology	250	2	2
Google Shcolar	Positiivinen pedagogiikka/positiivinen psykologia	14 800	1	1
Manuaalinen haku	Positiivinen pedagogiikka/positiivinen psykologia	1	1	1