

”Pitää pystyä hanskaamaan se lapsen tunne”

Vanhempi leikki-ikäisen lapsen tunnekasvattajana
– perheneuvolapsykologien näkemysten mukaan

Pro gradu -tutkielma
Titta Väyrynen
Kasvatustieteiden tiedekunta
Luokanopettajakoulutus
Lapin yliopisto
2015

Lapin yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta

Työn nimi: ”Pitää pystyä hanskaamaan se lapsen tunne” Vanhempi leikki-ikäisen lapsen tunnekasvattajana – Perheneuvolapsykologien näkemysten mukaan

Tekijä: Titta Väyrynen

Koulutusohjelma/oppiaine: Luokanopettajan koulutusohjelma / Kasvatustiede

Työn laji: Pro gradu -työ_x_ Laudaturtyö__ Lisensiaatintyö__

Sivumäärä: 109 s., 4 liitettä

Vuosi: 2015

Tiivistelmä:

Tunnekasvatus on yksi vanhempien keskeisimmistä tehtävistä. Varhaislapsuudessa luodaan tunne-elämän ja tunnetaitojen perusta. Tieto vanhempien toimintatapojen vaikutuksista auttaa vanhempia suuntamaan toimintaansa suotuisaan suuntaan. Aihetta on tutkittu melko vähän Suomessa. Ulkomailla tunnekasvatus jaetaan mallintamiseen, lapsen tunne-reaktioihin vastaamiseen ja tietoiseen opettamiseen.

Tässä pro gradussa kuvataan, millaista on vanhemman hyvä tunnekasvatustoiminta leikki-ikäisen lapsen kohdalla perheneuvolapsykologien näkemysten mukaan. Tutkimukseen osallistui neljä perheneuvolapsykologia ja aineisto koostui asiantuntijahaastattelusta. Tutkimus toteutettiin fenomenografiseen tapaan ja aineistoa analysoitiin fenomenografisen aineistoanalyysimallin mukaan.

Vanhemman hyvä tunnekasvatustoiminta on lapsen ja lapsen tunteiden empaattista kohtaamista ja läsnäolemistä. Sanoittamisen avulla vanhempi auttaa lasta ymmärtämään tunteita ja tunnekokemuksia. Rajojen asettaminen on sääntöjen ja sukupolvien välisistä rajoista kiinni pitämistä, kuitenkin lempeällä tavalla. Tunteiden säätelyn ohjaamisessa vanhempi auttaa lasta voimakkaissa tunnetiloissa ja opettaa lapselle tunteiden säätelystrategioita. Vanhemman omat tunnetaidot vaikuttavat tunnekasvatustoiminnan pohjalla ja läheiset ihmissuhteet voivat tukea tunnekasvatustoimintaa. Tulokset linkittyvät aikaisempien tutkimusten yhteyteen.

Avainsanat: tunnekasvatus, vanhemmuus, tunnetaidot, leikki-ikäinen lapsi, asiantuntijat, kasvatuspsykologia, fenomenografia

Suostun tutkielman luovuttamiseen kirjastossa käytettäväksi_x_

Sisällys

1 Johdanto	4
2 Perheneuvolapsykologin työnkuva	9
3 Tunne-elämä	11
3.1 Lapsen tunne-elämän kehitys	13
3.2 Tunnetaidot.....	16
4 Vanhemman kasvatustoiminta	19
4.1 Vanhemmuus	19
4.2 Tunnekasvatus	21
4.3 Tutkimukset vanhemman tunnekasvatustoiminnasta	27
5 Tutkimuksen toteutus	33
5.1 Tutkimuskysymys	33
5.2 Fenomenografia käsitysten tulkitsijana	34
5.3 Aineiston keruu	38
5.4 Fenomenografinen aineistonanalyysi	44
5.5 Tutkimuksen eettiset periaatteet	49
6 Vanhempi tunnekasvattajana	51
6.1 Empaattisuus.....	53
6.2 Sanoittaminen.....	61
6.3 Rajojen asettaminen	66
6.4 Tunteiden säätelyn ohjaaminen.....	70
6.5 Vanhempien tunnetaidot	79
7 Johtopäätökset ja pohdinta	88
LÄHTEET	99
LIITTEET	110

1 Johdanto

Vanhemmuus puhututtaa vanhempia itseään, asiantuntijoita ja tutkijoita. Aiheena se on toisaalta vanha, mutta eri aikoina uusia näkökulmia tarjoavaa. Julkisissa keskusteluissa vanhemmuuteen ja lapsen kasvuun liittyvät teemat ovat aika ajoin esillä. Asiantuntijat antavat lausuntoja eri teemoihin liittyen, kuten syyllistävästä kasvatuskulttuurista (ks. esim. Lumijärvi, 29.1.2015), lapsen hyvän kasvun aineksista (ks. Sinkkonen, 20.10.2014) tai kyseenalaistaen rangaistuksen käyttämisestä kasvatukseen (ks. Mäkelä 8.10.2014).

Vanhemmille on yhä enemmän tarjolla tietoa, ja kasvatusta on alettu nähdä yhä enemmän tavoitteellisena toimintana (Korhonen 2002, 65–66). Aineellisen hyvinvoinnin lisäksi osa lapsista voi nykyään hyvin tai todella hyvin, mutta uutena ilmiönä on, että pahoinvoivia lapsia on aikaisempaa enemmän (Soisalo 2012, 17). Esimerkiksi Päijät-Hämeen perhepsykologi Markku Turpeinen kertoo, että yhä useampi perhe on hakenut apua perhe-neuvolasta. Hänen mukaansa tilanne on huolestuttava. Lapset voivat vanhempiaankin huonommin. (Yle uutiset 28.11.2014.)

Korhosen (2002, 53) mukaan ei ole ihme, että kasvatuksen ammattilaiset tuovat huolenaiheensa esille lisääntyvästä pahoinvoinnista, levottomista lapsista ja uhkasta, että vanhemmuus on hukassa. Edellytykset ja käsitykset vanhemmuuden toteuttamisesta ovat muuttuneet sukupolvien myötä, kun kasvattaminen ei ole enää kyläyhteisöjen ja sukujen yhteinen tehtävä (ks. Kempainen 2001, 122; Jalovaara 2005, 9; Penttinen 2002, 10). Myös tieteen, teknologian, kaupallisuuden, työelämän ja perhe-elämän muutokset heijastuvat myös vanhemmuuteen ja lasten kasvuun (Jalovaara 2005, 9; Korhonen 2002, 66, 74). Miten jo varhaislapsuudessa lapsia voitaisiin tukea niin, että heistä kasvaisi hyvinvoivia? Sanoisin, että yksi merkittävä tekijä on tunnekasvatuksen myötä opitut tunnetaidot.

Useat kasvatopsykologiaan perehtyneet asiantuntijat ovat sitä mieltä, että tunnekasvatusta on tänä aikana yksi kasvattajien keskeisimmistä tehtävistä. Psykologi Tuula Laes tuo Jalovaaran *Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa* -teoksessa esiin, että tunnekasvatusta

on kasvatuskulttuurimme uusimpia haasteita (Jalovaara 2005, 10–11). Myös Kasvatus -lehden entinen päätoimittaja Jyrki Hilpelä toteaa pääkirjoituksessa tunne-elämän vaurioituneisuuden näkyvän monella elämän osa-alueilla muun muassa lasten häiriökäyttäytymisenä, mielenterveysongelmina ja parisuhteiden hataruutena. Hän kysyykin, löytyykö kasvatuksen traditiosta keinoja, jolla tunne-elämää voidaan tukea myönteiseen suuntaan. Tunne-elämän häiriöiden myötä tunnekasvatus nousee kasvatuskeskustelujen olennaiseksi teemaksi. (Hilpelä 2009, 203–206.)

Tunnetaitojen oppimisen merkitys nousee keskiöön. Tunnetaitojen oppimisella on huomattu olevan monia myönteisiä vaikutuksia, jotka edistävät lapsen hyvinvointia. Tunteiden ilmaiseminen, tunteista keskusteleminen ja tunteiden säätelyn oppiminen auttavat lasta ymmärtämään tunteiden luonnetta ja säätlemään tunteita sopivalla tavalla. (Denham & Kochanoff 2002, 311; Gentzler, Contreras-Grau, Kerns & Weimer 2005, 591.) Näiden taitojen avulla lapsen pärjääminen sosiaalisissa suhteissa paranee (Eisenberg, Valiente, Sheffield & Fabes 2003, 3,15; Denham, Mitchell-Copeland, Strandberg, Auerbach & Blair 1997, 65). Tunnetaitojen vaikutus näkyy fyysisen toimintakyvyn ja käyttäytymisen lisäksi myös koulumenestyksessä (Gottman & DeClaire 1997, 24–25). Hyvät tunnetaidot perheessä lisäävät lasten hyvinvointia (Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2008, 302).

Lapsen tärkein vuorovaikutussuhde on lapsen ja vanhemman välinen suhde (Alegre 2011, 57) ja siksi vanhemmat ovat lapsen tunnetaitojen kehittämisessä tärkeimpiä vaikuttajia (ks. esim. Denham, Bassett & Wyatt 2006, 615; Perlman, Camras ja Pelphrey 2008, 309; Gottman & DeClaire 1997, 23, 27; Stern & Elias 2007, 37). Varhaislapsuudessa luodaan lapsen tunne-elämän ja tunnetaitojen perusta (ks. Nummenmaa 2010, 166–167; Brotherson 2009, 2). Taapero- ja leikki-ikäinen lapsi käsittelee omaa autonomiaansa, yksilöityy, luo moraalikäsitteitä, omaa sisäistä maailmaansa, laajentaa sosiaalista elinpiiriään ja leikin avulla käsittelee tunteitaan ja käsitteitä (Vilkko-Riihelä 1999, 226, 230, 232–235) ja näiden kehittämiseen hän tarvitsee vanhemman tukea.

Perinteisesti suomalainen tunnekulttuuri on ollut pidättyväistä ja mallit tunnetaitojen harjoittelusta ovat olleet vähäisiä entisillä sukupolvilla (Niemi 2013, 17). Tapana ei ole

myöskään ollut puhua tunteista avoimesti ääneen (Schulman & Niemi 2013, 133). Neitola (2011) tutkimukseen osallistuneet vanhemmat kokivat, että olisivat itse kaivanneet lapsuudessa lupaa ilmaista tunteita ja käsitellä niitä. Lisäksi hänen mukaansa yhteiskunnassamme näyttää yhä olevan käsitys, että lasten sosiaaliset taidot ikään kuin kehittyisivät itsestään. Vaikka aiheeseen liittyvää kirjallisuutta onkin, se jää vähemmälle huomiolle. (Emt., 209, 237.) Epäilen tunnetaitojen opettamiseen liittyvien uskomusten olevan tämän kaltaisia. Tunteiden säätelyn oppiminen vaatii harjoitusta ja ohjausta, aivan kuten lapsen muutkin kasvun ja kehityksen osa-alueet (Webster-Stratton 2011, 247).

Historiallisesti lasten tunne-elämän tiedostaminen on melko tuore löytö. Huomion kiinnittäminen lasten tunteisiin ei ole ollut kasvatuskulttuurissa vielä montakaan kymmentä vuotta. (Laes T. 2005, 35-36.) Vanhemmuuden toimintaa on kuitenkin tutkittu muun muassa Kempvaisen (2001) tutkimuksessa kolmen sukupolven ajalta. Lisäksi on tutkittu, miten vanhempien työ vaikuttaa kasvatukseen ja perhe-elämään (ks. Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2008, 287). Lapsi- ja aikuiskeskeistä kasvatusta (ks. Pulkkinen 1994, 38) ja vanhemmuustyyliä eli autoritaarista, auktoritatiivista, sallivaa, laiminlyövää vanhemmuutta (Baumrind 1991, 62) on tutkittu laajasti. Vanhemmuustyyliä on tutkittu esimerkiksi Kivijärven, Ronkän ja Hyväluoman (2009) Paletti-tutkimuksessa. Tunnekasvatus liittyy vanhemmuustyyliin lämpimyys-kontrolloivuus ulottuvuuksien kautta, mutta ei ole suoraan sitä (Alegre 2011, 58; Denham ym. 2006, 617).

Suomalaisessa tutkimuskirjallisuudessa tunnekasvatusaihe on lapsenkengissä, vaikka opikirjallisuutta löytyykin. Vanhempien opettamia tunnetaitoja on sivuttu jonkin verran eri väitöskirjatutkimuksissa (ks. esim. Neitola 2011, Väänänen 2013, Niemi 2013), mutta useimmiten ne ovat vain pintaraapaisuja. Ainoastaan Neitola (2011) nostaa tutkimukseensa tunnetaitojen opettamisen yhdeksi selkeäksi luvuksi tutkiessaan lasten sosiaalisen kompetenssin kehittymistä. Aiheeseen liittyviä graduja on tehty myös muutamia (ks. esim. Bredbacka 2013; Kirvesoja 2013; Karjalainen & Savolainen 2008), mutta ne keskittyvät koulu- tai päiväkotiympäristöön.

Ulkomailla aiheen tutkimisen uranuurtajina ovat olleet erityisesti Denham Susanne ja Eisenberg Nancy. Englannin kielisessä tutkimuskirjallisuudessa kasvattajan tunnetaitojen

opettamisesta käytetään käsitettä *socialization of emotion*. Yleisimmin tunnetaitojen opettamista on tutkittu mallintamisen, tunnereaktioihin vastaamisen ja tietoiseen opettamisen kautta (ks. esim. Denham, Bassett & Zinsler 2012, 139; Eisenberg, Cumberland & Spinrad 1998, 241, 245).

Vanhempien tunteiden ilmaisun merkitystä on tutkittu useissa tutkimuksissa (mm. Denham & Kochanoff 2002; Denham ym. 1997; Eisenberg ym. 2003). Vanhempien tunteiden säätelyä on myös tutkittu (mm. Perlman, Camras, Pelphrey 2008; Tirkkonen, Kokkonen, Pulkkinen 2004) sekä vanhemman persoonallisuuspiirteen merkitystä lapsen tunnetaidoille (Hughes & Gullone 2010). Parisuhteen ja tunteiden ilmaisun merkitystä tutkittiin Nixonin ja Watsonin (2001) tutkimuksessa. Suomessa on tutkittu myös parisuhteen ja perheilmapiirin vaikutusta kasvatuksessa (ks. esim. Kettunen & Kratz 1996, teoksessa Kettunen, Kratz & Kinnunen 1997; Haverinen & Martikainen 2004). Toisaalta Denham ym. (2012) tuovat esiin opettajatunnekasvattajana -roolin tärkeyden.

Useissa tutkimuksissa on selvitetty vanhemman reagoititapojen yhteyttä lapsen negatiivisia tunteita kohtaan ja niiden vaikutusta lapsen sosio-emotionaalisiin taitoihin (ks. Eisenberg ym. 1998; Eisenberg, Fabes & Murphy 1996; Eisenberg & Fabes 1994; Perlman ym. 2008). Lapsen ja vanhemman tunteista keskustelemisen merkitystä lapsen tunnesäätelystrategioihin on myös tutkittu (ks. Gentzler ym. 2005). Lisäksi tunnetaitoja on opetettu tietoisesti tunne-taito-ohjelmilla ja tutkittu niiden vaikutusta lasten tunnetaitoihin. Kohderyhmänä ovat olleet sekä lapset (esim. Ulutas & Ömeroglu 2007), että vanhemmat (Havighurst, Wilson, Harley, Prior ja Kehoe 2010).

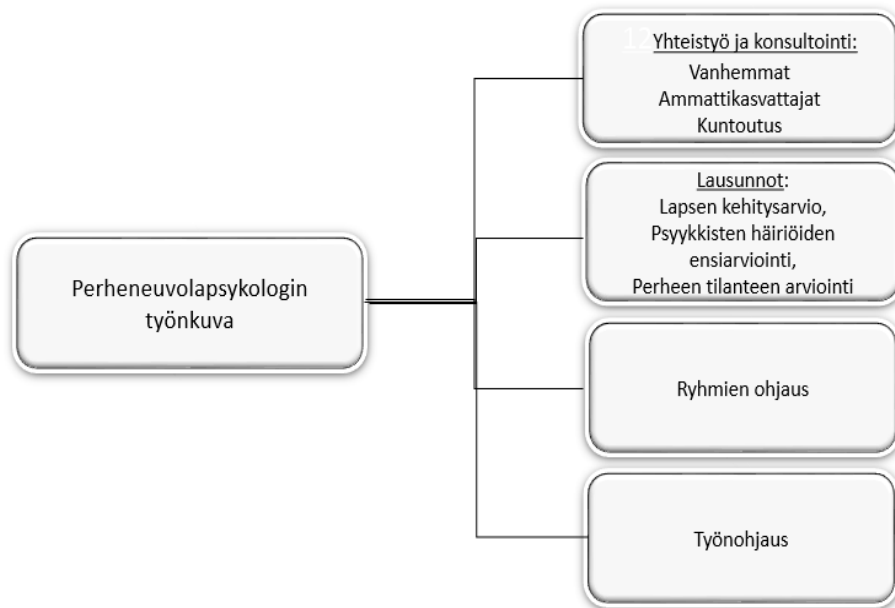
Haluan tällä tutkimuksella tuoda tunnekasvatustoiminnan käsitettä näkyvämmäksi ja kuvata, millainen vanhemman tunnekasvatustoiminta tukee lapsen tunnetaitojen oppimista perheneuvolapsykologien näkemysten mukaan. Tieto siitä, millaisia seurauksia vanhemman toiminnalla on lapsen tunne-elämän kehittymiseen, auttaa vanhempia suuntamaan toimintaansa suotuisaan suuntaan. Kiinnostukseni kasvatopsykologisia teemoja kohtaan on herännyt viimeisten opiskeluvuosien aikana ja erityisesti psykologian sivuaine on oh-

jannut minua yhä enemmän aihealueen suuntaan. Lasten tunne-elämä ja psyykkinen kehitys kiehtovat minua valtavasti. Tunnetaidot näkyvät elämän kaikilla osa-alueilla ja tulevat näkyväksi myös päiväkotij- ja kouluarjessa.

Tutkimuksen kohderyhmäksi olen valinnut asiantuntija-asemassa olevat perheneuvolapsykologit, sillä heillä on työnsä ja ammatillisen koulutuksensa kautta näkemyksiä lapsen psyykkiseen kehitykseen liittyvissä asioissa. Vanhemmuudesta puhuminen herättää voimakkaita mielipiteitä ja tunteita (Rönkä & Kinnunen 2002, 4, 7), ja myöskään siksi en ole valinnut subjektiivisessa asemassa olevia vanhempia kohdejoukoksi. Vaikka esimerkiksi Kemppisen mukaan asiantuntijoiden yksipuoliset lausunnot voivat vähentää vanhempien uskoa kykyyn kasvattaa lapsia (Kemppinen 2000, 183), Järvisen tutkimuksessa näkyi, että asiantuntijat ovat nykyvanhemmalle kuin tasavertaisia keskustelukumppaneita, joiden kautta voi rikastuttaa näkemyksiään (Järvinen & Kolbe 2002, 20).

2 Perheneuvolapsykologin työnkuva

Kasvatus- ja perheneuvonnassa työskentelee eri ammattilaisia: psykologeja, sosiaalityöntekijöitä, lääkäreitä, puheterapeutteja, perheneuvojia ja perheterapeutteja (THL, kotisivu). Perheneuvolapsykologit eivät hallinnollisesti kuulu neuvolahenkilökuntaan, mutta tekevät moniammatillista yhteistyötä neuvolahenkilökunnan kanssa. Parhaassa tapauksessa neuvolassa on oma perheneuvolapsykologi. Pienemmällä paikkakunnilla perheneuvolapsykologin työ on vain yksi osa terveyskeskuspsykologin työstä ja pienimmillä paikkakunnilla voidaan tehdä yhteistyötä lähikuntien perheneuvolapsykologien kanssa. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2004, 36–37.) Kunnan tai kuntayhtymän tehtävänä on järjestää kasvatus- ja perheneuvolapalveluja tai muiden sosiaalipalvelujen yhteydessä olevaa neuvontaa tai ostaa palvelut lähikunnista (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus, kotisivu).



KUVIO 1 Perheneuvolapsykologien työnkuva

Kuten kuvio 1 osoittaa, perheneuvolapsykologit tekevät lapsen kehitykseen liittyviä tutkimuksia, laativat lausuntoja perheen kokonaistilanteesta, neuvovat vanhempia ja muita kasvattajia kasvatuskysymyksissä sekä tekevät ensiarviointeja psyykkisistä häiriöistä. Lisäksi he tekevät yhteistyötä monien ammattiryhmien kanssa, esimerkiksi päiväkodeissa

tai muissa lasten kuntoutukseen liittyvissä paikoissa. Tämän lisäksi he voivat antaa työn-ohjausta tai ohjata erilaisia ryhmiä. Tärkeänä periaatteena on, että perheneuvolapsykologin vastaanotolle tuleminen on vaivatonta, yksinkertaista ja luottamuksellista. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 36–37.)

Perheet ja vanhemmat voivat hakea perheneuvolapsykologien palveluja lapsen kehitykseen, käyttäytymiseen ja tunne-elämään liittyvissä kysymyksissä ja huolenaiheissa sekä päiväkodissa, koulussa ja kaverisuhteisiin liittyvissä pulmatilanteissa. Vanhemmuuteen ja perhe-elämään liittyviä asioita voivat olla esimerkiksi tuen saaminen erotilanteeseen, vaikeaan elämäntilanteeseen tai kriiseihin sekä vanhempien välisten ristiriitojen selvittämiseen ja vanhemmuuden toteuttamiseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö, kotisivu.)

Taulukossa 1 on osoitettu perheiden pääsyyt hakeutua kasvatus- ja perheneuvolan asiakkaaksi vuonna 2012:

Perheiden asiakkaaksi hakeutumisen pääsyy	Lkm	%
Perheongelmat	6 108	21,7
Parisuhdeongelmat	2 759	9,8
Lapsen ongelmat	17 203	61,1
Muu syy	2 105	7,5
Yhteensä	28 175	100

(THL, kotisivu, tilasto kuvina)

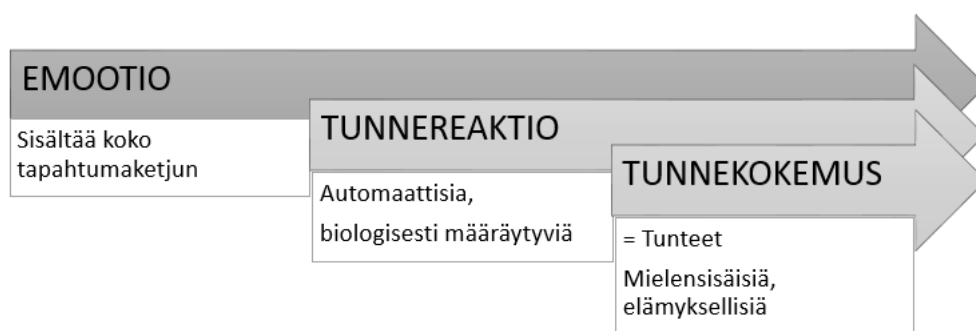
Lapseen liittyvät ongelmat ovat olleet vanhempien pääasiallinen syy hakeutua kasvatus- ja perheneuvolan asiakkaaksi vuonna 2012. Tämä osa-alue käsittää noin 60 prosenttia eli reilusti yli puolet kaikista tapauksista. Toiseksi suurimmaksi syyksi mainitaan perheiden ongelmat 21,7 prosentilla. Parisuhdeongelmat ovat vähän alle 10 prosentilla vanhempien pääsyy hakeutua kasvatus- ja perheneuvolan asiakkaaksi ja muut syyt ovat 7,5 prosentin verran.

3 Tunne-elämä

Tunteet

Mitä tunteet ovat? Psykologian alkuaikoina on käyty väittelyä, ovatko tunteet aivojen tapaa aktivoida keho vai kehon viestejä, joita aivot tulkitsevat. Nykyisin yhteinen käsitys on näiden kahden ääripään välillä. (MacDonald 2009, 128.) Tunneteorioita voidaan luokitella sen mukaan, mistä tunteen ajatellaan johtuvan. Eri teorit painottavat tunteen muodostuvan tuntemuksesta, käyttäytymismallista tai - taipumuksesta, halusta tai tahdosta, tiedosta ja arvioinnista tai monien tekijöiden yhteisvaikutuksesta. (Puolimatka 2004, 19.)

Sana *emootio* tulee latinan kielen sanasta *emovere* (Nummenmaa 2010, 13). ”*Emootio*” sisältää koko tapahtumaketjun ärsykkeen havainnoinnista fysiologisiin muutoksiin ja tunteiden näyttämiseen (Molander 2003, 22–23). Nummenmaa käyttää käsitettä ”*tunnereaktiot*” vaiheesta, jossa tunteet ovat vielä automaattisia ja biologisesti määräytyviä (Nummenmaa 2010, 16). Arkikielessä käytetään käsitettä ”*tunne*”, jonka synonyymi on ”*tunnekokemukset*”. Tunteet eli tunnekokemukset ovat mielensisäisiä, elämyksellisiä kokemuksia. (Molander 2003, 22–23.) Ne tulevat vasta emootioprosessin myöhemmässä vaiheessa ja ovat jo tietoisella tasolla olevia ajatuksia. Tunnekokemukset syntyvät fysiologisten muutosten havaitsemisesta ja kognitiivisen arvioinnin pohjalta. (Nummenmaa 2010, 16, 24.) Tietyn tunteen herääminen, kertoo siitä, millaisia merkityksiä ihmisen mielessä on syntynyt kyseistä asiaa kohtaan. Merkitykset syntyvät yksilön omien kokemusten, ominaisuuksien sekä ympäristön vaikutuksen pohjalta. (Turunen 2004, 161.)



Kuvio 1 Emootion, tunnereaktion ja tunnekokemuksen havainnollistaminen

Tunnereaktiot kuuluvat perustavanlaatuisena osana ihmisyyteen (Turunen 2004, 160). Kaikilla maailman ihmisillä on yhteinen tunnekirjasto, joista todistusaineistona ovat kasvonilmeet ja tunteiden tunnistaminen. Perustunteet ovat muotoutuneet evoluution seurauksena miljoonien vuosien aikana. (MacDonald 2009, 128–129.) Ekman ja Oster (1979) ovat osoittaneet tutkimuksissaan, että tiettyjen tunnetilojen ilmaiseminen kasvoilla on kulttuurista riippumattomia ja ovat läsnä jo lapsena. Näitä ovat viha, vastenmielisyys, ilo, suru, pelko ja ihmetys. (Brody 1999, 17, 21.) Tunnereaktiot ovat merkityksellisiä vasteita niihin ympäristön tapahtumiin, jotka ovat yhteydessä elossa säilymiseen ja elämän mielekkyyden kokemiseen (Kokkonen 2010, 11).

Ympäristö toimii tunteiden ärsykkeenä, sillä usein vireystilan muutokset tapahtuvat ympäristön havainnoinnin seurauksena (Sinkkonen 2011, 93). Tunteet suojelevat, aktivoivat ja kontrolloivat käyttäytymistämme (Nummenmaa 2010, 54). Syyllisyyden ja häpeän tunteen takia ihminen kokee vastuuntuntonsa, mikä mahdollistaa yhteisten lakien ja sääntöjen toimivuuden (Uusitalo 2006, 110). Pelko, epävarmuus ja inho ohjaavat meitä pysymään poissa vaaroista tai asioista, jotka ovat uhka hyvinvoinnillemme. Vihan tehtävänä on hallita resursseja ja puolustautua ja suru auttaa meitä luopumaan. Mielihyvän ja himon tunteilla tavoitellaan miellyttäviä asioita. (MacDonald 2009, 129.) Arkielämässä tunteet jaetaan usein joko negatiivisiin tai positiivisiin, sillä usein koemme ne joko hyvän tai pahan olon tunteina itsessämme (Uusitalo 2006, 110; Turunen 2004, 169).

Tunteita voidaan kuvata eri sanakänteillä ja käyttää eri tavoin (MacDonald 2009, 128; Turunen 2004, 160). Tunteiden hallitseminen tai niiden näyttäminen vaihtelee suuresti ihmisten välillä. Lapsuuden ympäristöllä, kokemuksilla ja temperamentilla on suuri vaikutus siihen, miten tunteet kanavoituvat. (Sinkkonen 2011, 93.) Myös naisten ja miesten tunteiden ilmaisussa on eroja. Ne ovat syntyneet biologisten, sosiaalisten ja kulttuuristen tekijöiden tuloksena. (Brody 1999, 11.) Yksilön tunnekokemus riippuu siitä, miten hän tulkitsee tunteensa ja miten hän konstruoi ne kokemuksiinsa. Siksi tunnekokemus ei voi olla vain yksittäisen aivoissa vaikuttavan aineen vaikutusta, vaan monisyinen tapahtuma. Toisaalta ympäristö vaikuttaa esimerkiksi aivojen solutasojen muotoutumiseen tai geenien ilmenemismuotoon ja vaikuttaa näin ollen myös ihmisen tunne-elämään ja kognitiivisiin toimintoihin. (Soisalo 2012, 51.)

3.1 Lapsen tunne-elämän kehitys

Vauvaikä

Tunteet ja niiden ilmaiseminen ovat ensimmäinen kieli ja merkkijärjestelmä, jolla vastasyntynyt pyrkii saamaan yhteyden ympäristöönsä. Vauvoilla on kuitenkin valmiudet oppia nopeaan tahtiin tunteiden kokemista, ilmaisemista, säätelyä ja tietoisista ymmärrystä tunnejärjestelmän toimimisesta, kuten tunteiden jakamisesta. (Nummenmaa 2010, 163, 166-167; Eisenberg ym.1998, 247.) Vauvat tarvitsevat vanhempia, jotka opettavat heille tunteiden vaikutusta, emotionaalista tyynnyttelyä ja tunteisiin pohjautuvaa yhteyttä. Tunteiden säätelyn perusta on varhaisessa vuorovaikutuksessa. (Brotherson 2009, 2; Webster-Stratton 2011, 247.) Jo 3-6 kuukauden iässä lapsella on kyky erotella toisten tunneilmaisuja kasvoilta (Nummenmaa 2010, 170–171; Brotherson 2009, 2). Lapsi oppii 6-9 kuukauden iässä tunneilmaisujen, kuten surun, pelon, uteliasuuden ja ilon merkityksen sekä tunnistamaan eron tuttujen ja tuntemattomien aikuisten välillä ja yhdistää esineisiin liittyviä tunnekokemuksia. Lapsi hakee aikuisilta emotionaalisia vihjeitä ja osoittaa aloitteellisuutta sosiaalisissa suhteissa. 9-12 kuukauden ikäinen lapsi oivaltaa tunteiden jakamisen periaatteen ja sen, että hänen tunteitaan voidaan ymmärtää. (Brotherson 2009, 3.)

Kiintymyssuhdeteoria on brittiläisen psykiatrin John Bowlbyn luoma näkemys lapsen tarpeesta olla häntä hoitavaa aikuista lähellä, muodostaa pysyviä ihmissuhteita toisten ihmisten kanssa (Sinkkonen & Kalland, 2001, 7–8). Kiintymyssuhteen avulla lapsi varmistaa aikuisen huolenpidon ja sosiaalisen kontaktin. Kiintymyssuhde on lapsen sisäinen, tunteisiin pohjautuva säätelyjärjestelmä ja on pohjana lapsen tunne-elämän kehitykseen. Kiinnittyminen tapahtuu lapsen kahden ensimmäisen elinvuoden aikana. (Nummenmaa 2010, 179–180.)

Ainsworth on kehittänyt Bowlbyn teoriaa pidemmälle luomalla kiintymysluokittelun. Kiintymyssuhteet Ainsworth jakoi kolmeen ryhmään: turvallisesti kiintyneet, turvattomasti kiintyneet ja kiintymättömät. (Bowlby & Ainsworth 1991, 337.) Nykyisessä luokittelussa jäsenyneet kiintymyssuhteet jaetaan turvallisesti kiintyneisiin ja turvattomasti

kiintyneisiin. Turvattomasti kiintyneet voidaan jakaa välttelevästi ja ristiriitaisesti kiintyneisiin. Kiintymyssuhde voi olla myös jäsentymättömästi kiinnittynyttä. (Silven 2010, 75–77.) Kiintymyssuhteista on tehty runsaasti tutkimusta. Tutkimusjoukkona ovat olleet sekä lapset (esim. Lahikainen & Asikainen, 1983) että aikuiset (esim. Männikkö 1997).

Taapero- ja leikki-ikä kehitys

Vauvan kasvaessa taaperoikään, tunteiden säätely alkaa pikku hiljaa siirtyä vanhemmalta lapselle (Webster-Stratton 2011, 248). Ikävuosina 1-3 lapsi alkaa tunnistamaan oman erillisyytensä. Lapsen uhmaikä on noin 2-3 vuoden iässä, jolloin lapsi tutkii autonomiaansa ja harjoittelee oman tahdon ilmaisemista ja selviämään valintojen vaikeudessa. (Vilkko-Riihelä 1999, 226; Brotherson 2009, 3.) Tunteiden säätelyn oppiminen ei ole synnynnäinen taito, vaan se on opittava kuten käveleminen tai puhuminen (Webster-Stratton 2011, 247). Jotta lapsi oppisi käsittelemään omia ristiriitaisia tunteitaan, häneen ei tulisi suhtautua liian ankarasti, mutta ei myöskään liian välinpitämättömästi (Vilkko-Riihelä 1999, 226).

Lasten hermostolliset ja itsesäätelyominaisuudet kehittyvät eri tahtiin lapsilla. Myös tunnereaktioiden kestot- ja esiintymistiheys vaihtelevat lapsilla. Itsehallinnan oppimiseen vaikuttaa lapsen neurologinen hillitsemisjärjestelmän kypsyminen, lapsen luonne ja kehitysvaiheet, vanhempien ja ympäristön sosiaalisuus sekä tunneopetus päiväkodissa ja koulussa. (Webster-Stratton 2011, 247, 249.) Lapsen kokiessa vihaa aikuisen rauhallinen ja rakastava auttaminen antavat lapselle kokemuksen myötätunnosta, aikuisen huolenpidosta ja halusta suojella lasta (Schulman & Niemi 2013, 134). Vihanpurkaukset lievenevät, kun lapsi oppii kestämään pettymyksiä ja omia negatiivisia tunteitaan (Vilkko-Riihelä 1999, 226). Kielellisen kehityksen myötä lapsi voi alkaa aikuisen avustuksella nimeämään tunteitaan ja viestittämään myös sanoin tunnekokemuksistaan (Brotherson 2009, 3; Webster-Stratton 2011, 248).

Kolmannen ikävuoden aikana lapsi samaistuu samaa sukupuolta olevaan vanhempaan ja hän haluaa olla ihailmansa kohteen kanssa samanlainen ajattelun, tunteiden, asenteiden

ja käyttäytymisen suhteen. Näin lapsi käsittelee omaa pienuuden ja mitättömyyden kokemuksiaan. Tällöin lapsi myös oppii sisäistämään myönteiset mielikuvat läheisistä ihmisistä, mistä hän pystyy hakemaan turvaa hädän ja ahdistuksen hetkellä. Yksilöitymisen seurauksensa lapsi sisäistää kritiikin tai hyväksynnän sen pohjalta, miten häneen suhtaudutaan. Jos lapselle osoitetaan, että tunteiden näyttäminen on hyväksytty ja toivottu asia, hän sisäistää sen osaksi omaa itseään. (Vilkko-Riihelä 1999, 224, 230.) Lasten tullessa tietoiseksi toisista lapsista ja toisten tunteista, lapsen moraalikäsitysten, oikein–väärin -kysymysten, kehittyminen alkaa. Moraalikäsitykset ovat yhteydessä lapsen empatiataidon kehittymiseen. (Isokorpi 2004, 128; Brotherson 2009, 3; Vilkko-Riihelä 1999, 232.)

Leikki-ikässä (4-6 ikävuoden tienoilla) lapsi yhä harjoittelee säätelemään tunteitansa, tarpeitansa, vaatimuksiansa sekä käyttäytymistensä (Brotherson 2009, 3). Lapsi joutuu sopeutumaan aikuisten asettamiin sääntöihin, normeihin ja käyttäytymistapoihin, mitä vastaan hän kapinoi. Lapsella on tähän ikään mennessä kuitenkin kehittynyt oma sisäinen maailmansa ja hän luo mielikuvia ja ajatuskokonaisuuksia tapahtumisista ja tilanteista. Lapsen ylimmän kehityksen kannalta on hyvä, että rajat eivät ole liian löysät, mutteivat myöskään liian tiukat. (Dunderfelt 2011 74, 76.)

Lapsen suhteet vanhempiin ovat dyadisia eli kahdenkeskeisiä. Hän alkaa ymmärtää, että vanhemmat eivät ole vain häntä varten, vaan heillä on keskinäinen suhteensa. Ulkopuolisuuden tunne on lapselle kipeä kohdattava ja pyrkii kompensoimaan mielikuvissaan ja leikeissään hyppäämään aikuisuuteen tai äidin ja isän ohi. (Sinkkonen 2000, 29–30.) Nykylapsuus ei ole enää perhelapsuutta, vaan lapset saavat perheen lisäksi vaikutteita yhteiskunnan ja kulttuurin ilmiöistä päiväkodin, kodin ja erilaisten palvelusysteemien kautta (Korhonen 2002, 64). Lapsen kyky tulla toimeen muiden kanssa vahvistuu, mutta ystävien ja vertaisten kanssa hän saattaa kokea satuttavia tunteita ja hallitsemattomia tunteita, mihin hän tarvitsee aikuisten apua (Brotherson 2009, 3).

Leikki-ikäinen lapsi tiedostaa sukupuoleen liittyvät psyykkiset ja fyysiset erot, mikä näkyy esimerkiksi tyttöjen ja poikien leikkeinä. Leikin myötä lapsen sosiaaliset suhteet laajentuvat. Vaikka leikit ovat mielikuvitusleikkejä, ne heijastavat todellisuutta. Silti lapsi

on tietoinen leikin ja toden rajasta. Joidenkin tutkijoiden mukaan lapsen mielikuvitusyhtävät tukevat lapsen tunne-elämän ja kielen kehittymistä. (Vilkko-Riihelä 1999, 233–235.) Leikki-ikäinen lapsi alkaa ymmärtämään ja ilmaisemaan pelkoa luonnollisista katastrofeista, kuten sodasta, kuolemasta ja muista huolenaiheista (Brotherson 2009, 3). Leikeissä lapsi käsittelee tunne-elämäänsä. Leikit muokkaavat lapsen psyykkisiä kykyjä. (Vilkko-Riihelä 1999, 233–235.)

3.2 Tunnetaidot

Tunnetaitoihin liittyviä käsitteitä on runsaasti, mikä kertoo, että käsitteen määrittely on vielä keskeneräistä ja vakiintumatonta (Kuusela 2005, 28, 40). Yhdysvalloista lähtöisin oleva käsite tunneäly (emotional intelligence), on tullut myös suomalaiseen käsitteistöön tarkoittaen tunnetaitoja (Goleman 2000, 65). Tunneälykäsitteen rinnalla käytetään vaihtelevasti suomenkielisiä vastineita emotionaalinen älykkyys, tunneälytaidot (ks. Simström 2009, 75; Virtanen 2013, 56; Isokorpi 2003, 68) tai sosioemotionaaliset taidot (Kuusela 2006). Tunnetaito-käsite esiintyy suomenkielisessä oppikirjallisuudessa enemmän kuin tunneäly. Käytän jatkossa pääosin tunnetaitokäsitettä. Englannin kielisessä kirjallisuudessa ja eri tutkimuksissa käytetään rinnakkaisina sanoina esimerkiksi: emotional abilities, emotional competence ja emotional intelligence.

Tunnetaidot nousivat tieteellisen ja yleisen kiinnostuksen kohteeksi vuoden 1995 jälkeen, kun Golemanin julkistama Tunneäly -kirja nousi suureen suosioon (Bar-On 2006, 13). Tunneälyteorian uranuurtajina pidetään Saloveyta ja Mayeria, jotka loivat sen Gardnerin moniälykkyysteorian pohjalta, missä älykkyys jaetaan seitsemään osa-alueeseen. Interpersoonallinen ja intrapersoonallinen älykkyys muodostavat tunnetaitojen ytimen. Interpersoonallinen älykkyys on taitoa havaita muiden mielialoja ja motivaatioita ja vastata niihin oikein. Intrapersonallinen älykkyys taas on kykyä ymmärtää ja eritellä omia tunteita ja käyttäytyä niitä kuunnellen. (Salovey & Mayer 1990, 5; Goleman 2000, 60–61; Bar-On 2006, 14.) Salovey ja Mayer olivat ensimmäisiä, jotka sisällyttivät tunneälyn osaksi sosiaalista älykkyyttä ja yhä edelleen molemmat osa-alueet ajatellaan kuuluvan määritelmään (Salovey & Mayer 1990, 5; Bar-On 2006, 13–14).

Tunnetaidot ovat elintärkeitä sisäänrakennettuja taitoja, joita ihminen käyttää jatkuvasti arjessa tietoisesti tai tiedostamatta (Peltonen 2005, 12). Tunnetaitoja on määritelty muun muassa tunteiden ilmaisemisen, ymmärtämisen ja hallitsemisen kautta (Denham ym. 2006, 615; Peltonen 2005, 12–17). Salovey ja Mayer (1990, 6) määrittelevät siihen kuuluvan myös tunteiden hyödyntämisen ajattelussa, millä tarkoitetaan luovaa ajattelua, joustavaa suunnittelua, huomion suuntaamista ja motivaatiota.

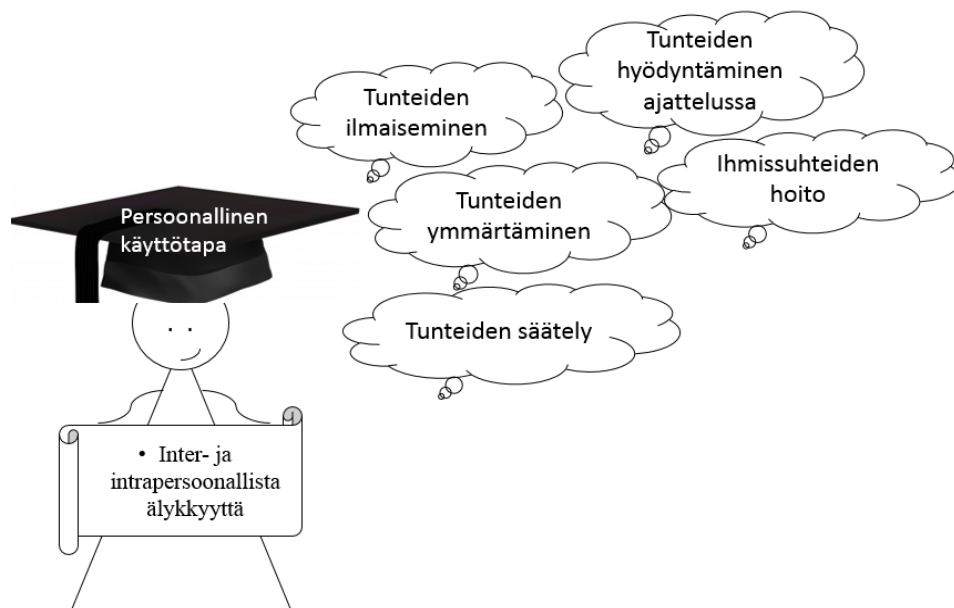
Tunteiden ilmaisemisella tarkoitetaan tunteiden tunnistamista, kokemista ja näyttämistä (Peltonen 2005, 12–13). Saloveyn täsmentää, että tunteiden tunnistamisen avulla ihminen ymmärtää omat todelliset tunteensa eikä ole niin armoilla (Goleman 2000, 65). Lapsella tai aikuisella, jolla on hyvät tunnetaidot, on kyky ilmaista laaja tunteidenkirjo hallitulla intensiteetillä ja kestolla. Tunteiden ilmaisu tapahtuu tarkoituksenmukaisen tunteen pohjalta. (Denham 2006, 615.) Tunneilmasto liittyy tunteiden ilmaisuun: mitä tunteita voi tuoda esiin ja millä tavoin niitä ilmentää eri ympäristöissä (Peltonen 2005, 15).

Tunteiden säätely on kykyä käsitellä tunteitansa ja sovittaa tunteet ja tunteiden voimakkuus olosuhteisiin sopivaksi (Goleman 2000,65; Kemppinen 2000, 4–5) Säädellössään ja hallitessaan tunteitansa, ihminen käyttää sopivia fyysisiä, kognitiivisia ja käytöksellisiä strategioita kasvattaakseen tai hillitäkseen sisäistä tunnekokemusta ja/tai ulkoista tunteiden ilmaisua (Denham 2006, 615; Peltonen 2005, 13).

Tunnetaitojen nähdään olevan tunteiden ymmärtämistä (Denham ym. 2006 615; Goleman 2000, 66). Sillä tarkoitetaan omien ja toisten eri tunteiden tunnistamista ja tunteiden syiden ja seurausten yhdistämistä tapahtumiin (Denham ym. 2006 615). Lisäksi se on sanoittamista ja sanojen lisäksi myös kosketusta, äänenpainoa, elettä, asentoja, tekoja tai tekemättä jättämissä. Tunnetaidot ovat kykyä ottaa ihmissuhteissa tunneviestejä vastaan ja suhtautua niihin sopivalla tavalla. (Peltonen 2005, 15–17.) Empaattisuus liittyy tunteiden ymmärtämiseen, sillä sen myötä ihmisellä on kyky havaita muiden ihmisten pieniä sosiaalisia viestejä ja ymmärtää muiden tarpeita ja toiveita (Peltonen 2005, 16; Goleman 2000, 66).

Saloveyn määritelmässä yhdeksi tunnetaitojen osa-alueeksi nostetaan ihmissuhteiden hoito, jolla tarkoitetaan sosiaalista kyvykkyyttä ja sujuvaa yhteistoimintaa muiden kanssa (Goleman 2000, 66). Perheessä tunnetaidot voivat Rönkän, Kinnusen ja Sallisen (2008) mukaan ilmetä esimerkiksi, kun yksilö antaa toiselle perheenjäsenelle aikaa ja kuuntelee häntä, neuvoo tai ohjaa, auttaa tai osoittaa lämpöä ja hyväksyntää. He näkevät asian tärkeänä, vaativana ja aikaa vievänä, mutta toisaalta abstraktina, huomaamattomana. Tunnetyö perheissä voi heidän mukaansa lisätä tai heikentää sekä yksittäisten perheenjäsenten hyvinvointia, mutta myös kokonaisvaltaisesti perheen hyvinvointia. (Emt., 302.)

Tunnetaitojen osa-alueissa toisilla ihmisillä toiset osa-alueet ovat vahvempia kuin toiset. Tunnekykyjen puutteita voi kuitenkin työllä ja tahdolla muuttaa ja parantaa. Tunnetaidot nähdään persoonallisena älykkyytenä. (Goleman 2000, 65–66.) Jokainen käyttää tunnetaitoja persoonallisella tavalla eikä tarpeen ei ole määrittellä tarkasti, millaisia niiden tulisi olla (Peltonen 2005, 16).



KUVIO 1 Koonti tunnetaidoista muun muassa Denhamin ym. (2006), Peltosen (2005), Saloveyn (teoksessa Goleman 2000), Salovey ja Mayerin (1990) ja Kempin (2000) näkemysten mukaan.

4 Vanhemman kasvatustoiminta

4.1 Vanhemmuus

Aikaisemmin kielenkäytössä ollut termi ”kasvattaminen” on korvautumassa vanhemmuus -käsitteellä, mikä ehkä viittaa muuttuneeseen ajatukseen vanhemmuudesta. Kasvatus -käsite sisältää ajatuksen, että lapsi on passiivisesti kasvatuksen kohteena, kun taas vanhemmuuden käsitteen taustalla oleva ajatus korostaa lapsen ja vanhemman välistä vastavuoroista vuorovaikutussuhdetta, josta vanhempi on pääosin vastuussa. Vanhemmuudella tarkoitetaan äitiä ja isää, jotka auttavat lapsia kasvamaan hyvinvoiviksi aikuisiksi ja myöhemmin myös itse vanhemmiksi. (Leinonen 2004, 177.) Nykyisen käsityksen mukaan jokainen lapsi syntyy aina uuteen perhetilanteeseen. Näin ollen jokaisen lapsen syntymä tuottaa uutta, ainutkertaista vanhemmuutta. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2007, 90, 92.)

Vanhemmuus on läpi elämän mittainen prosessi, joka alkaa lapsen syntymästä. Kerran alettuaan se on peruuttamaton ja sen tehtävät ja roolit muuttuvat jatkuvasti. Vanhemmuuden toteuttamiseen vaikuttaa senhetkinen elämäntilanne, perheen elämänkaaren vaihe sekä sisäiset ja ulkoiset voimavarat. Aikaisemmilla kokemuksilla omasta lapsuudesta ja vanhemmuudesta sekä käsityksillä omista kyvyistä vanhempana on joko auttava tai estävä vaikutus vanhemmuuden tyydyttävään toteutumiseen. Vanhemmuuden yleisimpiä riskitekijöitä ovat psyykinen sairaus, päihderiippuvuus ja puutteellinen kyky hoitaa lasta. (Järvinen ym. 2007, 90, 92.)

Vanhemmuuden kehityshistoria, parisuhde, sosiaaliset verkostot ja työ vaikuttavat vanhemman psyykkisen hyvinvointiin ja persoonallisuuteen ja tätä kautta epäsuorasti vanhemmuuteen ja lapsen kehitykseen. Lisäksi lapsen omat yksilölliset ominaisuudet tuovat lisänsä vanhemmuuden toimintatapoihin. (Belsky 1984, 84–85.) Perheiden arjen ja työelämän yhteensovittamisesta vuorovaikutukseen, jaksamiseen, arjen rytmiin ja haastaviin hetkiin on tutkittu Sallisen, Rönkän, Kinnusen ja Tolvasen (2005) tutkimuksessa. Esille

nousivat läsnäolon puute, ajanpuute, energianpuute ja vanhempien huonommuuden ja syyllisyyden tunteet. Yhdessä vietetyt hetket perheen kanssa kuvattiin myönteisessä välissä, ja kiireettömiä yhdessäolonhetkiä arvostettiin. (Emt., teoksessa Rönkä, Kinnunen & Sallinen, 2008, 295–298, 302.)

Vanhempien tehtäviin kuuluu fyysisistä tarpeista huolehtiminen, kasvattaminen ja opettaminen sosiaalisuuteen, yhteiskunnan sääntöihin ja osalliseksi kulttuuriin (Järvinen ym. 2007, 91). Tehtävät voidaan jakaa biologiseen, psykologiseen ja sosiaaliseen vanhemmuuteen (Gerris 1994, 148) sekä taloudelliseen ja juridiseen vanhemmuuteen (Järvinen ym. 2007, 91). Psykologisella vanhemmuudella tarkoitetaan vanhemman piirteitä ja toimintaa, jonka avulla tuetaan lapsen psykologista identiteettiä ja yksilön älyllistä, sosiaalista, moraalista ja fyysistä eheyttä (Gerris, 1994, 149). Näkisin tunnekasvatuksen kuuluu van psykologiseen vanhemmuuteen lapsen ja vanhemman välillä olevan intiimin, tunnepitoisen vuorovaikutussuhteen vuoksi, mikä sisältää myös kiintymyssuhteen (ks. esim. Nummenmaa 2010, 179; Gerris 1994, 149).

Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus sisältää tunteet, mielikuvat ja arkitilanteet. Tunnetasolla tarkoitetaan vanhemman ja lapsen välistä läsnäoloa, jakamista ja sitoutumista toisiinsa. Mielikuvientaso käsittää, millaisia mielikuvia vanhemmat rakentavat lapsesta ja lapsi vanhemmistaan. Arkitilanteiden taso tarkoittaa lapsen ja vanhemman yhteisiä arjen kokemuksia. (Järvinen ym. 2007, 92.) Hyvinvoinnin edistämässä tärkeimmässä roolissa ovat perheenjäsenten tunnetaidot, johon sisältyvät sekä omat että muiden perheenjäsenten tunteet (Sallinen, Rönkä, Kinnunen & Tolvanen 2005 teoksessa Rönkä, Kinnunen & Sallinen, 2008, 302).

Kempainen (2001) tuo tutkimuksessaan ilmi kolmen eri sukupolven kokemuksia kasvatuksesta ja vanhemmuudesta. Tutkimuksen perusteella vanhemmuus on muuttunut autoritaarisesta ohjaavaan kasvatuskulttuuriin. Tutkimuksen nuorimman sukupolven vastauksissa vanhemmuus näyttäytyy ohjaavana, lapsen asemaan asettumisena, yksilöllisyyden korostamisena sekä lapsen kannustamisena ja kuuntelemisena. (Emt., 17, 122.) Korhosen (2002, 58) mukaan aikojen muuttuessa hierarkiset lapsi–vanhempi -suhteet ovat muuttuneet niin, että aikuisten ylivaltaa korostavat kasvatuskäytänteet enää automaattisesti

toimi. Schulman ja Niemi (2013, 136) tosin näkevät, että suomalaisessa lastenkulttuurissa ruumiillinen kuritus on korvautunut lapsen nolaamisena, pelotteluna, uhkailuna ja kiristämisenä.

Vanhemmuus on toisaalta yleistä ja universaalia, mutta siihen liittyvät arvot vaihtelevat kuitenkin kulttuurien ja aikakausien välillä sekä yksilötasolla tietyn aikakauden kulttuuripiirissä. Vanhemman ajatukset lapsesta sekä itsestä kasvattajana ovat merkityksellisiä, sillä lapsen kasvusuuntaan vaikuttaa se, miten vanhemmat näkevät lapsen ja mitä he odottavat häneltä. Vanhempien arvot vaikuttavat siihen, mitä toimintatapoja vanhemmat pitävät tärkeinä sekä miten he suuntaavat käyttäytymistään ja kasvatustoimintaansa. (Järvinen ym. 2007, 94.) Toimijuus voidaan määritellä neljän osa-alueen kautta: vanhemman omat käsitykset ja uskomukset lapsuuden ja kasvatuskokemuksen pohjalta, lähiympäristön uskomusten ja käsitysten vaikutukset, yleisen kasvatuskulttuurin sääntöjen ja rajojen vaikutukset sekä toiminta osana kasvatuksen uskomusjärjestelmää. Tällä tarkoitetaan asiiantuntijoidenpuhetta, päivähoidon tai koulun kautta saatavaa informaatiota, kasvatustapa, mediaa ja lainsäädäntöä. (Kemppainen 2001, 152.)

Vanhemmuuteen kuuluu erilaisia kehitysvaiheita. Kehitysvaiheiden sisältö ja vanhemman omat kokemukset vanhemmuudesta määrittävät lapsen kehitysvaiheen mukaan ja parisuhteen muutosten myötä. Myös yhteiskunnassa kohdistetaan erilaisia odotuksia eriikäisten lasten vanhempia kohtaan. (Hämäläinen, Kraav & Raudik, 1994, 25; Järvinen ym. 2007, 92.) Usein vanhemmuuden toteuttamisessa koetaan riittämättömyyden tunteita ja epävarmuutta. Täydellistä vanhemmuutta ei ole, eikä siihen pyrkiminen ole tarkoituksaan. Vanhemmuudessa ei koskaan tulla valmiiksi, vaan siinä kasvetaan ja kehitetään koko ajan. (Järvinen ym. 2007, 91, 94.)

4.2 Tunnekasvatus

Tunnekasvatus suomalaisena tieteellisenä terminä on vielä melko tuntematon. Eri kirjoittajat ovat kuitenkin viime vuosikymmeninä käyttäneet kyseistä termiä puhuttaessa van-

hempien tai opettajien tunnetaitojen opettamisesta (ks. esim. Isokorpi 2004, 127; Jalo-vaara 2005, 95; Kempainen 2000, 4). Ulkomaisessa kirjallisuudessa termillä *socialization of emotion* tarkoitetaan toimintaa, jossa kasvattajan toimintatavat nähdään vaikuttavan lapsen tunnetaitojen oppimiseen. Käytän jatkossa tämän termin vastineena pääosin sanaa ”tunnekasvatus”. Mielestäni tunnekasvatus on kuvaavampi kuin ”tunteiden sosiaalistaminen”, sillä sosiaalistaminen käsittää laajemman kulttuurillisen kontekstin. Tätä termiä ei myöskään esiinny tunnekasvatusta koskevassa oppikirjallisuudessa, lukuun ottamatta erästä suomennettua teosta (ks. Webster-Stratton 2011, 249). Tunnekasvatus on kuvaavampi kuin ”tunnetaitojen opettaminen”, sillä opettaminen viittaa usein järjestettyihin, tavoitteellisiin harjoitustilanteisiin. Se on usein epäsuorempaa ja vähemmän tarkoituksemukaista kuin muut kasvattamisen muodot (Denham ym. 2006, 617).

Isokorpi määrittelee tunnekasvatuksen yhteisölliseen ja yksilölliseen tunnekasvatukseen (Isokorpi 2004, 127, 136). Yhteisöllinen tunnekasvatus käsittää ryhmätilanteet, esimerkiksi lapsen päiväkotitai kouluympäristön, joissa tunnetaitoja harjoitellaan tietoisesti ja systemaattisesti (Isokorpi 2004, 136–137). Keskityn tässä kuvaamaan yksilöllistä tunnekasvatusta. Yksilöllisellä tunnekasvatuksella tarkoitetaan lähinnä vanhempien kykyä opettaa lapselle tunnetaitoja. Tunnekasvatustoiminta on perhekohtaista, koska tunteita käsitellään, näytetään ja niistä keskustellaan eri tavoin perheissä. Siksi lapsille kehittyy erilainen tapa ilmaista ja hallita omia tunteita sekä ymmärtää toisten tunteita. (Webster-Stratton 2011, 249.)

Tunnekasvatuksen pohja on vanhemman ja lapsen jokapäiväisessä vuorovaikutussuhteessa. Sekä tarkoituksenmukaisella, että epäsuoralla toiminnalla on vaikutusta lapsen tunnetaitojen kehittymiseen. (Denham ym. 2006, 617.) Hyvässä tunnekasvatustoiminnassa vuorovaikutus lapsen ja aikuisen välillä perustuu tunnerehellisyyteen eli rehelliseen tunteiden ilmaisuun (Kullberg-Piilola 2005, 36; Isokorpi 2004, 133).

Suomalaisessa kirjallisuudessa on yleisesti määritelty, mitä tunnekasvatustoiminta on ja mihin se pyrkii. Mikään muu kasvatuksellinen tekijä ei voi korvata tunnekasvatusta (Kempainen 2000, 4–5). Tunnekasvatuksen tavoitteena nähdään olevan lapsen tunteiden

kehittyminen ja tunneilmaisujen tukeminen. Kasvatuksen tehtävänä on kehittää voimakasta tahtoa niin, että ihminen kykenee elämään rakentavien tunteiden pohjalta ja vahvistamaan näitä tunteita elämässään. (Puolimatka 2004, 41–42, 44.) Tunnekasvatuksella voidaan opettaa lapselle tunteiden havaitsemista, arviointia ja hallitsemista ja sitä voidaan harjoittaa tietoisesti koko lapsuus- ja nuoruusvaiheen ajan (Puolimatka 2004, 41–42; Kempainen 2000, 4–5; Isokorpi 2004, 127). Pyrkimyksenä on lämpimien ihmissuhteiden muodostaminen (Kempainen 2000, 4–5).

Ulkomailla tunnekasvatusta on jaoteltu suoraan ja epäsuoraan kasvatustoimintaan sekä mallintamiseen, lapsen tunteisiin reagoimiseen ja opettamiseen. Suorassa toiminnassa vanhempi välittää selkeästi tunnetaitoja ohjaamalla, keskustelemalla tunteiden säätelystä, neuvomalla ja vahvistamalla tunteiden ilmaisua tai lapsen tunteiden kohtaamista empaattisuudella ja tunteiden säätelyllä. Epäsuorassa toiminnassa lapsi oppii tarkkailemalla, miten vanhempi epäsuorasti tai tiedostamattaan mallintaa omia tunnetaitojansa ja miten hän vastaa muiden tunteisiin. (Sanchez-Nunez ym. 2013, 66.) Pääosin tunnekasvatus jaotellaan kuitenkin *mallintamiseen, lapsen tunteisiin reagoimiseen ja opettamiseen* (ks. esim. Denham ym. 2012, 139; Denham ym. 2006, 618; Denham ym. 1997, 66; Eisenberg ym. 1998, 241, 245). Myös suomalaisessa kirjallisuudessa sivutaan samoja teemoja, vaikei tunnekasvatusta havainnollisteta samalla lailla kolmen osa-alueen kautta.

Vanhemman *mallintaminen* on osa tunnekasvatustoimintaa, sillä lapsi oppii katsomalla, samaistumalla ja kokemalla (Isokorpi 2004, 129). Vanhemman arjessa ilmenevien tunnetaitojen lisäksi tavalla opettaa tunnetaitoja on vahva yhteys (Stern & Elias 2007, 38). Kasvattaessaan vanhempi käyttäytyy automaattisten toimintamalliensa pohjalta eli sen pohjalta, miten häntä on kasvatettu lapsena (Korhonen 2002, 55). Mallintaminen voidaan jakaa tunteiden ilmaisuun, ymmärtämiseen ja säätelyyn. Kasvattaja antaa tietoa lapselle eri tunteiden luonteesta: miten niitä ilmaistaan ja milloin. Ilmaisun lisäksi vanhempi saattaa epäsuorasti opettaa lasta tunnistamaan tunteiden eroja, tunteisiin liittyviä tapahtumia sekä miten eri tunteissa käyttäytyään ja miten muiden tunnereaktioihin vastataan. Vanhemman mallintamat tunteiden säätelystrategiat viestivät lapselle tunteiden luonteesta ja niiden säätelystä. (Denham 2006, 618–620.) Tärkeänä on aikuisen oma malli ilmaista rakentavasti esimerkiksi vihan tunnetta (Schulman & Niemi 2013, 133).

Lapsen tunteisiin reagoimisella tarkoitetaan vanhemman tukevaa tai estävää tapaa reagoida lapsen tunteisiin (Denham ym. 2012, 139). Useissa tutkimuksissa vanhemman reagoimistavat luokitellaan kuuden erilaisen tavan mukaan, joista myönteisiä reagoimistapoja ovat tunneilmaisua tukevat reaktiot, tunteeseen keskittyneet reaktiot ja ongelmaan keskittyneet reaktiot. Kielteisiä reagoimistapoja ovat ahdistuneet reaktiot, rankaisevat reaktiot, vähättelevät reaktiot. (Perlman ym. 2008, 310.)

Tunneilmaisua tukevassa tavassa vanhempi esimerkiksi rohkaisee lasta puhumaan vaikeista tunteistaan tai selittää lapselle negatiivista tunnetilaa. Tunteisiin keskittyvässä toiminnassa pyrkimyksenä on auttaa lasta voimaan paremmin esimerkiksi lohduttamisen kautta. Ongelmaan keskittymällä vanhempi auttaa lasta ratkaisemaan ahdistusta tuottavan asian esimerkiksi tarjoamalla vaihtoehtoja. (Eisenberg & Fabes 1994, 142–143.) Tunneilmaisuiden rankaisemisessa vanhempi ei salli lapsen näyttää tunteitaan tai kysyä tunteistaan (Denham ym. 2006, 623). Esimerkiksi lapsen alkaessa itkemään vanhemmat käskivät hänen mennä yksin omaan huoneeseensa. Vähättelevässä tavassa vähättelyn kohteena voivat olla lapsen ongelma tai lapsen kokema ahdistus. Vanhempi voi puhua esimerkiksi ylireagoimisesta. Vanhemman ahdistuneet reaktiot voivat ilmetä esimerkiksi lapsen välttelynä tai lannistavana tapana suhtautua lapseen. (Eisenberg & Fabes 1994, 142–143.)

Gottmann ja Declaire (1997) määrittelevät tunnekasvatuksen yhteydessä termin ”tunnevalmentajat” (emotion coaches). Tunnevalmentajavanhemmat ovat tietoisia lastensa tunteista ja sallivat lapsen ilmaista myös negatiivisia tunteita. He näkevät tunteet mahdollisuutena olla lasta lähellä ja opettaa tunnetaitoja. Lisäksi he kuuntelevat empaattisesti ja vahvistavat lapsen tunnetta. (Emt., 24–25.) Myös Isokorven ja Kemppisen mukaan lapsen on hyvä saada kokea kaikenlaisia tunteita ja aikuisen tehtävänä on reagoida niihin sopivalla tavalla (Isokorpi 2004, 127–131; Kemppinen 2000, 4–5). Tunteiden reagoimisessa keskiöön nousee emotionaalinen tuki eli aikuisen eläytymiskyky, samaistuminen ja ymmärrys lapsen sisäisiin kokemus- ja merkityks maailmoihin ja tunteisiin (Kemppinen 2000, 4–5). Lapselle on tärkeä osoittaa hyväksyntää myös silloin, kun lapsi on vihainen (Schulman & Niemi 2013, 133).

Tunteiden säätely nähdään kuuluvan vanhemman tunnekasvatustoimintaan (Gottman, Katz & Hooven 1997, 48). Tunteiden säätelyllä tarkoitetaan esimerkiksi tunteiden tunnistamista ja hillitsemistä (Isokorpi 2004, 127; Kempainen 2000, 4–5). Vanhemman tehtävänä on opettaa lasta ilmaisemaan tunteitaan sääntöjen mukaisesti ja sopivalla tavalla, opettaa lapselle tunteiden luonnetta ja strategioita käsitellä tunteita sekä auttaa lasta rauhoittamaan tunnetilan intensiivisyyttä (Gottman ym. 1997, 48–49). Myönteiset, tukeavat reagoimistavat ovat pohjana lapsen tunteiden säätelyn oppimiselle (Denham 2006, 625).

Rajojen asettaminen kuuluu osana tunnekasvatukseen, sillä tätä kautta lapsi harjoittelee tunteidenhallintataitojansa (Stern & Elias 2007, 39–40; Gottman & Declaire 1997, 24–25). Ihmissuhteiden kautta lapsi oppii rajojen, sääntöjen, ohjeiden ja kurin merkityksen sekä oppii muun muassa ymmärtämään, miten omien tarpeiden ja toiveiden kanssa voi selvitä (Isokorpi 2004, 128). Vanhemmat kokevat rajojen asettamisen usein vaikeaksi, koska silloin vanhempi tuottaa lapselle vaikeita tunteita ja joutuu vastaanottamaan nämä tunteet (Stern & Elias 2007, 39–40). Rajojen asettamisessa on tärkeä kertoa lapselle syystä ja sopia etukäteen seurauksista (Stern & Elias 2007, 39–40).

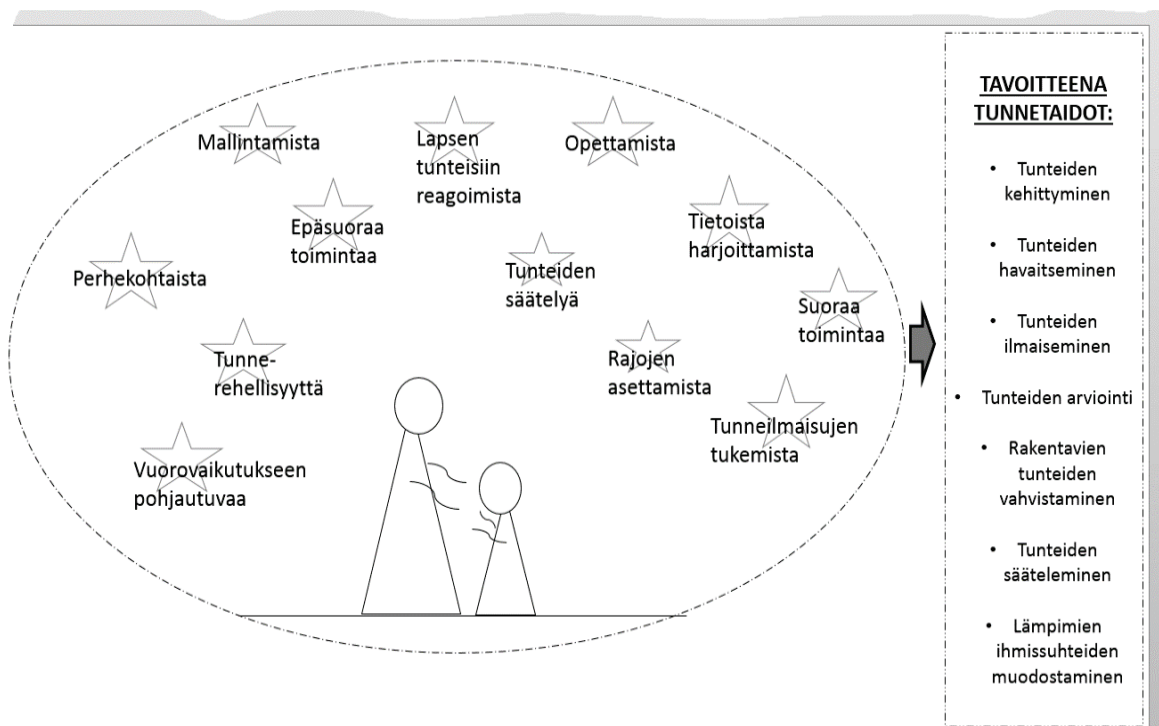
Repo ja Korhonen eivät ole varsinaisesti määritelleet tunnekasvatusta, mutta puhuvat rajojen asettamisesta vanhempainkasvatuksessa. Käskyjen, kieltojen ja sääntöjen sijaan tulisi enemmän opettaa sitä, mistä rajat syntyvät ja miten opettaa oikean ja väärän rajaa ilman kurikasvatusta (Korhonen 2002, 56). Rajojen asettaminen ei tarkoita lapsen rankaisemista. Syliin ottaminen ei ole palkinto kiukuttelusta vaan huonosti käyttäytyvälle lapselle saa osoittaa empatiaa, vaikka aikuinen ohjaisi ja pitäisi rajoista kiinni. Myös huonosti käyttäytyvä lapsi kaipaa tunnetta, että hänet hyväksytään ja hänestä voidaan iloita. On tärkeää, että vanhempi osoittaa huonosti käyttäytyvälle lapselleen paheksunnan kohdistuvan tekoon eikä lapsen itseensä. Lapsella on oltava mahdollisuus korjata virheitään, pyytää ja saada anteeksi. (Repo 2013, 21.)

Tunteiden *opettamisella* tarkoitetaan tunteiden nimeämistä, tunteista keskustelemista ja tilanteiden syyseuraussuhteiden selventämistä, mitkä antavat lapselle välineitä ymmärtää tunteiden luonnetta (Denham ym. 2012, 139; Denham ym. 2006, 622; Gottman, ym.

1997, 48–49; Isokorpi 2004, 129). Opettaminen auttaa lasta kiinnittämään huomiota emotionaaliseen vihjeeseen ja näin ollen ymmärtämään sosiaalista vuorovaikutusta (Denham ym. 2006, 622). Keskustelun myötä lapsi voi oppia nimeämään tunteitaan (Getzler ym. 2005, 608) sekä reagoimaan ja säätelemään niitä sopivalla tavalla (Denham ym. 2006, 622–623; Eisenberg ym. 1998, 255). Jos aikuinen ohjaa lasta harhaanjohtavasti, lapsen kyky ymmärtää tunteita vääristyy (Denham ym. 2006, 622).

Perinteisessä suomalaisessa kulttuurissa ei ole ollut tapana puhua tunteista avoimesti ääneen. Puhumisen avulla lasta kuitenkin opetetaan ottamaan vastuu tunteistaan. Aikuinen voi kysyä myös lapselta itseltään, miten hän kuvaa vihan ja kiukun tunteitansa, sillä on tärkeää, että lapsen oma näkökulma asiaan tulee näkyväksi. Lapsen tunnesanasto voi olla suppeaa ja tukena voidaan käyttää satuja, kertomuksia, leikkiä ja piirustuksia. (Schulman & Niemi 2013, 133–135.)

VANHEMMAN YKSILÖLLINEN TUNNEKASVATUSTOIMINTA



KUVIO 1 Koonti luvussa esitellyistä vanhemman tunnekasvatustoiminta -näköyksistä

4.3 Tutkimukset vanhemman tunnekasvatustoiminnasta

Yleisesti ottaen vanhemmuutta on tutkittu eri puolilta pääosin psykologian, kasvatustieteiden ja sosiologian aloilla (Gjerlstad, 2009, 203). Valkosen mukaan kasvatustieteissä on tehty melko vähän vanhemmuuteen liittyviä tutkimuksia. Vanhemmuuden tutkimisessa tapahtui merkittävä muutos 1950–1960 - luvuilla muun muassa Bowlbyn ja Ainsworthin kiintymyssuhde -tutkimusten myötä, kun vanhemmuus alettiin nähdä lapsen ja vanhemman välisenä vuorovaikutuksellisenä ilmiönä. (Valkonen 2006, 11–12.) Tunnetaitojen opettaminen linkittyy vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen.

Vanhemmuutta on määritelty 1960 -luvulta lähtien myös Diana Baumrindin teorian, vanhemmuustyylien kautta: autoritaarinen, auktoritatiivinen, salliva, laiminlyövä (Baumrind 1991, 62). Vanhemmuustyylit ovat jatkumolta, niin, että vanhemman toimintatapa lämpimyyden ja läheisyyden ja etäisyyden ja vihamielisyyden välillä voi jonkin verran vaihdella (Leinonen 2004, 178). Vanhemmuutta on tutkittu myös lapsikeskeisyyden ja aikuiskeskeisyyden kautta. Lapsikeskeinen kasvatus nähdään auktoritatiivisena ja aikuiskeskeinen kasvatus autoritaarisena. (Pulkkinen 1994, 38.) Auktoritatiivinen vanhempi ottaa lapsen tarpeet huomioon, ohjaa ja kannustaa, mutta asettaa myös rajat. Autoritaarinen vanhempi on vaativa, epäjohdonmukainen, rankaiseva, ei keskustele lapsen kanssa eikä ota kasvatuksessa lapsen näkökulmaa huomioon. (Pulkkinen 1994, 38–39; Baumrind 1991, 62.)

Paletti -tutkimuksessa (2009) tutkittiin vanhempien itsearvioimia kasvatustyyliä arjen kasvatustilanteista ja vanhemmuuden asenteista ja ajatuksista 40 väittämän kautta. Tutkimus osoitti vanhempien olevan hyvin auktoritatiivisia, mikä saattaa merkitä kasvatustilanteisiin muutosta, autoritaarisuuden vähentymistä. Määrällisten arvioiden mukaan vanhemmat korostivat lämpimyyttä, rajojen asettamista, lapsen kuuntelemista ja neuvottelevuutta. Avoimet vastaukset antoivat rosoisemman kuvan vanhemmuuden toteuttamisesta. Omin tunteiden hallinta saattoi heikentää tällaista toimintaa, erityisesti silloin vanhemmat kokivat itsensä väsyneiksi. Silloin saattoi huutaa lapselle tai olla kärsimätön. (Kivijärvi, Rönkä, Hyväluoma 2009, 54–55.)

Koska vanhemman vanhemmuustyylillä on merkitystä lapsen kehitykseen, sillä voidaan olettaa olevan merkitystä myös lapsen tunnetaitojen oppimiseen. Tutkimuksia vanhemmuustyilien ja lasten tunnetaitojen välisestä yhteydestä ei kuitenkaan ole. (Alegren 2011, 58.) On oletettavaa, että vanhemmuustyyli ja tunnekasvatus liittyvät toisiinsa lämpimyys–kontrolloivuus -ulottuvuuksien kautta, mutta eivät ole päällekkäin (Denham ym. 2006, 617). Tutkijat ovat kiinnostuneita kehittämään erityisesti lapsille tunnetaito-ohjelmia, koska niiden käytöllä on huomattu olevan positiivinen vaikutus (Alegre 2011, 58–59). Esimerkiksi tutkimuksessa, jossa 6-vuotiaat lapset osallistuivat 12 viikon ajaksi tunnetaito-ohjelmaan, huomattiin, että lasten tunnetaidot olivat kehittyneet paremmiksi tutkimuksen aikana (Ulutas & Ömeroglu 2007, 1371).

Sosio-emotionaalisten taitojen kehittymisen uranuurtavina tutkijoina ovat olleet 1980-luvulta lähtien yhdysvaltalaiset kehityspsykologit Denham Susanne ja Nancy Eisenberg. Useat tämän aihealueen tutkijat näkevät tunnetaitojen perustan olevan vanhempien tunnekasvatustoiminnassa (ks. esim. Denham, ym. 2006, 615; Perlman ym. 2008, 309; Gottman & DeClaire 1997, 23, 27). Esiin kuitenkin tuodaan, että nykyistä enemmän pitäisi tutkia, mikä merkitys lapsen sisarruksilla ja muulla lapsen lähiympäristössä olevilla henkilöillä, esimerkiksi opettajilla, on lapsen tunnetaitojen oppimiseen (Denham ym. 2012, 140; Tirkkonen ym. 2004, 56; Eisenberg ym. 1998, 267). Vanhempien tunnekasvatustutkimukset ovat pääosin 1990-luvulta, tai 2000-luvun alkupuolelta, mutta yhä edelleen valalla, mitä hyödynnetään myös uusimmissa tutkimuksissa (ks. Sanchez-Nunez ym. 2013; Denham ym. 2012; Neitola 2011).

Suomalaisia tutkimuksia koskien vanhempien tunnekasvatustoimintaa on vaikea löytää. Peltokorpi (2008, 15–16) toteaa samaa, että tunteiden hallinnan tutkiminen on lähestulkoon kokonaan vieraskielisen tutkimustiedon varassa. Neitolan (2011) tutkimus lasten sosiaalisen kompetenssin tukemisesta ja vanhempien toimintatavoista on vastaavanlainen tutkimusaihe kuin vanhempien tunnekasvatustoiminta. Neitola myös toteaa, että tutkimukset sosiaalisten taitojen yhteydestä perheessä oleviin tekijöihin ei ole Suomessa vielä kovin laajaa, vaikka kiinnostus aiheetta kohtaan on viriämässä. (Emt., 238.) Näin on myös tunnetaitojen kohdalla. Viime vuosina on tehty muutamia tunnekasvatukseen liittyviä pro

gradu -tutkielmia, mutta ne käsittelevät pääosin tunnekasvatustoimintaa kouluympäristössä (ks. esim. Bredbacka 2013; Kirvesoja 2013; Karjalainen & Savolainen 2008; Hyrkäs 2006).

Vanhemmat yleensä jakautuvat niihin, jotka eivät ohjaa lasten tunnetaitojen kehittymistä ja niihin, jotka tietoisesti ohjaavat (Gottman & Declaire 1997, 24–25). Yleisimmin tunnekasvatusta on tutkittu vanhemman mallintamisen, lapsen tunteisiin reagoimisen ja opettamisen kautta. Vanhempien tunnetaitojen mallintaminen, vastuun ottaminen lapsen tunteista ja tietoinen opettaminen on tärkeä leikki-ikäisen lapsen tunnetaitojen ennustaja ja samalla myös sosiaalisten taitojen ennustaja. Tunnekasvatuksella on positiivinen vaikutus lapsen sosiaalisiin vuorovaikutusympäristöihin. (Denham ym. 1997, 81.) Neitolan (2011, 4) tutkimuksessa vanhemmat, joiden lapsilla ei ollut ongelmia vertaissuhteissa, olivat sensitiivisempiä, vastavuoroisempia ja huomioivat lähtökohtaisesti paremmin lapsen näkökulmaa ja tarpeita kuin ne vanhemmat, joiden lapsilla oli sosiaalisia ongelmia vertaissuhteissa.

Vanhempien tunteiden ilmaisemisella on yhteys lasten sosio-emotionaalisille taidoille. 3–4 -vuotiaita lapsia ja heidän vanhempiaan tutkiessaan Denham ja Kochanoff (2002) huomasivat, että vanhempien myönteiset tunneilmaisut kannustavat lapsia ilmaisemaan tunteitaan. Nämä tilanteet puolestaan luovat mahdollisuuksia puhua tunteista, mikä vaikutti myönteisesti lapsen tunnetaitojen kehittymiseen. Tutkimus antoi viitteitä, että äitien ja isien roolit ja vaikutukset tunnekasvattajina ovat erilaisia. (Emt., 311, 335.) Vanhempien myönteisellä tunteiden ilmaisulla ja tavalla reagoida leikki-ikäisen lapsen tunteisiin on osoitettu edesauttavan lasten sosiaalisten taitojen oppimista. Tunteiden ohjaaminen kehittää lasten tunteiden ymmärtämistaitoja paremmaksi. (Denham ym. 1997, 65.) Lisäksi Eisenbergin ym. (2003) tutkimuksessa äitien myönteisellä tunteiden ilmaisutavalla oli yhteys lasten tunteiden säätelyyn. Lasten tunteiden säätely vaikutti lasten sosiaalisiin taitoihin ja sosiaaliset taidot vaikuttivat äitien tunteiden ilmaisuun. (Emt., 3, 15.)

Vanhempien tunteiden säätelyllä on yhteys lasten tunteiden säätelytaitoon. Vanhemmat, jotka Perlmanin ym. (2008) tutkimuksen mukaan kykenivät säätelemään omia tunteitansa, pystyivät paremmin suuntaamaan oman voimakkaan tunnereaktion sivuun. Näin

ollen he kykenivät tehokkaammin vastaamaan lastensa tunnereaktioihin. Kyseissä tutkimuksessa autonomisella hermostolla oli myös vaikutusta vanhempien tunteiden säätelyyn. Mitä paremmin vanhempi kykeni säätelemään omia tunteitaan, sitä toivotumpia vanhemman toimintatavat olivat ja sitä parempaa tunnetietoisuutta osoittivat myös heidän lapsensa. (Emt., 313.) Tirkkoson ym. (2004, 54) tutkimuksessa vanhemman ja lasten tunteiden säätelystrategiat olivat yhteydessä toisiinsa, lapsilähtöinen vanhemmuus oli osittain yhteydessä lapsen tunteiden säätelystrategioihin ja sukupuoliellä näytti olevan merkitystä tunteiden säätelyyn.

Tunnekasvatuskäytänteiden ja vanhempien tunteiden säätelyn yhteyttä persoonallisuuden piirreteorian pohjalta on myös tutkittu (Hughes & Gullone 2010). Tunnekasvatustoiminnan ja vanhempien tunteiden säätelyn välillä oli joitakin yhteyksiä, vaikkakin tunteiden säätely selittyi vain vähän persoonallisuuden mukaan. Tulokset kuitenkin osoittavat, että vanhempien yksilölliset persoonallisuuspiirre-erot näkyvät myös tunnekasvatustoiminnassa. (Emt. 694, 699.)

Vanhempien tunteiden ilmaisua, parisuhteen konflikteja ja vanhempien parisuhteeseen tyytyväisyyden yhteyttä lasten tunteiden ymmärtämisen kehittymiseen tutkittiin Nixonin ja Watsonin (2001) tutkimuksessa. Erityisesti äidit, jotka ilmaisivat myönteisemmin tunteitaan, olivat tyytyväisempiä parisuhteeseensa. Vanhempi joka ilmaisi enemmän negatiivisia tunteita, koki parisuhteessa olevan ristiriitoja ja oli tyytymättömämpi parisuhteeseensa. (Emt., 313–314.) Parisuhteen laadulla ja perheilmapiirillä on, mitä ilmeisimmin yhteys. Kettusen ja Kratsin (1996) tutkimuksessa optimistinen ja luottavainen perheilmapiiri välitti turvallista kiintymyssuhdetta lapsen ja aikuisen välillä ja lapsikeskeistä kasvatusta. Tämä näkyi lasta arvostavana ja lapsen tarpeita huomioivana vanhemmuutena. (Emt., teoksessa Kettunen, Krats & Kinnunen 1997, 88.) Kodin lämpimällä tunneilmastolla ja välittämisen ilmapiirillä on yhteys Haverisen ja Martikaisen (2004, 65) tutkimuksen mukaan nuorten hyvinvointiin ja kokemukseen hyvästä kasvuympäristöstä.

Useissa tutkimuksissa on tutkittu vanhempien reagoititapoja lapsen negatiivisia tunteita kohtaan ja huomattu, että tavalla reagoida lapsen tunteisiin on vaikutusta lapsen sosio-emotionaalisiin taitoihin (ks. esim. Eisenberg ym. 1994; Eisenberg ym. 1998; Eisenberg

ym. 1996; Getzler ym. 2005; Perlman ym. 2008). Äitien tunnereaktiot 4- ja 6 -vuotiaiden lasten negatiivisia tunteita kohtaan ja niiden yhteyttä lasten temperamenttiin ja käytökseen vihantunteissa on tutkittu Eisenbergin ja Fabeksen (1994) tutkimuksessa. Tutkimus osoitti, että vanhemman myönteiset reagoitavat ovat myönteisessä yhteydessä lasten sosiaalisiin taitoihin, kun taas kielteiset reagoitavat vaikuttavat kielteisesti lasten sosiaalisiin taitoihin. (Emt., 138.)

Vanhemman tavalla reagoida lapsen tunteisiin ja sen vaikutuksella lapsen sosiaalisten taitojen yhteydelle on saatu vahvistusta myös muissa tutkimuksissa. Eisenbergin ym. (1996) mukaan vanhemman myönteiset reagoitavat olivat positiivisessa yhteydessä lasten sosiaalisiin taitoihin ja negatiivisista tunteista selviytymiseen. Äitien ja isien vähättelevät reaktiot olivat yhteydessä lapsen alhaisempiin sosiaalisiin taitoihin ja vaikeuteen selviytyä tunteista. (Emt., 2227.) Myös Eisenbergin ym. (1998, 243) toisessa tutkimuksessa vanhemman negatiivinen tunneilmaisu ja negatiiviset reaktiot lasta kohtaan yhdistyivät lapsen negatiiviseen tunteiden ilmaisemiseen ja heikensivät lapsen sosiaalisia taitoja.

Tunteista keskustelemisella on huomattu olevan myönteinen vaikutus lapsen tunteista selviytymisstrategioihin Gentzlerin ym. (2005) tutkimuksessa. Lapset, joilla oli rakentavimmat tunteista selviytymiskeinot pystyivät keskustelemaan vapaasti tunteistaan vanhempien kanssa. Näiden lasten vanhemmat olivat tukea-antavia ja auttoivat lapsia emotionaalisesti kuormittavissa tilanteissa. (Emt., 591, 607–608.) Tunteiden opettaminen saattaa auttaa lasta ymmärtämään emotionaalisia viestejä ja se voi edesauttaa lapsen sosiaalisten taitojen oppimista ja pärjäämistä sosiaalisissa kanssakäymisessä (Denham ym. 2006, 622).

Vanhempien tunnetaitoja voidaan tietoisesti kehittää tunnetaito-ohjelmien avulla, ja sillä on merkitystä lasten tunnetaitojen oppimiseen. Havighurstin ym. (2010) tutkimustulosten mukaan tunnetaito-ohjelman myötä vanhempien tietoisuus tunteista ja tunteiden säätely paranivat. He myös osoittivat toivotumpaa ohjaamistapaa tunteisiin liittyvissä tilanteissa ja keskustelivat enemmän lapsen kanssa tunteista, syistä ja seurauksista. Vähättelevät asenteet ja reaktiot lasten tunteita kohtaan vähenivät. Tällä oli myönteinen vaikutus lasten kykyyn ymmärtää tunteita ja käyttäytymiseen. (Emt., 1342.)

Lasten tunnetaidot, tunneilmaisujen säätely ja tietoisuus omista ja toisten tunteista on ratkaisevan tärkeä koulumenestyksen ja sosiaalisiin suhteiden kannalta. Gottmanin ja Declairen (1997) mukaan vanhempien tunnetaitojen opettaminen vaikuttaa lasten fyysiseen toimintakykyyn, koulutyöskentelyyn sekä käytösongelmien ja väkivaltataipumuksen vähenemiseen. Nämä lapset kokivat useammin positiivisia tunteita kuin negatiivisia tunteita ja kykenivät paremmin selviytymään ja rauhoittumaan voimakkaista negatiivisista tunteuksista tai ahdistuksesta. (Emt., 24–25.)

Tunnekasvatusta on tutkittu laajasti mallintamisen, lapsen tunteisiin reagoimisen ja jonkin verran myös opettamisen kautta. Kuitenkin monissa osa-alueissa on yhä aukkoja, mitä ei ole tutkittu ollenkaan tai mistä tutkimustulokset ovat vielä vähäisiä, esimerkiksi keskilapsuudessa sanoittamisesta ja tunteista keskustelemisesta (ks. Denham ym. 2006, 622), isien tunnekasvatustoiminnasta (ks. Denham & Kochanoff 2002, 337), vertaisten, sisarusten (ks. Tirkkonen ym. 2004, 56) tai opettajien merkityksestä lasten tunnetaitojen kehittymiseen (ks. Denham ym. 2012, 137). Lasten tunnetaitojen tutkimisessa on tärkeää ymmärtää, minkä mekanismien kautta lasten tunnetaidot kehittyvät. Tulevaisuuden tunnekasvatustutkimus tulee mahdollisesti keskittymään vanhempien sijasta varhaislapsuuden opettajien tutkimiseen. (Denham ym. 2012, 137.)

5 Tutkimuksen toteutus

5.1 Tutkimuskysymys

Tunnereaktiot kuuluvat perustavanlaatuisena osana ihmisyyteen (Turunen 2004, 160). Vauvan kasvaessa taapero- ja leikki-ikään, tunteiden säätely alkaa pikku hiljaa siirtyä vanhemmalta lapselle (Webster-Stratton 2011, 248). Siitä huolimatta leikki-ikäinen tarvitsee paljon tukea tunne-elämänsä kehittymiseen. Tunteiden säätelyn oppiminen ei ole synnynnäinen taito (Webster-Stratton 2011, 247). Varhaislapsuudessa luodaan lapsen tunne-elämän ja tunnetaitojen perusta (ks. Nummenmaa 2010, 166–167; Brotherson 2009, 2), jolla on vaikutusta läpi elämän. Tunnetaitoja ihminen käyttää jatkuvasti arjessa tietoisesti tai tiedostamatta (Peltonen 2005, 12).

Lapsen tärkein vuorovaikutussuhde on lapsen ja vanhemman välinen suhde (Alegre 2011, 57) ja siksi vanhemmat ovat tärkeimpiä vaikuttajia luomaan perustaa lapsen tunnetaidoille (Denham ym. 2006, 615; Perlman ym. 2008, 309; Gottman & DeClaire 1997, 23, 27; Stern & Elias 2007, 37). Tieto siitä, millaisia seurauksia vanhemman toiminnalla on lapsen tunne-elämän kehittymiseen, auttaa vanhempia suuntamaan toimintaansa suotuisaan suuntaan. Tutkimukseni tavoitteena on selvittää asiantuntijoiden näkökulmaa, miten perheneurolapsykologit näkevät vanhemman hyvän tunnekasvatustoiminnan, kun kyseessä on leikki-ikäinen lapsi.

Tutkimuskysymykseni on:

1. Millainen vanhemman tunnekasvatustoiminta tukee leikki-ikäisen lapsen tunnetaitojen kehittymistä perheneurolapsykologien näkemysten mukaan?

Tutkimustehtäväni rajautui vaiheittain. Alkuperäinen ajatukseni oli tutkia neurolapsykologien näkemyksiä lasten tunne-elämän kehityksen häiriöistä ja tunne-elämää tukevista

keinoista kotikasvatuksessa. Koin aiheen kuitenkin liian laajaksi ja pohdin myös neuvo-
lapsykologien etiikkaan kuuluvia salassapitokysymyksiä. Kirjallisuutta lukiessa tutustuin
käsitteeseen tunnekasvatus. Tämä vaikutti hyvältä ja tärkeältä tutkimusaiheelta. Tämä ai-
heen myötä tutkimukseni ankkuroituu hyvin myös kasvatustieteen kentälle. Näkökul-
maksi valitsin vanhempainkasvatuksen, koska kotona vanhemmat kohtaavat erilaisia tun-
nekasvatustilanteita kuin esimerkiksi päiväkotiympäristössä ammattikasvattajien toteut-
taessa tunnekasvatusta.

Vanhemmuuteen ja kotikasvatukseen liittyvät teemat ovat alkaneet kiinnostaa viime ai-
koina niin tutkijoita, ammattiauttajia kuin tavallisia kasvattajiakin. Käytännön tiedon li-
säksi tarvitaan objektiivisuuden pyrkivää tutkimustietoa. (Rönkä & Kinnunen 2002, 4,
7.) Vanhemmat kasvattajina eivät ole mielestäni objektiivinen kohderyhmä. Omasta kas-
vatustoiminnasta keskusteleminen voi olla vanhemmille arka aihe, joka nostaa vanhem-
missa monenlaisia tunteita esiin. Perheneurolapsykologeilla on myös koulutuksensa ja
käytännön työnsä pohjalta näkemystä, millainen tunnekasvatustoiminta tukee lapsen ke-
hitystä ja tunnetaitojen oppimista, sillä he tapaavat työssään erilaisia perheitä, vanhempia,
lapsia ja myös erilaisia tapoja toteuttaa kasvatusta. Muotoilin tutkimuskysymyksen riittä-
vän yleiselle tasolle eettisyyden ja aineiston saannin vuoksi. Näin ollen tutkimus antaa
informaatiota jokaiselle vanhemmalle, joka miettii kasvattajana lapsensa tunnetaitojen
opettamiseen liittyviä kysymyksiä ja keinoja.

5.2 Fenomenografia käsitysten tulkitsijana

Tieteenalana fenomenografia on vielä nuori. Tutkimussuuntaus on syntynyt 1970-luvulla
käytännön tarpeesta kasvatustieteen tieteenalalla, kun Göteborgin yliopistossa Ference
Marton tutkimusryhmänsä kanssa alkoi tutkia opiskelijoiden oppimiskäsityksiä. (Marton
1986, 36.) Sanan fenomenografian pohjalla ovat kreikankieliset käsitteet ”fainesthai”,
joka tarkoittaa ilmenemistä, esiintymistä sekä ”graphein” eli ”grafia”, joka tarkoittaa jon-
kin kuvaamista (Uljens 1991, 82).

Pääosin fenomenografiaa on käytetty kasvatustieteellisissä tutkimuksissa: opetusta, oppimista ja kasvatusta koskevissa tutkimuksissa. Fenomenografian myötä kasvatustieteelliset tutkimukset ovat siirtyneet käyttäytymisen tutkimisesta ajattelun tutkimisen suuntaan. (Niikko 2003, 7.) Tutkimussuuntauksen kolme päälinjaa ovat olleet kiinnostus oppimista ja oppimistuloksia kohtaan, kiinnostus oppimiseen ja oppilaiden käsityksiin, kun kyseessä on jokin tietty oppiaine sekä lisäksi kiinnostus ihmisten elämässä olevien muiden käsitysten tutkimista kohtaan (Marton 1986, 37–38). Oma pro gradu -tutkimukseni kohdentuu viimeisenä mainittuun tutkimusalueeseen. Tunnekasvatus pohjautuu kasvatuksellisiin kysymyksiin, joten fenomenografia on luonteva lähestymistapa tutkimukselleni.

Fenomenografian lähtökohtia pidetään ongelmallisina, koska jopa tieteenharjoittajat mieltävät peruslähtökohdat eri tavoin. Alun alkaen fenomenografian syntyminen ei ollut yhteydessä teoreettisiin visioihin tai filosofisiin lähtökohtiin. Näistä on alettu puhua 1990-luvulta alkaen, jolloin fenomenografian yhteyksiä alettiin etsiä fenomenologiasta. (Niikko 2003, 7,11.) Fenomenografian kehittelijät Marton ja Booth (1997) eivät itse ole pitäneet fenomenografiaa itsessään metodina, vaikka he näkevät, että siinä on mukana myös metodologisia aineksia. Heidän mielestään fenomenografia ei ole myöskään teoriaa, vaikka sen pohjalta voidaan päätellä teoreettisia elementtejä. Lähtökohtaisesti perustajat ovat pitäneet fenomenografiaa lähestymistapana. (Emt., 111.) Myös nykyisin fenomenografia mielletään pääasiassa lähestymistavaksi (Valkonen 2006, 20). Osa tutkijoista on kuitenkin pyrkinyt löytämään fenomenografialle teoreettisia perusteluja ja mieltää sen metodologiseksi suuntaukseksi (Niikko 2003, 7).

Fenomenografian filosofiset juuret ajatellaan olevan Piaget'n tutkimuksissa, hahmopsykologiassa, fenomenologiassa ja sillä on myös yhtymäkohtia psykologiaan (Häkkinen 1996, 6; Marton 1986, 32). Läheisin yhteys fenomenografialla on fenomenologiaan. Näillä kahdella tutkimussuunnalla on yhteisiä käsitteitä käytössään ja molemmissa vaikuttaa fenomenologinen filosofia. (Niikko 2003, 43–44.) Niikon (2003, 43–44) mukaan fenomenografian ja fenomenologian käsitteistöä ei kuitenkaan saa sekoittaa keskenään eikä fenomenografiasta puhua fenomenologiana. Fenomenologia on filosofiaan pohjautuva metodi, jolla on teoreettiset juurensa (Marton & Booth 1997, 116), eikä sitä voida suoraan soveltaa empiirisesti pohjautuvaan fenomenografiaan (Niikko 2003, 43–44).

Lähtökohtana fenomenografiassa on ajatus, että kun ihmiset lukevat, kuuntelevat tai yrittävät ratkaista jotain ongelmaa, he tekevät sen laadullisesti eri tavoin (Marton & Booth 1997, 112; Uljens 1991, 82). Fenomenografia kuvaa, miten ihmiset kokevat, käsittävät, havaitsevat ja ymmärtävät eri näkökulmia ilmiöistä ja heitä ympäröivästä maailmasta. Tämä on nähtävissä myös omassa aineistossani. Perheneuvolapsykologit näkivät tunnekasvatuksen teemat omalla henkilökohtaisella tavallaan. Tutkijana en ole kuitenkaan kiinnostunut, mistä tutkittavien käsitykset ovat syntyneet (ks. Marton 1986, 31; Uljens 1991, 82; Marton & Booth, 1997, 121). Yksilöiden äänet olen koonnut yhdeksi kokonaisuudeksi ja kuvaan vaihtelua kollektiivisella tasolla (ks. Marton & Booth 1997, 114; Uljens 1991, 83). Aineiston avulla tuon esiin perheneuvolapsykologien arkiajattelua (ks. Häkkinen 1996, 32).

Keskeiset käsitteet

Fenomenografian keskeiset käsitteet ovat käsitys ja kokemus (Niikko 2003, 25). Ihmiset nähdään eri tapojen kantajina kokea ilmiö (Marton & Booth 1997, 114). Fenomenografiassa ajatellaan, että on olemassa erillinen ihmistä ympäröivä todellisuus, mutta merkitykset luodaan yksilöllisesti, oman ymmärtämisen kautta (Uljens 1991, 84–85). Fenomenografia poikkeaa psykologisesta ajattelusta, sillä kokemuksia ei nähdä mielensisäisinä toimintoina. Sisäistä maailmaa ja ympäröivää maailmaa ei nähdä erillisinä niin, että olisi olemassa koettu maailma ja todellinen maailma. Kokeminen syntyy sisäisestä vuorovaikutussuhteesta kokijan ja ympäriltä tulevan kokemuksen välisenä toimintona. (Marton & Booth 1997, 13, 115, 120.) Tutkimussuunnassa kokemusten nähdään heijastavan totuuksia maailmasta, vaikka niiden ei ajatella oleva suorita ilmiöitä tai kuvauksia todellisuudesta (Marton & Booth 1997, 120; Uljens 1991, 85).

Kokemukseen liittyy aina kaksi näkökulmaa, jotka ovat kokemus eli noesis ja kokemuksen kohde eli noema. Fenomenomenografisessa tutkimuksessa nämä tarkoittavat: Mitä on koettu? Ja kuinka se on koettu? (Marton & Booth 1997, 114; Uljens 1991, 83–84.) Tässä tutkimuksessa noesis tarkoittaa, mitä tunnekasvatukseen liittyviä asioita perheneuvolapsykologit ovat kohdanneet esimerkiksi työnsä tai kirjallisuuden kautta. Noemalla tar-

koitetaan sitä, miten he ovat kokeneet tunnekasvatukseen liittyvät eri teemat. Uskon perheneuvolapsykologien kertoneen haastatteluissa niistä teemoista, mitkä he ovat kokeneet merkityksellisiksi tai tärkeiksi. Fenomenografisessa lähestymistavassa perheneuvolapsykologien henkilökohtaiset näkemykset tulevat esiin. Tunnekasvatuksesta puhuttaessa jokainen heistä nostaa eri teemoja esiin, mitä he ajattelevat siihen kuuluvan. Lisäksi kokemukset tietyn teeman sisällä voivat olla erilaisia, koska heillä on erilainen kokemus asiasta. Esimerkiksi toinen perheneuvolapsykologi saattaa painottaa empaattisuuden olevan pääosin tunteiden sallimista ja toinen tunteiden myötäelämistä.

Fenomenografiaa on kritisoitu siitä, että sen keskeistä käsitettä ”käsitys” ei ole selitetty riittävän selkeästi eikä ole olemassa selkeää ontologista määrittelyä, mihin käsite pohjautuu (Häkkinen 1996, 23–24). Ihminen konstruoi käsityksiään joskus lyhyelläkin aikavälillä, mutta fenomenografisesti ”käsitys” nähdään syvempänä ja laajempaan merkityksenä kuin arkikielen ”mielipide” (Ahonen 1995, 117). Vaikka tutkimukseeni osallistuneet perheneuvolapsykologit kertoivat haastatteluissaan käsityksistensä spontaanisti, ajattelun, että esille tulleet asiat eivät olleet hetken mielijohteesta nousseita mielipiteitä. Näen heidän ammentavan näkemyksiään jostain syvällisemmästä käsitysten joukosta. Heidän mielessään siis oli jo valmiiksi rakennettu jonkinlainen kuva tunnetaidoista ja tunnekasvatuksesta. (Ks. Ahonen 1995, 117.) Käsitusten ajatellaan heijastavan koettuja tapahtumia. Ne ovat yksilön abstrakteja tapoja liittää itsensä ympäröivään maailmaan. (Niikko 2003, 25–26.)

Käsityksiä tutkiessa voidaan erottaa ensimmäisen asteen ja toisen asteen näkökulma. Ensimmäisen asteen näkökulmassa, fenomenologiassa, pyritään kuvaamaan ihmisiä ja heidän ympäröivää maailmaansa ja välitöntä kokemusta (Marton 1986, 31; Uljens 1991, 82–83) ja verrata niitä tieteen teorioihin, miten ”oikeita” tai ”vääriä” ne ovat (Häkkinen 1996, 31). Fenomenologi tarkastelee kokemuksia omista lähtökohdistaan käsin, kytkien myös omat kokemuksensa mukaan (Marton & Booth 1997, 116).

Tässä tutkimuksessa tutkin fenomenografiseen tapaan toisen asteen näkökulmaa eli vain toisten kokemia kokemuksia (Marton & Booth 1997, 116; Niikko 2003, 25–26). Kuvaan perheneuvolapsykologien käsityksiä tunnekasvatuksen ilmiöistä, miten ne näyttäytyvät

tutkittavilleni (ks. Uljens 1991, 83; Marton & Booth 1997, 118,120). Olen pyrkinyt sulkeistamaan omat kokemukseni ja käsitykseni, jotta tutkittavien ääni pääsisi kuuluviin (ks. Niikko 2003, 35). Tätä avaan enemmän aineiston analyysiosissa. Tutkimuksessa en pyri tuomaan totuutta tai oletuksia maailmasta enkä etsi oikeita tai vääriä vastauksia (ks. Häkkinen 1996, 32; Marton 1986, 32).

5.3 Aineiston keruu

Tutkimusjoukko

Tutkimukseni kohdejoukkona ovat perheneuvolapsykologit. Etukäteen olin varautunut siihen, että mikäli minun on vaikea saada muodostettua kohderyhmää pelkästään perheneuvolapsykologeista, yritän kartoittaa tutkimukseen mukaan esimerkiksi sosiaalityöntekijöitä. Pohdintani osoittautuivat turhiksi. Mielestäni on hyvä, että kohdejoukkonani ovat perheneuvolapsykologit, sillä he ovat kasvatuskysymysten asiantuntijoita ja erityisesti tunne-elämään liittyvät kysymykset linkittyvät heidän työhönsä.

Tutkimukseeni osallistuneet psykologit valikoituivat sen mukaan, miten sain heitä tavoitettua puhelimitse. Etsin internetin kautta yhdeksän psykologin yhteistiedot, joista sain tavoitettua puhelimitse kolme psykologia ja neljännen yhteistiedon sain erään toisen perheneuvolapsykologin kautta. Näin ollen haastattelin neljää psykologia kesäkuun 2014 aikana. Psykologeista kolme sanoi työskentelevänsä perheneuvolassa ja yksi terveyskeskuksessa. Terveyskeskuspsykologin nimikkeellä toimiva psykologi sanoi työnsä vastaavan nykyisin lähes 100%:sti perheneuvolapsykologin työnkuvaa. Työnkuvan puolesta koin, että hän kuuluu etsimääni kohderyhmään ja käytän tässä yhteydessä myös hänestä nimikettä perheneuvolapsykologi.

Perheneuvolapsykologit kertoivat, että heidän kohderyhmänään ovat alle kouluikäiset, kouluikäiset ja kahdeksaantoista ikävuoteen asti olevat nuoret. Asioina ovat kasvatukseen ja parisuhteeseen liittyvä asiat. Niitä voivat olla esimerkiksi lapsen tunnesäätelytaidot, käytännön haastavat kasvatustilanteet, eroasiat, huolto- ja tapaamisriita-asiat, perheen

keskinäiset suhteet tai vanhempien väliset ristiriidat, huostaanottoasiat sekä terveystuolien ja psykologin tutkimukset. Perheneuvolapsykologien vastaanotolle ei tarvita lähetettä, vaan perheet voivat itse ottaa yhteyttä, joko omasta aloitteesta tai esimerkiksi päivähoidon tai koulun suosituksesta.

Haastattelemani perheneuvolapsykologit painottivat perhekeskeistä lähestymistapaa. Tärkein työmuoto on vanhempien haastattelu. Heiltä saatu näkökulma on yhteistyön tärkein perustus ja informaationlähde ja asioiden ajatellaan aukeavan vuoropuhelun myötä. Tarvittaessa voidaan tavata myös lapsia, käyttää apuvälineitä tai hyödyntää yhteistyötoimia ilmiön kartoittamisessa. Tavoitteena perheneuvolapsykologien työssä on lisätä vanhemman ymmärrystä kasvatuksesta ja parisuhteesta, etsiä ratkaisukeskeisesti muutosmahdollisuuksia, löytää toimivaa vanhemmuutta ja verkoston voimavaroja sekä ohjata perheitä saamaan pidempikestoista tukea theraplay -hoitojen ja perheterapian kautta.

Muita työnkuvaan kuuluvia työtehtäviä voivat olla lapsille tai vanhemmille järjestettävät erilaiset ryhmätyömuodot, kuten muksuoppi ja eroryhmä, vierailut ja yhteistyöpalaverit kouluissa ja päiväkodeissa, psykologin tutkimukset ja kehitysarviot, olosuhdeselvitykset kärkeäjoikeudelle ja esimiesasemissa olevilla työntekijöille kuuluu lisäksi esimiestehtävät. Kuviossa 1 on koottuna haastattelemieni perheneuvolapsykologien työnkuvan osa-alueet.

Esihaastattelu

Esihaastatteluja tehdään, kun haastattelurungon ensimmäinen lopullinen versio on valmis. Sen avulla tutkija testaa haastattelurunkoa, aihepiirien järjestystä ja saa tiedon haastattelun keskimääräisestä kestosta. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 72.) Tein esihaastattelun perhetyöntekijällä. Hän oli koulutukseltaan sosionomi, mutta oli työskennellyt muutaman vuoden lastensuojelussa sekä perhetyössä viimeiset 8 vuotta. Aikapulan takia teimme haastattelun puhelimitse. Esihaastattelun kesti n. 35 minuuttia ja siksi arvioin varsinaiseen haastattelutilanteeseen menevän aikaa noin tunnin verran. Esihaastattelun perusteella oma esikäsitelmäni muotoutui vahvemmaksi, mitkä teemat saattavat nousta esiin myös perheneuvolapsykologien haastatteluissa. Kirjoitin muistiin omat ennako-oletukseni,

jotta pystyisin suhtautumaan mahdollisimman avoimesti perheneuvolapsykologien näkemyksiin. Fenomenografisesti on tärkeää olla avoin tutkittavien vastauksille ja päästää tutkittavien ääni kuuluviin niin kuin he käsittävät ilmiön.

Esihaastattelun avulla saadulla tiedolla tutkija pystyy muokkaamaan haastattelurunkoa ja jättää esimerkiksi vähemmän tärkeitä osia pois (Hirsjärvi & Hurme 2008, 72). Sain palautetta, että haastattelurunko on melko pitkä. Huomasin, että alkuperäisessä haastattelurungon 3. teemassa, kysymykset muistuttivat toisiaan, joten täsmensin kysymykset selkeämmiksi ja poistin ne, jotka toistivat samaa asiaa. Huomasin, että haastateltavan oli vaikea saada kiinni kysymyksestä: Mitkä asiat voivat vaikuttaa tunnekasvatuksen toteuttamiseen kotikasvatuksessa? Tästä syystä päädyin pilkkomaan kysymyksen kahteen osaan: Mikä asiat voivat tukea tunnekasvatuksen toteuttamista ja mitkä voivat vaikeuttaa tunnekasvatuksen toteuttamista kotikasvatuksessa? Kun kysyn molempia puolia, kysymyksen asettelu on tasapainossa. Mietin haastattelurungon pituutta, mutta päädyin pitämään vanhempien riittävä hyvä tunnekasvatus -osion sellaisena kuin olin sen suunnitellut, jotta ilmiötä tarkasteltaisiin laajasti.

Haastattelurunko

Fenomenografisessa tutkimuksissa tyypillisin aineistonhankintamenetelmä on yksilöhaastattelu avoimilla kysymyksillä (Niikko 2003, 31). Haastattelurunkoni koostuu neljästä eri osa-alueesta puolistrukturoiduista ja avoimista kysymyksistä. Puolistrukturoiduissa kysymyksissä ei ole valmiita vastausvaihtoehtoja. Käyttämäni haastattelurunko on nähtävissä liitteenä 1. Ensimmäinen osa, kysymykset psykologin työnkuvasta ovat puolistrukturoituja. Ne antavat taustatietoa ja johdattelevat aiheeseen. Toinen kysymys on muotoiltu tyypillisen avoimen haastattelun muotoon, sillä haastateltavalle ei esitetä siinä tarkkoja tutkimuskysymyksiä. Koin tämän osion hyväksi, sillä se antoi tutkittaville mahdollisuuden kuvailla vapaasti tutkittavaa ilmiötä. Kolmannen osion kysymykset koskevat nykyajan ilmiötä ja ovat puolistrukturoituja kysymyksiä. Myös neljännen osa-alueet ovat puolistrukturoituja ja käsittelevät leikki-ikäisen lapsen hyvää tunnekasvatustoittoa.

Alkuperäinen haastattelurunkoni sisälsi enemmän kysymyksiä teemahaastattelulle tyypillisiä, avoimia kysymyksiä. Haastattelurungon ”Riittävän hyvää tunnekasvatusta” koskevat kysymykset olivat aluksi käsitteitä: a) empaattisuus, b) lapsen tunteiden kohtaaminen, c) sanoittaminen, d) tunteiden syy-seuraussuhteen opettaminen, e) tunteiden hallinta ja f) vanhemman omien tunteiden ilmaiseminen. Ymmärsin saamani palautteen pohjalta, että kysymykset voisi sitoa vielä läheisemmin perheneurolapsykologien työnkuvaan ja arjen käytäntöihin. Laadullisissa tutkimuksissa empiirisen aineiston hankkija joutuu pohtimaan teoreettisten käsitteiden ja arkikielen käsitteiden suhdetta (Eskola & Suoranta 2001, 77).

Asiaa pohdittuani tulin siihen tulokseen, että näillä käsitteillä kysyttäessä, aihe saattaa jäädä teoreettiselle tasolle, eivätkä arjen ilmiöt nouse samalla tavalla esiin. Ajattelin myös, että käsitteet olisivat saattaneet ladata haastateltaville ennakko-oletuksia ja johdella heidät vastaamaan vain sitä, mitä termi käsittää. Tutkimusaihe pilkotaan usein arkikielen muotoon, jotta tutkittavaan asiaan olisi mahdollista saada vastaus arjen tasolta (Eskola & Suoranta 2001, 77). Siksi muutin edellisessä kappaleessa mainitsemani käsitteet arjen esimerkeiksi. Tutkimuksessani on otettava huomioon, että haastattelukysymysten arkiesimerkit ovat nyt tutkijan muotoilemia, vaikka ne onkin johdettu teoreettisten käsitteiden pohjalta. Mikäli olisin käyttänyt tilalla pelkkiä teoreettisia termejä, tutkittavat olisivat saattaneet tuoda erilaisia arkiesimerkkejä esiin. Toisaalta fenomenografisessa lähestymistavassa tuodaan esiin, että on parempi, mitä vähemmän tutkija ohjailee tutkittavien tuomia ajatuksia ilmiöistä (Marton 1986, 42).

Puolistrukturoitu teemahaastattelu yksilöhaastatteluna

Päädyin toteuttamaan tutkimuksen yksilöhaastatteluna. Ajattelin sen olevan kaikista helpoin tapa itseni sekä tutkittavien kannalta, sillä oletin perheneurolapsykologien olevan kiireisiä. Yllätyksekseni minulle ehdotettiin myös ryhmähaastattelua sekä psykologin ja sosiaalityöntekijä-perheterapeutin parihaastattelua. Päädyin pitämään kuitenkin kiinni alkuperäisestä suunnitelmastani, sillä tutkimuksen toteutustavan muuttaminen olisi vaatinut lisätoimenpiteitä. Nauhoitin haastattelut kahteen paikkaan: tietokoneelle Audacity-ohjelman avulla sekä käyttäen puhelimen nauhuria.

Haastattelutilanteet olivat miellyttäviä ja koin molemminpuolista luottamusta heti alusta alkaen. Kaikissa haastatteluissa haastattelupaikkana oli perheneuvolapsykologien työhuone. Kohderyhmänä perheneuvolapsykologit ovat tottuneet varmasti monenlaisiin keskustelutilanteisiin, ja haastattelutilanteet etenivät sujuvasti. Ennen haastattelujen alkua täytimme suostumus tutkimukseen osallistumisesta -laput. Haastattelujen kesto määrittyi haastateltavan mukaan. Haastattelut kestivät keskimäärin 49–54 minuuttiin. Haastattelutilanteessa tutkija ei välttämättä huomaa oman toimintansa vaikutusta toisen toimintaan, kun huomio on haastateltavassa, jolloin nauhoittaminen toimii apuna vuorovaikutuskulun tarkastelussa (Ruusuvoori & Tiittula 2009, 14–15). Koin jo haastattelutilanteessa ja huomasin myös jälkikäteen nauhoitteita kuunnellessani oman roolini olevan taka-alalla.

Fenomenografiseen tapaan kuuluu annoin tutkittavien luoda vapaasti merkityksiä ja kertoa mieleen tulevista ajatuksistaan ilman keskeytyksiä. Siksi omat kommenttini taustalla ovat pääasiassa vain minipalautetta: ”Mmm” tai ”Joo”. Annoin haastateltavan rauhassa vastata jokaiseen kysymykseen enkä kiirehtinyt. Haastateltavien oma-aloitteisuudesta ja aktiivisesta roolista johtuen minun ei useinkaan tarvinnut kysyä tarkentavia kysymyksiä muuta kuin, jos jokin asia jäi minulle epäselväksi. Tämä saattoi tarkoittaa esimerkiksi tarkentaa kysymystä jostain käsitteestä tai lyhenteestä, kuten vuorovaikutushavainnointi, psykologiset testit tai HTP- menetelmä. Pysin tuomaan jokaisessa haastattelussa ilmi, että oikeita ja vääriä vastauksia ei ole. Pääasiana painotin vapaata assosiaatiota. Yksi haastateltava kertoi haastattelurungossa olevien esimerkkitekstien kautta, miten aikuinen vastaa lapsen monenlaisiin tunteisiin. Haastattelujen edetessä huomasin myös oman roolini muuttuvan. Viimeisessä haastattelussa korostin haastattelurungosta poiketen lausetta: Mitä tämä asia tuo sinulle mieleen?

Ensimmäisen haastattelun jälkeen mieleeni nousi tärkeäksi lisätä kysymys, miksi tunnetaitojen tietoinen opettaminen on tärkeää ja lisäsin sen haastattelurunkoon. Sain huomata, että tällä tavoin sain kuulla laajemmin perheneuvolapsykologien näkemyksistä tunnekasvatusta tukevista ja vaikeuttavista tekijöistä. Sain jälkikäteen sähköpostitse tähän kysymykseen vastauksen ensimmäiseltä haastateltavalta. Haastattelukysymyksistä 2. ja 4. tukivat toisinaan niin, että aluksi sain kuulla joitakin käsityksiä vanhempien toteuttamasta tunnekasvatuksesta ja neljännessä kohdassa tutkittavat täydensivät näkemyksiään arjen

esimerkkien avulla. Haastateltavilla saattoi tulla kokemus, että he toistavat aikaisemmin kerrottuja asioita uudelleen. Koen kuitenkin, että vaikka teemat nousivat uudelleen esiin, he kertoivat joka kerta myös jotain uutta. Siksi koen, että tarkentavat kysymykset avasivat myös heille uudelleen näkökulman tarkastella ilmiötä ja kertoa entistä kattavammin näkemyksistään. Kaiken kaikkiaan koen, että haastattelut olivat laajoja ja käsittelivät tunnekasvatusta monipuolisesti.

Litterointi

Nauhoitin aineiston sekä puhelimelleni, että tietokoneelleni. Aineiston litterointivaiheessa siirsin puhelimen tiedoston tietokoneelle ja käytin VLC media player -ohjelmaa litteroidessa. Tällöin minulla oli mahdollista laittaa puheen nopeus niin hitaalle, että pystyin kirjoittamaan melko hyvin puheen aikana ja pystyin kuulemaan sanojen ja lauseiden pienetkin vivahteet. Sen, mikä jäi ensimmäisellä kerralla puuttumaan, sain muistiin tarkistuskierröksellä. Äänitysten laatu oli hyvä. Pysin siihen, että litterointimuistiinpanot vastaisivat mahdollisimman paljon haastateltavien antamia merkityksiä. Esimerkiksi pienillä täytesanoilla: hän/han -päätteillä, kesken jääneillä sanoilla tai lauseen merkitystä pehmentävillä sanoilla ”ehkä” tai ”jotenkin” -sanalla saattoi olla tärkeä vaikutus, miten lause ymmärretään ja miten haastateltavat mieltävät asian.

Litteroinnilla on oleellinen merkitys haastatteluaineistossa. Sen avulla tutkija voi palata haastattelutilanteeseen ja havaita tärkeitä yksityiskohtaisuuksia aineistosta. Se, miten tarkasti on syytä litteroida, riippuu tutkimuskysymyksistä ja käytetystä tutkimusmetodista. (Ks. Ruusuvuori & Tiittula 2009, 16.) Tässä fenomenografisessa tutkimuksessa tutkin vain sisällöllisiä merkityksiä ja siksi en litteroinut vuorovaikutuksen vivahteita. Merkitsin kuitenkin ylös sanojen lisäksi pitemmät tauot sekä alleviivasin, jos jotakin sanaa selkeästi korostettiin puheessa äänenpainolla. Lisäksi merkitsin ylös ” ” -merkeillä, jos haastateltavat ilmaisivat esimerkiksi, miten äiti tai isä voi puhua lapselleen tai miten lapsi voisi ajatella äidistänsä. Esimerkkinä tästä: ”--mää ymmärrän et sulla on nyt hirveen hankala olo--”.

Haastatteluaineiston litteroinnissa on syytä muistaa, että jo litterointivaihe muuttaa aineistoa ja tutkijan omalla toiminnalla on merkitystä tutkimuksen kulkuun. Vaikka pyrkisi tarkkaan litterointiin, jotain aidosta vuorovaikutustilanteesta jää tavoittamatta. Esimerkiksi äänensävyjä ei pysty tallentamaan litterointiversioon, mikä saattaa kirjoitetusta paperista välittyä eri tavoin kuin nauhoitteella. Siksi olen pyrkinyt litterointivaiheessa tarkkaan työhön.

5.4 Fenomenografinen aineistonanalyysi

Fenomenografinen tutkimus etenee tiettyä analyysimallia noudattaen. Tutkimussuunnassa ei olla kiinnostuneita tutkittavien taustalla olevista syistä, vaan analyysin painopiste on siinä, miten tutkittavat ymmärtävät tutkijan esiin tuoman ilmiön. (Uljens 1991, 90–91.) Yksilöllisten kokemusten sijaan fenomenografian painopiste on kollektiivisella tasolla. Tutkija pyrkii löytämään merkittävimmät erot, mitkä ilmentävät ihmisten erilaista tapaa määritellä tiettyä osaa maailmasta. (Marton 1986, 34; Marton & Booth 1997, 121.) Fenomenografiassa vertaillaan sekä tutkittavien käsityksiä toisiinsa, mutta myös yksittäisten henkilöiden käsityksiä heidän muihin käsityksiinsä ilmiöstä (Ahonen 1995, 117; Marton & Booth 1997, 124). Aineistoon tutustumisessa käsitellään vielä yksilöiden käsityksiä (Marton 1986, 43), mutta kuvauskategoriavaiheeseen siirryttäessä käsityksistä muodostetaan kollektiivisia kuvauksia (Häkkinen 1996, 33).

Tutkijan tehtävä on ilmaista haastattelussa esiin nousseet käsitykset niin kuin tutkittavat kokevat ja käsittävät ne. Siksi tutkijan on tiedostettava omat lähtökohtansa ja vaikutuksensa tutkimusprosessiin. (Häkkinen 1996, 29; Ahonen 1995, 124; Niikko 2003, 35.) Kirjoitin esihaastattelun jälkeen ylös, mitä ”odotan” perheneurolapsykologien vastaavan. Ensimmäisen haastattelun jälkeen huomasin, että omassa mielessäni oli tietyt odotukset. Siksi pyrin tiedostamaan omaa toimintaani, että osoitan hyväksyvää suhtautumista kaikkeen, mitä perheneurolapsykologit tuovat ilmi. Kirjoitin jokaisen haastattelutilanteen jälkeen ylös ajatuksia haastattelutilanteesta ja oman toimintani merkityksestä.

Fenomenografiaa pidetään luotettavana tutkimussuuntana, vaikka yksilöt muuttaisivat käsityksiään eri tilanteissa ja ajankohtana (Åkerlind, Bowden & Green 2005, 81; Marton & Booth 1997, 126, 128). Voidaan olettaa, että esiin tulleet käsitykset jäisivät todennäköisesti luotujen kuvauskategorioiden sisäpuolelle (Uljens 1989, 42). Tätä kuvataan fenomenografiassa variaation-käsitteellä. Mielestäni Valkonen kuvaa variaatiota hyvin karuselli-esimerkillä: Vaikka ihmiset vaihtaisivatkin istumapaikkaansa, karuselli pysyy koko ajan samanlaisena. Fenomenografin tehtävänä on luottaa siihen, että kaikki paikat tulevat täytetyksi, mikä tarkoittanee, että ilmiötä on tutkittava laajasti. (Valkonen 2006, 26.)

Analyysin ensimmäisessä vaiheessa luin aineistoa läpi useita kertoja, jotta tutkittavien ajatukset täyttäisivät omat ajatukseni ja ennako-oletukseni. Fenomenografiseen tapaan etsin tutkimuskysymysten kannalta oleellimmat ilmaukset alleviivaten ne eri väreillä litteroiduista haastatteluista (ks. Uljens 1991, 90). Etsin aineistosta: Mitä haasteita teksteistä nousee esiin sekä millainen vanhemman toiminta on hyvää? Lisäksi aineistosta nousi esiin esimerkkejä, miten vanhemman ei kannata toimia, joten poimin ne myös talteen. Kääntäen toisin päin ne voidaan sisällyttää hyvään tunnekasvatustoimintaan kuuluvaksi. Esimerkiksi: ”*et ei ois niinku täytetty sitä kaikkea vapaa-aikaa siellä kotona niinku jollaki harrastuksiin kускаamisella tai jollaki...*”. Ensimmäisellä lukukerralla poimin lisäksi myös ”muut” -osion epävarmoista ilmaisuista, jotta mikään oleellinen ei jäisi huomiotta. Valitsin analyysiyksiköiksi yksittäisiä sanoja, lauseita ja tekstin kappaleita niin, että kuitenkin ilmauksissa säilyi kokonaisuus. Keräsin analyysiyksiköt word-tiedostolle ranskalaisin viivojin ylös. (Ks. Niikko 2003, 33.)

Toisessa analyysivaiheessa löydettyjä ilmauksia aletaan luokitella samankaltaisuuksien, eroavaisuuksien, rajatapausten ja harvinaisuuksien mukaan. Näin muodostetaan ryhmiä tai teemoja. (Marton 1986, 43.) Merkitsin eri väreillä eri tutkittavien ilmaukset, jotta näin, missä suhteessa asiat nousevat esiin eri haastatteluissa. Tulostin kokoamani word-tiedostot ja leikkasin jokaisesta osa-alueesta analyysiyksiköt irti toisistaan, jotta voisin konkreettisesti ryhmitellä samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Näin tein kaikille analyysiyksiköille. Fenomenografiseen tapaan luokitelllessani peilasin poimimani ilmaukset kahteen alkuperäiseen tutkimuskysymykseeni (ks. Uljens 1991, 90). Näin analysoidessa tutkija

muodostaa kriteereitä, millä perusteella hän luokittelee ryhmiä. Fenomenografia pohjautuu aineistolähtöisyyteen ja siksi minulla ei ollut valmiita luokittelurunkoja tai teoriaa apuna, vaan pyrin näkemään aineiston avoimesti. (Ks. Uljens 1989, 43.)

Ilmauksilla on kaksi kontekstia: alkuperäinen konteksti, eli se josta ilmaus on otettu ja ilmauksen merkitys eli mihin ryhmään ilmaus liitetään. Ilmauksia tulee tulkita sen pohjalta, missä asiayhteydessä ilmaus on annettu. (Marton 1986, 42–43.) Analyysin toisessa vaiheessa on tärkeää, että ilmausten ajatukselliset yhteydet säilyvät niin kuin tutkittavat ovat ne tuoneet esiin (Ahonen 1995, 143). Pyrin peilaamaan ilmauksia alkuperäisen litterointitekstin ajatuskokonaisuuksiin. Häkkisen (1996, 41–42) mukaan ajatuksellisten yhteyksien säilyminen voi olla haasteellista tutkijalle varsinkin silloin, kun tulkintayksiköt ovat osittain limittäin. Tämän sain huomata myös itse, sillä osassa ilmauksista ajatusyhteyden menivät ristiin. Merkkasin erikseen rajatapaukset, sekä mihin kahden ryhmän väliin ilmaus sijoittuu, jotta haastateltavien ajatus välittyisi sellaisenaan kuin he toivat sen ilmi ja muistaisin huomioida tämän analyysiprosessin edetessä.

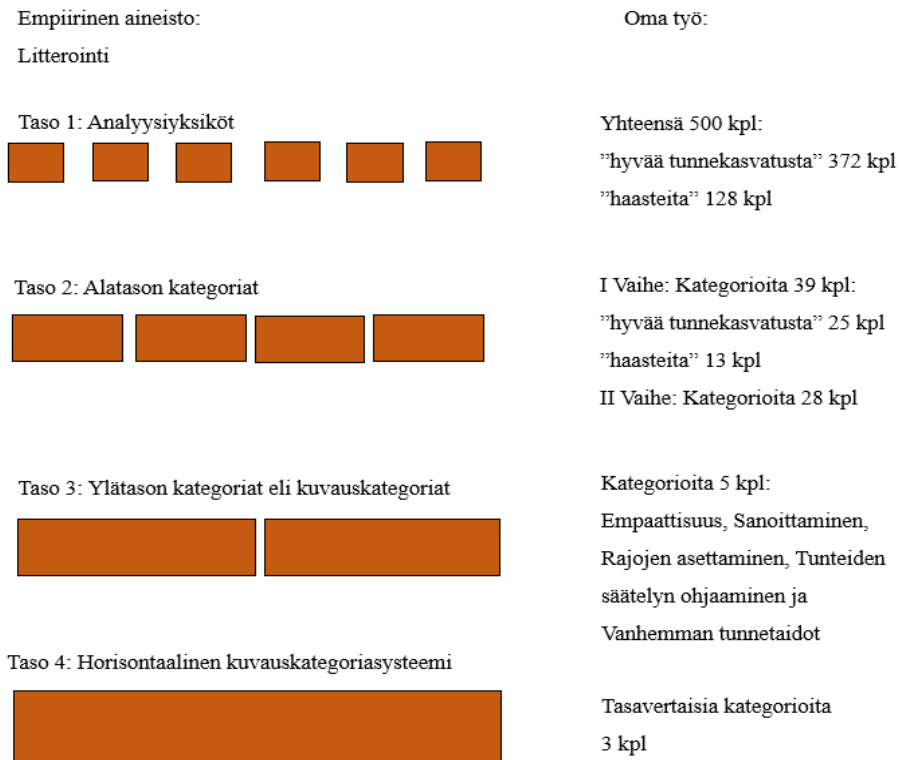
Kolmannessa analyysivaiheessa tutkin luotuja ryhmiä ja vertasin ryhmien analyysiyksiköjä toisiinsa ja koko aineiston ilmauksiin. Pyrkimyksenä on määritellä kategoriarajoja ja luoda kategorioita. Ilmauksia vertaillaan samassa kategoriassa oleviin ilmauksiin ja muiden kategorioiden ilmauksiin. (Niikko 2003, 36; Uljens 1991, 90.) Kategoriat ovat yhteydessä toisiinsa loogisesti ja osana laajempaa kategorijärjestelmää. Jokainen kategoria ilmaisee jotain erityistä tapaa kokea ilmiö. (Häkkinen 1996, 41.) Nimesin tämän ryhmän kategoriat fenomenografiseen tapaan haastateltavien ilmaisujen pohjalta (ks. Ahonen 1995, 150). Niikon (2003, 36) mukaan kategorioita saattaa joutua muokkaamaan useampaan kertaan. Toisen ja kolmannen analyysivaiheen tein kahteen kertaan. Huomasin, että parin kuukauden tauon jälkeen aineiston katsominen uusin silmin oli tarpeen. Lukemalla litteroituja tekstejä, analyysiyksiköt ja kategoriat löysivät lopullisen paikkansa ja kategorioiden nimet täsmentyivät. Tällä tavoin poimin myös ”muut” -osiosta ilmaisuja, jotka sopivat luomiini kategorioihin.

Ne ilmaukset, jotka eivät suoraan vastanneet tutkimuskysymyksiini jätin pois. Muut -osio koostui esimerkiksi psykologin työnkuvaan yleisesti liittyen: *”Näkyä meillä kahdella sektorilla --- on impulsiivisuutta --- sitte toisaalta arkuutta ja jumiutumista”*. Lisäksi perheneuvolapsykologit mainitsivat vanhemmuuteen liittyviä käsityksiä, jotka jätin myös aineiston ulkopuolelle: *”et ihan rohkeesti ihmiset ottaa siinä vaiheessa asiaa (tunnekasvatus) niinkö jotenki selville”*. Lisäksi ne käsittelivät yleisesti tunteita: *”syyllisyys on niitä sosiaalisia tunteita”* tai tunnetaitoihin liittyen: *”tunnetaidot on itsensä --- tuntemista et millainen on ja miten eri tilanteissa niinku toimii”*. Aineiston ulkopuolelle jäi myös maininta nykyisten lasten varhaisesta päiväkodinaloittamisesta ja sosiaalisuudesta ylikuormittumiseen: *”tää meidän tämän hetkinen systeemi ei välttämättä ota hirveen hyvin huomioon lapsen niinku semmosta normaalia kypsymistä ja siihen että kuinka paljo lapsi voi käsitellä niinku sosiaalisia tilanteita*. Yhteensä ”muut” -osion ilmauksia jäi 45 kappaletta aineiston ulkopuolelle.

Analyysin neljännessä vaiheessa muodostetaan tutkimuksen päätulokset: ylemmän tason kategoriat eli kuvauskategoriat (Marton 1986, 34; Uljens 1989, 12, 46; Niikko 2003, 36). Kuvauskategoriat ovat tutkijan tulkintaa ymmärtää tutkittaviensa käsityksiä (Ahonen 1995, 125; Niikko 2003, 37). Ne ovat abstrakteja yhteenvetoja kuvauksista, joita määritetään selektiivisiksi, tiivistäviksi ja organisoiviksi (Häkkinen 1996, 33; Uljens 1989, 41–42). Kuvauskategorioiden luominen vaatii teoreettisia perusteluja ja keskustelua muiden tutkimusten kanssa (Ahonen 1995, 155; Uljens 1989, 43). Luin tässä vaiheessa tunnekasvatusmääritelmiä ja aiheesta tehtyjä tutkimuksia. Muodostamani kuvauskategoriat ovat selkeitä kokonaisuuksia (ks. Häkkinen 1996, 45; Ahonen 1994, 155). Kategorioita on mielestäni niin vähän kuin on mahdollista ja esiin tulee kaikki oleellinen aineistosta.

Tutkimukseni päätulokset eli kuvauskategoriat vanhempien toteuttamasta tunnekasvatuksesta muodostuivat: empaattisuudesta, sanoittamisesta, rajojen asettamisesta, tunteiden hallinnasta ja vanhemman tunnetaidoista. Toisesta alkuperäisestä tutkimuskysymyksestä ”haasteista” muodostin myös kuvauskategoriat: yhteiskunta ja kulttuuri, yksilöllinen tunnekasvatus, kasvatustehtävän haasteet ja vanhemmuus. Tuloslukuja kirjoittaessa huomasin kuitenkin, että haasteet linkittyvät käänteisesti useimpiin hyvän tunnekasvatustoiminnan teemoihin ja kaksi erillistä tuloslukua toisti pääosin samaa asiaa. Siksi sisällytin

”haasteet” hyvän tunnekasvatustoiminnan kuvauskategorioiden joukkoon. Samalla yhdistin kaksi tutkimuskysymystä yhdeksi kysymykseksi. Lopulliseksi alatasen kategoriamääräksi muodostui 28 kappaletta. Kuvauskategorioita on 5 kappaletta. Ne ovat nähtävissä liitteessä 2.



KUVIO 1 Analyysivaiheet Huuskoa ja Paloniemeä (2006, 167) mukailten.

Luomissani kategorioissa käsitellään vanhemman tunnekasvatustoimintaa leikki-ikäisen lapsen ollessa kyseessä ja nämä kategoriat koostuvat yhteensä 460 analyysiyksiköstä. Lisäksi 40 analyysiyksikköä kuvaa yleisesti vanhempien tunnekasvatustoimintaa, mutta eivät suoraan, miten vanhempi voisi toimia lapsen kanssa. Siksi ne eivät paikantuneet minikään luomani kategorian alle. Esittelen ne kuitenkin pohjustuksena tulosluvun alussa, tunteiden säätelyn kategorian alussa sekä vanhemman tunnetaidot -kategorian alussa, sillä niissä näkyy yleisesti perheneuvolapsykologien taustalla oleva ajattelu, mikä johdattelee hyvin kategorioiden teemoihin. Tulosten kuvaamisessa olen käyttänyt arkipäiväistä kieltä, jotta tutkittavien näkemykset pysyisivät mahdollisimman muuttumattomina. Luotettavuuden vuoksi olen tuonut paljon aineiston alkuperäisiä ilmaisuja esiin. (ks. Ahonen

1995, 146–147, 154.) Aineistolainaukset valitsin mahdollisimman monipuolisesti, jotta ilmiön rajat tulisivat mahdollisimman hyvin esiin.

Analysoinnin pohjalta voidaan muodostaa kuvauskategoriasysteemi tai tulosavaruus, jolloin aineisto luokitellaan horisontaalisesti, vertikaalisesti tai hierarkkisesti (Niikko 2003, 37–38; Uljens 1989, 47; Uljens 1991, 93, 95–96). Analysoinnin viimeisessä vaiheessa muodostin aineiston horisontaaliseen kuvauskategoriasysteemiin. Tästä kerron tutkimuksen johtopäätöksissä.

5.5 Tutkimuksen eettiset periaatteet

Olen pyrkinyt noudattamaan hyviä eettisiä periaatteita koko tutkimusprosessini ajan. Puhelimitse sain kokea mukavan, ystävällisen vastaanoton ja koin, että tutkimukseen osallistujat vaikuttivat kiinnostuneilta tutkimuksesta. Puhelimessa kerroin tekeväni tutkimuksen aiheen, tutkimuskysymykset, haastattelun ajankohdan, arvioidusta keston, vapaaehtoisuuden ja anonymiteettiyden. Pyysin tässä yhteydessä saada tutkittavilta sähköpostiosoitteen, jotta voin lähettää heille suostumus tutkimukseen osallistumisesta -lapun. Näin ollen tutkittavat saivat myös kirjallisessa muodossa tiedot tutkimuksesta ja eettisistä periaatteista. (Ks. Kuula 2006, 104–117.)

Etukäteen olin pohtinut, onko parempi, että lähetän haastattelurungon etukäteen tutkittaville vai kysynkö kysymykset spontaanisti. Tutkittaville voisi olla miellyttävämpää, jos he tietäisivät, millaisiin kysymyksiin varautua ja tällöin he saattaisivat vastata kattavammin. Toisaalta taas se saattaisi ohjata heitä tutustumaan kyseiseen kirjallisuuteen etukäteen. Fenomenografisesti tutkittavien tarkoituksena ei ole pyrkiä kertomaan oikeita vastauksia aiheesta, vaan tuoda henkilökohtaisia näkemyksiä tunnekasvatuksesta ja siksi päädyin spontaanimpaan tapaan. Eettisyyttä pohtiessa päätin, että mikäli haastateltavat pyytävät haastattelurunkoa oma-aloitteisesti tai pohtivat, mitä tutkimusaiheet käsittelevät, kerron heille tutkimuksen toteutustavasta ja tarvittaessa lähetän sähköpostiin haastattelurungon. Yhdessä puhelinkeskustelussa kävimme läpi haastattelurungon aiheet ja kerroin hieman teemoista.

Tähän tutkimukseen osallistui neljä perheneuvolapsykologia. Yritin tavoittaa puhelimitse yhteensä yhdeksää perheneuvolapsykologia. Alkuperäisenä ajatuksenani oli saada niin monta mukaan kuin mahdollista. Sain tavoitettua puhelimitse kolme. Neljännen haastattelun sain tutkimukseen osallistuneen perheneuvolapsykologin kautta. Päätin aloittaa haastattelujen tekemisen tällä määrällä. Neljännessä haastattelussa nousi esiin monia samoja teemoja kuin aikaisemmissa haastatteluissa, mutta toisaalta se toi myös uutta näkökulmaa tutkimukseen ja mietin, yritänpö vielä etsiä viidennen perheneuvolapsykologin mukaan. Aikaresurssin vuoksi joudun luopumaan alkuperäisestä suunnitelmastani, että keräisin niin suuren aineiston, etteivät uudet tapaukset tuo enää uutta tutkimuksenongelman kannalta (ks. Eskola & Suoranta 1996, 34). Täytimme suostumus tutkimukseen osallistumisesta -lapun ennen haastattelujen alkua (ks. Kuula 2006, 119). Haastattelut olivat kaiken kaikkiaan miellyttäviä.

Perheneuvolapsykologioiden henkilöllisyydet ja neuvoloitten paikkakunnat eivät ole tunnistettavissa tutkimuksesta. Vaikka tutkimusaiheeni ei olekaan arkaluontoinen, vaan käsittelee vanhemmuuden toteuttamista yleisellä tasolla, perheneuvolapsykologit toivat haastatteluun esimerkkejä arjen tapausten pohjalta. Tällainen on tyypillistä fenomenografiassa lähestymistavassa. Olen pitänyt haastatteluihin ja haastateltaviin liittyvät tiedot vain omana tietonani. Tutkimusaineiston hävitän asianmukaisesti tutkimuksen päättyttyä. (Ks. Kuula 2006, 115.)

6 Vanhempi tunnekasvattajana

Perheneuvolapsykologien vastauksissa näkyi monia yhteisiä teemoja, mutta painotukset vaihtelivat jonkin verran eri haastateltavien välillä. Jokainen haastattelija toi myös mukaan jonkin ainutlaatuisen ja erityisen näkökulman aineistoon, mikä on tyypillistä fenomenografiselle aineistolle. Miellyttävämmän luettavuuden vuoksi olen nimennyt haastateltavat Ullaksi, Anneksi, Helenaksi ja Päiviksi.

Käyttämäni aineistolainaukset olen valinnut mahdollisimman monipuolisesti. Jotkin aineistoilmaukset ovat lainausmerkkien sisällä, millä tarkoitetaan sellaista puhetta, mitä vanhempi voisi sanoa lapsellensa tai mitä lapsi voisi ajatella vanhempansa toiminnasta. Joissakin ilmauksissa käytän --- -merkkiä, jolloin olen karsinut ylimääräisiä täytesanoja pois, esimerkiksi ”niinku, että vaikka”, tai ”onhan se nyt selvää, että esimerkiksi”, jotta ilmausten sanoma tulisi kirkkaammin esiin. Olen lisännyt aineistolainauksiin tarvittaessa sulkuihin sanan, mihin tutkittavan esiin tuoma asia liittyy.

Yleisesti kaikki perheneuvolapsykologit nostivat esiin tunnetaitojen tärkeyden. Jokainen lapsi saa jonkunlaisen tunnekasvatuksen, mutta se miten tietoisesti vanhempi ajattelee opettavansa tunnetaitoja, vaihtelee. Ulla toi esiin sen, että tunnetaitojen opettaminen ilmenee usein epäsuorana toimintana: ”*et kuinka paljon on sitä miettiny tai sanallistanut sitä että minä tässä jossakin arjen tilantessa itse asiassa opetanki lapselleni tunnetaitoja*”. Helenan mielestä tunnetaidot pitäisi rinnastaa opeteltavissa oleviksi taidoiksi: ”*ehkä meillä on semmonen kuvitelma että ne (tunnetaidot) pitäis niinku itestään onnistua*”. Päivin viesti oli, että nykyaikana korostetaan älyllistä kehitystä ja oppimisen taitoja ja vanhemmat herkästi huomaavat ne lapsessaan ja voivat ajatella lapsen kypsyvän ja kehittyvän nopeasti, mutta lapsen tunnetaidot yleensä kehittyvät eri tahtiin. Annen mielestä tunnetaitoihin pitäisi kiinnittää enemmän huomiota.

Tulee se ristiriita vastaan ku vanhemmat jotenki näkee lapsensa kypsempänä ku mitä se tunnepuoli oikeesti onkaan --- tunnetaidoiltaan lapsi kuitenkin tulee todennäköisesi eri tahtia ku mitä se älyllinen kehitys sitte tapahtuu. (Päivi)

Tunnekasvatus on jotenki niin semmonen pohja ja perustus kaikelle --- jos nää saatais hyvälle mallille --- ihmiset vois paljon paremmin. (Anne)

Toisaalta perheneuvolapsykologit näkivät, että tunnekasvatus on yksi haastavimmista kasvatuksen osa-alueista. Lapsi on vasta opettelemassa näitä taitoja ja vanhemmat ovat vaikean tehtävän edessä: *tärkeä asia mutta kauheen vaikee yhtä aikaa (Päivi)*. Kasvatus-tehtävä ylipäättään on vaikea tehtävä, koska lapset ovat aina jonkinlaisessa suhteessa vanhempaan. Arkea eletessä vanhempana voi olla vaikea tarkastella itseä toimijana ja ulkopuolisin silmin. Myös Paletti-tutkimukseen osallistuneet vanhemmat mainitsivat kokevansa usein epävarmuutta kasvatustehtävässä (Kivijärvi ym. 2009, 56).

Tietenki ku arkea eletään nii sää (vanhempi) oot aina se toinen toimija ni sulla on vähä vaikee tarkastella itseäsi yhtä aikaa toimijana ja sitte niinku ulkopuolelta. (Helena)

Lisäksi vanhemman tunnekasvatustoimintaan heijastuu useimmiten vanhemman henkinen hyvinvointi. Kuormittuneisuus, vähäiset voimavarat, stressi ja elämässä olevat kriisit, kuten avioero tai muut kuormittavat asiat voivat vaikuttaa vanhemman kykyyn kohdata lapsen tunteita.

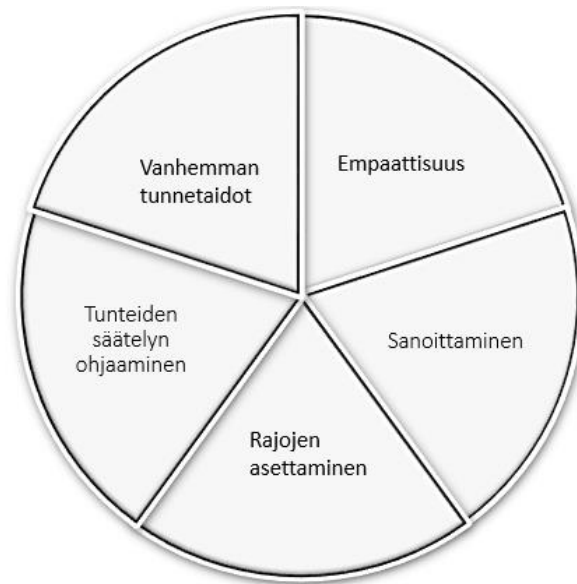
Raskaita asioita elämässä niin se on varmaan semmonen joka vähentää vanhempien kykyä jotenki sensitiivisesti suhtautua lapsen erilaisiin tunteisiin ja kokemuksiin. (Ulla)

Eri elämän kriisivaiheet ja stressaavat tekijät ni voi viiä niitä voimavaroja. (Päivi)

Belskyn luoman mallin mukaan vanhemmuus määrittyy vanhemman kehityshistorian, persoonallisuuden, parisuhteen, sosiaalisten verkostojen sekä työn kautta (Belsky 1984, 84–85).

Kuviossa 1 on nähtävissä tämän tutkimuksen tunnekasvatuksen osa-alueet perheneuvolapsykologien mukaan. Ylemmän tason kategoriat ovat empaattisuus, sanoittaminen, rajojen asettaminen, tunteiden hallinta ja vanhemman tunnetaidot. Näihin sisältyvät alata-son kategoriat ovat nähtävissä 3. liitteessä. Peilaan perheneuvolapsykologien käsityksiä

kirjallisuuteen ja tutkimustuloksiin, miten vanhempi voi toteuttaa tunnekasvatustoimintaa ja mitkä vanhemman toimintatavat tukevat leikki-ikäisen lapsen tunnetaitoja.



KUVIO 1 Tässä tutkimuksessa näytetty vanhempien tunnekasvatustoiminta

6.1 Empaattisuus

Kaikissa perheneuvolapsykologien haastatteluissa vanhemman hyvä tunnekasvatustoiminta nähtiin empaattisuuteen liittyvien teemojen kautta. Empaattisuutta kuvattiin tunteiden sallimisena, tunteiden jakamisena, läsnäolemisena, kuuntelemisena, ymmärryksen osoittamisena, hyvällä kannattelemisella, sensitiivisellä vuorovaikutuksella ja rakkauden osoittamisella.

Tunteiden salliminen nousi isona osana esiin haastattelussa. Perinteisesti suomalaiset ovat melko pidättyväisiä tunteissaan, kuten Anne kuvaa:

Suomalaiset on jollain tavalla --- pidättäytyvää porukkaa, --- hankalien tunteiden käsitteleminen niin varmaan sei oo kauhee vahvuus, --- kaiken kaikkiaan erilaisten tunteiden ilmaiseminen ja sen salliminen --- hyvin pitkälti tää sukupolvien ketju (Anne)

Perheneuvolapsykologit toivat esiin, että lapsen ilmaistessa kaikenlaisia tunteita niiden salliminen on tärkeää. Vanhempien on hyvä osoittaa, että lapsessa heränneet tunteet eivät ole vaarallisia tai vääriä eikä niitä pidä välttää, pelätä tai jättää ilmaisematta. Tärkein viesti vanhemmalta lapselle on, että tunteita saa tuntea. On tärkeää, että vanhempi pyrkii antamaan lapsen tunteelle tilan ja oikeutuksen, vaikka hän joutuisi kohtaamaan sen myötä esimerkiksi avioerotilanteessa omat vaikeat tunteensa. Vanhemman on hyvä ymmärtää, että lapselle tunteet ovat todellisia, vaikka hän aikuisena itse reagoisi asiaan eri tavalla.

Sen niinku viesti et mää aattelen et vanhemmalta lapselle että.. et mikäköhän se tunne mikä herää nii se ei oo väärin et se ei oo se huono tai hankala juttu. (Ulla)

Oikeuttaa sen lapsen tunteen, vaikka se aikuinen ite ehkä reagois jossaki samankaltaisessa tilanteessa eri tavalla nii lapsi reagoi niinku tuntui. (Päivi)

Tutkimusten mukaan vanhemmat voivat joko rohkaista tai lannistaa lasta näyttämään tunteilmaisujaan (Denham ym. 2012, 139; Gottman & Declaire 1997, 24–25; Eisenberg ym. 1998, 245). Neitolan (2011, 209–210) tutkimuksessa vanhemmat toivat esiin, että väsymys, omat tunnetilat ja arjen hektisyys vaikuttavat, miten lapsen pahaan oloon ja tunnetiloihin suhtautuu. Kuitenkin se, miten vanhemmat reagoivat lapsen tunteisiin vaikuttaa oleellisesti lapsen tunnetietoisuuden kehittymiseen. Lapsi ottaa lapsen ja vanhemman välisestä nonverbaalisesta viestinnästä aineksia tunteidensa ilmaisuun ja rakentaa sen pohjalle tunnetietoisuuttansa. (Denham ym. 1997, 82.)

Myönteisillä reagoimistavoilla on huomattu olevan merkitystä sekä lapsen tunnetaitoihin (Denham & Declaire 1997, 82; Perlman ym. 2008, 314; Denham & Kochanoff 2002, 335), että sosiaaliin taitoihin (Eisenberg 1996, 2245). Kun vanhempi vahvistaa myönteisellä tavalla lapsen tunteita, hyväksyen, myöntäen ja vastaten lapsen tarpeisiin, hän samalla auttaa lasta ymmärtämään tunteiden luonnetta ja toisia ihmisiä (Denham ym. 1997, 82;

Perlman 2008, 314). Näin ollen vanhempi välittää lapselle, miten tunteita ilmaistaan rakentavalla tavalla, millaisia ajatuksia ja tunteita toisilla ihmisillä on ja miten tunteiden kanssa voi selviytyä sosiaalisesti rakentavilla tavoilla (Eisenberg ym. 1998, 250). Denhamin ym. (1997, 81) tutkimuksissa vanhempien, jotka kykenivät säilyttämään myönteiset reagoimistavat haastavissa tilanteissa, lapset ymmärsivät tunteitaan paremmin kuin, jos vanhemmat suhtautuivat kielteisellä tavalla lapsen tunteisiin.

Tutkimusten mukaan on näyttöä, että vanhempien kielteiset reaktiot lapsen kielteisiä tunteita kohtaan ovat yhteydessä lapsen negatiivisuuteen tunteissaan, alhaisiin sosio-emotionaalisiin taitoihin ja tunteiden ilmaisemiseen (Eisenberg ym. 1998, 266; Perlman ym. 2008, 313; Eisenberg ym. 1996, 2227, 2243; Eisenberg & Fabes 1994, 138). Tosin Eisenberg (1996) tutkimusryhmineen tuo esiin, että lapsen negatiivisten tunteiden näyttäminen ja vanhempien käyttämät reagoimistavat ovat vastasuoroisissa suhteissa toisiinsa. Erityisesti äideillä, jotka kokivat lapsensa osoittavan paljon negatiivisia tunteita, oli taipumus käyttää paljon kielteisiä reaktioita ja vain vähän ongelmanratkaisuun liittyvää reagointia. Isien kokemus lapsen negatiivisuudesta tunteiden ilmaisussa sai heidät herkemmin ahdistumaan ja rankaisemaan lasta tunteistaan ja suhtautumaan erityisesti poikien tunteisiin vähättelyllä. (Emt., 2244.) Myös Neitolan (2011, 212) tutkimuksessa vertaissuhdeongelmista kärsivien lasten negatiiviset tunteet herättivät vanhemmissa helpommin ahdistusta ja harmia kuin sosiaalisista taidoiltaan pärjäävien lasten vanhemmissa.

Läsnäolemisen tärkeys ja ajan antaminen lapselle nousivat esiin kaikkien perheneuvolapsykologien ilmauksissa vanhemman tunnekasvatustoiminnasta. Toisaalta vastauksissa ilmeni tavallinen läsnäoleminen ja se, että jos ei heti ole aikaa niin, vanhempi antaisi ajan heti, kun siihen on mahdollisuus. Tärkeänä pidettiin tietoisesti yhteisten läsnäolemisen hetkien luomista, jolloin aikuinen ja lapsi oikeasti kohtaaisi ja mielessä olevista asioista voitaisiin jutella yhdessä.

Ollaan tavallisesti läsnä. (Helena)

Et jotenki kohattais..ois ainaki hetkiä et kohattais sielä niinku arjessa ihan et ollaan läsnä sataprosenttisesti niille lapsille. (Anne)

Usein laatuajalla on tarkoitettu sitä, että vanhempi järjestää lapselle hauskaa tekemistä ja erilaisia virikkeitä. Tutkimuksessaan Sallinen, Rönkä, Kinnunen ja Tolvanen (2005) tarkoittavat käsitteellä ”laatu aika” hetkiä, milloin ollaan sataprosenttisesti läsnä lapsia varten. (Emt., teoksessa Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2008, 303.) Haverisen & Martikaisen (2004) mukaan kiireettömällä yhdessäolonhetkillä on vahvistava vaikutus yhteisöllisyyteen. Välittämisen ilmapiirin luominen kotiin vaatii yhteisiä yhdessäolonhetkiä. Tärkeimpänä yhdessäolonhetkistä on turvallinen, arkinen läsnäolo, jolloin ollaan jouten sekä vanhempien antamat huomionhetket lapselle. Sen lisäksi elämykselliset retket tai reissut ovat tärkeitä yhdessäolon kokemuksia lapsille. (Emt., 61, 63.)

Ajan löytämisen yhteisille läsnäolon hetkille vanhemmat voivat kokea haasteelliseksi arjessa työn ja kiireisen elämän rytmin vuoksi. Tämä nousi esiin kaikissa perheneuvolapsykologien haastatteluissa. Esimerkiksi Ulla toi esiin, että jos on useita lapsia, vanhempaa voi mietityttää, miten ehtii luoda jokaisen lapsen kanssa yhteyttä. Päivi mietti kiirettä yhteiskunnallisena ilmiönä.

Jos on vaikka monta lasta nii, miten minä ehin jokaisen kanssa olla ja luoda sitä yhteyttä jokaiseen lapseen. (Ulla)

Yhteiskunnalliseksikin pohdinnaksi et, kuinka paljon jotenki työnantajat mahdollistavat vanhempainvapaita, äitiyslomia ja ylipäänsä vapaa-aikaa ja lomiamia ja kuinka paljon teetätetään ylitöitä. (Päivi)

Neitolan tutkimuksessa (2011, 3–4) nousi esiin, että vanhemmat kokevat usein työn ja perheen sovittamisen haasteelliseksi. Myös Paletti-tutkimus toi esiin vanhempien kokemaa kiirettä, läsnäolonpuutetta ja syyllisyydentunteita. Vanhemmat kokivat työasioihin uppoutumisen haittaavan lapsen tarpeiden sensitiivistä huomioimista. (Kivijärvi ym. 2009, 55–56.) Sallisen ym. (2005 teoksessa Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2008, 303) tutkimuksessa varsinkin äidit kokivat, että läsnäoleminen hetkiä ei ollut tarpeeksi.

Perheneuvolapsykologien käsityksissä läsnäolemisenä tarkoitettiin enemmän kuin vaan fyysisesti samassa tilassa olemista. Sillä tarkoitettiin keskittymistä lapseen ja lapsen asioihin ilman, että vanhempi touhuaa samalla jotain tai, että yhteinen vapaa-aika on täytetty

kotitöillä ja harrastuksiin kускаamisella. Parhaiten vanhempi osoittaa läsnäolemista siirtämällä muut askareet ja esimerkiksi puhelimen, tietokoneen ja muiden laitteiden käytön eri hetkeen.

*Osattas rajottaa niitä laitteitten käyttöä. --- Et ollaanks siellä kaikki niillä --
- omie laitteitesa kans jotenki erillisinä et jotenki sitä todellista kohtaamista
ja vuorovaikutusta ei hirveesti ole? (Anne)*

Sallisen ym. (2005) tutkimuksessa kiire näkyi arjessa työn lisäksi sillä, että myös lapsilla ja nuorilla vapaa-aika oli esimerkiksi harrastusten myötä aikataulutettua aamusta iltaan. Kuitenkin yhdessä vietetty läsnäolon ajat olivat tutkijoiden mielestä vähintäänkin kohtuullisia kaikissa tutkimukseen osallistuneissa perheissä. (Emt., teoksessa Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2008, 303.)

Lapsen kuunteleminen nousi esiin jokaisessa haastattelussa. Perheneuvolapsykologien mielestä lapselle on hyvä osoittaa toiminnallaan, että lapsen asiat ovat merkityksellisiä ja tärkeitä ja niitä hetkiä olisi, jolloin vanhempi oikeasti kuuntelee lasta ymmärtäen, empaattisesti ja läsnäolevasti. Ullan sanoin: ”Hyväksyvä, empaattinen tapa kuunnella”.

Jos se (kuunteleminen) ei oo mahollista siinä niin jäsentäis kuitenkin sitä kokemusta että mää oon ottanu nyt vastaan sen sun asian ja se on mun aikuisen vastuulla nyt huolehtia siitä. (Helena)

Ku voihan olla niinku saman katon alla, pysähtyykö ne kuuntelemaan ihan oikeesti --- mitä se lapsi kertoo ja missä tunnetiloissa se on. (Päivi)

Ymmärtäminen näkyi perheneuvolapsykologien käsityksissä empatiankykynä asettua myötäelämään lapsen tunteita. Ymmärrystä vanhemmat voivat ilmaista lapselle ottamalla lapsen tunteet vastaan ja sanomalla esimerkiksi ääneen, että hän aikuisena ymmärtää lapsen pahan mielen, kiukun, mutta myös sen, jos on vaikea ilmaista, miltä tuntuu. Ymmärrystä voi osoittaa perheneuvolapsykologien mukaan esimerkiksi seuraavin esimerkein:

Voi niinku ottaa sen vastaan ja sanoa että ”Joo mä huomaan ja ymmärrän”.
(Anne)

Ai no ei ihme että sä suutuit --- kyllähän tommosessa tilanteessa suuttuu --- jos se noin rumasti sano nii ei ihme et sua on alkanu kiukuttaa. (Ulla)

Yrityksellä ymmärtää lasta aikuinen voi kyetä näkemään tilanteen paremmin lapsen silmin ja se voi auttaa vanhempaa kohtaamaan lapsen tunteen. Tällöin myös lapselle välittyy kokemus siitä, että vanhempi ymmärtää, kuinka vaikeaa hänellä on olla tunteen kanssa ja ettei hän saa yksin ratkaistua tilannetta. Se viestii lapselle, että hänen tunteensa ovat merkityksellisiä ja että häneen voidaan suhtautua voimakkaasta tunnereaktiosta huolimatta empaattisesti.

Ymmärrys on ensimmäinen asetelma --- aikuinen osaa katsoa sitä lasta jo eri tavoin, kohdata sen tilanteen niinku eri tavoin elikkä jotenki niinku tavottaa sen että on se kyllä keinoton, niin avuton tuossa ja se ei yhtään tiä, mitä se tekis. (Anne)

Et useinhan ne tunteet on kuitenkin jossain tilanteessa niin niihin on joku syy tai et ne on jostaki tullu. (Ulla)

Tunteen jakaminen vanhemman kanssa, on perheneuvolapsykologien mukaan lapsen tunne-elämän kehityksen kannalta tärkeää. Perheneuvolapsykologit painottivat kaikenlaisten tunnekokemusten jakamista: positiivisten tunteiden jakamista kuin myös haastavampien tunteiden jakamista. Helenan sanoin: ”*Se tärkein pointti on se että se tulee jaetuksi se asia --- ehkä aina ei osaa niitä oikeita sanojaka ja ei varmaa aina ole niitä sanoja*”. Lapselle on hyvä viestiä, että vanhemman kanssa voidaan jakaa tunteita, eikä niitä tarvitse poistaa.

Et vanhempi ilmasee et voi yhdessä jakaa iloa ja jakaa mielihyvää..yllätyksen tunnetta jännitystä --- mut et myös se että --- ne haastavammat tunteet pelko tai suru tai viha. (Ulla)

Jotenki jakamaan sitä kokemusta --- jakamaan ajatuksia. (Päivi)

Vauvojen oletetaan oppivan tunteiden jakaminen heidän ensimmäisessä vuorovaikutussuhteessa vanhempien kanssa (Eisenberg ym. 1998, 247; Nummenmaa 2010, 171–172). Neitolan (2011, 212) tutkimuksessa vertaissuhdeongelmista kärsivien lasten vanhemmat

pääosin jättivät lapsen selviytymään yksin omien tunteiden kanssa sillä ajatuksella, että tunne menee itsestään ohi. Haverisen ja Martikaisen (2004) mukaan yhteisten kokemusten hankkimisessa ja niiden jakamisessa tärkeintä on, että vanhemmilla ja lapsilla on yhteistä aikaa. Yhteinen aika on samalla perheen ihmissuhteiden hoitamista (Emt., 73.)

Sensitiivinen vuorovaikutus nousi esiin perheneuvolapsykologien vastauksissa vanhemman tunnekasvatustoimintaa kuvatessa: hyvä, hoivaava, turvallinen vuorovaikutus ja vanhemman tunteiden sopeuttaminen lapsen tunteisiin. Sosiaalisissa suhteissa on aina huomioitava tilanteessa olevat osapuolet. Käyttäytymisen ja vuorovaikutuksen tulisi olla sopivaa, oli kyseessä sitten lapsi, toinen aikuinen tai jokin lemmikki. Lapsen ja vanhemman tunneviestintä tapahtuu vuorovaikutuksessa ja usein arjen tilanteissa. Tässä yhteydessä esiin nousi, että tunnekasvatuksen pohja on varhaisessa vuorovaikutuksessa.

Luo hyvää vuorovaikutusta lapsen kanssa ja hoivaavaa. (Ulla)

Pitäähän sun huomioida että sulla on lapsi läsnä, mutta pitäähän sun yleensä ottaen huomioida vaikka olis koira läsnä tai toinen ihminen --- et ainahan niinku ihmiset on niinku sosiaalisissa suhteissa toisiinsa. (Helena)

Lapsen tärkein vuorovaikutussuhde on lapsen ja vanhemman välinen suhde (Alegre 2011, 57). Eisenbergin ym. (1998, 250) mukaan se, miten vanhempi reagoi lapsen tunteisiin, on yhteydessä vanhempi-lapsi-vuorovaikutussuhteen laatuun ja ennustaa omalta osaltaan lapsen sosio-emotionaalisia taitoja. Optimistinen ja tasapainoinen ilmapiiri kotona näyttää heijastuvan niin, että lasta arvostetaan ja hänen tarpeita huomioidaan (Kettunen ym. 1997, 88). Myös Denhamin ja Kochanoffin (2002) tutkimuksen mukaan kodin positiivisten tunteiden ilmaisen ilmapiiri tukee lapsen tunteiden ymmärtämistä. Emotionaalisesti myönteinen perhe auttaa äitejä voimaan hyvin, mutta lisäksi se edistää äitien kykyä opettaa tunnetaitoja lapsillensa. (Emt., 338.) Neitolan (2011, 4) tulokset ovat yhteneväisiä muiden tutkimustulosten kanssa, sillä vuorovaikutuksen vaikeudet, epäjohtonmukainen tai pintapuolinen sosiaalisten taitojen, käyttäytymisen ja ohjaus yhdistettynä perheen voimavarojen puutteisiin, voivat haitata merkittäväällä tavalla lapsen sosiaalisen kompetenssin kehittymistä.

Lapsen hyvällä kannattelemisen on myös vanhemman hyvää tunnekasvatustoimintaa. Vanhemman tunnekasvatustoiminnan tavoitteena tulee olla hyvän kontaktin luominen lapseen: ”vanhemmat ymmärtämään vielä vahvemmin sitä, että tavalla tai toisella heidän täytyy löytää se hyvä kontakti, se toimiva kontakti”. Haastetilanteissa Helenan mukaan ei voi ajatella, että lapsi yksin muuttuisi. Lisäksi vanhempana tulisi pyrkiä positiiviseen huomiointiin ja käyttää rajoittavia ja negatiivisia ilmaisuja vasta toisena keinona, jotta identiteetti rakentuisi positiivisen palautteen varaan. Lapselle tunnetaitojen oppiminen on mielekkäämpää, kun asia ilmaistaan positiivisen kautta. Vaikka lapsi toimisi sopimattomasti, palaute tulisi kohdistaa tekemiseen, ei lapseen itseensä ja myös muistuttaa lasta hänen hyvistä puolistaan.

Että ne positiiviset konstit, tuki ja positiivinen huomiointi ja muu olis niinku se pääasiallinen keino ja sitte --- tämmöset rajottavat ja tämmöset konstit olis sitte vasta kakkosasiana. (Helena)

Osottaa niitä semmosia vastakohtiaki sille että --- vaikka tuo teko oli huono ja niin ei ois saanu tehdä nii sit sinussa on myös näin paljon hyvää --- et muistuttaa myös siitä kaikesta hyvästä mitä lapsessa on. (Päivi)

Haverisen ja Martikaisen (2004, 65) mukaan hyvät ystävälliset suhteet, positiivinen palaute ja rakentava riitely ovat oleellisia asioita hyvän kasvuympäristön kokemisessa. Schulmanin ja Niemen (2013, 136. 138) näkevät, että vanhemman on hyvä osoittaa huolestusta käyttäytyvälle lapselleen paheksunnan kohdistuvan tekoon, ei lapsen itseensä.

Rakkauden osoittaminen nousi esiin yhden perheneuvolapsykologin haastattelussa. Perheneuvolapsykologin mukaan vanhemmat eivät voi liikaa ilmaista lapselle välittämisen tunnetta. Tärkeää olisi, ettei lapsesta iloitsemista sidottaisi suorittamiseen, vaan että ilo syntyisi lapsesta itsestään, hänen olemassaolonsa vuoksi. Pienet lapset tarvitsevat, että välittämisen tunne tulee sekä kehon kautta kaikenlaisen silittämisen, halaamisen ja hyvänä pitämisen kautta, mutta myöskin sanoin ilmaistuna.

Se välittäminen voiaan lapselle ja kerrotaan lapselle niinku et lapsi tulee sen tietämään kokemuksena [silittää omaa käsivartta] että sanoina. (Päivi)

Iloitaan siitä, että sinä olet olemassa et se ei tarvi mitään erityistä suorittamista. (Päivi)

Jokainen lapsi tarvitsee tunnetta, että hänen olemassaolostaan voidaan iloita (Schulman & Niemi 2013, 138). Neitolan (2011) tutkimuksessa lähes kaikki vanhemmat ilmaisivat lapselle välittämistä läheisyydellä, kuten halaamalla, pitämällä sylissä, suukottelemalla ja sanoin ja yhdessä tekemisen kautta. Vain muutama vertaissuhdeongelmista kärsivän lapsen vanhempi kertoi osoittavansa välittämistä niin, että huolehtii fyysistä tarpeista ja hyvinvoinnista. (Emt., 210.)

Voi olla, että näissä perheneuvolapsykologien esiin nostamissa empaattisuuden liittyvissä teemoissa on tapahtumassa kasvatuskulttuurin muutosta. Esimerkiksi Kemppaisen (2001, 122) tutkimuksessa nuorimman sukupolven kasvatuskokemuksissa korostuivat lapsen asemaan asettuminen, lapsen kannustaminen, lapsen kuunteleminen ja yksilöllisyyden korostaminen. Myös Paletti- tutkimuksessa vanhempien toiminta näyttäytyi auktoritatiivisena, joka merkitsee, että lämpimien tunteiden ilmaiseminen on lisääntynyt auktoritaariseen kasvatuskulttuurin verrattaessa (Kivijärvi ym. 2009, 51–54).

6.2 Sanoittaminen

Perheneuvolapsykologien mukaan yksi osa-alue vanhemman hyvässä tunnekasvatustoiminnassa on se, että vanhempi vastaa lapsen tunteisiin sanoin ja opettaa myös leikki-ikäistä lasta sanoittamaan tunteitaan. Haastateltavat toivat esiin, että hyvässä tunnekasvatustoiminnassa tärkeää on, että vanhempi sanoittaa lapsen tunteita ja kokemuksia, selittää syy-seuraussuhdetta. Jos sanoittaminen on vaikeaa, vanhempi voi käyttää lisäkeinoja sanoittamisen tukena ja yrittää olla lapsen apuna saada tunnekokemuksille nimet.

Schulman & Niemi (2013) toteavat, että suomalaisessa kulttuurissa ei ole ollut tapana puhua tunteista avoimesti ääneen. Puhumisen avulla aikuinen kuitenkin opettaa lasta otamaan vastuun tunteistaan. (Emt., 133.) Vanhemman avustuksella tunnekäsitteet ja tunnetilojen ilmaiseminen sanojen avulla tulevat tutuksi lapselle (Webster-Stratton 2011,

248; Brotherson 2009, 3). Lapsen tunnetaitojen ohjaaminen tarkoittaa muun muassa sanoittamista: Lapsen auttamista nimeämään tunteita verbaalisesti, lapsen ja vanhemman välistä keskustelua ja tunteiden luonteen opettamista lapselle. Sillä tarkoitetaan tunteiden liittämistä ilmaisuihin ja tapahtumiin. (Gottman ym. 1997, 48–49; Denham ym. 2006, 622.) Tunteiden opettaminen saattaa auttaa lasta ymmärtämään emotionaalisia viestejä ja auttaa näin ollen ymmärtämään sosiaalista kanssakäymistä (Denham ym. 2006, 622).

Tunteiden ja kokemusten sanoittaminen näkyi perheneuvolapsykologien puheenvuoroissa ilmaistaessa näkemyksiä leikki-ikäisen lapsen tunnekasvatuksesta. Heidän mukaansa lapsi tarvitsee sanoja ja vanhemman sanoittaminen on tärkeässä roolissa. Vanhempi voi esimerkiksi sanottaa sitä, mitä hän havainnoi ja yrittää tavoittaa lapsen tunnetta ja kokemusta ja antaa tunteille nimiä, jotta tunteet saavat selkeät rajat ja muodon.

Et sitä pystyy ruveta sanottaan jotenki sitä et: ”Mää huomaan ja ymmärrän et sulla on nyt hirveen hankala olo et mää nään et sää oot ihan raivona”.
(Anne)

Tunteet ei oo vaan joku semmonen epämääräinen iso möykky vaan et sillä on niinku selkeet rajat. (Päivi)

Monet tutkijat näkevät sanoittamisen tukevan lapsen tunnetaitojen kehittymistä. Eisenbergin ym. (1998, 245–255, 266) tutkimuksen mukaan, ne lapset, joiden vanhemmat olivat rohkaisseet lapsiaan keskustelemaan tunnekokemuksiaan, kykenivät paremmin sanoittamaan omia tunteitaan ja myös ymmärtämään toisten tunteita. Myös Getzler ym. (2005, 608) tuovat esiin, että tunteista keskusteleminen voi auttaa lasta nimeämään ja ymmärtämään omia negatiivisia tunteita. Denhamin ym. (1997, 82) tutkimuksessa vanhempien ohjaava ja tunnekasvatusta tukeva kieli oli yhteydessä lapsen sosio-emotionaalisiin taitoihin.

Perheneuvolapsykologien mukaan sanoittamista on hyvä hyödyntää erityisesti, kun lapsi kokee voimakkaita tunnetiloja. Tunteiden ja kokemusten rauhallinen sanoittaminen on hyvä keino saada lapsi ymmärtämään voimakasta tunnetilaansa ja se voi auttaa lasta rauhoittumaan. Lapsen ollessa voimakkaissa tunnetiloissa, lasta ei auta se, että vanhempi

väittää lapsen tahtoa vastaan. Sanojen löytymisen myötä, lapsen itsesäätelytaidot saattavat parantua ja tunnereaktiot ajan myötä pienentyä. Perheneuvolapsykologien puheenvuoroissa tuli esiin, että tunteista ja tunnekokemuksista olisi tärkeä puhua myös silloin, kun tunnetila ei ole päällä.

Puhuttas niistä asioista myös niistä tunteista sillon ku ei oo se tunnetila niinku päällä. (Anne)

Sen sanottaminen eikä niinkään että lähtee semmoseen vähä niinku vääntöön siitä että onko se asia näin vai eikö se oo. (Ulla)

Tunteista keskusteleminen ja tunteiden ilmaiseminen linkittyvät tutkimusten mukaan yhteen. Denham ym. (2006, 621) tuovat esiin, että vanhempien kyky keskustella tunteista, ei opeta lapselle pelkästään tunteiden kieltä, vaan kommunikaation laatu ja lämmin vuorovaikutussuhde auttavat lasta myös ilmaisemaan tunteita. Myös Eisenbergin ym. (1998, 255) mukaan, jos perheessä ei keskustella avoimesti negatiivisista tunteista, se voi antaa lapselle käsityksen, ettei tunteiden ilmaiseminen ole hyväksyttyä.

Syy-seuraus -suhteen sanoittaminen on yksi sanoittamiseen kuuluva asia perheneuvolapsykologien näkemysten mukaan. Vanhemman on hyvä hakea ymmärrystä ja yrittää kysellä, mikä lasta esimerkiksi suututti, mikä pelottaa tai mikä hävettää ja yrittää tätä kautta saada sanoja tapahtumille ja lapsen tunnetiloille, mistä kaikki johtuu.

Siinä määrin kuin aikuinenkaan voi tavottaa sitä, että mistä lapsen reagoiminen mahtaa --- että hän kytkee sitä lapsen tunnereaktiota siihen, mitä tapahtui ja siihen reagointia. (Päivi)

Mitä pienempi lapsi on kyseessä, sitä vaikeampi hänen on arvioida, mistä kaikki johtuu ja miksi hänestä tuntuu niin kuin tuntuu. Lapsi tarvitsee vanhemman objektiivista havainnointikykyä avuksi, jotta hän oppisi ymmärtämään tunteista kumpuavia syitä. Syy-seuraussuhdetta selittäessä voi käydä lapsen kanssa yhdessä koko tapahtumaketjun läpi selittäen tilanteita, mitä oikeasti tapahtui ja antaen ymmärrystä, mistä lapsen tunteet mahdollisesti kumpusivat.

*Mitä pienempi lapsi nii, sitä vähemmän hällä välttämättä on niinku keinojaka-
kaa ite arvioija että mistä kaikesta tää mun tunne oikeastaan niinku koostuu.
(Anne)*

*Jotenkin sen auttaminen et: ”No joo no eipä ihme että hermostuit”. Et sen
jälkeen et: ”No okei no et sit sää tönäsit sitä Pekkaa et se ei nyt ollu se (hyvä
juttu)”. (Ulla)*

Vanhemman ohjaamisen avulla lapsi oppii liittämään tunneilmaisut, tunnekokemukset ja sanat johdonmukaisesti tunnekokemuksiin (Denham ym. 2012, 139). Eisenbergin ym. (1998) mukaan tällainen toiminta voi olla arjessa osana päivittäisiä keskusteluja niin, että vanhemmat havainnollistavat lapselle muiden tunteita, selittävät tunteiden syitä ja seurauksia ja auttavat lasta ymmärtämään myös omia kokemuksiaan ja säätelemään tunteita. Lapsen tunnetaitojen oppimisen kannalta on merkityksellistä, ovatko tunnekeskustelut osana arkipäiväisiä keskusteluja vai pääsääntöisesti vain silloin, kun vanhempi asettaa lapselle rajoja tai yrittää parantaa lapsen sosio-emotionaalisen toiminnan puutteita (Emt., 254–255, 266.)

Vanhemman rooli tunteiden tunnistajana saattaa olla hyvä keino tukea lasta löytämään sanoja tunteilleen, jos lapsen on vaikea saada niistä kiinni tai hän ei osaa kuvata niitä. Joskus tietysti on vaikeakin tavoittaa, mikä tunne taustalla on ja lapsen voi olla tietää, miltä jokin asia tuntuu. Vanhemman yritys arvailla apuna saattaa tukea lasta ymmärtämään, mikä tunne on kyseessä ja antaa tunnetilalle sanat. Lapsen olemus tai käytös voi antaa viitteitä, jäikö lapsella jokin asia kaihtamaan, josta olisi hyvä puhua. Lasten tunteet ovat usein kehossa tapahtuvia asioita ja siksi tunteita voi nimetä myös sitä kautta.

*Senhän voi nimetä myös sieltä, että --- paha mieli mahakipu --- löytää niille
jonkinlainen ilmasu. (Päivi)*

Voi vähän arvuutella, että voisko semmoselta tuntua. (Helena)

Schulman ja Niemi (2013, 135) näkevät hyvänä, että vanhempi pysähtyy kysymään myös lapselta itseltään, miten hän kuvaa esimerkiksi vihan ja kiukun tunteitansa, jotta lapsen oma näkökulma asiaan tulisi näkyväksi.

Perheneuvolapsykologien mukaan vanhemmat yleensä tuntevat oman lapsensa parhaiten ja tietävät lapsensa tavan tuntea ja reagoida. Sen myötä heillä on voinut syntyä käsitys, miten tämän lapsen kanssa voisi toimia. Lapset ovat erilaisia myös tunteiden ilmaisultaan ja toisen lapsen kasvot paljastavat, mitä lapsi ehkä tuntee. Silloin myös aikuisen on helpompi olla arvailemassa ja kyselemässä lapsen tunnetilaa. Toisten lasten kanssa joutuu taas aktiivisemmin huomaamaan, onko lapsella on paha mieli. Jokainen lapsi tarvitsee yksilöllistä tukea tunteiden ohjaamisen tueksi:

Joku tarvitsee vähän enemmän kysymyksiä ja jollekin riittää että kaappaa kainaloon ja joku toinen tykkää illalla jutella --- jokaisen lapsen kohalla niinkö ne omat systeeminsä. (Helena)

Denhamin ja Kochanoffin (2002, 338) sekä Belskyn (1984, 84–85) mukaan tunnekasvatuksen toteuttamiseen vaikuttavat lapsen omat ominaisuudet, kuten ikä, kognitiivinen ja kielellinen kehitys ja lapsen luontainen herkkyys kokea ja ilmaista tunteita. Lapset, jotka ilmaisevat herkästi tunteitansa, saattavat saada enemmän kokemuksia, joissa he voivat oppia ymmärtämään tunteiden luonnetta (Denham & Kochanoff 2002, 338). Eisenbergin ym. (1998) mukaan vanhempien toimintatavat vaihtelevat sen mukaan, onko kyseessä sosiaalisesti taitava lapsi vai sosiaalisilta taidoiltaan heikompi lapsi. Lisäksi lapsen sukupuoli on merkitystä lapsen tunteiden ilmaisuun ja tunteiden ymmärtämiseen. On huomattu, että vanhemmat keskustelevat eri tavoin tytöille kuin pojille. Esimerkiksi äidit puhuvat enemmän tytöille toisten tunteista kuin pojille ja näin ollen valmentavat tyttöjä emotionaalisemmiksi. (Emt., 257.)

Äitien ja isien tunnekasvattajaroolit on havaittu olevan erilaisia. Denham ja Kochanoff (2002, 337) sekä Eisenberg ym. (1996, 2243) tutkimukset osoittivat, että äitien rooli tunnetaitojen tukijana oli vahvempaa ja he ohjasivat lasta tunteissaan isää useammin. Denham ja Kochanoff (2002) olettavat, että ehkä isät välittävät kasvatustilanteissa äiteihin verrattuna enemmän emotionaalista kontrollia kuin kertovat laajasti tunteiden luonteesta, aiheuttajista tai hienovaraisista huomioista. Lisäksi tunteista puhuminen voi olla isillä laadultaan heikompaa äiteihin verrattuna. Toisen selityksen mukaan isien rooli perheessä on enemmän leikkikaveri ja äidit taas ovat enemmän ohjaajan roolissa. Toisaalta äitien

tunnetaitojen opettamista on tutkittu enemmän ja siksi siitä myös tiedetään enemmän (Emt., 337.)

Muut keinot sanoittamisen tukena voivat olla joskus tarpeen perheneurolapsykologien mukaan ja sanoittamisen lisäksi vanhempi voi käyttää luovia keinoja kasvattaessaan leikki-ikäistä lasta tunteiden maailmaan. Esimerkiksi luova ilmaisu piirtämisen tai muovailuvahan avulla saattaa auttaa lasta jäsentämään tunnekokemuksia. Jos sanallinen puoli ei toimi, lapsen kanssa voi käyttää esimerkiksi merkkikieltä.

*Jos se ei se kieli, sanallinen puoli nyt toimi niin vaikka merkkikieltä. --- Tun-
tuuks susta hyvältä [peukku ylhäällä]? (Helena)*

*Monesti hyvä asia et voi piirtää niitä --- ilmastaan tai sitte mielikuvaansa,
mitä lapsella on. (Päivi)*

Lisäksi vanhemmat voivat käyttää apuna perheneurolapsykologin työssä käytettäviä materiaaleja, kuten nallekortteja, tunnepyörää, satuja ja sarjakuvittamista. On tärkeää, että lapsen oma näkökulma tulee esille, miten hän itse kuvaa kiukun ja vihan tunteitansa (Scuhlman & Niemi 2013, 133–135).

6.3 Rajojen asettaminen

Perheneurolapsykologien mukaan vanhemman hyvä tunnekasvatustoiminta muodostuu myös rajojen asettamisen kautta. Kaikki perheneurolapsykologit näkivät hyvänä vanhemman toimintatapana sääntöjen luomisen ja jämäkkyuden. Toisaalta jämäkkyuden rinnalle nostettiin kyky olla yhtä aikaa lempeä ja jämäkkä. Lapsen ja aikuisen maailmojen rajojen kiinnittämistä pidettiin yhdessä haastattelussa oleellisena.

Jämäkkyys yhdistettynä johdonmukaisuuteen ja selkeisiin raameihin näkyi perheneurolapsykologien puheissa hyvänä tunnekasvatustoimintana. Kuitenkin esiin nousi, että tapa toteuttaa jämäkkyyttä riippuu lapsesta: toiselle lapselle riittää sanat, toinen lapsi tarvitsee selkeät toimintamallit. Vanhempana tulisi olla johdonmukainen rajojen asettamisessa,

että ne rajat, mitä hän asettaa, niistä hän pitäisi myös kiinni, eikä lähtisi joustamaan lapsen tahdon mukaisesti. Rajojen asettaminen nähtiin turvallisuuden näkökulmasta. Rajojen kautta lapsi voi opetella sietämään ja hallitsemaan pettymyksen tunteita, mitkä ovat leikki-ikäisen lapsen kehityksessä tärkeitä vaiheita.

Et sehän luo sitä turvaa ja rakennetta, että jotenki ne rajat kuitenkin pysyy.
(Ulla)

Äärimmäisen tärkeää lapsen kannalta se, että se oppii niinku kestämään sen pettymyksen tuoman harmituksen. (Anne)

Yleisesti esiin nousi, että vanhemmuuteen kuuluu se, että lapsi haastaa ja kokeilee rajoja. Vanhemmuuteen kuuluu lapsen haastamisen vastaanottaminen. Haastaminen tarkoittaa sitä, että lapsella on rajat tai sitten lapsi kaipaa rajoja. Lapsi kasvaa turvattomana, jos hänelle ei aseteta kehitystasolleen sopivia rajoja.

Haastaminen kuuluu asiaan ja se tarkoittaa sitä, että lapsella on rajoja tai sitte, että lapsi hakee niitä rajoja..et muuten lapsi kasvaa kyllä turvattomana, jos ei löydä niinku semmosia omalle kehitystasolleen sopivia rajoja. (Päivi).

Sääntöjen merkityksestä perheneuvolapsykologit puhuivat yksimielisesti. Ennalta sovitut säännöt tai periaatteet auttavat pysymään jämäkkänä ja kasvattavat lasta johdonmukaisuuteen. Vanhemmalla tulisi olla itsellään riittävän selkeästi jo mielessä, mitkä ovat meidän perheiden säännöt ja tavat, mistä pidetään kiinni. Jos jostain asioista ei ole etukäteen sovittu, asiaa voi harkiten miettiä esimerkiksi toisen vanhemman kanssa. Etukäteen mietityt säännöt auttavat vanhempaan kestämään ja ymmärtämään lapsen kiukkua. Pettymysten harjoitteluun vaatii perheneuvolapsykologien mukaan selkeät säännöt ja raamit, joista pidetään johdonmukaisesti kiinni.

(Sääntöjen avulla) se on monesti niinku helpompi myös sit kestää se että se lapsi kiukustuu ja ikään kuin hyväksyä se. (Ulla)

Aikalisä on hyvä et jos ei ossaa vastata nii --- opettellee sanomaan, vaikka että mepä jutellaan tästä isän tai mepä jutellaan tästä äitin kanssa. (Helena)

Lapsuusiässä lapsi joutuu sopeutuman sääntöihin, normeihin, asenteisiin ja käyttäytymistapoihin, joita vanhemmat asettavat sanoin ja teoin (Dunderfelt 2011, 74). Lapselle on hyvä kertoa rajan asettamisen syystä ja sopia etukäteen seurauksista, mitä rajojen asettamisesta seuraa (Stern & Elias 2007, 40). Ristiriitaisessa tilanteessa vanhempi saattaa reagoida nopeasti ja antaa kohtuuttoman rangaistuksen, joka saattaa johtaa kaksoisviestintää, kun vanhempi peruu tai hyvittelee antamaansa rangaistusta. Aikalisän ottaminen ja rangaistuksen miettiminen harkiten johtaa johdonmukaisuuteen kasvatuskäytännöissä. (Schulman & Niemi 2013, 136.)

Olla lempeästi jämäkkä -vanhempi on myös hyvää tunnekasvatustoimintaa kahden perheneuvolapsykologin näkemyksen mukaan. Vaikka vanhempi olisi jämäkkä ja asettaisi johdonmukaiset rajat lapselle, kasvatustyötä voi toteuttaa lempeän jämäkästi. Lasta voi ymmärtää ja auttaa tunnekokemuksissa, mutta silti on tärkeä pitää rajoista kiinni. Esimerkiksi sylin tarjoamisen vanhemmat usein kokevat vaikeaksi, eivätkä tiedä, miten lapseen pitäisi suhtautua, jos hän kaipaa syyliä rajojen asettamisen yhteydessä. Se on kuitenkin osa lapsen tarvitsemaa apua tunteiden käsittelyssä.

Sää voit lohduttaa sitä lasta ja olla ymmärtäväinen ja tukea sitä hänen tunnettaan, mitä se hankala asia se kielto tuo. Mut sää et anna periksi kuitenkaan siitä asiasta. (Anne)

He (vanhemmat) kokevat et, jos he kieltävät jotain ja lapsi reagoi siihen nii ei voi tarjota syyliä...eli he kokee jotenki sen niinku ajatuksen että et se on palkinto jos tarjotaan syyliä..mut sitähan se ei ole (Anne)

Revon (2013) mukaan rajojen asettaminen ei tarkoita lapsen rankaisemista. Esimerkiksi syyliin ottaminen ei ole palkinto kiukuttelusta vaan huonosti käyttäytyvälle lapselle saa osoittaa empatiaa. Se ei silti tarkoita, etteikö aikuinen ohjaisi tai pitäisi rajoista kiinni. (Emt., 21.) Jotta lapsi oppisi käsittelemään omia ristiriitaisia tunteita, häneen ei tulisi suhtautua liian ankarasti, mutta ei myöskään liian välinpitämättömästi (Vilkko-Riihelä 1999, 226; Dunderfelt 2011, 76).

Perheneuvolapsykologien mukaan vanhemman asettaessa rajat, tilanteet olisi hyvä purkaa ja tehdä myös lapselle selväksi, että tilanteita voi yrittää korjata, jos jokin asia ei ole

mennyt toivotulla tavalla. Esimerkiksi, jos lapsi on ottanut lelun toiselta, hän voi korjata tilanteen antamalla lelun takaisin. Näissä tilanteissa vanhemman on hyvä osoittaa, että myös hän pääsee lapsen tuottamasta pettymyksestä yli. Myös Schulmanin ja Niemen (2013, 136) mukaan lapsella tulisi olla mahdollisuus korjata virheitään, pyytää ja saada anteeksi.

Jos on ollu joku rajottamistilanne ja --- sit sitä ei niinku pureta et se jää vähä niinku semmoseksi et äitillä on tosi paha mieli ja nyt sitte ollaan loppupäivä jotenki --- se on tietysti ääriesimerkki. (Ulla)

Näyttäisi kuitenkin, että tämän asian vanhemmat usein kokevat haastavaksi. Neitolan (2011, 3) tutkimuksen vanhempia mietitytti hoivaan, lämpöön ja rajojen asettamiseen liittyvät asiat. Myös Paletti -tutkimuksen osallistuneet vanhemmat kokivat, etteivät aina kyenneet olemaan riittävän johdonmukaisia ja ymmärtäviä ja toisaalta he kokivat, etteivät aina asettaneet jämäkästi rajoja (Kivijärvi ym. 2009, 55). Stern ja Elias (2007, 39) toteavat rajojen asettamisen olevan usein vanhemmille vaikeaa, koska vanhempi joutuu sen myötä vastaanottamaan lapsen vaikeat tunteet: surun, ahdistuksen ja vihan. Korhosen (2002) mielestä nykyajan iskulauseet ”rajat ja rakkaus” ovat ongelmallisia, sillä vaikka kehityspsykologisen tietämyksen valossa voidaan lasten tarvitsevan näitä, ongelmallisissa tilanteissa ihannetila saattaa olla jo murtunut (Emt., 54).

Rajojen asettamisen muoto näyttäisi muuttuneen sukupolvien myötä. Kemppaisen (2001) tutkimus osoitti, että aikaisemmin lapselle on osoitettu rajoja fyysisen rankaisemisen kautta, kun taas tutkimuksen nuorimman sukupolven puheenvuoroissa korostui lapsilähtöinen ja ohjaava kasvatustoiminta. Nuorimman sukupolven vastauksissa kuri-sana oli korvautuneena sanoilla rajat, säännöt ja pelisäännöt. (Emt., 98, 122–123.) Myös Paletti-tutkimuksen vastauksissa näkyi kasvatusilmapiirin muutos – autoritaarisuuden vähentyminen (Kivijärvi ym. 2009, 51–54). Korhonen (2002, 54) näkee, että entisaikojen kurikasvatus -menetelmä ei ole ratkaisu tässä ajassa oleviin uudenlaisiin kasvatuskysymyksiin. Perheneuvolapsykologeista Helena toi esiin, että vanhempi saattaa aiheuttaa lapselle häpeän tuntemuksia nolaamalla lasta ja lapsen tekemisiä. Hänen mukaansa sitä on perinteisesti käytetty suomalaisessa kulttuurissa.

Meillähän taas perinteisesti suomalaisessa kulttuurissa tavallaan niinku ehkä yritetäänkin vähän niinku --- häpeän kautta kasvattaa --- kitkeä pois ikäviä käyttäytymistapoja. (Helena)

Myös Schulman ja Niemi (2013, 136) tuovat esiin, että suomalaisessa lastenkulttuurissa ruumiillinen kuritus on korvautunut lapsen nolaamisena, pelotteluna, uhkailuna ja kiristämisenä.

Vanhemman ja lapsen väliset rajat nousivat esiin yhdessä haastattelussa rajojen asettamisen yhteydessä. Lapsen kehityksen kannalta on hyvä, että hän saa päätettäväksi pieniä asioista, esimerkiksi minkäväriset sukkahousut lapsi laittaa. Hänen ei voi antaa kuitenkaan päättää siitä, laitetaanko sukkahousuja ollenkaan vai ei. Vanhemman tehtävänä on päättää isoista linjoista ja opetella tunnistamaan, mitkä asiat ovat liian isoja päätöksiä lapsen päätettäväksi. Jos vanhemmalla ei ole itsellä selkeästi aikuisuuden rajat mielessä, kasvatustoiminta saattaa mennä liian neuvottelemaan vanhemmuuteen.

Tämmönen sukupolven selkee raja ois niinku olemassa että lapset on lapsia ja aikuiset on aikuisia. (Päivi)

Tunnistakaa aikuisen ja lapsen rajat ja minkälaisista asioista lapsi voi päättää ja mistä asioista ei voi päättää. (Päivi)

Äärimmilleen vietyinä neuvotteleva vanhemmuus on sitä, että lapsen kanssa yritetään neuvotella kaikesta, eikä osoiteta selkeästi aikuisen auktoriteettia (Korhonen 2002, 59).

6.4 Tunteiden säätelyn ohjaaminen

Lapsen tunteiden säätelyn ohjaaminen kuuluu perheneuvolapsykologien mukaan tiiviisti tunnekasvatustoimintaan ja hyvää vanhemmuutta on se, että vanhempi pyrkii auttamaan lasta selviämään voimakkaista tunteista ja säätelemään tunteiden ilmaisuaan. Tämä teema nousi isona osana aineistosta esiin. Perheneuvolapsykologit puhuivat lapsen tunteen halluudesta ja vanhemman auttamisesta lasta selviämään tunnetilojen yli. Lapsen ollessa

voimakkaissa tunnetiloissa tärkeää on lapsen rauhoittaminen ja sen jälkeen keskustelu lapsen kanssa. Lisäksi haastatteluissa puhuttiin turvallisuuden takaamisesta, ennakoimisesta, vuorovaikutuksesta tunteiden säätelijänä ja yksilöllisyydestä.

Perheneuvolapsykologien mukaan lasten voimalliset tunnereaktiot tuovat usein vanhemmille neuvottomuuden tunnetta. Lapsen kiukkukohtaus voi tulla esimerkiksi kaupassa ollessa ja vanhemmat miettivät, miten lapsen kanssa tulisi toimia, kun lapsi on vihainen. Avuttomuuden tunteminen on todella tavallista, joita varmasti kaikki vanhemmat kokevat joissakin tilanteissa.

Lapsen tunteethan on tosi voimakkaita ja niiden edessä on jotenki neuvoton. --- Sehän on hirveen tavallista --- varmaan kaikki vanhemmat jossain vaiheessa kokee niinku neuvottomuutta ja ihmetystä et, mitä tässä tapahtu. (Ulla)

Tämä on varmasti yleinen lasten tunnereaktioihin liittyvä vanhemman tunne. Neitolan (2011) tutkimuksessa vanhemmat kokivat usein vaikeaksi kohdata lapsen surua ja kiukua, kun lapsi sulkeutui tunnetilaansa. Ne herättivät vanhemmissa huolta, harmistumista ja avuttomuuden tunteita. (Emt., 209.)

Tunteiden ennakoiminen nousi esiin kahden perheneuvolapsykologin haastattelussa. Vanhemmat usein havaitsivat lasta itseään aikaisemmin, kun jokin voimakas tunnereaktio on syntymässä. Lisäksi usein heillä on käsitystä, millaiset tilanteet ovat lapselle vaikeita kestää ja sietää. Lapselle olisi hyvä antaa tuki jo varhaisessa vaiheessa niin, että tunne ei kasvaisi siihen pisteeseen, että lapsen kontrolli menee täysin. Voimakas tunnemylläkkä on raskasta lapsellekin.

Ei päästetä sitä tilannetta semmoseksi et se lapsi menettää täysin kontrollin ja sit siellä niinku vaiheessa koitetaan antaa.(tukea). (Anne)

Mikä se sitten onkaan niinkö et se kiukun ennakointi --- monesti mahdollista myös ennakoida et, milloin se pahin kiukku saattaa tulla. (Ulla)

Tunteiden haltuunotto kuuluu yhtenä osana tunnekasvatustoimintaan, kun vanhempi ohjaa lapsen tunteiden säätelyä. Yleisesti perheneuvolapsykologit näkivät, että ollessaan pieni, lapsi tarvitsee paljon aikuisen apua tunteiden säätelyyn. Vanhempi huomaa usein jo etukäteen sen, milloin lapsen voimakas tunne on voimistumassa. Aineistossa nousi esiin, että vanhemman tehtävänä on tarttua lapsen tunnereaktioihin ja tukea ja kannatella lasta tunnetiloissa. Voimakkaan hallitsemattoman tunnetilan vallitessa lasta ei saa jättää yksin, vaan tilanteissa tarvitaan aikuisen tuki ja turva. Samassa yhteydessä he puhuivat, että olisi tärkeää, että vanhemmat ymmärtäisivät, että lapsi voi ottaa vastuunsa tunnereaktioistaan vain ikätasonsa mukaisesti. Siksi lapselta ei saisi vaatia enempää kuin, mihin hän kykenee.

Aikuisen pitää pystyä hanskaamaan se lapsen tunne että lasta ei saa koskaan --- jättää yksin sellasen tunteen kans mitä hän ei hallitte itte. --- Aikuisen turva siihen tarvitaan. (Päivi)

Eihän lapsi voi tavallaan niinku itte ottaa vastuuta --- vähä isommallaki lapsella niin täysin omien tunteiden säätelystä.. tietenki ikätasosesti, aina askel kerrallaan enempi. (Helena)

Yksilöllisyys on tärkeä ottaa huomioon tunteiden säätelyn ohjaamisessa. Perheneuvolapsykologit toivat esiin, että lapset samassa perheessäkin voivat olla persoonaltaan erilaisia ja tarvitsevat siksi erilaisia toimintatapoja tunteiden säätelyn tukemisessa. Siksi ei voida yleisesti antaa ohjeita, vaan toimintatavat muodostuvat tapauskohtaisesti. Toiset oppivat myös helpommin säätämään tunteita kuin toiset riippumatta siitä, millainen varhainen vuorovaikutus on ollut. Lasten tunteiden säätelyyn voi vaikuttaa myös lapsen neurologiset ominaisuudet, esimerkiksi autismin kirjon tai adhd:n ominaisuudet sekä puhe- tai keskittymisvaikeudet. Ne tuovat oman haasteensa tunteiden säätelyyn. Adhd-ominaisuus voi esimerkiksi tarkoittaa, että lapsella on voimakkaana toiveet ja vaatimukset.

Lapset perheessäki voi olla --- yksilöllisiä, että ei sitä voi silleen sanoa, että teppä näin niin aina onnistuu. (Helena)

Et se itsesäätely voi olla neurologisten ominaisuuksien vuoksi jotenki hankalampaa. (Ulla)

Lasten kyvyssä oppia itsesäätelyä on yksilöllisiä eroja. Toinen lapsi rauhoittuu helpommin kuin toinen. (Webster-Stratton 2011, 247.) Eisenbergin ja Fabeksen (1994) mukaan lapsen temperamentilla on vaikutusta, millaisia kasvatuskäytänteitä vanhemmat käyttävät tunnekasvatuksessa ja millä tavoin he vastaavat lapsen negatiivisiin tunnereaktioihin. Tutkimuksen mukaan äidit käyttävät kannustavia ja rakentavia reaktioita, jos lapsella on kykyä säädellä tunteitansa, kun taas rankaisevia ja lannistavia strategioita käytetään herkemmin, jos lapsella on heikompi kyky säädellä tunteita voimakkaassa negatiivisessa tunnetilassa. (Emt., 151.) Tirkkosen ym. (2004, 53) tutkimus osoitti, että lapsen iällä on merkitystä tunteiden säätelyyn, sillä vanhemmat lapset ehkäisivät herkemmin omia tunneilmaisujaan kuin pienemmät lapset.

Vanhemman toiminta auttaa lasta pääsemään tunnereaktioista ylitse on perheneurolapsykologien mukaan tapa, millä voi tukea lapsen tunteiden säätelyä. He toivat esiin, että lapselle tuki voi olla konkreettista tukea, esimerkiksi laastarin laittaminen kipeään paikkaan tai sanoilla lohduttamista tai kysymistä, mikä helpottaisi oloa. Vanhempi voi näin osoittaa, että tunteet alkavat ja loppuvat ja ne ovat hallittavissa olevia asioita sekä osoittaa teon ja tunteen mittasuhteet.

Rakentaa sitä semmosta et kyl me yhdessä tästä selvittäään --- kyl me saadaan nää tilanteet menemään jotenki niinkö paremmin. (Anne)

Jotenki asettaa ne tunteet mittasuhteisiin sen teon kanssa, mistä ne sitte ikinä viriääkään. (Päivi)

Neitolan (2011) tutkimuksessa vertaissuhteissa pärjäävien lasten vanhemmat pysyivät yleisemmin lapsen vierellä ja ilmaisivat lapselle tukensa, jos lapsi kaipasi vanhemman apua tunteista keskustelemiseen tai lohdutusta. He eivät painostaneet lasta puhumaan, mutta olivat myötäeläen lähellä ja osoittivat sitä myös fyysisesti silitellen, lasta sylissä pitäen tai puuhailemalla jotain lasta lähellä. Lasta ei jätetty liian pitkäksi aikaa yksin, vaan hän oli vanhemman valvonnassa. (Emt., 211.) Eisenbergin ja Fabeksen (1994, 138) sekä Eisenbergin ym. (1996, 2243) tutkimusten mukaan äitien tunteita tukevat ja ongelmaan

keskittyvät reagoimistavat olivat yhteydessä lapsen negatiivisista tunteista selviytymiseen. Lisäksi Eisenbergin ja Fabeksen (1994, 138) mukaan äitien lohduttaminen auttoi lapsia ilmaisemaan itseään vihantunteissa herkemmin sanoin kuin tunteenpurkauksin.

Perheneuvolapsykologien näkemysten mukaan lapsen tunteiden vähättely tai kyseenalaistaminen ei tue lapsen tunteiden hallinnan kehittymistä, vaan saattaa voimistaa lapsen tunnereaktiota. Lapsen kokiessa tunteita kyseenalaistaminen ei auta lasta pääsemään tunnetilasta yli.

”No äläpä nyt ja ooppa nyt kunnolla”. Mutku eihän se monesti niinku auta jos lapsi on pulassa niitten (tunteiden) kans vaan siitähä se lähtee. Se on vettä myllyyn sit --- siitä alkaa kehittyä. (Anne)

Lapsen aitoja kokemuksia ja ei kyseenalaistettais niitä tunteita, että et voi tuntea noin tai noin et saa tuntea. (Päivi)

Tutkimusten mukaan äitien ja isien vähättelevät reaktiot ovat yhteydessä lapsen alhaisempaan sosiaaliseen taitoon ja vähättelevä toimintatapa vaikeuttaa lapsen kykyä selviytyä tunnereaktioista (Eisenberg ym. 1996, 2243, 2227; Eisenberg & Fabes 1994, 138). Tunteiden lannistaminen voi estää lapsen tunnetaitojen oppimista, koska se vaikeuttaa lapsen kykyä reflektoida tunteita, käsitellä tunnepitoisia tapahtumia. Sen myötä lapsi myös herkemmin tukahduttaa tunteitansa. (Denham ym. 1997, 82–83.)

Tunteiden ilmaisemisesta rankaiseminen saattaa opettaa lasta näkemään omat ja muiden negatiiviset tunteet kielteisinä ja uhkaavina asioina ja siksi lapsi voi vältellä tilanteita, joissa ilmenee negatiivisia tunteita. Lapsi voi herkemmin olla myös kostonhaluinen vertaissuhteissa. (Eisenberg 1998, 248; Eisenberg & Fabes 1994, 138). Äitien ahdistuneet reaktiot lapsen tunteita kohtaan ovat yhteydessä siihen, että lapsen vihantunteet ovat intensiivisyydeltään voimakkaita, vahingollisia ja että lapset myös herkemmin päästävät tunteitansa ulos (Eisenberg & Fabes 1994, 138). Gentzlerin ym. (2005) tutkimuksessa nousi esiin, että isäpuolet ja yksinhuoltajaisät osoittivat vähemmän hyväksyntää ja tukea lapsen negatiivisille tunneilmaisuille kuin ydinperheessä elävät isät. Näin ollen lapset olivat emotionaalisesti estyneempiä. (Emt., 608.)

Lapsen tunnetilan rauhoittaminen nousi esiin puhuttaessa tunteiden säätelystä. Rauhoittumista lapsi voi tarvita sekä silloin, kun on paha mieli, mutta myös riehakasta iloa voi joutua rauhoittamaan. Joskus vanhempi joutuu rauhoittamaan esimerkiksi lapsen leikkiä, jos siinä hetkessä kiihtymys nousee liikaa. Perheneuvolapsykologien mielestä on tärkeää, että lapsi oppii löytämään rauhoittumiskeinoja ja vanhemman tehtävänä on opettaa niitä lapselle.

Lapsen tunnetilan rauhoittaminen on aika tärkeitä ja niiden taitojen oppiminen et, miten rauhoitan lasta, miten opetan lastani rauhoittamaan itseään.
(Ulla)

Jos se on joku paha mieli tai liian riehakas nii kyllähä se varmaan se aikuisen tehtävä on --- tynnytellä ja rauhotella. (Helena)

Tirkkosen ym. (2004, 55) tutkimuksen mukaan lapsilähtöinen vanhemmuus näytti yhdistyvän siihen, että mitä vähemmän äidit raportoivat lapsen ehkäisevän tunneilmaisujaan, sitä huonommiksi opettajat arvioivat lapsen tunnesäätelytaitot. Tunteiden hallintastrategioiden opettamisessa ideana ei kuitenkaan ole se, että vanhemman toiminta saa lapsen tukahduttamaan tunteensa, vaan että lasta opetetaan selviytymään erilaisten tunteiden kanssa. Denham ja Kochanoff (2002, 311, 335) osoittavat, että vanhempien myönteiset reagoimistavat kannustavat lapsia ilmaisemaan tunteitaan ja nämä tilanteet luovat mahdollisuuksia puhua tunteista ja opettaa lapsille tunnetaitoja. Myös Gottmanin ym. (1997, 48–49) mukaan sekä Eisenbergin ym. (1998, 250) mukaan tunteiden ohjaaminen on sitä, että vanhempi opettaa lasta ilmaisemaan tunteitaan sopivalla tavalla sääntöjen mukaisesti ja opettaa lapselle tunteidensäätelystrategioita ja tapoja rauhoittaa tunnetilan voimakkuutta.

Lapsen ollessa voimakkaissa tunnetiloissa ensisijaisena keinona perheneuvolapsykologit näkivät, että lapsi saadaan rauhoitettua. Tilanteen ollessa päällä vanhemmat usein yrittävät heti ratkoa tilannetta tai lapsen tunnetta ja haluaisivat heti tietää, miksi lapsi reagoi niin kuin reagoi. Kuitenkin voimakkaassa tunnetilassa lapsi ei ole kykene arvioimaan, niin kuin ei usein aikuinenkaan, mistä kaikesta tunne johtuu tai miten asiaa pukisi sa-

noiksi. Mitä voimakkaampi tunnetila on, sitä vähemmän sitä on mahdollista miettiä sanojen ja ajatusten tasolla. Lapsen on myös silloin vaikeampi ottaa vanhemman tarjoamaa keskustelutukea vastaan.

Ehkä aikuiset aika helposti unohtaa sen että, kun he itse ovat raivostuneet jostaki nii eivät he iteskkään sillä hetkellä oo maailman parhaita keskustelijoita että sitte lapsikaan ei ehkä pysty. (Helena)

Siinä voimakkaassa tunnereaktiossa ei ehkä kannata ruveta sitä niinku jotenki kaivella miks susta tuntuu tuolta. --- Eihän me tiietä aikuisetkaan aina et miks mua, miks mä oon näin ärtyny. --- Se voi olla niin monen tekijän summaki. (Anne)

Fyysinen kosketus voi toimia rauhoittamiskeinona kuten Ulla kuvaa: ”*Jotenki semmonen ihan fyysinen kosketus nii se on semmonen mikä rauhoittaa.. et se rauhoittaa hermostoa*”. Lapsen ollessa todella vihainen, kosketus saattaa hetkellisesti lisätä kiukkua, mutta muutoin kosketuksen ja sylin mahdollistaminen on hyväksi. Vasta rauhoittumisen jälkeen asiaa voi miettiä uudelleen, että mitä tässä tapahtui ja miksi jokin asia herätti lapsessa voimakkaan tunnereaktion.

Vanhemmilla on keskeinen rooli rauhoittaa lapsen tunnetilanintensiivisyyttä, kun lapsi on voimakkaissa tunnetiloissa (Gottman ym. 1997, 48-49; Gottman & Declaire 1997, 106).

Keskustelu lapsen kanssa on tärkeää heti tapahtuman jälkeen, kun lapsi on ensin rauhoittunut. Perheneuvolapsykologien näkemysten mukaan yhdessä voidaan miettiä, mitä tilanteessa tapahtui ja mitkä keinot tukisivat lasta senkaltaisissa voimakkaassa tunnetilassa. Perheneuvolapsykologit mainitsivat konkreettisina keinoina esimerkiksi sylin tarjoamista, omassa huoneessa rauhoittumista tai vaikka käsien taskussa pitämistä, jos lapsi on oikein vihantunteiden vallassa. Heidän mukaansa tilanteessa voi ehdottaa luoviakin keinoja, jotta lapsi oppisi selviämään tunnereaktioidensa kanssa. Asioista olisi tärkeä puhua myös muulloinkin ja miettiä, mitkä tavat ovat sopivia reagoititapoja ja mitkä keinot auttavat lasta säätelemään voimakasta tunnereaktiota.

Uskallettas siellä kotona miettiä ja puhua siitä et tiäkkö --- monesti tällöis tilanteis sulla tulee kauheen hankala olo, et tiäkkö yritetään yhdessä saaha nää tilanteet menemään eri tavoin. (Anne)

Pienenki alle kouluikäsen kanssa voi pohtia vaik semmosta et sitku huomaat --- et mitä sää voisit kokeilla ku sua vaikka suututtaa tai, jos sulla on paha mieli. (Ulla)

Denhamin ym. (2006, 624) mukaan on selvää, että tunteista puhuminen, on yhteydessä lapsen tunteiden hallintaan. Vanhemmilla on keskeinen rooli lapsen tunteiden säätelytöjen oppimisessa: Opettaa lapselle strategioita käsitellä tunteita ja ilmaista niitä sääntöjen mukaisesti (Gottman ym. 1997, 48-49; Gottman & Declaire 1997, 106). Gentzlerin ym. (2005) tutkimustulokset osoittavat, että lapset, jotka pystyvät keskustelemaan vapaasti tunteistaan vanhempiensa kanssa, omasivat rakentavimmat tunteista selviytymiskeinot. Näiden lasten vanhemmat olivat tukea-antavia ja auttoivat lapsia emotionaalisesti kuormittavissa tilanteissa. Vaikka pääpaino on vanhemman toiminnalla, vanhempi ja lapsi vaikuttavat toisiinsa niin, että avoimempi lapsi on vastaanottavaisempi vanhempien tarjoamille selviytymiskeinoille, kuten lohduttamiselle ja keskustelemiselle sopivista säätelystrategioista. (Emt., 607–608.)

Neitolan (2011, 212) tutkimuksessa vertaissuhdeongelmista kärsivien lasten vanhemmat herkemmin tenttasivat syitä lapsen tunnetiloille, kun taas ei-ongelmaisten lasten vanhemmat lähestyivät lasta empaattisesti, kuuntelivat lasta ja miettivät ratkaisuvaihtoehtoja lapsen kanssa yhdessä. Eisenbergin ym. (1998, 255) mukaan lapset, joiden perheessä ei ole keskusteltu avoimesti erityisesti negatiivisista tunteista, jäävät vaille tunteista keskustelusta ja säätelystä.

Turvallisuuden takaaminen nähtiin kuuluvan vanhemman vastuuseen, kun lapsi on voimakkaan tunnetilan vallassa, jotta lapsi ei vaarantaisi itseään tai lähellä olevia tai rikkoisi tavaroita. Lapsen olisi hyvä oppia purkamaan tunteitaan turvallisesti. Äärimmillään vietynä turvallisuuden takaaminen voi tarkoittaa sitä, että vanhempi pitää lapsesta kiinni ja estää vahingoittamista. Silloin on hyvä selittää lapselle, että kiinnipitely on vain sen aikaa, kunnes lapsi rauhoittuu. Jos lapsi on tosi kiukkuinen, hänen on tärkeä olla vanhemman valvonnassa.

Sit siinä tulee niitä ikäviä tilanteita että mottaan kaveria tai rikon tavaroita.
(Ulla)

Keinoja purkaa sitä omaa tunnettaan sillä tavalla et ei aiheuta enempää vahinkoa itelle eikä toisille. (Päivi)

Vuorovaikutus tunteiden säätelijänä nousi esiin kahden perheneuvolapsykologin haastattelussa. Varhainen vuorovaikutus nähtiin merkittävänä tunteiden säätelytaidon perustana. Vauvojen kanssa helposti osataan kaikki sävyt, tunteiden nostattamiset ja tyyntytämiset. Myös leikki-ikäisten lasten kanssa vuorovaikutus on itsessään keino tukea tunteiden säätelyä. Olipa ikä, mikä tahansa, virittäytyminen lapsen tunnemaailmaan on paras keino tukea tunteiden säätelyä.

Varhaisesta vuorovaikutuksesta lähtee itsesäätelyn ja myös tunnesäätelyn kehitys. (Ulla)

Virittyä siihen niinku siihen lapsen tunnemaailmaan rauhallisena on se paras konsti, millä tunteita voi säädellä. (Helena)

Sensitiivisen vanhemmuuden yksi osatekijä on se, kuinka herkästi vanhempi reagoi lapsen tunteisiin (Eisenberg ym. 1998, 246). Kiintymyssuhde on lapsen sisäinen, tunteisiin pohjautuva säätelyjärjestelmä (Nummenmaa 2010, 179). Eisenbergin ym. (1998) mukaan vanhemman herkkyydellä vauvan hädälle on huomattu olevan vaikutusta välittömästi, mutta myös pitkällä aikaisena kykynä tunteiden säätelyssä. Äidit, jotka ovat herkkiä reagoimaan lapsensa ahdistukseen, auttavat lasta ilmaisemaan tunteita ja lujittavat vauvojen positiivisia tunteita ja näin ollen lapset oppivat käyttämään paremmin ikätasoisesti tunteiden säätelystrategioita. Tosin kiintymyssuhteen luonteeseen vaikuttaa äidin sensitiivisyyden lisäksi lapsen yksilölliset temperamenttiero (Emt., 247.)

6.5 Vanhempien tunnetaidot

Vanhemman hyvän tunnekasvatustoiminnan pohja ja perustus on perheneuvolapsykologien mukaan vanhempien omista tunnetaidoista ja niillä on merkitystä lasten tunnetaitojen kehittymiseen. Perheneuvolapsykologit puhuivat tunteiden ilmaisemisesta ja sanoittamisesta rehellisesti, tunteiden hallitsemisesta ja suojelusta. Lisäksi vanhemman läheiset ihmissuhteet nostettiin yhdeksi vanhemmuuden tunnekasvatustoimintaa tukevaksi tekijäksi.

Lapsen tunnetaidot ovat aina riippuvaisia vanhemman tunnetaidoista. Jos vanhemman on vaikea puhua tunteistaan, sanoittaa niitä tai tunnistaa omia tunteita niin väistämättä usein lastenkin silloin on. Sellaista ei voi edes ajatella, että lapsi oppisi jotain sellaista, mitä vanhempi ei osaa. Tunnekasvatustilanteissa lapsen tunteiden lisäksi myös vanhemman tunteet ovat pelissä. Vanhemman omalla kehityshistorialla on merkitystä, miten paljon vanhempi tarvitsisi tukea itselle, jotta pystyisi ammentamaan lapsille.

Monestihan se voi olla --- he (vanhemmat) on nii pulassa niitten omien tunteitten kanssa..heiän on vaikee --- säädellä niitä --- kaiken kaikkiaan puhua niistä omista tunteista, nimetä niitä --- eli se mallintaminen voi olla niinku vähästä siellä kotona. (Anne)

Haastava asia, että lasta ei voi niinku --- ilman niitä vanhempien tunnetaitoja nii sitä ei voi oikee hirveesti opettaa. (Helena)

Neitolan (2011, 209) tutkimukseen osallistuneet vanhemmat näkivät tunnetaitojen ohjaamisen tärkeänä, mutta kokivat, että omassa lapsuudessa lupa ilmaista ja käsitellä tunteita oli ollut vähäistä.

Tunteiden ilmaiseminen rehellisesti nousi esiin perheneuvolapsykologien käsityksissä. Heidän mukaansa tunteet itsessään eivät ole vaarallisia, vaan luvallisia, turvallisia ja sallittuja. Lapset havainnoivat vanhempia tarkkasilmäisesti ja huomaavat, jos vanhempi jättää ilmaisematta tunteita. Heidän mukaansa siitä ei ole haittaa, vaikka lapsi huomaa vanhemman itkevän jotain asiaa, jos on paha mieli. Tunteiden ilmaisematta jättäminen on

myös malli lapselle. Vanhemmat saattavat riidellä keskenään, mutta sekään ei ole vaarallista, jos lapset näkevät, että vanhemmat sopivat riitansa.

Ei se oo vaarallista että laps vaikka näkee, että vanhempi itkee jotaki asiaa, jos sattuu tai on paha mieli. (Helena)

Semmonen, että yrittäisin vanhempana olla ilmasematta mitään ikäviä tunteita vaikka niin se on myös malli lapselle. (Ulla)

Denhamin ym. (2012, 139) mukaan vanhempien vähäinen tunteiden ilmaisu välittää vain vähän tietoa tunteista. Lapset havainnoivat jatkuvasti kasvattajiensa tunteita ja vanhempien tavalla ilmaista tunteita ja tavalla reagoida lapsen tunteisiin on merkitystä lapsen tunnetaitojen kehittymiselle (Denham ym. 2012, 139; Denham ym. 1997, 65). Tutkimuksessaan Denham & Kochanoff (2002) huomasivat, että vanhempien omat kokemukset tunteiden ilmaisusta ja käytöksestä muodostavat perustan vanhempien asenteille ja sille, miten he näkevät kasvattamisessa olevat tunteet. Näillä asenteilla on merkitystä vanhempien toteuttamaan tunnekasvatukseen ja se myös ennustaa lasten tunnetaitoja. (Emt., 335.)

Perheneuvolapsykologien mukaan erityisesti ristiriitainen tunneviestintä ei tue lapsen tunnetaitojen oppimista. Ristiriitaisessa tunneviestinnässä vanhempi peittää esimerkiksi vaikean tunnetilansa ja osoittaa vain positiivista tunnetta. Lapsi voi tällöin kysyäkin vanhemmalta, mistä on kyse, kun lapset herkästi aistivat vanhempien tunnetiloja. Jos vanhempi kiistää kaiken niin se heikentää lapsen kykyä ymmärtää ja arvioida näkemiänsä tilanteita. Vanhemman harhaanjohtavat tai tilanteeseen sopimattomat huomiot, saattavat vääristää lapsen tunnetietoisuutta (Denham ym. 2012, 140).

Ei se tue sitä lapsen semmosta omaa jotenki luottamusta siihen omaan kykyyn arvioida toisten tunteita ja havaintoihin, että mitä mää nään niin, onko se totta? Se vääristää jotenki sitä todellisuuden tulkintaa myös lapsen näkökulmasta. (Päivi)

Tutkimuksissa on huomattu, että vanhemman positiiviset, lievästi negatiiviset ja voimakkaasti negatiiviset tunteet vaikuttavat lapsen sosio-emotionaaliseen kehitykseen eri ta-

voin. Vanhempien myönteinen tunteiden ilmaisu on yhteydessä lapsen sosiaalisiin taitoihin ja tunnetaitoihin (Eisenberg ym. 2003, 4,16; Eisenberg 1998, 266). Esimerkiksi leikki-ikäiset lapset, joiden vanhemmat ilmaisivat myönteisellä tavalla tunteitaan, olivat parempia sosiaalisilta taidoiltaan kuin lapset, joiden vanhemmat olivat kielteisempiä tunteissaan. Lisäksi lapset, joilla oli tunne-elämältään myönteiset, tasapainoiset vanhemmat, olivat itsekin tunteiltaan tasapainoisia. (Denham ym. 1997, 65, 81.) Eisenbergin ym. (1998) mukaan ei ole ihme, että perheenjäsenten myönteinen tunteiden ilmaisu on yhteydessä lasten tunteiden ilmaisuun ja kykyyn ymmärtää toisten tunteita. Vanhemmat, jotka ilmaisevat tunteitaan myönteisellä tavalla ovat todennäköisesti lämpimiä, tukea-antavia ja käyttävät myös rakentavia toimintatapoja kasvattaessaan lapsia. (Emt., 264.)

Intensiiviset, säännölliset aikuisen negatiiviset tunteet ovat usein vahingollista lapsen tunnetaidoille, tunteiden ilmaisulle, tunteiden säätelylle ja sosiaalisille taidoille. Denhamin ym. (2006, 621) mukaan lapset, joiden äidit ilmaisivat enemmän negatiivisia tunteita, olivat pidättyväisempiä omissa tunneilmaisuissaan. Tämä tutkimustulos on yhdensuuntainen Tirkkosen ym. (2004, 54–55) tulosten kanssa, sillä ulkopuolisen arvioijan arvioima lapsilähtöisyys eli lämmin, herkkä ja hyväksyvä vanhemmuus vaikutti lapseen niin, että lapsi ilmaisi tunteitaan eikä peitellyt tai tukahduttanut niitä.

Perheneurolapsykologien näkemysten mukaan vanhemman ilmaistaessa haastavia tunteita, tärkeintä on se, että asioilla on oikeat mittasuhteet ja lapsi ymmärtää ne. Kun vanhempi esimerkiksi satuttaa varpaansa ja ilmaisee voimakkaasti tunteensa, niin on tärkeää, että vanhempi selventää lapselle, mikä sai vanhemman reagoimaan asiaan kyseisellä tavalla. Herkälle lapselle voi painottaa, että vanhempi ei ole vihainen hänelle. Tunteiden ilmaisu on kuitenkin riippuvaista siitä, minkä ikäinen lapsi on kyseessä. On eri asia huutaa ja raivota pienen vauvan kuullen kuin isomman lapsen, esimerkiksi kymmenvuoriaan lapsen läsnäollessa.

Et kyllähän ne oppii oivaltamaan sen, että mul on tommonen isä joka raivos-tuu ihan pikku asioista --- eikä ne sinänsä oo tuhoavia asioita vaan --- et niillä on niinku oikeet mittasuhteet niillä asioilla --- et minkä käsityksen sen lapsi saa nii siinä on se pointti. (Helena)

Vanhemman persoonallisuuspiirre näyttäisi olevan yhteydessä vanhempien tunteiden ilmaisutapaan. Hugh & Gullosen (2010) tutkimuksessa ne vanhemmat, jotka edustivat persoonallisuustyypiltään ekstroverttiyttä, avoimuutta, vastuuntuntoa ja miellyttävyyttä ilmaisivat laajemmin positiivisia tunteita. Vanhempien neuroottisuuden piirre ja alhaisempi avoimuuden piirre ennustivat suurempaa negatiivisten tunteiden ilmaisua. (Emt., 697.) Neitolan (2011, 211) tutkimuksessa oli nähtävissä, että ei-vertaissuhdeongelmaisten lasten vanhemmat halusivat korostaa lapselle, että hänen tunnetilansa eivät johdu lapsesta.

Tunteiden sanoittaminen rehellisesti on perheneuvolapsykologien mukaan tunnekasvatuksen yksi toimintatapa. Kun vanhempi sanoittaa rehellisesti tunteitaan ja kokemuksiinsa, se ensinäkkin se usein helpottaa vanhemman omaa oloa, mutta toimii lapselle samalla mallina. Aikuinen voi kuvailla tunnetermein väsymystään, pelästymistään, suruansa, hermostumistaan, mutta tuoden samalla näkökulmaan, että aikuinen pääsee tunteistaan yli. Rehellinen sanoittaminen ja riittävän rehelliset selitykset vähentävät lapsen kokemaa kuormitusta, jos lapsi kuulee vanhempien huolia tai havaitsee muutosta vanhemman toiminnassa esimerkiksi psyykkisten vaikeuksien vuoksi. Asiat olisi hyvä selittää riittävän rehellisesti, mutta lapsen ikätason huomioiden.

Oon vanhemmille sanonut että se myös helpottaa omaa oloa ku sanoo sen (tunteen) ääneen --- kyllä vanhempiki voi ilmasta sen, että voi sanoa että "minusta tuntuu" tai "tiiäkkö että muaki alkaa nyt hermostuttaa". (Anne)

Että niitä asioita selitetään sillä tavalla et lapsi voi ne ymmärtää. (Helena)

Tunteiden hallitseminen nousi yhdeksi selkeäksi teemaksi perheneuvolapsykologien käsitysten pohjalta. Tunnekasvatustoiminta on vanhemman kykyä säädellä omia tunteitansa, jonka kautta lapsi oppii itsekin säätelämään. Vanhempana on hyvä miettiä, millä tavoilla itse rauhoitan itseäni. Tasapainoiset vanhemmat rauhoittavat kodin ilmapiiriä. Vaikka tunteiden ilmaiseminen on sallittua, vanhempana on tärkeä kyetä hillitsemään toimintaansa ja tunnereaktioitansa, että oma tunteiden hallinta riittää. Vanhemman omien tunteiden hillitsemisellä ja rauhallisuudella voi olla joskus kaikista oleellisin merkitys.

Tärkeintä ei välttämättä ole oikeat sanat vaan vain se, että vanhempi kykenee itse hillitsemään itsensä:

Jos vanhempi tietoisemmin tajuaa sen oman roolinsa, että tässä onkin nyt tärkeintä, että mää en raivostu mikään muu ei oo merkityksellistä, ei mun hyvät sanat eikä huonot sanat vaa, että mää pysyisin rauhallisena nii se voi jo monissa asioissa olla tärkeintä. (Helena)

Vanhemman kyvyllä hallita omia tunnereaktioita on useiden tutkimusten mukaan vaikutusta lapsen tunnetaitoihin. Tirkkosen ym. (2004) tutkimus osoittaa, että perheenjäsenet ilmaisevat tunteitaan samankaltaisesti ja siten myös vanhempien tunteiden säätely on vahvasti yhteydessä lasten tunteiden säätelyyn. Myös sukupuoli kytkeytyi tutkimuksessa niin, että isät ehkäisivät äitejä enemmän tunteitaan ja pojat tyttöjä enemmän. (Emt., 55.)

Perheneuvolapsykologit puhuivat, että usein lapsen kiukun tunteet voivat saada esiin vanhemmassakin kiukun ja vihan tunteet. Myös Neitolan (2011, 210) tutkimukseen osallistuneet vanhemmat toivat ilmi, että lasten kiukku, uhma ja riidat saattoivat herättää vanhemmassakin kiukkua ja harmia. Perheneuvolapsykologien mukaan, vanhemman raivostuminen lapsen voimakkaista tunnereaktioista osoittaa lapselle, että aikuinenkaan ei kestä hänen tunnettaan eikä pysty auttamaan. Se voi lisätä entisestään lapsen raivoa. Tässä yhteydessä vanhempi saattaa myös syyllistää lasta: ”sinä ärsytät ja raivostutat minua”, mikä ei ole hyvää toimintaa. Vanhempi ei voi mennä kinastelemaan lapsen kanssa samalle tasolle, vaan aikuisen rooli tulisi pystyä säilyttämään. Vanhemman oma rauhallisuus on tärkein pohja lapsen rauhoittamisessa.

Lapsen raivohan kyllä niinku lisääntyy ku hän huomaa et vanhempi.. hänkin on raivoissaan, koska se on merkki siitä että lapsella niinku itsellään, itse on ihan hukassa ja pulassa --- vanhempikaan ei kestä mun tunnetta --- sehän taas herättää myös sitä pelkoa ja semmost et ei kukaan kestä tätä. (Anne)

Et aikuinen suuttuu hälle tai jotain niin et ne ei mee sitte yli toisaalta myöskään niinku sieltä. --- Et aikuisen omat tunnesäätelyn taidot riittää siihen. (Päivi)

Perlmanin ym. (2008) tutkimuksessa havaittiin, että ne vanhemmat, jotka kykenevät säätelemään omia tunteitansa, pystyvät paremmin suuntaamaan oman voimakkaan tunnereaktion siviin ja tehokkaammin vastaamaan lastensa tunnereaktioihin niin stressaavissa kuin myönteisissä tilanteissa. Autonominen hermosto myös vaikutti vanhempien tunteiden säätelyyn. Mitä paremmin vanhempi kykeni säätelemään omia tunteita, sitä toivottuun vanhemman toimintatavat olivat ja sitä parempaa tunnetietoisuutta heidän lapsensa myös osoittivat. (Emt., 313.)

Tunteiden säätelyn yhteydessä puhuttiin turvallisesta tunteiden ilmaisusta. Vanhempi on tärkeä malli, millä tavalla myös hankalia tunteita voi ilmaista turvallisesti. Lapsen on hyvä saada kokemusta, että voi suuttua ilman, että äiti muuttuu pelottavaksi tai että suutumuksesta seuraa väkivaltatilanne. Mitä turvallisempaa perheessä tapahtuva vuorovaikutus on, sitä paremmin se tukee lapsen tunnetaitojen kehittymistä.

Vanhempi on itse asiassa tosi tärkeä malli siinä, että millä tavalla voi ilmaista turvallisesti myös hankalia tunteita. (Ulla)

Vanhempien negatiivisten tunteiden ilmaisussa voimakkuuden lisäksi tärkeä asia, kohdistuvatko tunneilmaisut suoraan lapseen (Eisenberg ym. 1998, 264). Vihamielisyys lasta kohtaan voi olla vahingollisempaa lapsen tunteiden säätelyn oppimiselle ja mallille itsestä ja toisesta kuin pelkästään toisten ristiriidan tarkkaileminen (Eisenberg ym. 1998, 266; Eisenberg 2003, 16). Vanhemman voimakkaat, lapseen suoraan kohdistuvat negatiiviset tuntepurkaukset vaikeuttavat lapsen tunteiden ymmärtämistä ja heikentävät lapsen sosiaalisia taitoja (Eisenberg ym. 1998, 264). Kun vanhempien negatiivisuutta esiintyy harvoin, se on lyhytkestoista ja intensiteetiltään alhaista, se voi opettaa lapsille negatiivisten tunteiden luonteesta ja sopivista ilmaisutavoista (Denham & Kochanoff 2002, 336; Denham ym. 2006, 621).

Lapsen suojelemisesta puhuttiin kahdessa haastattelussa. Perheneuvolapsykologien mukaan on asioita, jotka eivät ole toistuvasti hyväksi lapsen kuulla. Siksi vanhempana on arvioitava ja rajattava, mitä asioita puhuu lapsen kuullen ja miten paljon esimerkiksi jakaa

huoliaan tai puhuu niistä lapsen kuullen. Lapset helposti ottavat huolet omakseen ja alkavat esimerkiksi miettimään, miten meidän perheen rahat riittävät tai mitenhän muut vanhemmille huolta tuottavat asiat ratkeavat.

Aikuisen pitää vähä rajatakki sitä, että kuinka paljo esimerkiksi omia huolia, asioitaan puhuu lapsen kuullen. (Päivi)

Tietenki on asioita jotka --- toistuvasti ei oo lasten niinkö kannalta hyviä juttuja. (Helena)

Neitolan (2011) tutkimuksessa oli havaittavissa, että vertaissuhdeongelmista kärsivien lasten vanhemmat kertoivat yleisemmin lapselle väsymyksestä, stressistä, harmista ja kiu-kun tunteista kuin vertaisten kanssa pärjäävien lasten vanhemmat. Tätä vertaissuhteesta kärsivien lasten vanhemmat perustelivat sillä, että lapset kuitenkin havainnoivat aikuista ja huomaavat, jos aikuinen on kireä ja se saattaa tuoda huolta lapselle. Sillä myös ikään kuin varoitettiin lasta käyttäytymään kunnolla. (Emt., 211.)

Ihmissuhteiden merkitys nousi yhtenä osana vanhempien toteuttamassa tunnekasvatuksessa. Kaksi perheneuvolapsykologia korosti vanhempien välejä, että on hyvä, että vanhemmilla on yhteneväiset näkemykset kasvatustavoista. Jos lapsen tunnereaktioihin toivotaan muutosta, on tärkeä, että molemmat vanhemmat näkevät tärkeinä tunnetaidot ja molemmilla on halu työskennellä niiden asioiden eteen. Vanhempien tulisi käydä keskustelua ilman, että lapset saavat vaikuttaa vanhempien päätöksiin ja pyrkiä löytämään yhteinen linja toimia. Varsinkin nykyaikana, kun vanhemmat ovat usein eronneet, heidän voi olla vaikea löytää yhteistä näkemystä tai linjaa, miten lasten asioissa menetellään.

Molempia vanhempia tarvitaan tässä --- yhteinen näkemys ja halu --- jotenki tarttua tämmösiin asioihin ja nähä ne niinkö tärkeys sitte. (Anne)

Vanhempien pitäis enemmän pohtia niitä, että vejetään yhteen hiileen. (Helena)

Perheissä äidin ja isän roolit tunnekasvattajana voivat olla erilaisia. Eisenbergin ym. (1996) tutkimuksessa äidit usein käyttivät kannustavia keinoja ja keskustelivat enemmän

tunteista lastensa kanssa kuin isät (Emt., 2244). Kulttuurilliset odotukset saattavat ohjata äitien ja isien käyttäytymistä kasvatustoiminnassa (Hämäläinen ym. 1994, 25). Vanhempien arvot vaikuttavat, mitä toimintatapoja he pitävät tärkeinä sekä miten he suuntaavat käyttäytymistensä ja toimintaansa (Järvinen ym. 2007, 94).

Tunteista puhuminen ja tunteiden ilmaiseminen on myös parisuhteessa tärkeää. Sillä on merkitystä koko perheen toimintaan ja lapsen tunnetaitojen oppimiseen.

Parisuhteessa se jotenki se tunteiden ilmaiseminen ja niistä puhuminen --- se heijastuu kaikkeen sitte myös siihen kaikkeen perheeseen ja lasten kanssa toimimiseen. --- Se on tosi tärkeä asia ja siinä varmasti työsarkaa ois aika paljonki. (Anne)

Parisuhde kietoutuu monin tavoin vanhempien ilmaisemiin tunteisiin. Nixon & Watsonin (2001, 314) mukaan äidit, jotka ilmaisivat enemmän positiivisten tunteiden ilmaisua, olivat myös tyytyväisempiä parisuhteeseensa. Ilmiö näkyi myös toisin päin niin, että vanhempi, joka ilmaisi enemmän negatiivisia tunteita, koki parisuhteessa olevan ristiriitoja ja hän myös oli tyytymättömämpiä parisuhteeseensa. Lasten, jotka kuvasivat äitiään surullisesti tai vihaiseksi, äideillä oli enemmän konflikteja parisuhteessaan.

Perheneuvolapsykologien puheenvuoroissa näkyi verkoston voimavarojen, isovanhempisuhteiden ja muiden ihmissuhteiden tärkeys vanhempien tunnekasvatustyössä. Päällimmäisenä ajatuksena nousi esiin, että sehän se on hyvää vanhemmuutta, että pyrkii hakemaan tukea ja apua vanhemmuuden toteuttamiseen.

Hyvät ihmissuhteet vanhemmilla (tukee vanhemmuutta). (Helena)

Et ei jää vanhempana yksin --- et on ympärillä ihmisiä jotka on apuna ja tukena ja jakaa niitä arjen asioita. (Ulla)

Sallisen, Rönkän, Kinnusen ja Tolvasen (2005) tutkimukseen osallistuneet vanhemmat korostivat sosiaalisen tukiverkoston merkitystä. Harmilliseksi koettiin, jos sukulaiset asuivat kauempana, eikä korvaavaa verkostoa ollut. He kokivat, että tukiverkon lisäksi konkreettinen kodinhoitoapu auttaisi heitä vanhemmuuden toteuttamisessa. (Emt., teoksessa

Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2008, 300–301.) Myös Neitolan (2011) tutkimuksessa erityisesti vertaissuhdeongelmista kärsivien lasten vanhemmat kokivat pääsääntöisesti, ettei arjessa ollut riittävästi tukea eikä tukiverkosto ollut riittävän kattava. Heidän mukaansa ympärillä oleva tukiverkosto, ystävät, tutut, työkaverit, puoliso ja isovanhempisuhteet tukisivat vanhemmuutta. (Emt., 3-4.)

7 Johtopäätökset ja pohdinta

Vanhemmuus tutkimusaiheena on vanha, mutta samaan aikaan moniulotteinen. Se näyttyy erilaisena eri aikoina ja keskiössä olevat teemat myös vaihtuvat sen mukaan, miten vanhemmuus ymmärretään ja mikä siinä nähdään tärkeänä. Siksi siinä riittää aina tutkittavaa. Tässä tutkimuksessa näkökulmana on ollut asiantuntija-asemassa olevien perheneurolapsykologien näkemykset: Millainen vanhemman tunnekasvatustoiminta tukee leikki-ikäisen lapsen tunnetaitojen oppimista?

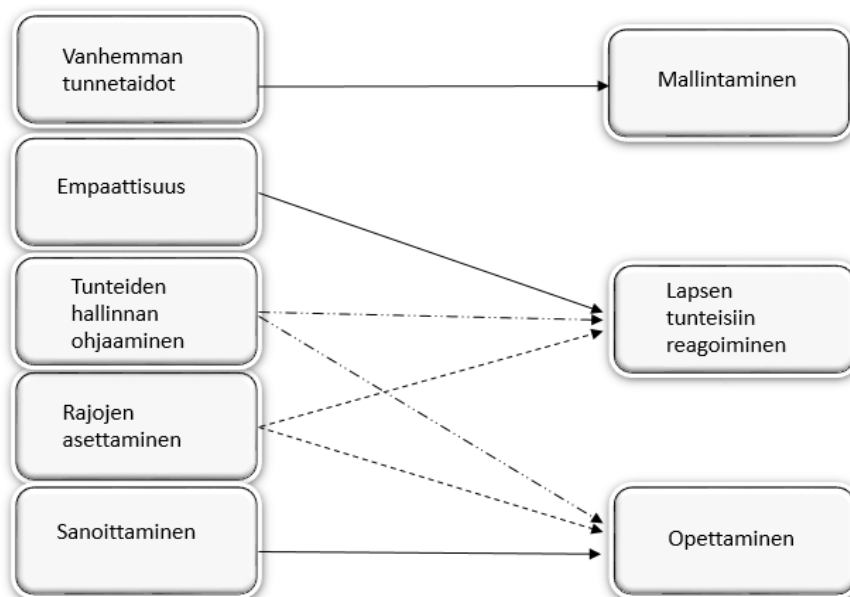
Hilpelän (2009) mukaan tunnekasvatus on nykyaikana kasvatustieteiden olennainen teema. Hän kysyy, löytyykö kasvatuksen traditioista keinoja, joilla lapsen tunne-elämää voidaan tukea myönteiseen suuntaan. (Emt., 203–206.) Vanhempien toimintatavoilla on suuri merkitys lapsen tunnetaitojen oppimiseen ja tämä ilmenee niin perheneurolapsykologien näkemyksissä kuin myös aihealueen tutkijoiden puheenvuoroissa (Denham ym. 2006, 615; Perlman ym. 2008, 309; Gottman & DeClaire 1997, 23, 27; Stern & Elias 2007, 37). Tässä tutkimuksessa vanhemman tunnekasvatustoiminta näyttöä viiden eri teeman kautta: empaattisuus, sanoittaminen, rajojen asettaminen, tunteiden säätelyn ohjaaminen ja vanhemman tunnetaidot.

Vanhemman hyvä tunnekasvatustoiminta on empaattista myötäelämistä leikki-ikäisen lapsen tunteita ja kokemuksia kohtaan, mitä hän voi läsnäolevasti ymmärtää, kuunnella, jakaa sekä kannatella lasta hyvällä ja osoittaa rakkautta. Leikki-ikäinen lapsi tarvitsee sanoja ja ilmaisunmuotoja tunteille ja kokemuksille ja tätä vanhempi voi sanoittamisen kautta opettaa. Perheneurolapsykologien mukaan vanhemman hyvään tunnekasvatustoimintaa kuuluu rajoja asettaminen, sääntöjen ja sukupolvien välisten rajoista kiinni pitämisenä, mutta kuitenkin suhtautumalla lapseen lempeällä tavalla. Rajat myös mahdollistavat leikki-ikäisen lapsen tunteiden säätelytaitojen harjoittamisen.

Tunteiden säätelyn ohjaamisessa vanhemman hyvää toimintaa on ottaa lapsen tunteita haltuun, auttaa lasta selviämään tunnetilojen yli, rauhoitella ja keskustella lapsen kanssa.

Tunteiden säätelyn pohja on vuorovaikutussuhteessa, mutta lasten yksilölliset erot vaikuttavat säätelyn oppimiseen. Vanhemman omat tunnetaidot vaikuttavat kaiken tunnekasvatustoiminnan pohjalla: Miten vanhempi itse ilmaisee, sanoittaa ja säätelee tunteitaan. Vanhemman on hyvä suojella leikki-ikäistä lasta kuormittavilta asioilta. Läheiset ihmissuhteet tukevat vanhemmuutta ja hyvän tunnekasvatustoiminnan toteuttamista.

Fenomenografisen aineistoanalyysin viimeisessä vaiheessa voidaan muodostaa kuvauskategoriasysteemi. Horisontaalisessa kuvauskategoriasysteemissä kategoriat ovat tasoltaan ja tärkeydeltään samanarvoisia (Niikko 2003, 38; Uljens 1989, 47). Ulkomaisissa tutkimuksissa tunnekasvatus jaotellaan mallintamiseen, lapsen tunteisiin reagoimiseen ja opettamiseen (ks. esim. Denham ym. 2012, 139; Denham ym. 2006, 618; Denham ym. 1997,66; Eisenberg ym. 1998, 241, 245) ja nämä osa-alueet nähdään samanarvoisina. Tämän tutkimuksen kuvauskategoriasysteemit ovat mallintaminen, lapsen tunteisiin reagoiminen ja opettaminen. Havainnollistan kuviossa 1, millä tavoin perheneuvolapsykologien näkemykset ovat yhteydessä aikaisempiin tutkimuksiin.



KUVIO 1 Tutkimuksen kuvauskategorioiden sijoittuminen aikaisempiin tutkimuksiin

Perheneuvolapsykologit nostivat yhdeksi tärkeäksi teemaksi vanhempien omat tunnetaidot. Useissa tutkimuksissa on huomattu, että vanhempien omat tunnetaidot ovat pohjana lapsen tunnetaitojen oppimiseen (Denham & Kochanoff 2002, 335; Denham ym. 1997, 65; Eisenberg ym. 2003, 4,16; Eisenberg 1998, 266). *Mallintamisella* tarkoitetaan kasvat-tajan välittämää tunnetietoutta: vanhemman tunneilmaisuja, tunteiden hallintaa ja ymmärtämistä sanoittamisen ja keskustelun kautta (Denham ym. 2006, 618). Nämä käsitteet vastaavat perheneuvolapsykologien käsityksiä tunteiden ilmaisemisesta, sanoittamisesta ja säätelystä. Suojelu liittyy tunteiden ymmärtämiseen tarkoittaen, että vanhempi rajaa, mitä ja miten paljon kertoo lapsellensa vaikeista asioista. Ihmissuhteiden merkitys on yksi luomistani kategorioista. Parisuhteella on huomattu olevan merkitystä vanhempien tun-teiden ilmaisuun (esim. Nixon & Watsonin 2001, 314). Myös Neitolan (2011, 3–4) tutki-mustuloksissa on nähtävissä, että tukiverkosto, ystävät, tutut, työkaverit, puoliso ja iso-vanhempisuhteet vaikuttavat vanhemmuuden toteuttamiseen eli myös vanhemman tun-nekasvatustoimintaan.

Aikaisemmissa tutkimuksissa *lapsen tunteisiin reagoimisella* tarkoitetaan vanhemman tukevaa tai estävää tapaa reagoida lapsen tunteisiin (Denham ym. 2012, 139). Myönteiset reagoimistavat ovat tunneilmaisun tukeminen, tunteeseen keskittyvät reaktiot ja ongel-manratkaisuun keskittyvät reagoimistavat (Perlman ym. 2008, 310; Eisenberg & Fabes 1994, 142–143). Myönteiset reagoimistavat rinnastuvat tiiviisti luomaani empaattisuus kategoriaan, sillä myös perheneuvolapsykologit toivat kategoriassa esiin vanhemman sensitiivistä tapaa sallia, ymmärtää ja tukea lapsen tunneilmaisuja.

Luomani kategoria tunteiden säätelyn ohjaamisesta liittyy lapsen tunteisiin reagoimisen ja opettamisen yhteyteen. Aikaisemmissa tutkimuksissa tutkimuskohteena ovat olleet lap-sen negatiiviset tunteet ja vanhempien reagoimistapoja on tutkittu näitä tunteita kohtaan (ks. esim. Eisenberg & Fabes 1994, 142–143; Eisenberg ym. 1998, 241). Tämän tutki-muksen tunteiden säätelykategoriasa perheneuvolapsykologit puhuivat myönteisistä ta-voista suhtautua lapsen voimakkaisiin tunnereaktioihin, kuten lapsen rauhoittamisesta ja auttamisesta, jotta lapsi selviää tunnereaktioistansa. Denham ym. (2006, 625) havainnol-listavat, että vanhemman myönteiset reagoimistavat, kuten lohduttaminen tai ongelman-ratkaisu auttavat lasta erittelemään tunteita.

Opettamisella aikaisemmissa tutkimuksissa viitataan pääosin tunteiden sanoittamiseen. Tunteiden opettamisella tarkoitetaan nimeämistä, tunteista keskustelemista ja tilanteiden syyseuraussuhteiden selventämistä (Denham ym. 2012, 139; Denham ym. 2006, 622; Gottman ym. 1997, 48–49). Denham ym. (2006) lisäävät, että opettamisessa vanhempi auttaa lasta erittelemään käyttäytymisen impulsseja ja auttaa lasta saaman etäisyyttä tunteisiin ja mahdollistaa tunteiden tulkitsemisen ja arvioimisen sekä syiden ja seurausten miettimisen. Tällöin lasta vanhempi ohjaa lasta tunteiden reagoimistavoissa ja auttaa lasta säätelemään tunteitaan sopivalla tavalla. (Emt., 621, 623.)

Tunteiden hallinnan ohjaaminen linkittyy siis myös tunteiden opettamiseen, sillä tunteiden säätelyn ohjaaminen on perheneuvolapsykologien näkemysten mukaan ohjaamista lapsen tunnetiloissa ja tunteiden säätelystrategioiden opettamista esimerkiksi keskustelemisen avulla. Tutkijoista myös Gottman ym. (1997, 48–49) toteavat tunteiden säätelyn kuuluvan osana vanhemman tunnekasvatustoimintaa, jotta lapsi oppisi ilmaisemaan ja käsittelemään tunteitaan sääntöjen mukaisesti sopivalla tavalla ja rauhoittamaan tunnetilan intensiivisyyttä.

Rajojen asettaminen asettuu väljemmin aikaisempiin tutkimuksiin, sillä tätä osa-aluetta ei nosteta erikseen esille. Kuitenkin Gottman ja Decaire (1997, 24–25) puhuvat tunnekasvatuksen yhteydessä rajojen asettamisesta. Myös Stern ja Elias (2007, 39–40) näkevät rajojen asettamisen kuuluvan vanhemman tunnekasvatustoimintaan ja sitovat sen tunnehallintataitojen harjoittamisen yhteyteen. Rajojen asettamisen voi ajatella kuuluvan opettamiseen. Kuten perheneuvolapsykologit nostivat esiin, siinä vanhempi ohjaa ja opettaa lasta sääntöjen ja aikuisten luomien rajojen kautta, joko jämäkästi tai lempeän jämäkästi. Toisaalta rajojen asettaminen voisi kuulua lapsen tunteisiin reagoimiseen. Rajojen kautta lapsi harjoittelee tunnehallintaitojaan (Gottman & Decaire 1997, 24–25; Stern & Elias 2007, 39–40). Vanhemmat joutuvat vastaanottamaan lapsen negatiiviset tunteet ja reagoimaan niihin sopivalla tavalla (Stern & Elias 2007, 39–40).

Sanoittaminen liittyy selkeästi opettamiseen. Luomassani kategoriassa perheneuvolapsykologit puhuivat tunteiden ja kokemusten sanoittamisesta, syy-seuraussuhteesta ja vanhemman avusta tunteiden sanallistamisessa, millä tavoin myös aikaisemmat tutkijat ovat

selittäneet opettamista. Lisäkeinot, joita vanhempi voi käyttää sanoittamisen apuna linkittyvät opettamiseen. Se on myös vanhemman ohjaavaa tapaa tukea lasta ymmärtämään tunteita.

Tutkimuksen loppuvaiheessa tehtyjä valintoja, oman roolin vaikutusta ja tutkimusprosessin etenemistä on hyvä arvioida. Laadullista tutkimusta arvioidaan yleisimmin validiteetin eli tutkimuksen tieteellisen tarkoituksenmukaisuuden mukaan ja reliabiliteetin näkökulmasta eli tutkimuksen toistettavuuden kautta. Reliabiliteetilla osoitetaan se, ettei aineiston tulkinnassa ole ristiriitaisuuksia. (Eskola & Suoranta 2001, 213; Tuomi & Sarajärvi 2009, 136.)

Uskottavuudella tarkoitetaan, että tutkittavat ymmärtävät käsitteet, kuten tutkija on ne tarkoittanut. Fenomenografiassa tästä käytetään nimitystä *intersubjektivisuus*. (Eskola & Suoranta 2001, 211; Ahonen 1995, 129, 152–153.) Arvioitaessa on mietittävä, oliko tutkittavien valinta onnistunut sekä mitä saavutettiin ja mitä jäi saavuttamatta (Ahonen 1995, 153). Näen, että perheneuvolapsykologit olivat sopiva kohderyhmä tutkimukselle, sillä haastatteluissa esiin nousseet asiat liittyivät vahvasti heidän arjen työhönsä ja siksi heillä näkemystä ja kosketuspintaa tunnekasvatusteemoja kohtaan. On kuitenkin hyvä huomioida, että he tarkastelivat teemoja käytännön tasolta, kun taas oma tietämykseni oli teoreettiseen kirjallisuuteen pohjautuvaa. Tästä syystä, vaikka puhuimme samasta asiasta, olen saattanut ymmärtää heidän viestinsä eri tavalla kuin he ovat tarkoittaneet ja myös he ovat saattaneet käsittää tunnekasvatusteemat eri tavoin kuin olen ne itse mieltänyt.

Tutkimuksen teossa lähtökohtana on tutkijan subjektiviteetin myöntäminen (Eskola & Suoranta 2001, 210). Tutkijana olen tulkinnut ja tehnyt päätelmiä kaikissa vaiheissa: teoreettisen viitekehyksen rakentamisessa, haastattelurunkoa suunnitellessa, litteroinnissa, aineistoa analysoidessa, johtopäätöksiä tehdessä. Esihaastattelu loi odotuksia, mitä perheneuvolapsykologit vastaavat kysymyksiini. *Varmuutta* tuo se, että tutkijana olen huomionut omat ennakko-oletukseni niin, että kirjasin esihaastattelun ja jokaisen haastattelun jälkeen ajatukseni ylös ja tällä tavoin pyrin sulkeistamaan omat ennakko-oletukseni. Tosin käsitysten sulkeistamisessa tutkija ei voi koskaan täysin onnistua. (Niikko 2003, 41 Eskola & Suoranta 2001, 212.)

Koin teoreettisen viitekehyksen rakentamisen vaikeaksi, koska vanhempien tunnekasvatustoimintaan liittyviä suomalaisia tutkimuksia en paikantanut, lukuun ottamatta Neitolan (2011) tutkimusta. Vanhempien tunnekasvatukseen liittyvät tutkimukset on pääosin tehty ulkomailla ja niitä oli vaikea saada käsiin. Pohdittavaa toi myös se, että materiaali oli pääosin englanninkielisten tutkimusten varassa, ja tunnekasvatukseen liittyvät termit poikkeavat suomenkielisistä termeistä. Toisaalta ulkomaankielisiä tutkimuksia on runsaasti, joista sai arvioiden valikoida, mikä liittyy omaan aiheeseeni ja mikä on syytä jättää vähemmälle tarkastelulle. Uskon, että olen tässä esitellyt keskeisimpiä teoreettisia asioita, mitä vanhemman tunnekasvatustoiminnan nähdään olevan ja mitä merkityksiä niillä on lapsen tunnetaitojen oppimiseen, vaikkakin muutama tutkimus, jota en saanut käsiini, olisi laajentanut varmasti näkökulmaa.

Luotettavuutta voidaan tarkastella *arvioitavuuden* kautta: Kuinka hyvin lukija pystyy seuraamaan tutkijan päätelmiä, miten tutkimus etenee vaihe vaiheelta ja miten paljon tutkija on ohjaillut ajatusvirikkeillä haastattelua (Eskolan ja Suorannan 2001, 213; Ahonen 1995, 152,154). Olen mielestäni onnistunut rekonstruoinnissa kuvaten luvussa 5 tarkasti tutkimuksen eri vaiheet ja myös miten olen edennyt aineistoanalyysissä (ks. Eskola & Suoranta 2001, 213). Roolini haastatteluissa oli lähinnä kysymysten kysyjänä, minimipalautteen antajana ja vapaan kerronnan mahdollistajana. Tämä todennäköisesti mahdollisti, että sain kuulla laajasti perheneuvolapsykologien näkemyksiä ja arjen esimerkkejä. Tärkeää on kuitenkin pohtia, miten paljon haastattelurunko ohjasi haastateltavien vastauksia.

Haastattelurunkoa olisi voinut testauttaa kahdella haastateltavalla: avoimilla teoreettisilla käsitteillä ja käyttämälläni operationalisoiduilla puolistrukturoiduilla haastattelukysymyksillä. Tällöin olisin saanut tietää, kumpi on tutkimusongelman kannalta toimivampi: puolistrukturoitu vai avoin haastattelu. On huomioitava, että avoimessa haastattelussa tunnekasvatusteoriasta johdetut käsitteet olisivat myös olleet tutkijan luomia. Lisäksi käsitteet olisivat saattaneet haitata sitä, ettei aihe pääse tulemaan riittävästi arjen tasolle eikä riittävän kattavasti. Uskon, että tutkittavien oli miellyttävä ja helppo lähteä vastaamaan operationalisoitujen arjen esimerkkien pohjalta. Toisaalta avoimet kysymykset olisivat mahdollistaneet entistä vapaamman assosiaation, sillä puolistrukturoidut kysymykset saattavat ohjata haastateltavia kertomaan vain sitä, mitä tutkija kysyy.

Tutkittavat saivat tutustua haastattelurunkoon ennen haastattelun alkua ja se saattoi antaa viitteellistä tietoa aihealueista. Tässä mielessä oli hyvä, että haastattelurungon neljäs osa-alue koskien vanhemman tunnekasvatustoimintaa oli operationalisoitu. Teoreettiset termit olisivat saattaneet johdatella heitä vastaamaan muihinkin kysymyksiin niiden pohjalta. Voikin miettiä, olisiko tällöin esimerkiksi rajojen asettaminen noussut selkeäksi yhdeksi kategoriaksi aineistosta esiin? Tämän kategorian nouseminen näin selkeästi esiin poikkesi esikäsitteistäni.

Luotettavuutta voidaan arvioida *useamman havainnointikerran* kautta (Eskola & Suoranta 2001, 213–214). Oma haastattelurunkoni tuki tätä niin, että haastateltavat toivat kaikissa teemoissa esiin vanhemman hyvän tunnekasvatustoiminnan periaatteita. Erityisesti haastattelukysymykset 2. ja 4. tukivat toisiaan. Ensin he kertoivat vapaasti tunnetaidoista ja tunnekasvatuksesta kotona ja myöhemmässä vaiheessa tarkensivat näkemyksiään. Heillä oli myös lopussa mahdollisuus kertoa vapaasti vielä mielessä olevista tunnekasvatukseen liittyvistä asioista. Tässä tutkimuksessa ei hyödynnetty triangulaatiota. Useamman havainnoitsijan tai toisiaan tukevien menetelmien käyttö olisivat saattaneet tuoda tutkimukselle luotettavuutta, mikä ei kuitenkaan mahdollistunut tässä työssä. (Ks. Eskola & Suoranta 2001, 69, 214.)

Fenomenografiassa luotettavuutta ei tarkastella *toistettavuuden* kautta (Ahonen 1995, 130; Eskola & Suoranta 215–216). Tutkijan ajatellaan olevan tiiviisti kietoutunut tutkimusprosessiin, että aineistoa ja analyysitapaa ei voi erottaa toisistaan (Marton & Booth 1997, 129). Sisäistä reliabiliteettia arvioidaan fenomenografiassa sen mukaan, ovatko lukijan mielestä tulokset ymmärrettäviä (Niikko 2003, 39). Toisaalta Uljens esittää, mihin saakka ulkopuolisen on mahdollista ymmärtää kuvauksia, jotka on johdettu alkuperäisaineistosta. Ulkopuolinen lukija tarkastelee tuloksia vastakkaisesta suunnasta kuin tutkija eli kategoriasysteemin kautta. (Uljens 1991, 97–98.)

Analysoin aineistoa systemaattisesti fenomenografisten analyysivaiheiden kautta. *Aineiston kattavuudella* tutkija osoittaa, ettei ole tehnyt tulkintojaan satunnaisten aineistosta poimittujen asioiden varassa (Eskola & Suoranta 2001, 215). Analysoidessa luin alkupe- räistä aineistoa moneen kertaan. Kategorioita muodostaessani en tyytynyt ensimmäiseen

ryhmittelykertaan, vaan tein sen uudelleen parin kuukauden tauon jälkeen ja pyrin lukemaan ilmauksia siinä kontekstissa kuin tutkittavat toivat ne esiin. Merkityskategorioiden ajatellaan fenomenografisesti olevan luotettavia, jos ne vastaavat haastateltavien tarkoittamia merkityksiä (Ahonen 1995, 154). Nimesin alatason kategoriat ja kuvauskategoriat pääosin haastateltavien arkikielen pohjalta. Tulosluvussa kuvasin perheneuvolapsykologien tunnekasvatukseen liittyvät näkemykset kollektiivisina kuvauksina (ks. Marton 1986, 34; Marton & Booth 1997, 121; Häkkinen 1996, 33).

Tulosluvussa esittelen tutkittavien käsitysten rajat tunnekasvatusilmiöstä ja havainnollistan näkemyksiä useilla aineistolainauksilla, jolloin tuon lukijalle nähtäväksi miksi olen luokitellut tietyt analyysiyksiköt tiettyihin kategorioihin (ks. Niikko 2003, 23; Ahonen 1995, 154–155). Omassa tutkimuksessani vaikeimpia tulkittavia ilmaisuja olivat rajatapaukset, jotka liittyivät eri teemoihin. Esimerkiksi lapsen syliin ottaminen liittyi lempeästi jämäkkänä teemaan, tunteiden hallintaan ja myös rakkauden osoittamiseen. Kuitenkin jokaisessa kategoriassa asiaa tarkasteltiin eri näkökulmista. Myös esimerkiksi tunteista keskusteleminen liittyi sekä sanoittamiseen että tunteiden hallintaan. Rajatapauksissa tarkistin alkuperäisestä litteroidusta tekstistä, mihin kontekstiin ja yläkategoriaan ne liittyivät eniten ja mikä teema puheenvuorossa painottui eniten. Rajanvetotapaukset muun muassa osoittavat, että tutkija tekee tulkintoja ja päätelmiä aineistoa analysoidessa.

Aineiston luotettavuutta arvioitaessa kyseeseen nousee *aineiston riittävyys*. Eskolan ja Suorannan mukaan aineiston kylläisyyspiste määritetään tutkimuskohtaisesti, milloin aineiston pohjalta on mahdollista vastata tutkimusongelmaan. (Eskola & Suoranta 2001, 63, 215.) Tämän aineiston pohjalta oli mahdollista vastata tutkimuskysymykseen, mutta aineiston luotettavuuden kannalta olisi parempi, jos olisin paremmin saanut tavoitettua jo kesällä viidennen perheneuvolapsykologin tai aikaa olisi ollut kartoittamiselle syksyllä. Useat teemat nousivat esiin kaikissa haastatteluissa, mutta jokainen haastateltava painotti omalla tavallaan asioita ja toi myös jotain uutta näkökulmaa mukanaan.

Fenomenografisessa tutkimuksessa tavoitellaan tulosten *yleisyyttä*, millä tarkoitetaan että käsityksiä tarkastellaan teoreettisella tasolla, ilmiön tasolla (Ahonen 1995, 152). Tutkimukseni kuvauskategoriat empaattisuus, sanoittaminen, rajojen asettaminen, tunteiden

säätelyn ohjaaminen ja vanhemman tunnetaidot uskon olevan tutkittavien tapaa ymmärtää ilmiö. Tässä yhteys arjen tasoon on vielä selkeä. Olen kuitenkin sisällyttänyt ne mallintamisen, tunnereaktioihin vastaamisen ja opettamisen yhteyteen. Luotettavuuden näkökulmasta olisi arvioitava, vastaavatko ne yhä tutkittavien näkemyksiä. Uskon, että vanhemman tunnetaitojen yhdistäminen mallintamiseen, empaattisuuden linkittäminen lapsen tunteisiin reagoimiseen ja sanoittamisen kytkeminen opettamiseen vastaavat yhä tutkittavien käsityksiä. Tunteiden hallinnan ja rajojen asettamisen olen sijoittanut opettamisen ja tunteisiin reagoimisen yhteyteen. Olen pyrkinyt nämäkin näkemään perheneuvolapsykologien näkökulmasta ja linkittänyt ne teoreettiseen yhteyteen. Vaikka käsitysten ja teorian yhteys ei ole niin ilmeinen kuin kolmessa muussa kategoriassa, uskoisin niiden yhä vastaavan perheneuvolapsykologien näkemyksiä.

Tunnetaidoilla on huomattu olevan monia positiivisia vaikutuksia ihmisten elämään ja yhä edelleen on tärkeä tutkia, miten lasten tunnetaitoja voidaan kehittää (ks. Alegre 2011, 57). Aivan, kuten Neitola (2011, 238) toteaa, että sosiaalisten taitojen yhteydestä perheissä oleviin tekijöihin ollaan vasta heräilemässä tutkimuskentällä, on tilanne vastaavanlainen myös vanhempien tunnetaitojen opettamisen kohdalla. Viime vuosina tunnekasvatukseen liittyviä pro gradu -tutkielmia on tehty eri puolilla Suomea, mutta väitöskirjatason tutkimuksia aiheesta ei vielä ole. On huomioitava, että vanhemmuuteen liittyvät arvot vaihtelevat kulttuurien ja aikakausien välillä ja ohjaavat vanhempien toimintaa (Järvinen ym. 2007, 94). Siksi ulkomaisia tunnekasvatustutkimuksia ei välttämättä voida täysin rinnastaa suomalaiseen kulttuuriin. Schulmanin ja Niemen (2013, 17) väite suomalaisten vähäisestä tunteiden ilmaisusta on samansuuntainen kuin haastattelussani noussut puheenvuoro. Siksi suomalaista tunnekasvatuksen tilaa ja vanhempien toimintatapoja olisi hyvä tutkia.

Suomalaisten asiantuntijoiden näkemyksiä vanhempien tunnekasvatustoiminnasta voisi kysyä esimerkiksi sosiaalityöntekijöiltä, psykiatreilta, perheneuvolapsykologeilta ja muilta lasten ja vanhempien kanssa työskenteleviltä kasvatustutkimukseen perehtyneiltä ammattilaisilta. Näin ollen kuva aiheesta piirtyisi aiempaa laajemmaksi. Eri asiantuntijoilta saattaisi tulla eri näkemyksiä esiin. Avoimeksi tässä tutkimuksessa jäivät asiat haastattelurunkoon ja haastattelun kattavuuteen liittyen. Toisella tutkimuksella ja laajemmalla

aineistolla nähtäisiin, toisiko uusi tutkimus uusia näkökulmia ymmärtää tunnekasvatustilmiötä.

Tunnetaitoja ei ole aikaisemmin nähty tietoisesti opetettavina asioina. Esimerkiksi Neitolan (2011, 209) tutkimuksessa vanhemmat kokivat tunteiden osoittamisen olleen lapsuudessa vähäistä. Sekä lapsille (Ulutas & Ömeroglu 2007) että vanhemmille (Havighurst ym. 2010) suunnatuilla tunnetaito-ohjelmilla on havaittu olevan myönteinen vaikutus lasten tunnetaidoille. Tämän kaltaista toimintaa tulisi tutkia ja harjoittaa myös Suomessa. Vanhempien arvot ja uskomukset vaikuttavat vanhempien käyttäytymiseen ja toimintatapoihin, joita he pitävät kasvatuksessa tärkeinä (Järvinen ym. 2007, 94; Kemppainen 2001, 152). Vanhemmille voisi suunnata tunnetaitokursseja, joilla tietämystä lisättäisiin ja tutkittaisiin sen vaikutusta vanhempien arvoihin, uskomuksiin, toimintatapoihin sekä lasten tunnetaitoihin. Vanhemmuustyylejä on tutkittu Suomessa. Kuitenkaan vanhemmuustyylien ja lasten tunnetaitojen välisestä yhteydestä ei ole tutkimuksia, vaikka niiden välillä on yhteys (Alegren 2011, 58; Denham ym. 2006, 617). Siksi näiden osa-alueiden yhteyttä olisi myös tärkeä tutkia.

Päiväkoti ja koulu sosiaalistavat lasta ihmisenä ja yhteisön jäsenenä. Tunnetaitojen tärkeys tiedostetaan myös koulun ja päiväkodin puolella. Peltokorven (2007, 17) mukaan kouluissa on panostettava tulevaisuudessa entistä enemmän tiedollisen opetuksen rinnalla myös tunne-elämän taitojen opettamiseen. Lapsen lähiympäristössä olevilla aikuisilla oletetaan olevan merkitystä lapsen tunnetaitojen oppimiseen (ks. Denham ym. 2012, 140; Tirkkonen ym. 2004, 56; Eisenberg ym. 1998, 267). Tunnetaidoilla on havaittu olevan vaikutusta lapsen sosiaalisiin taitoihin, koulutyöskentelyyn ja käytösongelmien vähentämiseen (Gottman & Declaire 1997, 24–25). Jatkotutkimuksena voisi kysyä päiväkodin henkilökunnalta tai koulunopettajilta, millaista tunnekasvatustoimintaa koulussa tai päiväkodissa voidaan harjoittaa. Yksilöllinen tunnekasvatus poikkeaa ryhmässä toteutettavasti tunnekasvatuksesta (Isokorpi 2004, 127, 137), eikä esimerkiksi tässä tutkimuksessa nousseita näkemyksiä voi suoraan soveltaa päiväkotitai koulumaailmaan.

Tässä tutkimuksessa tuon vanhempien toteuttamaa tunnekasvatusta näkyvämmäksi. Aiheen parissa on ollut mielenkiintoista viettää aikaa, syventyä ja kasvattaa omaa tietämystä

aiheesta. Parasta tässä oli se, että pääsin tutustumaan perheneuvolapsykologien työnkuvaan ja ymmärtämään laajemmin, millaisten palvelujen puoleen vanhemmat sekä päiväkodin ja koulun henkilökunta voivat kääntyä kasvatustyössään. Uskon, että kaikesta oppimastani tiedosta on hyötyä toimiessani ammattikasvattajana tulevaisuuden työssäni. Tunnekasvatus aiheena koskettaa jokaista vanhempaa, sillä tunteiden kehittyminen liittyy olennaisena osana lapsen kehitykseen ja hyvinvointiin. Toivoisin, että lasten tunnetaitojen merkitys ja tärkeys nähtäisiin tässä ajassa niin vanhempien, ammattikasvattajien kuin tutkijoiden keskuudessa.

LÄHTEET

Ahonen, S. 1995. Fenomenografinen tutkimus. Teoksessa Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E., & Saari, S. (toim.) Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Helsinki: Kirjayhtymä. 113–160.

Alegre, A. 2011. Parenting styles and children's emotional intelligence: What do we know? *The family journal: counseling and therapy for couples and families* 19 (1), 56–62.

Bar-On, R. 2006. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema* 18 (1), 13–25.

Baumrind, D. 1991. The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The journal of early adolescence* 11 (1), 56–95.

Belsky, J. 1984. The determinants of parenting: A process model. *Child Development* 55 (1), 83–96.

Bowlby, J. & Ainsworth, S. 1991. An ethological approach to personality development. *American Psychological Association* 46 (4), 333–341.

Bredbacka, P. 2013. "Jääköön kertotaulut, Tässä tarvitaan jotain muuta!": kuuden Suomen Mielenterveysseuran "Mielenterveys alakouluun" -hankkeen pilottiopettajan tunnekasvattajuus. Pro gradu -tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Brody, L. 1999. *Gender, emotion and the family*. Cambridge: Harvard University Press.

Brotherson, S. E. 2009. Emotional development in young children. Extension bulleting FS -666. NDSU Extension service. North Dakota: North Dakota State University.

Denham, S., Bassett, H.H. & Wyatt, T. 2006. The socialization of emotional competence. Teoksessa Grucec, J. E & Hasting, P. D (toim.) Handbook of socialization: Theory and research. New York: Guilford Press. 614–637.

Denham, S., Bassett, H. H., Zinsser, K. 2012. Early childhood teacher as socializers of young children's emotional competence. *Early childhood Education journal* 40 (3), 137–143.

Denham, S. & Kochanoff, A. 2002. Parental contributions to preschoolers' understanding of emotion. *Marriage & family review* 34 (3-4), 311–343.

Denham, S., Mitchell-Copeland, J., Strandberg, K., Auerbach, S. & Blair, K. 1997. Parental contributions to preschoolers' emotional competence: Direct and indirect effects. *Motivation and emotion* 21 (1), 65–86.

Dunderfelt, T. 2011. *Elämäntiete*. Helsinki: WSOY.

Eisenberg, N., Cumberland, A. & Spinrad, T. L. 1998. Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry* 9 (4), 241–271.

Eisenberg, N. & Fabes, R.A. 1994. Mothers' reactions to children's negative emotions: Relations to children's temperament and anger behavior. *Merrill-Palmer Quarterly* 40 (1), 138–156.

Eisenberg, N. & Fabes, R.A. & Murphy, B. C. 1996. Parent's reactions to children's negative emotions: Relations to children's social competence and comforting behavior. *Child development* 67 (5), 2227–2247.

Eisenberg, N., Valiente, C., Amanda S.M., Fabes R.A., Cumberland A., Reiser, M., Gershoff E. T., Shepard S. A. & Losoya, S. 2003. Longitudinal relations among parental emotional expressivity, children's regulation and quality of socioemotional functioning. *Developmental psychology* 39 (1), 3–19.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Gentzler A., Contreras-Grau, J. M., Kerns K.A. & Weimer B. L. 2005. Parent-child emotional communication and children's coping in middle childhood. *Social development* 14 (4), 591–612.

Gerris, J. 1994. Perhearvot vanhempien silmin: Perhe-elämän ja lastenkasvatuksen arvo-perustaiset mallit. Teoksessa Virkki, J. (toim.) *Ydinperheestä yksilöllistyviin perheisiin*. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö. 144–162.

Goleman, D. 2000. *Tunneäly. Lahjakkuuden koko kuva*. Helsinki: Otava.

Gottman, J. & Declaire, J. 1997. *Raising an emotionally intelligent child. The heart of parenting*. New York: Simon & Schuster paperback.

Gottman, J., Katz, L.F. & Hooven, C. 1997. *Meta-emotion: How families communicate emotionally*. Manwah: Lawrence Erlbaum.

Gjerlstad, E. 2009. *Valta kotikasvatuksessa. Kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 225*. Helsinki: University of Helsinki.

Haverinen, L. & Martikainen, M. 2004. *Rakas lapsi – ei. Kodin kasvattava vuorovaikutus. Kotitalous ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 14*. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Havighurst, S. S., Wilson, K. R., Harley, A. E., Prior, M. R. & Kehoe, C. 2010. Tuning in to kids: Improving emotion socialization practices in parents of preschool children – findings from a community trial. *Journal of child psychology and psychiatry* 51 (12), 1342–1350.

Hilpelä, J. 2009. Tunnekasvatus. *Kasvatus* 40 (3), 203–206.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Helsinki University Press.

Hughes, E. & Gullone, E. 2010. Parent emotion socialization practices and their associations with personality and emotion regulation. *Personality and individual differences* 49 (7), 694–699.

Huusko, M. & Paloniemi, S. 2006. Fenomenografia laadullisena tutkimussuuntana kasvatustieteissä. *Kasvatus* 37 (2), 162–173.

Hyrkäs, S. 2006. Lastentarhanopettajien käsityksiä tunnekasvatuksen merkityksestä 3-5-vuotiaiden lasten päiväkotiryhmässä. Pro gradu -tutkielma. Savonlinna: Savonlinnan opettajankoulutuslaitos.

Häkkinen, K. 1996. Fenomenografisen tutkimuksen juuria etsimässä. Teoreettinen katsaus fenomenografisen tutkimuksen lähtökohtiin. Opetuksen perusteita ja käytänteitä 21. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Hämäläinen, J., Kraav, I. & Raudik, V. 1994. Perhekulttuurit ja vanhemmuus Suomessa ja Virossa. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 16. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Isokorpi, T. 2004. Tunneoppia. Parempaan vuorovaikutukseen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Jalovaara, E. 2005. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa. Pilot-kustannus.

Järvinen, K. & Kolbe, L. 2002. Johdanto. Teoksessa Järvinen, K. & Kolbe, L. (toim.) *Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. 7–31.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2007. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita.

Karjalainen, N. & Savolainen, T. 2008. ”Ymmärrä mua”: lapsen kehityksen tukeminen tunnekasvatuksen keinoin. Tutkimus eri asiantuntijoiden näkemyksistä tunnekasvatuksesta alakoulussa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Kemppainen, J. 2001. Kotikasvatus kolmessa sukupolvessa. Jyväskylä studies in education, psychology and social research 190. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Kemppinen, P. 2000. Lasten- ja nuorten tunne-elämän häiriöt. Vantaa: Kannustusvalmennus P. & K.

Kettunen, N., Krats, S. & Kinnunen, U. 1997. Parisuhde ja lasten kasvattaminen. Teoksessa Pulkkinen, L. (toim.) Lapsesta aikuiseksi. Jyväskylä: Atena Kustannus. 74–89.

Kirvesoja, U-M. 2013. Luokanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia tunnekasvatuksesta koulussa ja osana opetussuunnitelmaa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Kivijärvi, S., Rönkä, A. & Hyväluoma, J. 2009. Vanhemmuus arjessa: Neuvottelua, hässäköitä ja hassuttelua. Teoksessa Rönkä, A., Malinen, K., Lämsä, T. (toim.) Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus. 47–68.

Kokkonen, M. 2010. Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Jyväskylä: PS-kustannus.

Korhonen, M. 2002. Aina oli joku kotona. Teoksessa Kolbe, L. & Järvinen, K. (toim.) Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. 53–74.

Kullberg-Piilola, T. 2005. Tunnerehellisyys voimavarana. Teoksessa Peltonen, A. & Kullberg-Piilola, T. Tunnemuksuu. Helsinki: Lasten Keskus. 36–45.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka: Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Kuusela, M. 2005. Sosioemotionaalisten taitojen harjaannuttaminen, oppiminen ja käyttäminen perusopetuksen kahdeksannen luokan tyttöjen liikuntatunneilla. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö LIKES. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja, 165. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Laes, T. 2005. Teoksessa Salminen, P. (toim.) Yhdessä kasvattamaan. Kohti välittämisen toimintakulttuuria. Jyväskylä: PS-kustannus. 32–38.

Lahikainen, A. & Asikainen, M. 1983. Äidin kotona hoitamien kaksivuotiaiden sosiaalinen kehitys. John Bowlbyn kiintymysteorian kannalta. Mannerheimin lastensuojeluliiton lapsiraportti A 39. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Leinonen, J. 2004. Vanhemmuus lapsen kasvuympäristön osana. Psykologia 39 (3), 176–195.

Lumijärvi, K. 2015 Psykologi: Moni vanhempi tietämättään väkivaltainen lastaan kohtaan. Saatavissa: http://m.kodinkuvalehti.fi/artikkeli/ilmiot/suorat_sanat/suojele_lasta_sanoiltasi, (29.1.2015)

MacDonald, M. 2009. Aivot: Käyttäjän käsikirja. Jyväskylä: WSOYpro.

Marton, F. 1986. Phenomenography - A research approach to investigating different understandings of reality. Journal of Thought 21 (3), 28–49. Saatavissa: <http://www.jstor.org/discover/10.2307/42589189?uid=3737976&uid=2&uid=4&sid=21104255209067> (19.8.2014.)

Marton, F. & Booth, S. 1997. Learning and awareness. New Jersey: Lawrence Erlbaum.

Molander, G. 2003. Työtunteet – esimerkkinä vanhustyö. Helsinki: Gustaf Molander ja Työterveyslaitos.

Mäkelä, J. 2014. Lapselle saa olla vihainen, mutta ei huutaa. Saatavissa: http://yle.fi/uutiset/lastenpsykiatri_lapselle_saa_olla_vihainen_mutta_ei_huutaa/7515743 (7.3.2015)

Männikkö, K. 1997. Kiintymystä lapsesta aikuiseksi. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen julkaisuja 337. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Nixon, L. C. & Watson, A.C. Family Experiences and Early Emotion Understanding. *Merrill-Palmer Quarterly* 47 (2), 300–322.

Neitola, M. 2011. Lapsen sosiaalisen kompetenssin tukeminen – vanhempien epäsuorat ja suorat vaikutustavat. Turku: Turun yliopisto.

Niikko, A. 2003. Fenomenografia kasvatustieteellisessä tutkimuksessa. *Kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia* 85. Joensuu: Joensuun yliopisto.

Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Niemi, P. 2013. Lupa tunteisiin. Teoksessa Niemi, P. (toim.) *Lapsen ja nuoren viha*. Jyväskylä: PS-kustannus. 15–27.

Peltokorpi, E-L. 2008. Välittäminen ja luottamus – tunnehallinnan kivijalat. Teoksessa Määttä, K. & Uusitalo, T. (toim.) *Kasvatuspsykologian näkökulmia ihmisen voimavarojen tueksi*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus. 13–25.

Peltokorpi, E-L. 2007. Yhtä kaikki yksinäisen. Tutkimus alkuopetuksen oppilaiden emotionaalisesta hallinnasta. *Acta universitatis Lapponiensis* 124. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino.

Penttinen, H. 2002. Kasvu hyvään elämään. Vantaa: Aseman lapset.

- Peltonen, A. 2005. Tunnetaidot ovat kaikkien ulottuvilla. Teoksessa Peltonen, A. & Kullberg-Piilola, T. Tunnemuksu. Tunnetaitoja perheille ja kasvattajille. Helsinki: Lasten Keskus. 12–17.
- Perlman, S. B., Camras, L. A., & Pelfrey, K. A. 2008. Physiology and functioning: Parent's vagal tone, emotion socialization, and children's emotion knowledge. *Journal of experimental child psychology* 100 (4), 308–315.
- Pulkkinen, L. 1994. Millaista kasvatusta nykytutkimus suosittelee? Teoksessa Virkki, J. (toim.) Ydinperheestä yksilöllistyviin perheisiin. Porvoo: Jyväskylän yliopiston perhetutkimusyksikkö ja WSOY. 26–45.
- Puolimatka, T. 2004. Kasvatus, arvot ja tunteet. Helsinki: Tammi.
- Repo, L. 2013. Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Rönkä, A., Kinnunen, U. & Sallinen, M. 2008. Lapset, vanhempien työ ja perheen arki. Teoksessa Kinnunen, U., Feldt T. & Mauno, S. (toim.) Työ leipälajina. Työhyvinvoinnin psykologiset perusteet. Jyväskylä: PS-kustannus. 287–309.
- Rönkä, A. & Kinnunen, U. 2002. Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. 2005. Haastattelu: Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino.
- Sanchez-Nunez, M. T., Fernandez-Berrocal, P. & Latorre, M.J. 2013. Assessment of emotional intelligence in the family: Influences between parents and children on their own perception and that of others. *The family journal* 21(1), 65–73.

Salovey, P. & Mayer, J. B 1990. Emotional intelligence. Saatavissa:

[http://www.unh.edu/emotional_intelligence/EIAssets/EmotionalIntelligencePro-
per/EI1990%20Emotional%20Intelligence.pdf](http://www.unh.edu/emotional_intelligence/EIAssets/EmotionalIntelligencePro-
per/EI1990%20Emotional%20Intelligence.pdf).185–212.

Schulman, M. & Niemi, P. 2013. Lapsen vihaan reagoiminen. Teoksessa Niemi, P. (toim.) Lapsen ja nuoren viha. Jyväskylä: PS-kustannus. 133–147.

Silven, M. & Kouvo, A. 2010. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykkinen hyvinvointi. Teoksessa Silven, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Vammaisten lasten ja nuorten tukisäätiön julkaisu. Helsinki: Minerva. 65–86.

Simström, H. Tunneälytaidot ikäjohtamisessa. Esimiehen tunneälytaidot ja niiden tärkeys kuntahenkilöstön arvioimana. Acta Universitatis Tamperensis 1422. Tampere: Tampereen yliopisto.

Sinkkonen, J. 2014. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun? Saatavilla: <http://www.kotitalouslehti.fi/artikkelit/mitalapsi/> (20.10.2014).

Sinkkonen, J. 2011. Ekaluokkalaisten lapsen itsetunto. Teoksessa Parvela, T. & Sinkkonen, J. Kouluun. Ekaluokkalaisten vanhemmille. Helsinki: WSOY. 82–112.

Sinkkonen, J. 2000. Lapsen psyykkinen kehitys. Teoksessa Sinkkonen, J. & Pihlaja, P. (toim.) Ulos umpikujasta. Helsinki: WSOY. 15–34.

Sinkkonen, J. & Kalland, M. 2001. Johdanto: Ihminen tarvitsee toisten läheisyyttä ja turvaa. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY. 7–11.

Soisalo, R. 2012. Särkyvä mieli – lasten ja nuorten psyykkinen oireilu. Suomen psykologinen instituuttiyhdistys ry.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2004. Lastenneuvolan henkilöstö ja mitoitus. Teoksessa Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2004: 14. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. 26–53.

Sosiaali- ja terveysministeriö, kotisivu. Saatavissa: http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveyspalvelut/sosiaalipalvelut/kasvatus_ja_perheneuvonta (7.3.2015).

Stern, R. & Elias, M. J. 2007. Emotionally intelligent parenting. Teoksessa Bar-On, R., Maree, J.G & Elias, M. J. (toim.) Educating people to be emotionally intelligent. London: Westport. 37–48.

THL-kotisivu. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/perheiden-sosiaalipalvelut/kasvatus_ja_perheneuvonta (7.3.2015)

THL-kotisivu. Tilasto kuvina. Saatavissa: (<http://www.thl.fi/fi/tilastot/tilastot-aiheetain/lasten-nuorten-ja-perheiden-sosiaalipalvelut/kasvatus-ja-perheneuvonta>) → *Tilasto kuvina (ppt 425 kt)*. (16.3.2015)

Tirkkonen, A., Kokkonen, M. & Pulkkinen, L. 2004. Tunteiden säätelyn siirtyminen vanhemmilta lapsille lapsilähtöisen vanhemmuuden välityksellä. *Psykologia* 39 (1), 46–58.

Turunen, K. E. Tunne-elämä. 2004. Jyväskylä: Atena Kustannus.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Uljens, M. 1989. Fenomenografi: forskning om uppfattningar. Lund: Studentlitteratur.

Uljens, M. 1991. Phenomenography - a qualitative approach in educational research. Teoksessa L. Syrjälä & J. Merenheimo (toim.) Kasvatustutkimuksen laadullisia lähestymistapoja. Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan opetusmonisteita ja selosteita 39. Oulu: Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunta. 80–107.

Ulutas, I. & Ömeroglu, E. 2007. The effects of an emotional intelligence education program on the emotional intelligence of children. *Social behavior and personality* 35 (10), 1365–1372.

Uusitalo, T. 2006. Kielletyt tunteet. Teoksessa Määttä, K. (toim.) *Tunteiden rakkaus ja rikkaus. Avaimia tunteiden hallintaan*. Helsinki: Finn Lectura. 108–130.

Valkonen, L. 2006. Millainen on hyvä äiti tai isä? Viides- ja kuudesluokkalaisten lasten vanhemmuuskäsitykset. *Jyväskylä studies in education, psychology and social research* 286. Jyväskylä: University Library of Jyväskylä.

Vilkko-Riihelä, A. 1999. *Psyyke. Psykologian käsikirja*. Porvoo: WSOY.

Virtanen, M. 2013. Opettajan emotionaalinen kompetenssi. Tutkimus luokanopettajien ja luokanopettajaksi opiskelevien tunneälytaidoista ja niiden tärkeydestä. *Acta Universitatis Tamperensis* 1823. Tampere: Tampereen yliopisto.

Väänänen, R. 2013. Perheen rakenteen, dynamiikan ja arvojen merkitys lapsen psyykkiselle hyvinvoinnille. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.

Webster-Stratton, C. 2011. *Kuinka edistää lasten sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja*. Helsinki: Profami.

Yle-uutiset: Yhä useampi hakee apua perheneuvolasta – lapset voivat vanhempiaankin huonommin. Saatavissa: http://yle.fi/uutiset/yha_useampi_perhe_hakee_apua_perheneuvolasta_lapset_voivat_vanhempiaankin_huonommin/7655870 (28.11.2014)

Åkerlind, G., Bowden, J. & Green, P. 2005. Learning to do phenomenography: A reflective discussion. Teoksessa Bowden, J. & Green, P. (toim.) *Doing developmental phenomenography*. Australia: RMIT University press. 74–100.

LIITTEET

Liite1

Haastattelurunko

1.Psykologin työnkuva

- a) Mikä on koulutuksesi?
- b) Kuinka kauan olet työskennellyt perheneuvolapsykologina?
- c) Oletko tehnyt muunlaista perhetyötä?

- d) Millainen on työnkuvasi?
- e) Millaisissa asioissa perheet käyttävät perheneuvolapsykologin palveluja?
- f) Miten lapsen tunne-elämään liittyviä asioita kartoitetaan työssäsi?
- g) Millaisin keinoin perheneuvolapsykologit voivat tukea perheitä kasvatustyössä?

2. Johdattelua aiheeseen

Kuvaile vapaasti mieleesi tulevia asioita seuraavista käsitteistä. Voit myös mainita jonkin arjen esimerkin:

- tunnetaidot

- tunnekasvatus kotona.

3. Nykyajan ilmiöitä vanhempien toteuttamasta tunnekasvatuksesta

- a) Onko tunnetaitojen opettaminen kotikasvatuksessa jotenkin muuttunut aikojen kuluessa?
Miten se on näkynyt oman työurasi aikana?

- b) Millaisia ilmiöitä näkyy tänä aikana vanhempien toteuttamassa tunnekasvatuksessa?
- Mitkä asiat voivat tukea tunnekasvatuksen toteuttamista kotona?

- Mitkä asiat voivat vaikeuttaa tunnekasvatuksen toteuttamista kotona?

c) Miksi mielestäsi tunnetaitojen opettaminen on nykyaikana tärkeää?

4. Leikki-ikäinen lapsi ja vanhempien riittävän hyvä tunnekasvatus

1. Miten vanhempi voi mielestäsi toimia arjen tilanteessa, kun...

a) lapsi haluaa kertoa vanhemmalle kokemuksiansa, ajatuksiansa, tai osoittaa tunteitansa?

b) lapsi kokee...

vihaa?

pelkoa?

surua?

häpeää ja syyllisyyttä?

iloa?

c) lapsen on vaikea ilmaista, miltä tuntuu?

d) lapsella tunne vie ja hänen on vaikea ymmärtää tunnereaktionsa syytä?

e) lapsen on vaikea sovittaa omia toiveita ja tarpeita sääntöihin ja ohjeisiin ja hallita tunteitansa?

2. Miten vanhempi voi itse ilmaista omia tunteita...

lasta kohtaan?

oman elämänsä muita asioita kohtaan lapsen läsnä ollessa?

3. Mitkä ovat terveisesi nykyajan vanhemmille lasten tunne-elämän tukemisessa?

4. Onko vielä jotain, mitä haluaisit kertoa?

Käsitysryhmät

Kuvauskategoriat, alatason kategoriat, analyysiyksiköiden lukumäärät sekä haastateltavien lukumäärät eri kategorioissa:

1. Empaattisuus (yht: 139)

- (4/4) Tunteiden salliminen, (17)
- (4/4) Läsnäoleminen (39)
- (4/4) Tunteen jakaminen (14)
- (3/4) Kuunteleminen (15)
- (3/4) Ymmärtäminen (19)
- (2/4) Sensitiivinen vuorovaikutus (12)
- (1/4) Hyvällä kannattelu (17)
- (1/4) Rakkauden osoitus (6)

2. Sanoittaminen (yht: 65)

- (3/4) Tunteet ja kokemukset (26)
- (4/4) Tunteiden tunnistaminen (21)
- (3/4) Syy-seuraussuhde (11)
- (3/4) Lisäkeinot tueksi (7)

3. Rajojen asettaminen (yht: 52)

- (4/4) Jämäkkyys (14)
- (3/4) Lempeästi jämäkkä (16)
- (4/4) Säännöt (11)
- (1/4) Lapsen ja aikuisen raja (11)

4. Tunteiden säätelyn ohjaaminen

(yht:104)

- (4/4) Tunteen haltuunotto (14)
- (4/4) Vanhempi apuna selviämään tunnetilan yli (21)
- (2/4) Turvallisuus (9)
- (4/4) Rauhoittaminen (25)
- (3/4) Keskusteleminen (12)
- (2/4) Vuorovaikutus tunteiden säätelijänä (9)
- (2/4) Yksilöllisyys (14)

5. Vanhemman tunnetaidot (yht.100)

- (4/4) Ilmaiseminen (19)
- (4/4) Sanoittaminen (22)
- (4/4) Tunteiden säätely (32)
- (2/4) Suojelu (7)
- (4/4) Ihmissuhteiden merkitys (20)

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Olen Lapin yliopiston kasvatustieteen opiskelija ja teen pro gradu -tutkielmaa perheissä toteutettavasta tunnekasvatuksesta. Tavoitteenani on selvittää perheneuvolapsykologien näkemyksiä, millaista on hyvä tunnekasvatus ja millaisia ilmiöitä näkyy nykyajan vanhempien toteuttamassa tunnekasvatuksessa. Aihetta on tärkeä tutkia erityisesti nykyäikana, kun lasten ja nuorten lisääntyvän pahoinvoinnin syitä mietitään ja kasvatustutkimus elää murrosvaihetta. Uskoisin, että Teillä on työne ja koulutustaustanne puolesta ajatuksia näistä tärkeistä teemoista! Toteutan tutkimuksen haastattelu- ja aineistonkeruun olisi tarkoitus suorittaa kesän aikana, mahdollisuuksien mukaan jo kesäkuussa. Haastattelu kestää arviolta noin 45 minuuttia.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Tutkimuksesta on myös mahdollista vetäytyä, milloin tahansa. Noudatan tutkimuksessani tutkimuseettisiä periaatteita. Tutkimuksesta ei ole tunnistettavissa henkilöllisyyttä eikä paikkakuntaa. Käsittelen saamani aineiston luottamuksellisesti ja hävitän sen asianmukaisesti tutkimuksen päätyttyä. Tutkimuksen valmistuttua se on luettavissa Lapin yliopiston kirjastossa. Sen pohjalta voidaan tehdä artikkeli kasvatustieteelliseen julkaisuun.

Pyydän Teiltä suostumusta tutkimukseen osallistumisesta.

Päiväys: _____
Allekirjoitus: _____
Nimenselvennys: _____
Puhelinnumero: _____

Annan mielelläni lisätietoja tutkimuksesta, mikäli Teillä on kysyttävää!

Ystävällisin terveisin:

Titta Väyrynen
XXX
XXX

Pro gradu -tutkielman ohjaaja:
KT Tuija Turunen
XXX
XXX