

**Positiivinen pedagogiikka luokanopettajien  
toteuttamana PERMA-hyvinvointimallin  
näkökulmasta**

Kasvatustieteen kandidaatintutkielma

Johanna Mäkiranta

Meri Salmela

12.4.2024

Turku

Kandidaatintutkielma

**Oppiaine:** Kasvatustiede

**Tekijä(t):** Johanna Mäkiranta & Meri Salmela

**Otsikko:** Positiivinen pedagogiikka luokanopettajien toteuttamana PERMA-hyvinvointimallin näkökulmasta

**Ohjaaja(t):** KM, väitöskirjatutkija Heini Ahonen

**Sivumäärä:** 39 sivua, 5 liitesivua

**Päivämäärä:** 12.4.2024

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, miten luokanopettajat toteuttavat positiivista pedagogiikkaa. Lisäksi pyrittiin selvittämään, millaisia hyötyjä ja haasteita luokanopettajat kokevat positiivisen pedagogiikan hyödyntämisessä. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys koostuu aikaisemmasta hyvinvoinnin, positiivisen psykologian ja positiivisen pedagogiikan tutkimuksesta.

Tämän laadullisen tutkimuksen tutkimusmenetelmänä käytettiin puolistrukturoitua kyselylomaketta. Tutkimukseen osallistui seitsemän positiivista pedagogiikkaa toteuttavaa luokanopettajaa. Tutkimusaineisto teemoiteltiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia hyödyntäen.

Tutkimustulosten perusteella positiivisen pedagogiikan toteuttamisesta muodostui viisi pääluokkaa, joita ovat 1) kokemukset, 2) toimintatavat, 3) opettajan toiminta, 4) pedagoginen toiminta ja 5) sosiaaliset suhteet. Toteuttamistavat olivat laaja-alaisia ja monipuolisia, joka mahdollisti positiivisen pedagogiikan periaatteiden toteutumisen luokkahuoneessa. Luokanopettajien kokemia positiivisen pedagogiikan hyötyjä olivat 1) opettajan omat hyödyt, 2) oppilaan hyödyt ja 3) myönteinen oppimiskulttuuri. Luokanopettajien kokemia haasteista olivat 1) muiden oletukset menetelmästä, 2) opettajan tunteisiin liittyvät haasteet ja 3) ajalliset haasteet. Opettajat kokivat selkeästi enemmän hyötyjä kuin haasteita.

Tutkimus antoi tietoa konkreettisista toimintamalleista positiivisen pedagogiikan toteuttamiselle. Tuloksia voidaan hyödyntää aiemman kirjallisuuden täsmentämiseen sekä uuden tutkimuksen pohjana. Muun muassa positiivisen pedagogiikan vaikutuksia oppimiseen ja luokan ilmapiiriin olisi merkittävä tutkia.

**Avainsanat:** Hyvinvointi, Pedagogiikka, PERMA-malli, Positiivinen pedagogiikka, Positiivinen psykologia

# Sisällysluettelo

<b>1.</b>	<b>Johdanto</b>	<b>5</b>
1.2	Positiivinen psykologia	7
1.3	Positiivinen pedagogiikka	7
1.4	PERMA-hyvinvointimalli	8
1.4.1	Myönteiset tunteet	10
1.4.2	Sitoutuminen	10
1.4.3	Ihmissuhteet	10
1.4.4	Merkityksellisyys	11
1.4.5	Saavuttaminen	11
<b>2.</b>	<b>Tutkimusongelmat</b>	<b>13</b>
<b>3.</b>	<b>Tutkimusmenetelmät</b>	<b>14</b>
3.1	Osallistujat	14
3.2	Tutkimuksen toteutus	15
3.3	Aineiston analyysi	16
3.4	Tutkimusetiikka	18
<b>4.</b>	<b>Tulokset</b>	<b>20</b>
4.1	Positiivinen pedagogiikka luokanopettajien toteuttamana PERMA-hyvinvointimallin näkökulmasta	20
4.1.1	Kokemukset	21
4.1.2	Toimintatavat	22
4.1.3	Opettajan toiminta	23
4.1.4	Pedagoginen toiminta	25
4.1.5	Sosiaaliset suhteet	26
4.2	Positiivisen pedagogiikan käytön hyödyt ja haasteet	28
4.2.1.	Positiivisen pedagogiikan hyödyt	28
4.2.2.	Positiivisen pedagogiikan haasteet	30
<b>5.</b>	<b>Pohdinta</b>	<b>32</b>
5.1	Tulosten yhteenveto	32
5.2	Tulosten luotettavuus ja eettisyys	34
5.3	Jatkotutkimukset	35
5.4.	Yhteenveto	36

<b>Lähteet</b>	<b>38</b>
<b>Liitteet</b>	<b>40</b>
<b>Liite 1. tutkimuskutsu</b>	<b>40</b>
<b>Liite 2. tietosuojailmoitus</b>	<b>40</b>
<b>Liite 3. kyselylomake</b>	<b>42</b>

## 1. Johdanto

Hyvinvointi sekä sen edistäminen ovat olleet kautta aikojen keskeisiä teemoja. Erityisesti viime vuosina hyvinvointi ja onnellisuus ovat näkyneet länsimaisessa nykykulttuurissa merkittävänä arvoina (Leskisenoja, 2017, s. 35). Hyvinvoinnin moniulotteisuus ilmenee erityisesti siinä, että sitä voidaan määritellä ja lähestyä monista eri näkökulmista. Maailman terveysjärjestö WHO (2021, s. 10) määrittelee hyvinvoinnin myönteiseksi tilaksi, joka koskee sekä yksilöitä että yhteiskuntia. Hyvinvointi koostuu fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta osa-alueesta, eikä se tarkoita vain sairauden ilmenemistä tai toimintakyvyn puuttumista (WHO, 2021, s. 10). Leskisenoja määrittelee hyvinvoinnin subjektiiviseksi hyvinvoinniksi, joka sisältää yksilön omia kognitiivisia arvioita ja emotionaalisia kokemuksia elämästään (2017, s. 35).

Hyvinvointi ja sen merkitys korostuu myös koulutuksessa, kuten perusopetuksen opetussuunnitelman (2014) perusteissa mainitaan. Opetussuunnitelma edellyttää, että jokaisen oppilaan tulee saada kokemuksia siitä, että häntä arvostetaan kouluyhteisössä, ja että hänen oppimistaan ja hyvinvointiaan pidetään tärkeänä. Näitä kokemuksia ja tunteita kehitetään tulevaisuuden opetuksen sisältä opetussuunnitelmassa mainittua myönteisten tunnekokemusten, oppimisen ilon ja luovan toiminnan kehittämistä. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet, 2014, s. 12–14.) Positiivinen pedagogiikka on oppilaiden hyvinvoinnin edistämiseksi koulu- ja kasvatusyhteisöjen kehittämä metodi, joka keskittyy erityisesti lisäämään oppilaiden mahdollisuuksia kukoistaa ja oppia tuomaan parhaat puolensa esiin. Positiivisen pedagogiikan näkökulmasta koulu nähdään paikkana, jossa lapset hankkivat erilaisia vahvuuksia, hyveitä ja taitoja hyvinvoivan elämän saavuttamiseksi. (Leskisenoja, 2017, s. 8.)

Pedagogiikalla tarkoitetaan metodologiaa, käytäntöä ja tutkimusta mahdollisimman tehokkaasta opetuksesta. Tehokas opetus voidaan saavuttaa vahvan aineenhallinnan sekä pedagogisten tietojen ja taitojen avulla. (Barkle & Major, 2016, s. 2–4.) Opetussuunnitelman perusteissa kuvailaan, että jokainen opettaja on pedagogisilla ratkaisuillaan tärkeässä osassa opetusryhmänsä toiminnan suuntaamisessa, oppimisessa ja hyvinvoinnissa (POPS, 2014, s. 26).

Positiivinen pedagogiikka tarkoittaa positiivisen psykologian tieteenalan periaatteiden ja käytänteiden hyödyntämistä opetus- ja kasvatustyössä. Sen avulla pyritään lisäämään hyvää

sekä opettamaan ja edistämään hyvinvoinnin ja hyvänluonteen taitoja. (Leskisenoja & Sandberg, 2019.) Kansainvälisessä tutkimuksessa positiivista pedagogiikkaa kuvaillaan useimmiten termillä positiivinen kasvatus (eng. positive education) (Ladnai & Szerencses, 2019, s. 503). Suomen kasvatustieteen kentällä positiivista kasvatusta ja -pedagogiikkaa pidetään kuitenkin synonyymeinä (Leskisenoja & Sandberg, 2019). Tässä tutkimuksessa positiivinen kasvatus ja -pedagogiikka tulkitaan samaa tarkoittavaksi metodiksi ja myöhemmin käytetään käsitettä positiivinen pedagogiikka.

Positiivinen pedagogiikka on melko uusi pedagoginen suuntaus kasvatustieteen kentällä, ja sitä on tutkittu vielä suhteellisen vähän. Suomalainen tutkimus painottuu positiivisen pedagogiikan hyötyihin. Tutkimusta opettajien kokemista positiivisen pedagogiikan hyödyistä ja haasteista on varsin vähän. Positiivisen pedagogiikan toteuttamista suomalaisessa koulujärjestelmässä on aiemmin tutkittu muun muassa varhaiskasvatuksen ja käsityönopetuksen pro gradu -tutkielmissa (Manzo & Mäntylä, 2022; Särvä, 2023).

Kansainvälinen tutkimus on keskittynyt enemmän positiivisen pedagogiikan interventioihin ja interventioissa havaittuihin hyötyihin. Australiassa toteutetussa interventiotutkimuksessa opettajat kokivat positiivisen pedagogiikan lisäävän hyvinvointia, tehostavan oppimista ja parantavan oppilaiden sosiaalisia suhteita. Tutkimuksessa huomattiin myös, että opettajat kokivat positiivisen pedagogiikan toteuttamisen olevan välillä haastavaa kiireisten aikataulun vuoksi. Tämä johti siihen, että monet heistä eivät tunteneet olevansa kykeneviä oppilaiden hyvinvoinnin tukemiseen. (Waters, 2021, s. 138.)

Positiivinen pedagogiikka on kasvattanut kiinnostusta myös suomalaisessa kasvatustieteen tutkimuksessa. Eliisa Leskisenoja (2016) tutki väitöskirjassaan positiivista pedagogiikkaa tarkastellen opettajien roolia oppilaiden kouluilon edistämässä PERMA-hyvinvointimallin näkökulmasta. PERMA-hyvinvointimallin elementit operationalisoitiin luokkakäytänteiksi. Tutkimus osoitti selkeän yhteyden oppilaiden kokeman kouluilon ja opettajien hyödyntämien pedagogisten luokkakäytänteiden välillä. (Leskisenoja, 2016, s. 99–101, s. 164–165.)

Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää, miten luokanopettajat hyödyntävät positiivista pedagogiikkaa tällä hetkellä, ja tutkia heidän kokemiaan hyötyjä ja haasteita sen käytössä. Tutkimus suoritetaan laadullisena tutkimuksena. Tutkimusta tullaan tarkastelemaan positiivisen pedagogiikan näkökulmasta. Tutkimuksessa hyödynnetään positiiviseen pedagogiikkaan pohjautuvaa PERMA-hyvinvointimallia. Positiivisen pedagogiikan perustuessa hyvinvointiin ja sen edistämiseen on tarkoituksenmukaista, että tämä tutkimus

lähestyy positiivisen pedagogiikan toteuttamista mallin kautta, jossa oppilaiden hyvinvoinnin muodostumista tarkastellaan laaja-alaisesti.

## **1.2 Positiivinen psykologia**

Positiivinen psykologia on yksi psykologian suuntauksista, ja sen varhaiseen kehittymiseen ovat vaikuttaneet useat eri tieteenalat. Positiivisen psykologian termin on ensimmäisenä tuonut esiin Abraham Maslow vuonna 1954 kirjansa luvussa, jossa hän totesi psykologian keskittyvän ihmisen vajavuuksiin ja mielen sairauteen ihmisen potentiaalin, hyveiden ja täyden psykologisen kompetenssin sijaan (Snyder ym., 2021, s. 3–6).

Martin Seligman teki tutkimusta samasta aiheesta 2000-luvun alussa. Nykyisessä muodossaan positiivisen psykologian voidaan ajatella perustuvan Seligmanin huomioon siitä, että psykologiassa kiinnitetään huomiota mielen sairauksiin ja niiden syihin sen sijaan, että keskittyttäisiin siihen, mikä tekee elämästä elämisen arvoista. Positiivinen psykologia pyrkii perinteisen diagnoosikeskeisyyden sijasta onnellisuuteen ja hyvinvointiin (Swinson & Harrop 2012, s. 13).

Positiivinen psykologia pyrkii aktiivisesti ja tutkimusnäyttöön pohjautuvoin keinoin luomaan hyvää yksilön elämään ja keskittymään positiivisiin tunteisiin, kokemuksiin ja yksilön luonteenpiirteisiin. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että negatiiviset kokemukset jäisivät huomiotta. Negatiiviset kokemukset nähdään osana ihmisen elämää ja mahdollisuuksina oppia ja kasvaa. (Leskisenoja & Sandberg, 2019, Positiivinen psykologia.)

Positiivisen psykologian tutkimus etsii tieteenalana vastauksia siihen, miten yksilö voi elää mahdollisimman hyvää, onnellista ja merkityksellistä elämää. Sen keskeisenä näkökulmana on, että elämä on muutakin kuin vain esteiden ratkaisemista tai torjumista. (Leskisenoja & Sandberg, 2019, Positiivinen psykologia).

## **1.3 Positiivinen pedagogiikka**

Positiivinen pedagogiikka pohjautuu positiiviseen psykologiaan. Se keskittyy yksilön vahvuuksiin, mahdollisuuksiin ja myönteisiin toimintatapoihin. (Leskisenoja & Sandberg, 2019.) Positiivinen pedagogiikka muodostaa kokonaisvaltaisen viestinnän, asenteiden ja

käyttäytymisen järjestelmän. Sen merkittävimmät hyödyt voidaan nähdä siinä, että hyvinvoivat oppilaat suuntaavat ja ylläpitävät keskittymistään tarkemmin ja oppivat paremmin, opettajien mielenterveyttä ylläpidetään ja parannetaan, yhteistyö koulussa paranee, sekä oppilaat kokevat enemmän iloa uuden tiedon hankkimisesta (Ladnai & Szerencses, 2019, s. 534; Seligman, 2011, s. 80).

Positiivisen pedagogiikan avulla pyritään lisäämään positiivisia tunteita ja edistämään kokonaisvaltaista hyvinvointia. Positiivisessa pedagogiikassa ei keskitytä vain positiivisiin tunteisiin, vaan myös negatiiviset tunteet ja kokemukset ovat oleellinen osa lasten kasvuprosessia. On tärkeää, että positiiviset ja negatiiviset kokemukset ovat keskenään tasapainossa. Ihmisten on huomattu olevan parhaimmillaan, kun jokaista negatiivista tunnetta kohtaan ihminen kokee vähintään kolme myönteistä tunnetta. (Leskisenoja & Sandberg, 2019, Positiivinen pedagogiikka.) Jokaisen opettajan olisi tärkeä huomioida tämä sekä opetuksen suunnittelussa että sen toteutuksessa. Tämä edistää oppilaiden kokonaisvaltaista kehitystä, tukee heidän hyvinvointiaan ja tehostaa oppimista.

Positiivisessa pedagogiikassa korostetaan oppilaiden vahvuuksia ja henkilökohtaisia ominaisuuksia, kuten autonomiaa ja luonteen vahvuuksia. Positiivisen pedagogiikan on huomattu lisäävän oppilaiden ja opettajien hyvinvointia. Vaikka oppilaiden kehityksen tukeminen on tärkeää, opettajien tulisi myös ottaa huomioon sosiaalisen ja fyysisen ympäristön rooli oppilaiden kokonaisvaltaisessa kehityksessä. (Kern & Wehmeyer, 2021.)

Positiivisen pedagogiikan käytännön toteuttamisen tueksi on kehitetty materiaaleja ja kirjoja, kuten Leskisenojan kirjoittama ”Positiivisen pedagogiikan työkalupakki” (2017). Tämä kirja tarjoaa konkreettisia käytänteitä positiivisen pedagogiikan toteuttamiseksi luokkahuoneessa. Kirjan sisältö ja luokkakäytänteet on jaoteltu ja suunniteltu PERMA- hyvinvointimallin elementtien mukaisesti. Tämä mahdollistaa positiivisen ilmapiirin luomisen luokkahuoneessa. (Leskisenoja, 2017.)

#### **1.4 PERMA-hyvinvointimalli**

Positiivisen pedagogiikan käytännön toteuttamista varten on kehitetty erilaisia teorioita ja malleja. Tässä tutkimuksessa hyödynnetään Martin Seligmanin kehittämää PERMA-hyvinvointimallia kartoittamaan opettajien positiivisen pedagogiikan käytännön toteuttamista. Hyvinvointimalli on kehitetty erityisesti hyvinvointiopetusta varten. PERMA-malli perustuu



positiivisen pedagogiikan periaatteisiin ja tarjoaa kattavan näkökulman hyvinvointiin liittyen. Tämä teoria antaa selkeän ja konkreettisen viitekehyksen sille, miten positiivista pedagogiikkaa voidaan toteuttaa kouluympäristössä. PERMA-mallissa hyvinvointi nähdään moniulotteisena käsitteenä, joka rakentuu viidestä itsenäisestä elementistä (taulukko 1): myönteisistä tunteista (P = positive emotion), sitoutumisesta (E = engagement), ihmissuhteista (R = positive relationships), merkityksellisyydestä (M = meaning) sekä saavuttamisesta (A = accomplishment). (Leskisenoja, 2017, s. 48.; Seligman, 2011, s. 16.)

TAULUKKO 1 PERMA-HYVINVOINTIMALLIN ELEMENTIT

PERMA-hyvinvointimallin elementit	Kuvaus lyhyesti
Myönteiset tunteet (positive emotion)	Ilo, tyytyväisyys, kiitollisuus, kiinnostus, toiveikkaus
Sitoutuminen (engagement)	Tehtävään uppoutuminen, mielihyvä, tavoitteiden saavuttaminen
Ihmissuhteet (positive relationships)	Yhteisöllisyys, sosiaalinen tuki
Merkityksellisyys (meaning)	Mitä yksilö kokee tärkeäksi itselleen ja voimavaroiksi vaikeuksissa
Saavuttaminen (accomplishment)	Onnistuminen, sinnikkyys ja menestyminen

Nämä viisi hyvinvoinnin elementtiä eivät yksinään määritä hyvinvointia, mutta jokainen elementti vaikuttaa yksilön hyvinvointiin. Kaikki elementit muodostuvat kolmesta ominaisuudesta: 1) se edistää hyvinvointia, 2) monet ihmiset tavoittelevat sitä sen itsensä vuoksi, eivät vain saavuttaakseen muita elementtejä ja 3) se määritetään ja mitataan muista elementeistä erikseen. Osaa näistä viidestä elementistä mitataan subjektiivisesti itsearviointilla ja osaa voidaan mitata objektiivisesti. (Seligman, 2011, s. 16, s. 24.) Tämän tutkimuksen kyselylomakkeen kysymykset muodostettiin PERMA-hyvinvointimallin pohjalta, koska kyseinen malli tarjoaa kattavan viitekehyksen positiivisen pedagogiikan toteuttamisen eri ulottuvuuksien ymmärtämiseen ja arviointiin.

### 1.4.1 Myönteiset tunteet

Ensimmäinen PERMA-mallin elementti on myönteiset tunteet ja ne toimivat hyvinvointiteorian kulmakivenä. Myönteisiin tunteisiin kuuluvat mielihyvä, mukavuus, hellyys ja välittäminen. Myönteiset tunteet ovat olennainen osa ihmisen onnellisuutta ja elämäntyytyväisyyttä ja niitä arvioidaan subjektiivisesti. (Seligman, 2011, s. 16.) Myönteisten tunteiden elementtiin kuuluvat myös ilo, tyytyväisyys, kiitollisuus, kiinnostus ja toiveikkuus. Näillä tunteilla on merkityksellinen vaikutus ihmisen elämään ja toimintakykyyn. Myönteisillä tunteilla on todettu olevan positiivinen vaikutus oppilaiden välisiin suhteisiin, heidän käyttäytymiseensä ja koulumenestykseensä. Tämän vuoksi niiden sisällyttäminen opetukseen ja luokan toimintatapoihin on tärkeää. Koulunkäynnin positiivisuus ja myönteisyys edistävät oppilaiden kouluiloa ja hyvinvointia. (Leskisenoja, 2017, s. 52–57.)

### 1.4.2 Sitoutuminen

Toinen PERMA-mallin elementti on sitoutuminen, jota voidaan arvioida subjektiivisesti tai objektiivisesti. Sitoutuneisuus ilmenee usein uppoutumisen kokemuksena. Yksilön kokema osallistuminen tai sitoutuminen johonkin asiaan tulee näkyväksi jälkikäteen, kun arvioidaan, millaisena hän on kokenut kyseiseen toimintaan osallistumisen. (Seligman, 2011, s. 16–17.)

Sitoutumisesta puhuttaessa viitataan toimintaan, jossa ihminen kokee syvää kiinnostusta ja on täysin uppoutunut tekemiseen. Tällaiset uppoutumisen sekä kiinnostuksen kokemukset lisäävät hyvinvointia. Tämä tila on samankaltainen tila kuin flow-tila. Flow-käsitteen teoriaan pohjautuen oppilas kokee enimmiltään sitoutumista kouluun, kun hän kokee yhtäaikaaisesti keskittymisen, kiinnostuksen sekä nautinnon tunteita toiminnan yhteydessä. Oppilaan sitoutumisen kokemukset ovat hyödyllisiä, sillä ne aiheuttavat positiivisia kokemuksia taitojen ja sinnikkyuden kehittämisessä. Sitoutumisen kokemukset ovat yhteydessä koulussa suoriutumiseen, henkiseen hyvinvointiin ja hyvään itsetuntoon. (Leskisenoja, 2017, s. 52–57.)

### 1.4.3 Ihmissuhteet

Kolmas PERMA-mallin elementti on ihmissuhteet ja sitä voidaan arvioida subjektiivisesti tai objektiivisesti. Ystävälliset teot tuottavat kaikista suurimman hetkellisen hyvinvoinnin kasvun. Hyvinvoinnin tunteet ovat usein voimakkaampia, kun ne koetaan yhdessä muiden

kanssa. (Seligman, 2011, s. 20–21.) Ihmissuhteet ja onnellisuus vaikuttavat toisiinsa vastavuoroisesti. Niiden välinen vuorovaikutus voi olla vahvistavaa tai heikentävää. Yhteisöllisyys on vahvasti yhteydessä myönteisiin tunteisiin, kokemuksiin ja elämäntilanteisiin. Muiden ihmisten merkitys korostuu myös etenkin vastoinikäymisten ja mielipahan hetkillä. Läheisten, kannustavien ja turvallisten ihmissuhteiden merkitys hyvinvoinnille on suuri. (Leskisenoja, 2017, s. 52–27.)

Koulussa ihmissuhteita on oppilaiden, opettajien ja muun koulun henkilökunnan välillä. Ne vaikuttavat sekä suoraan että välillisesti oppilaan koulupolkuun ja sen muovautumiseen (Leskisenoja, 2017, s. 52–57). Tässä tutkimuksessa keskitytään erityisesti oppilaiden välisiin sekä oppilaiden ja opettajan välisiin ihmissuhteisiin.

#### 1.4.4 Merkityksellisyys

Neljäs PERMA-mallin elementti on merkityksellisyys ja sitä voidaan arvioida subjektiivisesti tai objektiivisesti. Merkityksellisyydellä tarkoitetaan sitoutumista toimintoihin, joilla pyritään vaikuttamaan johonkin itseä suurempaan. Merkityksellisyyden tunteen voidaan ajatella lisäävän hyvinvointia. (Seligman, 2011, s. 17–18.)

Merkityksellisyyden opettaminen ja siihen motivoiminen edistää oppilaiden hyvinvointia. Merkityksellisyyden kokemukset ovat voimavara oppilaiden kehittymiselle ja kukoistamiselle. Merkityksen kokemukset ja päämäärätietoisuus edistävät myös suoriutumista. Koulunkäynnin merkityksellisyyden kokemukset edistävät kouluun sitoutumista ja innostusta koulunkäyntiä kohtaan. (Leskisenoja, 2017, s. 52–57.)

#### 1.4.5 Saavuttaminen

Viides PERMA-mallin elementti on saavuttaminen ja sitä voidaan mitata subjektiivisesti tai objektiivisesti. Saavuttamisen tunne syntyy tavoitteiden asettamisesta, niihin pyrkimisestä ja niiden saavuttamisesta sekä itsensä motivoimisesta asioiden loppuun suorittamiseen. Saavuttaminen on merkityksellinen hyvinvoinnin edistäjä sellaisenaan, sillä menestyminen, onnistuminen ja voittaminen ovat arvokkaita ja tavoiteltavia asioita. (Seligman, 2011, s. 18–19.)

Saavuttamisella tarkoitetaan pysyvän optimistisen suhtautumistavan kehittymistä, toiveikkuutta tavoitteiden saavuttamiseksi ja sinnikkyyttä vastoinkäymisten voittamiseksi. Tutkimusten mukaan saavuttaminen lisää hyvinvointia ja hyvinvointi parantaa saavutuksia. Hyvinvoivat oppilaat saavat parempia arvosanoja kuin vähemmän hyvinvoivat oppilaat. (Leskisenoja, 2017, s. 52–57.)

## 2. Tutkimusongelmat

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, miten työtä harjoittavat luokanopettajat hyödyntävät positiivista pedagogiikkaa työssään. Tavoitteena on saada selville, miten positiivinen pedagogiikka näkyy muun muassa luokanopettajan toiminnassa omassa tai luokan yhteisessä toiminnassa. Tutkimuksen tarkoituksena on myös tarkastella, millaisia hyötyjä ja haasteita luokanopettajat kokevat positiivisen pedagogiikan käyttämisessä.

1. Miten luokanopettajat toteuttavat positiivista pedagogiikkaa työssään?
2. Millaisia hyötyjä ja haasteita luokanopettajat kokevat positiivisen pedagogiikan käyttämisessä?

### 3. Tutkimusmenetelmät

Tässä osiossa käsitellään tutkimuksen toteutusta, aineistonkeruumenetelmää sekä tutkimusaineiston analyysia. Ensimmäisessä alaluvussa tarkastellaan tutkimuksen kohderyhmää, jonka jälkeen käsitellään tutkimuksen toteutusta ja tutkimuksen aineistonkeruumenetelmää. Viimeisenä käsitellään tutkimusaineiston analyysia ja tutkimuksen eettisiä näkökulmia.

#### 3.1 Osallistujat

Tutkimuksessa haluttiin selvittää erityisesti luokanopettajien kokemuksia positiivisesta pedagogiikasta, joten tutkimuskutsu lähetettiin kahteen luokanopettajille tarkoitettuun Facebook-ryhmään, jotka olivat ”Alakoulun aarreaitta” ja ”Luokanopettajien keskustelupalsta”. Saatekirjeen (liite 1) avulla pyrimme saamaan erityisesti positiivista pedagogiikkaa toteuttavia luokanopettajia osallistumaan tutkimukseen. Saatekirjeen ohessa lähetettiin tietosuojailmoitus (liite 2), josta osallistujat saivat tietoa tutkimuksen käyttötarkoituksesta, aineistonkeruusta sekä -säilytyksestä. Yhteensä osallistujia oli seitsemän (taulukko 2). Tutkittavat olivat toteuttaneet positiivista pedagogiikkaa vähintään kaksi vuotta.

Laadullisessa tutkimuksessa on keskeistä, että tutkimukseen osallistujilla on syvälinen ymmärrys tutkittavasta ilmiöstä tai heillä on henkilökohtaista kokemusta siitä. Otannan keräämisen tulee olla harkittua ja tarkoitukseen sopivaa. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, s. 74.) Tutkimusaineisto kerättiin harkinnanvaraista otantaa hyödyntäen, koska sen avulla voitiin tavoittaa osallistujia, joilla oli tietoa ja kokemusta positiivisesta pedagogiikasta. Tämä mahdollisti asiantuntevan näkökulman saamisen siihen, miten luokanopettajat toteuttivat positiivista pedagogiikkaa työssään ja millaisia hyötyjä ja haasteita he kokivat sen käytössä. Harkinnanvarainen otanta lisäsi tutkimusaineiston monipuolisuutta ja tarkoituksenmukaisuutta.

TAULUKKO 2. TUTKITTAVIEN TAUSTATIEDOT

OSALLISTUJA	OPETUSVUODET	POSITIIVISEN PEDAGOGIIKAN OPETUSVUODET	MISTÄ KUULLUT?
O1	10–15 vuotta	yli 6 vuotta	Media, kirjat opinnot, lisäkoulutukset, kollega
O2	0–5 vuotta	2–4 vuotta	<i>Huomaa hyvä</i> -materiaalit, koulutukset
O3	yli 20 vuotta	2–4 vuotta	Positiivisen psykologian kurssi
O4	yli 20 vuotta	yli 6 vuotta	Vain myönteistä palautetta
O5	5–10 vuotta	4–6 vuotta	Opinnot, sosiaalinen media
O6	15–20 vuotta	yli 6 vuotta	<i>Huomaa hyvä</i> -materiaalit
O7	5–10 vuotta	2–4 vuotta	Sosiaalinen media, kollega

### 3.2 Tutkimuksen toteutus

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena poikittaistutkimuksena, sillä tavoitteena oli saada selville, miten luokanopettajat toteuttavat positiivista pedagogiikkaa sekä millaisia hyötyjä ja haasteita he kokevat sen käytössä. Tuloksista pyrittiin löytämään yhtäläisyyksiä luokanopettajien positiivisen pedagogiikan toteutuksessa sekä muodostamaan niistä yhtenäisiä kokonaisuuksia.

Laadullinen tutkimus perustuu kokonaisvaltaiseen tiedonhankintaan, ja aineiston avulla pyritään kuvaamaan luonnollisia ja todellisia tilanteita. Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on kuvata todellista elämää ja tutkittavaa kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. (Hirsjärvi ym., 2010, s. 160–164.) Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään tutkittavien henkilöiden kokemuksiin, ajatuksiin ja tunteisiin (Juuti & Puusa, 2020, s. 9). Tämän tutkimuksen painopisteenä oli opettajien näkemysten ja toiminnan tarkastelu ja analysointi.

Laadullinen tutkimus on induktiivista, eli tutkimus pyrkii tekemään johtopäätöksiä aineiston perusteella. Tutkimuksen aineistossa hyödynnetään tutkittavilta esille tulleita käsitteitä ja lauseita. Tätä lähestymistapaa kutsutaan aineistolähtöisyydeksi. (Juuti & Puusa, 2020, s. 9.)

Tässä tutkimuksessa aineistosta nousi erilaisia käsitteitä ja termejä, joilla opettaja kuvailivat positiivisen pedagogiikan toteuttamista ja siihen liittyviä hyötyjä ja haasteita.

Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä käytettiin Webropol-kyselylomaketta (liite 3). Se mahdollisti aineiston keräämisen luotettavalle alustalle. Kyselytutkimuksen etuina voidaan pitää aikaa ja rahaa, koska kyselyn toteuttaminen on verrattain halpaa ja vie vähän aikaa (Tuomi & Sarajärvi 2018, s. 74). Tämän tutkimuksen toteuttaminen kyselytutkimuksena mahdollisti vastaajien saamisen mahdollisimman laajalta alueelta sekä aineiston keräämisen nopeasti.

Kyselylomake oli muodoltaan puolistrukturoitu, ja sen alussa kerättiin tutkimukseen osallistujilta kartoittavia taustakysymyksiä, kuten opetusvuosien määrää ja tällä hetkellä opetettavaa luokka-astetta. Taustakysymysten jälkeen tutkimuslomake koostui avoimista kysymyksistä. Näiden kysymysten tarkoituksena oli kerätä tietoa opettajien käyttäytymisestä, toiminnasta, menetelmistä, asenteista sekä käsityksistä positiivisen pedagogiikan näkökulmasta. Kyselylomakkeen lopussa oli vapaamuotoinen kysymys, johon osallistujat saivat vastata halutessaan. Tämän avulla vastaajat pystyivät kommentoimaan aihetta vapaasti tai tarkentamaan aiempia vastauksiaan.

Kyselylomakkeen sisältämät avoimet kysymykset muodostettiin PERMA-mallin sisältämien viiden osa-alueen pohjalta. Kysymykset ryhmiteltiin viiteen kategoriaan näiden osa-alueiden perusteella. Nämä kategoriat ovat myönteiset tunteet, sitoutuminen, ihmissuhteet, merkityksellisyys ja saavuttaminen (Leskisenoja, 2017, s. 52). Vaikka käytetyt kategoriat nousivat teoriasta, kysymykset muodostettiin niin, että osallistujat pystyivät vastaamaan niihin omien kokemusten perusteella. Kyselylomake esitettiin kahdella henkilöllä, ja tämän jälkeen lisättiin avoimien kysymyksien kohdalle esimerkit siitä, miten PERMA-mallin osa-alueet voivat näkyä käytännössä.

### **3.3 Aineiston analyysi**

Kyselylomakkeella kerättyä tutkimusaineistoa analysoitiin laadullisella sisällönanalyysillä. Analysointia pyrittiin tekemään sekä kategorioiden sisällä että niiden välillä. Vastaukset käytiin läpi useaan otteeseen ja niistä pyrittiin löytämään sekä yhtäläisyyksiä että eroavaisuuksia. Sisällönanalyysi mahdollistaa tutkimusaineiston monipuolisen tarkastelun,



sillä se sisältää analyysin tekemistä ohjaavan viitekehysten tarkan menetelmän sijaan. (Juuti & Puusa, 2020, s. 148).

Tässä tutkimuksessa hyödynnetty sisällönanalyysi on induktiivinen eli aineistolähtöinen. Sen tavoitteena on laatia kerätystä tutkimusaineistosta teoreettinen kokonaisuus (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 122, s. 127.) Sisällönanalyysi toteutettiin tutkimusongelmittain.

Tuomin ja Sarajärven mukaan aineistolähtöisen sisällönanalyysin kolmivaiheinen prosessi pitää sisällään aineiston redusoinnin eli pelkistämisen, klusteroinnin eli ryhmittelyn sekä abstrahoinnin eli teoreettisten käsitteiden luomisen. Ennen analyysin aloittamista sisällönanalyysissä määritetään analyysiyksiköt. Aineiston pelkistämässä analysoitava informaatio eli data pelkistetään karsimalla tutkimukselle epäolennaiset seikat pois ja luodaan alkuperäisilmauksista pelkistetyt ilmaukset. Aineiston ryhmittelyssä pelkistetyt ilmaukset yhdistetään luokaksi ja nimetään luokan sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Näin muodostetaan alaluokkia, ja niiden ryhmittelyä kuvataan yläluokkina. Yläluokkien ryhmittelyä kuvataan pääluokkina ja pääluokkien ryhmittelyä yhdistävänä luokkana. Prosessin viimeinen vaihe on teoreettisten käsitteiden muodostaminen ryhmittelyyn perustuen. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, 109–112).

Aineiston analyysi aloitettiin muodostamalla jokaiselle vastaajalle taulukko, joissa oli vastaukset kaikkiin avoimiin kysymyksiin sekä vastaajan alkuperäinen ilmaus. Alkuperäisten ilmausten perusteella muodostettiin myös analyysiyksiköt. Tämän jälkeen analyysia toteutettiin tutkimusongelmittain.

Aineiston analyysi aloitettiin muodostamalla positiivisen pedagogiikan toteuttamiseen liittyvistä alkuperäisistä ilmauksista pelkistetyt ilmaukset, joissa ilmaistiin vastaukset tiivistetyssä muodossa. Pelkistettyjen ilmausten muodostamisen jälkeen kirjattiin ylös teemoja, joita vastauksista oli löytynyt. Nämä teemat muodostivat tutkimustulosten pääluokat. Ne värikoodattiin ja muodostettiin uusi taulukko jokaiselle teemalle. Näihin taulukoihin lisättiin pelkistettyjen ilmausten perusteella muodostetut alaluokat. Alaluokista muodostettiin niitä yhdistävät yläluokat.

**Taulukko 3.** Esimerkki alaluokkien muodostamisesta aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla

<b>ALKUPERÄINEN ILMAUS</b>	<b>PELKISTETTY ILMAUS</b>	<b>ALALUOKKA</b>
Luokassa hyvän huomaamisena ja kehumisena. (O2, V6)	Luokassa huomataan hyvä ja kehuaan.	Hyvän huomaaminen Myönteinen palaute
Vuorovaikutus syntyy helposti ja yleinen ilmapiiri on myönteinen (O6, V13)	Opettaja kokee, että vuorovaikutus on helpompaa ja yleinen ilmapiiri on myönteinen	Myönteinen vuorovaikutus  Ilmapiiri
Kaiken ydin on positiivisen suhteen rakentuminen lapseen. (O5, V11)	Opettaja toteaa, että positiivisen suhteen rakentaminen lapseen on kaiken ydin.	Opettaja-oppilassuhteen merkitys

Positiivisen pedagogiikan hyötyjä ja haasteita analysoitiin erikseen, jolloin näistä muodostettiin omat taulukot. Analysointi aloitettiin muodostamalla hyödyistä ja haasteista omat taulukot, johon lisättiin vastaajien alkuperäiset ilmaukset ja niistä tiivistetyt pelkistetyt ilmaukset. Pelkistettyjen ilmausten muodostamisen jälkeen kirjattiin ylös vastauksista nousseita teemoja, värikoodattiin teemat. Värikoodattujen teemojen perusteella muodostettiin yläluokat.

### 3.4 Tutkimusetiikka

Tutkimuksessa noudatettiin tutkimuseettisen neuvottelukunnan tunnustamia toimintatapoja ihmiseen kohdistuvasta tutkimuksesta ja hyvästä tieteellisestä käytännöstä. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan yleisiin eettisiin periaatteisiin kuuluvat muun muassa luotettavuus, rehellisyys, vastuunkanto, tutkittavien ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä tutkimuksen toteuttaminen niin, ettei tutkimukseen osallistuville tai yhteisöille aiheudu

haitallisia seurauksia. (Kohonen ym., 2019, s. 4–7; TENK, 2023.) Tutkimusryhmässä jokainen oli ensisijaisesti itse vastuussa näiden toimintatapojen noudattamisesta.

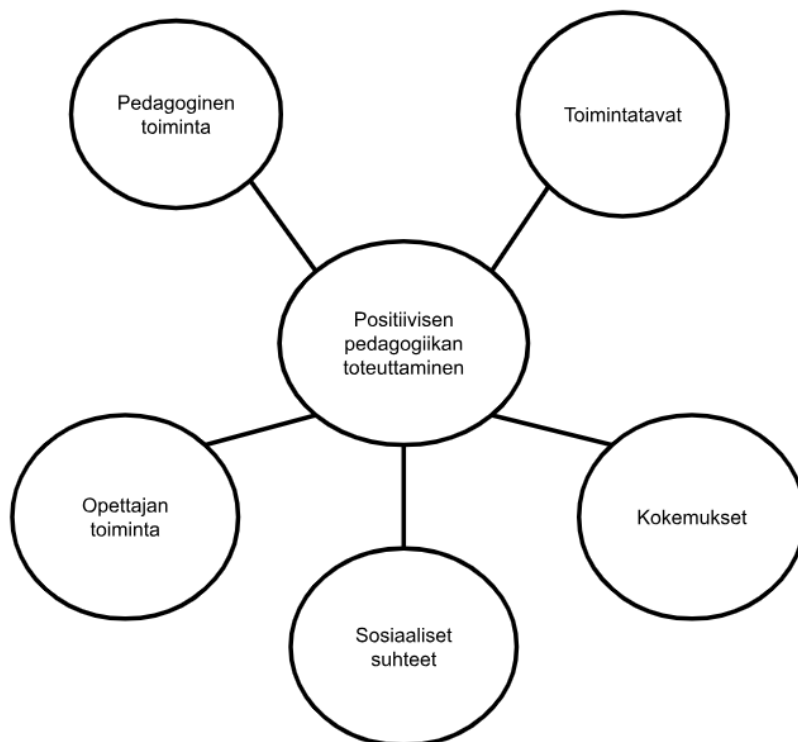
Tutkimukseen osallistujat kerättiin vapaaehtoisesti ja se suoritettiin anonymisti heidän yksityisyyden suojaamisen vuoksi. Kyselylomakkeen saatesanoissa osallistujille ilmoitettiin kyselyn rakenne ja varmistettiin osallistumisen vapaaehtoisuus. Heillä oli oikeus keskeyttää ja perua tutkimukseen osallistuminen milloin tahansa. Tutkittavien tietosuojaja yksityisyys turvattiin tietosuojailmoituksen mukaisesti. Tutkimusaineisto säilytettiin Seafire - pilvipalvelussa ja sen analyysi suoritettiin anonymisti ja luottamuksellisesti. Nämä toimet noudattavat tutkimuseettisen lautakunnan määräyksiä, jotka velvoittavat tarjoamaan tutkittaville tietoa tutkimuksen sisällöstä, henkilötietojen käsittelystä sekä käytännön toteutuksesta. (Kohonen ym., 2019, s. 8–9).

## 4. Tulokset

Tutkimustulokset esitellään tutkimusongelmien mukaisessa järjestyksessä. Aluksi tarkastellaan positiivista pedagogiikkaa luokanopettajien toteuttamana. Tämän jälkeen tarkastellaan positiivisen pedagogiikan hyötyjä ja haasteita luokanopettajien kokemana. Tuloksia tarkastellaan vastauksista löytyneiden teemojen pohjalta. Tuloksissa luokanopettajasta käytetään lyhyempää termiä opettaja.

### 4.1 Positiivinen pedagogiikka luokanopettajien toteuttamana PERMA-hyvinvointimallin näkökulmasta

Luokanopettajien positiivisen pedagogiikan toteuttamiselle löytyi useita erilaisia tapoja ja käytäntöjä. Toteuttamistavat jakautuivat viiteen pääluokkaan: 1) kokemukset, 2) toimintatavat, 3) opettajan toiminta, 4) pedagoginen toiminta ja 5) sosiaaliset suhteet (kuvio 1). Seuraavaksi tarkastellaan toteuttamistapoja pääluokittain ja niiden esiintyvyyttä PERMA-hyvinvointimallin elementeissä.



KUVIO 1 POSITIIVINEN PEDAGOGIIKKA LUOKANOPETTAJIEN TOTEUTTAMANA

#### 4.1.1 Kokemukset

Opettajien vastauksissa korostui myönteisten kokemusten luominen ja niistä keskusteleminen. Viisi opettajaa mainitsi kokemukset positiivisen pedagogiikan toteuttamisessa (O1, O2, O3, O4, O6, O7). Vastauksissa korostuivat opettajan kokemukset sekä yhteiset kokemukset. Kokemukset jaettiin kahteen yläluokkaan ja kolmeen alaluokkaan (taulukko 4).

TAULUKKO 4 KOKEMUSTEN ALA- JA YLÄLUOKAT

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Työn kokeminen merkitykselliseksi (3)	Opettajan kokemukset (5)
Opettajan kokemukset työstä (2)	
Onnistumisen kokemukset (2)	Yhteiset kokemukset (2)

Opettajan kokemuksissa korostui erityisesti työn merkityksellisyys, opettajan muut henkilökohtaiset kokemukset työstä ja kokemuksiin keskittyminen omassa työssä. Positiivisen pedagogiikan toteuttamisen näkökulmasta opettajat kuvailivat keskittyvänsä muun muassa työn merkityksellisyyden kokemuksiin (O2, O3). Muihin opettajan kokemuksiin kuului opettamisen iloitseminen (O1), työhön täysi uppoutuminen (O4) sekä omien ydinvahvuuksien hyödyntäminen työnteossa (O3). Eräs opettaja (O3) kertoi kokemuksistaan: ”Pyrin ylläpitämään innostusta työhöni esimerkiksi pohtimalla, mitä ydinvahvuuksiani voin toteuttaa työssäni. Tätä kautta koen työni merkitykselliseksi ja voin hetkittäin jopa kokea työn imua.”

Yhteisissä kokemuksissa opettajat korostivat onnistumisen kokemuksia luokassa sekä opettajan ja oppilaiden välillä. Eräs opettaja kuvaili, kuinka hän kokee, että onnistumisen kokemukset korostuvat etenkin silloin, kun hän työskentelee sinnikkäästi yhdessä oppilaan kanssa vaikean tehtävän ratkomiseksi (O6).

Kokemukset tulivat esille neljässä PERMA-hyvinvointimallin elementissä. Nämä elementit olivat myönteiset tunteet, sitoutuminen, merkityksellisyys ja saavuttaminen. Kokemukset korostuivat erityisesti sitoutumisen elementissä. Sitoutuminen näkyi enemmän opettajien kokemuksissa kuin yhteisissä kokemuksissa. Kaksi opettajaa kuvailivat, että keskittyessään opettamisen innostamisen kokemuksiin, he kokevat sitoutumista työhönsä sekä työn ”imua” (O3, O4).

Myönteisten tunteiden elementissä näkyi opettajien omat kokemukset ja yhteiset kokemukset. Eräs opettaja korosti oppimisen ja opettamisen ilon kokemuksia (O1). Merkityksellisyyden elementissä esiintyi opettajan kokemukset. Eräs opettaja mainitsi sanoittavansa oppilaille kokemuksiaan oppilaiden merkityksellisyydestä (O2). Saavuttamisen elementissä näkyi yhteiset kokemukset. Tässä opettaja kuvailee kokevansa yhdessä oppilaan kanssa onnistumisen ja saavuttamisen kokemuksia (O6).

#### 4.1.2 Toimintatavat

Toinen opettajien vastauksista esiintynyt positiivisen pedagogiikan toteuttamistapa oli toimintatavat. Viisi opettajaa ilmaisi erilaisia toimintatapoja positiivisen pedagogiikan toteuttamisessa (O1, O2, O3, O5, O7) Toimintatavoissa korostuivat luokan toimintaperiaatteet ja työskentelytavat. Toimintatavat jaettiin kahteen yläluokkaan ja neljään alaluokkaan (taulukko 5).

TAULUKKO 5 TOIMINTATAPOJEN ALA- JA YLÄLUOKAT

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Hyvät käytöstavat (3)	Luokan toimintaperiaatteet (7)
Luokan toimintatavat (4)	
Tavoitteiden määrittely (2)	Työskentelytavat (3)
Pari- ja ryhmätyöskentely	

Opettajien vastaukset, joissa luokan toimintaperiaatteet korostuivat, keskittyivät luokan yhteisesti sovittuihin sääntöihin ja käytänteisiin. Hyvät käytöstavat nousivat esiin kolmessa vastauksessa (O6, O8). Opettajat korostivat oppilaiden kykyä työskennellä muiden vertaistensa kanssa, muiden huomioonottamisen harjoittelua sekä kaveritaitojen sisällyttämistä luokan päivittäisiin rutiineihin. Luokan toimintatavoissa taas korostui luokan muut päivittäiset rutiinit sekä yhdessä sovitut toimintatavat. Näihin kuului esimerkiksi opettajan esille tuoma vuorovaikutuksen viisi K:ta: ”Opetan lapsille vuorovaikutuksen 5K:ta

(kiinnostus, kehuminen, kuuntelu, kysyminen ja kunnioitus). Esimerkiksi riitatilanteissa pohdimmme, mikä K unohtui.” (O3, V6).

Opettajien vastaukset, joissa työskentelytavat korostuivat, keskittyivät tavoitteiden määrittelyyn sekä ryhmä- ja parityöskentelyyn. Tavoitteet sekä niiden määrittelyn mainitsi vain yksi opettaja kahdessa vastauksessa (O7). Hän kuvaili, että tehtävien tekemisen yhteydessä niille määritetään tavoitteet, jotka pyritään toteuttamaan. Lisäksi hän mainitsi, että oppilaiden kanssa pohditaan, miten ja miksi tavoitteet saavutettiin. Kyseinen opettaja mainitsi myös ryhmä- ja parityöskentelyn. Hän kuvaili, että luokassa työskennellään paljon pareittain ja ryhmissä.

Luokan toimintatavat esiintyvät neljässä eri PERMA-hyvinvointimallin elementissä. Nämä elementit ovat myönteiset tunteet, sitoutuminen, ihmissuhteet ja saavuttaminen. Kaksi opettajaa mainitsi erilaisia toimintatapoja toteuttaa positiivista pedagogiikkaa useammassa PERMA-hyvinvointimallin elementissä. Myönteisten tunteiden elementissä toimintatavat näkyivät kolmen opettajan vastauksissa (O1, O3, O5). Tässä elementissä nousi esiin muun muassa aikaisemmin mainittu vuorovaikutuksen viisi k:ta (O3). Sitoutumisen elementissä kaksi opettajaa toi esille työskentelytapoja ja luokan toimintaperiaatteita (O2, O7). Toinen opettaja kertoi, että luokassa harjoitellaan yhdessä keskittymistä yhteen tehtävään, mietitään jokaiselle tehtävälle tavoitteet ja pyritään toteuttamaan ne (O7). Ihmissuhteiden elementissä opettajat mainitsivat luokan toimintaperiaatteissa hyvät käytöstavat (O1, O2). Saavuttamisen elementissä toimintatavat näkyivät erään opettajan vastauksessa tavoitteiden saavuttamisen keinojen läpikäyntinä oppilaiden kanssa (O7).

#### 4.1.3 Opettajan toiminta

Opettajan oma toiminta positiivisen pedagogiikan käytännön toteuttamisessa korostui eniten osallistujien vastauksissa. Viisi opettajaa mainitsi oman toiminnan osana positiivisen pedagogiikan toteuttamista (O2, O3, O4, O5, O6). Opettajien vastauksissa ilmeni toimintaa, joka oli suunnattu ja kohdistettu heille itselleen sekä oppilaisiin. Opettajan toiminta jaettiin kahteen yläluokkaan ja 11 alaluokkaan (taulukko 6). Opettajan toiminta ilmeni PERMA-hyvinvointimallin kaikissa osa-alueissa.

TAULUKKO 6 OPETTAJAN TOIMINNAN ALA- JA YLÄLUOKAT

ALALUOKAT	YLÄLUOKAT
Opettajan henkilökohtainen dokumentointi	Opettajaan itseensä kohdistuva toiminta (3)
Opettajan vahvuuksien hyödyntäminen joustavuus ja myötätuntoisuus itseään kohtaan	
Oppilaiden kohtaaminen Opettajan tunteiden sanoittaminen (2) Toivotusti käyttäytyvien oppilaiden huomiointi Opettaja toimii roolimallina (2) Oppilaiden ajatusten kuunteleminen ja kokemuksissa myötäeläminen Vahvuuksien käsittely (2) Tukea tarvitsevien oppilaiden kanssa merkityksellisyyden korostaminen Oppilaiden kehuminen (2)	Oppilaisiin kohdistuva toiminta (11)

Opettajat kuvailivat toteuttavansa positiivista pedagogiikkaa myös itseensä kohdistuvan toiminnan keinoin (O2, O3). Kyseistä toimintaa opettajat kertovat toteuttavansa tukeakseen omaa opettajuuttaan. Opettajaan itseensä kohdistuvasta toiminnasta muodostui kolme alaluokkaa. Nämä olivat opettajan henkilökohtainen dokumentointi, opettajan vahvuuksien hyödyntäminen ja opettajan joustavuus ja myötätuntoisuus itseään kohtaan. Opettajan henkilökohtaiseen dokumentointiin sisältyi opettajan henkilökohtaisen kiitollisuuspäiväkirjan täyttäminen (O2). Opettajan henkilökohtaisten vahvuuksien hyödyntämisessä opettaja kuvaili pyrkivänsä ylläpitämään innostustaan työhön hyödyntämällä omia vahvuuksiaan työssään (O3). Opettajan joustavuus ja myötätuntoisuus itseään kohtaan näkyi opettajan mukaan siinä, että hän pyrkii joustavuuteen opetuksessa sekä olemaan myötätuntoinen itselleen (O3).

Oppilaisiin kohdistuva toiminta oli toinen opettajan toimintaan liittyvä osa-alue, ja se mainittiin vastauksissa yksitoista kertaa. Oppilaisiin kohdistuvaa toimintaa esiintyi selkeästi enemmän kuin opettajaan itseensä kohdistuvaa toimintaa. Toimintaa, jossa opettaja pyrki oman käyttäytymisensä avulla saamaan oppilaat toimimaan halutulla tavalla, esiintyi oppilaisiin kohdistuvassa toiminnassa. Tähän sisältyi roolimallina toimiminen ja opettajan omien tunteiden sanoittaminen oppilaille (O2, O3, O5). Muut toiminnot liittyivät opettajan ja



yksittäisten oppilaan väliseen kanssakäymiseen. Nämä olivat oppilaiden kohtaaminen, toivotusti käyttäytyvien oppilaiden huomiointi, oppilaiden ajatusten kuunteleminen ja kokemusten myötäeläminen, vahvuuksien käsittely ja tukea tarvitsevien oppilaiden kanssa merkityksellisyden korostaminen (O3, O4, O5, O6).

Opettajan toiminta esiintyi PERMA-hyvinvointimallin jokaisessa elementissä. Se korostui erityisesti merkityksellisyydessä (O2, O4, O5, O6). Eräs opettaja kuvaili kuinka omien tunteiden ja tuntemusten ilmaiseminen oppilaille luo merkityksellisyyttä (O2). Myös oppilaiden vahvuuksien käsittely ja löytäminen (O5) mainittiin merkityksellisyyden elementissä. Myönteiset tunteet näkyivät opettajien vastauksissa oppilaisiin kohdistuvana toimintana (O4, O5) sekä opettajaan itseensä kohdistuvana toimintana (O2). Saavuttamisen elementissä opettajat mainitsivat vahvuuksien käsittelyn (O3) ja oppilaiden kehumisen (O4, O5). Opettajan toiminta näkyi myös sitoutumisen (O3) ja ihmissuhteiden (O2, O3) elementissä.

#### 4.1.4 Pedagoginen toiminta

Pedagoginen toiminta muodostui opettajien kuvailemasta toiminnasta, joka sisälsi opetuskeskusteluja sekä yhteistyötä muiden opettajien kanssa. Neljä opettajaa oli vastannut toteuttavansa jonkinlaista pedagogista toimintaa positiivisen pedagogiikan toteuttamisessa (O2, O3, O5, O7). Pedagoginen toiminta jaettiin kahteen yläluokkaan ja kolmeen alaluokkaan (taulukko 7). Pedagogista toimintaa esiintyi kaikissa PERMA-hyvinvointimallin elementeissä, lukuun ottamatta ensimmäistä eli myönteisiä tunteita.

TAULUKKO 7 PEDAGOGISEN TOIMINNAN ALA- JA YLÄLUOKAT

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Opetuskeskustelut sinnikkyydestä ja itsesäätelystä	Opetuskeskustelut (3)
Opetuskeskustelut sinnikkyydestä (2)	
Yhteistyö muiden opettajien kanssa	Yhteistyö

Pedagogisessa toiminnassa opetuskeskusteluissa painottuivat vahvasti opettajan ja oppilaiden väliset keskustelut sinnikkyydestä sekä itsesäätelystä. Yksi opettajista kuvaili, että he puhuvat oppilaiden kanssa paljon sinnikkyydestä ja itsesäätelystä sekä harjoittelevat niitä yhdessä

(O2). Toinen opettaja kuvaili käsittelevänsä oppilaiden kanssa sinnikkyuden merkitystä (O2). Kolmas opettaja taas kuvaili keskustelevänsä sinnikkyudesta oppilaiden kanssa päivittäin. Hänen mukaansa he pohtivat sinnikkyyttä myös opittavana vahvuutena (O3).

Toinen pedagogisessa toiminnassa mainittu näkökulma oli yhteistyö muiden opettajien kanssa. Tämä korostaa ammatillisen yhteistyön merkitystä positiivisen pedagogiikan toteuttamisessa. Eräs opettaja kuvaili, että hän tekee aktiivista yhteistyötä positiivisen pedagogiikan parissa muiden opettajien kanssa (O7).

Pedagoginen toiminta esiintyi kolmessa PERMA-hyvinvointimallin elementeissä. Nämä elementit ovat sitoutuminen, merkityksellisyys ja saavuttaminen. Kaksi opettajaa mainitsi pedagogisen toiminnan sitoutumisen elementissä (O2, O5). Opettajat kertoivat pedagogista toimintaa, erityisesti opetuskeskusteluissa, joissa korostuivat sinnikkyys ja itsesäättely. Merkityksellisyyden elementissä eräs opettaja kuvaili tekevänsä yhteistyötä muiden opettajien kanssa (O7). Saavuttamisen elementissä eräs opettaja kertoi käyvänsä opetuskeskusteluja sinnikkyudesta (O3).

#### 4.1.5 Sosiaaliset suhteet

Opettajien vastauksissa esiintyi sosiaaliin suhteisiin liittyviä kommentteja. Kuusi opettajaa mainitsi sosiaaliset suhteet positiivisen pedagogiikan toteuttamisessa (O1, O2, O3, O4, O5, O7). Sosiaaliin suhteisiin sisältyy toimintaa ihmissuhteiden luomiseksi ja niiden kehittämiseksi. Opettajat mainitsivat sosiaalisen vuorovaikutuksen tapahtuvan opettajan ja koko ryhmän välillä, oppilaiden välillä sekä opettajan ja yksittäisen oppilaan välillä. Sosiaaliset suhteet jaettiin kolmeen yläluokkaan ja kahdeksaan alaluokkaan (taulukko 8). PERMA-hyvinvointimallin näkökulmasta sosiaalisia suhteita mainittiin sen neljässä elementissä.

TAULUKKO 8 SOSIAALISTEN SUHTEIDEN ALA- JA YLÄLUOKAT

ALALUOKAT	YLÄLUOKAT
Hyvän huomaaminen (2) Myönteinen palaute (2) Myönteinen vuorovaikutus (2) Onnistumisten iloitseminen Oppilaiden ryhmäytyminen	Opettaja ja koko ryhmä (5)

Luokkahenki (3) Ilmapiiri	Oppilaat (4)
Opettaja-oppilassuhteen laatu	Opettaja-oppilas

Opettajan ja koko ryhmän välisissä sosiaalisissa suhteissa korostettiin vuorovaikutusta, jossa osallisina olivat opettaja ja koko luokka. Opettajat mainitsivat sosiaalisten suhteiden näkyvän hyvän huomaamisena, myönteisenä vuorovaikutuksena, myönteisenä palautteena, onnistumista iloitsemisena sekä oppilaiden ryhmäytymisenä (O2, O3, O5, O7). Eräs opettaja kuvasi luokan arjessa näkyvän myötätunto, ystävällisyys sekä huomion kiinnittäminen hyvään (O3). Toinen opettaja totesi käyttävänsä aikaa oppilaiden ryhmäytymiseen lukuvuoden alun lisäksi ympärivuotisesti (O5).

Toinen opettajien vastauksissa esiintynyt sosiaalisten suhteiden näkökulma liittyi oppilaiden väliseen vuorovaikutukseen. Näitä näkökulmia olivat luokkahenki sekä ilmapiiri. (O1, O4, O7). Eräs opettaja kuvaili, kuinka hän kokee tärkeäksi sen, että jokainen lapsi saa olla oma itsensä luokkayhteisössä, ja siihen käytetään paljon aikaa (O4). Toinen opettaja kuvaili pyrkivänsä ylläpitämään hyvää ilmapiiriä luokassa (O1).

Kolmas opettajien vastauksissa esiintynyt sosiaalisten suhteiden näkökulma oli oppilas-opettajasuhteen laatu. Siinä korostettiin opettajan ja yksittäisen oppilaan välistä vuorovaikutusta. Eräs opettaja kuvaili, että hän pyrkii ylläpitämään hyvää yhteishenkeä luokan lisäksi opettajan ja yksittäisen oppilaan välillä (O7).

Sosiaaliset suhteet ilmenivät PERMA-hyvinvointimallin neljässä elementissä. Nämä elementit olivat ihmissuhteet, myönteiset tunteet, merkityksellisyys ja saavuttaminen. Sosiaaliset suhteet korostuivat erityisesti ihmissuhteiden elementissä. Tässä elementissä sosiaaliset suhteet näkyivät opettajan ja koko ryhmän välisinä, oppilaiden välisinä sekä opettajan ja yksittäisen oppilaan välisinä. (O1, O4, O5, O7). Myönteiset tunteet elementissä näkyi opettajan ja koko ryhmän välisiä sosiaalisia suhteita. (O2, O3, O7). Merkityksellisyys elementissä eräs opettaja kertoi pyrkivänsä luomaan hyvää luokkahenkeä (O7).

Saavuttaminen elementissä eräs opettaja kertoi, että luokassa iloitaan kaikkien onnistumisista (O3).

## 4.2 Positiivisen pedagogiikan käytön hyödyt ja haasteet

Aineistosta nousi esiin useita positiivisen pedagogiikan hyötyjä ja haasteita. Hyödyt jakautuivat kolmeen yläluokkaan: 1) hyödyt opettajalle, 2) hyödyt oppilaille 3) myönteinen oppimiskulttuuri, sekä 11 alaluokkaan (taulukko 9). Opettajat kuvasivat positiivisen pedagogiikan hyötyjä yksityiskohtaisemmin ja useammin kuin haasteita.

Positiivisen pedagogiikan käyttämisen haasteet jakautuivat kolmeen yläluokkaan: 1) muiden oletukset menetelmästä, 2) opettajan tunteisiin liittyvät haasteet, 3) ajalliset haasteet (taulukko 10). Seuraavaksi tarkastellaan positiivisen pedagogiikan hyötyjä opettajille, oppilaille ja oppimisympäristölle. Tämän jälkeen tarkastellaan opettajien kohtaamia positiivisen pedagogiikan haasteita.

### 4.2.1. Positiivisen pedagogiikan hyödyt

Aineiston perusteella opettajat kokivat hyötyjen olevan laaja-alaisia ja he tarkastelivat niitä erilaisista näkökulmista. Näihin hyötyihin sisältyivät opettajiin itseensä liittyvät hyödyt, oppilaisiin liittyvät hyödyt, myönteisen oppimiskulttuurin edistäminen ja vahvuusperustaisuuden tehokkuus.

TAULUKKO 9 POSITIIVISEN PEDAGOGIIKAN HYÖDYT

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Elämäntapa-ajattelu Työhyvinvointi (10) Yhteistyö vanhempien kanssa	Hyödyt opettajalle
Ilmapiiiri (3) Koulussa viihtyminen Oppimisen ilo Oppilaiden hyvinvointi Riitojen ja kiusaamisen vähäisyys	Hyödyt oppilaille
Myönteinen vuorovaikutus (5) Opettaja-oppilassuhteen laatu (2) Positiivisen palautteen ja ohjeenannon teho Ymmärrys itseä ja muita kohtaan Vahvuudet lähtökohtana haastavissa tilanteissa	Myönteinen oppimiskulttuuri

Opettajat mainitsivat heihin itseensä liittyvien hyötyjen vaikuttaneen parantavasti heidän työhyvinvointiinsa, yhteistyöhön vanhempien kanssa ja elämäntapa-ajatteluun. Kaikki opettajat kertoivat positiivisen pedagogiikan parantaneen heidän työhyvinvointiaan. He kokivat, että positiiviseen keskittyminen edistää omaa jaksamista ja työssä viihtymistä. (O4, O5, O6). He kuvailivat oman olotilan ja motivaation olevan parempia sekä työskentelyn olevan mielekkäämpää (O2, O7). Eräs opettaja kuvaili myös yhteistyön vanhempien kanssa olevan toimivampaa, kun yhteistyössä korostetaan lapsen vahvuuksia (O6). Toinen opettaja koki, että positiivinen pedagogiikka ja sen hyödyt eivät ole opetusmenetelmä ”Se ei ole vain jokin menetelmä vaan siitä on tullut tapa elää ja katsella maailmaa” (O3). Positiivisen pedagogiikan hyödyt nähtiin kokonaisvaltaisena. Sen toteuttamisen koettiin muodostavan opettajien ja oppilaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin perustan.

Opettajat kertoivat oppilaisiin liittyvien hyötyjen kytkeytyvän ilmapiiriin, kaveritaitoihin, koulussa viihtymiseen, oppimisen iloon, oppilaiden hyvinvointiin sekä riitojen ja kiusaamisen vähäisyyteen. Hyödyissä korostui erityisesti luokan hyvä ilmapiiri (O1, O5, O6, O7). Luokan hyvästä ilmapiiristä opettajien mukaan kertoi myös hyvä ryhmähenki (O5) ja koulussa viihtyminen (O6). Opettajat havaitsivat myös enemmän oppimisen iloa (O1) ja kasvavaa oppilaiden hyvinvointia (O2, O7). Eräs opettajista kertoi oppilaiden kukoistavan positiivisen pedagogiikan käyttöönoton jälkeen (O6). Hyvästä ilmapiiristä ja oppilaiden hyvinvoinnista kertoo myös se, että yksi opettajista kertoi, että luokassa ei juurikaan esiinny riitoja tai kiusaamista (O3). Kokonaisuudessaan opettajat korostivat positiivisen pedagogiikan merkitystä oppilaiden hyvinvoinnille ja kouluympäristön ilmapiirille.

Opettajat raportoivat myönteiseen oppimiskulttuuriin liittyvien hyötyjen muodostuvan myönteisestä vuorovaikutuksesta, opettaja-oppilassuhteen laadusta, positiivisen palautteen ja ohjeenannon tehosta, rehellisistä ja palkitsevista keskusteluista sekä lisääntyneestä ymmärryksestä itseä ja muita kohtaan. Opettajat kokivat, että kaiken ytimessä olisi positiivisen suhteen rakentaminen oppilaaseen (O4, O5). Myönteinen vuorovaikutus nähtiin itsessään hyötynä (O1, O6). Vuorovaikutukseen liittyvät tekijät kuten positiivinen ilmapiiri sekä vertaisten ja opettajan kehuminen koettiin myös hyötynä (O1, O5, O6). Eräs opettaja mainitsi haastavien asioiden esille tuomisen olevan helpompaa vahvuuksien ollessa lähtökohtana (O6). Osa opettajista koki, että ymmärrys itseä ja muita kohtaan oli lisääntynyt erityisen paljon sekä mitä enemmän positiivista pedagogiikkaa hyödynnettiin, sitä enemmän sen hyödyt näkyivät luokan arjessa (O3, O4).

#### 4.2.2. Positiivisen pedagogiikan haasteet

Aineiston perusteella haasteiden määrä ja niiden luonne vaihtelivat. Opettajat toivat esille haasteita, jotka liittyivät heidän omiin tunteisiinsa ja muiden olettamuksiin positiivisesta pedagogiikasta. Lisäksi he kokivat haasteita keskusteluihin käytetyn ajan määrässä ja positiivisen pedagogiikan pitkäjänteisyyden tarpeessa.

TAULUKKO 10 POSITIIVISEN PEDAGOGIIKAN HAASTEET

YLÄLUOKKA		
Muiden olettamukset menetelmästä	Opettajan tunteisiin liittyvät haasteet	Ajalliset haasteet

Eniten haasteita opettajat kokivat tilanteissa, joissa muut ihmiset, erityisesti kollegat ja oppilaiden vanhemmat, olettivat menetelmän olevan epäluotettava tai muuten toimimaton. Kaksi opettajaa kokivat, että toiset kollegat ja oppilaiden vanhemmat kyseenalaistavat positiivisen pedagogiikan toimivuutta. (O1, O7) Lisäksi yksi opettajista koki haasteena sen, että kollegat tai oppilaiden vanhemmat kokevat positiivisen pedagogiikan olevan vain haasteiden vähättelyä tai rajattomuutta. Kyseinen opettaja oli joutunut perustelevaan metodin käyttämisestä useamman kerran. (O6)

Opettajat kokivat joitain haasteita omien tunteiden hallinnassa. He kokivat haastavaksi ylläpitää omaa positiivisuuttaan tilanteissa, joissa itse olivat kuormittuneita tai oli huono päivä. Yksi opettaja koki väsyvänsä tilanteissa, joissa yhden oppilaan on jatkuvasti vaikeaa sopeutua oppimisympäristöön ” Jos lapsi on jatkuvasti kierroksilla ja hänellä on tunteiden tuutit tukossa, niin hänen on vaikeaa sopeutua tähän oppimisympäristöön. Opettaja väsyä, kun hän aina saa kaikki tilanteet mullin mallin...” (O4). Lisäksi kaksi opettajaa mainitsi haasteeksi positiivisena pysymisen ja oman motivaation ylläpitämisen huonoina päivinä (O2, O7).

Yksi aineistosta noussut haaste liittyi keskusteluihin käytettyyn aikaan ja pitkän aikavälin hyötyjen näkemisen vaikeuteen. Eräs opettaja koki tärkeäksi tunnistaa positiivisen pedagogiikan käyttämisen merkitys ja arvo. Hyödyt eivät hänen mukaansa aina näy välittömästi, vaan ne voivat näkyä vasta pitkällä aikavälillä (O3).

Haasteet antavat kuvaa siitä, että opettajat eivät koe positiivista pedagogiikkaa itsessään haastavaksi toimintatavaksi. Opettajien kokemat haasteet vaihtelivat yksilöllisesti ja liittyivät pedagogisten näkökulmien lisäksi ympäristön odotuksiin ja asenteisiin positiivista pedagogiikkaa kohtaan.

## 5. Pohdinta

Positiivinen pedagogiikka sekä sen toteuttaminen ovat jatkuvassa muutoksessa ja kehityksessä. Seuraavaksi tutkimustuloksia tarkastellaan syvällisemmin, arvioidaan tulosten luotettavuutta ja eettisyyttä sekä pohditaan mahdollisia jatkotutkimuksia. Pohdinnassa luokanopettajasta käytetään lyhyempää termiä opettaja.

### 5.1 Tulosten yhteenveto

Tutkimuksesta saadun aineiston pohjalta saatiin tietoa, miten luokanopettajat Suomessa toteuttavat positiivista pedagogiikkaa työssään, ja millaisia hyötyjä ja haasteita he kokevat sen käyttöön liittyen.

Tulosten perusteella voidaan päätellä, että opettajat toteuttavat positiivista pedagogiikkaa erilaisilla tavoilla ja käytänteillä. He toteuttivat positiivista pedagogiikkaa kokemusten avulla, toimintatapoina, opettajan toimintana, pedagogisena toimintana sekä sosiaalisia suhteita korostamalla. Tutkimuksesta saadut tulokset sisälsivät samanlaisia toteuttamistapoja, kuin Leskisenojan (2017) kirjassa ”Positiivisen pedagogiikan työkalupakki”. Kirjan toteuttamistapojen ja tutkimuksen tulosten perusteella positiivisen pedagogiikan toteuttamista voidaan tehdä kaikissa PERMA-hyvinvointimallin elementeissä (Leskisenoja 2017).

Saadut tulokset myönteisten tunteiden toteuttamisesta myötäilevät Leskisenojan (2017) laatimia positiivisen pedagogiikan käytänteitä ja toteutustapoja. Samankaltaisia käytänteitä olivat kiitollisuuspäiväkirja, myönteinen palaute sekä myönteisen ajattelun ja optimismin harjoittelu. (Leskisenoja, 2017, s. 67–69.) Käytänteet näkyivät myös sosiaalisissa suhteissa, jossa opettaja ja koko ryhmä antoivat myönteistä ja rohkaisevaa palautetta toisilleen.

Luokanopettajien vastauksissa esiintyi runsaasti toimintaa, joka oli suunnattu luokan sosiaalisiin suhteisiin ja niiden edistämiseen. Sekä PERMA-malli että tutkimustulokset viittaavat siihen, että sosiaaliset suhteet ovat keskeinen tekijä oppilaiden hyvinvoinnin kannalta. Tästä syystä sosiaaliset suhteet ovat olennainen osa positiivisen pedagogiikan toteuttamista.

Leskisenojan (2017) mukaan saavuttamisen käytänteisiin kuuluu tavoitteiden asettelu, myönteinen palaute, tuki ja kannustus sekä saavutusten ja onnistumisten huomioiminen (Leskisenoja, 2017, s. 154–155). Opettajat kuvailivat, että he asettavat oppilaiden kanssa



tavoitteita, pohtivat yhdessä niiden merkitystä ja juhlivat niissä onnistumista. On selvää, että tällainen toiminta luo struktuuria oppitunteihin ja selkeyttää oppilaille oppimisen tavoitteita.

Merkityksellisten kokemusten saamista kouluissa voidaan tukea erilaisin keinoin ja menetelmin. Keskeisessä asemassa on oppilaan mahdollisuus löytää ja hyödyntää omia vahvuuksiaan. (Leskisenoja, 2017, s. 136–137.) Tutkimukseen osallistuneet opettajat toteuttivat PERMA-mallin merkityksellisyyden elementtiä hyvin monipuolisesti. Heidän käytänteissään painottui erityisesti opettajan oppilaisiin kohdistuva toiminta. Tällaista toimintaa oli muun muassa vahvuuksien käsittely yhdessä oppilaiden kanssa ja niiden hyödyntämisen harjoittelu. On tärkeää, että koulussa oppilaat oppivat tunnistamaan ja hyödyntämään omia vahvuuksiaan.

Positiivisessa psykologiassa kielteiset tunteet ajatellaan oleellisena osana elämää ja mahdollisuuksina kasvaa ja oppia. Tunteiden hallitseminen ja tasapainottaminen myönteisten kokemusten kanssa on positiivisen pedagogiikan näkökulmasta erittäin tärkeää. (Leskisenoja & Sandberg, 2019, Positiivinen psykologia, positiivinen pedagogiikka.) Tämän tutkimuksen tuloksissa opettajat eivät maininneet hyödyntävänsä tätä positiivisen pedagogiikan ajattelua. Luokanopettajien vastauksissa korostuivat myönteisten kokemusten luominen ja onnistumisista iloitseminen.

Positiivisen pedagogiikan hyödyt ovat korostuneet aiemmassa tutkimuksessa ja tämän tutkimuksen tuloksissa. Aineiston perusteella opettajat kokivat hyötyjen liittyvän paitsi opettajaan itseensä myös oppilaisiin, myönteisen oppimiskulttuurin edistämiseen ja vahvuusperustaisuuden tehokkuuteen. Nämä tulokset vahvistavat aiemman tutkimuksen havaintoja. Muun muassa Kern ja Wehmeyer (2021) havaitsivat tutkimuksessaan, että positiivisen pedagogiikan toteuttaminen lisäsi oppilaiden ja opettajien hyvinvointia. (Kern & Wehmeyer, 2021.) Edellä mainitut tutkimustulokset vahvistavat positiivisen pedagogiikan tuovan konkreettisia hyötyjä kouluyhteisölle. Tämän tutkimuksen perusteella positiivinen pedagogiikka on vähentänyt häiriökäyttäytymistä ja kiusaamista. Ne voivat heijastaa oppilaiden parempaa kykyä säädellä tunteitaan, ratkaista konflikteja rakentavasti ja luoda myönteisiä vuorovaikutussuhteita.

Aineiston perusteella haasteiden määrä ja niiden laatu oli vaihtelevaa. Opettajat toivat esille haasteita omiin tunteisiin liittyen, muiden olettamuksiin menetelmästä ja positiivisen pedagogiikan pitkäjänteisyyden tarpeesta. Aiemmassa tutkimuksessa on huomattu, että opettajat eivät aina saa mahdollisuutta toteuttaa positiivista pedagogiikkaa kiireisen aikataulun

vuoksi. Tämä johtaa siihen, että monet opettajat eivät tunteneet olevansa valmiita tukemaan oppilaiden hyvinvointia. (Waters, 2021.) Tämä voi heijastua siihen, että opettajat tässä tutkimuksessa mainitsivat haasteina positiivisena pysymisen ja keskustelujen aikaa vievyyden.

Yksi luokanopettajien mainitsemista haasteita liittyi kollegoiden ja vanhempien kyseenalaistavan positiivisen pedagogiikan toimivuutta. Nämä kyseenalaistukset voivat vaikuttaa opettajien työskentelyyn ja ammatilliseen itsevarmuuteen. Jos opettajat kokevat jatkuvaa painetta positiiviseen pedagogiikkaan liittyen, se voi vaikuttaa heidän työhyvinvointiinsa ja innostukseen opettamisesta negatiivisesti. Tämä puolestaan voi heijastua oppilaiden motivaatioon ja oppimiseen sitoutumiseen.

On huomattavaa, että osa tutkimukseen osallistuneista luokanopettajista ei kokenut haasteita ollenkaan tai he eivät kokeneet haasteita oppilaiden kanssa. Tämä voi viitata siihen, että osa opettajista on sisällyttänyt positiivisen pedagogiikan osaksi omaa opetustyötään niin laajasti, että sekä opettaja että oppilaat hyötyvät siitä ilman suuria haasteita. Tämä voi heijastaa sitä, että nämä opettajat ovat onnistuneet vakiinnuttamaan positiivisen lähestymistavan osaksi omaa työtapaansa ja luoneet myönteisen oppimisilmapiirin.

## **5.2 Tulosten luotettavuus ja eettisyys**

Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa on huomioitava useita seikkoja. Tulokset perustuvat vain seitsemän positiivista pedagogiikkaa toteuttavan opettajan vastauksiin. Tulosten yleistettävyyttä olisi voinut lisätä monin tavoin, esimerkiksi laajentamalla osallistujien määrää suuremman otoskoon saavuttamiseksi, suorittamalla tutkimus useammassa eri ympäristössä yleistettävyyden lisäämiseksi tai lisäämällä useampia tutkimuskysymyksiä monipuolisemman tiedonkeruun varmistamiseksi. Osallistujien määrää olisi voinut kasvattaa selkeämmän kyselylomakkeen tai kiinnostavamman tutkimuskutsun avulla. Tutkimusta olisi voitu suorittaa useammassa maassa, jotta olisi saatu tietoa siitä, miten positiivista pedagogiikkaa toteutetaan muissa maissa.

Tutkimuksen luotettavuutta olisi voinut lisätä laajentamalla kyselylomaketta ja selkeyttämällä kysymyksiä. Jokaisesta PERMA-mallin osa-alueesta olisi voinut kysyä useamman kysymyksen ja kysymykset olisi voinut muotoilla konkreettisemmaksi. Avoimien kysymysten muotoilussa olisi voitu korostaa osa-alueiden käytännön toteutumista. Vastausten tarkkuutta

olisi voinut lisätä toisenlaisella aineistonkeruumenetelmällä, kuten haastattelulla. Tämä olisi mahdollistanut tarkempien vastausten saamisen sekä jatkokysymyksien esittämisen.

Tutkimuksessa oli seitsemän osallistujaa. Vastajien määrään voi vaikuttaa esimerkiksi se, että opettajat toteuttavat positiivista pedagogiikkaa tiedostamattaan. Vaikka opettaja ei olisi perehtynyt positiivisen pedagogiikan teoriaan, hän voi silti soveltaa positiivisen pedagogiikan opetusmenetelmiä kannustamalla oppilaita ja edistämällä myönteistä ilmapiiriä.

Tutkimukseen olisi voitu saada enemmän osallistujia, jos mukaan olisi otettu myös opettajat, jotka eivät tietoisesti sovelta positiivista pedagogiikkaa.

Tämän tutkimuksen luotettavuutta lisättiin tutkija- ja aineistotriangulaation avulla.

Tutkijatriangulaatiossa tutkijoita on enemmän kuin yksi. Teoriaan liittyvässä triangulaatiossa tutkimus sisältää monipuolisesti teoreettisia näkökulmia tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, s. 168.) Tässä tutkimuksessa aineiston analyysi toteutettiin kahden tutkijan toimesta. Tutkimuksessa luotiin laaja kuva tutkimuksen taustasta teoriaosuuden avulla.

### **5.3 Jatkotutkimukset**

Tutkimuksen tulosten pohjalta tehdyt johtopäätökset voivat tarjota suuntaa antavaa tietoa tuleville tutkimuksille sekä käytännön työlle kouluissa. Jatkotutkimus olisi merkittävää erityisesti oppilaiden näkökulmasta, sillä aiemmat tutkimukset ovat pääasiassa tarkastelleet positiivista pedagogiikkaa erityisesti opettajan näkökulmasta. Tutkimalla lasten ja nuorten näkökulmaa voidaan luoda mahdollisuuksia menetelmän kehittämiseksi ja laajentamiseksi. Oppilaiden näkökulman tutkiminen tarjoaa myös tietoa menetelmän toimivuudesta ja mielekkyydestä. Lisäksi olisi hyödyllistä tutkia oppilaiden vanhempien näkemyksiä positiivisesta pedagogiikasta, sen tehokkuudesta ja toteuttamisesta. Tuloksissa opettajat kokivat haasteena sen, että heidän kollegansa tai oppilaiden vanhemmat eivät usko menetelmän tehokkuuteen tai toteuttamiseen. Tämän vuoksi syvällisempi tutkimus näiden näkemysten taustoista ja juurisyistä olisi tärkeää.

Tutkimuksen tulosten perusteella opettajien toteuttamasta positiivisesta pedagogiikasta voidaan suorittaa jatkotutkimuksia, jotka keskittyvät syvemmin käytännön toteutukseen. Laajemman otannan avulla voitaisiin myös parantaa tulosten luotettavuutta ja yleistettävyyttä. Kuitenkin suuri joukko positiivisen pedagogiikan ammattilaisia saattaa olla haastava löytää.

Kuitenkin positiivisen pedagogiikan toteuttamisesta saadut teemat tarjoavat yleiskuvan siitä, miten voitaisiin kehittää positiivisen pedagogiikan materiaaleja ja koulutusta.

Vaikka tämä tutkimus keskittyi positiivisen pedagogiikan käytännön toteuttamiseen alakoulussa, olisi tärkeää tutkia menetelmän toteutusta laaja-alaisemmin eri vuosiluokilla ja koulutusasteilla. Tutkimus positiivisen pedagogiikan toteuttamisesta eri vuosiluokilla voisi tuoda syvällisempää tietoa menetelmän toteutumisesta peruskoulun eri luokka-asteilla. Tällaiset tutkimustiedot voisivat myös auttaa kehittämään toimivampia käytäntöjä ja materiaaleja.

Tässä tutkimuksessa opettaja kokivat positiivisen pedagogiikan toteuttamisen tuovan selkeästi enemmän hyötyjä kuin haasteita, sekä itselleen että oppilaille. Menetelmän toteuttaminen vaikutti luokan oppimiskulttuuriin myönteisesti. Lisätutkimus positiivisen pedagogiikan vaikutuksista luokan ilmapiiriin, oppilaiden oppimistuloksiin ja opettajaan voisi auttaa lisäämään menetelmän käyttäjämäärää sekä ennakkoasenteita menetelmän suhteen.

Vaikka positiivinen pedagogiikka keskittyy oppilaiden kouluhyvinvoinnin edistämiseen, olisi tärkeää tutkia sen vaikutusta oppilaiden oppimiseen sekä motivaatioon koulua kohtaan. Tämän avulla voitaisiin selvittää, millainen yhteys kouluhyvinvoinnilla on oppimiseen ja vertaamaan sitä perinteisiin opetusmenetelmiin. Kuitenkin luotettavan vertailun tekemiseksi tulisi suorittaa oma tutkimus positiivisen pedagogiikan vaikutuksesta oppilaiden oppimiseen.

Positiivisen pedagogiikan hyödyntämiseen liittyen opettajat kokivat riitojen ja kiusaamisen vähäisyyden luokassa. Tämän vaikutuksia luokan ilmapiiriin ja kiusaamiseen voisi tutkia tarkemmin vertaamalla positiivista pedagogiikkaa aktiivisesti käyttävien ja sitä käyttämättömien luokkien ilmapiiriä. Kuitenkin luokan ilmapiirin tutkiminen voi olla haastavaa, sillä se riippuu sekä opettajasta että ryhmän dynamiikasta.

#### **5.4. Yhteenveto**

Aiemman tutkimuksen ja tämän tutkimusten tulosten perusteella positiivinen pedagogiikka on tärkeä aihe tutkittavaksi. Positiivista pedagogiikkaa luokahuoneessa voidaan toteuttaa monin eri tavoin, ja tulosten perusteella opettajat toteuttavat positiivista pedagogiikkaa eroavissa määrin. Luokanopettajat raportoivat käyttävänsä erilaisia toimintatapoja ja pedagogisia lähestymistapoja positiivisen pedagogiikan periaatteiden edistämiseksi. Vaikka

luokanopettajat olivat kohdanneet haasteita, he kokivat selvästi enemmän hyötyjä positiivisen pedagogiikan käytössä. Tämän vuoksi menetelmän kehittäminen sekä sen hyötyjen ja haasteiden tutkiminen on merkittävää.

## Lähteet

Health promotion glossary of terms 2021. World Health Organization; 2021. Licence: CC BY-NC-SA 3.0IGO.

Hirsijärvi S., Remes P. & Sajavaara, P. (2010). *Tutki ja Kirjoita*. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Juuti, P. & Puusa, A. (2020). *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus.

Keiski, R., Hämäläinen, K., Karhunen, M., Löfström, E., Näreaho, S., Varantola, K., Spoofo, S.-K., Tarkiainen, T., Kaila, E. & Aittasalo, M. (2023). Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. *Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja* 3/2023. TENK.

Kern, M. L., & Wehmeyer, M. L. (2021). *The Palgrave Handbook of Positive Education*. Springer International Publishing AG.

Kohonen, I., Kuula-Luumi, A. & Spoofo, S.-K. (2019). Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. *Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja* 3/2019. TENK.

Ladnai, A., Szerencses, A. (2019). “Let Us Dream of Positive Pedagogy.” Hungarian educational research journal 9.3. (s. 527-538). <https://doi.org/10.1556/063.9.2019.3.43>

Leskisenoja, E. (2017). *Positiivisen pedagogiikan työkalupakki*. PS-Kustannus.

Leskisenoja, E. (2016). *Vuosi koulua, vuosi iloa: PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytänteet kouluilon edistäjinä*. Lapin yliopisto. <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/62568>

Leskisenoja, E. & Sandberg, E. (2019). *Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi*. PS-kustannus.

Manzo, R., Mäntylä A. (2022). *Positiivinen pedagogiikka käsityönopetuksessa*. [pro gradu – tutkielma, Turun yliopisto]. UTUPub. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022053141342>

POPS. (2014). Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Opetushallitus.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Swinson, J. & Harrop, A. (2012). *Positive Psychology for Teachers*. Routledge.

Snyder, C. R., Lopez, S. J., Edwards, L. M., & Marques, S. C. (2021). *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (Third Edition.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.001.0001>

Särvä, V. (2023). *Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksen opettajien toteuttamana* [pro gradu – tutkielma, Turun yliopisto]. UTUPub. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2023042138070>

Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2009). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (6. uudistettu laitos.). Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (Uudistettu laitos.). Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Waters, L. (2021). Positive education pedagogy: Shifting teacher mindsets, practice, and language to make wellbeing visible in classrooms. Teoksessa M.L. Kern & M.L. Wehmeyer (toim.), *The Palgrave handbook of positive education* (s. 137-164). Springer International Publishing AG. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-64537-3\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-030-64537-3_6)

## Liitteet

### Liite 1. tutkimuskutsu

#### Toteutatko positiivista pedagogiikkaa?

Hei! Olemme kaksi luokanopettajaopiskelijaa Turun yliopistosta ja teemme **kandidaatin tutkielmaa** positiivisesta pedagogiikasta.

Kyselyyn voit vastata, jos toimit luokanopettajana ja toteutat positiivista pedagogiikkaa.

Kyselyyn vastaamiseen kuluu noin **15 minuuttia**.

Kyselylomake sisältää taustakysymyksiä sekä positiivisen pedagogiikan PERMA-hyvinvointimalliin perustuvia avoimia kysymyksiä.

Tämä kysely toteutetaan tietosuojasäädöksiä kunnioittaen. Löydät tietosuojailmoituksen täältä: <https://seafile.utu.fi/d/a8549d886e6c49658cff/>

Kyselyyn voit vastata 21.1.2024 mennessä lomakkeen kautta.

Kiitos tutkimukseen osallistumisesta! Vastaamme mielellämme mahdollisiin lisäkysymyksiin.

Ystävällisin terveisin,

**Johanna Mäkiranta & Meri Salmela**

johamm@utu.fi

meisal@utu.fi

### Liite 2. tietosuojailmoitus

#### Tietosuojailmoitus

Rekisterin nimi	Miten luokanopettajat toteuttavat positiivista pedagogiikkaa työssään?
Rekisterinpitäjä	Meri Salmela, +358 45 1325856, <a href="mailto:meisal@utu.fi">meisal@utu.fi</a> , Turun Yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta, Opettajankoulutuslaitos



Henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset ja käsittelyn oikeusperuste	Teemme tutkimusta Turun Yliopistossa kandidaatin tutkielmaani varten. Tutkimuksessa tarkastellaan miten luokanopettajat toteuttavat positiivista pedagogiikkaa työssään. Tutkimusaineisto kerätään sähköisellä Webropol-kyselylomakkeella.
Tutkielman ohjaaja	Heini Ahonen, heemah@utu.fi
Henkilötietojen EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen 6 artiklan mukaisena käsittelyperuste	Käsittely on tarpeen tieteellistä tutkimusta varten (yleinen etu 6 art. 1 e- kohta) Käsittely perustuu yliopistolain (558/2007) 2§:ssä asetettuun yliopiston tehtävään ja sen toteuttamiseen yleisen edun nimissä.  Henkilötietojen EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen 6 artiklan mukaisena käsittelyperusteena on <input checked="" type="checkbox"/> käsittely on tarpeen tieteellistä tutkimusta tarpeen (yleinen etu 6 art. 1 a-kohta) <input type="checkbox"/> rekisteröity on antanut suostumuksensa henkilötietojen käsittelyyn (suostumus 6 art. 1 e-kohta) <input type="checkbox"/> muu mikä _____
Rekisteriin tallennetaan rekisteröidystä seuraavia tietoja	Kyselyssä kerätään opetusvuosien määrä, positiivisen pedagogiikan toteuttamisen aikaa sekä sukupuoli. Lisäksi kokemukset positiivisen pedagogiikan käyttämisestä sekä sen hyödyistä ja haasteista.
Henkilötietojen vastaanottajat ja vastaanottajaryhmät	Tietoja ei siirretä eikä luovuteta tutkimusryhmän ulkopuolelle.
Tiedot tietojen siirrosta kolmansiin maihin	Henkilötietoja ei luovuteta EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle.
Henkilötietojen säilytysaika	Aineiston keruun jälkeen aineisto pseudonymisoidaan. Aineisto on anonyymi ja se säilytetään yliopiston tietojärjestelmissä tietoturvallisesti viiden vuoden ajan, kunnes se tuhotaan turvallisesti. Aineistoa säilytetään salatulla muistitikulla viiden vuoden ajan tutkimuksen valmistuttua.
Rekisteröidyn oikeudet	Rekisteröidyllä on oikeus pyytää pääsy häntä itseään koskeviin henkilötietoihin sekä oikeus pyytää tietojensa oikaisemista tai poistamista taikka käsittelyn rajoittamista tai vastustaa niiden käsittelyä. Oikeutta henkilötietojen poistamiseen ei sovelleta tieteellisessä tutkimustarkoituksessa silloin, kun poisto-oikeus todennäköisesti estää käsittelyn tai vaikeuttaa sitä suuresti. Poisto-oikeuden toteuttamista arvioidaan tapauskohtaisesti. Rekisteröidyllä on oikeus tehdä valitus valvontaviranomaiselle
Tiedot siitä, mistä henkilötiedot ovat saatu	Tiedot kerätään suoraan vapaaehtoisesti tutkimukseen osallistuneilta.

### Liite 3. kyselylomake

Hei! Olemme kaksi luokanopettajaopiskelijaa Turun yliopistosta ja teemme kandidaatin tutkielmaa positiivisesta pedagogiikasta.

Kyselyyn voit vastata, jos toimit luokanopettajana ja toteutat positiivista pedagogiikkaa. Kyselyyn vastaamiseen kuuluu noin 15–20 minuuttia.

Kyselylomake sisältää taustakysymyksiä sekä positiivisen pedagogiikan **PERMA-hyvinvointimalliin** perustuvia avoimia kysymyksiä. Malli koostuu myönteisistä **tunteista** (esimerkiksi ilo, tyytyväisyys, kiitollisuus, kiinnostus ja toiveikkuus), **sitoutumisesta** (esimerkiksi tehtävään uppoutuminen, mielihyvä ja tavoitteiden saavuttaminen), **ihmissuhteista** (esimerkiksi yhteisöllisyys ja sosiaalinen tuki), **merkityksellisyydestä** (esimerkiksi mitä yksilö kokee tärkeäksi itselleen ja voimavaroiksi vaikeuksissa) sekä **saavuttamisesta** (esimerkiksi onnistuminen, sinnikkyys ja menestyminen).

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista ja sen voi keskeyttää missä vaiheessa tahansa. Vastauksia käsitellään anonyymisti, eikä yksittäisiä vastaajia voida tunnistaa vastauksien perusteella. Vastauksia käsitellään ja säilytetään luottamuksellisesti ja ne hävitetään tutkimusprosessin päätyttyä asianmukaisesti. Vastaamalla kyselyyn hyväksyt, että vastauksia käytetään kandidaatin tutkielman toteuttamisessa.

Tämä kysely toteutetaan tietosuojasäädöksiä kunnioittaen. Löydät tietosuojailmoituksen täältä: <https://seafire.utu.fi/d/a8549d886e6c49658cff/>

Kyselyyn voit vastata 21.1.2024 mennessä tämän lomakkeen kautta.

Kiitos tutkimukseen osallistumisesta! Vastaamme mielellämme mahdollisiin lisäkysymyksiin.

Ystävällisin terveisin,

Johanna Mäkiranta & Meri Salmela

johamm@utu.fi

meisal@utu.fi

Opettajankoulutuslaitos, Turun yliopisto

1. Osallistun kyselyyn vapaaehtoisesti

Kyllä

2. Kuinka monta vuotta olet toiminut luokanopettajana?

0–5 vuotta

5–10 vuotta

10–15 vuotta

15–20 vuotta

Yli 20 vuotta

3. Sukupuoli

Mies

Nainen

Muu

4. Mistä olet kuullut positiivisesta pedagogiikasta?

---

5. Kuinka monta vuotta olet toteuttanut positiivista pedagogiikkaa työssäsi?

0–2 vuotta

2–4 vuotta

4–6 vuotta

Yli 6 vuotta

6. Miten myönteisten tunteiden korostaminen näkyy työssäsi? (esimerkiksi ilo, tyytyväisyys, kiitollisuus, kiinnostus ja toiveikkuus)

7. Miten sitoutumisen korostaminen näkyy työssäsi? (esimerkiksi tehtävään uppoutuminen, mielihyvä ja tavoitteiden saavuttaminen)

---

8. Miten ihmissuhteiden korostaminen näkyy työssäsi? (esimerkiksi yhteisöllisyys ja sosiaalinen tuki)

---

9. Miten merkityksellisyyden korostaminen näkyy työssäsi? (esimerkiksi mitä yksilö kokee tärkeäksi itselleen ja voimavaroiksi vaikeuksissa)

---

10. Miten saavuttamisen korostaminen näkyy työssäsi? (esimerkiksi onnistuminen, sinnikkyys ja menestyminen)

---

11. Kerro hyödyistä, joita olet havainnut positiivista pedagogiikkaa hyödyntäessäsi.

---

12. Kerro haasteista, joita olet kohdannut positiivista pedagogiikkaa hyödyntäessäsi.

---

13. Kerro millaisia vaikutuksia olet huomannut omassa opettajuudessaasi sekä oppilaissasi sen jälkeen, kun olet aloittanut käyttämään positiivista pedagogiikkaa.

---

14. Vapaa sana kyselystä tai positiivisesta pedagogiikasta.

---