



BULIMIA-NUOREN PÄIVÄKIRJA  
Luonteenpiirteiden tarkastelu ennen  
bulimiaan sairastumista

SISÄLLÖN ANALYYSI

Hoitotyön koulutusohjelma  
Sairaanhoitaja, AMK  
Opinnäytetyö  
Kevät 2010

---

Jaana Ingley

Koulutusohjelma	Suuntautumisvaihtoehto	
Hoitotyö	Sairaanhoitaja, AMK	
Tekijä/Tekijät		
Jaana Ingley		
Työn nimi		
Bulimia-nuoren päiväkirja, Luonteenpiirteiden tarkastelu ennen bulimiaan sairastumista		
Työn laji	Aika	Sivumäärä
Opinnäytetyö	Kevät 2010	47
TIIVISTELMÄ		
<p>Tämä opinnäytetyö on osa Metropolian Ammattikorkeakoulun Terveys- ja hoitoalan sekä Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) Lasten ja nuorten sairaalan yhteistä Lapsen, nuoren ja lapsiperheen ohjausprojektia. Projektin tarkoituksena on kartoittaa nuoren ja perheen ohjauksen voimavaraistavia hoitotyön ohjausmenetelmiä ja sisältöjä, tavoitteena edistää ohjauksen nykytilaa.</p> <p>Tämän työn tarkoituksena on kuvata bulimia nervosaan sairastuvan nuoren luonteenpiirteitä ennen aktiivisen syömishäiriön puhkeamista. Tavoitteeni on lisätä tietopohjaa nuoren bulimian sairautta edeltävästä itsensä kokemisesta persoonallisuuden kehityksen näkökulmasta. Opinnäytetyöni on kvalitatiivinen tapaustutkimus. Aineistona tarkastelin bulimiaan tulevaisuudessa sairastuvan 13-vuotiaan nuoren päiväkirjoja induktiivisella sisällön analyysillä sekä hyödynsin sosiaali- ja terveystietokannoista haettuja tutkimusartikkeleita, tutkielmia ja alan kirjallisuutta. Päiväkirjoja analysoidessani toivoin löytäväni tietoa, jota voitaisiin hyödyntää Lapsen, nuoren ja lapsiperheen ohjausprojektissa riskiäksilöiden varhaisessa tunnistamisessa ja syömishäiriöpotilaiden hoidossa ja voimaantumisessa.</p> <p>Tulosten mukaan tutkimani nuoren persoonallisuudenpiirteiksi valikoituivat seuraavat 27 näkökulmaa ennen aktiiviseen syömishäiriöön sairastumista: Ruokakeskeisyys, Sosiaalisuus, Omatoimisuus, Koulukeskeisyys, Saavutushakuisuus, Keskittyminen pätemisen kokemukseen, Mukautuvaisuus, Tunnollisuus, Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen, Keskittyminen säännönmukaisuuden kokemukseen, Ailahtelevaisuus osallistumiseen sitoutumisessa, Keskittyminen sairauden kokemukseen, Fyysisten voimavarojen hallinnantarpeisuus, Keskittyminen huolenpidon tarpeen kokemukseen, Ajanhallinnan keskeisyys, Fyysisen ympäristön hallinnantarpeisuus, Fyysisen toiminnantarpeisuus, Sinnikkyys, Toisten huomioonvointitarpeisuus, Keskittyminen ihannoittamiseen, Kateellisuus, Arvostelukeskeisyys, Sarkastisuus, Pessimistisyys, Luovuus, Uteliaisuus ja Mielikuvituskellisuus.</p> <p>Päiväkirjamateriaali ilmensi nuoren kamppailua ja kontrollintarpeisuutta itselleen asettamien vaatimusten ja suorituskeskeisyyden sekä lisääntyvän uupumuksen ja sairastelun ristiriidassa. Nuori oli kuuliainen, muut huomioiva ja itseään arvosteleva täydellisyyspöytä. Ylitunnollisuuden kuluttamana nuori haki tasapainoa etsien huomiota ja kontrolloiden ympäristöään sekä aikatauluun. Lopuksi, voidaanko sanoa, että jo olemassa oleva persoonallisuus olisi altistava tekijä syömishäiriöön sairastumiselle? Tutkimukseni perusteella vastaisin kyllä, mutta lisätutkimuksia kaivataan.</p>		
Avainsanat		
bulimia nervosa, syömishäiriö, persoonallisuudenpiirre		

Degree Programme in		Degree
Nursing and Health Care		Bachelor of Health Care
Author/Authors		
Jaana Inglely		
Title		
A Diary of a Young Patient with Bulimia Nervosa. The Evaluation of Personality Traits before the Onset of the Disease		
Type of Work	Date	Pages
Final Project	Spring 2010	47
<p>ABSTRACT</p> <p>This thesis was a part of the Patient Education of Children, Adolescents and their Families project. This was a collaborative project carried out by Helsinki Metropolia University of Applied Sciences and HUCS Hospital for Children and Adolescents, Finland, aiming at developing and gathering empowering patient teaching and education methods and materials in nursing for the purpose of improving the existing contents.</p> <p>The main goal of my final project was to identify personality traits or characteristics, motivational, temperamental and emotional attributes, that summed up the personality of a pre-bulimic youth. My objective was to add to the existing knowledgebase and, possibly, find new information on the predisposing characteristic features of a bulimic youth. My chosen research method was a qualitative case study. My data source was a 13-year-old pre-bulimic youth's set of diaries. I also utilized scientific articles, research papers and health care literature. After a careful study of the materials, I carried out an inductive qualitative content analysis asking: What personality traits emerged from the youth's writings?</p> <p>The results of my study revealed 27 personality traits in the pre-bulimic youth: food centeredness, social adaptability, self-inspiredness, school centeredness, achievement orientation, focus on self-proficiency, adaptability, scrupulousness, focus on the experience of decision-making, focus on abiding by the rules, volatility in commitment to attendance, focus on the experience of illness, need of control of one's physical resources, focus on the experience of need of care, focus on time-management, need of control of the physical environment, need of physical activity, persistency, need of recognizing others, focus on targets of admiration, jealousy, focus on criticism, sarcasm, pessimism, creativity, curiosity, and imaginativeness.</p> <p>The diary material brought fourth evidence of the youth's battle and need of control in the fight of self-stated demands and achievement-centeredness against rising physical exhaustion and frequent illness. The youth was obedient and recognized others' needs while being a self-critical perfectionist. Worn down by the overpowering sense of duty, the youth was looking for balance by seeking attention and by dutifully controlling the physical environment and timetable.</p> <p>Finally, do pre-existing personality traits then help potentiate the onset of an eating disorder? In my study this seemed evident. Further research is required.</p>		
Keywords		
bulimia nervosa, eating disorder, personality trait		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	TYÖN TARKOITUS, TUTKIMUSKYSYMYS JA TAVOITTEET	2
3	KESKEISET KÄSITTEET	4
3.1	Bulimia sairautena	4
3.2	Nuoruusiän kehitys	5
3.2.1	Nuoruusikä	5
3.2.2	Nuoren psykososiaalinen kehitys Eric Eriksonin mukaan	5
3.3	Teoreettista taustaa ja tiedonhaku	6
3.3.1	Keskeisiä teoreettisia termejä ja taustaa tietokannoista ja kirjallisuudesta	6
3.3.2	Kuvaus tiedonhauista	8
4	AINEISTO, MENETELMÄT JA EETTISYYS	8
4.1	Aineisto	8
4.2	Menetelmät	9
4.3	Eettisyys	9
5	SISÄLLÖN ANALYYSI	10
6	TULOKSET	11
6.1	Ruokakeskeisyys	12
6.2	Sosiaalisuus	13
6.3	Omatoimisuus	14
6.4	Koulukeskeisyys	15
6.5	Saavutushakuisuus	16
6.6	Keskittyminen pätemisen kokemukseen	17
6.7	Mukautuvaisuus	17
6.8	Tunnollisuus	18
6.9	Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen	18
6.10	Keskittyminen säännönmukaisuuden kokemukseen	19
6.11	Ailahtelevaisuus osallistumiseen sitoutumisessa	19
6.12	Keskittyminen sairauden kokemukseen	20
6.13	Fyysisten voimavarojen hallinnan tarpeisuus	21
6.14	Keskittyminen huolenpidon tarpeen kokemukseen	22
6.15	Ajanhallinnankeskeisyys	23

6.16	Fyysisen ympäristön hallinnan tarpeisuus	24
6.17	Fyysisen toiminnan tarpeisuus	24
6.18	Sinnikkyys	25
6.19	Toisten huomioon tarpeisuus	26
6.20	Keskittyminen ihannoinnin kohteisiin	26
6.21	Kateellisuus	27
6.22	Arvostelukeskeisyys	27
6.23	Sarkastisuus	29
6.24	Pessimistisyys	29
6.25	Luovuus	29
6.26	Uteliaisuus	30
6.27	Mielikuvituksellisuus	30
7	POHDINTA	31
7.1	Luotettavuuden arviointi	31
7.2	Tulosten tarkastelua	32
7.2.1	Luonteenpiirteet ennen bulimiam tutkimukseni perusteella	32
7.2.2	Esimerkkejä bulimiam jo sairastavan luonteenpiirteistä	33
7.2.3	Esimerkkejä terveen varhaisnuoren luonteenpiirteistä	35
7.2.4	Pohdintaa terveen nuoren ja tutkimani bulimiam tulevaisuudessa sairastavan nuoren luonteenpiirteistä	37
7.2.5	Pohdintaa bulimiam jo sairastavan ja tutkimani bulimiam tulevaisuudessa sairastavan nuoren luonteenpiirteistä	38
7.2.6	Pohdintaa tutkimani bulimiam tulevaisuudessa sairastavan nuoren, bulimiam jo sairastavan sekä terveen nuoren luonteenpiirteistä	41
7.3	Lopuksi	42
7.3.1	Ajatuksia oman työn suorituksesta ja oppimiskokemuksesta	44
7.3.2	Uutta tietoa	45
7.3.3	Tulosten hyödyntäminen	45
7.3.4	Jatkotutkimusehdotuksia	45
8	LÄHTEET	46

## 1 JOHDANTO

Syömishäiriöistä - anoreksia nervosasta ja bulimia nervosasta - on tullut viime vuosina mittava ongelma. Kymmenen viime vuoden aikana tapaukset ovat lisääntyneet lähes räjähdysmäisesti. Nykyään sairautta tavataan kaikissa väestöluokissa varallisuudesta riippumatta. Syömishäiriöpotilaat ovat tuttuja suurelle osalle hoitotyötä tekevästä henkilöstä. (Charpentier 1998:7-8.)

Syömishäiriöiden taustalla on altistavia tekijöitä, jotka yhdistyneinä sairauden laukaiseviin tekijöihin mahdollistavat henkilön sairastumisen syömishäiriöön. Tutkimuksissa on todettu sekä tiettyjen persoonallisuuden piirteiden että persoonallisuushäiriöiden altistavan syömishäiriöille. Uudet esiin tulleet luonteenpiirteet sekoi-tetaan usein sairauden mukanaan tuomiin oireisiin, ja niiden toivotaan poistuvan sairauden myötä. (Charpentier 1998:12.)

Lisätutkimuksia syömishäiriöistä kärsivien nuorten luonteenpiirteistä tarvitaan. Etenkin pitkäaikaistutkimuksia kaivataan päättelemään, esiintyvätkö tarkastellut luonteenpiirteet ja niiden konsernit nuoriin jo ennen syömishäiriöön sairastumista, vai kehittyvätkö ne osana taudinoireita (Pryor- Wiederman 1998). Opinnäytetyöni pää-tarkoituksena on tarkastella bulimia-nuoren luonteenpiirteitä ennen sairastumista. Tarkoitus on selvittää mistä eri osista nuoren persoonallisuus tässä vaiheessa koostuu. Näitä osia eritellessäni nojaudun Eric-tietokannan määritelmään luonteenpiirteestä: Tietyt motivoivat, luonteen laadulliset tai emotionaaliset ominaisuudet, jotka tukevat tai vaikuttavat omalta osaltaan koko henkilön olemukseen. Pohdinnassa aion myös miettiä, eroavatko nämä löytämäni piirteet jo tutkituista bulimiana aktiivisesti sairastavien sekä terveiden nuorten luonteenpiirteistä ja miettiä, vaikuttaako sairaus luonteenpiirteiden kehitykseen vai vaikuttavatko olemassa olevat luonteenpiirteet sairauden kehitykseen. Tavoitteeni on kerätä tietoa tulevaisuudessa bulimiaan sairastuvan nuoren luonteenpiirteistä ja näin tarjota voimavaraistavaa tietoa yhden bulimiaan sairastuvan yksilön kokemusten näkökulmasta sekä mahdollisesti kerätä materiaalia, joka saattaisi helpottaa riskyksilöiden tunnistamisessa. Aineistona aion tutkia hallussani olevia syömishäiriöön sairastuvan nuoren päiväkirjoja sisällön analyysillä.

Tutkimusten mukaan luonteenpiirteet voivat vaikuttaa syömishäiriöiden kehitykseen ja voivat näin tarjota informaatiota hoitointerventioiden suunnitteluun (Tozzi- Thornton,- Klump- Fichter- Halmi- Kaplan- Stober- Woodside- Crow- Mitchell- Rotondo- Mauri- Cassano- Keel- Plotnicov- Police- Lilenfeld- Berrettini- Bulk- Kaye 2005). Jos bulimia-nuoren luonteenpiirteitä (ennen ja jälkeen aktiivisen sairauden puhkeamista) voitaisiin pystyä erottamaan nuoren ja murrosikäisen jo tutkituista kehitykseen liittyvistä piirteistä, ehkä voitaisiin helpommin tunnistaa riskyksiöitä ja löytää ennaltaehkäiseviä hoitotoimenpiteitä sekä toimintatapoja kouluun, kotiin ja hoitoympäristöön.

## **2 TYÖN TARKOITUS, TUTKIMUSKYSYMYS JA TAVOITTEET**

Opinnäytetyöni tarkoitus on kuvata bulimia-nuoren luonteenpiirteitä ennen syömishäiriöön sairastumista. Aineistona tarkastelen bulimiasairastavaan nuoreen tulevaisuudessa sairastuvan 13-vuotiaan nuoren päiväkirjoja sisällön analyysillä. Tarkoitukseni on siis avata ovi nuoren henkilökohtaiseen maailmaan ja elämän kokemiseen hänen persoonallisuutensa näkökulmasta.

### **Tutkimuskysymys:**

Mitä luonteenpiirteitä esiintyy päiväkirjassa ennen bulimiaan sairastumista?

Opinnäytetyöni on osa Metropolia Ammattikorkeakoulun Terveys- ja hoitoalan sekä Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) Lasten ja nuorten sairaalan yhteistä ”Lapsen, nuoren ja lapsiperheen ohjausprojektia.” Projektissa kartoitetaan nuoren ja perheen ohjauksen voimavaroja hoitotyön ohjausmenetelmiä ja sisältöjä, tavoitteena kehittää ohjauksen nykytilaa. Päiväkirjoja tutkiessani toivoisin löytäväni tietoa, jota voitaisiin hyödyntää Lapsen, nuoren ja lapsiperheen ohjausprojektissa, riskyksiöiden varhaisessa tunnistamisessa ja syömishäiriöpotilaiden hoidossa ja voimaantumisen. Potilasohjaukseen kerätty tieto sairauden kokemuksesta ja piirteistä lisää sekä potilaan, perheen että hoitohenkilökunnan ymmärrystä sairauden kulusta ja auttaa heitä yhdessä löytämään parempia keinoja sekä potilaan että perheen voimaantumiseen, ennaltaehkäisevään toimintaan ja sairauden hoitoon. Käypä-

hoitosuosituksissa (Käypähoito 2009a) lasten ja nuorten syömishäiriöistä korostetaan: ”On tärkeää antaa potilaalle ja vanhemmille tietoa syömishäiriöistä. Heidän motivoitumisensa hoitoon on keskeistä hoidon onnistumisen kannalta. Riittävä käytännönläheinen tiedonkulku mahdollistaa yhteistyötä ja päinvastoin. Perheen tukeminen on tärkeää hoidon kaikissa vaiheissa.”

Tavoitteeni on siis lisätä tietopohjaa nuoren bulimian sairautta edeltävästä itsensä kokemisesta persoonallisuuden kehityksen näkökulmasta. Tieto kanssatovereiden kokemuksista auttaa potilaita peilaamaan omia sairauden piirteitään muiden kokemuksiin sairauden piirteisiin. Yksinkärsimyksen kokemus siirtyy kohti yhdessä kärsimyksen kokemusta. Tämä tiedon lisäämä ymmärryksen kokemus saattaa ohjata bulimian sairastavaa yksilöä itsekriittisyyden keskeisyydestä kohti itseään hyväksyvämpää asennetta. Tieto selkeyttää myös kanssaihminen ymmärrystä bulimian sairauden kokemuksesta ja lisää näin voimaantumisen tunnetta ja kykyä tukea sairasta.

Luonteenpiirteiden tutkiminen ja vertailu ennen ja jälkeen aktiivisen sairauden puhkeamista saattaa auttaa syömishäiriöille alttiiden nuorten tunnistamisessa jo ennen sairastumista ja tarvittavien hoitotoimenpiteiden valinnassa. Suurin osa syömishäiriöisten luonteenpiirretutkimuksista on tehty aikuisista (Pryor- Wiedeman 1998.)

Van der Ham, van Strien ja van Engeland kertoivat tutkimuksessaan (Personality characteristics predict outcome of eating disorders in adolescents: A 4-year prospective study 1998), että he olivat materiaaliaan tarkastellessaan eniten kiinnostuneita tunnistamaan syömishäiriöitä ennustavia tekijöitä (tässä tutkimuksessa syömishäiriöitä ennustavia luonteenpiirteitä), eikä niinkään tarkastelemaan lopputulosta (sairauden lopullista ilmaisumuotoa). Tapaustutkimuksessani keskityn nimenomaan bulimian sairautta mahdollisesti ennustaviin luonteenpiirteisiin. Haluaisin myös pohtia, löytyykö tutkimassani analyysissa ennen bulimiaan sairastumista samantyyppisiä persoonallisuudenpiirteitä kuin jo tutkituissa luonteenpiirteissä bulimian aktiivisesti sairastavilla, vai muuttuvatko nämä piirteet sairauden alkaessa. Olen siis kiinnostunut ennustavista tekijöistä ja niiden ilmenemisestä lopputuloksessa. Kysyn siis: muuttuvatko nämä piirteet; tuoko sairaus mukanaan uusia piirteitä luonteeseen, vai ilmenevätkö nämä piirteet jo ennen bulimiaa?



Aktiivisairaiden syömishäiriöiden luonteenpiirteitä on tutkittu, mutta onko riskinurorten tai sairaudelle alttiiden luonteenpiirteitä mahdollista eritellä? Ovatko sairautta ennen esiintyvät luonteenpiirteet samankaltaisia kuin nuorilla yleensä tässä kehityksen vaiheessa, vai ovatko jotkut osiot niin sanotusti kärjistyneet?

Tavoitteeni on siis kerätä voimavaraistavaa tietoa nuorille, heidän perheilleen ja hoitohenkilökunnalle bulimian ilmiöstä persoonallisuuden muutosten näkökulmasta tutkimani nuoren omiin elämäkokemuksiin perustuen.

### **3 KESKEISET KÄSITTEET**

#### **3.1 Bulimia sairautena**

Syömishäiriöistä, anoreksia nervosasta ja bulimia nervosasta (kuuluu ahmimishäiriöihin) on tullut viime vuosina mittava ongelma nuorten naisten keskuudessa. On arveltu, että tällä hetkellä nuorista naisista jopa 15 % kärsii ainakin lievista bulimian oireista. (Charpentier 1998:8.) Ahmimiskohtaukset alkavat useimmiten 15:n ja 24 ikävuoden välillä. Tätä ennen potilas on ruvennut kiinnittämään huomiota painoonsa ja ulkonäköönsä ja päättänyt ryhtyä laihduttamaan tai ainakin seuraamaan painoiaan. (Abraham ym.1994:125–126.) Bulimian oireet ovat: toistuvat ahmimisjaksot (henkilö syö lyhyessä ajassa reilusti normaalia suuremman määrän ruokaa, makeisia tms., ja ahmimisen aikana hän kokee menettävänsä kontrollin syömiseensä); painonnousun hillitsemiseksi suoritettut kompensatiotoiminnot, kuten itseaiheutettu oksentaminen, ulostus- ja nesteenoistolääkkeiden väärinkäyttö, paastoaminen tai kohtuuttoman runsas liikunta; itsensä arvostaminen ruumiinpainon tai -muodon perusteella. (Charpentier 1998:8). Pryor ja Wiedeman (1998) kuvailee anoreksia nervosa -potilaita luonteenpiirteiltään vaisuiksi, sisäänpäin suuntautuneiksi, rajoitetuiksi ja pakonomaisiksi, kun taas bulimia nervosa -potilaat kuvaillaan sosiaalisemmiksi, impulsiivisiksi ja affekteiltaan epävakaaiksi.

## 3.2 Nuoruusiän kehitys

### 3.2.1 Nuoruusikä

Nuoruus on kymmenen vuotta kestävä yksilöitymisprosessi, jossa lapsuuden käyttäytyminen ja sisäinen maailma muuttuu aikuisen persoonallisuudeksi. Varhaisessa nuoruudessa nuori joutuu totuttelemaan muuttuneeseen ruumiiseensa ja alkavaan eroon vanhemmista. Varsinaisessa nuoruudessa korostuu seksuaalinen kehitys, ja jälkinuoruudessa painottuu identiteetin kehityksen loppuun vieminen. Kehitystapahtumia ei voi sijoittaa tarkasti aika-akselille, koska esimerkiksi jo nuoruusiän kehityksen alku liittyy puberteetin alkuun eikä suoraan kalenteri-ikään (Julma – Luotoniemi – Salminen 1991.) Kauko ym. kertovat artikkelissaan Esmanin karkeasta kehityskäyrästä ja sen jaosta kolmeen osaan: varhaisnuoruuteen 12–14 v, varsinaiseen nuoruuteen 15–17 v ja jälkinuoruuteen 18–21 v. He myös kuvailevat eri osioita edellä mainitusta jaottelusta muun muassa seuraavasti: ”Varhaisnuoret keskittyvät kehonkuvan hyväksyntään, ikätovereihin samaistumiseen, riippuvuuden tarpeiden ja itsenäisyyden pyrkimysten selvittelyyn. Abstrakti ajattelu laajenee, tunteet vaihtelevat äkillisesti ja ajattelu on itsekeskeistä. Varsinaiset nuoret yrittävät sopeutua muuttuneeseen ruumiiseensa, kehittyvät seksuaalisesti, pyrkivät irrottautumaan vanhemmista sekä vähitellen tajuavat, että ovat itse vastuussa omasta ruumiistaan ja teoistaan. Jälkinuoren kehitys keskittyy identiteetin ja luonteenpiirteiden vakiintumiseen ja intimitietin muodostukseen.”

### 3.2.2 Nuoren psykososiaalinen kehitys Eric Eriksonin mukaan

Erik Eriksonin psykososiaalinen kehitysteoria kattaa koko elämän kaaren syntymästä kuolemaan. Hän uskoi, että jokainen hänen teoriansa kahdeksasta kehityksen vaiheesta antoi mahdollisuuksia kasvuille. Tämä kasvu pitää sisällään ja edellyttää kriittisten elämäntyötehtävien (kriisien) ratkaisua jokaisessa kahdeksassa kehityksen vaiheessa. Eriksonin teorian mukaan ratkaisemattomat elämän työtehtävät johtavat vajavaiseen kehitykseen ja vaikeuksiin ihmissuhteissa. Hän uskoo, että muutos kehityksessä vaatii kehityksellisten kriisien uudelleenkokemista ja ratkaisua. Muutos on hänen teoriassaan kasvun prosessi. (Keltner – Schwecke – Boström 1999: 22 – 25.) Kouluikäisten (6 – 11 v) elämäntyötehtävänä Eriksonin mukaan on **ahkeruuden ja**

**alemmuuden kriisin selvittäminen** ja nuorten (12 – 18 v) tehtävänä on **nuoruusiän identiteetin saavuttamisen ja roolien hajaannuksen kriisin käsittely**.

### 3.3 Teoreettista taustaa ja tiedonhaku

#### 3.3.1 Keskeisiä teoreettisia termejä ja taustaa tietokannoista ja kirjallisuudesta

Eric-tietokanta antoi seuraavat määritelmät esittämäni tutkimusongelman keskeisistä käsitteistä:

**persoonallisuus/luonne/temperamentti** (personality/character/temperament); Dynaaminen ja eri osista koostunut yhtenäinen malli motivoivista, luonteenlaadullisista ja emotionaalisista ominaisuuksista, jotka erottavat yksilön toisista yksilöistä.

**luonteen piirteet/ominaisuudet/taipumukset** (personality traits); Tietyt motivoivat, luonteen laadulliset tai emotionaaliset ominaisuudet, jotka tukevat tai vaikuttavat omalta osaltaan koko henkilön olemukseen.

Työssäni käytän ilmausta ”**luonteenpiirre**” yksilön luonteen persoonallisten ominaisuuksien ja taipumusten jaotteluun.

Nuori herättää häntä tutkivassa henkilössä hyvin paljon erilaisia tunteita. Yhtenä selaisena on epävarmuus siitä, milloin nuoren tilanteeseen on puututtava ja milloin voidaan katsoa, että nuoren kehitys jatkuu suotuisasti ilman väliintuloa. Nyrkkisääntönä voidaan pitää, että tilanne vaatii lisäselvitystä, jos nuori ei tule toimeen häntä ympäröivän maailman tai itsensä kanssa. (Julma ym.1991.) Laufer ja Laufer (1984) esittivät listan nuoruusiälle tyypillisistä oirekuvista esimerkkinä vaikeuksista, joita pidetään vaaran merkkeinä. Pitkään listaan kuului esimerkiksi pakonomainen syöminen tai laihduttaminen, koulun äkillinen keskeyttäminen, itsemurhayritykset, vaikea depressio, riippuvuus lääkkeistä tai alkoholista ja promiskuiteetti. (Julman ym.1991 mukaan.)

Suomen Lääkäriseuran Duodecimin käypähoitosuosituksen potilasversiossa (Käypähoito2002b) syömishäiriöisistä lapsista ja nuorista kerrotaan: ”Neljä laihuushäiriöpotilasta kymmenestä kärsii elinaikanaan vakavasta masennuksesta. Sekä laihuushäiriöön että ahmimishäiriöön liittyy usein pakko-oireisen persoonallisuushäiriön piirteitä, kuten täydellisyden tavoittelua, pikkutarkkuutta ja joustamattomuutta. Erityisesti ahmimishäiriöissä persoonallisuushäiriöt ja päihdeongelmat ovat tavallisia.” Potilailta joiden oireisiin liittyy tyhjentämiskäyttäytymistä (oksentaminen, ulostus- ja nesteenpoistolääkkeiden käyttö), esiintyy selvästi enemmän psyykkisiä ongelmia, ja itsemurhayritykset ja muu itsetuhoinen käyttäytyminen ovat tässä potilasryhmässä tavallisia (Käypähoito 2009c). Syömishäiriö voi ilmentää nuoruusiän kehityksellistä kriisiä mutta myös lapsen tai nuoren vakavaa psyykkistä häiriötä (Käypähoito 2009d).

Päätökijä epäsuotuisan taudinkulun ennustukseen bulimian ominaispiirteitä omaavilla potilailla on huono itsetunto. Bulimiaa sairastavien voimakkaalla pystymättömyyden tunteella, sosiaalisella ahdistuneisuudella ja huonolla koulumenestyksellä on huomattava riippuvuussuhde. Voimme ehkä sanoa, että bulimiapotilaiden riittämättömyyden tunne on enemmän yhteydessä yleisiin keltvottomuuden tunteisiin, ahdistukseen ja itseluottamuksen puutokseen kuin avuttomuuteen aikuisuuden kohtaamisessa. (van der Ham ym.1998.)

Lisätutkimuksia syömishäiriöistä kärsivien nuorten luonteenpiirteistä tarvitaan. Etenkin pitkäaikaistutkimuksia kaivataan päättelemään, esiintyvätkö tarkastellut luonteenpiirteet ja niiden konsernit nuoriin jo ennen syömishäiriöön sairastumista vai kehittyvätkö ne osana taudinoireita (Pryor & Wiederman 1998).

Syömishäiriöitä on parasta tarkastella monimutkaisina sairauksina, jotka heijastavat useiden riskitekijöiden vuorovaikutusta. Riskitekijät ovat niitä tapahtumia, dynaamisuuksia, piirteitä, ajatuksia ja käyttäytymistä, jotka vaikuttavat syömishäiriön kehittymiseen (Teaching students with emotional disorders and/or mental illnesses 2000). Henkilökohtaisten riskitekijöiden listalla syömishäiriöön sairastumiseen edellä viitattamassani ohjekirjassa mainitaan esimerkiksi huono itsetunto, riittämättömyyden tunne, huomion tarve tai vahva tarve olla pidetty (kaverit, aikuiset), itse-epäily: oman identiteetin/arvojen/uskomusten/mielipiteiden epäily, omaan kehonkuvaan liittyvä

havainnollistamishäiriö, perfektionismi sekä kontrollin ja ennustettavissa olevan struktuurin tarve.

Bulimiapotilaiden joukossa on nykyään yhä enemmän nuoria joilla on syömishäiriön lisäksi persoonallisuuden häiriö (Charpentier 1998:14). Bulimia-asenteita on yhdistetty narsistiseen persoonallisuushäiriöön sekä rajatilapersonallisuushäiriöön (Brunton- Lacey- Waller 2005). Lapsuusajan piirteet pakkomielleisestä persoonallisuushäiriöstä näyttävät olevan tärkeitä riskitekijöitä syömishäiriöiden kehitykseen (Anderluh- Tehanturia- Rabe- Hesketh- Treasure 2003).

### **3.3.2 Kuvaus tiedonhauista**

Keräsin taustatietoja sosiaali- ja terveysalan tietokannoista (tutkimuksia, artikkeleita ja oppimateriaaleja) sekä alan kirjallisuudesta. Käyttämiäni suomalaisia tietokantoja olivat Terveysportti ja Medic-tietokanta. Englanninkieliset tietokannat, joita hyödynsin, olivat Cinahl ja Erik.

## **4 AINEISTO, MENETELMÄT JA EETTISYYS**

### **4.1 Aineisto**

Aineistonani käytin hallussani olevia bulimia-nuoren päiväkirjoja. Materiaaleja vastaanottaessani kysyin: ”Miten vanha olit kun bulimia alkoi?” Päiväkirjojen kirjoittaja vastasi: ”14-vuotias”, ja näytti kohdan kirjoitelmissaan. Tässä tutkimuksessani keskityin analysoimaan päiväkirjamateriaalia ennen sairauden puhkeamista nuoren ollessa 13-vuotias.

Valitsin päiväkirjat aineistokseni, koska ne tarjoavat tilaisuuden astua sisälle bulimia-nuoren henkilökohtaiseen maailmaan ilman ulkopuolisia vaikutteita.

Päiväkirjamenetelmää laadullisessa terveystutkimuksessa käytettäessä pystytään arvioimaan tutkittujen todellista toimintaa, vähentämään retrospektiivisissä haastatteluisissa ilmeneviä muistivaikeuksia sekä pystytään lähestymään tutkittavien elämis- ja

merkitysmaailmaa heidän omasta näkökulmastaan käsin. Hoitotieteen alueella päiväkirjamenetelmää voidaan soveltaa, kun tavoitteena on esimerkiksi sairaalapotilaan tai terveystalveluiden asiakkaan näkökulman ymmärtäminen. Terveyskäyttäytymisen tutkimuksessa päiväkirjoja on käytetty lääketieteellisesti mielenkiintoisten käyttäytymispiirteiden tai eri sairauksiin liittyvien oireiden kuvaamisessa. Hoitotieteellisessä tutkimuksessa tutkittavan kokemukset ovat aina olleet yhtenä tärkeänä lähtökohtana. Yksi päiväkirjamenetelmän tärkeimmistä eduista on, että tutkittavaa ilmiötä lähestytään tutkittavien näkökulmista. (Palojoki 1997: 127–130.)

## 4.2 Menetelmät

Opinnäytetyöni on kvalitatiivinen tapaustutkimus. Kylmän ja Juvakan mukaan (2007:16) laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on ihminen, hänen elämänpiirinsä sekä niihin liittyvät merkitykset. He myös mainitsevat että osana laadullisen tutkimuksen ominaispiirteitä ovat induktiivinen lähtökohta sekä osallistujien näkökulman ymmärtäminen (2007:31).

Menetelmänä käytin aineistolähtöistä induktiivista sisällön analyysiä tiedustellen materiaaliltani: ”Mitä luonteenpiirteitä sinulla on” tutkimuskysymyksen perusteella. Aineistolähtöisessä sisällön analyysissä selvitetään, mitä aineisto kertoo tutkittavasta ilmiöstä (Kylmä- Juvakka, 2007:117).

Tavoitteeni oli analysoida päiväkirjat nuoren täytettyä 13 vuotta aktiiviseen bulimiaan sairastumiseen asti.

## 4.3 Eettisyys

Tutkimukseen osallistumiseen tarvitaan tutkimukseen osallistujalta suostumus (Kylmä- Juvakka 2007:141). Tämän tutkimuksen osallistumisen ja tutkimusmateriaalin luovutuksen perustana oli vapaaehtoisuus. Bulimiam sairastanut luovutti päiväkirjamateriaalinsa oma-aloitteisesti pyrkimyksenä jakaa sairaudenkokemuksensa ja näin mahdollisesti palvella muita bulimiam sairastavia henkilöitä, heidän perheitään sekä hoitohenkilökuntaa.

Tutkittu yksilö sai tietoa tutkimuksen tarkoituksesta ja menetelmistä. Sovittiin, että tekstissä ilmenevät nimet ja paikkakunnat muutetaan osallistujan henkilötietojen turvaamiseksi. Tutkimusaineisto säilytettiin turvallisesti lukitussa säilytystilassa ja päiväkirjoja käsitteli ainoastaan tutkija. Tutkimuksesta vastaava henkilö toimii virkavastuulla ja hänellä on salassapitovelvollisuus (Kylmä- Juvakka, 2007:142).

Tutkittava henkilö oli täysikäinen ja kyvykäs tekemään päätöksen tutkimukseen osallistumisesta

## 5 SISÄLLÖN ANALYYSI

Analysoin päiväkirja-materiaalin 13-vuotiaasta aktiiviseen bulimiaan sairastumiseen asti aineistolähtöisellä sisällön analyysillä. Analyysiyksikköinä käytin lausumaa (sanaa, lausetta, lauseen osaa tai useammista sanoista koostuvaa ajatusta) sekä ajatuskokonaisuutta (yksittäinen lause tai useamman lauseen kokonaisuus).

Toteutin analyysin seuraavia toimintatapoja noudattaen: Ensimmäiseksi luin tekstin huolellisesti läpi yleiskuvan muodostamiseksi pitäen mielessä tutkimuskysymykseni: Mitä luonteenpiirteitä esiintyy päiväkirjassa ennen bulimiaan sairastumista? Seuraavaksi kävin materiaalin läpi uudestaan etsien tekstistä vastausta tutkimuskysymykseeni pitäen vahvasti mielessä työssäni käyttämäni määritelmän luonteenpiirteistä (personality traits): tietyt motivoivat, luonteen laadulliset tai emotionaaliset ominaisuudet, jotka tukevat tai vaikuttavat omalta osaltaan koko henkilön olemukseen. Tässä vaiheessa myös numeroin valitsemani ajatuskokonaisuudet tai lausumat päiväkirjaan ja kirjoitin jokaisen esimerkin numerojärjestyksessä muistiin tietokoneella. Aloitin samalla viisisarakkeisen taulukon. Ensimmäiseen sarakkeeseen merkitsin esimerkin numeron ja toiseen sarakkeeseen alkuperäisen ilmaisun käyden läpi koko analysoitavan materiaalin. Seuraavaksi täytin kolmannen sarakkeen pelkistämällä tai tiivistämällä löytämäni ilmaisut yleiskielelle. Tämän jälkeen tutkin pelkistämiäni ilmaisuja yhdistäen ne alakategorioiksi neljänteen sarakkeeseen. Sitten vertailin alakategorioita yhdistäen yhteen kuuluvat ryhmät yläkategorioiksi viidenteen sarakkeeseen. Lopuksi tein erilliset taulukot jokaisesta muodostuneesta yläkategoriasta. Esi-

merkki yläkategorioiden muodostumisesta ja analyysin vaiheista ilmenee taulukoissa 1-27. Numeroin myös tutkimuksessa löytyneet alakategoriat selkeyden vuoksi.

Analyysin edistyessä huomasin että aineisto saturoitui (tekstissä ei esiintynyt enää uusia alkuperäisiä ilmaisuja) noin neljä kuukautta ennen nuoren 14-vuotissyntymäpäivää. Tästä muodostui analyysini päätöskohta.

## 6 TULOKSET

Tämän opinnäytetyöni keskeinen kysymys on: mitä luonteenpiirteitä esiintyy tutkitavassa bulimianuoren päiväkirjassa ennen bulimiaan sairastumista? Tässä tutkimuksessani luonteen piirteillä/ominaisuuksilla/taipumuksilla (personality traits) tarkoitetaan tiettyjä motivoivia, luonteen laadullisia tai emotionaalisia ominaisuuksia, jotka tukevat tai vaikuttavat omalta osaltaan koko henkilön persoonallisuuteen ja olemukseen.

Persoonallisuuden piirteitä etsiessäni yläkategorioiksi valikoituivat seuraavat 27 näkökulmaa: 1. Ruokakeskeisyys, 2. Sosiaalisuus, 3. Omatoimisuus, 4. Koulukeskeisyys, 5. Saavutushakuisuus, 6. Keskittyminen pätemisen kokemukseen, 7. Mukautuvaisuus, 8. Tunnollisuus, 9. Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen, 10. Keskittyminen säännönmukaisuuden kokemukseen, 11. Ailahtelevaisuus osallistumiseen sitoutumisessa, 12. Keskittyminen sairauden kokemukseen, 13. Fyysisten voimavarojen hallinnantarpeisuus, 14. Keskittyminen huolenpidon tarpeen kokemukseen, 15. Ajanhallinnan keskeisyys, 16. Fyysisen ympäristön hallinnantarpeisuus, 17. Fyysisen toiminnantarpeisuus, 18. Sinnikkyys, 19. Toisten huomioonntarpeisuus, 20. Keskittyminen ihannoinnin kohteisiin, 21. Kateellisuus, 22. Arvostelukeskeisyys, 23. Sarkastisuus, 24. Pessimistisyys, 25. Luovuus, 26. Uteliaisuus, 27. Mielikuvituksellisuus



## 6.1 Ruokakeskeisyys

Yläkategoria **Ruokakeskeisyys** (taulukko 1) sisältää yhdeksän alakategoriaa. Alakategoria: 1.1 **Ruokailuun keskittynyt** sisältää kuvauksia syömään menosta (aamiaiselle riento) ja ruokailutilanteista. Kohta 1.2 **Ruuan hankintaan keskittynyt** kuvaa ruuan hankintaa päivälliseksi ja välipalaksi. 1.3 **Ruuan valmistukseen keskittynyt** kuvaa erilaisten aterioiden valmistusta (mm. kanan grillaus ja kaalipadan ja valmistus). 1.4 **Ruuan määrään keskittynyt** erittelee tutkimushenkilön runsasta syömistä (mm. lettuja, verilettuja, puolukkahilloa). 1.5 **Ruokavalintojen luettelointiin keskittynyt** selvittää yhden päivän aikana syötyä ruokaa (napostelua ja lounasvalikoimaa). 1.6 **Oman ruokakäyttäytymisen hallinnan tarpeisuus** keskittyy liiallisen syönnin rajoitustarpeeseen (mm. liialliset välipalat) 1.7 **Ruuan herättämiin aistimuksiin ja tuntemuksiin keskittynyt** kuvailee ruuan tuoksua, nälän tunnetta, ja verilettujen vetoa. 1.8 **Kylläisyyden olotilaan keskittynyt** kertoo syönnin aiheuttamasta väsymisestä ja kylläisyydestä. Alakategoria 1.9 **Ruuan tarjoiluun keskittynyt** kuvaa ruuan miellyttävää tarjontaa (katajanoksia kanan ympärillä) ja ruuan huonoa vastaanottoa (veli murisi makkarakastikkeesta).

TAULUKKO 1. Ruokakeskeisyys

...	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
1.1	...riensimme syömään aamupuuroa.	Aamiaiselle riento	Ruokailuun keskittynyt	Ruokakeskeisyys
	Joimme kahvia ja söimme B-tädin ihania voileipiä.	Kahvia ja ihanienvoileipien syönti		
	Välillä käväisin syömässä L:n äidin tekemää risottoa, koska ennen sinne lähtöäni en ollut ehtinyt syödä mitään kunnollista.	Kunnollisen ruuan syönti		
1.2	...juoksimme suoraan kauppaan ostamaan yogurtit välipalaksi sekä hirmuisen ison hernekeittopurkin päivälliseksi.	Juoksu hankkimaan ruokaa välipalaksi ja päivälliseksi	Ruuan hankintaan keskittynyt	
	Sitten hän lähetti M:n R-kioskille ostamaan joitain pikkuleipiä.	Pikkuleipien hankinta kioskiilta		
1.3	M oli grillannut mehukkaan kanan.	Mehukkaan kanan grillaus	Ruuan valmistukseen keskittynyt	
	...hän ilmoitti lähtevänsä...Siitäkos äiti hätäntyi ja teki pikaisesti ruuan.	Nopea ruuanlaitto ennen vieraan lähtöä		
	Äiti oli valmistanut ruuaksi ihanaa kaalipataa.	Ihnan kaalipadan valmistus		
1.4	Söimme yhteensä 36	Söimme 36 lettua	Ruuan määrään keskittynyt	
	Hotkin ruokaa aimoannoksen...	Suuren ruokamäärän syönti		
	...olin... pinonnut valtavan määrän verilettuja ja puolukkahilloa lautasillemme.	Erittäin paljon verilettuja ja puolukkahilloa lautasille		
1.5	Tänään söin viilin, 2 aplaria. Ruualla munakasta, perunoita...	Päivän aikana syötyä ruokaa luetteloiva	Ruokavalintojen luettelointiin keskittynyt	
	Söimme kakkua ja jäätelöä, hedelmiä sekä kaikenlaista muuta pientä naposteltavaa.	Naposteltuja ruokia luetteloiva		
	Sulloin muovipussiin viilin ja sen lisäksi rusinoita. Viilin lisäksi tein kaksi juustovoileipää ja kaksi makkaravoileipää. Sitten otin vielä mukaan appelsiinin ja pari keksiä.	Lounasvalikoiman luettelointi		
1.6	Tänään söin...jotain ylimääräistä hieman lakkoja, juustoa, makkaraa ja leipää.	Itselleen suunnitellun ruokamäärän ylityksestä kertova	Oman ruokakäytännön hallinnan tarpeisuus	
	Minun pitää kerta kaikkiaan lopettaa leivän ja muun ruuan naposteleminen syömaikojen välillä.	Voimakas tarve lopettaa liiallisten välipalojen syöminen		
	Jos kokoajan syön jotain, niin päivälliselläkään en jaksaa syödä yhtään niin paljon kun pitäisi.	Jatkuva syöminen rajoittaa päivällisruuan riittävää syöntiä		
1.7	Avatessani kotioven tulvahti nenääni ihana tuoksu	Ihana tuoksu	Ruuan herättämiin aistimuksiin ja tunteuksiin keskittynyt	
	...ja nälkäkin vaivasi entistä enemmän.	Nälän tunne oli entistä voimakkaampi		
	Tällä hetkellä hän aivan himoaa verilettuja.	Voimakas tarve syödä verilettuja		
1.8	Söin oikein reilusti ja illalla en sitten enempää jaksanutkaan.	Syötyäni runsaasti olin väsynyt	Kylläisyyden olotilaan keskittynyt	
	Olin aivan täynnä kun äiti tarjosi vierailumme jälkeen ruokaa.	Kylläinen ruoka-aikana		
1.9	Hän haki kanan ympärille katajanoksia koristamaan sitä.	Ruuan esillepanoa kuvaileva	Ruuan tarjoiluun keskittynyt	
	Veli murisi vastaan kun tarjosin hänelle makkarakastiketta päivälliseksi. Harmikseni äiti antoi kumminkin hänen olla syömättä sitä.	Harmistunut tehtyjen ruuan tarjoilusuunnitelmien mitätöinnistä		

## 6.2 Sosiaalisuus

Yläkategoria **Sosiaalisuus** (taulukko 2). Sen alakategoria 2.1 **Ystäväkeskeinen** kuvailee iloa ystävän oma-aloitteisesta mukaantulosta, ystävän kirjeestä ja tulosta yövieraaksi ja pettymystä, kun ystävä ei tullut käymään. 2.2 **Perhekeskeinen**: kertoo perheen poissaolon ikävästä ja yhdessäolosta isän kanssa. 2.3 **Sukurakas**: kirje mummille, serkun seurapito ja sukulaisvierailut. 2.4 **Kahdenkeskeisyyttä arvostava**: iloinen kahdestaan olosta 2.5 **Yhteistoiminnallinen** tuo esiin pianon- ja viulun-

soiton harjoittelun, perheen yhteisen siivoustyön sekä ystävien kanssa suunnitellun esityksen. **2.6 Yhteiseen harrastustoimintaan keskittynyt:** kerhokokouksen järjestäminen ja kerholehden yhteistuottaminen. **2.7 Sosiaalinen leikin toiminnoissa:** Esittelee kauhuleikin roolijakoa ja barbileikkiä sekä ristiä ja ruutua ystävän luona.

## TAULUKKO 2. Sosiaalisuus

...	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
2.1	L tuppautui myös joukkoon ja se teki päivän vain hausemmaksi.	Ystävän oma-aloitteisesta kutsusta tulla mukaan iloitseva	Ystäväkeskeinen	Sosiaalisuus
	Kotona minua odotti hauska yllätys. M oli kirjoittanut kirjeen.	Iloinen ystävän kirjeestä		
	O jäi yövieraksi monien pyyntöjeni jälkeen.	Ystävän kutsuminen yövieraksi		
	Iltapäivä kului hitaasti. O pysyi kotonaan ja ulkona satoi.	Päivä oli pitkästyttävä kun ystävä ei tullut käymään ja satoi		
2.2	Voi,voi. Äiti lähti tänään kotiin. Minulle ehti tulla jo hieman ikäväkin.	Äitiä ikävöivä	Perhekeskeinen	
	Isä oli minun kanssani...	Yhdessäolosta isän kanssa kertova		
	Minulla on vähän yksinäistä täällä, koska äiti on töissä, isä on hoitamassa asioita ja veli on M:n luona.	Yksinäinen koska kaikki perheen jäsenet ovat poissa kotoa.		
2.3	... kirjoitin mummille kirjeen.	Kirjeen kirjoitus mummille	Sukurakas	
	Illalla pidin V-serkulle seuraa...	Pidin serkulle seuraa		
	Tänään oli hauska päivä. Lähdimme kyläilemään sukulaisten luona.	Iloinen vierailusta sukulaisten luo		
2.4	Siellä ei ollut ketään muita ihmisiä kuin me ja se oli hauskaa	Iloinen kahdestaan olosta	Kahdenkeskeisyyttä arvostava	
2.5	Minä olen harjoitellut P:n kanssa Soliga dagarin nelikätisenä	Pianonsoiton harjoittelu yhdessä ystävän kanssa	Yhteistoiminnallinen	
	K:n kanssa on uurastettu viulujen parissa.	Viulun soiton harjoittelu yhdessä ystävän kanssa		
	Siivoilin äidin ja isän kanssa	Siivous yhdessä äidin ja isän kanssa		
	Minä, E ja R olemme ajatelleet tehdä siitä esityksen	Ystävien kanssa esitystä suunnitteleva		
2.6	Eläinsuojelukerho pidettiin nyt meillä.	Kerho-kokous järjestettiin meillä	Yhteiseen harrastustoimintaan keskittynyt	
	Naputtelimme viimeiset Helmikuun kappaleet Tassuttaja lehteä.	Lehden yhteistuotantoa kuvaava		
	Tänään oli Tassuttajat2 kerho. J, A-M, T sekä hänen pikkusiskonsa T tulivat kerhoomme.	Ystävät tulivat tänään järjestettyyn kerho-kokoukseen		
2.7	Leikimme L:n kanssa yhden kauhuleikin jossa L esitti hullua. T oli palvelija ja minä ja L olimme demoneja.	Kauhuleikkiä ja sen roolijakoa kuvaava	Sosiaalinen leikin toiminnoissa	
	... lähdin heti J:n luo leikkimään barbeilla	Ystävän luo meno leikkimään barbeilla		
	Minä leikin T:n kanssa aina kun vain ehdin.	Leikki ystävän kanssa aina kun mahdollista		
	L...pyysi minua sinne... pelasimme ristiä ja ruutua...	Ristiä ja ruutua ystävän luona		

## 6.3 Omatoimisuus

Yläkategoria **Omatoimisuus** (taulukko 3). Alakategoria 3.1 **Omatoimiseen puuhasteluun keskittynyt** kertoo tyynynpäällisen virkkauksesta, saviesineiden muovailusta

ja pianon soittelusta. 3.2 **Itsenäisen toiminnan kokemuksesta nauttiva** sisältää yhden ilmauksen: pianon- ja viulunsoitosta nauttimisen

TAULUKKO 3. Omatoimisuus

	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
3.1	...ennen nukkumaan menoa virkkasin tyynypäällistä...	Tyynypäällisen virkkauksesta kertova	Omatoiminen: omatoimiseen puuhasteluun keskittynyt	Omatoimisuus
	Katselin televisiota ja muovailin saviesineitä aikani kuluksi.	Katsoin televisiota ja muovailin saviesineitä		
	...piirsin pilakuvan itsestäni ja K:sta talvessa maisemassa.	Pilakuvan piirtämistä kuvaileva		
	Lopun päivää vietin pianoa pimputellessa...	Soittelin pianoa lopun päivää		
3.2	Pianonsoitto oli kyllä vain piristävää. Soitin myös viulua.	Pianon ja viulunsoiton kokemuksesta nauttiva	Omatoiminen: itsenäisen toiminnan kokemuksesta nauttiva	

#### 6.4 Koulukeskeisyys

Yläkategoriassa **Koulukeskeisyys** (taulukko 4) on seuraavat alakategoriat: 4.1 **Koulunkäynnin positiiviseen kokemukseen keskittynyt:** kiinnostus matematiikasta, geometrisistä laskutoimituksista ja mielihyvä koulupäivästä. 4.2 **Koulutoimintoihin keskittynyt:** Kertoo väliin jääneistä kokeista ja niiden vaikeusasteista, englannin ja ruotsin kokeiden tuntikorjauksista sekä matematiikan opetuksen sisällöstä. 4.3 **Tunnollinen koulutoiminnoissa:** kuvailee varhaista heräämistä koulutehtävien vuoksi, läksyjen ahkeraa lukemista ja läksyjen vaatimaa aikaa. 4.4 **Suunnitelmallinen koulutoiminnoissa:** tulevan vuoden kouluaineiden ja harrastusten valinnan pohdiskelua ja suunnittelua. 4.5 **Suorituskeskeinen koulutoiminnoissa:** kertoo musiikkitunnin esityksen odotuksesta, iloitsee kiitettävästä arvosanoista ja odottaa hyviä koulusuorituksia. 4.6 **Suorituspaineen kokemukseen keskittynyt:** esiintyjien pelkoa esityksestä, pelkoa ”hivittävästä” kokeista ja kokeen tuloksista. 4.7 **Kriittinen: omaa suoritusta muiden suoritukseen vertaileva:** vertaa omaa arvosanaa luokan keskiarvoon ja harmittelee poissaolonsa vaikutusta arvosanaan verrattuna läsnä olleiden saamiin arvosanoihin 4.8. **Tuleviin kokeisiin keskittynyt:** kertoo opettajan tiedotuksista ja ”uhkailuista” tulevista kokeista. 4.9 **Pakonomainen läksyjen teossa:** läksyjen tauotonta lukua ja koulutöiden liiallisuutta. 4.10 **Koulumasennuksen kokemukseen keskittynyt:** masentunut koulussa.

## TAULUKKO 4. Koulukeskeisyys

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA- KATEGORIA	YLÄ- KATEGORIA
4.1	Matematiikka on kiinnostanut minua jo pitemmän aikaa.	Kiinnostunut matematiikasta	Koulunkäynnin positiiviseen kokemukseen keskittynyt	Koulukeskeisyys
	Geometrisiä laskuja...Ne ovat hyvin mielenkiintoisia...	Kiinnostus geometrisista laskutoimituksista		
	Koulupäivä sujui mukavasti loppuun.	Koulupäivästä nauttiva		
4.2	Meillä oli ollut koulussa historian pistarit... ne oli ollut aika vaikeat.	Väliin jääneistä kokeista ja niiden vaikeudesta kertova	Koulutoimintoihin keskittynyt	
	Englannin ja ruotsin tunnit käytettiin eilen olleiden kokeiden korjaukseen.	Englannin ja ruotsin tunnilla korjattiin kokeita		
	Meillä on puhuttu ja piirretty geometrisiä laskuja.	Matematiikan opetuksen sisällystä kertova		
4.3	Nousin ylös jo puoli kuusi että ehtisin koululle harjoittelemaan esityksiä.	Heräsin ajoissa jotta ehtisin koululle harjoittelemaan	Tunnollinen koulutoiminnoissa	
	...rupesin heti ahkeroimaan läksyjen parissa.	Läksyjen ahkera suoritus		
	... kouluhommien ja pianoläksyjen parissa kului koko päivä.	Läksyjen tekoon kului koko päivä		
4.4	... pohdiskelimme illalla mitä aineita ... otan viidennellä luokalla.	Pohdiskelu kouluaineiden valinnasta	Suunnitelmallinen koulutoiminnoissa	
	Kuoron, kuvaamataidon, näyttämötaidon ja musiikin otan ensivuonna.	Suunnitelmanteko tulevan vuoden kouluohjelmasta		
4.5	Tänään on se jännittävä päivä, jolloin kaikkien ... pitää esittää jotakin musiikin tunnilla.	Musiikkitunnin esityksen suoritusta innokkaasti odottava	Suorituskeskeinen koulutoiminnoissa	
	...piristyin valtavasti kun huomasin että siinä seisoi puhdas kymppi.	Iloisuus arvosanasta		
	Saisi tulla hyvä numero.	Ylimielinen koulusuorituksen tulosten odotuksissa		
4.6	Esiintyjillä oli kuin kramppikuumetta. Tunnilla olimme pelon vallassa.	Pelkäsimme kaikki esitystä.	Suorituspaineen kokemukseen keskittynyt	
	Yritin jo ensimmäisellä tunnilla selvittää hirvittävästä maantiedon kokeista.	Yritys selvittää hirvittävästä kokeista		
	En uskalla veikata hyvää numeroa.	Pelko koesuorituksen tuloksesta		
4.7	En osannut...Olinhan ollut 4 päivää poissa ja opettaja oli neuvonut ne muille sillä aikaa.	Poissaolosta johtuvan osaamattomuuden vertailu läsnä olleiden osaamiseen	Kriittinen: omaa suoritusta muiden suoritukseen vertaileva	
	Luokan keskiarvo oli aika huono ...eli 77. Minä sain kumminkin numeron josta olen äärettömän iloinen 10-.	Oman arvosanan vertailu luokan keskiarvoon		
4.8	Opettaja kertoi että meillä on englannin kokeet torstaina	Tulevista kokeista kertova	Tuleviin kokeisiin keskittynyt	
	...pistarit maanantaina	Tulevat "pistokokeet"		
	... opettaja uhkaili ensiviikoksi kokeita...tulisi kysymyksiä kaikista tänä vuonna käsittelemistämme asioista.	Opettaja uhkaili laajalla kokeella		
4.9	Äsken tein kokoajan läksyjäni.	Läksyjen tauoton luku	Pakonomainen läksyjen teossa	
	Tein aivan liikaa koulutöitä.	Koulutöiden liiallisesta tekemisestä kertova		
4.10	Olin ... masentunut ennen suomentuntia.	Masentunut koulussa	Koulumasennuksen kokemukseen keskittynyt	

## 6.5 Saavutushakuisuus

Yläkategoria **Saavutushakuisuus** (taulukko 5). Alakategoria 5.1 **Saavutusten taivoitteluun keskittynyt**: pianonsoiton harjoittelua koulun kulttuurikilpailuihin, niihin ilmoittautuminen ja suostuminen sekä jännitystä pääsystä kuoromatalle Hollantiin. 5.2 **Saavutuksen kokemukseen keskittynyt**: tyytyväisyyttä ja iloa omista ja ystävän kiitettävistä arvosanoista (mm. ruotsi ja englanti).

## TAULUKKO 5. Saavutushakuisuus

...	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
5.1	...harjoittelin kulttuurikilpailuihin pianolla.	Pianonsoiton harjoittelu kilpailutilanteeseen	Saavutusten tavoitteluun keskittynyt	Saavutushakuisuus
	...ilmoittaudun kulttuurikilpailuihin keväällä.	Kilpailuun ilmoittautuminen		
	L pyysi minua tanssimaan kulttuurikilpailuihin. Minä suostuin.	Suostumus kilpailuun osallistumiseen		
	Kuoronjohtaja kertoi että 15-30 kuorolaista pääsisi ensi kesänä Hollantiin...L:ää ja minua jännitti että pääsisimmeköhän mukaan...	Jännittynyt halukkuus tulla valituksi kuoromatulle		
5.2	Minä sain kumminkin numeron josta olen äärettömän iloinen 10-.	Erittäin tyytyväinen omaan arvosanaan	Saavutuksen kokemukseen keskittynyt	
	T sai puhtaan kympin. Hän ja minä iloitsimme koulun jälkeen kun olimme menossa meille.	Ystävän arvosanasta iloitseva		
	...piristyin valtavasti kun huomasin että siinä seiso i puhdas kymppi.	Iloisuus saavutuksesta		
	Olen tyytyväinen koska sain kummastakin kokeesta hyvän numeron. Ruotsista 9 1/2 ja englannista 10.	Saavutuksesta tyytyväinen		

### 6.6 Keskittyminen pätemisen kokemukseen

Yläkategoria **Keskittyminen pätemisen kokemukseen** (taulukko 6). Alakategoriasa 6.1 **Itsevarma pätemisen kokemuksessa** (6.1) mainitaan yksi asia: pätevyys soitotunnilla ilman harjoittelua. Kohdassa 6.2 **Pätemisen helpouteen keskittynyt** tutkittava kokee tanssin ja luistelun harjoitteluliikkeet sekä geometrian laskut helpoiksi.

## TAULUKKO 6. Keskittyminen pätemisen kokemukseen

	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
6.1	Soittotuntini meni hyvin, vaikka en ollut ehtinyt harjoitella juuri yhtään.	Pätevä soitotunnilla ilman harjoittelua	Itsevarma pätemisen kokemuksessa	Keskittyminen pätemisen kokemukseen
6.2	Emme ole saaneet vielä musiikkia...mutta harjoittelu on silti ollut helppoa...	Tanssin harjoittelu on ollut helppoa ilman musiikkia	Pätemisen helpouteen keskittynyt	
	Luistelun kokeet... liikkeet olivat aika helppoja...	Liikkeet olivat minulle helppoja		
	Geometrisiä laskuja...Ne ovat ... helppoja...	Laskutoimitukset ovat minulle helppoja		

### 6.7 Mukautuvaisuus

Yläkategoria **Mukautuvaisuus** (taulukko 7). Alakategoria 7.1 **Mukautuva tilanteen vaatimusten perusteella:** tekemisen puutteessa uudelleen totuttautuminen barbi-leikkiin ystävän seurassa. 7.2 **Itsevarma tilanteen vaatimuksiin mukautumisessa:** muistikuva musiikista tekee tanssiharjoittelun helpoksi, ja soitotunti onnistuu ilman harjoittelua.

## TAULUKKO 7. Mukautuvaisuus

...	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
7.1	Barbit...nyt olen taas yrittänyt tottua niihin koska joskus Johannan kanssa ei ole keksitty muutaakaan tekemistä.	Leikkiin uudelleen totuttaminen tekemisen puutteessa	Mukautuva tilanteen vaatimusten perusteella	Mukautuvaisuus
7.2	Emme ole saaneet vielä musiikkia...mutta harjoittelu on silti ollut helppoa koska muistamme...miten can-canin sävel menee.	Tanssin harjoittelu on helppoa luottaen muistikuvaan musiikista	Itsevarma tilanteen vaatimuksiin mukautumisessa	
	Soittotuntini meni hyvin, vaikka en ollut ehtinyt harjoitella juuri yhtään.	Soittotunnin onnistuminen ilman harjoittelua		

## 6.8 Tunnollisuus

Yläkategoria **Tunnollisuus** (taulukko 8). Alakategoria 8.1 **Tunnontarkka**: kertoo koristetun ja väritetyn kirjeen laatimisesta. 8.2 **Täsmällinen**: kertoo kerhossa tehdyistä asioista (hevosia, kissoja ja muita eläimiä koskevista puuhista) ja tussien ja paperin kulutuksen paljoudesta. 8.3 **Velvollisuudentuntoinen**: Kirjoittaja huolehtii soittoläksyistä ja S-Akatemian pianotunnista ennen ystävän kanssa luistelua ja soittaa opettajalle poissaolosta sekä ajattelee viululäksyn harjoittelua.

## TAULUKKO 8. Tunnollisuus

...	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
8.1	Valmistelin kirjettä M:lle...koristelin ja väritin	Koristin ja väritin kirjeen	Tunnontarkka	Tunnollisuus
8.2	Puhuimme hevosesta sekä kertasimme kissasta. Piirsimme eläimiä ja veimme koiran ulos. Sen valmistus...kulutti paljon tusseja	Kerhossa käsiteltyjä, kerrattuja ja tehtyjä asioita luetteleiva Kirjeen kirjoitukseen käytetystä tussien kulutuksesta kertova	Täsmällinen	
	Kirjoittaessani täytyi yksi iso arkki kummaltakin puolelta ja toinen noin puoleen väliin.	Kirjeen vaatimasta paperimäärästä kertova		
8.3	...hän pyysi minua luistelemaan. Selitin hänelle, että ensin minun pitäisi harjoitella soittoläksyni ja mennä S-akatemiaan. Soitin opettajani kotiin ilmoittaakseni etten saavu tänään S-akatemiaan. Myöhemmin rupesin ajattelemaan että pitäisiköhän viululäksynikin soittaa.	Soittoläksyt ja pianotunti ennen luistelua Ilmoitus opettajalle poissaolosta Velvoitetta harjoitella viulunsoittoa pohtiva	Velvollisuudentuntoinen	

## 6.9 Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen

Yläkategoriassa **Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen** (taulukko 9) alakategoria 9.1 **Yhtenevä päätöksenteossa** kertoo perheen kanssa tehdystä yksimielisestä päätöksestä lopettaa viulunsoiton opiskelu ja samoin yksimielisestä arviosta F:n laulesityksestä (pitkäveteinen). Alakategoriassa 9.2 **Epävarma päätöksenteossa** ilmenee kirjoittajan epävarmuus lähteä ystävän luo. 9.3 **Auktoriteetin tarve päätöksenteossa**: vanhempien mielipiteen kysyminen ystävän luo menemisestä. Alakategoria

#### 9.4 Järkiperäistävä päätöksenteossa: viulunsoittotuntien lopetus kohtuuttomien tuntimaksujen vuoksi.

TAULUKKO 9. Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen

...	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
9.1	Viulunsoiton jätimme yksimielisesti pois... F:n kappale oli koko meidän perheen mielestä pitkäveiteinen...	Yksimielinen päätöksenteko viulunsoiton lopetuksesta Koko perhe päätti että F:n laulu oli pitkäveiteinen	Yhtenevä päätöksenteossa	Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen
9.2	L pirautti meille ja pyysi minua sinne. En tiennyt mitä vastata...	Epävarmuus päätöksestä mennä ystävän luo	Epävarma päätöksenteossa	
9.3	L pirautti meille ja pyysi minua sinne. En tiennyt mitä vastata... Minun piti kysyä äidin ja isän mielipidettä tähän asiaan.	Vanhempien mielipiteen haku päätöksenteossa	Auktoriteettihakuinen: auktoriteetin tarve päätöksenteossa	
9.4	Viulunsoiton jätimme pois...viulutunti maksut ovat kohtuuttoman suuret. 20 mk puoleessa tunnissa eli 250 mk lukukausi.	Viulunsoiton lopetuspäätöksen järkiperäistäminen kohtuuttomilla tuntimaksuilla	Järkiperäistävä päätöksenteossa	

#### 6.10 Keskittyminen säännönmukaisuuden kokemukseen

Yläkategoria **Keskittyminen säännönmukaisuuden kokemukseen** (taulukko 10). Alakategoria 10.1 **Auktoriteettia arvostava ohjeiden noudatuksessa:** luetteloi opettajan käskyn, äidin ohjeiden ja lääkärin määräyksen arvostukset. 10.2 **Säännönmukainen: annettuja ohjeita arvostava:** vilustumisen estämisen hoito-ohjeen noudattaminen. Alakategoria 10.3 **Vilpillinen: sääntöjä omiin tarkoituksiin soveltava:** Koira saa luvatta olla vuoteessa.

TAULUKKO 10. Keskittyminen säännönmukaisuuden kokemukseen

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
10.1	Hiljennyimme kuitenkin kun opettaja korotti ääntään.	Opettajan käskyn totteleminen	Auktoriteettia arvostava ohjeiden noudatuksessa	Keskittyminen Säännönmukaisuuden kokemukseen
	Äiti päätti jättää minut kotiin huomiseksi.	Äidin ohjeiden noudattaminen		
	Olin tänään U-täidin määräyksenstä pois koulusta	Lääkärin määräyksen noudattaminen		
10.2	En saanut olla siellä kovin kauan etten vaan vilustuisi pahemmin.	Ei lupaa jäädä pitkäksi aikaa vilustuksen oireiden pahentumisen estoksi	Säännönmukainen: annettuja ohjeita arvostava	
10.3	Koira lojui aivan kyljessäni kiinni vaikka se ei olisi saanut sitä tehdä.	Annoin koiran olla vieressä ilman lupaa	Vilpillinen: Sääntöjä omiin tarkoituksiin soveltava	

#### 6.11 Ailahtelevaisuus osallistumiseen sitoutumisessa

Yläkategoria **Ailahtelevaisuus osallistumiseen sitoutumisessa** (taulukko 11) sisältää viisi alakategoriaa: 11.1 **Poissaoloista raportointiin keskittynyt:** tuo ilmi poissaolot koulusta ja soittotunnilta. 11.2 **Osallistumista harkitseva:** kouluunlähtöä miettivä. 11.3 **Kykenemätön osallistumiseen:** kouluunmeno ei mahdollistunut.



11.4 **Vastuuntunnoton: vastuun siirtäminen ystävälle poissaolosta:** poissaolo kuorosta ystävän pyynnöstä. 11.5 **Auktoriteettia arvostava poissaolopäätöksessä:** äidin ja lääkärin päätökset poissaolosta ratkaisivat.

TAULUKKO 11. Ailahtelevaisuus osallistumiseen sitoutumisessa

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
11.1	Tänään olin Y:n kanssa poissa koulusta	Poissaolo koulusta	Poissaoloista raportointiin keskittynyt	Ailahtelevaisuus osallistumiseen sitoutumisessa
	Olinhan ollut 4 päivää poissa	Poissaolo koulusta		
	En mennyt soittotunnille...	En osallistunut soitonopeutukseen		
	Vietin myös tämän päivän kotona.	Poissaolo koulusta myös tänään		
11.2	...olen melko varma, että menen huomenna kouluun.	Lähes varma kouluun menosta	Osallistumista harkitseva	
11.3	En päässyt vielä tänäänkään kouluun.	Kouluunmeno ei mahdollistunut	Kykenemätön osallistumiseen	
11.4	Tänään meillä olisi kuulunut olla kuoro, mutta L:än viettelyjen johdosta jäin siitä pois.	Poissaolo kuorosta ystävän viettelyjen johdosta	Vastuuntunnoton: vastuun siirtäminen ystävälle poissaolosta	
11.5	Äiti päätti jättää minut kotiin huomiseksi.	Äidin päätös poissaolosta	Auktoriteettia arvostava poissaolo päätöksessä	
	Hän sanoi että minun pitäisi pitää pari päivää vapaata koulusta...	Poissaolo koulusta lääkärin suosituksesta		
	Olin tänään U-tädin määräyksestä pois koulusta	Poissaolo koulusta lääkärin määräyksestä		

## 6.12 Keskittyminen sairauden kokemukseen

Yläkategoria **Keskittyminen sairauden kokemukseen** (taulukko 12) sisältää 6 alakategoriaa. Alakategoria 12.1 **Sairaana oloon keskittynyt:** Tutkittava toteaa omat sairaustilat (*Sairaus vaivasi minua jälleen.*) Kohdassa 12.2 **Sairauden oireisiin keskittynyt:** Päiväkirja luokittelee oireita ja tuntemuksia: kurkkukipu ja nuha, vaikeus niellä. (*Heräsin aivan kummalliseen tunteeseen. Koko ruumiini vapisi kauttaaltaan...*) 12.3 **Sairauden hoitoon keskittynyt:** kertoo hoidoista: kuuman juomisesta, lääkärissä käynnistä ja unettavista lääkkeistä. 12.4 **Epävarma sairauden hallinnasta:** huolestunut rasituksen vaikutuksesta kuumeeseen. 12.5 **Kuuliainen sairauden hallinnasta:** ei saanut lupaa viipyä pitkään. 12.6 **Sairaudesta parantumisen kokemukseen keskittynyt:** paremman olon tuntu.

TAULUKKO 12. Keskittyminen sairauden kokemukseen

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
12.1	...tunsi oloni hiukan kipeäksi.	Vähän sairas olo	Sairaana oloon keskittynyt	Keskittyminen sairauden kokemukseen
	Tänään olen kipeä.	Sairas		
	Olen edelleen kipeä...	Vielä sairas		
	Sairaus vaivasi minua jälleen.	Taas sairas		
12.2	Tänään heräsin inhottavaan kurkkukipuun ja nuhaiseen oloon.	Kurkkukipu ja nuha	Sairauden oireisiin keskittynyt	
	Heräsin aivan kummalliseen tunteeseen. Koko ruumiini vapisi kautaltaan ja minulla oli hirvittävän kylmä.	Kummallinen tunne: ruumiini vapisi ja minulla oli kylmä		
	Aamulla kun heräsin, kurkkuni oli mielettömän kipeä. Nieleminen tuntui ihan mahdottomalta.	Kurkkukipu ja vaikeus niellä		
12.3	Äsken join kupin kuumaa, jotta kurkkukipuni häipyisi.	Kurkkukivun lievitys kuuman juoman juonnilla	Sairauden hoitoon keskittynyt	
	Menimme U-tädin luo tutkittavaksi.	Tutkittavana lääkärin luona		
	... ja määräsi minulle laatikollisen unettavia Rinomaari tabletteja	Unettavien lääkkeiden määräys		
12.4	En oikein tiennyt mitä tekisin koska kuumeenikin olisi varmasti noussut jos olisin tehnyt jotain	Huolestunut rasituksen vaikutuksesta kuumeen nousuun	Epävarma sairauden hallinnasta	
12.5	En saanut olla siellä kovin kauan etten vaan vilustuisi pahemmin.	Ei lupaa jäädä pitkäksi aikaa vilustumisen oireiden pahentumisen estoksi	Kuuliainen sairauden hallinnasta	
12.6	Oloni tuntui jo pirteämmältä.	Parempi olo	Sairaudesta parantumisen kokemukseen keskittynyt	

### 6.13 Fyysisten voimavarojen hallinnan tarpeisuus

Yläkategoriassa **Fyysisten voimavarojen hallinnan tarpeisuus** (taulukko 13) on viisi alakategoriaa: 13.1 **Väsymyksen kokemukseen keskittynyt:** kertoo väsymysoireista ja väsymyksen aiheuttamasta itkusta. (*En taida tehdä kaikkia maantiedon tehtäviä...*) Alakategoria 13.2 **Jaksamattomuuden kokemukseen keskittynyt:** jaksamattomuuden kohteiksi kirjoittaminen, ompeleminen ja käsityöt. 13.3 **Päivän uuvuttavuuden kokemukseen keskittynyt:** koulupäivien raskaus (*...Seitsemän tuntia piti jaksaa...*) 13.4 **Väsymyksen hallintapyrkimykseen keskittynyt:** yrityksiä levätä ja poistaa univelkaa ja epäonnistumista niissä. 13.5 **Omapäinen väsymyksen hallinnassa:** ei totellut äidin kehotusta levätä.

TAULUKKO 13. Fyysisten voimavarojen hallinnan tarpeisuus

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA- KATEGORIA	YLÄ- KATEGORIA
13.1	Kaikki taisi johtua väsymyksestä.	Kaikki johtui väsymyksestä	Väsymyksen kokemukseen keskittynyt	Fyysisten voimavarojen hallinnan tarpeisuus
	En taida tehdä kaikkia maantiedon tehtäviä, koska olen jo nytkin hirvittävän väsynyt.	Työsuunnitelmasta luopuminen hirvittävän väsymyksen takia		
	Olin aivan uupunut...	Todella väsynyt		
	Olin hyvin väsynyt joten pillahdin itkuun kesken kaiken.	Itkuun purskahtaminen väsymyksen takia		
13.2	Nyt on jo niin myöhä etten jaksaa paljon kirjoitella.	En jaksaa kirjoitella	Jaksamattomuuden kokemukseen keskittynyt	
	En kuitenkaan jaksanut aloittaa nuken ompelemista tänään.	En jaksaa ommella		
	...pitäisi tehdä koulun käsityötä, mutta kun ei millään meinaisi jaksaa.	Ei jaksaa tehdä käsityötä vaikka pitäisi		
13.3	Sanonpa vaan että oli rankka päivä	Rankka päivä	Päivän uuvuttavuuden kokemukseen keskittynyt	
	Oli tosi rankka päivä.	Tosi rankka päivä		
	Tämä päivä koulussa oli aika raskas. Seitsemän tuntia piti jaksaa...	Raskas koulupäivä		
13.4	Yritin lepäillä aika paljon...	Yritin levätä	Väsymyksen hallintapyrkimyksiin keskittynyt	
	... vuoteeseen että univelkani täytyisi.	Nukkumaan univelan poistamiseksi		
	Yritin nukkua jossain välissä, mutta se ei onnistunut kuten tavallisesti.	Yritys nukkua epäonnistui		
13.5	Äiti käski minun levätä kunnolla koko päivän. Se toive ei kuitenkaan toteutunut...	Ei lepää äidin ohjeista huolimatta	Omapäinen väsymyksen hallinnassa	

#### 6.14 Keskittyminen huolenpidon tarpeen kokemukseen

Yläkategoria **Keskittyminen huolenpidon tarpeen kokemukseen** (taulukko 14).

Alakategoria 14.1 **Vastaanottava: huolenpitoa vastaanottava:** äidin huolenpidon hyväksyminen (nukkumaan laittaminen) ja opettajan lepoehdotuksen hyväksyminen.

14.2 **Kiitollinen: huolen pitoa arvostava:** Oppilas arvostaa opettajan ehdotusta vitamiinien syönnistä. 14.3 **Huolenpidontarpeinen: huolenpitoa etsivä:** Kirjoittaja ”laahustaa” kertomaan tuntemuksistaan isälle.

TAULUKKO 14. Keskittyminen huolenpidon tarpeen kokemukseen

....	ALKU-PERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA- KATEGORIA	YLÄ- KATEGORIA
14.1	...äiti tuli laittamaan minut vuoteeseen	Äiti laittoi minut nukkumaan	Vastaanottava: huolenpitoa vastaanot- tava	Keskittyminen huolenpidon- tarpeen koke- mukseen
	...opettajani antoi minulle heti nenäliinan ja sanoi että minun pitäisi levätä tämä viikonloppu.	Opettajani ehdotti lepoa ja tarjosi nenäliinan		
	...hän antoi minulle flunssalääkettä. Sitten painauduin aivan isän kylkeen kiinni. Siinä nukuin lämpimästi koko yön.	Isä antoi lääkettä. Nukuin hänen vieressään koko yön.		
14.2	Kiltti ja ystävällinen opettajani sanoi että minun pitäisi syödä paljon vitamiineja jotta vahvistuisin.	Kiltti opettajani ehdotti vitamiinien syöntiä vahvistukseni	Kiitollinen: huolenpitoa arvostava	
14.3	Lopulta laahustin isän luo ja kerroin hänelle miltä minusta tuntuu.	Isän luo kertomaan tuntemuksista	Huolenpidontarpeinen: huolenpitoa etsivä	

## 6.15 Ajanhallinnankeskeisyys

Yläkategoria **Ajanhallinnankeskeisyys** (taulukko 15) sisältää viisi alakategoriaa:

15.1 **Aikatauluun keskittynyt:** kertoo soittotunnille menon ajasta, harrastustoiminnan (savisakin) kellonajasta, myöhäisestä kotiintulosta ja nukkumaanmenoajasta.

15.2 **Yritteliäs aikataulun hallinnassa:** Päiväkirja kuvaa kiireistä menoa uimaan, juoksua junaan, kiirehtimistä linja-autoon ja isän autoon.

15.3 **Suunnitelmallinen aikataulun hallinnassa:** kertoo varhaisesta heräämisestä koulupäivään, aikomuksesta mennä nukkumaan ennen yhdeksää, viulunsoiton lopetuksesta aikataulun takia ja luistelemaan menon sopivasta ajasta.

15.4 **Itsekriittinen ajanhallinnassa:** myöhästymisen uimaan menossa ja tapaamisessa ja niukka ehtiminen harrastukseen (savisakkiin).

15.5 **Riittämättömyyttä kokeva aikataulun hallinnassa:** selvittää päivittäisen ajan puutetta (virkkaustyö) ja nukkumaan menon myöhäisyyttä.

TAULUKKO 15. Ajanhallinnankeskeisyys

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
15.1	Menin viideksi S-akatemiaan, koska minulla oli siellä soittotunti.	Meno soittotunnille sovittuun aikaan	Aikatauluun keskittynyt	Ajanhallinnankeskeisyys
	18–19:30 minulla on savisakki.	Harrastustoiminnan ajankohdasta kertova		
	Kotiintuloni venyi puoli yhdeksään asti.	Myöhäinen kotiintulo		
	Sitten olikin jo aika painua pehkuihin.	Aika mennä nukkumaan		
15.2	...kiiruhdin uimahalliin.	Kiireisesti uimaan	Yritteliäs aikataulun hallinnassa	
	Lopulta lähdin juoksemaan kohti junarataa, että ehtisin ajoissa kotiin.	Juoksin junaan jotta ehtisin kotiin		
	Koulun loputtua kiirehdimme L:n kanssa linja-autoon...	Kiirehdimme linja-autoon		
	...kiiruhdin koululle ehtiäkseni isän autoon.	Kiirehdin ehtiäkseni isän autoon		
15.3	Nousin ylös jo puoli kuusi että ehtisin koululle...	Heräsin ajoissa, jotta ehtisin koululle	Suunnitelmallinen aikataulun hallinnassa	
	Siis, nukkumaan pitää jo mennä ennen yhdeksää.	Suunnitelma mennä nukkumaan ennen yhdeksää		
	Viulunsoiton jätimme yksimielisesti pois, koska aikani ei riitä riittävään harjoitteluun.	Päätöksenteko viulunsoiton lopetuksesta tiukan aikataulun takia		
	Lopuksi saimme sovittua, että tulisin vasta kolmen maissa luistelemaan.	Suunnitelma luistelemaan menon ajankohdasta		
15.4	Etsin kelloa tyynyni alta...meidänhän piti olla uimassa jo paljon aikaisemmin!	Myöhästyimme uimaan menosta	Itsekriittinen ajanhallinnassa	
	Myöhästyin ... K:lle lupaamastani ajasta.	Sovitusta ajasta myöhästymistä kuvaava		
	Kuudelta alkoi savisakki. Ehdin juuri ja juuri	Savisakkiin niukasti ehtimisestä kertova		
15.5	Tänään vei muu niin paljon aikaa ettei ehtinyt edes tyynynpäällistä virkata.	Ajan puute päivittäisten toimintojen suorituksessa	Riittämättömyyttä kokeva aikataulun hallinnassa	
	...päysin vasta kello 12 nukkumaan.	Nukkumaan meno mahdollistui vasta kahdeltatoista		

## 6.16 Fyysisen ympäristön hallinnan tarpeisuus

Yläkategoria **Fyysisen ympäristön hallinnan tarpeisuus** (taulukko 16).. Alakategoria 16.1 **Kuuliainen siivoustoiminnoissa:** toteaa annettujen ohjeiden noudattamisen siivoustoiminnoissa. 16.2 **Tunnollinen siivoustoiminnoissa:** tavaroiden järjestely johtaa siistiin lopputulokseen. 16.3 **Perusteellinen siivoustoiminnoissa:** kaikkien huoneiden imurointi, suursiivous, kaikkien tavaroiden järjestys. 16.4 **Pedanttinen siivoustoiminnoissa:** pikkutarkka imurointi. 16.5 **Yhteistoiminnallinen siivoustoiminnoissa:** siivous yhdessä vanhempien kanssa, ruoantähteiden yhteinen siivous ja mattojen tamppaus veljen kanssa. 16.6 **Siivoustoimintojen hallitsemattomuuden kokemukseen keskittynyt:** pyykkivuoren pesu ja silitys. Alakategoria 16.7 **Fyysisen ympäristön turvattomuuden kokemukseen keskittynyt:** kuvaa pelkoa pyörällä kaatumisesta liukkaalla ja suksilla kaatumisesta jäisillä laduilla.

TAULUKKO 16. Fyysisen ympäristön hallinnan tarpeisuus

....	ALKUPERAINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
16.1	Uimme vain vähän aikaa, sillä meidän piti siivota O:n huone...	Annettujen ohjeiden noudatus siivoustoiminnoissa	Kuuliainen siivoustoiminnoissa	Fyysisen ympäristön hallinnan tarpeisuus
16.2	Yritin myös järjestellä tavaroita jotta olisi siistimpää.	Tavaroiden järjestely siistin lopputuloksen saavuttamiseksi	Tunnollinen siivoustoiminnoissa	
16.3	... imuroimme kaikki huoneet.	Kaikkien huoneiden imurointi	Perusteellinen siivoustoiminnoissa	
	Sitten aloitettiin suursiivous.	Suursiivous		
	Järjestimme kaikki tavarat paikoilleen...	Kaikkien tavaroiden järjestys		
16.4	... imuroimme kaikki huoneet. Jatkoimme imurointia kunnes kaikki huoneet oli juhlakunnossa.	Pikkutarkka imurointi täydellisen lopputuloksen saavuttamiseksi	Pedanttinen siivoustoiminnoissa	
16.5	Siivoilin äidin ja isän kanssa viikolla kertyneitä sotkuja.	Siivous yhdessä vanhempien kanssa	Yhteistoiminnallinen siivoustoiminnoissa	
	Me muut jäimme siivoilemaan ruokailun jälkiä.	Ruuan tähteiden yhteinen siivous		
	Y ja minä veimme mattoja lumihangelle tammattavaksi.	Mattojen tamppaus yhdessä veljen kanssa		
16.6	Mahtava pyykkivuori pestiin jo onneksi eilen, mutta nyt sitä oli aivan samanlainen pino silitettävänä.	Pyykkivuori pestiin mutta nyt sama määrä vaatteita on silitettävä	Siivoustoimintojen hallitsemattomuuden kokemukseen keskittynyt	
16.7	Pyörä lipsui inhottavasti jäistä katua vasten.	Pyörä oli vähällä kaatua kadun jäistä pintaa vasten	Fyysisen ympäristön turvattomuuden kokemukseen keskittynyt	
	...latu oli mäissä jäinen ja pelkäsini aina kaatuvani niissä.	Pelkäsini kaatuvani jäisillä laduilla		

## 6.17 Fyysisen toiminnan tarpeisuus

Yläkategoria **Fyysisen toiminnan tarpeisuus** (taulukko 17). Alakategoria 17.1 **Urheilutoimintoihin keskittynyt:** kuvaa rientämistä uimaan, kelkkailemaan ja hiihtämään. 17.2 **Yhteistoiminnallinen urheilutoiminnoissa:** lenkille vanhempien kanssa

ja hiihtämään tovereiden kanssa. 17.3 **Priorisointi urheilutoimintoihin osallistumisessa:** luistelemaan ystävän kanssa soittoharjoittelun jälkeen sekä urheilemaan töiden jälkeen. 17.4 **Tunnollinen urheilutoiminnoissa:** roima lenkki. 17.5 **Pettymykseen urheilutoimintojen toteutumattomuudesta keskittynyt:** uimaan meno ei toteutunut vanhempien kiireiden vuoksi.

#### TAULUKKO 17. Fyysisen toiminnan tarpeisuus

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
17.1	...rynnistimme kohti uima-allasta ... lähdimme suoraan kelkkamäkeen. ... kiiruhdin uimahalliin. ... lähdin hiihtäen kiertämään pururataa.	Juoksu uimaan Suoraan kelkkailemaan Kiire uimaan Hiihtämään meno	Urheilutoimintoihin keskittynyt	Fyysisen toiminnan tarpeisuus
17.2	Kävimme lenkillä äidin ja isän kanssa. ...äiti, isä ja minä teimme aamulenkin Martinlaaksoon. Y, minä ja V hiihdimme mäille jotka ovat mökkimme lähellä...	Lenkillä käynti vanhempien kanssa Lenkille vanhempien kanssa Yhdessä hiihtämään	Yhteistoiminnallinen urheilutoiminnoissa	
17.3	...hän pyysi minua luistelemaan...ensin minun pitäisi harjoitella soittoläksyni... Siivouksen jälkeen urheilimme...	Luistelemaan menon ja soittoläksyjen priorisointi Urheilemaan töiden teon jälkeen	Priorisoiva urheilutoimintoihin osallistumisessa	
17.4	Teimmekin oikein roiman lenkin...	Roima lenkki	Tunnollinen urheilutoiminnoissa	
17.5	Ruuan jälkeen tati pyysi kaikkia uimahalliin. Siitä ei tullut mitään, sillä äiti oli kampaajassa ja isän piti korjata aineita	Kuvaus uimaan menon toteutumatta jäämisen kokemuksesta vanhempien kiireiden vuoksi	Pettymykseen urheilutoimintojen toteutumattomuudesta keskittynyt	

#### 6.18 Sinnikkyys

Yläkategoria **Sinnikkyys (taulukko 18)**. Alakategoria 18.1 **Sinnikäs:** karamellien haalinta penkinpajaispäivänä. 18.2 **Lannistumaton:** Ei lähtenyt kotiin väsymyksen aiheuttaman itkun vuoksi, vaikka opettaja kehotti lähtemään. 18.3 **Peräänantamaton:** ystävän sisukas taivuttelu jäämään yöksi..

#### TAULUKKO 18. Sinnikkyys

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
18.1	..oli penkinpajaiset...minä sain tapelluksi aika paljon karamelleja itselleni.	Karamellien sinnikäs haalinta	Sinnikäs	Sinnikkyys
18.2	...pillahdin itkuun kesken kaiken. Opettajani kysyi jos haluaisin lähteä kotiin, mutta vastasin että jaksaisin vielä jatkaa.	Annetun mahdollisuuden torjunta lähteä kotiin väsymyksestä huolimatta	Lannistumaton	
18.3	O jäi yövieraaksi monien pyyntöjeni jälkeen.	Peräänantamaton yritys saada ystävä jäämään yövieraaksi	Peräänantamaton	

## 6.19 Toisten huomioinnin tarpeisuus

Yläkategoria **Toisten huomioinnin tarpeisuus** (taulukko 19). Alakategoria 19.1 **Antelias:** jakoi omat karamellinsa perheenjäsenten kesken. 19.2 **Huomaavainen:** Piti V:lle seuraa, kun tämä oli yksin kotona. Valmisti ruuan äidille. 19.3 **Myötätuntoinen:** Koki myötätuntoa äitiä kohtaan, kun tämä palasi töihin muiden jatkaessa lomaa. Myötätuntoa ystävää kohtaan tämän vatsakipujen ja kuukautisten alkamisen vuoksi. 19.4 **Huolehtivainen: toivoi,** ettei äidin unen laatu kärsisi henkilökohtaisista huolista.

TAULUKKO 19. Toisten huomioinnin tarpeisuus

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
19.1	Sain...karamelleja... Jaoin ne sitten muiden perheen jäsenten kanssa kotona.	Omien karamellien jakaminen muiden perheenjäsenten kanssa	Antelias	Toisten huomioinnin tarpeisuus
19.2	Illalla pidin V:lle seuraa koska kaikki muut hänen perheen jäsenensä olivat kylässä. Tein ruuan äidille valmiiksi.	Pidin hänelle seuraa koska hän oli yksin kotona. Ruuan valmistus äidille	Huomaavainen	
19.3	Kurja ajatella, että kun me muut huomenna vietämme täällä lomaa, niin äidin pitää paiskia siellä Helsingissä töitä. O selitti sekavasti jostain vatsakivuista... hänellä oli alkanut kuukautiset meillä...O raukka ei uskaltanut kertoa meille mitään.	Myötätuntoa kokeva äidin loman loppumisesta ja töiden alusta muiden lomaillessa Myötätuntoinen ystävän vatsakivuista ja kuukautisten alkamisesta	Myötätuntoinen	
19.4	Nyt toivon ettei äiti ajattelisi liikaa sitä S:ää ja A:ta, ettei hänen yöunensa menisi aivan pilalle.	Huolissaan äidin unen laadusta	Huolehtivainen	

## 6.20 Keskittyminen ihannoinnin kohteisiin

Yläkategoria **Keskittyminen ihannoinnin kohteisiin** (taulukko 20). Alakategoria 20.1 **Ihannoinnin kokemukseen keskittynyt:** Kertoo elokuvan näyttelijään ja sankarihahmoon ihastumisesta. Ihaili kilpahihtäjän Helena Takalon pirteyttä ja voiton vaivattomuutta. Ihaili lausuja Ella Erosen upeaa esitystä ja eläytymiskykyä. 20.2 **Tunneherkkyys ihannoinnin kohteisiin keskittymisessä:** Elokuvanäyttelijän aiheuttamia tunnereaktioita kuvaava. 20.3 **Omaa ihannointia järkiperaistävä:** Edellisen kohdan tunnereaktioiden haalistuminen seuraavana päivänä.

## TAULUKKO 20. Keskittyminen ihannoinnin kohteisiin

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
20.1	...jännityselokuvan pääosaa esittävä mies... Minusta tuntuu että ihastuin häneen aivan valtavasti.	Näyttelijään ihastumisesta kertova	Ihannonnin kokemukseen keskittynyt	Keskittyminen ihannonnin kohteisiin
	Tässä saaliini Iltasanomista: ”Kari, 12, pelasti koiran henkensä uhalla.” Kari teki todella urotyön.	Urotyön tehneestä sankarihahmosta kertova		
	Helena Takalo voitti kultaa Innsbruckin olympiakisoiissa...saapuessaan maaliin hän oli aivan pirteä ja hyväntuulisen näköinen aivan kuin ei olisi hiihtänyt ollenkaan.	Hiihtäjä saapui maaliin voittajana pirteästi ja täysin vaivattomasti		
	Seurasin televisiosta Ella Erosen lausuntaa. Se oli tosi hienoa kuunneltavaa. Hänen koko ruumiinsa eläytyi täysin hänen lausussaan. Hän saattoi näyttää mahtavalta kuin itse Jeesus tai pienen pieneltä kuin hiiri.	Runonlausunnan esityksen upeasta kokemuksesta ja runonlausujan täysivaltaisesta eläytymiskyvystä kertova		
20.2	Näin tänään jännityselokuvan jonka pääosaa esittävä mies sai minut miltei itkemään.	Näyttelijän aiheuttamaa tunnereaktiota kuvaava	Tunneherkkyys ihannonnin kohteisiin keskittymisessä	
	Elokuvan lopussa hän kuoli ja silloin olisi kuka tahansa ihailija vullottanut täyttä kurkkua.	Näyttelijän kuoleman aiheuttamaa tunnereaktiota kuvaava ihailijan näkökulmasta		
20.3	En ole läheskään niin ihastunut siihen näyttelijään kuin eilen. Kaikki taisi johtua väsymyksestä.	Ihastumiseni näyttelijään taisi johtua väsymyksestä	Omaa ihannonintia järkiperaistävä	

### 6.21 Kateellisuus

Yläkategoria **Kateellisuus** (taulukko 21). Alakategoria 21.1 **Kateellinen**: harmissaan sairaudestaan hiihtolomalla, kun muut nauttivat ulkona talvesta.

## TAULUKKO 21. Kateellisuus

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
21.1	On kurjaa olla sairaana hiihtolomalla. Toiset oleilevat ulkona ja nauttivat talvesta.	Harmissaan verratessa oman hiihtoloman kokemuksesta muiden hiihtolomaan.	Kateellinen	Kateellisuus

### 6.22 Arvostelukeskeisyys

Yläkategoria **Arvostelukeskeisyys** (taulukko 22). Alakategoria 22.1 **Itseen arvoiteleva**: Kritisoi myöhästymistään, ottamiensa valokuvien epäonnistumista, omaa pystymättömyyttään saada työtä (maalausta) valmiiksi. On tyytymätön liiallisten välipalojen syönnistä. 22.2 **Joustavuus itsensä arvostelussa**: Hyväksyi oman viulunsoittonsa virheistä huolimatta. 22.3 **Muiden arvosteluun itsestä keskittynyt**: Oman ryhmän saamien vastakohtaisten arvostelujen pohdintaa. Äidin pohdiskelu tyttären virheistä. Kuulijoiden myönteinen arvio soittoesityksestä. 22.4 **Muita ihmisiä arvoiteleva**: Kritisoi suomalaisten valitsemaa Euroviisu-edustajaa ja laulun sa-



noitusta. Kyseenalaisti opettajan järjestelmällisyyden. Piti poikien ulkonäköä huvittavana. **22.5 Kritisoiva suorapuheisuus:** Viulutunnin maksoivat liikaa. Barbit ovat naurettavia. **22.6 Kehonkuvaa arvosteleva:** Oman lihavuuden pohdintaa. Matematiikan sijaisopettajan lyhyys.

### TAULUKKO 22. Arvostelukeskeisyys

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
22.1	Myöhästyin kyllä pahasti K:lle lupaamastani ajasta. Otin pari valokuvaa K:sta ja isästä, mutta pelkään pahoin että ne epäonnistuivat... Maalasin...kukonpoikaa. En saanut sitä kuitenkaan valmiiksi vaikka ahersin koko tunnin. Minun pitää kerta kaikkiaan lopettaa leivän ja muun ruuan naposteleminen syömaikaisten välillä.	Sovitusta ajasta myöhästymistä kritisoiva Ottamiensa valokuvien epäonnistumista kuvaava Omaa pystymättömyyttä saada työtä valmiiksi kuvaava Tyytymätön omasta kykenemättömyydestä lopettaa liiallisten välipalojen syönti	Itseenä arvosteleva	Arvostelukeskeisyys
22.2	...mutta selvisimme kuitenkin. Mitä nyt pari virhettä viululla	Hyväksyvä asenne viulunsoiton esityksestä virheistä huolimatta	Joustavuus itsensä arvostelussa	
22.3	Kaikki pitivät P:n ja minun esityksestä mutta K:n ja minun esityksestä saatettiin olla toista mieltä. Äiti...mietti mitä olin tehnyt väärin... Kappaleeni soitin kuulemma hyvin...	Saimme vastakohtaiset arvostelut esityksistämme Äidin pohdiskelua virheistäni Kuulijoiden kertoman mukaan soitin hyvin	Muiden arvosteluun itsestä keskittynyt	
22.4	Minusta on hullua että suomalaiset eivät valinneet voittajaksi vaikka Anneli Saria. ...ja sanat olivat kuin hullujen huoneesta karanneen keksimät. Jännitin illalla jos saisimme huomenna matikan kokeet takaisin. En kuitenkaan usko, että hän olisi löytänyt ne muiden papereidensa seasta. Pojat...He näyttivät huvittavilta...	Suomalaisten Euroviisuedustajan valintaa arvosteleva Laulun sanat olivat kuin hullun kirjoittamat Opettajan järjestelmällisyyden kyseenalaistaminen Pojat näyttivät huvittavilta	Muita ihmisiä arvosteleva	
22.5	...viulutunti maksut ovat kohtuuttoman suuret... ...koko barbit tuntuivat mielestäni aivan naurettavilta...	Viulutunnit maksavat liikaa Barbit on naurettavia	Kritisoiva suorapuheisuus	
22.6	Olen miettinyt painanko liikaa. ...painanko liikaa. Taulukoiden mukaan en mutta no jaa. Matematiikan tunnilla oli auskultantti. Yksi pät-kämies.	Pohdin olenko liian lihava Epäilen olevani liian lihava Matematiikan sijaisopettaja on lyhyt	Kehonkuvaa arvosteleva	

### 6.23 Sarkastisuus

Yläkategoria **Sarkastisuus** (taulukko 23). Alakategoria 23.1 **Sarkastinen**: Opettaja ”ilahdutti” tulevasta kokeesta raskaan kouluviikon alkaessa. 23.2 **Ivallinen**: Matematiikan sijainen oli ”pätkä mies”.

TAULUKKO 23. Sarkastisuus

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
23.1	Taas on alkamassa raskas kouluviikko... opettaja ilahdutti oppilaita ilmoittamalla tulevasta kokeesta	Opettaja ”ilahdutti” kertomalla tulevasta kokeesta raskaan kouluviikon alkaessa	Sarkastinen	Sarkastisuus
23.2	Matematiikan tunnilla oli auskultantti. Yksi pätkä mies.	Matematiikan sijainen oli ”pätkä mies”	Ivallinen	Sarkastisuus

### 6.24 Pessimistisyys

Yläkategoria **Pessimistisyys** (taulukko 24). Alakategoria 24.1 **Toiveiden täyttymättömyyden ennakointiin keskittynyt**: Ei usko saavansa X:n kuvaa. 24.2 **Tulevan negatiiviseen kokemiseen keskittynyt**: Ennakoi alkavan kouluviikon raskautta ja tulevan hiihtoloman pilalle menoa mahdollisen kuumeen vuoksi.

TAULUKKO 24. Pessimistisyys

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
24.1	En taida koskaan saada hänen kuvaansa	En usko että saan hänen kuvaansa ikinä	Toiveiden täyttymättömyyden ennakointiin keskittynyt	Pessimistisyys
24.2	Taas on alkamassa yksi raskas kouluviikko. ... nyt jos saan vielä kuumettakin, on koko hiihtoloma pilalla.	Kouluviikko tulee olemaan raskas Hiihtoloma menee pilalle jos saan kuumetta	Tulevan negatiiviseen kokemiseen keskittynyt	

### 6.25 Luovuus

Yläkategoria **Luovuus** (taulukko 25). Alakategoria 25.1 **Luova: ideoita tuottava**: Kansikuvan ideointia kerhon lehteen. Käsityöidea nykyaikaisesta nukesta. 25.2 **Luova: tuotettuja ideoita kehittävä**: Käsityöidean kehittäjä.

TAULUKKO 25. Luovuus

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
25.1	Päivemmillä aloin piirtämään Tassuttajat lehteen kansikuva ehdotuksia.	Kansikuva ehdotusten ideointi lehteen.	Luova: Ideoita tuottava	Luovuus
	Keksin myös käsityöidean. Ajattelin että voisin ommella nykyaikaisen nukan.	Käsityöidea		
25.2	Sille ompelisin vaatteiksi nahkapalahameen ja nappapuseron, jonka kirjoisin värikkäillä langoilla.	Käsityöidean kehittäminen	Luova: Tuotettuja ideoita kehittävä	

## 6.26 Uteliaisuus

Yläkategoria **Uteliaisuus** (taulukko 26). Alakategoria 26.1 **Yliluonnollisten asioiden tutkimiseen keskittynyt**: Jännittävä kirja kertoi ihmisten ufo- ja humanoidikokemuksista. 26.2 **Yliluonnollisten asioiden pohdintaan keskittynyt**: keskustelu yliluonnollisista asioista.

TAULUKKO 26. Uteliaisuus

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
26.1	Rupesin lukemaan...jännittävää kirjaa...Siinä kerrottiin tositahtumista, joita ihmiset olivat kokeneet ufoja tai humanoideja kohdatessaan.	Kirjassa kerrottiin ihmisten kokemuksista ufoista ja humanoideista	Yliluonnollisten asioiden tutkimiseen keskittynyt	Uteliaisuus
26.2	...puhelimme oli siirtynyt humanoideihin ja muihin epäluonnollisiin asioihin.	Keskustelu yliluonnollisista asioista	Yliluonnollisten asioiden pohdintaan keskittynyt	

## 6.27 Mielikuvituksellisuus

Yläkategoria **Mielikuvituksellisuus** (taulukko 27). Alakategoria 27.1 **Mielikuvituksellinen: oman mielikuvitusmaailman tuotoksiin keskittynyt**: Omat mielikuvitus-tuotokset aiheuttivat pelokkuutta. 27.2 **Mielikuvituksellinen piirrosideoiden tuottamisessa**: Vampyyreja ja kummituksia piirtävä. Alakategoria 27.3 **Mielikuvituksellinen tarinoiden tuottamisessa**: Tarinoita vampyyreista.

TAULUKKO 27. Mielikuvituksellisuus

....	ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALA-KATEGORIA	YLÄ-KATEGORIA
27.1	Oikein pelotti mennä V:n luota mökille, kun olin kuvaillut niin karneasti sitä, kun vampyyri imi ihmiset tyhjiksi verestään.	Pelokkuus johtuen oman mielikuvituksen tuotoksesta	Mielikuvituksellinen: oman mielikuvitusmaailman tuotoksiin keskittynyt	Mielikuvituksellisuus
27.2	...rupesimme piirtämään kummituksia ja vampyyreja.	Vampyyreja ja kummituksia piirtävä	Mielikuvituksellinen piirrosideoiden tuottamisessa	
27.3	Myöhemmin, kun ulkona oli aivan pimeää, keksin hänelle kertomuksen vampyyreista.	Tarinointi vampyyreista	Mielikuvituksellinen tarinoiden tuottamisessa	

## 7 POHDINTA

### 7.1 Luotettavuuden arviointi

Tutkimuksen kohteena olivat 13-vuotiaan varhaisnuoren päiväkirjat. Aineistona käytettiin alkuperäistä päiväkirjamateriaalia, jonka tutkittava oli itse kirjoittanut ennen bulimiaan sairastumista. Päiväkirjoja oli useita tutkittavan nuoruusvuosilta. Tutkija vertasi käsialoja ja totesi ne yhden ja saman henkilön kirjoittamiksi. Tutkittava oli siis itse sairastanut bulimiaa ja oli kirjoittanut elämänsä kokemuksista päiväkirjoihin sekä ennen sairastumista että sairastumisen jälkeen. Hänellä oli siis vahva omakohtainen kokemus tutkittavasta ilmiöstä.

Tutkimus on laadullinen tapaustutkimus perustuen yhden yksilön elämäkokemuksiin. Saatuja tuloksia ei tästä syystä voida yleistää. Toisaalta Kylmä ja Juvakka (2007:133) toteavat, että laadullisia tutkimuksia ja niiden luotettavuutta on usein kritisoitu pienistä tutkimukseen osallistujien määristä, subjektiivisuudesta sekä satunnaistamisen ja yleistettävyyden puutteesta (Peters ym. 2002 sekä Whitney- Crawford 2005 mukaan), ja jatkavat, että näissä tapauksissa tutkimusta arvioidaan määrällisen tutkimuksen näkökulmasta.

Kritiikkisesti on syytä todeta, että nuori on voinut kirjoittaa päiväkirjoihinsa kuvauksia elämästään niin, kuin hän itse halusi elämänsä paperilla näyttävän. Materiaalin täydellinen todenmukaisuus jää siis mysteeriksi. Toisaalta Palojoki (1997:134) toteaa: ”Päinvastoin kuin yleensä uskotaan, tutkittavat ovat usein varsin kyvykkäitä itse ilmaisemaan itseään ja omien toimintojensa perusteluja.”

Päiväkirjan käyttö tutkimuksessa saattaa olla tarkempi tiedonkeruumenetelmä kuin esimerkiksi haastattelutilanteet. Näissä tilanteissa haastateltava voi kertoa haastattelijalle, mitä hän olettaa haastattelijan haluavan kuulla. Haastateltava voi olla myös jännittynyt ja hämääntynyt haastattelutilanteesta, jolloin tiedon antaminen voi olla puutteellista tai epätäydellistä. Myös kysymysten ja teemojen asettelu saattaa rajoittaa tutkitun ilmiön todellisen kokonaiskuvan saantia. Saatu kokonaiskuva voi jäädä pirstaleiseksi jättäen tilaa tulkinnalle. Päiväkirjamenetelmän avulla pystytään ar-

viomaan tutkittavien todellista toimintaa, vähentämään retrospektiivisissä haastatte-  
luissa ilmeneviä muistivaikeuksia sekä lähestymään tutkittavien elämis- ja merki-  
tysmaailmaa heidän omasta näkökulmastaan käsin (Palojoki 1997:127).

Tutkittava ilmiö on nimetty, tutkimuksen merkitys on perusteltu, tutkimuksen tarkoi-  
tus on nimetty, aineiston keruu on kuvattu ja valinta perusteltu ja lopuksi aineiston  
analyysimenetelmä on sopiva aiheeseen nähden ja sen valinta perusteltu.

## 7.2 Tulosten tarkastelua

### 7.2.1 Luonteenpiirteet ennen bulimiaa tutkimukseni perusteella

Perehdyttyäni huolellisesti päiväkirjan materiaaliin ja sisällön analyysin tuloksiin  
luetteloin nyt **tutkimuksessa esiin tulleet 27 luonteenpiirrettä** tutkitun materiaalin  
ilmaisemana eli 13-vuotiaan nuoren henkilökohtaisen elämän koennan perspektiivis-  
tä:

Tutkimustulosten perusteella suoritukset / **Koulukeskeisyys**, saavutukset / **Saavu-  
tushakuisuus**, päteminen / **Keskittyminen pätemisen kokemukseen**, **Tunnolli-  
suus**, **Sinnikkyys**, ohjeiden noudatus ja auktoriteetinarvostus / **Keskittyminen  
säännönmukaisuuden kokemukseen** ja **Arvostelunkeskeisyys** kuvaavat nuorta  
tavoitteellisena ja itseltään paljon vaativana.

Sairastelu / **Keskittyminen sairauden kokemukseen**, uupumus / **Fyysisten voima-  
varojen hallinnantarpeisuus** ja huolenpidontarve / **Keskittyminen huolenpidon  
tarpeen kokemukseen** tuntuivat kuvaavan nuoren rasittuneisuutta taistelussa jaksaa  
vastata omiin vaatimuksiinsa ja ympärillä olevan elämän vaatimukseen. Näin hän  
pyrki etsimään huomiota ja hoivaamista.

**Ajanhallinnan keskeisyys** ja **Fyysisen ympäristön hallinnan tarpeisuus** kuvasi  
mielestäni nuoren yleistä tarvetta kontrolloida omaa elämäänsä ja ympäristöä ja  
mahdollisesti näin yrittää hallita ja tasapainottaa elämän yleisen vaativuuden koke-  
musta.

**Sosiaalisuus, Omatoimisuus, Luovuus, Uteliaisuus ja Mielikuvituksellisuus** osana persoonallisuutta tuntuivat tuottavan tutkitulle pääasiassa mielihyvää ja luovan positiivisuuden kokemusta nuoren elämään. Mielestäni nuori tunsii olevansa luontaisesti pätevä näiden oman persoonansa piirteiden positiivisissa vaikutuksissa elämäänsä. Nämä alueet tuntuivat olevan hänelle henkireikä.

Ruoka / **Ruokakeskeisyys** kiinnosti ja oli keskeinen enemmän positiivisessa mielessä ja ehkä hyvän olon tuottajana, vaikka oireilua oman ruokakäyttäytymisen kontrollin tarpeesta esiintyi (alakategoria: oman ruokakäyttäytymisen hallinnan tarpeisuus).

**Toisten huomiointitarpeisuus**, ihannoiminen / **Keskittyminen ihannoinnin kohteisiin** ja **Kateellisuus** kertoivat nuoren tarpeesta huomioida, auttaa ja ihannoida muita sekä saada itse kokea, mitä muut saavat kokea.

**Sarkastisuus** luonteenpiirteenä tuli esille kouluympäristössä. **Pessimistisyys** esiintyi ihailussa, koulussa ja sairaudenkokemuksessa.

### 7.2.2 Esimerkkejä bulimiam sairastavan luonteenpiirteistä

Seuraavaksi kuvaan kirjallisuudessa ja tutkimuksissa esiintyviä bulimiam ja syömishäiriötä jo sairastavien luonteenpiirteitä.

a. Luonteenpiirteiden luonnehdinnat ovat Peggy Claude-Pierren kirjasta *Syömishäiriöiden salainen kieli* (2000:58–80):

**Täydellisyyden tavoittelu:** Nämä lapset kamppailevat ankarasti luodakseen täydellisen maailman, he pyrkivät kuin korvaukseksi tekemään omasta itsestään entistä täydellisemmän.

**Saavutushakuisuus ja Suorituskeskeisyys:** Nämä lapset pyrkivät erinomaisiin suorituksiin koulussa, liikunnassa ja taiteellisissa harrastuksissa. He ovat täydellisiä oppilaita, urheilijoita, taiteilijoita tai muusikkoja.

**Säännönmukaisuus:** He pyrkivät noudattamaan yhteiskunnan sanelemina pitämiään sääntöjä, tekemään mieliksi toisille ennen itseään.

**Ylemmydentuntoisuus ja velvollisuudentuntoisuus:** He eivät pyri olemaan parhaita luontaisen ylemmyyden- ja velvollisuudentuntonsa takia; he tekevät sen todistaakseen oman arvonsa toisille.

**Huono itsearvostus ja Arvottomuus:** Epäonnistuminen täydellisyyden saavuttamisessa synnyttää jatkuvan kielteisyyden tilan uhrissa ja lopulta äärimmäisen arvottomuuden tunteen. Bulimiaa sairastava ajautuu yhä äärimmäisempiin ahmimis- / puhdistumisvaiheisiin.

**Humanistisuus ja Toisten huomiointi:** He ovat ensimmäisen asteen humanisteja. Koska he ovat vakaumukseltaan ympäristöaatteen kannattajia, otsonikerros, köyhyys, sairaudet ja valaiden kohtalo saavat aina välittömästi osakseen heidän huomionsa.

**Vastuuntunto:** Usein vastuuntunto ilmenee jo varhain. Esimerkin tyttö ei siirtynyt leikkitoveriensa seuraan ennen kuin kaikki kotityöt oli tehty. Hän ei halunnut vanhempiensa tekemän niitä kaikkia yksin.

**Itsensä epäily, Päättämättömyys ja Itsekriittisyys:** Se mikä on saattanut alkaa epäilyksinä, päättämättömyytenä tai lievänä itsekritiikkinä, vahvistuu niin, että se muodostaa autonomisen äänen. Se on tyrannisoiva, ylikriittinen, tuhoava ja epätoivoa herättävä.

b. Abraham ja Llewellyn-Jones (1994:44):

**Pakkomielteenomaisuus ja Neuroottisuus:** Koska syöminen on perusvaisto, syömishäiriöistä kärsivillä on arveltu olevan vastaavanlainen persoonallisuus; heidän syömisensä olisi pikemmin pakkomielteenomaista tai neuroottista kuin normaalia.

c. Keltner ym. (1999:507–509):

**Ahdistuneisuus, Voimattomuus, Krooninen huono itsetuntoisuus, Kehonkuvan vääristyneisyys, Tehoton selviytymiskyvykyys ja Itsekielteisyy.** Lisäksi mainittiin **Hoivantarpeisuus:** Potilaat uskovat, että he ansaitsevat hoivaa, mutta jos he eivät saa sitä, he ahmivat ruokaa, koska ruoka on heille symboli hoivaamisesta.

d. Van der Ham ym. (1998):

**Pystymättömyyskeskeisyys, Sosiaalinen ahdistuneisuus, Pätemättömyyskeskeisyys, Riittämättömyyskeskeisyys ja keltvottomuuskeskeisyys**

e. Tämän työn teoreettisessa viitekehyksessä mainitsin myös seuraavanlaisista tutkimuksessa todistetuista bulimiaan sairastavan luonteenpiirteistä (Pryor-Wiedeman 1998): **Sosiaalisuus, Impulsiivisuus ja Affektin epävakaisuus.**

### 7.2.3 Esimerkkejä terveen varhaisnuoren luonteenpiirteistä

Tutkimukseni tulosten tarkastelussa on aiheellista tuoda esiin myös alan kirjallisuudessa esiintyviä terveen varhaisnuoren luonteenpiirteitä.

a. Julma ym.(1998):

**Kehonkuvankeskeisyys:** pienetkin tyytymättömyyden aiheet ulkonäössä aiheuttavat häpeän tunteita. **Samaistumisentarpeisuus:** samanlaisuus ikätovereiden kanssa tuntuu välttämättömältä. **Yksilöllisyys:** myös yksilöllisyys ja oma tyyli ulkonäössä, käyttäytymisessä ja puheissa tuntuu välttämättömältä. **Seksuaalisuus:** Pojille seksuaalisuus on ristiriitaisempaa kuin tytöille. Heteroseksuaaliset suhteet jäävät tunnusteleviksi ja lyhytaikaisiksi. **Riippuvuudentarpeisuus ja Itsenäistymisentarpeisuus:** Varhaisnuori kamppailee riippuvuudentarpeiden ja itsenäistymispyrkimysten kanssa. Hän etsii itseään erillisenä, vanhemmistaan riippumattomana yksilönä mutta tarvitsee vielä vanhempien neuvoja ja valvontaa. **Omapäisyys sääntöjen noudattamisessa:** vanhempien arvot, säännöt ja määräykset joutuvat varhaisnuoren arvostelun ja väheksynnän kohteeksi. **Arvostelukeskeisyys** (vanhempiin kohdistuva): nuori voi myös aliarvioida vanhempiaan, vähätellä heidän elämäkokemustaan ja kykyään tuntea ja ajatella. **Eriävyys mielipiteissä:** Itsenäistymiskiistat nuori käy vanhempiensa kanssa vaarattomista aiheista. Näitä ovat nuoren ulkonäköön liittyvät seikat, ko-



tiintuloajat, kaverisuhteet, kotitöiden tekemiset, vapaa-ajan vietto ja yhdessä perheen kanssa vietettävä aika. **Yksityisyydentarpeisuus:** Varhaisnuoren yksityisyydentarve on voimakas. Siksi hän ei enää paljasta ajatuksiaan eikä kerro tekemisiään yhtä paljon kuin lapsena. **Luovuus** ja **Mielikuvituksellisuus:** abstrakti ajattelukyky laajentaa huomattavasti varhaisnuoren tietoja elämästä sekä kiihottaa mielikuvitusta ja luovuutta. **Omahyväisyys:** tunteet vaihtuvat äkillisesti omahyväisyydestä ja kaikkivoipuudesta häpeän ja nöyryytyksen tunteisiin. **Impulsiivisuus** ja **Aggressiivisuus:** Sannallisesti nuori osaa kuvata tunteitaan huonosti. Tunteet näkyvät usein impulsiivisena käyttäytymisenä, jopa fyysisenä aggressiivisuutena. **Itsekeskeisyys:** itsekeskeisyydessään varhaisnuori myös kuvittelee muiden ihmisten olevan yhtä uppoutuneita tarkkailemaan hänen käyttäytymistään, ulkonäköään, ajatuksiaan ja tunteitaan kuin hän itse. Muita mainittuja piirteitä ovat **Haavoittuvuus**, **Vaativuus**, **Innostuneisuus**, **Energisyys**, **Sosiaalisuus** ja **Perhekeskeisyys**.

b. Erik Erikson (Keltner ym. 1999 mukaan):

Eriksonin psykososiaalisen kehitysteorian mukaan kouluikäisten (6 – 11 v) elämäntyötehtävänä on **ahkeruuden ja alemmuuden kriisin selvittäminen** ja nuorten (12 – 18 v) tehtävänä on **nuoruusiän identiteetin saavuttamisen ja roolien hajaanuksen kriisin käsittely**. Hän uskoi, että jokainen hänen teoriansa kahdeksasta kehityksen vaiheesta antoi mahdollisuuksia kasvulle. Tämä kasvu sisältää ja edellyttää kriittisten elämäntyötehtävien (kriisien) ratkaisua jokaisessa kahdeksassa kehityksen vaiheessa. Eriksonin teorian perusteella ratkaisemattomat elämän työtehtävät johtavat vajavaiseen kehitykseen ja vaikeuksiin ihmissuhteissa (Keltner ym. 1999:22–25 mukaan). Peggy Claude-Pierre (2000:61) toteaa suomishäiriöön sairastuneesta: ”Todellinen minä on se persoona, joka potilas olisi ollut, mikäli jatkuva kielteisyys olisi torjuttu ja mikäli emotionaalinen kehitys ei olisi pysähtynyt”. Näiden teorioiden ja ajatusten mukaan voisi ajatella, että tutkimani yksilö olisi juuttunut Eriksonin ahkeruuden ja alemmuuden kriisin selvittämiseen, siis vaiheeseen joka kuuluisi käydä läpi 6-11-vuotiaana.

#### 7.2.4 Pohdintaa terveen nuoren ja tutkimani bulimiaan tulevaisuudessa sairastuvan nuoren luonteenpiirteistä

Kun verrataan tutkimuksessani ilmenneitä persoonallisuudenpiirteitä ja Julman ym. (1991) esittämiä varhaisnuoren piirteitä, havaitaan paljon yhteneviä, mutta myös joi-takin eriäviä sekä lähes vastakohtaisia piirteitä. Mainitsen seuraavassa jaottelussa vain ne piirteet, jotka eivät ole yhteneviä, enkä siis puutu niihin piirteisiin, jotka ovat samat sekä terveellä että bulimiasairastavalla nuorella.

**Seksuaalisuus**, joka on mainittu terveen varhaisnuoren kehityksessä, ei vielä ilmene tutkimani nuoren persoonallisuudenpiirteissä. Lähin piirre, joka saattaa viitata tämän kehityksen alkamiseen, on **Keskittyminen ihannoinnin kohteisiin** ja kertominen, kuinka näyttelijään ihastus sai tutkitun lähes itkemään.

Terveen nuoren yleinen piirre **Omapäisyys sääntöjen noudattamisessa** on eriävä tutkittavan **Keskittyminen säännönmukaisuuden kokemukseen** kategoriasta, mikäli ajatellaan kuuliaisuutta vanhempia ja muita auktoriteetteja kohtaan. Ainoina esimerkkeinä sääntöjen soveltamisessa omiin tarkoituksiin oli koiran antaminen nuk-kua vieressä ilman lupaa ja läksyjen luku, vaikka äiti käski levätä. Tutkittu kuitenkin kertoi päiväkirjoissaan runsaista poissaoloista yläkategoriassa **Ailahtelevaisuus osal-listumiseen sitoutumisessa**. Materiaalista ei kuitenkaan saa täyttä varmuutta, oliko osa poissaoloista koulupinnausta. Poissaolo kuorosta ystävän viettelyjen johdosta oli ainoa selvä esimerkki päätöksestä olla osallistumatta, vaikka olisi kuulunut. Tutkitta-va tosin syytti siitä ystäväänsä.

Varhaisnuoren **Arvostelukeskeisyys** (vanhempiin kohdistuva) on omiin vanhempiin suuntautuvana eriävä tutkittavan arvostelukeskeisyydestä. Analyysissä ei löytynyt yhtään suoranaista vanhempiin kohdistuvaa arvostelua. Ainoastaan ruokakeskeisyyttä käsittelevässä taulukossa löytyy esimerkki, jossa tutkittu oli harmistunut äidin ruo-kailuun liittyvään päätökseen. Tutkitun arvostelu keskittyi pääasiassa itseensä. Muihin kohdistuva arvostelu liittyi kansan päätökseen Eurovisio-laulukilpailun voittajan valinnasta ja laulun sanoittajan huonoihin sanoituksiin. Yksi esimerkki löytyi opetta-jan järjestelmällisyyden kyseenalaistamisesta.

Terveen varhaisnuoren **Eriävyys mielipiteessä** korostui jälleen suhteessa vanhempiin. Tutkittavani päinvastoin (kategoriassa **Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen**) haki vanhempiensa mielipidettä päätöksessä mennä ystävänsä luo. Esimerkkejä Vanhempien kanssa eriävistä mielipiteistä ei löytynyt eikä juuri kenenkään muunkaan kanssa. Tutkittavalla oli pääasiallisesti sanottavaa konsepteista ja systeemeistä, esimerkiksi koulutoiminnoista.

Varhaisnuoren piirre **Omahyväisyys** ei esiintynyt erillisenä kategoriana tutkimuksessani. Sen ilmapiiri oli kuitenkin aistittavissa pääasiallisesti osaamiseen, taitamiseen ja kyvykkyyteen liittyen. Yksi esimerkki löytyi ylimielisyydestä koulusuorituksen odotuksissa. Tutkittava vain oletti ansaitsevansa hyvän arvosanan. Terveen varhaisnuoren kerrottiin ailahtelevan omahyväisyyden ja nöyryytyksen välillä.

Terveen nuoren piirre **Impulsiivisuus** ei esiintynyt erillisenä luonteenpiirteenä tutkimuksessani mutta oli aistittavissa kokonaisuutena äkillisenä lapsenomaisena innostuneisuutena ja nopeana toimintana nautinnollisiin tekemisiin rientämisessä.

**Aggressiivisuutta**, jonka kerrottiin olevan varhaisnuoruuteen liittyvä piirre, ei esiintynyt tutkimassani materiaalissa.

**Itsekeskeisyys** ja **Haavoittuvuus** löytyivät kategorioina vain terveen nuoren esitelyssä.

Terveen nuoren piirre **Vaativuus** ei esiintynyt yksittäisenä kategoriana tutkimuksessani, mutta voisi helposti muodostaa tutkimani materiaaliin ydinkategorian Itseltään vaativuus. Tutkimani henkilö vaati itseltään paljon lähes kaikessa, uupumukseen asti.

### **7.2.5 Pohdintaa bulimiaa jo sairastavan ja tutkimani bulimiaan tulevaisuudessa sairastuvan nuoren luonteenpiirteistä**

Keskeinen kysymys on, ovatko ennen bulimian puhkeamista ilmenneet piirteet samantyyllisiä kuin bulimiaa jo sairastavilla, eli miten ennustavat piirteet mahdollisesti ennakoivat lopputulosta. Seuraavassa vertaan siis tutkimuksessani ilmenneitä per-

soonallisuudenpiirteitä kirjallisuudessa esiintyviin bulimiaa aktiivisesti sairastavien persoonallisuudenpiirteisiin.

Yleiskatselmuksessa ennen sairautta ja sen jälkeen ilmenevissä piirteissä on paljon yhteistä, mutta niiden intensiivisyys sairaalla on selvästi kärjistyneempi ja enenevässä määrin omaan itseen negatiivisesti keskittynyt.

Bulimiaa jo sairastavan **Saavutushakuisuuden** ja **Suorituskeskeisyyden** piirteissä bulimianuoret pyrkivät erinomaisiin suorituksiin koulussa, liikunnassa, taiteessa ja musiikissa. Tämä taipumus ilmenee hyvin vahvasti myös tutkimani nuoren piirteissä. Hänellä oli selvä ja voimakas luontainen halu ja kyky olla luova, kilpailla, suorittaa ja päteä. Lisäksi tutkimuksessani ilmeni erillinen yläkategoria **Luovuus**.

**Ylemmydentuntoisuus** ei tutkimuksessani ollut kategoriana, mutta oli aistittavissa päiväkirjamateriaalissa osaamisen, kilpailuhenkisyiden, suoritusten, kykyjen ja taitojen yhteydessä.

**Humanistisuus** ei ollut omana kategoriana tutkimuksessani, mutta näkyy esimerkiksi **Sosiaalisuuden** kategoriassa eläimiin liittyvässä vapaaehtoisessa kerhotoiminnassa ja eläinlehden julkaisemisessa. Se ilmenee myös **Toisten huomiointitarpeisuuden** luonteenpiirteessä.

**Vastuuntuntoisuus** ilmenee tutkimuksessani laaja-alaisesti. Nimesin tähän liittyvän pääkategorian sanalla **Tunnollisuus**. Käytin myös sanaa vastuuntuntoinen eri yläluokkien alakategorioissa. Esimerkkinä tästä: tutkittava kertoi ystävälleen ettei voi lähteä luistelemaan ennen kuin soittoläksyt on harjoiteltu.

**Päättämättömyys** kategoriana on vahvempi kuin työssäni ilmennyt **Keskittyminen päätöksenteon kokemukseen**. Päättämättömyys ilmeni enteilevästi tarpeena kysyä vanhemmilta neuvoja päätöstekotilanteissa, mutta tämä voi johtua myös kuuliaisuudesta.

**Itsekriittisyys** näkyy työssäni kategoriassa **Arvostelukeskeisyys**, kun tutkittava-esimerkiksi vertaa omaa koulusuoritustaan muiden koulusuorituksiin ja arvioi muita omia toimintojaan, omaa syömiskäyttäytymistään ja kehonkuvaansa.

**Itsensä epäily** ei ole pääkategoriana työssäni, mutta se on aistittavissa koulusuorituksiin liittyvänä ja oman kehonkuvan epävarmuudessa.

**Pakkomielteenomaisuus** ja **Neuroottisuus** ilmenevät tutkitun piirteissä intensiivisenä keskittymisenä moniin eri asioihin, kuten ajanhallintaan, suoritukseen, kilpailuun ja ruokaan. Se kuvastuu ehkä eniten siivoustoimintojen suorituksessa yläkategorioissa **Fyysisen ympäristön hallinnantarpeisuus** ja **Koulukeskeisyys**dessä koulutöiden liiallisena ja tauottomana tekona.

**Ahdistuneisuus** ei ole työssäni oma itsenäinen piirre, mutta ilmenee **Koulukeskeisyyden** alakategoriassa suorituspaineen kokemuksena.

**Voimattomuus** ilmenee tutkitulla **Fyysisten voimavarojen hallinnantarpeisuus** – kategorian piirteinä ja kuvaa jatkuvasti lisääntyvää uupumuksen tunnetta sekä piirteinä myös kategoriassa **keskittyminen sairauden kokemukseen**.

**Krooninen huono itsetuntoisuus** ei ilmene vielä työssäni selkeästi, vaikka on aistittavissa jatkuvan erinomaisen suoritustarpeen tyydyttämisessä.

**Kehonkuvan vääristyneisyys** ilmenee enteilevänä oman kehonkuvan arvostelussa.

**Tehoton selviytymiskyvykyys ja Itsekielteisyys** eivät esiinny tutkimukseni tuloksissa.

**Hoivantarpeisuus** on työssäni piirteinä **Keskittyminen huolenpidontarpeen kokemukseen**.

**Pystymättömyyskeskeisyys** ei esiinny tutkittavani luonteenpiirteinä. Hän arvostelee itseään ja suorituksiaan, mutta uskoo vielä vahvasti pystyvänsä hyviin suorituksiin.

Toisaalta vahvoja uupumisen merkkejä ja lisääntyvää sairastelua on esillä itseltään paljon vaativan suoritustason seuralaisena.

Bulimiamia jo sairastava nuori nimetään kirjallisuudessa sekä sosiaalisesti että sosiaalisesti ahdistuneeksi. **Sosiaalinen ahdistuneisuus** on lähes vastakohta tutkimukseni **Sosiaalisuus**-kategoriaan. Tutkimani nuori nauttii selvästi sosiaalisuudesta ja suhteista sekä perheeseen, sukulaisiin että ystäviin.

**Pätemättömyys** on myös vastakohtainen tutkitun **Keskittyminen pätemisen kokemukseen** -kategoriaan. Tutkittu tuntee olevansa pätevä ja luontaisesti kyvykäs.

**Riittämättömyyskeskeisyys** ilmenee tutkimuksessani jaksamattomuutena ja lisääntyvänä uupumuksena kategoriassa **Fyysisten voimavarojen hallintarpeisuus**.

**Kelvottomuuskeskeisyys** ei esiinny työssäni luonteenpiirteenä.

**Impulsiivisuus** on aistittavana kokonaisuudesta innostuneena, lapsenomaisen kiireisenä toimintana.

**Affektin epävakaisuus** ei esiinny työssäni luonteenpiirteenä. Kuvaukset itkuun purskahtamisesta keskellä pianotuntia uupumuksen takia saattavat enteillä tämän piirteen kehittymistä.

#### **7.2.6 Pohdintaa tutkimani bulimiaan tulevaisuudessa sairastuvan nuoren, bulimiamia jo sairastavan sekä terveen nuoren luonteenpiirteistä**

Edellä olevien vertailujen valossa ilmeni tutkimani bulimiaan tulevaisuudessa sairastuvan nuoren ja normaalin varhaisnuoren luonteenpiirteissä seuraavia eroja. Terveen nuoren piirteet seksuaalisuus ja aggressiivisuus puuttuivat tutkimani nuoren luonteenpiirteistä kokonaan. Varsinainen varhaisnuoren itsekeskeisyys ja haavoittuvuus puuttui myös tutkimukseni tuloksista. Tutkittu oli fokuoitunut supersuorittaja, jolla oli myös tarve huomioida muita. Uupumusta ja usein toistuvaa sairastelua esiintyi, mutta ei vielä haavoittuvuutta. Vanhempien ohjeiden säännönmukaisessa noudattamisessa oli havaittavissa vastakohtaisuutta. Tutkimukseni bulimiaan tulevaisuudessa

sairastuva nuori arvosti ja noudatti vanhempiansa ohjeita. Terveen nuoren arvostus vanhempia kohtaan oli laskusuunnassa itsenäistymisen prosessissa. Terve nuori arvostelee vanhempiaan ja on mielipiteissään eri mieltä vanhempiansa kanssa.. Tutkimukseni nuori arvosteli lähinnä itseään ja etsi vanhempien mielipidettä. Terve nuori on yleisilmeeltään omahyväisempi. Sen sijaan tutkimani nuori vaikutti omahyväiseltä vain omista hyvistä suorituksistaan nauttiessaan ja niitä jopa ylimielisesti vaatiessaan. Siinä kun terve nuori oli vaativampi muita kohtaan, tutkimani nuori vaati itseltään.

Tutkimani bulimiaan tulevaisuudessa sairastuvan nuoren ja bulimiaa jo sairastavan luonteenpiirteissä oli mielestäni samat lähtökohdat, mutta piirteet ilmenivät intensiivisemmällä tasolla bulimiaa jo sairastavalla. Joitakin vastakohtaisuuksia löytyi. Bulimiaa jo sairastavat ovat luonteeltaan päättämättömiä, kun taas tutkimani nuori teki usein yhteisiä päätöksiä sekä etsi vanhempien neuvoja päätöksen teossa. Bulimiaa sairastavat ovat kärjistetyneesti itsekriittisiä; tutkimani nuori kritisoi pääasiassa omia suorituksiaan ja niukasti jo omaa syömiskäyttäytymistään sekä kehonkuvaansa. Pakkomielteisyys on hallitseva piirre aktiivisesti sairaiden syömis- ja tyhjentämiskäyttäytymisessä. Tutkittavani puolestaan peilasi tätä piirrettä pedanttisella siivouksella ja liiallisella läksyjien luvulla. Bulimiaa jo sairastavat tuntevat itsensä pystymättömiksi, pätemättömiksi ja kelvottomiksi. Tutkimani nuori sen sijaan uskoi ja keskittyi omiin kykyihinsä, osaamiseensa, taitoihinsa ja nautti hyvistä koulusuorituksistaan, vaikka samalla koki suorituspainaisuutta itselleen asettamiensa korkeiden vaatimusten vuoksi. Bulimiaa aktiivisesti sairastava on sosiaalinen mutta kokee myös sosiaalista ahdistuneisuutta. Tutkimani nuori nautti sosiaalisuudesta, perheestä, suvusta ja ystävistä. Bulimiaa aktiivisesti sairastavan impulsiivisuus ei vielä esiinny luonteenpiirre kategoriana tutkimuksessani ennen bulimiaan sairastumista.

### **7.3 Lopuksi**

Saavutushakuisuus, pätemisen tarve, hyvien koulusuoritusten tarve ja yleinen tunnollisuus tuntuvat olevan iso osa tutkimani nuoren elämää. Tutkimusten mukaan huono koulumenestys tai ainakin usko omaan pätemättömyyteen on hallitsevampi piirre bulimiaa aktiivisesti sairastavilla. Mielestäni korostunut pätemisen tarve pyöri tutkitavalla ylikierroksilla ja yleisen jaksamattomuuden, väsymyksen ja sairaudenkoke-

mukset sekä poissaolot olivat kasvusuunnassa. Ehkä uskaltaisi sanoa, että pätemisen tarve saattaa säilyä, mutta uupumus ja kontrollin menetyksen tunne lopulta johtavat huonompaan koulumenestykseen sekä voimakkaisiin pätemättömyyden ja syyllisyyden tunteisiin, mikä puolestaan saattaa ylläpitää bulimiam sairautena. Korostunut pätemisen halu saattaisi toimia myös kompensoivana piirteenä yleisen epäonnistumisen tunteelle ja keinona rangaista itseään huonosta menestyksestä ja kontrollin menetyksestä yleensä tai epätoivoisena yrityksenä ylläpitää kontrollin tunnetta. Kontrollin ylläpidon tarve ilmenee myös tutkittavan elämässä painottuneena keskittymisenä aikataulun hallintaan sekä ympäristön hallintaan siivouksella. Kuuliaisuus ja auktoriteetin arvostus olivat myös vahvasti esillä ennen tutkittavan bulimiam sairastumista. Jos suorituskky ja saavutukset eivät pysy samalla tasolla ja nuori ei pysty mielestään kuuliaisesti vastaamaan uskomiinsa muiden ja itselleen asettamiin odotuksiin sekä itse itselleen asettamiin vaatimuksiin, bulimiam sairastava ehkä haluaa rangaista itseään kontrollin menetyksestä ahmimis- ja tyhjentämiskäyttäytymisellä? Jos yleinen uupumus menee enenevässä määrin pahempaan suuntaan, niin ehkä kuuliaisuuden tarve kontrollin säilyttämiseksi pakostakin lamaantuu. Ehkä jälleen uskaltaisi todeta, että kuuliaisuus tarpeena säilyy, mutta sen tarpeen täyttämisen ylläpitäminen vaikeutuu ja lopulta lamaantuu uupumuksen kasvaessa. Toisaalta nuoren itsenäistymisprosessi sisältää mielipiteiden eriävyyden tarpeen. Ehkä bulimia on kuitenkin omien epärealististen, voimakkaiden pätemisen-, huomion- ja hyväksynnäntarpeiden tahdonvastainen ja radikaali kompensointimekanismi.

Onko niin, että sairautta edeltävät kärjistyneet luonteenpiirteet ovat lähtökohtana tuleville piirteille? Toisin sanoen, kehittyvätkö sairauden aikana esiintyvät piirteet nuoren jo omaamien piirteiden tuloksena. Sairaus ei siis toisi mukanaan, ainakaan ensisijaisesti nuorta sairastuttavia piirteitä, vaan nuoren oma persoonallisuus pakottaisi esiin nämä uudet piirteet, joiden kautta bulimia itse asiassa kehittyisi. Sairauden aikana esiintyvät piirteet saattavat sitten entisen saavutushakuisuuden turruttua johtaa kontrollin menetykseen ja luovutukseen.

Tutkittavalla on selvästi paha olo kaikesta menestyksestä huolimatta. Jatkuva täydellisyyden tavoittelu ilmenee päiväkirjan teksteistä. Onko tämä jo pitkäkestoista bulimian sairastumisen ensi vaihetta eli jonkinlaista pre-bulimiam? Onko pre-bulimiavaihe persoonallisuuden kannalta osittain vastakohtainen aktiivisen bulimian



persoonallisuuden piirteille, koska yksilö ei enää yksinkertaisesti jaksa olla yhtä tehokas ja menestyvä, kuin itse haluaisi, ja ehkä uskoo, että toiset haluavat hänen olevan? Onko bulimia itselleen epärealististen odotusten luovutusta tai seurausta ja pahanolon kompensointia ja oksennus tai muu tyhjentämiskäyttäytyminen itsensä jatkuvaa rangaistusta tästä yleisestä epäonnistumisen tunteesta?

### 7.3.1 Ajatuksia oman työn suorituksesta ja oppimiskokemuksesta

Tämän opinnäytetyön teko oli minulle kokonaisvaltaisesti kehittävä ja myös vaativa tehtävä. Alkuperäinen tarkoitukseni oli analysoida tutkimani nuoren luonteen- sekä minäkuvan piirteet ennen ja jälkeen bulimiaan sairastumista - sekä numeerisesti että laadullisesti. Aloitettuani analyysin tajusin, että materiaalini on aivan liian laaja tähän suoritukseen, jotta ehtisin valmistua tänä keväänä. Työn lopputulos mielestäni kärsi päätöksestä rajata materiaalin analysointi vain bulimiaa edeltävään vaiheeseen. Koska olen asunut 25 vuotta elämästäni ulkomailla ja palasin vasta vajaat kaksi vuotta sitten Suomeen, oli tämä tehtävä kielellisesti minulle hyvin vaativa. Työn edetessä huomasin ilokseni oppineeni uutta suomen kielen sanastoa tai palauttaneeni lapsuudessa jo oppimani sanaston takaisin käyttöön. Vahvistin myös tietotekniikan taitojani sekä opin hyödyntämään tieteellistä tietoa. Opin myös tarkastelemaan ihmistä omien persoonallisten osatekijöidensä kokonaisuutena. Lopuksi luulen olevani kärsivällisempi tämän kokemuksen jälkeen.

Omaa suoritustani arvioidessa pohdin seuraavia asioita: Tutkimuksen tulosten raportointi on yksityiskohtaista, mutta tulosmateriaalin tuotos on varsin laaja ja ehkä näin vaikeasti hahmotettava. Esiintyvien luonteenpiirteiden määrä on runsas. Erillisten luonteenpiirteiden muodostus olisi siis ehkä vaatinut tiivistämistä, mutta silloin yksittäiset piirteet olisivat helposti hävinneet isompiin kategorioihin ja jääneet huomioimatta, sillä yksikin havainto voi olla tärkeä. Analyysiin tuloksiin olisi voitu lisätä vielä yhdistävät ydinkategoriat selkeyttämään tulosten ymmärrystä ja havainnointia. Yläkategorioita olisi mahdollisesti voitu vielä yhdistää tutkimustulosten tiivistämiseksi. Lopuksi tutkimuksen persoonallisuudenpiirteiden nimien luonti oli erittäin haastavaa. Vietin tuntikaupalla pohtien, onko luomani kategoria sovelias esittämään luonteenpiirrettä. Nojauduin teoreettisessa viitekehyksessä esittämäni Eric-tietokannan luonteenpiirteen määritelmään näitä ratkaisuja tehdessäni.

### 7.3.2 Uutta tietoa

Tutkimukseni mukanaan tuomaksi uudeksi tiedoksi uskaltaisin ehdottaa havaintoja keinoista, joilla bulimiaan tulevaisuudessa sairastuva nuori intensiivisesti kontrolloi ympäristöään ja elämäänsä ennen sairauden puhkeamista. Yksi mielestäni uusi luonteen ominaisuus on **Ajanhallinnan keskeisyys**. Kellonaika ja aikataulun noudattaminen oli näkymätön elämäntarkoituksen mekanismi tutkimalleni nuorelle. Hän myös kuvaili siivoustoimintoja eri intensiivisyystasoissa ilmeisesti yrityksenään kontrolloida fyysistä ympäristöään. Uskon, että nämä toiminnot toivat hänelle turvallisuuden tunnetta, koska sisällä kasvoi tunne kontrollin menetyksestä uupumuksen ja saavutushakuisuuden sekä pätemisentarpeen ristiriidassa.

### 7.3.3 Tulosten hyödyntäminen

Toivon, että tämän tutkimuksen tuloksia voitaisiin hyödyntää kasvattamalla yksilöpohjaista tietopohjaa bulimian sairautta edeltävästä kokemuksesta persoonallisuuden kehityksen näkökulmasta. Yhteen henkilöön pohjautuva tieto voi tuntua mitättömältä suuressa mittakaavassa, mutta mielestäni yhdenkin henkilön kokemus on tärkeä, aivan kuin yhdenkin havainnon esiintuominen on tärkeää laadullisissa analyysissä. Useammassa tutkimuksessa kerätyt yksilöpohjaiset kokemukset voivat yhdistettyinä tuottaa pätevämpiä tuloksia. Toivon, että jokin tämäntyyppinen tutkimus voisi voimaannuttaa bulimiaan jo sairastuneita lisäämällä heidän ymmärrystään itsestään. Se voisi lisätä myös tukihenkilöiden, hoitohenkilökunnan ja perheen voimaantumista sairaudenkulun ymmärryksessä persoonallisuuden kehityksen näkökulmasta ja näin tarjota menetelmiä sairaan tukemiseen. Toivon myös, että työni voisi tarjota vihjeitä riskiyksilöiden tunnistuksessa.

### 7.3.4 Jatkotutkimusehdotuksia

Jatkotutkimusehdotukseni olisi 1) bulimiaan sairastuvien elämän kontrollimekanismien tutkiminen ja ilmenemismuodot tai 2) onko lapsuudessa ilmenevät persoonallisuudenpiirteet eriävät a) nuoren persoonallisuudenpiirteistä ennen aktiiviseen bulimiaan sairastumista ja b) sairauden aikana esiintyvistä luonteenpiirteistä?

## 8 LÄHTEET

- Abraham, S. – Llewellyn-Jones, D. 1994: Syömishäiriöiden luonne ja hoito. Vesa, Tuula (suom.). Jyväskylä: Gummerus. 125–126.
- Anderluh, BM. – Tchanturia, K. – Rabe – Hesketh, S. – Treasure, J. 2003: Childhood obsessive-compulsive personality traits in adult women with eating disorders: defining a broader eating disorder phenotype. Ebscohost. Verkkodokumentti.  
<<http://web.ebscohost.com.ezproxy.metropolia.fi/ehost/detail?vid=6&hid=6&sid=81d9ad17-88ac-4689-8a43-de8da0c16129%40sessionmgr4&bdata=JnNpdGU9ZWVhc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=cin20&AN=2003097436>>. Luettu 21.9.2009.
- Brunton, J.N. – Lacey, J.H. – Waller, G. 2005: Narcissism and eating characteristics in young nonclinical women. Ebscohost. Verkkodokumentti.  
<<http://web.ebscohost.com.ezproxy.metropolia.fi/ehost/detail?vid=40&hid=6&sid=1f743650-2f67-4951-9d13-c41aae110fad%40sessionmgr111&bdata=JnNpdGU9ZWVhc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=cin20&AN=2005107500>>. Luettu 21.9.2009.
- Charpentier, Pia 1998, 3. painos: Nuorten syömishäiriöt ja lihavuus. Jyväskylä: Terveys ry. 7-14.
- Claude-Pierre, Peggy 2000: Syömishäiriöiden salainen kieli. Mirja Rutanen (suom.). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 58-80.
- Eric, Educational Resources Information Center: Thesaurus.  
<[http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/resources/html/thesaurus/about\\_thesaurus.html](http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/resources/html/thesaurus/about_thesaurus.html)>. Luettu 21.9.2009.
- Julma, Kauko – Luotoniemi, Markku – Salminen, Birgitta 1991: Nuoren psyykkiset kehityskäyrät, Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Verkkodokumentti.  
<[http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dhtm/articles/1991\\_21\\_1805-1811.pdf](http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dhtm/articles/1991_21_1805-1811.pdf)>. Luettu 12.9.2009.
- Keltner, L. – Schwecke, L. – Bostrom, C. 2003, 4<sup>th</sup> edition: Psychiatric nursing, St. Louis, Missouri: Mosby. 22 – 509.
- Kylmä, J.- Juvakka, T. 2007: Laadullinen terveystutkimus, Helsinki: Edita Prima Oy. 16–142.
- Käypähoito 2009a. Lasten ja nuorten syömishäiriöt. 2009. Psykiatrinen osastohoito. Suomen Lääkäriseura Duodecim. Verkkodokumentti.  
<<http://www.kaypahoito.fi/kh/kaypahoito?suositus=hoi33030#s10>>. Luettu 30.8.2009.

- Käypähoito 2009b. Syömishäiriöt lapsilla ja nuorilla. Ei vain syömishäiriöitä. Käypä hoidon potilasversiot. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Verkkodokumentti.  
<<http://www.kaypahoito.fi/kh/kaypahoito?suositus=khp00034#s1>>. Luettu 30.8.2009.
- Käypähoito 2009c. Lasten ja nuorten syömishäiriöt 2009: Liitännäisoireet ja -häiriöt. Suomen Lääkäriseura Duodecim.  
<<http://www.kaypahoito.fi/kh/kaypahoito?suositus=hoi33030#s5>>. Luettu 30.8.2009.
- Käypähoito 2009d. Lasten ja nuorten syömishäiriöt 2009: Potilaan psykiatrinen tutkiminen. Suomen Lääkäriseura Duodecim.  
<<http://www.kaypahoito.fi/kh/kaypahoito?suositus=hoi33030#s9psykiatrinen>>. Luettu 30.8.2009.
- Palojoki, Päivi 1997: Laadullisen päiväkirja käyttö terveystutkimuksessa. *Hoitotiede* 9 (3). 127–130.
- Pryor, T. – Wiederman, MW. 1998: Personality features and expressed concerns of adolescents with eating disorders. Ebscohost. Verkkodokumentti. Päivitetty 19.12.2008. <<http://search.ebscohost.com.ezproxy.metropolia.fi/login.aspx?direct=true&db=cin20&AN=2009461681&site=ehost-live>>. Luettu 30.8.2009.
- Teaching students with emotional disorders and/or mental illnesses. 2000. Guides – Non-Classroom. ERICWebPortal. Verkkodokumentti <<http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/contentdelivery/servlet/ERICServlet?accno=ED454649>>. Luettu 7.9.2009.
- Tozzi, F.- Thornton, L.M. – Klump, K.L. – Fichter, M.M. – Halmi, K.A. – Kaplan, A.S. – Stober, M. – Woodside, D.B. – Crow, S. – Mitchell, J. – Rotondo, A. - Mauri, M. – Cassano, G. – Keel, P. – Plotnicov, K.H. – Police, C. – Lilenfeld, L.R. – Berrettini, W.H. – Bulk, C.M. – Kaye, W.H. 2005: Symptom fluctuations in eating disorders: correlates of diagnostic crossover. Ebscohost. Verkkodokumentti. Päivitetty 6.1.2006.  
<<http://web.ebscohost.com.ezproxy.metropolia.fi/ehost/detail?vid=8&hid=106&sid=fd676ec7-c9c5-4169-9da9-a93ad4b18127%40replicon103&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=cin20&AN=2005116102>>. Luettu 20.9.2001.
- van der Ham, T. – van Strien, D.C. – van Engeland, H. 1998: Personality characteristics predict outcome of eating disorders in adolescents: A 4-year prospective study. Ebscohost. Verkkodokumentti.  
<<http://web.ebscohost.com.ezproxy.metropolia.fi/ehost/externaltop?vid=8&hid=103&sid=da86721e-2bbc->>. Luettu 7.9.2009.