



LAPIN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF LAPLAND



University of Lapland

This is a self-archived version of the original article. It may differ somewhat from the publisher's final version, as the self-archived version is typically the accepted author manuscript.

Positiivisen kasvatuksen tutkimuksen merkitys

Uusiautti, Satu; Hyvärinen, Sanna; Äärelä, Tanja

Published in:

Kasvatus : Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja

Julkaistu: 01.01.2020

Document Version

Vertaisarvioitu versio

Citation for pulished version (APA):

Uusiautti, S., Hyvärinen, S., & Äärelä, T. (2020). Positiivisen kasvatuksen tutkimuksen merkitys. *Kasvatus : Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja*, 51(5), 535-538.

Positiivisen kasvatuksen tutkimuksen merkitys

Olipa kerran onnellinen ihminen

Eräänä päivänä aivan tavalliseen suomalaiseen perheeseen syntyy vauva, joka on kovin odotettu ja toivottu uusi perheenjäsen. Vanhemmat tekevät parhaansa hänen kasvattamisessaan: pyrkivät huomioimaan hänen tarpeensa ja tukemaan oikea-aikaista kehitystä (Sinkkonen 2020). Vanhemmat tukevat häntä kohti ensimmäistä tärkeää kehitystehtävää: perusluottamuksen luomista muihin ja itseen. Turvallisuuden elämys, kokemus hyväksytyksi tulemisesta sellaisena kuin on, ilman velvoitteita ansaita vanhempien rakkautta, on lapsuutta ohjaava peruselementti. Tässä vaiheessa vauvaan istutetaan niin sanottu optimistisuuden siemen, josta voi kasvaa yksi hänen myönteistä elämänsä kulkuaan parhaiten selittävistä tekijöistä. Kehitys etenee kohti yhä selkeämpää minätietoisuutta ja hallinnan tunnetta itsestä. Lapsi oppii toimimaan, tekemään aloitteita ja hyväksymään sen, ettei kaikki mene aina toivotusti – ei edes karkkihyllyä ohitettaessa kauppareissulla. Itsehillintä ennustaakin akateemista menestystä älykkyysosamäärää paremmin (Duckworth & Seligman 2005).

Varhaiskasvatuksessa ja koulussa menestyskulku vain jatkuu myönteisessä vuorovaikutuksessa (esim. Cousins 2017). Tahdikas, vahvuusperustaiseen opetukseen uskova opettaja löytää keinon tukea lapsen vahvuuksia ja ryhmässä toimimisen taitoja myös yhdessä kodin kanssa. Koulussa lapsi saa onnistumisen kokemuksia optimaalisissa oppimisolosuhteissa, tehokkaan palkitsemisen ja myönteistä oppijaminäkuvaava ja itsetuntoa tukevan vuorovaikutuksen saattamana. Lapsi myös oppii tunnistamaan ja hyödyntämään vahvuuksiaan ja ymmärtää niiden merkityksen myös tulevaisuudessa valinnoissaan, jotka liittyvät opiskelupaikkaan ja myöhemmin työelämään siirtymiseen (Hyvärinen, Uusiautti & Määttä 2018). Realistinen optimismi edistää toiveikasta suuntautumista tulevaisuuteen: lapsi uskoo voivansa tehdä valintoja, hän oppii ja selviytyy haasteista ja pystyy kehittymään (Bandura 2011; Seligman 2011).

Nuoruudessa kohdataan ikävaiheelle tyypilliset identiteetin löytämisen vaiheet. Nuori ilmentää myönteistä nuoruudenaikaista kehitystä kompetenssejään kehittäessään (Lerner

2009). Valmistuttuaan koulutuksesta nuori aikuinen hakeutuu työelämään. Vahvuuksiaan kuunnellen hän pystyy hakeutumaan ammattiin ja työhön, josta nauttii, jossa voi aktiivisesti kehittyä ja kehittää ja jossa voi aidosti menestyä. Aikuisena hän elää tasapainoista elämää, johon kuuluvat työn lisäksi myös onnellinen perhe, aktiivisuus ja mielekkäät, terveyttä ylläpitävät harrastukset. (Ks. esim. Uusiautti 2019.) Elämäntyönsä tehtyään ja menestyvät lapset kasvatettuaan tämä nyt jo ikäihminen nauttii isovanhemmuudestaan (Maijala, Määttä & Uusiautti 2018) ja katsoo hyväksyvästi menneisyyteen: elämällä on ollut merkitystä, omiin valintoihin voi olla tyytyväinen. On aika aktiivisen vanhuuden (del Barrio, Marsillas, Buffel, Smetcoren & Sancho 2018).

Kaikkien elämää ei leimaa myönteisyys

Onnellinen elämäntulkku, onnellinen ihminen. Tällaisia me suomalaiset olemme, maailman onnellisin kansa. Vai olemmeko? Aika moni lukijoista taisi ärsyntyä jo alkumetreillä. Mitä jos vanhemmat eivät pystykään tukemaan lastensa kehitystä odotetusti (esim. Locke & Newcomb 2004)? Entä käytöksellään vakavasti oireilevat (McDonough-Caplan, Klein & Beauchaine 2018), erityistä tukea tarvitsevat tai rikoksen poluille joutuneet (Gretton, Hare & Catchpole 2004), joiden tulevaisuus ei ruusuilla tanssimista lupaa? Entä työttömyyskierteeseen joutuneet, eronneet, masentuneet? Entä katkeraa vanhuuttaan elävät? Valitettavasti ihmiselo ei koskaan voi olla vapaa ongelmista, haasteista, häiriöistä ja vastoinkäymisistä. Suomessa tehtiin esimerkiksi vuonna 2019 lastensuojeluilmoitus yhteensä 85 746 lapsesta, eikä koskaan aiemmin ole ollut yhtä paljon kiireellisesti sijoitettuja, huostaan otettuja tai muuten sijoitettuja lapsia ja nuoria kuin vuonna 2019 (Forsell, Kuoppala & Säkkinen 2020). Samaan aikaan raportoidaan oppilaiden ja opiskelijoiden kasvavasta uupumuksesta ja mielenterveyden häiriöistä, nuorten itsetuhoisuudesta ja yleisemmin moninaisesta hyvinvoinnin ja pahoinvoinnin polarisaatiosta. Useiden vaikeuksien tiedetään periytyvän sosiaalisesti ja ylisukupolisesti (esim. Saari, Eskelinen & Björklund 2020).

Vaikka suomalaisten leimautumista maailman onnellisimmaksi kansaksi voi ja pitää kritisoida, on mielenkiintoista pohtia myös, mitä tuloksesta voidaan oppia. Itse asiassa tämän tekstin alun ideaali – myönteinen kehitys varhaislapsuudesta myöhäisikuisuuteen – edustaa juuri tätä näkökulmaa. Tutkimalla, miksi oppilas esimerkiksi menestyy hyvin koulussa, luo myönteisiä kaverisuhteita ja osoittaa korkeaa hyvinvointia, voidaan saavuttaa sellaista tietoa, joka paljastaa, mitkä yksilölliset ja yhteisölliset tekijät tukevat myönteistä toimijuutta. Miksi

myös esimerkiksi vakavasti vammautunut osoittaa kuntoutumisessaan jopa parempaa toimintatasoa kuin ennen vammautumistaan (Dunn, Uswatte & Elliott 2009)? Miksi entisestä nuorisorikollisesta tulee mitä parhain vanhempi omalle lapselleen (esim. Terävä & Eerola 2020)? Miksi vaikeista oloista ja täysin erilaisesta kulttuurista Suomeen tuleva maahanmuuttaja kotoutuu ja sopeutuu (ks. esim. Uusiautti & Yeasmin 2019)? Nämä ovat esimerkkejä kysymyksistä, joita voidaan lähestyä positiivisen kasvatopsykologisen tutkimuksen avulla.

Positiivisesta ponnistamalla suotuisimmat edellytykset elämälle

Yksilön näkökulmasta myönteisen toimijuuden elementit ovat voimavaroja, jotka auttavat tekemään itselle suotuisia, itseä ja muita arvostavia valintoja. Lisäksi ne auttavat kohtaamaan kriisejä ja toimivat jopa puskureina häiriöiden pahenemista vastaan. Meille kasvattajille tämä ymmärrys on nykypäivänä erityisen tärkeää. Esimerkiksi lasten ja nuorten vahvuuksia sanoittamalla annamme heille välineitä kokea tekemisen iloa ja nähdä itsensä myönteisellä tavalla. Vaikutus säteilee lähiympäristöön: iloiset ihmiset ovat suosittua riistaa ystävyyksien saalistamisen areenoilla. Vastavuoroiset ihmissuhteet taasen ovat yksi tärkeimmistä hyvinvoinnin kulmakivistä. Usein pohditaan sitäkin, voiko onnellisuutta tunnistaa kokematta sen vastakohtaa. Tietty määrä pettymyksiä ja vastoinkäymisiä varmasti tarvitaan, eikä niiltä kukaan voi välttyäkään – olennaista on, kuinka kasvattajina pystymme tukemaan myönteistä kehitystä näissäkin tilanteissa.

Suomen porskuttamista onnellisten maiden kärjessä voivat selittää myös yhteiskunnalliset rakenteet sekä verkas myönteinen kehitys elämänlaadussa eri mittareilla mitattuna. Sakari Karvosen (2019) hyvinvointi-indikaattorikatsauksen mukaan selvimmät myönteiset muutokset viime vuosina ovat koulukiusaamisen vähentyminen, ystävättömien poikien osuuden pieneneminen, yksinäisten eläkeikäisten naisten osuuden pieneneminen sekä elämänlaadun paraneminen muilla paitsi työikäisillä miehillä. Myös suomalaisten yleinen terveys on kohentunut.

Tämän teemanumeron tavoitteena on tuoda esiin monipuolista tutkimusta, jota Suomessa tällä hetkellä tehdään positiivisen kasvatuksen kentällä. Aiheet ovat mitä moninaisimpia ja kertovat niistä tavoista, joilla myönteistä kehitystä voidaan tukea. ”Aika paljolle vaikuttaa minkälainen ilme opettajalla on naamalla”, totesi nuori vanki Äärelän tutkimuksessa (ks.

Äärelä, Määttä & Uusiautti 2016). Toteamus osuu asian ytimeen. Jotta voimme taata suomalaisten onnellisuuden vastaisuudessaakin, myös kasvattajien, vanhempien, koulujen ja opettajien täytyy ilmentää optimismia, itsearvostusta ja muiden huomioimista. Jos haluamme kasvattaa välittäviä ja toimintakykyisiä kansalaisia, on tärkeä opettaa hyvinvointitaitoja ja tukea realistista optimistisuutta, jolla pessimismin sudenkuoppia ja terveysvaaroja voidaan välttää.

Sanonnan mukaan *nousuvesi nostaa kaikkien veneitä, joten kaikki hyötyvät siitä* (Saari ym. 2020, 38). Ei ole sellaista hyvän tuurin hannuhanhea tai epäonnen akuankkaa, jolle ei omien vahvuuksien hyödyntäminen tai positiivinen kannustus tulisi tarpeeseen. Kasvatustieteessä positiivisen psykologian tutkimustulokset toteutuvat ymmärryksenä ja tietoutena siitä, minkälainen rooli tällaisella otteella on myönteisen kehityksen ja kasvun tukemisessa. Positiivinen kasvatopsykologia ottaa huomioon jokaisen erityispiirteet ja etsii myönteistä luoden sen avulla ennaltaehkäiseviä ja tukevia keinoja, joiden avulla on helpompaa luovia elämän nousu- ja laskuvesissä. Miten tietoa hyödynnetään esimerkiksi periytyvän huonosuorituksen kierteen katkaisemiseen? Tarvitsevatko kaikki saman määrän positiivista, vai olisiko sitä ehkä tarjottava joillekuille enemmän kuin toisille? Voimmeko pitää yhteiskunnan onnellisuutta yhteisenä nousuvetenä, joka tuottaa hyvinvoinnin perustaa kaikille? Toisaalta yksilön henkilökohtainen nousuvesi muodostuu hyvinvoinnin elementtien läsnäolosta elämässä, myönteisistä toimintastrategioista ja oman potentiaalin tunnistamisesta ja hyödyntämisestä. Tällöin se heijastuu myös häntä ympäröiviin ihmisiin ja laajentaa nousuveden vaikutuksia. Kasvattajan tehtävänä onkin tarkkailla, kenen ankkuri pitää, kenellä köysi on vaarassa irrota, kenen veneen pohja kaipaa vahvistamista.

Satu Uusiautti, Sanna Hyvärinen & Tanja Äärelä

Lähteet

Bandura, A. 2011. A social cognitive perspective on positive psychology. *International Journal of Social Psychology* 26 (1), 7–20.

del Barrio, E., Marsillas, S., Buffel, T., Smetcoren, A-S. & Sancho, M. 2018. From active aging to active citizenship: The role of (age) friendliness. *Social Sciences* 7 (8), 134. <https://www.mdpi.com/2076-0760/7/8/134>.

Cousins, S. B. 2017. Practitioners' constructions of love in early childhood education and care. *International Journal of Early Years Education* 25 (1), 16–29.

Duckworth, A. L. & Seligman, M. E. P. 2005. Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science* 16 (12), 939–944.

Dunn, D. S., Uswatte, G. & Elliott, T. R. 2009. Happiness, resilience, and positive growth following physical disability: Issues for understanding, research, and therapeutic intervention. Teoksessa C. R. Snyder & S. J. Lopez (toim.) *Oxford handbook of positive psychology*. Oxford Library of Psychology. Oxford: Oxford University Press, 651–664.

Forsell, M., Kuoppala, T. & Säkkinen, S. 2020. Lastensuojelu 2019: Lastensuojeluilmoitusten määrä on kaksinkertaistunut kymmenessä vuodessa. Tilastoraportti 28/2020. Suomen virallinen tilasto. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140215/Tr28_20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gretton, H. M., Hare, R. D. & Catchpole, R. E. H. 2004. Psychopathy and offending from adolescence to adulthood: A 10-year follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 72 (4), 636–645.

Hyvärinen, S., Uusiautti, S. & Määttä, K. 2018. Could I become a leader? Finnish schoolchildren's descriptions of themselves as future leaders. *International Journal of Research Studies in Psychology* 7 (2), 45–58.

Karvonen, S. 2019. Koetun hyvinvoinnin tila tunnuslukujen valossa. Teoksessa L. Kestilä & S. Karvonen (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2018*. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 96–100.

Lerner, R. M. 2009. The positive youth development perspective: Theoretical and empirical bases of a strengths-based approach to adolescent development. Teoksessa C. R. Snyder & S. J. Lopez (toim.) *Oxford handbook of positive psychology*. Oxford Library of Psychology. Oxford: Oxford University Press, 149–163.

Locke, T. F. & Newcomb, M. 2004. Child maltreatment, parent alcohol- and drug-related problems, polydrug problems, and parenting practices: A test of gender differences and four theoretical perspectives. *Journal of Family Psychology* 18 (1), 120–134.

Maijala, E-L., Määttä, K. & Uusiautti, S. 2018. The multiformality of grandparental love. Teoksessa K. Määttä & S. Uusiautti (toim.) *Love around us: The role of love in education, parenting, and romantic relationships*. Frankfurt am Main: Peter Lang, 93–113.

McDonough-Caplan, H., Klein, D. N. & Beauchaine, T. P. 2018. Comorbidity and continuity of depression and conduct problems from elementary school to adolescence. *Journal of Abnormal Psychology* 127 (3), 326–337.

Saari, J., Eskelinen, N. & Björklund, L. (toim.) 2020. Raskas perintö – Ylisukupolvinen huono-osaisuus Suomessa. Helsinki: Gaudeamus.

Seligman, M. E. P. 2011. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York, NY: Free Press.

Sinkkonen, J. 2020. Onnellinen lapsi. Helsinki: WSOY.

Terävä, J. & Eerola, P. 2020. Vankeusaikana isyydelle annetut merkitykset ja jännitteiset tunteet isien kertomana. Yhteiskuntapolitiikka 85 (2), 181–190.

Uusiautti, S. 2019. Tunnista vahvuutesi ja menesty. Helsinki: Kirjapaja.

Uusiautti, S. & Yeasmin, N. (toim.) 2019. Human migration in the Arctic: The past, present, and future. Singapore: Palgrave Macmillan.

Äärelä, T., Määttä, K. & Uusiautti, S. 2016. Caring teachers' ten dos: "For the teacher, they might be just small things, but for the student, they mean the world." International Forum of Teaching and Studies 12 (1), 10–20.