

Opettajien näkemyksiä kaveritaidoista ja niiden opettamisesta
alkuopetuksen liikuntatunneilla

Pro gradu -tutkielma

Pakkala Viivi

Kasvatustieteiden tiedekunta

Luokanopettajakoulutus

Lapin yliopisto

Kevät 2025

Lapin yliopisto

Kasvatustieteiden tiedekunta

Työn nimi: Opettajien näkemyksiä kaveritaidoista ja niiden opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla.

Tekijä: Viivi Pakkala

Koulutusohjelma: Luokanopettajakoulutus

Työn laji: Pro gradu -tutkielma

Sivumäärä: 72 sivua + 2 liitettä

Vuosi: 2025

Tiivistelmä:

Kaveritaidot ovat opittavissa olevia sosioemotionaalisia taitoja, jotka ovat keskeinen puheenaihe koulumaailmassa. Niiden puutteet voivat vaikeuttaa muun muassa ryhmänhallintaa ja opetusta sekä heikentää lapsen kokemusmaailmaa itsestä sosiaalisena vuorovaikuttajana. Pro gradu -tutkielmassani tutkin opettajien näkemyksiä kaveritaidoista ja niiden merkityksestä ja opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla. Tutkimukseni teoreettinen viitekehys muodostuu kaveritaitojen määrittelystä. Lisäksi teoreettinen viitekehys koostuu siitä, miten kaveritaitoja voidaan tukea ja harjoitella alkuopetuksen liikuntatunneilla sekä, mikä merkitys niiden harjoittamisella on. Kaveritaidoilla tarkoitan tutkimuksessani tunnetaitojen, tunteiden säätelyn ja sosioemotionaalisten taitojen kokonaisuutta.

Tutkimukseni on laadullinen tutkimus. Hyödynsin aineiston hankinnassa temahaastattelua. Tutkimukseeni osallistui kuusi opettajaa, jotka opettavat vuosiluokkien 1–2 liikuntatunteja. Tutkimus tuo esiin heidän näkemyksiään tutkittavasta aiheesta. Aineiston analyysissä olen hyödyntänyt teemoittelua.

Tutkimustuloksista käy ilmi, että kaveritaidot ovat keskeisiä sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja, joita tarvitaan läpi elämän. Opettajien mukaan näiden taitojen opettaminen on tärkeää alkuopetuksessa, sillä oppilaiden välillä on suuria eroja taitojen omaksumisessa. Suunnitelmallisella ja systemaattisella harjoittelulla voidaan vahvistaa kaveritaitoja, tasoittaa oppilaiden välistä tasoeroja sekä edistää itsenäistä toimijuutta. Tulokset osoittivat, että kaveritaitojen harjoittelu integroituu luonnolliseksi osaksi liikuntatunteja. Liikuntatuntien monipuoliset ryhmätilanteet harjoittavat opettajien mukaan lapsen taitoa toimia vastuullisesti erilaisissa ympäristöissä, erilaisten ihmisten kanssa. Haastateltavien mukaan arjen tilanteet, joissa harjoitellaan kaveritaitoja luovat pysyviä muistijälkiä ja auttavat taitojen siirtymistä osaksi päivittäistä toimintaa.

Haastateltavat kuvailivat, että alkuopetusikäisten oppilaiden kanssa myös opettajalla on oltava valmiudet omissa kaveritaidoissaan. Laadukas kaveritaitojen harjoittelu edellyttää opettajalta esimerkiksi oman toiminnan reflektointia, aikaa ja harkittuja pedagogisia valintoja. Lisäksi kaveritaitojen harjoitteluun vaikuttavat opettajien mukaan koulun toimintakulttuuri ja käytettävissä olevat resurssit. Tuloksista käy ilmi, että hyvinvointi edellyttää taitoa toimia itsensä ja muiden kanssa. Haastateltavien mukaan tämä taito edistää sopeutumista sosiaaliseen ympäristöön sekä pitkällä tähtäimellä yhteisöön ja yhteiskuntaan kasvamista. Tutkimus toi uutta tietoa siitä, mistä kaveritaidot koostuvat ja millainen merkitys niiden opettamisella on. Lisäksi tutkimus havainnollisti asioita, joita kaveritaitojen harjoittelussa tulee huomioida alkuopetuksen liikuntatunneilla. Tuloksia voidaan hyödyntää kaveritaitojen kehittämiseen alkuopetuksessa sekä niiden kokonaisvaltaisen merkityksen ymmärtämisessä.

Avainsanat: kaveritaidot, tunnetaidot, tunteiden säätely, sosioemotionaaliset taidot, alkuopetus, liikunnan opetus ja laadullinen tutkimus

Pro gradu -tutkielma ei sisällä muita kuin omia henkilötietojani.

Sisälllys

1 Johdanto	5
2 Kaveritaidot	8
2.1 Tunnetaidot.....	9
2.2 Tunteiden säätely	13
2.3 Sosioemotionaaliset taidot.....	15
3 Kaveritaitojen opettaminen	18
3.1 Kaveritaidot liikunnan perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa.....	18
3.2 Opettajan pedagogiset valinnat kaveritaitojen kehittämisessä.....	19
3.3 Kaveritaitojen opettamisen merkitys.....	24
4 Tutkimuksen toteutus	26
4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimusongelma.....	26
4.2 Laadullinen tutkimus	26
4.3 Tutkimusaineiston keruu	28
4.4 Tutkimusaineisto	30
4.5 Teemoittelu aineiston analyysikeinona.....	30
4.6 Tutkimuksen eettisyys	33
5 Tutkimuksen tulokset	35
5.1 Kaveritaidot ja niiden merkitykset	35
5.1.1 Kaveritaidot osana arjen taitoja	35
5.1.2 Sopeutuminen sosiaaliseen ympäristöön	38
5.1.3 Yhteisön ja yhteiskunnan jäseneksi kasvaminen	40
5.2 Kaveritaitojen opettaminen alkuopetuksen liikuntatunneilla	43
5.2.1 Kaveritaitojen ymmärrettävyys liikunnan opetussuunnitelmassa	43
5.2.2 Pelit, leikit ja yhdessä oppiminen.....	45
5.2.3 Pedagogiset valinnat tukemassa kaveritaitoja	49
5.2.4 Resurssihaasteet	52
6 Pohdinta	56
6.1 Tulosten yhteenveto ja johtopäätökset	56
6.1.1 Opettajien näkemykset kaveritaidoista ja niiden merkityksestä	56
6.1.2 Opettajien näkemykset kaveritaitojen opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla	59
6.2 Tutkimuksen luotettavuus	63
6.3 Päätössanat ja jatkotutkimusaiheita	67
Lähteet	69
Liitteet	73
Liite 1 Osallistumispyyntö	73
Liite 2 Haastattelurunko	74

1 Johdanto

Lapsuus on aikaa, jolloin rakennetaan perusta elinikäisille sosiaalisille ja emotionaalisille taidoille. Lapsen taito solmia ja ylläpitää ystävyysuhteita, ratkaista ristiriitoja ja toimia ryhmässä kehittyä vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa. Kaveritaidot ovat olennainen osa tätä kehitysprosessia. (Laaksonen 2022.) Tunteet syntyvät ihmisen kokemuksista tilanteissa, joissa omat tarpeet täyttyvät tai jäävät toteutumatta. Niillä on ohjaava merkitys, sillä ne toimivat arvioivina reaktioina, jotka motivoivat ihmistä toimimaan. (Villas Boas Junior ym. 2024, 2.) Sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen perimmäinen tavoite on onnistunut ja sujuva vuorovaikutus. Jotta yksilö kykenee hyödyntämään sosioemotionaalisia taitojaan tehokkaasti ja harkiten, on hänen osattava hallita omia tunteitaan ja oltava tietoinen itsestään vuorovaikuttajana. (Purushothaman 2021, 128.)

Kasvattajalla on tärkeä rooli nuorten lasten sosioemotionaalisen kehityksen edistämässä (Lam & Wong 2017, 4). Kaveritaidot ovat opittavissa olevia asioita, minkä vuoksi niitä on merkityksellistä harjoittaa varhaisessa vaiheessa, jotta lapsi omaksuu ne osaksi toimintaansa. Sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja voidaan tukea muun muassa pelien ja leikkien avulla. Oleellista on, että kasvattaja ymmärtää kaveritaitojen keskeisen merkityksen, jotta lapset voivat kehittää ja oppia elämän kannalta tärkeitä tunne- ja vuorovaikutustaitoja päivittäin. (Laaksonen 2022, 52–53.) Jones ym. (2015, 2283) kuvailevat, että vahvat sosioemotionaaliset taidot edistävät lapsen akateemista menestymistä ja sopeutumista kouluyhteisöön. Koulut ovat alkaneet painottaa sosioemotionaalisten taitojen harjoittelua kognitiivisten taitojen ohella valmistakseen lapsia kasvamaan osaksi yhteisöä ja yhteiskuntaa. Jones ja hänen kollegansa korostavat, että taidot edistävät muun muassa lasten osaamista säädellä, tunnistaa ja arvioida tunteita sekä taitoa toimia yhteistyössä erilaisten ihmisten kanssa. Nämä taidot tukevat muun muassa lapsen minätietoisuutta, itseluottamusta ja kouluyhteisöön sopeutumista.

Pro gradu -tutkielmassani tarkastelen opettajien näkemyksiä kaveritaidoista ja niiden opettamisen merkityksestä osana alkuopetuksen liikuntatunteja. Onnellisuus ja hyvinvointi rakentuvat Avolan ja Pentikäisen (2020, 191) mukaan vahvasti kaveri- ja yhteistyötaitojen varaan. He tuovat ilmi, että lasten hyvinvoinnin edistämiseksi koulussa on tärkeää harjoitella varhaisessa vaiheessa tunne- ja vuorovaikutustaitoja systemaattisesti. Näitä taitoja lapset tarvitsevat

luodakseen ja ylläpitääkseen vakaita ihmissuhteita myös myöhemmässä tulevaisuudessaan. Tunteet, jotka ovat voimakkaita psyykkisiä reaktioita, vaikuttavat myös motoriseen toimintaan ja käyttäytymiseen (Villas Boas Junior 2024, 1). Voidaan ajatella, että liikunnan oppiaine on suotuisa oppiaine harjoitella näitä taitoja, sillä vuosiluokilla 1–2 liikuntatunnit eivät rajoitu pelkästään motoristen taitojen harjoitteluun. Ne tukevat myös oppilaiden psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Yhdessä toimiminen, toisten auttaminen ja leikinomainen kisailu tarjoavat oppilaille arvokkaita mahdollisuuksia kaveritaitojen harjoitteluun. Näiden taitojen kehittyminen vahvistaa oppilaiden yhteistyökykyä, sosioemotionaalisia valmiuksia ja myönteisiä liikuntakokemuksia. (OPH 2014, 148.)

Tässä tutkimuksessa kaveritaidoilla viitataan sosiaalisten- ja emotionaalisten taitojen kokonaisuuteen. Aikaisemmassa kirjallisuudessa käytetään käsitteitä sosiaalinen kompetenssi, sosioemotionaaliset ja sosiaalis-emotionaaliset taidot, kun viitataan kaveritaitoihin, ihmisenä kasvuun tai tunteiden säätelyn kehitykseen (Laaksonen 2022; Talvio & Klemola 2017; Avola & Pentikäinen 2020; Ahonen 2017; Wang ym. 2018). Termejä käytetään usein rinnakkaisina ja niillä viitataan taitoihin, jotka ovat olennaisia sujuvassa sosiaalisessa toiminnassa. Tutkimukseni viitataan kaveritaidoilla tunnetaitoihin, tunteiden säätelyyn ja sosioemotionaalisiin taitoihin. Käsitteenmäärittely kaveritaidoista herättää vielä keskustelua tutkimuskentällä, koska tutkimusta ei ole vielä juurikaan saatavilla kaveritaito-käsitteen näkökulmasta. Tämän vuoksi tutkimukseni aihe on relevantti ja ajankohtainen. Esi- ja alkuopetuksen sivuaineen sekä sijaisuuksien myötä olen havainnut, että kaveritaito-käsitettä käytetään alkuopetuksessa kuitenkin lähes päivittäin. Kaveritaitojen opettelua on tutkittu lähinnä pro gradu -tutkielmissa tunnekasvatuksen näkökulmasta (Tuhkasaari 2020; Kanerva 2022).

Tuhkasaaren (2020) pro gradussa on tutkittu esi- ja alkuopetuksen opettajien käsityksiä tunnekasvatuksesta ja sitä, miten ja milloin tunnekasvatusta voidaan toteuttaa. Tutkimuksen tulokset osoittavat että, tunnekasvatus on merkittävässä roolissa esi- ja alkuopetuksen arjessa. Tuloksissa kuvaillaan, että tunnekasvatuksen opettamiselta ei voida välttyä esi- ja alkuopetuksessa, koska kasvaminen ja oppiminen tapahtuvat vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Kanervan (2022) pro gradussa on osoitettu, miten tunnekasvatusta voidaan toteuttaa alkuopetuksessa erityis- ja luokanopettajien kuvaamana. Lisäksi tutkimuksessa on tutkittu, millaisia mahdollisuuksia ja valmiuksia opettajilla on tunnetaitojen harjoittamiseen. Tulokset osoittavat, että opettajien valmiudet tunnekasvatuksen toteuttamiseen vaihtelevat muun muassa resurssien, koulun toimintakulttuurien ja opettajien osaamisen mukaan. Tunnekasvatus näyttäytyy tutkimuksen

tulosten mukaan systemaattisena ja suunnitelmallisena, jonka toteuttamista velvoittaa valtakunnallinen opetussuunnitelma.

Kaveritaidot ja niiden harjoittelu yhdistyvät laajempaan yhteiskunnalliseen näkökulmaan (Laaksonen 2022). Tällä hetkellä kasvatusalan keskeisenä puheenaiheena ovat lasten emotionaaliset taidot ja niiden kehityshaasteet. Tunnetaidot vaikuttavat lasten sosiaaliseen käyttäytymiseen. Haasteet voivat ilmetä esimerkiksi tunteiden tunnistamisen ja ilmaisemisen vaikeuksina tai levottomuutena käytöksessä. Oleellista on kuitenkin tietää, että tunnetaidot ovat kehitettävissä olevia taitoja. Niitä voidaan edistää esimerkiksi toimimalla yhdessä arjen eri vuorovaikutustilanteissa ja mallintamalla positiivisia käyttäytymismalleja. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 5.) Sosioemotionaalisten taitojen harjoittelu ehkäisee lasten ongelmakäyttäytymistä ja haitallisten käyttäytymismallien oppimista. Tämän voidaan ajatella olevan edellytys yhteiskuntaan sopeutumiselle ja sosiaalistumiselle. (Wang ym. 2018, 275).

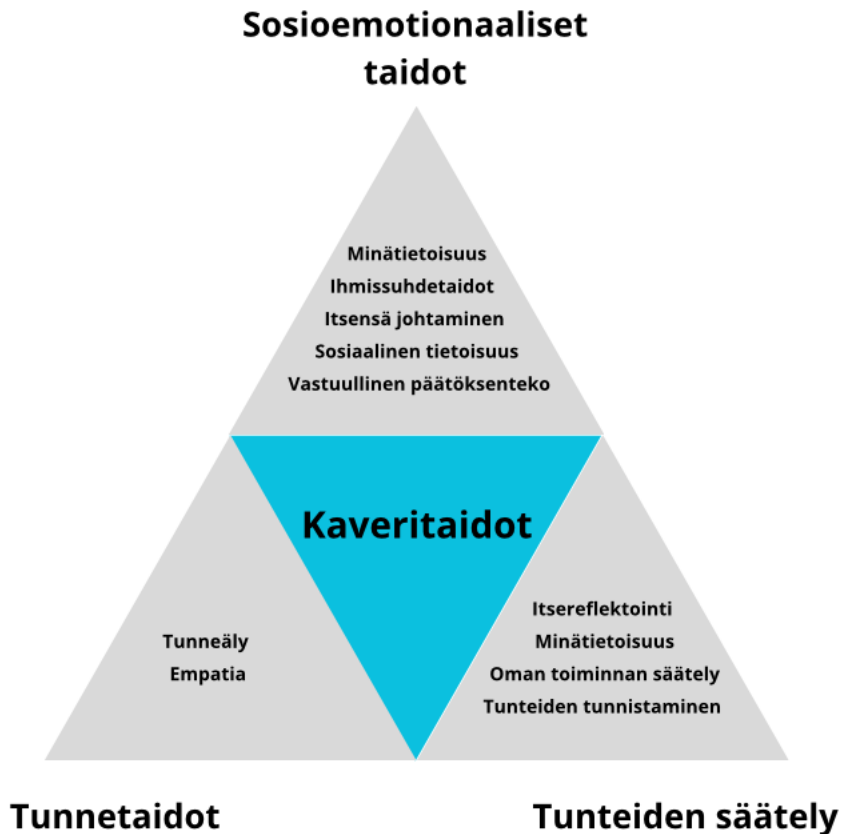
Hyvät kommunikointitaidot yhdistävät ihmisiä sekä tukevat tasa-arvon ja moniäänisen yhteiskunnan toteutumista. Kestävät muutokset syntyvät siitä, että lapset oppivat arvostamaan itseään, muita ja ympäristöään. (Laaksonen 2022, 146.) Avola ja Pentikäinen (2020, 176) painottavat, että ihminen tarvitsee yhteisöllisyyden kokemuksia kasvaakseen tasapainoiseksi ja hyvinvoivaksi yhteiskunnan jäseneksi. Hyvinvoinnin kokemista vaarantavat kuitenkin sosiaalinen eristäytyneisyys, yksinäisyys ja ryhmän ulkopuolelle jääminen.

2 Kaveritaidot

Tässä tutkimuksessa kaveritaidot perustuvat vertaisten keskinäiseen vuorovaikutukseen ja taitoon ilmaista itseään. Laaksosen (2022, 49) mukaan kaveritaidot ovat opittavissa olevia taitoja ja niiden kehittämisellä ja huomioimisella on tärkeä rooli lapsuuden eri kehitysprosesseissa. Tämän vuoksi niiden harjoittelu on merkityksellistä jokaisen lapsen kohdalla. Kaveritaidot kiinnittyvät muihin tärkeisiin taitoihin, kuten tunnetaitoihin, tunteiden säätelyyn ja sosiaalisiin taitoihin. Myös Ahonen (2017, 13) kuvailee, että sosiaalinen ja emotionaalinen kehitys nivoutuvat kiinteästi toisiinsa käytännön elämässä, minkä vuoksi niiden käsittely erillään voi tuntua keinoitekoiselta tutkittaessa kokonaisvaltaista sosioemotionaalista kehitystä.

Laaksonen (2022, 51–53) toteaa, että kaveritaidot liittyvät osaamisen ja kompetenssin käsitteisiin, jotka ovat teoreettisesti tarkasteltuna laajempia kuin yksittäiset taidot. Kaveritaitojen omaksuminen edistää toisia kunnioittavaa vuorovaikutusta, sillä niihin sisältyy vuorovaikutuseettisiä periaatteita. Näiden taitojen harjoittaminen tukee metakognitiivisten taitojen, kuten itse-reflektiokyvyn, ajattelutaitojen ja ongelmanratkaisukyvyn kehittymistä lapsella. Laaksosen mukaan vaihtelevat valmiudet kaveritaidoissa vaikuttavat siihen, millaiseksi heidän kokemuksensa vertaisryhmässä muodostuu. Koska kaveritaidot eivät ole pysyviä ominaisuuksia, vaan opittavissa olevia taitoja, niiden kehittäminen arkipäivän vuorovaikutustilanteissa on tärkeää. Systemaattinen harjoittelu esimerkiksi pelien ja leikkien avulla tukee näiden taitojen kehittymistä. Kasvattajan pedagoginen ymmärrys kaverisuhteiden dynamiikasta ja kaveritaitojen osa-alueista on avainasemassa näiden elämässä tärkeiden taitojen harjoittamiselle. (Laaksonen 2022.)

Pro gradu -tutkimuksessani kaveritaidot ja niiden opettelu on kiinteässä yhteydessä tunnetaitojen, tunteiden säätelyn ja sosioemotionaalisten taitojen kanssa. Kuvio 1 havainnollistaa tutkimuksen teoreettisen jäsennyksen, jossa kaveritaidot muodostuvat tunnetaidoista, tunteiden säätelystä ja sosioemotionaalisisista taidoista. Lisäksi kuvio tuo esille käsitteiden välistä suhdetta. Voidaan ajatella, että tunnetaitoihin, tunteiden säätelyyn ja sosioemotionaalisiin taitoihin sisältyy kaveritaitojen harjoittelun kannalta merkityksellisiä taitoja. Avaan näitä käsitteitä ja niiden suhdetta toisiinsa teoriaosuuden seuraavissa alaluvuissa lähemmin.



Kuvio 1 Kaveritaidot ja niihin liittyvät käsitteet

Tutkimuksessani kaveritaidot (Kuvio 1) koostuvat tunnetaidoista, tunteiden säätelystä ja sosioemotionaalisista taidoista. Tunnetaidot-alaluvussa tarkastelen tunnetaitoja, mutta myös tunneälyn ja empatian merkitystä sekä taustaa osana tunnetaitojen kokonaisuutta. Tunteidensäätely-alaluvussa kerron, kuinka itsereflektointi, minätietoisuus, oman toiminnan säätely ja tunteiden tunnistaminen liittyvät tunteiden säätely -käsitteeseen. Näiden osatekijöiden avulla kuvailen, kuinka tunteiden säätely on taito, joka auttaa yksilöä kohtaamaan vuorovaikutuksessa ilmenevät haasteet niin itsensä kuin muiden kanssa. Lopuksi tarkastelen, miten Kuvion 1 tunnetaitojen ja tunteiden säätelyn osa-alueet yhdessä muodostavat sosioemotionaalisten taitojen perustan ja edellyttävät monipuolista sosiaalista ja emotionaalista osaamista.

2.1 Tunnetaidot

Kaikki tunteet ovat pohjimmiltaan toimintaa ohjaavia impulsseja ja välittömiä suunnitelmia, joiden avulla käsittelemme elämää. Tunnerepertuaarissamme jokaisella tunteella on oma ainutlaatuinen roolinsa, mikä näkyy niiden erottuvissa biologisissa piirteissä. (Goleman 1995, 6.)

Käsite *tunne* viittaa tunteeseen ja sen mukana tulleisiin ajatuksiin, biologisiin ja psykologisiin tiloihin sekä tapoihin toimia. Tunteita ja tunnelmia on satoja ja niihin liittyy erilaisia vivahteita ja muunnelmia. Tämän vuoksi on merkityksellistä muistaa, että tunteissa on paljon enemmän vivahteita, kuin meillä on sanoja käytettävissä. (Goleman 1995, 289.)

Avola ja Pentikäinen (2020, 141) kuvailevat, että tunteet ovat biologisia viestejä siitä, mitä mis-säkin hetkessä tapahtuu. Jotta tunnetaitoja voidaan opettaa, on tunteiden kanssa tultava tutuiksi ja niitä tulee kuulla. Tunteita ei kuulu tukahduttaa, sillä niiden ilmenemisellä on aina jokin merkitys. Goleman (1995, 268–270) korostaa teoksessaan, että tunteiden tunnistaminen, nimeäminen ja niiden erottaminen toisistaan ovat keskeisessä osassa tunnetaitoja. Hänen mukaansa hyvät tunnetaidot omaava yksilö voi itse valita, miten reagoi tunteisiin. Mitä enemmän yksilö omaa erilaisia tapoja ja taitoja vastata tunteisiin, sitä rikkaampaa hänen vuorovaikutuselämänsä on.

Lahtinen ja Rantanen (2022, 17) tuovat ilmi, että tunnetaidot voidaan rinnastaa tunneäly-käsitteen kanssa. Tunneäly-käsite muodostuu taidosta tunnistaa omia ja muiden tunteita sekä soveltaa tätä taitoa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa. Lahtinen ja Rantanen suosivat kirjassaan kuitenkin tunnetaito-termiä tunneäly-käsitteen sijaan. Heidän mukaansa se kuvastaa paremmin taitoa, jota voidaan harjoitella lähtökohdista riippumatta. Myös Goleman (1995, 34) kuvailee, että älykkyydellä ei ole juurikaan tekemistä tunne-elämän kanssa. Korkeasta älykkyydestä huolimatta ihmiset voivat olla yllättävän huonoja oman elämänsä ohjaajia tunteiden tasolla.

LeBlanc ym. (2017) mainitsevat, että erityisesti alkuopetusikäisillä lapsilla on tunnetaidoissaan kehityksellisiä eroja. Tämän vuoksi tunnetaitojen harjoittelu on tärkeää 6–8-vuotiaiden lasten kanssa, jotta heillä olisi jatkossa samanlaiset valmiudet tunnetaidoissa ja niiden kehittämisessä. (Mihic & Novak 2018, 237). Myös perusopetuksen opetussuunnitelmaan (2014, 22) on kirjattu, että tunnetaidot ovat laaja-alaisia itsestä huolehtimisen ja arjen taitoja, joita tulee harjoitella oppilaiden kanssa peruskoulun aikana. Nämä taidot opettavat oppilaita kantamaan vastuuta omasta toiminnastaan sekä yhteisestä työskentelystä, samalla kehittäen heidän tunnetaitojaan ja sosiaalisia taitojaan.

Jääskinen ja Pelliccioni (2017, 10) havainnollistavat tunteiden monipuolisuutta. Tunteet tuntuvat, kuuluvat sekä näkyvät ilmeinä kasvoilla, käyttäytymisessä, äänensävyissä, kehonkielessä, ajatuksina mielessä sekä fysiologisina muutoksina ja aistimuksina kehossa. (Jääskinen &

Pelliccioni 2017.) Tunnetaidot auttavat ymmärtämään, hallitsemaan ja ilmaisemaan elämän sosiaalisia ja emotionaalisia puolia. Tunnetaidot mahdollistavat monien elämäntehtävien toteutumisen, kuten ihmissuhteiden muodostamisen ja arjen ongelmien ratkaisemisen. (Wang ym. 2018, 256.) Laaksonen (2022, 49) korostaa, että tunnetaidot edellyttävät monipuolista kykyä tunnistaa erilaisia tunteita eri vuorovaikutustilanteissa ja -ympäristöissä. Vuorovaikutus voidaan jakaa verbaaliseen ja nonverbaaliseen viestintään. Hänen mukaansa lasten kanssa on tärkeää harjoitella tunteiden tunnistamista paitsi verbaalisen viestinnän kautta, myös ilmeiden, eleiden ja äänenkäytön perusteella.

Rantanen ja Lahtinen (2019, 33–34) tuovat ilmi, että tunnetaidot ovat kaiken sosiaalisen ja emotionaalisen vuorovaikutuksen perusta, joita käytetään yrittäessä ymmärtää toisen tai omia tunteita. Hyvät tunnetaidot omaava henkilö kykenee tunnistamaan eri tilanteissa ilmeneviä tunteita ja sopeuttamaan omaa toimintaansa niiden mukaisesti toisia kunnioittaen. Rantanen ja Lahtinen täydentävät, että tunnetaitoihin sisältyy myös empatia. Läsnaolon ja kuuntelun taito edistävät tunteiden jakamista ja sanoittamista, mikä puolestaan parantaa vuorovaikutusta ja kokemusta ymmärretyksi ja kuulluksi tulemista.

Empatia

Laaksonen (2022, 84) määrittelee väitöskirjatutkimuksessaan (2014) empatiakyvyn tarkoittavan arjessa sitä, että lapsi kykenee asettumaan toisen yksilön asemaan. Empatiakyvyn tuovat esiin toisten huomioon ottamisen taidot, kuten ystävällisyyden osoittaminen, kompromissien tekeminen ja loukkaamisen välttäminen. Empaattinen toiminta vaatii niin lapselta kuin aikuiselta tiedon ja taidon lisäksi uskallusta ja motivaatiota. Ahonen (2017, 67) korostaa empatian olevan yksi lämpimän vuorovaikutuksen kulmakivistä, jonka vuoksi myös kasvattajan tulee näyttää siinä mallia.

Ihmisen kyky tarkkailla jonkun muun suorittamaa tehtävää ja oppia taidot nopeasti muutamassa minuutissa johtuvat tiettyjen `peilisoluiksi` kutsuttujen hermosoluryhmien olemassaolosta. `Peilisolut` heijastavat muiden ihmisten tunteita meihin. Empatian kehittyminen on yhteydessä siihen, millaisia virikkeitä lapsi saa varhaislapsuudessa. `Peilisolut`, jotka vastaavat empatiasta, kehittyvät tehokkaammin, jos lapsi vastaanottaa lapsuudessaan riittävästi rakkautta, huolenpitoa ja kiintymystä. Tämän vuoksi vanhemmat, isovanhemmat, opettajat ja ystävät vaikuttavat ratkaisevasti lapsen empatiakyvyn kehittymiseen. (Purushothaman 2021, 110–111.)

Ahonen (2017, 140) tuo esiin, että aiemmat tutkimukset osoittavat empatian kohdistuvan usein ihmisiin, jotka ovat kanssamme samanlaisia olemukseltaan, arvoiltaan tai kiinnostuksen kohteiltaan. Ahonen kuitenkin painottaa, että on tärkeää, että aikuiset puhuvat lapsille erilaisuudesta arvostavasti ja tukevat heidän valmiuksiaan kohdata ihmisiä tasa-arvoisesti. Purushotaman (2021, 110–111) tukee tätä näkökulmaa ja muistuttaa, että varhaiset kokemukset vaikuttavat lapsen myötätuntoon kasvaessaan kohti aikuisuutta. Empatia, jota säätelevät osin niin sanotut 'peilisolut', kehittyvät sosiaalisen vuorovaikutuksen kautta. Tämän vuoksi kasvattajalla on tärkeä rooli lapsen empatian kehityksessä jo varhaisessa vaiheessa, erityisesti vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa.

Tunneäly

Tunneäly ja tunnetaito -käsitteet ovat läheisesti yhteydessä toisiinsa (Lahtinen & Rantanen 2019, 17). Tunneäly-käsitteessä yhdistyvät kaksi erillistä, mutta toisiinsa liittyvää käsitettä, tunne ja äly (Köngäs 2019, 198). Tunneäly voidaan käsittää siten, että voimme havaita aivokvantamisella todistettavia yhteyksiä aivoissa, jotka määrittävät, miksi käyttäydymme eri keinoin eri tilanteissa (Köngäs 2019, 21–22). Köngäs (2019, 28–29) kuvailee, että tunneäly on itsessään kuin kattava kartta aivojen hermoyhteyksistä, jotka ovat vastuussa tunteiden aikaansaamisesta.

Mayer ja Salovey (1990, 192–198) kertovat teoksessaan, että toisten tunteiden tunnistaminen ja empatia voidaan liittää osaksi tunneälyä. Tunneäly on yksi älykkyyden muoto, johon liittyvät vahvasti tunnetaidot. Näiden taitojen avulla yksilö kykenee tunnistamaan, säätelemään, käsittelemään, ilmaisemaan ja arvioimaan omia sekä muiden tunteita. Mayerin ja Saloveyn mukaan nämä taidot auttavat ymmärtämään, että voimme käyttää tunteita ajattelun apuna esimerkiksi analysoimisessa, ongelmanratkaisussa ja pyrkiessä ymmärtää tunteita.

Goleman (1995, 43) esittelee teoksessaan, kuinka Salovey on jakanut tunneälyn eri osa-alueisiin: omien tunteiden tiedostamiseen, tunteiden hallitsemiseen, muiden tunteiden havaitsemiseen eli empatiaan, motivaation löytämiseen ja ihmissuhteiden hoitoon. Goleman tuo kuitenkin teoksessaan ilmi, että hyvä tunneälyn osa-alueiden hallitseminen ei takaa automaattisesti taitavia tunnetaitoja, vaan mahdollisuutta oppia ne. Köngäs (2019, 21–22) tukee Golemanin ajatusta siitä, että tietoisella tunnetyöllä voidaan kehittää tunnekykyjen yhteyksiä, joilla on puolestaan vaikutusta muihin älykkyyksiin positiivisesti.

Tunneäly käsitetään Könkään (2019, 26–28) mukaan aivojen mahdollisuudeksi eli neurologiseksi valmiudeksi ymmärtää, vastaanottaa ja käsitellä tunteita sekä kyvyksi vahvistaa näitä valmiuksia taidoiksi. Näiden taitojen avulla yksilö kykenee edistämään omaa ja toisten hyvinvointia säatelemällä tunnereaktioitaan ja tunneprosessejaan. Köngäs kuvailee, että kehittämällä näitä taitoja voimme oppia ennakoimaan sitä, miten sosiaalisissa ja tunteita herättävissä tilanteissa tulee käyttäytyä ja toimia sen mukaan.

Tunneälyn merkityksellisimmät kehityksen ajanjaksot sijoittuvat varhaislapsuuteen, jolloin myös aivojen tunnealueet kehittyvät. Tällöin tunneälyn kehittämisessä on tärkeää korostaa aktiivista harjoittelua, jotta uudet taito- ja ajattelumallit sisäistyvät vähitellen osaksi yksilöä. (Köngäs 2019, 26–28.) Vaikka kykymme perustuvat neurologisiin rakenteisiin, aivot oppivat uutta jatkuvasti ja ovat erittäin mukautuvia erilaisiin tilanteisiin. Tämä mahdollistaa sen, että tunneälyyn liittyviä puutteita voidaan kehittää systemaattisella harjoittelulla. (Goleman 1995, 44.)

2.2 Tunteiden säätely

Tunteiden säätely voidaan nähdä taitona, joka osoittaa onko yksilö valmis vuorovaikutuksessa ilmeneviin haasteisiin itsensä lisäksi myös muiden kanssa (Mihic & Novak 2018, 235). Toimiva sosiaalinen vuorovaikutus vaatii Klemolan ja Talvion (2017, 59) mukaan itsereflektointia ja oman toiminnan säätelyä. Heidän mielestään merkityksellistä on oppia tunnistamaan omia tunteita ja niihin liittyviä reaktioita. Oleellista tunteiden säätelyssä on oppia refleктоimaan omaa toimintaa muiden käyttäytymisen sijaan, jolla on yhteys toimivaan vuorovaikutukseen. Mayerin ja Saloveyn (1990, 192–193) näkemykset ovat linjassa Mihicin ja Novakin kanssa. Toimiva vuorovaikutus edellyttää kykyä arvioida, säädellä ja sanoittaa tunteita. Heidän mukaansa tunteiden arviointi ja ilmaiseminen tarkoittaa tapaa tuoda omat tunteet esille joko sanallisesti tai sanattomasti.

Tunteiden säätely edellyttää tietoisuutta omista tunteista. Kun tunnistamme tunteemme, voimme oppia hallitsemaan niitä (Purushothaman 2021, 67). Mayer ja Salovey (1990) korostavat teoksessaan, että tunteiden tunnistaminen liittyy vahvasti minätietoisuuteen, sillä tunteiden ymmärtäminen auttaa hahmottamaan, mitä tunnemme ja miten näihin tunteisiin tulisi suhtautua. Goleman (1995, 268) täydentää tätä näkökulmaa toteamalla, että tunteiden säätelyssä keskeistä on ymmärtää, mikä tunteen taustalla on. Koska tunteet vaikuttavat käyttäytymiseemme, niiden hallitseminen on välttämätöntä yleisen hyvinvoinnin edistämiseksi (Purushothaman 2021, 8).

Alkuopetuksessa on merkityksellistä kehittää lasten tunteiden säätelytaitoja esimerkiksi leikien ja sosiaalista yhteistyötä vaativien harjoitusten avulla (LeBlanc ym. 2017; Mihic & Novak 2018, 237). Koivuniemi ym. (2021, 266) korostavat, että tunteiden säätelyä tulisi harjoitella arkisissa tilanteissa, joita lapset kohtaavat päivittäin. Tämä auttaa lapsia omaksumaan ja soveltamaan taitojaan käytännön tilanteissa. (Koivuniemi 2021.) Tunteiden säätely on harjoitettava ja opittava taito, joka kehittyy vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Oppimistilanteissa kasvattajan on tärkeää huomioida oppilaiden vahvuudet, tarjota yksilöllistä tukea ja pohtia yhdessä lasten kanssa tilanteeseen sopivia toimintatapoja. (Koivuniemi ym. 2021, 283.)

Kasvattajan tapa reagoida tilanteisiin opettaa lasta mallintamaan tiettyä tapaa käsitellä ja reflektoida omaa tunnetta. Tämä on oleellista tunteiden säätelyn kehittymisen kannalta. (LeBlanc ym. 2017; Mihic & Novak 2018, 237.) Koivuniemen ja hänen kollegojensa (2021, 278) mukaan aikuisen tuella on suuri merkitys muun muassa tunteiden ja tilanteiden nimeämisessä, sanoittamisessa sekä niistä keskustelemisessä. Aikuisen esimerkki auttaa lasta oppimaan tunteiden säätelyyn liittyviä taitoja ja refleктоimaan omaa toimintaansa. Nämä ovat tunteiden säätelyn keskeisiä osa-alueita. (Koivuniemi ym. 2021.) Positiiviset käyttäytymismallit opettavat lapsia hallitsemaan voimakkaita tunteita, kuten pahantuulisuutta, mustasukkaisuuden tunnetta ja itsepäistä käytöstä. Lapset oppivat positiivisten kasvatustilanteiden avulla muun muassa kokemaan pätevyyden tunnetta ja iloitsemaan toisten puolesta sekä ennakoimaan käytöstään tulevissa vuorovaikutustilanteissa. (Purushothaman 2021, 11.)

Tunteiden säätely mahdollistaa sopeutumisen ja harmonisen toiminnan vuorovaikutustilanteissa muiden kanssa (Mihic & Novak 2018, 235). Taidokkaalla tunteiden säätelyllä voidaan saavuttaa sosiaalisesti sopiva käyttäytymistapa (Mayer & Salovey 1990). Vuorovaikutustilanteet vaativat lapselta jatkuvaa kykyä havainnoida ja tarkkailla muita sekä omaa käyttäytymistä, minkä vuoksi vuorovaikutustilanteet voivat kuormittaa lasta. Tunteiden säätelyä voidaan edistää muun muassa rauhoittumishetkillä, tutuilla rutiineilla ja rauhallisilla siirtymillä. Rauhalliset hetket tukevat lapsen kykyä toimia sosiaalisissa tilanteissa rakentavasti ja säädellen omaa toimintaa. (Laaksonen 2022, 49.)

Golemanin (1995, 284) mukaan taidokas tunteiden säätely kehittää stressinhallintaa ja ehkäisee yksinäisyyden sekä sosiaalisen ahdistuksen kokemista. Goleman kuvailee, että taidokkaalla tunteiden säätelyllä voidaan saavuttaa enemmän positiivisia tunteita itsestä toimijana ja

ilmaisemaan omia tunteita asianmukaisella tavalla. Tämän vuoksi tunteidenlukutaitoa on merkityksellistä harjoitella koulumaailmassa, jotta tunteita voidaan oppia säätelemään.

2.3 Sosioemotionaaliset taidot

Vuorovaikutus- ja tunneoppimista voidaan kutsua myös sosioemotionaalisen oppimisen prosessiksi. Prosessin aikana sovelletaan ja omaksutaan erilaisia asenteita, tietoja ja taitoja, joiden avulla voidaan vahvistaa yksilön psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. (Kuusela 2005; Talvio & Klemola 2017, 12.) Ahonen (2017, 13) kertoo, että sosioemotionaaliset taidot viittaavat taitoihin, joita lapsi tarvitsee pystyäkseen käsittelemään tunteitaan ja siten toimimaan sosiaalisesti rakentavalla tavalla toisten ihmisten kanssa. Sosioemotionaalisilla taidoilla viitataan kasvatusalalla muun muassa lapsen tapaan olla vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa sekä taitoon käsitellä ja ilmaista tunteitaan.

Ahonen (2017, 13) tuo ilmi, että sosioemotionaalisiin taitoihin liittyy käsite *sosiaalinen kompetenssi*. Hänen mukaansa käsitteitä on tarpeetonta asettaa vastakkain, sillä sosiaalinen kompetenssi voi johtaa harhakäsitykseen siitä, että yksilö tulisi sosioemotionaalisilta taidoilta ikään kuin valmiiksi, kompetentiksi. Ahonen ajattelee, että sosiaalinen ja emotionaalinen kehitys jatkuvat koko elämän ajan, eikä kukaan ole näiltä taidoilta valmis ennen muita. Talvio ja Klemola (2017, 13) kuvailevat, että sosioemotionaaliseen oppimiseen kuuluu viisi osa-aluetta, jotka ovat ihmissuhdetaidot, sosiaalinen tietoisuus, itsensä johtaminen, minätietoisuus ja vastuullinen päätöksenteko. Nämä asiat ilmenevät erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Osa-alueita voidaan kehittää harjoittelemalla monipuolisesti erilaisia vuorovaikutus- ja tunnetaitoja.

Yhteisen toiminnan kehittämiseen kuuluvat ihmissuhdetaidot ja sosiaalinen tietoisuus, joissa korostuvat empatia ja ymmärryksen osoittaminen muita kohtaan. Näiden taitojen harjoittelu tukee toimivien ihmissuhteiden rakentamista, ristiriitojen rakentavaa käsittelyä ja ryhmätyöskentelytaitojen kehittymistä. Oman toiminnan säätelyyn liittyviä elementtejä ovat puolestaan itsensä johtaminen ja minätietoisuus, joissa korostuvat omien tunteiden ja käyttäytymisen reflektointi sekä tunteiden säätely. Tavoitteita pyritään saavuttamaan tunnistamalla omia vahvuuksia, arvoja ja heikkouksia. (Talvio & Klemola 2017, 13.) Laaksosen (2022, 53–54) mukaan kaveritaitojen harjoittelu edistää ryhmässä toimimisen, vuorovaikutuksen ylläpitämisen ja vuorovaikutukseen liittymisen taitoja sekä toisten huomioonottamisen ja muiden asemaan asettumisen taitoja. Näiden taitojen kehittyessä lapsi oppii hyödyntämään omia vahvuuksiaan, jolla

on yhteys myönteiseen kuvaan itsestä toimijana. Voidaan todeta, että näissä tilanteissa yksilö tarvitsee sekä yhteisen toiminnan kehittämiseen että oman toiminnan säätelyyn liittyviä sosio-emotionaalisia taitoja.

Goleman (1995, 37) korostaa vahvuuksien tunnistamisen tärkeyttä. Kasvattajien tulisi käyttää vähemmän aikaa lasten luokitteluun ja enemmän aikaa auttaakseen heitä löytämään omat vahvuutensa ja kykynsä. Golemanin mukaan tavoitteisiin voidaan päästä sadoilla eri tavoilla, hyödyntäen monenlaisia kykyjä. Onnistumisen kokemukset kehittävät oppilaan myönteistä käsitystä itsestä oppijana ja ryhmän jäsenenä (OPH 2014, 99–100). Tästä ajatuksesta ovat myös samaa mieltä Mayer ja Salovey (1990, 199–200), joiden mukaan positiiviset tunnekokemukset voivat vahvistaa itseluottamusta omiin taitoihin. Mikäli yksilö osaa käyttää monipuolisesti tunteitaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa toisten kanssa, on hänen myös helpompaa käyttää tunteita hyödykseen ja ratkaista erilaisia ongelmatilanteita.

Minätietoisuus tukee myös itsensä johtamisen taitoja, sillä tällöin yksilö kykenee suuntaamaan huomion pois ongelmatilanteesta ja keskittymään oleellisempaan asiaan vuorovaikutusympäristössään (Mayer & Salovey 1990, 199–200). Avola ja Pentikäinen (2020, 230–231) tuovat ilmi, että itsensä johtamisen taidot ovat kasvatuksen ja koulutuksen yksi merkityksellisimmistä päämääristä. Itsensä johtaminen mahdollistaa heidän mukaansa toimintatapojen valitsemisen, joita halutaan käyttää saavuttaakseen jokin tavoite. Itsensä johtaminen vaatii sinnikästä halua saavuttaa tavoite sekä tietoisuutta itsestä, jotta yksilö voi tehdä päätöksiä tietoisesti ja ratkaisukeskeisesti.

Vastuullinen päätöksenteko sisältää sekä tilannekohtaisesti määrittyviä että yhteisen ja oman toiminnan säätelyyn liittyviä taitoja. Siinä korostuu kyky tehdä eettisesti kestäviä ja rakentavia valintoja. (Talvio & Klemola 2017, 13.) Opettaja voi tukea vastuullista päätöksentekoa asettamalla harjoituksen alussa selkeitä emotionaalisia ja sosiaalisia sääntöjä sekä odotuksia. Selkeä tavoite auttaa oppilaita toimimaan vastuullisesti, hyödyntämään omia vahvuuksiaan ja säätelemään omaa toimintaansa. Sosiaaliset harjoitukset kehittävät oppilaiden päätöksentekokykyä, vastuullista toimintaa, tarkkaavaisuutta sekä erityisesti tunteiden säätelyä ja oman toiminnan arviointia. (Wang ym. 2018, 260.) Laaksonen (2014, 60) kuvailee, että lapset oppivat näitä taitoja esimerkiksi neuvottelemalla leikin säännöistä, kutsumalla uusia kavereita mukaan leikkiin ja odottamalla omaa vuoroaan. Laaksonen painottaa vertaisten kanssa toimimisen tärkeyttä jo varhaisessa vaiheessa, sillä se voi parhaimmillaan vahvistaa lasten kokonaisvaltaista sosioemotionaalista kehitystä ja edistää uusien ystävyysuhteiden solmimista.

Voidaan havaita, että sosiaalisia ja emotionaalisia tekijöitä on yhdistetty kirjallisuudessa eri tavoin ohjaten laajaan käsitteiden maailmaan. Kirjallisuus tukee kuvion 1 esittämää käsitteiden välistä suhdetta, jossa kaveritaidot rakentuvat tunnetaidoista, tunteiden säätelystä ja sosioemotionaalisista taidoista. Sosioemotionaaliset taidot toimivat kaveritaitojen perustana, johon sisältyvät käsitteet kuten minätietoisuus, ihmissuhdetaidot, itsensä johtaminen, sosiaalinen tietoisuus ja vastuullinen päätöksenteko. Nämä taidot vaativat puolestaan tunnetaitoja ja tunteiden säätelyä, mikä luo käsitteiden välille yhteyden.

3 Kaveritaitojen opettaminen

3.1 Kaveritaidot liikunnan perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa

Perusopetuksen opetussuunnitelmassa (2014, 148–149) vuosiluokilla 1–2 liikunnan opetuksessa painotetaan sosiaalisten taitojen kehittämistä liikkuen ja yhdessä leikkien. Liikunnan oppiaineen tehtävänä on oppilaiden kasvaminen liikkumaan ja liikunnan avulla. Liikunnan avulla kasvamiseen lukeutuvat taidot, kuten pitkäjänteinen itsensä kehittäminen, tunteiden tunnistaminen, tunteiden säätely ja toisia kunnioittava vuorovaikutus. Näitä taitoja kehittävät perusopetuksen opetussuunnitelman mukaan muun muassa sosiaalisuus, toisten auttaminen sekä leikinomainen ponnistelu ja kisailu liikuntatunneilla.

Alakouluvuosina liikunnan oppiaineen tavoitteet keskittyvät lasten erilaisiin yhteistyötaitoihin, vastuunottoon sekä sosiaalisen toiminnan ja tunneilmaisun säätelyyn (Kokkonen 2017, 191). Tunnetaitoja ja tunteiden säätelytaitoja voidaan harjoitella esimerkiksi liikunnallisten pelien, sääntöleikkien ja tehtävien muodossa. Näissä tilanteissa oppilaat pääsevät harjoittelemaan kaveritaitojaan muiden oppilaiden kanssa ja saavat kokemuksia esimerkiksi toisten auttamisesta ja omien tunteiden hallinnasta. Oppilas oppii yhteistyössä muiden oppilaiden kanssa kohtaamaan emotionaalisesti vaihtelevia tilanteita sekä toimimaan niissä säädellen omaa toimintaansa ja tunneilmaisuaan. Opetuksen tavoitteena on tukea yhdessä työskentelyn taitoja. Kaveritaidot ohjaavat oppilasta ottamaan vastuuta yhteisleikkien ja -pelien onnistumisesta. (OPH 2014, 149.)

Tunteiden säätelytaidot tukevat tunteiden hallintaa sekä sopeutumista erilaisiin tilanteisiin onnistuneen vuorovaikutuksen takaamiseksi (Villas Boas Junior ym. 2024, 15). Villas Boas Juniorin ja hänen kollegojensa (2024, 2) mukaan on merkityksellistä ymmärtää, että tunteita ei tulisi nähdä erillisinä osa-alueina toiminnasta. Tunteiden tarkoituksenmukaisuus merkitsee sitä, että niillä on käyttäytymistä ohjaava tehtävä, mikä motivoi tunteen kokevaa yksilöä toimimaan tunteen luoman arvioinnin mukaisesti. Villas Boas Junior ym. kuvailevat, että tunteiden laatu ja voimakkuus vaikuttavat merkittävästi siihen, miten toimimme myös liikuntasuorituksen aikana. Kun tunteet heräävät, ne alkavat ohjata käyttäytymistä. Tällöin yksilö tarvitsee

tunnetaitoja ja tunteidensäätelytaitoja kyetäkseen tunnistamaan, jäsentämään, arvioimaan ja hallitsemaan tunteitaan. Heidän mukaansa tunteidensäätelytaidot ovat liikunnallisen suorituksen aikana ratkaisevassa roolissa, sillä ne auttavat yksilöä ohjaamaan ja hallitsemaan tunteitaan, mikä voi joko parantaa tai heikentää liikunnallista suoritusta. Voidaan todeta, että tunteet luovat yhteyden urheilusuorituksen ja kaveritaitojen välille.

Vuosiluokilla 1–2 liikunnan opetuksessa keskitytään perusopetuksen opetussuunnitelman (2014, 149) mukaan tukemaan oppilaiden sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä. Sosiaalisen toimintakyvyn tavoitteisiin kuuluu, että oppilasta ohjataan säätelämään toimintaansa ja tunneilmaisuaan vuorovaikutuksellisissa liikuntatilanteissa. Opetuksessa painotetaan yhdessä työskentelyn taitoja, kuten yhteisesti sovittujen sääntöjen noudattamista, sekä rohkaistaan oppilaita ottamaan vastuuta yhteisten pelien ja leikkien onnistumisesta. Tavoitteena on vahvistaa oppilaiden kaveritaitoja ja kykyä toimia osana ryhmää. Psyykkisen toimintakyvyn tavoitteisiin kuuluu puolestaan oppilaan myönteisen minäkuvan vahvistaminen. Lasta tuetaan itsenäisessä työskentelyssä sekä kannustetaan monipuoliseen itsensä ilmaisemiseen. Opetuksessa pyritään tarjoamaan oppilaalle positiivisia liikunnallisia kokemuksia, jotka lisäävät innostusta liikuntaan ja hyvinvointiin. Lisäksi oppilasta rohkaistaan kokeilemaan omia rajojaan, mikä tukee itseluottamuksen kasvua ja motivaatiota kehittää omia taitoja edelleen. (OPH 2014.)

Kokkosen (2017, 203) mukaan ihmisen tulee olla fyysisesti, sosiaalisesti ja psyykkisesti toimintakykyinen selviytyäkseen jokapäiväisistä arjen toiminnoista. Liikuntaa voidaan käyttää välineenä edistämässä lasten ja nuorten vastuullista toimintaa, avuliaisuutta, moraalista ajattelua ja elämönhallintataitoja. Tunne- ja ihmissuhdetaitojen opetuksessa korostuu motivoituneen ja ammattitaitoisen liikunnanopettajan rooli, osallistavat opetusmenetelmät sekä turvallinen ilmapiiri oppia. Kokkonen korostaa, että hyvin suunniteltu ja kokonaisvaltaisesti toteutettu liikuntakasvatus edistää näitä taitoja laaja-alaisesti. Voidaan todeta, että monipuolinen liikunnanopetus voi parhaimmillaan yhdistää liikunnan oppiaineen ja sosioemotionaalisen oppimisen toisiinsa.

3.2 Opettajan pedagogiset valinnat kaveritaitojen kehittämisessä

Laaksonen (2022, 51) kuvailee, että ryhmätilanteet ovat nopeasti muuttuvia tilanteita ja niin sanotusti aina jatkuvasti liikkeessä. Lapsi oppii vertaisten kanssa toimimisen lisäksi kaveritaitoja myös aikuisen ohjauksessa, mikä vaatii opettajalta jatkuvaa havainnointikykyä. Laaksonen

mukaan opettajan on merkityksellistä huomioida pedagogisissa valinnoissaan kaveritaitojen kehittyminen laaja-alaisesti. Opettajan tehtävänä on tukea oppilaita ryhmässä toimimisessa ja tarjota ratkaisuja motivaation, tiedon, taidon ja vuorovaikutustaitojen kehittämiseksi. Perusopetuksen opetussuunnitelma (2014, 151) puoltaa näkökulmaa siitä, että oppilaan ohjaaminen on merkittävässä roolissa vuosiluokilla 1–2.

Opettajan tulee ohjata oppilaita asettamaan omalle toiminnalle tavoitteita ja huolehtia siitä, että jokainen oppilas saa ohjaavaa ja kannustavaa palautetta työskentelystään. Erilaiset työskentelytavat ja tavat antaa palautetta kehittävät monipuolisesti oppilaiden vuorovaikutustaitojen kehittymistä sekä myönteisen käsityksen vahvistumista itsestä oppijana ja ryhmän jäsenenä. (OPH 2014, 151.) Jotta nämä asiat mahdollistuvat, opettajan on syytä huolehtia, että kaikki saavat mahdollisuuden osallistua harjoitteeseen. Tähän kasvattaja voi vaikuttaa pedagogisilla ratkaisuillaan muun muassa huomioimalla harjoitteiden vaikeustason ja luomalla ryhmän välille lempeän oppimisympäristön toimia. (Laaksonen 2022, 51.)

Lapset käyttävät erilaisia sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja eri vuorovaikutuksellisissa tilanteissa. Lapsen käyttäytyminen voi vaihdella muun muassa fyysisen ympäristön tai ryhmän kokoonpanon mukaan. Opettaja voi arvioida lapsen sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja erilaisissa sosiaalisissa konteksteissa ja määrittellä sen perusteella sopivimmat ryhmäkokoonpanot tukemaan oppilaiden kehitystä. Oppilastuntemus sekä lasten yksilöllisten vuorovaikutusmallien ja tarpeiden ymmärtäminen tukee tätä prosessia. (Wang ym. 2018, 275.) Jääskinen ja Pelliccioni (2017, 172) rohkaisevat kuitenkin opettajia kokeilemaan erilaisia harjoitteita oppilaiden kanssa avoimin mielin. Heidän mukaansa opettaja ei voi ennustaa kaikkea etukäteen, mutta voi muuttaa suunnitelmaa aistimalla lasten tarpeita ja tilanneherkkyyttä. Ilman suunnitelman mukauttamista opettaminen ei tue tunnetaitojen oppimista.

Oppilaslähtöisyys ja sovittelutaidot tukevat toisiaan, sillä oppilaiden osallisuus ja aktiivinen rooli edistävät konfliktien rakentavaa ratkaisemista. Kun oppilaat saavat osallistua sääntöjen luomiseen ja oppimisprosessiin, he sitoutuvat paremmin yhteisiin toimintatapoihin ja kokevat vastuuta ryhmän hyvinvoinnista. (Laaksonen 2022, 52–53.) Opettajan tehtävä on tukea tätä prosessia olemalla läsnä, ohjaamalla keskustelua ja tarjoamalla välineitä tunteiden tunnistamiseen ja ilmaisemiseen (Ahonen 2017, 55). Kun oppilaat saavat vaikuttaa ja harjoitella sovittelutaitoja käytännössä, he oppivat ymmärtämään toistensa näkökulmia ja toimimaan rakentavasti myös arjen vuorovaikutustilanteissa (Avola & Pentikäinen 2020, 200–203).

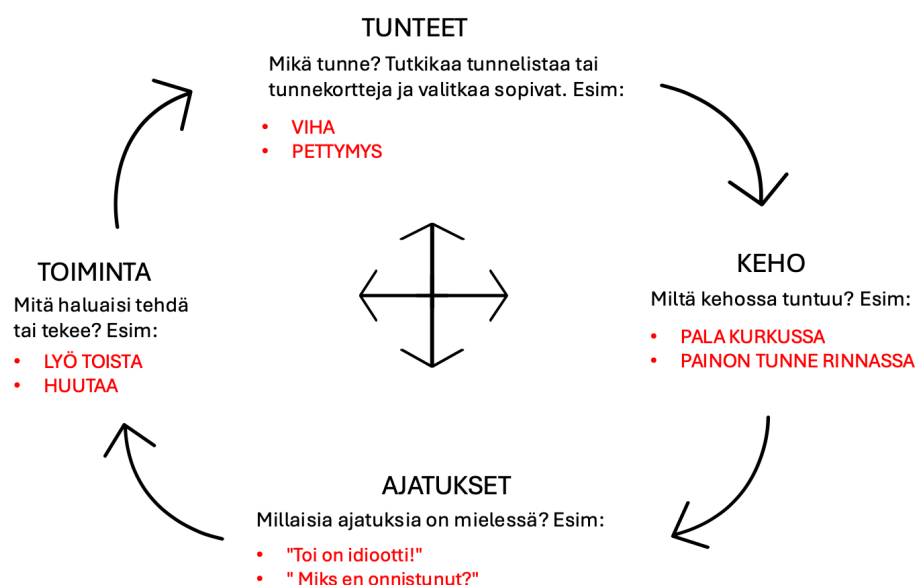
Oppilaslähtöisyys

Opettaja voi laatia työskentelyyn liittyviä sääntöjä yhdessä oppilaiden kanssa, mikä voi lisätä oppilaiden motivaatiota toimia sovitulla tavalla. Sääntöjen yhteinen suunnittelu ja luominen sitouttavat oppilaat tavoitteen saavuttamiseen ja sen eteen ponnisteluun. Ohjeiden antamisen yhteydessä opettajan on tärkeää pitää ohjeet selkeinä ja lyhyinä sekä säilyttää katsekontakti oppilaisiin. Ohjeita kannattaa antaa vähitellen harjoituksen edetessä, jotta oppilaat ehtivät omaksua ne ja toimia niiden mukaisesti. (Laaksonen 2022, 52–53.) Lam ja Wong (2017, 4) tuovat kuitenkin ilmi, että korkealaatuisten vuorovaikutussuhteiden rakentuminen opettajan ja oppilaan välillä ei synny itsestään. Koska opettaja on keskeisessä roolissa tunnetaitojen kehittämisessä, on heidän mukaansa ensiarvoisen tärkeää, että opettajalla on itsellään riittävät tunnetaidot, jotta hän kykenee miettimään eri keinoja sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kehittämiseksi. Oleellista on, että taitoja harjoitellaan lapsen, eikä aikuisen näkökulmasta (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 169).

Laaksonen (2022, 52) korostaa, että oppilaantuntemus on olennainen osa kaveritaitojen opettamista. Hänen mukaansa opettajan tulee havainnoida lasten käyttäytymistä vuorovaikutustilanteissa ja keskustella heidän kanssaan löytääkseen ryhmälle ja yksilölle sopivia toimintatapoja. Keskeisintä on kuitenkin antaa riittävästi aikaa oppimiselle. (Laaksonen 2022.) Voimakkaiden tunteiden ilmaantuessa kenen tahansa tunnetaidot ovat koetuksella. Tämän vuoksi tunnetaitoja tulee harjoitella systemaattisesti, jotta lapsi osaa hyödyntää niitä käytännössä. Toiminnallisilla ja toistuvilla harjoituksilla lapsi oppii tarkastelemaan toiminnan ohella itseään ja tilanteessa heräviä tunteitaan. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 172.)

Kun kasvatusalan ammattilainen tuntee ryhmänsä, pystyy hän muokkaamaan harjoitteet ryhmällensä sopiviksi ja käyttämään oppimisen tukena erilaisia havainnollistavia keinoja. Leikin kautta oppiminen ja erilaiset kehystarinat, joihin aikuinen voi sisällyttää esimerkiksi tunnetaitoharjoitteen kiinnittävät oppilaat leikillisesti harjoitteeseen ja vähentävät suorittamisen tuntua. Oppimisen tukena voidaan lisäksi käyttää myös erilaisia esineitä tai tavaroita, jotka havainnollistavat opittavaa taitoa. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 169.) Jotta opittu asia ei jää irralliseksi, voidaan koettuja asioita käydä läpi keskustelemalla. Oppilaiden erilaiset havainnot ja näkökulmat oppimiseen voivat lisätä erilaisia oivalluksia ja ymmärrystä opittavaa asiaa kohtaan. Tässä tilanteessa opettajan on kuitenkin tärkeää käyttää tilannetajua. Jos harjoite on ollut itsessään jo rankka ja herättänyt vahvoja tunteita on tähdellistä antaa tilaa oppimiselle ja antaa tilanteen laskeutua rauhassa. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 173.)

Kuvio 2 kuvaa Jääskisen ja Pelliccionin (2017, 180) havainnollistavaa tunteiden vaikutuskehää. Sen avulla voidaan käsitellä lasten kanssa tapahtuneita tai kuviteltuja tilanteita tunteiden, kehon tuntemusten, ajatusten ja näiden seurauksena syntyneen toiminnan pohjalta. Keskustelussa pyritään nimeämään heränneet tunteet, kuvailemaan miltä ne tuntuvat kehossa, pohtimaan millaisia ajatuksia ne herättävät ja miten ne vaikuttavat toimintaan. Kun tilanne on analysoitu näistä näkökulmista, voidaan yhdessä pohtia, mitä tilanteessa olisi voinut tehdä toisin esimerkiksi toisten tunteet tai oman olon huomioiden. Näillä keinoin esimerkiksi ristiriitatilanteita voidaan käydä läpi tai niitä voidaan pyrkiä ennakoimaan jatkoa ajatellen.



Kuvio 2: Tunteiden vaikutuskehä (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 180)

Sovittelutaidot

Konfliktien, riitatilanteiden ja erimielisyyksien ilmetessä kasvattajan on syytä huomioida sovittelutaitojen harjoittelu oppilaiden kanssa, sillä se on erityisen tärkeä ryhmätyötaito ja kaveritaito (Avola & Pentikäinen 2020, 201). Positiiviset tunteet ja tunnekokemukset voivat lisätä Mayerin ja Saloveyn (1990, 199–200) mukaan motivaatiota, sinnikkyyttä ja itseluottamusta omiin taitoihin. Ahonen (2017, 55) tuo ilmi, että kaveritaitojen opettaminen vaatii opettajalta runsaasti läsnäoloa, joka on laadukkaan vuorovaikutuksen edellytys. Kohtaamiset lasten kanssa voivat olla kuormittavia, erityisesti tilanteissa, joissa lapset eivät hallitse tunteitaan tai käyttäytymistään. Ahonen kuvailee, että kasvattajan tulisi kohdata vaikeat tilanteet rauhallisesti, mikä viestii lapselle, että hän ei ole tilanteessa yksin. Lapsen sosioemotionaalinen kehitys

vahvistuu, kun hän saa aikuiselta tunteisiin liittyvää tukea. Ahosen mukaan lapselle on tärkeää tulla tunne siitä, että hän selviytyy tunnekuohuista yhdessä aikuisen kanssa. Tämä edellyttää opettajalta läsnäoloa, empatiaa ja rauhallisuutta sekä omien tunteiden hallintaa.

Laaksosen (2022, 67) mukaan aikuisen on merkityksellistä ymmärtää ja näyttää, että hän ei usko lapsen käyttäytyvän tilanteessa tarkoituksella hankalasti. Voimakkaisiin tunteisiin on tähdellistä vastata empaattisesti lapsen tarpeita ajatellen. Tätä lapsi voi mallintaa tulevaisuudessa erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. (Laaksonen 2022.) Tilanteissa, joissa lapsi on toiminut väärin, on tehokkaampaa kuvailla, miltä toisesta tuntuu lapsen käytöksen seurauksena, kuin vain kieltää käytös. Lapset kehittävät empatiakykyään erityisesti auttaessaan toisia ja ymmärtäessään toisten tunteita. (Goleman 1995, 99.) Avola ja Pentikäinen (2020, 141) toteavat, että tunnetaitoja kehitetään parhaiten tunteilla ja tuntemalla. Epätoivotussa tilanteessa opettaja voi esimerkiksi minä-viestiä oppilaille tunteitaan tapahtuneesta tilanteesta, mikä on rangaistuskeinona tehokkaampi kuin komentaminen. Avolan ja Pentikäisen mukaan aito ja rehellinen tunteiden läpikäyminen auttaa oppilaita sanoittamaan jatkossa tunteitaan ja näin ennaltaehkäisemään tulevia ristiriitatilanteita. Jääskinen ja Pelliccioni (2017, 170) puoltavat ajatusta siitä, että tunnetaitoja opitaan tutkimalla, kokemalla ja harjoittelemalla.

Tähdellistä on opettaa oppilaita ratkaisemaan tilanteet keskustelemalla, kuuntelemalla ja ymmärtämällä myös toisen näkökulma tilanteessa. Tarkoituksena ei ole antaa rangaistusta, etsiä syyllistä tai olla oikeassa, vaan löytää yhteinen ratkaisu vastaavien konfliktien välttämiseksi. Tällä tavalla oppilaat oppivat muun muassa kuuntelemaan, auttamaan ja kannustamaan luokkatovereita aidosti ja selvittämään mahdolliset tilanteet rakentavasti. Sovittelutaidoissa opettaja näyttää esimerkkiä oppilaille, jota he voivat itse mallintaa arjessaan. (Avola & Pentikäinen 2020, 200–203.)

Jääskinen ja Pelliccioni (2017, 172) korostavat myönteisten tunteiden merkitystä, sillä ne luovat oppimiselle vahvimmat muistijäljet. Lam ja Wong (2017, 4) kuvailevat, että positiivisen vuorovaikutuksen kautta lapset kehittävät sosiaalisia taitojaan ja oppivat ymmärtämään tunteitaan. Lasten vuorovaikutus kehittyy, kun he mallintavat kasvattajiltaan rakentavaa ja empaattista käytöstä. Samalla he harjoittelevat käsittelemään tilanteita ja toimimaan muiden kanssa myönteisemmin. Lamin ja Wongin mukaan tämä tukee lasten positiivisten tunteiden vahvistumista ja heidän rooliaan aktiivisina toimijoina. Voidaan todeta, että opettajat eivät ole vain keskeisiä lasten sosioemotionaalisessa kehityksessä, vaan myös aktiivisia vaikuttajia, jotka edistävät lasten sosiaalista ja emotionaalista hyvinvointia.

3.3 Kaveritaitojen opettamisen merkitys

Ahonen (2017, 14) kertoo, että sosioemotionaaliseen kehitykseen heijastuu lapsen biologia eli geneettinen perimä. Kaveritaitoja voidaan kuitenkin kehittää tukemalla yksilön sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja kasvatuksellisin keinoin. Ahonen tuo ilmi, että systemaattisen harjoittelun avulla lapsella on mahdollisuus oppia huomioimaan muut ihmiset sekä ilmaisemaan itseään suotuisalla tavalla biologisista lähtökohdista huolimatta. Koska vuorovaikutus on yhteiskunnassamme väistämätöntä, yhteistyötaidot ja niiden hallitseminen ovat keskeisessä osassa elämäämme (Purushothaman 2021, 14).

Tunteet, jotka voidaan määritellä voimakkaiksi psyykkisiksi reaktioiksi, vaikuttavat myös motoriseen käyttäytymiseemme (Villas Boas Junior ym. 2024, 1). Avola ja Pentikäinen (2020, 190–191) korostavat, että kaveritaitojen harjoittelu on tähdellistä lasten kasvaessa, sillä jo kouluikässä kaveritaidoissa alkaa ilmetä merkittäviä eroja oppilaiden välillä. Harjoittelemalla kaveritaitoja pystytään tasaamaan näkyviä eroavaisuuksia erityisesti niiden kanssa, jotka eivät ole saaneet kotoa kasvatuksellista mallia myönteiseen vuorovaikutukseen ja yhteistyötaitoihin. Avola ja Pentikäinen huomauttavat, että jokainen lapsi hyötyy ystävyysuhteiden solmimisen ja ylläpitämisen sekä ryhmässä toimimisen harjoittelusta, huolimatta heidän lähtötasostaan. Jones ja hänen kollegansa (2015, 2284) kuvailevat, että koulu on luonnollinen ympäristö tarkkailla ja kehittää lasten yllä mainittuja vuorovaikutustaitoja. Kouluympäristössä on runsaasti tilanteita, jotka vaativat yhteistyötä ja konfliktien ratkaisemista, mikä tarjoaa päivittäisiä mahdollisuuksia sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kehittämiseen ja niiden tukemiseen.

Perusopetuksen opetussuunnitelmassa (2014, 99–100) korostetaan, että vuosiluokilla 1–2 tunteitaitojen harjoittelu luo pohjan terveelle sosiaaliselle kanssakäymiselle ja yhteisöllisyydelle. Pitkäjänteinen itsensä kehittäminen, tunteiden tunnistaminen ja tunteiden säätely sekä toisia kunnioittava vuorovaikutus harjoittavat alkuopetukselle merkityksellisiä arjentaitoja. Arjentaidoissa ja koululaiseksi kasvamisessa korostuvat erityisesti yhdessä tekemisen ja yhteisöllisyyden merkitys. Tämän vuoksi sosioemotionaalisia taitoja tukevat harjoitteet ovat merkityksellisessä roolissa alkuopetuksessa.

Laaksosen (2014, 60) mukaan vertaisryhmässä toimimisen estäminen sekä kasvattajilta ja vertaisilta havaitut haitalliset käyttäytymismallit voivat vaikuttaa lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen negatiivisesti jo varhaisessa vaiheessa. Laaksonen kertoo, että aiemmat tutkimukset

ovat havainnollistaneet, että muun muassa huono itsetunto ja haitalliset käyttäytymismallit voivat seurata lasta koulutaipaleella. Vertaissuhdetaitojen systemaattisella ja yksilöllisellä kehittämisellä voidaan muun muassa ehkäistä kiusaamista, käyttäytymisongelmia ja kehittää vuorovaikutustaitoja. (Laaksonen 2014.) Hyvät sosioemotionaaliset taidot edistävät puolestaan lapsen itseluottamusta, yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä sopeutumista kouluun. Nämä taidot ovat yhteydessä esimerkiksi koulumenestykseen ja kouluhyvinvointiin. (Jones ym. 2015, 2283.)

Laaksonen (2022, 52) toteaa, että kaveritaidot edellyttävät yksilöltä monenlaisia kykyjä, joista keskeisiä ovat metakognitiiviset taidot. Näihin taitoihin kuuluu kyky tarkastella ja ymmärtää omaa ajattelua ja käyttäytymistä, hyödyntäen esimerkiksi itsereflektiota ja ongelmanratkaisua. Näitä taitoja voidaan kehittää jatkuvalla harjoittelulla, jossa lapsi oppii hahmottamaan, miten hänen toimintansa vaikuttaa muihin. Laaksonen mukaan harjoittelu opettaa, miten toimia toisia kunnioittavasti vuorovaikutustilanteissa, kuten kaverisuhteissa. Myös Jones ym. (2015, 2283) painottavat sosioemotionaalisten taitojen merkityksellisyyttä. Ne edistävät itsehillintää, empatiakykyä, tunteiden säätelyä sekä kykyä tehdä yhteistyötä ja ratkaista konflikteja. Nämä taidot ovat olennaisia Jonesin ja hänen kollegoidensa mukaan turvallisten ja vakaiden ihmissuhteiden solmimisessa ja ylläpitämisessä. Voidaan todeta, että kaveritaidot vaikuttavat merkittävästi lapsen koulupolkuun ja toimivat perustana kestävien ihmissuhteiden rakentamiselle.

Avola ja Pentikäinen (2020, 191) tuovat ilmi, että kaveritaidot ja yhteistyötaidot ovat hyvinvoinnin ja onnellisuuden perusta. Jotta voimme edistää lasten hyvinvointia koulussa, meidän on opetettava heille vuorovaikutus- ja ryhmätyöskentelytaitoja, joiden avulla he voivat ylläpitää ja solmia muita lukuisia ihmissuhteita arjessaan ja tulevaisuudessaan. Voidaan todeta, että edellä mainitut asiat korostavat sosioemotionaalisten taitojen opettamisen tärkeyttä, sillä ne edistävät oppilaan kokonaisvaltaista hyvinvointia, menestymistä ja sopeutumista ympäröivään maailmaan sekä pitkällä tähtäimellä tukevat vastuulliseksi kansalaiseksi kasvamista.

4 Tutkimuksen toteutus

4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimusongelma

Tutkimukseni tavoitteena on tutkia opettajien näkemyksiä kaveritaidoista ja niiden merkityksestä sekä opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla. Lähestyn tutkimusaihetta kysymällä luokan- ja liikunnanopettajilta, miten he ymmärtävät kaveritaidot ja mitä he ajattelevat kaveritaidoista ja niiden merkityksestä lapselle. Tavoitteenani on selvittää opettajien ajatuksia siitä, miten he käytännössä opettavat kaveritaitoja sekä minkä merkityksen he antavat niiden huomioimiselle sujuvan liikunnanopetuksen takaamiseksi.

Tutkimukseni pääkysymys:

Millaisia näkemyksiä opettajilla on kaveritaidoista ja niiden merkityksestä ja opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla?

Tässä tutkimuksessa rajaan tutkittavien joukon alkuopetuksen luokan- ja liikunnanopettajiin. Koen, että heillä on ajankohtaista ja käytännönläheistä tietoa tutkimukseeni. Tutkimus tarjoaa tietoa siitä, mitä merkityksiä kaveritaidoille voidaan antaa, miten kaveritaitoja voidaan harjoitella ja mikä merkitys niiden huomioimisella on. Lisäksi tutkimus voi saada aikaan keskustelua, miten kaveritaitojen opettamista voidaan jatkossa kehittää.

4.2 Laadullinen tutkimus

Laadullisen tutkimusmenetelmän valinta perustuu tutkimuksessani siihen, että se mahdollistaa tutkittavaa ilmiötä kohtaan syvällisen ymmärtämisen ja joustavan lähestymistavan. Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä, että tutkimustehtävä ja aineistonkeruuseen liittyvät ratkaisut ja tulkinnat muotoutuvat tutkimusprosessin aikana. Laadullista tutkimusta voidaan kuvailla eräänlaiseksi oppimistapahtumaksi ja -prosessiksi, sillä aineistonkeruun välineenä on tutkija itse. Tutkimuksen kuluessa eri elementit muotoutuvat ja limittyvät toisiinsa prosessinomaisesti, mikä on keskeinen etu tutkiessani opettajien näkemyksiä kaveritaitojen merkityksestä ja niiden opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla. (Kiviniemi 2018, 62.)

Punch (1998, 149–150) korostaa, että laadullinen tutkimus vaatii huolellista suunnittelua. Tutkijan tulee luoda strategia, teoreettinen viitekehys ja ajatus siitä ketä tai mitä tutkitaan. Lisäksi tutkija valitsee tutkimukseen sopivimmat menetelmät empiiristen aineistojen keräämiseen ja analysointiin. (Punch 1998.) Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineistosta nousevat näkökulmat ja teoreettiset aihealueet ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, mikä yhdistää tutkimuksen eri osa-alueet toisiinsa. Keskustelu aineiston ja teorian välillä voi luoda uutta teoriaa, uusia käsitteitä ja johtoajatuksia tutkittavasta ilmiöstä, mikä lisää syvyyttä tutkimuksen tulkintoihin ja saatuihin tuloksiin. (Kiviniemi 2018, 64.)

Laadulliset tutkimukset ovat puhuttuja, kirjallisia esityksiä sekä muistiinpanoja ihmisten kokemuksista hyödyntäen monipuolisesti useita tietolähteitä ja menetelmiä (Punch 1998, 174). Hirsjärvi ym. (2009, 164) kuvailevat, että laadullisessa tutkimuksessa ihminen toimii tyypillisesti tiedonkeruun välineenä. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on heidän mukaansa pyrkiä tuomaan ilmi odottamattomia seikkoja ihmisten todellisista elämäntilanteista, mikä voidaan ajatella olevan keskeinen etu tutkimukseni näkökulmasta. Tutkimussuunnitelman tulee olla joustava ja mukautua tarvittaessa olosuhteiden muuttuessa. Laadullisen tutkimuksen päämääränä on ymmärtää tutkittavaa ilmiötä sen kohteena olevien ihmisten näkökulmasta (Juuti & Puusa 2020, 9). Tämän vuoksi tutkimuksen kohdejoukko valitaan tietoisesti, jotta se tuottaisi tutkimuksen kannalta olennaista tietoa. Aineistoa tarkastellaan yksityiskohtaisesti ja tärkeistä asioista määrää tutkittava. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa käytetään laadullisia metodeja aineiston hankinnassa ja sen analysoimisessa. (Hirsjärvi ym. 2009, 164.)

Laadullisessa tutkimuksessa aineiston keruuseen ja sen luonteeseen vaikuttavat sekä tutkijan omat intressit että tutkittavien näkökulmat. Tutkimustehtävää määrittää, mitä asioita hän haluaa tuoda esiin tulkinnoillaan, mikä puolestaan muokkaa aineistosta esiin nousevaa ydinsanomaa. (Kiviniemi 2018, 64.) Tuomen ja Sarajärven (2018, 20) mukaan laadullisessa tutkimuksessa kaikki tieto on subjektiivista, koska tutkimusasetelma rakentuu tutkijan valintojen varaan. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 55–57) tuovat kuitenkin ilmi, että tutkimuksen luotettavuutta voidaan vahvistaa kuvaamalla metodologisia valintoja yksityiskohtaisesti. Aineistoa ja sen analysointia ei voida pitää irrallaan tutkimuksen metodologisista ja ontologisista lähtökohdista. Tuomi ja Sarajärvi kuvailevat, että laadullinen tutkimus on kokonaisuus, jossa korostuu aineiston keruun lisäksi myös aineiston analysointi.

4.3 Tutkimusaineiston keruu

Keräsin tutkimusaineiston haastattelun avulla. Punch (1998, 174–175) kuvailee, että haastattelu on yksi keskeisimmistä laadullisen tutkimuksen tiedonkeruumenetelmistä. Haastatteluissa korostuvat ihmisten kokemukset, merkitykset ja määritelmät todellisuuden ja tilanteiden tulkinnosta. Myös Tuomi ja Sarajärvi (2018, 64) painottavat, että haastattelun tavoitteena on selvittää, mitä ihminen ajattelee ja miksi hän toimii tietyllä tavalla tutkittavassa tilanteessa. Haastattelun joustavuutta pidetään suurena etuna, sillä tutkija voi toistaa kysymyksiä tai oikaista mahdollisia väärinkäsityksiä. Hyvärinen (2017, 9) puolestaan korostaa, että haastatteluissa korostuvat aitous, henkilökohtaiset kokemukset ja ajattelutavat. Haastattelutilanteet ovat hänen mukaansa avoimia yllätyksille, koska ne ovat vuorovaikutteisia ja mukautuvat tilanteisiin.

Valitsin haastattelumenetelmäksi teemahaastattelun eli puolistrukturoidun haastattelun, koska sen keskeinen etu on yhdistää kokemusperäinen tieto ja teoreettisesti perustellut näkökulmat tutkittaviin aiheisiin (Galletta 2012, 2). Puolistrukturoidussa haastattelussa voidaan syventää ja tarkentaa tietoa tiedonantajien vastauksien perusteella. Menetelmä korostaa ihmisten tulkintoja, heidän antamiaan merkityksiä asioille sekä sitä, miten nämä merkitykset syntyvät. Puolistrukturoitu haastattelu mahdollistaa syvällisen ymmärryksen tutkittavasta ilmiöstä. (Hirsjärvi & Hurme 2007; Tuomi & Sarajärvi 2018, 64.)

Gallettan (2012, 24) mukaan puolistrukturoitu haastattelu tarjoaa joustavan valikoiman mahdollisuuksia. Se on riittävän jäsenneily käsittelemään tutkimusaiheeseen liittyviä erityiskysymyksiä, mutta samalla se jättää tilaa osallistujille tuoda esiin uusia näkökulmia tutkimuskohteeseen. Hyvärinen (2017, 19) tukee ajatusta siitä, että suljettujen kysymysten sijaan haastattelussa tulisi hyödyntää kysymyksiä, jotka antavat tilaa kokemuksille ja ajatuksille. Haastattelukysymykset ohjaavat aineiston keruuta ja auttavat selvittämään tutkimuksen kannalta olennaisia asioita. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 64) kuvailevat, että teemahaastattelussa haastattelukysymykset valitaan tutkimustehtävän mukaisesti. Tavoitteena on löytää merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen ongelmanratkaisuun ja tarkoitukseen liittyen. Haastattelun vastauksiin voivat kuitenkin vaikuttaa esimerkiksi opettajien omat kokemukset sekä heidän ympäristönsä muovaamat ajatukset. Voidaan ajatella, että haastattelu on tähän tutkimukseen toimiva tapa saada haastattelutavien äänet esiin.

Kun haastattelukysymykset ovat valmiit, tulisi ne antaa hyvissä ajoin tiedonantajille, jotta tutkittavasta asiasta saataisiin mahdollisimman paljon tietoa. Lisäksi tutkija voi edistää aineiston laatua valitsemalla haastateltaviksi henkilöitä, joilla on syvällistä tietoa ja kokemusta tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 64.) Ennen haastattelujen aloittamista laadin aineistonkeruuta varten tarvittavan tietosuojailmoituksen. Sen tarkoituksena on suojata haastateltavien anonymiteettiä ja vahvistaa tutkimuksen eettisyyttä. Kun sain vahvistuksen tietosuojailmoituksesta, lähetin haastateltaville henkilökohtaiset osallistumispyynnöt (Liite 1) ja sovin kiinnostuneiden kanssa sopivat ajankohdat haastatteluille. Lähestyin haastateltavia sähköpostitse ja kasvotusten.

Gallettan (2012, 33) mukaan osallistujille tulee antaa riittävästi tietoa tutkimuksen tarkoituksesta, odotetusta osallistumisen tasosta sekä lyhyesti siitä, miten kerättyä aineistoa käytetään, riippumatta siitä, lähestytäänkö heitä suoraan tai epäsuorasti. Osallistumispyynnössä (Liite 1) kuvasin tutkimuksen tavoitteet, tarkoituksen ja menetelmät sekä painotin luottamuksellisuuden ja anonymiteetin toteutumista. Haastattelujen yhteydessä kerroin osallistujille, että heillä on oikeus vetäytyä tutkimuksesta milloin tahansa. Lisäksi vakuutin, että aineisto-otteista ei voida tunnistaa yksittäisiä opettajia tai kouluja.

Suunnittelin haastattelurungon pohjalle laaditut haastattelukysymykset (Liite 2) huolellisesti ennen haastattelujen aloitusta ja keskityin siihen, että ne eivät heijasta omia näkemyksiäni tutkimusaiheesta, vaan antavat tilaa pohdinnalle ja opettajien ajatuksille. Toimitin haastattelukysymykset haastateltaville noin viikkoa ennen haastattelua, jotta heillä oli mahdollisuus pohtia aihetta ja jäsentää ajatuksiaan etukäteen. Osa osallistujista kertoi valmistelleensa vastauksiaan vapaa-ajallaan, jotkut olivat tehneet muistiinpanoja, kun taas toiset halusivat vastata kysymyksiin spontaanisti haastatteluhetkellä ilman ennakkovalmistautumista.

Tutkimuksen aineisto kerättiin haastattelemalla luokanopettajia ja liikunnanopettajia joko kasvotusten tai Teams -tapaamisessa. Ennen nauhoituksen aloittamista rohkaisin haastateltavia jakamaan vapaasti omat näkemyksensä kaveritaidoista, koska ne ovat tärkeitä tutkimukseni kannalta. Kerroin heille, että kaveritaito-käsitteestä ei ole vielä paljon tutkimustietoa, minkä vuoksi juuri heidän vastauksensa ja ajatuksensa ovat oleellisia ja erityisen arvokkaita tutkimukseni kannalta. Nauhoitteen alkaessa kysyin vielä kertaalleen haastateltavilta, saako haastattelun äänittää sekä kerroin heille, että tutkimuksesta saa vetäytyä pois ottamalla yhteyttä minuun, mikäli sellainen olo tulee. Tämän jälkeen siirryimme varsinaiseen haastatteluun, jossa kysyin jokaiselta haastateltavalta haastattelurungon mukaiset kysymykset. Haastattelujen päätyttyä kerroin

haastateltaville, että äänitteet hävitetään heti niiden litteroinnin jälkeen. Korostin myös, että heidän anonymiteettinsa säilyy koko tutkimusprosessin ajan, eikä heidän henkilöllisyyteensä viittaavia tietoja julkaista missään muodossa. Lopuksi kiitin heitä heidän ajastaan ja halukkuudesta osallistua tutkimukseen.

4.4 Tutkimusaineisto

Galletta (2012, 33) kuvailee, että laadullisessa tutkimuksessa osallistujia ei valita tilastollisessa mielessä satunnaisotannalla. Tutkimusasetelma palvelee parhaiten tutkimuskysymystä, kun osallistujien valintakriteerit on määritelty selkeästi. Valitsin harkinnanvaraiseksi otokseksi eli näytteeksi kuusi luokan- ja liikunnanopettajaa, jotka opettavat alkuopetuksen liikuntatunteja. Voidaan ajatella, että heillä on kertynyt vuosien saatossa kokemuksia, mielipiteitä ja tietämystä kaveritaito-käsitteestä ja kaveritaitojen opettamisesta. Tutkimukseen osallistui yhteensä kuusi opettajaa (n=6). Olen numeroinut opettajat yhdestä kuuteen ja hyödynnän numerointia tuloslukuissa viitatessani haastateltaviin. Tämä takaa, että opettajien henkilöllisyyteen viittaavat asiat eivät tule tutkimuksessani julki.

Haastattelujen keskipituus oli noin 33 minuuttia. Pisin haastattelu kesti 55 minuuttia ja lyhin 15 minuuttia. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 41 sivua. Haastateltavien iät vaihtelivat 31-vuotiaasta 57-vuotiaaseen ja työkokemukset kahdesta vuodesta 30 vuoteen. Tutkittavien keski-ikä oli 42 vuotta ja työkokemusten keskiarvo vuosina 13. Tutkimukseen osallistui sekä mies- että naisopettajia. Nämä asiat mahdollistivat monipuolisten näkemysten esille tuomisen.

Haastattelut alkoivat toistaa viidennen ja kuudennen haastateltavan kohdalla toisiaan. Viimeisen haastattelun aikana totesin, että aineisto oli saavuttanut niin sanotun kylläisyyden, koska uusia näkemyksiä ei enää tullut esiin. Sen sijaan aineisto vahvisti aiempien haastateltavien ajatuksia ja näkemyksiä. Kuudennen eli viimeisen haastattelun jälkeen arvioin, että aineisto oli riittävä tutkimukseni kannalta oleellisen tiedon tuottamiseksi.

4.5 Teemoittelu aineiston analyysikeinona

Tässä tutkimuksessa käytin aineiston analyysissä metodina teemoittelua, jonka myötä muodostan tuloslukujen otsikot. Teemoittelu analyysimuotona on sopiva kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä, joka soveltuu monenlaisiin tietoteoreettisiin lähestymistapoihin ja

tutkimuskysymyksiin. Tämän tyyppisissä tutkimuksissa keskiössä ovat ihmisten kokemukset. (Nowell ym. 2017, 2.) Eskola ja Suoranta (1998, 174–176) korostavat, että teemoittelun tarkoituksena on löytää tutkimusongelman kannalta olennaisimmat asiat, tuottaa uutta tietoa tutkittavasta aiheesta ja selkeyttää aineistoa. Teemoittelu on yksi tapa jäsentää aineistoa luokittelemalla se samankaltaisiin teemoihin tai ennalta määriteltyihin kategorioihin.

Teemoittelun ensimmäisessä vaiheessa tulokset rakentuvat usein tutkijan teoreettisen kehityksen, esiymmärryksen ja aineistosta nousevien teemojen ympärille (Happo 2006, 88). Teemoittelu vaatii sujuvaa vuorovaikutusta teorian ja empirian välillä, mikä näkyy niiden kiinnittymisenä toisiinsa. Tällainen dialogisuus on välttämätöntä aineiston kanssa, jotta mahdollisia ristiriitoja pystytään välttämään ennen lopullisten tutkimustulosten toteuttamista. (Eskola & Suoranta 1998, 174–176.) Myös Nowell ja hänen kollegansa (2017, 1) tukevat ajatusta, että luotettavan teemoitteluprosessin havainnollistaminen selkeän viitekehityksen avulla vahvistaa kvalitatiivisen tutkimuksen uskottavuutta ja merkitystä menetelmänä.

Teemoittelu on menetelmä, jolla tunnistetaan, analysoidaan, järjestetään, kuvataan ja lopuksi raportoidaan tietojoukon sisältämiä teemoja (Nowell ym. 2017, 2). Tuomi ja Sarajärvi (2009, 93) kuvailevat, että teemoittelussa korostuu erityisesti se, mitä teemoista on sanottu. Prosessin aikana aineistoa ryhmitellään ja jäsennetään erilaisten aihealueiden mukaan, mikä mahdollistaa teemojen esiintyvyyden vertailun aineistossa. Alustavan ryhmittelyn jälkeen aletaan tunnistamaan varsinaisia aiheita eli teemoja, jotka kiteyttävät ja kuvaavat teemaa luonnehtivia näkemyksiä aineistossa. Hyödynsin teemoittelussa haastattelukysymyksiä (Liite 2) helpottaakseni teemojen alustavaa ryhmittelyä. Tutkimuskysymykseeni vastatakseni tämän aineiston perusteella nousi esiin kaksi pääteemaa, jotka ovat *kaveritaidot ja niiden merkitykset* sekä *kaveritaitojen opettaminen alkuopetuksen liikuntatunneilla*. Havainnollistan pääteemat taulukkoon (taulukko 1) opettajien sitaatein. Taulukko havainnollistaa aineiston pää- ja alateemat, joita tarkastelen kattavammin tulososiossa.

Nowell ym. (2017, 11) toteavat, että koodauskehityksen käyttö auttaa luomaan selkeän ja johdonmukaisen todisteen aineiston analysoinnista sekä lisää tutkimuksen uskottavuutta. Huolellisesti ja luotettavasti toteutettu teemoittelu tukee aineiston perusteellista ja järjestelmällistä tarkastelua laadullisessa tutkimuksessa. Tuon opettajien äänet esiin suorien sitaattien avulla. Lisäksi kuvailen tutkimuksen tuloksia kerronnallisessa muodossa. Mikäli haastatteluissa mainittiin oppilaiden nimiä, poistin ne ja korvasin sanalla "oppilas". Tutkimusaineiston analyysi ja tulokset esitellään kaikki suhteessa siihen, millaisia merkityksiä aineisto tarjoaa kaveritaidoista.

Teemojen ryhmittely ei ollut minulle helppoa, koska omat kokemukset täytyi sulkea pois varmistaakseni tutkimuksen objektiivisuuden. Käytin tulososion rakentamiseen paljon aikaa, jotta teemat vastaavat selkeästi tutkimuskysymykseen. Teemoittelu ja tulosten kirjoittaminen tapahtuivat prosessinomaisesti.

Taulukko 1. Esimerkki tutkimusaineiston teemoittelusta

Pääteemat	Alateemat	Opettajan sitaatti aineistosta
Kaveritaidot ja niiden merkitykset	Kaveritaidot osana arjen taitoja	”Kaveritaidot sisältää kykyä tulla toimeen toisten kanssa, hyväksyä erilaisuutta, toiseen huomioon ottamista ja kykyä ajatella, että miltä toisesta tuntuu.” (H6)
	Sopeutuminen sosiaaliseen ympäristöön	”Onneksi ollaan nyt siinä tilanteessa, että kun ekaluokalle tulee oppilaita, niin ne on vähintään käynyt sen eskarin jo kaveritaitoja harjoitelleena, eikä tuu suoraa sieltä pystymästä.” (H4)
	Yhteisön ja yhteiskunnan jäseneksi kasvaminen	”Mie ajattelen, että meidän tavoite opettajana on kaiken niitten opsin ja muun sijaan on se, että nää lapset kasvaa yhteiskunnan jäseniksi ja voi hyvin, mikä vaatii sitä, että niiden täytyy osata toimia muiden kanssa...” (H3)
Kaveritaitojen opettaminen alkuopetuksen liikuntatunneilla	Kaveritaitojen ymmärrettävyys liikunnan opetussuunnitelmassa	”Liikunnassa kattoteemana on hyvinvointi, johon liittyy, että tuut toimeen toisten kanssa. Se pitää vaan eritellä sieltä, jos haluaa käyttää kaveritaidot sanaa osana liikuntaa ja arjentaitoja.” (H5)
	Leikit, pelit ja yhdessä oppiminen	”Toki niitä harjoitellaan ja käydään läpi teorian tasolla, mutta se ei oo niin toimivaa kuin

	Pedagogiset valinnat tukemassa kaveritaitoja	oppilaan omat kokemukset ja kantapäähän kautta opitut kokemukset.” (H4) ”Opettaja voi ennakoida haastavia tilanteita omilla valinnoillaan. Tämän lisäksi, jos esimerkiksi ryhmätyöskentely ei onnistu opettaja voi ohjata tilanteessa tai sitten vielä muuttaa ryhmiä.” (H1)
	Resurssihaasteet	”Ihan sellainen käytännönjuttu, että välillä voi olla suuret ryhmäkoot, että siinä jää niitä tilanteita huomioimatta, joihin olisi pitänyt keretä puuttua. ” (H2)

4.6 Tutkimuksen eettisyys

Eettisen tutkimuksen perustana on noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Eettisyys on tutkimusprosessia ohjaava toimintaperiaate, jossa tulee huomioida tutkimuksen rehellisyys, luotettavuus ja vastuunkanto. Eettisyys ei rajoitu siihen, mitä tutkitaan, vaan myös tutkimuksen toteuttamisen tapoja tulee pohtia eettisestä näkökulmasta. Tutkimuseettinen neuvottelukunta on laatinut yleiset eettiset periaatteet, säännöt ja normit, joita tulee noudattaa tutkimuksen suunnittelusta julkaisuun saakka. (TENK 2012.) Hirsjärvi ym. (2009, 24–25) painottavat, että ihmis-tieteissä eettisyys on otettava erityisesti huomioon tiedonkeruumenetelmissä. Keskeistä on ihmisarvon kunnioittaminen, mikä tarkoittaa, että tutkijan on pohdittava tarkkaan, millaista tietoa hän jakaa osallistujille, miten heidän suostumuksensa hankitaan ja millaisia riskejä heidän osallistumiseensa saattaa sisältää. Hirsjärvi ja hänen kollegansa korostavat, että tutkijan tulee kunnioittaa osallistujien itsemääräämisoikeutta antamalla heidän itse päättää halustansa osallistua tutkimukseen. Yksi ensimmäisistä eettisistä päätöksistä tutkimuksessa liittyy jo aiheen valintaan.

Tuomi ja Sarajärvi (2009, 131–133) tuovat ilmi, että tutkittaville on annettava selkeää tietoa tutkimuksen tavoitteista ja menetelmistä. Osallistuminen tutkimukseen tulee olla vapaaehtoista, ja osallistumisen voi keskeyttää milloin tahansa tutkimuksen aikana. Tutkimus ei saa aiheuttaa osallistujille haittaa, eikä heidän henkilöllisyytensä saa paljastua missään vaiheessa tutkimusta.

Tuomi ja Sarajärvi korostavat, että tutkijan on pidettävä kiinni osallistujille lupaamistaan sopimuksista, sillä tutkijan eettiset ratkaisut ja tutkijan uskottavuus kulkevat käsi kädessä. Lisäksi hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluvat yleinen huolellisuus, tarkkuus ja rehellisyys kaikissa tutkimuksen vaiheissa. Heidän mukaansa nämä periaatteet on huomioitava tutkimustyössä, aineiston keruussa, tulosten esittämisessä ja tallentamisessa sekä tutkimuksen arvioinnissa. Hyvä tutkimus on huolellisesti suunniteltu, tarkasti toteutettu ja asianmukaisesti raportoitu. Lisäksi sen on täytettävä tieteelliselle tiedolle asetetut vaatimukset.

Kvalitatiivisten tutkimuksen luotettavuus edellyttää, että aineistonkeruu ja aineiston analyysi on toteutettu sekä kuvattu tarkasti ja johdonmukaisesti. Tämä edellyttää analyysimenetelmien kirjaamista, systematisointia ja yksityiskohtaista esittämistä siten, että lukija voi arvioida prosessin uskottavuutta. (Nowell ym. 2017, 1.) Olen kuvannut tutkimuksen kulun tarkasti ja perustellut käyttämiäni aineistonhankinta- ja analyysimenetelmiä tutkimuksessani. Nämä tukevat tutkimukseni eettisyyttä ja toimintaani eettisyyteen kuuluvien tapojen mukaisesti.

5 Tutkimuksen tulokset

5.1 Kaveritaidot ja niiden merkitykset

Tulososiossa esittelen tutkimukseni laadullisen analyysin tulokset, joilla pyrin vastaamaan tutkimuskysymykseeni: ”Millaisia näkemyksiä opettajilla on kaveritaidoista ja niiden merkityksestä ja opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla?”. Tuloksissa havainnollistan opettajien ilmauksia kerronnallisen muodon lisäksi sitaatein. Kaikkia puheenvuoroja ei ole sisällytetty kokonaisuudessaan, vaan olen poiminut niistä tutkimukseni kannalta olennaisimmat kohdat. Lainauksissa voi esiintyä merkintä ”...” esimerkiksi sitaatin lopussa, mikä osoittaa, että osa puheenvuorosta on jätetty pois.

Alaluvussa 5.1 esittelen opettajien näkemyksiä kaveritaidoista ja niiden merkityksestä. Olen jakanut pääteeman kolmeen eri alateemaan, jotka ovat *kaveritaidot osana arjen taitoja, sopeutuminen sosiaaliseen ympäristöön sekä yhteisön ja yhteiskunnan jäseneksi kasvaminen*. Opettajien näkemykset avaavat sekä arkisen että yhteiskunnallisen näkökulman kaveritaitojen omaksumisen merkityksistä alkuopetusikäisten lasten opetuksessa.

5.1.1 Kaveritaidot osana arjen taitoja

Tutkimuksen tuloksista nousee vahvasti esille, että opettajat ymmärtävät kaveritaidot perustavanlaatuisina sosiaalisina- ja emotionaalisina taitoina, joiden harjoittelun merkitys korostuu erityisesti esi- ja alkuopetuksessa. Kaveritaidot ovat keskeisiä arjen taitoja ja koululaiseksi kasvamisen taitoja. Ne auttavat lasta toimimaan sujuvasti ryhmässä ja johtamaan omaa toimintaansa vastuullisesti. Kaveritaidot perustuvat opettajien näkemyksien mukaan minätietoisuuteen eli oman itsensä tuntemiseen, mikä mahdollistaa muiden kanssa toimimisen. Keskeisiä kaveritaitoihin liitettäviä tekijöitä ovat omien vahvuuksien ja tunteiden tunnistaminen. Nämä asiat tukevat oppilasta ymmärtämään itseään vuorovaikuttajana ja muodostavat perustan sosiaaliselle vuorovaikutukselle.

Kaveritaidot ovat semmoisia peruskoululaisen taitoja, mitä alkuraitilla paljon treenataankin... (H5)

Kaveritaidot liittyy ihan kiinteänä osana arjentaitoihin. (H1)

Kaveritaidot on sellaisia arjentaitoja ja koululaiseksi kasvamisen taitoja. Sitä, että osaa kuunnella, auttaa ja ymmärtää vertaisia, mutta myös muita ihmisiä. Mun mielestä kaveritaidot on aikalailla perusta kaikenlaiselle vuorovaikutukselle. (H6)

Tutkimuksen tulokset havainnollistavat, että kaveritaidot perustuvat opettajien mukaan kuuntelun taitoon. Tärkeintä ei ole oikeassa oleminen, vaan toisen näkökulman kuuleminen ja ymmärtäminen. Opettajat korostavat, että kaveritaidot vaativat läsnäoloa, jotta toisen asemaan asettuminen on mahdollista. Aito kuunteleminen edellyttää läsnäoloa, tunneälyä ja keskittymistä nykyhetkeen. Opettajat tuovat ilmi, että alkuopetuksessa kuuntelun taitoa ja oman vuoron odottamista harjoitellaan päivittäin, jotta oppilaat oppivat kuuntelemaan muita, toimimaan erilaisten ihmisten kanssa ja ajattelemaan ryhmän parasta.

Kaveritaidot lähtee siitä kuuntelun, päin katsomisen ja auttamisen taidoista ja siitä, että osaa jakaa tavaroita, osaa pyytää leikkiin ja paritöissä osaa tehdä yhdessä asioita, antaa tilaa ja vuoroa... (H5)

Kaveritaidot vaativat tunnelukutaitoa elikkä kyllähän sun on pitänyt oppia kuuntelemaan toista... (H2)

Kaveritaidot on sitä, että osaa vilpittömästi kuunnella ja ymmärtää myös sitä toista. (H6)

Opettajat kertovat haastatteluissa, että kaveritaitojen hallinta edellyttää minätietoisuutta. Näkemys kaveritaidoista liittyy myös näkemykseen kaveritaitojen edellytyksistä. Haastateltavien mukaan tietoisuus itsestä vuorovaikuttajana edesauttaa tunnistamaan ja sanoittamaan omia tunteita sekä hallitsemaan ja arvioimaan niitä osana arjen toimintaa. Opettajien näkemyksien mukaan minätietoisuus edellyttää omien vahvuuksien tunnistamista ja hyödyntämistä erilaisissa tilanteissa. Opettajat kuvailevat, että nuorten oppilaiden kanssa on tärkeää sanoittaa heidän vahvuuksiaan, jotta he tulevat tietoiseksi niistä. Tämä tukee heidän taitojaan ilmaista ja johtaa itseään rakentavasti, muut ihmiset huomioiden. Opettajien näkemykset tukevat Mayerin ja Saloveyn (1990, 199–200) ajatusta siitä, että minätietoisuus vahvistaa itsensä johtamisen taitoa. Minätietoisuus auttaa heidän mukaansa yksilöä siirtämään huomionsa pois ongelmatilanteista ja keskittymään tärkeämpiin asioihin vuorovaikutustilanteissa.

Kaveritaidot on oman itsensä arvostamista ja itsensä tuntemista, jotta mä voin ja kykenen tunnistamaan myös miltä toisesta tuntuu... (H2)

Kaveritaidot vaatii itsetuntemusta, tilanteiden ja tunteiden sanoittamista. (H3)

Kaveritaidot on sitä, että tunnistaa omat vahvuudet ja osaa hyödyntää niitä eri tilanteissa. Eli onhan ne myös itsetuntemusta ja sitä, että tiedostetaan omat taidot ja uskotaan niihin. Kaveritaidot vaatii siis itsetuntemusta, tilanteiden ja tunteiden sanoittamista. (H6)

Neljä haastateltavaa korostavat, että omien tunteiden tunnistaminen, sanoittaminen ja minätietoisuus itsestä vuorovaikuttajana ovat välttämättömiä taitoja vuorovaikutustilanteissa. Itsetuntemus edistää taitoa tulla toimeen toisten kanssa ja hyväksyä erilaisuutta. Toisten kanssa toimeen tuleminen edellyttää taitoa asettua toisen asemaan, ymmärtää ja tunnistaa toisen tunteita sekä osoittaa empatiaa. Haastateltavien mukaan esimerkiksi ristiriitatilanteita on helpompaa ratkaista rakentavasti, kun edellä mainitut taidot ovat kehittyneet. Tämä vastaa Golemanin (1995, 47–48) näkemyksiä tunnetaitojen merkityksestä. Golemanin mukaan itsetuntemus edellyttää taitoa ymmärtää ajatuksiamme ja mielialaamme vuorovaikutushetkellä. Yksilö, joka osaa käsitellä tunteitaan, pystyy paremmin hallitsemaan käytöstään, eikä reagoi kaikissa tilanteissa pelkästään tunteidensa mukaisesti. Tämä lisää mahdollisuutta tehdä harkittuja päätöksiä tunteista huolimatta myös muiden ihmisten kanssa.

Kaveritaidot sisältää kykyä tulla toimeen toisten kanssa, hyväksyä erilaisuutta, toiseen huomioon ottamista ja kykyä ajatella, että miltä toisesta tuntuu. (H6)

Kaveritaitoihin liittyy empatiakyky ja toisen huomioonottaminen. (H5)

Kaveritaidot on sitä, että osaa toimia yhdessä toisten kanssa sovussa, ottaa huomioon toiset, osaa ratkoa ristiriitatilanteita ja neuvotella toisten kanssa. (H1)

Tuloksista selviää, että kaveritaidot perustuvat yhteisten sääntöjen ja oikeuksien noudattamiseen. Kaveritaitojen omaksumisen pitkäaikaisena tavoitteena on, että lapset oppivat toimimaan itsenäisesti toistensa kanssa ilman jatkuvaa aikuisen tukea. Kaveritaidot edellyttävät opettajien mukaan käyttäytymissääntöjen ja normien omaksumista omassa toiminnassa. Ne eivät rajoitu yksilön omaan toimintatapaan, vaan edellyttävät kompromissien tekemistä, tunteiden säätelyä ja sopeutumista muuttuviin vuorovaikutustilanteisiin. Kaikki haastateltavat korostavat, että kaveritaidot vaativat osaamista ilmaista oma mielipide rauhallisesti myös haastavissa

tilanteissa, jotta kaikki osapuolet tulevat huomioiduiksi. Purushothamanin (2021, 67) ajatukset ovat yhtenevät tutkimustulosten kanssa. Tarve tunteidensäätelylle ja oman toiminnan ohjaukselle korostuu tilanteissa, joissa kohtaamme haastavia tilanteita ja tunteita. Tällöin yksilö tarvitsee kärsivällisyyttä sekä taitoa tunnistaa ja hallita omia tunteita, kyetäkseen tekemään sosiaalisesti harkittuja päätöksiä.

Kaveritaidot on myös sitä, että kokeeko itse, että on samat säännöt ja oikeudet kuin muilla vai otatko roolia siellä itse ja oot vähän niinku pomo. Ne on käyttäytymissääntöjä ja normeja joita harjoitellaan. (H4)

Kaveritaitoja harjoitellaan, jotta oppilas oppii noudattamaan sääntöjä ja ottamaan vastuuta yhteisen toiminnan onnistumisesta. (H6)

Kaveritaitojen harjoittelu sisältää oman luokan toimintakulttuurin sisäistämistä. Esimerkiksi hiihtojaksolla, jos sie et mahdu sinne ladulle yhtä aikaa, niin miten toimit. Sie et voi huutaa sieltä, että väistä, idiootti väistä, vaan sun pitää oppia toimimaan oikealla tavalla. (H3)

5.1.2 Sopeutuminen sosiaaliseen ympäristöön

Neljä kuudesta haastateltavasta korostavat, että esi- ja alkuopetus on monille lapsille ensimmäisiä ympäristöjä, joissa kaveritaitoja harjoitellaan ja, että niiden mukaan toimimista vaaditaan. Haastatteluista käy ilmi, että alkuopetusikäisten oppilaiden kaveritaidoissa on merkittäviä eroja, mikä tekee varhaisista kouluvuosista otollisen ajankohdan näiden taitojen kehittämiseksi. Varhainen harjoittelu auttaa tasoittamaan lasten välisiä eroja sosioemotionaalisissa taidoissa sekä tukee heidän sopeutumistaan sosiaaliseen ympäristöön. Opettajat painottavat, että kaveritaitojen harjoittelu soveltuu alkuopetukseen, sillä tunteenpurkaukset ovat tyypillisiä, ja niitä käsitellään useita kertoja päivittäin. Tämä tekee tilanteista tavanomaisia ja vähentää luokkakavereiden hämmennystä toisen oppilaan käytöksessä. Haastateltavien mukaan taitojen harjoittelu edistää lasten kaveritaitojen kehitystä ja ehkäisee tasoerojen näkyvyyttä myöhemmin kouluvuosina. Voidaan ajatella, että lasten sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kehittäminen varhaisessa vaiheessa on tärkeää, koska niiden on ennustettu edistävän lasten kouluvalmiutta ja myönteisiin sosiaalisiin suhteisiin kasvamista (Wang ym. 2018, 256).

Kun ajatellaan alkuopetusikäisiä lapsia, niin siellä on hyvin monenlaisista taustoista tulleita. Toki tänä päivänä esiopetus on pakollista ja sen käy kaikki, mutta vuosi on lyhyt aika lapsen elämässä, jos se on ainoa tilanne missä sitä ryhmässä toimimista on harjoiteltu. (H2)

Jos joku esimerkiksi ei ole käynyt päiväkotia niin eskari ja koulu on niitä ensimmäisiä paikkoja, joissa niitä lähdetään harjoittelemaan. (H5)

Onneksi ollaan nyt siinä tilanteessa, että kun ekaluokalle tulee oppilaita, niin ne on vähintään käynyt sen eskarin jo kaveritaitoja harjoitelleena, eikä tuu suoraa sieltä pystymetästä. (H4)

Haastatteluista ilmenee, että kaikki opettajat pitävät kaveritaitojen harjoittelua tärkeänä jokaisen oppilaan kohdalla. Tilanteita ei tule kuitenkaan kaikille tasapuolisesti, sillä osalla oppilaista harjoittelu vaatii enemmän aikaa, tukea ja toistoja. Yksi opettajista sanoittaa ääneen ajatuksen, että myös ujoiksi ja hiljaisiksi kuvattujen oppilaiden kanssa on tärkeää harjoitella kaveritaitoja, jotta he eivät jää äänekkäämpien varjoon. Hänen mukaansa kyseiset oppilaat tarvitsevat enemmän tukea oman puheenvuoron ottamisessa, omien näkemyksien puolustamisessa ja niiden esiintuomisessa. Nämä ovat hänen mukaansa yhtä tärkeitä teemoja kuin esimerkiksi tunteiden säätelytaidot.

Kaveritaidot kuuluu ihan jokaiselle. (H1)

Vaikka olisi jo hyvä kaveritaidoissa ja ne olisi vahvat niin aina voi olla vielä parempi, varmempi ja ylläpitää sitä taitoa. Sitten ne kenellä on vähemmän kehittyneet taidot niin tarvii enemmän sitä apua, sanallistamista ja erilaisia keinoja, millä niitä pystyy harjoittamaan vahvemmaksi. (H2)

Yhtälailla kuin laskutaitoakin pitää ylläpitää kaikkien kanssa, niin myös kaveritaitoja. Myös meidän aikuisten pitää mennä välillä itseän ja myöntää, että toimitiin väärin. Olisi hurjaa ajatella, että kaikkien lasten ei tarvitsisi sitä opetella. (H6)

Kaikki haastateltavat korostavat, että kaveritaidot eivät ole vain lapsille suunnattuja taitoja, vaan ne ovat tärkeitä myös aikuisille. Haastateltavien mukaan lasten kaveritaitojen tukeminen edellyttää, että opettajalla on vahva itsetuntemus ja arvostus itseään kohtaan. Opettaja tarvitsee

tunnetietoisuutta, sillä positiiviset käyttäytymismallit, kuten tunteiden sanoittaminen, toisten kannustaminen ja aito kuuntelu, heijastuvat kasvattajasta oppilaisiin. Haastateltavat kuvailevat, että oppilaat voivat huomioida toisten tunteita vasta, kun he ovat saaneet tukea kaveritaitojensa hallintaan ja ovat tietoisia omista tunteistaan. Samalla tavalla opettajat voivat opettaa kaveritaitoja vasta, kun he omaavat hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot. Opettajien mukaan kasvattajan myönteiset toimintamallit tukevat lasten kaveritaitoja ja siten oppilaiden sopeutumista sosiaaliseen ympäristöön.

Nämä taidot ei koske vaan lapsia, vaan myös aikuisia. Niillä on vain sellainen lapsenkielinen nimi kuin kaveritaidot. (H3)

Aikuisten pitäisi kyllä tietää mitä ne kaveritaidot käsittää ja tarkoittaa ja sen pitäisi olla melko selvä asia. (H6)

Jos opettajalta puuttuu itsearvostus ja itsetuntemus, niin en mä usko että se voi opettaa kaveritaitoja lapsillekaan. (H2)

Tutkimuksen aineistosta nousee esiin, että alkuopetuksessa kaveritaitojen tavoitteena on vahvistaa jokaisen oppilaan yksilöllistä kehitystä sosiaalisissa ja emotionaalisissa taidoissa. Tulokset korostavat, että kaveritaitojen harjoittelu ei rajoitu lapsiin, vaan taitojen omaksuminen ja niiden mukaan toimiminen koskee kaikkia ihmisiä. Opettajat kuvailevat, että kaveritaitojen tukeminen ja pitkäaikainen harjoittelu mahdollistavat ryhmän välisen sujuvan toiminnan ja lapsen sopeutumisen sosiaaliseen ympäristöön.

5.1.3 Yhteisön ja yhteiskunnan jäseneksi kasvaminen

Opettajat korostavat, että kaveritaitojen harjoittelu on olennaista, sillä ne edistävät taitoa tulla toimeen toisten ja itsensä kanssa. Kun oppilas oppii toimimaan muiden kanssa, hän oppii myös tuntemaan itsensä paremmin. Opettajien näkemyksien mukaan itsensä ja muiden kanssa toimeen tuleminen on edellytys hyvinvoinnin kokemiselle. Aineistosta selviää, että kaveritaitoja tarvitaan lähes kaikilla elämänalueilla ja ihmissuhteissa, minkä vuoksi niiden harjoittelu on merkityksellisessä roolissa koulumaailmassa. Kaveritaidot edistävät suvaitsevaisuutta, toisten kunnioittamista ja oman käytöksen reflektointia. Sosiaaliset ja emotionaaliset taidot eivät ainoastaan helpota ryhmässä toimimista, vaan myös vahvistavat yksilön hyvinvointia ja itsetuntemusta.

Kaveritaitojen harjoittelu on siksi tärkeää, että me opitaan tulemaan toimeen toisten, mutta myös itsemme kanssa ja toimimaan ryhmässä. (H2)

Kaveritaidot on semmoista oman itsensä arvostamista ja itsensä tuntemista että mä voin ja kykenen tunnistamaan myös miltä toisesta tuntuu. (H5)

Silloin kun sä opit olemaan muiden kanssa, sun on helpompi olla myös itsesi kanssa, toki järjestys on välillä eri. Ilman toisia ei kukaan voi lopullisesti toimia yksin. (H3)

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että kaveritaitojen omaksuminen vahvistaa lasten taitoa osoittaa empatiaa, kokea yhdenvertaisuutta ja kohdata ympärillä olevat ihmiset kunnioittavasti. Yhteistyötaitojen kehittyessä lapset oppivat ymmärtämään toisiaan paremmin sekä asettumaan toisten asemaan, mikä edistää ryhmän yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Haastateltavat painottavat, että kaveritaidot auttavat lapsia toimimaan rakentavasti yhdessä, mikä luo perusteet turvalliselle ja kannustavalle oppimisympäristölle. Kaveritaitojen harjoittelu on opettajien näkemyksien mukaan merkityksellinen keino ehkäistä kielteistä käytöstä, kuten syrjintää ja kiusaamista. Haastateltavien mukaan jo alkuopetusikäisten lasten kanssa keskustellaan paljon toisten huomioimisesta ja leikkiin ottamisesta. Kun lapset oppivat toimimaan kunnioittavasti toisiaan kohtaan ja ymmärtämään erilaisuutta, he ovat myös vähemmän alttiita kiusaajaksi tai kiusatuksi tulemiselle. Kaveritaidot tukevat sekä yksilön että ryhmän yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia, minkä vuoksi niiden harjoitteluun on tärkeää kiinnittää huomiota jo varhaisessa vaiheessa.

Kaveritaidot kehittää lapsen ymmärrystä toisia kohtaan, semmoista yhdenvertaisuutta, tasa-arvoisuutta, kaikkien kunnioittamista, kun osataan toimia toisten toistemme kanssa, ymmärtää heitä ja asettua heidän asemaansa... (H4)

Kyllähän alkuopetusikäisten oppilaiden kanssa puhutaan jo syrjimisestä. Kaveritaitojen harjoittelu voi siis ehkäistä esimerkiksi kiusaamista. (H2)

Kaveritaitojen harjoittelu ehkäisee myös kiusaamista ja sitten myös pidemmällä aikavälillä erakoitumista. Sitä ei monesti edes mieltä, mutta näillä kaveritaidolla on tosi suuri merkitys yhteisöön kasvamiselle. (H6)

Tutkimustulokset tuovat ilmi, että pitkäjänteinen kaveritaitojen harjoittelu kehittää ajan kuluessa lapsen taitoa selvitä arjen tilanteista itsenäisesti. Haastateltavien näkemyksien mukaan taidot, kuten itsensä johtaminen, vastuullinen päätöksenteko ja tietoisuus omista tunteista vähentävät ristiriitatilanteiden määrää ja opettajan työtä puuttua jokaiseen tilanteeseen. Haastateltavat tuovat ilmi, että kaveritaitojen harjoittelu ei tapahdu kuitenkaan nopeasti. He kertovat, että kaveritaitojen harjoittelulle tulee antaa paljon aikaa ja niitä tulee harjoitella systemaattisesti, jotta taidot vahvistuvat. Lukuvuoden aikana sekä oppilaiden että opettajien tulee olla kärsivällisiä ja luoda uskoa muutosprosessiin. Tutkimustulokset ovat yhtenevät Talvion ja Klemolan (2017, 25) ajatusten kanssa. Toimiminen muiden ihmisten kanssa edellyttää itsensä johtamisen taitoja ja tietoisuutta omista tunteista. Taidon omaksuminen ei ole kuitenkaan yksinkertaista, sillä se vaatii muiden huomioimista samalla, kun pyritään täyttämään omia tarpeita ja toiveita.

Lukuvuoden aikana kaveritaidoissa tulee kasvamista. Huomaa, että pelit ja leikit sujuu paremmin, eikä semmosia ristiriitatilanteita synny niin helposti enää... (H1)

Mitä enemmän sää työstät kaveritaitoja niiden kanssa, joilla on suuria hankaluuksia, niin yleensä se jossakin vaiheessa kantaa sitä hedelmää. Mutta onhan se pitkä prosessi... (H4)

Lapsilla tulee ajan kanssa kasvamista tunteiden tulkinnassa ja siinä, että osaa johtaa itseään sosiaalisissa tilanteissa vastuullisesti ja tavallaan pärjää niissä itse. Sille vaan pitää antaa runsaasti aikaa. (H6)

Tuloksista käy ilmi, että opettajat pitävät kaveritaitoja elinikäisenä perustaitona, joita tarvitaan heidän mukaansa lähes kaikissa elämäntilanteissa ja ihmissuhteissa. Kaveritaidot ovat merkityksellisiä onnellisen ja toimivan elämän näkökulmasta. Haastateltavat kertovat, että opettajien tehtävänä on ensisijaisesti kasvattaa oppilaat vuosien saatossa hyvinvoiviksi yhteiskunnan jäseniksi. Heidän mukaansa itsensä ja muiden kanssa toimiminen ovat välttämättömiä taitoja, joiden oppiminen luo perustan yhteisöön kasvamiselle ja hyvinvoinnin kokemiselle.

Kaveritaidot on radikaalisti kiteytettyä onnellisen elämän peruskivi. Sä tarvitset niitä päiväkodissa hiekkalaatikolla, koulussa ryhmätilanteissa, vapaa-ajalla, työelämässä ja parisuhteessa... (H2)

Mie ajattelen, että meidän tavoite opettajana on kaiken niitten opsin ja muun sijaan se, että nämä lapset kasvaa yhteiskunnan jäseniksi ja voi hyvin, mikä vaatii sitä, että niiden täytyy osata toimia muiden kanssa... (H3)

Kaveritaitoihin täytyy antaa aikuisen panosta ja ohjausta, jotta ne kehittyvät vahvaksi ja sellaisiksi, miten sitten lapsi pärjää tuolla yhteiskunnassa oli se minkä ikäinen tahansa. (H5)

5. 2 Kaveritaitojen opettaminen alkuopetuksen liikuntatunneilla

Alaluku 5.2 käsittelee opettajien näkemyksiä kaveritaitojen opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla. Aineistosta nousi esiin neljä alateemaa pohjautuen kaveritaitojen opettamiseen. Alateemat ovat *kaveritaitojen ymmärrettävyys liikunnan opetussuunnitelmassa, pelit, leikit ja yhdessä oppiminen, pedagogiset valinnat tukemassa kaveritaitoja sekä resurssihaasteet.*

Tuloksista käy ilmi, että erilaiset liikuntatilanteet antavat valmiuksia vastuulliseen ja toiset huomioivaan vuorovaikutukseen. Haastateltavat korostavat, että kaveritaitojen tueksi kehitetyt materiaalit ovat osittain hyödyllisiä, mutta lopulta taidot kehittyvät tehokkaimmin käytännön harjoittelun avulla. Opettajien mukaan arjentalanteet tarjoavat usein otollisimpia tilanteita kaveritaitojen parissa harjoitteluun, tutkimiseen ja kokemiseen. Oppilaille jää pysyvä muistijälki erityisesti kokemuksellisesta oppimisesta, jossa tunteet, tekeminen ja omat oivallukset ovat keskiössä. Opettajien mukaan tällaisia tilanteita esiintyy runsaasti liikuntatunneilla.

5.2.1 Kaveritaitojen ymmärrettävyys liikunnan opetussuunnitelmassa

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että alkuopetuksen liikuntatunneilla kaveritaitoja harjoitellaan erityisesti yhdessä tekemisen, liikkumisen ja liikuntaleikkien ohessa. Liikuntatunnit sisältävät haastateltavien mukaan runsaasti arkisia vuorovaikutustilanteita, jotka vaativat yhteistyötä ja toisten huomioonottamista. Opettajien mukaan kaveritaidot integroituvat liikunnan oppiaineeseen luonnollisesti. Alkuopetuksen liikuntatunnit ovat täynnä kaveritaitojen harjoittamisen tilanteita, jos opetussuunnitelmaa on sisäistetty ja sitä noudatetaan monipuolisesti. Tulokset osoittavat, että kaveritaidot ymmärretään liikunnan opetussuunnitelman tavoitteissa erityisesti

yhteistyötaitoina, taitona noudattaa sääntöjä ja osaamisena ottaa vastuuta sekä omasta että ryhmän toiminnasta.

Opsiin on määritelty, että opettajan tehtävä on tukea yhdessä työskentelyntaitoja, jotta oppilas oppii noudattamaan sääntöjä ja ottamaan vastuuta yhteisen toiminnan onnistumisesta. Mää ajattelisin, että nää on niitä kaveritaitoja, vaikka niitä ei oo täysin sillä sanalla kuvattu. (H6)

Harva liikunta on itsenäistä liikuntaa ainakaan, kun koululiikunnasta puhutaan. Ryhmähengen luominen ja yhdessä tekeminen on luonnollinen osa liikuntaa ja liikkumista. Siksi se on erinomainen oppiaine kaveritaitoihin. (H5)

Kaveritaidot näkyy liikunnan opetussuunnitelmassa sellaisena yhdessä tekemisenä ja yhteisöllisyyteen kasvamisena. (H2)

Kaveritaidot ilmenevät opetussuunnitelmassa opettajien näkemyksien mukaan yhdessä tekemisen, vuorovaikutuksen ja oman paikan löytämisen teemoina. Haastateltavat korostavat, että opetussuunnitelman pelkkä lukeminen ei riitä, vaan sen opetettavat sisällöt on ymmärrettävä syvällisesti, jotta kaveritaitojen opettamisen sisällöt ja merkitykset avautuvat. Kolme haastateltavaa painottavat, että sosioemotionaalisten taitojen harjoittelun tavoitteena on, että oppilaat kasvavat yhteisöllisyyteen ja vahvistavat positiivista minäkuvaansa itsestä toimijana. Tämä edistää oppilaiden kokonaisvaltaista psyykkistä, sosiaalista ja fyysistä hyvinvointia. Tulokset havainnollistavat, että perusopetuksen opetussuunnitelmaan kirjatut ihmissuhde- ja tunnetaitoja tukevat tavoitteet perustuvat laajemmin tarkasteltuna sosioemotionaalisten taitojen hyvinvointivaikutuksiin.

Liikunnassa kattoteemana on hyvinvointi, johon liittyy, että tuut toimeen toisten kanssa. Se pitää vaan eritellä sieltä, jos haluaa käyttää kaveritaidot sanaa osana liikuntaa ja arjentaitoja. (H5)

Siellä paikallisessa opetussuunnitelmassa tulee ilmi, että lasta ohjataan ymmärtämään liikunnan ja hyvien ihmissuhteiden merkitys omalle fyysiselle ja mielen hyvinvoinnille. Liikunnan ja kaveritaitojen yhteys on kuitenkin kirjattu sinne, vaikkakin aika ympäröivästä. (H2)

Sitä ei monesti edes mieti, mutta näillä kaveritaidolla on tosi suuri merkitys hyvinvoinnin kokemiselle. (H6)

Opettajat kokevat, että kaveritaidot eivät saa riittävää näkyvyyttä nykyisessä perusopetuksen opetussuunnitelmassa, eikä paikallisissa opetussuunnitelmissa. Heidän mukaansa alkuopetuksessa kaveritaidot ovat arkipäiväinen termi sosiaalisille- ja emotionaalisille taidoille, mutta niitä ei ole selkeästi eritelty opetussuunnitelmassa. Tämä herätti haastateltavissa hämmennystä, sillä heidän näkemyksiensä mukaan kaveritaitojen harjoittelu on keskeisessä roolissa alkuopetuksen liikuntatunneilla. Opettajat ajattelevat, että sisällyttämällä kaveritaidot selkeästi opetussuunnitelmaan voitaisiin varmistaa, että taitojen harjoittelulle annetaan sille kuuluva painoarvo. Opettajat painottavat haastatteluissa, että kaveritaidot tulee ymmärtää laajempänä kokonaisuutena, jotta ne voidaan ymmärtää osana opetussuunnitelmaa. Vaikka kaveritaitoja ei mainita suoraan, opetussuunnitelmassa korostetaan vuorovaikutustaitoja, yhdessä tekemistä ja oman paikan löytämistä, jotka opettajat rinnastavat kaveritaitojen kanssa.

Kaveritaitoja on kirjattu opetussuunnitelmaan aika ympäröivästä verrattuna siihen, kuinka paljon niitä opetellaan liikuntatunneilla. (H1)

Me kaikki ymmärretään kaveritaitojen harjoittelu eri tavalla, koska opetussuunnitelma on niin ympäröivä... (H3)

Jos sen opetussuunnitelman on ymmärtänyt niin kyllä ne kaveritaidot on siellä olemassa, mutta niitä ei painoteta tarpeeksi. (H4)

Tutkimuksen aineistosta käy ilmi, että opettajat ymmärtävät kaveritaitojen opettamisen liikunnan oppiaineessa yhtä tärkeänä, ellei jopa merkityksellisempänä oppimisen osa-alueena suhteutettuna motorisiin taitoihin. Tulokset puoltavat Mihicin ja Novakin (2018, 249) näkemyksiä, että toiminta, joka tukee tunteiden käsittelyä, ongelmanratkaisua, elämänhallinnan taitoja ja ihmissuhteiden rakentamista tulisi olla osa kasvatusalojen jokapäiväistä opetussuunnitelmaa ja arjen toimintaa. Tunne- ja vuorovaikutustaidot, edistävät lasten yhteistyö- ja ystävyystaitoja, joilla on yhteys hyvinvoinnin kokemiselle. Tämän vuoksi niiden merkitystä tulisi korostaa toiminnassa.

5.2.2 Pelit, leikit ja yhdessä oppiminen

Aineistosta selviää, että voitto- ja tappiutilanteet sekä niihin liittyvät tunteenpurkaukset tarjoavat merkityksellisiä oppimistilanteita tunteiden säätelyn ja oman toiminnan refleктоimisen kehittymisen kannalta. Kaikki opettajat kuvailevat, että tunteenpurkaukset voivat tuntua haastavilta sekä oppilaista että opettajista, mutta niiden käsittely edistää merkittävästi oppilaiden sosioemotionaalista kasvua ja kehitystä. Pitkällä tähtäimellä oppilaat oppivat arvostamaan pelitilanteissa voiton sijaan yhdessä tekemistä ja liikunnan iloa. Kaveritaidot edellyttävät opettajien näkemyksien mukaan hyvää itsetuntoa, jotta oppilaat kykenevät sopeutumaan tunteita haastaviin tilanteisiin, iloitsemaan toisten puolesta ja auttamaan toisiaan. Kokkonen (2017, 190) tuo esille samansuuntaisia näkemyksiä. Systemaattisen harjoittelun avulla esimerkiksi lasten tunteiden säätelytaidot kehittyvät, jolloin toiminta muuttuu tietoiseksi ja itsenäiseksi, jolloin suora ja spontaani tunteiden ilmaisu vähenee.

Heti tulee ensimmäisenä mieleen voitto- ja tappiutilanteet. Ne on konkreettisia tilanteita, missä harjoitellaan iloittamista toisen voitosta tai onnistumisesta. Ne herättää hankalia tunteita, joita tulee osata säädellä. (H1)

Kun toinen joukkue voittaa liikuntatunneilla harjoitellaan sitä, miten oppilas kykenee hyväksymään sen ja iloitsemaan toisten voitosta. Että kyllähän ne tappiutilanteet on aika semmoisia otollisia hetkiä, kun käydään läpi näitä kaveritaitoja. (H2)

Pelitulanteet ja kaikki, missä tunteet kuumenee on aivan loistavia tilanteita harjoitella sitä, että miksi toimit näin, mitä olisi kannattanut tehdä, miten joku toinen ois voinut auttaa sua siinä tilanteessa. Kun niistä on päästy eteenpäin niin huomataan että ne on antanut varmasti enemmän kuin on ottanut. (H3)

Viisi kuudesta opettajasta kertoo, että ryhmäjakotilanteet herättävät usein voimakkaita tunteita alkuopetusikäisissä oppilaissa. Haastateltavien mukaan tunteiden ilmaiseminen ei rajoitu pelkästään sanalliseen viestintään. Tunteet näkyvät myös ilmeissä, eleissä ja kehonkielessä erityisesti negatiivisissa tilanteissa, joissa tunnetta yritetään piilotella. Oppilaat saattavat ilmaista turhautumistaan esimerkiksi huokailemalla tai pyörittelemällä silmiään. Opettajien ajatukset tukevat Wangin ja hänen kollegojensa (2018, 255) näkemyksiä. Sanallinen ja sanatonta viestintä toistuvat usein samantapaisissa vuorovaikutustilanteissa. Prososiaalinen käyttäytyminen ilmenee usein sanallisena viestintänä, kun taas ongelmakäyttäytymisessä nonverbaalinen viestintä lisääntyy.

Tulokset osoittavat, että ryhmäjaot tarjoavat arvokkaita oppimistilanteita, joissa lapset harjoittelevat yhteistyötaitoja ja sopeutumista erilaisiin ryhmäjakoihin. Jotta nämä tilanteet onnistuisivat, kasvattajan aktiivinen rooli on keskeinen. Aikuisen tulee ohjata ryhmäjakotilanteita johdonmukaisesti ja puuttua tarvittaessa negatiivisiin reaktioihin välittömästi. Kaveritaidot opettavat yhteistyötaitoja ja jokaisen kanssa toimeen tulemistä. Onnistunut ja muita kunnioittava vuorovaikutus pohjautuu taitoon hallita, ilmaista ja arvioida tunteita. Tunteiden ilmaiseminen ja arviointi perustuu siihen, että omia tunteita tuodaan esiin sekä verbaalisesti että nonverbaalisesti (Mayer & Salovey 1990, 192–193).

Sitten ihan tää puoltenjako. Kun aikuinen jakaa ne puolet satunnaisesti esimerkiksi sanellen nimiä tai ottaen luvun kolmeen, niin joskus sieltä tulee ikävä kyllä sanatonta viestintää, esimerkiksi huokailua. Näihin tilanteisiin pitää puuttua keskustelemalla heti. (H2)

Ryhmiinjako herättää lähes aina tunteita alkuopetuksessa. (H6)

Joukkuepelaamisessa kun valitaan joukkueet niin kaveritaidot vaatii kykyä hyväksyä se, että kuka tahansa tulee sinun joukkueeseen niin sä oot ok sen kanssa ja jopa iloinen siitä. (H4)

Opettajien mukaan kaveritaitojen harjoittelu liikuntatunneilla ja muissa oppimisympäristöissä korostuu erityisesti yhdessä tekemisenä ja vertaisoppimisena. Haastateltavat korostavat, että erilaiset pari- ja ryhmätehtävät ovat tehokkaita tapoja kehittää kaveritaitoja sekä lasten taitoa tulla toimeen jokaisen ryhmän jäsenen kanssa. Yksi opettajista nostaa esiin kummituntien antaman mahdollisuuden tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimiselle. Vanhemmat oppilaat voivat toimia roolimalleina ja pääsevät ohjeistamaan nuorempia oppilaita taitojen harjoittelussa. Tulokset havainnollistavat, että vertaisoppiminen edistää esimerkiksi toisen näkemyksen kunnioittamista, palautteen antamista ja vastaanottamista. Opettajat näkevät tämän vahvistavan koko koulun välistä yhteisöllisyyttä ja halukkuutta auttaa jokaista kouluyhteisön jäsentä.

Liikuntatunneilla paritehtävät on erinomainen tapa harjoituttaa kaveritaitoja. Paria pystyy vaihtamaan monta kertaa, niin mielenkiinto ja motivaatio pysyy siinä harjoittelussa... (H5)

Liikuntatunneilla toimitaan lähes aina ryhmässä, siellä tehdään parin kanssa paljon töitä samalla kun kehitetään omia motorisia taitoja, mutta niitä kehitetään toisten kanssa. (H1)

Meillä on kummiluokan kanssa yhdessä liikuntatunnit, niin siinä on kiva, kun isokummi on apuna. Lapsille on kivempaa, kun ohjaus tulee siltä kummilta tai vertaiselta sen sijaan, että se aina tulee aikuiselta. (H3)

Haastatteluista käy ilmi, että monipoliset liikuntatilanteet ja -harjoitteet tarjoavat oppilaille mahdollisuuksia toisten auttamiseen, asemaan asettumiseen ja tunteiden ymmärtämiseen. Systemaattisen harjoittelun tuloksena oppilaat alkavat kannustamaan ja tukemaan omia luokkakavereita oma-aloitteisesti. Tulokset osoittavat, että empatiakyvyn ja toisen asemaan asettumisen kehittyminen vahvistaa ryhmän positiivista yhteishenkeä sekä myötätunnon kokemista toisia kohtaan. Tulokset puoltavat Avolan ja Pentikäisen (2020, 95 & 218) näkemyksiä. Tunnetaidot edistävät omien ja toisten tunteiden tunnistamista, joilla on yhteys empatian kokemiseen ja taitoon asettua toisten asemaan. Haastavassa tilanteessa yksilö pyrkii myötätuntoisesti auttamaan ja helpottamaan toisen tilannetta.

Parhaimmassa tapauksessa nää kaveritaidot näkyy kannustamisena ja muitten onnistumisille hurraamisena. (H4)

Oppilaat oppivat tukemaan toisia, kannustamaan ja olemaan apuna. (H1)

Miten autat kaveria, jos sitä esimerkiksi jännittää mennä veden alle. Tällaisia tilanteita on kiva seurata aikuisena, koska ne tarjoaa tilaisuuksia muiden kuuntelemiseen, oman mielipiteen ilmaisuun ja kykyyn asettua toisen asemaan. (H3)

Aineistosta selviää, että kaveritaitojen oppiminen tapahtuu tehokkaimmin käytännön tilanteiden ja oppilaan omien kokemusten kautta. Tällöin opittu asia on helpompi siirtää osaksi oppilaan jokapäiväistä toimintaa ja vuorovaikutusta. Opettajien mukaan on oleellista huomioida lasten kokemusmaailma, jotta opittu asia ei jäisi irralliseksi. Tulokset osoittavat, että kaveritaitojen opettaminen alkuopetuksen liikuntatunneilla ei aina edellytä tarkkaa ennakkosuunnittelua, sillä arjen tilanteet tarjoavat luonnollisia mahdollisuuksia näiden taitojen harjoitteluun. Tärkeää on, että opettaja toteuttaa opetustaan monipuolisesti sisällyttäen toimintaan erilaisia ryhmä- ja pariharjoitteita erilaisissa oppimisympäristöissä.

Toki niitä harjoitellaan ja käydään läpi teorian tasolla, mutta se ei oo niin toimivaa kuin oppilaan omat kokemukset ja kantapään kautta opitut kokemukset. (H4)

Mun mielestä parhaita tilanteita on, kun pohditaan porukalla siinä hetkessä, että mitä on tapahtunut, miltä toisesta tuntuu, miltä sinusta tuntuu, miltä minusta opettajana tuntuu ja näin... (H2)

Kaikista opettavaisimpia on esimerkiksi siellä liikuntatunneilla toiminnan ohessa ilmenneet haasteet. Ne on niitä tilanteita, joita oppilas todennäköisimmin kohtaa myös omalla vapaa-ajalla ja siksi niistä keskustelu ja niihin huomionkiinnittäminen on tärkeää. (H6)

5.2.3 Pedagogiset valinnat tukemassa kaveritaitoja

Haastateltavat kokevat omaavansa hyvät pedagogiset taidot ja valmiudet kaveritaitojen opettamiseen. Opettajat kuvailevat, että liikuntatunneilla haastavia tilanteita voidaan vähentää ja hallita ennakoinnilla ja tarvittavilla suunnitelman muutoksilla. Ennakointi voi liittyä heidän mukaansa positiivisen palautteen antamiseen, harjoitteiden ja ryhmäjakojen ennalta suunnitteluun tai yhteisiin ennakoiviin keskusteluihin. Tilanteet, jotka vaativat ennakointia yhdistyvät opettajien näkemyksien mukaan usein odottamiseen, siirtymiin ja oman toiminnan säätelyyn. Vaikka osa tilanteista voidaan ennaltaehkäistä huolellisella suunnittelulla, pettymyksiä ja haasteita ei voi koskaan täysin välttää.

Opettaja voi ennakoida haastavia tilanteita omilla valinnoillaan. Tän lisäksi, jos esimerkiksi ryhmätyöskentely ei onnistu opettaja voi ohjata tilanteessa tai sitten vielä muuttaa ryhmiä. (H1)

Usein ne tulee niin että mie tunnistan jo etukäteen, että tää on asia mikä tulee vaikka ennakoida. (H3)

Tottakai voi miettiä, millä tavoin sää voit ennaltaehkäistä niitä tilanteita. Mutta kyllä niitä tilanteita tulee, joissa oppilaat pettyy, vaikka sää kuinka pyrit niitä ennaltaehkäisemään. Mutta kyllä ennakkovalmistautuminen auttaa. (H4)

Kolme haastateltavaa tuovat ilmi, että kaveritaitojen harjoittelussa opittavaa asiaa voidaan korostaa nimeämällä opittava taito ja asettamalla toiminnalle selkeä tavoite. Heidän mukaansa

oleellista on, että harjoiteltava taito tehdään näkyväksi oppilaille, jotta lapsi voi säädellä toimintaansa tavoitteen mukaisesti. Tavoitteena voi olla esimerkiksi kaverin kannustaminen, auttaminen tai pallottelu tasapuolisesti jokaisen joukkuekaverin kanssa. Tulokset osoittavat, että pitkällä tähtäimellä taitojen korostaminen ja niiden mukaan toimiminen edistävät kaveritaitojen automatisoitumista osaksi oppilaiden itsenäistä toimintaa.

Minun pedagogiikassani on hyvin vahvasti taitojen harjoittelu, että nimeään se taito. Opettaja voi esimerkiksi sanoa, että tää on nyt sellainen tehtävä, missä harjoitellaan ryhmätyötaitoja. (H3)

Opettaja voi myös antaa tavoitteita, että nyt voittamisen sijaan harjoitellaankin sitä, että syötellään kaverille helppoja syöttöjä, annetaan positiivista palautetta ja kannustetaan muita. (H6)

Kaveritaitoja voi harjoitella yhdistämällä niihin suullisesti erilaisia tavoitteita. (H2)

Tuloksissa korostuu, että kaveritaitojen harjoittelu vaatii paljon toistoja, systemaattista harjoittelua ja rutiineja. Haastateltavat painottavat, että kaveritaitojen harjoittelu ei rajoitu yksittäisiin tilanteisiin, vaan opitun taidon tulee olla hyödynnettävissä monissa eri tilanteissa. Aineistosta nousee esiin rutiinien merkitys kaveritaitojen oppimiselle. Viisi haastateltavaa tuovat ilmi, että toistot ja rutiinit edistävät kaveritaitojen johdonmukaista harjoittelua, mikä esimerkiksi vahvistaa tilanteiden sujuvuutta, taitojen pysyvyyttä ja soveltamista arjen eri tilanteissa. Heidän mukaansa rutiinit ja tutut harjoitteet luovat oppilaille turvallisuuden tunnetta, vähentävät psykistä kuormitusta ja tunteiden kuohuntaa. Lisäksi rutiinit ja tutut harjoitteet auttavat lapsia ennakoidaan tunnin kulkua ja keskittymään opettavien taitojen harjoitteluun.

Kaveritaitojen harjoittelun tulisi sisältää paljon toistoja ja erilaisia tilanteita. Se ei riitä, että osaan toimia yhdessä tilanteessa tietyllä tavalla, vaan mun pitää osata hyödyntää sitä samaa taitoa monessa eri tilanteessa. (H3)

Tärkeätä kuitenkin on, että niitä kaveritaitoja harjoiteltais päivittäin ja rutiininaomaisesti, eikä vain silloin tällöin kun on aikaa. (H1)

Opettajan pitäisi tiedostaa, että niitä tulisi harjoitella sillä tavalla johdonmukaisesti ja ihan suunnitelmallisesti, jotta ne kaveritaidot kehittyvät vahvaksi lapselle. (H5)

Kaikki haastateltavista mainitsevat, että oppilaantuntemus, tunnelukutaito ja läsnäolo ovat taitoja, joita kasvattaja tarvitsee opettaessaan kaveritaitoja. Opettajat kokevat, että liikuntatuntien tilanteet tarjoavat merkityksellisiä mahdollisuuksia havainnoida oppilaiden sosioemotionaalaisia taitoja käytännön tilanteissa. Tämä auttaa ymmärtämään oppilaiden tuen tarpeita paremmin ja tukemaan niitä havaintojen pohjalta. Tulokset osoittavat, että opetuksen suunnittelussa ja toteutuksessa on oleellista huomioida lasten ikä- ja kehitystaso sekä mielenkiinnon kohteet. Sekä opettaja että oppilaat hyötyvät siitä, että ryhmän jäsenet oppivat tuntemaan toisensa. Tämä luo opettajien näkemysten mukaan oppilaiden ja opettajien välille luottamusta, jolloin vaikeista tunteista on helpompaa keskustella ja oppimisesta voidaan tehdä mielekkäämpää. Aineistosta selviää, että oppilaantuntemus edesauttaa lasten tunteiden ja toiminnan ymmärtämistä, empatian kokemista ja tunneälyn hyödyntämistä muuttuvissa tilanteissa. Nämä asiat puolestaan edistävät ennakkoinnin onnistumista, haastavien tilanteiden käsittelyä sekä yksilöllisen tuen antamista.

Opettaja tarvitsee oppilastuntemusta. Se on tärkeintä ehkä siinä kaveritaitojen harjoittelussa. Opettajan pitää miettiä, miten pelit ja leikit soveltuvat sen ikäisille ja just sille ryhmälle. (H1)

Totta kai hirveästi vaikuttaa se oppilaantuntemus ja, että ootko sä itse näkemässä niitä tilanteita... (H4)

Oppilaantuntemus auttaa mua opettajana ymmärtämään oppilasta paremmin. Ja sit myös oppilas alkaa luottamaan muhun kun mä ymmärrän hänen tunteita ja teen sen sille selväksi, että oon hänen tukena. (H6)

Tuloksista selviää, että keskustelu on tärkeää erityisesti silloin, kun tilanne olisi voitu hoitaa toisin. Haastateltavat tuovat ilmi, että keskustelussa on merkityksellistä opettaa oppilaita keskustelemaan rauhallisesti ja sanoittamaan tunteita rakentavalla tavalla. Opettajien mukaan tavoitteena on, että oppilaat oppisivat mallintamaan, kuinka tilanteet tulisi jatkossa ratkaista vastuullisesti myös ilman opettajaa. Sekä oppilaiden että opettajan on hyvä muistaa, että

kaveritaitojen oppiminen vie aikaa. Tämän vuoksi tilanteissa on tärkeää pysyä rauhallisena ja ymmärtää, että oppilaat harjoittelevat vasta tunteisiin ja vuorovaikutukseen liittyviä osa-alueita.

Kaveritaitoja harjoitellaan porukalla yhdessä keskustellen ja pohtien. (H6)

Opettajalta vaaditaan sitä, että aikuinen ei mene lapsen tunteeseen mukaan vaan, että ollaan yhdessä sen tilanteen äärellä ja keskustellaan, miksi toimit näin ja miten voisit ensikerralla toimia tässä tilanteessa. (H3)

Alkuopetuksessa on turvallinen ympäristö harjoitella niitä kaveritaitoja. Siellä on aikuinen, joka ohjaa, miten esimerkiksi ristiriitatilanteessa toimitaan, miten se tilanne selvitetään ja miten se kuuluisi oikein selvittää. (H2)

Kaikki haastateltavat kokevat vahvuusperustaisen opetuksen toimivaksi pedagogiseksi valinnaksi ja metodiksi. Opettajat tuovat ilmi, että haastavien tilanteiden ohessa on yhtä tärkeää korostaa positiivisia tilanteita ja onnistumisia. Haastateltavien näkemyksien mukaan esimerkillisen toiminnan mallintaminen, korostaminen ja sanallistaminen on tehokas keino motivoida oppilaita kehittymään positiivisen palautteen mukaisesti. Positiivisten tilanteiden näkyväksi tekeminen muodostavat vahvan perustan kaveritaitojen kehittämiseksi ja myönteisen ryhmädynamiikan luomiselle. Pienetkin positiiviset huomiot ja palautteet kärsivällisestä tai maltillisesta käytöksestä voivat merkittävästi vahvistaa näitä taitoja ja samalla vähentää epätoivottua käytöstä (Avola & Pentikäinen 2020, 80).

Myös positiiviset asiat kuuluu mun mielestä nostaa kaikille esiin, koska se vahvistaa kaikkien kaveritaitoja ja halua kehittyä. (H2)

Ope voi sanoa, että voi täällä on oppilas kaatuneena ja sitten heti näyttää omaa ojentamaa kättä, niin ihan varmasti seuraavalla oppitunnilla joku lapsista tekee sen saman, kun huomaa jonkun kaatuneena. Korostaisin, että omalla esimerkillä ja tilanteiden sanallistamisella tekee jo paljon. (H5)

5.2.4 Resurssihaasteet

Tuloksissa korostuu, että liikuntatuntien kiireinen luonne ja opettajan fyysisen läsnäolon tarve vaikeuttavat kaveritaitojen oppimisen tukemista. Neljä opettajaa sanoo kokevansa

riittämättömyyden tunnetta kaveritaitojen tukemisessa. Alkuopetuksen liikuntatilanteet ovat nopeatempoisia, mikä vaikeuttaa puuttumista jokaiseen haastavaan tilanteeseen riittävällä läsnäololla. Tilanteiden käsittely edellyttäisi opettajalta jatkuvaa tarkkaavaisuutta ja aktiivista osallistumista, jotta oppilaat saisivat tarvitsemaansa ohjausta sosioemotionaalisten taitojen kehittämiseen. Haastateltavat tiedostavat kuitenkin olevansa ihmisiä ja, että opetukseen tarvittaisiin lisäresursseja. Lisäämällä resursseja voitaisiin tehokkaammin huomioida oppilaiden yksilölliset tarpeet ja tarjota tukea haastavissa tilanteissa.

Se on tietysti haaste, että liikuntatunnit on tosi hektisiä ja tilanteet tulee nopeasti.. (H1)

Osa tilanteista jää käsittelemättä semmoisen hetkisyyden takia, mutta senhän taakse ei saisi aikuinen mennä seisomaan. (H2)

Jos vaan jotenkin löytäisi sen ajan siinä hektisyyden lomassa ja että pysähtyisi siihen tilanteeseen. Mutta aina ei oo vaan aikaa sille. (H6)

Haastatteluissa tuodaan ilmi, että opettajat kokevat suurten ryhmäkokojen hallinnan olevan merkittävä haaste kaveritaitojen opettamisessa liikuntatunneilla. Tilanneherkkiä hetkiä jää helposti huomiotta, kun opettajalla on rajalliset mahdollisuudet puuttua jokaiseen tilanteeseen. Oppilaiden voimakkaat tunnereaktiot voivat entisestään vaikeuttaa ryhmän hallintaa ja sujuvaa toimintaa, erityisesti silloin, kun opettaja vastaa yksin koko ryhmästä. Tulokset osoittavat, että suuremmat resurssit auttaisivat esimerkiksi oppilaiden jakamista pienempiin ryhmiin ja eriyttämistä taitotason mukaisesti. Tämä edistäisi niin motoristen-, sosioemotionaalisten taitojen kuin kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemista.

Ihan sellainen käytännönjuttu, että välillä voi olla suuret ryhmäkoot, että siinä jää niitä tilanteita huomioimatta, joihin olisi pitänyt keretä puuttua. (H2)

Sitten, ku se tulee, että oppilaalle käy jokin tilanne liian raskaaksi ja hän lähtee tilasta ovet paukkuen niin sittenhän sää oot aika pulassa jos sää oot yksin sen ryhmän kanssa... (H4)

Yhden opettajan tulisi samanaikaisesti opettaa, ratkaista haastavia tilanteita ja tukea oppilaiden yksilöllistä oppimista ilman, että muun ryhmän toiminta häiriintyy. Se on välillä todella haastavaa... (H6)

Tuloksista selviää, että alkuopetuksessa lasten kaveritaitojen kehityksessä on merkittäviä eroavaisuuksia, mikä asettaa lisähaasteita liikunnanopetukselle ja ryhmänhallinnalle. Kehittyvässä olevat tunteiden säätelytaidot vaativat aikuisilta paljon läsnäoloa, ohjausta, kuuntelua ja tilanteiden avaamista. Opettajien näkemyksien mukaan oppilaiden kehityserot sosioemotionaalisissa taidoissa voivat olla täysin eri lähtöviivalla. Lapset, jotka eivät ole saaneet aikuisten kanssa myönteisiä tunnekokemuksia tarvitsevat ammatilliselta paljon enemmän myönteistä mallia ja säätelytukea, jotta lapsi alkaa sisäistämään taitoja omaan toimintaansa. Haastateltavat kuvailevat, että kasvattajan tehtävänä ei ole johdatella lasta vastaamaan aikuisen haluaman vastauksen mukaisesti. Keskustelujen tavoitteena on, että lapsi tulisi tietoiseksi omista tunteistaan ja ajatuksistaan. Kuitenkaan keskustelu ei tuota tulosta, jos lapsi ei näe omassa käytöksessään väärää.

Ehkä se ikä tuo niitä haasteita, että ymmärrys on vielä rajallista, mutta sitä varthenhan me aikuiset ollaan olemassa, että me avataan tilanteita ja kerrotaan, miten erilaisissa tilanteissa kuuluu toimia ja perustellaan vielä, että miksi. (H5)

Taidot voi olla alkuopetus ikäisillä lapsilla vielä hyvin erilaiset, mikä haastaa opetustilanteita. (H1)

Tutkimuksesta käy ilmi, että kaveritaitojen kehittämistä vaikeuttavat erityisesti puutteet itsesäätelytaidoissa. Ne ovat opettajien näkemyksien mukaan yleisiä monilla nykypäivän lapsilla ja nuorilla, mikä tekee heidän sosiaalisten taitojen oppimisesta haastavampaa ja aikaa vievämpää. Tuloksista käy ilmi, että haasteet korostuvat etenkin suurissa oppimisympäristöissä ja inklusivisissa ryhmissä, usean oppilaan kohdatessa samankaltaisia vaikeuksia. Haastateltavien mukaan opettajat tarvitsisivat tällöin enemmän henkilöresursseja tukeakseen oppilaiden kehitystä. Levottomuus nähdään silloin ongelmana, kun se häiritsee merkittävästi muita lapsia tai haittaa lapsen omaa osallistumista ryhmän toimintaan. Mikäli lapsi on jäänyt ilman asianmukaista tukea oppiminen, oman toiminnan arvioiminen ja suunnittelu voivat näkyä oppilaan alisuoriutumisena koulussa. (Ahonen 2017, 37.)

Haasteita on semmoiset itsesäätelytaitojen puutteet, joita aika monella nykylapsella, nuorella ja aikuisillakin on. Jos itsesäätelytaidot on hyvin aluillaan tai heikot niin sitten kaveritaitojen kehittäminen on haastavampaa. (H5)

Siinä se näkyy erityisesti se haaste, että kun on iso tila ja tosi monella on niitä tosi isoja haasteita niissä kaveritaidoissa. (H4)

Opettajien näkemyksissä korostuu useita haasteita, jotka liittyvät kaveritaitojen opettamiseen alkuopetuksen liikuntatunneilla. Keskeisiä teemoja haasteisiin liittyen ovat liikuntatuntien hektinen luonne, suuret ryhmäkoot ja resurssipula. Nämä haasteet voivat estää opettajien mahdollisuuksia tukea kaveritaitoja parhaalla mahdollisella tavalla. Tulokset osoittavat, että riittävä aikuisen läsnäolo, johdonmukainen ja systemaattinen kaveritaitojen harjoittelu ovat avainasemassa kaveritaitojen kehittymisen tukemisessa ja koulumaailmaan sopeutumisessa.

6 Pohdinta

6.1 Tulosten yhteenveto ja johtopäätökset

Tutkimukseni tulokset muodostuvat opettajien näkemyksistä kaveritaidoista ja niiden merkityksestä ja harjoittelusta alkuopetuksen liikuntatunneilla. Tutkimusaineisto muodostui luokanopettajien ja liikunnan opettajien haastatteluista. Aineistosta nousi esiin kaksi pääteema, jotka ovat: kaveritaidot ja niiden merkitykset sekä kaveritaitojen opettaminen alkuopetuksen liikuntatunneilla. Nämä pääteemat vastaavat tutkimuskysymykseeni sisältäen tarkentavia alateemoja.

Tässä luvussa tarkastelen tutkimukseni tuloksia sekä tarkastelen niitä suhteessa aiempaan kirjallisuuteen ja tutkimustuloksiin. Tulosten yhteenvetona pohjalta teen johtopäätökset. Luvun lopussa arvioin tutkimukseni luotettavuutta ja eettisyyttä sekä esitän päätössanat ja pohdin mahdollisia jatkotutkimusaiheita.

6.1.1 Opettajien näkemykset kaveritaidoista ja niiden merkityksestä

Kaikki haastateltavat kuvailivat kaveritaitojen ja niiden harjoittelun integroituvan luonnolliseksi osaksi alkuopetusta. Kaveritaidot ymmärrettiin harjoiteltavina sosiaalisina ja emotionaalisina arjentaitoina, jotka korostuvat päivittäisessä toiminnassa. Opettajien näkemyksien mukaan kaveritaitojen harjoittelulta ei voida välttyä, sillä arjen vuorovaikutustilanteet pakottavat niiden harjoitteluun yhteistyössä erilaisten ihmisten kanssa. Laaksonen (2022, 61) tuo esille samansuuntaisia näkemyksiä. Hänen mukaansa kaveritaitojen harjoittelu korostuu arjen tavallisissa vuorovaikutustilanteissa lapsille luonnollisissa ympäristöissä, jolloin taitoja voidaan tarkkailla parhaimmillaan ja ne voidaan siirtää osaksi toimintaa.

Tulokset osoittivat, että kaveritaitojen lähtökohtana on minätietoisuus itsestä toimijana. Opettajat kuvailivat haastatteluissaan, että itsensä ja muiden kanssa toimeen tuleminen on edellytys hyvinvoinnin kokemiselle. Aineistosta selvisi, että yksilön on osattava tunnistaa, arvioida ja säädellä omia tunteita ennen kuin voidaan muun muassa huomioida toisten tunteita ja kuulla toisia aidosti. Haastateltavien mukaan minätietoisuus ja tunteiden säätely edistävät taitoa kokea esimerkiksi empatiaa ja reflektoida omaa toimintaa vuorovaikuttajana. Tulokset ovat linjassa

aikaisempien tutkimusten kanssa. Mitä avoimempia olemme omille tunteille, sitä taitavammin osaamme lukea muiden tunteita ja asettua toisten asemaan (Goleman 1995, 96). Yksilö, joka omaa taidon kokea ja osoittaa empatiaa on myös sosiaalisesti tietoinen vuorovaikuttaja. Jotta pystymme hallitsemaan haastavissa tilanteissa sisäistä tunteiden kuohuntaa ja toimimaan tulee meidän osata säädellä omia tunteita ja toimia vastuullisesti. Tämä edellyttää minätietoisuutta ja itsesääätelytaitoja. (Purushothaman 2021, 107.) Voidaan todeta, että kaveritaidot perustuvat minätietoisuuteen, joka mahdollistaa omien ja muiden tunteiden tunnistamisen sekä taidon johtaa itseä.

Tuloksissa ja aiemmassa kirjallisuudessa kuvaillaan, että tunteet ohjaavat toimintaa (Mayer & Salovey 1990; Goleman 1995; Purushothaman 2021; Jääskinen & Pelliccioni 2017). Arjen tilanteet, joissa toimintaa arvioidaan ja säädellään tunteiden pohjalta tarjoavat erinomaisia mahdollisuuksia oppimiseen. Sosioemotionaalisten taitojen opettelua ei tulisi nähdä erillisenä osa-alueena, vaan ne tulisi kytkeä mahdollisimman tiiviisti yksilön koko persoonallisuuteen ja toimintaan. Tunteet heijastuvat oppilaiden verbaaliseen ja nonverbaaliseen viestintään. (Villas Boas Junior ym. 2024, 2). Systemaattisella sosioemotionaalisten taitojen kehittämisellä voidaan korjata sopimattomia käyttäytymismalleja ja ennaltaehkäistä niiden kehittymistä (Lam & Wong 2017, 5). Systemaattinen ja johdonmukainen harjoittelu edistää puolestaan myönteisiä tunnekokemuksia ja kaveritaitojen kiinnittymistä osaksi toimintaa. Tämä auttaa lasta tuntemaan itsensä arvostetuksi vertaisryhmässään ja saamaan turvallisia ja positiivisia kokemuksia itsestä vuorovaikuttajana. (Laaksonen 2022, 41.) Voidaan todeta, että kaveritaitojen pitkäjänteinen harjoittelu edistää yksilön taitoa toimia vastuullisesti vertaisryhmässä sekä taitoa ylläpitää ja solmia ystävyys-suhteita.

Tulokset osoittivat, että oppilailla on opettajien mukaan suuria tasoeroja sosioemotionaalisissa taidoissa saapuessaan kouluun. Pakollisen esiopetuksen lisäksi oppilailla on suuria eroja siinä, kuinka paljon kaveritaitojen oppimista on vaadittu ja opetettu. Haastateltavien mukaan oleellista on harjoitella jokaisen yksilön kanssa kaveritaitoja hänen omalla taitotasollaan. Aineistosta nousi esiin, että kaveritaitojen harjoittelu ja tukeminen hälventävät näkyviä tasoeroja ja sopeutumista sosiaaliseen ympäristöön. Opettajat kuvailevat, että jo alkuopetusikäisten lasten kanssa voidaan puhua kiusaamisesta ja syrjinnästä. Perusopetuksen opetussuunnitelmaan (2014) on kirjattu, että vuosiluokilla 1–2 opetuksen tavoitteena on kehittää oppilaiden myönteistä käsitystä itsestä koululaisena ja oppijana. Toiminnassa painotetaan yhdessä toimimista ja

vastuunottoa omasta toiminnasta. Sosioemotionaalisten taitojen yhdeksi harjoittelun tavoitteeksi on määritelty syrjinnän ja kiusaamisen ehkäisy sekä positiivisen minäkuvan vahvistaminen.

Opettajat korostivat, että yksilön on tultava toimeen itsensä ja muiden kanssa voidakseen hyvin. Myös Laaksonen (2022, 40) nostaa esiin huolen koulumaailmassa ilmenevästä ulkopuolisuudesta ja syrjimisestä. Jos lapsi jää vertaisryhmänsä ulkopuolelle, häneltä jäävät puuttumaan ryhmän myönteiset vaikutukset, ja samalla hänen riskinsä joutua kiusatuksi kasvaa. Laaksonen kuvailee, että torjunta voi johtaa kielteiseen kierteeseen, jossa lapsi alkaa käyttäytyä haastavasti, mikä puolestaan vahvistaa hänen syrjäytymistään. Haastateltavien mukaan sosioemotionaalisten taitojen tukemisella voidaan ehkäistä syrjinnän ja kiusaamisen esiintyvyyttä arjessa sekä tukea oppilaiden hyvinvointia.

Haastatteluista selvisi, että sääntöjen ja normien mukaan toimiminen opettaa oppilaita toimimaan vuorovaikutustilanteissa muut ihmiset huomioiden. Opettajien mukaan luokan ja koulun toimintakulttuurin mukaan toimiminen harjoittaa pitkällä aikavälillä vastuullista päätöksentekoa, oman toiminnan säätelyä ja taitojen automatisoitumista osaksi itsenäistä toimintaa. Tuloksien mukaan tämä on tärkeää, koska kaveritaitoja tarvitaan läpi elämän lapsuudesta vanhuuteen saakka. Kun oppilaat oppivat sisäistämään säännöt ja normit osaksi arjen toimintaa vuorovaikutus muuttuu tietoiseksi, minätietoisuus kehittyy ja oppilas oppii johtamaan omaa toimintaansa vastuullisesti kehittämällä ihmissuhdetaitojaan. Sosioemotionaalisen toimintakyvyn tukemisella lapsi oppii noudattamaan erilaisia tunnesääntöjä. Pitkällä aikavälillä lapsen sosiaalinen asema vakiintuu ja muun muassa aggressiivinen käyttäytyminen vähenee. (Kokkonen 2017, 190.)

Kaveritaidot eivät ole pelkästään yksittäisiä sosiaalisia- tai emotionaalisia taitoja. Sosioemotionaaliset taidot rakentavat suuremman kokonaisuuden lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle. (Ahonen 2017, 13.) Tulokset tukevat Kuviossa 1 (s. 9) esitettyä jäsenystä kaveritaitojen keskeisistä näkökulmista, joissa kaveritaidot yhdistyvät sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kanssa. Yhteenvetona voidaan todeta, että kaveritaidot integroituvat keskeiseksi osaksi alkuopetuksen arkea ja koulun toimintakulttuuria. Sosioemotionaalisten taitojen harjoittelu on olennainen ja välttämätön osa koulupäivää. Kaveritaidot kehittyvät arjen vuorovaikutustilanteissa yhteistyössä erilaisten ihmisten kanssa, joista kouluarki koostuu. Kaveritaitoja ei tule nähdä erillisinä taitoina, vaan ne kytkeytyvät luontevasti yksilön ja yhteisön toimintaan. Systemaattinen harjoittelu edistää myönteisiä tunnevuorovaikutuksia, mikä muun muassa tukee

ryhmän sujuvaa ja vastuullista toimintaa. Kaveritaidot eivät ole vain yksittäisiä sosiaalisia tai emotionaalisia taitoja, vaan ne muodostavat perustan lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle, hyvinvoinnille ja yhteiskuntaan kasvamiselle. Tästä syystä niiden harjoittelun tulisi olla systemaattista, pitkäjänteistä ja harjoittelu tulisi aloittaa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

6.1.2 Opettajien näkemykset kaveritaitojen opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla

Toinen aineistosta esiin noussut pääteema käsitteli haastateltavien näkemyksiä kaveritaitojen opettamisesta alkuopetuksen liikuntatunneilla. Pääteemaan liittyen aineistosta tunnistettiin seuraavat alateemat: *kaveritaitojen ymmärrettävyys liikunnan opetussuunnitelmassa, pelit, leikit ja yhdessä oppiminen, pedagogiset valinnat tukemassa kaveritaitoja sekä resurssihaasteet*. Opettajien mukaan nämä teemat tulee ottaa huomioon kaveritaitoja opettaessa ja niiden opetussäiltöjä suunniteltaessa.

Kaveritaitojen ymmärrettävyys liikunnan opetussuunnitelmassa

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että opettajien näkemyksen mukaan kaveritaidot integroituvat luonnollisesti alkuopetuksen liikuntatunneille. Tulokset ja aiemmat tutkimukset tukevat toisiaan. Kokkonen (2017, 194) tuo ilmi, että liikunnan oppiaineeseen sisältyy muita oppiaineita enemmän sosiaalisia- ja emotionaalisia taitoja vaativia tilanteita. Oppilaille tulee jatkuvasti tilanteita, jotka edellyttävät esimerkiksi vastuun ja avun antamista, ottamista sekä toiseen luottamista. Haastateltavien mukaan opetussuunnitelmassa kaveritaidot näkyvät erityisesti yhdessä oppimisena, yhteistyötaitoina, sääntöjen noudattamisena sekä taitona johtaa omaa toimintaa vastuullisesti.

Perusopetuksen opetussuunnitelmaan (2014, 148–149) on kirjattu, että sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä painotetaan kahdessa kolmesta vuosiluokkien 1–2 liikunnan sisältöalueesta. Sosiaalista toimintakykyä kehitetään leikeillä, tehtävillä ja peleillä, joissa oppilaat toimivat yhdessä, oppivat auttamaan toisiaan ja toimimaan sääntöleikkien mukaisesti. Psyykkistä toimintakykyä puolestaan vahvistetaan valitsemalla tehtäviä, jotka tuottavat iloa ja onnistumisen kokemuksia. Samalla oppilaat pääsevät kohtaamaan tuetusti erilaisia tunteita vaihtelevissa tilanteissa, kuten peleissä ja kisailuissa. Kaveritaitojen merkitys opetussuunnitelmassa jää kuitenkin opettajien näkemyksien mukaan tulkinnanvaraiseksi. Heidän mukaansa opetussuunnitelman

ymmärtäminen vaatii kuitenkin tavoitteiden sisäistämistä. Voidaan todeta, että selkeämmät tavoitteet ja opetussisällöt auttaisivat varmistamaan, että sosioemotionaaliset taidot saavat niille kuuluvan painoarvon.

Pelit, leikit ja yhdessä oppiminen

Aineistosta ilmeni, että pelit, leikit ja siirtymät monipuolisissa oppimisympäristöissä edistävät merkittävästi kaveritaitojen kehittymistä. Näissä tilanteissa oppilaat harjoittelevat yhteistyötä, odottamista, ohjeiden kuuntelemista sekä sääntöjen ja normien noudattamista. Kaveritaitojen soveltaminen edellyttää kykyä toimia joustavasti erilaisissa tilanteissa, ympäristöissä ja erilaisien ihmisten kanssa. Opettajat korostivat, että erityisesti voitto- ja tappiotilanteet sekä ryhmäjaot tarjoavat arvokkaita oppimismahdollisuuksia tunteiden säätelyyn ja oman toiminnan reflektointiin. Näitä hetkiä pidetään keskeisinä yhteistyötaitojen ja ryhmädynamiikkaan sopeutumisen harjoittelussa. Opettajat painottavat kuitenkin aikuisen roolia ja pedagogisia ratkaisuja näissä tilanteissa, jotta oppilaita voidaan ohjata positiiviseen ja toisia kunnioittavaan vuorovaikutukseen. Opettajien näkemykset ovat linjassa perusopetuksen opetussuunnitelman (2014, 148) kanssa. Liikunta tarjoaa muun muassa osallisuuden ja sosiaalisen kanssakäymisen mahdollisuuksia sekä tilaisuuksia leikinomaiseen kilpailuun ja muiden auttamiseen. Liikuntatilanteissa oppilaat tarvitsevat kuitenkin taitoa sekä tukea itsehillinnän, tunteiden säätelyn ja myönteisen minäkuvan kehittämiseen.

Tutkimuksesta kävi ilmi, että kaveritaitojen oppiminen tapahtuu parhaiten kokemuksellisen oppimisen kautta, jossa tunteet, tekeminen ja omat oivallukset ovat keskiössä. Opettajien mukaan arjen tilanteet tarjoavat erinomaisia mahdollisuuksia kaveritaitojen harjoitteluun. Jääskinen ja Pelliccioni (2017, 170) korostavat, että tunnetaidot eivät kehity pelkästään kuuntelemalla ja keskustelemalla, vaan niitä on harjoiteltava, tutkittava ja koettava arjen tilanteissa. Heidän mukaansa oppilaille jää pysyvin muistijälki kokemuksellisesta oppimisesta, jossa tunteet, tekeminen ja omat oivallukset korostuvat. Erityisesti pari- ja ryhmätehtävät sekä vertaisoppiminen tukevat oppilaiden sosioemotionaalisten taitojen kehittymistä. Opettajien mukaan tehokas tapa oppia kaveritaitoja on pysähtyä yhdessä pohtimaan sosiaalisia ja tunnetaitoja arkisissa tilanteissa. Kun tilanteita ratkotaan ja käsitellään toiminnan lomassa, oppilaat omaksuvat positiivisia käyttäytymismalleja. Voidaan todeta, että tämä edistää oppilaan taitoa soveltaa kaveritaitoja itsenäisesti vertaisten ja muiden ihmisten kanssa.

Opettajien mukaan arkipäiväiset tilanteet tarjoavat otollisia mahdollisuuksia kaveritaitojen harjoitteluun. Erityisesti pari- ja ryhmätehtävät sekä vertaisoppiminen tukevat tehokkaasti oppilaiden sosioemotionaalisia taitoja. Opettajien näkemyksien mukaan kaveritaitojen oppiminen tapahtuu tehokkaimmin arkipäivän tilanteissa, joissa pysähdytään yhdessä miettimään sosiaalisia- ja tunnetaitoja. Tällöin oppilaan on helpompaa mallintaa positiivisia käyttäytymismalleja osaksi toimintaa, kun tilanteita ratkotaan ja pohditaan tekemisen yhteydessä. Vertaisten kanssa lapset harjoittelevat ja hyödyntävät kaveritaitoja. Kaveritaitojen harjoittelun tulisi olla leikkisää, ja oppimisen iloa edistävää yhdessä toimimista. Kasvattajan on merkityksellistä varmistaa, että kaikki lapset saavat mahdollisuuden osallistua erilaisiin harjoitteisiin ja vuorovaikutustilanteisiin lasten ja aikuisten kanssa. (Laaksonen 2022, 112.)

Pedagogiset valinnat tukemassa kaveritaitoja

Alkuopetuksen opettajat kokivat pedagogiset valinnat merkittäväksi osaksi kaveritaitojen opetusta vuosiluokkien 1–2 liikuntatunneilla. Haastateltavien näkemyksien mukaan ennakointi, toistot ja systemaattinen harjoittelu ovat keskeisiä tekijöitä, jotka edistävät oppilaiden sosioemotionaalisten taitojen kehittymistä. Aineisto osoitti, että oppilaiden sosioemotionaalisten taitojen kehittäminen edellyttää johdonmukaista ja systemaattista harjoittelua, jossa keskeistä on taitojen näkyväksi tekeminen ja niiden toistaminen erilaisissa tilanteissa. Tulokset tukevat Laaksosen (2022, 114) näkemyksiä, että leikkejä ja harjoitteita valitessa olisi oleellista miettiä, mitä harjoitteella halutaan tavoitella. Aikuinen voi esimerkiksi sanallistaa harjoitteen ohjeen, tavoitteen ja työskentelyvaiheet. Pitkällä tähtäimellä lapsi oppii johtamaan itseään, asettamaan tavoitteita toiminnalleen ja työskentelemään sinnikkäästi niiden saavuttamiseksi (Avola & Pentikäinen 2020, 231). Johdonmukainen ja suunnitelmallinen lähestymistapa harjoittaa soveltamaan opittuja taitoja eri tilanteissa (Talvio & Klemola 2017, 43). Voidaan todeta, että rutiinit ja toistot auttavat vahvistamaan taitojen pysyvyyttä ja niiden siirtymistä arjen vuorovaikutustilanteisiin. Haastatteluista selviää, että kaveritaitojen opetuksen tulisi olla tavoitteellista, jotta taidot voidaan omaksua ja sisäistää osaksi arkea.

Opettajat painottivat, että kaveritaitoja opitaan yhdessä tehden pohtien, kokien ja keskustellen. Keskustelemalla tunteista ja tunteiden säätelystä oppilaat oppivat mallintamaan tapoja ratkaista myös haastavia tilanteita vastuullisesti. Heidän mukaansa on oleellista, että oppilaat oppivat tunnistamaan, arvioimaan ja säätelämään tunteita omassa toiminnassa. Villas Boas Junior ja hänen kollegansa (2024, 2) kuvailevat, että tunteet vaikuttavat toimintaan eri osa-alueissa. Ensimmäinen on henkilökohtainen tunnekokemus, jonka ihminen tietoisesti tuntee, tiedostaa,

ymmärtää ja osaa ilmaista sanallisesti. Toinen osa-alue kattaa fysiologiset eli kehossa tapahtuvat muutokset, kuten verenpaineen, sydämen sykkeen tai hengityksen vaihtelut tunteen ilmeessä ja sen keston aikana. Kolmas osa-alue liittyy kognitiivisiin prosesseihin, joissa tunteet vaikuttavat ajatteluun ja reaktioihin. Lopuksi yksilön motivaatio ohjaa toimintaa kohti tiettyä arvioitua päämäärää. Villas Boas Juniorin ja hänen kollegojensa kuvaamat osa-alueet ovat yhteneviä Jääskisen ja Pelliccionin (2017, 180) tunteiden vaikutuskehän kanssa (Kuvio 2, ks. 22). Kuvio 2 toimii hyödyllisenä työkaluna kasvattajalle, jonka avulla voidaan tarkastella lasten kanssa koettuja tilanteita tunteiden, kehollisten tuntemusten, ajatusten ja näistä syntyvän toiminnan näkökulmista. Tavoitteena on tunnistaa esiin nousseet tunteet, kuvata niiden vaikutukset kehossa, pohtia niiden herättämiä ajatuksia ja analysoida, miten ne ohjaavat toimintaa. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 173–180.) Voidaan todeta, että mallintamalla tapoja ratkaista tilanteita ja tulkitsemalla tunteiden kokonaisvaikutusta, oppilas oppii säätämään omia tunteita ja toimintaansa myös itsenäisesti.

Opettajat korostivat myös oppilaiden yksilöllisten tarpeiden ja ikätason huomioimista kaveritaitojen opetuksessa. Oppilaantuntemus, tunnelukutaito ja läsnäolo ovat tärkeitä opettajan taitoja, joiden avulla voidaan tukea oppilaiden sosiaalisten taitojen kehitystä yksilölliset tarpeet huomioiden. Lasten käyttäytyminen voi vaihdella sen mukaan, millainen fyysinen ympäristö, ryhmän kokoonpano tai lasten määrä ryhmässä on. Kun opettajat arvioivat lasten sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja, heidän tulee huomioida, miten nämä sosiaaliset tekijät vaikuttavat lasten käytökseen. Ymmärtämällä lasten vuorovaikutusmalleja, voidaan paremmin ennakoida sopivimmat ryhmärakenteet ja tukea lasten sosioemotionaalista kehitystä heidän yksilöllisten tarpeidensa mukaan. (Wang ym. 2018, 275.) Oppilaantuntemus auttaa opettajaa valitsemaan ryhmälle ja yksilölle tarkoituksenmukaisia harjoitteita, jotka tukevat oppilaita yksilöllisesti, ryhmän tarpeita ajatellen (Laaksonen 2022, 103).

Opettajien näkemyksien mukaan positiivinen palaute ja onnistumisten näkyväksi tekeminen tukevat oppilaiden motivaatiota toimia hyväksi todettujen käyttäytymismallien mukaisesti myös jatkossa. Haastateltavat kuvailivat, että sekä opettajan esimerkki että sosiaalisten taitojen sanallistaminen tukevat oppilaiden kykyä mallintaa toivottua käyttäytymistä tulevilla tilanteilla. Voidaan todeta, että oppilaan tuntemus ja vahvuusperustainen pedagogiikka edistävät oppilaiden itsevarmuutta ja taitoa toimia myönteisesti vuorovaikutustilanteissa myös itsenäisesti.

Resurssihaasteet

Tutkimuksen tulokset toivat esiin myös haasteita, joita kaveritaitojen opettamiseen liikuntatunneilla liittyy. Opettajat kokivat, että liikuntatuntien kiireinen luonne ja suuret ryhmäkoot vaikeuttavat oppilaiden yksilöllistä tukemista ja haastaviin tilanteisiin puuttumista. Lisäksi varhaiset ikävuodet ja tasoerot kaveritaidoissa haastavat harjoittelua. Haastateltavat tukevat Jääskisen ja Pelliccionin (2017, 171) näkemystä siitä, että lasten kehityserot sosioemotionaalisissa taidoissa voivat olla täysin eri lähtöviivalla varhaisessa vaiheessa. Lapset, jotka eivät ole saaneet aikuisten kanssa myönteisiä tunnekokemuksia, ja turvaa tunnetilanteissa tarvitsevat ammattilaiselta paljon enemmän myönteistä mallia ja säätelytukea, jotta lapsi alkaa sisäistämään taitoja itseensä. Merkityksellistä on kuitenkin muistaa, että lasta ei voi tuomita huonoksi.

Resurssipula ja oppilaiden itsesäätelytaitojen kehityserot nähdään haasteina, jotka voivat vaikeuttaa kaveritaitojen omaksumista. Varhaisina ikävuosina kaveritaitojen oppiminen edellyttää opettajalta enemmän jatkuvaa tukea ja ohjausta. Opettajat kokevat tämän haasteena ja jopa paikoin uuvuttavana tekijänä. Jääskinen ja Pelliccioni (2017, 170) painottavat kuitenkin, että myös kasvatusalan ammattilaiset ovat ihmisiä. Vaikka jokainen hetki on tilaisuus antaa lapselle vaihtoehtoja ja mallia toimia vastuullisesti, ei aikuinen aina pysty tai jaksa siihen. Merkityksellistä on, että oppilas saa pääsääntöisesti mallia ja tukea kehittäessään tunnetaitojaan.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että opettajat pitävät kaveritaitojen opetusta tärkeänä ja luonnollisena osana alkuopetuksen liikuntatunteja. Tehokas ja laadukas toteutus edellyttää kuitenkin huolellista suunnittelua, riittäviä resursseja ja johdonmukaista harjoittelua. Kaveritaitojen kehittyminen vaatii tavoitteellista ohjausta, oppilaiden yksilöllisten tarpeiden huomioimista sekä monipuolisten oppimisympäristöjen luomista. Ilman riittäviä resursseja kasvatusalan ammattilaiset eivät voi tarjota riittävää läsnäoloa, tukea ja huomiota kaveritaitojen oppimiseen. Opettajien näkemysten mukaan kaveritaidot ovat kuvattu ympäröivästä opetussuunnitelmaan. Jotta kaveritaitojen opetus saisi enemmän näkyvyyttä, sitä tulisi korostaa opetussuunnitelmassa enemmän. Tämä mahdollistaisi syvällisemmän paneutumisen taitojen opetteluun, mikä tukisi oppilaiden sosioemotionaalista kasvua ja hyvinvointia pitkällä aikavälillä.

6.2 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2012, 6) määrittelee, että tieteellinen tutkimus on luotettava ja eettisesti hyväksytty vain, jos tutkimus on toteutettu tieteellisten käytäntöjen mukaisesti. Luotettavuuden arviointi kohdistuu koko tutkimusprosessiin, jossa tutkija itse on keskeisessä

roolissa ja sen varmistamisessa (Eskola & Suoranta 2014, 211). Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan kokonaisuutena, mutta sitä voidaan tarkastella myös pienempien osa-alueiden näkökulmasta. Jokaisen osa-alueen tulee olla huolellisesti toteutettu sekä itsenäisesti että suhteessa muihin. Luotettavuutta voidaan arvioida esimerkiksi seuraavien tekijöiden perusteella: tutkimuksen kohde ja tarkoitus, aineistonkeruun toteutus, tutkijan sitoumukset sekä tutkimuksen tiedonantajat. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140.) Juutin ja Puusan (2020, 175) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuus perustuu kolmeen keskeiseen periaatteeseen: uskotavuuteen, luotettavuuteen ja eettisyyteen. Nämä käsitteet ovat tiiviisti yhteydessä toisiinsa ja muodostavat perustan tutkimuksen luotettavuuden arvioinnille.

Laadullisen tutkimuksen eettisyyden tarkoituksena on varmistaa, että tutkittavat osallistuvat tutkimukseen vapaaehtoisesti. Lisäksi tutkimuksen eettisyys suojaa tutkittavia esimerkiksi anonymiteetin rikkoutumisen riskeiltä ja muulta hyväksikäytöltä. (Edwards & Holland 2013, 8.) Eettisyys on keskeinen osa tutkimuksen luotettavuutta. Se tarkoittaa, että tutkimuksessa noudatetaan eettisiä periaatteita, kuten tutkittavien henkilöiden kunnioittamista, tietosuojan varmistamista ja tutkimuksesta aiheutuvien mahdollisten haittojen minimoimista. Eettisesti kestäväällä tutkimuksella varmistetaan, että tutkimuksen tulokset ovat rehellisiä, puolueettomia ja yhteiskunnallisesti hyväksyttäviä. (Juuti & Puusa 2020, 175.) Tutkimuksen aineistona käytin alkuopetuksen liikuntaa opettavia opettajia. Aineistonkeruussa ja analyysivaiheessa pidin erityisen tärkeänä eettisten näkökohtien huomioimista tutkittavien näkökulmasta. Ennen haastattelukutsujen lähettämistä täydensin ja hyväksytin tietosuojalomakkeen. Haastatteluiden yhteydessä kerroin tietosuojailmoituksesta ja tutkittavien anonymiteetistä sekä sen merkityksestä tutkimuksen eettisyyden kannalta. Korostin, että opettajan henkilöllisyys tai tunnistettavat piirteet koulua kohtaan eivät tule ilmi missään vaiheessa tutkimusta. Haastateltavat pysyivät anonymina koko tutkimuksen ajan, eikä kouluja tai paikkakuntia nimetty, missä opettajat työskentelevät.

Edwards ja Holland (2013, 67) kuvailevat, että haastattelutilanteen alkaessa on oleellista kerrata tutkimuksen ja haastattelun tarkoitus sekä varmistaa haastateltavan suostumus tutkimukseen. Ennen haastattelun aloitusta pyysin luvan keskustelun nauhoittamiseen sekä muistutin tutkimuksen osallistumisen vapaaehtoisuudesta. Lisäksi kävimme lyhyesti keskustelua tutkimuksesta ja sen tarkoituksesta. Haastattelut tapahtuvat opettajien aikataulujen mukaisesti ja niihin osallistuminen oli vapaaehtoista. Lisäksi opettajat saivat valita haluavatko haastattelutilanteen tapahtuvan Teams-etyhteyden avulla vai kasvotusten. Edwards ja Holland (2013, 48) toteavat,

että teknologian kehitys on mahdollistanut haastattelujen toteutuksen laadukkaasti ja pätevästi myös etäyhteydellä visuaalisen kontaktin avulla. Heidän mukaansa tämä voi helpottaa tutkimukseen osallistumista ja monipuolistaa laadullisia haastattelumenetelmiä. Tarkoituksena oli järjestää opettajille mahdollisimman luottamuksellinen ja luonteva haastattelutilanne. Yksilöhaastattelut antoivat opettajille mahdollisuuden kertoa ajatuksistaan, käsityksistään ja kokemuksistaan rehellisesti, sensitiivisesti ja yksityiskohtaisesti. Käsittelin nauhoitettua ja litteroitua aineistoa tarkasti ja luottamuksellisesti. Kun tulososio oli valmis, hävitin kaiken tallennetun materiaalin sovitusti.

Eskolan ja Suorannan (2014, 17) mukaan tutkijan roolin tulisi olla objektiivinen. Objektiivisuus syntyy heidän mukaansa siten, että yksilö tunnistaa oman subjektiivisuutensa. Laadin haastattelukysymykset mahdollisimman selkeiksi ja lähetin ne viikkoa ennen haastateltaville, välttääkseni apukysymyksien tarkentamisen. Tarkentaminen olisi voinut heijastaa omia käsityksiäni vastauksiin, mikä olisi heikentänyt tutkimuksen objektiivisuutta. Haastattelun aikana opettajat saivat pitää esillä haastattelukysymykset (Liite 2) sekä mahdollisia muistiinpanojaan ajatuksiensa tukena. Haastattelukysymyksiin perehtyminen ennakkoon oli kuitenkin täysin vapaaehtoista. Osa sanallisti ennakkovalmistautumisen lieventävän jännitystä, kun taas osa tuli haastatteluun ilman kysymyksiin perehtymistä. Opettajien vastauksista nousi esiin sekä yhteneväisiä että erilaisia näkemyksiä kaveritaitojen määritelmästä ja harjoittelusta, mikä toi aineistoon monipuolisuutta.

Aineistonkeruumenetelmänä haastattelu toimi tutkimuksessani hyvin. Opettajien ei tarvinnut tiivistää vastauksiaan, vaan he saivat kertoa näkemyksiään vapaasti ajan kanssa. Haastattelujen tilat olivat rauhallisia ympäristöjä, missä ei ollut ulkopuolisia ihmisiä. Tällä varmistin, että haastattelut sujuivat keskeytyksettä, melu ei häirinyt haastateltavien keskittymistä, eikä äänitteiden laatu huonone. Haastattelun aikana osoitin empatiaa ja kiinnostusta opettajia kohtaan eleiden ja sanojen avulla, mikä mahdollistaa hyväksyvän vuorovaikutuksen ja keskustelun myös opetuksen haastavista näkökulmista (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 29). Kaikki opettajat painottivat haastattelun lopussa kaveritaitojen ja niiden harjoittelun tärkeyttä jokaisen lapsen kohdalla. Useimmat heistä kertoivat keskustelun edetessä oivaltaneensa entistä paremmin, kuinka keskeisessä roolissa kaveritaidot ja niiden harjoittelu ovat niin liikunnan opetuksessa kuin alkuopetuksen arjessa.

Eskola ja Suoranta (2014, 62) kuvailevat, että aineistoa on tarpeeksi, kun uudet tapaukset eivät tuota enää uutta tietoa tutkimusongelman näkökulmasta. Tällöin aineisto on saavuttanut

saturaation eli se on kylläntynyt. Tutkimusjoukkoni oli laadulliselle tutkimukselle tyypillisesti melko pieni, mutta tässä tapauksessani riittävä. Viimeisissä haastatteluissa samat teemat alkoivat toistua, mikä viittasi Eskolan ja Suorannan sanoin aineiston kylläisyyteen. Litteroitua aineistoa minulla oli tiiviisti aseteltuna 41 sivua.

Tuomi ja Sarajärvi (2009, 140) korostavat, että laadullisen tutkimuksen arvioinnin tulee perustua tutkimuksen kokonaisuuteen. Tutkimuksessa tulee seurata tiedeyhteisön hyväksymiä toimintaperiaatteita, kuten rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta. Nämä ilmenevät tutkimusprosessin eri vaiheissa, kuten tulosten tallentamisessa ja esittämisessä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.) Teemoittelun analyysimenetelmänä tulee olla yksityiskohtaisesti ja selkeästi kuvattu sekä kytköksissä teoreettiseen viitekehykseen koko tutkimuksen ajan. Tuloksien havainnollistaminen yhdessä teoreettisen viitekehyksen kanssa edistää tutkimuksen luotettavuutta, ymmärrettävyyttä ja laadullista tutkimusta menetelmänä. Mikäli lukijalle ei ole selvää, miten tutkija analysoi aineistoaan, on tutkimuksen luotettavuuden arvioiminen vaikeaa. (Nowell ym. 2017, 1–2.) Jaoin aineiston teemoihin, eli laajempiin aihekokonaisuuksiin, mikä auttoi tunnistamaan tutkimuksen kannalta keskeisimmät asiat. Mitä useammin tietty teema toistui opettajien haastatteluissa, sitä merkityksellisempi se oli tutkimukseni kannalta. Teemoittelun valmistuttua aloitin tuloslukujen kirjoittamisen. Sitaattien käyttö selkeytti opettajien antamia merkityksiä kaveritaidoille ja niiden opettamiselle sekä toi esiin yksityiskohtaisia näkökulmia.

Haastateltavien kertomusten uskottavuutta voidaan vahvistaa esimerkiksi muiden osallistujien samankaltaisilla vastauksilla sekä lähdekirjallisuudella (Edwards ja Holland 2013, 16). Lähteitä valitessani kiinnitin huomiota niiden luotettavuuteen, monipuolisuuteen ja kansainvälisten tutkimusten hyödyntämiseen. Kansainväliset tutkimukset laajensivat näkökulmaa suomalaisen yhteiskunnan ja koulujärjestelmän ulkopuolelle, mikä on rikastuttanut tutkielmani teoriaosuutta sekä tuloksien kanssa keskustelua. Olen hyödyntänyt tutkimuksessani muiden tutkijoiden työtä kunnioittavasti ja viitannut asianmukaisesti kaikkiin käyttämiini lähteisiin (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6). Olen kuvannut tutkimusprosessin ja sen etenemisen mahdollisimman tarkasti, mikä tukee tutkimukseni luotettavuutta.

Yleistettävyyden näkökulmasta tutkimustulokset perustuvat opettajien subjektiivisiin näkemyksiin. Tämän vuoksi tulokset eivät ole niin sanotusti oikeita, väriä tai täysin yleistettävissä. Alkuopetuksen liikuntaa opettavat opettajat ovat juuri niitä henkilöitä, jotka antavat tutkimukseni kannalta ajankohtaista tietoa. Opettajat työskentelevät oppilaiden kanssa, joten he voivat antaa ajankohtaista ja merkityksellistä tietoa tutkimukseni aiheesta. Juutin ja Puusan (2020,

175) mukaan luotettavuus edellyttää, että tutkija osoittaa ammattitaitoisuutensa ja valitsee perustellusti tutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Tutkimusprosessin on oltava johdonmukainen ja toistettavissa, mikä tarkoittaa, että muut tutkijat voivat seurata samoja menetelmiä ja saada samankaltaisia tuloksia. Lisäksi luotettavuuteen kuuluu tutkimuksen rehellinen raportointi ilman tulosten vääristelyä tai epäselvyyksiä. Voidaan ajatella, että toinen tutkija voisi päästä lähes samankaltaisiin tuloksiin tutkimuksessaan, mikäli hän toteuttaisi tutkimuksensa noudattaen samoja menetelmiä. Kuitenkin tutkimukseni otos voi vaikuttaa tuloksiin, sillä tulokset perustuvat opettajien ajatuksiin ja kokemusmaailmaan.

Uskottavuus tarkoittaa sitä, että tutkimuksen tulokset ovat vakuuttavia ja hyväksyttäviä sekä tutkimusyhteisön että kohderyhmän näkökulmasta. Uskottavuuden varmistamiseksi tutkimuksen aineiston on oltava asianmukaisesti kerätty ja analysoitu huolellisesti. Lisäksi tutkimusraportin tulee olla selkeä ja läpinäkyvä, jotta lukijat voivat ymmärtää, miten tuloksiin on päädytty ja kuinka ne liittyvät tutkittavaan ilmiöön. (Juuti & Puusa 2020, 175.) Tutkimukseni uskottavuutta vahvistaa, että en tiennyt tutkittavien käsityksiä kaveritaidoista ja heidän antamistaan merkityksistä kaveritaitojen opettamiselle etukäteen. Sanallistin tulokset selkeiksi, jotta myös mahdollisille muille lukijoille kaveritaitoihin ja niiden opettamiseen liittyvät tekijät eivät jäisi epäselkeiksi. Tässä tutkimuksessa olen pyrkinyt kuvaamaan tutkimusprosessin eri vaiheet mahdollisimman avoimesti ja huolellisesti, jotta tutkimuksessa huomioidut luotettavuuden ja eettisyyden periaatteet tulevat näkyväksi lukijalle.

6.3 Päätössanat ja jatkotutkimusaiheita

Pro gradun tekeminen kaveritaidoista on ollut antoisa ja opettavainen prosessi. Aiheen valintaan ovat vaikuttaneet esi- ja alkuopetuksen sivuaineopinnot ja kokemukseni alkuopetuksessa työskentelystä. Olen havainnut, että merkittävä osa opettajan työstä on ryhmän hallintaa ja kasvatuksellisia asioita. Näihin asioihin kaveritaitojen harjoittelu yhdistyy. Esi- ja alkuopetuksen sivuaineopinnoista mieleeni on jäänyt seuraavanlainen ohje: Kaikki ne taidot, joita oppilailta odotetaan, täytyy ensin opettaa. Myös sosioemotionaaliset taidot kuuluvat tähän kokonaisuuteen. Oppilailta ei voida vaatia kaveritaitojen hallintaa, ellei niitä ensin harjoitella yhdessä monipuolisissa ja vaihtelevissa tilanteissa.

Lasten ja nuorten kaveritaidot ja niiden kehittäminen ovat ajankohtainen niin tutkimuskentällä kuin yhteiskunnan tasolla. Tunteet vaikuttavat käyttäytymiseen. Sosioemotionaalisten taitojen

harjoittelulla voidaan vähentää ongelmakäyttäytymistä ja puolestaan edistää vastuunottamista omasta toiminnasta (Purushothaman 2021, 107). Kokemukseni alkuopetuksessa työskentelystä ovat vahvistaneet haluani kehittää kaveritaitoja jo varhaisessa vaiheessa. Lisäksi haluan jakaa niiden varhaisen harjoittelun merkitykset, jotta niiden harjoittelun tärkeys ja niissä huomioitavat asiat voidaan ymmärtää. Voidaan ajatella, että ymmärtämällä kaveritaitojen merkitykset, voidaan luoda pitkäkestoisia vaikutuksia yksilön yhteisöön ja yhteiskuntaan kasvamiselle. Tämä oivallus herätti kiinnostukseni tutkia aihetta syvemmin ja jakaa käytännön ideoita kollektiivisesti eri luokka-asteiden opettajille.

Jatkossa olisi mielenkiintoista tarkastella kaveritaitojen opettamista myöhemmillä luokka-asteilla ja selvittää, millaisia kokemuksia opettajilla ja oppilailta on aiheesta. Alkuopetuksessa kaveritaidot nähdään keskeisenä osana opetusta, mutta on tärkeää ymmärtää, miten niiden merkitys ja opetuskäytännöt muuttuvat oppilaiden kasvaessa. Onko kaveritaitojen harjoittelu edelleen opettajajohtoista vai oletetaanko, että oppilaat ovat jo omaksuneet tarvittavat taidot ja osaavatko he ohjata omaa toimintaansa itsenäisesti? Lisäksi olisi mielenkiintoista tietää millaisia eri teemoja niiden merkityksiin ja opetteluun liittyisi. Voidaan ajatella, että tutkimus voisi tarjota arvokasta tietoa siitä, miten kaveritaitoja voidaan tukea pitkäjänteisesti koulupolun eri vaiheissa.

Yksi kiinnostava jatkotutkimusaihe liittyy kodin ja koulun väliseen yhteistyöhön kaveritaitojen opettamisessa. Yksi tutkimukseen osallistuneista opettajista toi sivuten esiin tämän teeman. Tutkimalla tätä kodin ja koulun välistä yhteistyötä kaveritaitojen harjoittelussa voitaisiin selvittää, miten koulu ja vanhemmat voivat yhdessä tukea lasten sosioemotionaalaisia taitoja ja millaisia käytäntöjä voitaisiin kehittää kodin ja koulun välisen vuorovaikutuksen vahvistamiseksi. Goleman (1995) tuo ilmi teoksessaan, että sosiaalisissa taidoissa ei ole vain kyse ystävällisyydestä, vaan ihmisten keskinäisestä kunnioituksesta toisiaan kohtaan. Voidaan todeta, että myös aikuiset tarvitsevat tätä taitoa ymmärtäessään toisten näkemyksiä ja kehittäessään sujuvampaa toimintaa esimerkiksi kodin ja koulun välillä.

Lähteet

Ahonen, L. (2017). Haastavat kasvatustilanteet: Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. PS-kustannus.

Antila, H. (2018). Vuorovaikutuksesta tuoreesti ja käytännönläheisesti: Klemola, Ulla & Talvio, Markus (2017). Toimiva vuorovaikutus. PS-Kustannus. 183 sivua. *Aikuiskasvatus*, 38(1), 59–60. <https://doi.org/10.33336/aik.88324>

Edwards, R., Holland, J., Edwards, R., & Holland, J. (2013). *What is qualitative interviewing?* Bloomsbury. <https://doi.org/10.5040/9781472545244>

Eskola, J. & Suoranta, J. (2014). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10. painos. Tampere: Vastapaino.

Eskola, J., & Suoranta, J. (1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino.

Galletta, A. (2012). Mastering the semi-structured interview and beyond: From research design to analysis and publication. New York University Press. <https://doi.org/10.18574/9780814732953>

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.

Happo, I. (2006). Varhaiskasvattajan asiantuntijuus. Asiantuntijaksi kehittyminen Lapin läänissä. Acta Universitatis Lapponiensis, Lapin yliopistopaino, Rovaniemi.

Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P., & Sinivuori, E. (2009). *Tutki ja kirjoita* (15. uud. p. 22. painos.). Tammi.

Hyvärinen, M., Nikander, P., Ruusuvuori, J., Aho, A. L., & Granfelt, R. (2017). *Tutkimushaastattelun käsikirja*. Vastapaino.

Jones, D. E., Greenberg, M., & Cowley, M. (2015). Early social-emotional functioning and public health: the relationship between kindergarten social competence and future wellness.

American Journal of Public Health, 105, 2283–2290. <https://research-ebSCO-com.ezproxy.ulapland.fi/c/23dr3h/viewer/pdf/fdug7bta4n?route=details>

Juuti, P., & Puusa, A. (2020). Johdanto. Mitä laadullisella tutkimuksella tarkoitetaan? Teoksessa: Puusa, A., Juuti, P. & Aaltio, I. (2020). Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus.

Juuti, P., & Puusa, A. (2020). Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa: Puusa, A., Juuti, P. & Aaltio, I. (2020). Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus.

Jääskinen, A., Pelliccioni, S., & Pelliccioni, S. (2017). Mitä sä rageet?: Lapsen ja nuoren tunteiden tukeminen. Lasten Keskus.

Kanerva, M., tiedekunta, K. j. p., Psychology, F. o. E. a., laitos, K., Education, D. o., yliopisto, J., . . . 101. (2022). Tunnekasvatus alkuopetuksessa erityis- ja luokanopettajien kuvaamana.

Koivuniemi, M., Kinnunen, S., Mänty, K., Järvenoja, H., Näykki, P., yliopisto, O., & yliopisto, J. (2021). Varhaiskasvatushenkilöstön käsityksiä lasten tunteiden säätelytaitojen kehittymisestä: Käytäntöön integroitu koulutus ammatillisen kehittymisen tukena. Suomen varhaiskasvatus.

Kokkonen, M. (2017). Liikunta sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä edistävien tunne- ja ihmissuhdetaitojen tukijana. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J., Sääkslahti, A. (2017). Liikuntapedagogiikka. Juva: PS-kustannus.

Köngäs, M. (2019). *Tunneäily varhaiskasvatuksessa*. PS-kustannus.

Laaksonen, V. (2022). Kaveritaidot varhaiskasvatuksessa. PS-kustannus.

Laaksonen, V. (2014). Lasten vertaissuhdetaitojen kehittäminen - näkökulmia kiusaamisen ehkäisemiseen. Prologi: puheviestinnän vuosikirja, 59-64. <https://doi.org/10.33352/prlg.95895>

Lahtinen, A., & Rantanen, J. (2019). Tunnetaidot opetustyössä: Opas haastaviin tilanteisiin. Otavan Kirjapaino Oy.

Lam, T. L. & Wong, E. M. Y. (2017). Enhancing social-emotional well-being in young children through improving teachers' social-emotional competence and curriculum design in Hong Kong. International Journal of Child Care and Education Policy 11 (5), 1-14.

<https://ijceep.springeropen.com/counter/pdf/10.1186/s40723-017-0031-0.pdf>

LeBlanc, S. S., Essau, A. C., & Ollendick, T. H. (2017). Emotion regulation: An introduction. In Essau, A. C., LeBlanc, S. S. & Ollendick, T. H. (Eds). (2017). Emotion regulation and psychopathology in children and adolescents (pp. 3–17). Oxford, UK: Oxford University Press.

Mihic, J., & Novak, M. (2018). Importance of Child Emotion Regulation for Prevention of Internalized and Externalized Problems. *Journal of Early Childhood Education Research*, 7(2). <https://journal.fi/jecer/article/view/114094>

Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic Analysis: Striving to Meet the Trustworthiness Criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16, 1–13. <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>

Opetushallitus, (2014) Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet

Pakarinen, E., Kiuru, N., & Valtonen, V. (2023). Lasten ja nuorten oikeudet oppimiseen ja hyvinvointiin vaarantuivat koronapandemian aikana. *Kasvun tuki -aikakauslehti*, 3(1). Noudeutu osoitteesta <https://journal.fi/kasvuntuki/article/view/130412>

Punch, K. F. (1998). Introduction to social research: Quantitative and qualitative approaches. SAGE Publications.

Purushothaman, R. (2021). Emotional intelligence (1st edition.). SAGE Publications Pvt. Ltd.

Ruusuvuori, J., & Tiittula, L. (2005). Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, J., Tiittula, L., Aaltonen, T., Ruusuvuori, J., Tiittula, L., & Aaltonen, T. (2005). *Haastattelu: Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Vastapaino.

Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211.

Talvio, M., & Klemola, U. (2017). Toimiva vuorovaikutus. PS-kustannus. Valli, R., & Aaltola, J. (2018). Ikkunoita tutkimusmetodeihin: 2, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin (5., uudistettu ja täydennetty painos.). PS-kustannus.

Tuhkasaari, M., tiedekunta, K., Education, F. o., Kasvatustiede, O. R., Rauma), E. S. T. E. i., Opettajankoulutuslaitos, & Education, D. o. T. (2020). "Sitähän täällä tehdään koko ajan": Tunnekasvatusta esi- ja alkuopetuksen arjessa.

Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2009). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (6. uud. laitos.). Tammi.

Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (Uudistettu laitos.). Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2012). https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Villas Boas Junior, M., Ucha, F. G., Souza, V. H. de, Manzini, M., Corrêa, M. de F., Angelo, D. L., Corcuera-Bustamante, S., Reyes-Bossio, M., Viveiros, L., & Brandão, R. (2024). The relationship between emotional regulation and sports performance: A systematic review. *Journal of Physical Education* , 35(1), e-3530. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.35i1.3530>

Wang, Y., Kajamies, A., Hurme, T., Kinos, J., & Palonen, T. (2018). Now it's your turn: Preschool children's social and emotional interaction in small groups. *Journal of Early Childhood Education Research*, 7(2), 255-281. <https://journal.fi/jecer/article/view/114095/67294>

Liitteet

Liite 1 Osallistumispyyntö

Olen Viivi Pakkala ja käännyn puoleesi tehdessäni pro gradu -tutkimusta Lapin yliopistossa luokanopettajan maisteriohjelmassa.

Pro gradu -tutkimukseni tarkoitus on tutkia kaveritaito-käsitettä sekä kaveritaitojen huomioimisen merkitystä alkuopetuksen liikuntatunneilla. Haluan paneutua asioihin, joista kaveritaitokäsite koostuu ja siihen, millä tavoin kaveritaitoja voidaan harjoitella. Toivon, että voisit antaa oman kokemustietosi tutkimuskäyttööni. Arvostan vapaata ja monipuolista kerrontaa sekä myös esimerkkejä saamistanne kokemuksista koskien kaveritaitojen harjoittelua alkuopetuksen liikuntatunneilla.

Tutkimusta varten tarvitsen haastatteluaineiston. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, ja tutkimuksesta voi vetäytyä kesken kaiken pois ilmoittamalla siitä minulle. Käsittelen vastauksia ehdottoman luottamuksellisesti vain tutkimukseni tarpeisiin. Tutkimukseen osallistuvien henkilöllisyys ei tule ilmi missään tutkimusprosessin vaiheessa.

Haastattelu toteutetaan kasvokkain ja saat haastattelukysymykset noin viikkoa ennen, jotta voit halutessasi valmistautua haastatteluun. Kysymyksiin vastaaminen vie aikaasi jonkin verran, mutta silti vetoan sinuun ja pyydän, että antaisit hetken aikaasi haastatteluun. Osallistumisesi on ensiarvoisen tärkeää, sillä juuri sinun kokemuksesi ovat ensiarvoisia halutessani tutkia kaveritaitojen huomioimisen merkitystä alkuopetuksen liikuntatunneilla. Tämä tutkimukseni auttaa myös minua urakehityksessäni ja toivon saavani hyviä virikkeitä itselleni luokanopettajana.

Pyydän suostumustanne osallistua tutkimukseen. Voitte soittaa minulle tai lähettää sähköpostia, jos teille jäi jotain kysyttävää tutkimuksesta. Sydämellinen kiitos jo etukäteen arvokkaasta vännäöstäsi ja suuresta avustasi tutkimusmatkallani!

Ystävällisin terveisin,

Viivi Pakkala

Luokanopettajaopiskelija, Lapin yliopisto

Sähköposti: vpakkala@ulapland.fi

Liite 2 Haastattelurunko

Osio 1. Taustakysymykset

1. Saako haastattelun äänittää?
2. Sukupuoli?
3. Ikä?
4. Millainen koulutustausta sinulla on?
5. Millä luokka-asteella työskentelet?
6. Millainen työkokemus sinulla on alkuopetuksessa työskentelystä?
7. Annatko luvan käyttää haastattelua tutkimukseen?

Osio 2. Opettajan käsityksiä kaveritaidoista

1. Miten kaveritaidot voidaan määritellä?
 - Miten itse määrittelisit kaveritaidot?
2. Mitä kaveritaitojen harjoittelu sisältää?
3. Mitä ajattelet kaveritaitojen harjoittelusta?
 - Onko kaveritaitojen harjoittelu mielestäsi tärkeää alkuopetuksessa? Miksi/miksi ei?
 - Minkälaista hyötyä ajattelet kaveritaitojen harjoittamisella olevan alkuopetuksessa?
 - Liittykö kaveritaitojen opettamiseen alkuopetuksen liikuntatunneilla jotain haasteita? Mitä ne ovat?
4. Kuinka paljon opetussuunnitelma painottaa kaveritaitojen opettelua alkuopetuksen liikunnanopetuksess

- Miten kunta- tai koulukohtaisessa opetussuunnitelmassa on huomioitu kaveritaitojen opetus 1–2 luokkien liikuntatunneilla?
- Miten kaveritaitojen opettelu sopii mielestäsi liikunnanoppiaineeseen?

Osio 3. Käytännön toteutus ja konkreettinen opettaminen

1. Mitkä ovat sellaisia tilanteita, joissa koet opettaneesi kaveritaitoja alkuopetuksen liikuntatunneilla?
2. Millaisia nämä tilanteet ovat olleet?
3. Mikä niistä teki kaveritaitojen opettelua?
4. Millaisia taitoja opettaja tarvitsee opettaessaan kaveritaitoja?
5. Millä keinoin kaveritaitoja harjoitellaan alkuopetuksen liikuntatunneilla?
6. Kohdennatko kaveritaitojen opetteluun kaikille oppilaille vai osalle oppilaista?
7. Miten kaveritaidot näkyvät oppilaan käyttäytymisessä alkuopetuksen liikuntatunneilla?
8. Onko vielä jotain mitä haluaisit sanoa?