

# **Positiivinen pedagogiikka tukemassa henkistä hyvinvointia lapsen oppimisen polulla**

Varhaiskasvatuksen opettajan tutkinto-ohjelma (KK)

Kandidaatin tutkielma ROKL0724

Kasvatustieteiden tiedekunta

Turun yliopisto

Laatijat:

Ida Istolahti

Iidamaria Yli-Sikkilä

22.4.2024

Rauma

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

Kandidaatintutkielma

**Oppiaine:** Kasvatustiede / opettajankoulutuslaitos

**Tekijät:** Ida Istolahti, Iidamaria Yli-Sikkilä

**Otsikko:** Positiivinen pedagogiikka tukemassa henkistä hyvinvointia lapsen oppimisen polulla

**Ohjaaja:** Yliopistonlehtori, dosentti Timo Ruusuvirta

**Sivumäärä:** 24 sivua

**Päivämäärä:** 22.4.2024

Tiivistelmä

Tämä kandidaatintutkielma on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena ja lähteinä on käytetty tietokirjallisuutta sekä vertaisarvioituja tieteellisiä artikkeleja. Kirjallisuuskatsauksen aiheena on positiivinen pedagogiikka tukemassa henkistä hyvinvointia lapsen oppimisen polulla. Katsauksessa avataan positiivisen psykologian teorioita positiivisen pedagogiikan pohjana. Tarkastellaan luontevahvuuksien, motivaation, myönteisten tunteiden ja oppimisilmapiirin merkitystä osana positiivista pedagogiikkaa lapsen henkiselle hyvinvoinnille. Ensisijaisesti katsauksessa nostetaan esiin opettajan rooli positiivisen pedagogiikan toteutumiselle. Kirjallisuuskatsauksesta selviää, että positiivisen pedagogiikan ajattelumallia hyödyntämällä, opettaja luo hyväksyvän ja sensitiivisen ilmapiirin uuden oppimiselle. Positiivinen pedagogiikka tukee myös lapsen myönteistä oppijaminäkuva ja itsetuntoa sekä auttaa löytämään ja hyödyntämään lasten yksilöllisiä luontevahvuuksia.

**Avainsanat:** positiivinen pedagogiikka, positiivinen psykologia, luontevahvuudet, motivaatio, henkinen hyvinvointi, sitoutuminen

## Sisällys

<b>1</b>	<b>Johdanto.....</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>Perusta positiivisesta psykologiasta.....</b>	<b>6</b>
2.1	Itseohjautuvuusteoria yhtenä onnellisuuden lähteenä.....	7
<b>3</b>	<b>Motivaatio avaimena oppimiselle .....</b>	<b>8</b>
3.1	Myönteinen oppijaminäkuva.....	9
3.2	Flow-tila.....	9
<b>4</b>	<b>Vahvuudet henkisen hyvinvoinnin tukena .....</b>	<b>11</b>
<b>5</b>	<b>Positiivisen pedagogiikan elementtejä.....</b>	<b>14</b>
5.1	Myönteiset tunteet .....	14
5.2	Sitoutuminen.....	15
5.3	Ihmissuhteet.....	15
5.4	Merkityksellisyys .....	16
5.5	Saavuttaminen .....	17
<b>6</b>	<b>Positiiviset ja negatiiviset tunteet osana elämää .....</b>	<b>18</b>
<b>7</b>	<b>Pohdinta .....</b>	<b>21</b>
	<b>Lähteet.....</b>	<b>24</b>
	<b>Liitteet .....</b>	<b>Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.</b>

# 1 Johdanto

Positiivisen pedagogiikan ajattelumalli on nostanut suosiotaan niin varhaiskasvatuksessa kuin koulumaailmassakin. Lasten luontevahvuuksiin, tunnetaitojen kehittymiseen ja hyvinvoinnin lisäämiseen on alettu kiinnittämään enemmän huomiota. (Leskisenoja, 2017.) Opettajan roolia pidetään merkittävänä myönteisen oppimisilmapiirin sekä yhteisöllisyyden toteuttajana (Ranta, 2022). Lasten vahvuuksien löytäminen, niiden hyödyntäminen sekä toimintaan rohkaiseminen ovat opettajan tärkeitä tehtäviä (Salmela-Aro, 2018). Kiinnostuimme aiheesta, sillä positiivisen pedagogiikan ajattelumalli tukee juuri niitä hyvinvoinnin ja oppimisen alueita, jotka koemme itsellemme erityisen tärkeiksi, kuten vahvuuksien hyödyntäminen opetuksessa. Myös kokemukset omalta oppimisenpolulta saivat pohtimaan sitä, minkälaisen opettajaidentiteetin haluamme luoda tulevina varhaiskasvatuksen opettajina.

Lähdeaineiston pohjalta tutkitaan, mitä hyötyjä positiivisen pedagogiikan toimintatavoilla on lapsen henkiselle hyvinvoinnille oppijana. Avataan positiivisen pedagogiikan merkityksiä lapsen oppijaminäkuvaan, motivaatioon, vuorovaikutussuhteisiin ja oppimiseen sitoutumista. Tutkielmassa keskitytään opettajan rooliin lapsen hyvinvoinnin ja oppimisen tukijana. Tarkoituksena antaa todenmukaista näyttöä siitä, että lapsen vahvuuksien hyödyntäminen ja muut positiivisen pedagogiikan toimintatavat opettamisessa antavat lapselle myönteisiä oppimiskokemuksia, jotka kannattelevat lasta läpi elämän oppimisen polullaan.

Tutkimusmenetelmäksi valikoitui kuvaileva kirjallisuuskatsaus, sillä tahdottiin tutkia aihetta mahdollisimman monipuolisesti monesta näkökulmasta, käyttäen laajaa lähdekattausta. Lähteinä käytettiin vertaisarvioituja kansainvälisiä tutkimusartikkeleja ja tutkielman aiheeseen liittyvää tieteellistä kirjallisuutta. Kansainvälisesti positiivisesta pedagogiikasta käytetään termiä *positiivinen kasvatus*. Positiivinen pedagogiikka pohjautuu suhteellisen nuoresta positiivisen psykologian tieteenhaarasta, jonka empiirinen tutkimusaiheisto on rajallista. (Leskisenoja, 2017.)

Kirjallisuuskatsauksessa nostetaan esiin positiivisen psykologian tutkijoita ja käsitellään heidän teorioitaan. *PERMA-teoria* (Seligman, 2011) kiteyttää tärkeimmät positiivisen pedagogiikan elementit. Luontevahvuudet ja hyveet avataan *VIA-luokittelun* (Seligman & Peterson, 2004) avulla. Katsauksessa esitellään myös *itseohjautuvuusteoria* (Deci & Ryan, 1971), joka liitetään vahvasti sisäiseen motivaatioon. Sitoutuneisuutta tarkastellaan *Flow-käsitteen* (Nakamura & Csíkszentmihályi, 2014) kautta.

Positiivisen pedagogiikan lähtökohtana on tukea lapsen kehitystä, oppimista ja kokonaisvaltaista kasvua hyödyntämällä Seligmanin PERMA- teorian viittä tukipilaria. Teorian tukipilarit muodostuvat myönteisistä tunteista, toimintaan sitoutumisesta, välittävistä ihmissuhteista, merkityksellisyyden kokemuksista sekä saavuttamisesta. (Leskisenoja, 2019.) Positiivinen pedagogiikka pohjautuu positiiviseen psykologiaan, jonka ydinajatuksena on keskittyä lapsen vahvuuksiin ja niiden avulla kehittymiseen (Uusitalo, 2023). Vahvuuksiin keskittyminen on olennaista, sillä saadessaan positiivista ja rohkaisevaa palautetta lapsille kehittyy myönteinen kuva omista kyvyistään. Lapset saavat nauttia näin ylpeyden tunteesta sekä oppimisen ilosta. (Salmela-Aro & Nurmi, 2017, Sointu ym. 2017.)

Positiivinen pedagogiikka on avainasemassa oppimismotivaation sekä myönteisen oppijaminäkuvan muodostumisessa. Oppijaminäkuva rakentuu myönteiseksi, kun lapsella on realistinen käsitys omista taidoista ja kyvyistä. Myönteisen oppijaminäkuvan muodostumiseen tarvitaan opettajan taitoa suunnitella toimintaa, jossa lasten vahvuudet tulevat esiin. Myönteinen oppimisilmapiiri rohkaisee haastamaan itseään sekä sallii epäonnistumisen. Epäonnistumisiinkin voidaan suhtautua sensitiivisesti ja nähdä ne yhtenä oppimistilanteena. (Ranta, 2022.)

## 2 Perusta positiivisesta psykologiasta

Jokaisella ihmisellä on omat heikkoutensa, joihin huomio kiinnittyy valitettavan usein lapsen oppimisen polulla. Positiivisen psykologian lähtökohta on juuri päinvastainen, sillä siinä keskitytään yksilön vahvuuksiin heikkouksien sijasta. (Seligman, 2000.) Positiivisen psykologian ideana on löytää jokaisen yksilön vahvuudet ja rakentaa niiden avulla vankkaa henkistä hyvinvointia, joka kestää myös elämässä vastaan tulevat vaikeudet. Positiivisen psykologian tarkoituksena ei siis ole lähteä ratkaisemaan mitään tiettyä heikkoutta tai ongelmaa vaan hyväksyä ne ja löytää keinoja onnelliseen elämään omien vahvuuksien avulla. Ydinkohta positiivisessa psykologiassa on oman hyvinvoinnin lisäämisessä. Tarkoituksena on keskittyä siihen mikä yksilössä toimii parhaiten. (Seligman, 2004.)

Yksilön tavoiteltavista luontevahvuuksista muodostuvaa kokonaisuutta kutsutaan hyveeksi. Hyveet ovat olleet merkittävässä roolissa jo antiikin moraalifilosofiasta alkaen Aristoteleen julkaisemissa teoksissa, mutta käsitteenä se on nostettu päivänvaloon uudestaan positiivisen psykologian kehittyessä. Aristoteleen mukaan arvostettavat hyveet; viisaus, rohkeus, inhimillisyys, oikeudenmukaisuus, kohtuullisuus sekä henkisyys ovat edelleen yhtä arvostettavia. Hyveajattelussa keskitytään hyvän luonteen kehittämiseen sen sijaan, että kiinnitettäisiin huomio vain yksittäisten hyvien tekojen arvostamiseen. Henkinen hyvinvointi paranee hyveitä harjoittaessa, jolloin ihminen käyttää eri teoissa positiivisesti hyödyksi omia luontevahvuuksiaan. (Uusitalo-Malmivaara, 2014.)

Onnellisuutta pidetään nykykulttuurissamme yhtenä elämässä onnistumisen mittana. Epäselväksi kuitenkin jää, mitä onnellisuuden käsitteellä tarkoitetaan. Käsitteen epäselvyyden vuoksi onnellisuutta tutkiessa jaetaan se kolmeen onnellisuuden muotoon. Näitä onnellisuuden muotoja ovat positiiviset tunteet, elämäntyytyväisyys sekä eudaimonistinen onnellisuusperspektiivi, jossa tarkastellaan elämän arvokkuutta tarkemmin. Ihmisen kokemia positiivisia tunteita, kuten innostuneisuuden ja ilon määrää voidaan pitää yhtenä karkeana onnellisuuden saavuttamisen mittarina. (Martela, 2014.)

Elämäntyytyväisyys edustaa kognitiivista lähestymistapaa onnellisuuteen. Sen ajatellaan olevan ikään kuin kokonaisarvio omasta elämästä. Elämäntyytyväisyys syntyy niistä asioista, mitä odotamme ja toivomme eläältä ja kuinka hyvin ne toteutuvat. Osa tutkijoista on kuitenkin sitä mieltä, että pelkät positiiviset tunteet ja tyytyväisyys ovat liian kapeakatseinen

tapa määrittää onnellisuutta. (Martela, 2014.) Aristoteles toteaa, että oman potentiaalinen löytäminen ja hyveiden mukaan eläminen ovat keskeisessä roolissa onnellisuuden saavuttamiseen.

## **2.1 Itseohjautuvuusteoria yhtenä onnellisuuden lähteenä**

Itseohjautuvuusteorian (*self-determination theory*) (Deci & Ryan, 1971) mukaan on olemassa kahdenlaisia motivaation lähteitä, sisäisiä ja ulkoisia. Ulkoisessa motivaatiossa tehtävä tai toiminta toteutetaan palkkion tai rangaistuksen takia. Decin (1971) mukaan ulkoiset motivaatiot jopa heikentävät sisäisiä motivaatioita. Sisäinen motivaatio tarkoittaa, että motivaatio tulee henkilön omasta halusta ja hän on innokas toimimaan ilman minkäänlaisia ulkoisia palkkioita. Sisäisessä motivaatiossa ihminen kokee tekemisen mielekkääksi ja toteuttaa sen täysin omasta tahdostaan (Martela, 2014).

Sisäinen motivaatio on tärkeä oppimisen työväline ja hyvinvoinnin lähde. Kun halu oppia tulee sisältä itseltä, on se yhteydessä parempaan hyvinvointiin ja oppimistuloksiin. (Kasser & Ryan, 1996.) Lasten täytyy oppia saamaan sisäistä tyydytystä saavutuksistaan ilman, että he odottavat toiminnastaan ulkoisia palkintoja tai toimivat jonkin rangaistuksen uhalla (Young & Hoffman, 2004). Opettaja tukee sisäisen oppimismotivaation saavuttamista antamalla lapsille mahdollisuuksia vaikuttaa opetuksen sisältöön (Salmela-Aro, 2018). Sisällön suunnittelussa lasten kiinnostuksen kohteet ovat tärkeitä ottaa huomioon, sillä tavoitteena on nauttia itse tekemisestä saavuttaakseen sisäisen oppimismotivaation (Locke & Shattke, 2019).

Vaikkei sisäiseen motivaatioon tarvitakaan ulkoisia palkkioita, on positiivisen palautteen sekä kannustamisen merkitys huomattu kasvattavan sisäistä motivaatiota. Sen sijaan esimerkiksi raha palkintona tehdystä toiminnasta vähentää tutkitusti sisäistä motivaatiota. Tehtävään voi olla valmiiksi sisäistä kiinnostusta ja motivaatiota, mutta jos siitä yhtäkkiä palkitaankin ulkoisesti, motivaatio voi kokonaan vaihtua sisäisestä ulkoiseen. Tällaisessa tilanteessa henkilö keskittyy pelkästään palkkioon. (Deci, 1971.)

### 3 Motivaatio avaimena oppimiselle

Opetuksen tavoitteena on kehittää motivoivaa ja innostavaa pedagogista toimintaa käyttäen monipuolisia opetustapoja. Opetuksessa ja sen suunnittelussa huomioidaan lasten luontevahvuudet, taidot, mielenkiinnon kohteet sekä mahdolliset tuen tarpeet. (Vasu, 2022.) Positiivisessa pedagogiikassa motivaatio ja sen saavuttaminen on keskeisessä roolissa. Huomion keskittyessä positiivisiin ajatuksiin ja vahvuuksiin, lapset tulevat tietoisiksi omista kyvyistään, mikä lisää itseluottamusta ja näin myös oppimismotivaatiota. (Ranta ym. 2020.)

Wenströmin (2021) mukaan innostus oppimiseen on tavoiteltavaa sekä kertoo opettajalla olevan erityisen tärkeä rooli siinä, että oppilaiden innostus on saavutettavissa. Oppilaiden motivaatioon, suoriutumiseen ja opintoihin sitoutumiseen vaikuttaa negatiivisesti se, jos opettajat itse eivät nauti tekemästään työstään tai arvosta sitä. Martti Pietilän sanoin: *”Jotta opiskelija syttyisi, opettajan täytyy palaa”* kuvaa hyvin sitä millainen rooli opettajalla on oppilaiden innostuksen saavuttamiseen. Innostunut opettaja tekee usein työnsä eteen enemmän kuin pakollisen sekä hyödyntää monipuolisia ja kiinnostavia opetustapoja. Opettaja tuntee ryhmänsä ja heidän vahvuutensa, tarttuu heidän mielenkiinnonkohteisiinsa ja suunnittelee pedagogista toimintaa hyödyntäen niitä (Salmela-Aro, 2018).

Innostunut opettaja on energinen sekä voi hyvin myös työnsä ulkopuolella, tehdessään työtä, josta saa mielihyvää ja myönteisiä kokemuksia. On selkeästi todettu, että opettajan myönteiset tunteet työtänsä kohtaan ja niiden välittyminen oppilaille ovat syvästi yhteydessä opetuksen laatuun ja näin ollen oppilaiden oppimistuloksiin. (Wenström, 2021.)

Motivaationaalisesti haavoittuvat oppilaat ovat herkkiä ympäristön vihjeille, jotka herättävät epäluottamusta omiin taitoihin. Heidän kanssaan työskennellessä tulee yhdistää motivaation ja oppimisen tukeminen. Opettajan tehtävänä tavoitteiden asettamisen lisäksi on monipuolinen ohjaaminen, onnistumisten sekä edistysaskeleiden havainnointi. Opettajan positiivinen ohjaus ja myönteinen palaute lisäävät oppilaan jaksamista yrittää sekä saa aikaan pätevyyden kokemuksen. Kun oppilas tuntee onnistumisen tunteita edistysaskeleistaan ja ponnisteluistaan, luottamus omaan tekemiseen kasvaa. Opettaja voi vaikuttaa myönteisesti myös tarttumalla herkästi oppilaiden aloitteisiin. (Salmela-Aro, 2018.) Näin oppilas kokee, että hänen mielipiteitänsä sekä asiantuntijuuttansa arvostetaan (Leskisenoja, 2019).



### 3.1 Myönteinen oppijaminäkuva

Myönteisen oppimismotivaation tukemisen on katsottu olevan yksi avain lapsen hyvinvoinnin ja osallisuuden mahdollistamiseksi. Se on myös yksi opetussuunnitelman tärkeimmistä pedagogisen toiminnan tavoitteista, joka tukee ja edistää lapsen hyvinvointia ja oppimista. Oppimotivaatiota tukemalla voidaan vahvistaa lapsen omaa käsitystä itsestään oppijana ja vaikuttaa positiivisesti oppijaminäkäsityksen muodostumiseen. Positiivisen oppijaminäkäsityksen muodostuminen tarvitsee positiivisen ja myönteisiä tunteita sisältävän vuorovaikutussuhteen oppilaan ja opettajan välillä. Oppijaminäkäsityksen syntyyn vaikuttaa myös vertaissuhteet ja se, miten muut reagoivat hänen käytökseensä sosiaalisissa tilanteissa. (Ranta, 2022.) Opettajan on tärkeä luoda lämmin ilmapiiri uuden oppimiselle ja ottaa huomioon myös oppilaan asiantuntijuus, jotta opetus olisi mahdollisimman mielekästä (Leskisenoja, 2019).

Ranta (2022) on nostanut esiin lapsen myönteisen oppijaminäkuvan rakennusaineita. Opettajan on tärkeää ottaa huomioon se, että jokainen lapsi on yksilö ja hänellä on omat vahvuutensa. Näiden vahvuuksien pohjalta muodostuvat realistiset tavoitteet uuden oppimiselle. Vahvuuksiin siis kannattaa keskittyä, sillä uusien taitojen oppiminen edistyy helpommin vahvuuksien kautta. Opettajan tehtävänä on eriyttää toimintaa kaikkien lasten tarpeiden mukaan, sillä jokainen lapsi toimii ja oppii yksilöllisesti.

Jokainen lapsi tarvitsee huomiota ja kehuja, jotka voidaan konkreettisesti rinnastaa tehtyyn tehtävään tai toimintaan. Positiivista ilmapiiriä rakentaessa nostetaan koko ryhmälle yhteisesti myös yksilöiden vahvuudet esiin. Positiivisesta palautteesta tulee merkityksellisempää muun muassa, kun lasta päiväkodista hakiessa opettaja kertoo palautteen vanhemmalle niin, että myös lapsi kuulee sen. Tällöin lapselle muodostuu positiivinen kuva itsestä uuden oppijana ja lapsen minäpystyvyys kasvaa. On myös oleellista muistuttaa lapsille, että epäonnistumiset kuuluvat oppimiseen, eikä niistä tarvitse lannistua. (Ranta, 2022.)

### 3.2 Flow-tila

Motivoivassa opetuksessa opettaja tarttuu oppilaiden kiinnostuksen kohteisiin ja kuuntelee heidän ideoitaan ja toiveitaan (Leskisenoja, 2019). Motivoitunut oppija sitoutuu selvästi toimintaan. Sitoutumisella tarkoitetaan syvää uppoutumista ja kiinnostusta tehtävään tai

toimintaan. Sitoutuminen voidaan rinnastaa flow-käsitteeseen, jossa toteutettava toiminta tuntuu tekijästä niin palkitsevalta, että päämäärä toiminnalle on toissijainen. Flow-tilassa keskitytään intensiivisesti tehtävään tai toimintaan, jolloin ajantaju usein häviää ja tietoisuus itsestään eli reflektiivinen itsetietoisuus katoaa. (Nakamura & Csíkszentmihályi, 2014.)

Lapsella leikki johtaa usein flow- tilaan ja Csíkszentmihályin mukaan alle viisivuotiaat ovatkin suurimmaksi osaksi flow- tilassa (Nakamura & Csíkszentmihályi 2014). Vasussa (2022) todetaan, että leikkiminen on varhaiskasvatusikäisille lapsille motivoivaa sekä kokonaisvaltaista hyvinvointia kehittävää toimintaa. Leikki tuo lapsille ilon ja innostuksen tunteita sekä leikkiessä lapset oppivat uusia taitoja. Flow- tilassa lapsen taidot ja tehtävän haasteellisuus kohtaavat ja tällöin lapsi kokee toimintaan uppoutumista. Sanotaan, että kokiessaan flow-tilan ihminen olisi onnellisimmillaan (Leskisenoja, 2019). Vanhemmilla lapsilla flow-tilan saavuttamiseen tarvitaan tarpeeksi haastavia tehtäviä, joiden tekemiseen vaaditaan täydellinen työrauha. Näistä hyvänä esimerkkinä ovat ongelmanratkaisutehtävät. Haasteellisia tehtäviä tehdessä opettajan tarjoama tuki ja positiivinen palaute ovat lapselle ensisijaisen tärkeitä. (Leskisenoja, 2017.)

Flow-kokemusten saavuttamiseen vaikuttaa myös toiminnan aktiivisuus. Toiminnassa, jossa korostuu lasten aktiivisuus ja yhteistyö koetaan enemmän flow-kokemuksia kuin passiivisessa toiminnassa. (Nakamura & Csíkszentmihályi 2009.) Flow-tilasta puhutaan pääosin yksilöllisenä kokemuksena. Aktiivisessa toiminnassa, jota lapset suorittavat ryhmässä, flow-tilan saavuttaessa lapset kokevat kuitenkin jopa enemmän ilon tunteita, kuin yksin koetusta flow-tilasta. (Leskisenoja, 2017.)

Flow-kokemukset saattavat näyttää ulkopuolisesta helposti syntyviltä ja sujuvilta, mutta todellisuudessa ne tuntuvat tekijältä raskaalta ja jopa uuvuttavalta. Tällaiseen sitoutumiseen vaaditaan täydellinen keskittyminen ja kaikki energia kohdistetaan siinä hetkessä tehtävään toimintaan. Flow liitetään siis olennaiseksi tavaksi vahvistaa omaa hyvinvointia. (Nakamura & Csíkszentmihályi, 2009.)

## 4 Vahvuudet henkisen hyvinvoinnin tukena

Lapselle oppimisen kannalta on tärkeä tiedostaa omat vahvuutensa. On myös luotava mahdollisuus kehittää näitä vahvuuksia. Aikuisen tehtävänä on sanallistaa lapsen vahvuudet, sillä vasta silloin ne konkretisoituvat lapselle itselleen. Kun lapsi huomaa, että hän on hyvä sellaisenaan ja häntä arvostetaan omana itsenään, hänen kokonaisvaltainen hyvinvointinsa ja onnellisuutensa kasvaa (Wenström, 2021).

Yksi positiivisen pedagogiikan tärkeimmistä tavoitteista on saada oppijat tietoisiksi omista kyvyistään ja vahvuuksistaan. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016). Vahvuuksiksi määritellään yksilön kyvyt, taidot ja osaaminen jollakin tietyllä osa-alueella. Vahvuudet voivat olla näkyvissä olevaa erinomaisuutta ja taidokkuutta, mutta myös vielä piilossa olevaa potentiaalia ja kyvykkyyttä. (Lappalainen & Sointu, 2013.) Juuri ne ihmiset, jotka ovat tietoisia vahvuuksistaan ja osaavat hyödyntää niitä, kokevat elämässään myönteisiä asioita (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016).

Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen (2016) ovat kirjoittaneet luontevahvuuksista ja niiden merkityksestä. Luontevahvuudet ovat ominaisuuksia, jotka tuntuvat meistä luontaisilta ja niiden käyttäminen omassa arjessa ja kaikessa toiminnassa on sisäisesti motivoivaa (Brdar & Kashdan, 2010). Luontevahvuudet saavat esiin juuri ne parhaat ja moraalisesti arvokkaat ihmisyyden puolet, jotka näkyvät tunteissa, käyttäytymisessä ja ajatuksissa. Luontevahvuudet ja niiden tunnistaminen tukee laajasti hyvinvointiamme (Park, 2004).

VIA eli Values in Action (arvot toiminnassa) on luontevahvuusfilosofia. VIA:n tarkoituksena on hyveiden ja luontevahvuuksien löytäminen ja niiden käyttöön ottaminen osaksi jokapäiväistä toimintaa. VIA- luokitellaan kuuteen hyvealueeseen: *viisaus, rohkeus, inhimillisyys, oikeudenmukaisuus, kohtuullisuus ja henkisyys*. (Peterson & Seligman, 2004.) Päähyveiden lisäksi ”työrukkasena” 24 luontevahvuutta eli välineitä, joilla hyveet ilmenevät käytännössä (Uusitalo-Malmivaara, 2014). Seuraavassa kuviossa on listattu jokaiseen kuuteen hyvealueeseen lukeutuvat luontevahvuudet.



1 VIA-luokittelun hyvealueet ja niihin lukeutuvat luontevahvuudet (Peterson & Seligman, 2004)

Luontevahvuuksien tunnistaminen ja niiden kautta eläminen tarjoavat onnistumisen kokemuksia ja tukevat vahvaa itseluottamusta (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016). Omien vahvuuksien tunnistaminen sekä niistä saatava positiivinen palaute motivoivat oppimaan ja tukee näin esimerkiksi yksilön myönteistä oppijaminäkuvaa (Lappalainen & Sointu, 2013).

Oppijaminäkuvalla tarkoitetaan sitä, minkälaisia uskomuksia ja tavoitteita yksilöllä itsellään on oppimiseen liittyen ja minkälaiseksi hän kokee opiskelun ja siitä suoriutumisen. Silloin on kyse myönteisestä oppijaminäkuvasta, kun yksilö on tyytyväinen omiin suorituksiinsa sekä osaa arvioida itseään ja omia kykyjään myönteisesti. (Lappalainen & Sointu, 2013.)

Positiivisessa pedagogiikassa tavoitteena on muun muassa tunnistaa ja hyödyntää omia vahvuuksia, voimavaroja sekä arvoja ja oppia elämään ja toimimaan niiden mukaan. Tällöin yksilö kokee merkityksellisyyden tunnetta, uskaltaa toteuttaa itseään, ja näin ollen löytää oman sisäisen potentiaalinsa. (Wenström, 2021.)

Ranta (2022) toteaa, että jokaisella lapsella on jo olemassa jotakin vahvuuksia ja opettajan tehtävänä on asettaa yksilöllisesti harjoiteltavat tavoitteet niiden pohjalta. Yksilölliset tavoitteet ovat hyödyllisiä lapsen kasvun ja kehityksen kannalta ja näin ollen lapsen yksilöllisistä tarpeista, oppimisen tavoitteista sekä mielenkiinnon kohteista on tärkeä käydä keskustelua niin lapsen, kuin myös huoltajan kanssa (Esiops, 2014). Myös opetussuunnitelmissa sekä henkilökohtaisissa pedagogisissa asiakirjoissa vahvuudet tulisi huomioida selkeästi. Erityisoppilaiden vahvuuksien esiin saaminen on erityisen arvokasta, sillä usein heidän osaamisensa akateemisia taitoja vaativissa tehtävissä on vähäisempää muihin verrattuna. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016.)

Lapsen minäkuva ei saa määrittyä hänen oppimisensa tai käyttäytymisen haasteiden perusteella (Leskisenoja, 2019). Varsinkin erityistä tukea saavat lapset tarvitsevat onnistumistaan myönteistä palautetta ja huomiota, jotta heidän itsetuntonsa ja oppijaminäkuvan kehitys olisi myönteistä (Esiops, 2014). Myönteisen palautteen tulisi rohkaista sinnikkääseen yrittämiseen sekä itse oppimisprosessiin, ei niinkään oppimisen lopputulokseen (Ranta, 2022). Vahvuusajattelussa lapsen kognitiiviset ominaisuudet ovat toissijaisia. Painopiste vahvuusajattelussa on niissä piirteissä, jotka saavat lapsen toimimaan ja mahdollistamaan muun muassa kognitiivisen tiedon käyttämisen. (Uusitalo-Malmivaara, 2014.)

## 5 Positiivisen pedagogiikan elementtejä

Positiivinen pedagogiikka konkretisoituu Seligmanin (2011) kehittäessä PERMA-hyvinvointiteoriassa. PERMA-teorian mukainen positiivinen kasvatus soveltuu niin kouluun, päiväkotiin kuin koteihinkin. PERMA-teorian käyttäminen on suosittua erityisesti koulussa, koska se antaa selkeät ja konkreettiset raamit hyvinvointiopetuksen suunnitteluun. Seligmanin mukaan hyvinvointi on moniulotteista ja jakautuu viiteen eri elementtiin: myönteiset tunteet (Positive emotions), sitoutuminen (Engagement), ihmissuhteet (Relationships), merkityksellisyys (Meaning) ja saavuttaminen (Accomplishment). Kaikilla viidellä pilarilla on kolme yhteistä piirrettä: tukevat hyvinvointia, tavoiteltavia oman itsenä vuoksi ja niitä voi mitata itse (Uusitalo- Malmivaara & Vuorinen, 2016).

### 5.1 Myönteiset tunteet

PERMA-teorian ensimmäisenä elementtinä on myönteiset tunteet (Positive emotions), joita pidetään hyvinvointimme kulmakivenä. Myönteisiä tunteita ovat esimerkiksi tyytyväisyys, ilo ja kiitollisuus. Nämä tunteet vaikuttavat positiivisesti lasten ihmissuhteisiin, käyttäytymiseen sekä oppimistuloksiin. (Leskisenoja, 2017.) Myönteiset tunteet kohentavat yksilön hyvinvointia monella eri tavalla. Ne lisäävät ongelmanratkaisukykyä ja kykyä vastaanottaa uutta tietoa, jolloin myös toipumiskyky parantuu. On myös helpompi katsoa asioita laatikon ulkopuolelta ja näin kehittää erilaisia ajattelu- ja toimintatapoja.

On todettu, että myönteiset tunteet lisäävät yhteenkuuluvuuden tunnetta siirtymällä minäajattelusta me-ajatteluun. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) on nostettu esiin seuraava: ”Jokaisella lapsella on oikeus kuulua ryhmään, osallistua yhteiseen toimintaan sekä kasvaa omaan potentiaaliinsa vahvuuksien ja myönteisten oppimiskokemusten avulla yhdessä vertaistensa kanssa.” Yhteenkuuluvuuden tunne rikastuttaa lasten ryhmätyö- ja vuorovaikutustaitoja (Trogen, 2021).

Trogenin mukaan (2021) aikuisella on merkittävä rooli myönteisten tunteiden tunnistamisessa ja vahvistamisessa. Lapsen kanssa on hyvä pysähtyä ja keskustella hänen kokemastaan tunnereaktiosta ja siihen liittyvistä kehon tuntemuksista. Kun myönteisiin tunteisiin pysähtyy mahdollisimman usein, ne ovat helpommin koko ajan mielessä. Kun myönteiset tunteet kulkevat mukana, ne on helppo aktivoida vaikeissakin tilanteissa palaamalla niihin tietoisesti.

## 5.2 Sitoutuminen

Sitoutumisella tarkoitetaan syvää kiinnostusta ja uppoutumista tehtävää kohtaan, sitoutuminen rinnastetaankin siksi usein flow- tilaan. Sitoutuminen tehtävään tai toimintaan määritellään nautinnon, keskittymisen ja syvän kiinnostuksen yhtäaikaisena tilana. (Leskisenoja, 2017.) Lapsen ollessa sitoutunut toimintaan hän on keskittynyt, sinnikäs ja omistautunut tehtävään. Sitoutuminen avaa mahdollisuuden myönteisiin oppimiskokemuksiin sekä toimii puskurina väistämättä vastaantulevia haasteellisia elämäntilanteita vastaan. (Leskisenoja, 2019.)

Leskisenojan (2019) mukaan sitoutumisen aikaansaamisessa on otettava huomioon aikuisen toiminnan rooli, sillä lämmin ja myönteinen ilmapiiri edistää tutkitusti sitoutuneisuutta työskentelyyn. Sitoutumiseen liitetään myös läheisesti jo aiemmin avaavamme flow-käsite (Nakamura & Csíkszentmihályi 2009) sekä lähikehityksen vyöhykkeen käsite (Vygotski, 1978). Lähikehityksen vyöhykkeen tarkoituksena on ottaa huomioon jo päätyneiden syklien ja kypsymisen lisäksi myös ne, jotka ovat vasta muotoutumassa ja kehittymässä. Lähikehityksen vyöhykkeen avulla hahmotetaan siis lapsen lähitulevaisuus ja kehitystila. (Vygotski, 1978.) Täydellinen sitoutuminen toimintaan saavutetaan silloin, kun lapsen kyvyt ja tehtävän haasteellisuus ovat tasapainossa (Leskisenoja, 2019).

## 5.3 Ihmissuhteet

Pihlajan ja Viitalan (2019) mukaan ryhmään kuuluminen on ihmiselle luontaista. Ensimmäinen ryhmä, mihin ihminen kuuluu, on perhe, johon hän syntyy. Ihmisen kokema arvostus ja rakastetuksi tuleminen omana itsenään, on yksi merkittävimmistä tekijöistä hyvään ja onnelliseen elämään sekä kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Myös lapsen itsetunto ja minäkäsitys kehittyy ja kasvaa sosiaalisten suhteiden myötä. Vahvan ja hyvän itsetunnon omaava kasvattaja näyttää esimerkkiä monenlaisten tunteiden käsittelystä piilottelematta omia tunteitaan. Tällaisten tunnetaidoiltaan taitavien aikuisten keskellä lapsen on hyvä kasvaa ja kehittyä.

Ihminen tarvitsee niin myönteisiin kuin negatiivisiinkin tunteisiin muiden tukea ja välittämistä. Siksi sanotaan, että ilman hyviä ja välittäviä ihmissuhteita on mahdotonta saavuttaa täyttä onnellisuutta. (Leskisenoja, 2019.) Yhteisö ja välittävät kasvattajat tukevat lapsen itsetuntemusta sekä itseluottamusta ja tarjoavat positiivisia kokemuksia. Ystävyysuhteiden

luominen ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu alkaa jo varhaiskasvatusryhmässä, joka on usein lapsille se toinen ryhmä ja yhteisö, johon hän kuuluu perheen lisäksi. (Pihlaja & Viitala, 2019.) Hyvien ystävyys-suhteiden ansiosta lapsi välttyy ulkopuolisuuden ja kiusatuksi tulemisen haavoittavilta kokemuksilta sekä opettaa kiintymyksen ja luottamuksen osoittamista. Aikuisen vastuulla onkin auttaa lapsia solmimaan myönteisiä ihmissuhteita. Tärkeänä tehtävänä on myös pysyä perillä siitä, mitä lasten välisissä suhteissa tapahtuu, puuttua ristiriitaisiin tilanteisiin ja antaa työkaluja niiden selvittämiseksi. (Leskisenoja, 2019.)

Leskisenoja (2019) puhuu välittävästä pedagogiikasta, joka kumpuaa pedagogisesta rakkaudesta. Pedagogisen rakkauden puolesta ovat puhuneet muun muassa Johann Pestalozzi, Uno Cygnaeus ja Martti Haavio. Pedagoginen rakkaus näkyy rakkautena ja välittämisenä niitä lapsia kohtaan, joiden kanssa työskennellään. Se on arvostamista, kannustamista, välittämistä ja kohdistuu kaikkiin lapsiin riippumatta heidän ulkoisista ominaisuuksistaan. Erityisesti niiden lasten kanssa, joilla on käytöshaasteita tai erityistarpeita, täytyy keskittyä hyvään ja nähdä myönteiset ominaisuudet pulmien takana. Lapsen minäkuva ei saa muodostua ainoastaan hänen haasteidensa varaan.

#### **5.4 Merkityksellisyys**

Positiivisen psykologian ytimessä on ajatus oman potentiaalinsa löytämisestä, itsensä toteuttamisesta ja merkityksellisyyden kokemisesta (Wenström, 2020). Bergmark ja Konstenius (2018) ovat tutkineet missä tilanteissa koulussa ollessaan lapset tuntevat olonsa merkitykselliseksi. Tutkimuksesta nousi esiin tilanteet, joissa lapsista tuntui, että joko muut oppilaat tai opettajat välittivät heistä. Nämä tilanteet saivat lapsille aikaan ilon tunteita. Lasten osallistaminen, heidän ajatusten kuunteleminen sekä heidän kykyihinsä uskomisen saa lapsen tuntemaan merkityksellisyyden tunnetta. Osallisuudella tarkoitetaan lapsen kohtaamista ja arvostamista ja ensisijaisesti lapsen mielipiteiden kuuntelemista. Kun lapsi kokee, että hänen mielipiteillään on väliä, hän tuntee ylpeyttä omasta sekä ryhmän osaamisesta ja tuntee olevansa tärkeä osa ryhmää. (Leskisenoja, 2019.)

Osallisuus ei saa jäädä vain aktiivisten ja helposti omia mielipiteitään esiin tuovien lasten varaan, vaan ryhmän kaikkien lasten mielenkiinnonkohteita ja mielipiteitä kuunnellaan. Jotkut lapsista eivät niin herkästi tuo mielipiteitään esille isoissa ryhmissä, jonka takia lasten



osallistamista voi tapahtua myös pienryhmissä sekä kahden kesken jutellessa. Hyväksyvä ilmapiiri ja lasten rohkaisu siitä, että juuri heidän mielipiteillään on väliä, tuottaa lapsille merkityksellisyyden tunnetta. Osallisuus ei vielä toteudu yhtä hyvin erityistä tukea tarvitsevien lasten sekä poikien osalta. Tilanteet, joissa lapsia osallistetaan jäävät helposti leikki-tilanteiden varaan, eikä arjen perus- ja hoitotilanteissa tartuta lasten osallistamiseen. Suunnitellessa toimintaa lapsia osallistamalla, aikuisen omat mielipiteet ja ennakoajatukset eivät saa vaikuttaa liikaa. (Leskisenoja 2019)

## 5.5 Saavuttaminen

Kaikki lapset kokevat nautintoa tavoitteiden saavuttamisesta ja niistä saatavista onnistumisen kokemuksista. Kun tavoitteet saadaan saavutettua, on aikuisen tehtävänä tehdä onnistumisen kokemukset näkyväksi lapselle hänelle sopivalla tavalla. (Leskisenoja, 2019.) Perry (2007) on tutkinut oppilaiden akateemisten tavoitteiden saavuttamista alkuopetuksessa. Tutkimuksessa opettajat tarjosivat lapsille sosioemotionaalista- sekä opetuksellista tukea eli loivat oppilaisiin myönteisiä sosiaalisia suhteita, tarjosivat tarpeeksi haastavia tehtäviä ja toimintaa sekä huomioivat lasten aloitteellisuuden. Tällaisessa luokkahuoneessa oppilaat saavuttivat omat akateemiset tavoitteensa parhaiten.

Tavoitteet ja niiden saavuttaminen konkretisoituu esimerkiksi lapsen henkilökohtaisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa. Varhaiskasvatussuunnitelmaan asetetaan tavoitteita ja sovitaan yhdessä lapsen ja huoltajien kanssa, miten lapsen kehitystä, hyvinvointia ja oppimista edistetään suunnitelmallisesti eteenpäin. (Opetushallitus, 2022.) Lasten tavoitteet voivat liittyä esimerkiksi kaveritaitoihin, käyttöön tai jonkun uuden taidon opetteluun (Leskisenoja, 2019). Tavoitteiden laatimisessa opettaja miettii lapsen taitotasoon ja nykyiseen tilanteeseen sopivat realistiset tavoitteet, jotka ovat saavutettavissa. Tavoitteiden asettamisen jälkeen opettajan luoma kannustava ilmapiiri ja pienten edistysaskeleiden seuraaminen saa lapsen keskittymään tekemiseen paremmin. Myös vertaispalaute sekä opettajalta saatava kannustava palaute lisäävät lapsen pätevyyden tunnetta. (Salmela-Aro, 2019.)

## 6 Positiiviset ja negatiiviset tunteet osana elämää

Vaikka puhutaan positiivisesta pedagogiikasta ja myönteisistä tunteista täytyy muistaa, että negatiiviset tunteetkin ovat sallittuja. On turhaa yrittää silotella elämässä eteen tulevia vastoinkäymisiä, sillä pettymyksiltä on mahdotonta välttyä. Lasta opetetaan tunnistamaan sekä nimeämään negatiivisia tunteita välittävä aikuinen tukena. Keskitytään siihen, kuinka vastoinkäymisistä voidaan selvitä ja jatkaa eteenpäin. (Leskisenoja, 2019.) Lapsen ja kasvattajan lämpimässä vuorovaikutussuhteessa empatia on suuressa roolissa ja voimakkaisiin tunteisiin reagoidaankin enemmän lämpimän empaattisesti kuin rankaisemalla (Ahonen, 2022). Kasvattajan ilmeet, eleet ja äänensävyt välittyvät helposti lapselle. Jos nämä esiintyvät negatiivisina, voi se aiheuttaa lapselle voimattomuuden tunteen (Trogen, 2021).

Etäisessä vuorovaikutuksessa aikuinen komentaa ja kieltää lasta, jotta saisi ohjattua käytöksen oikeaan suuntaan. Tällaisen kieltävän ja komentavan aikuisen olemus usein välittyy lapsille niin, että aikuinen on turhautunut heihin. (Heiskanen & Syrjämäki, 2022.) Kovat rangaistukset, kuten jäähyenkki tai muu nöyryyttäminen pitäisi jo unohtaa (Ranta, 2022). Lapsen täytyy saada luottaa siihen, että hänet hyväksytään juuri sellaisena kuin hän on, vaikka hän olisi pahalla tuulella tai harmistunut. Lapsille opetetaan, että negatiiviset tunteet kuuluvat jokaisen ihmisen arkeen, eikä niitä kannata pelätä. Vanhempien lasten kanssa voidaan pohtia mitä hyvää negatiivisistakin tunteista voi seurata. Tällaisesta tilanteesta hyvänä esimerkkinä on usein riitatilanteista syntyvä syyllisyyden tunne, josta seuraa halu sopia ja pyytää anteeksi. (Leskisenoja, 2019.)

Lasten haastava käyttäytyminen, on yksi alamme kuormittavimmista tekijöistä. Kasvattajan ammattitaitoa mitataan erityisesti haastavissa kasvatus- ja vuorovaikutustilanteissa, joita väistämättä ilmenee työskennellessään kasvatusalalla. Ammattitaitoinen kasvattaja ymmärtää sen, ettei lapsi tahallaan käyttäydy haastavasti tai uhmakkaasti ja osaa suhtautua käytökseen oikealla tavalla. (Ahonen, 2022.) Konfliktitilanne on oiva mahdollisuus niin lapselle kuin kasvattajalle oppia uutta siitä, miten tilanne saadaan ratkaisua myönteisten tunteiden kautta (Trogen, 2021). Ammattitaitoisella kasvattajalla on taitoa ja keinoja tunnistaa lapsen tunnetiloja ja tarpeita sekä kohdata niitä lämpimän empaattisesti (Ahonen, 2022). Konfliktitilanteisiin tulisi suhtautua ilman ennako- odotuksia ja nollata mielestä vanhat ristiriitatilanteet tai mahdolliset epäonnistumiset. Helposti lapsiryhmästä kerrottaessa tuodaan esiin juuri ne lapset keiden kanssa mahdollisesti voi syntyä haastavia tilanteita. Tästä syystä kasvattajalla voi olla

alitajuntaisesti jo valmiiksi negatiiviset odotukset lapsen kanssa toimimiseen. (Trogen, 2021.) Kielteinen rajaaminen sekä jatkuva huomauttelu ja liiallinen ”ei” sanan käyttö johtaa usein negatiiviseen kierteeseen. Lapsi kokee itsensä ongelmallisena ja muita häiritsevänä. Negatiivinen kierre on syytä, sillä se vaikuttaa negatiivisesti lapsen itsetunnon kehittymiseen. (Ahonen, 2022.)

Rannan (2022) mukaan lapsen sensitiivinen kohtaaminen ei ole sellainen ominaisuus, joka aikuisella joko on tai ei ole. Sensitiivistä kohtaamista pidetään taitona, jota voidaan harjoitella ja sen taustalla on ammatillinen tietämys sekä käytännön osaaminen. Lapsen sensitiivisen kohtaaminen perustuu vahvasti aikuisen omiin kykyihin hallita tunteitaan ja omaa käytöstään. Aikuisen sensitiivisyys on vastaamista lasten tunteisiin, huomion antamista sekä turvallisuuden ja emotionaalisen tuen tarjoamista (Kalliala, 2013).

Ranta (2022) on listannut rakennusaineita opettajan sensitiivisyydelle. Opettajalla täytyy olla koko ajan tuntosarvet pystyssä ja valmius tarttua lasten tunteisiin ja tarpeisiin. Käsikirjaa oikeanlaiseen kohtaamiseen ei ole, vaan se vaatii opettajalta hyvää lapsituntemusta. Opettajan oma olemus ja äänensävy vaikuttavat ilmapiiriin. ”Kuiskaus voi kuulua huutoa paremmin”, kuten sanonta kuuluu.

Lämpimässä lapsen ja aikuisen välisessä vuorovaikutuksessa on tilaa niin läheisyydelle kuin auktoriteetille. Fyysisellä olemuksella kuten lapsen tasolla toimimisella ja kosketuksella luodaan lapselle turvallista ja vahvaa suhdetta. Monesti juuri konfliktitilanteet ja niiden selvittäminen luovat turvallista ja hyvää suhdetta lapsen ja aikuisen välillä, jos niihin osataan suhtautua sensitiivisesti ja kärsivällisesti. Konfliktitilanteen tai muun ristiriidan jälkeen on lapsen tärkeä saada tuntea, että hän on saanut anteeksi ja asia on loppuun käsitelty. Lasten omaa ajattelua ja pohdintaa tukee se, että heille opetetaan, kuinka toimia toisen tehdessä väärin. (Ranta, 2022.)

Itsetunto on käsitteenä moninainen, johon kuuluu useampia osa-alueita. Joku voi kokea olevansa hyvä fyysisesti mutta kokea akateemisesti epävarmuutta. Oppimistilanteissa arvioidaan enemmän akateemisia taitoja, jotka aiheuttavat näiltä taidolta heikommille kolauksia itsetuntoon. Lapset, joilla on heikko itsetunto välttelevät tilanteita, jossa joutuvat poistumaan mukavuusalueeltaan. Itsetunnon epävarmat lapset puhuvat usein itsestään ja osaamisistaan

negatiivissävytteisesti. Oppimistilanteissa opettaja voi tukea itsetunnon kehittymistä antamalla konkreettisia kehuja ja tarjoamalla onnistumisen kokemuksia. (Ranta ym., 2020.)

## 7 Pohdinta

Kirjallisuuskatsaus käsitteli sitä, miten positiivinen pedagogiikka tukee lapsen hyvinvointia hänen oppimisen polullansa. Kirjallisuuskatsauksen lähdeaineisto vahvistaa, että positiivisen pedagogiikan ajattelumallin omaksumalla on mahdollista positiivisesti vaikuttaa lapsen myönteisen oppijaminäkuvan kehittymiseen sekä motivaatioon uuden oppimiselle. Myönteinen oppijaminäkuva kehittyy positiivisessa ja luotettavassa vuorovaikutuksessa opettajan ja oppijan välillä. (Ranta, 2022.) Myönteisen oppijaminäkuvan kehittyminen sekä positiivinen asenne uuden oppimiselle on selvästi yhteydessä parempiin oppimistuloksiin (Wenström, 2021).

Oppimisilmapiiri kuuluisi olla sellainen, että jokainen on hyväksytty omana itsenään ja jokainen saisi omasta oppimisestaan myönteistä palautetta sekä onnistumisen kokemuksia (Ranta, 2022). Lapsiryhmässä näistä positiivisista kokemuksista johtuvat myönteiset tunteet luovat yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka rikastuttaa lasten ryhmätyö- ja yhteistyötaitoja (Trogen, 2021).

Positiivisessa pedagogiikassa yhtenä keskeisimpänä tavoitteena on tuoda lapselle hänen luontevahvuutensa esiin sekä antaa mahdollisuuksia hyödyntää ja kehittää niitä (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016). Vahvuudet eivät välttämättä ole pelkästään näkyvää taidokkuutta vaan myös piilevää potentiaalia ja kyvykkyyttä (Lappalainen & Sointu, 2013). Lapsille voi olla vaikeaa itse tiedostaa ja hyödyntää omia vahvuuksiaan, joten opettajan tehtävänä on olla sanallistamassa ja tukemassa tätä prosessia (Ranta, 2022). Prosessin tukena voi hyödyntää VIA: a (Peterson & Seligman 2004) eli luontevahvuusfilosofiaa, jonka avulla voidaan löytää itsestä juuri ne parhaat ihmisyyden puolet ja saada ne osaksi jokapäiväistä elämää (Park, 2004).

Hyvän itsetunnon ja oppijaminäkuvan kehittymiselle olennaista on luontevahvuuksien löytyminen sekä niistä saatava positiivinen palaute (Ranta ym., 2020). Ihmiset, jotka tunnistavat ja osaavat hyödyntää omia vahvuuksiaan kokevat enemmän myönteisiä asioita elämässään (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016). Vahvuuksien pohjalta opettaja asettaa yksilölliset tavoitteet ja eriyttää toimintaa. Yksilöllisesti luodut tavoitteet ovat lapsen itsetunnon ja oppimisen kannalta merkityksellisiä, sillä jokainen oppii omalla tavalla omana itsenään. (Ranta, 2022.)

Tutkimastamme kirjallisuudesta tulee ilmi, että opettajalla on merkittävä rooli lasten motivaation saavuttamisessa. Motivoivassa opetuksessa huomioidaan lasten mielenkiinnon kohteet. (Vasu, 2022.) Kun mielenkiinnon kohteet on otettu huomioon sisällön suunnittelussa, on tekeminen lähtökohtaisesti lapsesta jo mielekkäämpää (Locke & Shattke, 2019). Tällöin itseohjautuvuusteorian (Deci & Ryan, 1971) mukainen sisäinen motivaatio saavutetaan. Sisäinen motivaatio on tärkeä oppimisen työväline. Kun halu oppia tulee itseltä, on paremmat oppimistulokset saavutettavissa. (Kasser & Ryan, 1996).

Opettajan täytyy olla tietoinen lasten osaamisen tasosta, sillä se vaikuttaa motivoivan toiminnan suunnitteluun (Salmela-Aro, 2019). Osaamisen taso ja tehtävän haasteellisuuden tasapainottelu on opettajalta oleellinen ja tärkeä taito, sillä toiminnan ollessa lapsista sopivan haasteellista, toimintaan on helpompi sitoutua (Leskisenoja, 2019). Syvästä sitoutuneisuudesta seuraa usein oppimiselle tavoiteltava flow-tila, jossa keskittyminen tehtävään tai toimintaan on niin intensiivistä, että ajantaju katoaa (Nakamura & Csíkszentmihályi, 2014). Näin ollen sisäinen motivaatio saavutetaan flow-tilassa. Ulkoista motivaatioita ei tarvita flow-tilan saavuttamiseen ja ne saattavat jopa heikentää sisäistä motivaatiota. (Deci & Ryan, 1971.)

Vaikka tässä kirjallisuuskatsauksessa korostuu useassa kohdassa positiivisuus sekä myönteiset tunteet ja kokemukset, positiivisen pedagogiikan tarkoituksena ei kuitenkaan ole tarkoitus poissulkea negatiivisia tunteita tai vastoinkäymisiä. Sen sijaan tarkoituksena on opettaa lapsille suhtautumista niihin ohimenevinä haasteina lannistamatta heitä. (Leskisenoja, 2019.)

Aihetta voisi tutkia lisää motivaation näkökulmasta. Lapsille voitaisiin tehdä haastattelututkimus, jossa selvitetäisiin millaisissa opetustilanteissa lasten motivaation lähde on sisäinen. Tässä tutkimuksessa yritettäisiin selvittää, onko sisäisen motivaation saavuttaminen täysin yksilöllistä vai onko keinoja tai tilanteita, joilla suurin osa ryhmästä kokee tehtävään sisäistä motivaatiota.

Kirjallisuuskatsauksen johtopäätöksenä voidaan todeta, että positiivisella pedagogiikalla on paljon myönteisiä vaikutuksia lapsen hyvinvoinnille oppimisen polulle. Positiivinen pedagogiikka luo hyväksyvän ja sensitiivisen ilmapiirin oppimiselle sekä kasvamiselle. (Leskisenoja, 2019.) Tällainen ilmapiiri vaikuttaa myönteisesti oppijaminäkuvaan (Ranta, 2022). Myönteisellä oppijaminäkuvalla ja positiivisella asenteella lapsella on paremmat lähtökohdat saavuttaa hyviä oppimistuloksia (Wenström, 2021). Positiivisen pedagogiikka

mahdollistaa sen, että jokaisella olisi turvallinen sekä myönteisiä tunteita ja -kokemuksia sisältävä oppimispolku.

## Lähteet

- Ahonen L. (2022) *Haastavat kasvatustilanteet: Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja* PS-Kustannus (3. painos)
- Aristoteles (2008) *Nikomakhoksen etiikka* (suom. Knuutila S.) Gaudeamus. Helsinki
- Begmark U. & Konstenius C. (2018) Students' Experiences of Meaningful Situations in School *Scandinavian journal of educational research*, 62, 538–554
- Brdar I. & Kashdan T. (2010) Character strengths and well-being in Croatia: An empirical investigation of structure and correlates. *Journal of research in personality*, 44, 151–154
- Csikszentmihalyi M. (2014) *Flow and the Foundations of Positive Psychology The Collected Works of Mihaly Csikszentmihalyi* Springer Dordrecht.
- Deci E. (1971) Effects of externally mediated rewards on intrinsic motivation *Journal of Personality and Social Psychology*, 105
- Esiopetussuunnitelman perusteet (2014) *Opetushallinto*
- Heiskanen N. & Syrjämäki M (2022) *Pienet tuetut askeleet – Varhaiskasvatuksen uudistuva tuki ja kehittyvät käytännöt* PS-Kustannus (2. painos)
- Kalliala M. (2013) *Kato mua! – Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa* Kaudeamus
- Kasser R. & Ryan R. (1996) Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 280–287
- Lappalainen, K., Hotulainen, R., Kuorelahti, M., & Thuneberg, H. (2008). Vahvuuksien tunnistaminen ja tukeminen sosio-emotionaalista kompetenssia rakentamassa. *Pedagoginen hyvinvointi. Julkaisuja 41*. Helsinki: Suomen kasvatustieteellinen seura, 111–131.
- Lappalainen K. & Sointu E. (2013) Vahvuuksia tunnistamalla käyttäytymisen ja tunteiden hallintaa koulussa *Itä-Suomen kehittämisverkosto (ISKE-hanke)*
- Leskisenoja E. (2017) *Positiivisen pedagogiikan työkalupakki* PS-Kustannus.
- Leskisenoja E. (2019) *Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa – Toteuta käytännössä* PS-Kustannus (2. painos)
- Locke E. & Schattke K. (2019) Intrinsic and Extrinsic Motivation: Time for Expansion and Clarification *American Psychological Association*, 5, 277–290
- Martela F. (2014) *Positiivisen psykologian voima - Onnellisuuksien psykologia* PS-Kustannus



Nakamura J. & Csikszentmihalyi M. (2009) *Flow theory and research* Teoksessa Lopez S. J. & Snyder C. R. (toim.) *Oxford Handbook Of Positive Psychology* Oxford University Press, 195–206

Peterson C. & Seligman M. (2004) *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University press. New York

Pihlaja P. & Viitala R. (toim.) (2019) *Varhaiserityiskasvatus* PS-Kustannus. (2. painos)

Ranta S. (2022) *Kasvun juuret – Miten tuen lapsen oppimista ja hyvinvointia* PS-Kustannus (2.

painos)

Ranta S., Uusautti S., Hyvärinen S. (2020) The implementation of positive pedagogy in Finnish early childhood education and care: a quantitative survey of its practical elements *Early Child Development And Care*, 192, 425–441

Salmela-Aro K. (toim.) (2018) *Motivaatio ja oppiminen* PS-Kustannus.

Trogen T. (2021) *Positiivinen kasvatus* PS-Kustannus (3. painos)

Uusitalo-Malmivaara L. (toim.) (2014) *Positiivisen psykologian voima* PS-Kustannus (1. painos)

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. (2016). *Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luonteenvahvuutensa*. PS-Kustannus. Jyväskylä

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) *Opetushallinto*

Vygotsky L. (1978) *Mind in Society: the development of higher mental processes* Harward university press

Wenström S. (2020) *Positiivinen johtaminen – Johda paremmin opetus- ja kasvatusalalla*. PS-Kustannus. Jyväskylä

Young E. & Hoffman L. (2004) *Self-Esteem In Children: Strategies For Parents And Educators* *National Association of School Psychologists*