



## Motivaation säätely on tärkeä oppimisen taito

PISA-tulosten jälkimainingeissa on käyty paljon keskustelua siitä, miten suomalaisten lasten ja nuorten oppimistulokset saataisiin jälleen nousuun. Oppilaiden heikentyvä motivaatio on kuitenkin kasvava haaste peruskoulussamme. Voisiko tähän haasteeseen tarttumisen tarjota yhden avaimen suomalaisten lasten ja nuorten oppimisen tukemiseen?

Oppiminen edellyttää motivaatiota eli tahtoa tarttua oppimistehtävään sekä halua ponnistella oppimistavoitteiden saavuttamiseksi silloinkin, kun oppiminen tuottaa haasteita ja herättää negatiivisia tunteita. Motivaatio ei onneksi ole piirre, joka oppilaalla joko on tai ei ole, vaan motivaatioon voi aktiivisesti vaikuttaa motivaation säätelyn avulla. Opettajat voivat näin ollen tukea oppilaiden motivaatiota osana oppilaiden kehittyviä oppimisen itsesäätelytaitoja. Tällöin oppimisen suunnittelun, tarkkailun ja arvioinnin harjoittelun lisäksi pyritään vahvistamaan oppilaan myönteisiä uskomuksia muun muassa omasta pystyvyydestään, tehtävien arvosta, kiinnostavuudesta ja hyödyllisyydestä sekä tukemaan oppilaiden tunteiden säätelytaitoja. Motivaatiota voidaan tukea myös tarjoamalla autonomisuuden kokemuksia esimerkiksi valintojen mahdollisuuden kautta.

Heikentyneisiin oppimistuloksiin kytkeytyvissä keskusteluissa nykyistä perusopetuksen opetussuunnitelmaa on tarkasteltu muun muassa tutkimusperustaisuuden, itseohjautuvuuden sekä digilaitteiden käytön näkökulmasta. Vähemmän on kuitenkin keskusteltu siitä, miten opetussuunnitelma huomioi oppimismotivaation ja oppimisen itsesäätelytaitojen tukemisen. Opetussuunnitelmassa oppimaan oppimisen taidot on nostettu tärkeäksi harjoittelun kohteeksi opiskeltavien tietojen ja taitojen rinnalle. Oppimaan oppimisen taitoihin kuuluvat olennaisesti myös kyky hallita motivaatiota ja tunteita sekä oppimisympäristöä, kuten digilaitteiden käyttöä. Näitä taitoja oppilaat tarvitsevat yhä enenevässä määrin sekä opinnoissa että tulevaisuudessa työelämässä; opetussuunnitelmassa onkin perustellusti nostettu esiin näiden taitojen rooli oppilaiden oppimisessa ja hyvinvoinnin edistämässä.

Viime vuosina oppiminen niin koulussa kuin työelämässä on siirtynyt yhä enemmän digitaalisiin ympäristöihin. Uudet teknologiat tarjoavat runsaasti mahdollisuuksia, mutta ne myös haastavat oppijoita ja opettajia miettimään, milloin, miten ja mihin tarkoitukseen teknologiaa kannattaa käyttää oppimisessa ja opetuksessa. Esimerkiksi etäopetusta hyödynnetään opetuksen saavutettavuuden parantamiseksi, sillä se mahdollistaa joustavan osallistumisen asuinpaikasta riippumatta. Toisaalta etäopiskelussa monien tehtävien samanaikainen hoitaminen saattaa hoiduttaa: samalla, kun opetukseen osallistuu, voi pestä pyykkiä, selata somea tai ottaa päiväunet. Etäopiskelu edellyttääkin oppijalta vastuunottoa omasta oppimisestaan sekä hyviä oppimisen itsesäätelytaitoja. Teknologia voi tehostaa tiedonhakua ja -käsittelyä sekä tarjota välineitä oman oppimisen suunnitteluun ja seurantaan.

Oppilaat eivät kuitenkaan välttämättä ole valmiita hyödyntämään näitä vapautuneita kognitiivisia resursseja syvällisempään oppimiseen; miksi nähdä vaivaa, kun tekoäly voi suorittaa oppimistehtävän lähes automaattisesti? Oppimismotivaatiolla on myös tässä ratkaiseva rooli.

Kun oppija on sitoutunut ja ymmärtää oppimisen arvon tulevaisuuden kannalta, hän on yleensä valmis ponnistelemaan tavoitteidensa saavuttamiseksi.

Koska oppiminen vaatii ponnistelua, se saattaa usein herättää negatiivisiakin tunteita, jotka voivat vaikuttaa kielteisesti oppimismotivaatioon. Tällöin oppilaat tarvitsevat kykyä tunnistaa, tarkkailla ja hallita omia tunteitaan ja niiden syitä motivoituneen oppimisen jatkamiseksi. Kouluarjen haastavat oppimistilanteet tarjoavat hyvän mahdollisuuden myös oppilaiden tunteiden säätelytaitojen tukemiseen. Tunteiden säätelytaidoilla on lisäksi laajempi merkitys oppilaiden hyvinvoinnin ja positiivisten elämänpolkujen edistämisessä.

Opetussuunnitelman mukaan perusopetuksessa oppilaita tuetaan rakentamaan hyvä tiedollinen ja taidollinen perusta, mutta myös kestävä motivaatio jatko-opinnoille ja elinikäiselle oppimiselle. Tiedetään, että pitkäaikainen, kestävä motivaatio rakentuu jokapäiväisissä oppimistilanteissa. Vähemmän tiedetään kuitenkin tehokkaista tavoista tukea oppilaiden motivaatiota osana arjen luokkahuonevuorovaikutusta. Kuinka pitää yllä ja vahvistaa oppilaiden myönteisiä motivationaalisia uskomuksia silloinkin, kun oppiminen tuottaa haasteita? Kuinka luoda oppitunneille yhteinen motivaatiota tukeva ilmapiiri ja vahvistaa motivaatiota edistävää vertaisvuorovaikutusta? Entä kuinka saada oppilasta motivoitua, kun tämän motivaatio on täysin hukassa?

Opetussuunnitelma ohjaa opettajien työtä, mutta arjen ratkaisuja kouluissa tekevät korkeasti koulutetut osaavat opettajat. Saatavilla olevien resurssien puitteissa he rakentavat koulun arkeen työskentelytapoja ja rutiineja, jotka ohjaavat oppilaita pienin askelin kohti itsenäisempää, motivoitunutta oppimista. Opettajat ovat kouluarjen asiantuntijoita, ja heidän osaamisellaan sekä kokemuksellaan on merkittävä rooli oppimisen tukemisessa. Toisaalta motivaation tukemisen työkalupakkiin tarvitaan myös teoreettista ymmärrystä sekä systemaattista tutkimustietoa oppilaiden motivaatiosta, sen kehityksestä sekä toimivista käytännöistä motivaation ja sen säätelyn tukemiseksi suomalaisen peruskoulun kontekstissa. Jo olemassa olevan vahvan tutkimustiedon lisäksi uudet tutkimusmenetelmät, kuten oppimisprosessin aikana kerättävä monikanavainen aineisto, antavat mahdollisuuksia ymmärtää yhä paremmin, miten esimerkiksi tunteet, sosiaalinen vuorovaikutus ja opettajalta saatava oppimisen itsesäätelyn tuki muokkaavat oppilaiden motivaatiota jatkuvasti oppimistilanteiden aikana.

Jotta opettajien ja oppilaiden tietoisuutta aiheesta voitaisiin lisätä ja löytää toimivia ratkaisuja motivaatiohaasteisiin, tarvitaan entistä enemmän yhteistyötä ja vuoropuhelua opettajien ja tutkijoiden välillä. Yhteistyö on avainasemassa, kun pyritään syventämään ymmärrystä oppilaiden motivaatiosta ja kehittämään käytännönläheisiä ratkaisuja, jotka toimivat aidosti osana koulujen arkea. Vain yhdistämällä käytännön opetustyön ja tutkimustiedon voimme rakentaa peruskoulua, joka tukee oppilaiden kasvua kohti motivoitunutta ja elinikäistä oppimista.

*Tiina Törmänen*  
*FERA:n väitöskirjapalkinto 2023*