

JOHDANTO

Kasvatuksen ja koulun tehtävä on lisätä maailmaan hyvää sekä opettaa taitoja, jotka palvelevat yksilöä, yhteisöä ja koko yhteiskuntaa. Minkään asian opettamisesta ei ole hyötyä, jos osaaminen ei tule käyttöön, jos lapsella tai nuorella ei ole rohkeutta tai sinnikkyyttä valjastaa tietojaan yhteiseksi hyväksi tai jos itsesäätely puuttuu siten, että ensimmäinen takaisku saa hänet takajaloilleen. Hyvä koulu on paikka, jossa on tilaa akateemisen sekä taito- ja taideaineiden osaamisen lisäksi luonteen kasvamiselle.

Joustava luonne ja kyky selviytyä vaikeuksista ovat monin tavoin yhteydessä oppimiseen. Kognitiiviset tiedot ja taidot eivät kehity tyhjiössä, vaan ne ovat vahvasti yhteydessä luonteeseen ja sen kasvuun. Akateemiseen kehittymiseen tarvitaan ei-kognitiivisia taitoja, kuten motivaatiota, uteliaisuutta, itsesäätelyä ja sinnikkyyttä. Näistä kahden jälkimmäisen on todettu ennustavan koulumenestystä älykkyyssosiaalisuutta enemmän (Duckworth & Seligman 2005).

Lukuisat tutkimukset osoittavat, miten hyvinvoiva ja vahvaluonteinen ihminen menestyy muita todennäköisemmin eri elämänalueilla. Vahva luonne ennustaa onnellisuutta. Onnelliset ihmiset ovat terveempiä ja elävät muita pitempään, heillä on myönteisiä ihmissuhteita ja menestyksekkäs työura. Onnellisuus on yhteydessä luovuuteen, sinnikkyuteen, luottavaisuuteen, auttavaisuuteen ja sosiaalisuuteen.

Erityisesti ne ihmiset, jotka tunnistavat omat vahvuutensa ja osaavat valjastaa ne oman elämänsä voimatyökaluiksi, saavuttavat elämässään toivottavia ja myönteisiä asioita.

Positiivisen pedagogiikan tavoitteena on tuoda jokainen oppija yhä enemmän tietoiseksi omista kyvyistään, jottei kukaan koulunsa päättänyt kokisi, ettei ole hyvä missään. Koulun tehtävänä on auttaa lapsia ja nuoria tavoittamaan oma potentiaalinsa sekä kirkastamaan jokaisen vahvuudet. Tällä ei tarkoiteta latteaa, merkityksetöntä hymistelyä vaan todellisiin havaintoihin perustuvaa vahvuuksien tietoista esiin nostamista.

Positiivisen pedagogiikan tavoitteena on sekä ennaltaehkäistä että mahdollistaa. Ennaltaehkäisyn näkökulmasta ajatellaan, että koulussa voidaan opettaa monipuolisesti vahvan luonteen taitoja. Luonteen ei siis pidä kehittyä elämän kolhuista ja pahoinvoinnista, vaan oppilaille tulee antaa eväitä, joilla parannetaan mielen kimmoisuutta säilyä eheänä ja toipumiskykyisenä elämän kriisien koittaessa. Mahdollistaminen puolestaan tarkoittaa sitä, että näemme koulun paikkana, joka ei ole vain oppiainelaitos vaan myönteisen vuorovaikutuksen ja ihmisenä olemisen kasvun aarreaitta, josta ammennetaan kokonaisvaltaiseen yksilöiden ja yhteisön kukoistukseen. Kannustava palaute, omien luonteenvahvuuksien löytäminen ja sinnikkään työnteon ja siitä nauttimisen oppiminen avaavat myönteisiä kehityskulkuja pitkälle tulevaisuuteen.

Olemme pilotoineet luonteenvahvuusopetusta kymmenessä alakoulussa yli 20 luokassa. Aluksi Kaisa Vuorisen ”Vahvuuksilla voimaa” -opetukseen osallistui 100 viides- ja kuudesluokkalaista keväällä 2015. Tämän jälkeen Vuorinen koulutti 20 alakouluopettajaa vahvuusopetukseen, ja he sovelsivat opetusta käytäntöön omissa luokissaan syksyllä 2015. Vuorinen itse jatkaa vahvuusopetusta omassa vaativan erityisen tuen luokassaan.

Lotta Uusitalo-Malmivaara ohjaa Vuorisen väitöstutkimusta ja toimii vahvuushankkeen johtajana. Vuorisen erityispedagogiikan alaan kuuluvaan väitöskirjan opetusjaksot ovat kestäneet 16 viikkoa. Vahvuusopetus ei periaatteeltaan ole kuitenkaan mikään yksittäinen, tarkka-aikainen ohjelma vaan opetus- tai varhaiskasvatussuunnitelman ja käytännön lukujärjestyksen läpäisevä pedagoginen filosofia. Vahvuusperustainen opetus ei myöskään vaadi lisälaitteita tai muita erityisjärjestelyitä. Uuden pedagogisen näkökulman oppiminen tuottaa itsensä takaisin sekä inhimillisessä että materialistisessa vauraudessa.

Tulokset edellä mainituista varhaisista opetusjaksoista ovat hyvin rohkaisevia ja kannustavat meitä jatkamaan luonteenvahvuusopetuksen kehittämistä ja siitä kertomista. Olemme nähneet, kuinka oppilaiden itseluottamus on kasvanut, luokassa koettu turvallisuudentunne ja keskinäinen kunnioitus ovat lisääntyneet ja oppimisen ilo on löytynyt.

Vahvuusopetukseen osallistuneiden 11–12-vuotiaiden oppilaiden vastauksia kysymykseen, kenelle suosittelisit vahvuusopetusta:

”Sellasille, jotka riehuu paljon ja halua tosi paljon huomioo. Ne oppii enemmän itsestään ja toisistaan. Ja pystyy kehuun muita. Niist tulee parempii ystävii vaikka ne ei oo koskaan niin hyvin tuntenut ja haukkunut toisii vaik ei tunne niin hyvin toisii.”

”No jos joku on esim. vähän masentunut. Tai jos on vähän liian villi niin kannattaa. Tai jos joku on ollut vähän niin kuin luokan pelle, tai jos on aina esim. myös kiusannut muita niin sit tää myös toimii.”

”Surulliselle ihmiselle. No koska mä luulen, että niille tulee kyllä parempi elämä siitä. Koska jos ne vaikka oppii sitä myötätuntoa ja rakkautta, niin siitä tulee hyvä mieli niille.”

Opettajien innostus aihetta kohtaan on ilmeinen, ja koulutusta vahvuuspohjaiseen pedagogiikkaan kaivataan lisää. Vahvuusopetukseen

osallistuneet opettajat tuntevat myös oman hyvinvointinsa parantuneen ja positiivisen psykologian aiheisiin perehtymisen lisänsä onnellisuutta.

Opetusjaksoilla mukana olleiden opettajien kommentteja:

”On ollut todella antoisaa olla osallisena interventiossa ja saada opettaa vahvuustunteja viidesluokkalaisille. Koen asian äärimmäisen tärkeäksi ja toivon että suomalainen koulu muuttuisi enemmän siihen suuntaan, että hyvinvointitaitoja voitaisiin opettaa akateemisten taitojen rinnalla. Koen, että opetus vaikuttaa valtavasti ryhmän ilmapiiriin ja oppilaiden henkiseen hyvinvointiin sekä antaa oppilaille välineitä saada parhaat puolet esiin itsestään ja opettajille ja vanhemmille välineet kutsua näitä puolia esiin lapsissa. Meillä on ollut hienoja kohtaamisia, hetkiä ja keskusteluja tunneilla. Tällainen opetus on satsaus oppilaiden tulevaisuuteen ja mielenterveyteen ja parasta syrjäytymisen ehkäisyä.”

”Murrosikää lähestyvien lasten tunteiden kuvaaminen ja ilmaiseminen helpotti opetuksen kautta, varsinkin kun heidän ei tarvitse enää pelätä sanaa rakkaus. Heidän sanallinen skaalansa on todella laajentunut, erityisesti pojilla.”

Vaikka tässä kirjassa puhutaan pääasiassa koulusta ja opettajista, vahvuusopetus on sovellettavissa muihinkin instituutioihin ja tahoihin, joissa ihmiset ovat kiinnostuneita vaikuttamisesta hyvän avulla. Olitpa sitten lastentarhanopettaja, luokanopettaja, aineenopettaja, äiti tai isä, mummo tai vaari, valmentaja, johtaja taikka kirjaston työntekijä, olet luonteen kasvattaja. Olet muokkaamassa kaikkien niiden lasten, nuorten ja aikuisten luonnetta, joiden kanssa olet tekemisissä. Luonteenkasvatus on läsnä kaikessa: miten puhut toisille, kuinka käyttäytydyt, miten hallitset tunteitasi ja millaisia tekoja kannustat tekemään. Vahvuuksille rakentaminen ja toisessa piilevän positiivisen potentiaalin huomaaminen näkyy kaikissa niissä odotuksissa, joita toisiin kohdistat, sekä ajatuksissa ja asenteissa, joita siirrät eteenpäin.

Luonteenkasvatus ja luonteenvahvuuksien opettaminen ja oppiminen ovat aikuisten ja lasten jakama matka. Lapset tarkkailevat jatkuvasti, mitä aikuiset tekevät, ja he oppivat esimerkistä. Sen, mitä vaadimme lapsilta, tulee näkyä myös omassa elämässämme ja työssämme. Siksi positiivisen pedagogiikan ytimessä on ajatus: Huomaa hyvä, rakenna elämäsi vahvuuksille ja näytä se muille!

Hyvä lukija, tervetuloa mukaan oppimaan itsestäsi ja omista vahvuuksistasi sekä kokemaan positiivisen psykologian voima omassa elämässäsi samalla kun ohjaat lapsia ja nuoria löytämään omat luonteenvahvuutensa!

Helsingissa 11. tammikuuta 2016

Sydämellisesti

Lotta Uusitalo-Malmivaara ja Kaisa Vuorinen