

Lotta Uusitalo-Malmivaara

# VIA-vahvuusmittari lasten ja nuorten luonteenvahvuuksien kartoitukseen

*Values in Action eli VIA on luonteenvahvuuksien tunnistamiseen ja hyödyntämiseen tähtäävä hanke. Lasten ja nuorten VIA-vahvuusmittari sisältää 96 väittä-mää, jotka määrittävät 24 eri luonteenvahvuutta, kuten uteliaisuutta tai ystävälisyyttä. Kukin 24 vahvuudesta ilmentää yhtä kuudesta perushyveestä. Esimerkiksi reilun vahvuudessa näkyy oikeudenmukaisuuden hyve. Mittari on validoitu 10–17-vuotiaille ja käännetty suomeksi (www.viame.org). Mittarin täyttö antaa vastaajalle viisi ydinvahvuutta, joiden runsas ja vaihteleva käyttö on positiivisen pedagogiikan kivijalka. Vahvuuksille rakentaminen lähtee kysymyksestä ”what is right with you?”, jonka voisi suomentaa ”miten hyvin voit?”. Tämä on uusi tulokulma, jota tarvitaan erityispedagogiikassa pitkään vallinneen puutekeskeisyyden rinnalle. Toistaiseksi vahvuudet on mainittu korkeintaan reunahuomioin pedagogisissa asiakirjoissa, eikä välineitä luonteenvahvuuksien mittaamiseen ole ollut. Tässä artikkelissa esitellään VIA-vahvuusmittarin idea ja tehdään lyhyt katsaus opetussuunnitelmaperusteiden arvokeskusteluun.*

Asiasanat: vahvuudet, luonteenvahvuudet, mittaaminen, hyve, positiivinen psykologia

## MITÄ LUONTEENVAHVUUDET OVAT?

Luonteenvahvuuksien tutkiminen kuuluu positiivisen psykologian paradigmaan, tutkimussuuntaukseen, joka täydentää perinteistä poikkeavuuksiin ja patologiaoihin keskittynyttä lähestymistapaa (Diener, 1984; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Positiivisen psykologian lähtökohtana on Maria Jahodan jo vuonna 1958 esittämä ajatus siitä, että hyvinvoinnin saavuttaminen vaatii muutakin kuin pahoinvoinnin poistamisen. Tarvitaan siten tietoista keskittymistä siihen, mikä kussakin on ehjää ja vahvaa, puutteiden korjaamisen lisäksi.

”Hyvä luonne” on kiinteässä yhteydessä hyvinvointiin. Hyvä luonne näkyy luonteenvahvuuksissa, moraalisia ulottuvuuksia sisältävissä persoonallisuudenpiirteissä, jotka itsessään ovat oikeutettuja ja arvostettuja. Tällaisia vahvuuksia ovat esimerkiksi toiveikkaus, kiitollisuus ja vaatimattomuus. Luonteenvahvuudet ilmentävät universaaleja, filosofien kautta historian tunnustamia hyveitä (Dahlsgaard, Peterson & Seligman, 2005). Nikomakhoksen etiikassa (2005) Aristoteles opetti yksilön hyvinvoinnin ja onnellisuuden olevan saavutettavissa, kun sielu toimii ”täydellisen hyveen mukaisesti”. Vaikka aristoteliset käsitykset eivät

kokonaan vastaa nykyaikaista hyveajat-  
telua, niiden pohja on sama; ihminen voi  
henkisesti hyvin tehdessään itsessään ar-  
vokkaita asioita eli harjoittaessaan hyvei-  
tä. Näin tavoitettua tilaa Aristoteles kutsui  
eudaimoniseksi onnellisuudeksi eli aidon  
hengen kanssa kulkemiseksi. Luonteen-  
vahvuuksien käyttö on hyveiden toteutta-  
mista.

Luonteenvahvuudet ovat sukua  
ja osittain päällekkäisiä monien mui-  
den, oppimiseen myönteisesti vaikutta-  
vien ominaisuuksien ja kykyjen kans-  
sa. Esimerkiksi itsesäätelytaitojen ja  
motivaation tutkimus selvittää niitä ei-  
kognitiivisia piirteitä, jotka oppimista kes-  
keisesti ennustavat (Weinstein, Schulte &  
Palmer, 1987; Pintrich, Smith, Garcia &  
McKeachie, 1993, ks. Zimmermann, 2008).  
Samoin resilienssin eli sinnikkyyden (ks.  
esim. Rak & Patterson, 1996), kestävyiden  
(Kobasa, 1979) ja tehtäväsitoutuneisuuden  
(esim. Onatsu-Arvilommi & Nurmi, 2000)  
mittaus antavat tietoa siitä, miten henkilö  
jaksaa ponnistella kohdatessaan haasteita.

## **VAHVUUDET OPETUSTA KOSKEVISSA ASIAKIRJOISSA**

Toistaiseksi voimassa olevissa Perusope-  
tuksen opetussuunnitelman perusteissa  
(Opetushallitus, 2004) oppilaan luonteen-  
vahvuuksien kasvattamisesta ei erikseen  
mainita. Opetussuunnitelmaperusteiden  
arvopohjan mukaan ”perusopetus edis-  
tää yhteisöllisyyttä, vastuullisuutta sekä  
yksilön oikeuksien ja vapauksien kun-  
nioittamista” (Opetushallitus, 2004, 12).  
Opetussuunnitelmaperusteiden Ihmisenä  
kasvaminen -aihekokonaisuuden päämää-  
räksi sanotaan ”oppilaan kokonaisvaltai-  
sen kasvun ja elämän hallinnan kehitty-  
misen tukeminen” (Opetushallitus 2004,  
38). Perusopetuksen opetussuunnitelman

perusteiden muutokset ja täydennykset  
-kokoelmassa vuodelta 2010 vahvuudet  
mainitaan paikoin. Esim. yleistä tukea  
koskevassa luvussa ”opettaja ohjaa oppi-  
laita tunnistamaan omat voimavaransa,  
oppimiseen liittyvät vahvuutensa ja kehi-  
tyshaasteensa” (Opetushallitus 2010b, 12).  
Opetushallituksen pedagogisia asiakirjoja  
koskevissa lausunnoissa vahvuuksia ei ole  
mainittu lainkaan, vaan tarkastelun koh-  
teina ovat ”oppimisvalmiudet” tukitarpei-  
den selvittämisen lisäksi. Myöskään Ope-  
tushallituksen pedagogisten asiakirjojen  
mallilomakkeissa ei yhdessäkään ole koh-  
taa vahvuuksien kirjaamiselle (Opetushal-  
litus 2010a). Yksittäiset kunnat ovat näitä  
omiin asiakirjoihinsa lisänneet, ja on kou-  
luja, joissa käytetään oppilaan taitoja ja tai-  
pumuksia laajemmin kartoittavia kyselyitä  
(ks. esim. Law, 2010, 8).

Vuoden 2016 opetussuunnitelman  
perusteiden luonnoksessa perusopetuk-  
sen arvoperustasta sanotaan seuraavaa:  
”Perusopetus tukee oppilaan kasvua ih-  
misyyteen, jota kuvaa pyrkimys totuuteen,  
hyvyyteen ja kauneuteen sekä oikeuden-  
mukaisuuteen. Sivistykseen kuuluu tai-  
to käsitellä näitä ristiriitoja eettisesti ja  
myötätuntoisesti sekä rohkeus puolustaa  
hyvää. Perusopetus kehittää oppilaiden  
kykyä ymmärtää arvoja, tunnetaitoja, pyr-  
kimystä terveellisiin elämäntapoihin ja  
kauneudentajua. Sivistynyt ihminen tah-  
too hyvää ja osaa käyttää tietoa kriittisesti.”  
(Opetushallitus 2012, 5–6.) Puhutaan siis  
keskeisistä luonteenvahvuuksista mainit-  
sematta niitä kuitenkaan eksplisiittisesti.

Koska useimmissa kouluissa ei tois-  
taiseksi ole ollut välineitä mitata oppilaan  
(luonteen-)vahvuuksia, näiden havaitse-  
minen jää helposti epäsystemaattisen tie-  
donkeruun varaan. Vaikka opettajalle olisi  
selvää pohjustaa kasvatuksensa sille, mikä  
oppilaassa on toimivinta, onnistumisia op-  
timoivan väylän löytäminen ei aina ole yk-

sinkertaista. Tämä tulee sitä selvemmäksi, mitä vaativamman erityisen tuen oppijasta on kyse (ks. myös Uusitalo-Malmivaara ym., 2012). Oppijalle diagnosoidut lukuisat puutteet ja korjaamisen kohteet voivat peitota vahvuudet näkymättömiin. Terrence Deal nimittää tällaista vaivakeskeistä pedagogiikkaa ”painajaisen ylläpidoksi”, toistuvaksi muistuttamiseksi epäonnistumisista (Deal & Peterson, 2010).

Poikkeuksia toki on. Esimerkkinä mainittakoon The Virtues Project, joka on opetus suunnitelmaan sovellettava kokonaisvaltainen hyveiden kehittämisen toimintamalli, jota on käytetty mm. Tampereen ja Porvoon kouluissa (Law, 2010, 8).

Vahvuuslähtöinen ajattelu on tietenkin hedelmällistä myös niille, joiden koulunkäynti sujuu helposti. Jo pelkästään omien vahvuuksien tiedostaminen on voimauttavaa ja itsetuntoa kohottavaa, ja vahvuuksien uudenlainen käyttö voi kohottaa kenen tahansa suoriutumista (Park & Peterson, 2006; Seligman, Ernst, Gilham, Reivich & Linkins, 2009).

## **VAHVUUKSIEN LÖYTÄMINEN VIA-VAHVUUSMITTARILLA**

Values in Action eli VIA on Pennsylvanian yliopistosta lähtöisin oleva hanke, jonka päämääränä on tehdä luontevahvuudet näkyviksi ja edistää niiden käyttöä. Laajan tutkimustyönsä perusteella Martin Seligmanin johtama ryhmä päätyi 24 päävahvuuden määrittelyyn (ks. Peterson & Seligman, 2004, 3–32, ja VIA-instituutin sivut [www.viacharacter.org](http://www.viacharacter.org)). Vahvuuksien olennaisina kriteereinä on, että niiden käyttö on lähtökohtaisesti myönteistä ja opetettavissa olevaa, ne eivät kulu eikä niiden käyttö sorra muita (Peterson & Seligman, 2004, 53–107).

Vahvuuksien mittaamiseen on kehi-

tetty VIA-kyselylomake, jonka aikuisille suunnatussa versiossa on 120 väittämää (<http://www.viacharacter.org/www/en-us/viainstitute/surveys.aspx>). Esim. väittämä ”Kerron totuuden, vaikka se saattaisi minut hankaluuksiin” mittaa urheuden vahvuutta. Väittämiin vastataan 5-portaisella Likert-asteikolla (kuvaa minua hyvin – ei kuvaa minua lainkaan) maksuttomilla VIAsurvey-sivuilla. Mittari antaa jokaiselle viisi ydinvahvuutta (signature strengths), jotka kuvastavat henkilön keskeisiä vahvuuksia. Mittaamisen tarkoituksena on löytää ihmisestä hänen parhaat puolensa, ts. ydinvahvuuden ulkopuolelle jäävät 19 vahvuutta eivät nekään ole heikkouksia.

Aikuisten VIA-vahvuusmittarista on muokattu lapsille ja nuorille soveltuva versio (Park & Peterson, 2006), jonka olemme nyt kääntäneet suomeksi. Tämä mittari pohjautuu samaan kuuteen hyveeseen kuin aikuisten versio (taulukko 1).

Viisauden ja tiedon hyve näkyy kognitiivisina vahvuuksina kuten tiedon hankintana ja käyttönä hyvän elämän saavuttamiseksi. Viisautta on perinteisesti pidetty päähyveenä, joka mahdollistaa muiden hyveiden toteutumisen. Luovuuden, uteliaisuuden, oppimisen ilon, avarakatseisuuden ja näkökulmanottokyvyn vahvuudet ilmentävät tätä hyvettä. Rohkeuden hyve ilmenee vahvuuksina saavuttaa tavoitteita sisäisistä tai ulkoisista vastoinkäymisistä huolimatta. Totuudellisuuden, urheuden, sinnikkyyden ja innokkuuden vahvuudet kuuluvat rohkeuden hyveen luokkaan.

Inhimillisyyden hyve käsittää vahvuuksia, jotka liittyvät sekä kahdenkeskiin että laajempiin ihmissuhteisiin. Hyve ilmenee toisista huolehtimisena ja ystävystymisenä. Ystävällisyyden, rakkauden ja sosiaalisen älykkyyden vahvuudet ilmentävät inhimillisyyden hyvettä. Oikeudenmukaisuuden hyve näkyy inhimillisyyden hyveen ohella ihmissuhteisiin liittyvissä

taidoissa. Oikeudenmukaisuuden hyve toteutuu kuitenkin inhimillisyyden hyvettä enemmän yksilön ja yhteisön välisessä suhteessa. Reiluus, johtajuus ja ryhmäytötaidot ovat tätä hyvettä ilmentäviä vahvuuksia.

Kohtuullisuuden hyve on suojautumista ylettömyyttä, kuten vihaa, ylimielisyyttä, lyhytaikaista mielihyvää ja muita äärimmäisiä tunteita vastaan. Kohtuullisuuden hyve hillitsee toimintaamme enemmän kuin lakkauttaa sen. Kohtuullisuuden hyve näkyy usein pidättyvyytenä ja passiivisuutena. Anteeksiantavuus, vaa-

timattomuus, harkitsevaisuus ja itsesääätely ovat kohtuullisuuteen liittyviä vahvuuksia.

Henkisyiden (transsendenssin) hyve sisältää vahvuuksia, jotka korostavat yhteyttä laajempaan, ihmisyyden ylittävään maailmankaikkeuteen. Tätä hyvettä ilmentävät vahvuudet ovat kauneuden arvostus, kiitollisuus, toiveikkaus, huumorintaju ja hengellisyys. (Peterson & Seligman, 2004.)

VIA-vahvuusmittarin kehittämissä on käytetty suurta osaa tunnetuimmista persoonallisuuspsykologian teorioista ja koottu näistä ne osat, jotka parhaiten kuvaavat luontevahvuuksia universaalien

**Taulukko 1. Lasten ja nuorten VIA-mittarin 6 hyvealuetta ja 24 niihin lukeutuvaa vahvuutta Parkin ja Petersonin (2006, 894) mukaan**

<b>Hyve</b>	<b>Luontevahvuus</b>
I Viisaus ja tieto, tiedon hankkimiseen ja käyttöön liittyvät kognitiiviset vahvuudet	1. Luovuus 2. Uteliaisuus 3. Oppimisen ilo 4. Avomielisyys-avarakatseisuus 5. Näkökulmanottokyky
II Rohkeus, emotionaaliset vahvuudet, joita tarvitaan päämäärien saavuttamiseen vastarintaa (sisäistä tai ulkoista) kohdattaessa	6. Totuudellisuus 7. Urheus 8. Sinnikkyys 9. Into
III Inhimillisuus, sosiaaliset kyvyt, joita tarvitaan toisista huolehtimiseen ja ystävystymiseen	10. Ystävällisyys 11. Rakkaus 12. Sosiaalinen älykkyys
IV Oikeudenmukaisuus, taidot joita tarvitaan yhteisössä elämisessä	13. Reiluus 14. Johtajuus 15. Ryhmäytötaidot
V Kohtuullisuus, kyky vastustaa liioittelua ja ylenpalttisuutta	16. Anteeksiantavuus 17. Vaatimattomuus 18. Harkitsevaisuus 19. Itsesääätely
VI Henkisyys, kyky antaa ilmiöille laajempaa merkitystä, transsendenssi	20. Kauneuden arvostus 21. Kiitollisuus 22. Toiveikkaus 23. Huumorintaju 24. Uskonnollisuus

hyveiden edustajina (Peterson & Seligman, 2004, 33–52). Eriksonin kehitysteorian mukaan kunkin kehitystehtävän onnistunut selvittäminen johtaa uuden luonteen vahvuuden syntymiseen (Erikson, 1968). Esimerkiksi ensimmäisen ikävuoden aikana saavutettu luottamus on pohjana toiveikkouden ja kiitollisuuden vahvuuksien muodostumiselle. Maslow'n teoria (1970) tarpeiden hierarkiasta peilaa niin ikään vahvuuksien kehittymistä; perustarpeiden tyydytyksen eri vaiheissa erilaiset vahvuudet voivat kehittyä, ja vasta ylimmillä portailla syntyy mahdollisuus kehittää mm. hengellisyyden vahvuutta.

Big Five -persoonallisuusulottuvuuksista (Norman, 1962) vain neuroottisuudelta puuttuu selkeä vastine luonteen vahvuuksista. Esimerkiksi ekstroversion liittyvät innokkuuden ja huumorintajun vahvuudet. Koska Big Five -traditio on hallinnut persoonallisuuserojen tutkimista viime vuosikymmenet, jokainen uusi mittari hakee paikkaansa tämän perinteen läpi (Peterson & Seligman, 2004, 68). Petersonin ja Seligmanin mukaan suurimpana erona Big Five -traditioon VIA-mittarissa on sen pragmaattisuus; tarkoituksena on valjastaa käyttöön löydetty vahvuudet tyytymättä pelkkään luokitteluun.

Moniin muihin testeihin ja kartoituksiin verrattuna VIA-mittarilla saadaan yleispätevää, kontekstista riippumatonta tietoa henkilön hyvistä ominaisuuksista. Tämä on erityisen arvokasta arvioitaessa oppilasta, joka vaikkapa motivaation tai itsetunnon testeissä saisi alhaisia pistemääriä (ja siten taas dokumentoinnin heikkoudestaan). VIA-mittarin tarkoituksena on tuoda näkyville henkilön parhaat puolet. Nämä tiedostaen ja tuekseen ottaen hän voi menestyä paremmin myös niissä tilanteissa, joissa esimerkiksi kognitiiviset kyvyt joutuvat koetukselle.

VIA-mittari ei poissulje tai korvaa

muita, tarkemmin rajattuja kykyprofilia tai taipumuksia selvittäviä testauksia, joita luonnollisesti myös tarvitaan. Esimerkiksi

Epsteinin ja kollegoiden (2001) kehittämä Käyttäytymisen ja tunteiden arviointitesti, KTA (suom. Kuorelahti ym., ks. esim. Lappalainen, Savolainen, Kuorelahti & Epstein, 2009) mittaa vahvuuksia viidellä alueella, ihmissuhteissa, perheenjäsenenä, itsensä kanssa, koulussa ja tunte-elämän hallinnassa. Yläkouluikäisille mittarissa on kuudes alue, ammattielämän ja uran valinnan vahvuudet (Lappalainen & Sointu, 2013).

## **LASTEN JA NUORTEN VIA-VAHVUUSMITTARI SUOMESSA**

Parkin ja Petersonin alkuperäisessä tutkimuksessa (2006) lasten ja nuorten VIA-mittari sisälsi 198 väittämää ja se validoitiin 10–17-vuotiailla. Sittemmin mittarista on kehitetty 96-kohtainen lyhennetty versio, ja suositelluksi aloitusiäksi on osassa tutkimuksia ehdotettu 11 vuotta (<http://www.viacharacter.org/www/en-us/via-institute/surveys.aspx>). Lyhyt versio mittaa samaa 24 vahvuutta kuin alkuperäinen versio. Tämän mittarin lyhennetyt versio Helsingin yliopiston erityispedagogiikan koulutuksen opiskelijat Marjatta Hakala, Raisa Kaarto ja Ann-Mari Lehtinen käänsivät suomeksi osana kandidaatintutkielmiaan. Mittarin suomennos on tarkistettu ja takaisin käännetty englannin kielelle, ja sitä on testattu sekä ala- että yläkoulussa. Syksyllä 2013 tämä suomennettu versio on ilmestynyt VIA-instituutin sivuille vapaaseen koekäyttöön ([www.viame.org](http://www.viame.org)) ja sen validointi on parhaillaan käynnissä.

Kokemustemme mukaan jo viidesluokkalaiset pystyvät täyttämään VIA-lomakkeen itsenäisesti, mutta ennen aloittamista käsitteet kannattaa selvittää

opettajan johdolla (Kaarto, 2013). Yläkoululaisille mittarin täyttö oli vaivatonta, ja koko testin tekemiseen e-lomakkeella kului aikaa 15–30 minuuttia (Hakala, 2013). Mittarin antamat viisi ydinvahvuutta eivät yläkoululaisia kokonaan yllättäneet, mutta niiden todentaminen ja lyhyen selitteen lukeminen kyseisistä vahvuuksista koettiin hyvin myönteisenä. Mittarin täyttämisen jälkeen on aina paikallaan keskustella siitä, mitä ydinvahvuudet kunkin kohdalla tarkoittavat. Myös jatkosuunnitelma vahvuuksien saattamiseksi uuteen käyttötarkoitukseensa on hyvä tehdä tässä yhteydessä oppilaan kanssa.

Mikäli oppilaalla on keskittymisen tai lukemisen vaikeuksia, koko mittarin täyttö yhtäjaksoisesti voi olla raskasta. Tällöin sen voi tehdä osissa ja väittämien merkityksistä keskustellen. Koska mittaria ei ole normitettu tai sidottu aikaan eikä siitä voi saada ”hyvää” tai ”huonoa” tulosta, validiteetti ei tästä kärsi.

## VAHVUUSLÄHTÖISYYS OPETUKSESSA

VIA-mittarin täyttö ja ydinvahvuuksien löytäminen ovat aloitus vahvuusperustaiselle koulutyölle. Esimerkkejä VIA-pohjaisesta koulutyöstä löytyy VIA-instituutin sivuilta ([http://www.viacharacter.org/www/en-us/research/summaries.aspx#VIA Character Strengths in Positive Education](http://www.viacharacter.org/www/en-us/research/summaries.aspx#VIA%20Character%20Strengths%20in%20Positive%20Education)). Yeagerin, Fisherin ja Shearntonin kehittämän S-M-A-R-T-mallin mukaan vahvuuksille rakentaminen toimii viiden periaatteen mukaisesti (2011, 65). Kirjain S (spotting) tarkoittaa vahvuuksien tunnistamista. Kun opettaja tai oppilas tietää omat vahvuutensa, hänen on helpompi havaita vahvuuksia myös muissa. Samalla heikkouksiin tulee kiinnittäneeksi vähemmän huomiota.

M (managing) tarkoittaa vahvuuksien hallitsemista. Vahvuudet ovat kimp pu piirteitä, joita voi yhdistellä, muokata ja houkutella esiin eri tilanteissa parhaan lopputuloksen saavuttamiseksi. Koko VIA-filosofian ydin on juuri tässä vahvuuksien valjastamisessa uuteen käyttötarkoitukseen. A (advocating) on vahvuuksien puolesta puhumista. Toisten vahvuuksien osoittaminen havaitun toiminnan perusteella on palkitsevaa. Esimerkiksi oppilas, joka ei usko omaan jaksamiseensa, hyötyy, kun hänelle muistutetaan konkreettisin esimerkein niistä kerroista, jolloin hän on osoittanut sitkeyttä.

R (relating) on liittymistä. Kun ihmiset tuntevat toistensa vahvuudet, yhteistyöhön on helpompi sitoutua, erilaiset kyvyt palvelevat kaikkia ja heterogeenisten ryhmien toiminta voi onnistua. Bill Milliken kirjoittaa aiheesta teoksessaan *The Last Dropout*: ”Ohjelmat eivät muuta ihmistä, mutta suhteet toisiin ihmisiin tekevät sen” (2007, xxviii). T (training) on vahvuuksien käyttöä, neljän ensimmäisen kohdan toteuttamista. Yeager ja kollegat (2011, 66) puhuvat ”vahvuuslihasten” harjoittamisesta. Jotta nuorimmat oppilaat ymmärtävät, mitä vahvuuslihakset ovat, niistä voi ensin muodostaa mentaalimallin konkreettisen esimerkin avulla. Vahvuuden nimi kirjoitetaan näkyviin ja kuvataan vaikkapa piirroksen avulla tilanne, jossa kyseinen vahvuus näkyy.

Ydinvahvuuksien käyttöön perustuvien interventioiden yhteydestä hyvinvoinnin lisääntymiseen on runsaasti näyttöä (esim. Proctor ym., 2011; Seligman, Steen, Park & Peterson, 2005). Proctorin ja kumppaneiden interventiossa 12–14-vuotiaat koululaiset osallistuivat ”vahvuusjumpsaan” (Strengths Gym), jonka tarkoituksena oli kasvattaa omia vahvuuksia ja oppia niitä lisää sekä havaita vahvuuksia toisissa. Interventiota toteutettiin kouluai-



kana kuuden kuukauden ajan. Koeryhmän elämäntyytyväisyys kasvoi merkitsevästi kontrolliryhmään verrattuna (Proctor ym., 2011). Strath Havenin koulussa Pennsylvaniassa toteutettiin vuosina 2003–2007 Positive psychology for youth -ohjelmaa, jonka seurauksena todettiin mm. sosiaalisten taitojen kasvaneen sekä luokkahuonetyytyväisyyden ja akateemisten taitojen lisääntyneen (VIA - Character Strengths in the Classroom, 2007).

Akateemiselle menestykselle oleellisimmiksi ovat osoittautuneet kohtuullisuuden hyvettä ilmentävät vahvuudet (Park ym., 2004), erityisesti itsesääätely. Itsesääätely ei kuitenkaan ole yleinen lasten ja nuorten ydinvahvuus. Sen sijaan sinnikkyys ja oppimisen ilo tätä ovat, ja niiden varaan tuleekin oppimista tietoisesti ohjata. Tärkeintä tietenkin on kunkin henkilökohtaisten ydinvahvuuksien tunnistaminen. Linkinsin (2012) mukaan luonteenvahvuudet ovat ”polttoaine ja ruori, jotka energisoivat ja ohjaavat oppilaan lahjakkuuksia”.

Vahvuusajattelussa painopiste ei ole kognitiivisissa ominaisuuksissa, vaan niissä piirteissä, jotka saavat ihmisen toimimaan ja mahdollistavat mm. kognitiivisen tiedon hyväksikäytön. Erityisoppilailla, joiden akateeminen osaaminen usein on vähäisempää ja (muut) taidot voivat jäädä puutekeskeisen orientaation peittoon, vahvuuksien esille saaminen on korostuneen tärkeää. Myös opetussuunnitelmissa ja henkilökohtaisissa pedagogisissa asiakirjoissa vahvuudet ja niiden opetus tulisi selväsanaisesti huomioida. Tällä on merkitystä sekä yleisemmässä eettisyyteen kasvattamisessa että käytännöllisissä oppimiseen liittyvissä tilanteissa, joissa vahvuudet voivat toimia voimauttavina työkaluina.

*”Et voi tulla miksi tahansa, mutta sinusta voi olla paljon enemmän.” (Rath, 2007)*

Kirjoittajatiedot:

Kirjoittaja Lotta Uusitalo-Malmivaara (FT, dos.) toimii yliopistonlehtorina Helsingin yliopiston käytätymistieteellisessä tiedekunnassa erityispedagogiikan koulutuksessa.

## LÄHTEET

- Aristoteles (2005). Nikomakhoksen etiikka. (Ethica Nicomachea.) Kääntänyt ja selitykset laatinut Simo Knuutila. 2., tarkistettu painos. Helsinki: Gaudeamus.
- Dahlsgaard, K., Peterson, C. & Seligman, M.E.P. (2005). Shared virtue: The convergence of valued human strengths across culture and history. *Review of General Psychology*, 9, 203–213.
- Deal, T.E. & Peterson, K.D. (2010). *Shaping School Culture: Pitfalls, Paradoxes, and Promises*. 2., painos. Yhdysvallat: John Wiley & Sons.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575.
- Epstein, M.H., Hertzog, M.A. & Reid, R. 2001. The Behavioral and Emotional Rating Scale: Long Term Test-Retest Reliability. *Behavioral Disorders* 26, 314–320.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Erityisopetuksen strategia (2007). Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2007: 47. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2007/liitteet/tr47.pdf>. (Luettu 7.8.20123.)
- Hakala, M. (2013). Yläkoululaisten universaalien vahvuuksien mittaaminen VIA-vahvuusmittarilla. Kandidaatintutkielma. Helsingin yliopisto, Erityispedagogiikan koulutus.
- Jahoda, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. New York: Basic Books.
- Kaarto, R. (2013). VIA-vahvuusmittari alakoulussa. Kandidaatintutkielma. Helsingin yliopisto, Erityispedagogiikan koulutus.
- Kobasa, S.C. (1979). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 168–177.

- Lappalainen, K., Savolainen, H., Kuorelahti, M. & Epstein, M.H. (2009). An International Assessment of the Emotional and Behavioral Strengths of Youth. *Journal of Child and Family Studies*, 18(6), 746–753.
- Lappalainen, K. & Sointu, E. (2013). Vahvuuksia tunnistamalla käyttäytymisen ja tunteiden hallintaa koulussa. Raportti Itä-Suomen kehittämiskeskityksessä (ISKE-hanke). Itä-Suomen yliopisto, Erityispedagogiikka.
- Law, H. (2008). Suomennoksen esipuhe. Teoksessa *Reilu, reipas ja vastuuntuntoinen*. L.K. Popov. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lehtinen, A.-M. (2013). VIA-vahvuusmittari 10–17-vuotiaille. Mittarin suomentaminen ja väittämienanalysointi. Kandidaatintutkielma. Helsingin yliopisto, Erityispedagogiikan koulutus.
- Linkins, M. (2012). Going from what's wrong in the schools to what is strong in the schools. VIA Pioneers Speaker Series. <http://www.viapros.org/www/en-us/training/viapioneersspeakerseries.aspx>. (Luettu 29.10.2012.)
- Maslow, A.H. (1970). *Motivation and personality*. (2. painos.) New York: Harper & Row.
- Milliken, B. (2007). *The Last Dropout. Stop the Epidemic!* Lontoo: Hay House.
- Norman, W.T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure in peer nomination personality ratings. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66, 574–583.
- Onatsu-Arvilommi, T. & Nurmi, J.E. (2000). The role of task-avoidant and task-focused behaviors in the development of reading and mathematical skills during the first school year: a cross-lagged longitudinal study. *Journal of Educational Psychology* 92, 478–491.
- Opetushallitus (2004). Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. [http://www.oph.fi/download/139848\\_pops\\_web.pdf](http://www.oph.fi/download/139848_pops_web.pdf). (Luettu 7.8.2013.). (Luettu 7.8.2013.)
- Opetushallitus (2010a). Lomakkeet oppimisen ja koulunkäynnin tukeen. [http://www.oph.fi/saadokset\\_ja\\_ohjeet/ohjeita\\_koulutuksen\\_jarjestamiseen/perusopetuksen\\_jarjestaminen/tietoa\\_tuen\\_jarjestamisesta/lomakkeet\\_oppimisen\\_ja\\_koulunkaynnin\\_tukeen](http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/ohjeita_koulutuksen_jarjestamiseen/perusopetuksen_jarjestaminen/tietoa_tuen_jarjestamisesta/lomakkeet_oppimisen_ja_koulunkaynnin_tukeen). (Luettu 7.8.2013.)
- Opetushallitus (2010b). Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden muutokset ja täydennykset 2010. [http://www.oph.fi/download/132882\\_Perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteiden\\_muutokset\\_ja\\_taydennykset2010.pdf](http://www.oph.fi/download/132882_Perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteiden_muutokset_ja_taydennykset2010.pdf). (Luettu 7.8.2013.)
- Opetushallitus (2012). Luonnos perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiksi 2014. [http://www.oph.fi/download/146131\\_Luonnos\\_perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteiksi\\_VALMIS\\_14\\_11\\_2012.pdf](http://www.oph.fi/download/146131_Luonnos_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteiksi_VALMIS_14_11_2012.pdf)
- Park, N. & Peterson, C. (2006). Moral competence and character strengths among adolescents: The development and validation of the values in action inventory of strengths for youth. *Journal of Adolescence*, 29, 891–909.
- Park, N. & Peterson, C. (2009). Strengths of character in schools. Teoksessa R. Gilman, E.S. Huebner & M.J. Furlong (toim.), *Handbook of positive psychology in schools* (s. 65–76). NY: Routledge.
- Park, N., Peterson, C. & Seligman (2004). Strengths of Character and Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology* 23, 603–619.
- Peterson, C. & Seligman, M.E.P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Proctor, C.T., Sukayama, E., Wood, A.M., Maltby, J., Fox Eades, J. & Linley, A. (2011). A Strengths Gym: The impact of a character strengthsbased intervention on the life satisfaction and wellbeing of adolescents. *The Journal of Positive Psychology* 6, 377–388.
- Rak, C.F. & Patterson, L.E. (1996). Promoting resilience in at-risk children. *Journal of Counseling & Development*, 74, 368–373.
- Rath, T. (2007). *Strengths Finder 2.0*. New York:



- Gallup Press.
- Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14.
- Seligman, M.E.P., Ernst, R.M., Gilham, J., Reivich, K. & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35, 293–311.
- Seligman, M.E.P., Steen, T.A., Park, N. & Peterson C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410–421.
- Uusitalo-Malmivaara, L., Kankaanpää, P., Mäkinen, T., Raeluoto, T., Rauttu, K., Tarhala, V. & Lehto, J.E. (2012). Are Special Education Children happy? *Scandinavian Journal of Educational Research*, 56, 419–437.
- VIA Character Institute. [www.viacharacter.org](http://www.viacharacter.org). (Luettu 7.8.2013.)
- VIA Character Institute. Character Strengths in positive education. [http://www.viacharacter.org/www/en-us/research/summaries.aspx#VIA Character Strengths in Positive Education](http://www.viacharacter.org/www/en-us/research/summaries.aspx#VIA%20Character%20Strengths%20in%20Positive%20Education). (Luettu 7.8.2013.)
- VIA - Character Strengths in the Classroom, 2007. <http://www.youtube.com/watch?v=Vdu0CZZfuxM> (Luettu 7.8.2013.)
- Yeager, J.M., Fisher, S.W. & Shearon, D.N. (2011). *Smart strengths*. New York: Kravis Publishing.
- Zimmerman, B.J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45, 166–183.