



”Kerrotaas tää Vahvuusvariksellekin” – Vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä!- digipalvelun käytöstä

Nina Heinrichs

2021 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**”Kerrotaas tää Vahvuusvariksellekin” – Vanhempien kokemuksia
Huomaa hyvä! -digipalvelun käytöstä**

Nina Heinrichs
Voimavaraistavien työtapojen
johtaminen ja kehittäminen
Opinnäytetyö YAMK
Elokuu, 2021

Voimavaraistavien työtapojen johtaminen ja
kehittäminen sosiaali- ja terveysalalla
Sosionomi (YAMK)

Nina Heinrichs

**”Kerrotaas tää Vahvuusvariksellekin” - Vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä! -
digipalvelun käytöstä**

Vuosi 2021 Sivumäärä 120

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää vanhempien kokemuksia luonteenvahvuuksien tukemiseen kehitetyn Huomaa hyvä! -digipalvelun käytöstä. Opinnäytetyön tarkoituksena on saada tietoa siitä, millaisia kokemuksia vanhemmilla on digipalvelun käyttöön liittyen, miten digipalvelu auttoi luonteenvahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa, mikä motivoi käyttämään digipalvelua ja minkälaisena vanhemmat kokivat digipalvelun mahdollisuudet koulun ja kodin yhteistyölle. Tavoitteena on saada tietoa, jonka avulla voidaan kehittää Huomaa hyvä! -digipalvelua vanhemmuuden sekä lapsen luonteenvahvuuksien tukemiseksi. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Huomaa hyvä! -digipalvelun kehittäneen Positive Learning Oy:n kanssa. Yhteistyössä mukana oli myös eteläsuomalainen koulu, jossa kehitetään vahvuusperusteista pedagogiikkaa ja opinnäytetyön kohderyhmä koostui kyseisen yhteistyökoulun oppilaiden vanhemmista.

Opinnäytetyön tietoperustassa tarkastellaan positiivisen psykologian ja positiivisen kasvatuksen näkemyksiä ihmisten hyvinvoinnin edistämisestä. Taustaa avataan perehtymällä myönteisten tunteiden sekä luonteenvahvuuksien tukemisen mahdollisuuksiin hyvinvoinnin vahvistamisessa. Tietoperustassa esitellään perhe, koulu sekä näiden kehitysympäristöjen yhteistyö ekologista systeemiteoriaa hyödyntäen. Lopuksi tietoperustassa esitellään lyhyesti digitalisaatio. Tutkimusmenetelminä käytettiin kahta menetelmää, kyselyä ja teemahaastattelua. Kyselyt toteutettiin sähköisinä kyselyinä, joista alkukyselyyn vastasi 31 vanhempaa ja loppukyselyyn 21 vanhempaa. Teemahaastattelut toteutettiin etäyhteydellä kymmenelle vanhemmalle ja haastatteluilla pyrittiin syventämään kyselyillä saatua tietoa. Aineisto analysoitiin teemoittelemalla ja opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena.

Tuloksista ilmeni, että vanhemmat odottivat eniten, että digipalvelu auttaisi kiinnittämään huomiota lapsen luonteenvahvuuksiin sekä positiivisiin asioihin arjessa. Vanhemmat kokivat digipalvelun lisänneen tietoa luonteenvahvuuksista sekä tietoisuutta omasta toiminnasta. Digipalvelun koettiin tukeeneen positiivisten asioiden huomioimista, niiden sanoittamista sekä konkretisointia. Vanhempien kokemuksesta voidaan todeta, että digipalvelusta oli hyötyä ja sen avulla päästiin alkuun luonteenvahvuuksien tukemisessa. Digipalvelun käyttö jäi kuitenkin kokeilujaksolla vähäiseksi. Perheessä annetun positiivisen palautteen määrässä ei vanhempien kokemuksen mukaan tapahtunut juurikaan muutosta, mutta vanhemmat kokivat digipalvelun vaikuttaneen positiivisesti omaan ajatteluun sekä vuorovaikutukseen erityisesti lapsen kanssa. Vanhemmat suhtautuivat positiivisesti ja odottavaisesti digipalvelun yhteiskäyttöön koulun kanssa. Opinnäytetyössä saatujen vanhempien kokemusten perusteella digipalvelu voisi toimia hyvänä välineenä kodin ja koulun kehitysympäristöjen yhdensuuntaisen toiminnan tukemisessa. Jatkossa kaikkein motivoivimpana tekijänä pidettiin yhteiskäyttöä perheenjäsenten sekä koulun kanssa, mikä vaatii digipalvelun helppokäyttöisyyden ja ohjeistuksen parantamista sekä perhenäkökulman huomioimista sujuvan käytön mahdollistamiseksi. Kiinnostavana jatkotutkimusaiheena on selvittää koulun ja kodin yhteiskäytön onnistumista.

Asiasanat: positiivinen pedagogiikka, luonteenvahvuudet, vanhemmuus, digitaalisuus

Nina Heinrichs

“Tell this to the Character Crow” - Parents' experiences about the digital See the Good! service

Year	2021	Pages	120
------	------	-------	-----

The purpose of this thesis was to elucidate the experiences of parents of the digital See the Good! service that was developed to support character strengths. The purpose of the thesis was to get information about what kind of experiences parents have regarding the use of digital service, how the digital service has helped to identify and support the strengths of character, what motivates the use of the digital service and how parents perceive the digital service opportunities for the home-school collaboration. The aim was to obtain information that could be used to develop the digital See the Good! service to support parenting and the child's strengths. The thesis was carried out in collaboration with Positive Learning Oy, which developed the digital service. The cooperation also involved one school in Southern Finland, where the strength-based pedagogy is being developed. The target group of the thesis consisted of the parents of the students from the participating school.

The theoretical framework of the thesis examines the views of positive psychology and positive education on the promotion of well-being. The background is explained by studying the possibilities of supporting positive emotions and character strengths in strengthening well-being. The theoretical framework presents family, school and the cooperation of these development environments using ecological systems theory. Finally, the theoretical framework briefly introduces digitalisation. Two methods were used as the research methods, a questionnaire and a thematic interview. The surveys were conducted as electronic surveys, where 31 parents responded to the initial survey and 21 to the final survey. The thematic interviews were conducted remotely with ten parents and the aim of the interviews was to deepen the information obtained through the questionnaires. The material was analyzed by thematic analysis and the thesis was carried out as a qualitative study.

The results showed that parents expected the most that the digital service would help them to pay attention to the child's character strengths as well as positive things in the everyday life. Parents felt that the digital service had increased knowledge about character strengths and awareness of their own actions. The digital service was felt to have supported the consideration of positive things, naming them and making them concrete. In the experience of the parents, it can be said that the digital service was useful and helped to get started in supporting character strengths. However, the use of the digital service remained low during the trial period. According to the parents' experience, there was little change in the amount of positive feedback given in the family, but the parents felt that the digital service had a positive effect on their own thinking and interaction, especially with the child. Parents were positive and expectant about sharing the digital service with the school. Based on the parents' experiences collected in the thesis, the digital service could serve as a good tool in supporting the parallel operation of home and school development environments. For future use, the most motivating factor was considered to be the collaboration with the family members and the school, which requires improvement in the usability and guidance to the digital service, as well as taking the family perspective into account to enable smooth use. An interesting topic for further research is to find out the success of school-home cooperation.

Keywords: positive pedagogy, character strengths, parenting, digitalisation

Sisällys

1	Johdanto.....	7
2	Tietoperusta	8
2.1	Positiivisesta psykologiasta positiiviseen kasvatukseen.....	8
2.1.1	Hyveet ja luontevahvuudet 24 + 2	10
2.1.2	Tunteet resilienssin ja luontevahvuuksien perustana	13
2.1.3	Luontevahvuuksien tukeminen.....	15
2.1.4	Hyvinvointi, luontevahvuudet ja positiivisen palautteen antaminen.....	17
2.1.5	Kodin ja koulun yhteistyö ekologisen systeemiteorian näkökulmasta.....	19
2.2	Digitalisaatio palvelujen kehittämisessä.....	21
2.3	Tietoperustan synteesi	23
3	Tutkimusasetelma.....	24
3.1	Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset.....	25
3.2	Kohderyhmä ja sen informointi	25
3.3	Menetelmät ja aineiston keruu.....	26
3.4	Aineiston analyysi	32
4	Tulokset	35
4.1	Yleistä tietoa tutkimukseen osallistuneista	35
4.1.1	Lasten lukumäärä ja ikä	35
4.1.2	Perheenjäsenten osallistuminen käyttökokeiluun	37
4.1.3	Tieto luontevahvuuksista sekä kasvatusta tai sosiaalialan tausta.....	39
4.1.4	Kiinnostus osallistua kokeiluun	40
4.2	Käyttökokemukset	40
4.2.1	Hyvää ja toimivaa	43
4.2.2	Käytön haasteet ja yksityisyys mietityttivät.....	43
4.2.3	Kokemukset Huomaa hyvä! -osion käytöstä.....	44
4.2.4	Kokemukset Opetaja- ja Opi -osioiden käytöstä.....	46
4.2.5	Kehitysehdotuksia käyttömukavuuteen ja sisältöön.....	46
4.3	Digipalvelu positiivisen palautteen ja luontevahvuuksien tukena.....	47
4.3.1	Positiivisen palautteen tärkeys.....	48
4.3.2	Vanhempien kokemus positiivisen palautteen antamisesta	49
4.3.3	Vanhempien kokemus positiivisen palautteen saamisesta	53
4.3.4	Digipalvelun vaikutus positiivisen palautteen antamiseen perheessä.....	55
4.3.5	Palautteen antaminen koetaan kulttuuriin liittyvänä	56
4.3.6	Luontevahvuuksien tunnistaminen ja tukeminen	57
4.3.7	Digipalvelun kokeilun vaikutukset hyvinvointiin ja vuorovaikutukseen	58
4.3.8	Lapsen reaktio digipalvelun käyttöön	59

4.4	Palvelun käyttöön motivoivat tekijät	59
4.4.1	Odotukset digipalvelulle ja mikä lopulta motivoi.....	60
4.4.2	Ajatuksia palvelun käyttöön vaikuttavista tekijöistä	63
4.5	Digipalvelun mahdollisuudet koulun ja kodin yhteistyölle	67
4.5.1	Yhteistyö koulun kanssa yleisesti.....	67
4.5.2	Lapsen onnistumisista saatu palaute	68
4.5.3	Digipalvelu koulun ja kodin yhteistyössä	69
4.6	Vanhempien ajatuksia digipalvelusta jatkossa	72
5	Pohdinta	72
5.1	Eettisyys	76
5.2	Luotettavuus	79
6	Lopuksi.....	81
	Lähteet.....	82
	Kuviot	87
	Liitteet	89

1 Johdanto

Tämä opinnäytetyö liittyy positiiviseen psykologiaan, positiivisen palautteen antamiseen sekä luontevahvuuksien tukemiseen. Positiivisessa psykologiassa halutaan tutkia ja löytää keinoja tukea ihmisten elämää kohti yhä parempaa hyvinvointia ja kukoistusta (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 5). Opinnäytetyössä on kiinnostavaa selvittää vanhempien ajatuksia digipalvelusta keinona tukea positiivisen palautteen antamista perheessä sekä keinona koulun ja kodin yhteistyölle lapsen luontevahvuuksien tukemiseksi.

Aihe on ajankohtainen hyvinvoinnin tukemisen, koulun ja kodin yhteistyön sekä digitaalisen palvelun kehittämisen kannalta. Kansallisessa mielenterveysstrategiassa 2020–2030 mainitaan, että perheellä on suuri merkitys lapsen mielenterveyden ja pärjäämisen kannalta. Mielenterveyden perusta rakentuu monilta osin lapsuuden ja nuoruuden aikana. (Vorma, Rotko, Larivaara & Kosloff 2020, 21–22.) Luontevahvuuksien havaitsemisella ja vahvistamisella voidaan saada aikaan onnistumisen kokemuksia ja tukea itseluottamusta (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 36). Koti ja perhe, samoin kuin koulu ja luokka, ovat kehitysympäristöjä, joissa lapsi on aktiivisena toimijana ja vastavuoroisessa vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa (Härkönen 2007, 27–28). Perheiden ja vanhemmuuden tukemisella on siis merkitystä lasten hyvinvoinnille ja mielenterveyden rakentumiselle. Koti ja koulu kehitysympäristöinä voivat tukea lapsen suotuisaa kehitystä, ja näiden kehitysympäristöjen yhteistyö on merkityksellistä lapsen kehityksen ja oppimisen tukemiseksi. Digitaalisten palveluiden kehittäminen on ollut kiihtyvällä vauhdilla ajankohtaista viime vuosien ajan. Tämän lisäksi Covid-19 -viruksen aiheuttama koronapandemia lisäsi digitaalisten palveluiden kehittämisen tarvetta.

Positive Learning Oy (myöhemmin tekstissä myös Positive) on keskittynyt luontevahvuuksia tukevan, vahvuusperusteisen pedagogiikan materiaalien ja koulutuksen tuottamiseen koulujen ja opettajien tueksi (Positive 2020). Tärkeänä koulun yhteistyökumppanina ja lapsen tukijoina ovat lapsen omat vanhemmat. Positivella on kiinnostuksena kehittää toimintaansa ja sen myötä digipalvelu vanhemmille, lapsen luontevahvuuksien tunnistamiseksi ja tukemiseksi. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää vanhempien kokemuksia Positiven Huomaa hyvä! - digipalvelun käytöstä. Tarkoituksena on saada tietoa siitä, millaisia ja kokemuksia vanhemmilla on digipalvelun käyttöön liittyen, miten digipalvelu auttoi luontevahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa, mikä motivoi käyttämään digipalvelua sekä minkälaisena vanhemmat kokivat digipalvelun mahdollisuudet koulun ja kodin yhteistyölle. Tavoitteena on haastatteluiden ja kyselyiden avulla saada tietoa, jonka avulla voidaan edelleen kehittää digipalvelua koulun ja kodin yhteistyövälineeksi, vanhemmuuden sekä lapsen luontevahvuuksien tukemiseksi.

2 Tietoperusta

Tässä luvussa avataan opinnäytetyön tietoperustaa lähtien positiivisen psykologian perusteista kohti positiivista kasvatusta ja luontevahvuuksien tukemista. Opinnäytetyö kohdistuu vanhempiin ja vanhemmuuteen sekä sitä kautta välillisesti lapsiin ja koko perheeseen. Tietoperustassa esitellään perhe instituutiona systeemiteorian ja positiivisen psykologian näkökulmista. Tällöin koulun ja kodin yhteistyötä voidaan hahmottaa ekologista systeemiteoriaa hyödyntäen. Opinnäytetyössä tarkastellaan digitaalisen palvelun käyttökokemuksia, joten tietoperustassa tarkastellaan lyhyesti digitaalisuutta palveluiden kehittämisessä.

2.1 Positiivisesta psykologiasta positiiviseen kasvatukseen

Psykologiassa on pitkä historia tutkimusten ja huomion kiinnittämisestä sairauksiin ja negatiivisiin asioihin. Tähän on ollut luonnollisia syitä ja tarpeita. Osasyinä ovat olleet ihmisen evoluutiokehitykseen liittyvät asiat ja osittain historialliset sekä yhteiskunnalliset syyt. Evoluutiossa negatiivisten tunteiden voimakkuus on ollut merkityksellistä, jotta nuo tunteet ovat saaneet ihmiset pysähtymään, terästämään tarkkaavuuttaan, pohtimaan käyttäytymistään ja muuttamaan reaktioitaan tarpeen mukaan. Tunteet ovat siis varoittaneet lähellä olevasta uhasta, ja näin ihmiset ovat negatiivisten tunteiden avulla selviytyneet vaaroista. Yhteiskunnallisella tilanteella on ollut vaikutusta, sillä yhteiskunnan kohdatessa köyhyyttä, sotaa ja puutetta, on ollut luonnollista keskittyä vaaroilta suojautumiseen ja vahinkojen kontrollointiin. (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 13.) Negatiivisuuteen ja uhkiin keskittyminen on kuitenkin uhka mielen hyvinvoinnille. Koska negatiiviset ajatukset helposti luonnostaan valtaavat ajatuksemme, on hyvää ja positiivista tietoisesti kaivettava näkyviin ja vaalittava. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 19.) Ongelmakeskeinen tutkimus on tuottanut paljon hyvää tutkimustietoa, joten sitä ei ole syytä väheksyä. Positiivinen psykologia jättää perinteisen tutkimuskohteen taakseen ja jatkaa tästä eteenpäin tutkimaan sitä, miten voidaan edistää ihmisen hyvinvointia, vahvuuksia ja kykyä selviytyä. (Ojanen 2014, 14.)

Positiivinen psykologia lähti leviämään laajasti vuosituhaten vaihteessa Seligmanin ja Csikszentmihalyin (2000) koostaessa *American Psychologist* -lehden numeron, joka käsitteli laajasti positiivista psykologiaa. Ajatuksena oli, että psykologit ovat jo onnistuneet selvittämään, mikä tekee elämästämme elämisen arvoisen, miten ihmiset ovat selviytyneet vaikeista olosuhteista sekä miten häiriöitä ja sairauksia hoidetaan. Sen sijaan vähemmän tietoa oli siitä, miten voidaan vahvistaa onnellisuutta ja tavallisten ihmisten kukoistusta suotuisissa olosuhteissa. Seligmanin ja Csikszentmihalyin (2000) ajatusten myötä positiivisen psykologian tavoitteeksi tarkentui edistää psykologian kiinnostusta hyvien olosuhteiden rakentamiseen, epäkohtien korjaamisen sijaan. Ajatuksena oli, että psykologian pitäisi pystyä

antamaan vastauksia siihen, minkälaiset perheet tukevat lapsen kukoistusta. (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 5.)

Positiivinen psykologia pyrkii lisäämään hyvinvointia ja vahvistamaan mieltämme, kun perinteisellä psykologialla hoidetaan mielen sairauksia ja poikkeavuuksia. Molempia tarvitaan, mutta ne lähestyvät asiaa eri näkökulmista. (Uusitalo-Malmivaara 2014b, 19.) Riski positiivisessa psykologiassa voi olla se, että kuva maailmasta on liian positiivinen. Jos näin käy, monet syvemmällä olevat, rakenteelliset ongelmat voivat jäädä tässä individualistisessa kulttuurissamme huomaamatta. (Ojanen 2014, 17.) Seligman (2008, 253) vastaa kuitenkin tähän selventäen, että positiivisessa psykologiassa nähdään tärkeänä huomioida yhtä vakavasti, yhtä aitoina ja alkuperäisinä niin myönteiset kuin kielteisetkin tunteet samoin kuin vahvuudet ja heikkoudet.

Erityisesti positiivinen psykologia on kiinnostunut prosesseista ja olosuhteista, jolla on suotuisia vaikutuksia ihmisten, ryhmien ja instituutioiden toimintaan. Tarkoituksena on ohjata toiminta- ja ajattelumalleja pois ongelmakeskeisestä ajattelutavasta. (Kumpulainen, Mikkola, Rajala, Hilppö & Lipponen 2014, 227.) Tieteellinen tausta pohjautuu kolmeen eri tutkimukselliseen tukipilariin, jotka ovat myönteisten tunteiden tutkimus, myönteisten ominaisuuksien, kuten vahvuuksien, hyveiden ja kykyjen tutkimus sekä myönteisten instituutioiden tutkimus (Seligman 2008, 314–315). Positiivisen psykologian monihaaraisen tieteenalan ideana on diagnosoida ja löytää jokaisen yksilön ja yhteisön vahvuudet (Uusitalo-Malmivaara 2014b, 19). Tarkoituksena on oppia kuinka rakentaa ja tukea ominaisuuksia, jotka helpottavat yksilöitä ja yhteisöjä ei vain selviytymään vaan jopa kukoistamaan. (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 13). Kukoistuksella tarkoitetaan, että koemme elävämme tyytyväisinä oman näköistämme elämäämme, jossa on merkityksellisiä ihmissuhteita, saamme käyttää vahvuuksiamme ja kokea myönteisiä tunteita sekä selviämme eteenpäin kohtaamistamme vastoinkäymisistä (Trogen 2020, 23–25).

Vanhempien ja kasvattajien tarkoitus ei ole korjata sitä mikä on väärin, vaan ruokkia niitä ominaisuuksia, joita lapsella on ja joissa hän on parhaimmillansa. Tarkoituksena on auttaa lapsia löytämään tilanteet ja toiminnot, joissa he voivat parhaiten hyödyntää omia vahvuuksiaan. (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 6.) Positiivisen pedagogiikan tarkoituksena on ennaltaehkäistä pahoinvointia opettamalla vahvuuksien hyödyntämistä ja mahdollistaa se, että jokainen voisi olla tietoisempi omista kyvyistään ja kokea olevansa osaava ja kykenevä (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 10). Tarkoituksena on oppia näkemään sekä sanoittamaan vahvuuksia ja onnistumisia arjessa. Pyrkimyksenä on kohdentaa huomio lapsen myönteisiin kokemuksiin ja voimavaroihin sekä niiden vahvistamiseen ja hyödyntämiseen lapsen eduksi. (Avola & Pentikäinen 2019, 32.)

2.1.1 Hyveet ja luontevahvuudet 24 + 2

Kaikissa kulttuureissa, uskonnoissa ja filosofioissa on jonkinlaista hyveajattelua ja nykyisen hyveajattelumme pohja on antiikin moraalifilosofiassa. Hyve määritellään olevan eettisesti ja moraalisesti vahvuuksista muodostuva arvokas ominaisuus, joka on hyödyksi yksilölle sekä tämän ympäristölle. (Uusitalo-Malmivaara 2014a, 64.) Kuten Ojanen (2014, 112) toteaa, hyveet tuntuvat arjessamme usein etäisiltä ja kaukaisilta, vaikka niin lännen kuin idänkin kulttuureissa on korostettu hyvän tekemisen ja hyvien mallien merkitystä. Toisaalta Uusitalo-Malmivaara (2014a, 64) kytkee hyveet sujuvasti arkeen kirjoittaessaan, että hyveitä toteutetaan käytännössä luontevanvahvuuksia käytettäessä. Hän jatkaa, että hyveiden, hyvien asioiden ja hyvän luonteen määrittämisen tarkoituksena on kohdentaa ajatus mielenterveyteen ja hyvinvointiin mielen sairauden sijaan.

Positiivisessa psykologiassa puhutaan luontevahvuuksista ja hyveistä, joiden määrittely on aiemmin ollut puutteellista ja niitä on usein virheellisesti pidetty syntymässä saatuina ominaisuuksina (Uusitalo-Malmivaara 2014a, 63). Hyveet perustuvat ihmisen haluun noudattaa niitä ja haluun toimia parhaan lopputuloksen saavuttamiseksi. Tarkoituksena ei kuitenkaan ole, että ihmisistä tulisi täydellisiä, vaan että heillä on pyrkimys hyveiden noudattamiseen. Toimiessaan hyveiden mukaisesti, ihminen kokee mielihyvää. (Ojanen 2014, 121.)

Saattaisimme ajatella, että hyveet vaihtelevat aikakauden ja paikan mukaan, mutta kaikissa kulttuureissa ja suurissa uskonnoissa, jo antiikin filosofiassa sekä ympäri maailman arvostetaan kuutta perushyvettä, jotka ovat: 1. viisaus ja tieto, 2. rohkeus, 3. rakkaus ja inhimillisyys, 4. oikeudenmukaisuus, 5. itsehillintä ja kohtuullisuus, 6. henkisyys eli transkendenssi. Jokaisen näiden kuuden hyveen osoittamiseen on useita eri tapoja. Esimerkiksi hyvällä kansalaisuudella, uskollisuudella, yhteistyöllä, tasapuolisuudella ja inhimillisellä johtajuudella voi osoittaa oikeudenmukaisuuden hyvettä. Näitä erilaisia tapoja osoittaa hyve käytännössä kutsutaan vahvuuksiksi. Vahvuuksia voidaan abstraktien hyveiden sijaan hankkia ja mitata. (Seligman 2008, 158–167.)

Oleellisena kriteerinä luontevahvuuksille nähdään se, että luontevahvuuksien käyttö on lähtökohtaisesti myönteistä, niiden käyttöä voi opettaa eivätkä ne kulu käytettäessä. Luontevahvuuksien käyttäminen on yhteydessä yksilön fyysiseen hyvinvointiin sekä onnellisuuteen ja tyytyväisyyteen elämäänsä. (Uusitalo-Malmivaara 2014a, 66–75.) Seligman (2008, 167) määrittelee vahvuuden olevan luonteenpiirre, psykologinen ominaisuus, jota voidaan todeta toistuvasti eri aikoina ja eri tilanteissa. Hän tähdentää, että vahvuuden käyttäminen ei heikennä lähiympäristöä tai aiheuta haittaa muille vaan pikemminkin innostaa muita ihmisiä.



Kuvio 1: VIA-luokittelun 6 hyvealuetta ja 24 niihin lukeutuvaa vahvuutta (mukaellen Peterson & Seligman 2004 lisättyä myötätunto ja sisukkuus, ks. Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 33).

Positiivinen psykologia perustaa vahvuuksien määrittelyn sille, että ne täyttävät kolme perustetta, jolloin ne ovat muovautuvia, niitä arvostetaan lähes joka kulttuurissa ja niitä arvostetaan niiden itsensä vuoksi ei vain keinona saavuttaa jotain muuta (Seligman 2008, 24).

Näihin kuuteen hyveeseen ja niiden ilmaisemiseen toiminnan kautta perustuu myös Seligmanin luonteenvahvuuksien filosofia, jota kutsutaan kirjainlyhenteellä VIA eli Values in Action. VIA-filosofian ajatus on hyveiden ja niitä toteuttavien luonteenvahvuuksien aktivoiminen arkisen toimintamme hyödyksi. Näihin VIA-luokituksen vahvuuksiin, Positive Learning Oy:n perustajat ja suomalaisen vahvuuspedagogiikan suunnannäyttäjät, Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen (2016, 32–34) ovat lisänneet vielä kaksi vahvuutta, jotka ovat myötätunto ja sisukkuus (Kuvio 1). Vahvuuksien määrää ei voida tarkasti määrittellä, mutta tässä opinnäytetyössä käytetään Uusitalo-Malmivaaran sekä Vuorisen valitsemaa 26:tä luonteenvahvuutta, samoja, jotka ovat käytössä Positiiven Huomaa hyvä! -digipalvelussa.

Omiin luonteenvahvuuksiin tutustuminen auttaa myönteisen itsetuntemuksen kehittymisessä. Omia luonteenvahvuuksiaan voi kehittää ja ottaa käyttöön, mikä mahdollistaa motivaation tavoitella toivomaansa tulevaisuutta. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 31.) Luonteenvahvuuksista on hyötyä itsetuntemukselle, omien tavoitteiden tunnistamiselle, niihin pyrkimiselle sekä kasvulle kohti kukoistusta (Avola & Pentikäinen 2019, 100).

Luonteenvahvuuksilla ei tarkoiteta samaa asiaa kuin lahjakkuudet, vaikka niillä on paljon yhtäläisyyksiä ja molemmat näistä kuuluvat positiivisen psykologian tutkimuskohteisiin. Kaksi huomattavaa eroa ovat se, että luonteenvahvuus on moraalinen ominaisuus ja lahjakkuus on ei-moraalinen. Erona on lisäksi se, että lahjakkuutta ei voi hankkia ja samalla tavalla kehittää kuin vahvuutta, jota voi hankkia tahdonvoimalla sekä kehittää aina paremmaksi. (Seligman 2008, 163–164.)

Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen (2016, 76–79) esittelevät kirjassaan luonteenvahvuuksien jaon, joka perustuu Vuorisen valmistumassa olevan väitöskirjatutkimuksen, vahvuusperusteisen opettajakokemusten sekä VIA-teorian yhdistämisen kautta muodostettuihin kolmeen ryhmään: voimavahvuudet, ydinvahvuudet ja kasvuvahvuudet. Voimavahvuuksia voimme opettaa, oppia ja käyttää joka päivä. Näitä vahvuuksia ovat sinnikkyys, itsesäätely ja myötätunto. Näiden vahvuuksien avulla, kukin voi olla omana itsenään sen parhaimmassa muodossa. Tätä Vuorinen (2016) kutsuu sankaroitumiseksi, joka on lähellä positiivisen psykologian kukoistus-käsitettä.

Henkilökohtaisen kasvun ja kehittymisen voimavahvuuksia ovat sinnikkyys ja itsesäätely, joiden käyttämisellä pystyy saattamaan aloittamansa asiat loppuun, tsemppaamaan hyödyllisten asioiden eteen ja siirtämään nautinnon saavuttamista myöhemmäksi. Myötätunto auttaa toimimaan toisten hyväksi, voimaan hyvin yhdessä toisten kanssa se vahvasta yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä sosiaalisia suhteita. Myötätunnon kautta syntyy itsemyötätunto, jolla on vahva vaikutus vaikeuksista selviämiseen. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 76–79.)

Ydinvahvuuksien käyttäminen on yksilölle helppoa ja luontevaa, niiden käyttäminen antaa energiaa ja ne tulevat esiin monenlaisissa tilanteissa. Ydinvahvuudet ovat osa persoonaa, omaa ajatus- ja toimintatapaa ja ne tuovat persoonan parhaat puolet esille. Ydinvahvuudet liittyvät siihen, mitä arvostamme eri tilanteissa. Ne auttavat saavuttamaan tavoitteita tai perustarpeiden, kuten itsenäisyyden, yhteenkuuluvuuden ja pätevyyden kokemuksen tyydyttymistä. Ydinvahvuudet pääsevät loistonsa vuorovaikutustilanteissa muiden kanssa ja niiden käyttämisellä on yhteys vähentyneeseen masennukseen ja stressiin. Kasvuvahvuuksiksi kutsutaan vahvuuksia, jotka eivät ole aktiivisessa käytössä. Niiden käytön aktivoimiseen tarvitaan enemmän keskittymistä ja ponnistelua, eikä niiden käyttäminen välttämättä ole helppoa. Kasvuvahvuudet ovat usein sellaisia, joita ihailee toisissa ihmisissä ja ne ovat yksilölle uusia mahdollisuuksia. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 78–79.)

Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen (2016) kuvaavat luontevahvuuksien ja luontevahvuuksien mittaamiseen kehitetyn VIA-mittarin hyödyntämistä kouluopetuksessa sekä opettajan ja vanhempien välisessä yhteistyössä. Vahvuuksien esiin nostaminen, niistä puhuminen ja niiden korostaminen yhdessä vanhempien ja lapsen kanssa vahvistaa koulun ja kodin yhteistyötä. Yhteisessä koulun ja kodin keskustelussa vanhemmat voivat nimetä lapsensa vahvuuksia ja heitä voi pyytää kertomaan, miten vahvuus näkyy lapsen toiminnassa arjessa. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 72–74.)

2.1.2 Tunteet resilienssin ja luontevahvuuksien perustana

Positiivisen psykologian ajatuksena on, että kaikki tunteet ovat tarpeellisia, niillä on oma merkityksensä ja vaikeiden tunteiden käsittely ja niistä selviytyminen tukee toipumiskykyämme (Trogen 2020, 97). On oleellista tiedostaa, että toimintaamme liittyvät aina tunteet (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 47). Seligman (2008) toteaa, että tietystä katsontakannasta terapeuttien tehtävänä on ollut minimoida negatiivisia tunteita vähentääkseen potilaiden ahdistusta, vihaa tai masennusta. Hän kuitenkin osoittaa huolensa siitä, että opettajat ja vanhemmat ovat alkaneet pyrkiä negatiivisten tunteiden vähentämiseen, vaikka tärkeämpää on kohdata tunteet ja oppia käsittelemään niitä. (Seligman 2008, 51.)

Myönteiset tunteet ovat mielenterveyden ja kukoistuksen kannalta merkittäviä (Lipponen 2020, 89). Myönteisiä tunteita ovat esimerkiksi ilo, tyyneys, toivo, ystävällisyys, kiitollisuus, innokkuus, hyväntuulisuus, mielenkiinto, rauha, rakkaus ja haltioituminen. (Trogen 2020, 98.) Myönteiset tunteet lisäävät merkityksellisyden näkökykyä tilanteissa, lisäten näin merkityksellisyden kokemuksia. Merkityksellisyden löytäminen taas laajentaa ajattelukykyä, mistä on apua stressaavissa tilanteissa. Myönteiset tunteet rakentavat siis kykyämme kohdata stressaavia tilanteita sekä suoriutua niistä ja näin myönteiset tunteet rakentavat toipumiskykyämme eli resilienssiä. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 46–47.)

Toipumiskyky on kyky selviytyä vastoinkäymisistä, joita elämässä tulee vastaan (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 39). Resilienssin käsitteellä tarkoitetaan myös eräänlaista joustavuutta ja palautumiskykyisyyttä. Tämä tarkoittaa, että hankalat kokemukset ja vastoinkäymiset eivät aina johda hankaluuksiin ja huonoon kehitykseen tulevaisuudessa. (Keskitalo & Vuokila-Oikkonen 2018, 87.) Elämään kuuluvat muutokset ja vastoinkäymiset, joten niistä selviämisen kyky on elintärkeä. Ympäristöltä saadun tuen ja voimavarojen merkitys on resilienssille suuri. Avun pyytäminen ja sen vastaanottaminen on osa resilienssikykyisyyttä. (Lipponen 2020, 22–23.)

Positiivinen psykologia on kiinnostunut hyvinvoinnin lisäämisestä myös elämän vaikeuksien keskellä. Tarkoituksena on pyrkiä tuottamaan tietoa ja sen kautta keinoja henkisen joustavuuden eli resilienssin vahvistamiseksi. Resilienssi on taito, jota voidaan opetella ja opettaa, esimerkiksi vahvuuksien tuntemisen ja niiden käyttämisen avulla. (Avola & Pentikäinen 2019, 29–30.)

Pienet lapset ovat usein leikkisiä, suloisia, aurinkoisia, mutta toisinaan arjessa esiintyvä kiukku, kitinä ja mökötyks saavat meidät unohtamaan heidän myönteiset tunteensa. Myönteiset tunteet rakentavat sellaisia voimavaroja, joista lapsi saa tukea myöhemminkin elämässä. (Seligman 2008, 249–250.) Ihmiset, jotka kokevat herkästi myönteisiä tunteita, solmivat ja ylläpitävät helpommin sosiaalisia suhteita kielteisiä tunteita herkästi kokeviin ihmisiin verrattuna (Uusitalo-Malmivaara 2014b, 21). Myönteiset tunteet auttavat meitä vaikeuksien keskellä luomaan tuon elintärkeän yhteyden toisiin ihmisiin. Myönteisyys ei kuitenkaan tarkoita pakonomaista positiivisuutta eikä sitä, että elämässä välteltäisiin hankalia asioita vaan kyse on toivon ylläpitämisestä. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 48–49.) Seligman (2008, 252–253) toteaa, että negatiiviset tunteet ruokkivat helposti negatiivisuutta ja positiiviset positiivisuutta, joten on oleellista vahvistaa lapsen myönteisiä tunteita luodakseen myönteisten tunteiden synnyttämän kehän.

Myönteisillä tunteilla on merkitystä myös ryhmien, kuten perheen kannalta. Ryhmä, joilla on arjessa paljon myönteisiä tunteita, selviää paremmin eteen tulevista vaikeuksista kuin tunneilmastoltaan neutraali tai kielteinen ryhmä. (Lipponen 2020, 88.) Kasvatuksessa pyritään positiivisen psykologian mukaan sellaiselle vahvistuvalle kehälle, joka avartaa ja kehittää lapsen älyllisiä, sosiaalisia ja ruumiillisia voimavaroja, joita lapsi myöhemmin elämässään tarvitsee. Tälle vahvistuvalle, positiiviselle kehälle pääsee lapsen aitoina ja alkuperäisinä pidettyjen myönteisten tunteiden vahvistamisen kautta. (Seligman 2008, 252–253.) Lapsen luonteenvahvuudet pohjautuvat myönteisille tunteille, jotka johtavat tutkimishaluun ja osaamiseen, mikä tuottaa taas lisää myönteisyyttä paljastaen vähitellen lapsen ominaisvahvuudet (Seligmanin 2008, 275).

Sosiaalisella ympäristöllä on vaikutusta positiivisten tunteiden ilmaisemisen mahdollisuuksiin ja siihen, miten usein positiivisia tunteita ilmaistaan. Monet tutkimukset osoittavat, että positiivisiin tunteisiin liittyy paljon hyviä vaikutuksia, jotka ovat yhteydessä terveyteen, perheeseen, työhön ja taloudelliseen tilanteeseen. Positiiviset tunteet ovat tietyllä tavalla perinnöllisiä, mutta yleensä perinnöllinen taipumus joko positiivisiin tai negatiivisiin tunteisiin johtuu ympäristön vaikutuksesta. (Kobau ym. 2011, 1–5.)

2.1.3 Luontevahvuuksien tukeminen

Luontevahvuus on taitojen opettamista ja tätä kautta luontevahvuuksien kehittyminen on opetettavissa ja opittavissa olevaa (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 29). Lapsuuden kokemuksista alkaa luontevahvuus, johon vaikuttavat ympäröivä maailma, onnistumiset, haasteet, pystyvyys sekä oma toimijuus. Luontevahvuuksiin tutustuminen ja niiden kehittäminen rakentavat läpi elämän jatkuvaa myönteistä itsetuntemusta, innostusta ja motivaatiota suunnata omaa elämäänsä kohti toivottua tulevaisuutta. Luontevahvuuksien käytöllä on vaikutusta ihmisen hyvinvointiin. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 31.) Seligman (2008, 292) ohjeistaa lapsen luontevahvuuksien kehittämisessä ensimmäisenä, että kaikesta vahvuuksien osoittamisesta palkitaan ja lapsi vähitellen suuntautuu kohti tiettyjä vahvuuksia, jotka ovat hänen alustavia ominaisvahvuuksiaan. Vahvuuksien huomaamisessa oleellista on jokapäiväiseen elämään vaikuttaminen (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 37).

Vahvuuksien kehittäminen ja käyttäminen arkielämässä perustuu paljolti valintojen tekemiseen. Hyveiden ja vahvuuksien kehittäminen ei ole koulutusta vaan niiden löytämistä, luomista ja ottamista hyödyllisesti haltuun. (Seligman 2008, 166.) Vaikka jo antiikin kreikan filosofian mukaan ihmiselle on luonnostaan annettu hyveiden edellytykset, eivät hyveet tule itsestään, vaan ne vaativat ohjausta ja tukea (Ojanen 2014, 122). Hyveitä ja vahvuuksia sekä niiden opettamista tarvitaan, sillä pelkkä puutteiden ja ongelmien poistaminen ja korjaaminen ei ole kyennyt parantamaan ihmisen hyvinvointia. Luontevahvuuksien opettamisessa tavoite on parantaa kykyä havaita omia vahvuuksia ja sitä kautta lisätä itsetuntemusta. (Uusitalo-Malmivaara 2014a, 65; Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 80.)

Positiivisen psykologian lähestymistapa on ennaltaehkäisevä, sillä pyrkimyksenä on löytää vastauksia siihen, miten voidaan ennaltaehkäistä ongelmia kuten masennusta. Tutkimuksista on selvinnyt, että on olemassa vahvuuksia, jotka ehkäisevät mielen sairauksia. Näitä vahvuuksia ovat esimerkiksi: rohkeus, tulevaisuususkko, optimismi, sosiaaliset taidot, uskollisuus, toivo, rehellisyys, ja määrätietoisuus. Positiivinen psykologia on kiinnostunut siitä, miten kasvattaa ja vahvistaa näitä vahvuuksia lapsissa ja nuorissa. (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 7.) Ihminen oppii harjoittelemalla, nähdessään toisten toimivan ja näin ollen tekeminen on tärkeämpää kuin teoreettinen tieto (Ojanen 2014, 112).

Tutkimuksissa on ilmennyt alustavia tuloksia siihen suuntaan, että kouluopetuksessa positiivisten tunteiden ja vahvuuksien kehittämällä voidaan vaikuttaa positiivisesti ilmapiiriin, koulukiinnostukseen ja vuorovaikutussuhteisiin opettajan ja oppilaan sekä oppilaiden välillä (Vuorinen, Erikivi & Uusitalo-Malmivaara 2019; Elfrink, Goldberg, Schreurs, Bohlmeijer & Clarke 2017).

Vuorinen ym. (2019) tutkivat positiivisen opetuksen intervention vaikutuksia yhdessätoista, suomalaisessa, 10–13 -vuotiaiden lasten luokassa, joissa osa lapsista oli erityisen tuen oppilaita. Kontrolloidussa, kuudentoista viikon interventiossa opettajat opiskelivat positiivista toimintatapaa ja sitä, miten löytää vahvuuksia, edistää sosiaalisia taitoja ja positiivisia tunteita sekä tukea monipuolisia oppimistaitoja. Tutkimuksessa haluttiin tietää, voiko sosiaalista osallistumista ja yhteenkuuluvuutta edistää opettamalla oppilaita huomaamaan hyvää toinen toisissaan. Oppilaille opetettiin mitä luonne ja luonteenvahvuudet tarkoittavat ja miten niitä voidaan kehittää. Heille opetettiin onnellisuudesta, positiivisista tunteista, kiitollisuudesta ja toisten auttamisesta. Ja lisäksi pyrittiin muutamaaan ajattelutapaa ja selvittämään, miten se edistää oppimistaitoja. (Vuorinen ym. 2019.)

Tutkimuksessa (Vuorinen ym. 2019) selvisi, että oppilaiden kiinnostus ja osallistuminen koulutyöskentelyyn lisääntyi intervention jälkeen. Lisäksi pojilla näytti aggressiivisuuden vastainen käytös vahvistuneen ja tytöillä empatia sekä sinnikkyys lisääntyivät. Haastatteluista ilmeni, että opettajat olivat tyytyväisiä ja kokivat saaneensa täydellisen muutoksen opetusfilosofiaansa ja tapansa tarkkailla jokaista oppilasta. Opettajat kertoivat voimaannuttavista kokemuksista, yhdessäolon ja yhteisen tuen tunteesta ja muuttuneesta luokkailmapiiristä. Kaikki opettajat mainitsivat opettajan ja oppilaan sekä oppilaiden välisen vuorovaikutuksen parantuneen ja vahvuusosanaston, positiivisten sanojen käytön tulleen tärkeäksi osaksi luokan vuorovaikutusta. (Vuorinen ym. 2019.) Kansallisen Lapsistrategian (2021, 30) linjauksissa mainitaan tärkeänä tekijänä yhteisöllisyyden ja vuorovaikutuksen tukeminen lasten arjessa, kuten koulussa ja vapaa-ajalla.

Hollannissa toteutetussa tutkimuksessa selvitettiin koko koulun positiivisen pedagogiikan lähestymistavan vaikutusta kouluilmapiiriin ja lasten hyvinvoinnin tukemiseen. Tuloksista ilmeni henkilökunnan ja vanhempien myönteinen suhtautuminen positiiviseen pedagogiikkaan. Tuloksista saatiin alustavaa näyttöä myönteisestä vaikutuksesta lasten hyvinvointiin heidän itsensä kokemana. Positiivista vaikutusta ilmeni suhteessa kouluilmapiiriin, ongelmakäyttäytymiseen sekä opettajan tietoisuuteen lasten vahvuuksista. (Elfrink ym. 2017, 215–227.) Nämä tutkimukset vahvuusperusteisen opetuksen vaikutuksista kouluympäristössä viittaavat vahvuusperusteisen opetuksen hyviin vaikutuksiin. Joitakin tutkimuksia löytyy vanhemmuudesta ja vahvuuksien tukemisesta.

Waters ja Sun (2017) tutkivat Australiassa kolmen viikon vahvuusperusteisen intervention vaikutusta vanhempien positiivisiin tunteisiin. Vanhemmille opetettiin, miten tunnistaa ja vahvistaa vahvuuksia heissä itsessään sekä heidän lapsissaan. Tutkimus selvitti intervention vaikutuksia vanhempien hyvinvointiin kolmella tasolla. Nämä kolme tasoa käsittivät vanhempien taitoja oppia. Ensimmäisenä oli taito oppia huomaamaan lapsen vahvuudet. Toisena oli taito oppia rohkaisemaan lapsia käyttämään vahvuuksiaan. Kolmantena oli taito oppia ottamaan käyttöön omat vahvuutensa kasvattajana. Vanhemmilla, jotka saivat ohjausta luontevahvuuksien havaitsemiseen ja tukemiseen, oli intervention jälkeen lapsiaan ajatellessaan enemmän positiivisia tunteita kuten suurempi luottamus ja kyky toimia kasvattajana. Positiivisten tunteiden kohoaminen intervention jälkeen on saattanut aiheutua huomion kiinnittämisestä heikkouksen sijaan lapsen vahvuuksiin, mikä todennäköisesti luo positiivisia tunteita. Tulokset tukevat ajatusta siitä, että vahvuuspohjaiset lähestymistavat voivat auttaa vahvistamaan vanhempien hyvinvointia. (Waters & Sun 2017.)

Vahvuusperusteisen vanhemmuuden yhteyttä lapsen stressiin ja resilienssiin eli toipumiskykyisyyteen on tutkittu Australiassa, jossa Waters (2015) tutkimuksessaan selvitti positiivisesti suuntautuneen vanhemmuuden eli vahvuusperusteisen vanhemmuuden vaikutusta peruskoulun ikäisten lasten stressitasoon. Tuloksista ilmeni vahvuusperusteisen vanhemmuuden olevan negatiivisesti yhteydessä lasten stressitasoihin ja puolestaan positiivisesti yhteydessä lasten vahvuuspohjaiseen selviytymiseen. Yksi syy miksi vahvuusperusteisen vanhemmuuden todettiin vähentävän lasten stressiä, oli lasten omaksumat vahvuusperusteiset selviytymismallit vaikeuksista selviämiseen. (Waters 2015.) Hyvät läheiset ihmissuhteet tukevat niin lasten kuin aikuistenkin hyvinvointia ja auttavat selviämään vastoinkäymisistä (Kansallinen lapsistrategia 2021, 29).

2.1.4 Hyvinvointi, luontevahvuudet ja positiivisen palautteen antaminen

Lapsuus- ja nuoruusaikana rakentuu monin tavoin mielenterveyden perusta, jolla on vaikutusta koko yksilön eliniän ajan. Perheellä ja lapsuusaikana saadulla hoivalla, turvallisuuden tunteella, varhaisella vuorovaikutuksella sekä vanhempien hyvinvoinnilla on suuri merkitys lasten ja nuorten terveyden ja myöhemmän pärjäämisen kannalta. (Vorma ym. 2020, 21–22.) Luontevahvuuksien aktiivisella käyttämisellä on vaikutusta hyvinvointiin monilla elämänaalueilla (Avola & Pentikäinen 2019, 100).

Itsemääräämisteoria on keskeinen ja paljon tutkittu teoria positiivisessa psykologiassa (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 10). Itsemääräämisteoria on ihmisen käyttäytymistä ja persoonallisuuden kehittymistä koskeva teoria, joka käsittelee erityisesti sosiaalisia tekijöitä, jotka joko estävät tai tukevat yksilön menestymistä eli kukoistusta tyydyttämällä yksilön psykologiset perustarpeet. Nämä psykologiset perustarpeet ovat kyvykkyyden, yhteenkuuluvuuden ja autonomian tarpeet. (Ryan & Deci 2017, 3-11.) Kun psykologiset

perustarpeet tyydyttyvät on hyvinvointi ja sosiaalinen kehitys optimaalista (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 10). Näiden perustarpeiden tyydyttyminen yksilön omassa kehitysvaiheessa, sosiaalisessa ja kulttuurisessa ympäristössä, tukee yksilön kasvua, eheyttä sekä hyvinvointia (Ryan & Deci 2017, 82).

Ensisijainen vastuu lasten ja nuorten hyvinvoinnista on vanhemmilla (Perälä, Halme & Kanste 2013, 121). Kansallisessa Lapsistrategiassa (2021, 24) mainitaan yhtenä strategisena linjauksena hyvää mielenterveyttä edistävien työmuotojen ja käytäntöjen kehittäminen. Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen (THL) määritelmässä hyvinvointi jaetaan kolmeen osatekijään: terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin ja koettuun hyvinvointiin tai elämänlaatuun. Hyvinvointi sisältää sekä yksilöllisen että yhteisötason hyvinvoinnin. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2020.) Hyvinvointi ja onnellisuus ovat seurauksia, joita positiivinen psykologia tavoittelee. Sanoilla onnellisuus ja hyvinvointi tarkoitetaan positiivisessa psykologiassa myönteisiä tunteita ja myönteisiä toimintoja. Toiminnot voivat olla myönteisiä, vaikka niiden aikana ei välttämättä tunneta mitään. (Seligman 2008, 311.)

Hyvinvoinnin ymmärtämiseksi on ymmärrettävä vahvuuksia ja hyveitä (Seligman 2008, 22). Hyvän ja vahvuuksien löytämisen kautta yksilön oma sekä yhteisön vointi paranee. Näiden vahvuuksien kautta rakentuu henkistä pääomaa, joka auttaa kehittymään sekä kohtaamaan vaikeudet. (Uusitalo-Malmivaara 2014b, 19.) Vuorinen, Hietajärvi ja Uusitalo (2020) tutkivat, miten vahvuuksien käyttö liittyy 10–16-vuotiaiden oppilaiden yleiseen onnellisuuteen. Tulosten mukaan vahvuuksien käytöllä näytti olevan yhteys sekä suoraan että epäsuorasti yleiseen onnellisuuteen.

Vahvuuksien yhteys hyvinvointiin ei rakennu vain selvittämällä yksilön ydinvahvuudet ja että hän käyttää niitä arjessaan enemmän. On tärkeää tietoisesti pohtia vahvuuksien annostelua ja mahdollisuuksia. Haasteiden pelkääminen voi johtua siitä, että emme käytä ydinvahvuuksiamme riittävästi tai oikein. Toisaalta on hyvä havaita tilanteita, joissa saatamme käyttää ydinvahvuuksiamme liikaa. Tämän tietoisuuden avulla voi vahvuuksia käyttää oikein. Onnistuneiden hetkien lisäksi voi tietoisesti tarkastella hankalia hetkiä. Voi pohtia, mikä vahvuus on jäänyt siinä hetkessä käyttämättä tai käyttäkö liikaa jotain vahvuutta, kuten esimerkiksi rehellisyyttä, huumoria tai harkitsevaisuutta. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 82–83.) Itsemääräämisteoriaan liittyvissä tutkimuksissa on todettu, että yksilön kyvyllä olla tietoinen omista tarpeistaan, arvoistaan ja tavoitteistaan on yhteys terveelliseen itsesäätelykykyyn (Ryan & Deci 2017, 8–9).

2.1.5 Kodin ja koulun yhteistyö ekologisen systeemiteorian näkökulmasta

Kaikissa kulttuureissa vanhemmat ovat yleensä keskeisimmässä roolissa lapsen kehitykseen vaikuttamisessa. Vanhemmilla on merkittävä rooli lapsen eri kehitysvaiheissa sosiaalisten ja emotionaalisten olosuhteiden rakentajina, ja he ovat vastaanottavaisimpia ja herkimpiä lastensa käyttäytymiselle. (Bronfenbrenner 2017, 254; Ryan & Deci 2017, 319.) Tutkimuksen (Waters, Loton & Jach 2018) mukaan vahvuuspohjainen kasvatus eli kasvatustyyli, jossa rohkaistaan lapsen ainutlaatuista persoonallisuutta, kykyjä, taitoja eli vahvuuksia, ennustaa hyvinvointia murrosiässä. Hyvinvoinnin on taas todettu tukevan oppimista. Australialaisen tutkimuksen mukaan ne opiskelijat, joiden vanhemmat käyttivät vahvuusperusteista kasvatustyyliä, olivat hyvinvoivempia ja akateemisesti menestyneempiä. (Waters ym. 2018.)

Niin ekologisessa systeemiteoriassa kuin positiivisessa psykologiassakin yksilö nähdään aktiivisena toimijana, joka tekee päätöksiä ja valintoja, mutta on myös aina kytköksissä sosiaaliseen ja kulttuuriseen ympäristöönsä (Bronfenbrenner 2017, 237–240; Härkönen 2007, 26–30; Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 8). Sosiaalisuus on välttämätöntä ihmisen hyvinvoinnille. Se, miten yhdessä tekeminen ja sosiaalinen hyväksyntä tuntuvat palkitsevilta, kun taas ryhmästä pois sulkeminen ja eristäminen satuttavat. Ihmiset ovat siis sidoksissa toisiinsa, ympärillään oleviin ihmisiin, ryhmiin ja yhteisöihin ja niiden vaikutus voi olla joko vahvistavaa tai lamaannuttavaa. (Sarjaniemi & Mäkelä 2014, 136–137.) Lasten kasvatus on sekä iloista ja antoisaa että vaikeaa ja rasittavaakin. Tämä vanhemmuuden ristiriitaisuus korostaa tärkeyttä ymmärtää olosuhteita, jotka tukevat vanhempia menestymään kasvattajina. Tämän ymmärryksen lisääminen tukeekin positiivisen psykologian yhtä tärkeää tehtävää, joka on auttaa perheitä kukoistamaan. (Waters & Sun, 2017.)

Systeemiteorian juuret ovat alkujaan biologisessa näkemyksessä organismin toiminnasta, missä ajatuksena on, että jokainen organismi on systeemi, sen osilla on tietty järjestys ja osat ovat keskenään vastavuoroisessa vuorovaikutuksessa. Systeemin käsite ja malli on vaikuttanut myös psykologiaan. (Bertalanffy 1971, 217–220.) Myös itsemääräämisteorian ajatus tarpeiden tyydyttämisestä sekä autonomian, kyvykkyyden ja läheisyyden tarpeet, pohjautuvat havaintoihin terveiden organismien toiminnasta (Ryan & Deci 2017, 87). Härkönen (2007, 21) kuvaa sitä, miten Bronfenbrenner vei systeemiteoriaa eteenpäin, tutki ihmisen ja ympäristön välistä suhdetta ja muodosti tämän pohjalta ekologisen systeemiteorian. Teoria on ollut käytössä Suomessa erityisesti psykologiassa ja kasvatustieteessä. Se on ihmisen kehityksen ja yhteiskuntaan sosiaalistumisen teoria, jonka avulla voidaan tarkastella useiden ympäristötekijöiden ja useiden henkilöiden erilaisia rooleja, vuorovaikutussuhteita, toimintoja tai prosesseja. Tämän systeemisyyden ymmärtämisen kautta on helpompi ymmärtää kasvatusta ja opettamista ilmiönä ja lapsen kehitykseen vaikuttavina tekijöinä. Ekologisessa systeemiteoriassa lapsen kehitykseen ja sosiaalistumiseen vaikuttavat kehitysympäristöt, joiden kanssa hän on aktiivisessa vuorovaikutuksessa. Nämä

kehitysympäristöt jaetaan eri tasoihin, jotka ovat toistensa kanssa sisäkkäin ja erilaisissa suhteissa. Koti ja perhe samoin kuin koululuokka ovat mikrosysteemejä, eli kehitysympäristöjä, joissa lapsi on aktiivisena toimijana ja vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. (Härkönen 2007, 21–28.)

Organismi reagoi ulkoisiin ärsykeisiin, mutta ilman ulkoista ärsykettäkin organismi on aktiivinen systeemi. Ulkoinen ärsyke ei siis ole toiminnan aiheuttajana, mutta voi muokata toimintaa jo autonomisesti toimivassa yksikössä. (Bertalanffy 1971, 220–221.) Ekologisessa systeemiteoriassa tarkastellaan yksilön kehitystä kiinnittämällä huomiota mikro- ja mesojärjestelmiin. Mikrojärjestelmällä tarkoitetaan kehittyvän yksilön tietyssä konkreettisesti, fyysisessä ja aineellisessa ympäristössä, kokemaan henkilöiden, roolien ja toimintojen välistä suhdetta, jossa oleellisina ovat muut osalliset henkilöt omine temperamentti- ja persoonallisuuspiirteineen. (Bronfenbrenner 2017, 264.) Mesojärjestelmiksi kutsutaan yksilön kahden tai useamman mikrosysteemin välisiä yhteyksiä ja prosesseja, kuten esimerkiksi koulun ja kodin välisiä suhteita (Bronfenbrenner 2017, 264; Härkönen 2007, 30).

Bronfenbrenner (2017, 254) kritisoi sitä, että usein tutkimuksissa hankitaan lapsen kehitykseen liittyvää tietoa vain kodin ulkopuolisista ympäristöistä tai jos vanhemmilta hankitaan tietoa, sitä ei pidetä niin oleellisena tietona. Merkityksellistä on kuitenkin se, miten nämä lapsen elämän ympäristöt vaikuttavat toinen toisiinsa, tukevatko eri mikrosysteemit toisiaan ja lapsen kehitystä samaan suuntaan, vaaditaanko niissä erilaista käyttäytymistä, jolloin ne voivat aiheuttaa lapselle ristipaineita. Oleellista oppimiselle ja kehittymiselle on siis koulun ja kodin yhteisvaikutus. (Härkönen 2007, 30.) Lapsen osallisuuden ja yhteenkuulumisen kokemusten vaikutukset heijastuvat muihinkin lapsen toimintaympäristöihin. Tärkeää osallistavamman koulun luomisessa on tukea osallisuutta myös kodin ja koulun yhteistyössä. (Poikkeus ym. 2013, 119–120.) Perusopetus on yksi lapsen elämän keskeisimmistä ympäristöistä, joka mahdollistaa vertaisuhteet, yhteisöllisyyden ja oppimisen oikeuden ja jossa oppiminen vahvistaa hyvinvointia ja hyvinvointi taas puolestaan tukee oppimista. Perusopetuksen sujuva ja monialainen yhteistyö vahvistaa sekä lapsen että perheen hyvinvointia. (Kansallinen lapsistrategia 2021, 25.)

Uudessa Seelannissa tehdyssä sekä kirjallisuuskatsaukseen että empiiriseen tutkimukseen perustuvassa tutkimushankkeessa (Bull, Brooking & Campbell 2008) oli tarkoituksena parantaa ymmärrystä onnistuneen koti-koulu-kumppanuuden avaintekijöistä sekä siitä, miten kumppanuus toimii. Hankkeen kirjallisuuskatsauksesta ilmeni yksiselitteisesti, että vanhempien osallistumisella on merkittävä vaikutus opiskelusaavutuksiin. (Bull ym. 2008, 1–3.)

Selvityksessä ilmeni, että koti-koulu -kumppanuuden rakentaminen vie aikaa ja sen rakentumisessa avainasemassa on rehtori. Lisäksi iso merkitys on opettajien asenteella.

Oleellista onnistuneiden koti-koulu -kumppanuuden kehittämisessä oli sillä, että sekä henkilöstöllä että vanhemmilla oli yhteinen käsitys kumppanuuden tarkoituksesta. Hankkeessa tarkastellut tapaustutkimukset osoittivat, että erilaisia digitaalisia ratkaisuja käytetään luovasti koulun ja kodin yhteyksien vahvistamiseksi ja vanhempien tehokas osallistuminen tapahtuu pääasiassa kotona. (Bull ym. 2008, 2–9.)

Tutkimuskirjallisuudessa ja hankkeen esiin nostamissa tapaustutkimuksissa on esimerkkejä siitä, mikä on oleellista, jos tarkoituksena on kehittää vahvuuksiin perustuvaa kumppanuutta. Tällöin molempien osapuolten on ainakin jaettava käsitys vuorovaikutuksen tarkoituksesta, tehtävästä ja omasta roolistaan, mikä edellyttää tehokasta kaksisuuntaista viestintää. Tasa-arvoiset ja toimivat kumppanuudet eivät välttämättä tarkoita, että molempien kumppaneiden on tehtävä samoja asioita. Kumppanuudessa molemmilla voi olla toisiaan täydentävät tehtävät lapsen oppimisen tukemisessa. On tärkeää, että kumppanuudet ovat joustavia, jotta perheet voivat osallistua heidän kannaltaan merkityksellisellä tavalla. (Bull ym. 2008, 58.) Onnistuneen kodin ja koulun kumppanuuden luovat parhaiten ne koulut, jotka panostavat viestintään vanhempien kanssa. Vaikka onnistuneet koti- ja koulukumppanuudet perustuvat kaksisuuntaiseen viestintään, tärkeä ensimmäinen askel on, että koulusta lähetetään säännöllisesti tietoa vanhemmille. (Bull ym. 2008, 9.)

2.2 Digitalisaatio palvelujen kehittämisessä

Käsitteelle digitalisaatio ei ole olemassa selkeää määritelmää, vaikka termiä on käytetty yleisesti jo viime vuosien ajan. Digitalisaatio voidaan kuvata verkkoon kytkettyjen älykkäiden palveluiden ja tuotteiden avulla (Juhanko ym. 2015, 8). Digitalisaatio liittyy uusien teknologioiden tuomiin mahdollisuuksiin, kun esineitä, asioita ja prosesseja muutetaan tekniikan avulla toisenlaisiksi. Tämä muutos tapahtuu monella tasolla yksittäisestä toimijasta yhteiskunnan tasolle asti. (Ilmarinen & Koskela 2015, luku 2.) Digitalisaatio koskee koko yhteiskuntaa saattaen yhteen ihmiset, prosessit, tiedon, asiat ja esineet sekä tuoden informaation avulla uusia mahdollisuuksia ja rikkaampia kokemuksia yksilöille, yhteisöille, yrityksille ja yhteiskunnille (Juhanko ym. 2015, 8–13). Tällä hetkellä tapahtuva digitaalitekniikan mahdollistama muutos nähdään osana ihmisen teollisen ajan historiaa ja murroksena koko ihmiskunnan kehityksessä (Alasoini 2018, 3).

Terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi digitalisaatio sisältää osa-alueena laaja-alaisen ennaltaehkäisevän toiminnan, joka tähtää ihmisten terveyden ja hyvinvoinnin tukemiseen ja sairauksien ehkäisemiseen. Digitalisaatio tapahtuu yhtä aikaa monella osa-alueella ja se on esimerkiksi toimintatapojen uudistamista ja palveluiden sähköistämistä tietotekniikkaa hyödyntäen. (Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena 2016.)

Kaikessa digitaalisessa kehittämisessä olennainen osa on käyttäjälähtöisyys niin julkisten kuin yritystenkin palveluiden kehittämisessä (Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena

2016). Merkittävänä kysymyksenä digitalisaation etenemisessä on, miten löydämme sellaisia ratkaisuja, joiden avulla saadaan parhaalla mahdollisella tavalla ihmisten kyvyt ja teknologian mahdollisuudet täydentämään toinen toisiaan (Alasoini 2015, 34). Kuluttajan näkökulmasta digitalisaatio mahdollistaa laajempien ja edullisempien palveluiden ja tuotteiden saatavuuden. Palveluissa ja tuotteissa huomioidaan yksityisyys, turvallisuus, eettisyys ja luontoystävällinen arvomaailma. (Juhanko ym. 2015, 28.)

Nykypäivänä voidaan todeta, että useimmille digitaalitekniologia ei ole enää erillinen osa-alue työ- ja vapaa-ajassa tai sosiaalisissa suhteissa vaan se on arkielämän olennaisesti kuuluva, eri toimintoja yhdistävä osa (Koiranen, Räsänen, & Södergård 2016, 28). Sosiaalisesta mediasta ja ruuduista on tullut monelle vetovoimainen ja luonnollinen paikka tiedon ja tuen jakamiseen ja hakemiseen vanhemmuuden kysymyksissä (Kamenetz 2018, 277). Tilastokeskuksen tutkimuksen (2020) mukaan internetin käyttäjien osuus Suomen väestöstä on 92 prosenttia. Suomalaisista 16–55-vuotiaiden ikäryhmästä internetin käyttäjiä on jo 99,5 prosenttia eli lähes kaikki. Arkiseen viestintään ja vanhemmuuteen liittyen Can (2016) selvitti tutkimuksessaan vanhempien näkemystä mobiilisovelluksen käytöstä viestinnässä vanhempien ja luokanopettajien välillä. Tutkimus osoitti, että vanhempien näkemys mobiilisovelluksen käytöstä yhteistyössä opettajien kanssa oli positiivinen ja he kokivat mobiilisovelluksen hyödyllisenä.

Vaikka digitaalisuus on arkipäivää, siihen on suhtauduttava osin kriittisesti. Alustavissa eläinkokeissa on tutkittu ruutuärsytyksen vaikutusta hiirten aivoihin. Tutkimuksessa todettiin, että ruutuärsytystä paljon saaneilla hiirillä oli vaikeuksia refleksien hallinnassa, toiminta oli ylivilkasta vaarasta piittaamatonta. Tätä voitiin kutsua myös toiminnanohjauksen vaikeudeksi. (Kamenetz 2018, 40–41.) Digitaalinen ympäristön on kasvattanut merkitystään lapsen läheis- ja vertaissuhteiden sekä yhteydenpidon välineenä tuoden mahdollisuuksia yhteydenpitoon, mutta luoden tämän lisäksi uuden alustan haitallisille ilmiöille kuten kiusaamiselle (Kansallinen lapsistrategia 2021, 29). Huomioitava on Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisussa, Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena (2016) mainittu huomio, että palvelu tuotetaan tietoturvallisesti ja riittävä yksityisyyden suoja huomioiden. Alasoini (2018, 76) tuo esiin digitaalisessa muodossa olevan datan määrän lisääntymisen aiheuttaman haasteen ihmisten henkiselle ja fyysiselle terveydelle ja sitä kautta mahdollisen vaikutuksen terveyteen ja hyvinvointiin. Palvelujen digitalisoituminen ei ole siis yksiselitteinen, selkeästi positiivinen tai negatiivinen suunta vaan siinä on useita ulottuvuuksia.

2.3 Tietoperustan synteesi

Tässä opinnäytetyössä tietoperustassa edettiin positiivisen psykologian näkemysten avaamisen kautta positiivisen psykologian tavoitteeseen eli ihmisten hyvinvoinnin edistämiseen. Positiivisen psykologian kiinnostus on hyvien olosuhteiden rakentamisessa. Perheisiin ja lapsiin tämä näkökulma on yhteydessä sen osalta, että tavoitteena on esittää tietoa, miten ja millaiset perheet tukevat parhaiten lapsen hyvinvointia. (Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 5.)

Opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus liittyy positiivisen palautteen antamiseen ja luontevahvuuksiin, mistä syystä tietoperustaa rakennettiin vähitellen myönteisten tunteiden, hyveiden ja luontevahvuuksien suuntaan taustojen ja yhteyksien ymmärtämiseksi. Luontevahvuuksien käyttämisellä on yhteys onnellisuuteen sekä fyysiseen hyvinvointiin. (Uusitalo-Malmivaara 2014a, 66–75). Vahvuus on psykologinen ominaisuus, luonteenpiirre, jonka käyttäminen innostaa lähipiirissä olevia muita ihmisiä (Seligman 2008, 167).

Yksilöt ovat kytköksissä muihin, ympärillään oleviin ihmisiin ja erilaisiin ryhmiin, joiden vaikutus yksilöön voi olla joko vahvistava tai latistava (Sarjaniemi & Mäkelä 2014, 136–137). Systeemiteoriassa yksilön kehitystä katsotaan tarkastelemalla mikro- ja mesojärjestelmiä, joihin yksilö kuuluu (Bronfenbrenner 2017, 264). Osallistavamman koulun luomisessa on merkityksellistä vahvistaa osallisuutta myös koulun ja kodin yhteistyössä (Poikkeus ym. 2013, 119–120). Perusopetus on yksi lapsen elämän keskeisimmistä ympäristöistä, jossa sujuva yhteistyö tukee lapsen ja perheen hyvinvointia (Kansallinen lapsistrategia 2021, 25). Lapsen hyvinvoinnin tukemiseksi on siis oleellista tarkastella lapsen kehitysympäristöjä, joten tietoperustassa syvennyttiin systeemiteorian näkemukseen kodin ja koulun yhdensuuntaisen toiminnan merkityksestä sekä näiden kehitysympäristöjen mahdollisuuksista. Koska opinnäytetyössä kiinnostus on vanhempien digipalvelukokemuksessa, tuotiin digitalisaatiosta esiin sen hyviä puolia sekä siinä nähtäviä riskejä. Digitalisaatiosta huomioitiin aiempaa tutkimustietoa koulun ja kodin yhteistyöstä digitaalisilla välineillä.

Kuviossa 2 esitellään pääkohdat tämän opinnäytetyön tietoperustasta. Tietoperustan osat liittyvät toisiinsa ja rakentavat näkemystä digitaalisen palvelun mahdollisuuksista luontevahvuuksien ja positiivisen palautteen avulla hyvinvoinnin tukemisesta. Tämän teoriataustaan perusteella rakentuu tämän opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus.



Kuvio 2: Havainnekuva tietoperustan rakentumisesta

3 Tutkimusasetelma

Opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimiva, Positive Learning Oy (myöhemmin Positive), on kehittänyt Huomaa hyvä! -digipalvelun opettajille ja kouluille luontevahvuuksien opettamisen ja tukemisen avuksi. Digipalvelun tarkoituksena on auttaa kiinnittämään huomio positiivisiin asioihin, luontevahvuuksiin ja antaa Huomaa hyvä! -osiossa positiivista palautetta sanoin ja kuvin luontevahvuuksien käyttämisestä arjessa. Digipalvelussa on lisäksi Opi- ja Opeta- osiot, joihin on koottu materiaalia luontevahvuuksista videoin, tekstein ja diasarjoin opettajille ja koulutyöskentelyyn.

Kehitteillä on Huomaa hyvä! -digipalvelu vanhemmille lapsen luontevahvuuksien tukemiseksi. Digipalvelun avulla perheenjäsenet voivat antaa toisilleen positiivista palautetta kuvien, tekstien ja digitaalisten tarrojen avulla. Kehitystyön tueksi on hyödyllistä saada käyttäjäkokemusta, jotta palvelu auttaisi vanhempia lasten luontevahvuuksien tukemisessa. Kokeiluvaiheessa vanhemmat käyttävät tällä hetkellä vielä opettajille suunnattua Huomaa hyvä! -digipalvelua, jonka pohjalta on tarkoitus luoda perheiden käyttöön suunnattu versio. Opinnäytetyön tekemisestä tehtiin sopimus Positiven kanssa. Sopimuksessa todetaan, että opinnäytetyöstä Positive saa tärkeää tietoa vanhempien tarpeista liittyen positiiviseen kasvatukseen sekä siihen kehitettävän digipalvelun soveltuvuudesta kohderyhmälle.

Opinnäytetyö vastaa tähän kehittämistarpeeseen, tuoden tutkimustietoa vanhempien kokemuksista digipalvelun käytöstä. Merkittävää on huomioida kehittämisessä digitalisaation kysymys siitä, miten voidaan löytää sellaisia toimivia ratkaisuja, joiden avulla voidaan

parhaiten mahdollistaa ihmisten kykyjen ja teknologian mahdollisuuksien yhdistäminen ja toistensa täydentäminen (Alasoini 2015, 34).

Toisena yhteistyökumppanina opinnäytetyössä toimi eteläsuomalainen alakoulu. Koulussa kehitetään, lukuvuoden 2020-2021 aikana, Positiven yhteiskehittämistyönä vahvuusperusteista opetusta ja hyödynnetään Positiven opettajille kehittämää Huomaa hyvä! -digipalvelua. Koulun toiveena oli tarjota vanhemmille tietoa vahvuusperusteisesta opetuksesta ja saada vanhemmat mukaan vahvuusperustaisen opetuksen luomiseen ja luontevahvuuksien tukemiseen.

3.1 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää vanhempien kokemuksia luontevahvuuksien tukemiseen kehitetyn Huomaa hyvä! -digipalvelun käytöstä. Opinnäytetyön tarkoituksena on saada tietoa siitä, millaisia kokemuksia vanhemmilla on digipalvelun käyttöön liittyen, miten digipalvelu auttoi luontevahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa, mikä motivoi käyttämään digipalvelua ja minkälaisena vanhemmat kokivat digipalvelun mahdollisuudet koulun ja kodin yhteistyölle. Tavoitteena on saada tietoa, jonka avulla voidaan edelleen kehittää digipalvelua vanhemmuuden sekä lapsen luontevahvuuksien tukemiseksi. Tähän tavoitteeseen pyritään hankkimalla tietoa tutkimuskysymyksiin, jotka ovat:

1. Millaisia kokemuksia vanhemmilla on digipalvelun käyttöön liittyen?
2. Miten digipalvelu auttoi luontevahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa?
3. Mikä motivoi käyttämään digipalvelua?
4. Minkälaisena vanhemmat kokivat digipalvelun mahdollisuudet koulun ja kodin yhteistyölle?

3.2 Kohderyhmä ja sen informointi

Kuten laadullisessa tutkimuksessa yleensä, valitaan tämän opinnäytetyön kohdejoukko tarkoituksenmukaisesti (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2013, 164). Tiedonkeruuseen osallistuvat vanhemmat kutsuttiin mukaan tutkimukseen opinnäytetyössä yhteistyökumppanina toimineen eteläsuomalaisen alakoulun kanssa. Yhteistyökoulun vanhempia tiedotettiin marraskuussa 2020 vanhempainillassa mahdollisuudesta osallistua opinnäytetyön tiedonkeruuseen. Etäyhteyksillä toteutetussa vanhempainillassa koululaisten vanhemmat saivat rehtorin ja opinnäytetyöntekijän esittäminä ensitietoa luontevahvuuksista, vahvuusperusteisesta opetuksesta, opinnäytetyön toteutuksesta sekä digipalvelun käytöstä.

Tutkimuslupa haettiin ja saatiin kyseisen eteläsuomalaisen koulun rehtorilta kirjallisena 4.12.2020 ja siitä tehtiin vielä viranhaltijapäätös (Liite 1). Joulukuussa 2020 lähetettiin koulun kaikkien 310 oppilaan vanhemmille viestintäkanavana toimivan Wilma-järjestelmän kautta opinnäytetyöntekijän laatima viesti (Liite 2), jossa vanhempia pyydettiin mukaan opinnäytetyön tiedonkeruuseen. Viestin liitteenä oli tiedote (Liite 3) opinnäytetyön käytännöistä. Tiedotteessa kerrottiin perustietoa opinnäytetyöstä, kuten tarkoitus ja tavoite, osallistumisen vapaaehtoisuus ja mahdollisuus keskeyttää osallistuminen. Tiedotteesta ilmeni käytettävät menetelmät ja toimenpiteet, opinnäytetyöhön osallistumisen mahdolliset hyödyt sekä mahdolliset vaativuudet. Siinä kerrottiin tutkimustulosten tiedottamisesta sekä siitä, että mahdollisia kustannuksia ei korvata eikä osallistujille ole otettu erillistä vakuutusta. Tiedotteesta ilmeni opinnäytetyön tekijän yhteystiedot, opinnäytetyön aikataulu ja kesto sekä opinnäytetyöntekijän mahdollisuus päättää tutkimus, jos siihen ilmenee pakottava syy.

Mikäli vanhemmalla oli kiinnostus osallistua, Wilma -viestissä olleen linkin kautta pääsi täyttämään sähköisen suostumuslomakkeen (Liite 4) osallistumisestaan digipalvelun kokeiluun sekä opinnäytetyön tiedonkeruuseen. Muistutus osallistumismahdollisuudesta lähetettiin Wilma-järjestelmän kautta vielä tammikuun 2021 alussa. Muistutusviestissä oli liitteenä sama tiedote (Liite 3) sekä linkki suostumuslomakkeeseen (Liite 4). Yhteensä kiinnostuksensa tutkimukseen osallistumisesta ilmoitti suostumuslomakkeen täyttämällä 34 vanhempaa.

Opinnäytetyön tiedonkeruuseen osallistuvat saivat halutessaan tietoa opinnäytetyön tietojen käsittelystä, opinnäytetyötä varten kerätyistä henkilötiedoista, niiden keräämisen tarkoituksesta sekä käsittelyperusteesta. Tiedotteesta ilmeni henkilötietojen käsittelyaika ja hävittäminen. Opinnäytetyöhön osallistuville kerrottiin heidän oikeudestaan tarkastaa itseään koskevat tiedot.

3.3 Menetelmät ja aineiston keruu

Tässä opinnäytetyössä sovelletaan laadullista tutkimusotetta. Laadullisessa tutkimuksessa kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti ja lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen (Hirsjärvi ym. 2013, 161). Puusa ja Juuti (2020, 59) tuovat esiin, että laadullisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita ihmisten subjektiivisista kokemuksista ja näkemyksistä, mikä on toisaalta synnyttänyt keskustelua laadullisen tutkimuksen luotettavuudesta ja uskottavuudesta. Tämä opinnäytetyö pyrkii selvittämään kyselyillä sekä haastatteluilla vanhempien subjektiivisia kokemuksia ja näkemyksiä, joten seuraavassa perustellaan menetelmällisiä ratkaisuja ja luotettavuuteen kiinnitetään huomiota pohdinnassa.

Arviointitutkimus on monitieteisesti kehittynyt, edelleen kehittyvä tutkimuksellinen lähestymistapa. Arviointitutkimuksen toteutuksessa on monenlaisia tapoja ja tavoitteita alkaen kehittämisen tehokkuuden arvioinnista, vaikuttavuuden ja tiedon hyödynnettävyyden

arviointiin päätyen lopulta paradigmaattiseen arviointiin. (Anttila 2007, 26–34.) Tämän opinnäytetyön lähestymistapa liittyy arviointitutkimukselliseen lähestymistapaan, koska kiinnostuksen kohteena on, miten palvelu toimii käytännössä ja miten palvelu saa vaikutuksensa. Lisäksi arvioidaan sitä, miten prosessi toteutui. Vaikuttavuuden arvioinnissa on tarkoitus selvittää, kuinka hyvin toiminnalla, interventiolla, saatiin aikaan halutut, odotetut tulokset (Anttila 2007, 53). Tässä opinnäytetyössä arvioidaan lähinnä sitä, millaisia kokemuksia vanhemmat tuovat esiin palvelun käyttämisestä ja sen merkityksestä lasten luontevahvuuksien tukemisessa.

Tutkimusmenetelmän valintaa tulee aina pohtia suhteessa tutkimuksen tavoitteisiin ja tutkimuskysymyksiin (Puusa 2011, 74). Kiinnostukseni vanhemmuuden tukemiseen sekä vanhempien merkitykselliseen asemaan lapsen hyvinvoinnin tukemisessa, suuntasi opinnäytetyötä selvittämään vanhempien kokemusta digipalvelusta. Uudenlaisten digitaalisten mahdollisuuksien tarpeen lisääntyminen oli osana kohdistamassa tiedonhankintaa juuri digipalvelun kehittämistyöhön. Ekologisen systeemitieteen näkökulmasta yhdistyy ajatus lapsen kehitysympäristöjen toiminnasta lapsen luontevahvuuksien ja hyvinvoinnin tukemisessa. Tästä syystä tarkasteluun otettiin vanhempien kokemus kodin ja koulun yhteistyöstä ja ajatukset digipalvelusta yhteistyön välineenä. Tutkimusmenetelmien valintaan vaikuttivat siis valittu näkökulma sekä se, millaista tietoa opinnäytetyöllä tavoitellaan.

Tutkimusmenetelmiä, kvalitatiivisia ja kvantitatiivisia, voidaan yhdistää, jolloin kyselyllä saatuja tuloksia voidaan syventää ja tarkentaa haastattelulla (Haapakoski & Åkerblad 2018, 11). Tässä opinnäytetyössä tutkimusmenetelminä käytetään kahta menetelmää, kyselyä ja haastattelua. Kyselyn hyötynä pidetään yleensä sen tehokkuutta kerätä laaja tutkimusaineisto joko isolta henkilökoululta tai asioiden määrällisyyden osalta (Hirsjärvi ym. 2013, 195). Tutkimusmenetelmiksi valittiin kysely, laajemman tiedon saamiseksi kyseisen koulun oppilaiden vanhempien ajatuksista sekä haastattelu, tiedon syventämiseksi joidenkin kyselyyn osallistujien vanhempien haastattelujen avulla. Niin kysely- kuin haastattelututkimuksessakin yksilö vastaa kysymyksiin muodostaen ensin jonkinlaisen käsityksen siitä, mihin tutkimuksella pyritään ja mitkä asiat ovat kysymysten taustalla ja mitä tutkimus oikeastaan käsittelee (Alasuutari 2007, 149). Tässä opinnäytetyössä kysymysten tausta ja pyrkimys tuli osallistujille esiin vanhempainillalla pidetyssä esittelyssä, tiedotteessa, ohjesivustossa sekä siinä, että voidakseen käyttää digipalvelua osallistujien on perehdyttävä digipalvelun käyttöön sekä jonkin verran luontevahvuuksiin.

Tässä opinnäytetyössä toteutettiin alku- ja loppukysely, jotka sisälsivät sekä monivalintakysymyksiä, että avoimia kysymyksiä. Kuten Vilkka (2015, 4. luku) toteaa, pyritään avoimilla kysymyksillä saamaan vastaajilta spontaaneja, vähemmän rajattuja vastauksia. Sekä alku- että loppukyselylomaketta testattiin muutamalla vapaaehtoisella, ei

opinnäytetyöhön muutoin osallistuneella henkilöllä. Testivastausten sekä testaaajien antaman palautteen perusteella kyselylomaketta muokattiin ja ohjeistusta tarkennettiin.

Sähköinen kysely on toimiva menetelmä erityisesti silloin, kun tutkimuksen kohteenakin on digitaaliseen toimintaympäristöön liittyvät asiat (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 129). Tässä opinnäytetyössä sekä alku- että loppukysely toteutettiin sähköisinä, Microsoft Forms-kyselyinä ja ne lähetettiin osallistumisestaan suostumuksen täyttäneille vanhemmille linkkinä sähköpostiin. Sähköisen kyselyn haasteiksi nähdään niiden mahdollisuus päätyä vastaajien sähköpostin roskapostiin sekä sähköisen kyselyn luomisen helppoudesta johtuva kyselyiden yleisyys, mikä voi aiheuttaa vastausväsymystä ja katoa vastausten määrässä (Ojasalo ym. 2014, 129). Opinnäytetyön tiedonkeruuseen osallistuvat olivat antaneet suostumuksen sähköpostinsa käyttöön myös digipalvelun aktivoimista varten. Näin oli mahdollista olettaa, että osallistujat ovat kiinnostuneita sähköisenä toteutettavista kyselyistä, vaikka ne aiemman tiedon mukaan aiheuttavat yleisyytensä vuoksi usein vastausväsymystä. Osallistujat saivat digipalvelun käyttöönsä, kun olivat vastanneet alkukyselyyn.

Alkukysely (Liite 5) lähetettiin osallistujille sähköpostiin 11.1.2021 ja siihen vastaamisesta lähetettiin kaksi sähköpostimuistutusta. Alkukysely oli avoinna yhdeksän päivää ja siihen vastasi mukaan ilmoittautuneista 34 vanhemmasta 31 vanhempaa. Alkukyselyllä pyrittiin selvittämään tilannetta positiivisen palautteen antamisen määrästä sekä odotuksia digipalvelun käytölle ennen palvelun käytön aloittamista. Kyselyyn vastaamisen jälkeen, jokaiselle vastaajalle lähetettiin Positiven palvelun kautta sähköpostiin linkki, jonka kautta he pääsivät kirjautumaan Huomaa hyvä! -digipalveluun ja luomaan sinne oman ryhmän. Vanhemmat saivat linkin Positiven sivuille, jossa oli tietoa opinnäytetyöstä, digipalvelusta ja vinkkejä hyvän huomaamiseen perheessä digipalvelun avulla (Liite 6). Kuviossa 3 näkyy etusivu ohjeita tarjoavasta sivustosta, jonka kuvituksessa on vahvuuksien visualisoinnissa digipalvelussakin esiintyvä Vahvuusvaris. Vanhemmille lähetettiin sähköpostiviesti (Liite 7), jossa oli ohjeita yhteydenottoon, jos digipalvelun käytössä oli hankaluuksia.



PALVELU



HYVÄN HUOMAAMINEN



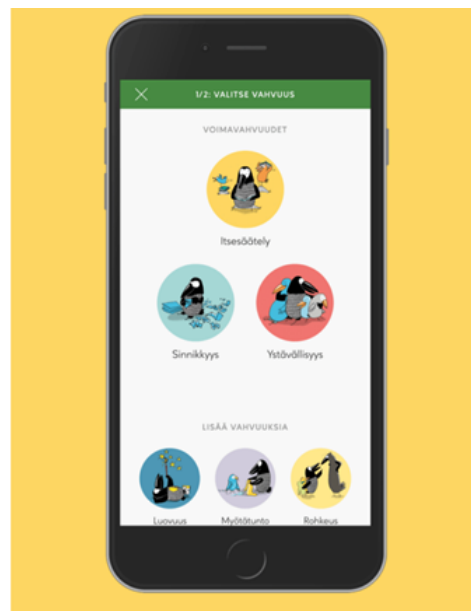
YAMK -OPINNÄYTETYÖ

Kuvio 3: Positiven ohjesivu tiedonkeruuseen osallistuville

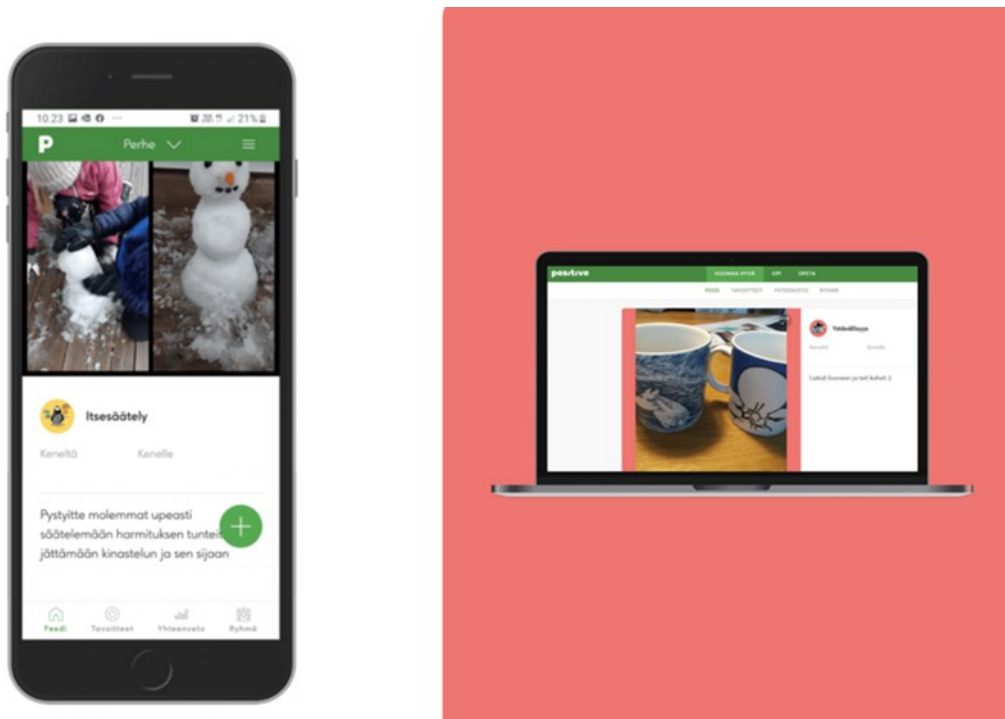
Positiven sivuilla oli lyhyt diasarja videona, jossa opastettiin digipalvelun käyttöön. Lisäksi sivuilla oli perustietoa, joista vanhemmat saivat esimerkkien avulla vinkkejä digipalvelun käyttöön perheessä ja hyvän huomaamiseen arjessa (Kuvio 4 ja 5). Ohjesivustolta oli luettavissa kaikki YAMK-opinnäytetyöhön liittyvät tiedot kuten aikataulu, tietojen käsittely ja salassapito.

Huomaa hyvä! -palvelu ohjaa antamaan palautetta arkisista hyvistä tilanteista

Palvelussa esitellään 26 luonteessa olevaa vahvuutta, kuten ystävällisyys, sinnikkyyys, rohkeus ja myötätunto. Palvelu auttaa sinua tunnistamaan näitä vahvuuksia ympärilläsi ja liittämään ne positiiviseen palautteeseen, jota annat läheillesi.



Kuvio 4: Opastusta digipalvelun käyttöön



Kuvio 5: Vinkkejä Huomaa hyvä! -digipalvelun käyttöön perheessä

Helmikuussa, viikolla kuusi, lähetettiin loppukysely (Liite 8) sähköisenä kyselynä samoille, alkukyselyyn vastanneille 31:lle henkilölle, heidän saatuaan mahdollisuuden kokeilla Huomaa hyvä! -digipalvelua neljän viikon ajan. Loppukyselyyn vastaamisesta lähetettiin neljä muistutusviestiä. Loppukysely oli auki vastaamista varten 11 päivää ja lopulta kyselyn täytti yhteensä 21 vanhempaa.

Kysymykset oli muodostettu teoriataustaa vasten ja tutkimuskysymyksiin peilaten. Alku- ja loppukyselyssä oli osittain samoja ja osittain eri kysymyksiä. Näin pyrittiin saamaan tietoa odotusten toteutumisesta, tapahtuneesta muutoksesta ja käyttäjäkokemuksesta. Kyselyn heikkouksina nähdään yleisesti kyselyn tuottaman tiedon pinnallisuus sekä se, ettei voida tietää, miten hyvin vastausvaihtoehdot toimivat vastaajien näkökulmasta, kuinka vakavasti vastaajat suhtautuivat kyselyyn ja miten perehtyneitä vastaajat olivat kyselyn aiheeseen (Ojasalo ym. 2014, 121). Tässä opinnäytetyössä osallistujille tarjottiin erillisellä internetsivustolla ohjeistusta digipalvelun käyttöön sekä lisäksi varsinaisessa digipalvelussa tietoa luonteenvahvuuksista. Osallistujien tietämys aiheesta kyselyvaiheessa riippui silti heidän omasta perehtyneisyydestään aiheeseen tai siitä, olivatko he ottaneet digipalvelun aktiiviseen käyttöön. Kyselyn heikkoudet huomioidaan ja opinnäytetyössä pyrittiin haastattelujen avulla syventämään saatavaa tietoa.

Vanhemmilta kysyttiin heidän toivettaan saada muistutusviestejä digipalvelun käyttämisestä neljän viikon kokeilujakson aikana. Kaikki tiedonkeruuseen ja interventioon osallistuneet vanhemmat toivoivat saavansa muistutuksia. Kymmenen vanhempaa toivoi muistutusta

tekstiviestillä ja 21 vanhempaa toivoi muistutuksia sähköpostilla. Muistutuksia ja digipalvelun käyttöön kannustavia viestejä osallistujille lähetettiin neljä kertaa kokeilujakson aikana.

Haastattelu on tiedonkeruumenetelmänä hyvä silloin, kun halutaan yksilön tuovan esiin syvempää tietoa ja itseään koskevia asioita mahdollisimman vapaasti (Ojasalo ym. 2014, 106). Teemahaastattelut eli toiselta nimeltään puolistrukturoidut haastattelut ovat yleisimpiä laadullisen tutkimuksen tiedonhankintakeinoja (Vilka 2015, 5. luku). Teemahaastattelua käytetään, kun halutaan saada ymmärrys tutkittavasta ilmiöstä keskusteluttamalla haastateltavaa ilmiöön liittyvistä teemoista eli aiheista (Kananen 2014, 76). Teemahaastattelussa on etukäteen tehtyjä kysymyksiä, mutta niiden esittämisjärjestys sekä sanamuodot voivat vaihdella. Lisäksi voidaan esittää haastattelun aikana mieleen tulevia kysymyksiä tai jättää etukäteen laadittuja kysymyksiä kysymättä, jos ne eivät sovellu tilanteeseen. (Ojasalo ym. 2014, 108.)

Haastattelijalla on oltava ilmiöstä ennakkoon näkemys voidakseen laatia keskusteluteemat eli -aiheet (Kananen 2014, 77). Haastatteluteemoina toimivat tutkimuskysymyksistä muodostetut teemat sekä tarkentavat kysymykset ja haastattelutilanteessa mahdollisesti mieleen tulleet kysymykset (Liite 9). Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluina helmikuussa 2021 luvan haastatteluun antaneista vanhemmista kymmenelle. Kaikki haastattelut toteutettiin vallitseva koronaepidemia huomioiden etäyhteydellä, tietokoneen Teams -sovelluksen videokokoustoiminnolla. Haastattelut nauhoitettiin ja siihen kysyttiin erikseen haastateltavilta lupa. Haastatteluja toteutettiin kymmenen ja niiden nauhoitetun osuuden kesto oli lyhimmillään 18 minuuttia ja pisimmillään 35 minuuttia.

Laadullisessa tutkimuksessa, haastattelujen avulla tietoa kerätessä, haastattelujen tekijä on itse merkittävässä roolissa tiedon tuottamisessa. Haastattelijana on tärkein metodologinen instrumentti. (Brinkmann 2013, 83–84.) Haastattelu on tavoitteellinen keskustelu, jossa osapuolet vaikuttavat toinen toisiinsa ja jossa tutkija tavallaan johdattelee keskustelua tehden siinä aloitteita (Puusa 2011, 73). Ruusuvoori ja Tiittula (2014, 23) tuovat esiin sen, että haastattelun erottaa tavallisesta keskustelusta siten, että haastattelua ohjaavat tutkimuksen tavoitteet, haastattelutilanteen roolit sekä institutionaalisuus, jota korostaa haastattelun tallentaminen. Tästä syystä haastatteluun on valmistauduttava huolellisesti.

Tietotekniikan mahdollistaessa haastattelun on se todennäköisesti vaikuttanut haastattelun vuorovaikutustilanteeseen (Alastalo 2014, 76). Luottamuksen luominen ja täysipainoiseen osallistumiseen motivoiminen ovat oleellista haastattelututkimuksessa (Puusa 2011, 77-78). Koska haastattelut oli koronapandemian vuoksi suoritettava etäyhteydellä, oli vuorovaikutukseen kiinnitettävä erityistä huomiota riittävän luottamuksellisen ilmapiirin luomiseksi. Haastattelijana toimiva opinnäytetyöntekijä piti tästä syystä kameran päällä koko haastattelun ajan ja haastateltava sai valita pitääkö kameran päällä vai pois päältä.

Haastattelija pyrki katsomaan suoraan kameraan, mahdollisimman hyvän katsekontaktituntuman luomiseksi.

Avoimuuden ja luottamuksen lisäämiseksi haastateltavalle kerrottiin ennen haastattelun ja nauhoituksen alkua, että haastattelu on vapaaehtoinen ja mikäli haastateltava ei halua vastata johonkin kysymykseen, hän voi siitä kieltäytyä. Hänelle kerrottiin vielä, että vastaukset käsitellään luottamuksellisesti eikä haastateltavan henkilöllisyyttä tuoda missään vaiheessa esiin. Haastattelija varmisti vielä, että haastateltava antoi suostumuksen haastattelun tallentamiseen. Haastattelun teemat olivat näkyvillä videoyhteyden keskustelupalstalla, jotta haastateltava saattoi lukea ne etukäteen ja keskustelun aikana seurata mitä teemoja haastattelussa käsitellään. Haastattelija saattaa kysymyksenasettelullaan vaikuttaa siihen sisältöön, mitä haastattelu tuottaa (Puusa 2011, 77).

Haastattelijan on hyvä huomioida, että haastatteluun liittyy monia virheiden mahdollisuuksia. Tärkeää on tiedostaa ihmisille tyypillinen taipumus antaa niin sanotusti sosiaalisesti hyväksyttäviä vastauksia tiettyjen aihepiirien kysymyksiin. Tällöin haastateltava siis antaa sellaisia vastauksia, joiden hän uskoo olevan yleisesti hyväksytyjä. (Puusa 2011, 78.) Haastattelu on sosiaalinen konstruktio, jossa aineisto on otokseen valittujen henkilöiden tekemiä tulkintoja tietyistä asioista ja tapahtumista, ja tutkijan tekemä analyysi on hänen omaa puhettaan näistä (Puusa 2011, 73).

3.4 Aineiston analyysi

Laadullisessa tutkimuksessa analyysissä aineistoa tarkastellaan kokonaisuutena, eikä haastateltavien määrä ole merkitsevä, koska tavoitteena ei ole löytää tilastollisia yksilöiden välisiä eroja (Hirsjärvi ym. 2013, 38–39). Merkityksellisintä tiedon saannin kannalta ei siis ole otoksen laajuus vaan se, miten haastattelut on suoritettu ja analysoitu (Brinkmann 2013, 90). Laadullisessa haastattelussa kerätyn tiedon, teorian ja metodologian välillä on suhde. Ne kaikki vaikuttavat tehtäviin havaintoihin. Havainnot eivät siis koskaan ole pelkästään kerätyn tiedon tai pelkästään analyysin tulos. Löydökset syntyvät analyttisessä prosessissa, jossa yhdistetään kerätyt tiedot, teoria ja metodologia. (Brinkmann 2013, 92.)

Kerätty tieto määritellään aina teorian ja metodologian avulla, joita ilman olemme uuden tiedon kanssa kuin sokeita (Brinkmann 2013, 92). Aineistoa tarkastellaan tämän opinnäytetyön teoreettisesta ja metodologisesta viitekehyksestä käsin. Tällöin kiinnitetään huomioita vain tietyn teoreettisen viitekehyksen sekä kysymyksenasettelun kannalta olennaiseen (Hirsjärvi ym. 2013, 40). Aineiston analyysissä on pyrkimys ymmärtämiseen ja vanhempien kokemuksen esiintuomiseen. Kyselyiden ja haastatteluiden aineistoista tuotetaan kuvailevaa tietoa. Vaikka kyselyssä osa kysymyksistä on monivalintakysymyksiä ja kyselyjä analysoidaan usein tilastollisesti, tässä opinnäytetyössä kyselyaineistoa tarkastellaan kuitenkin laadullisesta

näkökulmasta. Tavoitteena aineiston analyysissä on kuvailla, tulkita sekä ymmärtää ilmiötä, joka on kyseisen tutkimuksen kohteena (Juuti & Puusa 2020, 143). Kerätty aineisto asetetaan dialogiin aiempien tutkimustulosten ja kirjallisuuden kanssa (Vilka 2015, 2. luku).

Opinnäytetyön haastatteluaineisto litteroitiin tekstiksi Word- tiedostoihin ja aineiston analysointi aloitettiin lukemalla tämä kirjoitettuun muotoon saatettu aineisto useaan kertaan. Teemoittelussa aineisto teemoitellaan eli puretaan teema-alueisiin, joista tarkastellaan aineistossa esiintyviä, useammalle haastateltavalle yhteisiä asioita tai ilmiöitä. Ilmiöt voivat perustua teemahaastattelun teemoihin tai olla aivan uusia, jopa yllättäviä haastateltavien tuottamia asioita. (Ojasalo ym. 2014, 110.) Temaattisessa analyysissä kootaan aineistosta löytyneiden perus- ja johtoaajatusten perusteella temaattinen kartta ja siihen kiinnitetään kyseiseen teemaan liittyvät ajatukset kokonaisuudeksi (Tuomi & Sarajärvi 2018, luku 4).

Braun ja Clarke (2006, 77–82) kuvaavat temaattisen analyysin olevan harvoin tunnustettu, mutta psykologiassa kvalitatiivinen analyysimenetelmä. He kuvaavat teemojen valintaa, jota ei ohjaa se, miten usein tietty asia esiintyy aineistossa vaan se voi olla yhtä lailla asia, joka mainitaan vain lyhyesti, mutta sisältää jotain tärkeää suhteessa tutkimuskysymykseen. Tämän opinnäytetyön analyysissä sovellettiin temaattisen analyysin (Braun & Clarke 2006) tapaa ja teemoittelussa edettiin seuraavien vaiheiden kautta. Aineiston lukemisen jälkeen sieltä eroteltiin värikoodien avulla erilaisia teemoja (Kuvio 6). Näiden värikoodien avulla vastauksista löytyneitä teemoja yhdisteltiin isommiksi kokonaisuuksiksi (Kuvio 7).

The image shows a screenshot of a text analysis tool. On the left, there is a document with text and several lines highlighted in yellow and green. The highlighted text includes phrases like 'lapset ainakin innostuu', 'kotonakin huomaat, toistensa käytöksestä', 'tälle varsinkin tosi hyvä väline', 'siinä aina vaan sitä', 'negatiivista', 'Wau, et täs on kauheen', 'jotain semmost puutetta', 'väistämättä aika etäällä', 'semmonen kiva juttu', and 'tää vois palvella sitte'. On the right side, there is a list of themes extracted from the text, each with a colored square next to it. The themes include 'Lasten näkökulma', 'toiminta siirtynyt toises', 'lapsen kanssa yhdessä', 'positiivisen palautteen', 'Muistaa kehua', 'Ei aina vaan negatiivista', 'pitää mielessä positiivista', 'tää vois palvella sitte', 'niinku olemme tämän', 'et ois kiva, jos se niinku', 'enemmän annettu sitte', 'kun tulee onnistumisia', 'oli ehkä ajatus et, et tää', 'tukee niinku et miten sitte', 'asioita, joita itse kokee', 'odotin siltä kyllä tosi paljon', and 'biöööö että sellanen'.

Kuvio 6: Havainnekuva teemoittelusta ja siinä käytetystä värikoodauksesta

Aineistosta ilmeneviä teemoja tarkasteltiin myös suhteessa toinen toisiinsa. Tällaisten teemojen yhteyksien tarkastelulla pyritään syvällisempään analyysiin. Lisäksi aineistosta etsitään ilmenneistä ilmiöistä poikkeavia vastauksia. (Ojasalo ym. 2014, 110–111.) Näiden poikkeavien vastausten huomioiminen oli tässä opinnäytetyössä oleellista. Kyseessä oli

käyttäjäkokemuksen selvittäminen, joten kehittämisen kannalta on tärkeää saada tietoa henkilöiltä, jotka eivät kokeneet sovellusta hyödyllisenä. Yksittäinenkin vastaus saattoi tulla nostetuksi esiin, jos siinä esiintyi tuloksille merkittävä näkemys. Aineiston analyysistä muodostettiin lopulta johtopäätöksiä teoriaan ja menetelmiin peilaten.

Digipalvelun merkitys luonteenvahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa	
Kognitiivinen hyöty	
Tietoisuus	se on aika iso merkitys nyt jos niinku luonteenavhvuudet, en mäkään ollu niistä aikasemmin niinku kauheen tietonen silleen et niinku kävi jotain mielessä muutaman kerran enempi ni tulee sitte mietittyä niitä, että kyllä se ihan hyvä
Tieto	vahvuudet ni sekin oli tosi hyvä et minkälaisia kaikki on se sit autto niinku tunnistamaan
Luonteenvahvuuksien tukeminen	
Sanoittaminen	
	Et se vähän niinku sanotti niitä eri tavalla, kun mitä olisi itse niinku keksiny tai itse ajatellut. Mulle ittelle se sanasto siinä oli niiku tärkeä.
Tuki positiivisen huomaamiselle	
	autto mua näkemään, sitä positiivista palautetta muuallakin, kun vain niin kun semmosissa, itsestäänselvissä asioissa muistaa riittävästi antaa palautetta siitä, että nämä ja nämä sä teit hyvin et kyl siin rupes huomaamaan sitä puolisonki käytöstä eri lailla. Et ei pelkästään lasten. Ja kannustamaan.
Konkretiaa	
	sit ite voi palata noihin, kun se on niinku diginä että sais sen asiayhteyteen
Merkitys lapselle	
	toki se lapselle se jää se palaute, mikä nyt ehkä onkin kaikist tärkeintä ni jää varmaan mieleen tosi paljon niinku apua lasten oman tunnon siihen kehittämiseen että se lapsikin ymmärtää ja tiedostaa

Kuvio 7: Havainnekuva teemoittelun etenemisestä

Sekä kyselyistä että haastatteluista saadut tulokset analysoitiin ja esitetään tuloksissa laadullisen tutkimuksen näkökulmasta. Koska otos jäi pieneksi, ei aineistosta voitu saada varsinaisia määrällisiä tuloksia. Kyselyistä saatujen tulosten havainnollistamiseksi käytetään kuitenkin erilaisia määrällisiä tulosten esitysmuotoja, kuten diagrammeja, joita tulkitaan laadullisesti. Kyselyiden avointen vastausten analysoinnissa käytettiin samaa värikoodein teemoittelua kuin haastatteluaineistoissa.

4 Tulokset

Kyselyiden ja haastatteluiden tulokset esitetään aihealueittain siten, että jokaisen aihealueen sisällä esitetään pääasiassa ensin alku- ja loppukyselyn tulokset ja lopuksi haastatteluiden tulokset. Menetelmällisestä näkökulmasta haastatteluilla täydennettiin kyselyistä saatuja tietoja ja siksi kyselyiden ja haastatteluiden tulokset esitetään yhdessä, saman aihealueen tulokset lähekkäin. Tällä ratkaisulla voidaan esittää molempien tiedonkeruumenetelmien tulokset yhdessä samoihin teemoihin liittyvinä ja toisiaan tukevinä näkökulmina.

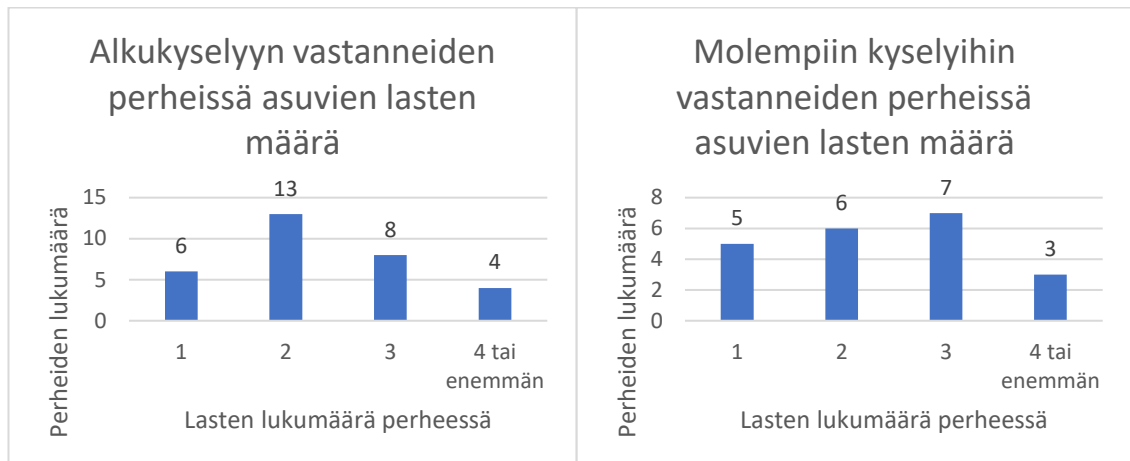
Kyselyjen sekä haastatteluiden kysymykset olivat keskenään osittain samoja ja osittain erilaisia. Erilaisten kysymysten vuoksi, tuloksia ei ole esittää kaikkien aihealueiden osalta alku- ja loppukyselyistä sekä haastatteluista, vaan tällöin tulokset on tuotettu vain osalla tiedonkeruumenetelmistä.

4.1 Yleistä tietoa tutkimukseen osallistuneista

Alkukyselyyn vastasi 31 vanhempaa, joiden ikäjakauma oli 36–51 vuotta. Vastaajista 45 prosenttia oli ikäjakaumalla 41–45 vuotta. Loppukyselyyn vastasi 21 vanhempaa, samalla ikäjakaumalla 36–51 vuotta ja 43 prosenttia vastaajista oli ikäjakaumalla 41–45 vuotta. Katoa vastaajien määrässä alkukyselystä loppukyselyyn tapahtui 32 prosenttia, mutta otoksen ikäjakauma pysyi lähes samanlaisena. Kyselyn lisäksi tietoa hankittiin haastattelemalla samasta otosjoukosta kymmentä vanhempaa. Haastatteluun valikoitui osa niistä osallistujista, jotka olivat antaneet suostumuksensa haastatteluun. Kymmenen haastattelun jälkeen voitiin todeta, että aineisto oli kylläntynyt eli uutta tietoa enää saatu esiin.

4.1.1 Lasten lukumäärä ja ikä

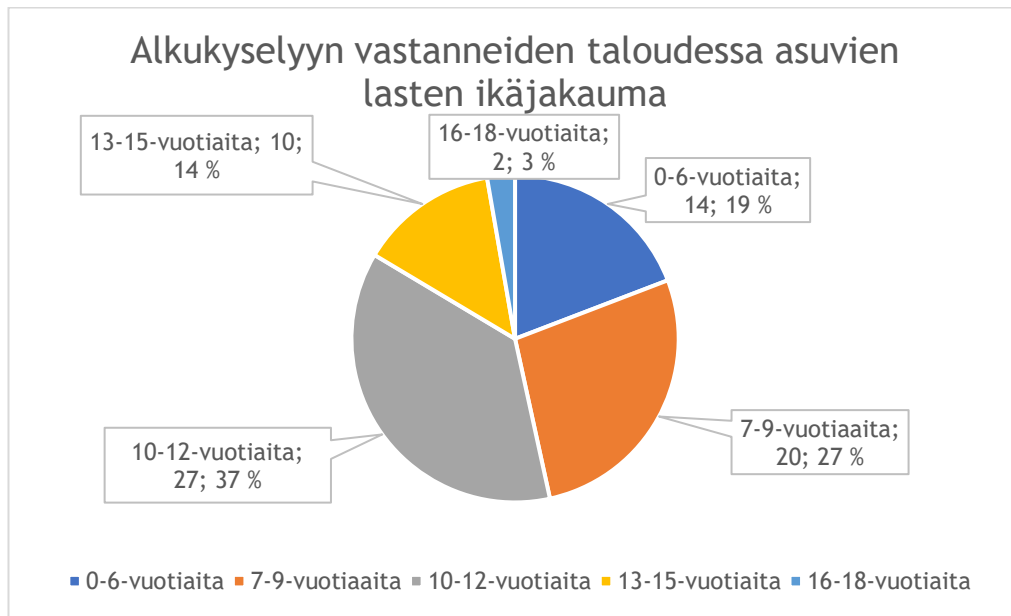
Kyselyssä selvitettiin osallistuvien perheiden lasten lukumäärä ja ikä. Alkukyselyyn vastanneiden perheissä oli yhteensä 73 lasta tai nuorta. Kuviossa 8 on esitetty talouksissa suurimman osan ajasta asuvien lasten lukumäärä alkukyselyyn vastanneiden perheissä sekä loppukyselyyn vastanneiden perheissä. Alkukyselyyn vastanneissa oli eniten kaksilapsisia perheitä, joita oli 13. Perheistä kahdeksassa oli kolme lasta, kuudessa perheessä yksi, neljässä perheessä oli lapsia neljä tai enemmän (Kuvio 8).



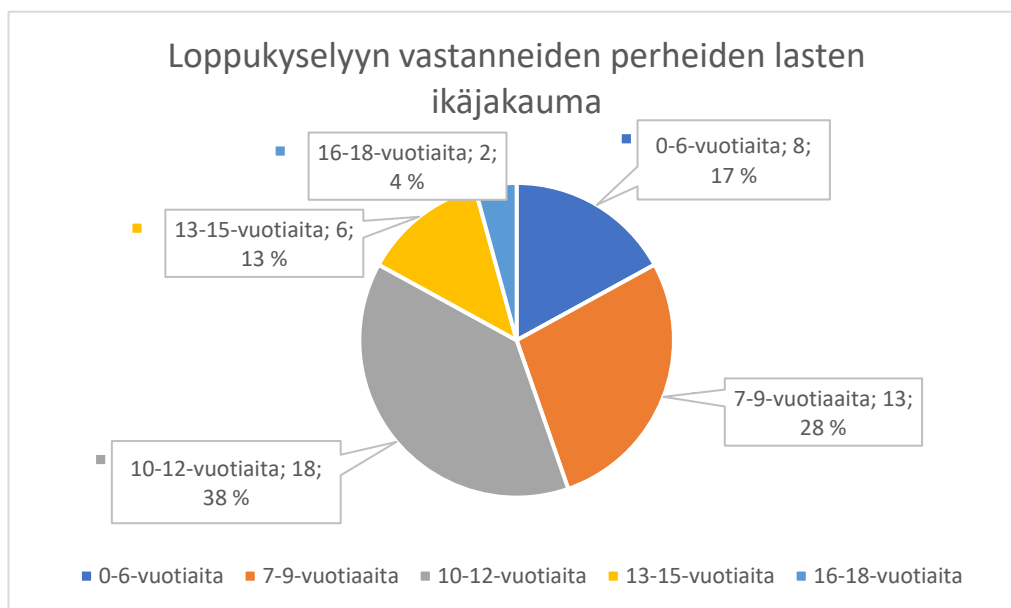
Kuvio 8: Alkukyselyyn sekä molempiin kyselyihin vastanneiden perheiden lasten lukumäärä

Loppukyselyyn vastanneiden vanhempien perheissä oli yhteensä 51 lasta. Perheistä seitsemässä oli kolme ja kuudessa oli kaksi lasta. Yksilapsisten perheiden vanhemmista viisi vastasi sekä alku- että loppukyselyyn. Perheistä, joissa lapsia oli neljä tai yli neljä, vanhemmista kolme vastasi loppukyselyyn. Eniten katoa oli siis kaksilapsisten perheiden vastaajissa, joista melkein puolet jätti vastaamatta loppukyselyyn (Kuvio 8).

Kuviossa 9 näkyy alkukyselyyn vastanneiden perheiden lasten ikäjakauma. Suurin ikäryhmä olivat 10–12-vuotiaat, joita oli 27 lasta eli 37 prosenttia. Toiseksi eniten oli 7–9-vuotiaita, joita perheissä oli 20 eli 27 prosenttia. Alle kouluikäisiä oli lapsista 14, siis 19 prosenttia. Yläkouluikäisiä olevia 13–15-vuotiaita oli 10 lasta eli 14 prosenttia, lapsista. Perheissä asuvista lapsista vain kaksi oli 16–18-vuotiaita (Kuvio 9). Vaikka vastaajien määrässä tapahtui katoa alkukyselystä loppukyselyyn, oli lasten ikäjakauma lähes samanlainen loppukyselyyn vastanneiden keskuudessa (Kuvio 10).



Kuvio 9: Alkukyselyyn vastanneiden perheisen lasten ikäjakauma

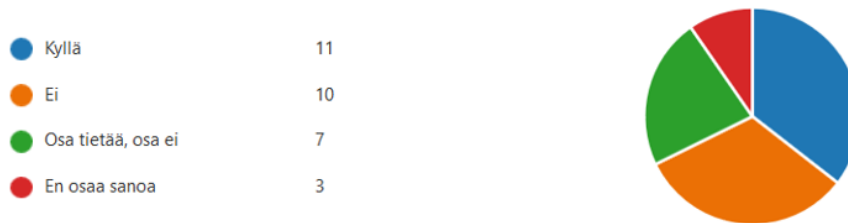


Kuvio 10: Loppukyselyyn vastanneiden perheisen lasten ikäjakauma

4.1.2 Perheenjäsenten osallistuminen käyttökokeiluun

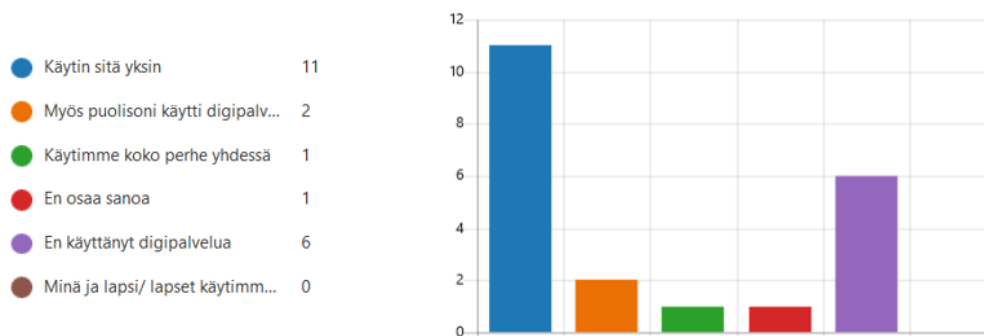
Alkukyselyssä vanhemmilta kysyttiin, tietääkö muu perhe vanhemman osallistumisesta Huomaa hyvä! -digipalvelun kokeiluun. Yhteensä 31 vastaajasta 11 kertoi perheen tietävän kokeilusta ja seitsemän vastasi osan perheenjäsenistä tietävän ja osan ei. Kymmenen vastaajan, eli miltei kolmasosan, muu perhe ei tiennyt asiasta (Kuvio 11).

Tietääkö muu perhe Huomaa hyvä! - digipalvelun kokeilusta?



Kuvio 11: Muiden perheenjäsenten tieto digipalvelun kokeiluun osallistumisesta

Loppukyselyssä selvitettiin, osallistuivatko muut perheenjäsenet digipalvelun kokeiluun. Vastauksista selvisi, että suurin osa, eli 11 loppukyselyyn vastanneista, käytti digipalvelua yksin. Kuusi vastaajista ei käyttänyt digipalvelu ollenkaan. Yllättävästi vain harva kokeiluun osallistuneista käytti digipalvelua jonkun perheenjäsenen kanssa yhdessä, kun kaksi vastaajista käytti sitä yhdessä puolison kanssa ja yksi koko perheen kanssa yhdessä (Kuvio 12).



Kuvio 12: Perheenjäsenten digipalvelun käyttö kokeilujakson aikana

Vapaaehtoisella kysymyksellä selvitettiin, katsoiko vanhempi yhdessä perheen kanssa digipalveluun tekemiään positiivisia merkintöjä. Kysymykseen vastanneista perheistä viisi katsoi positiivisia merkintöjä digipalvelusta yhdessä. Kymmenessä perheessä merkintöjä ei katsottu yhdessä, ja viisi vastaajista ilmoitti, ettei käyttänyt palvelua (Kuvio 13).

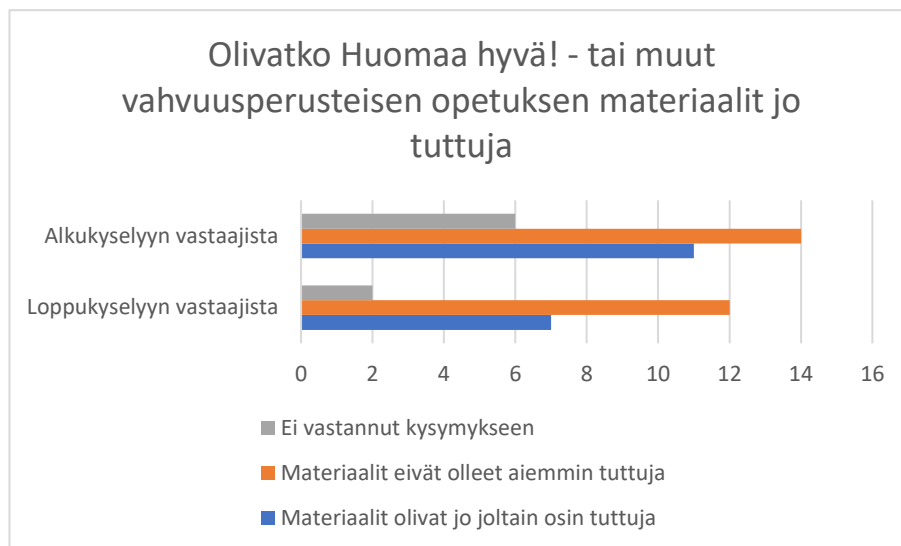
Katsoitteko yhdessä perheen kanssa positiivisia merkintöjä?



Kuvio 13: Positiivisten merkintöjen katsominen yhdessä perheen kanssa

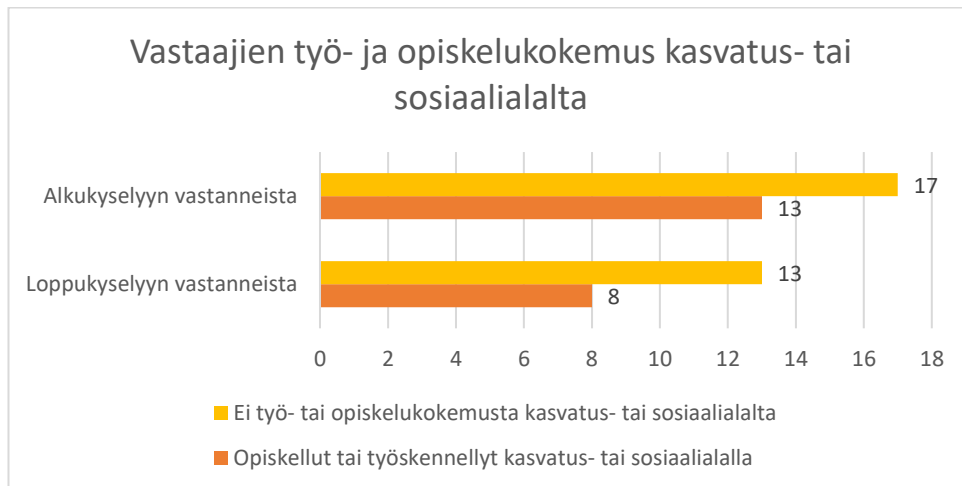
4.1.3 Tieto luonteenvahvuuksista sekä kasvatus- tai sosiaalialan tausta

Ennen digipalvelun käytön aloitusta selvitettiin, olivatko Huomaa hyvä! -digipalvelu, luonteenvahvuusperusteinen opetus ja kasvatus tai Positiven Vahvuusvaris vastaajille aiemmin tuttuja. Kysymykseen vastaaminen oli vapaaehtoista ja siihen vastasi 25 alkukyselyyn osallistuneista. Vastauksista ilmeni, että vähän yli puolet vastaajista eivät olleet aiemmin tutustuneet Huomaa hyvä! -materiaaliin, sillä vanhemmista 14, kertoi, että nämä eivät olleet ennestään tuttuja asioita. Vanhemmista 11 kertoi aiheiden olleen ainakin jollain tavalla tuttuja. Heistä kuusi oli tutustunut teemaan oman työnsä tai opintojensa kautta, ja muille teema oli tuttua oman perehtymisen tai lapsen koulu- tai varhaiskasvatustaustan kautta (Kuvio 14).



Kuvio 14: Vahvuusperusteisen opetuksen ja kasvatuksen materiaalien tuttuus ennen digipalvelun kokeilua

Kolmetoista alkukyselyyn vastanneista kertoi opiskelleensa tai työskennelleensä kasvatus- tai sosiaalialalla. Hieman suurempi joukko vastaajista, eli 17 vastaajaa, ei ollut työskennellyt tai opiskellut kasvatus- tai sosiaalialalla. Loppukyselyyn vastanneista kahdeksan oli opiskellut tai työskennellyt kasvatus- tai sosiaalialalla ja edelleen vähän suuremmalla joukolla vastaajista, siis 13:lla, ei ollut näiden alojen työ- tai opiskelukokemusta (Kuvio 15).



Kuvio 15: Vastaajien työ- ja opiskelukokemus kasvatus- ja sosiaaalialalta

4.1.4 Kiinnostus osallistua kokeiluun

Kiinnostuksen syytä osallistua kokeiluun ja kehittämiseen kysyttiin alkukyselyn vapaavalintaisessa avoimessa kysymyksessä. Suurin osa vastaajista, eli 22 vastaajaa, kertoi, miksi halusi olla mukana kokeilussa. Vastauksista erottui kaksi teemaa, jotka olivat vanhempana kehittyminen ja halu auttaa kehittämistyössä. Vanhempana kehittymiseen liittyivät toive lapsen tukemisesta ja halu saada väline positiivisuuden ja luontevahvuuksien huomaamiseen. Kehittämisteemaan liittyivät kiinnostus koulun ja kodin yhteistyön kehittämiseen sekä halu auttaa positiivisten kasvatusmenetelmien kehittämisessä yleisesti. Näitä teemoja kuvastavat seuraavat kommentit:

Halusin kehittyä itse ja olla mukana kehittämässä koulun ja kodin yhteistyötä.

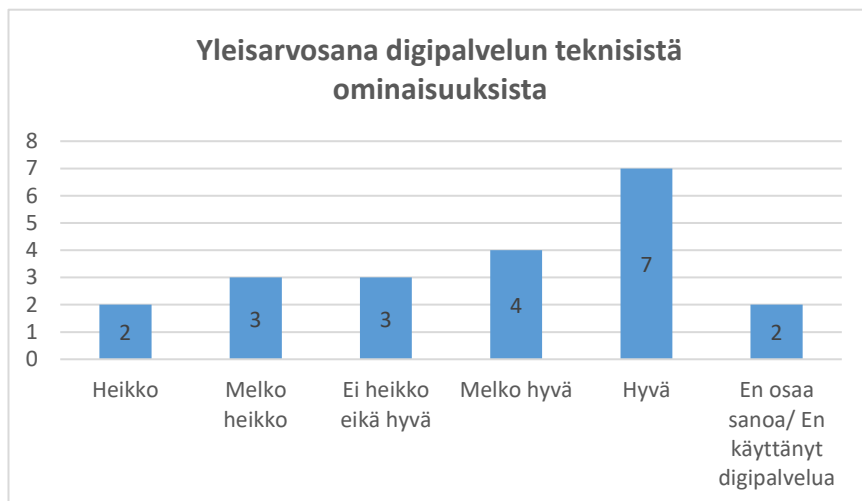
Mietin, että miten voisin olla erityiselle lapselleni parempi vanhempi kuin olen aiemmin ollut. Haluan lisätä tietotaitoani ja huomata hyvää lapsessani ja itsessäni, perheessäni.

4.2 Käyttökokemukset

Vanhemmilta kysyttiin loppukyselyssä käyttökokemusta ensin yleisarvosanalla ja sen jälkeen eritellymmin. Yleisarvosanat käyttökokemuksesta vaihtelivat (Kuvio 16). Loppukyselyyn vastanneista vanhemmista seitsemän arvioi kokonaiskäyttökokemuksen olleen melko hyvä, mutta melkein yhtä moni, eli kuusi vastaajaa, arvioi kokonaiskäyttökokemuksen olleen melko heikko. Viisi vastaajista ei osannut sanoa kantansa tai ei ollut käyttänyt digipalvelua. Yksittäiset vastaajat kokivat digipalvelun hyvänä, heikkona tai ei heikkona eikä hyvänä (Kuvio 16).

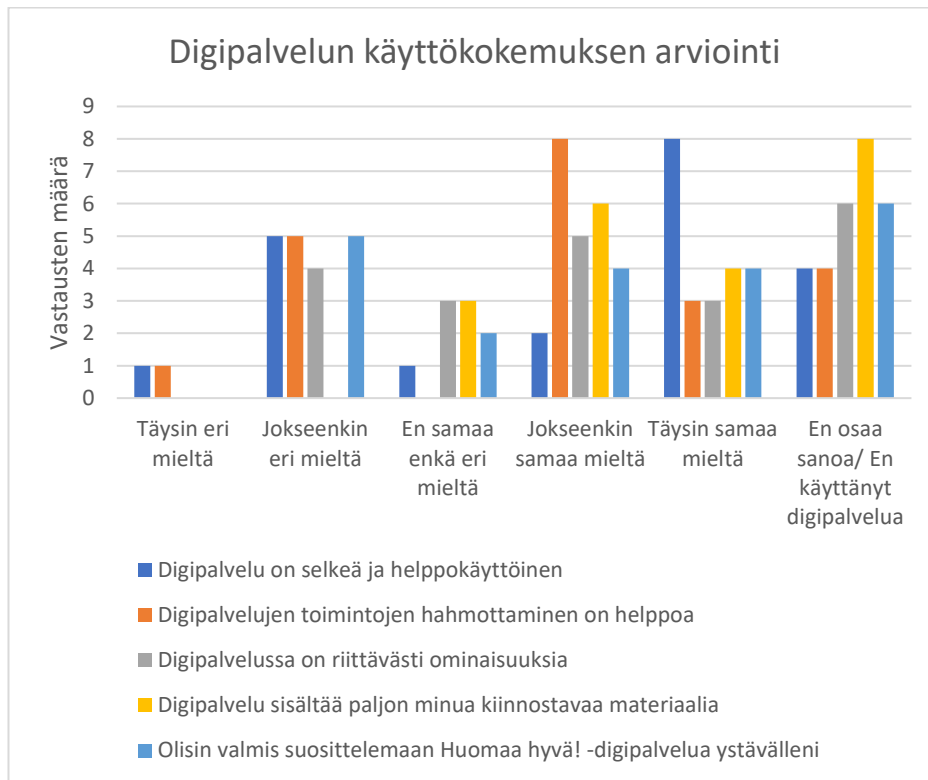


Kuvio 16: Yleisarvosana digipalvelusta



Kuvio 17: Yleisarvosana digipalvelun teknisistä ominaisuuksista

Yleisarvosanat digipalvelun teknisistä ominaisuuksista olivat hyvin vaihtelevia asteikolla heikosta hyvään. Eniten vastauksia annettiin arvosanalle ”Hyvä” (Kuvio 17). Erikseen avoimella kysymyksellä selvitettiin vielä, mikä teknisissä ominaisuuksissa oli sujuvaa. Kysymys oli vapaaehtoinen ja vanhemmista kaksitoista oli vastannut siihen. Vastauksissa teemoina erottuivat sujuva kirjautuminen, johdonmukainen ja selkeä kokonaisuus sekä luontevahvuuden lisäämisen helppous.



Kuvio 18: Digipalvelun käyttökokemuksen arviointi eri ominaisuuksien mukaan

Loppukyselyssä pyydettiin vanhempia arvioimaan digipalvelun käyttökokemusta viiden eri arviointikriteerin mukaan. Jokaisen arviointikriteerin kohdalla vastauksista 4–8 annettiin vaihtoehdolle ”En osaa sanoa/ En käyttänyt digipalvelua”, joten muihin vastausvaihtoehtoihin annettujen vastausten määrä oli kysymyksissä vaihdellen 17–13 vastausta. Vanhemmista kahdeksan oli täysin samaa mieltä siitä, että digipalvelu oli selkeä ja helppokäyttöinen, mutta toisaalta viisi vastaajista oli saman väittämän kanssa jokseenkin eri mieltä. Jokseenkin samaa mieltä, että toimintojen hahmottaminen oli helppoa, kertoi olevansa vanhemmista kahdeksan ja toisaalta viisi vanhemmista oli tästäkin jokseenkin eri mieltä (Kuvio 18).

Jokseenkin samaa mieltä oli kuusi ja täysin samaa mieltä neljä vanhempaa siitä, että digipalvelu sisälsi paljon häntä kiinnostavaa materiaalia. Vastauksissa eniten hajontaa tuli väittämälle ”Digipalvelussa on riittävästi ominaisuuksia”, josta viisi oli jokseenkin samaa mieltä ja neljä jokseenkin eri mieltä. Kolme vastaajista oli tuosta väittämästä täysin samaa mieltä ja kolme ei samaa eikä eri mieltä. Täysin samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä oli yhteensä kahdeksan vanhempaa siitä, että he olisivat valmiita suosittelemaan Huomaa hyvä! - digipalvelua ystävälleen (Kuvio 18).

4.2.1 Hyvää ja toimivaa

Kyselylomakkeen avoimista vastauksista erottui neljä teemaa, jotka olivat vaikutus vanhemmuuteen, tiedon lisääminen, visuaalisuus ja helppokäyttöisyys. Vanhemmat pitivät digipalvelussa sen vaikutuksesta omaan toimintaansa sekä hyvien asioiden huomaamiseen. Tiedolliset ominaisuudet, siis valmiit vaihtoehdot vahvuuksista sekä niistä annetut esimerkit, olivat käyttäjien mukaan toimivia ja auttoivat hahmottamaan mistä hyvän huomaamisessa on kyse. Digipalvelun visuaalisuus sai hyvää palautetta. Vastaajista osa kertoi pitäneensä digipalvelun helppokäyttöisyydestä, vaikka osa ilmaisi kohdanneensa alkuhaasteita käyttöönotossa.

Vanhempana aloin itse kiinnittää enemmän huomiota positiivisiin asioihin ja huomasin kiittää enemmän nimenomaan positiivisuudesta. Eli jotain jälkiä tämä jätti omaan toimintaan.

Hyvä selkeä visuaalinen ilme. Paljon eri vaihtoehtoja.

Haastatteluissakin kysyttiin digipalvelun käyttökokemuksia ja sitä, mikä digipalvelussa oli hyvää ja toimivaa. Vastauksissa erottuneet kolme teemaa olivat lähes samoja kuin kyselyssä ilmeni. Teemat olivat visuaalisuus, peruskäyttö sekä tiedollinen tuki. Vastauksista kävi ilmi se, että kun kirjautumisesta ja ryhmän luomisesta oli suoriutunut, oli käyttäminen tämän jälkeen helppoa. Positiivisissa palautteissa annetut esimerkit koettiin hyvinä. Kuvien lisääminen koettiin helppona, mutta silti monet haastateltavista eivät olleet lisänneet kuvia tai eivät olleet edes tienneet tästä mahdollisuudesta. Vanhemmat kuvasivat kokemuksiaan seuraavasti: *”Sit ku sitä oppi käyttämään ni oli se sujuvaa” ja ”Ne oli niinku todella hyviä, mitä siel oli, mitkä on just niinku ikäryhmälle ajateltuja tämmösii niin ku palautteita”.*

4.2.2 Käytön haasteet ja yksityisyys mietityttivät

Kyselyn vastausten perusteella ilmeni haasteita palveluun kirjautumisessa. Digipalvelun sivujen rakenne koettiin sekavana puhelimella käytettäessä.

Kerran nopeasti yritin kirjautua, mutta en löytänyt sivustolta, mistä kirjaututaan, ei siis selvinnyt etusivulta. Jäi ehkä ohjeet lukematta, oliko ladattava joku sovellus. Sekin olisi voinut olla heti etusivulla.

Puhelimella käytettäessä sivujen rakenne epäselvä. Jos linkki katosi sivuhistoriasta, en Googlen kautta enää löytänyt takaisin. Piti sähköpostista etsiä se.

Haastatteluissa ilmeni, että moni oli kokenut digipalvelun käyttöönoton hankalana. Käyttöönotossa oli epävarmuutta. Muiden perheenjäsenten liittäminen koettiin hankalana ja aikaa vievänä. Lapsen liittäminen palveluun omana käyttäjänään ei osalla ollut mahdollista, koska lapsella ei ollut omaa puhelinta tai ainakaan käyttöön tarvittavaa älypuhelinia.

Palveluun kirjautuessa näkyvä esimerkki koululuokasta ryhmänä sai osan vanhemmista ajattelemaan esimerkkiryhmän olevan se ryhmä, jota kokeilujaksolla oli tarkoitus käyttää.

Aloitukset tuntuivat hankalalta ja siinä oli vähän sellainen kynnyksen tunne, kun mä en tiennyt, et teeksmä nyt oikein.

Kesti hirveen pitkään ennenku saatiin se valitettavasti käyttöön, kun sit lapsille meni sähköpostit, ja ja sit ennenku ne tunnukset etittiin ja näin.

Alussa oli toi, kun mä en tajunnu, että siinä pitää sellanen ryhmä tehdä, kun siinä oli se mikä se nyt sen luokan ryhmän nimi oli, ni mä ajattelin, että se on se ryhmä.

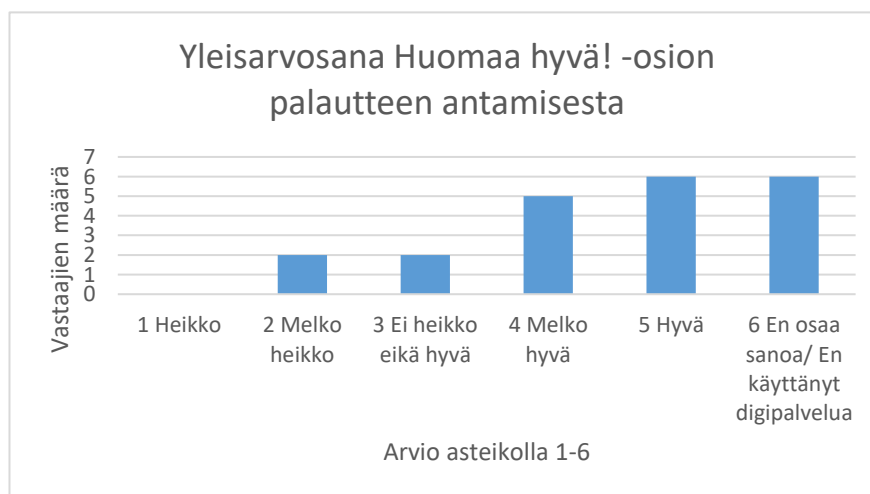
Useampi haastateltava toi esiin pohdintansa digipalvelun yksityisyydestä. Nämä pohdinnat olivat hidastaneet heillä palvelun käyttöönottoa ja positiivisten merkintöjen antamista tai kuvien lisäämistä.

... jos mä luon tänne ryhmän niin näkyys se nyt ihan kaikille.... Ei se nyt varmaan toivottavasti näkynyt kenellekään.

Tuli sellanen olo, että mä en voi vaan sinne klikkailla niinku huvikseni kokeillakseni, että jos se vaikka näkyy jossain koulun järjestelmässä.

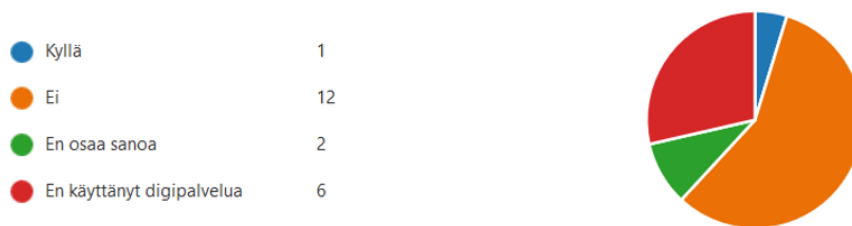
4.2.3 Kokemukset Huomaa hyvä! -osion käytöstä

Tarkempaa arviota digipalvelun toiminnoista kysyttiin sekä numeerisesti että sanallisesti. Vastaajilta kysyttiin yleisarvosanaa digipalvelun Huomaa hyvä! -osiosta, jossa käyttäjä voi antaa positiivista palautetta luontevahvuuksien näkymisestä perheenjäsenen toiminnassa. Numeerisessa arvioinnissa vastaajista kuusi piti osiota hyvänä ja viisi melko hyvänä. Kuusi vastaajista ei osannut sanoa arvioita tai ei käyttänyt digipalvelua. Kaksi vastaajista arvioi Huomaa hyvä! - osion melko heikoksi ja kaksi totesi, että se ei ollut heikko eikä hyvä (Kuvio 19).



Kuvio 19: Yleisarvosana digipalvelun Huomaa hyvä! -osiosta

Oliko luonteenvahvuuden liittäminen palautteen antamiseen vaikeaa?



Kuvio 20: Vanhempien kokemus luonteenvahvuuden liittäminen vaikeudesta palautteeseen

Huomaa hyvä! -osiossa annetaan positiivista palautetta valitsemalla luonteenvahvuus, josta palautetta halutaan antaa. Vanhemmilta kysyttiin, oliko luonteenvahvuuksien liittäminen palautteen antamiseen vaikeaa. Vastaajista suurin osa, eli 12 vastaajaa, koki, että luonteenvahvuuden liittäminen palautteeseen ei ollut vaikeaa. Vaikeaksi sen koki vain yksi, kaksi ei osannut sanoa ja kuusi vastaajista ei voinut kommentoida, koska ei käyttänyt digipalvelua (Kuvio 20).

Haastatteluissa saatujen vastausten perusteella vanhemmat pitivät Huomaa hyvä! -osiota pääasiassa toimivana. He kokivat osion visuaalisesti hyvänä ja erityisesti lasten kannalta nähtiin hyödyllisenä, että luonteenvahvuudet on kuvitettu. Digipalvelussa olevat valmiit esimerkit auttoivat sanallistamaan palautteen lapselle ymmärrettävästi ja helpottivat positiivisen palautteen antamista.

Mikä on mun mielest ihana, et sit voi silleen samalla opettaa suomenkielen rikkautta, että tämä asia tarkoittaa niin ku samaa asiaa... se on ihan hauska, kun sit ne (lapset) ottaa ite ne käyttöön. Mut just ne kuvat kertoo mun mielestä kans hyvin et mikä se on se juttu siinä.

Haastatteluissa vanhemmilta kysyttiin, minkälaisissa tilanteissa he käyttivät digipalvelua. Positiivista palautetta annettiin usein arkisissa toimissa tai tilanteissa, joissa tehtiin asioita yhdessä koko perheenä. Positiivista palautetta annettiin usein arkisista toimista kuten hammaspesusta, pukemisesta, harrastuksista ja koulutehtävien tekemisestä. Osa vastaajista kuvasi digipalvelun käytön olevan hankalaa arkisessa tilanteessa, vaikka kiinnitti huomiota positiivisiin asioihin ja muisti, että olisi hyvä käyttää digipalvelua. Merkintöjä tehtiin usein vasta illalla rauhassa ennen nukkumaanmenoa, jolloin ehti itse pysähtyä miettimään päivän tapahtumia. Toiset taas kokivat hankalana kirjata positiivisia merkintöjä jälkikäteen. vanhemmat kuvasivat tilanteita seuraavasti:

No varmaan silleen illalla vielä viimetteeks nukkumaan mennessä, että ai niin, mulla on vielä tääkin rasti suorittamatta.

Se pyörii kyl mielessä tiet sä koko ajan se, et hei, tän ois voinu kirjata, mut sit sitä ei välttämättä, jos ei sitä tehny heti, ni sit se jäi.

4.2.4 Kokemukset Opeta- ja Opi -osioiden käytöstä

Yleisarvosanaa kysyttiin digipalvelun Opeta- ja Opi- osioista, jotka sisältävät itseopiskelumateriaalia luonteenvahvuuksista sekä opettajille tehtyjä valmiita kokonaisuuksia luonteenvahvuuksien opettamiseksi koulutyöskentelyssä. Suurin osa vastaajista, eli 12 vanhempaa, ei osannut sanoa arviota tai ei käyttänyt Opi- ja Opeta- digipalvelua. Kolme vastaajista piti osioita hyvänä, neljä melko hyvänä ja kaksi ei pitänyt Opi- ja Opeta- osioita heikkona eikä hyvänä (Kuvio 21).



Kuvio 21: Yleisarvosana Opi- ja Opeta- osioiden tiedollisesta sisällöstä

Haastateltavista osa ei ollut katsonut Opi- ja Opeta -osioita ja osa oli katsonut osioita jonkin verran. Hyvänä pidettiin sitä, että näistä osioista sai halutessaan taustatietoa luonteenvahvuuksista. Koska tiedollinen osuus oli vielä rakennettu enemmän opettajien työn tueksi, moni ei siihen suuremmin perehtynyt, mutta koki tärkeänä, että vastaavanlaiset taustatietosivustot tehtäisiin perheiden käyttöön.

4.2.5 Kehitysehdotuksia käyttömukavuuteen ja sisältöön

Kehitysehdotuksiin liittyen kysely ja haastatteluvastauksissa oli hyvin paljon yhteneväisyyksiä. Molempien tiedonhankintamenetelmien vastauksista ilmeni neljä samaa teemaa, jotka olivat selkeä ohjeistus, sujuva yhteiskäyttö, mobiilisovellus ja yksityisyys. Haastatteluissa yhtenä lisäteemana olivat uudet ominaisuudet. Loppukyselyyn vastanneet toivoivat avoimen vastauksen perusteella parannusta digipalvelun ohjeisiin ja palvelun esittelyyn.

Olisin kaivannut selkeää, ytimekästä ja helposti löytyvää ohjetta palvelun käyttöön. Sen puuttuessa tai mennessä minulta ohi, jäi koko palvelu kokeilematta.

Vastaajat kuvasivat pohdintaansa digipalvelun toimivuudesta perhekäytössä, kun esimerkit liittyivät kuitenkin koulumaailmaan. Kehittämistoiveena olikin digipalveluun esimerkkejä palvelun käyttämisestä perheessä ja tästä lyhyt esittelyvideo. Intervention aikana esimerkkejä perhekäytöstä oli erillisellä Positiven sivulla, mutta ei suoraan digipalvelussa. Vastauksista ilmeni toive koko perheen helpolle liittämiseksi palveluun.

Jäi hieman epäselväksi, miten palvelu toimisi perheille vs. koululuokille. Nyt palautetta ei pystynyt kohdistamaan henkilölle vaan koko ryhmälle tai sitten meillä jäi jotain ymmärtämättä.

Olisin hyötynyt tarkemmasta ja juuri perheille suunnatusta ohjeistuksesta, nyt sivuston ohjeet oli suunnattu opettajille.

Kehitysehdotukset olivat melko lailla samoja, jotka tulivat esiin käyttöön motivoivissa tekijöissä. Sekä kyselyssä, että haastatteluissa kehitysehdotuksena esitettiin yhteiskäyttöön liittyen, että annetuista palautteista lähtisi automaattisesti tieto perheenjäsenille. Kyselyn ja haastatteluiden vastaustauksissa kehittämistoiveena tuli esiin toive palvelusta mobiilisovelluksena, minkä ajateltiin helpottavan kirjautumista ja perheenjäsenten liittämistä. Haastatteluissa esitettiin vielä toive yhteiskäytöstä opettajan kanssa. Kehitystoiveita esitettiin esimerkiksi seuraavilla kommentteilla:

Liian hankala kirjautua sisälle yms. Appina olisi varmaan helppokäyttöisempi.

Haluaisin myös, että voisin määrittää sovelluksen lähettämään minulle ilmoituksia mm seuraavista asioista: kun joku toinen tekee kirjauksen, kun edellisestä kirjauksesta on kulunut tietty aika, esim. vuorokausi tai 48 h. Lisäksi olisi kiva, jos voisi jakaa kirjauksia toisiin sovelluksiin esim. tekstiviestit, whatsapp.

Käyttöä estänyt epäily yksityisyyden säilymisestä synnytti toiveen yksityisyyden suojan tarkentamisesta. Uusina ominaisuuksina digipalveluun toivottiin mahdollisuutta tulostaa annettuja palautteita tai niiden koosteita paperiseen muotoon. Haastatteluissa tuli esiin toive keinoälyn hyödyntämisestä niin, että positiivista palautetta annettaessa ensin saisi kirjoittaa sanallisen palautteen, minkä perusteella digipalvelu voisi ehdottaa tähän sopivaa luonteenvahvuutta. Toisaalta uutena ominaisuutena toivottiin täysin vapaan palautteen antamisen mahdollisuutta.

4.3 Digipalvelu positiivisen palautteen ja luonteenvahvuuksien tukena

Tässä luvussa tarkastellaan ensin vanhempien ajatuksia positiivisen palautteen antamisesta sekä saamisesta perheessä. Lisäksi vertaillaan positiivisen palautteen antamisen määrää ennen ja jälkeen intervention. Tämän jälkeen esitellään vanhempien kuvausta siitä, miten digipalvelu auttoi luonteenvahvuuksien tukemisessa ja tunnistamisessa sekä mitä syitä vähäisen positiivisen palautteen antamiselle nähdään.

4.3.1 Positiivisen palautteen tärkeys

Alkukyselyssä selvitettiin vanhempien kokemuksia positiivisen palautteen antamisesta ja saamisesta omassa perheessä. Kaikki vastaajat olivat joko jokseenkin samaa mieltä, 26 % vastaajista, tai täysin samaa mieltä, 74 % vastaajista, että positiivisen palautteen saaminen perheenjäseniltä on itselle tärkeää (Kuvio 22).

Meistä suurin osa toivoo enemmän positiivista palautetta lähimmiltä ihmisiltään. Kuinka tärkeänä koet itse sen, että saat positiivista palautetta perheenjäseniltäsi?



Kuvio 22: Perheenjäseniltä saatavan positiivisen palautteen tärkeys

Alkukyselyn avoimella kysymyksellä selvitettiin vanhempien ajatuksia siitä, kuinka tärkeänä he arvioivat muiden perheenjäsenten pitävän positiivisen palautteen antamista. Näissä avoimissa vastauksissa oli enemmän vaihtelua, kuin vastauksissa vastaajien omaan kokemukseen liittyen. Vastaukset jakoutuivat kahden teeman alle, jotka olivat palaute tärkeää ja tärkeyttä ei tiedosteta. Vastaajista 23 toi vastauksessaan selkeästi esiin sen, että uskoo perheenjäsenten pitävän positiivisen palautteen antamista tärkeänä. Heidän vastauksistaan ilmeni, että he uskoivat kaikkien pitävän positiivisen palautteen saamisesta, vaikkei lapsi tai nuori sitä aina välttämättä näytäkään tai ainakaan sanallisesti ilmaise. He kuvailivat uskovansa positiivisella palautteella olevan merkitystä lapselle ja koko perheelle kiintymyksen, yhdessäolon, yhteenkuuluvuuden ja avoimuuden ylläpitämiseksi. Myös muunlainen, kuin sanallinen, positiivinen palaute nähtiin tärkeänä.

Sanojen lisäksi pienetkin eleet kuten taputus olkapäälle, hymy tai yhteinen hassuttelu tuovat hyväksytyksi tulemisen tunnetta ja vahvistavat lapsen positiivista käsitystä itsestään, mikä vuorostaan näkyy positiivisena toimintana ja vuorovaikutuksena.

Uskon, että kaikki haluavat saada positiivista palautetta ja kun sitä antaa, niin enemmän myös saa palautetta - positiivinen kierre.

Kahdeksan vastaajan kommentoissa ei ilmaistu suoraan, että he ajattelisivat muiden perheenjäsenten pitävän positiivisen palautteen antamista niin tärkeänä. Nämä pohdinnat liittyivät esimerkiksi siihen, että vastaaja ei uskonut perheenjäsenten pitävän sitä kovin tärkeänä, koska heillä ei ollut rutiinia positiivisen palautteen antamiselle tai vastaaja ei uskonut perheenjäsenten miettivän asiaa arjessa. Vastauksissa korostui useamman kerran

palautteen antamisen tärkeyden tiedollinen ymmärtäminen tai ajatus tämän ymmärtämisen puuttumisesta. He saattoivat mainita, että lapset eivät varmasti oikein vielä ymmärrä, mitä positiivinen palaute tarkoittaa tai tietoisesti eivät pidä tärkeänä, mutta käytännössä on varmasti tärkeää.

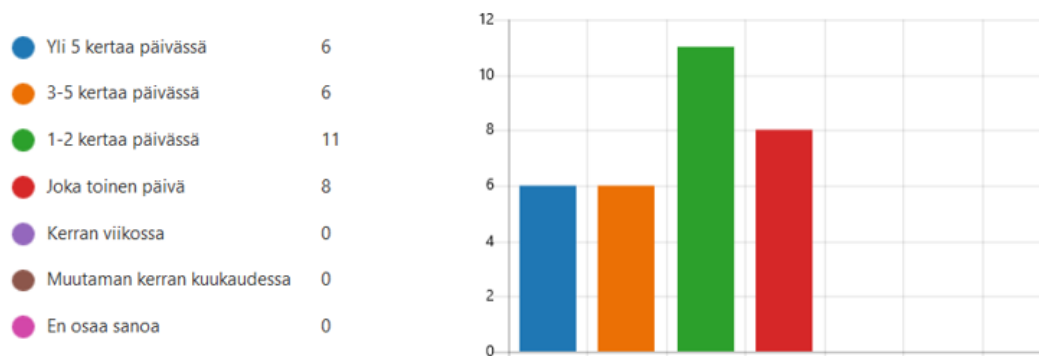
Puoliso ei varmastikaan ihan ymmärrä sen tärkeyttä.

Varmaan kysyttäessä jokainen heistä pitää sitä tärkeänä, mutten tiedä antavatko palautetta enemmän tietoisesti vai spontaanisti.

4.3.2 Vanhempien kokemus positiivisen palautteen antamisesta

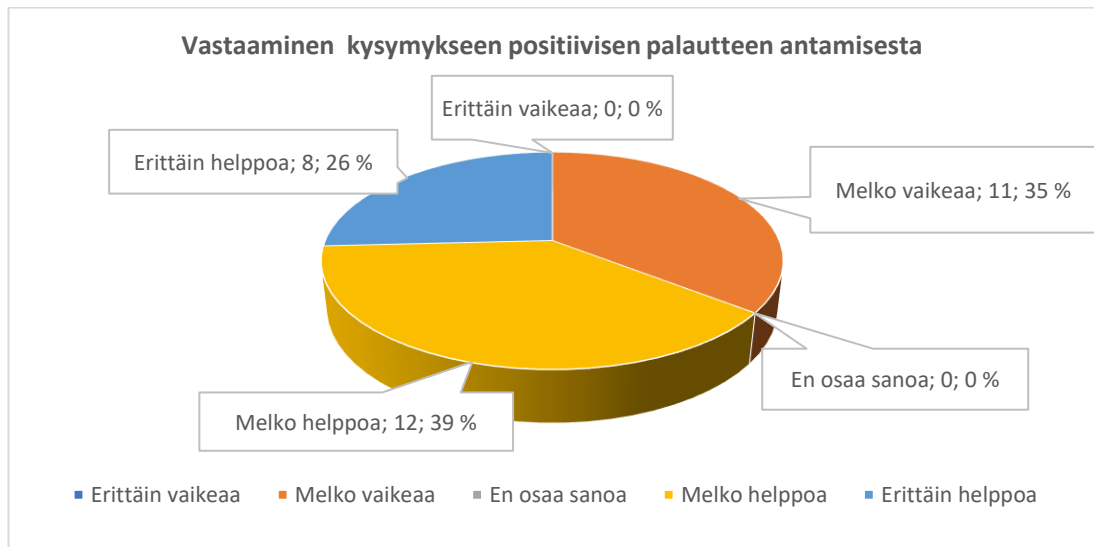
Kuviossa 23 on vanhempien vastaukset alkukyselyssä esitettyyn kysymykseen siitä, miten usein he itse antavat positiivista palautetta perheenjäsenilleen. Suurin osa, eli 23 vastaajista, antoi vastauksen perusteella positiivista palautetta päivittäin. Yleisimmin vastaajat antoivat palautetta perheenjäsenilleen 1–2 kertaa päivässä, tämän vastauksen oli valinnut vanhemmista 11. Kuusi vanhempaa kertoi antavansa palautetta yli viisi kertaa päivässä ja kuusi 3–5 kertaa päivässä. Vastaajista kahdeksan ilmoitti antavansa positiivista palautetta tavallisesti joka toinen päivä (Kuvio 23).

Miten usein tavallisesti annat positiivista palautetta perheenjäsenellesi. Valitse seuraavista vaihtoehdoista



Kuvio 23: Positiivisen palautteen antaminen perheenjäsenille

Vanhemmilta kysyttiin, kuinka vaikeana he kokivat vastaamisen kysymykseen siitä, miten usein tavallisesti antavat itse positiivista palautetta perheenjäsenilleen. Vastauksista ilmeni, että vanhempien mielestä ei ollut vaikea arvioida sitä, miten usein he itse antavat positiivista palautetta. Erittäin helpoksi vastaamisen koki kahdeksan vanhempaa ja melko helpoksi 12. Melko vaikeaksi vastaamisen koki 11 vanhempaa, mutta kukaan ei kokenut sitä erittäin vaikeaksi (Kuvio 24).



Kuvio 24: Vastaamisen vaikeus positiivisen palautteen antamisesta

Avoimissa vastauksissa vanhemmat kuvasivat mistä olivat antaneet viimeksi positiivista palautetta ja kenelle. Vastauksissa esiintyi usein konkreettiset arkiset asiat. Vastauksissa tuli esiin useamman kerran reippaus tai oma-aloitteisuus, mutta vain kerran oli sanallisesti nostettu esiin lapsen vahvuuksia. Palautetta oli annettu kekseliäisyydestä tai vain siitä millainen on omana itsenään. Yleensä palaute oli annettu lapselle, vain yhdessä vastauksessa palaute oli koko perheelle ja yhdessä puolisolle.

Kehuin poikaani, kun hän oli tehnyt reippaasti hänelle annetun kotityön.

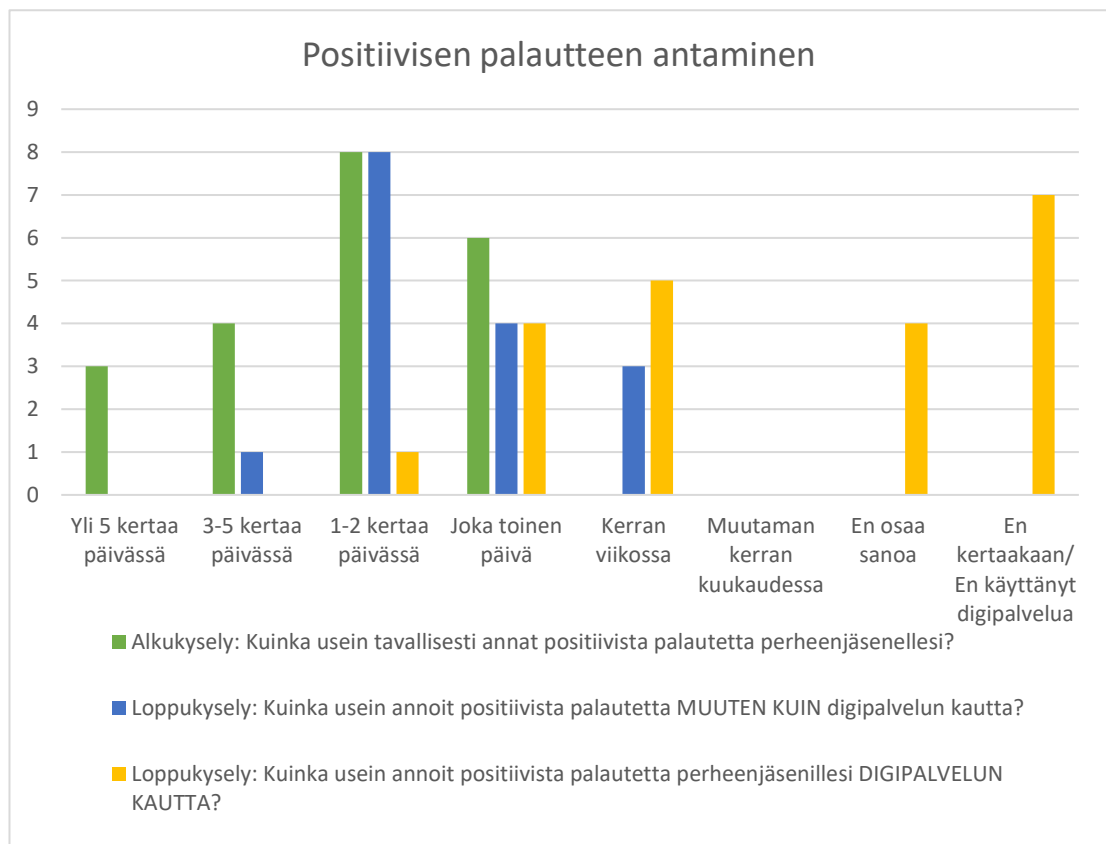
Tyttärelle kehopositiivista palautetta.

Loppukyselyssä positiivisen palautteen antamista kysyttiin kahdella erillisellä kysymyksellä. Ensimmäisessä kysyttiin, kuinka usein kuluneiden neljän viikon aikana vanhempi antoi positiivista palautetta muutoin kuin digipalvelun kautta. Toisessa kysyttiin, kuinka usein viimeisten neljän viikon aikana vanhempi antoi positiivista palautetta Huomaa hyvä! -digipalvelun kautta. Sekä alku- että loppukyselyyn vastanneiden vanhempien positiivisen palautteen antamisen tiheys näkyy kuviossa 29. Sekä alku- että loppukyselyssä kahdeksan vanhempaa vastasi antavansa positiivista palautetta 1–2 kertaa päivässä. Positiivista palautetta Huomaa hyvä! -digipalvelun kautta 1–2 kertaa päivässä antoi vain yksi vanhemmista (Kuvio 25).

Sen sijaan alkukyselyssä kolme vanhempaa kertoi antavansa positiivista palautetta yli viisi kertaa päivässä ja neljä vanhemmista ilmoitti antavansa positiivista palautetta 3–5 kertaa päivässä. Loppukyselyssä kukaan ei vastannut antavansa palautetta 3–5 tai yli 5 kertaa päivässä. Alkukyselyssä kuusi vanhemmista vastasi antavansa positiivista palautetta joka toinen päivä. Loppukyselyssä näin kertoi tekevänsä neljä vanhempaa ja lisäksi neljä vanhempaa kertoi antaneensa Huomaa hyvä! -digipalvelun kautta positiivista palautetta joka

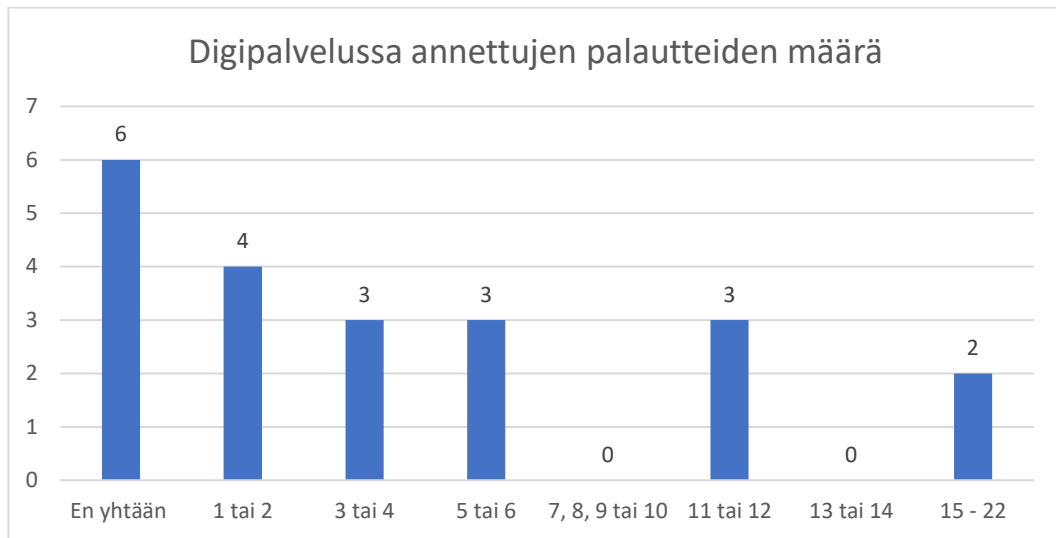
toinen päivä. Loppukyselyssä kolme vanhempaa kertoi antavansa positiivista palautetta kerran viikossa ja lisäksi viisi vanhemmista antoi kerran viikossa palautetta digipalvelun kautta (Kuvio 25).

Alku ja loppukyselyyn vastanneiden vanhempien vastauksia verrattaessa ilmenee, että hieman yli puolella vastaajista, eli 11 vanhemmalla, positiivisen palautteen antamisen tiheys on pysynyt samana. Kuusi vanhemmista antoi positiivista palautetta useammin intervention jälkeen kuin sitä ennen. Neljä vanhempaa antoi harvemmin positiivista palautetta intervention jälkeen kuin sitä ennen (Kuvio 25).



Kuvio 25: Molempiin kyselyihin vastanneiden positiivisen palautteen antaminen

Loppukyselyssä pyydettiin kertomaan digipalveluun tehtyjen positiivisten merkintöjen määrä. Käyttökokeilun aikana merkintöjen määrä jäi suurimmalla osalla vähäiseksi. Kaikista 21:stä vastaajasta 15 oli tehnyt positiivisia merkintöjä digipalveluun. Heistä viisi oli käyttänyt digipalvelua intervention aikana enemmän, sillä kaksi, oli tehnyt 15–22 positiivista merkintää digipalveluun ja kolme vastaajista oli tehnyt 11–12 merkintää. Kymmenen oli tehnyt 1–6 merkintää digipalvelun kokeilujakson aikana (Kuvio 26).



Kuvio 26: Digipalvelussa intervention aikana annettujen positiivisten palautteiden määrä

Vapaaehtoisessa kysymyksessä vanhempia pyydettiin kertomaan, mistä vahvuuksista he tekivät positiivisia merkintöjä, ja kuinka monta palautetta antoivat kustakin vahvuudesta. Osa vanhemmista vastasi, että ei muista, tai ei tiedä miten merkinnät voi tarkistaa digipalvelun yhteenveto -näköymästä. Kysymykseen vastauksen antaneiden palautteissa oli eniten positiivisia merkintöjä tehty luontevahvuuksista itsesäätelyn osalta, josta oli annettu 25 positiivista merkintää. Ystävällisyydestä oli annettu 16 ja sinnikkyydessä 10 merkintää. Sisukkuudesta oli annettu kaksi positiivista merkintää. Yksittäisiä merkintöjä oli annettu myötätunnosta, innokkuudesta, luovuudesta, reiluudesta ja oppimisen ilosta.

Jos Huomaa hyvä! -digipalvelun käyttö jäi vähäiseksi, vanhemmilta kysyttiin heidän arviotaan siitä, miksi näin tapahtui. Vastauksista löytyi neljä pääasiallista teemaa, jotka olivat arjen kiire, huono käyttöopastus, vastavuoroisuuden puuttuminen sekä palautteen antaminen muilla tavoin. Viimeisin tarkoitti sitä, että vanhempi huomasi haluavansa antaa positiivisen palautteen vain sanallisesti tilanteessa ilman digitaalista laitetta. Näitä vähäisen käytön syitä vanhemmat kuvasivat seuraavissa kommentteissa:

Kyseessä on uusi toimintamalli eli tämän vakiinnuttaminen kiinteäksi osaksi arkea vaatisi pidempää aikaa ja toistoa. Arjessa uudet kokeilut helposti jää. Appin avulla käyttö olisi saattanut olla säännöllisempää.

En tiedä oliko ohjeistus puutteellinen vai menikö se vain minulta ohi, mutta koin palvelun käytön epäselväksi. Luonteen vahvuudet ovat kyllä tuttu asia eli sikäli kyse ei ollut vaikeudesta tunnistaa niitä tai antaa positiivista palautetta toiselle.

Palaute on helpompaa antaa suoraan tilanteessa ja palvelun käyttö jopa hieman stressasi, kun se kukkui mielessä, että pitäisi jotain sinnekin laittaa.

Panostin kyllä muuten arjessa positiivisen palautteen antamiseen kotona ja siitä keskusteltiin perheen kanssa. Tämä aihe nosti positiivisen palautteen merkitystä ja yritämme panostaa tähän kotona.

Haastatteluihin osallistuneet vanhemmat tekivät positiivisia merkintöjä 0–22, joten joukosta löytyi heitä, jotka eivät käyttäneet palvelua ollenkaan sekä heitä, jotka käyttivät kaikkein eniten. Haastatteluissa vanhemmat pohtivat digipalvelun vähäistä käyttöä, jossa kyselyissä ilmenneiden syiden lisäksi tuli esiin epävarmuus merkintöjen yksityisyydestä sekä digipalvelu vielä vieraana positiivisen palautteen antamisen tapana.

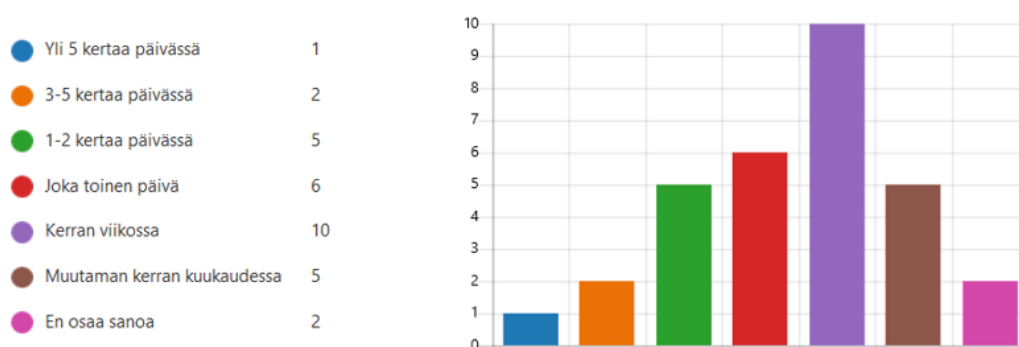
En laittanut merkintää, kun en tiennyt, että kenelle se näkyy siellä sinne.

Et musta tuntu oudolta sit vaan listata niitä sinne muistiin et se ei tunnu niinku itselle semmoselta luontaiselta.

4.3.3 Vanhempien kokemus positiivisen palautteen saamisesta

Kyselyissä selvitettiin vanhempien kokemusta siitä, kuinka usein he itse kokivat saavansa positiivista palautetta perheenjäseniltään. Kuviossa 31 on esitetty vanhempien alkukyselyssä antamat vastaukset. Vastaajista kymmenen, ilmoitti saavansa positiivista palautetta perheenjäseniltään kerran viikossa ja kuusi joka toinen päivä. Vastaajista yhteensä kahdeksan kertoi saavansa positiivista palautetta päivittäin, viisi heistä 1–2 kertaa päivässä, kaksi vastaajaa 3–5 kertaa päivässä ja yksi päivittäin palautetta saavista kertoi saavansa yli viisi kertaa päivässä positiivista palautetta perheenjäseniltään. Alkukyselyyn vastanneista viisi kertoi saavansa muutaman kerran kuukaudessa positiivista palautetta ja kaksi ei osannut vastata kysymykseen (Kuvio 27).

Miten usein tavallisesti saat itse positiivista palautetta perheenjäseniltäsi? Valitse seuraavista vaihtoehdoista



Kuvio 27: Vanhemman kokemus kuinka usein saa positiivista palautetta perheenjäseniltään

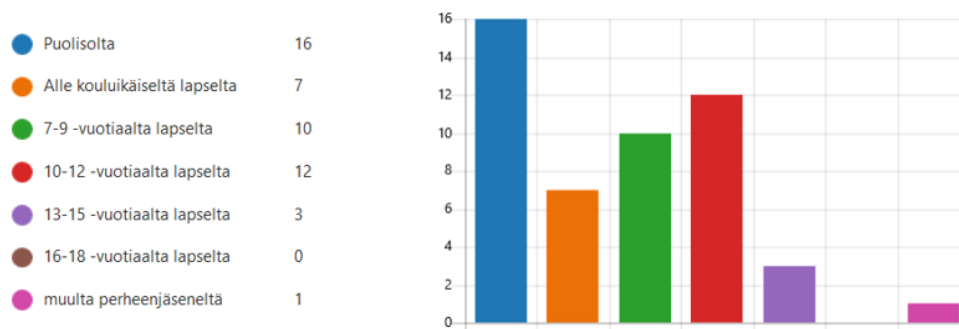
Kysyttäessä tarkemmin keneltä vanhempi sai viimeksi positiivista palautetta, vastasi 14 saaneensa viimeksi palautetta lapselta ja 7 vastasi saaneensa palautetta puolisoltaan.

Vanhemmista 2 oli saanut viimeksi palautetta sekä puolisoltaan että lapsiltaan tai kuvasi koko

perheen antavan palautetta sekä halauksin että sanoin. Vastaaajista kaksi ei muistanut keneltä oli viimeksi saanut positiivista palautetta ja 6 jätti kokonaan vastaamatta kysymykseen. Palautteen aiheissa ilmeni kaksi teemaa, joista toinen oli arkiset askareet ja toinen vanhemmuus. Palautetta vanhempi oli saanut viimeksi useimmin hyvästä ruuasta ja tämän lisäksi muistakin arkisista askareista kuten lumitöiden tekemisestä, maalaamisesta ja tavaran korjaamisesta. Vastauksissa toistui maininta saadusta sanallisesta palautteesta siitä, että on ihana vanhempi.

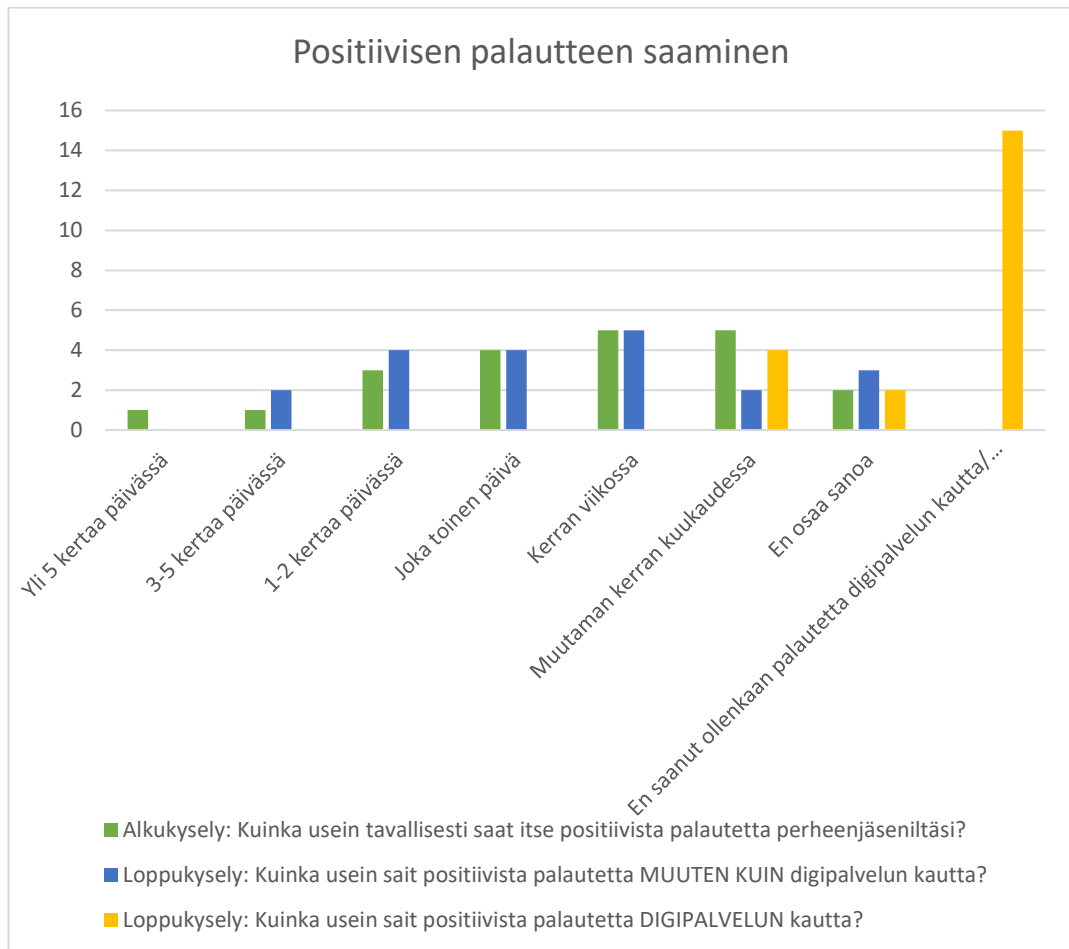
Kuviossa 28 esitetään vanhempien alkukyselyssä antamat vastaukset kysymykseen, keneltä perheenjäseneltä he saavat yleensä positiivista palautetta. Vastauksessa sai valita useammankin vaihtoehdon. Vastaaajista 16 oli valinnut vaihtoehdoista, että saa puolisoltaan yleensä positiivista palautetta. Toiseksi yleisimmin positiivista palautetta saatiin 10–12-vuotiaalta lapselta. Kymmenen vastaajaa kertoi saavansa positiivista palautetta yleensä 7–9-vuotiaalta lapselta. Vastausten jakautumisessa näkyy kyselyyn vastanneiden perheiden lasten ikäjakauma, jossa suurin osa, eli 64 %, oli ikäjakaumalla 7–12 vuotta. Seitsemän kertoi saavansa positiivista palautetta alle kouluikäiseltä lapseltaan, kolme 13–15-vuotiaalta ja yksi mainitsi saavansa palautetta muulta perheenjäseneltä (Kuvio 28).

Keneltä perheenjäseneltäsi saat yleensä positiivista palautetta? Voit valita useammankin vaihtoehdon.



Kuvio 28: Keneltä perheenjäseneltä saa useimmin positiivista palautetta

Kuviossa 29 tarkastellaan vanhempien kokemusta positiivisen palautteen saamisesta alkukyselyn aikaan sekä intervention jälkeen loppukyselyssä. Loppukyselyssä kysyttiin erikseen digipalvelun kautta saadusta palautteesta sekä muulla tavoin saadusta palautteesta,

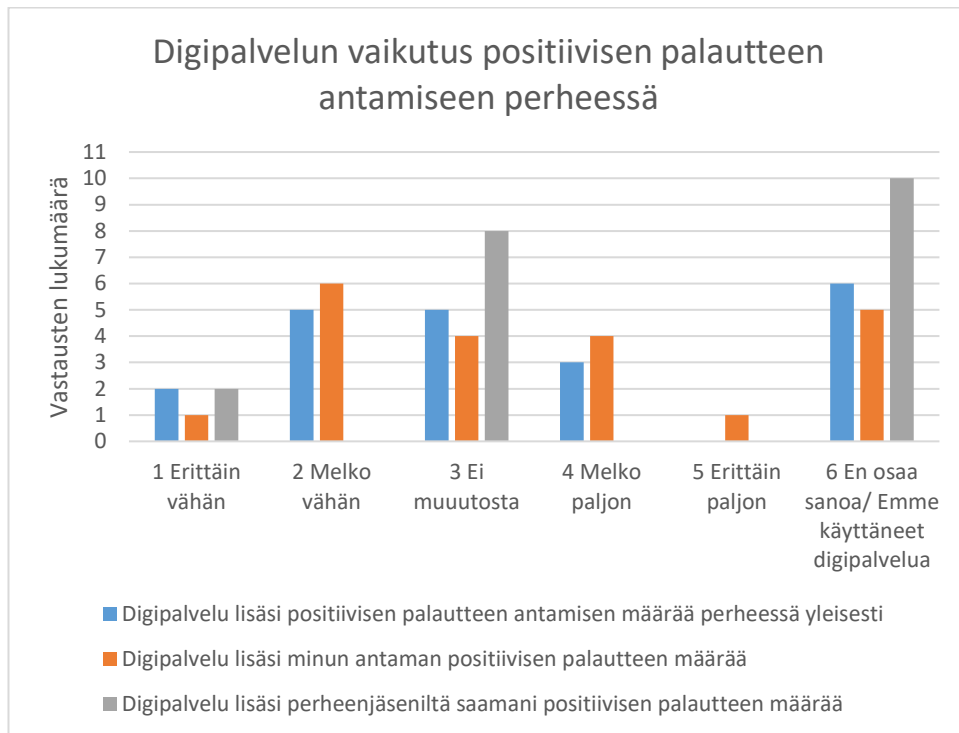


Kuvio 29: Positiivisen palautteen saaminen

Sekä alku- että loppukyselyssä yhtä moni vanhemmista koki saavansa palautetta joka toinen päivä tai kerran viikossa. Joka päivä palautetta sai alkukyselyssä viisi ja loppukyselyssä kuusi vanhempaa, mutta palautteiden määrässä oli eroja. Digipalvelun kautta positiivista palautetta sai muutaman kerran interventiona aikana neljä vanhemmista. Digipalvelu ei siis ollut vielä vanhempien saaman palautteen päivittäinen kanava. Tämä oli tosin oletettavaakin, koska suurin osa vanhemmista oli ilmoittanut käyttäneensä digipalvelua yksin (Kuvio 29).

4.3.4 Digipalvelun vaikutus positiivisen palautteen antamiseen perheessä

Loppukyselyssä selvitettiin vanhemmilta heidän kokemustaan digipalvelun vaikutuksesta positiivisen palautteen antamiseen perheessä. Vanhempien kokemukset olivat selvästi kovin vaihtelevia, sillä vastaukset jakaantuivat kaikkien vastausvaihtoehtojen välille. Jonkinlaista muutosta koettiin perheessä yleisesti annettavan positiivisen palautteen määrässä sekä vastaajan itsensä antaman palautteen määrässä. Sen sijaan vastaajan itsensä muilta perheen jäseniltä saaman palautteen määrään ei digipalvelulla koettu olleen vaikutusta (Kuvio 30).



Kuvio 30: Digipalvelun vaikutus positiivisen palautteen määrään perheessä

4.3.5 Palautteen antaminen koetaan kulttuuriin liittyvänä

Vanhemmilta kysyttiin alkukyselyssä ajatuksia siitä, miksi usein annamme niukasti positiivista palautetta, vaikka suurin osa toivoisi saavansa sitä enemmän. Vanhempien vastauksista erottui kolme eri teemaparia, jotka olivat opitut tavat ja kulttuuriset syyt, tiedostamisen ja ymmärtämisen puute, sekä kiire ja korjaavan palautteen korostuminen. Pohdinnoissa korostui eniten kulttuurinen tausta, jossa nostettiin esiin se, että suomalaisessa kulttuurissa ei ole ollut tapana antaa positiivista palautetta. Tästä syystä positiivisen palautteen antamisen ja vastaanottamisen ajateltiin olevan hankalaa.

Ehkä tällainen perisuomalainen tapa vielä osittain näkyy meidänkin sukupolvemme tavassa kommunikoida, ei kehuta, ettei lähimmäinen ylpisty. Onneksi siitä ollaan varmaan pääsemässä eroon!

Siihen ei ole opittu tai opetettu, palautteen antaminen ei ole monille luontaista.

Moni vastaajista pohti, että positiivisen palautteen tärkeyttä ei tiedosteta tai asioita pidetään itsestäänselvytenä. Tämän he toivat esiin esimerkiksi näin:

Tarvetta antaa positiivista palautetta ei ehkä tunnisteta.

Ei huomata kuinka hyvä mieli siitä tulisi, arjessa ei huomata hyviä asioita.

Hyviä asioita pidetään helposti itsestään selvytenä.

Arjen kiire ja korjaava palaute nähtiin syinä positiivisen palautteen antamisen vähyydelle ja sitä kuvattiin vastauksissa seuraavasti:

Negatiivisen palautteen antaminen tuntuneen monesti ajankohtaisemmalta ja tärkeämmältä itselle.

Niin kuin aikaisemmin jo laitoin, sitä ei ajatella palautteena... Sitten vasta sanotaan, kun on jotain korjattavaa tai kehitettävää...

Kiire, asiakeskeisyys ihmiskeskeisyyden sijaan. Monet ehkä ajattelevat, että asioihin tulee muutosta, jos huomautetaan ei-toivotusta käytöksestä / toiminnasta sen sijaan, että nostettaisiin näkyville hyvää ja onnistunutta käytöstä / toimintaa.

4.3.6 Luontevahvuuksien tunnistaminen ja tukeminen

Haastatteluissa selvitettiin vanhempien kokemusta siitä, mikä oli digipalvelun merkitys luontevahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa. Vastauksista löytyi kolme eri teemaa, jotka olivat kognitiivinen hyöty, luontevahvuuksien tukeminen sekä merkitys lapselle. Kognitiivinen hyöty jakautui tiedon ja toisaalta tietoisuuden lisääntymiseen. Luontevahvuuksien tukeminen jakaantui vielä kolmeen eri teemaan, jotka olivat tuki positiivisen huomaamiselle, sanoittaminen sekä konkretia.

Vanhemmat ilmaisivat digipalvelun antaneen tietoa ja sanastoa luontevahvuuksien ymmärtämiseen ja ilmaisemiseen. He kokivat digipalvelun pitäneen paremmin mielessä positiivisen palautteen antamista, vaikka palautetta ei aina kirjattu digipalveluun, mutta se annettiin sanallisesti. Vanhemmat alkoivat nähdä arjessa pieniä, arkisia onnistumisia ja huomasivat, että niistäkin voi antaa positiivista palautetta, eikä pitää itsestäänselvyytenä. Vanhemmat kuvasivat oman ajattelunsa muuttuneen niin, että aiemmin haastavana käytöksenä koettu vahva oma tahto nähtiinkin lapsen vahvuutena, mikä muutti vanhemman omaa suhtautumista. Vanhemmat kuvasivat digipalvelun tuomaa vaikutusta seuraavasti:

Et kyl se sit autto niinku tunnistamaan, mut se, että niinku joutu kuitenkin käyttää sitä niinku mietittäessä, et onks se niinku oikee blokki (luontevahvuus) mihin mä sen niinku asetan...

Et, se niinku vähän avas silmiä, et ai niin tästäkin voi voi niinku antaa tai tääki vois olla hyvä asia. Et niitä arjen pieniä hyviä asioita tuli huomattua enemmän.

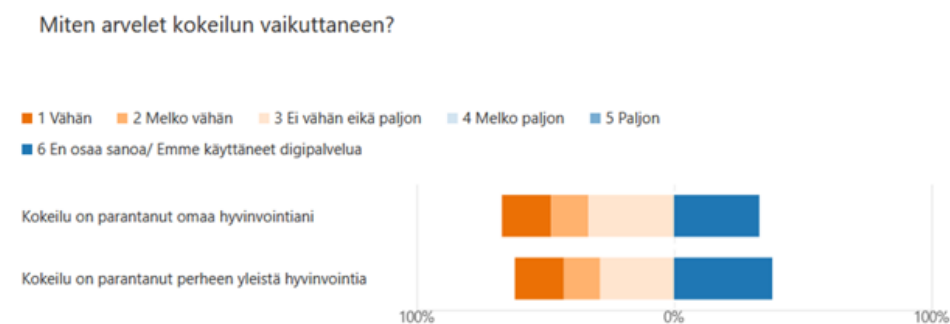
No ehkä se tuo semmosta niinku konkretiaa siihen, että vaik mäkin nyt kyl ainakin omasta mielestäni olen aika hyvä antamaan niinku positiivista palautetta lapsille, ni ehkä se kuitenkin ku se sit kattoo täältä näin ni se jää ehkä jotenki enemmän mieleen ja ja sit niinku siihen voi ehkä palatakki et ai nii et tommonenkin juttu oli ja tommostaki annoin palautetta.

Vanhemmat toivat esiin ajatuksia lapsen kokemuksesta. He pohtivat, että digipalvelu auttaa siinä, että positiivinen palaute jää mieleen erityisesti lapselle. Tärkeänä nähtiin se, että lapsi ymmärtää ja tiedostaa arkisia onnistumisiaan. Positiivisen palautteen antamisella nähtiin

vaikutusta lapsen toimintaan ja vanhemman kannustamiseen sekä koettiin olevan vaikutusta lapsen itsetunnon kehittymiselle.

4.3.7 Digipalvelun kokeilun vaikutukset hyvinvointiin ja vuorovaikutukseen

Loppukyselyn perusteella vanhemmat kokivat vain vähäistä tai melko vähäistä muutosta hyvinvoinnissaan intervention jälkeen (Kuvio 31). Vastaukset olivat samansuuntaisia myös haastatteluissa. Haastateltavat eivät kokeneet digipalvelulla olleen vaikutusta perheen hyvinvointiin, mutta osa heistä koki, että mahdollisesti pidemmällä käyttöajalla digipalvelu voisi muuttaa ilmapiiriä ja tunnelmaa.



Kuvio 31: Vastaaajien kokemus digipalvelun vaikutuksesta hyvinvointiin

Kuusi vastasi loppukyselyssä sekä oman että perheen hyvinvoinnin muutoksesta, että ei osannut sanoa vastausta tai ei käyttänyt digipalvelua. Kolme vastaajista kertoi, että digipalvelun kokeilu ei vaikuttanut omaan eikä perheen hyvinvointiin vähän eikä paljon (Kuvio 31). Haastatteluissa vanhemmat pohtivat, että kokeilujakso oli niin lyhyt, digipalvelun käyttö vähäistä ja perheessä samaan aikaan monia muitakin muutoksia, joten he eivät voineet todeta tämän kokeilun perusteella digipalvelun vaikuttaneen perheen hyvinvointiin.

Digipalvelun vaikutuksesta perheen vuorovaikutukseen saatiin haastatteluissa vastauksia eritellymmin. Vastaukset jakautuivat kahteen teemaan, jotka olivat ei vaikutusta sekä positiivista vaikutusta. Puolet haastatelluista totesi, ettei kokenut digipalvelulla olleen vaikutusta perheen vuorovaikutukseen. Vanhemmat pohtivat, ettei vaikutusta ollut, koska digipalvelua ehdittiin käyttää niin vähän, koska kaikki perheenjäsenet eivät olleet mukana käyttämässä palvelua.

Ei oikeestaan vaikuttanu, et tota ehkä enemmän, jos olis otettu molemmat vanhemmat tohon mukaan niin varmaan enemmän ois auttanu siinä.

Osa haastatelluista koki puolestaan digipalvelun vaikuttaneen vuorovaikutukseen positiivisella tavalla. Perheessä oli keskusteltu enemmän luontevahvuuksista ja positiivista palautetta annettiin suullisesti, vaikka sitä ei aina kirjattu digipalveluun. Vuorovaikutuksessa muutosta

havaittiin erityisesti lapsen kanssa, mutta vastauksissa tuli esiin myös vuorovaikutus puolison kanssa.

Kyl mun mielestä se vaikutti ja siis lähinnä, kun mies kans kokeili sitä ja näin niin kylhän sekin laitto sinne positiivisia merkintöjä, et kyl siin rupes huomaamaan sitä puolisonki käytöstä eri lailla. Et ei pelkästään lasten. Ja kannustamaan.

Haastatteluissa vanhemmilta, kysyttiin vielä digipalvelun käytön vaikutusta muuhun perhe-elämään. He kuvasivat kokeilujakson vaikuttaneen heidän omaan ajatteluunsa. Vanhemmat kertoivat siitä, miten positiivisen palautteen antaminen oli useammin mielessä. He tarkkailivat arkea enemmän, tavallisestikin sujuvia asioita huomattiin ja niistä annettiin positiivista palautetta, jota ei tavallisesti ollut annettu.

4.3.8 Lapsen reaktio digipalvelun käyttöön

Haastateltavilta kysyttiin miten lapsi vanhemman mielestä reagoi digipalvelun käyttöön. Vanhemmat eivät erikseen olleet kysyneet lapsen kokemuksesta, joten pohdinta perustui vanhempien omaan tulkintaan lasten reaktiosta. Vanhempien vastauksissa ilmeni, kolme teemaa. Yhtenä ryhmänä olivat ne vanhemmat, jotka olivat kokeilleet digipalvelua vain itsekseen, eivätkä olleet käyneet palautteita läpi lapsen kanssa, joten lapsen mahdollisesta reaktiosta ei ollut tietoa. Toisena olivat vanhemmat, jotka kokivat, että lapsi ei juurikaan reagoanut tai suhtautui neutraalisti. Useampi vastaajista kuului ryhmään, jossa lapsi tai lapset olivat vaikuttaneet tyytyväisiltä ja muuttaneet osin käytöstään. Vanhemmat kuvasivat lasten reaktioita esimerkiksi seuraavalla tavalla.

Se oli hänestäkin kivaa..., et se jäi itsekin pohtimaan sitä, et mitä hän itse on tehny hyvää. Niin tota se oli kyllä lapsi reagoi positiivisesti niin sanotusti.

Sanoin, et nyt tää oli niin hyvä, että kerrotaas tää vahvuusvariksellekin (merkintä digipalveluun), mutta tota ei se, mun lapsi ei hirveesti niinku osaa antaa tämmösest palautetta..., mutta luultavasti ihan positiivisilla niinku mielellä, että nyt on huomattu tämmönen hyvä asia.

4.4 Palvelun käyttöön motivoivat tekijät

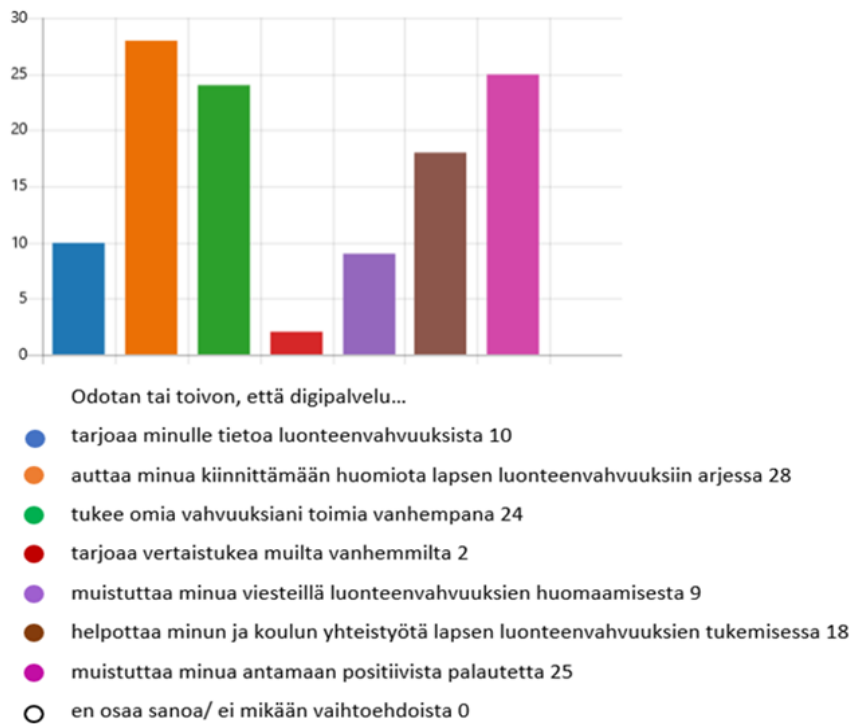
Motivoivia tekijöitä selvitettiin sekä alku- että loppukyselyssä ja haastatteluissa. Motivoivia tekijöitä tarkastellaan vanhempien digipalvelulle asettamiin odotuksiin sekä odotusten toteutumiseen nähden. Loppukyselyyn vastasi vain osa alkukyselyyn vastanneista, joten kaikkien odotusten toteutumisesta ei saatu tietoa eikä sitä voida siis tässä esittää. Kehittämisen kannalta odotukset ja motivoivat tekijät ovat kuitenkin oleellisia. Tästä syystä tarkastellaan kaikkien opinnäytetyöhön osallistuneiden odotuksia, huolimatta siitä, vastasivatko he loppukyselyyn vai eivät.

4.4.1 Odotukset digipalvelulle ja mikä lopulta motivoi

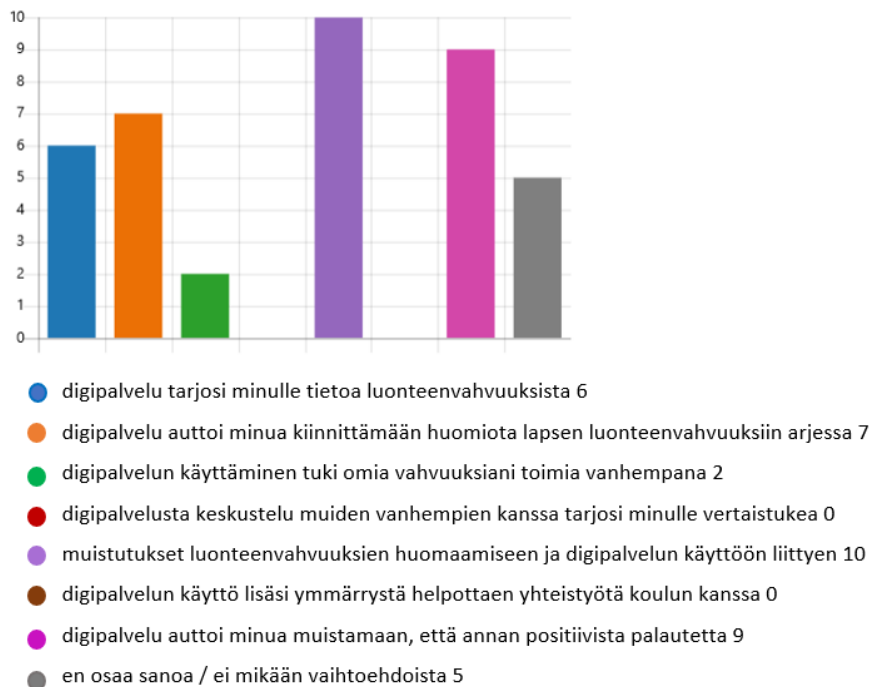
Kyselyssä vanhemmille annettiin valmiita vaihtoehtoja, joista he saivat valita yhden tai useamman vaihtoehdon kuvaamaan sitä, minkälaisia odotuksia heillä oli digipalvelun käytölle. Kyselyssä vastaajille kerrottiin, että kaikki esitetyt vaihtoehdot eivät olleet vielä digipalvelun ominaisuuksia. Osa vaihtoehdoista oli täysin kuvitteellisia ja osa jo suunnitteilla olevia digipalvelun ominaisuuksia. Kyselyssä vanhemmille annettiin lisäksi mahdollisuus kirjoittaa vapaasti odotuksistaan.

Kuviossa 32 näkyy alkukyselyyn vastanneiden tekemät valinnat siitä, mitä toiveita ja odotuksia heillä oli ennen interventiota. Alkukyselyyn vastanneista 90 prosenttia, eli 28 vastaajaa, odotti, että digipalvelu auttaa kiinnittämään huomion lapsen luontevahvuuksiin arjessa. Vastaajista 25 henkilöä, eli 80 prosenttia, toivoi, että digipalvelu muistuttaa antamaan positiivista palautetta. Vastaajista 24 vanhempaa, eli 77 prosenttia, toivoi digipalvelun tukevan omia vahvuuksiaan toimia vanhempana. Digipalvelun yhteiskäyttö koulun kanssa ei ollut vielä mahdollisuutena kokeilujakson aikana, mutta vanhempien kiinnostusta yhteistyölle haluttiin silti selvittää. Vanhemmat suhtautuivatkin yhteistyöhön positiivisesti. Neljänneksi eniten toiveita, siis 18 vastausta, keräsi toive, että digipalvelu helpottaisi vanhemman ja koulun yhteistyötä lapsen luontevahvuuksien tukemisessa (Kuvio 32).

Tietoa luontevahvuuksista odotti saavansa kymmenen vastaajaa. Yhdeksän vastaajaa odotti digipalvelun muistuttavan viesteillä luontevahvuuksien huomaamisesta. Vain kaksi toivoi digipalvelun tarjoavan vertaistukea muilta vanhemmilta (Kuvio 32). Vapaasti odotuksiaan ilmaisi kaksi vastaajista, ja he toivat esiin odotuksensa, että digipalvelu loisi myönteistä ilmapiiriä arjen vuorovaikutukseen sekä auttaisi näkemään hyviä puolia erilaisissa luonteenpiirteissä, niin itsessä kuin muissa perheenjäsenissä.



Kuvio 32: Vanhempien odotukset ja toiveet alkukyselyn perusteella



Kuvio 33: Vanhempien valinnat loppukyselyssä digipalvelun käyttöön motivoineista tekijöistä

Loppukyselyssä käytettiin miltei samoja vaihtoehtoja, kuin alkukyselyn odotuksia koskevassa kyselyssä. Vanhempi valitsi ne vaihtoehdot, joiden koki saaneen hänet käyttämään

digipalvelua. Vaihtoehtoja sai valita yhden tai useamman. Kuviossa 33 on kuvattu loppukyselyyn vastanneiden vanhempien tekemät valinnat. Loppukyselyssä ilmeni, että muistutusviestit koettiin oleellisina vaikuttimina digipalvelun käytölle, sillä kyseinen ominaisuus sai eniten vastauksia eli 10 vastausta. Kolmasosa vastaajista ilmoitti, että käyttöön motivoivana tekijänä toimi se, että digipalvelu auttaa kiinnittämään huomiota lapsen luontevahvuksiin arjessa. Yhdeksän vastaajaa, eli 42 %, koki motivoivana tekijänä sen, että digipalvelu muistuttaa antamaan positiivista palautetta. Kuusi loppukyselyyn vastanneista koki tiedon luontevahvuksista olleen motivoivana tekijänä digipalvelun käytössä (Kuvio 33).

Haastatteluissa vanhemmat kuvasivat odotuksiaan digipalvelun käyttöön liittyen ja vastauksista ilmeni neljä eri teemaa. Teemoina odotuksissa erottuivat positiivisen palautteen antamisen vahvistaminen, lapsen näkökulma, arvojen tukeminen ja vastavuoroisuus. Monet kuvailivat odotusten kohdistuneen siihen, että itse muistaisi antaa lapselle enemmän positiivista palautetta, muistaisi kehua ja huomaisi hyvät asiat ja onnistumiset.

Ajatus et, et tää vois auttaa vielä ehkä lisää huomaamaan ne hyvät asiat, ja tavallaan kertomaan ne myös niinku koko perheen sisällä.

Eikä aina vaan sitä negatiivista, et se pysyy mielessä se, et herättelee vähän itseä.

Lapsen näkökulmaa oli pohdittu odotuksissa niin, että digipalvelusta olisi hyötyä lapsille kuvien ja visualisoinnin kautta. Odotuksina olivat, että lapset innostuisivat digipalvelun käytöstä ja että palvelua voisi käyttää yhdessä heidän kanssaan, kuten yksi vastaajista mainitsi:

Sit niinku lapsen kanssa yhdessä miettii sitä, että mikä tänään meni hyvin.

Arvot tulivat odotuksissa tulla esiin siinä, että digipalvelun odotettiin sisältävän asioita, jotka vanhempi kokee tärkeinä, mutta joiden näkyminen arjessa koettiin liian vähäisenä. Odotukset vastavuoroisuuteen kohdistuivat pääasiassa siihen, että sen odotettiin toimivan jo kodin ja koulun välisen vuorovaikutuksen kanavana ja digipalvelun kautta odotettiin saavan tietoa koulussa tapahtuneista lapsen onnistumisista, jota kuvasti seuraava kommentti:

Odotin, että sieltä olis jossakin vaiheessa tupsahtanut ryhmä, joka olis ollu sitten koulun luoma.

Haastattelut tehtiin digipalvelun käyttökokeilun jälkeen, joten odotuksia kysyttäessä haastateltavista useampi toi esiin jo vertailun käytännön kokemukseen ja toteutuiko odotukset. Moni toi vastauksessaan esiin sen, että odotti digipalvelusta erilaista kokemusta kuin se lopulta oli.

4.4.2 Ajatuksia palvelun käyttöön vaikuttavista tekijöistä

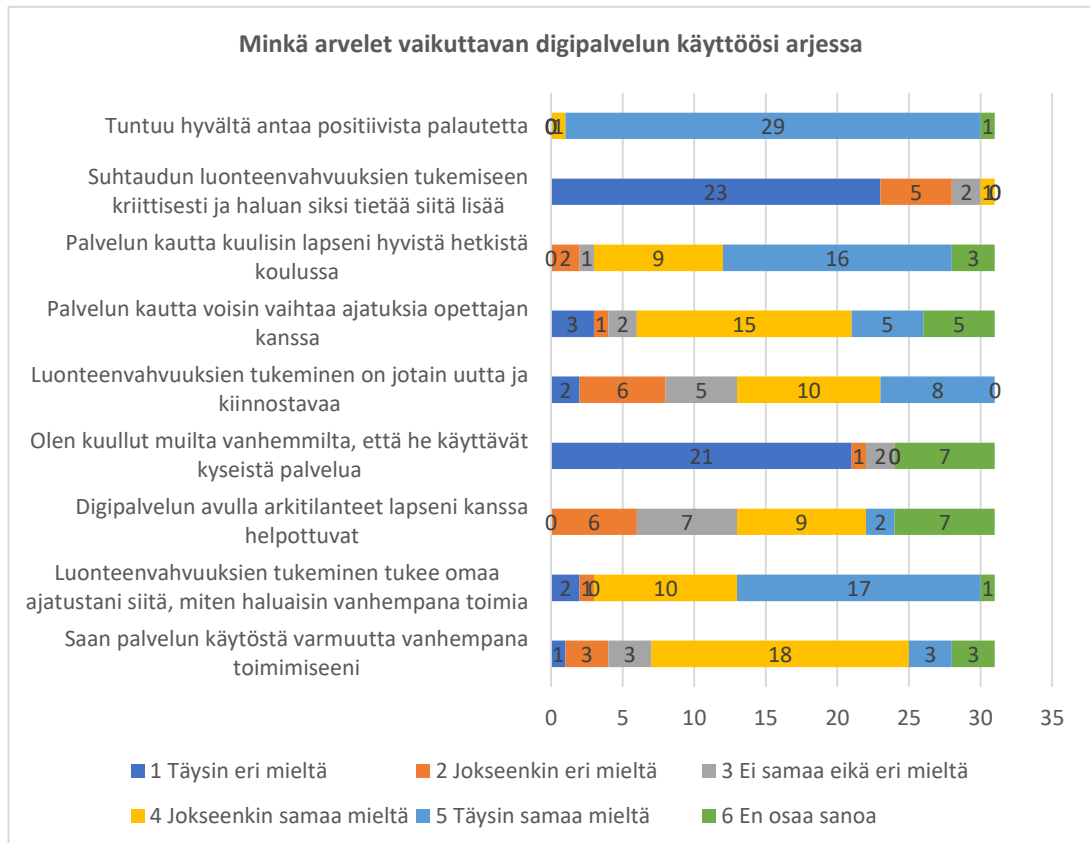
Ennen palvelun käyttöä alkukyselyssä selvitettiin, minkä asioiden vanhemmat ajattelivat vaikuttavan heidän digipalvelun käyttöönsä. Vanhempia pyydettiin vastaamaan kymmeneen väittämään ja arvioimaan miten nuo kymmenen ominaisuutta vaikuttaisivat heidän Huomaa hyvä! -digipalvelun käyttöönsä arjessa. Kysymyksessä kerrottiin, että kaikki vaihtoehdot eivät olleet vielä palvelussa olevia käyttömahdollisuuksia, mutta niiden tärkeyttä pyydettiin silti arvioimaan.

Kuviossa 34 näkyy, että miltei kaikki vastaajista, eli 29 vanhempaa, mainitsi käyttöön vaikuttavaksi tekijäksi sen, että tuntuu hyvältä antaa positiivista palautetta. Tämän vaihtoehdon kanssa kukaan ei ollut eri mieltä. Vanhemmuuteen liittyvät asiat koettiin motivoivina tekijöinä. Toiseksi eniten vaikuttavuutta arvioitiin olevan sillä, että luontevahvuuksien tukeminen tukee vanhemman omaa ajatusta siitä, miten haluaisi vanhempana toimia. Tämän vastauksen kanssa täysin samaa mieltä oli 17 vanhempaa ja jokseenkin samaa mieltä oli kymmenen. Toisaalta kolme vanhempaa oli jokseenkin eri mieltä tai täysin eri mieltä tämän ominaisuuden vaikutuksesta omaan digipalvelun käyttöönsä. Vastaajista 18 oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että, jos palvelun käytöstä saisi varmuutta vanhempana toimimiseen, sillä olisi vaikutusta palvelun käyttöön. Lisäksi kolme vanhemmista oli tuosta ominaisuudesta täysin samaa mieltä (Kuvio 34).

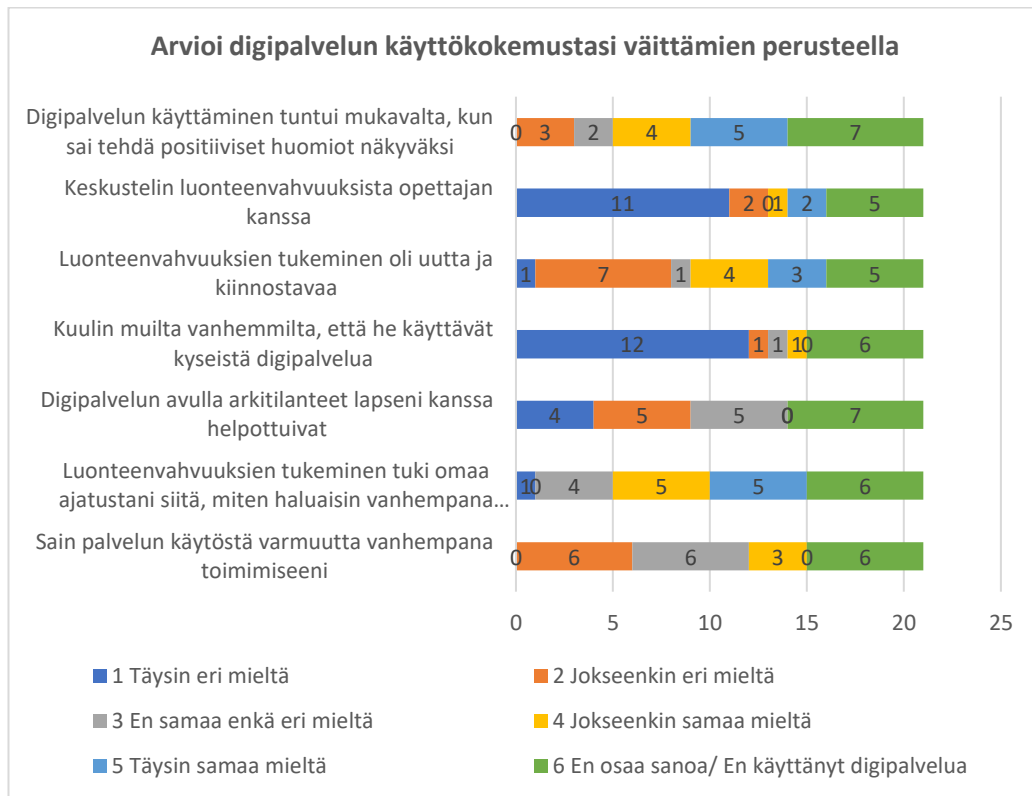
Vanhempien odotuksia koulun kanssa tehtävään yhteistyöhön kuvasti se, että kolmanneksi eniten vanhemmat kokivat olevan vaikutusta sillä, että palvelun kautta kuulisi oman lapsen hyvistä hetkistä koulussa. Tähän kysymykseen 16 vanhempaa vastasi olevansa täysin samaa mieltä ja yhdeksän jokseenkin samaa mieltä. Koulun kanssa tehtävään yhteistyöhön liittyi myös se, että 15 vanhempaa oli jokseenkin samaa mieltä ja viisi vanhempaa peräti täysin samaa mieltä siitä, että käyttöön motivoisi, jos palvelun kautta voisi vaihtaa ajatuksia opettajan kanssa (Kuvio 34).

Muiden vanhempien digipalvelun käytöllä ei näyttänyt olevan suurta merkitystä. Vanhemmista 21 oli täysin eri mieltä siitä, että tieto muiden vanhempien digipalvelun käytöstä motivoisi heitä itseään digipalvelun käyttöön. Kukaan ei vastannut kyseiseen kohtaan olevansa jokseenkin tai täysin samaa mieltä. Vanhemmat eivät olleet kovin kriittisiä tämän uuden tiedon, luontevahvuuksien tukemisen, suhteen. Vastaajista 23 oli täysin eri mieltä väittämästä ”Suhtaudun luontevahvuuksien tukemiseen kriittisesti ja haluan siksi tietää siitä lisää”, ja viisi vastaajaa oli tästä jokseenkin eri mieltä. Uusi tieto koettiin pikemminkin positiivisena ja motivoivana tekijänä. Se, että luontevahvuuksien tukeminen on jotain uutta ja innostavaa oli saanut kahdeksan vanhempaa vastaamaan täysin samaa mieltä ja kymmenen vanhempaa oli jokseenkin samaa mieltä (Kuvio 34).

Eniten hajontaa vastauksissa ilmeni kysyttäessä vaikutusta digipalvelun käyttöön seuraavalla väittämällä ”Digipalvelun avulla arkitilanteet lapseni kanssa helpottuvat”. Tähän väittämään eniten vastauksia, eli yhdeksän, oli annettu jokseenkin samaa mieltä -vastaukselle ja kaksi vastaajista oli täysin samaa mieltä. Seitsemän vastaajaa ei ollut samaa eikä eri mieltä ja seitsemän ei osannut sanoa mielipidettään ja kuusi oli jokseenkin eri mieltä (Kuvio 34).



Kuvio 34: Vastaajien arvio omaan digipalvelun käyttöön vaikuttavista tekijöistä



Kuvio 35: Digipalvelun käyttökokemus väittämien perusteella arvioituna

Loppukyselyssä vastaajia pyydettiin arvioimaan käyttökokemusta annettujen seitsemän väittämän osalta. Väittämistä osa oli samoja tai saman aiheisia kuin alkukyselyssä.

Loppukyselyssä vastauksen ”En osaa sanoa/ En käyttänyt digipalvelua” valitsi jokaisen kysymyksen kohdalla 5–7 vanhempaa eli 23–33 % vastaajista. Muita vastausvaihtoehtoja siis käytti näissä kysymyksessä 14–16 vastaajaa, joiden vastauksia tarkastellaan tarkemmin (Kuvio 35).

Eniten yhtä mieltä vastauksissa oltiin, että luonteenvahvuuksien tukeminen tuki omaa ajatusta siitä, miten haluaisi vanhempana toimia. Tähän välittämään viisi vanhempaa oli vastannut täysin samaa mieltä ja viisi vanhempaa jokseenkin samaa mieltä. Viisi vastaajista oli täysin samaa mieltä ja neljä jokseenkin samaa mieltä siitä, että digipalvelun käyttäminen tuntui mukavalta, kun sai tehdä positiiviset huomiot näkyväksi. Täysin samaa mieltä oli kolme ja jokseenkin samaa mieltä neljä vanhemmista siitä, että luonteenvahvuuksien tukeminen oli uutta ja kiinnostavaa. Tähän vanhemmista seitsemän vastasi olevansa jokseenkin eri mieltä (Kuvio 35).

Haastatteluissa kysyttäessä digipalvelun vastaamisesta odotuksiin, ilmeni vastauksissa kolme teemaa. Teemat olivat, että digipalvelun koettiin vastanneen positiivisesti omiin odotuksiin, että lasten reagointi yllätti sekä se, että digipalvelu ei vastannut odotuksia. Haastateltavat, jotka kokivat digipalvelun vastanneen positiivisesti odotuksiin, kertoivat, että digipalvelu oli

auttanut kiinnittämään enemmän huomiota luontevahvuuksiin sekä antanut sanastoa positiivisen palautteen antamiseen.

Myöskin vähän motivoi antamaan sitä positiivista palautetta niin, et me ei aina jaksettu kirjata sitä, mut me kuitenkin annettiin sitte.

Ittellä tuli kiinnitettyä paljon enemmän huomioo näihin luontevahvuuksiin. Tää anto semmosta sanastoa, et kuinka voi kehua.

Odotuksia oli ollut lasten innostumiselle, mutta lasten reaktio olikin joidenkin vanhempien kokemuksen mukaan yllättävän välinpitämätön. Lapset saattoivat kommentoida digipalvelua tai positiivisen palautteen antamista vanhemman kertoman mukaan lyhyesti, josta vanhempi teki seuravanlaisia päätelmiä:

...et ne ei niinku siitä niin innostunu, ku mä ajattelin et ne olis innostunu.

Lasten vastaanotto ne oli vaan silleen niinku kohautti olkapäitään et ”Aha”, ”Okei”, ”Jaa, vai niin”.

Haastatteluissa tuli esiin se, että vanhemmat olivat odottaneet jotain muuta, kuin mitä digipalvelu tarjosi. Osin tähän kuvattiin olleen syynä se, että digipalvelun käyttö jäi hyvin vähäiseksi, koska arjessa oli muita kiireitä tai isompia muutoksia. Näistä syistä ei digipalvelua ehditty käyttää tai sen käyttöön ei ehditty edes perehtyä. Digipalveluun perehtymisen vaikeus, henkilökohtaisen ohjeistuksen puuttuminen ja kirjautumisen hankaluus vaikutti osin siihen, että sen käyttö ei ollutkaan niin sujuvaa ja käyttäminen jäi vähäiseksi. Moni haastatelluista pohti, että odotukset olisivat täyttyneet paremmin, jos digipalvelu olisi ollut nopeampikäyttöisenä mobiilisovelluksena. Muutama haastateltava mainitsi, että digitaalisia järjestelmiä on muutoinkin niin paljon, että käyttö jäi siksi vähäiseksi.

Et sit ku sä joudut kaivamaan ohjetta ja etsimään ja muuta ni se on valitettavaa et se vaan niinku jää.

Mä en meinannu jotenki päästä sinne, meni siihen alkusekoiluun niinku vähä niinku liian kauan.

Haastatteluissa vanhemmilta kysyttiin motivoitumisesta digipalvelun käyttöön. Vastauksissaan vanhemmat pohtivat omaa motivoituneisuuttaan alussa, mitä motivaatiolle tapahtui sekä mitkä asiat olisivat motivoineet käyttämään digipalvelua. Vanhemmat kuvailivat olleensa alussa todella motivoituneita, jolloin motivoivina teemoina erottuivat digipalvelu positiivisen kasvatuksen tukena sekä helppokäyttöinen apu arkeen. Vanhempien vastauksista erottui motivaatiota laskevia tekijöitä neljä teemaa. Nämä olivat aika lailla samat asiat kuin odotuksissa ilmeni siis, kiireinen arki, lasten reaktio, digipalvelun käyttöopastuksen puute ja kokemus digipalvelusta hankalana, kun se ei ollut vielä mobiilisovellus. Lisäksi koettiin hankalana ottaa arjen hetkissä puhelimen esiin palautteen kirjaamista tai kuvan ottamista varten, koska niin monessa olemme nykyään ruudun äärellä.

Ni tota tota, kyl siis mun mielestä sellanen, että toivois, että te pystyisitte saamaan sitä eteenpäin ja kehittämään siihen sen applikaation, koska kyllä uskon, että tos on niinku sekä kotiin että kouluun tosi hyvä työväline.

Emmä tiiä must tuntuu, ku nykyään, ku kaikki on digitaalisena, ni ni sitte on vähän semmonen kuormittava tekijäki.

Vanhempien pohdinnoissa, mikä jatkossa motivoisi käyttämään, tuli suurimpana toiveena esiin yhteiskäyttö koulun kanssa. Intervention aikana vanhemmat saivat toiveensa mukaan joko tekstiviestillä tai sähköpostilla neljä kertaa muistutuksen digipalvelun käytöstä. Kaikki haastateltavat kokivat muistutukset hyvänä ja motivoivana. Toiveena oli, että muistutusten tiheyden saisi itse valita tai poistaa ne halutessaan käytöstä. Myös muiden tekemistä merkinnöistä tai lisätyistä uusista ryhmistä toivottiin ilmoitusta. Pelillisyyden, kuten testien ja kisailun yhdistäminen digipalveluun koettiin hyvänä ja jatkossa motivoivana tekijänä.

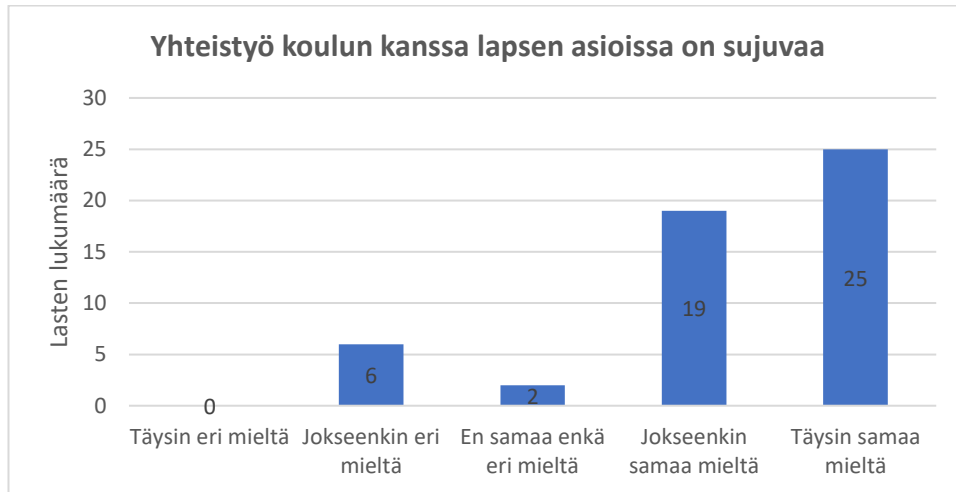
...koulu ja ois niinku samassa systeemissä koulusta kans tulis toi se palaveri siitä, että se on kuitenkin käytössä, niin vois sitte antaa niitä huomioita sinne koulun suuntaan onnistumisista niinku muualla.

Yhteiskäyttöä koulun kanssa toivottiin, mutta haasteellisena koettiin se, että miten turvataan kaikille mahdollisuus osallistua. Pohdintaa syntyi siitä, onko kaikissa perheissä älypuhelin tai tietokone ja riittävä osaaminen, jotta kukaan lapsi ei jää näistä syistä palvelun ulkopuolelle.

4.5 Digipalvelun mahdollisuudet koulun ja kodin yhteistyölle

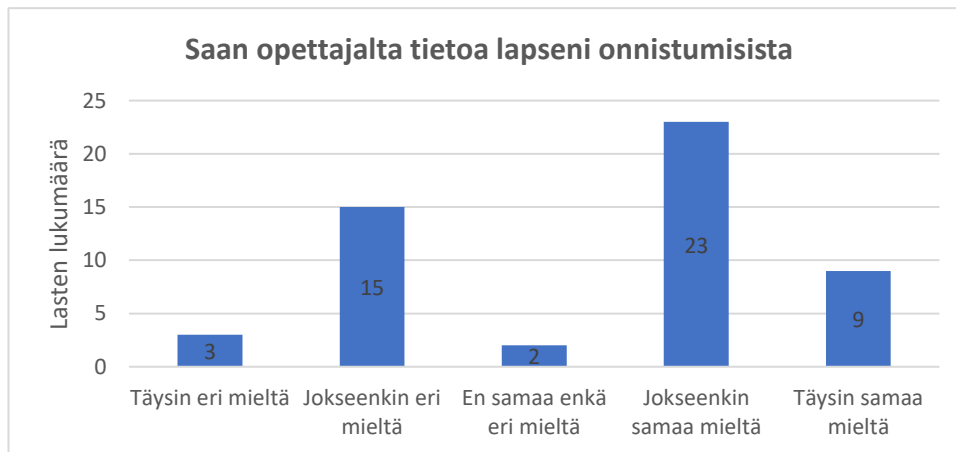
4.5.1 Yhteistyö koulun kanssa yleisesti

Alkukyselyssä selvitettiin vanhempien kokemusta koulun ja kodin yhteistyön sujuvuudesta. Vanhemmat arvioivat yhteistyön sujuvuutta erikseen jokaisen perheen lapsen kohdalla, jotka kävivät kyseistä tutkimuksen yhteistyökumppanikoulua. Kuvioon 36 on koottu yhteen vanhempien vastaukset kaikkien lasten osalta. Vanhemmat olivat 25:n lapsen osalta täysin samaa mieltä siitä, että yhteistyö koulun kanssa on sujuvaa. Jokseenkin samaa mieltä yhteistyön sujuvuudesta oltiin 19:n lapsen asioissa. Jokseenkin eri mieltä yhteistyön sujuvuudesta vanhemmat olivat kuuden lapsen kohdalla (Kuvio 36).



Kuvio 36: Yhteistyö koulun kanssa lapsen asioissa on sujuvaa

4.5.2 Lapsen onnistumisista saatu palaute



Kuvio 37: Saan opettajalta tietoa lapseni onnistumisista

Alkukyselyssä vanhemmilta kysyttiin heidän kokemustaan siitä, saavatko he opettajalta tietoa lapsen onnistumisista. Jokseenkin samaa mieltä vanhemmat olivat 23 lapsen kohdalla ja täysin samaa mieltä yhdeksän lapsen kohdalla. Jokseenkin eri mieltä he olivat 15:n lapsen kohdalla. Täysin eri mieltä vanhemmat olivat kolmen lapsen kohdalla. Ei samaa eikä eri mieltä he olivat kahden lapsen kohdalla (Kuvio 37). Osalla vanhemmista oli hyvin erilaisia kokemuksia tiedon saamisesta perheen eri lasten kohdalla.

Vanhemmille annettiin mahdollisuus vastata sanallisesti kysymykseen siitä, saavatko opettajalta riittävästi palautetta lapsen onnistumisista. Vastauksista erottui kolme teemaa, joista ensimmäisessä vanhemmat kokivat, että eivät saa juurikaan palautetta tai jos saavat se on vain kehittävää tai negatiivista ja kuvasivat tätä seuraavasti:

Vain harvoin opettajat laittavat Wilmaan positiivista palautetta, sen sijaan negatiivinen palaute tulee herkemmin.

Palautteen ja kuulumisten saaminen on todella niukkaa molempien lasten kohdalla. Käytännössä emme juurikaan ole saaneet opettajilta tietoa siitä, miten lapsilla menee.

Toiseen teemaan yhdistyi vastaukset, joissa vanhemmat kokivat saavansa riittävästi tietoa lapsensa onnistumisista. Positiivisen palautteen saamisesta vastauksissa pohdittiin kuitenkin koulun ja kodin viestintäkanavana toimivan Wilma-järjestelmän toimivuutta palautteen antamisessa esimerkiksi seuraavin kommentein:

Wilman kautta tulee toisinaan "hyvää tuntityöskentelyä" -merkintöjä, ja otan ne aina puheeksi lapsen kanssa. Tuntuu että hyviä merkintöjä saatuaan he itsekin tsemppaavat enemmän.

Palaute tulee Wilma merkintään, josta ei sinällään tiedä mihin liittyy.

Kolmannen teeman vastauksissa oli toiveita viestinnän kehittämiseksi. Vanhemmat kuvasivat toiveitaan seuraavasti:

Olisi hienoa, että opettajilla olisi helppo tapa saada onnistumiset vanhempien tietoon.

Haluaisimme tietää esim. miten koulutyö sujuu tai kaverisuhteet, mitkä asiat ehkä kaipaisivat lisähuomiota ja mitkä asiat sujuvat.

Vanhempien vastauksissa ilmeni halu saada enemmän tietoa lapsen koulutyöskentelystä ja erityisesti positiivisista onnistumisista koulussa.

4.5.3 Digipalvelu koulun ja kodin yhteistyössä

Loppukyselyssä vastaajista 11 oli sitä mieltä, että digipalvelu voisi toimia palautekanavana koulun ja kodin välillä. Vain kaksi vastaajista ei uskonut digipalvelun toimivan palautekanavana koulun ja kodin välillä ja kahdeksan vastaajista ei osannut sanoa mielipidettä tähän kysymykseen (Kuvio 38).

Voisiko Huomaa hyvä! -digipalvelu mielestäsi toimia palautekanavana koulun ja kodin välillä?



Kuvio 38: Digipalvelun mahdollisuus toimia palautekanavana koulun ja kodin välillä

Vanhemmat saivat halutessaan vielä vapaasti kommentoida ajatuksiaan digipalvelusta palautekanavana koulun ja kodin välillä. Kuusi vanhemmista oli kirjannut ajatuksiaan ja niissä pääajatuksena oli, että positiivista viestintää kaivattiin enemmän, mutta koettiin raskaana ottaa käyttöön toinen digitaalinen järjestelmä jo olemassa olevan Wilma-järjestelmän lisäksi.

Haastatteluissa kysyttiin digipalvelun mahdollisuuksista kodin ja koulun yhteistyölle. Vastauksista tuli esiin neljä teemaa, jotka olivat yhteisen ymmärryksen parantuminen, lapsen kokemus, huomio negatiivisesta positiiviseen viestintään ja päällekkäisyys jo olemassa olevan järjestelmän kanssa. Osa vanhemmista esitti toiveita tulevalle yhteiskäytölle. Pääasiassa digipalvelu nähtiin hyvänä välineenä koulun ja kodin yhteistyölle. Yhteisen ymmärryksen lisääntymistä vanhemmat kuvasivat esimerkiksi seuraavasti.

No kyllähän se auttais sitä opettajaa oppimaan siitä lapsesta lisää, et kylhän ne on paljon keskenänsä siellä, mut ne on myös isoja ryhmiä ni sit tavallaan oppii sitä, et minkälainen se lapsi on kotona koska ite tietää, et se kotona oleva (lapsi) on ihan erilainen kuin se koulussa oleva (lapsi), niin siinä semmonen ehkä kodin ja koulun välinen ymmärrys niinku kasvaa.

Jos on paljon, vaikka oppilaalla koulussa vaikeutta, vaikka keskittyä tai näin, ni sellasessa se vois tukee sitä, et myös kotona sais sitte tai kotona enemmän huomattais sitä hyvää ja nekin menis sitte opettajan tietoon, et hei sul on kotona menny tosi hyvin.

Olis niinku ihan tärkeetäkin, et sais niinku sitäkin kautta sitä viestiä kulkemaan ja nimenomaan sitä positiivista viestiä et vois käydä sitä keskustelua niinku koulun kanssa, et miten siel on nyt menny ja miten me voidaan yhdes, niinku parantaa sitä positiivista kasvatusta.

Vanhemmat, jotka toivat esiin lapsen kokemuksen pohtivat digipalvelun olevan pääasiassa positiivinen asia lapselle. Ylemmillä luokilla olevien lasten kohdalla vanhemmat pohtivat lapsen mahdollista toivetta yksityisyydestä ja sitä, että lapsi ei ehkä itse haluaisi, että kotona tehdyt merkinnät näkyvät opettajalle. Toisaalta kaivattiin huomion siirtämistä negatiivisesta viestinnästä positiiviseen.

Mä luulen, et meidän vitosluokkalainen sanois, et ”Mä en sit halua et meidän opettaja näkee näit sun huomioita ”, et sitä en tiiä sillä alkaa ehkä olla sellanen ikä jo et sit hävettää ja näin.

Jos tämmönen sovellus ois ja pitäis kans nostaa niitä hyviä asioita, käytäs ne hyvätkin yhtä tarkasti läpi, kun nää negatiiviset asiat ni se varmaan kyllä kohentas sitä lapsen mielialaa ja oloa.

Tavallaan siin ois just sekin että, et ku tässä sulla oli se huonompi hetki, mut me saatiin se käännettyä näin. Ni se tavallaan samalla myös opettaa sitä lasta.

Digipalvelua pidettiin hyvänä yhteistyökanavana, mutta moni pohti sen päällekkäisyyttä nykyisen Wilma-järjestelmän kanssa sekä ymmärsi opettajien työmäärän, jos käytössä olisi kaksi eri järjestelmää. Vanhemmat kokivat digipalvelun niin hyvänä, että pohtivat näiden

kahden yhdistämistä, esimerkiksi Wilma-järjestelmän etusivulle linkkiä Huomaa hyvä! - digipalveluun.

Toki mä ymmärrän et opettajilla on Wilmat ja kaikki muut ja hirveesti duunia jo valmiiks.

Jos sen sais Wilmaan jotenki yhdistetty ni niitten ei tarttis kahta eri käyttää mut et kuitenkin et ajatuksena et se ois heillekin niinku semmonen nopee, helppo.

Vanhemmilla oli ollut odotuksena, että digipalvelu olisi jo nyt kokeiluvaiheessa toiminut kodin ja koulun yhteisenä välineenä. Toiveena tuli esiin, että digipalvelu olisi jatkossa käytössä sekä koulussa että kotona. Rehtorin ja henkilökunnan rooli nähtiin positiivisena ja merkittävänä.

Täs ois ehkä sitä toivonu, että et siin ois niinku sekä koti että koulu niinku oikeesti kommunikoimaan siinä, et sitä mä niinku ajattelin, et jos se tulis jotenki samaan aikaan ni sit sitä pystyis käymään läpi et tavallaan opettajalla olis tavoitteena, et jokaiselle lapselle yksi positiivinen merkintä viikon aikana ni sehän ois niinku ihan mahtava juttu.

Must se on niin ihana, kun hän (rehtori) on niin innoissaan siitä, ni tota tuli semmonen olo, että saa niinku varmasti innostettuu henkilökunnakin mukaan.

Haastatteluissa kysyttiin, miten digipalvelun käyttö muutti vanhempien käsitystä vahvuusperusteisesta opetuksesta. Vastaukset jakautuivat miltei tasan kahden teeman alle. Ensimmäinen teema sisälsi vastaukset, joissa kuvattiin, ettei digipalvelu vaikuttanut käsitykseen opetuksesta. Toisen teeman alle tulivat vastaukset, joissa vanhempien käsitys vahvuusperusteisesta opetuksesta oli laajentunut. Vanhemmat kertoivat, että he olivat kokeilun kautta saaneet enemmän ymmärrystä luontevahvuuksista ja siitä työskentelystä, mitä koulussa tehdään. Vaikka lapset olivat aiemmin näistä jotain maininneet ja koulusta tullut jonkin verran tietoa, avasi digipalvelun käyttö suurimmalle osalle haastateltavista vielä enemmän koulun tekemää työtä. Vanhemmat kuvasivat ajatuksiaan seuraavasti:

Just muistelen, niin kai siellä on ollukin jotain teemoja justiin tai jotain joku vahvuus mitä ne on kehittäny tai ollu esillä tai ne on kehittäny sitä. Kyllä sitä nyt vähän paremmin ymmärtää.

Vaan niinku ymmärretään se, että tää on niinku kokonaisvaltaista tää koulukin, et se koulu vaikuttaa väkisin siihen, miten siellä koulussa näitä asioita opetetaan, se väkisin vaikuttaa siihen, että miten, miten tota elämä jatkuu ja sujuu, työelämässä esimerkiks ja näin.

4.6 Vanhempien ajatuksia digipalvelusta jatkossa

Loppukyselyn vastaajista seitsemän oli kiinnostunut käyttämään digipalvelua jatkossakin. Vapaassa palautteessa sekä kyselyssä että haastatteluissa tuli esiin vanhempien toive digipalvelun jatkokehittämiselle erityisesti perheiden näkökulma huomioiden. Vastauksissa tuli esiin se, että vanhemmat arvostavat positiivista palautetta ja luonteenvahvuuksien tukemista sekä koulun kanssa tehtävää kasvatusyhteistyötä. Seuraavissa kommentteissa tiivistyy ajatukset, joilla vanhemmat kuvasivat ajatuksiaan kyselyssä ja haastatteluissa:

Kokeilu ajanjakso jäi liian lyhyeksi emmekä ehtineet ottaa digipalvelua arkeen mukaan; se kun liian hektinen muutenkin. Ajatus on kuitenkin loistava ja tämä voisi olla pysyvä kanava kodin ja koulun välillä ilman muuta :-)

Mä toivon, et tätä viedään eteenpäin ja tää niinku tulee, tulee jossain vaiheessa laajempaankin käyttöön, että toivottavasti se niinku, tää edistyy tää homma, koska täs on niinku tosi hyvä ajatus mun mielestä että tota ja niinku toteutuskin toimii ihan hyvin, vielä kun sen saa siihen kännykkäystävällisemmäksi.

Vanhemmat toivat esiin arvostuksensa kehittämistyölle. Vaikka digipalvelussa koettiin olevan vielä kehittämistä ja toiveet kohdistuivat paljolti sujuvan sovelluksen kehittämiseen, kokivat vanhemmat tämän kehittämistyön positiivisena ja kannattavana. Vastauksissa toivottiin kehittämistyön jatkuvan esimerkiksi seuraavalla kommentilla: ”Kiitos ja tsemppiä! Hyvän huomaaminen on hyvä juttu :)”.

5 Pohdinta

Opinnäytetyön lähtökohtana oli saada tietoa digipalvelun kehittämiseksi, jotta digipalvelu auttaisi vanhempia lapsen luonteenvahvuuksien tukemisessa. Tätä kehittämiseen tarvittavaa tietoa hankittiin selvittämällä kyselyillä ja haastatteluilla vanhempien odotuksia ja kokemuksia digipalvelun käytöstä. Vanhemmat olivat kiinnostuneita osallistumaan tähän opinnäytetyöhön saadakseen tukea vanhemmuuteen ja positiivisten asioiden huomaamiseen sekä auttaakseen kehittämistyötä niin koulun ja kodin yhteistyön kuin positiivisen pedagogiikankin edistämiseksi.

Ennen interventiota vanhemmat ajattelivat, että eniten vaikutusta omaan digipalvelun käyttöön olisi sillä, että positiivisen palautteen antaminen tuntuu mukavalta. Kuten Lipponen (2020, 88-89) toteaa, myönteiset tunteet vahvistavat mielen hyvinvointia sekä perheen resilienssikykyä. Lisäksi Kobaun ym. (2011, 1-5) tutkimuksessa on osoitusta siitä, että positiivisiin tunteisiin kytkeytyy monia hyviä vaikutuksia ja sosiaalinen ympäristö vaikuttaa siihen, miten paljon positiivisia tunteita ilmaistaan. Näin ollen, tämä vanhempien kokemus

positiivisen palautteen antamisen synnyttämistä positiivisista tunteista, on jo hyvä suunta myönteisten tunteiden vahvistumiselle ja sen kautta hyvinvoinnin lisääntymiselle perheessä.

Vanhempien odotuksissa digipalvelun käytön suhteen oli vahvana toive siitä, että digipalvelu auttaisi kiinnittämään huomiota lapsen luonteenvahvuuksiin arjessa. Tämä toteutui intervention aikana ainakin osittain. Tuloksista ilmeni, että vanhemmat kokivat digipalvelun olleen hyödyllinen luonteenvahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa. Hyödyllisyys näkyi vanhempien oman tiedon sekä tietoisuuden lisääntymisenä. Samoin digipalvelulla todettiin olleen merkitystä luonteenvahvuuksien tukemisessa sen vahvistaessa positiivisten asioiden huomaamista, niiden sanoittamista sekä konkretisointia. Vanhempien kokemuksesta voidaan todeta, että digipalvelun avulla päästiin alkuun luonteenvahvuuksien tukemisessa.

Positiivisen palautteen saamisen kokivat tärkeänä kaikki opinnäytetyöhön osallistumiseen kiinnostuksensa ilmoittaneet. Koska opinnäytetyöhön osallistuminen oli vapaaehtoista, oli mukaan valikoitunut luultavasti ne vanhemmat, jotka olivat lähtökohtaisesti jo kiinnostuneita luonteenvahvuuksista ja positiivisen palautteen antamisesta. Näin ollen he varmaankin kokivat positiivisen palautteen antamisen tärkeänä. Tulos olisi ehkä erilainen, jos kysymys esitettäisiin kaikille vanhemmille. Kehittämistyössä onkin hyvä ottaa huomioon, miten motivoida tai saada nekin vanhemmat kiinnostumaan positiivisen palautteen antamisesta, jotka eivät sitä lähtökohtaisesti itse pidä niin tärkeänä. Toisaalta opinnäytetyöhön osallistumattomuus ei tarkoita, etteikö vanhempi pitäisi positiivisen palautteen antamista tärkeänä. Joka tapauksessa tässä otosjoukossa kiinnostus positiivisen palautteen antamista pidettiin ehkä hieman tärkeämpänä, koska vanhemmilla oli kiinnostus osallistua tällaiseen opinnäytetyöhön.

Positiivisuuden sekä vahvuuksien avulla voidaan tukea sekä yksilön että yhteisön vointia (Uusitalo-Malmivaara 2014b, 19). Odotuksissa näkyi toive siitä, että digipalvelu muistuttaisi antamaan positiivista palautetta ja tämä ilmenikin loppukyselyn vastauksissa motivoivana tekijänä. Vanhempien antaman tai perheenjäseniltään saaman positiivisen palautteen määrässä ei tapahtunut juurikaan muutosta intervention aikana. Oman huomionsa mukaan vanhemmat olivat tulleet intervention aikana tietoisemmiksi positiivisen palautteen antamisesta. Tästä syystä he saattoivat tarkkailla, niin omaa kuin muidenkin, toimintaa kriittisemmin ja pohtia eri tavalla positiivisen palautteen antamista, mikä saattoi vaikuttaa annettuun arvioon palautteen määrästä. Toisaalta ihmisellä on tapana antaa omasta toiminnastaan todellisuutta positiivisempi kuva (Puusa 2011, 78), millä on saattanut olla vaikutusta vanhemman antamaan arvioon omasta toiminnastaan.

Kokeiluun osallistuneet vanhemmat eivät todenneet omassa eivätkä perheen hyvinvoinnissa muutosta tällä ajanjaksolla, mutta näkivät mahdollisena sen, että pidempiaikainen digipalvelun käyttö voisi vaikuttaa positiivisesti niin positiivisen palautteen määrään kuin

perheen hyvinvointiinkin. Sen sijaan vanhemmat kokivat digipalvelun vaikuttaneen jo intervention aikana positiivisesti vuorovaikutukseen erityisesti lapsen, mutta myös puolison kanssa. Perheissä oli keskusteltu enemmän luonteenvahvuuksista ja positiivista palautetta oli annettu suullisesti, vaikka sitä ei aina kirjattu digipalveluun. Useimmissa perheissä muut perheenjäsenet eivät osallistuneet digipalvelun käyttöön tai eivät välttämättä olleet edes tietoisia kokeilusta. Toisaalta vanhempien vastauksissa tuli vahvasti esiin toive digipalvelun vuorovaikutteisuudesta. Digipalvelun mahdollisen käytön aiheuttamien positiivisten muutosten ajateltiin olevan todennäköisempiä, jos muutkin perheenjäsenet käyttäisivät digipalvelua.

Ryanin ja Decin (2017, 3-11) itsemääräämisteorian näkökulmasta digipalvelun käyttöön liittyviä odotuksia katsottaessa näkyi motivoivina tekijöinä psykologisista tarpeista erityisesti kyvykkyyteen liittyvät tekijät. Tämä tuli esiin vanhempien vastauksissa liittyen digipalvelun tarjoamaan tukeen vanhempana toimimiseen. Tämä tarve tuli esiin niin odotuksissa kuin käyttökokemuksissa. Digipalvelu siis vastasi kyvykkyydentarpeen tyydyttymiseen tarjoamalla tukea ja apua vanhemmuuteen. Vanhemmat kertoivat pitäneensä digipalvelun vaikutuksesta omaan toimintaansa ja kuvasivat saaneensa sanastoa positiivisen palautteen antamiseen.

Käyttökokemuksessa mielipiteet digipalvelun helppokäyttöisyydestä jakoutuivat kahtia, toiset kokivat käytön helppona ja toiset vaikeana. Vastauksissa tuli esiin toive paremmasta ohjeistuksesta ja helppokäyttöisyydestä, joten digipalvelu ei pystynyt vastaamaan autonomian tarpeeseen kovin hyvin. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että mikäli kirjautumisen ja ryhmän luomisen ohjeistukset olisivat selkeät, digipalvelun käyttö olisi sujuvampaa. Näiden käytön haasteiden vuoksi osalla vanhemmista digipalvelun kokeilu jäi erittäin vähäiseksi tai he eivät käyttäneet sitä ollenkaan, vaikka heillä oli kiinnostusta sen käyttämiseen.

Prosessia arvioidessani pohdin, että olisin voinut toimia itse paremmin käyttökokeiluun osallistujien tukena. Olisin voinut järjestää etäyhteydellä yhteisen käyttöopastuksen, jolloin mahdollisesti useampi olisi saanut kokeilujaksolla digipalvelun paremmin käyttöönsä. Prosessin aikana pohdinkin perehdytyksen järjestämistä, mutta hylkäsin ajatuksen, sillä halusin pitää osallistujien yksityisyyden suojassa ja vuorovaikutteisessa etäohjeuksessa tämä ei olisi ollut mahdollista. Jälkikäteen ajateltuna, olisin voinut tarjota mahdollisuuden ryhmässä toteutettuun etäohjaukseen, tiedottaa anonymiteetin haasteesta ja jättää päätöksenteon osallistumisesta ja mahdollisesta nimen paljastumisesta opinnäytetyöhön osallistuville vanhemmille itselleen. Toisaalta tiedonsaannin näkökulmalta ajateltuna, olisi etäohjeistuksen järjestämisen myötä saattanut jäädä saamatta kehittämisen kannalta oleellinen tieto ohjeistuksen selkiyttämisen tarpeesta. Selkeä ohjeistus ja käytön mahdollistuminen ilman henkilökohtaista ohjausta on varmasti jatkossa tärkeä kehittämiskohde käyttäjämäärän jatkuvasti kasvaessa. Hyvällä ohjeistuksella ja

helppokäyttöisyydellä on merkitystä siihen, että Huomaa hyvä! -digipalvelun käytöstä tulisi pitkäaikaisempaa ja säännöllisempää.

Digipalvelusta ei odotettu saavan vertaistukea toisilta vanhemmilta eikä käyttöön näyttänyt motivoivan ajatus toimia samoin kuin toiset vanhemmat. Tältä osin itsemääräämisteorian (Ryan & Deci 2017) yhteenkuuluvuuden tarve ei tullut esiin digipalvelun käyttöön motivoivana tekijänä. Sen sijaan yhteenkuuluvuuden tarve tuli vahvasti esiin siinä, että digipalvelun käyttöä toivottiin oman perheen sekä lapsen opettajan ja koulun kanssa. Jatkossa kaikkein motivoivimpana tekijänä pidettiin yhteiskäyttöä perheen sekä koulun kanssa. Toiveet digipalvelun esimerkkien ja ohjeistuksien näkökulman vaihtamisesta perhelähtöiseksi helpottaisi käyttöä. Näkökulman vaihtamisella olisi todennäköisesti vaikutusta myös yksityisyyden kokemukseen. Käyttäjille ei mahdollisesti näin syntyisi epäilystä siitä, näkyvätkö omat julkaisut esimerkkiryhmänä olleelle koululuokalle, mikä oli epäilyksenä osalla vanhemmista intervention aikana. Yksityisyydensuojan korostaminen todennäköisesti vahvistaisi yksityisyyden kokemusta ja näin lisäisi digipalvelun käyttöä.

Jo ennen interventiota vanhempien odotuksissa ilmeni selkeästi toive siitä, että digipalvelu helpottaisi vanhemman ja koulun yhteistyötä lapsen luontevahvuuksien tukemisessa. Intervention jälkeen digipalvelu nähtiin pääasiassa hyvänä mahdollisuutena koulun ja kodin yhteistyölle, mutta toivottiin sen yhdistämistä jo olemassa olevaan digitaalisen viestintäkanavaan. Vanhemmat olivat kiinnostuneita yhteistyöstä ja sen kautta lapsen vahvuuksien esiin tuomiseen niin kotona kuin koulussa. Vastauksissa ilmeni, miten vanhemmat kokivat yhteisen ymmärryksen lisääntymisen positiivisena myös lapsen näkökulmasta. Bronfenbrennerin (2017, 254) ja Härkösen (2007, 30) mukaan kasvun ja oppimisen tukemisessa on merkitystä sillä, miten lapsen kehitysympäristöt vaikuttavat toinen toisiinsa ja miten ne tukevat lapsen kehitystä samaan suuntaan. Tässä opinnäytetyössä saatujen vanhempien kokemusten perusteella digipalvelu voisi toimia hyvänä välineenä kodin ja koulun kehitysympäristöjen yhdensuuntaisen toiminnan tukemisessa. Kiinnostavana jatkotutkimusaiheena on selvittää koulun ja kodin yhteiskäytön onnistumista ja sen vaikutuksia hyvinvointiin.

Vanhemmat ilmaisivat intervention vaikuttaneen heidän omaan ajatteluunsa ja toivat esiin kiinnostuksensa vanhemmille suunnatun digipalvelun käytölle jatkossa. Vanhempien odotukset ja kokemukset huomion kiinnittämisestä arjen positiivisiin asioihin sekä heidän kiinnostuksensa jatkossa digipalvelun yhteiskäyttöön, luovat hyvän perustan sille, että digipalvelun avulla voitaisiin jatkossa tukea vanhempien positiivisen palautteen antamista, luontevahvuuksien tukemista ja tämän kautta lapsen hyvinvointia. Vanhemmat kokivat yleisesti positiivisen palautteen antamisen vähyyden johtuvan kulttuuristamme. Vaikka olemme kytköksissä ympärillä olevaan kulttuuriin (Bronfenbrenner 2017, 237–240; Härkönen 2007, 26–30; Seligman & Csikszentmihalyi 2000, 8), vanhempien vastauksissa ilmeni vahvasti

halu muuttaa tätä kulttuurista tapaa, jotta osaisimme useammin sekä antaa että vastaanottaa positiivista palautetta ja sen kautta tukea luonteenvahvuuksia.

5.1 Eettisyys

Tässä opinnäytetyössä on noudatettu yleisiä tutkimuseettisiä periaatteita. Tutkimuseettiikka käsittää yleisesti sovittuja, tutkimukseen liittyviä pelisääntöjä suhteessa tutkimuskohteeseen, ammattialaan, toimeksiantajaan ja muihin sidosryhmiin (Vilkkä 2015). Tämä opinnäytetyö kohdistui lasten vanhempiin, siis aikuisiin ihmisiin, mutta heidän kauttaan välillisesti myös lapsiin. Tästä syystä oli huomioitava myös lapset ja eettinen toimikunnan antamat ohjeet. Lapsen ollessa alle 15-vuotias hänen osallistumisestaan tutkimukseen päättää ensisijaisesti huoltaja ja yli 15-vuotias voi päättää asiasta itse (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 9).

Opinnäytetyön tiedonkeruu toteutettiin vanhemmille, joilla tiedettiin olevan ainakin yksi alakouluikäinen, siis iältään 6–13-vuotias, lapsi. Digisovelluksella oli tarkoitus tukea vanhempia alakouluikäisen lapsen luonteenvahvuuksien tukemisessa, joten opinnäytetyöhön välillisesti osallistuvien lasten saattoi olettaa olleen pääasiassa alle 15-vuotaita. Näin ollen vanhempien suostumus osallistumisesta oli riittävä. Osallistujien lasten ikää selvitettyä ilmeni, että osallistuneissa perheissä oli myös yli 15-vuotiaita lapsia. Jos he osallistuivat kokeiluun, osallistuivat he yhdessä vanhempiensa kanssa. Koska opinnäytetyön varsinainen kohderyhmä koostui vanhemmista, jotka ovat siis täysi-ikäisiä, päätösvaltaisia yksilöitä, ei ollut tarpeen hankkia Eettisen lautakunnan ennakoarviota ennen opinnäytetyön aloittamista. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 18.) Oleellista oli kuitenkin ottaa huomioon eettiset kysymykset ja tutkimuseettiset ohjeistukset.

Hyvä tieteellinen käytäntö tarkoittaa sitä, että tutkimuksen tekijät käyttävät eettisesti hyväksytyjä tutkimus- ja tiedonhankintamenetelmiä. Edellytyksenä on, että tutkimuksen tekijä noudattaa yleistä huolellisuutta, rehellisyyttä ja tarkkuutta sekä tutkimuksen tekemisessä että tulosten esittämisessä ja kunnioittaa muita tutkijoita ja heidän tutkimustuloksiaan. (Vilkkä 2015). Tässä opinnäytetyössä noudatettiin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) eettisiä ohjeita. Tutkimusaineiston keräämiseen osallistuvat saivat itse päättää osallistumisestaan opinnäytetyöhön. Jokaiselta opinnäytetyöhön osallistuneelta pyydettiin sähköinen suostumus osallistumisesta. Osallistuminen oli täysin vapaaehtoista ja osallistumisen sai keskeyttää tai perua koska tahansa opinnäytetyön aikana ilmoittamalla siitä opinnäytetyöntekijälle. Osallistuminen, siitä kieltäytyminen tai sen keskeyttäminen eivät vaikuttaneet mitenkään koulun ja vanhempien väliseen yhteistyöhön. Osallistujien henkilöllisyys suojattiin eikä, koululla, opettajilla tai rehtorilla ei ollut tietoa osallistuvista vanhemmista. Osallistujien henkilöllisyyden suojaamisesta pidettiin kiinni niin tarkasti, että tarpeelliseksi todettua digipalvelun käyttöopastusta ei järjestetty tavalla, jolla osallistujien

henkilöllisyys olisi paljastunut muille osallistujille ja käyttöopastus jäi tästä syystä järjestämättä.

Opinnäytetyöhön osallistuvilla oli mahdollisuus kysyä ja saada tietoa opinnäytetyöhön liittyvistä asioista kuten henkilötietojen käsittelystä ja tiedonkeruun käytännöistä. Opinnäytetyön tiedonkeruuseen osallistuvia informoitiin opinnäytetyön tavoitteista ja osallistumisen mahdollisesti aiheuttamista vaikutuksista kuten Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2019, 8–9) ohjeistaa.

Haastattelut tallennettiin ja litteroitiin, niitä säilytettiin huolella. Tallenteet hävitetään viimeistään opinnäytetyön valmistuttua. Opinnäytetyöhön osallistuvien henkilötiedot säilytettiin salassa eikä niitä annettu muiden kuin opinnäytetyön tekijän käyttöön sekä suostumuksessa ilmoitetusti Positive Learning Oy:n työntekijälle digipalvelun käyttöoikeuksien luomiseksi. Osallistujien yksityisyys säilytettiin aineistoja käsiteltäessä sekä tuloksia julkaistaessa. Henkilötiedot hävitettiin heti, kun se aineiston käsittelyn kannalta oli mahdollista. Opinnäytetyöntekijänä kunnioitin tutkittavien itsemääräämisoikeutta ja ihmisarvoa, oikeutta henkilökohtaiseen vapauteen, koskemattomuuteen, sananvapauteen ja yksityisyyteen. Tämä opinnäytetyö toteutettiin, kuten Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2019, 7) ohjeistaa tehtävän niin, että siitä ei aiheutunut merkittäviä riskejä, vahinkoa tai haittoja opinnäytetyössä mukana olleille ihmisille tai yhteisöille.

Tutkimuksessa, joka kohdistuu ihmiseen, eettiset kysymykset liittyvät erityisesti tutkijan ja tutkittavan kohtaamiseen. Eettisiin kysymyksiin ei löydy aina selkeää, oikeaa vastausta ja ihmisten välisiin kohtaamisiin liittyy monesti ennakoimattomia tekijöitä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7.) Koska osa tutkimusaineistosta kerättiin haastatteluilla, huomioitiin, että tilanteisiin saattoi liittyä ennakoimattomia tekijöitä. Haastattelutilanteesta ja sen toteutuksesta kerrottiin haastatteluun osallistuville etukäteen ja heiltä pyydettiin lupa haastattelun tallentamiseen aineiston analysointia varten. Haastattelija pyrki omalla toiminnallaan luomaan luontevan ja luotettavan haastattelutilanteen, vaikka se toteutettiin etäyhteydellä.

Tutkimusaiheet ja -tilanteet saattavat aiheuttaa ihmisissä erilaisia reaktioita, mutta tästä huolimatta tutkimustilanteisiin saa sisältyä sellaista tunteiden kokemista ja henkistä rasitusta kuin tavallisiin arkipäivän tilanteisiinkin sisältyy. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 8–9.) Huomaa hyvä! -digipalvelun käytöllä on tarkoitus tukea positiivisen palautteen antamista, luontevahvuuksien tunnistamista ja vahvistamista perheen arjessa. Aiempien tutkimusten perusteella luontevahvuuksien vahvistamisella voidaan oletettavasti tukea positiivisia tunteita ja positiivisen palautteen antamista perheessä. Opinnäytetyöhön osallistumisen aiheuttamien tunteiden sekä henkisen rasituksen voitiin siis olettaa olevan vähempää tai korkeintaan samanlaista, kuin tavallisesti arkipäivän tilanteisiin liittyy.

Digitalisaatioon liittyy eettisiä kysymyksiä, joita pyrittiin huomioimaan. Digitalisaatio voi olla osalle ihmisistä osallistava ja voimaannuttava, kun taas osalle se voi olla syrjäyttävä, jos yksilöillä on erilaiset kyvyt hallita digitaalisuutta tai puutteita yhdenvertaisessa pääsyssä teknologian pariin. Digitalisaatio ei itsessään ole joko hyvää tai pahaa. Vastaukseen vaikuttaa enemmänkin se miksi, mihin, miten ja milloin digitaalisia välineitä ja toimintaympäristöjä käytetään. (Kivistö 2017, 23–24.) Talentian ammattieettisissä ohjeissa (2017, 48) mainitaan, että digitaalisissa ratkaisuissa on huomioitava aina se, että kaikilla ei välttämättä ole mahdollisuuksia hyödyntää digitaalisia palveluita verkkoyhteisissä, laitteissa tai toimintakyvyssä olevien puutteiden vuoksi. Toisaalta toimintakyvyn osalta Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen julkaisussa, Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena (2016) mainitaan, että tutkimusten mukaan suomalaisilla on EU-maiden paras digiosaaminen. Tässä opinnäytetyössä osallistumismahdollisuutta tarjottiin kaikille kyseisen koulun oppilaiden vanhemmille. Tarkemmin ei selvitetty heidän digitaalista osaamistasoaan eikä sitä, oliko kaikilla käytössään välineet digipalvelun käyttämiseksi. Toisaalta digipalvelun käyttöön riittää sama laite, jolla henkilö lukee koulusta lähetettäviä Wilma-viestejä, joten laitteen puuttumisen voisi olettaa tulleen esiin jo muutoin koulun ja kodin yhteistyössä.

Nykypäivänä voidaan todeta, että useimmille digitaalteknologia ei ole enää erillinen osa-alue työ- ja vapaa-ajassa tai sosiaalisissa suhteissa vaan se on arkielämän olennaisesti kuuluva, eri toimintoja yhdistävä osa (Koiranen, Räsänen, & Södergård 2016, 28). Sosiaalisesta mediasta ja ruuduista on tullut monelle vetovoimainen ja luonnollinen paikka niin jakaa kuin hakea tietoa ja tukea vanhemmuuteen liittyen (Kamenetz 2018, 277). Tilastokeskuksen tutkimuksen (2020) mukaan internetin käyttäjien osuus Suomen väestöstä on 92 prosenttia. Suomalaisista 16–55-vuotiaiden ikäryhmästä internetin käyttäjiä on jo 99,5 prosenttia eli lähes kaikki. Voidaan siis olettaa, että opinnäytetyöhön osallistuminen oli mahdollista lähes kaikille niistä vanhemmista, joille osallistumista tarjottiin.

Vaikka digitaalisuus on arkipäivää, on siihen suhtauduttava osin kriittisesti. Alustavissa eläinkokeissa on tutkittu ruutuärsytyksen vaikutusta hiirten aivoihin. Tutkimuksessa todettiin, että ruutuärsytystä paljon saaneilla hiirillä oli vaikeuksia refleksien hallinnassa, toiminta oli ylivilkasta vaarasta piittaamatonta. Tätä voitiin kutsua myös toiminnanohjauksen vaikeudeksi. (Kamenetz 2018, 40–41.) Ruutu-aika ja sen mahdolliset vaikutukset oli siis syytä huomioida tässä opinnäytetyössä. Koska opinnäytetyöhön osallistuvia pyydettiin kokeilemaan digipalvelua, joko älypuhelimien tai tietokoneiden kautta, ennen suostumuksen täyttämistä oli mahdollisuus lukea tiedotteessa maininta, että opinnäytetyöhön osallistuminen saattaa lisätä pienissä määrin viikoittaista ruutu-aikaa.

Huomioitava on lisäksi se, että palvelu tuotetaan tietoturvallisesti ja riittävä yksityisyyden suoja huomioiden (Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena 2016). Tässä opinnäytetyössä opinnäytetyöntekijä selvitti oppilaitoksensa, Laurea-ammattikorkeakoulun,

tietotekniikkapalveluista opinnäytetyössä käytettävän sähköisen Microsoft Forms -lomakkeen käyttömahdollisuuden ja tietoturvan. Kyseinen sähköinen lomake oli todettu turvalliseksi opinnäytetyössä tarvittavien henkilötietojen sekä osallistujien antamien vastausten säilyttämiseen opinnäytetyön tekemisen ajan.

5.2 Luotettavuus

Luotettavuus on oleellinen piirre tutkimustyössä, joten sen arviointi kuuluu osana tutkimuskäytäntöön (Aaltio & Puusa 2011, 153). Määrällisissä tutkimuksissa on tietyt luotettavuuden arviointikriteerit, mutta laadullisissa tutkimuksissa luotettavuuden arviointi on haastavampaa. Etenkin ihmisiä, heidän toimintaansa sekä ajatteluansa koskevia tutkimuksia ei voida viedä laboratorioon todentamista varten ja niiden vakioiminen on lähes aina vaikeaa. Ihmisten käyttäytyminen ei ole jonkin kaavan mukaista vaan jatkuvasti muuttuvaa esimerkiksi ympäristön muuttumisen sekä oppimisen myötä. Laadullisen opinnäytetyön luotettavuus on opinnäytetyöntekijän tekemän arvioinnin varassa. (Kananen 2014, 145.) Seuraavassa tarkastellaankin tämän opinnäytetyön luotettavuutta.

Luotettavuuden arviointiin liittyvät yleensä käsitteet validiteetti ja reliabiliteetti. Validiteetilla tarkoitetaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa sitä, tutkitaanko juuri sitä ilmiötä, mitä on tarkoituskin tutkia sekä miten eheä tutkimuksen kohteena oleva ilmiö on. Toisaalta laadullinen tutkimus voi nimenomaan lisätä tarkentaa ilmiön luonnetta ja lisätä sen ymmärrystä. Reliabiliteetillä tarkoitetaan yleensä sitä, tutkitaanko ilmiötä luotettavasti valituilla mittareilla sekä tuottaako useampi mittaus saman tuloksen. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta vahvistetaan perustelemalla tehdyt valinnat kyseisessä ainutkertaisessa tilanteessa. (Aaltio & Puusa 2011, 154-157.) Tarkasteltaessa laadullisen tutkimuksen luotettavuutta, merkitystä on käytettyjen metodien kuvauksella ja jäljitettävyydellä (Aaltio & Puusa 2011, 157). Tässä opinnäytetyössä käytetyt menetelmät pyrittiin kuvaamaan mahdollisimman tarkasti ja menetelmälliset valinnat perusteltiin tämän opinnäytetyön kannalta. Aineiston keruu ja tiedonkeruuseen osallistuvien informointi pyrittiin esittämään mahdollisimman kattavasti tekstein ja kuvin.

Kyselyä tiedonkeruumenetelmänä on arvosteltu esimerkiksi sen suhteen, miten onnistuneita kyselyn vastausvaihtoehdot ovat vastaajan näkökulmasta, miten vakavasti vastaajat suhtautuvat kyselyyn, miten perehtyneitä vastaajat ovat kysyttävistä aiheista ja vastausten antamaa tietoa on pidetty pinnallisena (Hirsjärvi ym. 2013, 195). Tässä opinnäytetyössä menetelmänä käytettiin myös haastattelua täydentämään ja syventämään kyselyllä saatavaa pinnallisempaa tietoa. Opinnäytetyön tiedonkeruuseen osallistuvien vanhempien perehtyneisyyttä kyselyn aiheisiin pyrittiin vahvistamaan opinnäytetyön esittelyssä annetulla tiedolla luonteenvahvuuksista sekä vanhempien saatavilla olleella nettisivustolla, josta he saivat perehdytystä sekä digipalvelun käyttöön että luonteenvahvuuksiin.

Opinnäytetyön pätevyden eli validiteetin kannalta on oleellista, että kyselylomake peilaa tutkimussuunnitelman tutkimustehtävää (Vilka 2015, 4. luku). Tässä opinnäytetyössä kyselyä pyydettiin ulkopuolisilta, tutkimukseen osallistumattomilta palautetta ennen sen käyttöä. Muutamia ulkopuolisia pyydettiin vastaamaan kyselylomakkeen kysymyksiin. Näin kyselyä voitiin muokata sekä saadun palautteen että saatujen vastausten perusteella ja muodostaa sellaisia kysymyksiä, joilla parhaiten saadaan vastauksia tutkimuskysymyksiin.

Alasuutari (2007, 150) kuvaa sitä, miten yksilön vastauksiin vaikuttavat erilaiset tulkintamallit sekä se, että yksilön on todettu yleensä kaunistelemaan asioita vastatessaan moraalisesti arkaluontoisiin kysymyksiin. Opinnäytetyön käsitellessä digipalvelun käyttökokemuksia ei käyttökokemuksen kysymysten ajattelisi olevan kovin moraalisesti arkaluontoisia. Toisaalta digipalvelun käyttö liittyy tässä opinnäytetyössä luonteenvahvuuksiin, positiivisen palautteen antamiseen, hyvinvointiin sekä vanhemmuuteen, joten kysymykset osuvat varmasti osittain arkaluontoisilta tuntuviin asioihin. Tästä syystä opinnäytetyöhön osallistuvien voidaan siis olettaa ainakin jonkin verran kaunistelleen vastauksiaan, mikä vaikuttaa saatujen vastausten luotettavuuteen.

Vuorovaikutustilanteilla on vaikutusta siihen, minkälaisia vastauksia haastateltavat tuottavat (Alasuutari 2007, 151). Vallitsevan koronaepidemian vuoksi oli kiinnitettävä huomiota haastattelujen järjestämiseen turvallisesti. Tästä syystä osallistujille oli tarjolla mahdollisuus haastatteluun etäyhteydellä tai riittävällä turvaetäisyydellä. Haastattelussa on kyse vuorovaikutustilanteesta, joten näillä järjestelyillä on varmasti vaikutusta haastateltavan ja haastattelijan väliseen vuorovaikutukseen ja sitä kautta myös vastauksiin. Kyselyllä ja haastattelulla saatu aineosto ei koskaan ole täysin sama kuin tutkimuskohde, sillä yksilö liittyy kyselyn ja haastattelun aina tiettyyn tiedolliseen ja sosiaaliseen kontekstiin, joiden kautta tuottaa vain havaintoja kohteesta (Alasuutari 2007, 155–157).

Kuten Puusa (2011, 77) toteaa, haastattelijan kysymyksenasettelu vaikuttaa mahdollisesti haastatteluilla saatavaan tietoon. Pohdinkin tiedonkeruun kannalta omaa toimintaani haastattelijana ja miten itse saatoin vaikuttaa siihen, mitä aineistoa haastatteluilla sain kerättyä. Olen työkseni vuosien ajan keskustellut paljon vanhempien kanssa lapsiin, perheeseen ja arkeen liittyvistä asioista. Koin siis haastattelutilanteet luontevina. Lähes vuoden ajan jatkunut koronapandemia oli tutustuttanut minut jo etäyhteyksillä toimivien viestintävälineiden käyttöön. Silti tarkastelin kriittisesti omaa toimintaani haastattelijana. Ehkä tuo luontevuus ja rentous aiheutti sen, että saatoin välillä kysyä välikysymyksen, jonka muotoilin huonosti niin, että siihen saattoi halutessaan vastata vain yksisanaisesti ”kyllä” tai ”ei”. Huomasin tämän jo haastatelllessani ja pyrin kiinnittämään siihen huomiota. Tiedon saamisen kannalta haastateltavat olivat onneksi pääasiassa monisanaisia ja saattoivat vastata kysymykseeni ensin yhdellä sanalla ja jatkaa perustellen vastaustaan, jolloin sain

kattavamman vastauksen. Tällä kysymyksenasettelulla en varmaankaan saanut tuotettua mahdollisimman laajaa laadullista aineistoa.

Tuloksista selviää millaisia ja kokemuksia vanhemmilla on digipalvelun käyttöön liittyen, miten digipalvelu auttoi luontevahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa, mikä motivoi käyttämään digipalvelua sekä minkälaisena vanhemmat kokivat digipalvelun mahdollisuudet koulun ja kodin yhteistyölle. Luotettavuutta pohdittaessa voidaan siis todeta, että opinnäytetyöllä saatiin tietoa tutkimuskysymyksiin. Otos oli pieni, joten tuloksia ei voida sellaisenaan yleistää. Vaikka tutkimuksella ei saavuteta yleistettävää tietoa, voi sen tarjoama tieto olla hyödyllistä lisäten ymmärrystä tutkimuksen kohteena olleesta ilmiöstä (Aaltio & Puusa 2011, 157).

6 Lopuksi

Matka kohti hyvinvointia kulkee myönteisten tunteiden, positiivisten palautteiden, yhteistyössä toimivien kehitysympäristöjen ja luontevahvuuksien tukemisen kautta. Matkan alkuun on saatava tiedollista evästyä ja havahduttava tiedostamaan omaa toimintaansa. Tätä matkaa voi kulkea koko ajan, joka päivä, arkisia hyviä hetkiä huomaten ja niistä vahvuuksia löytäen. Perille ei pääse hetkessä, mutta tärkeimpiä ovat jokapäiväiset askeleet, joilla voi rakentaa hyvinvointia ympärilleen.

Tästä opinnäytetyöstä saadun tiedon perusteella vanhemmilla on kiinnostusta saada toimiva työväline, jota voi käyttää yhteistyössä oman perheen ja koulun kanssa. Positive Learning Oy voi kehittää digipalvelua tässä opinnäytetyössä hankittujen käyttökokemusten perusteella niin, että yhä useampi vanhempi pääsisi hyvän huomaamisessa alkuun sekä ennen kaikkea jatkamaan matkaa lapsen luontevahvuuksien tukemisessa yhdessä koulun ja Huomaa hyvä! - digipalvelun kanssa.

Lähteet

Painetut

- Aaltio, I. & Puusa, A. 2011. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Vantaa: Hansaprint. 153-166.
- Alastalo, M. 2014. Tutkimushaastattelun historia yhteiskuntatieteissä. 3. painos. Teoksessa Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.) Haastattelu. tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino. 57-77.
- Alasuutari, P. 2007. Laadullinen tutkimus. 6. painos. 3. uudistettu painos. Helsinki: Gummerus.
- Anttila, P. 2007. Realistinen evaluaatio ja tuloksellinen kehittämistyö. Hamina: AKATIIMI.
- Avola, P. & Pentikäinen, V. 2019. Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. Espoo: BEEhappy Publishing.
- Bertalanffy, L. 1971. General System Theory. Foundations Development Applications. Lontoo: Cox & Wyman Ltd.
- Bronfenbrenner, U. 2017. Ekologisten järjestelmien teoria. Teoksessa Vasta, R. (toim.) Kuusi teoriaa lapsen kehityksestä. 3. painos. Helsinki: Unipress. 221-288.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. 18. uudistettu painos. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Laadullisen aineiston analysointi. Teoksessa: Puusa, A. & Juuti, P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Jyväskylä: Gaudeamus. 141-144.
- Kamenetz, A. 2018. Sopiva ruutu aika. Löydä tasapaino digitaalisen ja todellisen elämän välillä. Helsinki: Viisas elämä.
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja-sarja. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Keskitalo, E. & Vuokila-Oikkinen, P. 2018. Voimavaralähtöisyys sosiaalisen kuntoutuksen viitekehyksenä. Teoksessa Kostilainen H., Nieminen A. (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Tampere: Diak Työelämä, 13, Diakonia-ammattikorkeakoulu, 84-96.
- Kumpulainen, K., Mikkola, A., Rajala, A., Hilppö, J. & Lipponen, L. 2014. Positiivisen pedagogiikan jäljillä. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 224-242.
- Lipponen, K. 2020. Resilienssi arjessa. Helsinki: Duodecim.
- Ojanen, M. 2014. Positiivinen psykologia. 2. uudistettu painos. Porvoo: Bookwell.
- Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro.

- Perälä, M-L., Halme, N. & Kanste O. 2013. Johtaminen, palvelut ja lapsiperheiden hyvinvointi. Teoksessa Reivinen, J. & Vähäkylä, L. (toim.) Ketä kiinnostaa? Lasten ja nuorten hyvinvointi ja syrjäytyminen. Helsinki: Gaudeamus. 121–136.
- Poikkeus, A-M., Rasku-Puttonen, H., Lerkkanen, M-K., Kuorelahti, M., Siekkinen, M., Kiuru, N. & Nurmi, J-E. 2013. Osallistava koulu syrjäytymisen ehkäisijänä. Teoksessa Reivinen, J. & Vähäkylä, L. (toim.) Ketä kiinnostaa? Lasten ja nuorten hyvinvointi ja syrjäytyminen. Helsinki: Gaudeamus. 111–120.
- Puusa, A. 2011. Haastattelu laadullisen tutkimuksen menetelmänä. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Vantaa: Hansaprint. 73–87.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Jyväskylä: Gaudeamus.
- Ryan, R. M. & Deci E. L. 2017. Self-Determination Theory. Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. New York: Guilford Press.
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. 2014. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. 3. painos. Tampere: Vastapaino. 22–56.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Sarjaniemi, N. & Mäkelä, J. 2014. Ihminen voi hyvin joukossa. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 136–159.
- Seligman, M. E. P. 2008. Aito onnellisuus. Lång, M. (suom.) Jyväskylä: Gummerus.
- Trogen, T. 2020. Positiivinen kasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Uusitalo-Malmivaara, L. 2014a. Hyveet ja luontevahvuudet. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 63–84.
- Uusitalo-Malmivaara, L. 2014b. Positiivinen psykologia - mitä se on? Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 18–29.
- Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2016. Huomaa hyvä. Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sähköiset

- Alasoini, T. 2015. Digitalisaatio muuttaa työtä - millaista työelämää uudistavaa innovaatiopolitiikkaa tarvitaan? Työpoliittinen Aikakauskirja 2/2015. Helsinki: Työ- ja elinkeinoministeriö, 26-37. Viitattu 26.10.2020. <https://docplayer.fi/10166166-Digitalisaatio-muuttaa-tyota-millaista-tyoelamaa-uidistavaa-innovaatiopolitiikkaa-tarvitaan.html>
- Alasoini, T. 2018. Digitalisaatiolla työn uudelleenajatteluun. Millaista tutkimusta ja kehittämistä tarvitaan? Työterveyslaitos. Tampere: Juvenes Print. Viitattu 26.1.2021. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137397/TTL-978-952-261-842-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Brinkmann, S. 2013. *Qualitative Interviewing*. New York: Oxford University Press. E-Kirja. Viitattu 18.11.2020.

Bull, A., Brooking, K., & Campbell, R. 2008. *Successful home- school partnerships*. Ministry of Education. New Zealand. Viitattu 23.11.2020.

http://www.nzcer.org.nz/system/files/884_Successful_Home-School_Partnership-v2.pdf

Braun, V. & Clarke, V. 2006. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*. 2006 Vol. 3, no. 4, 77–101. London: Taylor & Francis. Viitattu 5.3.2021.

<https://www-proquest-com.nelli.laurea.fi/publication/38275?accountid=12003>

Can, M. H. 2016. Use of mobile application: Means of communication between Parents and Class Teacher. *World Journal on Educational Technology: Current Issues*. 8(3), 252–257.

Viitattu 30.11.2020. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1142251.pdf>

Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena. Sosiaali- ja terveysministeriön digitalisaatiolinjaukset 2025. 2016. Viitattu 26.10.2020.

<https://verkkojulkaisut.valtioneuvosto.fi/stm/zine/2/cover>

Elfrink, T.R., Goldberg, J.M., Schreurs, K.M.G., Bohlmeijer, E.T. & Clarke, A.M. 2017. Positive educative programme A whole school approach to supporting children’s well-being and creating a positive school climate: a pilot study. *Health Education*, Vol. 117 No. 2, pp. 215–230. Bingley: Emerald Publishing Limited. Viitattu 18.11.2020.

<https://doi.org/10.1108/HE-09-2016-0039>

Haapakoski, K. & Åkerblad, L. 2018. Monimenetelmällinen tutkimus ja integraatiotyö. Teoksessa Seppänen-Järvelä, R. (toim.) *Monimenetelmällisyys kuntoutuksen tutkimuksessa. Havaintoja ja kokemuksia Muutos-hankkeen tutkimuksista*. Kelan tutkimus. Työpapereita 144/2018. 11–18. Viitattu 2.2.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018102438644>

Härkönen, U. 2007. Teorian ja tutkimuskohteen vuorovaikutus - Bronfenbrennerin ekologinen systeemiteoria ihmisen kehittymisestä. Teoksessa Niikko, A., Pellikka, I. & Savolainen, E. (toim.) *Oppimista, opetusta, monitieteisyyttä*. Kirjoituksia Kuninkaankartanonmäeltä. Joensuu: Joensuun yliopistopaino. 21–39. Viitattu 28.10.2020.

<http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/monitiet/sisallys.htm>

Ilmarinen, V. & Koskela, K. 2015. *Digitalisaatio - Yritysjohdon käsikirja*. E-kirja. Helsinki: Talentum. Viitattu 26.1.2021.

Juhanko, J. (toim.), Jurvansuu, M. (toim.), Ahlqvist, T., Ailisto, H., Alahuhta, P., Collin, J., Halen, M., Heikkilä, T., Kortelainen, H., Mäntylä, M., Seppälä, T., Sallinen, M., Simons, M. & Tuominen, A. 2015. *Suomalainen teollinen internet - haasteesta mahdollisuudeksi: taustoittava kooste*. ETLA Raportit No 42. Viitattu 16.11.2020. <https://www.etla.fi/wp-content/uploads/ETLA-Raportit-Reports-42.pdf>

Kansallinen lapsistrategia. Komiteamietintö. Kansallisen lapsistrategian parlamentaarinen komitea. 2021. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:8. Helsinki: Valtioneuvosto. Viitattu 17.3.2021. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-777-5>

Kivistö M. 2017. *Sosiaalityö digitalisaatiossa ja eettisyyden vaade*. Teoksessa: Kivistö, M. & Päykkönen, K. 2017. (toim.) *Sosiaalityö digitalisaatiossa*. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 58. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino. 21–41. Viitattu 17.11.2020. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-035-7>

Kobau, R., Seligman, M. E. P., Peterson, C., Diener, E., Zack, M. M., Chapman, D. & Thompson, W. 2011. Mental Health Promotion in Public Health: Perspectives and Strategies From Positive Psychology. *American Journal of Public Health*, 101(8), 1–9. Viitattu 26.1.2021. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2010.300083>

Koiranen, I., Räsänen, P., & Södergård, C., 2016. Mitä digitalisaatio on tarkoittanut kansalaisen näkökulmasta? *Talous & yhteiskunta*, 44(3). Helsinki: Palkansaajien tutkimuslaitos. 24–29. Viitattu 26.9.2020. <https://pdffox.com/mit-digitalisaatio-on-tarcoittanut-kansalaisen-nkkulmasta-pdf-free.html>

Positive 2020. Viitattu 3.8.2020. www.positive.fi

Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. 2000. Positive Psychology. An Introduction. *American Psychologist*, 01/2000. 5–14. Viitattu 31.7.2020. doi: [10.1037//0003-066X.55.1.5](https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.1.5)

Talentia 2017. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Viitattu 26.10.2020. https://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia_Etiikkaopas_2017.pdf

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL. Hyvinvointi- ja terveyserot. Keskeisiä käsitteitä. 2020. Viitattu 18.11.2020. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/keskeisia-kasitteita>

Tilastokeskus 2020. Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö 2020. Tiede, teknologia ja tietoyhteiskunta 2020. Viitattu 17.11.2020. https://www.stat.fi/til/sutivi/2020/sutivi_2020_2020-11-10_fi.pdf

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarvointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 16.9.2020. https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf

Vuorinen, K., Erikivi, A. & Uusitalo-Malmivaara, L. 2019. 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*. JORSEN Journal of Research in Special Educational Needs. 19(1). 45-57. Viitattu 9.10.2020. <https://doi.org/10.1111/1471-3802.12423>

Vuorinen, K., Hietajärvi L. & Uusitalo L. 2020. Students' Usage of Strengths and General Happiness are Connected via School-related Factors. *Scandinavian Journal of Educational Research*. Viitattu 18.11.2020. <https://doi.org/10.1080/00313831.2020.1755361>

Vorma, H., Rotko, T., Larivaara, M. & Kosloff, A. 2020. Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020-2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 10.10.2020. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162053/STM_2020_6.pdf?sequence=4

Waters, L. 2015. The Relationship between Strength-Based Parenting with Children's Stress Levels and Strength-Based Coping Approaches. *Scientific Research Publishing. Psychology*, 06(6). 689–699. Viitattu 3.10.2020. https://www.scirp.org/html/4-6901461_56129.htm

Waters, L. & Sun, J. 2017. Can a Brief Strength-Based Parenting Intervention Boost Self-Efficacy and Positive Emotions in Parents?. *International Journal Applied Positive Psychology* 1, 41–56. Viitattu 3.10.2020. <https://link.springer.com/article/10.1007/s41042-017-0007-x>

Waters, L. E., Loton, D. & Jach, H. K. 2018. Does Strength Based Parenting Predict Academic Achievement? The Mediating Effects of Perseverance and Engagement. *Journal of Happiness Studies* 20, 1121–1140 (2019) Viitattu 4.10.2020. <https://doi.org/10.1007/S10902-018-9983-1>

Kuviot

Kuvio 1: VIA-luokittelun 6 hyvealuetta ja 24 niihin lukeutuvaa vahvuutta (mukaellen Peterson & Seligman 2004 lisättynä myötätunto ja sisukkuus, ks. Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 33).	11
Kuvio 2: Havainnekuva tietoperustan rakentumisesta.....	24
Kuvio 3: Positiivisen ohjesivu tiedonkeruuseen osallistuvilla	29
Kuvio 4: Opastusta digipalvelun käyttöön.....	29
Kuvio 5: Vinkkejä Huomaa hyvä! -digipalvelun käyttöön perheessä.....	30
Kuvio 6: Havainnekuva teemoittelusta ja siinä käytetystä värikoodauksesta.....	33
Kuvio 7: Havainnekuva teemoittelun etenemisestä	34
Kuvio 8: Alkukyselyn sekä molempiin kyselyihin vastanneiden perheiden lasten lukumäärä ..	36
Kuvio 9: Alkukyselyyn vastanneiden perheiden lasten ikäjakauma	37
Kuvio 10: Loppukyselyyn vastanneiden perheiden lasten ikäjakauma.....	37
Kuvio 11: Muiden perheenjäsenten tieto digipalvelun kokeiluun osallistumisesta	38
Kuvio 12: Perheenjäsenten digipalvelun käyttö kokeilujakson aikana	38
Kuvio 13: Positiivisten merkintöjen katsominen yhdessä perheen kanssa.....	38
Kuvio 14: Vahvuusperusteisen opetuksen ja kasvatuksen materiaalien tutuus ennen digipalvelun kokeilua.....	39
Kuvio 15: Vastaajien työ- ja opiskelukokemus kasvatus- ja sosiaalialalta.....	40
Kuvio 16: Yleisarvosana digipalvelusta	41
Kuvio 17: Yleisarvosana digipalvelun teknisistä ominaisuuksista	41
Kuvio 18: Digipalvelun käyttökokemuksen arviointi eri ominaisuuksien mukaan	42
Kuvio 19: Yleisarvosana digipalvelun Huomaa hyvä! -osiosta	44
Kuvio 20: Vanhempien kokemus luonteenvahvuuden liittämisen vaikeudesta palautteeseen .	45
Kuvio 21: Yleisarvosana Opi- ja Opetä- osioiden tiedollisesta sisällöstä.....	46
Kuvio 22: Perheenjäseniltä saatavan positiivisen palautteen tärkeys	48
Kuvio 23: Positiivisen palautteen antaminen perheenjäsenille	49
Kuvio 24: Vastaamisen vaikeus positiivisen palautteen antamisesta	50
Kuvio 25: Molempiin kyselyihin vastanneiden positiivisen palautteen antaminen.....	51
Kuvio 26: Digipalvelussa intervention aikana annettujen positiivisten palautteiden määrä ...	52
Kuvio 27: Vanhemman kokemus kuinka usein saa positiivista palautetta perheenjäseniltään	53
Kuvio 28: Keneltä perheenjäseneltä saa useimmin positiivista palautetta.....	54
Kuvio 29: Positiivisen palautteen saaminen.....	55
Kuvio 30: Digipalvelun vaikutus positiivisen palautteen määrään perheessä	56
Kuvio 31: Vastaajien kokemus digipalvelun vaikutuksesta hyvinvointiin	58
Kuvio 32: Vanhempien odotukset ja toiveet alkukyselyn perusteella	61
Kuvio 33: Vanhempien valinnat loppukyselyssä digipalvelun käyttöön motivoineista tekijöistä	61
Kuvio 34: Vastaajien arvio omaan digipalvelun käyttöön vaikuttavista tekijöistä.....	64

Kuvio 35: Digipalvelun käyttökokemus väittämien perusteella arvioituna	65
Kuvio 36: Yhteistyö koulun kanssa lapsen asioissa on sujuvaa	68
Kuvio 37: Saan opettajalta tietoa lapseni onnistumisista.....	68
Kuvio 38: Digipalvelun mahdollisuus toimia palautekanavana koulun ja kodin välillä	69

Liitteet

Liite 1: Tutkimusluvan viranhaltijapäätös	90
Liite 2: Wilma-viesti: Tervetuloa kehittämään Huomaa hyvä! -digipalvelua.....	91
Liite 3: Tiedote opinnäytetyön tiedonkeruusta	92
Liite 4: Suostumuslomake	94
Liite 5: Alkukysely	96
Liite 6: Positiven ohjesivusto	105
Liite 7: Sähköposti alkukyselyyn vastanneille	109
Liite 8: Loppukysely	110
Liite 9: Haastattelun teemat.....	120

Liite 1: Tutkimusluvan viranhaltijapäätös

Viranhaltijapäätös
21.01.2021

Sivu 1
1/2021

Yleinen päätös

404/13.00.00/2020

Tutkimuslupapäätös: Vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä! -digisovelluksen käytöstä

Laurea ammattikorkeakoulussa ylempää ammattikorkeakoulututkintoa opiskeleva sosionomi Nina Heinrichs on lähettänyt tutkimuslupahakemuksen nimellä *Vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä! -digisovelluksen käytöstä*.

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä! -digipalvelun käytöstä ja saada tietoa siitä, millaisia odotuksia ja kokemuksia vanhemmilla on digipalvelun käyttöön liittyen, miten digipalvelu auttoi luonteenvahuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa, mikä motivoi käyttämään digipalvelua ja miten digipalvelu muutti koulun ja kodin yhteistyötä vanhempien kokemuksen mukaan. Tavoitteena on saada tietoa, jonka avulla voidaan edelleen kehittää digipalvelua vanhemmuuden sekä lapsen luonteenvahuuksien tukemiseksi.

Tutkimusta on tarkoitus käyttää opinnäytetyönä Laurea ammattikorkeakoulussa.

Päätöksen peruste

Tämän päätöksen toimeksianto tulee: hallintosääntö 70 § 24. kohta.

Päätös Päätän myöntää tutkimusluvan tutkimussuunnitelman mukaisesti Laurea ammattikorkeakoulun opiskelija Nina Heinrichsille tutkimukseen "Vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä! -digisovelluksen käytöstä".

Tämän päätöksen täytäntöönpano Kuntalain 143 § mukaan. Päätös pannaan täytäntöön odottamatta sen lainvoimaisuutta.

Tämä päätös on nähtävänä yleisessä tietoverkossa ja kunnan jäsenen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon seitsemän päivän kuluttua siitä, kun päätös on nähtävänä kunnan verkkosivuilla.

Tästä päätöksestä ei tarvitse ilmoittaa hallintosäännön 23 §:ssä tarkoitetulla tavalla valvovalle viranomaiselle, Suomenkielinen varhaiskasvatus- ja opetuslautakunta 14.8.2019 § 8.

Päätös on toimitettu jakelussa mainituille 21.01.2021.

Tämä päätös on julkaistu kunnan julkisessa tietoverkossa 21.1.2021.

koulun rehtori

Tämä asiakirja on sähköisesti allekirjoitettu

asianhallintajärjestelmässä

Liite 2: Wilma-viesti: Tervetuloa kehittämään Huomaa hyvä! -digipalvelua

Hei,

lapsenne koulussa kehitetään Huomaa hyvä! -vahvuusperusteista opetusta. Nyt teillä vanhemmillla on mahdollisuus päästä kokeilemaan luonteenvahvuuksien tukemiseen kehitettyä Huomaa hyvä! -digipalvelua kotona yhdessä perheenne kanssa. Vanhempainillassa 25.11.2020 olin kertomassa tästä mahdollisuudesta sekä opinnäytetyöstäni.

Hienoa, jos olet mukana kehittämistyössä, arvostamme osallistumistasi! Oheisesta tiedotteesta voit lukea lisätietoa opinnäytetyöstäni, jonka teen Laurea ammattikorkeakouluun, Tutkimuseettisen neuvottelukunnan eettisiä ohjeita noudattaen ja yksityisyyttäsi kunnioittaen. Mikäli herää vielä kysymyksiä, voit ottaa yhteyttä sähköpostilla tai puhelimitse. Linkin kautta voit ilmoittautua kokeilemaan Huomaa hyvä! -digipalvelua ja antamaan palautetta sen kehittämiseksi. Tässä on linkki lomakkeeseen Huomaa hyvä! -digipalvelun kehittäminen:

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=1-m58GaNfKucHGSHxHligGhkARPTT9BvpFdqeMbZUZUQlpRWjQ3SUdaWjRNQzFIT1NTMDNXREJFSC4u>

Fill | Huomaa hyvä!- digipalvelun kehittäminen

Hei, hienoa, että olet mukana kokeilemassa ja kehittämässä Huomaa hyvä! - digipalvelua, joka on luonteenvahvuuksien tukemiseen kehitetty digitaalinen sivusto. Osallistumalla olet mukana Nina Heinrichsin opinnäytetyön tiedonkeruussa. Täytä ystävällisesti oheinen lomake, jotta saat tammikuussa 2021 alkukyselyn, sen jälkeen Huomaa hyvä! - digipalvelun käyttöösi sekä käyttökokemustasi kartoittavan kyselyn helmikuussa 2021. Ilmoita lomakkeella myös, mikäli olet kiinnostunut osallistumaan haastatteluun kertoaksesi tarkemmin digipalvelun käyttökokemuksistasi. Kaikki vastaukset käsitellään tietoturvalisaisesti sekä luottamuksellisesti ja ne tulevat vain opinnäytetyöntekijän käyttöön. Vastaukset tallentuvat nimettöminä. Perheen tekemät merkinnät Huomaa hyvä! -digipalveluun näkyvät vain perheelle itselleen, eikä niitä pyydetä tiedonkeruuta varten. Yhteystiedot tulevat opinnäytetyöntekijän käyttöön. Lisäksi Positive Learning Oy tarvitsee sähköpostiosoitteesi luodakseen digi forms.office.com

Ystävällisin terveisin,

Nina Heinrichs

nina.heinrichs@student.laurea.fi

+358 50 587 2842

YAMK-sosionomiopiskelija (SYA720KJ)

Laurea-Ammattikorkeakoulu

www.laurea.fi

Liite 3: Tiedote opinnäytetyön tiedonkeruusta

TIEDOTE OPINNÄYTETYÖHÖN LIITTYVÄSTÄ TIEDONKERUUSTA

Vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä! - digipalvelun käytöstä

Täyttämällä sähköisen suostumuslomakkeen, pääset kokeilemaan Huomaa hyvä! -digipalvelua, kertomaan kokemuksistasi sekä mukaan Laurea ammattikorkeakoulun YAMK opinnäytetyön tiedonkeruuseen. Yhteistyökumppanina toimiva, Positive Learning Oy (Positive), on vuosia tutkinut, kehittänyt ja kouluttanut vahvuusperusteista kouluopetusta. Nyt Positive on kehittämässä vanhemmille Huomaa hyvä! – digipalvelua, joka perustuu luonteenvahuuksien tunnistamiseen ja tukemiseen.

Opinnäytetyössä selvitetään alku- ja loppukyselyllä sekä vapaaehtoisella, osalle osallistujista toteutettavalla, haastattelulla vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä! – digipalvelusta. Tarkoituksena on saada tietoa digipalvelun kehittämiseksi. Mukaan kutsutaan vanhempia, joiden lapsi/ lapset ovat oppilaina Positiiven vahvuusperusteista opetusta kehittävässä koulussa.

Vapaaehtoisuus

Osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Osallistuminen tai siitä kieltäytyminen ei vaikuta mitenkään koulun ja vanhempien väliseen yhteistyöhön tai lapsenne saamaan opetukseen. Voitte myös keskeyttää osallistumisenne koska tahansa syytä ilmoittamatta.

Tiedonkeruun toteuttajat

Opinnäytetyöntekijänä ja tiedonkerääjänä toimii Nina Heinrichs, joka on koulutukseltaan sosionomi. Hän opiskelee YAMK- tutkintoa Laurea Ammattikorkeakoulussa, Voimavaraistavien työtapojen johtaminen ja kehittäminen sosiaali- ja terveysalalla- koulutusohjelmassa. Opinnäytetyötä ohjaa Laureasta yliopettaja Ossi Salin.

Tutkimusmenetelmät ja aikataulu

Tiedonkeruu aloitetaan tammikuussa 2021, jolloin suostumuslomakkeen täyttäneet täyttävät sähköpostiin toimitettavan sähköisen alkukyselyn. Alkukyselyssä kartoitetaan esimerkiksi odotuksia sovelluksen käytölle, mikä motivoi sen käyttämiseen ja minkälaisia ominaisuuksia palvelussa arvostetaan. Alkukyselyn jälkeen osallistujat saavat käyttöönsä digipalvelun. Loppukysely toteutetaan sähköisenä, neljän viikon digipalvelun kokeilumahdollisuuden jälkeen. Loppukyselyssä selvitetään digipalvelun käyttökokemuksia, miten digipalvelu tuki lapsen luonteenvahuuksien huomaamista ja tukemista, miten digipalvelun käyttö mahdollisesti muutti kodin ja koulun yhteistyötä.

Osa tiedonkeruuseen osallistuvista haastatellaan heidän toiveensa mukaisesti joko etäyhteydellä tai riittäväällä etäisyydellä koronaepidemia huomioiden. Haastatteluihin halukkailla on mahdollisuus kertoa enemmän käyttökokemuksistaan, digipalvelun käytön sujuvuudesta ja toiveistaan palvelun kehittämiselle. Tiedonkeruu pyritään suorittamaan maaliskuun 2021 loppuun mennessä. Opinnäytetyöntekijä voi keskeyttää tiedonkeruun, mikäli tiedonkeruun loppuun saattaminen estyisi pakottavasta syystä.

Tiedonkeruuseen osallistumiseen liittyvät hyödyt ja mahdolliset vaatimukset

Osallistumisesta voidaan olettaa olevan hyötyä, sillä luonteenvahuuksien havaitsemisella ja tukemisella on aiempien tutkimusten perusteella positiivista vaikutusta. Aiemmat tutkimustulokset tukevat ajatusta siitä, että vahvuuspohjaiset lähestymistavat voivat auttaa vahvistamaan

Tutkittavan informointilomake

vanhempien hyvinvointia, positiivisia ajatuksia sekä kykyä kasvattajana. (Waters & Sun, 2017.) Alustavia tuloksia on saatu siihen suuntaan, että kouluopetuksessa positiivisten tunteiden ja vahvuuksien kehittämällä voidaan vaikuttaa positiivisesti ilmapiiriin, koulukiinnostukseen ja vuorovaikutussuhteisiin (Vuorinen, Erikivi & Uusitalo-Malmivaara 2018; Marsh, Pekrun, Parker, Murayama, Guo, Dicke & Lichtenfeld 2017).

Digipalvelun käyttöönotto vaatii kirjautumista varten sähköpostiosoitteen ja jonkin verran perehtymistä, johon palvelusta löytyy ohjevideoita. Digipalvelun käyttämiseksi osallistujalla tulee olla käytössään älypuhelin tai tietokone. Sovelluksen käyttö saattaa pienissä määrin lisätä viikoittaista ruutu-aikaa.

Kustannukset ja niiden korvaaminen sekä vakuutusurva

Osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta. Opinnäytetyöhön osallistuvia ei ole erikseen vakuutettu.

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Kerättävät vastaukset säilytetään salassa, niitä käsitellään luottamuksellisesti ja yksityisyyttä kunnioittaen. Opinnäytetyössä noudatetaan yleisiä tutkimuseettisiä periaatteita ja tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) eettisiä ohjeita. Tulokset raportoidaan nimettöminä. Osallistuvien henkilötietoja käsitellään ja säilytetään tietoturvallisesti eikä niitä anneta muiden kuin opinnäytetyön tekijän käyttöön sekä Positive Learning Oy:n työntekijälle digisovelluksen käyttöoikeuksien luomiseksi. Henkilötiedot hävitetään heti, kun se aineiston käsittelyn ja analyysin kannalta on mahdollista. Perheen tekemät merkinnät Huomaa hyvä!- digipalveluun näkyvät vain perheelle itselleen, eikä niitä pyydetä tiedonkeruuta varten. Valmistunut opinnäytetyö julkaistaan avoimesti Theseus-tietokannassa. Työn valmistumisen tavoiteaika on elokuussa 2021.

Lisätiedot

Tarvittaessa opinnäytetyöhön ja tiedonkeruuseen liittyvät kysymykset opinnäytetyöntekijälle:

Nina Heinrichs
Puh. 050 587 2842
nina.heinrichs@student.laurea.fi

Marsh, H. W., Pekrun, R., Parker, P. D., Murayama, K., Guo, J., Dicke T. & Lichtenfeld, S., 2017. Positive educative programme A whole school approach to supporting children's well-being and creating a positive school climate: a pilot study. *Health Education* Vol. 117 No. 2, 2017.

Vuorinen, K., Erikivi, A. & Uusitalo-Malmivaara, L. 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*. JORSEN 12.6.2020.

Waters, L. & Sun, J. 2017. Can a Brief Strength-Based Parenting Intervention Boost Self-Efficacy and Positive Emotions in Parents?. *Int J Appl Posit Psychol* 1, 41–56 (2016).

Liite 4: Suostumuslomake

Huomaa hyvä!- digipalvelun kehittäminen

Hei,

hienoa, että olet mukana kokeilemassa ja kehittämässä Huomaa hyvä!- digipalvelua, joka on luontevahvuuksien tukemiseen kehitetty digitaalinen sivusto. Osallistumalla olet mukana Nina Heinrichsin opinnäytetyön tiedonkeruussa.

Täytä ystävällisesti oheinen lomake, jotta saat tammikuussa 2021 alkukyselyn, sen jälkeen Huomaa hyvä!- digipalvelun käyttösi sekä käyttökokemustasi kartoittavan kyselyn helmikuussa 2021. Ilmoita lomakkeella myös, mikäli olet kiinnostunut osallistumaan haastatteluun kertoaksesi tarkemmin digipalvelun käyttökokemuksistasi. Kaikki vastaukset käsitellään tietoturvallisesti, luottamuksellisesti ja yksityisyyttäsi kunnioittaen. Vastaukset käsitellään nimettöminä. Perheen tekemät merkinnät Huomaa hyvä!- digipalveluun näkyvät vain perheelle itselleen, eikä niitä pyydetä tiedonkeruuta varten.

Yhteystiedot tulevat opinnäytetyöntekijän käyttöön. Lisäksi Positive Learning Oy tarvitsee sähköpostiosoitteesi luodakseen digipalvelun käyttömahdollisuuden. Lisätietoja opinnäytetyöhön liittyen voit lukea tiedotteesta tai kysyä sähköpostilla tai puhelimitse: nina.heinrichs@student.laurea.fi / p. +358 50 587 2842

Osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja osallistumisen voi myös keskeyttää tai perua koska tahansa opinnäytetyön aikana ilmoittamalla siitä opinnäytetyöntekijälle. Osallistuminen, siitä kieltäytyminen tai sen keskeyttäminen ei vaikuta mitenkään koulun ja vanhempien väliseen yhteistyöhön.

Kiitos että olet mukana. Arvostamme osallistumistasi!

* Pakollinen

1. Osallistun Huomaa hyvä!- digipalvelun kokeiluun sekä opinnäytetyön tiedonkeruun alku- ja loppukyselyyn. Suostun kyselyvastausteni tallentamiseen ja käyttöön opinnäytetyössä. *

Kyllä

2. Osallistun haastatteluun digipalvelun käyttökokemuksista. Haastattelu toteutetaan toiveeni mukaan joko etäyhteydellä tai riittävällä etäisyydellä. Suostun haastattelun tallentamiseen ja vastausten käyttöön opinnäytetyössä. *

Kyllä

Ei

3. Kirjoita sähköpostiosoitteesi, johon toivot lähetettävän alku- ja loppukyselyn. Huomaa hyvä!- digipalvelu aktivoidaan antamallesi sähköpostiosoitteelle. *

Kirjoita vastaus

4. Kirjoita puhelinnumerosi, mikäli olet kiinnostunut osallistumaan haastatteluun ja sopimaan ajankohdan puhelimitse.

5. Toivoin neljän viikon digipalvelun kokeiluajana muistutuksia palvelun käytöstä *

- tekstiviestillä
- sähköpostilla
- En halua muistutuksia digipalvelun käytöstä kokeiluajana

6. Suku- ja etunimi *

7. Päivämäärä, jolloin annan suostumuksen osallistumisestani opinnäytetyön tiedonkeruuseen sekä sähköpostiosoitteen antamiseen Positive Learnin Oy:lle Huomaa Hyvä!- digipalvelun käyttömahdollisuuden luomiseksi. *



Lähetä

Tämä on lomakkeen omistajan luomaa sisältöä. Lähettämäsi tiedot lähetetään lomakkeen omistajalle. Microsoft ei ole vastuussa asiakkaidensa suojaus- tai tietosuojakäytännöistä, mukaan lukien tämän lomakkeen omistajan käytännöistä. Älä koskaan luovuta salasanaa kenellekään.

Palvelun tarjoaa Microsoft Forms | [Tietosuoja ja evästeet](#) | [Käyttöehdot](#)

Liite 5: Alkukysely

Alkukysely

Mahtavaa, että olet mukana kokeilemassa Huomaa hyvä! -digipalvelua. Se on kehitetty tukemaan positiivisen palautteen antamista sekä luontevahvuuksien huomaamista. Palveluun kirjaututaan joko puhelimen tai tietokoneen nettiselaimen kautta.

Voit luoda koko perheelle yhteisen ryhmän tai jokaisen lapsen kanssa oman ryhmän, johon voit tallentaa arjessa esiintyviä hyviä hetkiä, joissa huomaatte luontevahvuuksien käyttöä. Halutessasi voit liittää sähköpostin avulla muita perheenjäseniä samaan ryhmään käyttäjiksi, jolloin hekin voivat tallentaa omalla puhelimellaan hyviä hetkiä ja antaa positiivista palautetta.

Hyvän huomaamisen lisäksi voit saada digipalvelussa tietoa luontevahvuuksista ja erilaisista tavoista niiden vahvistamiseksi. Lisää opastusta palvelun käyttöön saat Positiiven sivuilta.


Tässä kyselyssä saat kertoa positiivisen palautteen antamisesta sekä odotuksistasi digipalvelun liittyen. Yksityisyyttäsi kunnioitetaan ja vastauksesi käsitellään tutkimuseettisiä periaatteita noudattaen. Vastauksista tehdään yhteenveto, joista yksittäistä vastaajaa ei voida tunnistaa.

Kyselyyn vastaaminen kestää noin kymmenen minuuttia. Osan kysymyksistä voit halutessasi ohittaa, mutta punaisella tähdellä merkatut kysymykset vaativat vastausta, jotta voit lähettää lomakkeen.

Kiitos, vastauksistasi!

* Pakollinen

1



Luontevahvuuksien määrää ei voi tarkalleen rajata. Kuvassa Vahvuusvaris esittelee Huomaa hyvä!- digipalvelussa käytettävät 26 luontevahvuutta.

Vaikka et ole vielä käyttänyt Huomaa hyvä! -digipalvelua, mieti hetki, minkälaisia odotuksia sinulla on. Voit valita seuraavista vaihtoehdoista yhden tai useamman. Kaikki vaihtoehdot eivät ole digipalvelun ominaisuuksia, mutta tärkeää onkin, että voit tuoda esiin toiveitasi palvelulle. Kaikki ajatukset ja toiveet ovat tervetulleita.

Odotan tai toivon, että digipalvelu: *


Luonteenvahvuuksien tukeminen on jotain uutta ja kiinnostavaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Palvelun kautta voisin vaihtaa ajatuksia opettajan kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Palvelun kautta kuulisin lapseni hyvistä hetkistä koulussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Suhtaudun luonteenvahvuuksien tukemiseen kriittisesti ja haluan siksi tietää siitä lisää	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tuntuu hyvältä antaa positiivista palautetta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4

Kirjoita tähän, jos mielessäsi on jokin digipalvelun ominaisuus, mutta et löytänyt sitä edellisen kysymyksen vastausvaihtoehdoista.

Kirjoita vastaus

5

Miten usein tavallisesti annat positiivista palautetta perheenjäsenellesi. Valitse seuraavista vaihtoehdoista * 

- Yli 5 kertaa päivässä
- 3-5 kertaa päivässä
- 1-2 kertaa päivässä
- Joka toinen päivä
- Kerran viikossa
- Muutaman kerran kuukaudessa
- En osaa sanoa

6

Miten vaikeana koit kysymykseen 5. vastaamisen? *

1 Erittäin vaikeaa 2 Melko vaikeaa 3 En osaa sanoa 4 Melko helppoa 5 Erittäin helppoa

Kysymykseen 5.
vastaaminen oli

7

Mistä asiasta, miten ja kenelle perheenjäsenistäsi annoit viimeksi positiivista palautetta?

Kirjoita vastaus

8

Miten usein tavallisesti saat itse positiivista palautetta perheenjäseniltäsi? Valitse seuraavista vaihtoehdoista *

- Yli 5 kertaa päivässä
- 3-5 kertaa päivässä
- 1-2 kertaa päivässä
- Joka toinen päivä
- Kerran viikossa
- Muutaman kerran kuukaudessa
- En osaa sanoa

9

Mistä asiasta, miten ja keneltä perheenjäseneltä sait viimeksi positiivista palautetta?

Kirjoita vastaus

10

Keneltä perheenjäseneltäsi saat yleensä positiivista palautetta? Voit valita useammankin vaihtoehdon. *

- Puolisolta
- Alle kouluikäiseltä lapselta
- 7-9 -vuotiaalta lapselta
- 10-12 -vuotiaalta lapselta
- 13-15 -vuotiaalta lapselta
- 16-18 -vuotiaalta lapselta
- muulta perheenjäseneltä

11

Meistä suurin osa toivoo enemmän positiivista palautetta lähimmiltä ihmisiltään. Kuinka tärkeänä koet itse sen, että saat positiivista palautetta perheenjäseniltäsi? *

1 Täysin eri mieltä 2 Jokseenkin eri mieltä 3 En samaa enkä eri mieltä 4 Jokseenkin samaa mieltä 5 Täysin samaa mieltä 6 En osaa sanoa

Positiivisen palautteen saaminen perheenjäseniltäni on minulle tärkeää

○ ○ ○ ○ ○ ○

12

Kuinka tärkeänä arvioit perheenjäsenesi pitävän positiivisen palautteen antamista? Vastaa omin sanoin. *

Kirjoita vastaus

15

Mikäli haluat, voit kommentoida tähän vapaasti ajatuksiasi edelliseen kysymykseen, opettajalta saatavaan palautteeseen liittyen. Kukaan opettajista tai koulun henkilökunnasta ei näe vastauksiasi missään vaiheessa.

Kirjoita vastaus

16

Meistä suurin osa toivoo saavansa enemmän positiivista palautetta lähimmiltä ihmisiltämme. Mitä arvelet, miksi usein annetaan niukasti positiivista palautetta? *

Kirjoita vastaus

17

Taustatiedot: Oma ikäsi *

Arvon on oltava lukuarvo

18

Taloudessa suurimman osan ajasta asuvien lasten määrä *

Arvon on oltava lukuarvo

19

Taloudessa asuvien lasten iät *

Kirjoita vastaus

20

Tietääkö muu perhe Huomaa hyvä! - digipalvelun kokeilusta? *


- Kyllä
- Ei
- Osa tietää, osa ei
- En osaa sanoa

21

Halutessasi kerro vielä muutamalla sanalla, mikä sai sinut mukaan kokeilemaan ja kehittämään palvelua?

Kirjoita vastaus

22

Ovatko Huomaa hyvä! -palvelu, luontevahvuusperusteinen opetus ja kasvatus tai Vahvuusvaris sinulle jo aiemmin tuttuja? Kerro muutamalla sanalla. 


Kirjoita vastaus

23

Oletko opiskellut tai työskennellyt kasvatus- tai sosiaalialalla? 

Kirjoita vastaus

24

Kirjoita vielä s-postiosoitteesi, johon digipalvelun aktivoimislinkki lähetetään. Emme jaa s-postiosoitettasi eteenpäin emmekä käytä sitä vastautesi tunnistamiseen. Kaikki vastaukset merkitään saapumisen jälkeen koodilla, josta sinua ei tunnisteta. * 

Kirjoita vastaus

25

Lämmin kiitos vastauksistasi ja antamastasi panoksesta palvelun kehittämistyöhön.

Lähetettyäsi vastaukset 11.-14.1.2021 välisenä aikana, saat vuorokauden sisällä antamaasi sähköpostiosoitteeseen linkin, jonka kautta saat aktivoitua Huomaa hyvä! -digipalvelun käyttöösi. Saat sähköpostiisi myös linkin Positivien sivuille, josta löydät ohjeita ja vinkkejä digipalvelun käyttöön. Loppukysely lähetetään sähköpostiisi helmikuussa, viikolla 6. Toivottavasti palvelun kokeilu on antoisaa!

Halutessasi voit kirjoittaa vielä vapaata palautetta kehittäjille.

Kirjoita vastaus

Lähetä

Tämä on lomakkeen omistajan luomaa sisältöä. Lähettämäsi tiedot lähetetään lomakkeen omistajalle. Microsoft ei ole vastuussa asiakkaidensa suojaus- tai tietosuojakäytännöistä, mukaan lukien tämän lomakkeen omistajan käytännöistä. Älä koskaan luovuta salasanaa kenellekään.

Palvelun tarjoaa Microsoft Forms | [Tietosuoja ja evästeet](#) | [Käyttöehdot](#)

Liite 6: Positiven ohjesivusto

Tervetuloa kokeilemaan Huomaa hyvä! -palvelua perheesi kanssa!

Kokeilu on osa Positiven kehittämistyötä sekä Laurea YAMK- opinnäytetyötä.





PALVELU



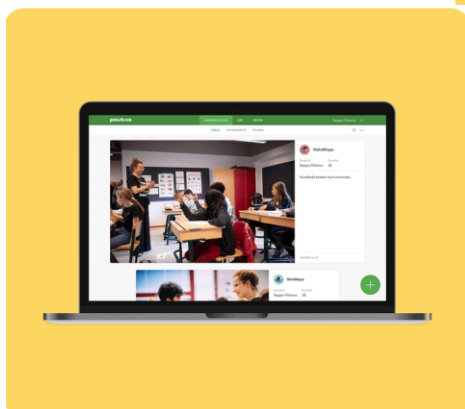
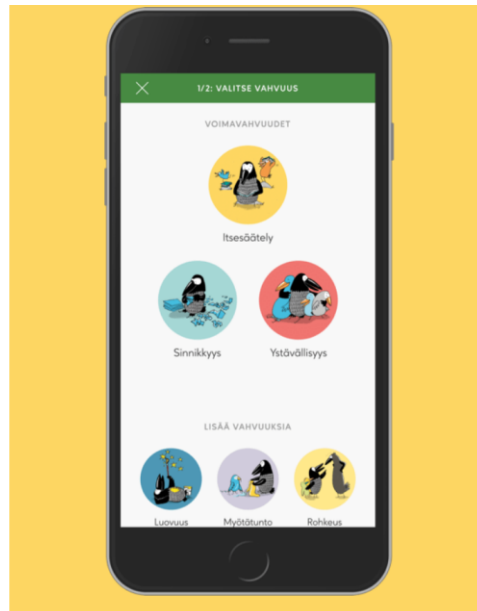
HYVÄN HUOMAAMINEN



YAMK -OPINNÄYTETYÖ

Huomaa hyvä! -palvelu ohjaa antamaan palautetta arkisista hyvistä tilanteista

Palvelussa esitellään 26 luonteessa olevaa vahvuutta, kuten ystävällisyys, sinnikkyys, rohkeus ja myötätunto. Palvelu auttaa sinua tunnistamaan näitä vahvuuksia ympärilläsi ja liittämään ne positiiviseen palautteeseen, jota annat läheisillesi.



Koulumaailmasta kotiympäristöön?

Huomaa hyvä! on suunniteltu alun perin kouluihin ja oppilaitoksiin. Palvelu on ihastuttanut monen opettajan, joten nyt haluamme tarjota palvelun myös perheiden koekäyttöön. Hyvän bongauksen lisäksi palvelusta löytyy paljon tietoa positiivisesta kasvatuksesta ja luontevahvuuksista.

Kokeile palvelua ja kerro kokemuksistasi

Palvelu kokoaa bongatut vahvuudet visualisoinniksi, josta näkyy hyvän huomaamisen aktiivisuus sekä perheessä eniten tunnistetut vahvuudet.



Miten palvelu toimii?



Hyvän huomaaminen on nopeaa, mutta unohtuu helposti arjessa

Hyvien hetkien havaitseminen on yksinkertaista, mutta kiireen keskellä välillä haastavaa. Huomio kiinnittyy helposti tekemättömiin tai häiritseviin asioihin, ja tällöin se kohdistuu siihen mikä on pielessä tai ärsyttää. Hyviä hetkiä ja pieniä onnistumisia tapahtuu kuitenkin päivittäin, ja juuri niiden huomaaminen on avain positiiviseen kasvatukseen. Tuntuu hyvältä tulla nähdyksi silloin kun toimii hyvin!

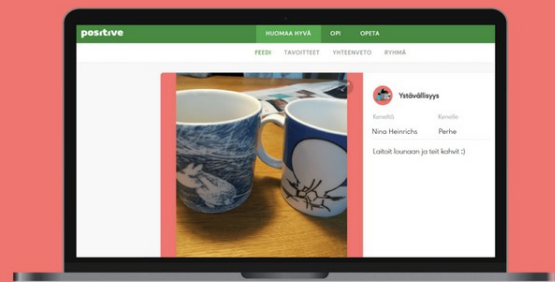
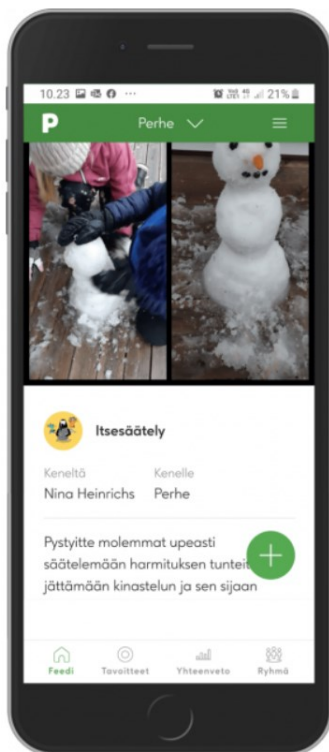
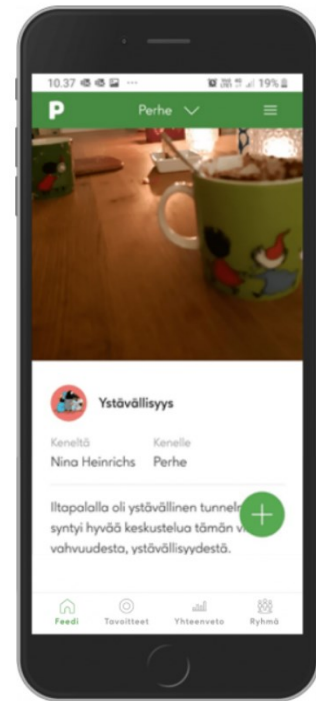
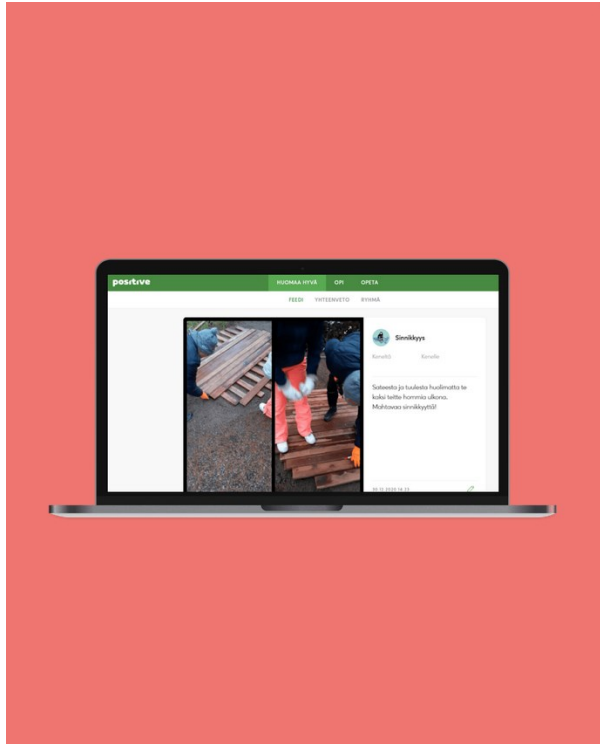
Hyvän huomaaminen tarkoittaa tavallisten hyvien hetkien tunnistamista. Taltioimisen arvoisia hetkiä ovat yhtä lailla ystävälliset sanat ja aamuhalaukset kuin auttaminen ruoanlaitossa. Onnistumisia ovat myös ne kerrat, kun pidättäytyy huutamasta toiselle, vaikka hermot ovat kireällä tai kun vielä kerran yrittää ratkaista hankalan tehtävän, vaikka oppiminen tuntuikin vaikealta.

Nämä edellä kuvatut teot kertovat luontevahvuuksien käyttämisestä. Ystävälliset sanat ja halaukset voivat kertoa esimerkiksi rakkaudesta, myötätunnosta tai sosiaalisesta älykkyydestä. Toisen auttaminen on esimerkki reilueudesta siinä missä yhteinen kokkaushetki vahvistaa ryhmäytötaitoja. Itsensä hillitseminen kertoo itsesäätelyn voimasta ja pitkäjänteinen opiskelu sinnikkydestä tai sisukkuudesta.

Kun näitä luontevahvuuksia oppii tunnistamaan ja yhdessä huomaamaan, ne alkavat rakentaa positiivista ja arvostavaa tarinaa itsestä sekä toisista. Kasvaessaan tämä tarina vaikuttaa sekä lapsen että aikuisen itsetuntoon ja itsetuntemukseen. Parhaimmillaan se kantaa läpi uusien haasteiden, koska tarinaan palaamalla voi helpommin muistaa missä kaikessa on aiemminkin selvinnyt ja onnistunut. Positiivinen perheen yhteinen tarina vahvistaa myös perheenjäsenten suhteita ja lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Esimerkkejä hyvän huomaamisesta perheessä

Jokainen perheenjäsen voi osallistua hyvän huomaamiseen. Kuvakaappauksissa näkyvä pyöreä varis-symboli kertoo minkä vahvuuden käyttöä perheenjäsen on huomannut



Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimukseen osallistuminen

Tervetuloa! Olet päässyt mukaan kokeilemaan Huomaa hyvä! -digipalvelua ja kertomaan kokemuksistasi. Vastauksista tehdään Laurea ammattikorkeakoulun YAMK opinnäytetyö. Tässä opinnäytetyössä selvitetään alku- ja loppukyselyllä sekä vapaaehtoisella, osalle osallistujista toteutettavalla, haastattelulla vanhempien kokemuksia Huomaa hyvä! -digipalvelusta. Tarkoituksena on saada tietoa palvelun kehittämiseksi. Mukaan on kutsuttu vanhempia, joiden lapsi/ lapset ovat oppilaina Positiven vahvuusperusteista opetusta kehittävässä koulussa.

Osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Osallistuminen tai siitä kieltäytyminen ei vaikuta mitenkään koulun ja vanhempien väliseen yhteistyöhön tai lapsenne saamaan opetukseen. Voitte myös keskeyttää osallistumisenne koska tahansa ilman syytä, ilmoittamalla siitä opinnäytetyöntekijä, Nina Heinrichsille, joka opiskelee sosionomi YAMK- tutkintoa Laurea Ammattikorkeakoulussa. Opinnäytetyötä ohjaa Laureasta yliopettaja Ossi Salin.

Tammikuussa 2021 lähetettävässä alkukyselyssä kartoitetaan esimerkiksi odotuksia sovelluksen käytölle ja minkälaisia ominaisuuksia palvelussa arvostetaan. Alkukyselyn jälkeen osallistujat saavat käyttöönsä Huomaa hyvä! -digipalvelun. Loppukysely toteutetaan samoin sähköisenä kyselyinä, neljän viikon digipalvelun kokeilumahdollisuuden jälkeen. Loppukyselyssä selvitetään digipalvelun käyttökokemuksia, miten digipalvelu tuki lapsen luonteenvahvuuksien huomaamista ja tukemista ja miten digipalvelun käyttö mahdollisesti muutti kodin ja koulun yhteistyötä.

Haastattelut toteutetaan toiveen mukaisesti joko etäyhteydellä tai riittävällä etäisyydellä koronaepidemia huomioiden. Haastatteluihin halukkailla on mahdollisuus kertoa enemmän käyttökokemuksistaan, digipalvelun käytön sujuvuudesta ja toiveistaan palvelun kehittämiseksi. Tiedonkeruu pyritään suorittamaan maaliskuun 2021 loppuun mennessä. Opinnäytetyöntekijä voi keskeyttää tiedonkeruun, mikäli tiedonkeruun loppuun saattaminen estyisi pakottavasta syystä.

Kerättävät vastaukset säilytetään salassa, niitä käsitellään luottamuksellisesti ja yksityisyyttä kunnioittaen. Opinnäytetyössä noudatetaan yleisiä tutkimuseettisiä periaatteita ja tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) eettisiä ohjeita. Tulokset raportoidaan nimettöminä. Osallistuvien henkilötietoja käsitellään ja säilytetään tietoturvasääntöjen mukaisesti eikä niitä anneta muiden kuin opinnäytetyön tekijän käyttöön sekä Positive Learning Oy:n työntekijälle digisovelluksen käyttöoikeuksien luomiseksi. Henkilötiedot hävitetään heti, kun se aineiston käsittelyn ja analyysin kannalta on mahdollista. Perheen tekemät merkinnät Huomaa hyvä! -digipalveluun näkyvät vain perheelle itselleen, eikä niitä pyydetä tiedonkeruuta varten. Valmistunut opinnäytetyö julkaistaan avoimesti Theseus-tietokannassa. Tavoite työn valmistumiselle on elokuu 2021.

Tarvittaessa lisätietoa:

Nina Heinrichs

Puh. 050 587 2842

nina.heinrichs@student.laurea.fi

YAMK-Opinnäytetyön toteutuspaikkana



Liite 7: Sähköposti alkukyselyyn vastanneille

Hei,

kiitos alkukyselyyn vastaamisesta. Olet saanut s-postiisi linkin, jonka kautta voit luoda tilin Huomaa hyvä! -digipalveluun. Viesti on lähetetty positive.fi s-postiosoitteesta. Jos et löydä kyseistä s-postia, tarkistathan myös roskapostisi. Mikäli kirjautumisessa ilmenee vaikeuksia, apua saat laittamalla viestiä support@positive.fi

Tästä linkistä pääset lukemaan tietoa ja vinkkejä digipalvelun käyttöön liittyen <https://positive.fi/perhe-laurea/>

Tervetuloa käyttämään Huomaa hyvä! -digipalvelua!

Ystävällisin terveisin,

Nina Heinrichs

YAMK-sosionomiopiskelija (SYA720KJ)

nina.heinrichs@student.laurea.fi

p. 050 587 2842

Laurea-Ammattikorkeakoulu

www.laurea.fi

3. Kerro tarkemmin mistä pidit digipalvelun sisällössä?

Kirjoita vastaus

4. Kerro vapaasti parannusehdotuksia digipalvelun sisältöön liittyen.

Kirjoita vastaus

5. Digipalvelun käyttömukavuus teknisten ominaisuuksien osalta: kirjautuminen, navigointi jne. *



	1 Heikko	2 Melko heikko	3 Ei heikko eikä hyvä	4 Melko hyvä	5 Hyvä	6 En osaa sanoa/ En käyttänyt digipalvelua
Yleisarvosana digipalvelun teknisistä ominaisuuksista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Kerro tarkemmin mikä käytössä (kirjautuminen ja tekniset ominaisuudet) oli sujuvaa?

Kirjoita vastaus

7. Kerro vapaasti parannusehdotuksia digipalvelun käyttömukavuuteen liittyen.

Kirjoita vastaus

8. Millä laitteella käytit digipalvelua (puhelin, tabletti, tietokone...)?

Kirjoita vastaus

9. Millä nettiselaimella (Firefox, Chrome, Edge, Safari, Samsung Internet, ...) käytit digipalvelua?

Kirjoita vastaus

10. Oliko sinulla teknisiä ongelmia digipalvelun käytössä? *

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa/ En käyttänyt digipalvelua

11. Arvioi Huomaa hyvä! -digipalvelun käyttökokemustasi seuraavien väittämien perusteella *


	1 Täysin eri mieltä	2 Jokseenkin eri mieltä	3 En samaa enkä eri mieltä	4 Jokseenkin samaa mieltä	5 Täysin samaa mieltä	6 En osaa sanoa/ En käyttänyt digipalvelua
Digipalvelu on selkeä ja helppokäyttöinen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Digipalvelujen toimintojen hahmottaminen on helppoa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Digipalvelussa on riittävästi ominaisuuksia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Digipalvelu sisältää paljon minua kiinnostavaa materiaalia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olisin valmis suosittelemaan Huomaa hyvä! -digipalvelua ystävälleni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Mitkä seuraavista tekijöistä saivat sinut käyttämään digipalvelua? Voit valita yhden tai useampia vaihtoehtoja. *

- Digipalvelu tarjosi minulle tietoa luonteenvahvuuksista
- Digipalvelu auttoi minua kiinnittämään huomiota lapsen luonteenvahvuuksiin arjessa
- Digipalvelun käyttäminen tuki omia vahvuksiani toimia vanhempana
- Digipalvelusta keskustelu muiden vanhempien kanssa tarjosi minulle vertaistukea
- Muistutukset luonteenvahvuuksien huomaamiseen ja digipalvelun käyttöön liittyen

15. Kuinka usein annoit positiivista palautetta MUUTEN KUIN digipalvelun kautta? *

- Yli 5 kertaa päivässä
- 3-5 kertaa päivässä
- 1-2 kertaa päivässä
- Joka toinen päivä
- Kerran viikossa
- Muutaman kerran kuukaudessa
- En osaa sanoa

16. Miten usein annoit positiivista palautetta perheenjäsenillesi kuluneen neljän viikon aikana Huomaa hyvä! -DIGIPALVELUN KAUTTA? Valitse seuraavista vaihtoehdoista: * 

- Yli 5 kertaa päivässä
- 3-5 kertaa päivässä
- 1-2 kertaa päivässä
- Joka toinen päivä
- Kerran viikossa
- En osaa sanoa
- En kertaakaan/ En käyttänyt digipalvelua

17. Montako positiivisen palautteen merkintää teit digipalveluun? *

Kirjoita vastaus

18. Mistä vahvuuksista annoit palautetta? Kirjoita vahvuus ja kustakin vahvuudesta digipalvelussa annettujen palautteiden lukumäärä. (Katso digipalvelun Yhteenveto-kohta)

Kirjoita vastaus

19. Jos digipalvelun käyttäminen oli vähäistä tai et käyttänyt sitä ollenkaan, mistä arvelet sen johtuneen?

Kirjoita vastaus

20. Halutessasi kuvaile yksi positiivinen merkintäsi digipalvelussa.

Kirjoita vastaus

21. Oliko luonteenvahvuuden liittäminen palautteen antamiseen vaikeaa? *

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa
- En käyttänyt digipalvelua

22. Kenelle perheenjäsenistäsi annoit eniten positiivista palautetta digipalvelussa?

Kirjoita vastaus

23. Kuinka moni perheestäsi käytti digipalvelua? *

- Käytin sitä yksin
- Myös puolisoni käytti digipalvelua
- Käytimme koko perhe yhdessä
- En osaa sanoa
- En käyttänyt digipalvelua
- Minä ja lapsi/ lapset käytimme digipalvelua

24. Katsoitteko yhdessä perheen kanssa positiivisia merkintöjä?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa
- Emme käyttäneet digipalvelua

25. Oliko digipalvelun Yhteenveto-näkymästä sinulle hyötyä?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa
- Emme käyttäneet digipalvelua

26. Kirjautuivatko perheenjäsenet digipalveluun omalla sähköpostillaan?

- Kyllä
- Ei
- Osa kirjautui osa ei
- En osaa sanoa
- Emme käyttäneet digipalvelua

27. Miten usein sait itse positiivista palautetta perheenjäseniltäsi MUUTEN KUIN digipalvelun kautta?
Valitse seuraavista vaihtoehdoista: *

- Yli 5 kertaa päivässä
- 3-5 kertaa päivässä
- 1-2 kertaa päivässä
- Joka toinen päivä
- Kerran viikossa
- Muutaman kerran kuukaudessa
- En osaa sanoa

28. Miten usein sait itse positiivista palautetta perheenjäseniltäsi kuluneen neljän viikon aikana Huomaa hyvä! -DIGIPALVELUN KAUTTA? Valitse seuraavista vaihtoehdoista: *

- Yli 5 kertaa päivässä
- 3-5 kertaa päivässä
- 1-2 kertaa päivässä
- Joka toinen päivä
- Kerran viikossa
- Muutaman kerran kuukaudessa
- En osaa sanoa
- En saanut ollenkaan palautetta digipalvelun kautta/ Perheenjäsenet eivät käyttäneet palvelua

29. Keneltä perheenjäseneltäsi sait eniten positiivista palautetta kuluneen neljän viikon aikana joko digipalvelussa tai muilla tavoilla? *

- Puolisolta
- Alle kouluikäiseltä lapselta
- 7-9-vuotiaalta lapselta
- 10-12-vuotiaalta lapselta
- 13-15-vuotiaalta lapselta
- 16-18-vuotiaalta lapselta
- muulta perheenjäseneltä

34. Haluaisitko käyttää tällaista palvelua jatkossakin? *

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

35. Vastausten kohdentamiseksi, ilmoita tässä vielä sama sähköpostiosoitteesi, jonka ilmoitit alkukyselyssä digipalvelun aktivointia varten. Tunnistetietosi poistetaan, kun aineisto on yhdistetty. Tulokset raportoidaan niin, ettei yksittäistä vastaajaa voi tunnistaa. *

Kirjoita vastaus

36. Lämmin kiitos vastauksistasi ja antamastasi panoksesta Huomaa hyvä! -digipalvelun kehittämistyöhön.

Halutessasi voit kirjoittaa vielä vapaata palautetta kehittäjille.

Kirjoita vastaus

Lähetä

Tämä on lomakkeen omistajan luomaa sisältöä. Lähettämäsi tiedot lähetetään lomakkeen omistajalle. Microsoft ei ole vastuussa asiakkaidensa suojaus- tai tietosuojakäytännöistä, mukaan lukien tämän lomakkeen omistajan käytännöistä. Älä koskaan luovuta salasanaa kenellekään.

Palvelun tarjoaa Microsoft Forms | [Tietosuoja ja evästeet](#) | [Käyttöehdot](#)

Liite 9: Haastattelun teemat

Haastattelija kertoo alussa:

- Haastattelu kestää noin 20–30 minuuttia
- Keskustelupalstalla näet teemat, jotta tiedät mistä tulemme keskustelemaan. Lisäksi teen vielä tarkentavia kysymyksiä (nämä eivät näkyvissä keskustelupalstalla).
- Vastaaminen on täysin vapaaehtoista, jos joku kysymys tuntuu siltä, että et halua siihen vastata voi sen kertoa.
- Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti eikä henkilöllisyyttäsi tuoda missään vaiheessa esiin.
- Palatakseni vastauksiin, minun on tallennettava haastattelu, joten sopiiko sinulle haastattelun tallentaminen? Kysyn tämän vielä uudestaan, kun aloitan tallennuksen.

Teema 1: Odotukset digipalveluun liittyen ennen sen käyttöä

Minkälaisia odotuksia sinulla oli digipalveluun liittyen?
Miten digipalvelu vastasi odotuksiasi?

Teema 2: Kokemuksesi digipalvelun käyttöön liittyen

Mikä digipalvelun käytössä oli sujuvaa?
Mitä osioita käytit digipalvelussa: Huomaa hyvä!, Opi ja Opetä?
Mitä mieltä olit digipalvelun sisällöstä, kuten tiedosta luonteenvahvuuksiin liittyen ja positiivisen palautteen antamisesta?
Minkälaisia sisältöön kehittämistoiveita sisältöön liittyen?
Minkälaisia kehittämissuhteita käyttöön liittyen?
Kuinka monta positiivista merkintää teit kokeilujakson aikana?
Mistä arvelet tämän johtuvan?
Minkälaisen esimerkin voisit antaa tilanteesta, josta teit merkinnän palveluun?

Teema 3: Digipalvelun merkitys luonteenvahvuuksien tunnistamisessa ja tukemisessa

Miten digipalvelu vaikutti luonteenvahvuuksien huomaamiseen ja nimeämiseen?
Miten digipalvelun käyttö vaikutti perheen vuorovaikutukseen?
Miten perheen hyvinvointi muuttui?
Miten hyvän huomaaminen vaikutti muuhun perhe-elämään?
Miten lapsi/ lapset reagoivat digipalvelun käyttöön?

Teema 4: Motivoituminen digipalvelun käyttöön

Mikä motivoi kokeilujakson aikana käyttämään digipalvelua?
Mikä motivoisi käyttämään digipalvelua jatkossa tai enemmän?
Minkälaisina koit muistutusviestit tai s-postit?

Teema 5: Kodin ja koulun yhteistyö digipalveluun liittyen

Miten digipalvelu muutti koulun ja kodin yhteistyötä?
Miten digipalvelu muutti ymmärrystäsi koulussa tehtävää vahvuusperusteista opetusta kohtaan?
Miten se voisi jatkossa muuttaa koulun ja kodin yhteistyötä?

Mitä haluaisit vielä kertoa Huomaa hyvä! -digipalveluun liittyen?