

Poppakonsteja vai ennaltaehkäisyä?

**Kokemuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen
opettamisesta yläkoulussa**

LAB-ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

2025

Piia Ahtialansaari

Tiivistelmä

Tekijä(t) Piia Ahtialansaari	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Valmistumisaika 2025
	Sivumäärä 33 + 17	
Työn nimi Poppakonsteja vai ennaltaehkäisyä? Kokemuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta yläkoulussa		
Tutkinto ja koulutusala Sosionomi (AMK) Sosiaali- ja terveysala		
Toimeksiantajaorganisaatio (jos opinnäytetyöllä on toimeksiantaja) Lahden kaupunki, Perusopetuspalvelut		
Tiivistelmä <p>Tunne- ja vuorovaikutustaitojen systemaattinen opettaminen on viime vuosina noussut tärkeäksi nuorten hyvinvointia vahvistavaksi toimeksi. Yläkoulun aineenopettajien taidot tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta ovat osoittautuneet hyvin vaihteleviksi. Lahden kaupungin perusopetuspalveluissa tähän tarpeeseen on pyritty vastaamaan täydennyskoulutuksen keinoin.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää luokanohjaajina toimivien aineenopettajien kokemuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta ja kohdennetun koulutuksen tarjoamasta tuesta. Tavoitteena oli hankia kokemuseräistä tietoa, jonka pohjalta Lahden kaupunki voi jatkaa tunne- ja vuorovaikutustaitokasvatuksen kehitystyötä.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jota täydennettiin triangulaatiolla. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin sähköistä kyselytutkimusta, johon osallistujat vastasivat kohdennetun koulutuskokonaisuuden päätteeksi tammikuussa 2025. Kyselyyn vastasi 9 seitsemännellä luokalla luokanohjaajana toimivaa aineenopettajaa.</p> <p>Tuloksissa nousee esiin aineenopettajien tarpeet täydennyskoulutukselle, työyhteisötasoiselle tuelle sekä koulun rakenteisiin luotaville muutoksille. Toimeksiantaja voi hyödyntää opinnäytetyön tuloksia suunnitellessaan jatkokoulutuksia tai rakenteellisia muutoksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen liittyen.</p>		
Asiasanat tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen, kokemukset		

Abstract

Author(s)	Type of Publication	Published
Piia Ahtialansaari	Thesis, UAS	2025
	Number of Pages	
	33 + 17	
Title of Publication		
Circus Tricks or Compelling Prevention? Teaching Emotional and Interpersonal Skills in Secondary School		
Degree, Field of Study		
Bachelor of Social Services (UAS) Health Care and Social Services		
Organisation of the client		
City of Lahti, Finland, Basic Education Services		
Abstract		
<p>In recent years, the systematic teaching of emotional and interpersonal skills has become an important activity that strengthens the well-being of young people. Skills of secondary school subject teachers in teaching emotional and interpersonal skills have proven to be very varied. In the basic education services of the City of Lahti, Finland, the need has been met by means of further training.</p> <p>The purpose of the thesis was to explore the experiences of subject teachers as class instructors in teaching emotional and interpersonal skills and the support provided by targeted education. The aim was to acquire experience-based information that would enable the City of Lahti to continue the development of emotional and interpersonal skills education.</p> <p>The thesis was carried out as qualitative research, supplemented by means of triangulation. The data collection method was an electronic survey, to which the participants responded at the end of the targeted training in January 2025. The survey was taken by 9 subject teachers in the seventh grade.</p> <p>The results highlight the needs of subject teachers for continuing education, community-level support, and changes to the structures of schools in Lahti. The results of the thesis can be used when the City plans further training or structural changes related to teaching emotional and interpersonal skills.</p>		
Keywords		
teaching emotional and interpersonal skills, experiences		

Sisällys

1	Johdanto.....	1
1.1	Opinnäytetyön lähtökohdat.....	1
1.2	Toimeksiantajan esittely	1
1.3	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite	2
2	Tunne- ja vuorovaikutustaidot yläkoulussa.....	3
2.1	Tunnetaidot.....	3
2.2	Vuorovaikutustaidot	5
3	Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen.....	8
3.1	Lainsäädännön näkökulma	8
3.2	Paikallisen ohjeistuksen näkökulma.....	9
3.3	Aineenopettajan näkökulma	9
3.4	Aineenopettajille kohdennettu tunne- ja vuorovaikutuskoulutus	11
4	Opinnäytetyön toteutus	13
4.1	Laadullinen tutkimus.....	13
4.2	Aineistonkeruu	14
4.3	Analysointi	16
5	Tulokset.....	19
5.1	Kyselyyn vastanneiden taustatiedot.....	19
5.2	Kokemukset ennen kohdennettua koulutusta.....	19
5.3	Kokemukset kohdennetun koulutuksen tuesta	21
5.4	Aineenopettajien tarpeet tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen.....	25
6	Yhteenveto	28
6.1	Pohdinta.....	28
6.2	Eettisyys ja luotettavuus	31
6.3	Jatkotutkimusehdotuksia	33
	Lähteet.....	34

Liite 1. Kysely

Liite 2. Kyselyn avoimien kysymysten vastauksista johdetut teemat

Liite 3. Kyselyn monivalintakysymysten vastauksia kuvaavat diagrammit

1 Johdanto

1.1 Opinnäytetyön lähtökohdat

Kouluhyvinvointi on noussut yhteiskunnallisesti tärkeäksi puheenaiheeksi. Tunne- ja vuorovaikutustaidot nähdään nykypäivänä merkityksellisinä hyvinvointitaitoina sekä keskeisinä tulevaisuuden työelämätaitoina (Leskisenoja 2016, 38–40). Koulukontekstissa hyvien tunne- ja vuorovaikutustaitojen on tutkitusti huomattu olevan yhteydessä koulumenestykseen, oppimiseen ja kouluhyvinvointiin (Mäkinen & Karppinen 2019, 2). Kerola ym. (2021) mukaan tunnetaitojen opettamisella on keskeinen merkitys vuorovaikutusympäristön kehittymisessä ja konfliktitilanteiden selvittelyssä. Hyvät sosiaaliset suhteet kehittyvät harjoittelemalla vertaisryhmän kanssa ja aikuisen riittävällä tuella. Koulussa tunnetaitojen opettaminen on vähentänyt sosiaalista ahdistusta ja vahvistanut positiivisen kouluhyvinvoinnin syntymistä.

1.8.2023 voimaan tulleessa Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden muutosmääräyksessä poissaolojen ehkäisemiseen pyritään kouluhyvinvointia vahvistamalla. Koulun toimintakulttuurin kehittämisessä ohjaavana periaatteena nähdään tunne- ja vuorovaikutustaitojen entistä laajempi opettaminen. Tämä muutosmääräys on pakottanut kunnat miettimään, kuinka tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelua systemaattisesti kouluarjessa edistetään. (Opetushallitus 2023a.)

Vaikka lasten ja nuorten tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistaminen ovat keskiössä kouluhyvinvointiin vaikuttaessa, myös kyseisiä taitoja opettavien opettajien kokemuksia tulee kuulla. Kansallinen koulutuksen arviointikeskuksen (KARVI) vuonna 2023 julkaisema selonteko kertoo yläkoulussa toimivien opettajien tarvitsevan tukea ryhmäytymisen toimintatapojen haltuunottoon sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen (Markkanen & Pusa 2023a, 1).

1.2 Toimeksiantajan esittely

Lahden kaupungin perusopetuspalvelut vastaa 21 peruskoulusta, jotka jakautuvat kolmelle maantieteelliselle alueelle: pohjoiselle, itäiselle ja eteläiselle. Jokaisella alueella oppilaille muodostuu koulupolku, jossa 1–6 luokkien jälkeen opetus jatkuu alueen 7–9 luokkien yläkoulussa tai yhtenäiskoulussa. Pohjoisella alueella yhtenäiskouluja on kolme, itäisellä alueella on kaksi yläkoulua ja eteläisellä alueella on kaksi yhtenäiskoulua ja yksi yläkoulu. Lisäksi Lahden kaupungilla on oma sairaalaopetusta tarjoava erityiskoulu, joka tarjoaa opetusta kaikille Päijät-Hämeen hyvinvointialueen oppilaille, jotka ovat Päijät-Hämeen

keskussairaalan pitkäaikaissairaita lapsipotilaita tai lasten- ja nuortenpsykiatrian peruskouluikäisiä asiakkaita. (Lahden kaupunki 2024a.)

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimiva Lahden kaupungin perusopetuspalvelut päätti keväällä 2024 ryhtyä toimenpiteisiin opettajien tunne- ja vuorovaikutustaito-osaamisen vahvistamiseksi. Hyvinvoinnin palveluala valmisteli viidennen luokan luokanopettajille sekä seitsemännen luokan luokanohjaajina toimiville aineenopettajille omat koulutuskokonaisuudet, joiden tarkoituksena oli tukea tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetusta. (Lahden kaupunki 2024b.)

Kesäkuussa 2024 kävin keskusteluja toimeksiantajan kanssa. Idea opinnäytetyöstä syntyi Lahden kaupungin tarpeesta selvittää aineenopettajille kohdennetun koulutuksen kokemuksia. Toimeksiantajan toiveena oli saada rehellistä palautetta järjestettävästä koulutuksesta ja tietoa, kuinka aineenopettajien valmiuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa voitaisiin jatkossa tukea. Aihe opinnäytetyölle oli toimeksiantajan tarpeista johdettu sekä ajankohtainen.

Elokuussa 2024 Lahden kaupungin yhdeksällä yläkoululla aloitti 1 136 uutta seitsemäsluokkalaista uusien luokanohjaajiensa kanssa. Lahden kaupunki järjesti kyseisille aineenopettajille ja luokkatason opiskeluhoitohenkilöstölle tunne- ja vuorovaikutustaitojen kohdennetun koulutuskokonaisuuden, joka alkoi ensimmäisellä kouluviikolla. Koulutus on osa Opetus- ja kulttuuriministeriön yhteisöllisen opiskeluhoillon vahvistamiseen ja kehittämiseen keskittyvää työtä, jossa Lahden kaupungin perusopetuksen rakenteisiin luodaan toimintamalli, joka erilaisin menetelmin ja työvälinein tukee tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelun siirtymistä jokaiseen koulupäivään. (Lahden kaupunki 2024c.)

1.3 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää luokanohjaajina toimivien aineenopettajien kokemuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta sekä kohdennetun koulutuksen tarjoamasta tuesta. Opinnäytetyön tavoitteena on hankia kokemukspäisiä tietoja, jonka pohjalta Lahden kaupunki voi jatkaa tunne- ja vuorovaikutuskoulutuksien kehitystyötä. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksenä on, miten kohdennettu koulutus tukee aineenopettajien tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista.

2 Tunne- ja vuorovaikutustaidot yläkoulussa

2.1 Tunnetaidot

Tunnetaidoilla tarkoitetaan kykyä tunnistaa, ymmärtää ja hallita omia tunteitaan. Tunteet kertovat tarpeista, joiden tunnistaminen on hyvinvointimme perusta. Voidaksemme hyvin omien tunteidemme viesteille tulee antaa tilaa. Tunteiden utelias ja tuomitsematon tarkastelu lisäävät hyvinvointia. (Myllyviita 2024.)

Tunne on henkilökohtainen kokemus, jonka kesto ja voimakkuus vaihtelevat yksilöllisesti. Kaikenlaiset tunteet ovat sallittuja ja kuuluvat elämään. Tunteita ei voi estää, ja niiden pitkäaikainen torjuminen heikentävät hyvinvointia merkittävästi. Perustunteisiin kuuluvien ilon, vihan, surun, pelon, hämmästyksen ja inhon lisäksi on olemassa lukemattomia muita tunteita ja tunteiden yhdistelmiä. Tunnesanastoa kartuttamalla tunteiden nimeäminen helpottuu. (Mielenterveystalo.)

Tunnereaktiot tuntuvat mielessä ja kehossa. Koska osa tunteista on automaattisia, niiden kertomat viestit eivät välttämättä nouse tietoisuuteemme. Kehon tuntemuksia tarkkailemalla voimme kuitenkin saada kiinni tunteesta, joka sisällä vallitsee. (Myllyviita 2024.) Tietoisuustaitoja harjaannuttamalla kohdistamme tarkkaavaisuutemme valitsemaamme kohteeseen esimerkiksi hengitykseen tai kehontunteisiin, ja opimme tuntemaan itseämme ja tunteitamme paremmin (Opetushallitus 2025a).

Tunteita voi ilmaista eri tavoin. Fyysiset tavat kuten hymyileminen, itkeminen tai koskettaminen ovat suorimpia tunteiden ilmaisukeinoja. Sanallista tunteiden ilmaisua tapahtuu puhuttaessa tai kirjoitettaessa. Tunteiden purkaminen puhumalla vaatii kuuntelijan, mutta kirjoittaessa tunteita voi sanoittaa myös yksin. Usein juuri kirjoittamalla tunteisiin saa etäisyyttä, jolloin tunteiden kertomia viestejä on helpompi tulkita. (Mieli 2024a.)

Hyvät tunnetaidot auttavat selviämään voimakkaista ja kuluttavista tunteista. Haastavat tunteet kuuluvat elämään, mutta niitäkin voi oppia sietämään ja hallitsemaan kenenkään vahingoittumatta. Tärkeä tunnetaito on ymmärtää, ettei ikävään tunteeseen tarvitse heti reagoida eikä sitä tarvitse hävetä. Suurenakin koetut tunteet tasaantuvat ja menevät ohi aikanaan. Omia mielen tynnytyiskeinoja etsimällä ja kokeilemalla löytyy jokaiselle sopiva henkilökohtainen tapa toimia haastavien tunteiden kanssa. (Pesonen ym. 2023, 70–71.)

Tunnetaidot ovat taitoja, jotka eivät synny itsestään vaan niitä opetellaan, ja niitä voi kehittää koko ihmisiän. Nykypäivänä toimivat tunnetaidot nähdään voimavarana, joiden avulla yksilö selviää elämän vastoinkäymisistä, ja joiden avulla hän on yhteydessä toisiin ihmisiin. (Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö 2024.)

Nuoren tunnetaidot

Nuoren mielialat vaihtelevat hormonitoiminnan muutoksien vuoksi voimakkaasti ja monia tunteita koetaan ensimmäistä kertaa elämässä. Tunteet tuntuvat teini-iässä voimakkaimmin ja samaan aikaan tunteiden tunnistamisen ja säätelyn taidot heikkenevät. (Mieli 2021.) Kaikki tämä johtuu nuoren kehossa tapahtuvista neurobiologisista muutoksista, jossa psyykkiset muutokset kehittyvät fyysisiä muutoksia hitaammin (Kiuru 2023). Aivojen syvissä osissa sijaitsevan limbisen järjestelmän tuottaessa impulsiivista käytöstä ja voimakkaita tunteenpurkauksia, käyttäytymistä ja tunteita säätelevän otsalohkon alue kehittyä vasta viimeisenä. Näiden aivoalueiden vuoroittaisten kehityskulkujen takia voimakkaat tunnemyrskyt ovat nuorille tyypillisiä, ja nuoret tuntevat olevansa joskus hukassa. (Pesonen ym. 2023, 71.) Nuorten vahvojen tunnereaktioiden on arveltu antavan ympärillä oleville ihmisille vihjeitä siitä, millaista sosiaalista tukea nuoret kyseisellä hetkellä tarvitsevat. Tunteita validoimalla eli kanssa ihmisen myötätuntoisella tunteen kohtaamisella ja sanoittamisella, nuorelle voi ilmaista hänen tunteidensa olevan ymmärrettäviä ja hyväksytyjä. (Kiuru 2023.)

Avolan ja Pentikäisen (2020, luku 4.2.2.) mukaan erityisesti tunteiden säätelyn haasteet ovat monien nuoruusiän haasteiden kuten masennuksen, itsetuhoisuuden, ahdistuksen ja päihteiden käytön taustalla. Erilaisten tunnetilojen kokeminen ja tunnistaminen sekä jakaminen toisten samanikäisten kanssa vahvistavat nuoren hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Tämän vuoksi tunnetaitojen opettaminen koulussa voidaan heidän mukaansa määritellä ehkäiseväksi mielenterveystyöksi.

Suomalaisessa Terve Oppiva Mieli -tutkimushankkeessa (2016) osoitettiin tietoisuustaitojen systemaattisen harjoittelun edistävän nuorten psyykkistä joustavuutta eli resilienssiä, sosioemotionaalista toimintakykyä sekä vähentävän masennusoireiden ilmaantuvuutta. Tietoisuustaitojen harjoitukset auttavat nuorta tunteiden käsittelyssä. Läsnäoloharjoitusten myötä nuori oppii pysähtymään itsensä äärelle ja tekemään tietoisia valintoja tunnekuuhunkin keskellä. Hengitysharjoitukset rauhoittavat autonomista hermostoa ja sykettä, auttaen etenkin stressaavissa tilanteissa, ahdistuksen hetkillä tai nukahtaessa. (Pesonen ym. 2023, 43.)

Opettajan tunnetaidot

Opettaja on oppilailleen roolimalli myös tunnetaitojen opettamisessa. Ennen opettamista opettajan tulisi kuitenkin ensin itse osata tunnistaa ja nimetä omia tunteitaan sekä kyetä säätelämään niitä. (Lahtinen & Rantanen, 2019, 30.) Golemanin (1995) emotionaalista tunneälykkyyttä kuvaavan mallin mukaan tunneälykkäälle opettajalle ominaisia piirteitä ovat omien tunteiden tiedostaminen, omien tunteiden hallinta, sosiaalinen tietoisuus ja sosiaalinen kyvykkyys (Virtanen 2015, 30–31). Omat tunteensa tiedostava opettaja käy jatkuvaa

reflektiota tunteistaan ja ajatuksistaan, ja ottaa aikaa oman toimintansa pohtimiseen. Haastavien tunteiden kohtaaminen on opettajan työssä väistämätöntä, mutta myönteisellä elämänasenteella ja hyvillä tunnetaidoilla vastoinikäymiset voi nähdä mahdollisuuksina oppia uutta. (Virtanen 2015, 47, 53–54.)

Opettajan työssä yhdistyy paradoksaalisesti läheisyys ja etäisyys. Opettajalta odotetaan oppilaan tunnetasoista kohtaamista ja samalla ammatillista etäisyyttä. Tässä ristivedossa opettajan tulee kohdata omat tunteensa, sekä ohjata ja säädellä oppilaiden tunteita, jotta oppimistilanteiden turvan tunne säilyy ja oppimista tapahtuu. (Virtanen 2015, 13.) Ryhmän tunnetilan säätely lähtee liikkeelle opettajan tunnetilan säätelystä. Mitä rauhallisempi ja vakaampi opettaja, sitä levollisempi ja turvallisempi ryhmä. (Hurme & Kyllönen 2025, 134.) Etenkin uuden ryhmän aloittaessa, joka yläkouluun siirryttäessä on lähes poikkeuksetonta, opettajalla on hyvät mahdollisuudet lähteä rakentamaan haluamaansa tunne- ja vuorovaikutusympäristöä sekä toivomaansa toimintakulttuuria oman luokkansa kanssa (Hurme & Kyllönen 2025, 133).

2.2 Vuorovaikutustaidot

Vuorovaikutustaidoilla tarkoitetaan vastavuoroista tapaa toimia, jossa osapuolilla on kykyjä ja kiinnostusta vaihtaa mielipiteitä ja ajatuksia, sekä halua toimia toisten kanssa. Positiivisen vuorovaikutuksen merkkejä ovat läsnäolo ja kunnioittava kuuntelu, vastapuolen rohkaisu ja myönteisellä palautteella kannustaminen, myötätuntoinen ja empaattinen tuki sekä toisen ilahduttaminen. (Mieli 2024b.) Vuorovaikutustaidot auttavat rakentamaan ihmissuhteita ja mahdollistavat sosiaalisten turvaverkostojen syntymistä. Ryhmään tai yhteisöön kuulumisen tunne vahvistavat positiivista mielenferveyttä ja turvallisuuden tunnetta. (Pesonen ym. 2023, 58.)

Vuorovaikutustilanteet ovat aina ainutkertaisia. Ne tapahtuvat tietyssä aikana, tietyssä ympäristössä. Tilanteessa olevien henkilöiden kulloisetkin fyysiset ja psyykkiset olotilat, roolit sekä aiemmat kokemukset, vaikuttavat vuorovaikutustilanteeseen merkittävästi, osallistujien tunnetaitoja unohtamatta. (Hurme & Kyllönen 2025, 166–167.) Kohtaamistilanteissa käytettävät vuorovaikutustaidot ovat taitoja, joita voi oppia, mutta niiden käyttöä tulee systemaattisesti harjoitella. (Mieli 2024b.)

Oppilaan ja hänen kouluympäristönsä välistä vuorovaikutussuhdetta kuvataan kouluun kiinnittymisen termillä. Kouluun kiinnittyneillä oppilailta on vähemmän poissaoloja ja heidän oppimistuloksensa ovat parempia. Koululäsnäolo vaikuttaa myönteisesti sosiaalistaitojen ja vertaissuhteiden rakentamiseen. (Markkanen & Pusa 2023a, 8.) Opetus- ja kulttuuriministeriön vuosina 2021–2023 toteuttama Sitouttava koulu yhteisö-hanke lähti kehittämään

keinoja kouluun kiinnittymisen parantamiseen sekä poissaoloihin puuttumiseen. Elokuussa 2023 voimaan tulleet lainsäädäntömuutokset (Opetushallitus 2023a.) tukevat tätä tavoitetta, ja velvoittavat oppilaitokset panostamaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen (Markkanen & Pusa 2023a, 4).

Nuoren vuorovaikutustaidot

Nuorten elämässä kaverit ja ystävyysuhteet korostuvat. Suomalaisessa väitöskirjatutkimuksessa kahdeksaluokkalaisia pyydettiin kirjoittamaan ihmisistä, jotka ovat heidän ympärillään koulussa. Maininnat ystäviin, kavereihin tai muihin saman ikäisiin löivät tutkijat ällikällä. 65 kirjoittajan teksteissä vertaissuhteet nousivat esille 284 kertaa. Tutkimustuloksen mukaan voidaan jopa väittää, että nuoret käyvät koulua saadakseen olla kavereiden kanssa. Usean nuoren koulumotivaatio onkin yhteydessä sosiaalisiin suhteisiin, niin hyvässä kuin pahassa. (Opetushallitus 2025b.)

Vuorovaikutuksen kulmakiviä ovat itsetuntemus, itsetunto ja itseluottamus. Murrosikäinen rakentaa ja uudelleen jäsentää näitä vuorovaikutuksen elementtejä yksilöllisten tarpeidensa ja kehityksellisten tasojensa mukaisesti. Itsetuntemuksen avulla nuori oppii tuntemaan, millainen hän itse on, ja miten hän erilaisissa tilanteissa reagoi. Itsetuntemusta vahvistavat oman temperamentin ja luonteenpiirteiden sekä omien vahvuuksien sekä tunteiden tunnistaminen. Hyvä itsetuntemus yhdessä itsensä arvokkaaksi kokemisen kanssa mahdollistavat hyvän itsetunnon rakentumisen. (Hurme & Kyllönen 2025, 167–169.)

Koulun tulee luoda nuorille turvallinen ympäristö, joka tukee itsetunnon kehitystä. Toisinaan nuoruudessa esiin nousevat mielenterveydenhäiriöt, kuten ahdistuneisuushäiriö, pakko-oirehäiriö, uhmakkuus- tai käytöshäiriö, masennus tai traumatausta voivat vaikeuttaa tai jopa estää vuorovaikutustilanteisiin osallistumista. Tällöin nuorta on tuettava selviytymään kouluarjesta hänen omaa hyvinvointiaan tukemalla ja kehittämällä. (Talala 2019, 9, 33–35.)

Sitouttava kouluyhteisö -hankkeen arviointiaineiston mukaan nuoret painottivat arkisten, kii-reettömien kohtaamisen merkitystä koulupäivän aikana (Markkanen & Pusa 2023a, 22). Opettajan vilpittön kysymys: Mitä sulle kuuluu? tai muutaman sanan vaihto esimerkiksi siirtymätilanteessa voivat olla nuorelle merkityksellisempiä kuin erityiset vuorovaikutustaidoja tukevat oppitunnit tai pitkälliset keskustelut (Hurme & Kyllönen 2025, 176).

Opettajan vuorovaikutustaidot

Oppilaan ja opettajan vuorovaikutussuhteen kehittymisen kannalta ratkaisevaa on ensimmäinen kohtaaminen. Arvostavan kohtaamisen periaatteita noudattaen positiivisen vuorovaikutuksen rakentuminen on mahdollista kaikissa, myös haastavissa, vuorovaikutustilanteissa. Aito läsnäolo ja kunnioittava huomioiminen luovat pohjan pedagogiselle

turvallisuudelle. (Hurme & Kyllönen 2025, 177.) Jyväskylän yliopiston koordinoimassa Alkuportaatt seuranta tutkimuksessa 2006–2016 osoitettiin, että opettajan ja oppilaan välisellä vuorovaikutuksella oli enemmän vaikutusta oppimistuloksiin kuin oppimateriaaleilla tai luokkakoolla. Erityisesti opettajan lämminhenkisyys kasvatti oppilaan oppimismotivaatiota. (Lerikkanen ym.2016.)

Hurme ja Kyllönen (2025, 188, 193) esittelevät ammattiroolisuodattimen yhtenä opettajan vuorovaikutustaitojen työkaluna. Opettaja säätelee vuorovaikutuksensa syvyyttä suljetun, läpäisevän tai avoimen suodattimen avulla. Suljettua suodatinta käytetään, mikäli oma jaksaminen on koetuksella tai silloin, kun vuorovaikutuksen toinen osa puoli pyrkii vahingoittamaan itseä. Läpäisevä suodatin puolestaan päästää esiin sekä henkilökohtaista että ammattiroolin mukaista vuorovaikutusta. Avoimella suodattimella toimiessaan opettaja käyttää hyväksi omaa persoonaansa ja on tilanteessa lähellä omaa itseä. Oman vuorovaikutussäätimensä tiedostamalla ja sitä säätelemällä, opettajalla on paremmat mahdollisuudet auttaa oppilaita kohti parempia oppimistuloksia ja ennen kaikkea jaksaa työssään paremmin.

Opettajan työhyvinvoinnin yhteys vuorovaikutuksen laatuun on todistettu myös Jyväskylän yliopiston tutkimuksessa (Chan ym. 2023). Opettajan kokemalla työperäisellä stressillä oli vaikutus huonompaan vuorovaikutuksen laatuun, ja etenkin emotionaalisen tuen antamiseen yläkoulun oppilaille. Tutkimus osoitti, että opettajien stressinhallinnan tukeminen ja työhyvinvoinnin kohentaminen voivat vaikuttaa positiivisesti oppimiseen ja oppilaiden kokemukseen koulusta.

3 Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen

3.1 Lainsäädännön näkökulma

Perusopetuslaki asettaa perusopetukselle tavoitteet oppilaiden yhteiskunnan jäsenyyteen kasvamiseen ja elämässä tarvittavien tietojen ja taitojen opettamiseen (Perusopetuslaki 628/1998, 2§). Tunne- ja vuorovaikutustaidot nousevat vahvasti esiin Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014), jossa opetuksen ja kasvatuksen tulee ohjata oppilaita tasapainoisiksi ja hyvän itsetunnon omaaviksi kansalaisiksi. Oppilaita kannustetaan huolehtimaan itsestään ja toisista, sekä harjoittelemaan elämän kannalta tarvittavia taitoja. Laaja-alaisella osaamisella tavoitellaan oppiainerajat ylittävää yhteistyötä ja tulevaisuusorientoitunutta työskentelytapaa, jossa oppilaat harjoittelevat kansalaisena toimimisen taitoja. Laaja-alaiseen osaamiseen vuosiluokilla 7–9 kuuluu itsestä huolehtimisen ja arjen taitojen (L3) osalta seuraavaa

Sosiaalisia taitoja harjoitellaan ja tuetaan tunnetaitojen kehittymistä. Käsitellään yhdessä ristiriitaisten tunteiden ja ajatusten kohtaamista ja hallintaa. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 283.)

Poissaolojen ehkäisyä koskevan 1.8.2023 voimaan tulleen Perusopetuksen muutosmääräyksen (Opetushallitus 2023a.) mukaan kouluun kiinnittymisen tunnetta ja oppilaiden osallisuutta tulee vahvistaa. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu tulee nivoa osaksi koulun toimintakulttuuria myös oppituntien ulkopuolella. Yhdessä koko oppiva kouluyhteisö vahvistaa vuorovaikutustaitojaan harjoitellen ja kokeillen, innostuen ja onnistuen. Kohtaamisen laatuun ja määrään panostamalla koko kouluyhteisön hyvinvointi kohenee. Aikuisten antamalla esimerkillä on oppilaille suuri mallioppimisen arvo. Monipuolinen vuorovaikutus sekä mielen hyvinvointia edistävät toimintatavat luovat oppilaille hyvät edellytykset rakentaa vuorovaikutussuhteita vertaisiinsa, ja merkityksellisyyden tunne yhteisöön kuulumisesta kasvaa. Tällöin kouluun kiinnittyminen vahvistuu.

Oppilas- ja opiskelijahuoltolain (1287/2013, 3–4§) mukaan opiskeluhoollon tulee edistää ja ylläpitää oppilaan psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia sekä vahvistaa yhteisöllistä opiskeluhoolltoa, jossa muun muassa vuorovaikutusta, sosiaalista vastuullisuutta ja osallisuutta edistetään. 1.8.2023 voimaan tulleen Oppilas- ja opiskeluhoolltolain muutoksen (Opetushallitus 2023b.) mukaan painopiste on siirtynyt korjaavasta työstä koko kouluyhteisön hyvinvointia edistävään ennakoivaan yhteisölliseen työhön, jossa koulun toimintakulttuuri on tärkeässä roolissa. Opetushenkilöstön nivoessa opetukseen tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista ja opiskeluhoollon ammattilaisten tuottaessa monipuolista yhteisöllistä työtä, koko kouluyhteisö voi paremmin. Aiemmin oppilaitokset laativat itse omat

opiskeluhooltosuunnitelmansa. Opiskeluhoitopalveluiden järjestämisvastuun siirryttyä hyvinvointialueille 1.8.2023, opiskeluhooltosuunnitelmat laaditaan jatkossa alueellisesti. Päijät-Hämeen alueellisen opiskeluhooltosuunnitelman 2024–2025 perustana on yhteisöllinen, mielen hyvinvointia tukeva työ, jonka tavoitteena on tavoittaa opiskelijat mahdollisimman laajasti ja ennakoivasti. (Alueellinen opiskeluhooltosuunnitelma 2024–2025.)

3.2 Paikallisen ohjeistuksen näkökulma

Lahden lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman 2022–2025 kärjet ovat osallisuus ja yhteisöllisyys, mielen hyvinvointi, terveelliset elämäntavat ja arjen turvallisuus. Näillä neljällä teemalla tähdätään kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kasvuun. Tunne- ja vuorovaikutustaidot nousevat esiin osallisuus ja yhteisöllisyys sekä mielen hyvinvoinnin teemojen yhteydessä. Osallisuutta ja yhteisöllisyyttä pyritään edistämään ryhmään kuulumisen tunnetta vahvistamalla varhaiskasvatuksesta toiselle asteelle saakka. Erityisesti nivelvaiheissa ryhmään kuulumista tukevaa toimintakulttuuria tulee vahvistaa, ensisijaisesti henkilöstöllä jo olevaa osaamista laajentamalla. Mielen hyvinvointia vahvistetaan lasten ja nuorten kanssa toimivien ammattilaisten mielenterveysosaamisen koulutuksilla. Lahden kaupunki selvittää erilaisten tunnetaito-ohjelmien toimivuutta osana Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamaa Sitouttava koulu yhteisö -hanketta. (Lahden lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2022.)

Paikallisessa Lahden perusopetuksen koulujen yhteisessä kehittämissuunnitelmassa tavoitteena on laaja-alaisesti osaava ja hyvinvoiva nuori. Toimintakulttuurin muutoksella pyritään oppilaiden oppimaan oppimisen ohjaamiseen ja omien vahvuuksien tiedostamiseen, osallisuuden ja vaikuttamismahdollisuuksien tunnistamiseen sekä ryhmään kuulumisen tunteen vahvistamiseen. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen systemaattinen opettaminen on tärkeä osa tätä kehitystyötä. (Lahden kaupungin perusopetussuunnitelma 2014.)

Lahden kaupungin paikallisessa opetussuunnitelmassa seitsemännellä vuosiluokalla on yksi valinnaisen aineen vuosiviikkotunti (Lahden kaupungin perusopetuksen opetussuunnitelma 2014). Lahden yläkoulut ovat hyödyntäneet vuosiviikkotuntia osin tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen. Lisäksi tunne- ja vuorovaikutusteemat ovat olleet osana luokanohjaajan tuntien sisältöjä, jolloin luokanohjaaja on vastannut tuntien toteutuksesta kouluissa laaditun ennakkomateriaalin pohjalta.

3.3 Aineenopettajan näkökulma

Suomalainen opettajankoulutus on maailman kärkiluokkaa. Opettajankoulutuksessa on pitkään ollut tärkeää teorian ja käytännön vuoropuhelun vahvistaminen, opettajien kriittisen ajattelun herättely sekä tutkivan työotteen rakentuminen. Uusimmassa perusopetuksen

opetussuunnitelmassa (2014) asioita tarkastellaan isoina kokonaisuuksina ja etenkin oppilasnäkökulma on vahvistunut. Myös opettajankoulutuksen tulee mukautua tähän suuntaan. Oppilaiden on helpompi omaksua yhteisöllisiä toimintatapoja, jos opettajat ovat jo koulutuksessaan vahvistaneet omia vuorovaikutus- ja yhteistyötaitojaan. Opettajien koulutus ei ole kuitenkaan täysin pysynyt mukana opetussuunnitelman muutostyössä, sillä koulutusleikkaukset ovat vaikuttaneet yliopistoihin vahvasti. Opiskelu tapahtuu enemmän itseopiskellen ja opetusharjoittelun ohjausta on leikattu reilusti. Opettajan työssä tarvittavia sosiaalisia taitoja, ei opita verkossa itseopiskelemalla vaan koulun arkeen ja itse opettajuuteen tutustumalla. (Luukkainen & Pulkkinen 2017, 258–259.)

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen saatu koulutus vaihtelee opettajien koulutusohjelmissa valtavasti. Luokanopettajien koulutusohjelmassa tunne- ja vuorovaikutusosaaminen sisältyy äidinkielen ja kirjallisuuden opintokokonaisuuden (5 opintopistettä), taito- ja taidekasvatukseen (5 opintopistettä) sekä kasvatustieteiden perusopintojen (25 opintopistettä) opintokokonaisuuksiin. Lisäksi opetusharjoittelut (10 opintopistettä) antavat mahdollisuuksia käytännön harjoitteluun ja oppilaiden kohtaamiseen kouluympäristössä. (Tampereen Yliopisto 2024.)

Aineenopettaja on oman tieteenalansa ekspertti. Hänellä on laajat tiedot ja taidot oman tieteenalansa ajankohtaisista ilmiöistä ja tutkimussuuntauksista. Maisteriksi valmistumisen jälkeen aineenopettajan on mahdollista suorittaa opettajan pedagogiset opinnot. Kyseinen koulutus antaa varsin vähäiset valmiudet tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen. Aihetta käsitellään ainoastaan oppimisen ja hyvinvoinnin tuki (5 opintopistettä) sekä opetussuunnitelma (5 opintopistettä) opintokokonaisuuksissa. (Helsingin Yliopisto 2024.)

Husu ja Toom (2017, 338–339) esittävät, että opettajankoulutuksen teoreettinen osaaminen muovautuu opettajan taidoiksi ja osaamiseksi vasta luokkavuorovaikutuksessa oppilaiden kanssa. Perinteisten oppiainekohtaisten tietojen ja taitojen ohella nykypäivänä korostuvat etenkin geneeriset työelämää ja tulevaisuutta tukevat taidot, joita opettajan tulee osata oppilailleen opettaa. Yhteistyötaitoja vahvistavat tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat tässä tärkeässä roolissa.

Opettajuuteen kuuluu elinikäisen oppimisen periaate, jossa tutkiva ja reflektioiva työote säilyy läpi opetusvuosien. Nykypäivän koulussa yhteisopettajuus ja samanaikaisopettajuus, tiimityöskentely sekä työnohjaus antavat opettajille mahdollisuuden työssä tapahtuvaan oppimiseen erityisten lisä- ja täydennyskoulutusten rinnalla. Opettajan rooli on muutosvaiheessa, jossa yksintyöskentelystä ollaan siirtymässä yhä enemmän yhdessä työskentelyyn. Tilanne haastaa erityisesti pitkään opettajina toimineita, mutta antautuessa muutoksen

tielle, mahdollistuu henkilökohtainen kehitys sekä työhyvinvoinnin koheneminen. (Husu & Toom 2017, 344–345.)

Luokanohjaajan rooli

Yläkoulun luokanohjaajan tehtävä on yleensä rehtorin määräämä opettajan erityistehtävä, jota aineenopettajat hoitavat oman lehtorin toimensa lisäksi. Virkaehtosopimuksen mukaisesti luokanohjaajana toimivalle viranhaltijalle korvataan 1,4 vuosiviikkotunnin mukainen korvaus. Luokanohjaajan tehtävänkuvaa ei määritellä missään peruskoulua säätävässä laissa tai asetuksessa. Opetusalan valtakunnallinen työehtosopimus OVTES tunnustaa luokanohjaajan nimikkeellä luokanvalvoja. (Markkanen & Pusa 2023a, 2.)

Opetushallitus on julkaissut vuonna 2007 Luokanohjaajan käsikirjan, jossa esitellään luokanohjaajan yleisiä tehtäviä. Neljä tehtäväaluetta ovat: kodin ja koulun välinen yhteistyö, erityistä tukea tarvitseva oppilas, oppimisen tukeminen sekä kasvun ja kehityksen tukeminen, johon tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen kuuluu. Luokanohjaajan käsikirjassa ryhmäytymisen tukeminen määritellään 7.luokan alun tavoitteeksi, mutta pitkäkestoisempaan tai suunnitelmalliseen tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoitteluun tai vahvistamiseen, käsikirja ei ohjaa. (Halme ym. 2007, 5.)

Luokanohjaajien tuntien määrä ja toteutustapa vaihtelevat koulukohtaisesti. Luokanohjaajan tunti tai vartti voi olla sijoitettuna lukujärjestykseen säännöllisesti viikoittain tai jaksoittain. Yhtä hyvin luokanohjaajan tunti voi olla kerran kuukaudessa pidettävä oppitunti. Joissakin kouluissa luokanohjaaja vastaa luokastaan kokonaan ensimmäiset koulupäivät ja satunnaisia päiviä lukuvuoden aikana esimerkiksi jouluna ja keväällä. (Halme ym. 2007, 10.)

Kansallinen koulutuksen arviointikeskus (KARVI) toteutti keväällä 2023 Sitouttava kouluyhteisötyö-hankkeeseen kuuluneen arvioinnin, jossa luokanohjaajat ilmaisivat tuen tarpeen ryhmäytymistaitojen sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen. Luokanohjaajien kokemukset oman osaamisen riittävydestä olivat muihin arvioinnin kohteisiin nähden selvästi heikommalla tasolla. Luokanohjaajan tehtävä koettiin samassa arvioinnissa hyvin kuormittavaksi, ja jopa kolmasosa luokanohjaajina toimivista aineenopettajista ei kokenut tehtävää itselleen mieluisaksi. (Markkanen & Pusa 2023b, 24–25.)

3.4 Aineenopettajille kohdennettu tunne- ja vuorovaikutuskoulutus

Lahden kaupungin organisoiman kohdennetun koulutuskokonaisuuden tavoitteena on lisätä luokanohjaajina toimivien aineenopettajien valmiuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa peruskoulun seitsemännellä luokalla. Koulutus antaa teoretiedon lisäksi

mahdollisuuden kokemuksellisiin harjoituksiin, joiden kautta aineenopettajien tietämys nuorten hyvinvoinnin sekä oman hyvinvoinnin vahvistamisesta kasvaa.

Lahden kaupungin tilaama ja Mieli ry:n räättälöimä koulutuskokonaisuus koostuu neljästä koulutuskerrasta, joista ensimmäinen elokuussa 2024 toteutettu etäkoulutus, oli suunnattu kaikille seitsemännen luokan luokanohjaajille ja opiskeluhuoltohenkilöstölle. 90 minuutin mittaiset lähikoulutukset järjestetään syyskuussa 2024, marraskuussa 2024 sekä tammi-kuussa 2025 yläkoulupareittain. Pienryhmissä on yhdistetty kahden ja yhdessä ryhmässä kolmen yläkoulun luokanohjaajat ja opiskeluhuoltohenkilöstö, jolloin ryhmien koot vaihtelevat 15 ja 25 henkilön välillä. Yläkouluja yhdistämällä on haluttu mahdollistaa koulutuksen dialogisuutta ja vertaistuen hyödynnettävyyttä. (Lahden kaupunki 2024c.)

Kohdennetun koulutuksen ensimmäinen osa koostuu Hyvän mielen koulu -etäkoulutuksesta, joka pohjautuu perusopetuksen opetussuunnitelman mukaisiin mielenterveystaitojen opetussisältöihin. Koulutus antaa opettajille konkreettisia välineitä mielenterveystaitojen edistämiseen ja opettamiseen yläkoulussa. Koulutuksen keskiössä ovat arkiset tavat, joilla nuorten mielenterveyttä ja hyvinvointia voidaan kouluympäristössä edistää. (Mieli 2024c.)

Lähikoulutuksena toteutettavat jälkimmäiset osat ovat Tunnetaidot mielenterveyden tukena, Haastavat tunteet sekä Kehon ja mielen rauhoittaminen. Tunnetaidot mielenterveyden tukena-osio keskittyy tunnetaitojen kokonaisvaltaiseen hahmottamiseen sekä opettajan oman tunnesäätelyn vahvistamiseen. Haastavien tunteiden ja käyttäytymisen taustalla oleviin seikkoihin sekä haastavien tunteiden purku- ja säätelykeinoihin pureudutaan seuraavassa osiossa. Viimeinen Kehon ja mielen rauhoittaminen-osio vahvistaa tietoisuustaitojen hyödynnettävyyttä opetustyössä sekä työhyvinvoinnin tukena. Koulutukset pitävät sisällään teorian tiedon lisäksi useita käytännön harjoituksia sekä materiaalien käyttövinkkejä, joita osallistujien on helppo siirtää luokkatyöskentelyyn. Kokemuksellisuus vahvistaa myös opettajan omaa itsetuntemusta ja luo edellytykset omaan työhyvinvointiin vaikuttamiseen. Omien tunteiden tunnistaminen ja haastavien tunteiden käsittelytaidot antavat opettajalle välineitä kohdata tunnemyrskyn vallassa oleva nuori. (Snellman-Aittola 2024.)

4 Opinnäytetyön toteutus

4.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyö on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus, joka tuottaa tietoa ihmisten ja yhteisöjen kokemuksista ja niiden merkityksistä. Laadullisen tutkimuksen erityislaatuisuus piilee ihmisten kokemuksilleen antamissa merkityksissä, jotka ovat hyvin monivivahteisia ja subjektiivisia. Kokemuksille annettavat henkilökohtaiset merkitykset ovat laadullisen tutkimuksen laatuja, joita tutkimalla saadaan käsityksiä tutkittavien arvoista, käsityksistä, uskomuksista, mielipiteistä tai tunteista. (Vilkkä 2021, 18.)

Tutkittavana olevan asian merkityksellisyys on aina kytköksissä asiayhteyteen. Laadullista tutkimusta tehdessä tutkijan tulee ottaa huomioon, missä asiayhteydessä ja miten tieto ihmisen todellisuuteen kietoutuu. Ihmisen tapa peilata kokemuksiaan aiemmin koettuun, muodostavat yhdessä todellisuuden, joka prosessoituu kielen välityksellä. Kielen ja sosiaalisen toiminnan avulla ihminen tarkentaa käsityksiään, jotka heijastuvat myöhemmin hänen toiminnassaan. Kielen avulla myös tutkijan on mahdollista päästä lähemmäs tutkittavan ymmärrystä ja kokemusten merkityksellisyyttä. (Vilkkä 2021, 19–20.)

Laadullisen tutkimuksen aineistonkeruu on Juutin ja Puusan (2020, 101) mukaan herkkää vuorovaikutustyötä, suoraviivaisen tiedonkeruun sijaan. He kuvaavat tutkijaa ”noviisiksi”, joka pyytää lupaa tulla osaksi tutkimuksen kohteena olevien ihmisten todellisuutta. Tutkijan tulee hyväksyä hänen ymmärtämystään rajoittavat teoreettiset käsitteet ja ”noviisiutensa” tutkimuskohteiden rinnalla. Osallistuin kohdennettuun koulutukseen luodakseni tutkimuskohteisiin luottamusta herättävän suhteen, jotta kyselyyn annettavat vastaukset avaisivat heidän ajatuksiaan ja kokemuksiaan mahdollisimman monisyisesti.

Laadullisen tutkimuksen lisäksi käytin opinnäytetyössä menetelmätriangulaation muotoja. Menetelmätriangulaatiolla tarkoitetaan useampien menetelmien tai lähestymistapojen yhdistämistä luotettavuuden ja tulosten syvyyden varmistamiseksi. Menetelmätriangulaatio vaatii aikaa, mutta se mahdollistaa tutkimuskohteen syvällisemmän tulkinnan, joten se soveltuu hyvin ihmisen toimintaa vaikuttavien taustatekijöiden selvittämiseen. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Pelkillä laadulliseen tutkimukseen kuuluvilla avoimilla kysymyksillä ei saada riittävän kattavaa kuvaa aineenopettajien kokemuksista ja niihin vaikuttaneista taustasyistä, joten täydensin laadullisen tutkimuksen menetelmää määrällisen tutkimuksen mukaisilla strukturoiduilla kysymyksillä. Tällöin menetelmätriangulaation erilaiset tutkimusmenetelmät täydentävät toisiaan ja mahdollisesti korjaavat toistensa heikkouksia (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Määrällinen tutkimus perustuu haluun selvittää, millaisia kokemuksia vastaajilla on ja miten kyseiset kokemukset jakautuvat vastaajien kesken. Saatua jakaumia voidaan tulkita ja havainnollistaa numeerisesti. Määrällinen tutkimus mahdollistaa mitattavien ominaisuuksien välisten erojen ja suhteiden selvittämisen. (Vilka 2021, 23.)

Opinnäytetyössä käytettävät määrällisen tutkimuksen piirteet liittyvät kyselylomakkeen monivalintakysymyksiin, jossa Likertin asenneasteikolla selvitin henkilön omakohtaisiin kokemuksiin perustuvia mielipiteitä. Likert-asteikollisten kysymysten analyysillä sain selville vastaajien "samanmielisyyttä", jolloin kykenin järjestämään vastaajat määrällisesti ja julkaisemaan tulokset diagrammeihin.

4.2 Aineistonkeruu

Organisaatiossa toteutettavaa tutkimusta varten tulee hakea tutkimuslupa, koska tutkimukseen osallistuvat ihmiset edustavat organisaatiota ja käyttävät työaikaansa tutkimukseen osallistumiseen (Vilka 2021, 115). Hain opinnäytetyölle tutkimuslupaa Lahden kaupungilta kesäkuussa 2024 verkkopohjaisella tutkimuslupahakemuksella. Lahden kaupungin opetus- ja kasvatusjohtaja Virve Jämsen teki viranhaltijapäätöksen myönnetystä tutkimusluvasta 24.6.2024.

Havaintoyksikkönä olivat Lahden kaupungissa lukuvuonna 2024–2025 seitsemännellä luokalla luokanohjaajan tehtävissä toimivat aineenopettajat, joiden kokemuksia ja mielipiteitä kyselyllä selvitettiin. Kohdennettuun koulutukseen osallistuvien yhdeksän yläkoulun aineenopettajista oli Lahden kaupungin toimesta muodostettu alueellisia ryhmiä, joten aineenopettajien perusjoukko oli täten jaettu etukäteen ryhmiin. Opinnäytetyössä käytettiin ositettua otantaa, joka hyödyntää etukäteistietojen mukaisia ryhmiä. Ositetulla otannalla pyritään tutkimuksessa varmistamaan mahdollisimman edustava otos koko havaintojoukosta (Tutkimusmenetelmien verkkokäsikirja 2024a). Ositettua otantaa hyödyntäen koulupareista valikoitui työelämätoimijoiden kanssa kaksi ryhmää, jotka osallistuivat opinnäytetyöhön. Opinnäytetyössä käytetyissä otoksissa on edustettuina sekä kantasuomalaisia että maahanmuuttajia opettavia aineenopettajia, sekä keskustassa että lähiöissä sijaitsevia yhtenäis- ja yläkouluja, kouluhyvinvointityötä pidempään tehneitä sekä vasta-alkajia.

Kysely valikoitui aineistokeruu metodiksi sen helppokäyttöisyyden ja toteutusvarmuuden vuoksi. Kyselyyn vastaaminen haluttiin tehdä osallistujille mahdollisimman helpoksi siten, että se toteutui koulutuksen yhteydessä työajalla eikä vapaa-ajalla. Koulutukseen osallistuvien määrän ja aikataulurajoitteiden takia ei haluttu käyttää muita haastattelumuotoisia aineistokeruu tapoja. Työelämäyhteistyökumppani toivoi saavansa totuuden mukaista palautetta. Ei vain palautetta, jota antavat aiheesta kiinnostuneet ja muutosorientoituneet.

Tämän takia pelkkään vapaaehtoisuuteen perustuvat teemahaastattelut suljettiin pois. Osallistumisellani kohdennettuun koulutukseen haluttiin toimeksiantajan kanssa yhdessä selvittää koulutuksen sisältöä, sekä luoda vastaajiin luottamusta herättävä suhde mahdollisimman realististen palautteiden saamiseksi. Kyselyn rakenteella, jossa strukturoidut sekä avoimet kysymykset vuorottelivat, pyrittiin varmistamaan, että osallistujien henkilökohtaisia ja merkityksellisiä kokemuksia nousee vastauksissa esiin.

Tutkimusaiheeseen ja aiempaan tutkimukseen perehtyminen auttavat hahmottamaan tutkimusongelman kannalta oleellisia ratkaisuja ja luomaan tilanteessa tarvittavan kysymyslomakkeen (Tutkimusmenetelmien verkkokäsikirja 2024b). Tutkimusaineiston keruussa hyödynsin kyselytutkimusta, jossa strukturoituun kyselylomakkeeseen lisättiin avoimia kysymyksiä. Kysely muotoutui kohdennetun koulutuksen edetessä ja sen sisältöjä mukailien yhdessä toimeksiantajan ja kouluttajan kanssa. Kysymyksillä halusin selvittää kohdennettuun koulutukseen osallistuneiden mielipiteitä itse koulutuksesta sekä harjoitusten käyttämisestä luokkatilanteissa. Kyselylomakkeen laatimisessa huomioin sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen velvoittavaa lainsäädäntöä luokanohjaajan rooliin peilaten että henkilökohtaisiin kokemuksiin liittyvää itsereflektiota.

Testasin kyselyä kahdella aineenopettajalla sekä yhdellä opiskeluhuoltohenkilöstöön kuuluvalla henkilöllä, jotka eivät osallistuneet koulutukseen. Testikäyttäjät kokivat kyselyn kattavaksi, mutta melko pitkäksi. Saadun palautteen perusteella muotoilin kyselyn asettelua, korjasin muutamia kirjoitusvirheitä sekä jätin yhden avoimen kysymyksen pois. Lopulliseen kyselyyn jäi 8 monivalintakysymystä, 2 vapaan sanan osiota ja 8 avointa kysymystä.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden (2019, 7–9) mukaan, tutkimuksessa tulee kunnioittaa ihmisten ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta. Itsemääräämisoikeudella tarkoitetaan osallistumisen vapaaehtoisuutta. Tutkimukseen osallistuminen tulee vahvistaa suostumuksella ja henkilöiden yksityisyyden suojaamisesta tulee aina informoida ennen aineiston koontia (Vilkkä 2021, 115–116). Esittelin itseni ja opinnäytetyön tavoitteet jokaisen lähikoulutuksen aluksi. Yksityisyyden suojaamisen periaate toteutui kyselyn anonyymiudella, jolloin vastaajien henkilöllisyyttä ei ole mahdollista selvittää. Kyselyssä itsemääräämisoikeutta huomioin antamalla vastaajille mahdollisuuden kieltää aineiston käyttö opinnäytetyössä.

Kysely (liite 1.) alkoi saatekirjeellä, jossa kertosin tiivistetysti tietosuojailmoituksen tiedot ja tutkimukseni tavoitteen. Vastaaja joutui kuittaamaan tietosuojailmoituksen luetuksi ennen kysymyksiin siirtymistä. Varsinainen kysely alkoi vastaajien taustatietojen kartoituksella. Seuraavilla monivalintakysymyksillä selvitettiin vastaajien aiempia kokemuksia, taitoja sekä motivaatiota tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen. Seuraavat

monivalintakysymykset koskivat kyseisen koulutuksen sisältöä, ajankohtaa ja toteutusta. Viimeiset monivalintakysymykset käsittelivät koulutukseen kuuluvia luokkainterventioita ja kokemuksia niistä. Kaikissa monivalintakysymyksissä käytettiin viisiportaista Likert-asteikkoa selvittämään vastaajien kokemusten tasoa. Kyselyn vastausvaihtoehtoina olivat "samaa mieltä", "osittain samaa mieltä", "ei samaa eikä eri mieltä", "osittain eri mieltä" ja "eri mieltä". Kyselyn loppuosan muodostivat avoimet kysymykset, joilla pyrittiin saamaan selville henkilökohtaisempia kokemuksia, tunteita, huomioita, tarpeita, joita aiheesta ja sen opettamisesta herää. Kyselyn lopussa oli suostumuslomake, jolla vastaaja halutessaan antoi suostumuksensa vastausten käyttöön opinnäytetyössä. Lopuksi kiitin osallistujia yhteistyöstä ja kerroin yhteystiedot, mahdollisten jälkepäin nousevien kysymysten varalle.

Opinnäytetyön tutkimusaineisto kerättiin Webropol 3.0 -kyselyn avulla tammikuussa 2025, viimeisen koulutuskerran päätteeksi. Koulutukseen osallistuneet saivat QR-koodin avulla linkin tutkimuskyselyyn. Osallistujat vastasivat kyselyyn omien älylaitteidensa avulla.

4.3 Analysointi

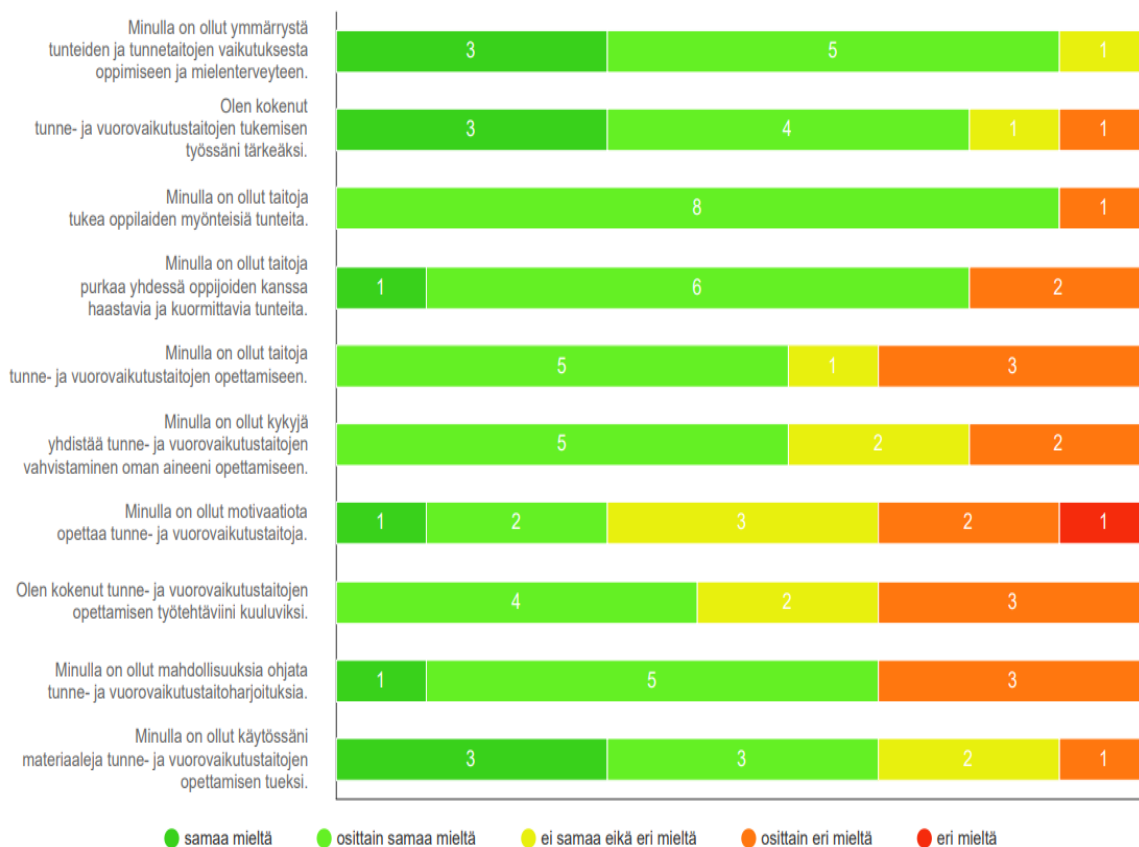
Opinnäytetyöaineiston analysoinnissa käytettiin myös trigulaatiota, joka tarkoittaa usean eri analyysimenetelmän yhteiskäyttöä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 142–143). Analyysitrigulaation menetelmällä pyritään esittämään tutkimuksen tuloksia mahdollisimman käyttäjäystävällisesti ja ymmärrettävästi (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Laadullisissa tutkimuksissa usein käytetyllä teemoittelulla pyritään löytämään aineistosta tutkimuskysymyksen kannalta oleelliset asiat. Teemoittelussa aineistosta nostetaan esiin tutkimustehtävän kannalta tärkeitä kokonaisuuksia ja aineistossa usein toistuvia aiheita (Juhila 2021). Tulossiossa teemoittelua voidaan tuoda esiin nostamalla aineistosta sitaatteja luotettavuuden esiin saamiseksi (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Määrällisessä tutkimuksessa tulokset esitetään sekä tekstinä että taulukoin tai kuvioin. Taulukolla on mahdollisuus kuvata ymmärrettävästi saatua yksityiskohtaista numeerista tietoa. (Vilka 2021, 149.)

Aloitin aineiston analysoinnin avoimiin kysymyksiin saamieni vastausten teemoittelulla. Etsin aineistosta yhtäläisyyksiä ja värikoodasin osia, joissa toistui samanlaisia ilmaisuja. Tämän jälkeen keräsin alkuperäiset ilmaisut väreittäin ryhmiksi, jonka jälkeen pelkistin samaan aihepiiriin kuuluneet ilmaisut alateemoiksi. Lopulta aineistosta muodostui kolme pääteemaa, joista jokaisen alle rakentui useampia alateemoja. Pääteemat olivat kokemukset ennen kohdennettua koulutusta, kokemukset kohdennetusta koulutuksesta ja aineenopettajien tarpeet tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen. Taulukossa 1 on kuvattu ensimmäistä teemaa koskeva analyysi. Kahden muun pääteeman analyysit ovat luettavissa liitteestä 2.

Pääteema	Alateemat	Alkuperäisilmaisut aineistosta
Kokemukset ennen kohdennettua koulutusta	positiiviset tunnekokemukset	"Olin kiinnostunut näistä ja halusin jo silloin opettaa niitä lisää, odotin koulutukselta tähän työkaluja." "Tieto, että saa antaa lopussa palautetta."
	negatiiviset tunnekokemukset	"Tunnetaidot ovat tärkeä asia, mutta niiden opettaminen on tuntunut hieman haastavalta." "Aineenopettajana haasteena on se, miten oman opetusmateriaalin lisäksi integroisi näitä mukaan opetukseen." "Se (tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen) tuntui vaikealta, eikä omalta jutulta." "Ihmettelin ja kapinoin pakollista 7.lk:n ky:n koulutusta." "Koin että tämä koulutus ei ollut järin motivoiva"
	käytännön kokemukset	"Olen opettanut viikottaista oppilaille pakollista vuorovaikutustaidot -kurssia kolme vuotta sitten." "Tärkeää, mutta aineenopetusjärjestelmässä käytännössä hankalaa." "Mietin sopivuutta omaan opetukseen."

Taulukko 1. Kokemukset ennen kohdennettua koulutusta -pääteeman analyysi

Määrällisen tutkimuksen menetelmiin kuuluvien monivalintakysymysten vastausten analysointi alkoi Webropol 3.0 -raportointityökalun avulla. Vastausjakaumia havainnollistan graafisesti erilaisin diagrammeihin, jotka kaikki ovat luettavissa liitteessä 3. Vastaajien kohtalaisen pienen määrän takia diagrammit esitetään vastaajamäärän (n=9) mukaan. Diagrammien väritystä muokkasinkin vastaamaan samanmielisyyttä vihreän eri sävyin ja eri mielisyyttä oranssista punaiseen vahvistuen. Keltainen väri kuvaa diagrammeissa neutraalia *osittain samaa, osittain eri mieltä* väittämää. Kuviossa 1 on kuvattuna aineenopettajien ajatuksia ja kokemuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta ennen kohdennetun koulutuksen alkua.



Kuvio 1. Aineenopettajien ajatukset ja kokemukset ennen kohdennettua koulutusta

Seuraavassa tulososiossa käsittelen laadullisen tutkimuksen teemoja limittäin määrällisen tutkimuksen analyysin kanssa. Kyselyyn vastanneiden taustatietojen selvittämisen jälkeen paneudun tarkemmin aineenopettajien kokemuksiin tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta. Vastausten pohjalta luokanohjaajana toimivien aineenopettajien kokemuksia ja kohdennetun koulutuksen tukea tarkastellaan kolmen pääteeman kautta: kokemukset ennen kohdennettua koulutusta, kokemukset kohdennetun koulutuksen tuesta sekä aineenopettajien tarpeista tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen.

5 Tulokset

5.1 Kyselyyn vastanneiden taustatiedot

Kyselyyn vastasivat viimeisellä koulutuskerralla mukana olleet osallistujat, jotka olivat joko aineenopettajia, opiskeluhoitohenkilöstöä tai erityisopettajia. Kyselyn vastaamisen oli aloittanut 29 vastaajaa. Tallennusvaiheeseen saakka kyselyyn vastanneita oli 21, joten kahdeksan vastaajaa jätti vastaamisen kesken tai ei tallentanut vastauksiaan. Vastanneista 20 antoi suostumuksensa vastaustensa käyttöön opinnäytetyössä. Aloitin aineiston käsittelyn rajaamalla aineistosta pois erityisopettajien sekä opiskeluhoitohenkilöstöön kuuluneiden henkilöiden vastaukset. Luokanohjaajana toimivien aineenopettajien vastauksia sain yhdeksän kappaletta. Tutkimusaineisto käsittää heidän avoimien sekä monivalintakysymysten vastauksensa.

Kyselyyn vastanneet luokanohjaajina toimivat aineenopettajat olivat kaikki naisia. Heidän kohdallaan ikäjakauma jakautui hyvin tasaisesti kaikkiin alle 60-vuotiaiden ikäryhmiin, ainoastaan yksi vastaaja oli yli 60-vuotias. Aineenopettajina työskennelleiden kokemusvuosissa oli hieman enemmän eroja. Alle kymmenen vuotta aineenopettajana työskennelleitä oli suurin osa ja yli 20 vuotta työskennelleitä oli seuraavaksi eniten. Näin ollen otanta kuvaa varsin kattavasti aineenopettajien kokemusvuosia. Kyselyyn vastanneet aineenopettajat työskentelevät opinnäytetyöhön osallistuneilla neljällä Lahden kaupungin yläkouluilla varsin epätasaisesti, joskin kaikilta kouluilta saatiin vastaaja.

5.2 Kokemukset ennen kohdennettua koulutusta

Kyselyllä selvitettiin ensin aineenopettajien taitoja ja kykyjä tunne- ja vuorovaikutustaitojen tukemiseen opetustyössään ennen kohdennetun koulutuksen alkua. Pääteeman alle muodostui kaksi alateemaa, jotka käsittelevät tunnekokemuksia ja käytännön kokemuksia.

Tunnekokemukset

Valtaosalla vastaajista oli ollut ennen kohdennettua koulutusta ymmärrystä tunnetaitojen vaikutuksesta oppimiseen. Aineenopettajat olivat kokeneet tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen työssään tärkeäksi ja työtehtäviinsä kuuluviksi. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen sisältyminen työtehtäviin oli yhteydessä koettuun motivaatioon taitojen opettamisen osalta. Vastaajien motivaatio vaihteli varsin laajasti.

Olin kiinnostunut näistä ja halusin jo silloin opettaa niitä lisää, odotin koulutukselta tähän työkaluja. Aineenopettajana haasteena on se, miten oman opetusmateriaalin lisäksi integroisi näitä mukaan opetukseen.

Ihmettelin ja kapinoin pakollista 7.lk:n lkv:n (luokanvalvojien) koulutusta. Tuli ihan yllättäen vain määräys!

Aineenopettajat tunnistivat itsessään erilaisia tunteita liittyen tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen. Opettajat antoivat avoimissa kysymyksissä varsin paljon tunnekokemuksiin liittyvää palautetta

Se tuntui vaikealta, eikä omalta jutulta.

Tunnetaidot ovat tärkeä asia, mutta niiden opettaminen on tuntunut hieman haastavalta.

Mietin sopivuutta omaan opetukseen.

Lähes kaikki vastaajat kokivat, että heillä on kykyjä tukea oppilaiden myönteisiä tunteita. Haastavien tunteiden purkaminen yhdessä oppilaiden kanssa ei ollut yhtä luontevaa. Eräs vastaaja kuvasi kokemuksiaan seuraavasti

Monella teinillä ongelmat ovat suuria. Vaan eipä minusta ole terapeutiksi.

Opinnäytetyön tekijä osallistui kaikkiin neljään lähikoulutukseen yhdessä aineenopettajien kanssa ja opinnäytetyön tarkoitus kerrattiin jokaisen lähikoulutuksen aluksi. Eräs vastaajista nosti asian esiin myös positiivisena ennakoajatuksenaan.

Tieto, että saa antaa lopussa palautetta.

Käytännön kokemukset

Joillakin vastaajista oli ollut aiemmin ainakin osittain mahdollisuuksia ohjata tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia, ja heillä oli ollut käytössään teemaan liittyvää materiaalia.

Olen opettanut viikoittain, oppilaille pakollista vuorovaikutustaidot -kurssia kolme vuotta sitten. Tähän sain materiaaleja hyvinvoinnin vuosikellosta, joka minulle annettiin. Valitsin sieltä erilaisia harjoituksia vuorovaikutustunneille.

Hieman yli puolet vastaajista koki oman tunne- ja vuorovaikutustaito osaamisen ja oppiaineeseen yhdistämiskyvyn vastaavan osittain aineenopettajan työssään tarvitsemiaan taitoja. Vastauksissa nousi esiin myös haasteita oman aineen yhdistämisessä tunne- ja vuorovaikutustaitoihin.

Tärkeää, mutta aineenopetusjärjestelmässä käytännössä hankalaa. Kerran viikossa 45min opetusta ja laajan opetussuunnitelma -> ei aikaa.

5.3 Kokemukset kohdennetun koulutuksen tuesta

Kohdennettua koulutusta koskevat kokemukset on jaettu viiteen alateemaan. Koulutusosioita koskevat kokemukset tuottavat ensisijaisesti tietoa seuraavaa koulutusta ajatellen eri koulutusmuodoista, -paikoista sekä koulutuksen sisällöistä. Seuraavat kolme alateemaa kuvailevat aineenopettajien henkilökohtaisia tunnekokemuksia koulutuksesta sekä harjoitusten toteuttamisesta käytännössä ja tuesta, jota he kokivat saaneensa työhönsä. Viimeinen alateema kerää aineistosta nousseet kehitysehdotukset yhteen.

Kokemukset koulutusosioista

Koulutusosiot olivat toteutukseltaan hieman erilaisia. Koulutuksen ajankohta, koulun aloitusviikolla koettiin epäonnistuneeksi. Huono aloitusajankohta nousi vapaissa palautteissa useamman kerran esille.

Ajankohta huono, kiireellinen viikko ja perjantain iltapäivän aika ei paras omaksua uutta.

... en edes muista, että sellainen oli. Lähitapaamisesta jää sentään edes jonkinlainen muistijälki.

Ensimmäistä etäkoulutusosiota ei koettu merkityksellisenä tai tarkoituksenmukaisena tunne- ja vuovaikutustaidoista puhuttaessa. Vastaajat olivat pääsääntöisesti tyytyväisiä etäkoulutuksessa saamiinsa materiaali- ja toteutusvinkkeihin, jotka oli tarkoitettu lukuvuoden aloituksen ryhmäytymisen helpottamiseen. Vapaassa palautteessa sekä etäkoulutusta arvioitaessa nousi esiin useampia vastaajia, jotka eivät olleet osallistuneet etäkoulutukseen lainkaan.

Lähikoulutusosiot saivat kauttaaltaan positiivisempaa palautetta. Koulutusten toteutustiheydestä (syyskuu, marraskuu, tammikuu) vastaajat olivat hyvin samanmielisiä. Eräs vastaajista kirjoitti kehitysehdotuksen koskien koulutusten tiheyttä.

Olisi ollut ehkä hiukan toimivampi, jos koulutukset olisivat olleet tiiviimmin. Nyt oli pitkä tauko aina välissä.

Tilat, joissa lähikoulutuksia pidettiin, olivat hyvin vaihtelevia. Eniten koulutuksia järjestettiin luokkatiloissa, mutta myös koulun kirjastotilaa/mediateekkia tai auditoriota käytettiin. Lähikoulutuspaikoista tai lähikoulutusryhmistä annettu palaute oli vaihteluväliltään laajaa. Seuraavanlainen kehitysehdotus tilojen suhteen tuli yhdeltä vastaajista

Tilat olisi hyvä pohtia tarkemmin: kaikissa koulutuksissa on ollut haastavaa löytää selaista tapaa istua, mikä ei aiheuttaisi ongelmia keskittymiselle. Seisominenkin on

tiloissa haastavaa luennointitilanteen takia: voivatko kaikki seistä ilman, että se häiritsee luento-osuuksien seuraamista? Huonosti rentoutunut keho oppii huonosti, mikä on ollut myös koulutuksen ydinviestiä: tilat ovat siis ristiriidassa koulutuksen sisällön kanssa.

Kouluttajien asiantuntemus ja koulutuksessa vallinnut turvallisuuden tunne saivat molemmissa koulutusmuodoissa lähes poikkeuksetta hyvää palautetta. Koulutushetkissä jaetun materiaalin osalta molemmat koulutusmuodot saivat vaihteluväliltään hyvin laajaa palautetta. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen liittäminen helppous oman aineen opetukseen vaihteli koulutuksen jälkeisessä arvioinnissa paljon. Yli puolet vastaajista koki yhdistämisen kuitenkin helpompänä koulutuskokonaisuuden jälkeen kuin ennen koulutusta.

Kohdennetun koulutuksen materiaaleihin kuului jokaiselle osallistujalle jaettu oma Hyvän mielen koulu -käsikirja. Kirjan koki hyödylliseksi lähes kaikki vastaajat. Lähes kaikki vastaajat arvioivat jatkavansa tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoitusten toteuttamista oppitunneillaan.

Aineenopettajia pyydettiin kyselyssä antamaan koulutusosioille arvosana: erinomainen, kiitettävä, hyvä, tyydyttävä tai välttävä. Arvosanat kohosivat koulutuksen edetessä niin, että ensimmäinen etäkoulutus sai heikoimmat arvosanat ja viimeisin Mielen ja kehon rauhoittamista koskenut koulutusosio sai parhaimmat arvosanat.

Lähes kaikki kokivat koulutuksen sisällöt aineenopettajan työn kannalta tärkeiksi ja vastaajien mielestä kohdennettu koulutus vahvisti omaa osaamista. Koulutuksen pohjalta oman työnsä kehittämiseen innostuneita oli useita.

Tunnekokemukset kohdennetusta koulutuksesta

Negatiivisina tunteina kohdennettuun koulutukseen liittyen nousivat turhautuneisuus, ärsyyntyneisyys, epämukavuus ja vaikeus.

Koin että tämä koulutus ei ollut järin motivoiva enkä kokenut sitä itselleni ominaiseksi enkä näe, että näistä olisi ollut siinä määrin hyötyä kuin näihin käytettiin aikaa. En usko tekeväni näitä harjoituksia, joitain pieniä yksittäisiä juttuja lukuun ottamatta, olenkaan.

Ärsyttää tehdä rentoutus- ja tietoisuusharjoituksia, kun voisi olla pitämässä omia oppitunteja sen sijaan, että piti tehdä sijaisohjeet ja käyttää niihin aikaa hengitelläkseen koulutuksessa ohjatusti.

Turhauttavalta

Kohdennettuun koulutukseen liittyen nousi esiin useita positiivisia tunnekokemuksia. Aineenopettajat kuvailivat motivaatiotaan, merkityksellisyyden tunteita ja onnistumisen kokemuksiin esimerkiksi seuraavasti

Tunnetaitojen oppiminen kiinnostaa.

Mahtavalta!

Tärkeää, tukee nuoria

Avointen kysymysten vastuksista nousee myös kokemuksia siitä, että muutos positiivisempien tunnekokemusten suuntaan on mahdollinen. Muutamat aineenopettajat kokivat voimaantumisen tunnetta ja itseluottamuksen kasvua.

Vaikeaa tähän asti. Lisää luottamusta nyt.

Helpompaa, kun on tiennyt mitä ja miten (ohjeita kirjasta).

Kokemukset käytännön harjoituksista

Useat vastaajat nostivat esiin koulutuskokonaisuuteen kuuluneen omakohtaisen kokemuksellisuuden. Aineenopettajat kuvasivat tehtyjä harjoituksia mieleenpainuviksi ja hyödyllisiksi. Harjoitusten koettiin vahvistavan ymmärrystä siitä, miten harjoituksen vaikuttavat.

Oli hyvä kokeilla harjoituksia itse.

Parasta kaikissa oli tehdä harjoituksia yhdessä, tätä haluaisin vieläkin lisää koulutukseen, koska itselläni harjoitukset siirtyvät omaan tekemiseen oikeastaan vain oman harjoittelun kautta. Paperilta voi lukea mitä vain, mutta en saa siitä motivaatiota ja intoa tutkia harjoituksia yhdessä oppilaiden kanssa, koska en kokemuksellisesti ymmärrä sitä, mistä harjoituksissa on kyse.

Käytännön harjoitteet hyviä, jäävät mieleen. Käytännönläheisyys on aina hyvää.

Kyselyssä selvitettiin, kuinka monta kertaa aineenopettajat olivat toteuttaneet tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia luokkatyöskentelyssään. Lähes kaikki vastaajat olivat ohjanneet 1–5 harjoitusta kuluneen puolen vuoden aikana, osa ei ollut toteuttanut harjoituksia lainkaan. Eräs aineenopettaja oli teettänyt harjoituksia 5–10 kertaa.

Oppilaiden kanssa toteutuneet tunne- ja vuorovaikutusharjoitukset oli pidetty joko niin sanotuilla luokanvalvojan tunneilla tai oman aineen tunneilla. Luokanvalvojan tunneilla opetustuokioita oli pidetty paljon useammin kuin oman aineen tunneilla. Muissa kouluympäristön tilanteissa kuten välitunnilla, vanhempainillassa tai palavereissa harjoitteita ei toteutunut lainkaan.

Oppitunneilla toteutetut tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoitukset onnistuivat aineenopettajien mielestä vaihtelevasti. Oli onnistumisen kokemuksia, mutta myös epäonnistumisia. Muutama vastaaja koki, etteivät harjoitukset olleet onnistuneet lainkaan. Aineenopettajat olivat saaneet oppilailtaan hyvin vaihtelevasti palautetta harjoituksista.

Oppilaat ovat ensin skeptisiä mutta tottuvat tunteihin pian.

Oppilaat kokevat poppakonsteina. Mutta tykkäävät.

Tuloksissa jo aiemmin esitetty luokkaharjoitusten vähyys, nousee esille myös aineenopettajien toteutusinnokkuutta kuvaavassa väittämässä *Kokeilin samaa harjoitusta useampia kertoja*. Lähes kaikki myönsivät, etteivät olleet kokeilleet samaa harjoitusta useampaa kertaa.

Kohdennetun koulutuksen tuki aineenopettajan työhön

Kokonaisuutena kohdennetun koulutuksen koettiin antaneen aineenopettajille tietoja ja taitoja, joita on mahdollista hyödyntää sekä työssä että vapaa-ajalla. Rohkeus tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoitusten pitämiseen oli vahvistunut lähes kaikilla vastaajista. Myös oppilastuntemuksen koettiin parantuneen harjoitusten myötä.

Hyvää mieltä, ymmärrystä mielen ja ruumiin yhteydestä lisää.

Osaamiseni tunnetaidoista on kehittynyt.

Tämä on hyvä tapa ennalta ehkäistä stressiä ja kuormitusta

Laajemman ymmärryksen teemoista sekä rikastuttanut tapani kohdata oppilaita ja ohjata oppituntejani.

Koulutuskokonaisuuden sisällöstä ja annista omaan työhön annettiin myös kriittistä ja negatiivista palautetta.

En ole saanut yksittäisiä pieniä lämmittelytehtäviä lukuun ottamatta tästä koulutuksesta yhtään mitään

Enemmän työtä sijaisohjeiden tekemisen takia, tuntuu että olen kuunnellut perusjuttuja, istunut tyhjän panttina.

Utopistista sisältöä, ruohonjuuritasolla kouluarjessa lähes mahdottomia toteuttaa omissa oppiaineissa.

Kehitysehdotukset kohdennettuun koulutukseen

Yksittäisinä kehitysehdotuksina kohdennetulle koulutukselle nousi muutamia aiheita, jotka nostavat esiin konkreettisten vinkkien ja arjesta nousevien tarpeiden huomioimisen, jotta oppiminen voi syventyä.

Kiinnostaisi tietää miten oppitunnin mittainen (45 min) vuorovaikutustunti kannattaa pitää.

Ahdistuksen kohtaamiseen olisin toivonut neuvoja.

Muilta koulutukseen osallistuneilta aineenopettajat kokivat oppineensa vaihtelevasti. Kohdennetun koulutuksen keskittyessä tietopohjan vahvistamiseen ja omakohtaisten kokemusten luomiseen käytännön harjoittein, vertaisoppiminen ja dialogisuus omista kokemuksista jäivät vähemmälle. Yhden vastaajan kehitysehdotus olikin seuraava

Jokainen koulutus saisi olla koko päivän koulutus, 6 h ruokailuineen: näin osaamisen siirtämisestä käytäntöön tehdään tehokkaampaa, koska harjoitteluun ja keskusteluun jää enemmän aikaa eikä osallistujien aivokapasiteettia kulu loppupäivän tuntien miettimiseen kesken koulutuksen

5.4 Aineenopettajien tarpeet tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen

Aineenopettajien tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen liittyvien tarpeiden alle muodostui kaksi alateema. Työyhteisötasoiset kokemukset käsittävät työyhteisön tukeen ja työnantajan resursseihin liittyvät vastaukset. Opettajankoulutustasolla vastaajat ottivat kantaa opettajan koulutukseen liittyviin muutostarpeisiin.

Työyhteisötaso

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen haastava yhdistäminen oman aineen opetukseen nousi esiin myös koulutuksen päättyessä. Usean vastaajan mielestä tunne- ja vuorovaikutustaitohetkien valmisteluajan vähyyks on ollut merkittävä tai osittainen este, niiden toteuttamiselle oppitunneilla. Aika nousee ratkaisuksi useissa avoimien kysymysten vastauksissa, joissa pyydetään kuvaamaan tulevaisuuden aineenopettajan tarpeita tunne- ja vuorovaikutustaitojen käytölle oppitunneilla.

Aikaa, kiireellisyyden poisto.

Aikaa. Palkallista aikaa.

Vastaajat kokivat tarvetta yhteissuunnitteluajan käyttöön, kollegiaaliseen tukeen sekä rakenteelliseen tukeen, jotta heillä olisi mahdollisuus panostaa aiheeseen. Seuraavat kommentit tukevat tätä ajatusta vahvasti.

Etukäteissuunnittelua kollegoiden kanssa.

Selkeä hyvä varattu aika.

... koulun arjesta rakenteen, missä näitä voi toteuttaa järjestelmällisesti.

Selvä kehitystavoite nousee aineenopettajien kokemasta kollegiaalisen tuen puutteesta. Suurin osa vastaajista koki jääneensä ilman kollegan apua tai tukea harjoitusten toteutuksessa, vaikka samalta koululta koulutuksessa olivat mukana saman luokkatason luokanohjaajakollegat. Kokemusten jakaminen kollegojen kanssa jäi osan mielestä täysin toteuttamatta.

Avoimissa kysymyksissä kysyttiin aineenopettajien kokemuksia koulu- ja työyhteisötasoisesta tukemisesta. Työyhteisön tuki tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa oli hyvin vaihtelevaa. Vähäisestä tuen määrästä oli useita mainintoja. Positiivisiakin kokemuksia koulu- tai työyhteisötasoisesta tuesta ilmaistiin, sillä yläkoulut ovat tällä hetkellä hyvin eri vaiheissa toimintakulttuurin muutostyössä.

On varattu luokanvalvojantunnit tätä varten ja annettu ehdotukset, mitä harjoituksia milläkin tunnilla tehdään. Valmiit diat, joita kaikki voivat käyttää.

Restonomisella ajattelutavalla (vastaus tulkittu tarkoittavan restoratiivista ajattelutapaa)

Uusea vastaaja nosti koulutuksen jatkamisen tärkeäksi tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista vahvistavaksi toimeksi. Myös suunnitelmallisuuden tärkeys ja ajan antaminen kouluarjessa korostuivat.

Koulutus on hyvä.

Hyödyllinen koulutus opettajille, ihan kaikille, vaikka vesossa. (virkaehtosopimuksen mukaisessa koulutuspäivässä)

Jatkaa kouluttautumista, antaa aikaa toteuttaa harjoituksia oppilaiden kanssa

Koulutusta ja sen jälkeen suunnitelmallista toteutusta.

Opettajankoulutustaso

Työnantajan toimien lisäksi vastaajat kannustivat opettajankoulutukseen panostamiseen. Vastauksista välittyi selkeä tarve tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen vahvistamisesta jo ennen opetustyöhön siirtymistä.

Molempiin (työnantajille sekä opettajankoulutukseen) lisää sekä aikaa että rahaa.

Kuuluisi ehdottomasti opettajankoulutukseen.

Yliopistokoulutuksessa juurruttaa nämä uusien (opettajien) tietotaitoihin ennen työelämään siirtymistä.

6 Yhteenveto

6.1 Pohdinta

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää luokanohjaajina toimivien aineenopettajien kokemuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta ja kohdennetun koulutuksen tarjoamasta tuesta. Tutkimuskysymyksenä oli, miten kohdennettu koulutus tukee aineenopettajien tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista. Opinnäytetyön tulokset vahvistavat aineenopettajien tarpeen lisäkoulutukselle koskien tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista. Vastaajat kokivat kohdennetun koulutuksen hyödylliseksi ja näkivät asiaan panostamisen myös tulevaisuudessa tarpeelliseksi. Työyhteisötasoisella tuella ja koulun rakenteilla toivottiin saatavan tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen systemaattisuutta.

Juvonen (2024, 163–164) nostaa väitöskirjatutkimuksessaan esiin, että koulun arjessa oppilaan oppisisältöjen osaaminen, kvalifikaatio, korostuu ja oppisisällön hallintaa pidetään lähes poikkeuksetta koulun tärkeimpänä tehtävänä. Opettajan tehtävä on puolestaan aika- tauluttaa ja määritellä kehykset, jotta oppiminen mahdollistuu. Juvonen esittää rohkeasti, että kasvaakseen yhteiskunnan kannalta aktiiviseksi toimijaksi, oppilaat tarvitsevat oppisisältöjen hallinnan rinnalle *kykyä ajatella ja toimia toisin*. Juvonen myös väittää, että kvalifikaation korostaminen on vähentänyt koulujen mahdollisuutta vaikuttaa yhteiskunnalliseen kehitykseen sekä vaikeuttanut oppilaiden taustoista johtuvan eriarvoisuuden vähentämistä.

Opinnäytetyön tulokset vahvistavat aineenopettajien oppisisältö orientaatiota, jossa aineenopettajat mieltävät tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen enemmän luokanohjaajan tehtäviin kuuluviksi kuin oman oppiaineiden tunneilla käytettäväksi. Tutkimusvastauksissa toistui usein sana *aika*. Etenkin ajan rajallisuus ja suhteellisuus oppiaine kohtaisiin tavoitteisiin nähden, tuottivat aineenopettajien kokemusten mukaan kiireen tuntua ja sitä kautta stressaantumista. Kiire määritellään jännittyneisyydellä virittyneeksi tilaksi, joka on yhteydessä ajan käsitteeseen ja toimijan kykyihin (Kielitoimiston sanakirja 2025). Mikäli aineenopettaja kokee kykyjensä tunne ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen puutteellisiksi, kiireen ja ahdistuksen tunteet lisääntyvät. Luokanohjaajien tehtävien moninaisuus ja rajoitettu yhteinen aika valvontaluokan oppilaiden kanssa, lisäävät kuormitusta entisestään.

Vähäisen luokanohjaajan ajan arvostelun sijaan, tunne- ja vuorovaikutustaitojen sisällyttämisestä oman aineen opetukseen kuitenkin arasteltiin aineenopettajien keskuudessa. Tuloksissa on nähtävissä haasteita tunne- ja vuorovaikutustaitojen integroimisessa oman aineen opetukseen. Koulutusrupeaman aikana aineenopettajat toteuttivat luokissaan varsin vähän harjoitteita. Saatujen vastausten perusteella voidaan yksinkertaistaa, että aineenopettajalla olevaan sataan opetusvelvollisuustuntiin kuukaudessa, oli sisällytetty alle yksi tunti tunne-

ja vuorovaikutustaitojen harjoittelua. Erityisesti aineenopettajan työnkuvassa saman harjoituksen toistettavuus olisi hyvin luonteva tapa lähteä juurruttamaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja eri opetusryhmiin, sillä samaa harjoitusta voisi toistaa kaikilla luokkatasoilla ja useimilla oppitunneilla oppiaineesta riippumatta. Harjoitusten toistokertoja lisäämällä ja opettajan itsereflektiota vahvistamalla, ymmärrys tunne- ja vuorovaikutustaitojen sovellettavuudesta vahvistuu. Jotta tämä mahdollistuu, opettajalla tulee olla omakohtaista kokemusta harjoitusten vaikuttavuudesta ja sitä kautta henkilökohtainen motivaatio kyseisten taitojen lisäämiseen omassa työssään.

Juvosen (2024, 163) kuvaamaa oppilaan toimijuutta on mahdollista vahvistaa aidosti tilaa ja aikaa antamalla, ilman että toiminnalla on ennalta määrättyä tavoitetta. Juvosen mukaan pienet merkitykselliset hetket luokkahuoneessa, opettajan ja oppilaan välisessä vuorovaikutuksessa, ovat yhteiskunnan tulevaisuuden kannalta korvaamattomia. Toimiakseen sensitiivisesti ja toteuttaakseen peruskoulun tavoitteita, opettaja tarvitsee taakseen organisaation tuen, jonka tähtää muuhunkin kuin kohotettaviin oppimistuloksiin. Tuen, jossa tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen panostamalla, opettaja voi kiireettä kohdata tulevaisuuden kansalaisen.

Tässä on ymmärrykseni mukaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen ydin. Koulun tehtävänä on mahdollistaa oppilaille itsetuntemuksen ja ymmärryksen kehittyminen sekä vuorovaikutussuhteissa tarvittavien taitojen vahvistaminen. Yhdessä vertaisten kanssa ja tunneälykkäiden aikuisten mallintamana, jokainen oppilas voi saada koulupolultaan repuunsa tarvittavat elämäneväät.

Yhteisellä tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimismatkallaan myös opettajat tarvitsevat tukea. Opinnäytetyön tuloksissa kollegiaalisen tuen tarve nousi selkeästi esiin. Aineenopettajat eivät olleet saaneet kaipaamaansa apua ja tukea koulun sisällä. Kohdennettuun koulutukseen osallistuneen opiskeluhoitohenkilöstön tai toisen luokanohjaajan kanssa oli tehty hyvin vähän yhteistyötä. Tämän yhteistyöpotentiaalın käyttö, uutta ja ehkä vierasta asiaa sisäistettäessä tai harjoiteltaessa, on jatkossa välttämätöntä. Opiskeluhoitohenkilöstöä, johon kuului koulukuraattoreita, erityisopettajia ja terveydenhoitajia sekä koulunuorisotyöntekijöitä, osallistui samaan kohdennettuun koulutukseen. Heillä on sama kohdennetun koulutuksen tuoma tieto, mutta myös vahva ammatillinen osaaminen yhteisöllisen työn eri muodoista. Arkisia käytänteitä yhdessä opiskeluhoitohenkilöstön kanssa suunnitteleamalla ja toteuttamalla, aineenopettajilla olisi mahdollisuus voimaantua myös tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettajina. Yhteiskehittäminen ja kokemusten jakaminen ovat helpoimpia tapoja aloittaa työyhteisön sisäinen toimintakulttuurin muutos, jota sekä Perusopetuslain

muutosmääräys (Opetushallitus 2023a.) että yhteisölliseen työhön ohjaava Oppilas- ja opiskeluhoitola (Opetushallitus 2023b.) velvoittavat.

Kohdennetun koulutuksen viimeinen osio Kehon ja mielen rauhoittaminen sai osallistujilta parhaimmat arvosanat. Tietoisuustaitoja systemaattisesti harjoittamalla, opettaja mahdollistaa vuorovaikutustilanteissa läsnäoloa vahvistavan ammattiroolisuodattimensa käytön ja tukee samalla oman työhyvinvointinsa ylläpitoa (Hurme & Kyllönen 2025, 193). Sanonta *Kiire lähtee istumalla*, pitää tässä yhteydessä hyvin paikkansa. Opettajan pysähtyessä tietoisuustaitojen äärelle, myös oppilailla on mahdollisuus oppia näitä taitoja. Terve Oppiva Mieli (2016) tutkimuksessa juuri seitsemäsluokkalaisten sosioemotionaaliset toimintakyvyt kehittyivät säännöllisten tietoisuustaitoharjoitusten myötä.

Toimeksiantajan toiveena oli saada koulutuskokonaisuudesta totuudenmukaista palautetta. Uskon, että tähän päästiin, sillä vastaajat antoivat varsin rehellistä palautetta, sekä negatiivista että positiivista, useammassa kyselyn kohdissa. Muutamia palautteita koskivat vapaaehtoisuuteen liittyvää koulutusta, jolloin *vain kiinnostuneet velvoitettaisiin osallistumaan*. Perusopetuslain (628/1998, 2 §) tavoitteiden mukaisesti kaikki oppilaat ovat oikeutettuja saamaan tasavertaista opetusta, myös tunne- ja vuorovaikutustaidoissa. Tämän takia on äärimmäisen tärkeää, että koulutukset ovat jatkossakin velvoittavia. Negatiivisesti asiaan suhtautuvat ovat usein vasta muutospolun alussa ja tarvitsevat enemmän aikaa aiheen ymmärtämiseen ja sisäistämiseen.

Opinnäytetyön tulokset antavat Lahden kaupungille suuntaviivoja seuraavaa tunne- ja vuorovaikutuskoulutusta suunniteltaessa. Etenkin lähikoulutusmuotoon sekä koulutustilojen tarkoituksenmukaisuuteen kannattaa panostaa. Mahdollisuus kokemusten jakamiseen ja mahdolliseen yhteiskehittämiseen ovat myös tuloksissa esiin nousseita varteen otettavia huomioita. Dialogisuuden hyödyntämistä koulutuskokonaisuuden purkuun lukuvuoden loppupuolella kannattaa varmasti myös miettiä.

Kohdennetun koulutuksen vaikutuksia opettajien henkilökohtaisen hyvinvoinnin muutokseen sivuttiin opinnäytetyössä tietoisesti varsin vähän, sillä kyseiset muutokset vaativat pidemmän aikavälin aktiivisia toimia, jotta muutoksen sanoittaminen onnistuu. Jotta muutokset toimintakulttuurissa kuitenkin yleistyvät, tulee tunne- ja vuorovaikutustaitojen sekä tietoisuustaitojen käyttöä arjessa tukea ja niiden käyttöön kannustaa työyhteisötasolla vielä kohdennetun koulutuksen jälkeenkin. Erään vastaajan kommentti *Tämä on hyvä tapa ennalta ehkäistä stressiä ja kuormitusta*, on esimerkki siitä, miten kyseinen aineenopettaja oli kokenut löytäneensä itselleen koulutuksesta jotain merkityksellistä. Työsuojelurahaston rahoittamassa Työn m&m -hankkeessa (LUT Yliopisto 2023) tutkittiin hoiva- ja opetusalailla työskentelevien kokemuksia työn merkityksellisyydestä tai merkityksettömyydestä.

Tutkimuksissa nousi esiin, että merkityksellisyydestä keskustellaan työpaikoilla liian vähän, vaikka merkityksellisyyden kokemukset ovat aiempien tutkimusten mukaan avain hyvinvointiin ja työtyytyväisyyteen, sitoutumiseen ja organisaation positiiviseen muutokseen. Näin ollen haastaisinkin työyhteisöt keskustelemaan työn merkityksellisyydestä ja opettajien kokemuksista tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen liittyen esimerkiksi hankkeen tuottaman m&m -kortiston avulla.

Konkreettiset vinkit tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoitusten sovellettavuudesta omaan aineenopettajan arkeen ja oman oppiaineen tunneille löytyvät juuri työyhteisötasoisien yhteistyön keinoin. Aineenopettajat tarvitsevat pitkäkestoista muutostyöskentelyyn orientoivaa tukea, jossa omien kokemusten jakaminen, onnistumisineen ja epäonnistumisineen sekä merkityksellisyyden ja merkityksettömyyden kokemusten myötä, ovat tärkeitä. Etenkin seitsemännellä luokalla luokanohjaajan oppilailleen antama aika, tutustumiseen ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen panostamisen myötä, kantavat varmasti myöhemmille luokille vahvempana molemmin puolisena luottamuksena ja oppilaiden kouluun kiinnittymisenä. Tällöin voidaan sekä oppilaiden että opettajien osalta puhua ehdottomasti ennaltaehkäisystä eikä pelkistä poppakonsteista.

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyöprosessissa noudatettiin ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä koskevaa eettistä ohjeistusta (Arene 2020, 4–6, 8). Hyvän tutkimuskäytännön mukaisesti hankkimani tutkimuslupa ja osallistujien anonymisuus vahvistavat tutkimuksen eettisyyttä. Osallistumiseni kohdennettuihin koulutuksiin oli toimeksiantajan ja itseni tietoinen valinta. Sisäpiirimäisyyteni on voinut vaikuttaa tiedostamatta kyselyn rakenteeseen, mutta pyrin varmistamaan luotettavuuden säilymisen testaamalla kyselyä koulutuksen ulkopuolisilla henkilöillä. Tein opinnäytetyön yksin. Koska itsellä on pitkä työkokemus peruskoulun alaluokilta ja henkilökohtaista kokemusta tunne- ja vuorovaikutustaitojen juurruttamisesta koulun toimintakulttuuriin, omat ennakkotiedot saattoivat vaikuttaa tulosten tulkintavaiheessa alitajuisesti.

Menetelmätriangulaation avulla pyrin lisäämään tutkimukseni luotettavuutta (Tuomi & Sarajärvi 2009, 142–143). Kyselylomakkeen määrälliset ja laadulliset kysymykset pyrkivät täydentämään toisiaan. Monivalintakysymysten tukena olleet avoimet kysymykset toivat esille vastaajien mielipiteitä ja kokemuksia, joita ei pelkillä määrällisen tutkimuksen metodeilla tavoiteta. Tutkimusmenetelmien lisäksi käytin triangulaatiota myös tulosten analysoinnissa, jolloin pyrin tuloksia yhdistelemällä poistamaan virhetulkintoja ja lisäämään tällä tavoin tutkimuksen luotettavuutta.

Opinnäytetyön reliabiliteetin eli luotettavuuden näkökulmasta koulutukseen osallistujat vastasivat loppukyselyyn organisaation eli Lahden kaupungin velvoittamina. Tällöin henkilökohtaiset mielipiteet ja kokemukset eivät välttämättä tule esiin aitoina ja luotettavina. Kyselyn kieltä ja kysymysten asettelutapaa tarkastelemalla pyrin validoimaan kyselyä, jotta tutkimukseni mittari olisi helppolukuinen ja väärinymmärryksiä poissulkeva. Kyselyssä esitettävillä kysymyksillä oli merkittävä rooli validiteetin muodostuksessa. Validiteetin eli tutkimuksen pätevyyden näkökulmasta saatuja tuloksia tulee tarkastella kriittisesti ja useammasta eri näkökulmasta katsottuna (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Tutkimusmenetelmänä käytettyyn sähköiseen kyselyyn liittyi muutamia haasteita. Kyselyn aloittaneiden ja tallennusvaiheeseen päätyneiden vastaajien ero oli kahdeksan vastaajaa. Vastaajakatoon voi käsittääkseni olla kaksi syytä. Joko vastaajat olivat tietoisesti jättäneet kyselyn kesken, tai kyselyn viimeisellä sivulla ollut tallenna-painike oli jäänyt epähuomiossa painamatta. Varsin pitkä kysely ja lopussa olleet avoimet kysymykset ovat saattaneet karsia osan vastaajista. Teknisen epähuomion on mitä ilmeisemmin aiheuttanut älylaitteella toteutetun kyselyn viimeinen sivu, jossa tallenna-painike tuli näkyviin vasta sivua ylös pyyhkäisemällä.

Kohdennetun koulutuksen viimeinen lähikoulutus ajoittui tammikuulle 2025, jolloin aineistonkeruukin toteutettiin. Samaan aikaan kouluilla elettiin kiivasta flunssakautta, joten koulutuksissa oli varsin paljon poissaolijoita. Osallistujamäärä oli ainakin kolmasosan pienempi kuin syksyn koulutuksissa ja tämä on suoraa yhteydessä kyselyyn vastanneiden määrään.

Opinnäytetyön tulosten tarkastelussa tunnistan rajoitteita. Kyselyyn vastanneiden aineenopettajien määrä on varsin pieni, eivätkä tulokset ole täten täysin yleistettävissä koko kaupunkia kattavaksi. Tutkimusaineistoa käsitellessäni vahvistin vastaajien anonyymiutta, muuttamalla myös tutkimukseen osallistuneet yläkoulut tunnistamattomaan muotoon vähäisen vastaajamäärän vuoksi. Myös vastaajien homogeenisyys naissukupuolen suhteen asettaa eettisen ristiriidan tuloksia tarkasteltaessa, vaikkakin naisvaltaisuus näyttäytyy myös opettajakunnassa kaiken kattavasti.

Tarkistin opinnäytetyön plagiaatintunnistusjärjestelmässä työskentelyn aikana sekä ennen arvioitiin jättöä. Tallennan valmiin opinnäytetyön Theseus-julkaisuarkistoon ja toimitan sen toimeksiantajalle.

6.3 Jatkotutkimusehdotuksia

Tämän opinnäytetyön keskittyessä selvittämään miten kohdennettu koulutus tukee aineenopettajia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa, jatkossa tutkimusaiheena voisi olla, miten opiskeluhooltohenkilöstö tukee aineenopettajia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa.

Toinen mielenkiintoinen näkökulma liittyy tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppiaineisiin yhdistettävyyteen yläkoulun aineenopettajajärjestelmässä. Kuinka tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoitteet sisällytetään eri oppiaineiden tunneille päivittäiseen käyttöön?

Lähteet

Alueellinen opiskeluhoitosuunnitelma. 2024–2025. Viitattu 22.2.2025. Saatavissa <https://pajatha.fi/wp-content/uploads/2025/01/Alueellinen-suunnitelma-final-002.pdf>

Avola, P. & Pentikäinen, V. 2020. Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. Espoo: BEEhappy Publishing. E-kirja. Viitattu 8.2.2025. Saatavissa rajoitettusti <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789527378021>

Chan, S. W., Pöysä, S., Lerkkanen, M.-K., & Pakarinen, E. 2023. Teachers' occupational wellbeing in relation to teacher–student interactions at the lower secondary school level. *Scandinavian Journal of Educational Research*. Viitattu 24.2.2025. Saatavissa https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_86722

Goleman, D. 1995. Emotional intelligence. Why can it matter more than IQ. Bantam Books.

Helsingin yliopisto. 2024. Opettajan pedagogiset opinnot. Viitattu 8.1.2025. Saatavissa <https://studies.helsinki.fi/ohjeet/artikkeli/opettajan-pedagogiset-opinnot#paragraph-8034>

Hurme, K. & Kyllönen, T. 2025. Pedagogisen turvan käsikirja. Näin vahvistat turvallisuuden tunnetta ja oppimista. Jyväskylä: Santalahti-kustannus.

Husu, J. & Toom, A. 2017. Opettajan työn, osaamisen ja opettajankoulutuksen tutkimus opettajankoulutuksen tulevaisuustekijänä. Teoksessa Paakkola, E. & Varmola, T. (toim.) *Opettajankoulutus – lähihistoria ja tulevaisuus*. Jyväskylä: PS-kustannus, 337–345.

Juhila, K. 2021. Teemoittelu. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 5.12.2024. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>

Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen aineiston hankintamenetelmiä. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki: Gaudeamus, 101–102.

Juvonen, S. 2024. Koulun ja opettajan mahdollisuus yhteiskunnan kriittiseen uudistamiseen. *Lectio praecursoria väitöskirjatutkimukseen*. *School in society: Teachers enacting the purposes of education*. Helsingin yliopisto. *Kasvatus & Aika*. Viitattu 18.2.2025. Saatavissa <https://journal.fi/kasvatusjaaika/article/view/146346/95117>

Kerola, K., Kujanpää, S. & Kallio, A. 2021. Tunteesta tunteeseen- Ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin. Tunnetaitojen oppiminen ja opettaminen. Opetushallitus. Viitattu 17.2.2025. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen>

Kielitoimiston sanakirja. 2025. Hakusana: kiire. Viitattu 19.3.2025. Saatavissa <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/#/kiire?searchMode=all>

Kiuru, N. 2023. Nuoruus, Tunne-elämän kehitys. Teoksessa Pulkkinen, L., Ahonen, T. & Ruoppila, I. (toim.) Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus. E-kirja. Viitattu 17.3.2025. Saatavissa rajoitetusti <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523703834>

Lahden kaupunki. 2024a. Perusopetus. Viitattu 3.2.2025. Saatavissa <https://www.lahti.fi/kasvatus-ja-koulutus/perusopetus/>

Lahden kaupunki. 2024b. Hyvinvoiva ja laaja-alaisesti osaava lapsi ja nuori – hyvinvointitaitojen vahvistaminen Lahden perusopetuksessa. Esittelymateriaali. 5/2024.

Lahden kaupunki. 2024c. 7. luokkien tunne- ja vuorovaikutustaitojen koulutuskokonaisuus. Infomateriaali. 8/2024.

Lahden kaupungin perusopetussuunnitelma. 2014. Viitattu 30.11.2024. Saatavissa <https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/opetussuunnitelma/54589/perusopetus%2Fvuosiluokkakokonaisuus%2F61473%2Fvuosiluokka%2F3%2Foppiaine%2F22499250/tekstikappale/29108434>

Lahden lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2022–2025. 2022. Lahden kaupunki. Viitattu 30.11.2024. Saatavissa <https://www.lahti.fi/uploads/2022/06/5973df2a-lahden-lasten-ja-nuorten-hyvinvointisuunnitelma.pdf>

Lahtinen, A. & Rantanen, J. 2019. Tunnetaidot opetustyössä. Opas haastaviin tilanteisiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lerikkanen, M.-K., Niemi, P., Poikkeus, A.-M., Poskiparta, E., Siekkinen, M. & Nurmi, J.-E. 2006–2016. Alkuportaatt-seurantatutkimus. Jyväskylän yliopisto, Turun yliopisto ja Itä-Suomen yliopisto. Viitattu 19.2.2025. Saatavissa <https://www.jyu.fi/fi/hankkeet/alkuportaatt-seurantatutkimus>

Leskisenoja, E. 2016. Vuosi koulua, vuosi iloa. PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytänteet kouluilon edistäjinä. Akateeminen väitöskirja. Lapin Yliopisto. Viitattu 18.2.2025. Saatavissa https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/62568/Leskisenoja_Eliisa_ActaE198_pdf_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y

LUT Yliopisto. 2023. Työn merkityksellisyys ja merkityksettömyys hanke (Työn m&m-hanke). Viitattu 1.4.2025. Saatavissa <https://www.lut.fi/fi/projektit/tyon-merkityksellisyys-ja-merkityksettomyys>

Luukkainen, O. & Pulkkinen, S. 2017. Opettajajärjestöt opettajankoulutuksen uudistajina. Teoksessa Paakkola, E. & Varmola, T. (toim.) Opettajankoulutus – lähihistoria ja tulevaisuus. (246–263) Jyväskylä: PS-kustannus.

Markkanen, E-L. & Pusa A-M. 2023a. Luokanohjaajuus vaatii opettajilta monenlaista osaamista – yläkoulun luokanohjaajien kokemuksia työtä tukevista rakenteista, kouluun kiinnittymisen tukemisesta sekä poissaoloihin puuttumisesta. Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. TIIVISTELMÄT 14:2023. Viitattu 23.2.2025. Saatavissa https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI_ttiivistelma%CC%88t_14_2023.pdf

Markkanen, E-L. & Pusa, A-M. 2023b. Kouluun kiinnittymisen tukeminen ja poissaoloihin puuttuminen oppilaiden, huoltajien ja koulun henkilöstön näkökulmasta. Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. Viitattu 23.2.2025. Saatavissa https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI_T2723.pdf

Mielenterveystalo. Mitä tunteet ovat? Viitattu 5.2.2025. Saatavissa <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/ahdistus/mita-tunteet-ovat>

Mieli. 2021. Nuoren tunteet ja tunnetaidot. Viitattu 5.2.2025. Saatavissa <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/mielenterveys-nuorisotyossa/nuorten-tunteet-ja-tunnetaidot/>

Mieli. 2024a. Tunteen ilmaiseminen. Viitattu 4.2.2025. Saatavissa <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/tunteet-ja-tunnetaidot/tunteen-ilmaiseminen/>

Mieli. 2024b. Vuorovaikutustaitoja voi oppia. Viitattu 19.2.2025. Saatavissa <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/ihmissuhteet-ja-vuorovaikutus/vuorovaikutustaitoja-voi-oppia/>

Mieli. 2024c. Hyvän mielen koulu -koulutus yläkoulun tai yhtenäiskoulun henkilöstölle. Viitattu 3.2.2025. Saatavissa <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/koulutukset/mielenterveystaitoja-varhaiskasvatukseen-ja-kouluun-koontisivu/hyvan-mielen-koulu-ylakoulun-henkilostolle/>

Myllyviita, K. 2024. Tunteet ja tunteiden säätely. Terveyskirjasto. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 21.3.2024. Viitattu 4.2.2025. Saatavissa <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01398>

Mäkinen, T. & Karppinen, A. 2019. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimisen edistäminen kouluissa. Liito: Liikunnan ja terveyden edistäjä. 2/2019. 11–14. Viitattu 17.2.2025. Saatavissa <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/64086>

Opetushallitus. 2023a. LIITE Muutosmääräykseen OPH 532-2023 Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin 2014 koskien poissaolojen ehkäisemistä sekä poissaolojen suunnitelmallista seuraamista ja niihin puuttumista. Viitattu 22.1.2015. Saatavissa

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Liite_muutosm%C3%A4%C3%A4r%C3%A4ykseen_OPH532_2023_28.2%20_muutokset%20n%C3%A4kyvill%C3%A4.pdf

Opetushallitus. 2023b. Perusopetuksen opiskeluhoito on koulun hyvinvointityötä ja tukee jokaista oppilasta. Viitattu 22.1.2025. Saatavissa

<https://www.oph.fi/fi/kehittaminen/perusopetuksen-opiskeluhoito-koulun-hyvinvointityota-ja-tukee-jokaista-oppilasta>

Opetushallitus 2025a. Tietoisuustaitoharjoitteita lapsille, nuorille ja aikuisille. Viitattu

17.2.2025. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tietoisuustaitoharjoitteita-lapsille-nuorille-ja-aikuisille>

Opetushallitus 2025b. Tunne- ja vuorovaikutustaidot koululäsnäoloa vahvistamassa.

Viitattu 24.2.2025. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/teemat-ja-kehittaminen/tunne-ja-vuorovaikutustaidot-koululasnaoloa-vahvistamassa>

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. 2014. Viitattu 22.1..2025. Saatavissa

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf

Perusopetuslaki 628/1998.

Pesonen, A., Nurmi, R. & Hannukkala, M. 2023. Hyvän mielen koulu -käsikirja. Mieli ry. Turenki: Kirjapaino Jaarli Oy.

Saaranen-Kauppinen, A & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Verkkojulkaisu. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu

5.12.2024. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/index.html>

Snellman-Aittola, M. 2024. Haastavat tunteet-koulutus 20.-21.11.2024.

Koulutusmateriaali.

Talala, M. 2019. Psykkisesti oireileva oppilas. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tampereen yliopisto. 2024. Luokanopettaja koulutus. Tutkinto-ohjelma. Viitattu 8.1.2025. Saatavissa <https://www.tuni.fi/fi/opiskelijan-opas/opintotiedot/opintokokonaisuudet/otm-45ba4864-585a-4b57-b216-4ea4019e7103?year=2024>

Terve Oppiva Mieli. 2016. Tutkimus. Viitattu 8.2.2025. Saatavissa <http://www.healthylearningmind.fi/tiede-tutkimus/>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 28.2.2025. Saatavissa https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Viitattu 28.2.2025. Saatavissa https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Tutkimusmenetelmien verkkokäsikirja. 2024a. Otos ja otantamenetelmät. Tampereen Yliopisto: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 5.12.2024. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvanti/otos/otantamenetelmat/>

Tutkimusmenetelmien verkkokäsikirja. 2024b. Kyselylomakkeen laatiminen. Tampereen Yliopisto: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 5.12.2024. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvanti/kyselylomake/laatiminen/>

Vilka, H. 2007. Tutki ja mitti. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vilka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Virtanen, M. 2015. Kuusi askelta tunnetaitajaksi. Emotionaalisen osaamisen kehittämismalli opettajille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. 2024. Tunnetaidot. Viitattu 5.2.2025. Saatavissa <https://www.yths.fi/terveystieto/mielenterveys/tunnetaidot/>

Liite 1. Kysely

Saatekirje

Hei Tunne- ja vuorovaikutuskoulutukseen osallistuja!

Olen sosionomiopiskelija Piia Ahtialansaari LAB ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyötäni yhteistyössä Lahden kaupungin kanssa. Opinnäytetyöni aiheena on Aineenopettajien kokemukset tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta ja kohdennetun koulutuksen tarjoamasta tuesta.

Olet osallistunut Lahden kaupungin perusopetuspalveluiden järjestämään kohdennettuun koulutukseen ja suorittanut siihen liittyviä luokkainterventioita lukuvuonna 2024–2025. Opinnäytetyöni tutkimusaineisto muodostuu seuraavasta kyselystä, johon toivon mahdollisimman tarkkoja kuvauksia kokemuksistasi ja tuntemuksistasi. Vastauksillasi vaikutat tunne- ja vuorovaikutusosaamisen vahvistamiseen ja kehittämiseen Lahden kaupungissa.

Tietosuojailmoitus

Kyselyssä ei tulla keräämään henkilötietoja. Vastaukset tallentuvat automaattisesti anonyymisti, eikä niitä voida myöhemmin yhdistää vastaajaan. Kyselyn päätteeksi annat mahdollisen suostumuksesi vastaustesi käyttöön opinnäytetyössäni. Ainoastaan allekirjoittaneella on mahdollisuus tarkastella tietoja. Kerättävä tieto tallentuu Webropol-järjestelmään, josta se siirretään Excel-ohjelmaan käsittelyä ja säilytystä varten. Kerättyä aineistoa säilytetään opinnäytetyön valmistumiseen saakka, jonka jälkeen se hävitetään. Kerätystä aineistosta laaditaan analyysi ja raportti, joka toimitetaan Lahden kaupungille. Opinnäytetyö julkaistaan Theseuksen avoimessa kokoelmassa arvioinnin jälkeen keväällä 2025.

1. Olen lukenut saatekirjeen ja tietosuojailmoituksen

Kyllä

En

Taustatiedot

2. Ikäryhmäni

18–29

30–39

40–49

50–59

60-

3. Sukupuoleni

Nainen

Mies

Muu

En halua kertoa

4. Työskentelen

yläkoulu 1

yläkoulu 2

yläkoulu 3

yläkoulu 4

5. Koulutukseen osallistumisroolini

aineenopettaja

opiskeluhooltohenkilöstö

muu, mikä

6. Kokemusvuoteni aineenopettajan työssä

1–5

6–10

11–15

16–20

20-

Ennen koulutuksen aloitusta

7. Valitse mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto

	samaa mieltä	osittain samaa mieltä	ei samaa eikä eri mieltä	osittain eri mieltä	eri mieltä
Minulla on ollut ymmärrystä tunteiden ja tunnetaitojen vaikutuksesta oppimiseen ja mielenterveyteen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen kokenut tunne- ja vuorovaikutustaitojen tukemisen työssäni tärkeäksi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ollut taitoja tukea oppilaiden myönteisiä tunteita.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ollut taitoja purkaa yhdessä oppijoiden kanssa haastavia ja kuormittavia tunteita.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ollut taitoja tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ollut kykyjä yhdistää tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistaminen oman aineeni opettamiseen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ollut motivaatiota opettaa tunne- ja vuorovaikutustaitoja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen kokenut tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen työtehtäviini kuuluviksi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ollut mahdollisuuksia ohjata tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ollut käytössäni materiaaleja tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen tueksi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Kerro omin sanoin, mitä ajattelit tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta koulutuksen alkaessa elokuussa 2024?

Etäkoulutus elokuu 2024

9. Valitse mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto

	samaa mieltä	osittain samaa mieltä	ei samaa eikä eri mieltä	osittain eri mieltä	eri mieltä
Koulutusajankohta koulun aloitusviikolla oli hyvä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Etäkoulutus oli koulutuskokonaisuuden aloituksena tarkoituksenmukainen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kouluttaja oli osaava.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sain etäkoulutuksesta materiaalia kouluvuoden aloitukseen ja ryhmäytymisen tukemiseen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Vapaa sana etäkoulutuksesta

Lähikoulutukset syyskuu 2024, marraskuu 2024 ja tammikuu 2025

11. Valitse mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto

	samaa mieltä	osittain samaa mieltä	ei samaa eikä eri mieltä	osittain eri mieltä	eri mieltä
Lähikoulutukset järjestettiin sopivalla aikavälillä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lähikoulutuspaikat olivat tarkoituksenmukaisia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lähikoulutusryhmät olivat tarkoituksenmukaisia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	samaa mieltä	osittain samaa mieltä	ei samaa eikä eri mieltä	osittain eri mieltä	eri mieltä
Koin koulutustilaisuudet turvallisina.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kouluttajat olivat osaavia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sain koulutuksista materiaaleja ja ideoita, joita voin hyödyntää työssäni.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksien jälkeen tunne- ja vuorovaikutustaitojen liittäminen omaan aineeseen opetukseen on helpompaa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Kuinka hyödyllisiksi koit seuraavat koulutusosiot?

12. Valitse mielipidettäsi vastaava arvosana

	erinomainen	kiitettävä	hyvä	tydyttävä	välttävä	En osallistunut osioon
Hyvän mielen koulu -etäkoulutus (elokuu)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunnetaidot mielenterveyden tukena (syyskuu)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haastavat tunteet (marraskuu)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kehon ja mielen rauhoittuminen (tammikuu)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

13. Mikä koulutuksissa oli toimivaa ja mistä pidit?

14. Mitä koulutuksista jäi mielestäsi puuttumaan tai mitä muuttaisit siinä?

Luokassa toteuttamani harjoitukset

15. Toteutin tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia luokassa koulutuksen aikana

- 0 kertaa
 1-5 kertaa
 5-10 kertaa
 yli 10 kertaa

16. Toteutin tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia (voit valita useita)

- luokanvalvojan tunnilla
 oman aineen tunneilla
 välitunneilla
 vanhempainillassa
 palaverissa
 muu, missä? _____

17. Valitse mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto

	samaa mieltä	osittain samaa mieltä	ei samaa eikä eri mieltä	osittain eri mieltä	eri mieltä
Minulla on ollut aikaa valmistella tunne- ja vuorovaikutushetkiä oppitunneilleni.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saamastani Hyvän mielen koulu - käsikirjasta on ollut minulle hyötyä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne- ja vuorovaikutusharjoitukset luokassa onnistuivat mielestäni hyvin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kokeilin samaa harjoitusta useampia kertoja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	samaa mieltä	osittain samaa mieltä	ei samaa eikä eri mieltä	osittain eri mieltä	eri mieltä
Sain harjoituksista palautetta oppilailta.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sain kollegoilta apua ja tukea harjoituksien toteutuksessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaoin kokemuksiani harjoituksista kollegojen kanssa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aion jatkaa harjoitusten toteuttamista oppitunneilla.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18. Vapaa sana koulutuksen aikaisista harjoituksista

Koulutuksen päättyessä

19. Valitse mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto

	samaa mieltä	osittain samaa mieltä	ei samaa eikä eri mieltä	osittain eri mieltä	eri mieltä
Opin uusia asioita, tietoja ja taitoja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sain koulutuksesta tarvitsemaani osaamista.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutuksen sisällöt olivat tärkeitä oman työni kannalta.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voin hyödyntää oppimaani arjessa ja/tai työssäni.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opin koulutuksen sisällöistä myös muilta osallistujilta.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulutus innosti kehittämään omaa työtäni.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	samaa mieltä	osittain samaa mieltä	ei samaa eikä eri mieltä	osittain eri mieltä	eri mieltä
Koulutuksen myötä sain rohkeutta toteuttaa tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pitämieni tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoitusten myötä olen oppinut tuntemaan oppilaani paremmin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

20. Kerro omin sanoin, mitä koulutuskokonaisuus on antanut sinulle?

21. Kerro omin sanoin, miltä tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen on sinusta tuntunut?

22. Kerro omin sanoin, mitä tarvitsisit, jotta käyttäisit tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia oppitunneilla myös tulevaisuudessa?

23. Kerro omin sanoin, miten tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista on tuettu koululla ja työyhteisössäsi?

24. Kerro omin sanoin, miten tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista tulisi jatkossa tukea opettajankoulutuksessa tai työnantajan toimesta?

Suostumus koskien henkilötietojen käsittelyä ja opinnäytetyöhön osallistumista

Minua on pyydetty osallistujaksi opinnäytetyöhön ”Aineenopettajien kokemuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta ja kohdennetun koulutuksen tarjoamasta tuesta ” liittyvään aineiston keräämiseen.

Opinnäytetyön tekijä on Piia Ahtialansaari ja hän tekee opinnäytetyötään LAB-ammattikorkeakoulussa. Tällä lomakkeella ilmoitan halukkuudestani osallistua opinnäytetyön aineiston keräämiseen.

Osallistumiseni edellä mainittuun opinnäytetyöhön on täysin vapaaehtoista. Minulla on oikeus milloin tahansa peruuttaa suostumukseni tai keskeyttää opinnäytetyöhön osallistuminen, eikä minun tarvitse kertoa syytä päätökselleni.

Suostumuksen peruuttamisesta tai osallistumisen keskeyttämisestä ei aiheudu minulle mitään kielteisiä seurauksia. Jos keskeytän osallistumiseni, minusta siihen mennessä kerättyjä tietoja voidaan kuitenkin yhä käyttää opinnäytetyössä.

Olen saanut riittävästi tietoa opinnäytetyöstä ja minulla on ollut myös mahdollisuus esittää opinnäytetyötä ja aineiston keräämistä koskevia kysymyksiä. Minulle on annettu aineiston keräämistä koskeva tiedote. Lisäksi minua on informoitu aineiston keräämiseen liittyvästä henkilötietojen käsittelystä tietosuojailmoituksella.

25. PAKOLLONEN KYSYMYS

Annan tällä lomakkeella suostumukseni osallistua edellä mainitun opinnäytetyön aineiston keräämiseen sekä suostumukseni henkilötietojeni käsittelyyn tietosuojailmoituksessa kerrotulla tavalla.

- Annan suostumukseni
- En anna suostumustani

Liite 2. Kyselyn avoimien kysymysten vastauksista johdetut teemat

Taulukko teemoittelusta

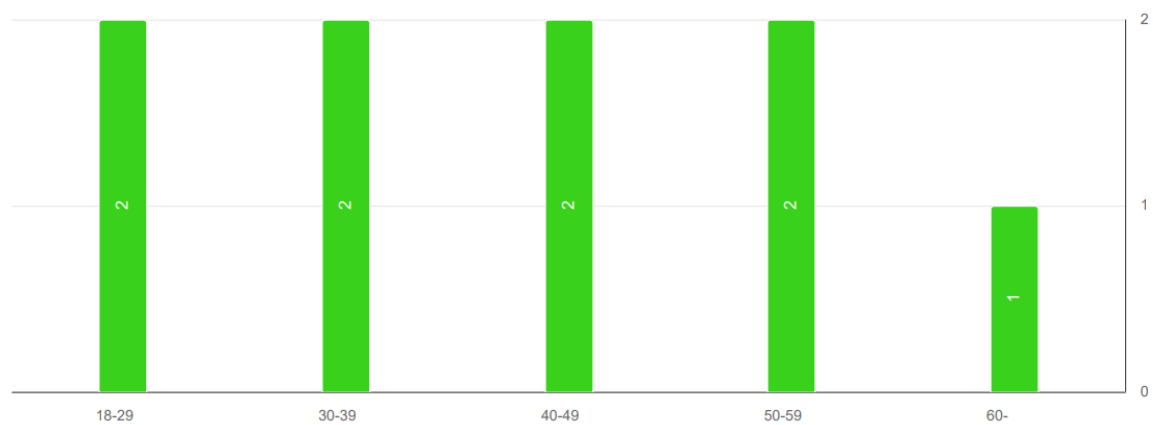
Pääteema	Alateemat	Alkuperäisilmaisut aineistosta
Kokemukset ennen kohdennettua koulutusta	positiiviset tunnekokemukset	<i>"Olin kiinnostunut näistä ja halusin jo silloin opettaa niitä lisää, odotin koulutukselta tähän työkaluja." "Tieto, että saa antaa lopussa palautetta."</i>
	negatiiviset tunnekokemukset	<i>"Tunnetaidot ovat tärkeä asia, mutta niiden opettaminen on tuntunut hieman haastavalta." "Aineenopettajana haasteena on se, miten oman opetusmateriaalin lisäksi integroisi näitä mukaan opetukseen." "Se (tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen) tuntui vaikealta, eikä omalta jutulta." "Ihmettelin ja kapinoin pakollista 7.lk:n lkv:n koulutusta." "Koin että tämä koulutus ei ollut järin motivoiva"</i>
	käytännön kokemukset	<i>"Olen opettanut viikottaista, oppilaille pakollista vuorovaikutustaidot -kurssia kolme vuotta sitten." "Tärkeää, mutta aineenopetusjärjestelmässä käytännössä hankalaa." "Mietin sopivuutta omaan opetukseen."</i>
Kokemukset kohdennetusta koulutuksesta	koulutusosiot	<i>"Tilat olisi hyvä pohtia tarkemmin: kaikissa koulutuksissa on ollut haastavaa löytää sellaista tapaa istua, mikä ei aiheuttaisi ongelmia keskittymiselle. Huonosti rentoutunut keho oppii huonosti, mikä on ollut myös koulutuksen ydinviestiä: tilat ovat siis ristiriidassa koulutuksen sisällön kanssa." "Olisi ollut ehkä hiukan toimivampi, jos koulutukset olisi- vat olleet tiiviimmin."</i>

	positiiviset tunnekokemukset	<p><i>"Helpompaa, kun on tiennyt mitä ja miten (ohjeita kirjasta)."</i></p> <p><i>"Tärkeää, tukee nuoria"</i></p> <p><i>"Vaikkea tähän asti. Lisää luottamusta nyt"</i></p> <p><i>"Mahtavalta!"</i></p> <p><i>"Tunnetaitojen oppiminen kiinnostaa."</i></p>
	negatiiviset tunnekokemukset	<p><i>"Turhauttavalta"</i></p> <p><i>"Ärsyttää tehdä rentoutus- ja tietoisuusharjoituksia, kun voisi olla pitämässä omia oppitunteja sen sijaan, että piti tehdä sijaisohjeet ja käyttää niihin aikaa hengitelläkseen koulutuksessa ohjatusti."</i></p> <p><i>"Koulutukseen olisi voinut osallistua ne, jotka ovat asiasta aidosti kiinnostuneita"</i></p>
	käytännön kokemukset	<p><i>"Parasta kaikissa oli tehdä harjoituksia yhdessä, tätä haluaisin vieläkin lisää koulutuksiin, koska itselläni harjoitukset siirtyvät omaan tekemiseen oikeastaan vain oman harjoittelun kautta."</i></p> <p><i>"Oli hyvä kokeilla harjoituksia itse."</i></p> <p><i>"Käytännön harjoitukset ja tieto tunnetaidoista olivat hyödyllisiä."</i></p> <p><i>"Käytännön harjoitteet hyviä, jäävät mieleen. Käytännölläheisyys on aina hyvää."</i></p> <p><i>"Oppilaat ovat ensin skeptisiä mutta tottuivat tunteihin pian."</i></p> <p><i>"Oppilaat kokevat poppa-konsteina. Mutta tykkäävät."</i></p>
	tuki työhön: positiiviset kokemukset	<p><i>"Tämä on hyvä tapa ennalta ehkäistä stressiä ja kuormitusta."</i></p> <p><i>"Laajemman ymmärryksen teemoista sekä rikastuttanut tapaan kohdata oppilaita ja ohjata oppituntejani."</i></p> <p><i>"Osaamiseni tunnetaidoista on kehittynyt."</i></p> <p><i>"Hyvää mieltä, ymmärrystä mielen ja ruumiin yhteydestä"</i></p>

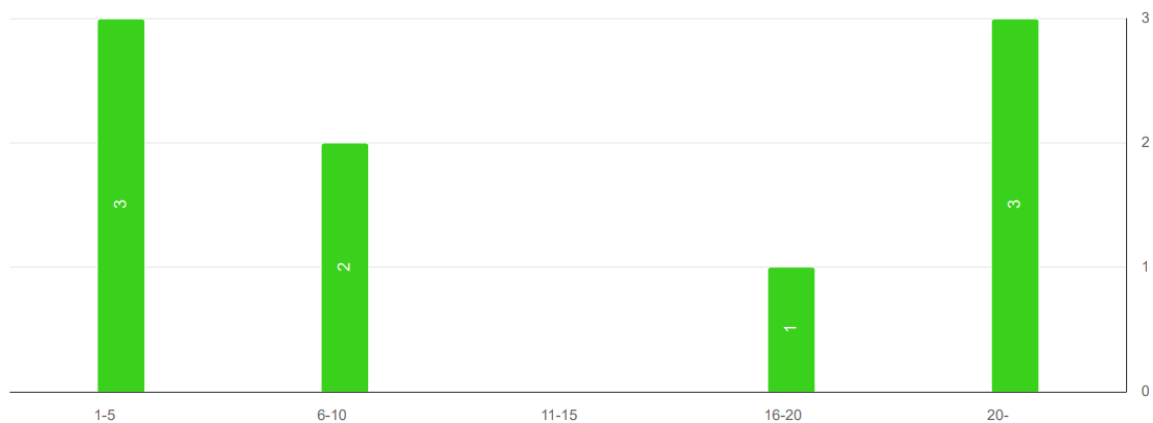
		<p><i>lisää. Mukava tavata ihmisiä ja kuunnella viisaita. Kiitos!”</i></p> <p><i>”Tämä koulutus, materiaalit”</i></p> <p><i>”Tärkeä taito (tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen), johon koulutus on antanut eväitä.”</i></p>
	<p>tuki työhön: negatiiviset kokemukset</p>	<p><i>”En usko tekeväni näitä harjoituksia, joitain pieniä yksittäisiä juttuja lukuunottamatta, ollenkaan”</i></p> <p><i>”Enemmän työtä sijaisohjeiden tekemisen takia, tuntuu että olen kuunnellut perusjuttuja, istunut tyhjän panttina.”</i></p> <p><i>”En ole saanut yksittäisiä pieniä lämmittelytehtäviä lukuunottamatta tästä koulutuksesta yhtään mitään.”</i></p> <p><i>”Utopistista sisältöä, ruohonjuuritasolla kouluarjessa lähes mahdottomia toteuttaa omissa oppiaineissa.”</i></p>
	<p>kehitysehdotukset kohden- nettuun koulutukseen</p>	<p><i>”Ahdistuksen kohtaamiseen olisin toivonut neuvoja.”</i></p> <p><i>” Jokainen koulutus saisi olla koko päivän koulutus, 6h ruokailuineen: näin osaamisen siirtämisestä käytäntöön tehdään tehokkaampaa, koska harjoitteluun ja keskusteluun jää enemmän aikaa eikä osallistujien aivokapasiteettia kulu loppupäivän tuntien miettimiseen kesken koulutuksen.”</i></p> <p><i>”Kiinnostaisi tietää miten opitunnin mittainen (45 min) vuorovaikutustunti kannattaa pitää.”</i></p>
<p>Aineenopettajien tarpeet tunne- ja vuotovaikutustaitojen opettamiseen</p>	<p>työyhteisötaso</p>	<p><i>”Lisää koulutusta ja koulun arjesta rakenteen, missä näitä voi toteuttaa järjestelmällisesti.”</i></p> <p><i>” Koulutus on hyvä.”</i></p> <p><i>”Materiaaleja”</i></p> <p><i>”Selkeä hyvä varattu aika.”</i></p> <p><i>”Aikaa, kiireellisyyden poisto.”</i></p> <p><i>”Etukäteissuunnittelua kollegoiden kanssa.”</i></p> <p><i>”Aikaa. Palkallista aikaa.”</i></p> <p><i>”Jatkaa kouluttautumista, antaa aikaa toteuttaa</i></p>

		<i>harjoituksia oppilaiden kanssa.” ”Koulutusta ja sen jälkeen suunnitelmallista toteutusta.”</i>
	opettajankoulutustaso	<i>”Molempiin (työnantajille sekä opettajankoulutukseen) lisää sekä aikaa että rahaa.” ”Kuuluisi ehdottomasti opettajankoulutukseen.” ”Yliopistokoulutuksessa juurruttaa nämä uusien tietotaitoihin ennen työelämään siirtymistä.”</i>

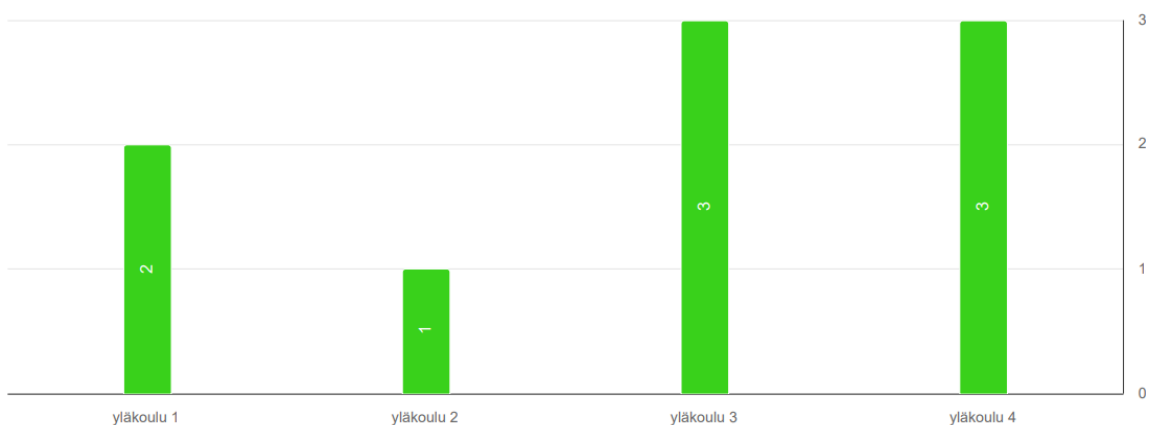
Liite 3. Kyselyn monivalintakysymysten vastauksia kuvaavat diagrammit



Kuvio 1. Vastaajat ikäryhmittäin



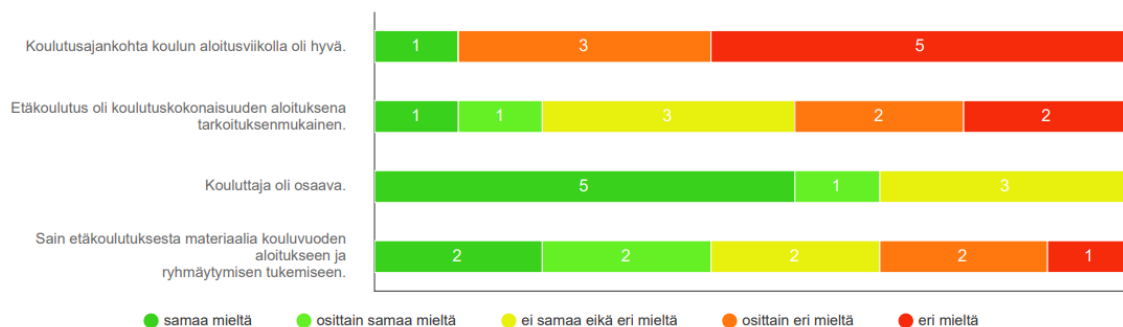
Kuvio 2. Kokemusvuodet aineenopettajan työssä



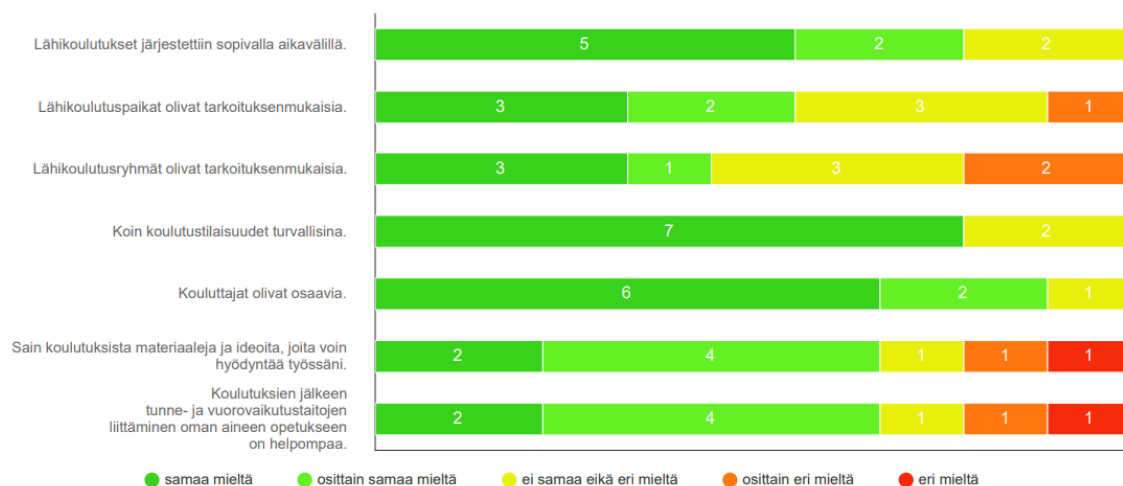
Kuvio 3. Aineenopettajien sijoittuminen yläkouluille



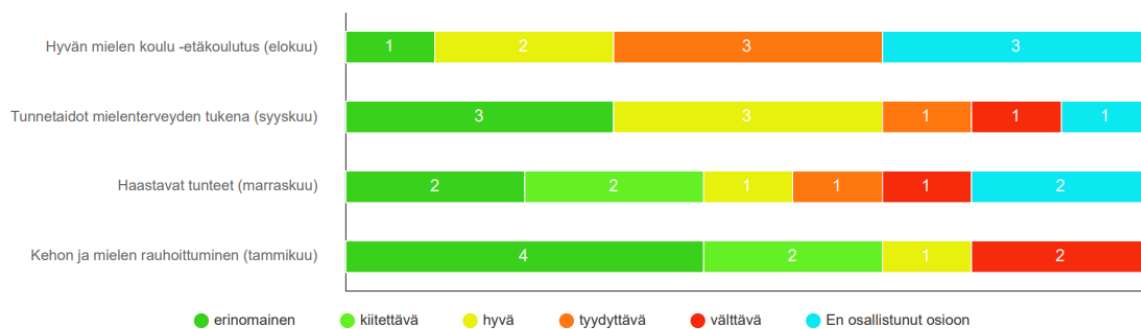
Kuvio 4. Aineenopettajien ajatukset ja kokemukset ennen kohdennetun koulutuksen alkua



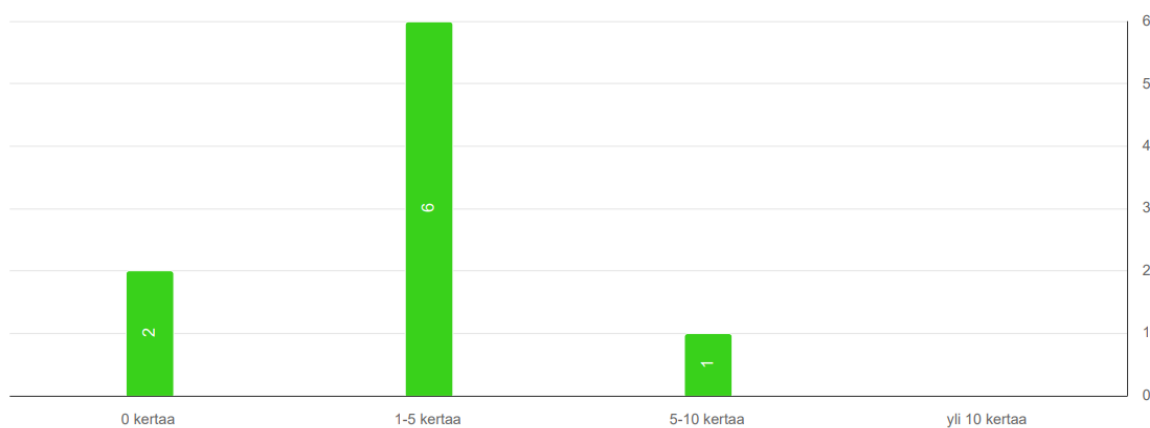
Kuvio 5. Kokemukset etäkoulutuksesta



Kuvio 6. Kokemukset lähikoulutuksista



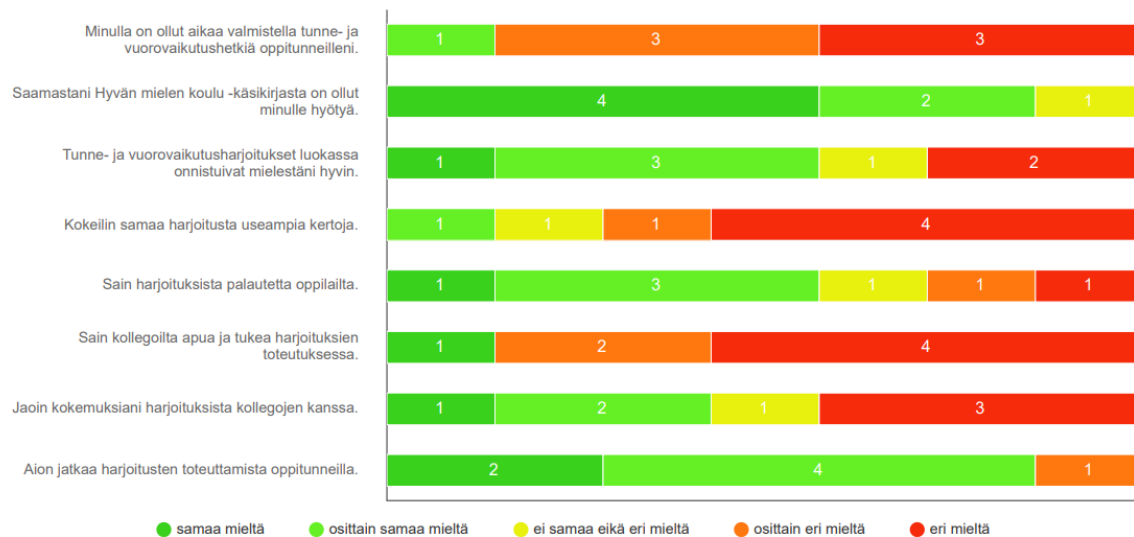
Kuvio 7. Annetut arvosanat kohdennetusta koulutuksesta



Kuvio 8. Luokassa toteutuneet harjoitusmäärät

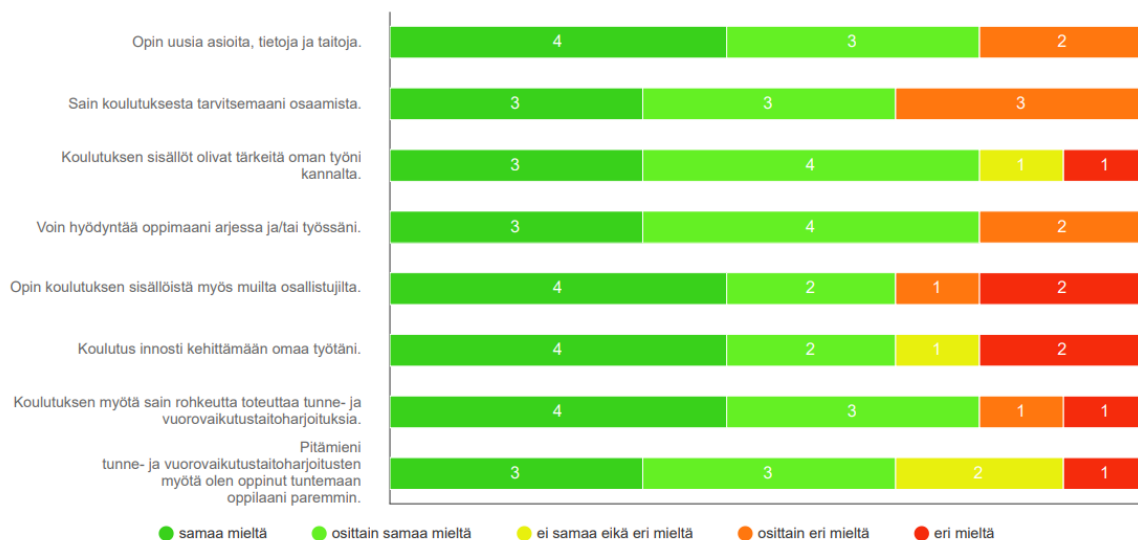


Kuvio 9. Toteutuneiden harjoitusten ajankohdat



Kuvio 10. Aineenopettajien ajatukset ja kokemukset kohdennetun koulutuksen jälkeen

Kuviossa 10 on vain seitsemän (7=n) vastaajaa, sillä vain he olivat toteuttaneet tunne- ja vuorovaikutustaitoharjoituksia luokassa kohdennetun koulutuksen aikana.



Kuvio 11. Kohdennetun koulutuksen antama tuki