

Alle 12-vuotiaiden lasten tunnetaidot toimintaterapiassa

**Kyselytutkimus lasten kanssa työskenteleville toiminta-
terapeuteille**

Saara Katainen

Opinnäytetyö

Toukokuu 2017

Sosiaali,- terveys- ja liikunta-ala

Toimintaterapeutti (AMK), toimintaterapian koulutusohjelma

Tekijä(t) Katainen, Saara	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä 22.5.2017
	Sivumäärä 69	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Alle 12-vuotiaiden lasten tunnetaidot toimintaterapiassa Kyselytutkimus lasten kanssa työskenteleville toimintaterapeuteille		
Tutkinto-ohjelma Toimintaterapian koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Kantanen, Mari		
Toimeksiantaja(t) -		
Tiivistelmä Tunnetaidot-käsitteen rinnalla on lukuisia ylä-, ala- ja rinnakkaiskäsitteitä sekä käsittepareja, joista muodostuu laaja kokonaisuus. Tunteita on hyvin paljon, ja niiden kehittyminen tapahtuu lapsilla yksilöllisesti lasten ollessa vuorovaikutuksessa toisten kanssa – varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen ollessa pohjana kehitykselle. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kyselytutkimuksen keinoin selvittää, 1) miten tunnetaidot-käsite ymmärretään 0-12-vuotiaiden lasten kanssa työskentelevien toimintaterapeuttien keskuudessa, 2) millaisia taustatekijöitä tai toimintakyvyn haasteita on niillä lapsilla, joiden kanssa toimintaterapeutit harjoittelevat tunnetaitoja sekä 3) millaisia keinoja tunnetaitojen edistämiseksi käytetään. Tutkimusote oli sekä kvantitatiivinen että kvalitatiivinen. Toimintaterapian viitekehyksinä toimivat Inhimillisen toiminnan malli MOHO sekä OTIPM-prosessimalli. Tulokset osoittivat, että toimintaterapeutit kokivat pääosin ymmärtävänsä tunnetaidot-käsitteen merkityksen hyvin tai erittäin hyvin, joskin kokonaisuudessaan aihealueen käsitteiden ymmärtämisessä ilmeni vaihtelevuutta. Heidän mukaansa tunnetaidot sisältävät mm. tunteiden hallintaa, tunnistamista ja nimeämistä, vuorovaikutustaitoja sekä empatiaa. Vastaajilla oli eniten kokemusta neuropsykiatrisesta häiriöstä ja aistisätelytaitojen haasteista niillä lapsilla, joilla tunnetaitojen tai sen osa-alueiden edistäminen on ollut toimintaterapian tavoitteena, joskin ilmeni myös monenlaisia muita taustatekijöitä ja toimintakyvyn haasteita sekä haasteiden samanaikaisuutta. Tunnetaitoja edistetään toimintaterapiassa erilaisten interventiomenetelmien avulla. Pohdintaosuudessa näkökulmana olivat myös taustalla vaikuttavat toimintaterapeutin käyttämät strategiat.		
Avainsanat (asiasanat) tunnetaidot, tietoisuustaidot, turvataidot, sosiaaliset vuorovaikutustaidot, mielenterveys- taidot, elämäntaidot, tunteet, lapset, toimintaterapia, lapsen kehitys, MOHO, OTIPM		
Muut tiedot		

Author(s) Katainen, Saara	Type of publication Bachelor's thesis	Date 22.5.2017 Language of publication: Finnish
	Number of pages 69	Permission for web publication: x
Title of publication Under 12-year-old children's emotional skills in occupational therapy Survey for occupational therapists working with children		
Degree programme Occupational Therapy		
Supervisor(s) Kantanen, Mari		
Assigned by Jamk University of Applied Sciences		
Abstract <p>There are numerous umbrella concepts, hyponyms, parallel concepts and concept pairs alongside the concept "emotional skills". All of these form a comprehensive entity. The range of emotions is extensive, and with children, they develop individually when interacting with others and when early interaction and attachment form the basis of their development.</p> <p>The objective of the thesis was to conduct a survey in order to determine: 1) How occupational therapists working with 0-12-year-old children understand the meaning of the concept of "emotional skills". 2) What kinds of backgrounds or challenges with function the children have with whom occupational therapists practice emotional skills. 3) What kinds of tools are used to enhance emotional skills. The research approach was both quantitative and qualitative. The Model of Human Occupation, MOHO, and the Occupational Therapy Intervention Process Model, OTIPM, served as the framework of occupational therapy.</p> <p>The results indicated that the occupational therapists mainly thought that they understood the meaning of the concept "emotional skills" well or very well, although, as a whole, there was variation in understanding the concepts of the subject area. In their opinion, emotional skills include, for example, emotion management, recognition and naming, interaction skills and empathy. The respondents had mostly met neuropsychiatric disorders and sensory integration challenges with children whose occupational therapy had focused on enhancing their emotional skills or parts of them. However, they also reported on other background factors, functional challenges and simultaneousness of challenges. Emotional skills are promoted by way of different intervention tools. The perspective of the discussion part was also on the background strategies that occupational therapists use.</p>		
Keywords/tags (subjects) emotional skills, mindfulness skills, personal safety skills, social interaction skills, mental health skills, life skills, emotions, children, occupational therapy, child development, MOHO, OTIPM		
Miscellaneous		

Sisältö

1	Johdanto	4
2	Tunteet ja tunnetaidot.....	5
2.1	Mitä ovat tunteet?	5
2.2	Mitä ovat tunnetaidot?	7
2.2.1	Tunne- ja tietoisuustaidot	9
2.2.2	Tunne- ja turvataidot.....	10
2.2.3	Tunne- ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot.....	10
2.2.4	Tunneälytaidot.....	12
2.2.5	Mielenterveystaidot	13
2.2.6	Elämäntaidot.....	14
3	Lapsen tunnetaitojen kehittyminen	14
3.1	Tunnetaitojen kehittyminen varhaislapsuudessa	15
3.2	Tunnetaitojen kehittyminen alakouluikässä	16
3.3	Tunnetaitojen kehittymisen tukeminen varhaiskasvatuksessa ja koulumaailmassa.....	16
4	Lasten tunnetaidot toimintaterapian kontekstissa	18
4.1	Toimintaterapian artikkelilöydösten yhteenvetoa	20
4.2	Tunnetaitojen sisältö ja edistäminen MOHO:n näkökulmasta	21
4.3	Tunnetaitoja tukevat interventiomenetelmät OTIPM:in näkökulmasta ..	23
5	Opinnäytetyön tavoite ja tutkimusongelmat.....	25
6	Opinnäytetyön toteutus	26
6.1	Aineiston keruu	26
6.2	Aineiston ja analysointi	28
6.3	Vastaajien ja aineiston kuvaus	30
7	Tutkimustulokset.....	33
7.1	Tunnetaidot-käsite	33

7.2	Taustatekijät ja toimintakyvyn haasteet tunnetaitojen haasteiden taustalla	41
7.3	Tunnetaitojen edistäminen toimintaterapiassa.....	44
8	Johtopäätökset tutkimuskysymyksittäin	53
8.1	Miten tunnetaidot-käsite ymmärretään suomalaisten alle 12-vuotiaiden lasten kanssa työskentelevien toimintaterapeuttien keskuudessa?	53
8.2	Millaisia taustatekijöitä tai toimintakyvyn haasteita on niillä lapsilla, joiden kanssa toimintaterapeutit harjoittelevat tunnetaitoja?	54
8.3	Millä keinoin 0-12-vuotiaiden lasten tunnetaitoja edistetään toimintaterapiassa?.....	55
9	Pohdinta.....	55
	Lähteet	61
	Liitteet	65

Kuviot

Kuvio 1.	Käsitteiden suhteet toisiinsa nähden	8
Kuvio 2.	Toiminnallisen mukautumisen prosessi Kielhofneria (2008) mukaillen	19
Kuvio 3.	Miten toimintaterapeutit kokivat tuntevansa aihealueen käsitteiden merkityksen?	35
Kuvio 4.	Millaisilla lapsilla on toimintaterapeuttien kokemuksen mukaan ollut erityisiä tunnetaitojen haasteita?	43
Kuvio 5.	Tunnetaitojen huomioiminen toimintaterapiassa	44
Kuvio 6.	Millaisilla lapsilla tunnetaitojen tai sen osa-alueiden edistäminen on ollut toimintaterapeuttien kokemuksen mukaan toimintaterapian tavoitteena?	47

Taulukot

Taulukko 1. Tunteiden jaottelua (Kerola ym. 2013.).....	6
Taulukko 2. Artikkelien sisältöä tarkemmin avattuna.....	21
Taulukko 3. Terapeutin käyttämät strategiat (Kielhofner 2008, 185-194.).....	23
Taulukko 4. Toimintaterapeutin kuusi interventiona käyttämää toimintojen tyyppiä (Fisher 2009, 26-39)	24
Taulukko 5. Teemoittelu	29
Taulukko 6. Vastaajien taustatiedot.....	31
Taulukko 7. Minkä ikäisten lasten parissa toimintaterapeutit työskentelivät tai olivat työskennelleet?	33
Taulukko 8. Vastaajien eniten mainitut asiat tunnetaitojen määrittelyssä	37
Taulukko 9. Menetelmät tunnetaitojen edistämiseksi	51

Liitteet

Liite 1. Kyselyn saatekirjeet	65
Liite 2. Kyselylomake	66

1 Johdanto

Tunnetaidot
tunneälytaidot, tunne- ja turvataidot,
tunne- ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot/sosioemotionaaliset taidot,
mielenterveystaidot, elämäntaidot

Muun muassa näitä käsitteitä olen kohdannut tunnetaitoaiheeseen perehtyessäni. Tunnetaidot-käsitteen ympärillä on siis lukuisia ylä-, ala- ja rinnakkaiskäsitteitä sekä käsitepareja muodostaen hyvin laajan kokonaisuuden. Tunnetaidot tarkoittavat Suomen Mielenterveysseuran (2017) määritelmän mukaan omien tunteiden havaitsemista ja tiedostamista, toisten tunteiden hahmottamista, tunteiden ilmaisua ja säätelyä, itsehillintää, omien ja muiden tarpeiden kuuntelua, itsearvostusta ja -luottamusta sekä jämäkkyyttä.

Tutustuin tunnetaidot-käsitteeseen eräällä harjoittelujaksollani, jonka aikana tein kehittämistehtävän tunnetaitoihin liittyen tunteiden hallinnan ja sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden näkökulmasta. Myös turvataitoihin ja mindfulness-tietoisuustaitoihin tutustuin hieman jo tuolloin. Kyseisen harjoittelujakson ohjaajan kanssa keskusteltaessa tuli esiin, että tunnetaitoasiat ovat nykyaikana paljon pinnalla: ohjaaja oli monen vuoden työkokemuksen kautta huomannut, että lapsilla näyttäytyy tänä päivänä aikaisempaa enemmän haasteita tunnetaitojen kanssa. Tunnetaitoaiheeseen onkin tartuttu hiljattain enenevässä määrin koulumaailmassa ja sitä syvennetään uudessa opetussuunnitelmassa (OPS 2016), joka on ollut määrä ottaa käyttöön 1.8.2016 mennessä (Opetushallitus 2014). Myös varhaiskasvatussuunnitelmassa (VASU 2017) ilmaistaan lapsille tarjottavan mahdollisuuksia kehittää tunnetaitoja varhaiskasvatuksen puolella (Opetushallitus 2016, 23). Tunnetaitoaihe kuulosti alusta asti mielenkiintoiselta ja ajattelin, että opinnäytetyöni voisi liittyä tuohon aiheeseen. Tässä opinnäytetyössä selvitänkin, miten tunnetaidot-käsite ymmärretään 0-12-vuotiaiden lasten kanssa työskentelevien toimintaterapeuttien keskuudessa, millaisia taustatekijöitä tai toimintakyvyn haasteita on niillä lapsilla, joiden kanssa toimintaterapeutit harjoitte-

levat tunnetaitoja sekä millaisia keinoja tunnetaitojen edistämiseksi käytetään. Tutkimusotteeni on sekä kvantitatiivinen että kvalitatiivinen. Opinnäytetyöni olen toteuttanut sitoutumatta yhteistyöhön minkään ulkopuolisen tahon kanssa.

Toimintaterapian viitekehyksinä opinnäytetyössäni ovat Inhimillisen toiminnan malli MOHO (The Model of Human Occupation) ja OTIPM-prosessimalli (Occupational Therapy Intervention Process Model). Tunnetaitojen sisältö vastaa MOHO:n toiminnalliset taidot -tason prosessuaalisia taitoja esimerkiksi ongelmatilanteiden ratkaisemisen osalta sekä viestintä- ja vuorovaikutustaitoja esimerkiksi omien tarpeiden ilmaisemisen ja sosiaalisen vuorovaikutuksen osalta – ihmisen tahdon, tottumuksen ja suorituskyvyn vaikuttaessa taustalla. (Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykkönen 2011, 235-239; Fisher 2009.) Myös fyysisen, sosiaalisen ja kulttuurisen ympäristön tekijöillä on vaikutuksia ihmisen toimintaan (Hautala ym. 2011, 240) eli esimerkiksi siihen, miten ihminen toimii tunteiden vaikuttamana. Lisäksi ympäristö määrittää esimerkiksi sen, onko taito riittävä ympäristöön nähden tai yleisesti hyväksytty. Keinoissa tunnetaitojen edistämiseksi näkökulmina ovat opinnäytetyössäni MOHO:n mukaisesti toimintaterapeutin strategiat, jotka ovat asiakkaan toiminnallista sitoutumista tukevia terapeutin tekemisiä, sekä OTIPM-prosessimallin mukaisesti toimintaterapeutin interventiona käyttämät toimintojen tyypit (Kielhofner 2008, 185-194; Fisher 2009, 26-39.) Viitekehyksenä toimii myös teoria lapsen kehityksestä tunnetaitojen näkökulmasta.

2 Tunteet ja tunnetaidot

2.1 Mitä ovat tunteet?

Kerola, Kujanpää ja Kallio (2013) listaavat 104 tunnetta. Näihin kuuluu niin tässä hetkessä tunnettavia ja usein johonkin asiaan kohdistuvia ns. *perustunteita* sekä *mieli-aloja*, eli pitkäkestoisia tunnetiloja, joilla ei ole selkeää kohdetta. Lisäksi voidaan puhua *affektiivisista luonteenpiirteistä*, jotka ovat taipumuksia tuntea tietyllä tavalla, ja *sosiaalisista tunteista*. (Taulukko 1.)

Taulukko 1. Tunteiden jaottelua (Kerola ym. 2013.)

PERUSTUNTEET	MIELIALAT	AFFEKTIIVISET LUONTEENPIIRTEET	SOSIALISET TUNTEET
esim. ilo, suru, pelko, viha, inho ja hämmästyminen	esim. huolestuneisuus, tyytyväisyys, surumielisyyttä	esim. kateellisuus, ujous	esim. häpeä, syyllisyys, nolous; välittämisen tunne, hoivaamisen halu, rakkauden ja velvollisuuden tunne

Tunteita on kuitenkin mahdotonta nimetä täysin yksiselitteisesti – niitä on joka tapauksessa hyvin paljon. Tunteiden eli emootioiden sekä empatiakyvyn eli toisen ihmisen tunteiden huomioon ottamisen kehittyminen tapahtuu lapsilla vähitellen ja yksilöllisesti vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Tunnekokemus on yksilöllinen, ja tunteet vaihtelevat, muuntuvat ja ilmenevät eri tavoilla. Tunteilla on myös fysiologinen perusta: ne valmistavat elimistöä toimimaan esimerkiksi itseä suojelevalla tavalla, mikä voi tarkoittaa esimerkiksi asennon kyyristämistä ”pakenemista” varten säikähtäessä. Myös tunteiden tunnistamisen helppous tai ilmaisemisen hallittavuus on vaihtelevaa ihmisestä riippuen. Lapsen tunne-elämän pulmat voivat näkyä leikissä, kontaktien solmimisessa ja ikätovereiden kanssa toimeen tulemisessa. (Kerola ym. 2013.)

Tunteet sijoittuvat **toimintaterapian kontekstissa** Inhimillisen toiminnan mallin MOHO:n henkilön sisäisiin tekijöihin. MOHO:n mukaisesti ihmiseen liittyviä elementtejä ovat tahto (volition), tottumus (habituation) ja suorituskyyky (performance capacity), ja tunteet kuuluvat näille alueille. Erityisesti tunteet sijoittuvat suorituskyykyosa-alueen psyykkisiin tekijöihin ja kehon toimintoihin, joissa tunteetkin ilmenevät. (Hautala ym. 2011, 235-239.)

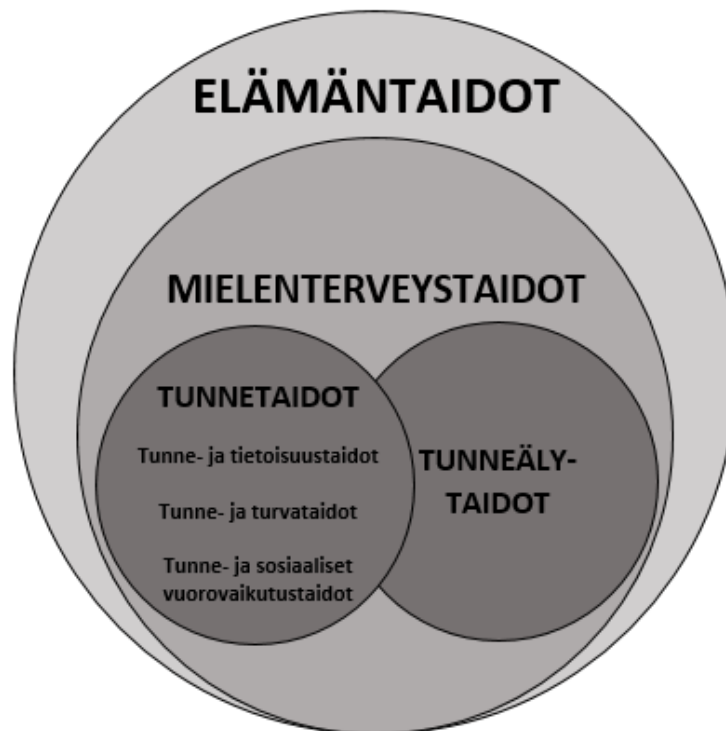
2.2 Mitä ovat tunnetaidot?

Arjessa tunnetaidot voivat näyttäytyä kykynä nähdä mielekkyyttä, uteliaana avoimuutena, sisäisenä motivaationa, aloitekykynä, kykynä sitoutua sekä kykynä itsenäisyyteen ja vastuuseen. Tunnetaidot pitävät sisällään myös **omien tunteiden havaitsemisen ja tiedostamisen**, tunteiden ilmaisun ja säätelyn, itsehillinnän, omien ja muiden tarpeiden kuuntelun, itsearvostuksen ja -luottamuksen sekä jäämäkkyuden. Tunnetaitoihin kuuluvat myös **toisten tunteiden hahmottaminen ja ymmärtäminen**, joille on edellytyksenä kyky nähdä omia tunteita. Tunnetaidot voivat vaatia kovaa harjoittelua tai olla myös luonteenomaisia piirteitä. Ne ovat kuitenkin kehitettävissä pitkin elämää.

Tunteiden ilmaisu merkitsee kykyä tuoda ilmi myönteisiä tunteita ja kanavoida haastavia tunteita ilman että ne muuttuvat vahingoittaviksi. **Tunteiden säätely** on kykyä käsitellä tunteita sopivan kokoisina siten, että niistä ei tule ylivoimaisia tai vahingoittavia. **Itsehillintä** puolestaan on kykyä säädellä ja hallita omaa käytöstä ikätasoisella tavalla, ja sen avulla on helpompi hallita tunteita ja tunnekuohuja sekä impulsseja ja mielihaluja. **Omien tarpeiden kuuntelu** on kykyä huomata omat perustarpeet, joita voivat olla fyysiset tarpeet, kuten nälkä, väsymys ja fyysisen aktiivisuuden tarve, tai henkiset tarpeet, kuten mielen virikkeiden tarve. Kun tiedostaa ja toteuttaa sen, mitä tarvitsee, ilmenee myös se, mitä ei tarvitse tai halua tai mikä ei tee itselle hyvää. **Itsearvostusta ja -luottamusta** ovat esimerkiksi itsekunnioitus, kyky rakastaa itseä ja hyväksyä itsensä, tyytyväisyys omaan elämään tai ponnistelu sen muuttamisessa paremmaksi sekä minäpystyvyys, eli usko omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin. **Jämäkkyys** taas on kykyä määritellä itseä suojaavat fyysiset ja henkiset rajat sekä omien voimavarojen ja resurssien rajat sekä kykyä pitää niistä kiinni. Se on myös kykyä puolustaa rohkeasti omia näkemyksiä ja viedä aloitteita eteenpäin. (Suomen Mielenterveysseura 2017.)

Liitän tunnetaidot-käsitteen yhteyteen ylä-, ala- ja rinnakkaiskäsitteitä sekä sanapareja, jotka täydentävät toisiaan. Johdannossa toin esiin käsitteet ”tunnetaidot”,

”tunne- ja tietoisuustaidot”, ”tunne- ja turvataidot”, ”tunne- ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot”, ”tunneälytaidot”, ”mielenterveystaidot” ja ”elämäntaidot”, joiden suhteita toisiinsa nähden olen havainnollistanut sijoittamalla käsitteet teoriaan pohjaten alla olevaan kuvioon. (Kuvio 1.) ”Tunnetaidot” ja ”tunneälytaidot” ovat rinnakkaiskäsitteitä, joita en ole kuitenkaan pystynyt selkeästi erottamaan toisistaan: ne sisältävät samankaltaisia asioita, mutta määritelmistä riippuen niissä korostuvat hieman erilaiset näkökulmat. Käsiteparit ”tunne- ja tietoisuustaidot”, ”tunne- ja turvataidot” sekä ”tunne- ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot” olen sijoittanut tunnetaidot-käsitteen alle. Sekä tunnetaidot että tunneälytaidot kuuluvat mielenterveystaidot-käsitteen alapuolelle ja näiden kaikkien yläkäsitteenä on mielenterveystaidot-käsite.



Kuvio 1. Käsitteiden suhteet toisiinsa nähden

Opinnäytetyössäni puhun kuitenkin lähtökohtaisesti tunnetaidoista ja käsittelen ai-
 hetta myös sen alle kuuluvien käsiteparien ”tunne- ja tietoisuustaidot”, ”tunne- ja
 sosiaaliset vuorovaikutustaidot” sekä ”tunne- ja turvataidot”, kautta. Yläkäsitteet
 ”elämäntaidot” ja ”mielenterveystaidot” sekä rinnakkaiskäsitteen ”tunneälytaidot”

jätän vähemmälle tarkastelulle. Kaikkien näiden käsitteiden merkitykset avaan kuitenkin seuraavissa alaotsikoissa.

2.2.1 Tunne- ja tietoisuustaidot

Lehto ja Tolmunen (2008, 41) käyttävät tietoisuustaidot-käsitettä vastineena englanninkieliselle *mindfulness*-käsitteelle. He mainitsevat suomenkielisessä kirjallisuudessa käytettävän myös muotoa ”*tietoinen läsnäolo*”. Tietoisuustaidot tarkoittavat hyväksyvää tietoista läsnäoloa ja kykyä tarkkailla havaittavia mielen tuottamia kokemuksia ja tulkintoja. Laakso (2009, luku 1) puolestaan käyttää tietoisuustaidot-käsitettä vastineena englanninkieliselle *mindfulness skills* -käsitteelle. Hänen mukaansa tietoisuustaidot ovat kykyä tarkkailla oman mielen tapahtumia ilman, että heittäytyy niiden vietäväksi. Tietoisuustaidot omaksumalla voi rauhoittaa mieltä ja katsoa asioita sopivalta etäisyydeltä sekä tunnistaa tietoisuuteen tulvivaa mielen sisältöä, suhtautua siihen rakentavasti ja säädellä sen käsittelyä. (Laakso 2009, luku 1.) Kun rauhoittumisen myötä mielen ja kehon viestien tunnistamiselle jää tilaa, on helpompi päättää, minkä tunteen tai ajatuksen mukaan toimii (Nurmi, Sillanpää & Hannukkala 2014, 94). Tietoisuustaidot voivat auttaa selkiyttämään ajattelua ja päättelytoimintoja, säätelemään tunteita, näkemään olennaisen, viisaan ja itselleen parhaan sekä ymmärtämään toisen ihmisen sanattomia viestejä ja asettumaan toisen ihmisen asemaan. (Laakso 2009, luku 1.)

Mindfulness- ja tietoisuustaitoja voidaan edistää erilaisten harjoitusten avulla, joissa tavoitteena on oppia tunnistamaan tunteita ja ajatuksia sekä hyväksymään ne sellaisinaan. (Suomen Mielenterveysseura 2017.) Harjoituksissa voidaan keskittyä oman kehon tuntemusten kuunteluun, ympäristön tarkkailevaan havainnointiin tai omaan hengitykseen ja ajatusten lempeään ohjaamiseen. Tutkimukset osoittavat, että säännöllisten rauhoittumisen ja läsnäolon harjoitusten myötä aivot muovautuvat sekä myönteinen ajattelu ja tunteiden hallinta paranevat. Näin lapsi oppii refleктоimaan tilanteita ja rauhoittamaan itsensä ja sen myötä tuntemaan, tunnistamaan ja hallitsemaan omia tunteitaan sekä käsittelemään stressaavia tilanteita helpommin. (Nurmi, Sillanpää & Hannukkala 2014, 94-95.)

Suomessa päiväkotikäisten lasten tunne- ja tietoisuustaitoja edistetään Helsingin yliopiston opettajankoulutuslaitoksen Pieni oppiva mieli (POM) –tutkimushankkeessa, joka on ensimmäinen Suomessa toteutettava alle kouluikäisille lapsille tarkoitettu stressivasteisen säätelyn, mielen malttamisen ja rauhoittumisen johdonmukaisen harjoittelun ohjelma. (Lundvall 2016; Pieni Oppiva Mieli 2017). Tutkimushankkeessa arvioidaan yhdysvaltalaisen Mind Up™ -ohjelman vaikuttavuutta lasten keskittymiseen, stressin säätelyyn, tarkkaavaisuuteen sekä sosiaalisiin ja rauhoittumisen taitoihin päiväkotiryhmissä. POM-tutkimushanke kuuluu laajempaan LASSO – Lasten stressinsäätely ja oppiminen –tutkimushankkeeseen.

2.2.2 Tunne- ja turvataidot

Tunne- ja turvataidot ovat taitoja toimia itseä suojelevalla tavalla turvallisuutta uhkaavissa tai hämmentävissä tilanteissa, joita voivat olla kiusaaminen, alistaminen, väkivalta tai ahdistelu. Tunne- ja turvataitoja edistämällä voidaan edistää lapsen vuorovaikutustaitoja ja kaverisuhteita sekä vaikuttaa lapsen hyvinvointiin, itsearvostukseen ja kokemukseen vaikutusmahdollisuuksista. (Valkama & Ala-Luhtala 2014, 9.)

Suomessa Jyväskylän ammattikorkeakoulun hyvinvointiyksikkö koordinoi Tunne- ja turvataidot osaamiseksi (TuTa) –hanketta, jossa on tavoitteena edistää lasten tietoutta omaa turvallisuutta vahvistavista ja itseä suojaavista keinoista sekä yhtenäistää aihepiiriin liittyvää tietoutta ja toimintamalleja eri ammattiryhmien keskuudessa. Hankkeen myötä on kehitetty turvakeskustelun malli lapsen ja perheen voimavarojen turvaamiseksi, Tunne- ja turvataitoja lapsille –oppimateriaali, Onerva Mäen koulussa toteutettu erityislapsille osoitettu nettimateriaali sekä Turvaa ja tukea lapsen elämään –kirja, joka on suunnattu vanhemmille. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2017.)

2.2.3 Tunne- ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot

Kansainvälinen CASEL-järjestö (The Collaborative For Academic, Social and Emotional Learning) on yksilöinyt viisi toisiinsa liittyvää kognitiivisen, affektiivisen ja käyttäytymisosaamisen aluetta eli sosiaalisen ja tunneoppimisen osaamisaluetta (Social and

Emotional Learning competencies/SEL competencies). Näitä SEL-osaamisalueita käytän tunne- ja sosiaalisten vuorovaikutustaitojen määritelmänä, vaikkakin sosiaaliset vuorovaikutustaidot ovat suoralta käännökseltään ”social interaction skills”. SEL-osaamisalueita ovat: 1. *itsetuntemus* (self awareness), joka on kykyä tunnistaa täsmällisesti omia tunteita ja ajatuksia sekä niiden vaikutusta käyttäytymiseen, kykyä arvioida totuudenmukaisesti omia vahvuuksia ja rajoituksia sekä ylläpitää aiheellinen itseluottamuksen ja myönteisen ajattelun tunne, 2. *itsensä johtaminen* (self management), joka on kykyä säädellä tunteita, ajatuksia ja käyttäytymistä tilanteen mukaan, kykyä hallita stressiä ja impulsseja, motivoida itseään ja asettaa tavoitteita sekä työskennellä saavuttaakseen niitä, 3. *sosiaalinen tietoisuus* (social awareness), joka on kykyä nähdä taustoja ja kulttuureja toisten ihmisten näkökulmista, kykyä myötäelää sekä ymmärtää sosiaaliset ja eettiset käyttäytymisen normit, 4. *ihmissuhde-/vuorovaikutustaidot* (relationship skills), jotka ovat kykyä luoda ja ylläpitää terveellisiä ja palkitsevia ihmissuhteita, kykyä kommunikoida, kuunnella aktiivisesti ja tehdä yhteistyötä, kykyä vastustaa sopimatonta sosiaalista painetta, selvittää konflikteja rakentavasti sekä etsiä ja tarjota apua tarvittaessa ja 5. *vastuullinen päätöksenteko* (responsible decision making), joka on kykyä tehdä rakentavia henkilökohtaiseen käyttäytymiseen ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyviä valintoja huomioiden eettiset ja sosiaaliset normit sekä arvioiden seuraukset realistisesti. (CASEL 2015.)

AOTA:n (The American Occupational Therapy Association; 2013) tiedotteessa tuodaan esiin, että edellä mainittuja sosiaalisia ja emotionaalisia osaamisalueita tarvitaan lähes kaikilla toiminnallisen suoriutumisen alueilla, joita voivat olla sosiaalinen osallistuminen, ADL-taidot¹, IADL-taidot², koulutus, työ sekä leikki ja vapaa-aika. Esimerkiksi ADL-taidoissa tämä näkyy siinä, että ymmärtää sosiaaliset odotukset ja käyttävät. Koulutuksessa tämä tarkoittaa sitä, että kykenee osallistumaan sosiaalisiin ryhmiin, reagoimaan asianmukaisesti kritiikkiin ja palautteeseen, ymmärtämään sosiaaliset odotukset ja ylläpitämään koulumenestystä turhautumisesta huolimatta. Leikkissä ja vapaa-ajassa tämä puolestaan näkyy siinä, että kykenee yhteistyöhön leikin ja vapaa-ajan aktiviteettien aikana, yhteisiin etuihin perustuvien ihmissuhteiden kehit-

¹ Activities of Daily Life; päivittäiset toiminnot

² Instrumental Activities of Daily Living; välineelliset toiminnot

tämiseen sekä tunteiden säätelyyn kilpailuhenkisten pelien aikana. Tiedottessa viitataan Bloodworthiin ym. (2007), joiden mukaan sosiaalisen ja tunneoppimisen prosessi auttaa lapsia kehittämään positiivisten suhteiden kehittämisen, eettisen käyttäytymisen ja haastavien tilanteiden tehokkaan käsittelyn taitoja. (AOTA 2013, 1.)

2.2.4 Tunneälytaidot

Isokorpi ja Viitanen (2001) puhuvat tunneälystä ja tunneälytaidoista viitaten samalla tunnetaitoihin. He tuovat esiin esimerkiksi Golemanin (1997) määritelmän, jossa tunneäly jaetaan seuraavaan viiteen osa-alueeseen: 1. *tietoisuus omista tunteista* eli taito tarkkailla ja tiedostaa omia tunteita, jotta kykenisi tekemään onnistuneita päätöksiä elämässä ja pystyisi käsittelemään tunteita tarkoituksenmukaisesti, 2. *tunteiden hallinta* eli tunteiden käsittely ja ilmaiseminen tilanteen sallimalla tavalla, 3. *tunteiden tuottava käyttö* eli itsensä motivointi siten, että tunteet suunnataan edesautamaan tavoitteiden saavuttamista, 4. *empatia*, johon kuuluu muiden ihmisten tunteiden havaitsemisen ja tunnistamisen sekä herkkyyden sosiaalisille viesteille ja 5. *ihmissuhteiden käsittely ja hallinta*, joka liittyy sosiaaliseen älykkyyteen ja sosiaalisiin taitoihin ja sisältää taitoja toisten ihmisten tunteiden huomioimiseksi (esim. sosiaalinen havaitseminen ja sosiaalinen päättely). (Isokorpi & Viitanen 2001, 63-69.)

Tunneälyä voidaan purkaa osa-alueisiin myös seuraavasti: 1. *intrapersonalliset kyvyt* sisältäen omien tunteiden ja käyttäytymisen ymmärtämisen sekä itsekunnioituksen, 2. *interpersoonalliset kyvyt* eli sosiaalinen vastuu ihmissuhteissa, toisten tunteiden ymmärtäminen, empaattisuus ja toisten ihmisten lukeminen, 3. *sopeutumiskyky* liittyen mukautuvuuteen, joustavuuteen, realistisuuteen, ongelmanratkaisuun ja tunteiden kontrolliin, 4. *stressinsietokyky* eli kyky selviytyä stressi- ja kriisitilanteista sekä hallita omia tunteita, mielihaluja ja impulsseja ja 5. *yleinen hyvinvointi*, johon kuuluu myönteinen tapa suhtautua elämään. (Isokorpi & Viitanen 2001, 74.)

2.2.5 Mielenterveystaidot

Mielenterveys on edistettävissä oleva voimavara, joka vahvistuu käytön ja harjoittelun myötä. Mielenterveys vaikuttaa arjessa selviämiseen, työskentelyyn, uuden oppimiseen, toisten kanssa toimeen tulemiseen ja hyvinvointiin. Mielenterveystaidot voidaan jakaa kahdeksaan osa-alueeseen: näitä ovat 1. *hyvä arki*, jolloin mielenterveyttä voivat edistää arjen valinnat ja kyky huolehtia hyvästä mielestä ja olostajessa, 2. *arvokkaat asiat elämässä*, jolloin elämänhallintaa, hyvinvointia ja tunnetta omasta merkityksellisyydestä tukevat osallistuminen ja vaikuttaminen omiin ja yhteisön asioihin, 3. *itsetuntemus*, johon liittyvät omien vahvuuksien tunnistamisen ja itsensä kehittämisen sekä sitä kautta hyvä itsetunto, 4. *ainutlaatuisuus*, jolloin mielenterveyttä edistävät omana itsenä rohkeasti oleminen, toisten arvostaminen ja jokaisen ainutlaatuisuuden kunnioittaminen, 5. *tunnetaidot* eli tunteiden kohtaaminen, hyväksyminen ja ilmaiseminen sekä kyky toimia voimakkaiden tunteiden vallassa, 6. *kehon ja mielen viestien kuuntelu* eli kyky kuunnella kehoa ja mieltä, rauhoittua ja olla tietoisesti läsnä, 7. *kaveritaidot*, johon liittyen mielenterveyttä voivat edistää ryhmään kuuluminen, empatia ja hyvät vuorovaikutustaidot auttaen luomaan ystävyysuhteita ja toimimaan yhdessä toisten kanssa sekä 8. *turvataidot ja selviytyminen* eli omien rajojen tiedostaminen ja huolista ja vastoinkäymisistä selviytymisen keinojen hallinta. (Nurmi, Sillanpää & Hannukkala 2014, 18; Suomen Mielenterveysseura 2014.)

Nurmi ym. (2014, 19) tuovat esiin myös Keyesin (2005, 2007) luokittelun mielenterveystaitojen ulottuvuuksista, joita ovat 1. *emotionaalinen hyvinvointi* eli myönteinen tunnetila ja elämisen laatu, 2. *psykologinen hyvinvointi* eli itsensä hyväksyminen, henkilökohtainen kasvu, elämän tarkoitus, hallinnan tunne ja myönteiset ihmissuhteet sekä 3. *sosiaalinen hyvinvointi* eli myönteinen suhtautuminen erilaisuuteen, osallisuus ja tunne yhteisöön kuulumisesta. Tunnetaidot on sijoitettu jokaiseen näistä ulottuvuuksista.

2.2.6 Elämäntaidot

Lasten oikeuksien yleissopimuksen yleiskommentissa nro 1 (CRC/GC/2001/1) mainitaan elämäntaitojen olevan esimerkiksi kykyä tehdä harkittuja päätöksiä, selvittää konfliktitilanteita ilman väkivaltaa sekä kehittää terveitä elämäntapoja, hyviä sosiaalisia suhteita ja vastuullisuutta, kriittistä ajattelua, luovia taitoja ja muita valmiuksia, jotka auttavat elämän valintojen tekemisessä. Esiin tuodaan myös se, että koulutuksen tulisi tähdätä välttämättömien elämäntaitojen opettamiseen jokaiselle lapselle, siten että he saisivat valmiuksia selviytyä elämän odotettavasti tuomista haasteista. (Lapsen oikeuksien komitea 2001, 4.)

Erään luokituksen mukaan elämäntaidot voidaan jakaa kolmeen toisiaan täydentävään ja tukevaan perusluokkaan, joita ovat 1. *sosiaaliset ja ihmissuhdetaidot* (social and interpersonal skills) sisältäen viestinnän, neuvottelun/kieltäytymisen taidot, itsevarmuuden, yhteistyön ja empatian, 2. *kognitiiviset taidot* (cognitive skills) sisältäen ongelmanratkaisun, seurausten ymmärtämisen, päätöksenteon, kriittisen ajatteun ja itsearvioinnin, sekä 3. *emotionaaliset selviytymistaidot* (emotional coping skills) sisältäen stressinhallinnan, tunteidenhallinnan, itsensä johtamisen ja omavalvonnan. (Mangrulkar, Vince Whitman, & Posner 2001, 6, 23.)

3 Lapsen tunnetaitojen kehittyminen

Ihmisen tunnepuoli kehittyy jatkuvasti, mutta tunne-elämän kehityksen herkkyysvaiheet ovat varhaislapsuudessa, murrosiässä ja sitä seuraavassa identiteetikriisissä. Riittävä rakkauden ja huomion osoittaminen luo perustan lapsen tunnekasvatukselle, ja turvalliset kiintymyssuhteet ovat lapsen tunne-elämän kannalta tärkeitä. Alkuvaiheessa tärkein kiintymys syntyy lähimpään hoitajaan, yleensä äitiin. Myöhemmin on mahdollisuus kiintyä useisiin ihmisiin ja oppia luottamaan heihin. Lapsen tunne-elämä kehittyy parhaiten, kun häntä pidetään sylissä, hänen annetaan ilmaista itseään riittävän vapaasti ja hänen annetaan kehittyä luonnollista tahtiaan. Terve tunne-elämä on pohja sosiaaliselle kypsymiselle. (Kemppinen 2000, 3, 132-133.) Joillekin

lapsille tunnetaidot voivat olla lähtökohtaisesti hankalampia kuin toisille. Esimerkiksi tunteiden tunnistaminen voi olla haastavaa tai ilmaiseminen hallitsematonta, mikä voi liittyä mm. joihinkin neurologisperäisiin oireyhtymiin (esim. Asperger, Tourette, ADHD). Myös lapsen kasvuolot ja yksilöllinen oppimishistoria vaikuttavat tunnekokemuksiin ja tunnetaitoihin. (Kerola ym. 2013.)

3.1 Tunnetaitojen kehittyminen varhaislapsuudessa

Vastasyntynyt on täysin avuton ja aikuisista riippuvainen. Hänellä ei ole valmista tunnetta minuudestaan, eikä hän erota itseään ympäristöstä. Hän ei myöskään tunne eriytyneitä tunteita, vaan kokemukset liittyvät perustarpeiden tyydyttämiseen.

Vauva tuntee kuitenkin nälän, janon ja kivun, jolloin puutos- ja kiputilat välittyvät psyykkiseen koneistoon voimakkaina paineina. Vauvan ilmeet sekä äänensävy ja koivuus kertovat mielialoista (esim. kiukkuitus vrt. nälkäitus). (Kemppinen 2000, 3, 130.)

Toisaalta jo pieni vauva kykenee tunnistamaan kasvoilta toisen tunteita ja reagoimaan itkulla toisen vauvan itkuun (Kerola ym. 2013). Peilaava aikuinen heijastaa vauvan tunteen hänelle takaisin äänenpainoillaan, ilmeillään ja eleillään, jolloin vauvan viireystila nousee ja stressikeskus rauhoittuu. Lapsen saadessa kokea tunteet yhdessä toisen kanssa valmius kokea tunteita vahvistuu. (Mäkelä 2002, 26.)

Ensimmäiset eriteltyt tunteet, mielihyvän ja mielihyvän tunteet, ilmestyvät noin 2-4 kuukauden iässä. Ilon tunteet tulevat noin 8 kuukauden iässä. (Kemppinen 2000, 3, 130.) Kaksivuotias pyrkii vaikuttamaan toisen tunteisiin lohduttamalla, mutta toisaalta myös kiusaamalla. Kolmivuotias oppii ajattelemaan toisen tunnetiloja ja kykenee aktiivisemmin lohduttamaan toista. Nelivuotiaalta onnistuu omien tunteiden piilottaminen, ja viisivuotias jo nimeää ja tunnistaa tunteitaan, kuten vihaa, surua ja iloa. (Kerola ym. 2013.) Hyvää hoitoa saaneelle pienelle lapselle muodostuu aluksi kokemus keskipisteenä olostä ja ”kaikkivoipaisuudesta”, joskin kokemus muuttuu vähitellen realistisemmaksi. Kolmen-kuuden vuoden iässä ilmenee oidipaalin vaihe, jossa lapsi kiintyy vastakkaista sukupuolta olevaan vanhempaan ja kokee samaa sukupuolta olevan vanhemman kilpailijakseen. Oidipaalin vaiheen jälkeen varhaisvaiheen

voimakas riippuvuussuhde äidistä vähenee. Vaihe saa ”positiivisen ratkaisun” ja tasapainoisen tunne-elämän perustan lapsen samaistuessa samaa sukupuolta olevaan vanhempaan ja toisaalta käsittäessä, ettei yhteenkuuluminen ainoastaan toisen vanhemman kanssa voi jatkua. Pienen lapsen empatiakyky on luontaista, mutta sen kasvuun tarvitaan tukea ja oikea-aikaista hoitoa perusturvallisuuden tunteen syntymiseksi. Pienen lapsen tunteita ohjaavat kuitenkin pitkälti ekosentriset tarpeet, jolloin lapsi keskittyy ennen kaikkea itsensä tuntemiseen, mikä näkyy esimerkiksi itkuna tai huutona nälän, kylmän, märkien housujen tai ikävän vuoksi. (Kemppinen 2000, 130, 137-138.)

3.2 Tunnetaitojen kehittyminen alakouluiässä

Tunteet alkavat kehittyä voimakkaammin seitsemänvuotiaana, jolloin lapsi on kypsä oppimaan, miltä toisesta tuntuu. (Kemppinen 2000, 3, 130.) Kouluiässä tunteiden tunnistaminen laajenee abstraktimpiin tunteisiin kuten mustasukkaisuus, syyllisyys ja jännittyneisyys, ja lapsi pystyy sanoittamaan tunteitaan. Lapselle on tärkeää tulla hyväksytyksi niin hyvän- kuin pahantuulisena. (Kerola ym. 2013.) Ensimmäisten kouluvuosien aikana tulisi tiedollisten taitojen lisäksi oppia mm. yhteistyötä ja toisen huomioon ottamista. Perusturvallisissa olosuhteissa kasvanut lapsi osaa kuunnella toisia, antaa vuoron toiselle ja sopia asioista muiden kanssa. Kouluiässä sosiaalinen kehitys on jo melko pitkällä. Esimurrosikästä asti lapsi tarvitsee paljon hellyyden osoituksia molemmilta vanhemmiltaan, jolloin lapsi oppii kiintymään ja luottamaan vanhempiin myös kinesteettisellä ja tunnetasolla sekä sitä kautta oppii luottamaan ihmisiin, kiintymään heihin ja osoittamaan empatiaa. (Kemppinen 2000, 140-142.)

3.3 Tunnetaitojen kehittymisen tukeminen varhaiskasvatuksessa ja koulumaailmassa

Tunnetaitojen kehittymistä tuetaan varhaislapsuudessa kodin lisäksi esimerkiksi varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen piirissä. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (määrä ottaa käyttöön 1.8.2017 alkaen) ilmaistaan varhaiskasvatuksen tarjoavan lap-

sille mahdollisuuksia kehittää tunnetaitoja, turvallisuuteen liittyviä taitoja sekä sosiaalisia ja vuorovaikutustaitoja. Lasten kanssa käsitellään tunteiden ilmaisua, itsesäätelyä, tunteiden havaitsemista, tiedostamista ja nimeämistä, oman ja toisten kehon kunnioittamista ja suojelemista, toisten asemaan asettumista sekä ristiriitatilanteiden rakentavaa selvittämistä. Esimerkiksi hoito, joka on fyysistä perustarpeista huolehtimista ja tunnepohjaista välittämistä, edistää lapsen itsearvostusta ja yhteyttä toisiin ihmisiin, taiteellinen kokeminen ja ilmaiseminen edistävät sosiaalisia taitoja ja myönteistä minäkuvausta, liikkuminen ryhmässä edistää vuorovaikutus- ja itsesäätelytaitoja, ja osallistuminen ja vaikuttaminen parantavat käsitystä itsestä ja luottamusta itseän. (Opetushallitus 2016, 21, 23-24, 42, 46.) Esiopetuksen opetussuunnitelman (OPS 2016) perusteissa puolestaan mainitaan tunnetaitojen kehittäminen arvoperustaan ja opetuksen tavoitteisiin kuuluvana asiana ja tuodaan esiin, että omien tunnetaitojen kehittäminen arjen eettisten valintojen pohtimisen ja rakentavan käyttäytymisen harjoittelun ohella vahvistavat lasten vuorovaikutustaitoja. Opetuksessa voidaan hyödyntää sosiaalisia taitoja ja tunnetaitoja kehittäviä opetusohjelmia ja materiaaleja. Tämän lisäksi esiopetuksen opetussuunnitelmassa huomioidaan mm. turvataidot ja sosiaaliset taidot. (Opetushallitus 2014, 12, 15, 24, 28, 31, 34-35, 37.)

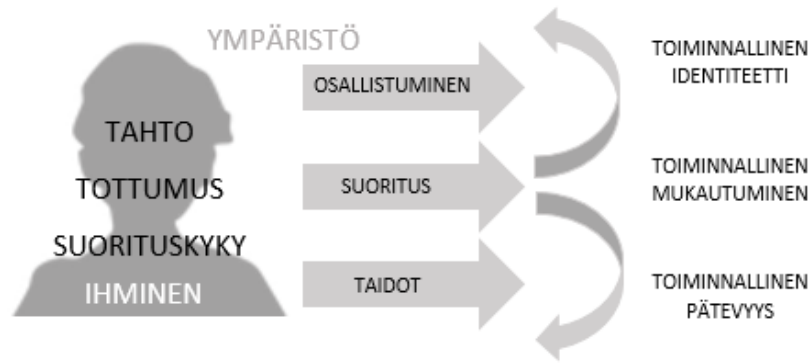
Myös perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa painotetaan tunnetaitojen huomioiminen lapsen kehityksen ja oppimisen tukemisessa. Opetussuunnitelman perusteissa kerrotaan tunnetaitojen yhdessä sosiaalisten taitojen kehittämisen, turvallisuuteen liittyvän oppimisen sekä ihmissuhteiden ja keskinäisen huolenpidon tärkeyden huomaamisen kanssa kuuluvan perusopetuksen tehtäviin ja yleisiin tavoitteisiin. *Vuosiluokilla 1-2* laaja-alaiseen osaaminen kuuluu itsestä huolehtimisen ja arjen taitojen näkökulmasta omien tunteiden tunnistamisen ja ilmaisemisen harjoittelua sekä tunnetaitojen kehittämistä esimerkiksi leikkien ja draaman avulla. Oppiaineista ympäristöopin, uskonnon sekä suomi toisena kielenä ja kirjallisuus –oppiaineen tavoitteissa mainitaan tunnetaitojen harjoittelu. *Vuosiluokilla 3-6* laaja-alaiseen osaamiseen kuuluu tunnetaitojen ja sosiaalisten taitojen kehittäminen yhteisessä työskentelyssä. Osaamiseen kuuluu myös yksityisyyden ja henkilökohtaisten rajojen suojaamisen merkityksestä keskusteleminen ja siihen liittyvien toimintatapojen oppiminen.

Oppiaineista uskonnon, musiikin ja liikunnan kirjattuihin tavoitteisiin kuuluu tunnetaitojen harjoittelua. (Opetushallitus 2014, 22, 71-72, 100, 120, 132, 135, 156, 246, 250, 263, 274.)

4 Lasten tunnetaidot toimintaterapian kontekstissa

Tunnetaitoihin liittyvää toimintaterapian tutkimustietoa on löytynyt kaikenkaikkiaan melko vähän. Toisaalta esimerkiksi sosiaalisin taitoihin liittyen ovat artikkelihaut tuottaneet enemmän tuloksia. Artikkelilöydöksissäni ei suurimmaksi osaksi puhuta suoraan tunnetaidoista, vaan ohitetaan aihetta muita käsitteitä käyttäen. Opinnäytetyöhöni olen kuitenkin poiminut useiden löytämieni artikkelien sisältöä, koska ajattelen niiden sopivan aiheeseeni. Tunnetaitoaiheittani tarkastelen toimintaterapian näkökulmasta myös kahden toimintaterapian viitekehyksen näkökulmasta, Inhimillisen toiminnan mallin MOHO:n (The Model of Human Occupation) sekä OTIPM-prosessimallin (Occupational Therapy Intervention Process Model), kautta.

Inhimillisen toiminnan malli MOHO kuvailee yksilön osallistumista ja mukautumista elämän toimintojen näkökulmasta korostaen ihmisen sisäisten tekijöiden ja ympäristötekijöiden muodostamaa dynaamista kokonaisuutta. Tässä asiakaslähtöisessä mallissa korostetaan ihmisen tahtoa (volition), tottumusta (habituation) ja suorituskykyä (performance capacity). Toimintaan vaikuttavat sosiaalinen, kulttuurinen, taloudellisen ja poliittinen ympäristö. Tekemisessä (doing) puolestaan kerrotaan olevan kolme tasoa, joita ovat toiminnallinen osallistuminen (occupational participation), toiminnallinen suoriutuminen (occupational performance) ja toiminnalliset taidot (skills). (Hautala ym. 2011, 234-246.) (Kuvio 2.)



Kuvio 2. Toiminnallisen mukautumisen prosessi Kielhofneria (2008) mukaillen

MOHO:ssa keskityn taidot-tason prosessuaalisiin taitoihin sekä viestintä- ja vuorovaikutustaitoihin, joita tunnetaitojen sisältö vastaa suurelta osin. Tunnetaitojen edistämiseen käytettävien keinojen osalta puolestaan keskityn toimintaterapeutin käyttämiin strategioihin sekä terapeutin ja asiakkaan väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Nämä ovat interventiomenetelmien ja terapiamuotojen lisäksi olennaisia asioita toimintaterapiassa tunnetaitojen tavoitteellisen edistämisen kannalta.

OTIPM-prosessimallin mukaan toimintaterapia-arvioinnissa ja –interventioissa korostetaan asiakaslähtöisyyden, top-down-ajattelun ja toimintälähtöisen lähestymistavan toteutumista. Asiakkaan sitoutuminen toimintaan mielekkään ja tarkoituksenmukaisen tekemisen kautta on keskeistä, ja sitä edistää toiminnan terapeuttinen käyttö. *Asiakaslähtöinen työskentely* sisältää kehittyvän terapeuttisen yhteistyösuhteen asiakkaan kanssa. *Top-down-ajattelun* mukaan toimintaterapeutti aluksi hahmottelee yleiskuvaa asiakkaasta ja keskittyy havainnoimaan toimintoja, joissa asiakas on tunnistanut ongelmia. Yleiskuvan muodostamisesta toimintaterapeutti siirtyy yksityiskohtaisempiin asioihin, eli ns. ylhäältä-alas. (Fisher 2009, 1-2, 6-7.) OTIPM:in kääntäjäkeskityn opinnäytetyössäni toimintaterapian keinojen osalta toimintaterapeutin interventiona käyttämiin toimintojen tyyppeihin.

4.1 Toimintaterapian artikkelilöydösten yhteenvetoa

Case-Smith (2013, 395-404) on systemaattisen katsauksen keinoin koonnut tutkimuksia toimintaterapeuttien käyttämistä interventioista, joita käytetään tukemaan sosiaalista ja tunnekehittymistä pienillä lapsilla (0-5-v.), jotka ovat vammaisia tai joilla on riski vammautua. Viisi koottua teemaa ovat 1) kosketukseen perustuvat interventiot parantamaan rauhoittavaa vanhempi-lapsi-sidettä, 2) suhteeseen perustuvat interventiot tukemaan positiivista hoitaja-lapsi-vuorovaikutusta, 3) jaetun huomion interventiot 4) naturalistiset esikouluinterventiot tukemaan ikätoverien välistä suhdetta ja 5) ohjauspohjaiset interventiot opettamaan lapsille sopivaa sosiaalista käyttäytymistä. Näistä toimintaterapeuttien käyttämistä interventioista on tosin ollut vähäisiä tai kohtalaisia myönteisiä vaikutuksia sosiaalisen ja emotionaalisen kehityksen parantamiseen. Muiden artikkelilöydösten perusteella keinoja tunne-elämän ja tunnetaitojen edistämiseksi voivat olla esimerkiksi *leikki* (1.) (Cooper 2000, 259–276), *musiikki ja sanaton viestintä* (2.) (Schick 2011, 18-22), *sosiaaliseen integraatioon pohjautuva toimintaterapia* (3.) (Kinnealey 1998, 293-303), ryhmäterapia (4.) (Candler ym. 2008, 9-14), *suhdepohjaiset interventiot* (5.) (Henderson ym. 2011, 76-85), *itsenäisen elämän tai voimaantumisen ohjelma* (6.) (Densley & Joss 2000, 217-225), *hieronta* (7.) (Chandarasiri ym. 2009, 1355-1361) sekä *perheen sisällyttäminen terapiaan* (8.) (Asen ym. 2002, 7-13).

Artikkelilöydösten perusteella tunne-elämään liittyviä haasteita tai tarvetta tunne-elämän tukemiseen taas voi olla esimerkiksi sellaisilla lapsilla, joilla on *oppimisvaikeutta* (9.) (McCarthy, 2002, 8-12), *emotionaalinen trauma* (1.) (Cooper 2000, 259–276), *motorista haastetta* (10.) (Hamilton 2002, 1435-1566), *aistisätelyn pulma* (3.) (Kinnealey 1998, 293-303), *autismin kirjon häiriö* (5., 7.) (Henderson ym. 2011, 76-85; Chandarasiri ym. 2009, 1355-1361) tai *vammaisuus* (6.) (Case-Smith 2013, 395-404). Katso Taulukko 2., jossa artikkelien sisältöä on hieman tarkemmin avattu.

Taulukko 2. Artikkelien sisältöä tarkemmin avattuna

1.	Toimintaterapeutit ovat ottaneet käyttöön leikkiterapianäkökulman: hoivaava ympäristö ja terapeutin suhde auttavat lasta ”leikkimään ulos” emotionaalisesta traumasta (Cooper 2000, 259–276).
2.	”The pebble school” on tieteellispohjainen ohjelma, jossa käytetään musiikkia väkivallan ehkäisyn opettamiseen ja pikkukiviä (pebbles) välineenä leikkisään, kielivapaaseen lähestymistapaan oppia empatiaa, impulssien hallintaa, itsetietoisuutta, luovuutta ja vihan hallintaa. Psykologiseen ja neurologiseen tutkimustietoon pohjautuen musiikillinen kokemus voi edistää tunne-, sosiaalisia ja kognitiivisia taitoja. (Schick 2011, 18-22.)
3.	Tapausselostus kertoo 3,5-vuotiaasta työstä, jolla on aistiyliherkkyyttä ja tilanteeseen liittyviä sosiaalisia, tunne- ja käyttäytymisongelmia. Hän hyötyi toimintaterapiasta, jossa oli sosiaalisen integraation lähestymistapa. (Kinnealey 1998, 293-303.)
4.	Vihan hallinnan ja itsesäätelyn ryhmä auttaa lapsia tunnistamaan vihan oireita ja tarjoaa vihanhallinnan strategioita parantamaan oppimista (Candler ym. 2008, 9-14).
5.	Vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen parantamisella on tärkeitä vaikutuksia autistisille lapsille. Taiwanissa toteutetussa pilottitutkimuksessa tutkittiin kehityksellisten yksilöllisten erojen vaikutuksia ja suhdetehojasta interventio-ohjelmaa sosiaalisesta vuorovaikutuksesta ja lasten mukautuvasta toiminnasta. Lapsilla tuli merkittäviä muutoksia keskiarvoisesti mm. emotionaaliseen toimintaan. (Henderson ym. 2011, 76-85.)
6.	Itsenäisen elämän ohjelma korostaa mm. kehityksellisiä elämäntaitoja. Voimaantumisen ohjelma puolestaan mahdollistaa lapselle perusihmisoikeuksien käytön ilmaistakseen itseään ja luodakseen kehitystään suojelevat rajat. Nämä kuuluvat toimintaterapian teoriaa, arviointia ja käytänteiden tukemia hoitomuotoja hyödyntäviin ohjelmiin. (Densley & Joss 2000, 217-225.)
7.	Tutkittiin, voisiko thaimaalaisella perinteisellä hieronnalla (Thai Traditional Massage, TTM) olla SI-terapian yhteydessä terapeuttisia vaikutuksia käyttäytymis- ja tunnehäiriöistä kärsivillä thaimaalaisilla autistisilla lapsilla. Tulokset osoittivat, että TTM:llä voi olla myönteisiä vaikutuksia parantamaan autististen lasten stereotyyppistä käyttäytymistä. (Chandarasiri ym. 2009, 1355-1361.)
8.	Artikkelissa esitellään systeemiseen perheterapiaan pohjautuva toimintaterapiakonsepti, jota kehitetään ja sovelletaan perhepäiväkliniikalla tunne-elämältään ja käytökseltään häiriintyneille lapsille. Sen sijaan, että työskenneltäisiin vain lapsen kanssa, koko perhe sisällytetään terapiaan. Tällä tavoin on sovellettu toimintaterapian, sensorisen integraation ja hahmoterapian klassisia tekniikoita. (Asen ym. 2002, 7-13.)
9.	Toimintaterapia voi vaikuttaa lapsiin, jotka kamppailevat ei-kielellisistä oppimisvaikeuksista johtuvien tunne- ja sosiaalisten ongelmien kanssa (McCarthy, 2002, 8-12).
10.	Lasten, joiden kohdalla on alun perin korostettu motorisia vaikeuksia, ongelmat harvoin rajautuvat heikkoon motoriseen koordinaatioon. Monella on esimerkiksi emotionaalista kypsymättömyyttä. (Hamilton 2002, 1435-1566.)

4.2 Tunnetaitojen sisältö ja edistäminen MOHO:n näkökulmasta

Tunnetaitojen sisältö vastaa suurelta osin toimintaterapian Inhimillisen toiminnan mallin MOHO:n näkökulmasta toiminnalliset taidot -tason prosessuaalisia taitoja sekä viestintä- ja vuorovaikutustaitoja. **Prosessuaalisten taitojen** omaksumista vaaditaan esimerkiksi tehtävien loogisessa etenemisessä ja ongelmatilanteiden ratkaisemisessa. Alakäsitteitä ovat *energia*, joka on esimerkiksi tahdin ylläpitämistä ja huomion kiinnit-

tämistä, *tiedon hyödyntäminen*, kuten valitseminen, käyttäminen ja tavoitteen saavuttaminen, *järjestäminen*, kuten etsiminen, kerääminen ja suuntaaminen, *työskentelyn ajoittaminen*, kuten aloittaminen, jatkaminen, jaksottaminen ja lopettaminen sekä *mukautuminen*, kuten huomaaminen ja vastaaminen, tekemisen tai ympäristön muuttaminen ja virheistä oppiminen. **Viestintä- ja vuorovaikutustaitoja** puolestaan tarvitaan esimerkiksi omien tarpeiden ilmaisemisessa sekä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Osa-alueita ovat *nonverbaali viestintä*, kuten fyysisen kontaktin ottaminen, katsominen ja ilmehtiminen tai elehtiminen, *tiedon vaihtaminen*, kuten puolensa pitäminen, itsensä ilmaiseminen ja puheen säätteleminen sekä *vastavuoroisuus*, kuten yhteistyön tekeminen, mukautuminen, huomion keskittäminen, kontaktin ottaminen ja muiden huomioiminen. (Hautala ym. 2011, 245-246.)

Terapeutin ja asiakkaan välinen suhde on olennainen asia terapian onnistumisen kannalta, ja terapeutin terapeuttinen itsen käyttö (therapeutic use of self) keskittyy tämän suhteen ylläpitämiseen. Jotta asiakas saavuttaisi tietynlaisia muutoksia, terapeutti käyttää myös terapeuttisia strategioita, jotka ovat asiakkaan toiminnallista sitoutumista tukevia terapeutin tekemisiä. Nämä strategiat vaikuttavat asiakkaan tekemiseen, tunteeseen ja/tai ajatteluun. On tärkeää, että toimintaterapeutti ennakoii strategioita, jotka mahdollisesti hyödyttäisivät asiakasta, tarkkailee asiakkaan tarpeita koko terapian ajan asianmukaisten strategioiden valitsemiseksi, tiedostaa strategiat ja tietää niiden takana olevat teoreettiset käsitteet. Terapeutin käyttämiä strategioita ovat *vahvistaminen/osoittaminen* (validating), *tunnistaminen* (identify), *palautteen antaminen* (giving feedback), *neuvominen ja tiedon antaminen* (advising), *neuvottelemine*n (negotiating), *jäsentäminen* (structuring), *valmentaminen* (coaching), *rohkaiseminen* (encouraging) ja *fyysisen tuen tarjoaminen* (providing physical support). (Kielhofner 2008, 185-195.) (Taulukko 3.)

Taulukko 3. Terapeutin käyttämät strategiat (Kielhofner 2008, 185-194.)

VAHVISTAMINEN/OSOITTAMINEN (validating)	Terapeutti kuuntelee ja arvostaa asiakkaan kokemuksia tai näkökulmia sekä ilmaisee asiakkaalle kunnioitusta.
TUNNISTAMINEN (identifying)	Terapeutti tunnistaa asiakkaan toiminnallista suoriutumista ja osallistumista edistäviä tekijöitä ja tekee asiakkaan tietoiseksi eri vaihtoehdoista edistää toiminnallista suoriutumistaan ja osallistumistaan elämän eri osa-alueilla (työ, leikki/vapaa-aika, päivittäiset toiminnot).
PALAUTTEEN ANTAMINEN (giving feedback)	Terapeutti kerää tietoa hahmottaakseen asiakkaan tilannetta sekä antaa sen perusteella tälle palautetta, jonka avulla taas asiakas voi parantaa taitoaan ja suorituskykyään.
NEUVOMINEN JA TIEDON ANTAMINEN (advising)	Terapeutti neuvoo asiakasta suositellessaan interventiota-voitteita ja –strategioita, perustellen kantansa, mutta pyrkien kuitenkin ymmärtämään asiakkaan tahtoa. Näin asiakkaan näkökulma voi laajentua tai muuttua.
NEUVOTTELU (negotiating)	Terapeutti neuvottelee asiakkaan kanssa yhteisen näkökulman tai sopimuksen saamiseksi, silloin kun asiakkaalla ja terapeutilla on erimielisyyksiä eri tietomäärästä tai eriävistä näkökulmista johtuen. Neuvottelu vaatii terapeutilta kunnioitusta ja hänen tulee olla valmis kompromisseihin.
JÄSENTÄMINEN (structuring)	Terapeutti jäsentää asiakkaan toiminnallista sitoutumista (occupational engagement) tarjoamalla vaihtoehtoja, asettamalla rajoja ja luomalla perussääntöjä. Jäsentäminen voi antaa asiakkaalle kontrollin ja turvallisuuden tunteen sekä auttaa motivoitumaan asioiden tekemiseen.
VALMENTAMINEN (coaching)	Terapeutti valmentaa asiakasta opettamalla, demonstroimalla tai ohjaamalla verbaalisesti ja/tai fyysisesti suorituskyvyn kehittämiseksi, taitojen parantamiseksi ja roolien mukaan toimimiseksi.
ROHKAISEMINEN (encouraging)	Terapeutti mahdollistaa asiakkaalle uusien tilanteiden tutkimisen, riskinoton valitsemisen ja ponnistelemisen rohkaistamalla häntä. Terapeutti tarjoaa emotionaalista tukea ja vakuuttelua, jolloin asiakas saa myönteisiä ajatuksia ja tunteita suorituksesta: tuntee suurempaa luottamusta, rentoutuu ja nauttii sekä muistaa miksi jokin on vaivan arvoista.
FYYSISEN TUEN TARJOAMINEN (providing physical support)	Terapeutti tarjoaa asiakkaalle fyysistä tukea, kun asiakkaan motoriset taidot ovat puutteelliset. Terapeutti käyttää omaa kehoaan apuna täydentämään toiminnan muotoa tai tehtävää.

4.3 Tunnetaitoja tukevat interventiomenetelmät OTIPM:in näkökulmasta

Interventiossa voidaan keskittyä 1. toiminnallisen taidon puutteen kompensaatioon, 2. toiminnallisen taidon uudelleenopetteluun, kehittämiseen tai ylläpitämiseen tai 3. henkilökohtaisten tekijöiden tai kehontoimintojen palauttamiseen, kehittämiseen tai ylläpitämiseen. Toimintaterapeutin kuusi interventiona käyttämää toimintojen tyyppiä ovat 1. *valmistelevat tehtävät* (preparation), 2. *mekaaniset tehtävät/harjoitukset*

(rote practice/exercise), 3. *simuloidut tehtävät/toiminnot* (simulated occupation), 4. *valmiuksia vahvistavat, kehittävät ja ylläpitävät toiminnot* (acquistional occupational), 5. *taitoja vahvistavat, kehittävät ja ylläpitävät toiminnot* ja 6. *mukautetut toiminnot* (adaptive occupation). (Fisher 2009, 26-39). (Taulukko 4.)

Taulukko 4. Toimintaterapeutin kuusi interventiona käyttämää toimintojen tyyppiä (Fisher 2009, 26-39)

1. taso	VALMISTELEVAT TEHTÄVÄT (preparation)	Asiakas on passiivinen vastaanottaja terapeutin ollessa aktiivinen tekijä (esim. aistien stimulaatio mm. syväpainetta tuottamalla, hieronta, passiiviset liiketarjoitukset)
2. taso	MEKAANISET TEHTÄVÄT/HARJOITUKSET (rote practice/exercise)	Asiakas tekee toistuvia harjoituksia kehontoimintojen palauttamiseksi tai ylläpitämiseksi (esim. kotiharjoitukset)
3. taso	SIMULOIDUT TEHTÄVÄT (simulated occupation)	Terapeutti pyrkii jäljittelemään asiakkaan päivittäisistä tehtävistä suoriutumista toiminoilla, joissa tarkoitus ja/tai työvälineet ja materiaalit ovat simuloituja tai keinotekoisia. (Esim. muovailuvahan leikkaaminen veitsellä ja haarukalla)
4. taso	VALMIUKSIA VAHVISTAVAT, KEHITTÄVÄT JA YLLÄPITÄVÄT TOIMINNOT (restorative occupation)	Keskitytään taustalla olevien vammojen/häiriöiden korjaamiseen tai henkilötekijöiden ja kehontoimintojen palauttamiseen, kehittämiseen tai ylläpitämiseen. Asiakas osallistuu aktiivisesti toimintaan, joka on tarkoituksenmukaista ja mielekästä. Terapeutti porrastaa toiminnot asiakkaan valmiustason sopivaksi.
5. taso	TAITOJA VAHVISTAVAT, KEHITTÄVÄT JA YLLÄPITÄVÄT TOIMINNOT (acquistional occupation)	Keskitytään toiminnallisten taitojen hankkimiseen, kehittämiseen tai ylläpitämiseen niin, että asiakas voi suorittaa päivittäisen elämän tehtäviä iälle, sukupuolelle ja kulttuuriselle ryhmälle tyypillisellä tavalla. Asiakas osallistuu aktiivisesti toimintaan, joka on tarkoituksenmukaista ja mielekästä. Terapeutti porrastaa toiminnot taitotason mukaisesti. (Esim. harjoitellaan sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ryhmässä, jossa

		ollaan toiminnan yhteydessä vuorovaikutuksessa)
6. taso	MUKAUTETUT TOIMINNOT (adaptive occupation)	Keskitytään suoraan kompensoimaan tehottomia toiminnallisia taitoja sen sijaan, että palautettaisiin, kehitettäisiin tai ylläpidettäisiin henkilötekijöitä tai kehontoimintoja, tai hankittaisiin, kehitettäisiin tai ylläpidettäisiin toiminnallisia taitoja. Asiakas osallistuu aktiivisesti valitsemaansa toimintaan, hän voi käyttää avustavia laitteita, pyytää apua muilta tai suorittaa päivittäisen elämän tehtäviä vaihtoehtoisella tavalla voittaakseen tai kompensoidakseen tehottomia toimintoja. Toiminnot ovat relevantteja päivittäiseen elämään, luonnollisia sekä tarkoituksenmukaisia ja mielekkäitä asiakkaalle.

5 Opinnäytetyön tavoite ja tutkimusongelmat

Tunnetaitoihin liittyen olen kohdannut vain hyvin vähän toimintaterapian opinnäyteitä. Esimerkiksi sosiaalialan ja varhaiskasvatuksen puolella aiheeseen on tartuttu selvästi enemmän. Myös tutkimustietoa tunnetaidoista toimintaterapian näkökulmasta on löytynyt melko vähän. Tästä syystä sekä aiheen ajankohtaisuudesta ja laajuudesta johtuen aiheeni on tärkeä. Oma henkilökohtainen tavoitteeni opinnäytetyön kautta on ollut laajentaa tietämystäni tunnetaidoista: käsitteet selkiytyisivät, ymmärtäisin paremmin taustatekijöiden mahdollisia yhteyksiä tunnetaitojen pulmiin ja löytäisin toimintaterapiaan keinoja edistää tunnetaitoja. Opinnäytetyöni **tutkimuskysymykset** ovat:

1. *Miten tunnetaidot-käsite ymmärretään suomalaisten alle 12-vuotiaiden lasten kanssa työskentelevien toimintaterapeuttien keskuudessa?*
2. *Millaisia taustatekijöitä tai toimintakyvyn haasteita on niillä lapsilla, joiden kanssa toimintaterapeutit harjoittelevat tunnetaitoja?*
3. *Millä keinoin lasten tunnetaitoja edistetään toimintaterapiassa?*

6 Opinnäytetyön toteutus

6.1 Aineiston keruu

Tein kyselytutkimuksen suomalaisille alle 12-vuotiaiden lasten kanssa työskenteleville toimintaterapeuteille. Kysely on aineiston keräämistä siten, että kysymysten muoto on standardoitu eli vakioitu: näin ollen kaikilta kyselyyn vastaajilta kysytään samat asiat samoin ja samassa järjestyksessä (Vilka 2007, 27-28). Koska perusjoukkoa, eli tutkimuksen koko kohderyhmää, oli mahdotonta tavoittaa ja huomioida tässä tutkimuksessa resurssien puutteen vuoksi, keskityin perusjoukkoa pienemmän *havaintoyksikköjoukon* tutkimiseen. Havaintoyksikköjoukko voi olla otos tai harkinnanvarainen näyte, tässä tutkimuksessa se on *näyte*. Näytteessä tutkimuksen kohteet eli *havaintoyksiköt* valitaan usein harkinnanvaraisesti eikä havaintoyksiköjen valinnan todennäköisyyttä tiedetä, siinä missä otokseen on kaikilla havaintoyksiköillä tiedossa oleva nollaa suurempi todennäköisyys tulla valituksi. (KvantiMOTV 2003.)

Toteutin kyselyn sähköisesti Webropol-ohjelman kautta. Havaintoyksikköjoukkoa kootessani käytin tietoista harkintaa siten, että sähköpostilistaan valitsin toimintaterapeutteja internet-haulla eri sektoreilta ja eri puolilta Suomea sekä huomioin jonkin verran henkilöiden julkisena näkyviä koulutustaustoja. Kyselyn saatekirje ja kyselylomake olivat suomenkielisiä, joten en tietoisesti lähestynyt esimerkiksi Ahvenanmaalla työskenteleviä toimintaterapeutteja. Lähetin kyselylomakkeen henkilökohtaisena sähköpostilinkkinä 107 henkilölle 21.1.2016. Lisäksi laitoin julkisen linkin yhdelle henkilölle sähköpostin kautta levitettäväksi 25.1.2016 sekä yhteen Facebook-ryhmään 26.1.2016. Uusintakerroksen toteutin lähettäessäni kyselyn muistutusviestin 31.1.2016 niille henkilökohtaisen linkin saaneille henkilöille, jotka eivät olleet vastanneet kyselyyn.

Kysely muodostui suljetuista, sekamuotoisista ja avoimista kysymyksistä (ks. Liite 1. saatekirjeistä ja Liite 2. kyselylomakkeesta). *Suljetuissa* eli strukturoiduissa kysymyksissä valmiiksi asetetuista vastausvaihtoehdoista valitaan sopiva tai sopivat kohdat

(Heikkilä 2004, 50–52; Vilkka 2007, 67). Kun vastausvaihtoehtoja on useampi, kysymys on *monivalintakysymys*. Suljettujen kysymysten hyviä puolia ovat nopea vastaaminen ja tulosten tilastollisen käsittelyn helppous. Toisaalta heikkouksina voivat olla vastaajan liiallinen johdateltavuus, jonkin vastausvaihtoehdon puuttuminen ja vastausvaihtoehdon ”en osaa sanoa” houkuttelevuus. Kyselytutkimuksissa esiintyy usein joitakin *avoimia kysymyksiä*, joissa yleensä jotenkin rajataan vastaajan ajatusten suuntaa. (Heikkilä 2004, 49). Avoimilla kysymyksillä pyritään saamaan vastaajilta spontaaneja mielipiteitä, minkä vuoksi vastaamisen rajaamista kuitenkin minimoidaan. Vastaukset ryhmitellään asiasisältöjen mukaan. (Vilkka 2007, 68.) Avointen kysymysten etu on uusien näkökulmien, ideoiden ja parannusehdotusten ilmaantumisen mahdollisuus. Toisaalta haittoina voivat olla vastausten haasteellinen käsittely ja luokittelu sekä vastaamatta jättämisen houkuttelevuus. (Heikkilä 2004, 29.) *Sekamuotoisten kysymysten* vastausvaihtoehdoista osa on valmiina ja osa, tavanomaisesti yksi, on avoimia. Kohta ”Muu, mikä?” on tarkoituksenmukainen, kun ei tiedetä, ovatko kaikki vastausvaihtoehdot tiedossa. (Heikkilä 2004, 52.)

Tutkimuksessani käytin sekä kvantitatiivista eli määrällistä että kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää. Suljetuissa kysymyksissä painottuu kvantitatiivinen menetelmä ja sekamuotoisissa sekä avoimissa kysymyksissä sekä kvantitatiivinen että kvalitatiivinen menetelmä. Kvantitatiivinen tutkimus vastaa kysymyksiin ”Mikä?”, ”Missä?” ”Paljonko?” ja ”Kuinka usein?”, kun kvalitatiivinen tutkimus vastaa kysymyksiin ”Miksi?”, ”Miten?” ja ”Millainen?”. **Kvantitatiivisen tutkimuksen** keinoin etsitään vastauksia luku- ja prosenttimääriin liittyviin kysymyksiin ja esitetään asioita numeeristen suureiden avulla ja taulukoin sekä kuvioin havainnollistaen. Tavoitteena on tilastollista päättelyä käyttäen yleistää aineistosta saatuja tuloksia havaintoyksiköitä suurempaan joukkoon. Tavanomaisesti kvantitatiivisella tutkimuksella ei kyetä tarpeeksi selvittämään asioiden syitä, vaikka kyseessä oleva tilanne pysytään kartoittamaan. **Kvalitatiivisessa tutkimuksessa** puolestaan keskitytään ilmiön ymmärtämiseen ja tarkkaan analysoimiseen. Aineisto on usein tekstimuodossa ja sen kerääminen on vähemmän strukturoitua kuin kvantitatiivisen tutkimuksen aineiston kerääminen. Toisin kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa, kvalitatiivisessa tutkimuksessa tilastollisia yleistyksiä ei pyritä tekemään. (Heikkilä 2008, 16-17.)

Tutkimukseni kyselylomakkeen kysymyksistä suurimpaan osaan täytyi vastata jokin, joihinkin kysymyksiin vastaaminen oli vapaaehtoista. Kyselylomake vaatii aina testauksen, joko koehaastatteluna tai kohdejoukon edustajien testattavana, oli lomake tehty miten huolellisesti tahansa. Lomakkeen testaajien tulisi tarkastella kysymysten ja ohjeiden selkeyttä ja yksiselitteisyyttä, vastausvaihtoehtojen sisällöllistä toimivuutta, lomakkeen vastaamisen raskautta, vastaamiseen kuluvaan aikaan sekä sitä onko jotain olennaista jäänyt kysymättä ja onko mukana turhia kysymyksiä. Tämän jälkeen muokataan tarvittaessa lomakkeen rakennetta, kysymysten järjestystä, muotoiluja ja vastausvaihtoehtoja. (Heikkilä 2008, 61.) Itse testautin lomaketta kolmella ulkopuolisella henkilöllä: toimintaterapeuttiopiskelijalla, erityisluokanopettajaopiskelijalla sekä opettajalla.

6.2 Aineiston ja analysointi

Suljettujen ja sekamuotoisten kysymysten valmiit vastausvaihtoehdot käsiteltiin määrällisesti. Tuloksissa kuvataan aineisto käyttämällä kokonaisluvuiksi pyöristettyjä prosentteja ja vastausmääriä. Avointen kysymysten vastausten ja sekamuotoisten kysymysten avointen kohtien sisällönanalyysi toteutettiin pääosin laadullisesti. Laadullisen analyysin tueksi voidaan käyttää *kvantifiointia*, eli laskea koodien tai teemoihin liittyvien elementtien lukumääriä (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006), kuten omassa tutkimuksessani avointen kysymysten kohdalla tein. Avoimissa vastauksissa pidin määriä tärkeämpänä kuitenkin vastausten sisältöä ja jokaisen vastaajan näkökulmaa tuomaan monipuolista sisältöä. Tutkimuksessani jokainen yksittäinen vastaus on tärkeä erityisesti siksi, että vastaajien määrä niin pieni. Avointen kysymysten analysoinnissa käytin apuna *teemoittelua*.

Teemoja eli keskeisiä aiheita syntyy etsittäessä vastauksista yhtäläisyyksiä tai eroavaisuuksia. Toisinaan aineistossa ilmenee uusia teemoja eivätkä ihmisten aiheet välttämättä ole tutkijan järjestyksen ja jäsenyyksen mukaisia. Teemoja voidaan muodostaa käyttäen apuna koodausta ja/tai kvantifiointia. *Koodaus* on sitä, että tutkija merkitsee aineistoon tutkimuksen kannalta olennaisia asioita pyrkien selkiyttämään aineiston sisältöä. Koodit voivat olla merkkejä, kuten numeroita tai kirjaimia, tai muita

jäsentäviä merkintöjä ja luokitteluja, kuten alleviivauksia, päälleiviivauksia, merkkejä tai värisävyjä. Tietotekniikan keinoin voidaan esimerkiksi tekstinkäsittelyohjelman avulla käyttää sanahakuja, alleviivauksia, värein maalaamista tai erivärisiä fontteja. Lisäksi on olemassa laadullisen tekstiaineiston käsittelyyn ja hallintaan suunniteltuja ohjelmia. Koodausyksiköitä voivat olla sanat, lauseet, rivit, kappaleet tai pidemmät tekstipätkät. Yhtäläisyyksien merkitseminen samoin koodein helpottaa analyysiä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Tutkimuksessani käytin teemoitteluun Word-tekstinkäsittelyohjelmaa, jossa koodasin tekstiä esimerkiksi merkitsemällä samankaltaisuuksia värein, alleviivauksin ja kirjaimin. Katso Taulukko 5., jossa näkyy esimerkki teemoittelusta, jota opinnäytetyössäni tein. ”Nimesin” vastaajat numeroin ja laitoin vastaukset taulukkomuotoon, siten että saman vastaajan eri kysymysten vastauksia oli rinnakkain. Näin pystyin paremmin hahmottamaan, millaisia asioita vastaaja oli maininnut eri kysymysten alla. Poimin analyysivaiheessa osaan kysymyksistä sopivia vastauksia myös muiden kysymysten alta, mutta en mainitse tätä kysymyskohtaisesti tutkimustuloksia avatessani.

Taulukko 5. Teemoittelu

TEEMA: Tunteiden hallinta	
VASTAAJA	VASTAUS (Kysymys: Mitä tunnetaidot mielestäsi tarkoittavat ja millaisia osa-alueita ne sisältävät?)
1.	”- tunteiden tunnistamista ja nimeämistä - toisen tunteiden huomaamista, oman käytöksen muuttamista toisen huomioinnin jälkeen - <u>tunteiden hillintää</u> esim. harjoitellaan rakentavia tapoja ilmaista omia tunteita, sanoittamaan tunteita, piirtämään/maalaamaan tunteita”
4.	” <u>tunteiden säätely</u> , tulkitseminen, havainnointi, vuorovaikutustaidot jne.”
10.	” <u>Pettymyksen sietämistä</u> ja <u>hallintaa</u> , keinoja ilmaista pettymystä. Tunteiden nimeämistä.”

Avointen kohtien analysointiin käytin osittain teoriasidonnaista ja osittain aineistolähtöistä lähestymistapaa. *Teoriasidonnaisessa tutkimuksessa* aineiston analyysi ei suoraan pohjautu teoriaan, mutta yhteydet siihen ovat huomattavia. Tällöin aineistosta nousseista havainnoista haetaan selityksiä tai vahvistusta tulkintoja tukemaan. *Aineistolähtöisessä tutkimuksessa* puolestaan keskitytään aineistoon luomalla teoria

aineisto lähtökohtana ja etenemällä induktiivisesti yksittäisistä havainnoista yleisempiin väitteisiin. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

6.3 Vastaajien ja aineiston kuvaus

Kyselyyn vastasi yhteensä 21 henkilöä. Vastausprosenttia on mahdotonta laskea, koska todellista kyselyn tavoittaneiden määrää ei tiedetä. Oletettavaa on, että vastausprosentti on pieni, koska pelkästään henkilökohtaisen linkin saaneista vastasi 15 %. 13 vastaajaa (62 %, 13/21) ilmoittivat muun alan työkokemuksesta, muun alan tutkinnosta tai täydennys- tai lisäkoulutuksista saadusta erityisosaamisesta. Ainakin yksi vastaaja viittasi vastauksissaan myös psykoterapian keinoihin ja yksi ilmoitti vastaavansa kyselyyn, vaikka ei tee terapiatyötä, vaan arviointia, kuntoutussuunnittelua ja seurantaa. Otin kaikkien vastaajien vastaukset kuitenkin huomioon tutkimuksessa, koska oletan heidän kaikkien olevan toimintaterapeutteja vastausten perusteella. Osa vastauksista oli luettelotyyppisiä ja osassa sisältöä oli avattu tarkemmin. Joihinkin kysymyksiin sain täydennystä muiden kysymysten alle tulleista vastauksista.

Kyselyyn vastasi 20 naista ja yksi (1) mies. Vastaajat olivat ikäväliltä 24-61 vuotta. Suurin osa vastaajista oli yli 40-vuotiaita (57 %, 12/21), 40-49-vuotiaiden osuuden ollessa 29 % (6/21) ja yli 50-vuotiaiden osuuden ollessa saman verran. Alle 40-vuotiaiden määrä oli 43 % (9/21), kun alle 30-vuotiaiden määrä oli 33 % (7/21) ja 30-39-vuotiaiden määrä vain 10 % (2/21). (Taulukko 6.)

Suurin osa vastaajista oli työskennellyt toimintaterapeutina pitkään. **Toimintaterapeuttien työkokemus** vaihteli alle kolmesta vuodesta yli 19 vuoteen. 57 %:lla vastaajista (12/21) oli työkokemusta yli 10 vuotta toimintaterapeutina, kun 10-15 vuotta työkokemusta oli 24 %:lla vastaajista (5/21) ja yli 16 vuotta työkokemusta 33 %:lla vastaajista (7/21). Alle 10 vuotta työkokemusta oli 43 %:lla vastaajista (9/21), 4-9 vuoden työkokemuksen vastaajamäärän ollessa 14 % (3/21) ja alle kolmen vuoden työkokemuksen vastaajamäärän ollen jopa 29 % (6/21). (Taulukko 6.)

Vastaajilla oli pääosin usean vuoden **työkokemusta toimintaterapeutina alle 12-vuotiaiden lasten parissa**. Työkokemusta alle 10 vuotta oli 52 %:lla vastaajista (11/21), kun alle kolme vuotta työkokemusta oli 33 %:lla vastaajista (7/21) ja 4-9 vuotta työkokemusta 19 %:lla vastaajista (4/21). Yli 10 vuotta lasten toimintaterapian työkokemusta oli 48 %:lla vastaajista (10/21), 10-15 vuoden työkokemuksen osuuden ollessa 14 % vastaajista (3/21) ja yli 15 vuoden työkokemuksen osuuden ollessa 33 % vastaajista (7/21). (Taulukko 6.)

Vastaajat **työskentelivät** yksityisellä sektorilla ja julkisen palvelujen tuottajina. Yksityisen sektorin sekä julkisista palveluntuottajista erikoissairaanhoidon osuudet olivat suurimmat, kun vastaajista peräti 48 % (10/21) työskenteli yksityisellä sektorilla ja 33 % (7/21) erikoissairaanhoidossa. 14 % vastaajista (3/21) työskenteli perusterveydenhuollossa, 5 % (1/21) muulla julkisella sektorilla (tarkennus: kaupungin lasten ja nuorten palvelut) ja 5 % (1/21) jossain muualla (tarkennus: oma yritys). Kukaan ei vastannut työskentelevänsä kolmannella sektorilla. (Taulukko 6.)

Maantieteellisesti eniten vastauksia saatiin Etelä-Suomesta. Suurin osa vastaajista, 33 % (7/21), työskenteli Etelä-Suomessa. 24 % (5/21) työskenteli Länsi- ja Sisä-Suomessa, 19 % (4/21) Lapissa, 14 % (3/21) Pohjois-Suomessa ja 10 % (2/21) Itä-Suomessa. Ahvenanmaalla ei ilmoittanut työskentelevänsä kukaan vastaajista. (Taulukko 6.)

Taulukko 6. Vastaajien taustatiedot

	VASTAAJAMÄÄRÄ n/21 (Kokonaisvastaajamäärä 21)
SUKUPUOLI	
naisia	n=20
miehiä	n=1
IKÄ	
<i>keskiarvo/vaihteluväli</i>	<i>41 vuotta/24-61 vuotta</i>
29 vuotta tai vähemmän	n=7
30-39 vuotta	n=2
40-49 vuotta	n=6
50 vuotta tai enemmän	n=6
TYÖKOKEMUS TOIMINTATERAPEUTTINA	
3 vuotta tai vähemmän	n=6
4-9 vuotta	n=3
10-15 vuotta	n=5

16 vuotta tai enemmän	n=7
TYÖKOKEMUS TOIMINTATERAPEUTTINA LASTEN PARISSA	
3 vuotta tai vähemmän	n=7
4-9 vuotta	n=4
10-15 vuotta	n=3
16 vuotta tai enemmän	n=7
TÄMÄNHETKINEN TYÖPAIKKA	
Perusterveydenhuolto	n=3
Erikoissairaanhoido	n=7
Muu julkinen sektori	n=1
Yksityinen sektori	n=10
Kolmas sektori	n=0
Jokin muu	n=1
TYÖPAIKAN SIJAINTI	
Etelä-Suomi	n=7
Pohjois-Suomi	n=3
Itä-Suomi	n=2
Länsi- ja Sisä-Suomi	n=5
Lounais-Suomi	n=0
Lappi	n=4
Ahvenanmaa	n=0

Tutkinto ja/tai työkokemusta vastaajilla oli toimintaterapian lisäksi hoitoalalta³, vammaistyöstä⁴, varhaiskasvatuksesta⁵, ohjaustyöstä⁶ ja psykologian alalta⁷. **Täydennys- tai lisäkoulutuksista** saatua erityisosaamista oli neurologisista häiriöistä⁸ sekä erilaisista terapiamuodoista ja -menetelmistä⁹. Lisäksi mainittiin työnohjaajan pätevyys sekä ilmaistiin taustalla olevan suuri määrä muita koulutuksia.

Kaikki vastaajat työskentelivät tai olivat työskennelleet toimintaterapeuttina **5-8-vuotiaiden lasten parissa**. 91 % vastaajista (19/21) oli työskennellyt tai työskenteli 9-10-vuotiaiden lasten parissa, 86 % (18/21) 11-12-vuotiaiden lasten parissa, 62 % (13/21) 3-4-vuotiaiden lasten parissa ja vain 10 % (2/21) 0-2-vuotiaiden lasten parissa. (Taulukko 7.)

³ lähihoitaja, psykiatrinen sairaanhoitaja

⁴ lähihoitaja: vammaistyön koulutusohjelma; työskentely kehitysvammahuollossa

⁵ lastenhoitaja, lastentarhanopettaja

⁶ koulunkäynninohjaaja

⁷ aineopinnot: cum laude

⁸ ADHD, Asperger-lasten kanssa toimiminen

⁹ SI-terapia, Theraplay, Nepsy, taideterapia, ratkaisukeskeinen psykoterapia, MBB: Mind-Body Bridging, sosiaalisten tunteiden kehittäminen ja opettaminen

Taulukko 7. Minkä ikäisten lasten parissa toimintaterapeutit työskentelivät tai olivat työskennelleet?

LASTEN IÄT	VASTAAJAMÄÄRÄ (n/21) (kokonaisvastaajamäärä 21)
0-2-vuotiaat	2/21
3-4-vuotiaat	13/21
5-6-vuotiaat	21/21
7-8-vuotiaat	21/21
9-10-vuotiaat	19/21
11-12-vuotiaat	18/21

7 Tutkimustulokset

Tämän kyselytutkimuksen tulokset liittyvät tunnetaidot-käsitteeseen, taustatekijöihin ja toimintakyvyn haasteisiin tunnetaitojen haasteiden taustalla sekä tunnetaitojen edistämiseen toimintaterapiassa. *Tunnetaidot-käsitettä* on tarkasteltu aihealueen käsitteiden merkitysten ymmärtämisen, tunnetaidot-käsitteen määrittelyn ja käsitteen käyttämisen näkökulmasta. *Taustatekijöihin ja toimintakyvyn haasteisiin* liittyen on saatu vastauksia siihen, millaisilla lapsilla on ollut tunnetaitojen haasteita vastaajien kokemusten mukaan. *Tunnetaitojen edistämistä toimintaterapiassa* puolestaan on käsitelty tunnetaitojen huomioimisen näkökulmasta, lasten näkökulmasta, joilla tunnetaitoasiat ovat olleet toimintaterapiassa tavoitteena, sekä toimintaterapiassa edistettävien tunnetaitoihin liittyvien asioiden ja keinojen tunnetaitojen edistämiseksi näkökulmasta.

7.1 Tunnetaidot-käsite

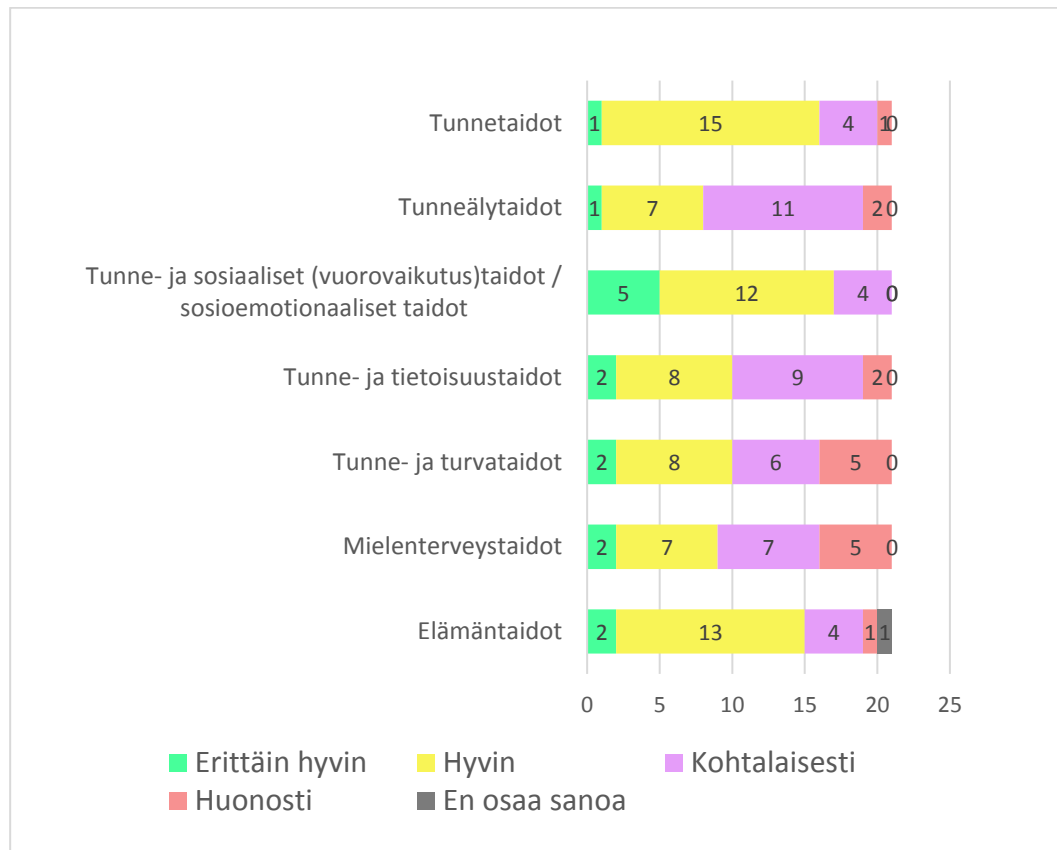
AIHEALUEEN KÄSITEIDEN MERKITYKSEN YMMÄRTÄMINEN

Vastaajilta kysyttiin suljetulla kysymyksellä, **miten he kokevat ymmärtävänsä tunnetaidot-käsitteen ja siihen liittyvien muiden käsitteiden merkityksen.** (Kuvio 3.)

Kaikki 21 vastaajaa vastasivat tähän kysymykseen. Tunnetaidot- ja tunneälytaidot-käsitteiden merkitysten ymmärtämisessä oli eroa. **Tunnetaidot**-käsitteen merkityksen koki suurin osa vastaajista, eli noin 71 % ymmärtävänsä hyvin. Kohtalaisesti käsitteen merkityksen koki tuntevansa noin 19 % (4/21). Sekä erittäin hyvin että vastaavasti huonosti käsitteen merkityksen koki tuntevansa vain noin 5 % (1/21) **Tunneälytaidot**-käsitteen merkityksen vastaajat kokivat puolestaan tuntevansa suurimmaksi osaksi kohtalaisesti, eli noin 52 %:sti (11/21). Hyvin käsitteen merkityksen koki tuntevansa noin 33 % (7/21) ja huonosti noin 10 % (2/21). Erittäin hyvin käsitteen merkityksen koki tuntevansa vain noin 5 % (1/21).

Käsiteparin **Tunne- ja sosiaaliset taidot / Tunne- ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot / Sosioemotionaaliset taidot** merkitys koettiin ymmärrettävän pääosin hyvin (n. 57 %, 12/21). Erittäin hyvin käsitteen koki tuntevansa noin 24 % (5/21) ja kohtalaisesti noin 19 % (4/21). Käsiteparin **tunne- ja tietoisuustaidot** merkityksen vastaajat kokivat tuntevansa pääosin kohtalaisesti (n. 43 %, 9/21) ja hyvin (n. 38 %, 8/21). Sekä erinomaisesti että huonosti käsitteen koki tuntevansa noin 10 % (2/21). **Tunne- ja turvataidot** -käsiteparin merkityksen vastaajat kokivat puolestaan tuntevansa hyvin 38 %:sti (8/21). Kohtalaisesti käsitteen koki tuntevansa noin 29 % (6/21) ja huonosti noin 24 % (5/21). Erinomaisesti käsitteen koki tuntevansa noin 10 % (2/21).

Mielenterveystaidot-käsitteen merkitys koettiin eniten tunnettavan hyvin ja kohtalaisesti (n. 33 %, 7/21). Huonosti käsitteen koki tuntevansa noin 24 % (5/21) ja erittäin hyvin (n. 10 %, 2/21). **Elämäntaidot**-käsitteen merkitys koettiin tunnettavan eniten hyvin (n. 62 %, 13/21). Kohtalaisesti käsitteen koki tuntevansa noin 19 % (4/21), erittäin hyvin noin 10 % (2/21) ja huonosti noin 5 % (1/21). En osaa sanoa –kohdan valitsi noin 5 % (1/21).



Kuvio 3. Miten toimintaterapeutit kokivat tuntevansa aihealueen käsitteiden merkityksen?

Tulosten perusteella näyttää siltä, että tunnetaidot-käsitteen ja aihealueen muiden käsitteiden merkityksen ymmärtämisessä on vaihtelevuutta. Toimintaterapeuteille tutuimmat käsitteet ovat ”tunnetaidot”, ”tunne- ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot” sekä ”elämäntaidot”. Tunne- ja vuorovaikutustaidot –käsitteparissa on eniten erittäin hyvin –vastauksia. Huonoiten puolestaan tunnetaan käsitteiden ”tunne- ja turvataidot” sekä ”mielenterveystaidot” merkitys. Kaikkien käsitteiden merkitys koetaan ymmärrettävän kuitenkin pääosin hyvin tai kohtalaisesti.

TUNNETAIDOT-KÄSITTEEN MÄÄRITTELY

Vastaajilta kysyttiin avoimella kysymyksillä, **mitä tunnetaidot heidän mielestään tarkoittavat ja millaisia osa-alueita ne sisältävät**. Vastauksia saatiin kaikilta vastaajilta (21/21). Vastaajat toivat esille tunnetaitoihin kuuluvina asioina esimerkiksi tunteiden hallinnan, tunteiden tunnistamisen, tunteiden nimeämisen, vuorovaikutustaidot ja

empatian, jotka ovat eniten mainittuja asioita (Taulukko 8.) sekä lisäksi muita yksittäisiä vastauksia.

Lähes kaikki vastaajat (20/21) toivat esiin **tunteiden hallinnan**, johon kuuluviksi on yhdistetty tunteiden käsittely, säätely, hillintä ja ilmaisu. Vastaajien mukaan tunnetaidot pitävät sisällään esimerkiksi kyvyn käsitellä tunteita eri tilanteissa ja sisäisissä mielen prosesseissa oman hyvinvoinnin lisäämiseksi sekä tunteiden hallinnan tilanteeseen sopivalla ja hyväksyttävällä tavalla. Erään vastaajan (V15) mukaan tunnetaidot tarkoittavat kykyä säädellä tunteiden aiheuttamia käyttäytymisimpulsseja niin, että tunteista huolimatta ja niiden kanssa kykenemme toimimaan (luomaan toimintasuunnitelmia ja etenemään niissä), ajattelemaan loogisesti ja sovittamaan käyttäytymistämme tilanteeseen sopivalla tavalla, ja toisen vastaajan (V6) mukaan ne tarkoittavat kykyä säädellä omaa käytöstä niin, ettei tahallisesti aiheuta toisille mielipahaa tai vahinkoa. Yhdeksän henkilöä toi esiin tunteiden ilmaisemisen: vastaajien mielestä tunnetaidot ovat esimerkiksi omien tunteiden näyttämistä (V7), tunteiden ilmaisemista vuorovaikutuksessa (V5) ja tunteiden ilmaisemista tarkoituksenmukaisesti (V16).

Vastaajista suurin osa (17/21) ilmaisi tunnetaitojen tarkoittavan tai niihin sisältyvän **tunteiden tunnistamisen** – omien tai toisten. Erään vastaajan (V5) mukaan kehotuntemukset ja mielen sisällöt liittyvät tunteiden tunnistamiseen. Toisen vastaajan (V3) mukaan kehontuntemuksia huomioimalla voi päästä lisäämään itseymmärrystään tunteiden ilmetessä meissä kehoreaktioina. Lisäksi tuotiin esiin, että tunteet tuovat tärkeää tietoa itsestä ja omasta reagoinnista asioihin, ja tunnistamisen kautta tunteita päästään käsittelemään, purkamaan ja jakamaan (V3). Toisaalta mainittiin tunnetaitoihin kuuluvan myös kyky aistia toisen ihmisen eleistä, ilmeistä, äänensävyistä ja sanallisesta ilmaisusta toisen ihmisen tunnetilaa (V9). Kyvyn **nimetä tunteita** mainitsi puolestaan yhdeksän henkilöä (9/21).

Vastaajien mukaan tunnetaidot tulevat esille erilaisissa vuorovaikutukseen liittyvissä asiayhteyksissä. Kahdeksan (8/21) vastaajaa ilmaisi tunnetaitoihin kuuluvana asiana **vuorovaikutustaidot**, joskin toisaalta vuorovaikutus tuli muissakin vastauksissa epäsuoraan esiin. Tunnetaidot tarkoittavat esimerkiksi halua vuorovaikutukseen (V9),

tunteiden ilmaisemista vuorovaikutuksessa (V15) ja vuorovaikutusta eri-ikäisten kanssa (V15). Lisäksi tunnetaidot sisältävät vuorovaikutukseen liittyen paljon sanataonta viestintää:

-- ihmisellä täytyy olla kykyä katsoa toisen ihmisen kehon ja kasvojen kieltä. Silloin, kun ihminen hallitsee edellä mainitun, täytyy hänellä olla lisäksi kykyä vastata toisen ihmisen vuorovaikutukseen tälle sopivalla, mutta myös itselleen sopivalla tavalla. (Vastaaja 9)

Vuorovaikutustaitojen lisäksi pohdittiin varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen yhteyttä tunnetaitoihin:

Tunnetaidot on minusta vaikea käsite. Ne on niin sisäsyntyisiä ihan geneettiseen pohjaan, mutta vahvasti varhaiseen vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteeseen latautuvia, että minun on vaikea niitä taidoiksi avata. Itse katselen niitä siitä näkökulmasta. (Vastaaja 2)

Empatia sisältyy tunnetaitoihin viiden vastaajan (5/21) mukaan. Erään vastaajan (V3) mukaan toisten empaattinen huomiointi vahvistuu tunteiden tunnistamisen kautta.

Taulukko 8. Vastaajien eniten mainitut asiat tunnetaitojen määrittelyssä

ENITEN MAINITUT ASIAT	VASTAAJIEN MÄÄRÄ n/21 (kokonaisvastaajamäärä 21)
tunteiden hallinta	20
tunteiden tunnistaminen	17
tunteiden nimeäminen	9
vuorovaikutustaidot	8
empatia	5

Myös yksittäisiä vastauksia löytyi useita. Vastaajat imaisivat tunnetaitojen tarkoittavan tai sisältävän edellä mainittujen lisäksi seuraavia asioita:

1. **tunteiden** sietäminen ja hyväksyntä (V1)
2. **omien tunteiden kokeminen** (V21)
3. **tunteiden** tutkiminen avustettuna tai itsenäisesti (V5)
4. **kyky puolustaa** itseä ja omia mielipiteitä ottaen muiden näkemykset huomioon (V6)
5. **taito sanoittaa tunteet** (V8)
6. **tunteiden kehityksen käsittäminen** (V10)
7. **minäkäsitys** (V10)
8. **tunteisiin reagoiminen** (V12)
9. **kyky nähdä tunteiden syntymisen prosessien omat elämänhistorialliset ja yhteiskunnalliset yhteydet sekä kyky "nähdä" näitä [tunteiden syntymisen] prosesseja** (V15)

Tuloksista koottuna yhteenvedona toimintaterapeuttien vastauksissa toistui samoja asioita tunnetaitojen sisällön määrittelemisessä, ja toisaalta yksittäiset vastaukset täydensivät toisiaan tuoden esiin laajempaa kirjoa käsitteen sisällöstä. Vastauksissa avattiin tunnetaitoja sekä mainiten niiden henkilökohtainen näkökulma (minäkäsitys; omien tunteiden kokeminen) että vuorovaikutuksellinen näkökulma (tunteiden ilmaiseminen vuorovaikutuksessa; varhainen vuorovaikutus; empatia).

TUNNETAIDOT-KÄSITTEEN KÄYTTÄMINEN

Avoimen kysymyksen avulla haluttiin selvittää, **käyttävätkö vastaajat tunnetaidot-käsitettä tai jotain käsitettä sen tilalla/lisäksi sekä onko tunnetaidot-käsite heidän mielestään hyvä ja kuvaava toimintaterapiassa käytettäväksi**. Vastauksia tähän kohtaan saatiin kaikilta vastaajilta (21/21).

Tunnetaidot-käsitteen käyttö on vastausten perusteella hyvin vaihtelevaa: Osa käyttää kyseistä käsitettä, osa käyttää joskus ja osa ei käytä käsitettä lainkaan. Käsitteen lisäksi sitä täydentämään sekä sen tilalla käytetään monia muita käsitteitä. Yhdeksän

henkilöä (9/21) vastasi käyttävänsä tunnetaidot-käsitettä, mm. siksi että se on helposti muidenkin ammattilaisten ymmärrettävissä (V8) ja avattavissa tarvittaessa lapselle ja hänen huoltajalleen (V19). Yhden käsitettä käyttävän vastaajan (V17) mukaan sen merkitystä ”joutuu” avaamaan niin lapselle kuin vanhemmille. Kaksi vastaajaa (2/21) vastasi käyttävänsä tunnetaidot-käsitettä joskus.

Käytän vaihtelevasti. Tärkeää olisi juurikin saada tietoa mitä nämä käsitteet käsittävät ja muutoinkin mitä toimintaterapiassa lasten tunnepuolta harjoitetaan - - (Vastaaja 10)

Seitsemän henkilöä (7/21) vastasi, ettei käytä tunnetaidot-käsitettä. Heistä yksi (V5) kommentoi, ettei puhu tunnetaidoista taitoina, vaan käytännön tekoina ja mahdollisuuksina. Toisen vastaajan (V13) mielestä taas käsitettä pitäisi selkiyttää ja konkretisoida. Kolmas vastaaja (V2) puolestaan ilmaisi vierastavansa taito-sanaa seuraavasta syystä:

Lapsen, jolla on säätelyvaikeuksia, on lähes poikkeuksetta vaikea hahmottaa, havaita omia tunteita, lapsen on vaikea siirtää tunnetilaa asianmukaiseen toimintaan vaan menee ali tai yli, ja toisaalta lapsen on vaikea hahmottaa ja käsittää ja ymmärtää toisen tunnetiloja ja reagoida niihin oikein. Hyvin samanlaisia ilmiöitä ns. yli ja ali. Ja koko kirjolla tosi suuri vaikutus lapsen suoritukseen, käyttäytymiseen ja minäkuvaan. (Vastaaja 2)

Vain neljä vastaajaa (4/21) vastasi suoralla ilmauksella tunnetaidot-käsitteen olevan hyvä tai kuvaava toimintaterapiassa käytettäväksi. Heistä yksi (V8) kuitenkin kommentoi, että toisaalta eri ammattilaiset saattavat määritellä käsitteen toisella tavalla ja olisi tärkeää, että käsitteet ovat yhteiset. Toisen (V4) vastaajan mukaan taas ”tunnetaidot” on sanana hyvä ja sitä pitäisi käyttää enemmän.

Muutoin vastattiin seuraavasti: Eräs vastaaja (V21) kertoi pyrkivänsä puhumaan mahdollisimman konkreettisesti, eli kertomaan mitä ja miten on tehty sekä mihin tavoit-

teeseen asia liittyy, joskin moniammatillisesti keskusteltaessa voidaan puhua tunnetaidot-termillä. Toinen vastaaja puolestaan (V15) olisi valmis ottamaan käsitteen käyttöön, jos sellaista sovittaisiin: ”ei tämä käsite huonoltakaan kuullostaa”. Kolmannen vastaajan (V9) mielestä taas vuorovaikutustaidot-käsite on kattavampi ja hän itse käyttäisi mieluummin sitä toimintaterapiassa. Myös tunnetaidot-käsitteen laajuus tuotiin esiin: Eräs vastaaja (V18) oli sitä mieltä, että koska tunne-sisältöisiä käsitteitä on hyvin paljon, konkreettisuus on hyväksi. Hänen mielestään tunnetaidot voivat olla kattoterminä ”ihan ok”, kuitenkin sisällön määrittely on tärkeää. Lisäksi kommentoitiin:

Jos tavoitteeksi asetetaan tunnetaitojen harjoittaminen, on terapeutilla todella laaja vaihtoehtoskaala. Pitäisi tarkemmin määritellä millaisista tunnetaitojen osa-alueista on kysymys. Onko kyse esim. ahdistuksen sie-tämisestä vai aggression käsittelemisestä. Toki tuota käsitettä on helppo käyttää silloin kun ei tarvitse puhua alakäsitteiden tarkkuudella.
(Vastaaja 12)

Tunnetaidot-käsitteen tilalla tai lisäksi käytettävistä käsitteistä eniten on mainittu käsite ”vuorovaikutustaidot”/”sosiaaliset taidot”/”sosiaaliset vuorovaikutustaidot” (7/21 vastaajaa). Muita mainittuja käsitteitä ovat ”kaveritaidot”, ”tunnesäätely”, ”it-sesäätely”, ”itsehillintä” ja ”toiminnanohjailu”. Vastaajat myös kertoivat esimerkiksi käyttävänsä tunteiden-sanana lisänä eri verbejä (hahmottaminen, tulkitseminen jne.) (V4) ja käyttävänsä käsitteen tilalla lukuisia erilaisia käsitteitä kuvatakseen prosesseja, joita näkee lapsen käyttäytymisessä tunteisiinsa liittyen (V15). Myös käsittepareja ”tunne- ja vuorovaikutustaidot” sekä ”tunne- ja kaveritaidot” mainittiin käytettävän (V1).

yhdistän sitä [tunnetaidot-käsitettä] usein myös itsesäätelyyn, koska usein lapsella, jolla on vaikeutta tunnistaa ja ymmärtää tunteita, on vaikeutta myös säädellä niitä. (Vastaaja 3)

Tunnetaidot-käsite ei ole vastanneiden toimintaterapeuttien keskuudessa aivan selkeä ja yhtenäinen: käsitteen käyttö on vaihtelevaa, samoja asioita sisältäviä käsitteitä

on paljon ja eri ammattilaiset saattavat ymmärtää sen eri tavoin. Käsite on myös todella laaja, minkä vuoksi sen määrittelemiseen ja yhtenäiseen käyttöön tulisi jatkossa suomalaisessa toimintaterapiassa kiinnittää huomiota. Esiin tuli näkökulma, että tunnetaidoista tulisi puhua konkreettisilla ja asiaa suoraan kuvaavilla termeillä.

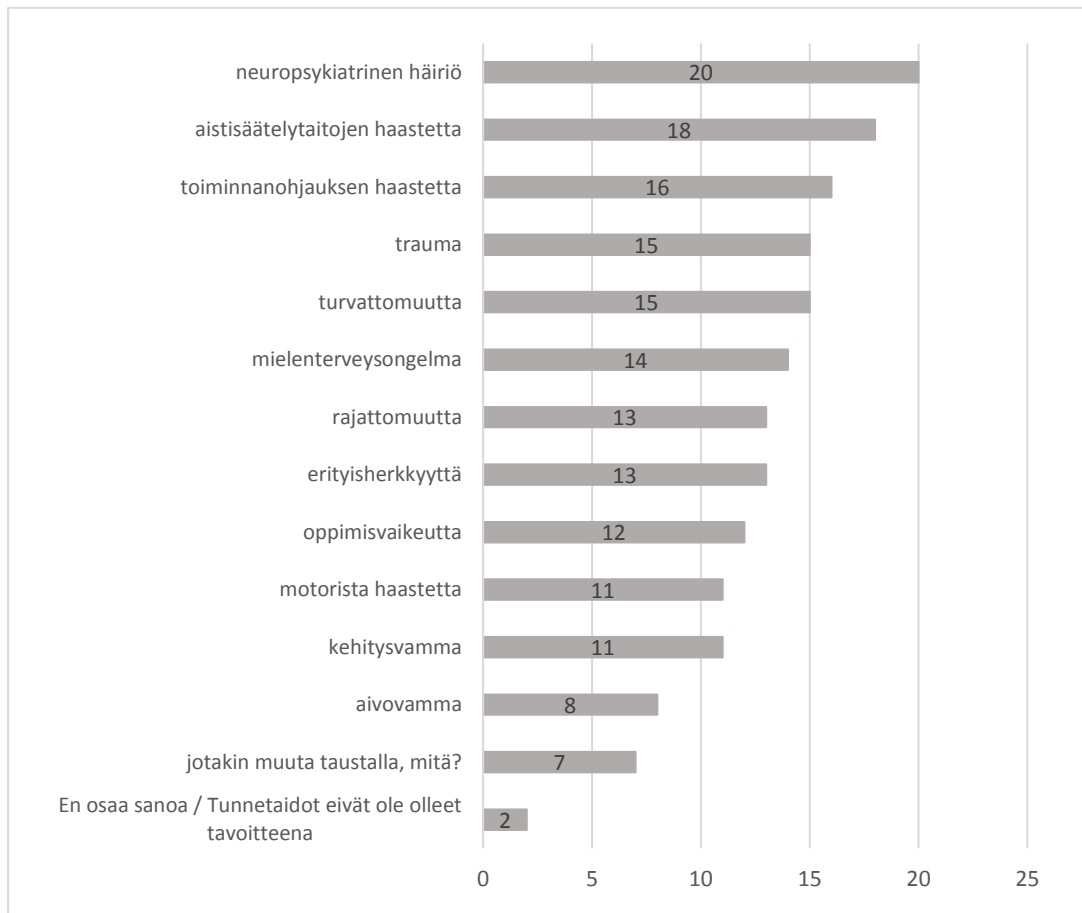
7.2 Taustatekijät ja toimintakyvyn haasteet tunnetaitojen haasteiden taustalla

Sekamuotoisella kysymyksellä haluttiin selvittää, **millaisilla lapsilla on vastaajien kokemuksen mukaan ollut erityisiä, esimerkiksi ikätasolle tyypillisestä poikkeavia, tunnetaitojen haasteita** (Kuvio 4). Tähän saatiin vastauksia kaikilta vastaajilta (21/21), joista lähes kaikilla on kokemusta tunnetaitojen haasteita omaavista lapsista, joilla on **neuropsykiatrinen häiriö** (95 %, 20/21) tai **aistisäätelytaitojen haastetta** (86 %, 18/21). Neuropsykiatrista häiriötä tarkennettiin mainitsemalla autismipiirteet, Asperger ja AD(H)D. Aistisäätelytaitojen haastetta puolestaan tarkennettiin mainitsemalla kehonhahmottaminen, yli-aliherkkyydet, säätelyvaikeudet, autismikirjon häiriöt, ADHD ja erilaiset tarkkaavuuspulmat. Eräs vastaaja (V15) kommentoi: ”- on myös puhtaasti aistimusten aiheuttamien tuntemusten pohjalta syntyviä kehityksen viiveitä”. Seuraavaksi eniten valittiin **toiminnanohjauksen haastetta** -kohtaa, vastaajamäärän ollen 76 % (16/21). Sekä **trauma**-kohdan että **turvattomuutta**-kohdan valitsi 71 % vastaajista (15/21). Turvattomuutta tarkennettiin mainitsemalla epävakaa/turvaton kasvuympäristö.

Vastaajista 67 %:n (14/21) kokemuksen mukaan tunnetaitojen haasteita on ollut sellaisilla lapsilla, joilla on **mielenterveysongelma**, ja tätä kohtaa tarkennettiin vastaamalla masennus/ahdistus ja syömishäiriö. 62 %:n (13/21) kokemuksen mukaan tunnetaitojen haastetta on ollut sekä sellaisilla lapsilla, joilla on **rajattomuutta** että sellaisilla, joilla on **erityisherkkyyttä**. Erityisherkkyyttä-kohtaa tarkennettiin mainitsemalla pelkotiloihin ja ahdistukseen taipuvaiset lapset. **Oppimisvaikeutta**-kohdan valitsi 57 % vastaajista (12/21) ja tässä tarkennuksena olivat hahmottaminen ja kielelliset vaikeudet. Sekä **motorista haastetta** -kohdan että **kehitysvamma**-kohdan valitsi

52 % vastaajista (11/21). Tarkennuksena motorisia haasteita –kohtaan olivat motorisen ohjailun vaikeudet. Kehitysvamma-kohtaa tarkennettiin kommentoimalla: ”mutta ei automaattisesti, mitä enemmän lapsi kokee olevansa erilainen tai ns. huonompi niin se vaikuttaa tunne-elämään” (V2). **Aivovamma**-kohdan valitsi 38 % vastaajista (8/21). Kohdan ”**jotakin muuta taustalla, mitä?**” valitsi 33 % (7/21). Tätä kohtaa tarkennettiin tuomalla esiin kaikki lastensuojelun tarpeessa olevat lapset, varhaisen vuorovaikutuksen pulmat, hankaluudet perhetilanteessa, sosiaalisten taitojen vaikeudet ja useiden haasteiden yhtäaikaisuus. Lisäksi kommentoitiin, että tunnetaitojen haasteita on lähes kaikilla jossain määrin (V5) ja että aina, kun lapsella on joku tukea tarvitseva vaiva, on mukana myös tarvetta tunteiden käsittelylle terapiassa (V12) **En osaa sanoa / Tunnetaidot eivät ole olleet tavoitteena** –kohdan valitsi 10 % vastaajista (2/21). Eräs vastaaja toi esiin, että hänellä ei ole osasta asiakasryhmiä kokemusta ja että rajattomuus on ehkä enemmänkin ”oire” jostain pohjalla olevasta ongelmasta (V18). Toinen vastaaja taas kommentoi tämän kysymyksenasettelun olevan epäselvä, ja hän kommentoi seuraavasti:

Tunteet liittyvät ihmisen kaikkeen toimintaan. Ne herättävät meidät huomaamaan tarpeitamme ja suojelevat meitä. Tottakai kaikissa kuvaamissanne häiriöissä/pulmissa on haasteita kys. alueella!!! (Vastaaja 15)



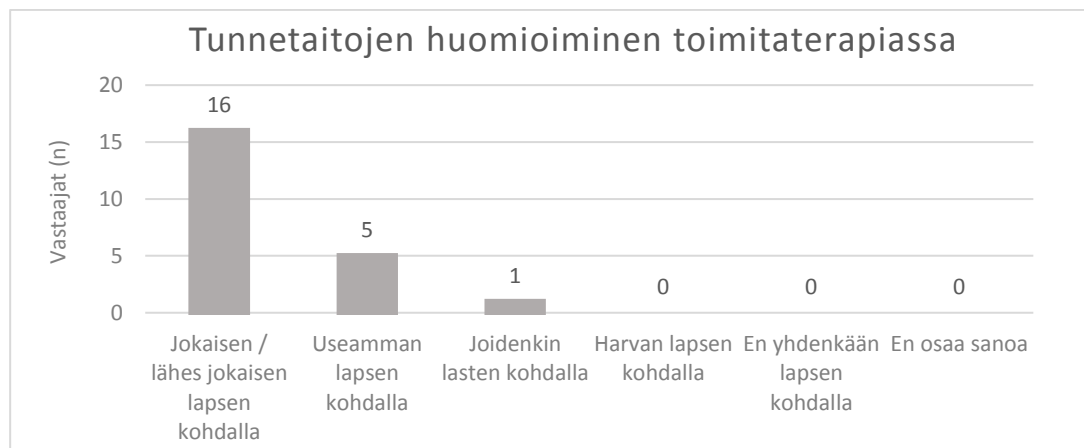
Kuvio 4. Millaisilla lapsilla on toimintaterapeuttien kokemuksen mukaan ollut erityisiä tunnetaitojen haasteita?

Lisäksi eräs vastaaja (V3) toi esiin, että tunnetaitojen pulmat ovat yksilöllisiä ja samalla diagnoosilla olevilla voi olla suurta eroavaisuutta taidoissaan. Hänen mukaansa myös traumataustoistaan riippuen lapset ovat hyvin erilaisia: mikäli traumojen tai vaille jäämisen taustalla on lisäksi neuropsykiatrista vaikeutta, tuen tarve on luonnollisesti erityyppinen.

7.3 Tunnetaitojen edistäminen toimintaterapiassa

TUNNETAITOJEN HUOMIOIMINEN TOIMINTATERAPIASSA

Suljetulla kysymyksellä selvitettiin, **missä määrin vastaajat ovat huomioineet suoraan tai epäsuoraan tunnetaidot alle 12-vuotiaiden lasten toimintaterapiassa**. Tähän vastasivat kaikki vastaajat (21/21). Yksi vastaaja valitsi kaksi kohtaa. Suurin osa toimintaterapeuteista (76 %, 16/21) vastasi huomioineensa tunnetaidot jokaisen tai lähes jokaisen lapsen kohdalla. 24 % (5/21) vastasi huomioineensa tunnetaidot useimman lapsen kohdalla. Vain 5 % (1/21) vastasi huomioineensa tunnetaidot joidenkin lasten kohdalla. Kukaan vastaajista ei valinnut kohtia ”harvan lapsen kohdalla”, ”ei yhdenkään lapsen kohdalla” tai ”en osaa sanoa”. (Kuvio 5.)



Kuvio 5. Tunnetaitojen huomioiminen toimintaterapiassa

Kyselyssä tuli esiin, että tunteiden ja tunnetaitojen käsittely on olennaista kaikkien asiakkaiden kohdalla. Eräs vastaaja (V11) kommentoi haluavansa painottaa toimintaterapian holistista työtapaa: diagnoosista tai vamman asteesta riippumatta tuskin on mitään ryhmää jossa tunteiden kanssa työskentelyn voisi ohittaa. Toinen vastaaja (V12) puolestaan toi esiin, että yleensä asiakkailla on paljon kokemuksia erilaisuudesta ja omien taitojen riittämättömyydestä omassa ympäristössään, ja toimintaterapeutin tulee olla valmis kohtaamaan näiden haasteiden mukanaan tuomat vaikeudet,

jos halutaan toteuttaa kokonaisvaltaista kuntoutusta ja asiakkaan kohtaamista. Lisäksi kommentoitiin:

- - minun kokemuksella lapsen tunnemaailma on niin kiinteästi sidoksissa kaikkeen siihen mitä teemme, sitä ei voi eikä saa sivuuttaa koskaan. - - asiakaskunnasta, valitettavasti, monen lapsen arki on haastavaa ja rikkonaista, ja negatiivista asiaa on paljon. (Vastaaaja 2)

Toisella suljetulla kysymyksellä selvitettiin, **miten usein toimintaterapeutit ovat tietoisesti/tavoitteellisesti yrittäneet itse edistää sellaisten lasten tunnetaitoja, joilla heidän kokemuksensa mukaansa on ollut erityisiä tunnetaitojen haasteita**. Kaikki vastaajat (21/21) vastasivat tähän kohtaan. Vastaukset osoittavat, että tällaisten lasten tunnetaitoja on suurin osa toimintaterapeuteista yrittänyt edistää usein tai aina. 57 % (12/21) on yrittänyt edistää niitä usein ja 43 % (9/21) aina. Vain 5 % (1/21) on yrittänyt edistää tunnetaitoja joskus. Kohtia ”En koskaan”, ”En osaa sanoa” ja ”Asiakkaanani ei ole ollut näitä lapsia” ei oltu valittu ollenkaan.

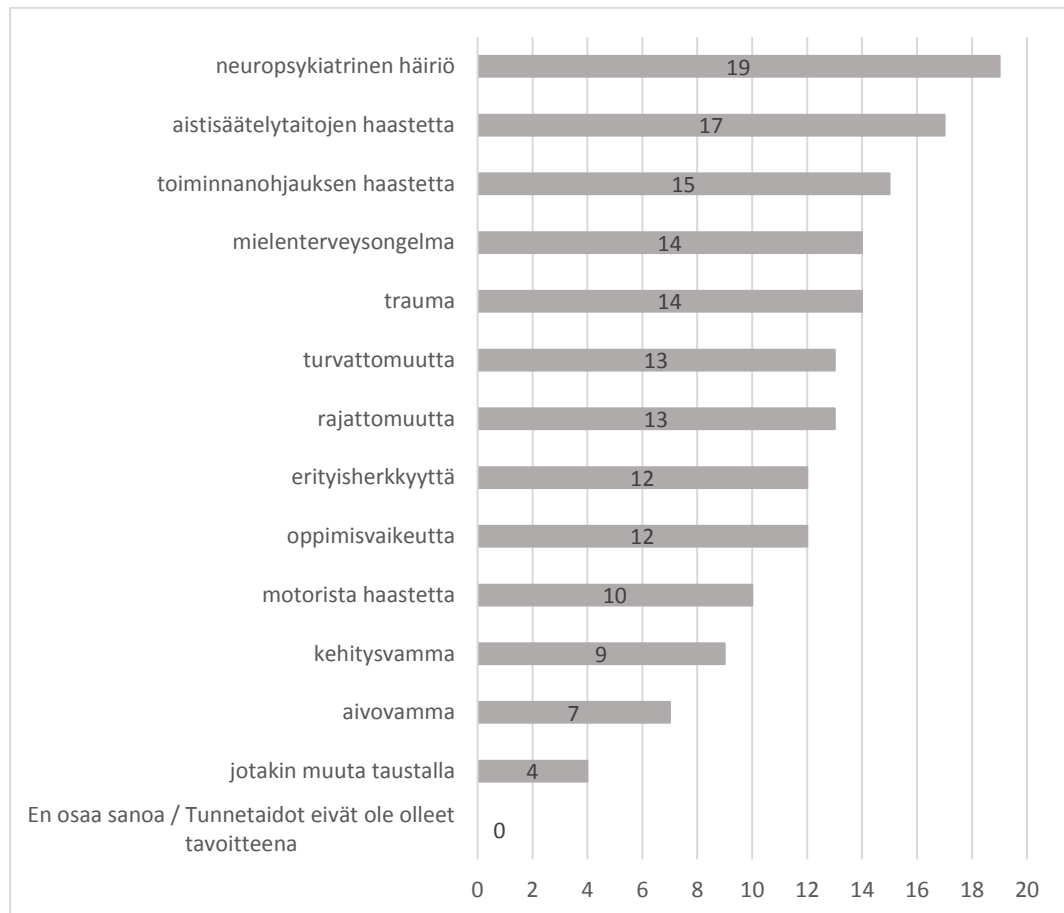
Eräs vastaaja toi esiin seuraavan näkökulman:

Tunneasiat ovat harvemmin lähetteessä mainittavia tavoitteita, mutta itse otan ne aina tavoitteisiin jollain lailla mukaan. Lapsilla, jolla on erityisiä tuen tarpeita, on aina vähintään riski, kokea erilaisuutta ja "huonommuutta" ja siksi lapsen tunteet aina pitää ottaa mukaan. Mitä heikompi lapsen luottamus itseen on, sitä vaikeampi lapsen on käsitellä erilaisia tunteita suhteessa itseen ja toisiin, vrt syrjäytymisriski on nähtävissä jo hyvin varhain. (V2)

Yhteenvetona voi sanoa, että tunnetaidot huomioidaan toimintaterapiassa hyvin: kaikkien lasten kohdalla, mutta myös tavoitteellisesti sellaisten lasten kohdalla, joilla on erityisiä tunnetaitojen haastetta. Tunnetaitoja ei voi koskaan sivuuttaa lasten kanssa työskennellessä.

LAPSET, JOILLA TUNNETAITOASIASTOIMINTATERAPIAN TAVOITTEENA

Kyselyssä kysyttiin sekamuotoisella kysymyksellä, **millaisilla lapsilla tunnetaitojen tai sen osa-alueiden edistäminen on ollut toimintaterapeuttien kokemuksen mukaan toimintaterapian tavoitteena.** (Kuvio 6.) Tähän saatiin vastauksia kaikilta vastaajilta (21/21). Tunnetaitojen tai sen osa-alueiden edistäminen on vastanneiden kokemuksen perusteella ollut toimintaterapian tavoitteena eniten sellaisten lasten kohdalla, joilla on taustalla **neuropsykiatrinen häiriö** (90 %, 19/21). Tarkennuksena tähän kohtaan vastattiin ADHD ja Asperger. 81 %:lla vastaajista (17/21) on kokemusta tunnetaitojen tai sen osa-alueiden edistämisestä sellaisten lasten kohdalla, joilla on **aistisääntelytaitojen haastetta**, ja kohtaa tarkennettiin mainitsemalla kuulo- ja tuntoaistin yliherkkyydet. 71 % vastaajista (15/21) valitsi kohdan **”toiminnanohjauksen haastetta”**. **Mielenterveysongelma**-kohdan valitsi 67 % vastaajista (14/21), ja kohtaa tarkennettiin mainitsemalla masennus/ahdistus ja syömishäiriöt. **Trauma**-kohdan vastasi 67 %, (14/21), **rajattomuutta**-kohdan 62 % (13/21), **turvattomuutta**-kohdan 62 % (13/21) ja **erityisherkkyyttä**-kohdan 57 %, (12/21). Kohdan **”motorista haastetta”** valitsi 48 % vastaajista (10/21), ja kohtaa tarkennettiin mainitsemalla Dyspraksia. **Ke-hitysvamma**-kohdan valitsi 43 % (9/21) ja **aivovamma**-kohdan 33 % (7/21). 19 % vastaajista (4/21) valitsi kohdan **”jotakin muuta taustalla, mitä?”**. Tähän kohtaan mainittiin sosiaalisten taitojen vaikeudet. Lisäksi kommentoitiin, että usein lapsilla on monenlaista vaikeutta ja yhdistelmiä yllä olevista (V3), ”mun asiakkailta kaikilla” (V5) ja että tunnetaidon asiat tulevat monen muun tavoitteen ohella käytyä läpi. (V21) Kukaan vastaajista ei valinnut kohtaa **”En osaa sanoa / Tunnetaidot eivät ole olleet tavoitteena”**.



Kuvio 6. Millaisilla lapsilla tunnetaitojen tai sen osa-alueiden edistäminen on ollut toimintaterapeuttien kokemuksen mukaan toimintaterapian tavoitteena?

TOIMINTATERAPIASSA EDISTETTÄVÄT TUNNETAITOIHIN LIITTYVÄT ASIAT

Kysyttäessä avoimella kysymyksellä, **millaisia tunnetaitoihin liittyviä asioita toimintaterapiassa vastaajien mielestä tavanomaisesti edistetään**, avattiin näitä asioita sekä kattotermein että konkreettisemmalla tekemisen tasolla ilmaistuna. Tähän kysymykseen saatiin vastauksia kaikilta vastaajilta (21/21). Eniten mainittuina asioina toimintaterapiassa edistetään tunteiden ja käyttäytymisen hallintaan sekä tunteiden havaitsemiseen ja tunnistamiseen liittyviä asioita – näihin liittyen esimerkiksi tunteen ja toiminnan erottamista toisistaan.

16 henkilöä (16/21) toi esiin toimintaterapiassa edistettävänä asiana **tunteiden tai käyttäytymisen hallinnan**, johon sisällytetty käsittelyn, säätelyn, hillinnän ja ilmaisun. Vastauksissa eriteltiin myös tiettyjen tunteiden, kuten vihan tai pettymyksen hallinta. Toimintaterapiassa edistetään tunteiden käsittelyä, jotta pystyy selviämään päivittäisistä toimista (V12), ja pyritään saamaan sopivia toimintatapoja tunteiden säätelyyn (V18). Säätelyä ja impulssikontrollia vahvistetaan tunteita puheen ja kehollisuuden tasolla tutkimalla sekä jäsentämällä tapahtumia, joissa tunteita syntyy (V11). Eräs vastaaja avasi tunnesäätelyyn liittyviä toimintaterapiassa edistettäviä asioita seuraavasti:

Tämän hetkisessä työssäni korostuu lasten tunnesäätelyyn liittyvät asiat kuten aggression ja mielihyvään liittyvien pyrkimysten säateleminen, pettymyksen sietäminen, mielenkiinnon ylläpitäminen, rentoutuminen ja vireyden ylläpitäminen. (Vastaaja 15)

Pelkästään tunteiden ilmaisun mainitsi kuusi henkilöä. Toimintaterapiassa edistetään tunteiden ilmaisua eri keinoin, ”ei pelkkää puhumista” (V5), sekä harjoitellaan rakentavia tapoja ilmaista omia tunteita – sanoittamaan tunteita, piirtämään tai maalamaan tunteita (V1). Eritellyistä tunteista mainittiin pettymyksen ilmaisun keinojen etsiminen (V10).

14 henkilöä (14/21) ilmaisi toimintaterapiassa edistettävän **tunteiden havaitsemista ja tunnistamista**. Tämä on esimerkiksi oman tunnetilan ja sen vaihtelun havainnointia, tunteen ja toiminnan erottamista toisistaan (V18) sekä toisen tunteiden huomaamista ja oman käytöksen muuttamista toisen huomioon jälkeen (V1). Eräs vastaaja (V5) kertoi pyrkivänsä auttamaan tunteiden huomaamisessa tunteina eikä kokonaisvaltaisena olotilana.

-- [tunteiden] itsessä ja toisissa havaitsemista, sen pohtimista kuinka silloin käyttäytyy, ja mitä siitä seuraa, kuinka voisi toimia toisin, --
(Vastaaja 3)

Toisten ilmeiden ja eleiden tunnistamista esim. aspergereilla. Samoin etenkin aspergertyyppisillä toisen näkemysten ymmärtämistä, jotta opisivat tiedostamaan, että kaikilla muilla ihmisillä ei ole välttämättä samanlaiset ajatukset kuin heillä itsellään. (Vastaja 9)

Tunteiden tunnistaminen edellyttää **kehollisten reaktioiden sekä ilmeiden ja eleiden tunnistamista**. Toimintaterapiassa edistetään tunteiden tunnistamista ennakkomerkeistä (V19).

- - kehollisten reaktioiden tunnistamista ja niiden yhteyden pohtimista tunnereaktioissa, - - (Vastaja 3)

Usea vastaja toi esiin tunnetaitojen edistämiseen toimintaterapiassa liittyvän **vuorovaikutukseen**, suurin tai epäsuurin ilmauksin. Kuitenkin vain kuusi henkilöä (6/21) ilmaisi suoraan toimintaterapiassa edistettävän vuorovaikutusta. Toimintaterapiassa esimerkiksi avataan sosiaalisten tilanteiden etenemistä (V3) sekä sitä, miten kyetä toimimaan sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla (V12).

Tavallisten arkisten elämän hallinnan taitojen keskeisenä osana on välittömästi tai välillisesti myös nämä "tunnetaidot" ja vuorovaikutustaidot. (Vastaja 15)

Edellä mainittujen kuuden vastaajan lisäksi kaksi henkilöä ilmaisi vuorovaikutustilanteiden tärkeyden.

Itse aloitan aina niin yksilö kuin ryhmäterapiassa tunnekortein, - - Mutta aina myös valitsen itse kortin ja kuvaan mitä minulle kuuluu, että tilanne on vuorovaikutuksellinen. (Vastaja 2)

Kuuden vastaajan (6/21) mukaan toimintaterapiassa edistetään **tunteiden nimeämistä**. Lisäksi 1-3 henkilöä toivat esiin esiin **empatiakyvyn** (esim. toisen asemaan

asettumisen ja muiden huomioimisen), **tunteiden sanoittamisen** ja **toiminnanohjauksen** edistämisen sekä onnistumisenkokemusten ja jaetun ilon tuomisen.

Lisäksi esiin tuli näkökulma myös aikuisten huomioimisesta tunnetaitoasioissa. On esimerkiksi todella tärkeä auttaa ja tukea myös lapsen ympärillä olevia aikuisia ymmärtämään tunnetaitojen merkitys ja kehitys (V14).

tärkeä huomio mielestäni on että ei riitä vaan lapsen tunnetaitoja työstää vaan vähintään yhtä tärkeä on vanhempien tunnetaitoasiat sekä muut lapsen kasvuympäristössä toimivat läheiset mm. pk/koulu (Vastaaaja 17)

KEINOT TUNNETAITOJEN EDISTÄMISEKSI

Kyselyssä kysyttiin avoimella kysymyksellä, **millaisia keinoja vastaajat ovat itse käyttäneet tai kuulleet käytettävän tunnetaitojen edistämiseksi lasten toimintaterapiassa**. Esimerkkeinä kyselylomakkeessa olivat ”jokin terapiamuoto, kuten ryhmäterapia, si-terapia, vuorovaikutusterapia, perheterapia, ja/tai terapiamenetelmä, kuten leikki, kosketus, musiikki, kuvat”. Kysymykseen tuli 20 vastausta (20/21). Yhdistin tämän kysymyksen alle vastauksia myös kysymyksestä ” Millaisia tunnetaitoihin liittyviä asioita toimintaterapiassa mielestäsi tavanomaisesti edistetään?”. Vastauksia luokitelllessani en eritellyt, olivatko terapeutit itse käyttäneet vai kuulleet käytettävän kyseisiä keinoja, eikä tämä suurimmassa osassa vastauksia tullut esiin.

Vastausten perusteella tunnetaitoja voidaan harjoitella yksilöterapiassa, ryhmä- ja pariterapiassa, perhetapaamisissa ja tukilapsen avulla. Lisäksi mainittiin musiikki-, kuvataide- ja psykoterapia, jotka eivät varsinaisesti liity toimintaterapiaan.

- - esim. adhd-lasten ryhmä, iso tavoite on leikkien ja pelien avulla harjoitella tunteiden säätelyä, miten toimin kaverin kanssa niin, ettei ekana heilahda nyrkki (V2)

Kuvat ja leikki olivat eniten esiin tuotuja asioita. **Kuvat**, sisältäen tunnekuvat (esim. Nalle-kortit), kuvallisen ilmaisun, kuvittamisen, sarjakuvat, pikapiirtämisen, piirtämisen, valokuvauksen, videoinnin ja sosiaaliset kuvatarinat, mainitsi 15 henkilöä. **Leikin** puolestaan mainitsi 14 henkilöä. **Pelejä, musiikkia ja draamaa** mainittiin vastaajamäärältä seuraavaksi eniten, kutakin näistä mainitsi neljä (4) henkilöä.

Lisäksi mainittiin paljon muitakin yksittäisiä keinoja, yhdestä kolmeen vastaajaa menetelmää kohden. Kaikki mainitut keinot on taulukoitu (Taulukko 9.), ja osaa menetelmistä on avattu hieman tarkemmin.

Taulukko 9. Menetelmät tunnetaitojen edistämiseksi

Menetelmä	Menetelmän tarkentaminen
Draama (esim. Tunnepantomiihi, näytelmät)	tilanteita koulu-/koti-/kaverimaailmasta (V9)
Eläimet	eläinten kautta tunteiden tunnistaminen ja hallinta (V16)
Itsearviointi	
Keskustelu, ohjaus, neuvonta	ohjattu keskustelu (V7) lähiaikuisen ohjaus ja neuvonta (V14) ”Lapsen koti ja kouluympäristö pitäisi saada motivoitua asioiden käsittelyyn siellä arkiympäristössä. Vanhempien ja koulun ohjaus tuntekuvien käyttöön, sosiaalisten tarinoiden käyttöön tärkeää.” (V9)
Kirjalliset tehtävät/harjoitteet, tunnetehtävät	
Kognitiiviset lähestymistavat	”- - erilaiset kognitiiviset lähestymistavat (mittarit, syy-seuraussuhteiden konkretisointi sarjakuvittamalla, sosiaaliset tarinat...)” (V18)
Kuvat 1) Tunnekuvat (esim. Nallekortit, kasvon ilmeet) 2) Valokuvaus 3) Sarjakuva 4) Piirtäminen/pikapiirtäminen 5) Sosiaaliset kuvatarinat 6) Kuvallinen ilmaisu, kuvittaminen 7) Videointi	1) <u>Tunnekuvat</u> ”Itse aloitan aina niin yksilö kuin ryhmäterapian tunnekortein, käydään läpi minkälainen tunne-tila on ja mitä kuuluu, - -. Se on tärkeä hetki vielä arvioida sitä, onko laatimani suunnitelma lapsen tilanteen mukainen. - - Siinä alkuhetkessä haluan viestiä siitä että olen tässä sinua varten ja haluan kuulla mitä sinulle oikeasti kuuluu, ennen kuin lähdemme eteenpäin. Mutta aina myös valitsen itse kortin ja kuvaan mitä minulle kuuluu, että tilanne on vuorovaikutuksellinen. Siitä on sitten hyvä jatkaa eteenpäin. Loppuun otamme myös nopean tunnekierroksen, että millaisin fiiliksin” (V2)

	<p>”Välillä myös lapsi innostuu kertomaan esim. koulussa tapahtuneita asioita, joihin liittyy tunteita. Lisäksi huoneessa on tunnekuvia, tunnepalloja - joihin lasten huomio kiinnittyy ja joiden ääreen jäädään keskustelemaan.” (V 21)</p> <p>Nalle-kortit tunteiden tunnistamiseen ja määrittelyyn (V8)</p> <p>2) <u>Valokuvaus</u> omien ilmeiden valokuvaaminen (V9)</p> <p>3) <u>Sarjakuva</u> lisätään teksti tai piirretään jokin oma tilanne (V2)</p> <p>4) <u>Piirtäminen/pikapiirtäminen</u> sosiaalisten tilanteiden piirtäminen (V9)</p>
Leikki	<p>”Leikki on aina lapsen tunnemaailmasta lähtevää. - - ” (V2)</p> <p>legoilla leikkiminen (V9)</p> <p>tunnekuvat leikeissä (V9)</p> <p>tunne-elementtien tuominen leikkiin (V11)</p>
Liikuta	
Luovat menetelmät (esim. maalaaminen, piirtäminen, kuvallinen ilmaisu)	<p>”maalataan vihastuttava, iloinen asia, tai maalataan kehonkuvaan missä viha/ilo/suru tuntuu.” (V2)</p>
Musiikki	
Pelit	<p>”Pelien pelaaminen on hyvä keino harjoitella pettymysten sietoa lasten kanssa.” (V8)</p>
Sadut, sadutus	
Sanoittaminen, sanallinen palaite	
Sosiaalisten tilanteiden harjoitteet, sosiaaliset tarinat	<p>sosiaalisten tilanteiden harjoitukset kirjallisena tai käytännössä (V4)</p>
Tarinat (esim. Sosiaaliset kuvatarinat)	<p>”Sosiaaliset kuvatarinat - - hyvä keino vähän isompien lasten kanssa.” (V8)</p>
Tietoisuustaitojen harjoitukset (esim. mielikuvaharjoitteet, rentoutusharjoitukset, hengittely)	<p>”Impulssiherkille lapsille tietoisuustaitoja, hengittelyä ja rentoutumista.” (V11)</p>
Toiminnalliset keinot	<p>”harjoitellaan toiminnallisilla keinoin niin vapaissa ja itseohjautuvissa kuin ohjattavissa tilanteissa; joskus tietoisemmin kuin taas välillä vähemmän tiedostettuna” (V17)</p> <p>toiminnallisten kokemusten ja toiminnallisten onnistumisten kartuttaminen (V10)</p>
Tunnetaitomateriaali	<p>”Itse olen käyttänyt Sarie Mai -menetelmää yksilöterapiassa, vaikka onkin arviointimenetelmäksi tarkoitettu” (V8)</p>
	<p>1) Kallen kuplat –materiaali</p> <p>2) Tunteesta tunteeseen – materiaali</p> <p>3) Sarie Mai –menetelmä</p>

Tutkiminen	<p>”Tutkitaan tunteita sekä puheen että kehollisuuden tasolla, jäsennetään tapahtumia joissa tunteita syntyy. Tavoitteena säätelyn ja impulssikontrollin vahvistaminen.” (V11)</p> <p>erilaisten tunnetilojen kohtaaminen ja käsittely (V12)</p> <p>tunteiden nimeämään ja tunnistamaan auttaminen kaikessa toiminnassa (V11)</p>
Vuorovaikutushoidot	
Vuorovaikutussuhteen luominen	<p>”Tunnetaitojen tiedostaminen ja edistäminen on keskeinen osa terapeuttisen vuorovaikutussuhteen luomista ja ylläpitämistä katsomatta viitekehukseen tai menetelmään sinänsä!” (V15)</p> <p>toimiminen yhdessä (V12)</p>
Äänentuotto	

Keinoja tunnetaitojen edistämiseksi on interventiomenetelminä paljon. Materiaalia tunnetaitojen edistämiseksi olisi kuitenkin hyvä saada lisää: eräs vastaaja toikin esiin, että tärkeää olisi saada tietoa siitä, mitä materiaalia käytetään, ja että hän on ainakin itse löytänyt sitä huonosti (V10).

8 Johtopäätökset tutkimuskysymyksittäin

Vastaajilla on vaihteleva määrä lasten puolen toimintaterapian työkokemusta, työkokemuksen vaihteluvälin ollessa alle kolmesta vuodesta yli 19 vuoteen. Kaikki vastaajat ovat työskennelleet toimintaterapeuttina 5-8-vuotiaiden ja suurin osa myös 9-12-vuotiaiden lasten parissa, vain harva 0-2-vuotiaiden parissa. Vastaajat työskentelevät pääosin yksityisellä sektorilla ja julkisiin palveluntuottajiin sijoittuvassa erikoissairaanhoidossa.

8.1 Miten tunnetaidot-käsite ymmärretään suomalaisten alle 12-vuotiaiden lasten kanssa työskentelevien toimintaterapeuttien keskuudessa?

Tunnetaidot-käsitteen sekä kyselyssä esiin tuotujen aihealueen muiden käsitteiden merkityksen ymmärtämisessä on vastanneiden toimintaterapeuttien keskuudessa vaihtelevuutta, joskin suurin osa heistä koki ymmärtävänsä käsitteet hyvin tai kohtalaisesti. Itse **tunnetaidot-käsitteen merkitys ymmärrettiin pääosin hyvin tai erittäin hyvin**. Muista käsitteistä parhaiten tunnettiin käsitteiden ”tunne- ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot” sekä ”elämäntaidot” merkitys. Huonoiten puolestaan tunnettiin käsitteiden ”tunne- ja turvataidot” sekä ”mielenterveystaidot” merkitys. **Vastaajien ymmärryksen mukaan tunnetaidot tarkoittavat mm. tunteiden hallintaa, tunnistamista ja nimeämistä sekä vuorovaikutustaitoja ja empatiaa.** Lisäksi tuotiin esiin **tunnetaitojen yhteys geneettiseen pohjaan ja varhaiseen vuorovaikutukseen.** Tunnetaitoihin liittyviä asioita, joita **toimintaterapiassa edistetään, ovat esim. rakentavat tavat ilmaista omia tunteita, omien kehontuntemusten sekä toisten ilmeiden ja eleiden tunnistaminen, vuorovaikutus sekä tunteiden nimeäminen.** Argumentteja tunnetaidot-käsitteen käytöstä oli sekä puolesta että vastaan: käsitettä **käytetään esimerkiksi siksi, että se on helposti muidenkin ammattilaisten ymmärrettävissä ja helppo avata tarvittaessa lapselle ja hänen huoltajalleen,** mutta toisaalta **ei käytetä esimerkiksi siitä syystä, että käsite on laaja ja halutaan puhua enemmän käytännön teoista ja mahdollisuuksista.** Käsitettä täydentämään tai sen tilalla käytetään monia muita käsitteitä, kuten **sosiaaliset vuorovaikutustaidot, kaveritaidot, tunnetai itsesäätely, itsehillintä ja toiminnanohjailu.** Tunnetaidot-käsite on vastaajista osan mielestä hyvä toimintaterapiassa käytettäväksi, joskin toisaalta korostettiin sisällön määrittelyn ja yhteisten käsitteiden tärkeyttä.

8.2 Millaisia taustatekijöitä tai toimintakyvyn haasteita on niillä lapsilla, joiden kanssa toimintaterapeutit harjoittelevat tunnetaitoja?

Suurin osa toimintaterapeuteista huomioi tunnetaidot jokaisen/lähes jokaisen lapsen kohdalla ja lisäksi harjoittelee tunnetaitoja tavoitteellisesti usein tai aina sellaisten lasten kohdalla, joilla on erityisiä haasteita tunnetaitojen alueella. **Vastaajilla on eniten kokemusta neuropsykiatrisesta häiriöstä (esim. ADHD, Asperger) ja aistisäätelytaitojen haasteista (esim. kuulo- ja tuntoaistien yliherkkyydet) niillä lap-**

silla, joilla tunnetaitojen tai sen osa-alueiden edistäminen on ollut toimintaterapian tavoitteena. Taustalla on ollut myös toiminnanohjauksen haastetta, mielenterveysongelmaa, traumaa, turvattomuutta, rajattomuutta, erityisherkkyyttä, oppimisvaikeutta, motorista haastetta, kehitysvammaa, aivovammaa, varhaisen vuorovaikutuksen pulmia, hankaluutta perhetilanteessa ja sosiaalisten tilanteiden vaikeutta. Lisäksi esiin tuotiin, että usein lapsilla, joilla on tunnetaitojen haastetta, on monenlaista vaikeutta ja usean eri taustatekijän samanaikaisuutta.

8.3 Millä keinoin 0-12-vuotiaiden lasten tunnetaitoja edistetään toimintaterapiassa?

Tunnetaitoja edistetään terapiamuodoista niin yksilö, pari-, ja ryhmäterapiassa kuin perhetapaamisissa ja tukilapsen avulla. Esiin tuotiin paljon erilaisia keinoja käsitellä tunnetaitoja lasten toimintaterapiassa. **Kuvat** (esim. tunnekuvat, kuvallinen ilmaisu, kuvittamisen, sarjakuvat, ilmeiden valokuvaus, videointi) ja **leikki** ovat eniten mainittuja asioita. **Pelejä, musiikkia ja draamaa** mainittiin vastaajamäärältään seuraavaksi eniten. Muita interventiomenetelmiä ovat vuorovaikutushoidot, tietoisuustaitojen harjoitukset, toiminnalliset ja luovat menetelmät, kirjalliset harjoitteet ja tunnetaitomateriaali, sosiaalisten tilanteiden harjoitteet, pikapiirtäminen, tarinat, sadut ja sadutus, eläimet, liikunta ja itsearviointi. Terapeutin strategioihin liittyen mainittiin keskustelu ja ohjaus sekä sanoittaminen ja sanallinen palaute. Esiin tuotiin myös sellainen näkökulma, että tunnetaitojen tiedostaminen ja edistäminen on keskeinen osa terapeutin vuorovaikutussuhteen luomista ja ylläpitämistä katsomatta viitekehyyseen tai menetelmään sinänsä.

9 Pohdinta

”Lasten tunnetaidot” on aiheena hyvin moniulotteiden. Pohdinnassani ei ole ainoastaan tarkoitus vastata kysymyksiin ja tuoda esiin selkeitä näkökantoja, vaan myös heittää ilmaan ajatuksia aiheen ympäriltä. Toki pohdin aihettani ja tutkimustuloksiani myös teoreettisiin viitekehyksiin nojaten. Vastaajat toivat esiin **tunnetaidot-aiheen**

tärkeyden ja ajankohtaisuuden, joskin myös sen laajuuden ja haastavuuden. He esimerkiksi kommentoivat tunnetaidot-käsitteen sopivan ”kattotermiksi”, mutta että sitä olisi hyvä konkretisoida esimerkiksi kertomalla, mitä ja miten on tehty sekä mihin tavoitteeseen asia liittyy. Kyselytutkimuksen vastausten perusteella toimintaterapeuttien esiin tuomat asiat **tunnetaitojen sisällöstä** vastasivat teoriapohjani sisältöä tunnetaidoista, joskin tunne- ja turvataitoihin sekä tunne- ja tietoisuustaitoihin liittyvät asiat olivat vähemmän edustettuina vastaajien määritelmissä. Turvataitoihin liittyvä näkökulma tuli kuitenkin esiin erään vastaajan määritellessä tunnetaitoihin kuuluvaksi asiaksi itsensä ja omien mielipiteiden puolustamisen. Tietoisuustaitoja sivuttiin mainitsemalla tietoisuustaidot sekä mielikuva- ja rentoutusharjoittelu ja hengittely keinoina tunnetaitojen edistämiseksi.

Itselläni on ollut pohdinnan alla, **missä määrin tunteiden kohdalla voi puhua taidoista**, kun tunteet ja niiden näyttäytyminen ovat kytköksissä esimerkiksi ihmisen persoonaan, elämäntilanteeseen, ikään ja kehitykseen sekä kulttuurisiin normeihin. Tunnetaidot ovat myös sisäsyntyisiä ja geneettiseen pohjaan, varhaiseen vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteeseen latautuvia, kuten eräs vastaaja asian totesi. Toinen vastaaja toi esiin myös seuraavan näkökulman:

Me voimme pärjätä hyvin heikoinkin taidoin monessa asiassa, tärkeintä on että me ymmärrämme miksi menee näin ja ympäristö ymmärtää, ja silloin asiaa voidaan lähestyä ja työskennellä. Aistiherkkyyttä ei voi oppia pois, mutta sen kanssa voi oppia elämään ja opetella keinoja sietää paremmin. Saman ajattelun tunteissa, miten opimme elämään omien tunteiden kanssa. Mitä suuremmat pulmat ja mitä pienempi lapsi, sitä enemmän lapsi tarvitsee aikuisen malliksi ja tueksi ja peiliksi tunteiden kanssa elämiseen. (Vastaaja 2)

Olen miettinyt myös, missä määrin voidaan puhua **tunnetaitojen ”normaaliudesta” tai ikätasoisuudesta**. Kuka tahansa voi kohdata jossakin elämän vaiheessa jotakin tunne-elämää ravisuttavaa, kuten menetyksen tai trauman, tai kokea haastavia tunteita, kuten ahdistusta, häpeää, syllisyyttä tai pelkoa, jolloin tunnetaitojen hallinta voi näyttäytyä aivan eri tavalla kuin ”normaalitilassa”. Toki eri kehitysvaiheisiin liittyy

tiettyjä tunne-elämän kehittymisen vaiheita, jolloin ikäkehityksen poikkeavuudet tunne-elämän alueella näyttäytyvät erityisinä tunnetaitojen haasteina ikätovereihin nähden. Tunnetaidot vaativat vuosien työtä, lapsen omaa motivaatiota, kognitiivista kykyä ja myös ympäristön tukea erään vastaaja (V9) mukaan. Jokainen voi kehittää tunnetaitojaan pitkin elämää: kukaan lapsi ei niitä täydellisesti hallitse, ja väittäisin, että harva aikuinenkaan niitä täysin hallitsee.

Tunnetaitojen opettaminen kuuluu kaikille kasvattajille ja lasten kanssa työskenteleville eli tunnetaitojen oppiminen kuuluu **tunnekasvatusnäkökulmasta** niin toimintaterapiaan kuin kotiin, kouluun, esikouluun, päiväkotiin, iltapäiväkerhoon ja harrastustoimintaan – oli kyseessä lapsi, jolla on erityisiä tunnetaitojen pulmia tai lapsi, jolla tunnetaidot ovat ns. ikätasoiset. Kerolan ym. (2013) mukaan tunnetaitojen opettaminen sidotaan päivittäiseen arkeen. Lapsen tunne-elämä kehittyy perheen, ikätoverien ja muun yhteisön antaman palautteen tukemana. Toisaalta lapsi, jolla on suuria puutteita taidoissaan käsitellä tunteita, ei saa tehokasta hyötyä muiden lasten seurasta. (Kerola ym. 2013.) Tällöin, kun lapsella on erityisiä tunnetaitojen haasteita, tunnetaidot ja niiden osa-alueet voivat olla myös **toimintaterapian tavoitteena**. (Kerola ym. 2013).

Tunnetaitojen **haasteiden taustalla voi olla monenlaisia taustatekijöitä ja pulmia**. Sinänsä ei ehkä pysty täysin erittelemään, mikä taustalla oleva asia aiheuttaa tunnetaitojen ongelmat, mutta itse ajattelen, että huomioimalla kuitenkin taustat ja niiden kytkökset tunnetaitoihin voidaan löytää myös oikea keino tunnetaitojen käsittelyyn. Toimintaterapeuttinen lähestymistapa on luultavasti hieman erilainen esimerkiksi sellaisen lapsen kohdalla, jolla on aistisäätelyn pulmista johtuvia tunteiden ja käyttäytymisen säätelyvaikeuksia kuin sellaisen lapsen kohdalla, jolla on psykiatrisista ongelmista johtuvia tunne-elämän vaikeuksia. Tunnetaitojen pulmat voivat näyttäytyä esimerkiksi vuorovaikutustilanteissa häiritsevänä käyttäytymisenä. Nurmen ym. (2014, 76-77) mukaan häiritsevästi käyttäytyvät lapset ovat tavanomaista herkempiä ja sopeutumattomia tilanteille ja heidän käytöksensä näyttäytyvät yleensä haastavina silloin, kun taidot eivät riitä vaatimukseen nähden. Tällainen käyttäytyminen voi olla esimerkiksi reaktio omiin tunteisiin (taustalla esim. tunteiden tunnistamisen ja itsehillinnan pulmat) tai pyrkimys saada jotakin tarvitsemaansa, kuten kontrollin tunnetta tai

huomiota (taustalla esim. kielellisen ilmaisun, empatian tuntemisen tai muutoksiin sopeutumisen haasteita). (Nurmi ym. 2014, 76-77.) Tunteiden ja tunnetaitojen käsittelyssä on tärkeää huomioida nämä seikat.

Tunnetaitojen harjoitteluun toimintaterapiassa käytetään monenlaisia **interventiomenetelmiä**, joiden avulla tunnetaitoja pystynee käsittelemään sopivalta ja käsiteltävissä olevalta etäisyydeltä, toiminnan kautta. Toimintaterapiassa tulisi juurikin olla mukana tämä toiminnan näkökulma, joka on mielestäni omalla tavallaan turvallinen tapa käsitellä herkkiä tunnepuolen asioita. Kerolan ym. (2013) mukaan ei ole kuitenkaan mitään yksittäistä menetelmää, joka riittäisi tukemaan lapsen tunnetaitoja, sillä taidot ja taitopuutteet ovat yksilöllisiä, laajoja ja ympäristöstä riippuvaisia. Sen vuoksi tärkeä näkökulma onkin myös **terapeuttisen vuorovaikutussuhteen luominen ja toimintaterapeutin strategioiden käyttö.**

Kyselytutkimuksen vastauksissa ilmenneitä asioita olen sijoittanut **OTIPM**:in mukaisesti seuraaviin interventiomenetelmätyyppeihin: **Valmisteleviin tehtäviin** olen sijoittanut *vuorovaikutushoidot*, olettaen että lapsi on passiivinen vastaanottaja ja tarkoituksena on saada lapsi terapiassa vuorovaikutussuhteeseen.

Mekaanisiin tehtäviin/harjoituksiin olen sijoittanut *mielikuva- ja rentoutusharjoitukset sekä hengittelyn*, olettaen että niiden avulla parannetaan lapsen kehontoimintoja ja psyykkisiä tekijöitä, joihin tunteet ilmenevät. Lapsi voi tehdä näitä harjoituksia terapeutin ohjaamana esimerkiksi terapiatilanteessa tai kotiharjoituksena. Myös **valmiuksia vahvistaviin, kehittäviin ja ylläpitäviin toimintoihin** olen sijoittanut vuorovaikutushoidot sekä mielikuva- ja rentoutusharjoitukset ja hengittelyn. Lapsi saa valmiuksia esimerkiksi rauhoittaa mieltään ja kehoaan sekä hillitä impulsejaan kohdatessaan voimakkaita tunteita. *Vuorovaikutushoidot* parantavat lapsen valmiuksia vastaanottaa hoivaa ja empatiaa, ja se sopii tähän kohtaan siltä osin, jos myös lapsi on aktiivinen tekijä terapeutin lisäksi. *Mielikuva- ja rentoutusharjoitusten ja hengittelyn* oppiminen puolestaan edistävät lapsen valmiuksia käsitellä tunteita. **Taitoja vahvistaviin, kehittäviin ja ylläpitäviin toimintoihin** olen luetellut *toiminnalliset ja luovat menetelmät, kirjalliset harjoitteet ja tunnetaitomateriaalin, sosiaalisten tilanteiden harjoitukset, pikapiirtämisen, tarinat, sadut ja sadutuksen, kuvat, leikin, pelit, eläi-*

met, itsearvioinnin, liikunnan, draaman, musiikin ja itsearvioinnin. Näiden avulla voidaan harjoitella tunnetaitoja. Interventiomenetelmien taustalla ovat aina terapeutin vuorovaikutussuhde sekä toimintaterapeutin käyttämät strategiat, joista mainitseni esimerkkeinä **MOHO**:n mukaisesti valmentamisen, palautteen antamisen ja jäsentämisen sekä rohkaisemisen. Esimerkiksi valmentamalla toimintaterapeutti tukee asiakasta mm. opastamalla, demonstroimalla ja ohjaamalla verbaalisesti ja manuaalisesti, jolloin asiakas harjoittelee uusia tapoja ja vahvistaa suorituskyykyään tai taitojaan. Vastauksista ilmenneitä keinoja tunnetaitojen edistämiseksi luokittelin **MOHO**:n strategioiden mukaisesti seuraavasti: **Valmentaminen**-kohtaan yhdistin *keskustelun ja ohjauksen (esim. lähiaikuisen neuvonta)*. **Palautteen antaminen/jäsentäminen** –kohtaan puolestaan liitin *sanoittamisen ja sanallisen palautteen*, jota terapeutti tekee lapsen kanssa terapiaa toteuttaessaan esimerkiksi lapsen tunteita sanoittaessaan.

Olen noudattanut opinnäytetyössäni **hyvän tieteellisen käytännön pohjalta nousevia eettisiä toimintatapoja**: tutkimuksessa, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimuksen ja tulosten arvioinnissa olen noudattanut rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta. Muiden tutkijoiden töihin olen viitannut asianmukaisella tavalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.) Kyselytutkimuksen saatekirjeessä olen ilmaissut käsitteleväni kaikki vastaukset luottamuksellisesti ja maininnut: ”Vastaamalla kyselyyn annat minun käyttää vastauksiasi ilman tunnistetietoja opinnäytetyössäni.” Erillisiä lupalomakkeita ei tätä kyselytutkimustani varten tarvinnut täyttää, koska toimintaterapeutit vastasivat kyselyyn yksityishenkilöinä, eivätkä minkään organisaation edustajina.

Validiteetti, eli **pätevyys**, toteutuu esimerkiksi silloin, kun tutkimus mittaa alkupe-
räistä tarkoitustaan (Heikkilä 2008, 29-30). Omassa tutkimuksessani tämä toteutui melko hyvin, koska sain kaikkiin kysymyksiini vastaukset lomakkeeni kysymyksistä. Toisaalta osa kysymyksistä ei suoraan vastannut päätutkimuskysymyksiini, vaan toivat tärkeää ymmärrystä ja täydentävää tietoa aiheen ympärille. Validiteettia heikentävä seikka taas oli alhainen vastausprosentti ja yleisesti pieni vastaajamäärä (Heikkilä 2008, 30). Tuloksia ei voida siis yleistää, koska vastaukset eivät kerro kovin suu-

ren toimintaterapeuttien joukon kantaa aiheeseen. Lisäksi vastaajat ovat oletettavasti olleet jossain määrin tietoisia tai kiinnostuneita aiheesta, minkä vuoksi jäinkin pohtimaan, ovatko he tästä syystä helpommin vastanneet kyselyyn. **Reliabiliteetti**, eli **luotettavuus**, toteutuu tutkimuksen ollessa toistettava samoin tuloksin (Heikkilä 2008, 20). Tästä näkökulmasta tutkimuksen luotettavuus ei vastaa optimaalista tasoa pienen vastaajamäärän vuoksi. Toisaalta luotettavuus toteutui kuitenkin tarkkuuteni, kriittisyyteni ja hallitsemani analyysimenetelmän kannalta (Heikkilä 2008, 30).

Tunnetaitoaiheen ottamista käsittelyyn pidettiin hyvänä asiana. Eräs vastaaja (V4) kommentoi: ”Aiheen käsitteet olivat hyvät, vielä kun joku avaisi ne meille kunnolla, niin tulisi lausunnossa ja käytännössä niitä enemmän käytettyä”. Yksi vastaaja (V15) myös kritisoi kyselylomakkeen kysymystenasettelua: ”Kysymysten asettelu vaan oli vähän minun näkökulmasta katsottuna erikoinen, osittain”.

Jatkotutkimusehdotuksena ehdotan tunnetaitoihin liittyvien arviointimenetelmien esiin tuomista. Myös keinoja tunnetaitojen edistämiseksi olisi hyvä selvittää ja avata lisää esimerkiksi oppaan muodossa. Tässä tutkimuksessa osa vastauksista oli hieman suppeita ja luettelotyyppisiä, joten menetelmien käyttötapoihin sekä ”itsen terapeuttiseen käyttöön” ja vuorovaikutukseen liittyen olisi hyvä saada lisää keinoja ja ideoita tunnetaitojen edistämisen näkökulmasta. Toiminnallisen opinnäytetyön vinkkinä on tunnetaitoryhmien ohjaaminen tai jonkin tapahtuman järjestäminen tunnetaitoihin liittyvän tietoisuuden lisäämiseksi.

Lähteet

- AOTA, American Occupational Therapy Association, Inc. 2013. Social and Emotional Learning (SEL). Occupational Therapy's Role in Mental Health Promotion, Prevention, & Intervention With Children & Youth. Information sheet. Viitattu 17.11.2015. <https://www.aota.org/-/media/corporate/files/practice/children/schoolmhtoolkit/social-and-emotional-learning-info-sheet.pdf>
- Asen, E., Schell, B., Scholz, M. & Selig, D. 2002. [Systemic resources work with families in the occupational context of children and youth psychiatry]. *Ergotherapie & Rehabilitation*, 41, 5, 7-13. Viitattu <https://janet.finna.fi>, Cinahl.
- Bloodworth, M., Zins, J., Weissberg, R. & Walberg, H. 2007. Tiedotteessa: Social and Emotional Learning (SEL). Occupational Therapy's Role in Mental Health Promotion, Prevention, & Intervention With Children & Youth. Information sheet. Julkaisut AOTA, American Occupational Therapy Association. 2013. Viitattu 15.5.2017. <https://www.aota.org/-/media/corporate/files/practice/children/schoolmhtoolkit/social-and-emotional-learning-info-sheet.pdf>
- Candler, C., Maas, C. & Mason, R. 2008. 'When I get mad...': an anger management and self-regulation group helps children identify symptoms of anger and provides strategies for anger management to enhance learning. *OT Practice*, 2008, 13, 19, 9-14. Viitattu 13.5.2017. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.
- Casel. 2016. What is social and emotional learning? Viitattu 11.1.2016. <http://www.casel.org/social-and-emotional-learning/>
- Case-Smith, J. 2013. Systematic Review of Interventions to Promote Social-Emotional Development in Young Children With or at Risk for Disability. *American Journal of Occupational Therapy*, 67, 4, 395-404. Viitattu 13.5.2017. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.
- Chandarasiri, P., Paothong, L., Piravej K; Sukprasong, S. & Tangtrongchitr, P. 2009. Effects of Thai traditional massage on autistic children's behavior. *Journal of Alternative & Complementary Medicine*, 15, 12, 1355-1361. Viitattu 10.12.2015. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.
- Cooper, R. 2000. The impact of child abuse on children's play: a conceptual model *Journal Article*, 7, 4, 259-276. Viitattu 13.5.2017. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.
- Fisher, A. G. 2009. Occupational Therapy Intervention Process Model. A Model for Planning and Implementing Top-down, Client-centered, and Occupation-based Interventions. Fort Collins, Colorado: Three Star Press, Inc.
- Goleman, D. 1997. Tunneälyn osa-alueet. Teoksessa: Tunnevoimaa! (Pro). Toim. T. Isokorpi & P. Viitanen. 2001. Helsinki: Tammi.

Hamilton, S. 2002. Evaluation of clumsiness in children. *American Family Physician*, 66, 8, 1435-1566. Viitattu 10.12.2015. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.

Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykkönen, M. 2011. Toiminnan voimaa: Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita.

Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. 7. uud. p. Helsinki: Edita.

Henderson, L., Kinnealey, M., Koenig, K., Pfeiffer, B. & Sheppard, M. 2011. Effectiveness of sensory integration interventions in children with autism spectrum disorders: a pilot study. *American Journal of Occupational Therapy*, 65, 1, 76-85. Viitattu 10.12.2015. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.

Isokorpi, T. & Viitanen, P. 2001. Tunnevoimaa! PRO. Helsinki: Tammi.

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2017. Tunne- ja turvataidot. Viitattu 25.1.2017. <https://www.jamk.fi/fi/Tutkimus-ja-kehitys/projektit/Tunne--ja-turvataidot/Etusivu/>

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

Kerola, K., Kujanpää, S. & Kallio, A. 2013. Tunteesta tunteeseen: Ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin. Tunnetaitojen oppimateriaali kasvatukseen ja erityiskasvatukseen ohjaajan opas harjoituskirjaan. Opetushallitus. Viitattu 12.5.2017 http://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen

Keyes, C. 2005. 2007. Mielenterveyden ulottuvuudet. Teoksessa: Hyvää mieltä yhdessä: Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen. Toim. R. Nurmi, A. Siljanpää & M. Hannukkala. 2014. Suomen mielenterveysseura.

Kielhofner, G. 2008. Model of Human Occupation: Theory and Application. 4th ed. Baltimore, MD: Lippincott Williams & Wilkins.

Kinnealey, M. 1998. Princess or tyrant: a case report of a child with sensory defensiveness. *Occupational Therapy International*, 5, 4, 293-303. Viitattu 10.12.2015. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.

Kinnealey, M. 1998. Princess or tyrant: a case report of a child with sensory defensiveness. *Occupational Therapy International*, 5, 4, 293-303. Viitattu 10.12.2015. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.

KvantiMOTV. 2003. Otos- ja otantamenetelmät. Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 12.5.2017.

Laakso, J. 2009. Mielen taito: Vapauta ajatuksia - kehitä tunteita. Helsinki: Kirjapaja. Viitattu 15.11.2016. www.ellibslibrary.com

Lapsen oikeuksien komitea. 2001. Yleiskommentti nro 1. CRC/GC/2001/1. 29 artiklan 1 kohta: Koulutuksen tavoitteet. Yleissopimus lasten oikeuksista. Viitattu 30.1.2017. http://lapsiasia.fi/wp-content/uploads/2015/03/CRC_GC_2001_1.pdf

Lehto, S. & Tolmunen, T. 2008. Onko tietoisuustaitojen harjoittelulla terveysvaikutuksia? Suomen lääkärilehti, 63, 1-2, 41-45. Viitattu 25.1.2017. <http://www.skeematerapia.fi/documents/lehti.pdf>

Lundvall, M. 2016. Stressinhallintaa päiväkodissa. Yle. Uutinen 15.2.2016. Viitattu 25.2.2017. <http://yle.fi/aihe/artikkeli/2016/02/15/stressinhallintaa-paivakodissa>

Mäkelä, J. 2002. Teoksessa: Pesästä lentoon: Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Toim. J. Sinkkonen 2003. Vantaa: WSOY.

Mangrulkar, L., Vince Whitman, C., & Posner, M. 2001. Life Skills Approach to Child and Adolescent Healthy Human Development. Washington, D.C.: Pan American Health Organization. Viitattu 16.5.2017. <http://studylib.net/doc/8887949/life-skills-approach-to-child-and-adolescent-healthy-human>

McCarthy, K. 2002. Outside looking in: occupational therapy can make a difference for children struggling with emotional and social problems caused by nonverbal learning disabilities. OT Practice, OT Practice, 7, 18, 8-12. Viitattu 13.5.2017 <https://janet.finna.fi>, Cinahl.

Nurmi, R. Sillanpää, A. & Hannukkala, M. 2014. Hyvää mieltä yhdessä: Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen. Suomen mielenterveysseura.

Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Määräykset ja ohjeet 2014:96. Viitattu 11.1.2016. http://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf

Opetushallitus. 2014. Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Määräykset ja ohjeet 2014:94. Viitattu 11.1.2016. http://www.oph.fi/download/163781_esiopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf

Opetushallitus. 2014. OPS 2016. Viitattu 12.5.2017. <http://www.oph.fi/ops2016>

Opetushallitus. 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Viitattu 12.5.2017. http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf

Pieni Oppiva Mieli. 2017. Viitattu 25.1.2017. <https://pienioppivamieli.com/>

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 12.5.2017. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>

Schick, A. 2011. A school for the senses - the 'pebble' school: nonverbal-musical violence prevention with children. Ergotherapie & Rehabilitation, 50, 6, 18-22. Viitattu 10.12.2015. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.

Suomen Mielenterveysseura. 2014. Alakoululaisen mielenterveystaidot. Viitattu 28.1.2017. <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/julisteet/alakoululaisen-mielenterveystaidot>

Suomen Mielenterveysseura. 2017. Mitä ovat mindfulness -tietoisuustaidot? Viitattu 25.1.2017. <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/hyvinvointi/mit%C3%A4-ovat-mindfulness-tietoisuustaidot>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 12.5.2017.

Valkama, S. & Ala-Luhtala, R. 2014. Tunne- ja turvataidot osaamiseksi. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 13.5.2017. http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/85998/JAMKJULKAISUJA1942014_web.pdf?sequence=1

Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa: Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.

Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa: Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi. Viitattu 2.2.2017. <http://hanna.vilkka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

Webropol. 2016. Viitattu 1.12.2016. www.webropolsurveys.com

Liitteet

Liite 1. Kyselyn saatekirjeet

Sähköpostiin lähetettävä saatekirje:

”Hei!

Jos olet **0-12-vuotiaiden lasten parissa työskentelevä toimintaterapeutti**, niin toivoisin Sinulla olevan hetken aikaa vastata tähän **tunnetaitoihin liittyvään kyselyyn**.

Teen opinnäytetyönä kyselytutkimuksen suomalaisille toimintaterapeuteille. Tavoitteena on saada vastauksia seuraaviin kysymyksiin: miten suomalaiset alle 12-vuotiaiden lasten kanssa työskentelevät toimintaterapeutit ymmärtävät käsitteen ”tunnetaidot” sekä millaisten lasten kanssa ja millä keinoin tunnetaitoja toimintaterapiassa edistetään? Kyselyyn vastaamiseen menee aikaa n. 15 minuuttia. Kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Vastaamalla kyselyyn annat minun käyttää vastauksiasi ilman tunnistetietoja opinnäytetyössäni.

Vastaa kyselyyn **pe 5.2.2016 mennessä!** Alla on henkilökohtainen linkki, josta pääset täyttämään kyselyä.

Ystävällisin terveisin, Saara Katainen
toimintaterapeuttiopiskelija, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
g9138@student.jamk.fi
040 415 0395 (tekstiviestit / WhatsApp)

Ohjaava opettaja: Mari Kantanen”

Facebook-ryhmiin lähetettävä saatekirje:

”Hei, 0-12-vuotiaiden lasten kanssa työskentelevät toimintaterapeutit!

Toivoisin vastauksia tunnetaito-aiheiseen kyselyyn. Teen opinnäytetyönä kyselytutkimusta suomalaisille toimintaterapeuteille. Tavoitteena on saada vastauksia seuraaviin kysymyksiin: miten suomalaiset alle 12-vuotiaiden lasten kanssa työskentelevät toimintaterapeutit ymmärtävät käsitteen ”tunnetaidot” sekä millaisten lasten kanssa ja millä keinoin tunnetaitoja toimintaterapiassa edistetään? Kyselyyn vastaamiseen menee aikaa n. 15 minuuttia. Kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Vastaamalla kyselyyn annat minun käyttää vastauksiasi ilman tunnistetietoja opinnäytetyössäni.

Vastaa kyselyyn pe 5.2.2016 mennessä! Alla on julkinen linkki, josta pääset täyttämään kyselyä.

Ystävällisin terveisin, Saara Katainen
toimintaterapeuttiopiskelija, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Ohjaava opettaja: Mari Kantanen

JULKINEN LINKKI:

WWW.WEBROPOLSYRVEYS.COM”

Liite 2. Kyselylomake



0-12-vuotiaiden lasten tunnetaidot toimintaterapiassa - kysely toimintaterapeuteille

1. Sukupuoli *

Nainen Mies

2. Ikä *

vuotta

3. Miten kauan olet työskennellyt toimintaterapeuttina? *

- 3 vuotta tai vähemmän
 4-6 vuotta
 7-9 vuotta
 10-12 vuotta
 13-15 vuotta
 16-18 vuotta
 19 vuotta tai enemmän

4. Miten kauan olet työskennellyt toimintaterapeuttina 0-12-vuotiaiden lasten parissa? *

- 3 vuotta tai vähemmän
 4-6 vuotta
 7-9 vuotta
 10-12 vuotta
 13-15 vuotta
 16-18 vuotta
 19 vuotta tai enemmän

5. Halutessasi voit kertoa, mikäli sinulla on muun alan työkokemusta, muun alan tutkinto tai täydennys- / lisäkoulutuksista saatua erityisosaamista.

6. Minkä ikäisten lasten kanssa työskentelet / olet työskennellyt toimintaterapeuttina? *

(Valitse yksi tai useampi kohta.)

- 0-2-vuotiaiden
 3-4-vuotiaiden
 5-6-vuotiaiden
 7-8-vuotiaiden
 9-10-vuotiaiden
 11-12-vuotiaiden

7. Tämänhetkinen työpaikka *

(Halutessasi voit tarkentaa työpaikkaasi tekstiruutuun.)

- Perusterveydenhuolto
 Erikoissairaanhoido
 Muu julkinen sektori
 Yksityinen sektori
 Kolmas sektori
 Jokin muu, mikä?

8. Missä päin Suomea työskentelet? *

- Etelä-Suomi
 Pohjois-Suomi
 Itä-Suomi
 Länsi- ja Sisä-Suomi
 Lounais-Suomi
 Lappi
 Ahvenanmaa

9. Miten hyvin koet tuntevasi seuraavien käsitteiden merkityksen? *

(Rastita jokaiseen käsitteeseen parhaiten sopiva vaihtoehto.)

	Erittäin hyvin	Hyvin	Kohtalaisesti	Huonosti	En osaa sanoa
Tunnetaidot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunneälytaidot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne- ja sosiaaliset (vuorovaikutus)taidot / Sosioemotionaaliset taidot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne- ja tietoisuustaidot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne- ja turvataidot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mielenterveystaidot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Elämäntaidot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Mitä tunnetaidot mielestäsi tarkoittavat ja millaisia osa-alueita ne sisältävät? *

11. Käytätkö itse tunnetaidot-käsitettä? Käytätkö jotakin muuta käsitettä sen tilalla / lisäksi? Onko tunnetaidot-käsite mielestäsi hyvä ja kuvaava toimintaterapiassa käytettäväksi? *

12. Millaisia tunnetaitoihin liittyviä asioita toimintaterapiassa mielestäsi tavanomaisesti edistetään? *

13. Missä määrin olet huomionut (suoraan tai epäsuoraan) tunnetaidot 0-12-vuotiaiden lasten toimintaterapiassa? *
(Valitse parhaiten kuvaava vaihtoehto.)

- Jokaisen / lähes jokaisen lapsen kohdalla
- Useamman lapsen kohdalla
- Joidenkin lasten kohdalla
- Harvan lapsen kohdalla
- En yhdenkään lapsen kohdalla
- En osaa sanoa

14. Millaisilla lapsilla on kokemuksesi mukaan ollut erityisiä tunnetaitojen haasteita (esim. ikäkaudelle tyypillisistä poikkeavia)? *

(Valitse haluamasi määrä kohtia. Voit tarkentaa asiakasryhmää tekstikenttään (esim. neuropsykiatrinen häiriö: ADHD, Aspergerin oireyhtymä, OCD jne.))

Lapsella / Lapsilla, joilla on...

- aistisäätelytaitojen haastetta
- erityisherkkyyttä
- neuropsykiatrinen häiriö
- rajattomuutta
- toiminnanohjauksen haastetta
- turvattomuutta
- trauma
- oppimisvaikeutta
- motorista haastetta
- mielenterveysongelma
- aivovamma
- kehitysvamma
- jotakin muuta taustalla, mitä?
- En osaa sanoa

15. Millaisilla lapsilla tunnetaitojen tai sen osa-alueiden edistäminen on ollut kokemuksesi mukaan toimintaterapian tavoitteena? *

(Valitse haluamasi määrä kohtia. Voit tarkentaa asiakasryhmää tekstikenttään.)

Lapsella / Lapsilla, joilla on...

- aistisääätelytaitojen haastetta
- erityisherkkyyttä
- neuropsykiatrinen häiriö
- rajattomuutta
- toiminnanohjauksen haastetta
- turvattomuutta
- trauma
- oppimisvaikeutta
- motorista haastetta
- mielenterveysongelma
- aivovamma
- kehitysvamma
- jotakin muuta taustalla, mitä?
- En osaa sanoa / Tunnetaidot eivät ole olleet tavoitteena

16. Miten usein olet itse yrittänyt tietoisesti / tavoitteellisesti edistää edellä mainittujen lasten tunnetaitoja? *

(Valitse parhaiten kuvaava vaihtoehto.)

- Aina
- Usein
- Joskus
- Harvoin
- En koskaan
- En osaa sanoa
- Asiakkaanani ei ole ollut näitä lapsia

17. Millaisia keinoja olet itse käyttänyt tunnetaitojen edistämiseen 0-12-vuotiaiden lasten toimintaterapiassa?

Millaisia keinoja olet kuullut käytettävän tunnetaitojen edistämiseen lasten toimintaterapiassa?

(Esim. jokin terapiamuoto, kuten ryhmäterapia, si-terapia, vuorovaikutusterapia tai perheterapia ja/tai terapiamenetelmä, kuten leikki, kosketus, musiikki tai kuvat)

18. Onko jotain, mitä haluat sanoa aiheeseen liittyen?

Kiitos paljon vastauksistasi ja ajastasi!

Vahvista vastausten lähetyksen