

## JOHDANTO

*Olen menettänyt motivaationi tähän työhön. En jaksakaan vaihtuvia oppilasryhmiä ja -vuosikertoja, ärsyyntynyt opettajanhuoneen samanlaisina toistuvista keskusteluista ja koen turhauttavana taistelun opiskelijoiden netistä kopioimia tehtäviä vastaan. Haluaisin aloittaa työurani uudelleen, jostain ihan eri ammatista. Opettajuudessa on paljon merkityksellistä, tärkeää ja antoisaa, mutta nyt tuntuu siltä, että minulla ei ole mitään annettavaa tähän työhön enkä myöskään saa tältä työltä mitään (haastattelulainaus).*

Motivoitunut, innostunut, hyvinvoiva ja hehkuva opettaja mahdollistaa parhaimmillaan oppilaiden ja opiskelijoiden ja jopa koko koulun hehkun. On luonnollista, ettei kukaan aina jaksakaan olla innostunut, mutta jos perusvire töihin lähtiessä ja siellä työskennellessä on positiivinen, jaksaa opettaja työssään olla se vaikuttava ja merkityksellinen aikuinen, jota lapset ja nuoret tarvitsevat. Hiipunut, väsynyt ja uupunut opettaja voi itse huonosti eikä ole iloksi tai edes välttämättä hyödyksi kellekään. Työuran aikana eriasteinen hehku ja hiipuminen on luonnollista ja oletettavaa. Työssä jaksamiseen ja viihtymiseen vaikuttavat niin monet asiat, että niiden kaikkien huomiointi on lähes mahdotonta. Paljon on kuitenkin tehtävissä hyvinvoinnin eteen niin työpaikalla kuin opettajan omassa mielessä ja toiminnankin tasolla.

Tämä kirja käsittelee opettajuuden eri vaiheissa ja tehtävissä ilmenevää hehkun ja hiipumisen vaihtelua sekä siihen vaikuttavia

tekijöitä. Läheisiä asioita hehkulle ja hiipumiselle ovat työmotivaatio ja työhyvinvointi. Hehkun määrä ja intensiteetti vaihtelevat elämänkulussa ja työpolulla. Työmotivaatioon vaikuttavat moninaiset tekijät, ja ne riippuvat useista eri asioista. Monet työmotivaation kysymyksistä ovat kaikille työtä tekeville ja myös eri alojen opettajille samaistuttavia. Aineenopettajan ja erityisesti lukion opettajan ääni lienee tässä teoksessa kuuluvain, koska olen tutkinut ilmiötä opettajuuden sisäpiiristä käsin itsekin opetustyötä lukiossa pitkään tehneenä.

Kirjan viimeistelyn aikana keväällä 2023 yhteiskunnallista keskustelua suomalaisesta koululaitoksesta, oppilaiden oppimisesta ja opettajien työstä on ollut paljon. Keskustelu on ollut monipuolista ja paikoitellen kiivastakin. Vaalit ovat tulossa, ja erääksi vaaliteemaksi ovat jälleen nousseet koulutukseen liittyvät kysymykset. Osa keskustelusta liittyy myös suoraan tai epäsuorasti opettajien motivaatioon vaikuttaviin tekijöihin.

Olen kirjoittanut tämän ennen kaikkea opettajille, mutta myös kaikille koulutyöstä ja opettamisesta kiinnostuneille. Jokaisella on omakohtaista kokemusta koulusta ja opettajista. Koska kouluajoista saattaa olla jo aikaa, kokemukset eivät ehkä aina ole relevantteja tämän päivän koulumaailman näkökulmasta. Toivon, että tämän kirjan myötä tulee näkyväksi joitain asioita siitä, miltä opettaminen ja opetusala tällä hetkellä näyttävät. Kirja sopii varsinkin alku osaltaan luettavaksi myös yleisemmin työmotivaation vaihteluista ja siihen vaikuttavista tekijöistä kiinnostuneille henkilöille.

Kirjaa varten olen tutustunut erilaisiin opetusalan tutkimuksiin ja työelämää käsittelevään kirjallisuuteen. Opetusalan työolobarometri 2021 on toiminut yhtenä keskeisimmistä lähteistä. Eri alojen opettajien haastattelujen kautta olen voinut tarkastella tutkimuksissa ja kirjallisuudessa esiin tulleita asioita ja saada tietoa siitä, miten opettajat yksilötasolla tällä hetkellä asioita kokevat

Haastatteluja tein viidelletoista opettajalle. Nuorin haastateltava oli 25-vuotias vastavalmistunut, vanhin taas 78-vuotias toistakymmentä vuotta sitten eläköitynyt opettaja. Haastateltavat ovat kotoisin eri puolilta Suomea ja edustavat eri alojen opettajakuntaa varhaiskasvatuksesta toisen asteen opettajiin. Keskustellessani haastateltavieni kanssa teemahaastattelun äärellä esiin nousi rehellisiä

ja aitoja hehkuun ja hiipumiseen vaikuttavia hyvin erilaisiakin asioita, joita olen tähän kirjoittajan vapaudella tyylytellen referoinut. Nämä kokemusten kuvaukset erottuvat muusta tekstistä kursivilla kirjoitettuna. Teemahaastattelun kysymykset löytyvät liitteestä.

Olen keskustellut kirjan tekstissä aktiivisesti sekä haastattelumateriaalin että tutkimusaineiston ja kirjallisuuden kanssa käyttäen hyödyksi paitsi omaa opettajakokemustani, myös vuosien varrella työnohjaajana kerryttämäni ammattitaitoa sekä psyko-terapeuttikoulutustani. Omat näkemykseni ja kannanottoni olen pyrkinyt selvästi erottamaan kirjan muusta sisällöstä.

Itse näen kirjan yhdeksi keskeisimmäksi viestiksi sen, että työmotivaatioon on mahdollista vaikuttaa koko työuran ajan. Olennaista ei useinkaan ole se, mitä tapahtuu, vaan se, miten ihminen suhtautuu siihen, mitä tapahtuu. Sen takia kaikessa työhönkin liittyvässä reflektoinnissa keskiössä on oma persoona ja sen tunteminen.

Opettajan hehkun ja hiipumisen vaihteluun vaikuttavia tekijöitä käsittelem kirjani eri luvuissa. Se, miten eri osat ja luvut painottuvat, heijastelee tutkimusten ja haastateltavien esiin nostamia työmotivaatioon vaikuttavia tekijöitä sekä omia mielenkiinnon kohteitani.

Olen jakanut kirjan viiteen osaan. Ensimmäisessä osassa keskityn esittelemään ja pohtimaan työmotivaation ja työhyvinvoinnin vaihtelua ja siihen vaikuttavia tekijöitä. Tämän osan teoreettinen tausta muodostuu motivaatiopsykologian keskeisistä näkökulmista. Esillä ovat myös opettajan stressi sekä opetustehtävän moraalinen vastuu ja siihen liittyvä eettinen kuormitus. Pohdin lisäksi palautumisen merkitystä työstressin vastapainona. Ensimmäinen osa päättyy merkityksellisyys pohdintaan työmotivaatiota synnyttävänä ja ylläpitävänä voimana.

Toisen osan keskeinen ajatus on se, että opettajaksi kasvaminen ja opettajana persoonalla toimiminen ovat yhteydessä työmotivaatioon ja työhyvinvointiin. Kun ihminen pohtii ja enenevässä määrin tiedostaa omien valintojensa taustalla olevia yllykkeitä sekä oman persoonansa ja identiteettinsä perusteita, hänen on helpompi kohdata elämässä vastaan tulevia tilanteita, säilyttää toimintakykynsä ja voida paremmin.