

Anni Immonen

”TÄSTÄ SUORILTAAN EN OLE VARMA, MITEN SEN TEKISIN”

Luokanopettajaopiskelijoiden ajatuksia oppilaiden
psykkisen hyvinvoinnin tukemisesta

TIIVISTELMÄ

Anni Immonen: ”Tästä suoriltaan en ole varma, miten sen tekisin” – Luokanopettajaopiskelijoiden ajatuksia oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta

Kandidaatintutkielma
Tampereen yliopisto
Kasvatustieteiden tutkinto-ohjelma
Toukokuu 2021

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää luokanopettajaopiskelijoiden ajatuksia ja kokemuksia oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta alakoulussa. Samalla kartoitettiin heidän saamiaan valmiuksia psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen. Psyykkisen hyvinvoinnin tukemisella tarkoitetaan opettajan keinoja edistää oppilaan hyvinvointia psyykkisellä osa-alueella. Teoriaosuudessa käsittelemme psyykkistä hyvinvointia käsitteenä, psyykkisen hyvinvoinnin ilmenemistä koulukontekstissa sekä opettajan mahdollisuuksia sen tukemisessa.

Tutkimus on laadullinen tutkimus, jonka aineistona toimii maisterivaiheen luokanopettajaopiskelijoiden vastaukset e-lomakekyselystä. Tutkimuksen kohderyhmä muodostui kymmenestä opiskelijasta. Opiskelijat valittiin kohderyhmäksi kentällä olevien opettajien sijasta, jotta saatiin tietoa tämänhetkisen opettajankoulutuksen antamista valmiuksista. Näin mahdollistetaan myös keskustelua koulutuksen kehittämisestä tämän tärkeän aiheen suhteen.

Tutkimus toteutettiin laadullisena sisällönanalyysinä, jossa teoria toimi pohjana analyysin rakentamisessa. Varsinaisena analyysimenetelmänä käytettiin teemoittelua. Teemoittelussa kyselylomakkeen vastaukset ryhmiteltiin aihepiirien mukaan ja näin saatiin selville, minkälaisia teemoja aineistosta nousi esiin.

Tuloksia tarkastellessa voidaan huomata, että luokanopettajaopiskelijoilla on kiinnostusta oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista kohtaan, mutta koulutuksesta ei saada siihen tarvittavia valmiuksia. Luokanopettajaopiskelijoiden valmiudet oppilaiden tukemiseen ovat karttuneet koulutuksen ulkopuolella, mikä asettaa tulevat opettajat eriarvoiseen asemaan. Tuloksissa näkyi myös opiskelijoiden epävarmuus oppilaiden tukemisessa: psyykkistä hyvinvointia pidettiin kaiken pohjana oppilaiden elämässä, mutta keinoja tai resursseja sen tukemiseen ei tulevassa opettajan työssä nähty olevan. Tutkimustulokset ovat linjassa aikaisempien aiheesta tehtyjen tutkimuksien kanssa.

Avainsanat: psyykinen hyvinvointi, psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen, positiivinen mielenterveys, alakoulu, luokanopettajaopiskelija, luokanopettaja

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -ohjelmalla.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	4
2	MITÄ PSYKKINEN HYVINVOINTI ON?	6
2.1	Psyykkisen hyvinvoinnin määrittelyä.....	6
3	KOULU JA PSYKKINEN HYVINVOINTI	8
3.1	Psyykinen hyvinvointi alakoulukontekstissa.....	8
3.2	Moniammatillinen yhteistyö.....	9
3.3	Opettajan rooli hyvinvoinnin tukijana	9
3.4	Opettajan keinot.....	10
3.4.1	<i>Koulukiusaamisen ennaltaehkäisy</i>	11
4	TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TUTKIMUSMENETELMÄT	13
4.1	Tutkimuskysymykset.....	13
4.2	Laadullinen tutkimus	13
4.3	Tutkimuksen aineisto	14
4.4	Laadullinen sisällönanalyysi.....	15
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET	17
5.1.1	<i>Opiskelijoiden ajatuksia psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta</i>	17
5.1.2	<i>Oppilaiden tarpeet opiskelijoiden näkökulmasta</i>	18
5.1.3	<i>Opiskelijoiden valmiudet oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen</i>	19
5.1.4	<i>Opiskelijoiden keinoja psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen</i>	19
5.2	Opiskelijoiden ajatuksia psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta	20
5.2.1	<i>Tulevassa työssä askarruttavat asiat</i>	21
5.3	Oppilaiden tarpeet.....	22
5.4	Luokanopettajaopiskelijoiden valmiudet	23
5.4.1	<i>Koulutuksesta saadut valmiudet</i>	23
5.4.2	<i>Opintojen ulkopuolella saadut valmiudet</i>	24
5.5	Opiskelijoiden käyttämät keinot	25
6	POHDINTA	26
6.1	Tärkeän aiheen äärellä	26
6.2	Tulosten merkitysten pohdintaa	28
6.3	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	29
6.4	Ajatuksia tulevan luokanopettajan työstä.....	32
	LÄHTEET	34
	LIITTEET	38
	Liite 1. Haastattelulomake.....	38
	Tutkimus oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta alakoulukontekstissa.....	38

1 JOHDANTO

Lasten ja nuorten hyvinvointi on jatkuvasti yhteiskunnallisen keskustelun aiheena. Lisääntyneet yhteydenotot psyykkistä hyvinvointia koskien on huomattu myös Mannerheimin lastensuojeluliiton palveluissa: Mannerheimin lastensuojeluliiton puhelin- ja nettipalveluissa mielenterveysaiheet ovat nousseet kymmenessä vuodessa kuudenneksi yleisimmästä keskusteluaiheesta yleisimmäksi (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2020.) Tilastot puhuvat puolestaan: lapset ja nuoret eivät voi hyvin.

Koulun ollessa instituutio, joka tavoittaa jokaisen suomalaisen lapsen, on tärkeää tiedostaa sen vaikutukset sekä vaikutusmahdollisuudet lasten psyykkiseen hyvinvointiin. Thunebergin (2007) mukaan kouluun liittyvät tekijät, kuten itsensä ilmaisun mahdollisuudet sekä sosiaaliset suhteet, muodostavat jopa viidesosan koululaisten subjektiivisesta hyvinvoinnista.

Opetushallituksen (2021) mukaan koulun tulisi olla ympäristö, joka tukee oppilaan hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Koululla on mahdollisuus edistää merkittävästi lapsen psyykkistä hyvinvointia muun muassa hoivan ja huolenpidon antamisen kautta (Minkkinen, 2015). Tässä luokanopettajilla on etenkin alakoululaisten psyykkisen hyvinvoinnin tukemisessa merkittävä rooli ja suuri vastuu, vaikka koko vastuuta ei opettajien harteille voidakaan kaataa.

Lasten psyykkisen hyvinvoinnin on lisäksi tutkittu vaikuttavan suoraan myös koulumenestykseen ja oppimiseen (Ahtola, 2016). Koulu ei ole pelkästään teoreettisten asioiden oppimista varten, vaan siellä kehittyvät myös lasten sosiaaliset taidot sekä tunneäly (Ahtola 2016).

Tiedostettaessa tämä koulun merkittävä rooli lasten arjessa olisikin erittäin tärkeää, että opettajilla olisi valmiuksia tukea oppilaitaan sekä sen avulla ennaltaehkäistä lasten psyykkistä pahoinvointia. Ahtolan (2016) mukaan opettajankoulutus kuitenkin keskittyy vain aineenhallintaan ja didaktiikkaan. Tästä ristiriidasta syntyy dilemma, jossa vastakkain ovat lasten tarpeet ja opettajien valmiudet.

Tässä tutkimuksessa pyritäänkin selvittämään luokanopettajaopiskelijoiden näkemyksiä siitä, millaisia valmiuksia heillä on oppilaidensa hyvinvoinnin tukemiseen ja millaisia ajatuksia psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen heissä herättää. Samalla saadaan tietoa tämänhetkisen luokanopettajakoulutuksen tarjoamista valmiuksista tukea oppilaita ja mahdollistetaan keskustelu koulutuksen kehittämisestä aihealueen suhteen.

2 MITÄ PSYKKINEN HYVINVOINTI ON?

2.1 Psyykkisen hyvinvoinnin määrittelyä

Hyvinvoinnin määritelmän pohjana tutkimuksessani toimii maailman terveysjärjestö WHO:n terveyden määritelmä vuodelta 1946, jota pidetään tänäkin päivänä kattavana terveyden määritelmänä. Määritelmässä terveys nähdään fyysisen, psyykkisen, eli henkisen, ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilana (WHO, 2020). Määritelmässä psyykkisen hyvinvoinnin katsotaan siis olevan yksi terveyden osa-alueista.

Psyykkistä hyvinvointia voidaan pitää myös eräänlaisena hyvinvoinnin muiden osa-alueiden välillä toimivana rakenteena, koska muun muassa erilaiset fyysiset kokemukset sekä ihmissuhteista saadut kokemukset välittyvät psyyken kautta. (Minkkinen, 2011). ”Psyykinen hyvinvointi rakentuu emootioista, kognitiivisista arvioista ja psyykkisestä toimintakyvystä” (Minkkinen, 2011, s.63). Psyykinen hyvinvointi ilmenee siinä, millainen kokemus lapsella on itsestään, omasta voinnistaan, olosuhteistaan, tilanteestaan ja toimintakyvystään erilaisissa tilanteissa (Minkkinen, 2011).

Tutkimuksessani psyykkisestä hyvinvoinnista puhuttaessa käytetään myös termejä mielenterveys ja positiivinen mielenterveys, jotka ovat hyvin lähellä psyykkisen hyvinvoinnin määritelmää. Soisalon (2012) mukaan mielenterveys on osa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Hänen mukaansa mielenterveydelle ei myöskään ole yksiselitteistä määritelmää, vaan se voidaan nähdä monimerkityksisenä. Mielenterveys ei myöskään ole ainoastaan subjektiivinen ominaisuus: myös ympäröivä yhteiskunta vaikuttaa (Soisalo, 2012).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2013) mukaan positiivinen mielenterveys on enemmän kuin mielenterveysongelmien puute. Käsitteessä

mielenterveys nähdään voimavarana, joka auttaa ihmistä selviämään haastavistakin elämäntilanteista.

Psyykkisellä hyvinvoinnilla ja positiivisella mielenterveydellä nähdään yhteys myös hyvään fyysiseen terveydentilaan, terveellisiin elintapoihin ja vahvempiin ihmissuhteisiin, minkä vuoksi sen ajatellaan parantavan myös elämänlaatua. (Thl, 2013).

Ihmiskeho on psykofyysinen kokonaisuus, eli terveyden osa-alueet eivät ole toisistaan irrallisia: jos psyykinen hyvinvointi alkaa heikentyä, voi seurata esimerkiksi fyysisiä oireita. Lapsen voidessa psyykkisesti pahoin, hän saattaa valittaa koulussa opettajalle päänsärkyä. Tällaisia psyykkisen oireilun aiheuttamia fyysisiä oireita kutsutaan Karvosen, Läksyn ja Räsäsen (2016) mukaan somatisoinniksi. Usein lasten psyykkisen hyvinvoinnin ongelmat saattavat ilmetä juuri erilaisten selittämättömien kipujen myötä, jolloin opettajien tulisi ottaa huomioon kipuilun taustalla olevat mahdolliset psyykkiset ongelmat, eikä vain lähettää oppilasta terveydenhoitajalle hakemaan särkylääkettä. Psyykinen hyvinvointi, kuten hyvinvointi yleisestikin, on hyvin subjektiivinen olotila, minkä vuoksi hyvä oppilastuntemus on avainasemassa oppilaan tarpeiden huomiointin ja hyvinvoinnin tukemisen suhteen.

Psyykinen hyvinvointi vaikuttaa myös ihmisen valintoihin ja päämäärätietoisuuteen: psyykkisesti hyvinvoivat ihmiset tekevät terveyteensä ja kasvuunsa positiivisesti vaikuttavia valintoja ja ovat päämäärätietoisempia (Thl, 2013). Psyykkisellä hyvinvoinnilla on siis hyvin kokonaisvaltainen vaikutus lapsen elämään: psyykkisen hyvinvoinnin heikentyminen voi vaikuttaa myös kaikkiin muihin hyvinvoinnin osa-alueisiin negatiivisesti.

3 KOULU JA PSYKKINEN HYVINVOINTI

3.1 *Psyykkinen hyvinvointi alakoulukontekstissa*

Koulu instituutiona tavoittaa Suomessa käytännössä jokaisen lapsen, joten psyykkiseen hyvinvointiin vaikuttaminen varhaisessa vaiheessa onnistuu parhaiten koulukontekstissa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2013) mukaan koulu on nähty 1950-luvulta lähtien ympäristönä, joka on tärkeä terveyden edistämiseksi. Tämä koskee myös mielenterveyttä. Lapset viettävät koulussa suuren osan ajastaan, minkä vuoksi koulun merkitys terveyden, etenkin juuri mielenterveyden ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta on suuri.

Thuneberg (2007) toteaa kouluun liittyvien tekijöiden, kuten itsensä ilmaisun sekä sosiaalisten suhteiden, muodostavan viidesosan koululaisten subjektiivisesta hyvinvoinnista. Hänen mukaansa erityisesti lapsen mielenterveyden ja kouluympäristön välillä nähdään olevan merkittävä yhteys. Tunteiden ja mielen säätelyn ongelmat ilmenevät etenkin poikien kohdalla käytöshäiriöinä. Tunnetaitojen hallinnalla on nähtävissä merkittävä rooli myös lasten käytöshäiriöiden ennaltaehkäisyssä sekä heidän hyvinvointinsa tukemisessa (Thuneberg, 2007.)

Koulun tulisi olla ympäristö, joka tukee oppilaan hyvinvointia kokonaisvaltaisesti (Oph, 2021). Tässä opettajilla ja etenkin luokanopettajilla, on suuri vastuu. Tutkimukseni sijoittuu alakoulukontekstiin, joten psyykkisen hyvinvoinnin tukemista tarkastellaan juuri luokanopettajaopiskelijoiden kokemusten ja ajatusten näkökulmasta.

3.2 Moniammatillinen yhteistyö

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaissa mainitaan keskeisenä sisältönä yhteisöllisen opiskeluhuollon painottaminen, jolla tarkoitetaan, että koko oppilaitosyhteisössä edistetään oppimista, hyvinvointia ja terveyttä (Ahtola, 2016). Oppilashuoltotyössä ensisijaista on lapsen etu ja hänen hyvinvointinsa. Jokaisen oppilaan kanssa työskentelevän on työssään edistettävä oppilaiden sekä laajemmassa mittakaavassa koko koulu yhteisön hyvinvointia (Oph, 2021).

Opettajan lisäksi hyvinvoinnin tukemisessa tulisi siis olla mukana koko koulun henkilöstö yhteistyössä vanhempien kanssa, jotta lasten hyvinvointia pystyttäisiin tukemaan mahdollisimman hyvin. Yksittäisen opettajan resurssit eivät välttämättä riitä kohtaamaan jokaista oppilasta ja tukemaan tätä yksilöllisesti, mutta kun mukana on laajempi verkosto ammattilaisia, päästään jo pitkälle.

Kasvatuksen ja opetuksen toteutuksella on suuri vaikutus psyykkisen hyvinvoinnin ohella myös sosiaaliseen ja fyysiseen hyvinvointiin (Konu, 2002). Lapsi havainnoi ympäristöään jatkuvasti ja oppii jokaisesta vuorovaikutustilanteesta. Jokainen koulussa lapsen kanssa vuorovaikutuksessa oleva aikuinen siis vaikuttaa lapsen hyvinvointiin ja kasvattaa tätä tekemisillään ja sanomisillaan – tai niiden tekemättä jättämisellä (Ahtola, 2016.)

3.3 Opettajan rooli hyvinvoinnin tukijana

Monelle alakouluikäiselle lapselle oma luokanopettaja on henkilö, jonka kanssa ollaan vuorovaikutuksessa suuri osa koulupäivästä, joten hänen toiminnallaan on merkittävä vaikutus lapsen hyvinvointiin. Konun (2002) mukaan oppilaan ja opettajan välinen suhde onkin erityisen merkittävässä roolissa juuri kouluhyvinvoinnin kannalta.

Opettaja on läsnä lapsen arjessa ja hänen toimintansa voi heijastua lapsen käyttäytymiseen, tämän tunne-elämään sekä sosiaalisiin suhteisiin (Minkkinen, 2011). Minkkisen (2015) mukaan koulu voi edistää merkittävästi lapsen psyykkistä hyvinvointia, muiden hyvinvoinnin osa-alueiden ohella, hoivan ja huolenpidon antamisen kautta. Tässä tehtävässä opettajilla on suuri vastuu.

Opettajia ei kuitenkaan valmisteta opettajankoulutuksessa tarpeeksi lasten psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen tai yhteistyöhön sen tukemisessa, vaan koulutuksen painotus on didaktiikassa ja aineenhallinnassa. Tällöin valmiudet opettajan kasvatustehtävään sekä lasten hyvinvoinnin edistämiseen ovat vähäiset (Ahtola, 2016.) Luokanopettajakoulutuksen keskittyminen didaktiikkaan ja aineenhallintaan käy ilmi viimeistään opetusharjoitteluissa: opetettavat asiat ja opetusmenetelmät hallitaan, mutta oppilaiden kohtaamiseen annetut valmiudet puuttuvat, ellei niitä ole kertynyt opintojen ulkopuolelta.

Opettajat toimivat työpäiviensä aikana monessa eri roolissa ja joutuvat usein selvittämään myös oppilaiden emotionaalisia ja sosiaalisia ongelmia. Tällainen ”ylimääräinen” työ lisää opettajien stressiä, mikä puolestaan heijastuu oppilaiden hyvinvointiin (Lassander, Fagerlund, Markkanen & Volanen.)

Lasten psyykkiseen hyvinvointiin tulisi kiinnittää huomiota tukien ja edistämällä sitä jatkuvasti, eikä vasta sitten kun vahinko on jo tapahtunut (Ahtola 2016). Myös oppilas- ja opiskelijahuoltolaissa (2020) painotetaan ennaltaehkäisevää toimintaa.

Opettajilla tulisikin olla enemmän koulutusta psyykkisen hyvinvoinnin edistämiseen, jotta ongelmia pystyttäisiin ennaltaehkäisemään tavoitteellisesti. Minkkisen (2011) mukaan alakoulun opettajilla ei ole tarvittavia resursseja tukea psyykkisesti oireilevia lapsia eikä ehkäistä esimerkiksi koulukiusaamista, joka on yksittäinen esimerkki tämänkaltaiseen oireiluun johtavasta tilanteesta.

Resurssipulan seurauksena käy valitettavan usein niin, että tilanteeseen reagoidaan ja esimerkiksi psykologi pyydetään paikalle, kun lapsen psyykinen hyvinvointi on jo heikentynyt. Ideaalitalanne olisi Ahtolan (2016) mukaan se, että psykologista tietotaitoa hyödynnettäisiin ennaltaehkäisevästi jatkuvasti koulun arjessa tehden yhteistyötä psykologin ja muun henkilökunnan kanssa. Pedagogiikan ja oppilashuollon tulisi kulkea käsi kädessä – ei irrallisina toisistaan (Ahtola 2016).

3.4 Opettajan keinot

Opettajien tulisikin siis tukea oppilaiden psyykkistä hyvinvointia ennaltaehkäisevästi yhteistyössä koulun muun henkilökunnan sekä kodin

kanssa, kuten aikaisemmin mainitsin. Opettajat kohtaavat oppilaita valtaosan ajasta luokkahuoneessa ryhmänä, mutta oppilaita tulisi huomioida yksilöinä.

Psyykkisen hyvinvoinnin subjektiivisuuden huomioon ottaen on ongelmallista, että oppilaan kokemuksista ja voinnista keskustelu jää usein opettaja-vanhempi -tasolle esimerkiksi Wilma-viesteissä ja vanhempainilloissa (Minkkinen 2015). Hyvinvoinnin ollessa muuttuva, subjektiivinen tila, tulisi oppilaan ääni saada kuuluviin, jotta hänen hyvinvoinnistaan tiedettäisiin enemmän. Opettajan tulisikin seurata oppilaiden toimintaa, tukea heitä aktiivisesti ja näin saada oppilaat kertomaan itse omasta voinnistaan.

Opettajan läsnä oleminen on tärkeää. Ei riitä, että on paikalla, on oltava läsnä. Kun oppilaat kokevat, että opettaja on heidän tavoitettavissaan, he pystyvät kertomaan tälle vaikeistakin asioista. Tällöin oppilaat uskaltavat tulla helpommin kertomaan esimerkiksi kiusaamistapauksista. Minkkisen (2015) mukaan koulukiusaaminen onkin ääriesimerkki sosiaalisen tuen puutteen seurauksista. Opettajan antama sosiaalinen tuki on siis avainasemassa oppilaiden hyvinvoinnin kannalta, sillä sen myötä oppilaiden on helpompaa jakaa mieltä painavia asioita.

Opettaja voi opettaa oppilaille myös konkreettisia taitoja oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Esimerkiksi tunnetaitojen harjoittelu voidaan nähdä hyödyllisenä lapsen hyvinvoinnin kannalta, sillä omien tunteiden havaitsemista ja tunnistamista pidetään itsetuntemuksen perustana (Suomen mielenterveys ry., 2021) Tunnetaidoilla tarkoitetaan erilaisten tunteiden tunnistamista, näyttämistä, ymmärtämistä sekä hallitsemista (Viitottu rakkaus, 2021). Kehittyäkseen psyykkisen hyvinvoinnin suhteen ihmisen tulisikin tulla toimeen itsensä, toisten ihmisten sekä ympäristönsä kanssa (Opetushallitus, 2020).

■ Koulukiusaamisen ennaltaehkäisy

Erittäin tärkeää opettajan roolissa psyykkisen hyvinvoinnin tukijana on myös johdannossa mainitsemieni kiusaamistapausten ennaltaehkäisy. Kiusaaminen liittyy usein ryhmädynamiikkaan. Tutkimuksen mukaan kiusaamisen syyksi paljastuu usein erilaisuus (Hamarus & Kaikkonen, 2007). Kiusaamisen kohteeksi joutuva oppilas koetaan jollakin tavalla muusta ryhmästä eroavana ja kiusaajat tavoittelevat toiminnallaan valtaa yhteisössään. Kiusatun erilaisuus toimii

vastakohtana muun ryhmän arvostamille piirteille muokaten koko yhteisöä ja pakottaen muun yhteisön käsitykset ja arvostukset samankaltaisuuteen (Hamarus & Kaikkonen, 2007.)

Opettaja tarvitsee tietoa kiusaamisesta ilmiönä sekä pedagogista johtajuutta, jotta puuttuminen on mahdollista. Konkreettisia keinoja, joilla opettaja voi puuttua kiusaamiseen ovat esimerkiksi ryhmädynaamiset taidot sekä ongelmanratkaisu- ja tiimityötaidot (Hamarus, 2006.)

Kiusaaminen ilmenee opettajalle usein pienten vuorovaikutustilanteiden kautta. Oppilaantuntemus onkin siis avainasemassa kiusaamistapausten tunnistamisessa. Yhteisöissä, joissa kiusaamista tapahtuu, on usein normeja, jotka tukevat kiusaamistoimintaa. Opettajan kannattaa keskustella oppilaidensa kanssa näistä normeista, sillä tämä voi auttaa oppilaita ymmärtämään sosiaalsiin suhteisiin liittyvää vallankäyttöä ja sitä kautta vähentää kiusaajan valtaa (Hamarus & Kaikkonen, 2007.) Opettaja voi luokkatilanteissa vaikuttaa myös suoraan oppilaiden sosiaalisten suhteiden tasapainoiseen kehittymiseen esimerkiksi pari- ja ryhmävalinnoilla (Hamarus, 2006).

Myös koulukohtaisessa oppilashuoltosuunnitelmassa mainitaan, että on tehtävä erillinen suunnitelma oppilaiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä (POPS, 2014). Kiusaamisen ennaltaehkäisy ja tapausten selvittely ovat siis sekä opettajan että muun koulun henkilökunnan yhteisellä vastuulla. Opettaja on kuitenkin tärkeässä asemassa oppilastuntemuksensa kanssa erilaisten kiusaamistapausten syntyminen huomaamisessa ja varhaisessa puuttumisessa sekä tietenkin kiusaamisen ennaltaehkäisyssä.

4 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TUTKIMUSMENETELMÄT

4.1 Tutkimuskysymykset

Tutkimuksen lähtökohtana on ollut lasten psyykkisen hyvin- ja pahoinvoinnin esillä oleminen mediassa sekä oma kiinnostukseni aihetta kohtaan. Haluan selvittää, millaisia ajatuksia oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen luokanopettajaopiskelijoissa herättää ja millaisia valmiuksia he ovat saaneet sen tukemiseen opinnoistaan sekä niiden ulkopuolelta. Tarkoituksena ei ole saada tietoa psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen erityisesti perehtyneiltä opiskelijoilta vaan yleisesti kartoittaa opiskelijoiden olemassa olevia ajatuksia aiheesta sekä tämänhetkisistä valmiuksistaan.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Millaisia ajatuksia oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen opiskelijoissa herättää ja mikä heitä askarruttaa tulevassa työssä?
2. Millaisia psyykkisen hyvinvoinnin tuen tarpeita opiskelijat ovat huomanneet oppilailla olevan?
3. Millaisia valmiuksia opiskelijoilla on oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen?

4.2 Laadullinen tutkimus

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on tyypillisesti lisätä ymmärrystä tutkimuksen aiheena olevasta ilmiöstä tutkimuksen kohderyhmän näkökulmasta (Juuti & Puusa 2020). Tutkimuksen tarkoituksena olikin lisätä ymmärrystä juuri luokanopettajaopiskelijoiden näkökulmasta, jolloin tutkimusote sopi aiheen tutkimiseen hyvin. Laadullisessa tutkimusotteessa ollaan kiinnostuneita

kohderyhmän ajatuksista, tunteista, kokemuksista sekä heidän tutkittavaan aiheeseen liittämistään merkityksistä (Juuti & Puusa 2020).

Ymmärryksen lisääminen aiheesta tapahtuu laadullisessa tutkimuksessa selittäen ilmiöitä, mikä vaatii tutkijalta myös tulosten tulkitsemista (Syrjäläinen, Eronen & Värri 2007). Tutkimustulosten kertomisen lisäksi on siis myös tulkittava niistä nousevia merkityksiä ja verrattava niitä aikaisempiin tutkimustuloksiin aiheesta. Vasta tutkimusaineiston luokittelun ja sen teoreettisen viitekehyksen avulla tutkimisen jälkeen saadaan aikaan tulkinta tutkittavasta aiheesta (Vilka 2005.)

Vilkan mukaan (2005) laadullisessa tutkimuksessa ei ole tavoitteena saada yleistettäviä tuloksia, kuten määrällisellä tutkimusotteella. Tarkoituksena on lisätä ymmärrystä tutkimuksen aiheesta ja mahdollistaa näin uudenlaista ajattelua (Vilka 2005).

4.3 Tutkimuksen aineisto

Tutkimuksen kohderyhmäksi valittiin 4., 5. ja niin sanotun n:nen vuosikurssin, eli opintojaan 5. vuosikurssin jälkeen jatkaneet opiskelijat, koska heillä opinnot ovat siinä vaiheessa, että opetuskokemusta on jo vähintään useasta harjoittelusta. Tämän vuoksi heillä on enemmän kokemusta ja näkemystä asiasta kuin varhaisempien vuosikurssien opiskelijoilla.

Luokanopettajaopiskelijat valittiin kohderyhmäksi, koska halusin tarkastella aihetta alakoulukontekstissa, sillä opiskelen itsekin luokanopettajaksi. Juuri opiskelijat valikoituivat tutkittaviksi jo kentällä olevien luokanopettajien sijasta, koska halusin selvittää, millaisia ajatuksia ja kokemuksia tulevilla opettajilla on aiheesta ja millaisina he kokevat opinnoistaan saamat valmiudet. Valitsemani näkökulma mahdollistaa keskustelun myös luokanopettajakoulutuksen kehittämisestä paremmaksi opettajien valmiuksien kannalta.

Aineistonkeruu tapahtui avoimella Microsoft Forms -lomakkeella (ks. Liite 1), johon vastasi 10 valitun kohderyhmän opiskelijaa helmikuussa 2021. Vastaajat tutkimukseen kerättiin kertomalla Tampereen yliopiston luokanopettajaopiskelijoiden ainejärjestön yksityisessä Facebook-ryhmässä

tutkimukseen osallistumisen mahdollisuudesta. Facebook-ryhmässä ilmoittamisen lisäksi lähetin haastattelulomakkeen myös muutamalle avainhenkilölle, jotka lähettivät lomaketta eteenpäin. Tätä menetelmää kutsutaan lumipallo-otannaksi (Vilkkä, 2005).

E-lomakkeella ei pyydetty kertomaan vastaajan vuosikurssia eikä sukupuolta, sillä eroja eri vuosikurssien tai sukupuolten välillä ei tarkasteltu tutkimuksessa. Haastattelulomake sisälsi 12 avointa kysymystä, joihin sai vastata vapaamuotoisesti.

Kohderyhmän vastaukset olivat pääosin muutaman lauseen mittaisia. Osa myös pidempiä pohdintoja. Kysymyksen ”Käsitelläänkö oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista luokanopettajakoulutuksessa tarpeeksi?” kohdalla suurin osa vastauksista oli yhden sanan mittaisia, mutta kysymys ei ollut tulosten kannalta merkityksellinen, sillä sain tutkimuskysymyksiini vastauksia useasta kysymyslomakkeen kysymyksestä.

Vastaajat ovat oletettavasti aiheesta kiinnostuneita luokanopettajaopiskelijoita, sillä heillä oli halu vastata kyselyyn. Psyykkinen hyvinvointi ja sen tukeminen vaikuttivat vastausten perusteella olevan heille selkeitä käsitteitä. Osassa vastauksista aihetta oli pohdittu enemmänkin ja niistä näkyi kiinnostus lasten psyykkisen hyvinvoinnin tukemista kohtaan. Kohderyhmä sisälsi vain 10 opiskelijaa, joten näyte ei ole kovinkaan kattava. Se kuitenkin edustaa aiheesta kiinnostunutta joukkoa ylempien vuosikurssien luokanopettajaopiskelijoita Tampereen yliopistossa.

4.4 Laadullinen sisällönanalyysi

Laadullinen sisällönanalyysi on laadullisessa tutkimuksessa käytettävä perusanalyysimenetelmä, joka sopii monenlaisen tutkimuksen tekoon. Tärkeää laadullisen tutkimuksen teossa on rajata tutkittavaa ilmiötä ja kertoa tuloksista vain tutkimuksen kannalta olennaiset löydöt (Sarajärvi & Tuomi, 2017). Pyrinkin nostamaan empiirisestä aineistosta vain tutkimuskysymysten kannalta olennaisia asioita.

Tutkimukseni tulokset rakentuivat seuraavasti teorian ja empiirisen aineiston yhdistämisestä: teoria toimi tutkimuksessani eräänlaisena pohjana analyysin rakentamisessa, mutta ei rajannut opiskelijoiden vastauksista esiin nousseita teemoja. Aineistosta löytyi siis myös uusia näkökulmia tutkimuskysymyksiin. Tuomen ja Sarajärven (2017) mukaan teoriaohjaavassa analyysissä aikaisempi tieto ohjaa analyysiä, mutta tarkoituksena ei ole testata aikaisempaa teoriaa, vaan saada aikaan uusia ajatuksia aiheesta.

Tutkimukseni varsinaisena analyysimenetelmänä käytin teemoittelua. Teemoittelu on eräs laadullisen sisällönanalyysin menetelmä, jossa aineistoa aluksi ryhmitellään erilaisten aihepiirien mukaan, jolloin selviää, minkälaisia teemoja aineisto sisältää (Sarajärvi & Tuomi, 2017). Aloitin tutkimusaineiston aineiston analysoinnin keräämällä opiskelijoiden vastaukset yhdeksi tiedostoksi. Tämän jälkeen lähdin etsimään vastauksista samankaltaisuuksia. Näin aineistosta nousi esiin erilaisia teemoja, jotka merkitsin vastauksiin eri värikoodein.

Eskolan ja Suorannan (1998) mukaan koodaaminen mahdollistaa aineiston joustavamman tarkastelun: pystytään analysoimaan kerrallaan yhden koodin, tässä tapauksessa yhden värikoodin, kohtia, joissa esiintyy jokin tietty teema. Esimerkiksi vastauksissa opiskelijoiden ajatuksista oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemisen suhteen esiin nousi kolme erilaista teemaa, jotka koodasin aineistosta eri väreillä. Teemoittelun jäädessä aineistosta esiin nostettujen sitaattien tasolle, jää myös analyysi ja johtopäätökset pintapuolisiksi – onnistuakseen teemoittelu vaatii teorian ja empirian yhdistämistä (Eskola & Suoranta 1998).

Tutkimukseni tuloksia esittäessä olenkin edennyt seuraavasti: ensin esittelen aineistoa teemoittain. Seuraavaksi esittelen tutkimustuloksia yksityiskohtaisemmin. Lopuksi kerron johtopäätöksiä tutkimuksen tuloksista ja vertaan niitä aikaisempiin tutkimuksiin sekä pohdin tutkimuksen onnistumista.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimustuloksia eritellään seuraavaksi tutkimuskysymyskysymysten mukaisessa järjestyksessä erilaisiin teemoihin, jotka nousivat esiin opiskelijoiden vastauksista.

Opiskelijoiden ajatuksia psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta

Oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen liittyvät ajatukset muodostivat vastauksissa seuraavanlaisia teemoja: tärkeys, resurssit ja huoli oppilaista. Alla olevasta taulukosta näkyy teemojen esiintyvyys, kun kaikkiaan vastauksia oli kymmenen.

TAULUKKO 1. Opiskelijoiden ajatuksissa psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta esiin nousseet teemat, niiden esiintyvyys aineistossa sekä esimerkkiotteita opiskelijoiden vastauksista.

Teema	Esiintyvyys aineistossa	Otteita teeman vastauksista
Tärkeys	10/10	"Tärkeänä, koska psyykkinen hyvinvointi on tärkeä pohja oppilaan elämälle ja jaksamiselle" (vastaaja 6) "Erittäin tärkeänä. Kaikilla pitäisi olla koulussa hyvä olo, niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Jos ei ole, niin oppiminen ja elämänlaatu kärsii." (vastaaja 7)
Resurssit	8/10	"– parhaasi teet – mutta näet silti joistain oppilaista ettei sekään riitä." (vastaaja 4)

		” – tärkeää olisi myös, jos opettajilla olisi enemmän resursseja ja aikaa tähän.” (vastaaja 6)
Huoli oppilaista	2/10	” – Elämä on hektistä ja joskus jopa pienetkin oppilaat tuntevat hukkuvan kuorman alle –” (vastaaja 10) ” Tuntuu, että oppilaat eivät itse tiedä tai osaa ilmaista omaa psyykkistä hyvinvointiaan.” (vastaaja 1)

Vastauksissa esiintyneistä teemoista yleisin oli tärkeys. Se mainittiin jokaisessa vastauksessa: jokainen opiskelija piti oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista tärkeänä. Opettajan resurssit mainittiin melkein yhtä useassa vastauksessa. Huoli oppilaista mainittiin kahdessa vastauksessa. Opiskelijat kertoivat havainneensa oppilailla tuen tarpeita, mutta vastapainona nähtiin opettajan resurssien puute. Opiskelija oppilailla olevan myös vaikeuksia tunnistaa ja ilmaista omaa psyykkistä hyvinvointiaan.

Oppilaiden tarpeet opiskelijoiden näkökulmasta

Oppilaiden tarpeet psyykkisen hyvinvoinnin tukemisen suhteen muodostivat vastauksissa seuraavanlaisia teemoja: tunnetaidot, sosiaaliset suhteet ja opettajan läsnäolo. Tunnetaidot mainittiin useassa vastauksessa. Opiskelijat kertovat huomanneensa lapsilla haasteita omien tunteiden käsittelyssä ja hallinnassa. Sosiaaliset suhteet -teeman alle sijoittuivat vastaukset, joissa mainittiin muun muassa avun tarve kaverisuhteissa sekä joukkoon kuulumisen haasteet. Opettajan läsnäolo -teeman muodostivat vastaukset, joissa mainittiin kuulluksi tuleminen luokassa, merkityksellisyyden kokeminen ja vahvistuksen saaminen.

Opiskelijoiden valmiudet oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen

Opiskelijoiden koulutuksesta saadut valmiudet oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen näkyivät vastauksissa lähes järjestään siten, että niitä ei ole saatu. Niissä vastauksissa, joissa konkreettisia koulutuksessa omaksuttuja keinoja mainittiin, keinot olivat kannustamiseen liittyviä. Kannustamista, positiivista kasvatusta ja lasten toiminnan vahvistamista.

Opintojen ulkopuolelta saadut valmiudet eriteltiin seuraavasti: kesätyö, sijaisena toimiminen ja henkilökohtaiset kokemukset. Useat vastaajista kertoivat olleensa kesätyössä lasten leireillä ja saaneensa sieltä valmiuksia toimittuaan samojen lasten kanssa pitkään. Myös sijaisena toimineet vastaajat kokivat pitkään saman ryhmän kanssa toimimisen kerryttäneen heidän taitojaan psyykkisen hyvinvoinnin suhteen. Yksi vastaaja kertoi myös sijaisena toimiessaan saaneensa oppia aiheeseen kollegoiltaan. Henkilökohtaiset kokemukset -teemaan sisältyivät vastaukset, joissa mainittiin omassa henkilökohtaisessa elämässä tapahtuneet kokemukset, joista on oppinut psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta.

Opiskelijoiden keinoja psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen

Psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen käytetyistä keinoista esiin nousi seuraavanlaisia teemoja: kannustaminen, opettajan läsnäolo sekä rutiinit ja toimintataidot.

Eniten mainittuna teemana vastauksissa näkyi kannustamiseen liittyvät keinot. Kannustamisen teeman alle sijoittui myös positiivinen pedagogiikka. Opettajan läsnäolo -teema muodostui opiskelijoiden vastauksista, joissa mainittiin muun muassa oppilaiden kanssa kuulumisten vaihtaminen, luotettavana ja tukevana aikuisena toimiminen, oppilaan lohduttaminen sekä läsnä ja herkillä oleminen oppilaiden tarpeille. Rutiinit ja toimintataidot -teema sisälsi opiskelijoiden vastauksia koulupäivien tekemisestä oppilaille ennakoitaviksi, ajattelun- ja toiminnanstrategioiden harjoittelusta, tunnetaitojen harjoittelusta sekä rentoutushetkien sisällyttämisestä koulupäiviin.

5.2 Opiskelijoiden ajatuksia psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta

Opiskelijat pitivät oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista erittäin tärkeänä asiana. Seuraavissa vastauksissa opiskelijat pohtivat psyykkisen hyvinvoinnin merkitystä koulunkäynnille sekä koko elämälle. Toinen opiskelijoista pohtii myös koulun suurta merkitystä etenkin niiden oppilaiden elämässä, joilla on kotona vaikeuksia. Koulussa koetun turvallisuuden tunteen ja hyvinvoivan ympäristön nähdään tällöin tarjoavan eräänlaisia korvaavia kokemuksia lapselle.

”Pidän psyykkisen hyvinvoinnin tukemista ihan elintärkeänä tehtävänä. Oppilailta voi olla kotioloissa kaikenlaista ongelmaa, joka voi vaikuttaa heidän käyttökseen ja opiskeluunsa koulussa. Jos jotakin haluan elämässäni tehdä, niin luoda turvallisen ja hyvinvoivan luokkaympäristön, jossa oppilas kohdataan sellaisena kuin hän on. --” (vastaaja 10)

”Todella tärkeänä, palvelee ylipäätään koulussa olemista ja ennen kaikkea tietenkin elämässä selviytymistä.” (vastaaja 5)

Psyykinen hyvinvointi nähdäänkin opiskelijoiden vastauksissa elämässä pärjäämisen perustana. Vastaukset ovat linjassa aikaisempien tutkimuksien kanssa, joissa psyykkisen hyvinvoinnin ajatellaan olevan yhteys muiden hyvinvoinnin osa-alueiden välillä ja hyvinvoinnin osa-alueiden toimivan yhdessä kokonaisuutena.

Psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen nähtiin vastaajien keskuudessa tärkeyden ohella myös suurena huolenaiheena. Opinnoista saatavien valmiuksien vähyys ilmenee seuraavasta opiskelijan pohdinnasta:

”Erittäin tärkeänä, jonka takia on huolestuttavaa, että tähän ei käytetä opinnoissamme yhtään aikaa.” (vastaaja 4)

Vastauksista esiin nousi myös tukemisen mahdollisuuksien rajallisuus. Riittämättömyyden tunne mainittiin useassa vastauksessa: halua tukemiseen olisi, mutta resurssit ja valmiudet koetaan heikkoina.

”Näkisin tämän yhtenä työmme suurimmista haasteista. Määräänsä enempää emme voi tehdä vain kouluajalla, vaan lapsen kotiolot vaikuttavat kokonaisvaltaisesti hyvinvointiin paljon. Riittämättömyys voisi kuvata hyvin sitä tunnetta, kun parhaasi teet että jokainen tuntisi olonsa hyväksi koulussa, mutta näet silti joistakin oppilaista ettei sekään riitä.” (vastaaja 4)

”Pidän aihetta tärkeänä ja haluaisin tulevaisuudessa tukea oppilaiden psyykkistä hyvinvointia. Täytyy kyllä myöntää, että tästä suorilta en ole ihan varma, miten sen tekisin.” (vastaaja 7)

Vastaaja 10 mainitsi psyykkisen hyvinvoinnin aiheena myös unohtuvan kouluarjessa, ja vertasi tätä fyysiseen hyvinvointiin, jonka ylläpitämistä ja tukemista käsitellään jopa erillisen oppiaineen, liikunnan, kautta.

” – yliopistokoulutus ei valmista tarpeeksi arkielämän ja työn kannalta tärkeisiin ja konkreettisiin tilanteisiin. Muutenkin psyykkinen hyvinvointi tuntuu unohtuvan. Fyysinen hyvinvointi tulee liikunnan tunneilla esille, mutta psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen on latteaa. Mielenkiintoista on se, että nykypäivänä oppilaat kuitenkin voivat pahoin. –” (vastaaja 10)

Huoli tukemisen valmiuksien puuttumisesta on suuri ja vielä suurempi on ristiriita lasten tarpeiden ja opettajien valmiuksien välillä. Lasten ja nuorten käytöshäiriöt lisääntyvät ja kärjistyvät jopa väkivaltaisuuksiksi, mutta koulun mahdollisuuksia psyykkisen hyvinvoinnin tukemisessa ei käytetä hyödyksi, kun opettajankoulutus ei valmista opettajia tähän tehtävään.

”-- psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen on latteaa. -- Mielenkiintoista on se, että nykypäivänä oppilaat kuitenkin voivat pahoin. Espoossa tapahtuneet väkivaltatapaukset ja jopa tapot kertovat, että jokin on vialla ja pahasti. Lapsiin ja nuoriin ei saada tarpeeksi yhteyttä eikä opettajilla ole tarpeeksi keinoja heidän auttamisekseen.” (vastaaja 10)

Vastaaja 10 kuvaili ääriesimerkin oppilaiden pahoinvoinnista. Lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin on ehdottomasti kiinnitettävä enemmän huomiota viimeistään nyt, kun pahoinvointi alkaa johtaa väkivaltaisiin tekoihin.

■ Tulevassa työssä askarruttavat asiat

Opiskelijoiden suurimpana huolenaiheena vastauksista kävi ilmi omien resurssien riittäminen sekä epävarmuus siitä, mikä on tarpeeksi ja osaako kohdata oppilaita oikealla tavalla.

”Ylipäätään miten huomioi kaikkien tarpeet ja miten huomata tukemisen tarve. Myös se osaako olla tarpeeksi herkkä ja ”tuntosarvet” päässä jatkuvasti.” (vastaaja 3)

”Miten tuen, mikä on riittävästi, riittääkö minulla aika ja resurssit yli 20 psyykkisen hyvinvoinnin huomiointiin?” (vastaaja 6)

”Se, että osaanko kohdata oppilaita oikein ja tukea heitä riittävästi ennaltaehkäisevästi.” (vastaaja 5)

Suuren ryhmän kanssa jokaisen oppilaan kohtaaminen ja hänen tarpeidensa huomioiminen voi olla haastavaa, vaikka toimisikin saman opetusryhmän kanssa pidempään ja tuntisi oppilaat. Opettajan tulee kuitenkin opettaa opetettava sisältö ja usein suurin osa huomiosta oppitunneilla menee opettamiseen ja ryhmänhallintaan. Miten ehtii tarkkailemaan jokaista lasta yksilönä ja tukemaan ennaltaehkäisevästi? Kuten aikaisemmin mainitsin, opiskelijat pitävät oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista tärkeänä, mutta samalla tunnustetaan kouluarjen realiteetit ja oma rajallisuus.

Erillisenä aiheena vastauksista nousi esiin myös kiusaaminen. Vastaja 4 pohtii kiusaamiseen puuttumisen vaikeutta. Tilanteet tapahtuvat usein oppituntien ja opettajan valvonnan ulkopuolella ja saattavat jäädä opettajalta täysin huomaamatta. Viimeaikainen uutisointi aiheesta on herättänyt keskustelua kiusaamisen ja lasten hyvinvoinnin huomioinnista.

”Kiusaamistapaukset. Ne helposti voivat jäädä huomaamatta, jos tapahtuvat vain välitunnilla tai kokonaan koulun ulkopuolella, jolloin huomaaminen ja puuttuminen on haastavaa. Some on nostanut kiusaamisen ihan uusille tasoille eikä tähän ole mielestäni keksitty vielä mitään konkreettista keinoa puuttua isommassa kuvassa.” (vastaja 4)

5.3 *Oppilaiden tarpeet*

Oppilaiden tarpeita psyykkisen hyvinvoinnin tukemisen suhteen kysyttiin e-lomakkeella kysymyksellä ”*Millaisia tuen tarpeita olet huomannut oppilaiden omaavan psyykkisen hyvinvoinnin suhteen?*”. Vastauksissa yleisimmäksi teemaksi nousivat tunnetaitoihin liittyvät haasteet.

”Tunteiden hallinta on mielestäni ollut hakusessa. Aggressiivisuutta, lällättelyä, lyömistä, kärsimättömyyttä -- Ollaan totuttu siihen, että saadaan tahto läpi kotona, mutta koulussa niin ei voida tehdä. Siksi erityisesti tunteisiin ja käyttäytymiseen liittyvät tukitoimet ovat tarpeen.” (vastaja 10)

Vastaja 10 pohtii oppilailla olevan tottumus saada oma tahtonsa läpi kotona ja reagoivan sitten eri tavoin siihen, kun vastaavanlaista käytöstä ei koulukontekstissa hyväksytä. Tunnekasvatus nähdään ratkaisuna tällaisiin käytöshäiriöihin ja kodin ja koulun välinen yhteistyö nähdään avainasemassa oppilaan psyykkisen hyvinvoinnin tukemisessa.

Toiseksi yleisimpänä teemana vastauksista esiin nousivat itsetuntoon ja minäpystyvyyteen liittyvät haasteet. Oppilaiden koetaan tarvitsevan paljon kannustusta ja tukea, mikä on ymmärrettävää alakouluikäisten lasten kohdalla, kun oma identiteetti on kehitysvaiheessa ja omaa paikkaa haetaan sekä koulussa että sen ulkopuolella. Edellä mainittuihin tuen tarpeisiin liittyen vastauksissa mainittiin myös oppilaan kohtaaminen:

”Oppilaalla tulee olla tunne siitä, että hänestä välitetään. Eli kuunteleminen ja kuulluksi tuleminen luokassa.” (vastaaja 8)

Vastaaja 8 tunnistaa oppilaiden tarpeen tulla kohdatuksi ja kuulluksi. Osalle lapsista opettaja voikin olla ainoa aikuinen, joka saa hänet tuntemaan itsensä arvostetuksi ja kohdatuksi, joten opettajan on tärkeää kohdata jokainen oppilaansa yksilönä.

5.4 Luokanopettajaopiskelijoiden valmiudet

■■■■ Koulutuksesta saadut valmiudet

Luokanopettajaopiskelijat kokivat pääsääntöisesti, että oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista ei käsitellä opettajankoulutuksessa tarpeeksi. Ainoa poikkeava vastaus oli vastaajalta, joka pohti valmiuksiensa kuitenkin johtuvan ”*omasta valveutumisesta asian tiimoilta*”. Seuraavassa vastauksessa pohditaan valmiuksien puutteen suhdetta oppilaiden tarpeisiin:

”Ei todellakaan. Siihen nähden miten paljon pahoinvointia oppilaiden keskuudessa on tänä päivänä, on opetuksen olemattomuus peräti vastuutonta.” (vastaaja 4)

— Tämä ongelma ei ole yliopistokohtainen. Monet tuttuni, ystäväni yms. ovat kertoneet, että yliopistokoulutus ei valmista tarpeeksi arkielämän ja työn kannalta tärkeisiin ja konkreettisiin tilanteisiin. —” (vastaaja 10)

Opiskelijoiden vastauksista voidaan nähdä turhautumista valmiuksien puutteeseen. Oppilaiden pahoinvointi on esillä mediassa ja sitä nähdään koulumaailmassa jatkuvasti, mutta koulutus ei tarjoa tuleville opettajille keinoja tilanteen parantamiseen. Opettajien kuitenkin odotetaan osaavan tunnistaa lasten psyykkisen hyvinvoinnin haasteita sekä toimia ennaltaehkäisevästi heidän

hyvinvointinsa edistämiseksi. Voidaanko opettajilta kuitenkin odottaa tätä, jos koulutuksesta saatavat valmiudet perustuvat vain opetusharjoitteluissa kentällä olevien opettajien kanssa aiheesta keskusteluun.

”Ohjaavat opettajat ovat olleet siitä ajan tasalla, yliopiston puolesta taas asiasta ei kauheasti ole puhuttu.” (vastaaja 8)

”Itselläni sattui hyvät ohjaajat, jotka ohjasivat kiinnittämään näihin asioihin huomiota. Se oli juuri sitä oppia mitä tarvittiinkin, mutta valitettavasti yksi ohjaaja ei voi pelastaa sitä kuilua minkä koulutus jättää asiaan.” (vastaaja 3)

Opintojen ulkopuolella saadut valmiudet

Useassa vastauksessa mainittiin valmiuksien saaminen kesätyöstä tai harrastustoiminnasta, jossa on työskennelty lasten parissa. Näissä vastauksissa kävi esille se, että valmiuksia oli saatu etenkin siitä syystä, että samojen lasten kanssa oltiin tekemisissä pidempi ajanjakso. Tällöin lapsia on opittu tuntemaan paremmin ja sitä kautta tunnistamaan heidän tarpeitaan.

”Kaikki harrastustoiminta, jossa pitkäjänteisesti voidaan olla samojen lasten ja nuorten kanssa tekemisissä kehittää omaa ”tutkaa” havaita ongelmia ja myös omalle tekemisellä puuttua niihin. Koen tämän olevan merkittävä tuki sitten työelämää kohti siirryttäessä.” (vastaaja 4)

Edellä olevassa vastauksessa opiskelija mainitsee ”tutkan” kehittymisen lasten kanssa toimiessa. Psykkisen hyvinvoinnin tukemisessa tärkeää onkin tunnistaa lasten tarpeet, jotta osataan tukea heitä yksilöllisesti.

Vastauksissa mainittiin myös kokemuksia toiminnasta ilman valmiuksia psykkisen hyvinvoinnin tukemiseen. Seuraavasta vastauksesta nähdään, miten sijaisuutta tehnyt opiskelija on kokenut vaikeuksia, kun valmiuksia ei ole ollut. Vastaaja on kuitenkin kokenut saaneensa tästä valmiuksia oppilaiden tukemiseen. Voidaankin siis päätellä, että erilaiset kokemukset lasten kanssa työskentelystä kerryttävät kokemusta ja sitä kautta opitaan, miten lapsia tulkitaan ja miten heidän psykkistä hyvinvointiaan pystytään tukemaan.

”Sijaisuutta tehdessä, ja se oli todella hankalaa kun minkäänlaista pohjaa sen ikäisten nuorten kanssa toimimiseen ei juuri ollut.” (vastaaja 6)

5.5 Opiskelijoiden käyttämät keinot

Opiskelijat olivat toteuttaneet oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista positiivisen pedagogiikan kautta kannustamalla, positiivisella palautteella, tunnekasvatuksen avulla sekä keskustelemalla oppilaiden kanssa ja olemalla kiinnostunut heidän hyvinvoinnistaan. Vastausten perusteella opiskelijat vaikuttivat tukeneen oppilaiden psyykkistä hyvinvointia, vaikka kokivat valmiuksista kysyttäessä epävarmuutta sen suhteen.

”Kannustaminen, positiivinen pedagogiikka. Hyvinvoinnin kyseleminen.”
(vastaaja 1)

”Kannustavalla palautteella, moniammatillisella yhteistyöllä (esim. ohjataan oppilas perheneuvolaan terkan kanssa yhteistyössä). Vaikea luetella yksittäisiä keinoja, sanoisin että pääasiassa olemalla läsnä ja herkillä oppilaiden tarpeille.” (vastaaja 5)

Opiskelijoiden vastauksista näkyy, että he kokevat, että tärkeintä on oppilaiden kannustaminen ja kohtaaminen ihmisenä. Useassa vastauksessa mainittiin opettajan herkkyys tunnistaa oppilaiden tarpeita. Opettajan tulisikin havainnoida oppilaitaan jatkuvasti, jotta tunnistaisi pienetkin muutokset oppilaan käytöksessä. Vastaaja 5 tuo vastauksessaan esille myös moniammatillisen yhteistyön mainitsemalla terveydenhoitajan. Opiskelija siis ymmärtää moniammatillisen yhteistyön merkityksen oppilaan psyykkisen hyvinvoinnin tukemisessa – opettajan resurssit nähdään rajallisina, mutta ymmärretään yhteistyön mahdollisuus oppilaiden hyvinvoinnin tukemisessa.

”Käsittelyt tunteiden hallintaa ja keskustellut niistä, kuunnellut mitä kenelläkin on sanottavaa ja osoittanut välittäväni, harjoiteltu ajattelun- ja toiminnanstrategioita, keskustellut koulun asettamista paineista ja stressistä”
(vastaaja 3)

”– antamalla tilaa negatiivisten tunteiden ilmaisuun.” (vastaaja 7)

Vastaajien 3 ja 5 vastauksista nähdään, että opiskelijat kokevat tunteiden ilmaisun ja tunteiden käsittelyn tärkeäksi osaksi oppilaiden arkea myös koulukontekstissa. Tunnekasvatus onkin mainittu myös opetussuunnitelmassa (POPS 2014), joten sille tulisi löytää aikaa oppitunneilla, kuten opiskelijat kertovat tehneensä.

6 POHDINTA

6.1 Tärkeän aiheen äärellä

Opettajankoulutuksessa painotetaan didaktiikkaa ja aineenhallintaa. (Ahtola, 2016). Tutkimuksen tuloksissa oli nähtävissä tämä sama karu todellisuus. Vastausten perusteella opiskelijat kokivat, ettei opinnoista saada riittäviä, tai juuri minkäänlaisia valmiuksia oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen. Pulkkinen ja Kanervion (2014) mukaan kasvatuksellinen vastuu kuitenkin kuuluu opettajan tehtävään merkittävässä roolissa.

Tulosten mukaan luokanopettajaopiskelijat pitävät oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista tärkeänä asiana. Nämä ajatukset ovat luultavasti ainakin osin peräisin johdannossa mainitsemastani yhteiskunnallisesta keskustelusta. Lasten ja nuorten hyvinvointi on aika-ajoin uutisotsikoissa ja sen syistä keskustellaan keskustelupalstoilla. Etenkin tämänhetkisessä maailmassa, kun uutiset ovat saatavilla älypuhelimissa jatkuvasti, on niillä varmasti vaikutusta myös luokanopettajaopiskelijoiden ajatus- ja arvomaailmaan.

Myös harjoittelut, joita jokainen kyselyyn vastannut opiskelija on opinnoissaan suorittanut, sekä osan vastaajista kohdalla sijaisena toimiminen, ovat antaneet opiskelijoille kokemuksia, jotka muovaavat huomaamattakin heidän arvomaailmaansa. Harjoittelussa kohtaa samoja oppilaita melko pitkän ajanjakson ajan ja oppii tuntemaan heitä ja heidän tarpeitaan. On mahdollista, että omien valmiuksien riittämättömyys ja koulutuksen aiheeseen jättämä aukko ovat realisoituneet juuri tällaisten tilanteiden kautta, kun lapsen olemus viestii, että kaikki ei ole kunnossa, mutta opiskelija tuntee itsensä tilanteessa osaamattomaksi.

Opiskelijat kokivat olevansa täysin koulutuksen ulkopuolelta saatavien valmiuksien varassa. Eräs opiskelija vastasikin, että aiheesta on saatettu mainita sivulauseessa, mutta edes opetusharjoitteluissa ei ole ehditty perehtymään aiheeseen. Opettajankoulutuksessa vaikuttaakin olevan paljon sisältöä ja sen

myötä kurssit, mukaan lukien harjoittelut, ovat niin aikataulutettuja, ettei aikaa tämänkaltaisille tärkeille aiheille ole, vaikka ne olisivat tulevan työn kannalta ehkä niitä merkityksekkäimpiä.

Psyykkisen hyvinvoinnin tukemisen valmiuksien saaminen vaatii tulevilta opiskelijoilta oma-aloitteisuutta, harrastuneisuutta sekä ehkä tulevaisuudessa täydennyskoulutusta. Tuloksien mukaan kyselyyn vastanneista opiskelijoista jokainen piti aihetta tärkeänä, mutta jo valmiiksi tiiviin koulutuksen sekä tulevan hektisen työelämän ohella ei välttämättä löydy resursseja tämänkaltaisten taitojen opetteluun. Ne luultavasti opitaan vuosien myötä työelämässä.

Opiskelijoiden vastauksissa kävi ilmi myös se, että psyykinen hyvinvointi jää usein taka-alalle kouluarjessa. Tämä on linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa. Minkkisen (2015) mukaan koulussa tapahtuva oppilaiden hyvinvoinnin tarkastelu toteutuu pääosin kouluterveyskyseiden ja -tarkastuksien kautta, jotka myös usein painottavat hyvinvoinnin fyysistä osa-aluetta. Tällöin opettajan rooli psyykkisen hyvinvoinnin tukijana ja tarkastelijana muodostuu erittäin tärkeäksi.

Koppelmanin (2004) mukaan noin yhdellä oppilaalla viidestä on jokin tunne-elämän tai käyttäytymisen häiriö, joka voidaan diagnosoida. Opiskelijat ovat vastausten perusteella huomanneet tämän toimiessaan lasten parissa harjoitteluissa tai sijaisena ollessaan, sillä heidän vastauksissaan painottuivat tunnetaidot sekä niiden puute. Tunteenpurkauksien ja ylipäättään tunteiden hallinta nähtiin lasten suurimpana tuen tarpeena. Tunteenpurkauksien mainitseminen vastauksissa voi toisaalta olla merkki myös oppilaiden reaktiosta uuteen ihmiseen luokassa: sijaiseen tai harjoittelijaan saatetaan suhtautua aivan eri tavalla kuin omaan opettajaan. Etenkin pienet oppilaat tarvitsevat rutiineja ja kun oman, tutun ja turvallisen luokanopettajan tilalla on uusi, vieras ihminen, saattaa osa lapsista reagoida tähän hyvinkin voimakkaasti. Usein sijaisia ja harjoittelijoita saatetaan oppilaiden toimesta myös ”testata”, jolloin käytös saattaa olla tavallisesta poikkeavaa myös tästä syystä.

Suomen mielenterveys ry:n (2021) mukaan tunteiden säätely auttaa rakentamaan positiivista minäkuvausta, mahdollistaa tavoitteellisen toiminnan ja lisää itseluottamusta. Tunnetaidot mainitaan myös Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2014) vuosiluokilla 1–6 ympäristöopin ja uskonnon oppiaineissa sekä laaja-alaisen osaamisen kohdalla. Laaja-alainen osaaminen opetetaan aina osana oppiainetta (Opetushallitus, 2021). Laaja-

alaisen osaamisen taitojen opetukseen ei siis ole varattu erillistä aikaa, vaan aika olisi otettava jo valmiiksi rajallisista oppitunneista. Näin ollen tunnetaitojen sekä muiden laaja-alaisen osaamisen taitojen opetus voi jäädä, kuten aikaisemmin jo mainitsin, oppiaineiden teoriaopetuksen varjoon. Tällöin opettajat pääsevät harjoittamaan opettajankoulutuksen myötä hallitsemaansa didaktista osaamista: laaja-alaisen osaamisen opettamiseen kun ei valmiuksia välttämättä olisikaan.

Aikaisempaa tutkimusta, joka keskittyisi suoraan alakoulun oppilaiden tuen tarpeisiin psyykkisen hyvinvoinnin suhteen, ei ollut tehty. Alakoululaisista vain 4–5 -luokkalaiset vastaavat valtakunnalliseen kouluterveyskyselyyn (Thl, 2021), joten myöskään siitä ei saa kattavaa tietoa alakoululaisten tuen tarpeista psyykkisen hyvinvoinnin suhteen. Toki tässäkin tutkimuksessa oppilaiden tarpeita tarkastellaan luokanopettajaopiskelijoiden näkökulmasta.

6.2 Tulosten merkitysten pohdintaa

Tutkimuksen avulla onnistuttiin saamaan tutkimuskysymyksiä vastaavaa tietoa. Tutkimustulokset laajensivat myös omaa ymmärrystäni tutkimusaiheeseen liittyvistä teemoista, minkä myötä laajensin jälkikäteen myös tutkimuksen teoriaosuutta.

Tuloksia tarkastellessa esiin nousi myös psyykkisen hyvinvoinnin käsitteen sidosteisuus muihin hyvinvoinnin osa-alueisiin. Kuten tutkimuksen teoriaosuudessa mainitsin: psyykinen hyvinvointi voidaan nähdä eräänlaisena hyvinvoinnin osa-alueiden välillä toimivana rakenteena (Minkkinen, 2011). Monet opiskelijoiden vastaukset sisälsivätkin myös muihin hyvinvoinnin osa-alueisiin liittyviä asioita ja esimerkiksi tuen tarpeisiin liittyvissä vastauksissa raja psyykkisen ja fyysisen hyvinvoinnin välillä on erittäin vaikeaa erottaa. Opiskelijat siis ymmärsivät vastausten perusteella psyykkisen hyvinvoinnin käsitteen merkityksen samalla tavalla, kuin se on määritelty tutkimuksen teoriaosuudessa.

Johtopäätöksenä voidaan sanoa, että opiskelijat pitävät oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista todella tärkeänä tulevassa opettajan työssään, mutta koulutuksesta ei saada tarpeeksi valmiuksia ja tietoa aiheesta. Opiskelijoiden kokemusten perusteella valmiuksille olisi kuitenkin tarvetta. Koetut

oppilaiden tarpeet ja tulevien opettajien valmiudet olivat tulosten mukaan ristiriidassa.

Valmiudet jäävät vastausten perusteella jokaisen opiskelijan itse hankittaviksi ja etulyöntiasemassa ovat ne opiskelijat, jotka toimivat lasten parissa opintojen ulkopuolella. Useat vastaajat kertoivat saaneensa valmiuksia toimittuaan lastenleireillä kesätöissä. Kaikki luokanopettajaopiskelijat eivät kuitenkaan työskentele vapaa-ajallaan tai kesällä lasten parissa, jolloin koulutuksen kautta saatavat valmiudet olisivat äärimmäisen tärkeitä. Tällöin tulevat luokanopettajat olisivat samalla viivalla psyykkisen hyvinvoinnin tukemisen suhteen, kun koulutus antaisi jokaiselle valmiudet siihen.

Tulevien opettajien eriävä valmiuksien määrä eriarvostaa myös lasten asemaa kouluissa: osa oppilaista saa opettajan, jolla on kykyjä keskittyä heidän psyykkisen hyvinvointinsa tukemiseen ja toiset oppilaat saavat opettajan, joka ei tiedä, miten ennaltaehkäistä kiusaamistilanteita. Kokemus tietenkin opettaa tässäkin asiassa, mutta jos halutaan toimia lasten hyvinvointia edistävästi ja pahoinvointia ennaltaehkäisevästi, koulutuksesta saatavat valmiudet ovat ensiarvoisessa roolissa.

Tutkimus osoittaa, että opiskelijoilla on kuitenkin suuri kiinnostus oppilaiden tukemiseen ja vastauksista pystyi näkemään turhautumisen ja riittämättömyyden tunteita, kun omat taidot eivät välttämättä riitäkään jokaisen oppilaan auttamiseen ja samaan aikaan saadaan seurata mediasta, miten lapset voivat huonosti, eivät hallitse tunteitaan ja empatian puute johtaa jopa väkivaltaisiin tekoihin. Luokanopettajaopinnoissa olisi selkeästi kehittämisen tarve oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemisen suhteen. Tulevat opettajat ovat tulevaisuuden kasvatusalan ammattilaisia. Miten voimme kuitenkin odottaa heidän hoitavan kasvatustehtävän, jos koulutus ei anna siihen valmiuksia?

6.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

”Hyvää tutkimusta ohjaa eettinen sitoutuneisuus” (Tuomi & Sarajärvi, 2017 s. 110). Laadullisessa tutkimuksessa tutkija on usein tutkimuksessa eri tavalla läsnä kuin määrällisessä, joten henkilökohtaisen kokemuksen vaikutus tiedostetaan ja sen läsnäolo tutkimuksen teossa hyväksytään. Havaintoihin liittyy aina skeemoja

ja malleja eivätkä ne koskaan voi olla puhtaaseen tietoon perustuvia (Juuti & Puusa, 2020.) Tiedostankin tutkimuksessani sen, että aihe on itselleni läheinen ja olen omissa harjoitteluissani kiinnittänyt aiheeseen huomiota. Huomasin tutkimusta tehdessäni, että minulla oli ennakkoajatuksia siitä, millaisia vastauksia tulisin saamaan, sillä olen itse kokenut samanlaisia tunteita, joita opiskelijat vastauksissaan kuvailivat. Nämä olivatkin yksi syy tutkimusaiheeni valintaan. Tuloksia analysoidessani olen pyrkinyt mahdollisimman objektiivisesti tarkastelemaan opiskelijoiden vastauksia ja niistä esiin nousevia merkityksiä, jotta ennako-oletukseni eivät vaikuttaisi tuloksiin.

Tutkimustulokset ovat linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa, joten tutkimusta voidaan pitää siltä osin luotettavana. ”Analyysin kattavuus tarkoittaa sitä, että tulkintoja ei perusteta satunnaisiin näyttöihin aineistosta” (Eskola & Suoranta, 1998, s.156). Tutkimukseen vastasi vain kymmenen opiskelijaa ja kohderyhmä koostui vain yhden yliopiston opiskelijoista, joten tulokset eivät ole sellaisinaan yleistettävissä suuremmalle joukolle. Vilkan (2005) mukaan kyselylomaketutkimuksen suurin ongelma onkin juuri alhainen vastausprosentti, eli tutkimusaineiston kato. On kuitenkin muistettava, että aineisto muodostuu aina rajallisista tapauksista (Eskola & Suoranta, 1998). Tulokset ovatkin aina tutkimuskohtaisia ja kertovat tutkittavasta aiheesta juuri tietyssä kontekstissa. Tarkoituksena ei ollutkaan saada yleistettävää tietoa, vaan tietoa juuri luokanopettajaopiskelijoiden ajatuksista aihealueen suhteen sekä heidän kokemuksestaan koulutuksen antamista valmiuksista oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemisessa.

Pyrin muodostamaan kyselylomakkeen kysymykset niin, etteivät ne olisi johdattelevia, vaan antaisivat tilaa avoimelle pohdinnalle aiheesta. Onnistuin tässä mielestäni hyvin, sillä vastauksissa tuli esiin erilaisia näkemyksiä. Kysymys ”*Käsitteläänkö oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista luokanopettajakoulutuksessa tarpeeksi?*” tuotti ongelmia vastausten analysoinnissa. Tähän kysymykseen sain useita yhden sanan ”ei”-vastauksia. Vastajaat kuitenkin pohtivat asiaa myös muiden kysymysten kohdalla, joten tällä ei ollut vaikutusta tutkimustuloksiin. Toinen kysymys, jonka jätin analyysivaiheessa pois käsittelystä oli ”*Onko oppilaiden psyykkinen hyvinvointi ollut ”pinnalla”, eli onko siitä ollut keskustelua opiskeluyhteisössäsi?*”. Kysymys ei saanut aikaan varsinaista pohdintaa aiheesta, vaan vastaukset olivat suppeita

ja useassa vastauksessa viitattiin korona-ajan poikkeusoloihin ja siihen, ettei opiskelijayhteisössä tällä hetkellä keskustella juuri mistään. Kysymyksen tarkoituksena olikin kartoittaa aiheen merkityksellisyyttä, johon saatiin vastauksia myös toisista kysymyksistä, joten tämän kysymyksen poisjättämisellä ei myöskään ollut vaikutusta tuloksiin.

Opiskelijat pohtivat analyysiin valittujen kysymysten aiheita syvällisemmin kuin osasin odottaa. Koronaviruspandemian vuoksi oli suositeltavaa kerätä empiirinen aineisto etäyhteyksin, joten valitsin aineiston keräysmenetelmäksi e-lomakekyselyn. Mahdollisuutta jatkokysymysten esittämiseen ei ollut, joten vastausten tulkinta jäi vastuulleni. Pyrin kuitenkin tarkastelemaan vastauksia mahdollisimman objektiivisesti.

Koin, että rajatut kysymykset toimivat tässä tutkimuksessa hyvin, sillä ne auttoivat vastaajia ymmärtämään, mitä kysymyksillä haetaan. Psykkinen hyvinvointi ei ole täysin yksiselitteinen käsite, joten sen merkitystä tässä tutkimuksessa oli selitetty kyselylomakkeen alussa muutamalla virkkeellä, mikä luultavimmin auttoi myös opiskelijoita vastaamaan. Tutkimukseen olisi voinut kuitenkin saada vielä enemmän opiskelijoiden pohdintaa, jos aineiston keräämiseen olisi käytetty avoimempia kysymyksiä tai esimerkiksi kirjoitelmapyyntöä. Mielenkiintoista olisi ollut myös kerätä aineisto haastattelujen avulla, sillä silloin olisi ollut mahdollista saada aikaan syvällisempää pohdintaa aiheesta jatkokysymysten myötä.

Laadullisessa tutkimuksessa eettisyydellä tarkoitetaan sitä, että tutkimuksen kaikissa vaiheissa noudatetaan eettisiä periaatteita ja että tutkimuksen pyrkimyksenä on saada aikaan hyvää tutkimuksen kohderyhmälle (Juuti & Puusa, 2020). Tutkimukseen osallistuminen tapahtui vapaaehtoisuuteen perustuen ja anonymisti, joten aineiston analysointi tapahtui eettisiä periaatteita noudattaen. Myös tutkimuksessa käytettävät lainaukset on valikoitu niin, että vastaajia ei pysty niistä tunnistamaan, jotta anonymiteetti säilyy. E-lomakkeella kerättyä aineistoa on säilytetty tutkijan omassa arkistossa ja se hävitetään asianmukaisesti kandidaatintyön hyväksymisen jälkeen.

Jatkotutkimusideana tutkimuksen voisi toistaa niin, että kohderyhmä ja sitä kautta myös empiirinen aineisto olisi laajempi. E-lomakkeen sijasta voisi käyttää haastatteluja, jolloin pystyisi esittämään jatkokysymyksiä aiheista ja saisi vielä syvällisempää pohdintaa aikaan. Olisi myös mielenkiintoista tutkia aihetta

kentällä olevien luokanopettajien näkökulmasta, jolloin voisi tutkia täydennyskoulutuksista saatavia sekä työelämässä kertyneitä valmiuksia. Mielenkiintoinen näkökulma jatkotutkimukselle olisi myös ottaa oppilaiden näkökulma heidän psyykkisen hyvinvoinnin tarpeistaan huomioon ja esimerkiksi verrata sitä opettajien näkemyksiin. Näin saatuja tutkimustuloksia oppilaiden tarpeista voitaisiin jatkossa hyödyntää myös opettajankoulutuksen kehittämisessä, jolloin opettajat pystyisivät tukemaan oppilaiden psyykkistä hyvinvointia parhaalla mahdollisella tavalla.

6.4 Ajatuksia tulevan luokanopettajan työstä

Kuten muidenkin ammattien kohdalla, on kuitenkin armollista muistaa, ettei opettajakaan koskaan voi osata kaikkea. Kokemus ja koetut tilanteet lasten kanssa kehittävät enemmän kuin mitä viiden vuoden yliopistokoulutus voi antaa. Jonkinlaisia valmiuksia koulutuksen olisi kuitenkin annettava, jotta opiskelijoilla olisi aiheesta pohjatietoa, jonka päälle rakentaa omaa osaamistaan.

Yrjänäinen (2011, s.203 kuva 35) esittää väitöskirjassaan aineenopettajuutta kolmen teeman kautta: "halu olla opettaja ja kasvattaja", "identiteetti" ja "onko opettaja ja/vai kasvattaja?". Nämä ovat aiheita, joita luultavimmin myös jokainen luokanopettaja pohtii työuransa aikana. Halutaan toteuttaa luokanopettajan työn molemmat puolet: ohjata sekä oppilaiden tiedollista oppimista että kasvattaa heitä. Kääntöpuolena tässä tulevat kuitenkin usein vastaan myös opiskelijoiden vastauksissa mainitut resurssit: aika ei riitä kaikkeen. On tehtävä rajanvetoja sen suhteen, kuinka paljon käyttää aikaa esimerkiksi tunnetaitojen opettamiseen ja mistä tämä aika otetaan. Jokaisen opettajan on myös etsittävä oma opettajaidentiteettinsä sekä pohdittava, mikä hänen roolinsa on opettajuuden ja kasvattajuuden välimaastossa. Nämä roolit tietenkin muuttuvat ajan ja tilanteiden myötä, mutta opettajan olisi hyvä olla tietoinen itse omasta roolistaan opettajana ja siitä, mihin kaikkeen tämä rooli kouluarjessa vaikuttaa. Itsereflektio onkin tärkeä työkalu opettajan työssä: vasta tunnistamalla omat vahvuudet ja kehityksen kohteet voidaan kehittyä paremmaksi.

Pohdinta omasta opettajuudesta ja resurssien riittämättömyydestä näkyi myös opiskelijoiden vastauksissa. Opiskelijoiden ajatukset herättävät huolen

luokanopettajan työstä tämänhetkisestä koulutuksesta saatavilla valmiuksilla. Vastaukset puhuvat puolestaan: valmiuksia ei joko ole ollenkaan tai ne on saatu koulutuksen ulkopuolelta. Tulevassa työssään, kasvattajina, tulevien luokanopettajien tulisi kuitenkin hallita myös lasten kasvattaminen. Tähän kuuluu ensiarvoisen tärkeänä asiana lasten hyvinvoinnista huolehtiminen.

” Hyvinvointi on pohja kaikelle muulle, mitä elämässä tekee.” (vastaaja 9)

Myös opiskelijat ymmärtävät, että ilman hyvinvointia pohjana, on turhaa lähteä opettamaan ympäristöoppia ja matematiikkaa. Lapset tarvitsevat hyvinvoinnin elämänsä pohjaksi, jonka varaan rakentaa koko muu elämä. Hyvinvointi ei koske pelkästään koulun oppitunteja, vaan kyse on koko lapsen elämää kannattelevasta perustasta. Onkin siis selvää, että lasten hyvinvointiin on kiinnitettävä huomiota kodin lisäksi myös koulussa. Tähän luokanopettajat tarvitsevat valmiuksia koulutuksessaan. Oppiaineiden opettaminen on tärkeää, mutta vielä tärkeämpää on lasten hyvinvointi. Jos opiskelijan vastaus lapsen psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta kysyttäessä kuulostaa seuraavalta: ”*Täytyy kyllä myöntää, että tästä suorilta en ole ihan varma, miten sen tekisin*” (vastaaja 7), on opettajankoulutuksessa mielestäni tämän aihealueen suhteen vielä paljon kehitettävää.

LÄHTEET

- Aaltio, I. & Puusa, A. (2020). Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? (E-kirja). Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.), Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. 169-180.
- Ahtola, A. (Toim.) (2016). Psykkinen hyvinvointi ja oppiminen. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. (E-kirja). Osuuskunta Vastapaino.
- Finlex. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki. (2020). Viitattu 17.1.2021. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2013/20131287?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=oppilas-%20ja%20opiskelijahuoltolaki>.
- Hamarus, P. & Kaikkonen, P. (2007). Miten koulukiusaaminen syntyy ja kehittyy? Yläkoulun oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta. Kasvatus 38 (3), 228–239.
- Juuti, P. & Puusa, A. (2020). Johdanto. Mitä laadullisella tutkimuksella tarkoitetaan? (E-kirja). Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.), Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. 9-19.
- Juuti, P. & Puusa, A. (2020). Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. (E-kirja). Teoksessa A. Puusa & P. Juuri (toim.), Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. 166-168.
- Karvonen, J. Läksy, K. & Räsänen, S. (2016). Somatisaatiohäiriö - ylidiagnosoitu mutta aliarvioitu sairaus. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 2016;132 (3), 219-25.
- Konu, A. (2002) Oppilaiden hyvinvointi koulussa. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print. Tampere.
- Koppelman, J. (2004). Children with mental disorders: Making sense of their needs and systems that help them. (NHPF issue brief no. 799.) Washington, DC: National health policy forum, George Whashington

University.

- Lassander, M., Fagerlund, Å., Markkanen, S. ja Volanen, S-M. Tietoinen läsnäolo –voimavaroja ja hyvinvointia kouluun Teoksessa Ahtola, A. (toim.), Psyykinen hyvinvointi ja oppiminen, PS-kustannus, Juva 2016. 243-260.
- Minkkinen, J. (2011). Opettaja ja lasten hyvinvointi. Teoksessa Oksanen, A. & Salonen, M. Toiminnallisia loukkuja: hyvinvointi ja eriarvoisuus yhteiskunnassa. Tampereen yliopistopaino, 63-87.
- Minkkinen, J. (2015). Lapsen hyvinvointimalli. Lasten emotionaalinen hyvinvointi ja sosiaaliset suhteet alakoulussa. Akateeminen väitöskirja. Suomen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print. Tampere.
- Mll.fi. Mielen terveysongelmat lisääntyneet ja vakavoituneet lasten ja nuorten puhelimessa ja nettipalveluissa 2010-luvulla. Viitattu 1.12. 2020. Saatavilla: <https://www.mll.fi/tiedotteet/mielen-terveysongelmat-lisaantyneet-ja-vakavoituneet-lasten-ja-nuorten-puhelimessa-ja-nettipalveluissa-2010-luvulla/>.
- Oph.fi. Kouluikäisten terveyden polku. Henkinen ja sosiaalinen hyvinvointi. Viitattu 29.11.2020. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/kouluikaisten-terveyden-polku/henkinen-ja-sosiaalinen-hyvinvointi>.
- Oph.fi. Opiskeluhoito. Viitattu 16.4.2021. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/opiskeluhoito>.
- Oph.fi. Perusopetuksen opetussuunnitelman ydinasiat. Viitattu 15.4.2021. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/perusopetuksen-opetussuunnitelman-ydinasiat>.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. 2014. Viitattu 24.11.2020. Saatavissa: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf.
- Pulkkinen, S. ja Kanervio, P. Koulun elämä maailma. Teoksessa P. Hamarus, P. Kanervio, L. Landén. & S. Pulkkinen (toim.), Huuto! Lasten ja nuorten hyvinvoinnin puolesta. Jyväskylä: PS-kustannus, 142-153.

- Saaranen-Kauppinen, A. ja Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 14.12.2020. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/> .
- Soisalo, R. 2012. Särkyvä mieli. Lasten ja nuorten psyykinen oireilu. Suomen psykologinen instituuttiyhdistys ry. 2012.
- Suomen mielenterveys ry. Mieli. (2021). Tunnetaitojen perusteet. Tunnetaitojen perusteet | MIELI Suomen Mielenterveys ry. Viitattu 22.3.2021.
- Syrjäläinen, E., Eronen, A. & Värri, V-M. (2007). Johdanto. (E-kirja). Teoksessa E, Syrjäläinen, A, Eronen & V-M, Värri (toim.), Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin. Tampere: Tampere University Press. 7-12.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely. Viitattu 22.4.2021. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Mielenterveyden edistäminen kouluissa. Viitattu 22.2.2021. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110540/URN_ISBN_978-952-245-949-7.pdf?sequence=1.
- Thuneberg, H. (2007). Is a majority enough? Psychological well-being and its relation to academic and prosocial motivation, self-regulation and achievement at school. Akateeminen väitöskirja. Helsinki: Yliopistopaino.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2017). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. (E-kirja). Tammi.
- Viitottu rakkaus. (2021). Tunnetaidot. Tunnetaidot - Viitottu Rakkaus. Viitattu 22.3.2021.
- Vilkka, H. (2005). Tutkimusmetodeja ammatilliselle kentälle. <http://hanna.vilkka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-jakehit%C3%A4.pdf>. Viitattu 25.2.2021.
- World health organization. (2020). Basic documents. Forty-ninth edition. Saatavissa: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44192/9789241650472_en.pdf;jsessionid=0104095B9DEFF2FEDDDDEB08F1648CEC?sequence=1.

Yrjänäinen, S. (2011). 'Onks meistä tähän?' Aineenopettajakoulutus ja opettajaopiskelijan toiminnallisen osaamisen palapeli. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopistopaino oy, 203.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelulomake

Tutkimus oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta alakoulukontekstissa

Tämä kysely on osana Tampereen yliopistossa tehtävää kandidaatintutkielmaa, jossa tutkitaan 4., 5. ja n. vuosikurssin luokanopettajaopiskelijoiden ajatuksia oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemisesta alakoulukontekstissa sekä luokanopettajakoulutuksen antamia valmiuksia psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen.

Vastaaminen on vapaaehtoista ja sen voi keskeyttää missä vaiheessa tahansa. Vastaaminen tapahtuu anonyymisti. Vastaajien nimet eivät siis tule tutkijan tietoon. Vastaamalla vahvistat suostumuksesi tutkimukseen osallistumisesta. Aineistosta poistetaan sellaiset tiedot, joiden avulla vastaaja olisi helposti tunnistettavissa. Aineistoa säilytetään tietoturvallisesti ja se hävitetään asianmukaisesti kandidaatintutkielman hyväksymisen jälkeen.

Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 10 minuuttia, mutta vastauksia saa pohtia pidempäänkin.

Psyykkisellä hyvinvoinnilla tarkoitetaan tutkimuksessa seuraavaa:

Lapsen psyykinen hyvinvointi ilmenee siinä, millainen kokemus hänellä on itsestään, voinnistaan, olosuhteistaan, tilanteestaan ja toimintakyvystään.

1. Millaisia ajatuksia oppilaan psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen opettajan näkökulmasta sinussa herättää?
2. Miten tärkeänä pidät oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista?
Perustele.

3. Millaisia valmiuksia koet saaneesi oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen luokanopettajan opinnoistasi Tampereen yliopistossa?
4. Miten oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen on tullut esiin opetusharjoitteluihissa?
5. Käsitelläänkö oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemista luokanopettajakoulutuksessa tarpeeksi?
6. Oletko saanut valmiuksia oppilaiden psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen jostakin muualta? Jos olet, niin mistä? Miten merkittävänä pidät näitä kokemuksiasi?
7. Millaiset asiat psyykkisen hyvinvoinnin tukemisen suhteen askarruttavat sinua tulevassa työssäsi?
8. Onko oppilaiden psyykkinen hyvinvointi ollut "pinnalla", eli onko siitä ollut keskustelua opiskeluyhteisössäsi?
9. Millaisia tuen tarpeita olet huomannut oppilaiden omaavan psyykkisen hyvinvoinnin suhteen?
10. Millä konkreettisilla keinoilla olet tukenut oppilaiden psyykkistä hyvinvointia koulussa? (Esimerkiksi sijaisena tai harjoittelussa ollessasi.)
11. Millä keinoilla voisit tukea oppilaiden psyykkistä hyvinvointia? (Jos et ole niin jo tehnyt.)
12. Millaisina näet opettajan mahdollisuudet vaikuttaa oppilaiden psyykkiseen hyvinvointiin?