

Menetelmäkurssi 1 - 1: Mitä on positiivinen kasvatusta?

Aloitetaan siitä, mitä on positiivinen kasvatusta. Olet varmasti jo kuullut joitain määritelmiä tai sinulla on joku mielikuva asiasta. Kerron tässä positiivisesta kasvatuksesta juurikin Ilo olla yhdessä! - menetelmän näkökulmasta.

Ilo olla yhdessä! - positiivisen kasvatuksen kasvatusta menetelmä pohjautuu positiiviseen psykologiaan, siitä kehitettyyn positiiviseen pedagogiikkaan ja positive parenting sekä positive education menetelmiin. Mukana on uusimmat tutkimukset kasvatustalalta ympäri maailmaa.

Positiivinen psykologia on perinteisen psykologian rinnalle syntynyt tieteenhaara, jossa tutkimuksen kohteena on subjektiivinen hyvinvointi, tuttavallisemmin onnellisuus. Positiivisessa psykologiassa keskitytään muun muassa ihmisen voimavaroihin, vahvuuksiin ja myönteiseen ajatteluun. Positiivinen psykologia tutkii sitä, mikä meissä on toimivaa ja miten voisimme lisätä sitä.

Näistä on koottu positiivisen kasvatuksen talo, jossa on hyvän kasvatuksen peruspalikat. Moni näistä on yläotsikoita, joiden alle mahtuu paljon asioita, kuten luottamus, turva, kiitollisuus, tunne- ja itsesäätelytaidot, kehon ja mielen yhteys. Nämä teemat avautuvat kurssin edetessä.

Tämän kasvatusta menetelmän tavoite on lyhykäisyydessään, lapsen ja aikuisen kukoistus.

Kukoistus koostuu kolmesta osiosta.

Ensimmäinen on emotionaalinen hyvinvointi. Emotionaalinen hyvinvointi tarkoittaa, että ihmisen elämässä on myönteisten ja vaikeiden tunteiden sopiva balanssi. Hän on tyytyväinen elämään monilla eri elämänaueilla ja hänellä on kyky selvitä elämän vastoinkäymisistä.

Toinen on sosiaalinen hyvinvointi. Sosiaalisessa hyvinvoinnissa ihmisellä on kokemus arvostuksesta ja ryhmään kuulumisesta Hän hyväksyy ihmisten erilaisuuden ja että omalla toiminnalla on merkitystä ryhmälle. Hänellä on myönteisiä ja merkityksellisiä ihmisuhteita elämässään.

Kolmas on psykologinen hyvinvointi. Psykologisessa hyvinvoinnissa ihminen hyväksyy itsensä ja tuntee omat vahvuutensa. Hän uskaltaa mennä kohti haasteita ja toteuttaa omaa potentiaaliaan. Hänellä on sellainen tunne, että elämä on merkityksellistä ja on itsenäinen ja kokee, että voi elää arvojen mukaista elämää. Tähän tarvitaan tietenkin myös sen, että tuntee omat arvonsa.

Arkeen tämä tuo monia hyötyjä. Kun vuorovaikutus toimii, meillä on parempi yhteys. Kommunikointi sujuu paremmin, kun ymmärrämme toisiamme ja meillä on molemminpuolinen halu yhteiseen hyvään. Kun lapsella on hyvä olo, hän haluaa hyvää myös toisille ja sama aikuisen kohdalla. Siksi tärkeää on se, että kummankin, niin lapsen kuin kasvattajan tarpeet ja hyvinvointi otetaan huomioon samassa kasvatusta menetelmässä. Kasvatustuksessa kyse ei ole vain lapsesta, vaan lapsen ja aikuisen suhteesta, niin kotona kuin muissa kasvu-ympäristöissä.

Käsitlemme kukoistusta muun muassa positiivisen psykologian kukoistuksen kehysten avulla. Kukoistuksen kehykseen kuuluu kuusi eri aluetta: Myönteisyys, uppoutuminen, ihmisuhteet, merkitys, aikaansaaminen ja elinvoimaisuus.

Voi olla, että nämä termit ja käsitteet tuntuvat tällä hetkellä hieman oudoilta ja tuntemattomilta. Näihin kaikkiin paneudumme kuitenkin tämän kurssin aikana ja käymme ne yksitellen läpi arjen ja käytännön näkökulmasta. Miten eri tilanteissa, näitä eri alueita toteutetaan? Ja miten voi tuoda esimerkiksi merkityksellisyyttä tai optimismia lapsen elämään. Siirrymme kurssin aikana termeistä käytäntöön.

Lopuksi vielä viisi tärkeää sanaparia, jotka kertovat positiivisesta kasvatuksesta.

Lapsilähtöinen kertoo siitä, että kasvatustuksessa huomioidaan lapsen tarpeet, ajatukset sekä toiveet ja katsotaan asioita lapsen näkökulmasta. Aikuisjohtoinen kertoo siitä, että vastuu kuitenkin säilyy

aikuisella, eikä lapsen tarvitse ottaa vastuulleen pienenä liian suuria päätöksiä tai pärjätä itse. Aikuinen on lapsen turvasatama, joka ohjaa lasta huomioiden hänen tarpeensa.

Yhteys on koko kasvatuksen pohja ja positiivisen kasvatuksen talon kivijalka. Sen varaan rakennetaan kaikki ja sitä ilman ei ole mitään. Se vaatii molemminpuolista ymmärrystä ja etenkin halua yrittää ymmärtää ja nähdä maailmaa toisen näkökulmasta. Aikuinen lapsen ja lapsi aikuisen näkökulmasta, tämän taidon kehittyessä. Näin yhteys ja ymmärrys kulkevat käsi kädessä. Hyvässä yhteydessä meidän on mahdollisuus ymmärtää toisiamme paremmin ja kun ymmärrämme toisiamme paremmin myös yhteys vahvistuu.

Loppujen lopuksi meidän tavoitteemme on kasvatuksessa tehdä itsestämme tarpeeton. Jossain vaiheessa lapsi kasvaa aikuiseksi ja ottaa ohjat omasta elämästään. Siksi osa kasvatusta on opettaa lapselle erilaisia elämäntaitoja, kuten tunne-, itsesäätely-, empatiataitoja, palautumisen sekä itsetuntemuksen taitoja ja etenkin ajattelun taitoja. Näitä kaikkia taitoja voi opettaa kuka tahansa lapsen elämään kuuluva turvallinen aikuinen. Se voi olla vanhempi, sukulainen, ystävä, lastenhoitaja, opettaja tai harrastusohjaaja. Jokaisella aikuisella on mahdollisuus tuoda lapsen elämään jotain hyvää.

Rauhallisuus ja ratkaisut ovat positiivisen kasvatuksen avainsanat ongelmatilanteiden ratkaisuun. Lapsen ei toivottu käyttäytyminen kohdataan empatialla ja häntä ohjataan sisäisen motivaation kautta oivaltamaan tilanteeseen sopiva käyttäytyminen ja toimimaan sen mukaan. Tietenkin aina tilannekohtaisesti ja ottaen huomioon lapsen kehitystason. Lasta ohjataan omaan oivallukseen ratkaisukeskeisesti ja näin saadaan aikaan pitkäaikaisia tuloksia. Positiivisessa kasvatuksessa ei käytetä rangaistuksia ja hyvin minimaalisesti mitään käyttäytymistä ulkoa ohjaavia tapoja. Sen sijaan eri ratkaisumalleja on tarjolla runsain mitoin.

Osa positiivisen kasvatuksen toteuttamista on aikuisen oma positiivinen kasvu ja hyvinvointi. Meidän hyvinvointi on lapsen hyvinvoinnin lähtökohta. Siihen kuuluu itsemyötätunnon toteuttaminen sekä itsetuntemuksen syventäminen. Mitä paremmin tunnemme itsemme, sitä paremmin voimme tukea lapsen omaa itsetuntemusta.

Tässä pähkinänkuoressa positiivinen kasvatustyyli. Aiheeseen liittyviä harjoituksia löytyy tämän osion harjoituskirjasta. Seuraavaksi lähdemme tarkastelemaan omaa tämänhetkistä kasvatustyyliämme.