

LASTEN ITSESÄÄTELYTAIDOT ESIOPETUKSESSA

Marika Jokinen
Pro gradu -tutkielma
Psykologian laitos
Jyväskylän yliopisto
Elokuu 2019

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Psykologian laitos

JOKINEN, MARIKA: Lasten itsesäätelytaidot esiopetuksessa

Pro gradu -tutkielma, 33 s.

Ohjaajat: Kimmo Jokinen ja Tomi Oinas

Psykologia

Elokuu 2019

Tämä tutkimus on osa *Päivittäisyys transitoissa, lapset moninaisissa perhemuodoissa (DALFA)* - tutkimusprojektia. Tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella itsesäätelytaitoja suomalaisessa esiopetuksessa sekä selvittää niiden yhteyksiä lapsen kotiympäristöön. Yhteyksiä tarkasteltiin lapsen sukupuolen, sisarusmäärän, vanhempien työtilanteen ja koulutustaustan sekä perheessä tapahtuneiden muutosten osalta. Tutkimukseen osallistui yhteensä 211 lasta ja 156 vanhempaa. Tutkimuksen aineisto rajattiin 156 lapseen, joiden osalta oli käytettävissä vanhempien ilmoittamat taustatiedot. Aineisto kerättiin keväällä 2016 kahdella suomalaisella paikkakunnalla 21 esiopetusryhmässä. Aineiston keruussa hyödynnettiin Kisse-mobiilipäiväkirjakselyä, jonka kahdeksantoista kysymykseen lapset vastasivat yhden esiopetusviikon ajan. Perheen taustatiedot kerättiin vanhemmilta sähköisellä taustatietokyselyllä. Itsesäätelytaitoja tutkittiin viidestä Kisse-kyselyn kysymyksestä muodostetulla mittarilla, joka perustui lasten päivittäisiin itsearvioihin esiopetuspäivän kulusta. Perheen muutoksia kartoitettiin taustatietokyselyssä kymmenellä kysymyksellä ja ne ryhmiteltiin asuinpaikan muutoksiin, perhemuodon muutoksiin ja terveydentilan muutoksiin. Analyysimenetelmänä käytettiin ristiintaulukointia. Tulokset osoittivat, että perheen useilla muutoksilla on yhteys lasten heikkoihin itsesäätelytaitoihin. Yhteydet tarkasteltiin erikseen asuinpaikan muutosten ja perhemuodon muutosten osalta ja kummassakin tapauksessa löytyi yhteys heikkoihin itsesäätelytaitoihin. Lisäksi pojilla havaittiin tyttöjä heikommalla itsesäätelytaidoilla. Suuntaa antava tulos löytyi ainoiden lasten ja hyvien itsesäätelytaitojen osalta, vaikkakin kyseisen tuloksen luotettavuutta tulee tarkastella rajallisen havaintomäärän perusteella kriittisesti. Tulokset tuovat uutta tietoa lasten itsesäätelytaitojen yhteyksistä kotiympäristöön. Tutkimuksen erityispiirre on päiväkirjamenetelmän hyödyntäminen aineiston keruussa ja lasten itsesäätelytaitojen tutkiminen itsearvioihin perustuen. Esiopetuksessa olevien lasten itsesäätelytaitojen yhteyttä kotiympäristön taustatekijöihin ei ole Suomessa tiettävästi aiemmin tutkittu. Tämän tutkimuksen perusteella perheessä tapahtuvat muutokset näyttävät riskitekijänä lapsen suotuisalle kehitykselle. Lisää tutkimustietoa tarvitaan itsesäätelytaitojen kehityksen riskiryhmässä olevien lasten tunnistamiseksi ja tukitoimien kohdentamiseksi esimerkiksi varhaiskasvatuksessa.

Avainsanat: itsesäätelytaidot, päiväkirjamenetelmä, esiopetus, perheen muutokset, kasvu ympäristön pysyvyys

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO.....	1
1.1 Itsesäätelytaitojen kehittyminen lapsuudessa.....	2
1.2 Kehityksen konteksti – perheet muuttuvissa tilanteissa.....	3
1.3 Itsesäätelytaidot esiopetuksessa.....	6
1.4 Tutkimusongelmat.....	8
2. AINEISTO JA MENETELMÄT.....	9
2.1 Aineiston keruu.....	9
2.2 Tutkittavat.....	9
2.3 Mittarit ja muuttujat.....	10
2.3.1 Itsesäätelytaidot.....	10
2.3.2 Sisarukset.....	12
2.3.3 Vanhempien työtilanne ja koulutustausta.....	12
2.3.4 Perheessä tapahtuneet muutokset.....	13
2.4 Aineiston analyysi.....	14
3. TULOKSET.....	15
3.1 Sukupuolen yhteys itsesäätelytaitoihin.....	15
3.2 Sisarusten yhteys lapsen itsesäätelytaitoihin.....	16
3.3 Vanhempien työtilanteen ja koulutustaustan yhteys lapsen itsesäätelytaitoihin.....	17
3.4 Perheessä tapahtuneiden muutosten yhteys lapsen itsesäätelytaitoihin.....	20
4. POHDINTA.....	22
LÄHTEET.....	27

1. JOHDANTO

Itsesäätelytaidot luovat perustan yksilön identiteetin kehitykselle ja näin ne vaikuttavat pitkäaikaisesti yksilön hyvinvointiin (Hofer, Busch & Kärtner, 2011). Hyvät itsesäätelytaidot ovat yhteydessä psyykkiseen terveyteen, käyttäytymiseen, akateemiseen suoriutumiseen ja sosiaaliseen kompetenssiin eli kauttaaltaan yksilön suotuisaan kehitykseen (Buckner, Mezzacappa & Beardslee, 2009; Eisenberg, Smith, Sadovsky & Spinrad, 2004). Itsesäätelyn pulmat ovat jollain tapaa mukana lähes kaikissa nykyihmisten kohtaamissa isoissa psyykkisissä ja sosiaalisissa ongelmissa – onnistunut itsesäätely on keskeinen tekijä ihmismielen rakentumisesta ja kehitystä tarkasteltaessa (Vohs & Baumeister, 2004).

Itsesäätelytaidoille luodaan jo lapsuudessa pohjaa, joka ennustaa myöhempää aikuisiän itsesäätelyä (Ayduk ym., 2000). On siis keskeistä tutkia lasten itsesäätelytaitoja ja kasvuympäristön vaikutusta niiden kehitykseen. Perhe on lapsen pääasiallinen kasvuympäristö, minkä vuoksi perhesuhteiden muutokset, kuten vanhempien ero, muokkaavat lapsen kasvuympäristöä merkittävästi (Erhola, 2017). Tutkimusten mukaan useat muutokset lapsen kasvuympäristössä ennustavat muun muassa lapsen heikompaan kouluvalmiuteen (Fomby & Mollborn, 2017). Vaikeuksia ennustavien tekijöiden tunnistaminen jo alle kouluikässä voi olla merkittävää lapsen kehityksen ja tulevan koulutien kannalta (Aro, 2011a). Viime vuosina käsitys itsesäätelytaitojen merkittävästä asemasta lapsen kehityksessä on vahvistunut, minkä vuoksi myös kiinnostus itsesäätelytaitoihin vaikuttavista tekijöistä ja riskiryhmien tunnistamisesta on lisääntynyt (Piotrowski, Lapierre & Linebarger, 2013).

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tarkastella itsesäätelytaitoja suomalaisessa esiopetuksessa sekä selvittää mahdollisia yhteyksiä itsesäätelytaitojen ja kotiympäristön välillä. Taustatekijöistä tarkastelun kohteena on lapsen sukupuoli, sisarukset, vanhempien työllisyys ja koulutustausta sekä perheissä tapahtuneet muutokset, kuten muuttaminen tai vanhempien ero. Tutkimuksen aineisto on kerätty esiopetuksessa käyttäen mobiilipäiväkirjamenetelmää, jonka avulla itsesäätelytaidoista on saatu lasten itsearviot viidellä eri kysymyksellä kysyttynä. Perheen taustatiedot on kerätty lasten vanhemmilta erillisellä kyselylomakkeella. Kaikkiaan tutkimuksessa on käytetty 156 lapsen vastauksia.

Seuraavat alaluvut esittelevät itsesäätelytaitojen kehitystä lapsuudessa, perheissä yleisesti tapahtuvia muutoksia ja niiden vaikutuksia lapsen kehitykseen, esiopetusympäristöä itsesäätelytaitojen kontekstina sekä tarkemmat tutkimusongelmat.

1.1 Itsesäätelytaitojen kehittyminen lapsuudessa

Itsesäätelytaidoilla tarkoitetaan kehityspsykologisesta näkökulmasta tarkasteltuna ihmisen kykyä säädellä omia tunteitaan, käyttäytymistään ja kognitiivista toimintaansa ympäristölle suotuisalla ja omien tavoitteidensa mukaisella tavalla (Aro, 2011a). Säättely kohdistuu motivaatioon, tunteisiin, haluihin, impulsseihin, tarkkaavaisuuteen ja ajatuksiin ja se voi olla joko tietoisista tai tiedostamatonta (Vohs & Baumeister, 2004).

Itsesäätelytaidot ovat käsitteellisesti lähellä toiminnanohjauksen ja tahdonalaisen hallinnan käsitteitä. Toiminnanohjauksella tarkoitetaan kuitenkin useammin työskentelytaitoja, jotka ovat itsesäätelytaitoihin kuuluva kapeampi osa-alue ja sisältävät usein neuropsykologisen kiinnostuksen. Myös tahdonalainen hallinta kuvaa samoja ulottuvuuksia, mutta se kertoo enemmän pienten lasten kyvystä inhiboida eri toimintoja eli käsite on itsesäätelyä suppeampi. (Aro, 2011b.) Tässä tutkimuksessa käytettävä itsesäätelyn kokonaisvaltainen määrittely pitää sisällään toiminnanohjaukseen ja tahdonalaiseen toimintaan kuuluvat kognitiiviset prosessit, mutta myös sosiaalisen ja emotionaalisen säätelyn. Itsesäätelyn eri ulottuvuudet ja niiden kehitys eivät ole toisistaan riippumattomia prosesseja, vaan ne ovat tiiviisti nivoutuneet yhteen (Aro, 2011a).

Eri ikäisten lasten itsesäätelyn kehityksen vaiheet voi nähdä lasten toimintaa tarkkailtaessa: puheen oppiminen tuo lapselle paljon uusia tunnesäätelyn keinoja ja aivojen, erityisesti etuotsalohkon, kypsyminen kehittää kognitiivisen toiminnan säätelyä, mikä näkyy kauttaaltaan lapsen itsesäätelytaitojen kehityksen harppauksena ennen esiopetusikää (Aro, 2011b; Aro, 2011a). 5- ja 6-vuotiailla lapsilla kyky valita eri tilanteisiin sopivia strategioita, kuten tarkkaavaisuuden suuntaaminen eri kohteeseen, on jo kehittynyt (McCabe, Cunnington & Brooks-Gunn, 2004). Esiopetusiässä itsesäätelytaidot kehittyvät merkittävästi ja kehitys jatkuu aikuisuuteen saakka (Eisenberg ym., 2004; Piotrowski ym., 2013). Taidot ovat myös verrattain pysyvät, sillä esiopetusiässä mitattujen itsesäätelytaitojen on havaittu ennustavan itsesäätelytaitoja pitkälle aikuisuuteen, 30-vuotiaiksi asti (Ayduk ym., 2000; Shoda, Mischel & Peake, 1990).

Itsesäätelytaitojen kehitykseen vaikuttavat lapsen omat, sisäsyntyiset tekijät sekä ympäristötekijät (Aro, 2011a). Sisäsyntyisistä tekijöistä yksilön tarpeet, kyvyt ja temperamentti vaikuttavat itsesäätelytaitoihin yhdessä yksilön ja ympäristön välisen vuorovaikutuksen kanssa (Aro, 2011a; McCabe ym., 2004). Lukuisissa tutkimuksissa on havaittu, että pojilla on tyttöjä heikommat

itsesäätelytaidot (Piotrowski ym., 2013; Moffitt ym., 2011, 2; Heikintalo & Viianen, 2010). Poikien heikommat itsesäätelytaidot on havaittu useaa mittaria käyttäen myös esiopetuksen kontekstissa (Matthews, Morrison & Ponitz 2009).

Itsesäätelytaitojen kehitykseen vaikuttavista ympäristötekijöistä merkittävin on lapsen kotiympäristö (Laakso, 2011). Itsesäätelytaitojen kehityksen perusprosessissa lapsi turvautuu ensin säätelyssään ympärillä oleviin ihmisiin ja hiljalleen aikuisen itsesäätelytaidot sisäistyvät lapsen omiksi taidoiksi oppimisen, kokemusten ja ympäristön tuen myötä (Aro, 2011b; Eisenberg ym., 2004). Keskeisiä lähtökohtia itsesäätelytaitojen suotuisalle kehittymiselle ovat hallinnan, tuttuuden ja turvallisuuden tunteet. Lapsen kasvuympäristön on oltava riittävän johdonmukainen, jotta lapsi pystyy löytämään tapahtumista säännönmukaisuutta ja ennustettavuutta. Ympäristössä tapahtuvat suuret muutokset ja hoivan kykenemättömyys vastata lapsen tarpeisiin voivat johtaa siihen, että lapsi ei koe ymmärtävänsä tai hallitsevansa ympäristönsä tapahtumia. (Aro, 2011b.) Vanhemman ja lapsen välisen suhteen laatu, vanhempien kasvatuskäytänteet ja kiintymyssuhteen laatu ovat vahvasti yhteydessä lapsen itsesäätelytaitoihin (Laakso, 2011; Calkins, 2004). Tässä tutkimuksessa ei kuitenkaan tarkastella vanhemmuuden laatua, minkä vuoksi sen vaikutusprosesseja itsesäätelytaitojen kehitykseen ei esitellä tarkemmin.

Lapsuudessa itsesäätelytaitojen kehityksen ongelmat voivat johtaa erilaisiin häiriöihin, jotka näyttäytyvät tunteiden ja käyttäytymisen yli- tai alisäätelynä. Kehitystä arvioitaessa on kuitenkin keskeistä huomioida lapsen temperamentti, yleinen kehitys sekä elämäntilanne ja muut tilannetekijät, sillä kaikki yhdessä vaikuttavat siihen, millaisena itsesäätely näyttäytyy. (Aro, 2011c.) Itsesäätelytaitojen tutkimisen kannalta on myös hyvä muistaa, että itsesäätely vaikeutuu lasten ollessa vertaisryhmässä ikäistensä kanssa (McCabe ym., 2004).

1.2 Kehityksen konteksti – perheet muuttuvissa tilanteissa

Perhesuhteiden muutokset muokkaavat lapsen pääasiallista kasvuympäristöä eli perhettä (Erhola, 2017), joka on itsesäätelytaitojen kehitykseen keskeisimmin vaikuttava ympäristötekijä (Laakso, 2011). Tässä luvussa esitellään tilastoja perheiden muutoksista sekä tutkimuksia muutosten vaikutuksista lasten hyvinvointiin.

Suomalaiset lapset asuvat tänä päivänä monenlaisissa perhemuodoissa. Suomessa avioeroon päätyy noin puolet solmituista avioliitoista (SVT: Siviilisäädyn muutokset, 2013) ja selkeä enemmistö avioeron kohtaavista perheistä on lapsiperheitä (SVT: Siviilisäädyn muutokset 2017). Suomessa joka kymmenes lapsi asuu vakituisesti uusperheessä ja viidennes asuu muussa kuin kahden vanhemman perheessä (SVT: Perheet, 2017, katsaus 5). Yhden vanhemman kanssa asuvien lasten osuus kasvaa lapsen iän myötä ja myös vuoroasuminen on yleistynyt (SVT: Perheet, 2017).

Viime aikoina on alettu tutkimaan lapsen kasvuympäristön muutoksia, sillä vakaa ympäristö suojaa lapsia stressiltä ja vahvistaa heidän kokemustaan ympäristöstä ennustettavana ja ymmärrettävänä (Fomby & Mollborn, 2017). Uudemmissa tutkimussuuntauksista muun muassa elämänkaaritutkimus ja ekologisen mallin näkökulma ovat siirtäneet ajattelua avioerosta yksittäisenä lapsen elämään vaikuttavana negatiivisena tapahtumana prosessiajatteluun, jossa avioeron myötä lapsi kohtaa monenlaisia siirtymiä, jotka kokonaisuudessaan vaikuttavat lapsen hyvinvointiin (Flowerdew & Neale, 2003). Muiden muassa Amato (2010) nostaa esiin tarpeen tutkia avioeron jälkeisten muutosten määrän vaikutusta lasten hyvinvointiin. Hänen mukaansa lapsen kehitykselle on tärkeää ennemminkin kasvuympäristön pysyvyys, kuin perhemuoto. Amato kokoaa lukuisten tutkimusten pohjalta lapsen eron jälkeiseen hyvinvointiin vaikuttaviksi tekijöiksi muun muassa taloudellisen tilanteen heikkenemisen, vanhempien keskeiset ristiriidat, vähäisen yhteydenpidon poismuuttaneen vanhemman kanssa ja yhteisten vanhemmuuskäytäntöjen puutteen. (Amato, 2010.)

Rissanen (2016) mukaan ydinperheestä poikkeavassa perhemuodossa asuvilla lapsilla ja nuorilla on suurempi riski heikentyneelle hyvinvoinnille. Hän kuitenkin painottaa, että perhemuoto ei itsessään ole merkittävin tekijä selittämään lasten ja nuorten hyvinvointia, sillä monet muut tekijät vaikuttavat siihen, millainen vaikutus perhemuodon muutoksilla on lapseen ja nuoriin (Rissanen, 2016). Fombyn ja Mollbornin (2017) tutkimuksessa lapsen kasvuympäristön muutosten monipuolisuus ja erityisesti muutosten määrä olivat yhteydessä lapsen heikompaan kouluvalmiuteen. Korkea määrä muutoksia ennusti lapsen kouluongelmia yksilöllisten tekijöiden ja perhemuodon ollessa kontrolloituina. (Fomby & Mollborn, 2017.) Bernardin ja muiden (2013) mukaan vaikuttava tekijä lasten hyvinvoinnille eron jälkeen ei näytä olevan aikuisten määrä perheessä, vaan perheessä tapahtuneiden muutosten määrä, esimerkiksi vanhempien solmimat uudet suhteet ja muutot. Samanlaiseen tulokseen päätyneet Osborne ja McLanahan (2007) selittivät muutosten määrän yhteyttä lapsen käytösongelmiin vanhemmuuden laadun heikkenemisen kautta, jota aiheutti perhemuodon muutoksen mukanaan tuoma stressi. Myös

muissa tutkimuksissa äitien vanhemmuusstressin on havaittu kasvavan, kun perheessä tapahtuu paljon muutoksia (Cooper, McLanahan, Meadows & Brooks-Gunn, 2009). Perhemuodon muutoksilla oli Cavanaghin ja Hustonin (2006) mukaan yhteyttä ensimmäiselle luokalle siirtyvien lasten ulkoisen käytöksen ongelmissa juuri perheen aineellisten ja aineettomien resurssien muutosten kautta.

Toinen yleisesti perheitä ja lapsia kohtaava muutos on muuttaminen: alle 9-vuotiaista lapsista 14 prosenttia muuttaa saman kunnan sisällä ja noin viisi prosenttia eri paikkakunnalle vuosittain (Saari, 2010). Muutto voi tapahtua lähelle, jolloin lapsen elinpiiri säilyy pitkälti muuttumattomana, tai kauas, jolloin lapsen elämässä muuttuvat kodin ja lähiympäristön lisäksi esimerkiksi päiväkotit ja kaverit. Suomalainen kohorttitutkimus vuonna 1987 syntyneistä näyttää, että runsas muuttaminen lapsena on riski lapsen ja nuoren hyvinvoinnille. Tutkimuksen mukaan pisimpiä matkoja muuttavat korkeakoulutettujen vanhempien lapset. (Ristikari ym., 2016.) Myös tanskalaisten Webbin, Pedersenin ja Mokin (2016) mukaan lapsuusajan muutoilla on yhteys myöhempiin vaikeuksiin elämässä. Monta muuttoa vuodessa sekä lapsen korkea ikä muuttohetkellä olivat yhteydessä väkivaltaan itseä ja muita kohtaan, päihde- ja mielenterveyden ongelmiin sekä ennenaikaisiin kuolemiin (Webb ym., 2016).

Amerikkalaiset lapset kokevat esiopetusikänsä mennessä keskimäärin seitsemän isompaa muutosta, joista suurin osa aiheutuu päivähoidon vaihtumisesta, muuttamisesta ja äidin työtilanteen muutoksista (Fomby & Mollborn, 2017). Toisessa tutkimuksessa havaittiin, että useat muutot, naapuruston vaihtuminen ja muutto heikkotasoisempaan naapurustoon ennustivat lasten heikompaa sosiaalista ja emotionaalista käyttäytymistä päiväkodissa, vaikka tutkimuksessa kontrolloitiin yksilölliset ja naapuruston tekijät (Mollborn, Lawrence & Root, 2018). Tämä viittaa siihen, että muuttamisessa itsessään voisi olla jotain sellaista, mikä vaikuttaa lasten kehitykseen.

Perheen taloudellisen tilanteen ja vanhempien koulutuksen osalta tutkimustieto on hajanaista. Jalovaaran ja Anderssonin (2018) mukaan matalasti koulutettujen suomalaisten äitien lapset asuvat korkeakoulutettujen äitien lapsia useammin moninaisissa perhemuodoissa. Matalasti koulutettujen äitien lasten on todennäköisempää syntyä avopareille ja yksinhuoltajille sekä kokea lapsuutensa aikana perhemuodon muutoksia, erityisesti vanhempien ero. Tämän perusteella äidin koulutusaste olisi ennustava tekijä lapsen kohtaamille perhemuutoksille. (Jalovaara & Andersson, 2018.) Matalatuloisten perheiden lapsilla on Piotrowskin ja muiden (2013) mukaan heikommat itsesäätelytaidot. Puolestaan vähemmistöasema, perhemuoto, ja vanhempien koulutusaste eivät heidän mukaan ole yhteydessä itsesäätelyyn. (Piotrowski ym., 2013.) Tutkimukset antavat viitteitä myös siitä, että perheen heikko

taloudellinen tilanne (Entwisle, Alexander & Olson, 2007) ja suuri määrä muutoksia perheessä (Cooper, Beck, Osborne & McLanahan, 2008; Mitchell ym., 2015) ovat yhteydessä erityisesti poikien heikompiin itsesäätelytaitoihin. Taloudellisen tilanteen ja sukupuolen yhteisvaikutusta itsesäätelytaitoihin ei kuitenkaan kaikissa tutkimuksissa ole havaittu (Piotrowski ym., 2013; Fomby & Mollborn, 2017).

Sisarusten merkityksestä itsesäätelytaitojen kehittymiseen löytyy niukasti tutkittua tietoa. Brodyn, Kimin, Murrin ja Brownin (2003) mukaan vanhemman sisaruksen kompetenssi on yhteydessä nuoremman sisaruksen itsesäätelytaitoihin jopa vanhemmuustyylin vaikutusten yli. Bronfenbrennerin ekologisen mallin ja systeemisen perheteorian näkemysten mukaan vanhempi sisarus vaikuttaa toisen lapsen kehityksen kulkuun epäsuorasti. Näissä lähestymistavoissa kaikki perheenjäsenet ovat osa vuorovaikutteista ja toisistaan riippuvaa järjestelmää, jossa yhden jäsenen käyttäytyminen vaikuttaa muihin perheenjäseniin ja koko perheen vuorovaikutukseen. (Brody ym., 2003.) Myös Stormshakin ja muiden (1996) mukaan sisaruksen osoittama lämpö ja tuki oli yhteydessä lapsen onnistuneeseen tunnesäätelyyn ja sosiaalisuuteen koulussa. Sisarusten väliset läheiset suhteet voivat myös suojata lasta perheessä tapahtuvien muutosten negatiivisilta vaikutuksilta ja helpottaa sopeutumista perheen uuteen tilanteeseen (Milevsky & Levitt, 2005).

1.3 Itsesäätelytaidot esiopetuksessa

Tämän tutkimuksen aineisto on kerätty pääosin esiopetuksessa lasten itsearvioina. Seuraavaksi esitellään esiopetuksen toimintaa ja tavoitteita sekä itsesäätelytaitojen merkitystä esiopetusympäristössä.

Vuonna 2015 Suomessa siirryttiin velvoittavaan esiopetukseen, joten nykyään kaikkien lasten tulee saada esiopetusta ennen oppivelvollisuuteen siirtymistä. Suomessa oppivelvollisuus alkaa seitsemän vuoden iässä, joten lapset menevät esiopetukseen ollessaan noin kuusivuotiaita. Esiopetus järjestetään kunnissa tavanomaisimmin päiväkodeissa tai koulujen yhteydessä. (Perusopetuslaki 1998/628. 26 a §.) Esiopetus on toiminnallisesti varhaiskasvatusta. Esiopetuksen tehtävänä on edistää lapsen kasvu-, kehitys- ja oppimisedellytyksiä. Tämä saavutetaan siten, että lapsella on mahdollisuus innostua, kokeilla ja oppia uutta leikin ja muun toiminnan kautta erilaisissa oppimisympäristöissä.

Lapset osallistuvat esiopetuksessa edellytystensä mukaan toiminnan suunnitteluun ja arviointiin, sekä huolehtivat itsestään, toisista, omista tavaroista ja yhteisestä ympäristöstä. Esiopetus tarjoaa lapsille myös mahdollisuuksia harjoitella vuorovaikutus- ja ilmaisutaitoja sekä kehittää tunnetaitoja. (Opetushallitus, 2016.)

Repon mukaan (2013) varhaiskasvatuksen tärkein tehtävä on itsesäätelytaitojen kehityksen tukeminen. Myös lastentarhanopettajien mielestä sosiaaliset ja ryhmässä toimimisen taidot ovat kouluvalmiuden osalta tärkeämpiä kuin akateemiset taidot (Lin, Lawrence & Gorrell, 2003). Hyvät itsesäätelytaidot ovat yhteydessä parempaan sitoutuneisuuteen varhaiskasvatuksen eri toiminnoissa (Repo, 2013). Varhaiskasvatus toimintaympäristönä nostaa kuitenkin esiin itsesäätelytaitojen eroavaisuudet lasten välillä, sillä tilanteiden hektisyys ja vaihtelevuus vaikuttavat eniten niihin lapsiin, joiden itsesäätelytaidot eivät ole vielä pitkälle kehittyneet (Punakivi, 2012).

Itsesäätelytaidot näkyvät lasten toiminnassa kokonaisvaltaisesti, mutta korostuvat erityisesti siirtymätilanteissa ja vertaisryhmissä (Punakivi, 2012). Siirtymät ovat päivittäisiä toimintoja, joissa siirrytään toiminnasta tai paikasta toiseen. Yleisiä siirtymätilanteita ovat kouluun saapuminen ja kotiin lähteminen, ryhmäkoon muutokset, siirtymät ulos ja sisälle sekä vaihdokset ruokailun ja muun toiminnan välillä. Haasteet siirtymätilanteissa voivat näyttäytyä toiminnan lopettamisen ja vaihtamisen vaikeutena, luokkatovereiden häiritsemisenä, toiminnan välttelyä, kärsimättömyytenä ja vuoron odottamisen vaikeutena ja uuden toiminnan aloittamisen pulmina. Siirtymien hankaluus voi johtaa lapsen erkaantumiseen ryhmästä, oppimisesta ja aktiviteeteista. (Banerjee & Horn, 2013.) Ajan hahmottaminen, siirtymät ja strukturoimattomat tilanteet ovat vaikeampia niille lapsille, joilla on puutteita itsesäätelytaidoissa (Koivunen, 2009). Esiopetuksen siirtymätilanteessa hyvät itsesäätelytaidot näkyvät esimerkiksi siten, että lapsi osaa itse suunnata pukemaan ulkovaatteet välitunnin alkaessa ilman aikuisen ohjausta.

Itsesäätelyä tarvitaan myös esiopetuksen tavoitteiden mukaisissa vuorovaikutus- ja ilmaisutaitojen sekä tunnetaitojen opettelussa. Muun muassa ristiriidoista selviäminen ilman aikuisen apua tai kiukkukohtaukselta välttyminen pettymyksiä kohdattaessa viittaavat hyviin itsesäätelytaitoihin. Myös ohjeistetussa toiminnassa mukana pysyminen vaatii itsesäätelytaitoja, joiden avulla lapsi sopeutuu kulloiseenkin tilanteeseen. Esimerkiksi leikki-tilanteessa haluamallaan lelulla leikkiminen vaatii omien tarpeiden viestimistä ja niiden sopeuttamista ympäristöön ja ryhmään. Kauttaaltaan itsesäätely näyttää siten, että lapsi kykenee toimimaan ryhmässä muiden kanssa, suuntaamaan

tarkkaavaisuutensa haluamaansa kohteeseen, hillitsemään epäsoivia tunneilmaisuja ja noudattamaan annettuja ohjeita. Hyvät itsesäätelytaidot näkyvät lapsen kykyä toimia itsenäisesti.

Esiopetusiässä lapsen itsesäätelyn keinot ovat siirtymässä ulkoisesta säätelystä kohti sisäistä säätelyä. Lapselle on tässä vaiheessa erityisen tärkeää antaa selkeitä sääntöjä. Kiinnostus kohdistuu vertaisiin ja lapselle tulee oletuksia ja ihanteita siitä, miten asiat tulee tehdä. Esiopetusvaiheessa lapsen itsesäätely kehittyy paljon leikeissä, mutta ennen kaikkea ystävyyssuhteissa. (Aro, 2011a; Aro, 2011b.) Itsesäätelytaidot ovat osa lapsen sosiaalista kompetenssia. Esiopetusikäisen lapsen tärkeimpiä sosiaalisia kehitystehtäviä ovat myönteisten sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen sekä tunnesäätely. Usein itsesäätelyn ongelmat johtavat sosiaalisten taitojen ongelmiin ja kaverien puutteeseen. (Poikkeus, 2011.)

1.4 Tutkimusongelmat

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tarkastella itsesäätelytaitoja esiopetuksessa sekä selvittää yhteyksiä perheen taustatekijöiden ja itsesäätelytaitojen välillä. Taustatekijöistä tutkitaan lapsen sukupuolen ja sisarusten yhteyksiä, vanhempien työllisyyttä ja koulutustaustaa sekä perheessä tapahtuneita muutoksia. Perheessä tapahtuneista muutoksista tarkastellaan asuinpaikan muutoksia, perhemuodon muutoksia sekä terveydentilan muutoksia. Lisäksi tutkitaan kaikkien muutosten määriä ja tarkastellaan eri muutosmäärien yhteyksiä itsesäätelytaitoihin. Aineisto on kerätty lapsilta päiväkirjamenetelmällä ja vanhemmilta erillisellä kyselylomakkeella.

Aiempien tutkimusten pohjalta voidaan odottaa poikien itsesäätelytaitojen olevan tyttöjen taitoja heikommat. Sisarusten ja vanhempien työllisyyden osalta tutkimustieto on pirstaleista. Myös vanhempien koulutustaustan osalta tutkimustieto on hajanaista, mutta osassa tutkimuksista on näyttöä siitä, että erityisesti äitien kouluttautuminen olisi myönteisesti yhteydessä itsesäätelytaitoihin. Muutosten osalta aiemmat tutkimukset näyttäisivät esittävän runsaille muutoksille ja epäsuotuisalle kehityssuunnalle yhteyttä.

2. AINEISTO JA MENETELMÄT

Tämä tutkimus sijoittuu kehityspsykologian tutkimuskentälle ja tutkii lasten itsesäätelytaitoja ja kotiympäristöä. Tutkimuksen aineisto kerättiin Jyväskylän yliopiston Perhetutkimuskeskuksen tutkimukseen *Päivittäisyys transitoissa, lapset moninaisissa perhemuodoissa* eli DALFA-tutkimukseen. DALFA-tutkimuksen tavoitteena on selvittää lasten päivittäisiä toimintoja, tunteita ja sosiaalisia suhteita lasten arjessa sekä niiden yhteyksiä perheiden muutoksiin. Tutkimus on saanut Suomen Akatemian rahoituksen vuosille 2015–2019. Tämän tutkimuksen aineisto on osa DALFA-tutkimuksen aineistoa.

2.1 Aineiston keruu

Käytetty aineisto muodostuu lasten vastaamasta Kisse-mobiilipäiväkirjakyselystä sekä vanhempien täyttämästä taustatietokyselystä. Kyselyt on toteutettu kahdella paikkakunnalla Suomessa vuoden 2016 keväällä. Lasten osalta aineiston keruussa hyödynnettiin mobiilipäiväkirjaa, jonka avulla esiopetuksen lasten oma ääni ja kokemukset tulevat osaksi tutkimusta. Menetelmää varten Perhetutkimuskeskuksessa muodostettiin Kisse-mobiilipäiväkirjakysely, johon lapset vastasivat tablettitietokoneella viitenä iltapäivänä viikon ajan esiopetuksen henkilökunnan ohjeistuksella. Kisse-kyselyyn kuuluu kaikkiaan kahdeksantoista kysymystä tunteista, sosiaalisista suhteista ja päivittäisistä toimista, jotka toistuvat jokaisella mittauskerralla samoina. Kisse-kyselyssä oli kysymysten tueksi kuvitus havainnollistamassa vastausvaihtoehtoja.

2.2 Tutkittavat

DALFA-tutkimuksen aineisto kerättiin vuoden 2016 keväällä ja syksyllä, ensin lasten ollessa esiopetuksessa ja myöhemmin heidän siirtyessään ensimmäiselle luokalle alakouluun. Tämän tutkimuksen aineisto koostuu kevään mittauksista eli esiopetuksessa olleiden lasten ja heidän vanhempiensa vastauksista. Kisse-mobiilipäiväkirjakysely tehtiin 6–7-vuotiaille lapsille 21

esiopetusryhmässä kahdella paikkakunnalla. Yhteensä kyselyyn vastasi 211 lasta. Esiopetusryhmät vaihtelivat suuruudeltaan 3–25 lapsen väliltä. Kisse-kyselyyn vastanneiden lasten vanhemmille lähetettiin sähköinen taustatietokysely. Käytettävissä oli 156 vanhemman vastaukset. Taustatietokyselyn osalta vastausprosentti oli 74,4 prosenttia. Kyselyyn vastanneista suurin osa oli äitejä (82%). Tätä tutkimusta varten tieto lapsen sukupuolesta saatiin vanhemmille lähetetystä taustatietolomakkeesta, minkä vuoksi käytetty aineisto on rajattu 156 lapseen ja heidän päivittäisiin vastauksiinsa ($n=680$). Aineistossa on tyttöjä ($n=86$) hieman enemmän kuin poikia ($n=70$).

2.3 Mittarit ja muuttujat

Tässä alaluvussa esitellään tutkimukselle keskeiset muuttujat ja niiden muodostuminen aineiston pohjalta. Luvussa käydään läpi myös itsesäätelytaitojen mittarin rakentuminen sekä perheessä tapahtuneiden muutosten määrän muuttujan sisällöllinen luokittelu ja näiden perusteet. Ensin esitellään itsesäätelytaitojen mittari, sitten lasten sisarusten määrän muuttuja, vanhempien työtilanteen ja koulutustaustan muuttujat ja yhdistelmämuuttujat sekä lopuksi perheessä tapahtuneiden muutosten muuttujat ja näiden ryhmittelyt.

2.3.1 Itsesäätelytaidot

Tälle tutkimukselle keskeisin aineisto muodostuu Kisse-kyselyn päivän kulkuun liittyvistä kysymyksistä. Päivän kulusta kysyttiin viidellä eri kysymyksellä. Kysymysten aiheita olivat päivän sujuminen ja ennustettavuus, siirtymätilanteet, sekä missä määrin lapsi on saanut leikkiä haluamallaan leluilla ja tehdä haluamiaan asioita päivän aikana. Nämä viisi muuttujaa valittiin kuvaamaan itsesäätelytaitoja, sillä ne kartoittavat lapsen kykyä ymmärtää ympäristöään ja säädellä omaa toimintaansa siihen sopivaksi. Siirtymätilanteet ovat keskeinen itsesäätelytaitoja kuvaava toiminnan osa-alue. Päivän sujumista ja ennustettavuutta kartoittavat kysymykset linkittyvät puolestaan ympäristön ymmärtämiseen. Halutuilla leluilla leikkiminen ja haluttujen asioiden tekeminen kuvastavat lapsen kykyä viestiä omia tarpeitaan ja toisaalta suhteuttaa ne ympäristöön ja säädellä omaa

toimintaansa siihen sopivaksi. Suurin osa lapsista vastasi kaikkiin kysymyksiin ja vastauskatoa tuli lähinnä lasten poissaoloista. Itsesäätelytaitojen osalta vastauksia käsiteltiin päiväkohtaisesti, eikä niitä yksilöity koskemaan tiettyjen lasten vastauksia. Vastauksia kertyi usean mittauskerran vuoksi yhdeltä lapselta parhaimmillaan viitenä päivänä, minkä vuoksi käytetty aineisto on lasten vastausten ($n=680$) osalta huomattavasti suurempi kuin lasten määrä ($n=156$).

Päivän sujumista mitattiin kysymyksellä “Miten päiväsi on tänään sujunut?”, johon vastausvaihtoehdot olivat “Olen tiennyt mitä pitää tehdä ja mitä seuraavaksi tapahtuu” ja “En ole tiennyt mitä pitää tehdä ja mitä seuraavaksi tapahtuu”. Ennustettavuutta mitattiin kysymyksellä “Onko päivässä ollut uusia juttuja tai yllätyksiä?”, johon vastausvaihtoehtoja oli kolmiportaisesti: “Sopivasti uutta ja jännittävää”, “Ihan tavallinen päivä” ja “Liikaa yllätyksiä”. Samaan tapaan kolme vastausvaihtoehtoa oli loppuihin kysymyksiin. Siirtymätilanteita kartoitettiin kysymyksellä “Miltä on tuntunut eri puuhien aloittaminen ja lopettaminen?”, johon vastausvaihtoehdot olivat “Tosi helppoa”, “Joskus helppoa ja joskus vaikeaa” ja “Tosi vaikeaa”. Leluilla leikkimistä mitattiin kysymyksellä “Oletko saanut tänään leikkiä niillä leluilla joilla olet halunnut?”, johon vastausvaihtoehdot olivat “Olen saanut leikkiä koko päivän niillä leluilla, joilla olen halunnut”, “Olen saanut leikkiä välillä niillä leluilla, joilla olen halunnut” ja “En ole saanut leikkiä ollenkaan niillä leluilla, joilla olisin halunnut”. Päivä asioita mitattiin kysymyksellä “Kuinka paljon olet saanut tehdä niitä asioita, joita olet halunnut?”, johon vastausvaihtoehdot olivat “Olen saanut tänään tehdä paljon asioita, joita olen halunnut”, “Olen saanut tehdä vain vähän asioita, joita olen halunnut” ja “En ole saanut tänään ollenkaan tehdä niitä asioita, joita olisin halunnut”.

Päivän sujuvuutta mitannut muuttuja muunnettiin vastaamaan muiden muuttujien asteikkoa, minkä jälkeen viiden muuttujan Cronbachin alfa oli 0,646. Koska osassa muuttujista oli vastausvaihtoehtona tutkimuskysymysten kannalta epäinformatiivinen välivastaus (“ei vaikeaa eikä helppoa”), kaikista muuttujista muodostettiin myös dikotomisat versiot. Tässä jaottelussa välivastaukset jätettiin tarkastelun ulkopuolelle ja keskityttiin vain ääri vastauksiin. Dikotomisille muuttujille Cronbachin alfa nousi korkeaksi, 0,901 eli muuttujien ääripäät korreloivat vahvasti keskenään. Riittävän sisällöllisen yhteneväisyyden ja korkean reliabiliteettikertoimen myötä viisi muuttujaa yhdistettiin yhdeksi itsesäätelytaitoja kuvaavaksi muuttujaksi laskemalla itsesäätelytaitojen esiintymisen alkuperäisissä muuttujissa. Uusi itsesäätelytaitoja kuvaava muuttuja luokiteltiin

kolmiportaisesti hyviin taitoihin (32,8%), keskimääräisiin taitoihin (47,6%) ja heikkoihin taitoihin (19,6%).

2.3.2 Sisarukset

Lasten sisarusten määrää kysyttiin vanhemmilta taustatietokyselyssä. 156 lapsen osalta saatiin tieto sisaruksista. Vanhemmilta selvitettiin lapsen kanssa samassa kodissa koko- tai osa-aikaisesti asuvien biologisten ja ei-biologisten sisarusten määrä. Kyselyn mukaan suurimmalla osalla tutkimuksen lapsista on vähintään yksi biologinen sisarus ($n=136$, 87%). Sisarusten määrä vaihteli ei yhdestäkään sisaruksesta seitsemään sisarukseen. Kaksi tai useampi sisarus oli vajaalla kolmanneksella lapsista (29%). Ei-biologisia sisaruksia oli yhdeksällä lapsella, joista kahdeksalla oli myös biologisia sisaruksia. Noin kymmeneksellä lapsista ei ollut lainkaan biologisia tai ei-biologisia sisaruksia. On huomattava, että kysymyksenasettelu jättää tarkastelun ulkopuolelle mahdolliset kotoa pois muuttaneet sisarukset. Ei-biologisten sisarusten osalta ei ole myöskään tietoa yhdessä asutun ajan pituudesta. Sisarusmäärän muuttuja muodostettiin kuvaamaan biologisten ja ei-biologisten sisarusten määrää. Muuttuja tiivistettiin vielä dikotomiseen muotoon, jossa 0=eikä biologisia tai ei-biologisia sisaruksia ja 1=yksi tai useampi biologinen tai ei-biologinen sisarus.

2.3.3 Vanhempien työtilanne ja koulutustausta

Taustatietokyselyssä kysyttiin työtilanne ja koulutustausta molemmilta huoltajilta, sekä kyselyyn vastanneelta että mahdolliselta toiselta huoltajalta. Työtilannetta kysyttiin kokopäivätyön, osa-aikatyön, opiskelun, perhevapaan, yrittäjyyden, eläkkeen, työttömyyden ja muun vaihtoehdon väliltä. Äitien eläkettä ja isien eläkettä ja perhevapaata lukuun ottamatta muihin luokkiin saatiin vastauksia kummaltakin vanhemmalta. Vaihtoehto “muu” jätettiin analyysien ulkopuolelle sen sisällön epäinformatiivisuuden vuoksi. Äitien työtilanteen osalta oli käytettävissä kokopäivätyön, osa-aikatyön, opiskelun, perhevapaan, yrittäjyyden ja työttömyyden vastaukset. Isien osalta käytettävissä olevia vastauksia oli kokopäivätyön, osa-aikatyön, opiskelun, yrittäjyyden ja työttömyyden osalta. Enemmistö vanhemmista oli kokopäivätyössä, äideistä 70,7 prosenttia ja isistä 83,8 prosenttia. Työtilanteesta

luotiin molemmille vanhemmille erikseen dikotomisat muuttajat. Vanhemmat jaettiin työssäolon perusteella kahteen luokkaan, joista toiseen tuli kokopäivätyö, osa-aikatyö ja yrittäjäyys ja toiseen opiskelu, perhevapaa ja työttömyys. Koulutustasoltaan noin 76 prosenttia vastanneista vanhemmista oli korkeakoulutettuja, joten he ovat aineistossa ylliedustettuina verrattaessa koko Suomen väestön kouluttautuneisuuteen (SVT: Väestön koulutusrakenne, 2017). Vastanneista vanhemmista ylemmän korkeakoulututkinnon tai tohtorin tutkinnon oli suorittanut lähes 40 prosenttia ($n=61$). Analyysien ulkopuolelle jätettiin koulutustaustan vastausvaihtoehto “muu koulutus”, sillä sen koulutusasteesta ei ole tietoa ja näin ollen se ei vastaa tutkimuksen kysymyksiin. Jäljelle jääneet vanhempien vastaukset jaettiin korkeakoulututkintoon ja ei-korkeakoulututkintoon. Lopuksi äidin ja isän työllisyydestä ja korkeakoulutuksesta muodostettiin vielä yhdistelmämuuttajat kuvaamaan äidin työllisyyttä ja koulutusta ja isän työllisyyttä ja koulutusta. Lisäksi muodostettiin muuttajat tarkastelemaan äidin ja isän yhtäaikaista työllisyyttä ja yhtäaikaista korkeakoulutusta.

2.3.4 Perheessä tapahtuneet muutokset

Perheessä tapahtuneita muutoksia kysyttiin vanhempien taustatietokyselyssä kymmenellä kysymyksellä. Kyselyssä selvitettiin muutot samalla paikkakunnalla, muutot eri paikkakunnalle, muutot ulkomaille tai ulkomailta, biologisten vanhempien avio- ja avoerot, ei-biologisten vanhempien avio- ja avoerot, uusien avio- ja avoliittojen solmiminen, huoltajan kuolema, huoltajan kumppanin kuolema, huoltajan vakava sairastuminen sekä lapsen vakava sairastuminen. Vastausten jakaumat vaihtelivat eri muutosten välillä. Huoltajan kuolemaa ja huoltajan kumppanin kuolemaa ei ollut raportoitu tapahtuneen kertaakaan, joten ne eivät olleet mukana tarkasteluissa. Muutoksia kuvaavat muuttajat muutettiin dikotomiseen muotoon, jossa 0=eikä muutosta ja 1=muutos on tapahtunut ainakin kerran. Perheiden muutosten määrät jakautuivat siten, että eniten oli yhden muutostyyppin perheitä ($n=62$) ja toiseksi eniten perheitä, joissa ei ollut tapahtunut lainkaan muutoksia ($n=54$). 2–4 muutostyyppin perheitä oli vähiten, joten ne yhdistettiin luokittelussa useiden muutosten perheiksi ($n=36$). Muutoksista tyypillisimpiä olivat erilaiset muutot, joita oli tapahtunut 97 lapsen perheessä. Perheen rakenteen muutoksia oli tapahtunut 22 lapsen perheessä, ja terveydentilan muutoksista raportoitiin seitsemän lapsen perheessä. Dikotomisista muutosmuuttajista tehtiin perheen muutosten

määrää kuvaava muuttuja laskemalla tapahtuneet muutostyypit yhteen. Lisäksi muodostettiin tasapainotettu muutosmuuttuja, jossa eri muutosryhmien painottuminen huomioitiin käyttämällä sisällöllistä ryhmittelyä. Asuinpaikkaan liittyvien muutosten muuttuja muodostettiin muutoista samalla paikkakunnalla, eri paikkakunnalle sekä ulkomaille tai ulkomailta. Perheen rakenteen muutoksia kuvaavaan muuttujaan valittiin biologisten ja ei-biologisten vanhempien avio- ja avoerot ja eron jälkeiset uudet avio- ja avoliitot. Terveystilaa kuvaamaan valittiin huoltajan vakava sairastuminen ja lapsen vakava sairastuminen. Asuinpaikan, perhemuodon ja terveystilan muutosten muuttujat luokiteltiin dikotomisiksi, joissa 0=ei muutosta ja 1=muutos tapahtunut ainakin kerran. Näistä kolmesta muutosryhmästä muodostettiin yksi muutoksia kuvaava muuttuja, jossa kaikkien eri muutostyyppien painoarvo oli suhteessa toisiinsa sama. Tilastolliset testit tehtiin sekä suoralle muutosmuuttujalle että tasapainotetulle muutosmuuttujalle, mutta näiden väliltä ei löytynyt merkittäviä eroja. Tulososiossa esitellään suoran muutosmuuttujan osalta saadut yhteydet ja jakaumat.

2.4 Aineiston analyysi

Tutkimuksen pääasialliseksi analyysimenetelmäksi valittiin ristiintaulukointi. Valtaosa muuttujista oli luokittelu- tai järjestysasteikollisia ja tutkimuksessa tarkasteltiin kerrallaan kahta muuttujaa, jotka vakioitiin sukupuolittain. Ristiintaulukointi oli näillä kriteereillä toimiva menetelmä. Aineiston käsittelyssä jätettiin tutkimuksen ulkopuolelle tutkimuskysymysten kannalta epäinformatiiviset arvot. Muuttujien riippumattomuustesteinä käytettiin Khiin neliön testiä ja osin myös Fisherin eksaktia testiä. Käytetyn otoksen koko ($n=680$) oli pääosin riittävä luokiteltujen muuttujien ristiintaulukoinnille. Tulososiossa ilmoitetaan ristiintaulukoiden solukoot ja otetaan erikseen huomioon pienet solukoot tulosten tulkinnassa. Merkitsevyytensä tulkinnassa käytettiin kriteereinä Khiin neliön testissä odotettujen frekvenssien pienintä arvoa yksi ja sitä, että alle 20 prosenttia soluista saa odotetun frekvenssin alle viisi. Luotettavuusrajana on käytetty viiden prosentin rajaa eli p-arvoa, joka on alle 0,05. Suuntaa antaviksi tuloksiksi mainitaan alle 0,1 p-arvon saaneet taulukoinnit. Ristiintaulukoiden jäännösarvot on standardoitu ja ne ilmoitetaan tulososion taulukoissa.

3. TULOKSET

Tuloksissa esitellään lasten itsesäätelytaitoja ja niiden yhteyksiä lapsen sukupuoleen, sisaruksiin, vanhempien työtilanteeseen ja koulutustaustaan sekä perheen muutoksiin. Itsesäätelytaitojen kehityspsykologinen määritelmä pitää sisällään ne kognitiiviset, sosiaaliset ja emotionaaliset prosessit, joiden avulla lapsi säätelee tunteitaan ja toimintaansa ympäristölle suotuisalla ja omien tavoitteidensa mukaisella tavalla (Aro, 2011a). Tässä tutkimuksessa itsesäätelytaitojen mittari on muodostettu esiopetuksessa kerätyistä päivittäisistä itsearvioista, joissa on kysytty lapsilta päivän kulusta viidellä eri kysymyksellä kuvaten päivän ennustettavuutta, sujuvuutta, siirtymätilanteita sekä oman tahdon toteutumista leluilla leikkiessä ja tehdyissä asioissa eli sellaisilla kysymyksillä, jotka mittaavat lapsen ymmärrystä ympäristöstä, omien tarpeiden ilmaisua ympäristöön sopeutetusti ja tunnesäätelyä.

Keskeistä tulososiossa on käytetyn päiväkirjamenetelmän huomioiminen. Lapset vastasivat Kisse-kyselyyn useana päivänä, jolloin lasten vastausten määrä ($n=680$) on suurempi kuin lasten määrä ($n=156$). Itsesäätelytaidot on muodostettu päiväkohtaisista vastauksista, eikä niitä ole yksilöity kuvaamaan yksittäisten lasten itsesäätelytaitoja. Kaikissa tulososion taulukoissa n kuvaa päivittäisiä vastauksia.

Tutkimuksen tulokset esitetään tutkimuskysymysten mukaan siten, että ensin tarkastellaan itsesäätelytaitojen ja sukupuolen yhteyttä. Toiseksi tarkastellaan sisarusten määrän ja itsesäätelytaitojen yhteyttä. Kolmas tarkastelu keskittyy perheen taustamuuttujista vanhempien työtilanteeseen ja koulutustaustaan ja niiden yhteyteen itsesäätelytaitoihin. Neljänneksi tarkastellaan itsesäätelytaitojen ja perheessä tapahtuneiden muutosten yhteyksiä.

3.1 Sukupuolen yhteys itsesäätelytaitoihin

Lasten itsesäätelytaitojen vastaukset jaettiin tutkimuksessa kuvaamaan hyviä taitoja, keskimääräisiä taitoja ja heikkoja taitoja. Hyvät itsesäätelytaidot oli kolmanneksella lapsista, keskimääräiset taidot lähes puolilla ja lopuilla lapsista heikot taidot. Sukupuolten osalta ristiintaulukoinnissa havaittiin tyttöjen ja poikien itsesäätelytaidoissa tilastollisesti merkitsevää eroa. Kiihin neliön riippumattomuustestin perusteella ($p=,003$). Tilastollisesti merkitsevät erot löytyivät heikkojen

itsesäätelytaitojen osalta siten, että pojilla oli heikommät itsesäätelytaidot kuin tytöillä (Taulukko 1). Keskimääräisissä ja hyvissä itsesäätelytaidoissa sukupuolten välillä ei havaittu eroa.

TAULUKKO 1. Itsesäätelytaitojen ja sukupuolen yhteyden prosentuaaliset jakaumat ja standardoidut residuaalit. Havaintoina päiväkirjamenetelmän päivittäiset vastaukset.

	Tytöt	Pojat	Kaikki vastaukset
Hyvät itsesäätelytaidot	35,5% ,9	29,6% -1,0	32,8%
Keskimääräiset itsesäätelytaidot	49,6% ,5	45,3% -,6	47,6%
Heikot itsesäätelytaidot	14,9% -2,0	25,1% 2,2	19,6%
Yhteensä (<i>n</i>)	100,0% (369)	100,0% (311)	100,0% (680)

$\chi^2(2, n=680)=11,378, p=,003$

3.2 Sisarusten yhteys lapsen itsesäätelytaitoihin

Samassa kodissa asuvien sisarusten määrää tutkittiin suhteessa lapsen itsesäätelytaitoihin. Aineistossa eroteltiin biologiset ja ei-biologiset sisarukset, mutta niiden yhteyksissä lapsen itsesäätelytaitoihin ei ollut merkittäviä eroja. Suuremman otoskoon ja sisällöllisen yhtenevyyden vuoksi ne yhdistettiin kuvaamaan sisarusten määrää analyysivaiheessa. Sisarusmuuttujaa tarkasteltiin dikotomisena, jotta luokkakoot säilyivät sisällöllisesti informatiivisina. Samassa kodissa asuvien biologisten tai ei-biologisten sisarusten ja lapsen itsesäätelytaitojen välillä ei havaittu ristiintaulukoinnissa tilastollisesti merkitsevää yhteyttä ($p=,064$). Suuntaa antava yhteys löytyi hyvien itsesäätelytaitojen ja sisaruksettomien lapsien välillä. Niillä lapsilla, joilla ei ollut lainkaan biologisia tai ei-biologisia sisarusia oli suuntaa antavasti paremmat itsesäätelytaidot kuin niillä, joilla oli yksi tai useampi biologinen tai ei-biologinen sisarus. Tulosten tulkinnassa on otettava huomioon verrattain pieni määrä päiväkirjavastauksia ainoiden lasten osalta ($n=87$). Khiin neliö -testi erikseen tytöille ($p=,331$) ja pojille ($p=,218$) osoitti, ettei merkitseviä eroja löytynyt sukupuolittain sisarusten määrän yhteydellä

itsesäätelytaitoihin. Tarkemmat tulokset itsesäätelytaitojen ja sisarusten määrän yhteyksistä on esitetty Taulukossa 2.

TAULUKKO 2. Itsesäätelytaitojen ja sisarusten lukumäärän prosentuaaliset jakaumat ja jäännösarvot. Havaintoina päiväkirjamenetelmän päivittäiset vastaukset.

	Ei sisaruksia	On sisaruksia
Hyvät itsesäätelytaidot	43,7% 1,8	31,2% -,7
Keskimääräiset itsesäätelytaidot	41,4% -,8	48,6% ,3
Heikot itsesäätelytaidot	14,9% -1,0	20,2% ,4
Yhteensä (n=680)	100,0% (87)	100,0% (593)

$\chi^2(2, n=680)=5,513, p=,064$

3.3 Vanhempien työtilanteen ja koulutustaustan yhteys lapsen itsesäätelytaitoihin

Vanhempien työtilannetta ja koulutustaustaa tutkittiin suhteessa lapsen itsesäätelytaitoihin. Ristiintaulukoinnit tehtiin erikseen äidin ja isän työtilanteen ja koulutustaustan muuttujille, joista tarkemmat tulokset on esitetty äitien osalta Taulukossa 3 ja isien osalta Taulukossa 4. Työtilanteen ja koulutustaustan muuttujat yhdistettiin erikseen äideille ja isille. Myös molempien vanhempien yhtäaikaisen työtilanteen ja koulutustaustan yhteydet tutkittiin.

Äidin työtilanteen ja lapsen itsesäätelytaitojen välillä ei löytynyt tilastollisesti merkitsevää yhteyttä ($p=,223$, Taulukko 3). Merkitseviä yhteyksiä ei löytynyt erikseen tytöiltä ($p=,249$) eikä pojilta ($p=,124$). Isän työtilanteen ja lapsen itsesäätelytaitojen välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää yhteyttä Fisherin eksaktin testin perusteella ($p=,704$, Taulukko 4). Yhteyksiä ei löytynyt erikseen tyttöjen ($p=,568$) eikä poikien ($p=,566$) osalta. Myöskään vanhempien yhtäaikaisella työllisyydellä ei

ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä itsesäätelytaitoihin ($X_2(2, n=656)=3,526, p=,172$). Yhteyttä ei ollut erikseen tytöillä ($p=,296$) tai pojilla ($p=,342$).

Koulutustaustaa tarkasteltiin tutkimalla ensin molempien vanhempien koulutustaustan yhteydet itsesäätelyyn erikseen tytöille ja pojille. Koulutuksen muuttuja luokiteltiin korkeakoulutukseen ja ei-korkeakoulutukseen. Äidin korkeakoulutus ei ollut tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lapsen itsesäätelytaitoihin ($p=,246$, Taulukko 3) tyttöjen ($p=,477$) tai poikien ($p=,113$) osalta. Myöskään isän korkeakoulutuksella ei havaittu olevan tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä ($p=,772$, Taulukko 4). Yhteyksiä ei löytynyt tytöillä ($p=,794$) tai pojilla ($p=,909$). Molempien vanhempien korkeakoulutuksella ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä lapsen itsesäätelytaitoihin ($X_2(2, n=641)=,678, p=,712$). Yhteyttä ei havaittu tytöillä ($p=,437$) tai pojilla ($p=,966$).

Työtilanteen ja koulutustaustan yhdistelmämuuttuja tehtiin erikseen äideille ja isille ja luokiteltiin yhtäaikaiseen työllisyyteen ja korkeakoulutukseen ja näistä toisen tai molempien puuttumiseen. Äidin yhtäaikaisella työllisyydellä ja korkeakoulutuksella ei havaittu Fisherin eksaktin testin perusteella tilastollisesti merkitsevää yhteyttä lasten itsesäätelytaitoihin ($X_2(n=663)=5,520, p=,480$). Eroa ei löytynyt tyttöjen ($p=,457$) tai poikien ($p=,387$) yhteyksissä. Tulokset olivat samansuuntaiset isän osalta. Isän yhtäaikaisella työllisyydellä ja korkeakoulutuksella ei havaittu Fisherin eksaktin testin perusteella yhteyttä lapsen itsesäätelytaitoihin ($X_2(n=646)=,202, p=,913$). Eroa ei havaittu erikseen tytöillä ($p=,798$) tai pojilla ($p=,904$).

TAULUKKO 3. Äidin työllisyyden ja korkeakoulutuksen yhteys lapsen itsesäätelytaitoihin. Prosentuaaliset jakaumat ja residuaalit. Havaintoina päiväkirjamenetelmän päivittäiset vastaukset.

	Työtön	Työssä	Ei korkeakoulutettu	Korkeakoulutettu
Hyvät itsesäätelytaidot	38,3% 1,0	31,6% -,5	38,8% 1,2	31,6% -,7
Keskimääräiset itsesäätelytaidot	47,0% -,1	47,7% ,0	43,1% -,8	48,7% ,4
Heikot itsesäätelytaidot	14,8% -1,2	20,7% ,5	18,1% -,3	19,7% ,2
Yhteensä (n)	100,0% (115)	100,0% (560)	100,0% (160)	100,0% (503)

Työllisyys $X^2(2, n=675)=3,004, p=,223$, koulutus $X^2(2, n=663)=2,808, p=,246$

TAULUKKO 4. Isän työllisyyden ja korkeakoulutuksen yhteys lapsen itsesäätelytaitoihin. Prosentuaaliset jakaumat ja residuaalit. Havaintoina päiväkirjamenetelmän päivittäiset vastaukset.

	Työtön	Työssä	Ei korkeakoulutettu	Korkeakoulutettu
Hyvät itsesäätelytaidot	37,0% ,3	33,4% -,1	35,0% ,3	33,3% -,2
Keskimääräiset itsesäätelytaidot	51,9% ,3	48,2% -,1	46,6% -,4	49,5% ,3
Heikot itsesäätelytaidot	11,1% -,9	18,4% ,2	18,4% ,3	17,2% -,2
Yhteensä (n)	100,0% (27)	100,0% (629)	100,0% (234)	100,0% (412)

Työllisyys Fisherin eksaktin testin perusteella $X^2(n=656)=,823, p=,704$, koulutus $X^2(2, n=646)=,517, p=,772$

3.4 Perheessä tapahtuneiden muutosten yhteys lapsen itsesäätelytaitoihin

Perheessä tapahtuneita muutoksia ja niiden yhteyksiä itsesäätelytaitoihin tarkasteltiin ensin sisällöllisen jaottelun perusteella. Yhteydet asuinpaikan muutoksiin ja perherakenteen muutoksiin tutkittiin ristiintaulukoimalla. Terveystilan muutoksia kuvaava muuttuja muodostui vain huoltajan vakavan sairastumisen ja lapsen vakavan sairastumisen kysymyksistä, joten muutosten rajallinen havaintomäärä esti tarkempien tarkastelujen tekemisen terveystilan muutosten osalta. Lopuksi tarkastelu eteni kaikkien muutosten määrän ja itsesäätelytaitojen yhteyteen.

Asuinpaikan muutosten osalta tarkastelussa olivat muutot samalla paikkakunnalla, eri paikkakunnalle ja ulkomaille tai ulkomailta. Asuinpaikan muutosten yhteydet itsesäätelytaitoihin olivat tilastollisesti suuntaa antavia ($p=,098$) siten, että heikkotaitoisia lapsia oli vähemmän ei kertaakaan muuttaneiden ryhmässä. Suuntaa antavat tulokset esitetään Taulukossa 5. Merkittäviä eroja tyttöjen ($p=,340$) ja poikien ($p=,182$) välillä ei havaittu.

TAULUKKO 5. Perheen asuinpaikan muutosten ja lapsen itsesäätelytaitojen yhteyden prosentuaaliset jakaumat ja jäännösarvot. Havaintoina päiväkirjamenetelmän päivittäiset vastaukset.

	Ei muutoksia	Ainakin yksi muutos
Hyvät itsesäätelytaidot	35,6% ,8	31,1% -,6
Keskimääräiset itsesäätelytaidot	49,0% ,3	46,8% -,2
Heikot itsesäätelytaidot	15,4% -1,5	22,0% 1,1
Yhteensä ($n=680$)	100,0% (253)	100,0% (427)

$\chi^2(2, n=680)=4,644, p=,098$

Perhemuodon muutoksiin lukeutuivat lapsen syntymän jälkeiset vanhempien avio- tai avoerot, huoltajan muu avio- tai avoero ja vanhempien solmimat uudet avio- tai avoliitot. Perhemuodon muutoksilla havaittiin tilastollisesti merkitsevä yhteys itsesäätelytaitoihin ($p=,001$). Merkitsevä yhteys löytyi heikkojen taitojen ja tapahtuneen muutoksen väliltä (Taulukko 6) eli itsesäätelytaidoiltaan heikkotaitoisia lapsia oli enemmän niissä perheissä, joissa huoltajat olivat eronneet tai solmineet uusia liittoja. Tilastollinen merkitsevyys havaittiin vain pojilla (pojilla $p=,000$ ja tytöillä $p=,295$), vaikkakin sukupuolittainen tulkinta tulee tehdä rajallisen havaintomäärän vuoksi maltillisesti.

TAULUKKO 6. Perhemuodon muutosten ja lapsen itsesäätelytaitojen yhteyden prosentuaaliset jakaumat ja jäännösarvot. Havaintoina päiväkirjamenetelmän päivittäiset vastaukset.

	Ei muutoksia	Ainakin yksi muutos
Hyvät itsesäätelytaidot	33,9% ,3	28,6% -,8
Keskimääräiset itsesäätelytaidot	49,5% ,5	38,8% -1,3
Heikot itsesäätelytaidot	16,6% -1,3	32,7% 3,1
Yhteensä ($n=670$)	100,0% (572)	100,0% (98)

$$\chi^2(2, n=670)=14,083, p=,001$$

Perheen muutosten määrän muuttujaan otettiin mukaan asuinpaikan muutokset, perherakenteen muutokset ja terveydentilan muutokset. Muutosten määrällä ja lapsen itsesäätelytaidoilla havaittiin tilastollisesti merkitsevä yhteys ($p=,019$). Yhteys paikantui heikkojen taitojen ja useiden muutosten välille. Taulukossa 7 esitetään tarkemmat tulokset. Merkittäviä eroja ei löytynyt tyttöjen ($p=,055$) ja poikien ($p=,158$) välillä.

TAULUKKO 7. Perheen muutosten määrän ja lapsen itsesäätelytaitojen yhteyden prosentuaaliset jakaumat ja jäännösarvot. Havaintoina päiväkirjamenetelmän päivittäiset vastaukset.

	Ei muutoksia	Yksi muutos	Useita muutoksia
Hyvät taidot	34,3% ,3	31,8% -,4	33,8% ,1
Keskimääräiset taidot	50,4% ,6	50,9% ,7	38,9% -1,6
Heikot taidot	15,3% -1,3	17,3% -,6	27,4% 2,4
Yhteensä (n=670)	100,0% (236)	100,0% (277)	100,0% (157)

$\chi^2(4, n=670)=11,774, p=,019$

4. POHDINTA

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, millaiset itsesäätelytaidot esiopetuksessa olevilla lapsilla on ja miten itsesäätelytaidot ovat yhteydessä kotiympäristön taustatekijöihin. Tässä tutkimuksessa yhteydet tutkittiin sukupuolen, sisarusten, vanhempien työtilanteen ja koulutustaustan sekä perheessä tapahtuneiden muutosten osalta. Tutkimuksessa havaittiin, että pojilla oli tyttöjä heikommat itsesäätelytaidot. Sisarusten ja itsesäätelytaitojen osalta löytyi suuntaa antava yhteys ainoiden lapsien ja hyvien taitojen väliltä. Vanhempien työtilanteella ja koulutustaustalla ei ollut tutkimuksessa yhteyttä itsesäätelytaitoihin. Perheessä tapahtuneet useat muutokset olivat yhteydessä lapsen heikkoihin itsesäätelytaitoihin. Asuinpaikan muutokset ja perhemuodon muutokset olivat myös yksittäin yhteydessä lasten heikompiin itsesäätelytaitoihin. Kauttaaltaan tutkimus saavutti sille asetetut tavoitteet.

Tässä tutkimuksessa sukupuolten väliltä löydetty ero itsesäätelytaidoissa on yhtenevä aiemman tutkimuksen kanssa sekä Suomessa että ulkomailla (Piotrowski ym., 2013; Moffitt ym., 2011; Heikintalo & Viianen, 2010). Poikien heikommat itsesäätelytaidot on havaittu myös esiopetukseen sijoittuneessa tutkimuksessa (Matthews ym., 2009). Tulokset ovat yhtenevät aiempien tutkimusten

kanssa, vaikka niissä itsesäätelytaitoja on mitattu vanhempien ja opettajien arvioilla ja käyttäytymistä mittaavilla tehtävillä.

Suuntaa antava tulos ainoiden lapsien hyvistä itsesäätelytaidoista ei saa tukea aiemmasta sisaruksia koskevasta tutkimuksesta. On huomattava, että tutkimuksen suuntaa antava tulos on toteutettu pienellä havaintomäärällä, minkä vuoksi tulokinnassa tulee olla maltillinen. Aiheesta tehty vähäinen tutkimus viittaa vanhempiin sisaruksiin itsesäätelytaitojen oppimisen apuna (Brody ym., 2003). Tässä tutkimuksessa ei ollut käytettävissä tietoa sisarusten keskinäisestä järjestyksestä, minkä vuoksi tarkempi tarkastelu nimenomaan vanhempien sisarusten merkityksestä itsesäätelytaidoille ei ollut mahdollista. Myöskään ei-biologisten sisarusten osalta ei ollut tietoa yhdessä asutun ajan pituudesta, mikä voi heikentää tulosten luotettavuutta.

Osassa aiemmista tutkimuksista on havaittu itsesäätelytaidon yhteyksiä perheen matalatuloisuuteen (Piotrowski ym., 2013; Entwisle ym., 2007), mutta tässä tutkimuksessa vanhempien työtilanteen ja koulutuksen taustat jäivät vaille yhteyksiä. Perheiden osalta ei ollut käytettävissä tietoa muusta toimeentulosta ja aineistossa kummankin vanhemman yhtäaikainen työttömyys oli niin harvinaista, ettei niitä saatu hyödynnettyä analyyseissa. Aiemmissa tutkimuksissa on viitteitä äidin matalan koulutuksen ja useiden muutosten yhteydestä (Jalovaara & Andersson, 2018), mutta yhteys ei näkynyt tämän tutkimuksen kohdalla matalamman koulutuksen ja itsesäätelytaitojen välillä, vaikka muutosten ja itsesäätelytaitojen väliltä yhteydet löytyivätkin. Toisaalta esimerkiksi asuinpaikan muutosten osalta Ristikarin ja muiden (2016) kohorttitutkimuksessa runsaaseen muuttamiseen oli yhteydessä nimenomaan vanhempien korkeakoulutus. Aineistossa korkeakouluttautuneiden yliedustavuus voi myös osaltaan vaikuttaa siihen, ettei koulutustaustan yhteyksiä löytynyt, sillä lähes kaikki olivat suorittaneet vähintään toisen asteen tutkinnon. On kuitenkin hyvä asia, mikäli perheen työtilanteet ja koulutaustat eivät näy lapsen päivittäisissä toiminnoissa esiopetuksessa, sillä se antaa viitteitä suomalaisen hyvinvointi- ja varhaiskasvatusjärjestelmän toimivuudesta.

Tutkimuksen tulos useiden muutosten yhteydestä heikompiin itsesäätelytaitoihin on samansuuntainen aiempien tutkimusten kanssa, joissa perheen runsailla muutoksilla on ollut yhteyksiä lapsen epäsuotuisaan kehitykseen (Fomby & Mollborn, 2017; Bernard ym., 2013; Osborne & McLanahan, 2007). Muissa tutkimuksissa muutosten yhteyksiä on tutkittu kouluvalmiuteen ja ulkoisen käyttäytymisen ongelmiin. Kuitenkin Fombyn ja Mollbornin (2017) tutkimus kouluvalmius vaatii pohjaksi hyviä itsesäätelytaitoja, aivan kuten myös ulkoisen käyttäytymisen pulmissa on usein kyse

heikosta itsesäätelystä. Tämän tutkimuksen tuloksissa oli kiintoisaa, että yhteys heikkoihin itsesäätelytaitoihin löytyi vasta silloin, kun perheessä oli tapahtunut useampia muutostyyppisiä. Onkin aiheellista pohtia, kasaantuuko erilaisten muutosten vaikutus. Osassa aiemmista tutkimuksista on esitetty epäsuotuisan kehityksen syyksi vanhemmuusstressin kasvamista perheen kohdatessa nimenomaan useita muutoksia (Osborne & McLanahan, 2007; Cooper ym., 2009; Cavanagh & Huston, 2006).

Tämän tutkimuksen yksi erityispiirteistä on aineiston keruussa käytetty päiväkirjamenetelmä. Sen avulla itsesäätelytaitoja kuvaavat tiedot on kerätty lapsilta itsearvioina, joten lasten oma ääni ja kokemukset tulevat ainutlaatuisella tavalla osaksi tutkimusta. Itsesäätelytaitojen mittaaminen itsearviointeina pieniltä lapsilta on uusi tulokulma itsesäätelytaitojen tutkimukseen. Lasten itsearvioilla kerätystä aineistosta saatiin yhtenevät tulokset esimerkiksi sukupuolen osalta kuin niissä tutkimuksissa, joissa on käytetty menetelmänä ulkopuolisen aikuisen havainnointia. Tämän perusteella päiväkirjamenetelmää voidaan pitää luotettavana tiedonkeruumenetelmänä.

Tutkimuksen itsesäätelytaitojen mittari muodostettiin viidestä päivän kulkua kartoittavasta kysymyksestä, jotka nekin ovat lasten omia arvioita. Itsesäätelytaitojen mittarin korkea reliabiliteettikerroin (0,901) viittaa mittarin sisäiseen toimivuuteen itsesäätelytaitojen osalta. Kysymykset valittiin kuvaamaan itsesäätelytaitoja sillä perusteella, että ne kuvastavat lapsen kykyä ymmärtää ympäristöään ja säädellä omaa toimintaansa siihen sopivaksi. Kysymysten kohdalla on kuitenkin mahdollista, että ne ovat sijoittaneet myös sellaista toimintaa itsesäätelytaidoiksi, mikä tosiasiallisesti on voinut näyttäytyä heikkona säätelynä. Esimerkiksi kysymys haluamallaan leluilla leikkimisestä on voinut tosiasiallisesti tallettaa itsesäätelytaidoksi kyvyttömyyden hallita omia mielihaluja ja jakaa leikkivälineitä muiden kanssa, sen sijaan, että lapsi olisi sopeuttanut oman halunsa ympäristöön ja suunnannut kiinnostuksensa toiseen leluun. Myöskään kysymysten vastausvaihtoehdoista välivastaukset eivät olleet informatiivisia. Välivastausten jättäminen analyysin ulkopuolelle selkeytti sisällöllistä tulkintaa, mutta pienensi havaintomäärää. Päivän ennustettavuutta mitanneen kysymyksen kohdalla vastausvaihtoehdot “Sopivasti uutta ja jännittävää” ja “Ihan tavallinen päivä” olivat sisällöllisesti lähellä toisiaan.

Päiväkirjamenetelmän myötä tutkimuksen aineistoa on läpi tutkimuksen käsitelty päiväkohtaisina vastauksina, eikä itsesäätelytaitoja ole yksilöity koskemaan yksittäisiä lapsia. Tästä erosta huolimatta tutkimuksen vahvimmat tulokset ovat yhteneviä aiemman tutkimusnäytön kanssa,

joten päiväkirjamenetelmän pohjalta muodostettua itsesäätelytaitojen mittaria voi pitää toimivana. Päiväkohtaiset vastaukset tavoittavat saman ilmiön kuin lapsikohtaiset arviot, joten niiden käyttäminen tutkimuksessa on perusteltua. Päiväkirjamenetelmällä olisi mielenkiintoista tutkia, miten aikuisten arviot ja lasten arviot eroavat toisistaan ja vaikuttaako lapsen tunnetila päivän kulun itsearviointiin.

Tutkimuksen luotettavuutta rajoittavina tekijöinä voidaan pitää muuttujien epätasaisia jakaumia, minkä vuoksi tiettyjen yhteyksien tarkastelu on ollut joko mahdotonta tai tulosten tulkinta on tullut tehdä varoen. Verrattain pieni otoskoko johti muuttujien luokitteluun, minkä vuoksi tarkkoja yhteyksiä ei ole voinut saada selville esimerkiksi vanhempien erilaisten työtilanteiden ja itsesäätelytaitojen yhteyksistä. Tutkimuksen tulosten yleistettävyyden osalta tulee huomioida korkeakoulutettujen yliedustus aineistossa. Kuitenkin lasten itsesäätelytaidot on yleistettävissä esiopetukseen, sillä aineisto muodostui yli kahdestakymmenestä esiopetusryhmästä. Muutosten tarkastelussa hyödynnettiin taustakyselylomakkeesta valmiiden vastausvaihtoehtojen monivalintavastauksia, jolloin avovastaukset jäivät analyysin ulkopuolelle. Avovastauksissa kerrottiin sisarusten syntymistä, kuolemista ja vakavista sairauksista, isovanhempien kuolemista ja vanhemman onnettomuudesta, sairaudesta ja synnytyskomplikaatiosta. Aineiston erilaisten muutostilanteiden osalta ei myöskään ollut käytettävissä tarkempaa tietoa muun elämäntilanteen pysyvyydestä, kuten asuinjärjestelyistä ja päivähoidosta.

Kauttaaltaan tutkimus antaa näyttöä siitä, että perheen useat muutokset ovat lapsen kehitykselle riski. Voi olla, että muutosherkkä kasvuympäristö ei tarjoa riittävää pysyvyyttä ja turvallisuutta lapsen itsesäätelytaitojen kehitykselle, jolloin esimerkiksi perheen erotilanteet ja muutot häiritsevät lapsen itsesäätelyn kehittymistä. Yksi tulevaisuuden tutkimuksen tarpeista voisi olla selvittää, onko tietynlaisilla muutosten yhdistelmillä suurempaa riskiä lapsen kehitykselle kuin toisilla. Näin riskiperheiden tunnistaminen olisi entistä tarkempaa ja tuen kohdistaminen tehokkaampaa. Lisäksi voitaisiin tutkia eri taustatekijöiden yhteyksiä itsesäätelytaitoihin monimuuttujamenetelmiä hyödyntäen ja muutosmäärän vaikutukset vakioiden. Myös päivähoidon henkilöstön riittävä tietotaso lapsen itsesäätelytaitoihin vaikuttavista taustatekijöistä voisi auttaa tuen kohdistamista riskiperheiden lapsille, esimerkiksi niille, jotka joutuvat muuttamaan paljon.

Keskeisin ero muihin tutkimuksiin on tässä tutkimuksessa hyödynnetty päiväkirjamenetelmä, jota käyttämällä on saatu lasten omat itsearviointit itsesäätelytaidoista. Suomessa ei ole myöskään aiemmin tehty suoraan itsesäätelytaitoihin keskittyvää tutkimusta esiopetusikäisten kotiympäristön yhteyksistä. Tutkimuksen tuloksista on nostettava esiin useiden muutosten ja heikkojen

itsesäätelytaitojen yhteys. Itsesäätelytaitojen pysyvyys ja niiden keskeinen rooli suotuisan kehityksen lähtökohtana on painava syy keskittyä itsesäätelytaitojen kehityksen riskiryhmässä oleviin lapsiin ja tukitoimien kohdentamiseen muutosherkille perheille.

LÄHTEET

- Amato, P. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family* 72, 650–666.
- Aro, T. (2011a). Miten ymmärrämme itsesäätelyn? Teoksessa T. Aro & M.-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 10–19). Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.
- Aro, T. (2011b). Itsesäätelytaitojen kehitys ja biologinen perusta. Teoksessa T. Aro & M.-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 20–41). Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.
- Aro, T. (2011c). Itsesäätelytaitojen kehityksen ongelmat lapsuudessa. Teoksessa T. Aro & M.-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 106–119). Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.
- Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. & Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: Strategic self-regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 776–792.
- Banerjee, R. & Horn, E. (2013). Supporting Classroom Transitions Between Daily Routines: Strategies and Tips. *Young Exceptional Children*, 16(2), 3–14.
- Bernardi, F., Härkönen, J., Boertien, D., Rydell, L., Bastaits, K. & Mortelmans, D. (2013). State-of-the-art-report – Effects of family forms and dynamics on children’s well-being and life chances: literature review. *Working Paper Series 4, Families and Societies*.

Brody, G., Kim, S., Murry, V. & Brown, A. (2003). Longitudinal Direct and Indirect Pathways Linking Older Sibling Competence to the Development of Younger Sibling Competence. *Developmental Psychology*, 39(3), 618–628.

Buckner, J. C., Mezzacappa, E., & Beardslee, W. R. (2009). Self-regulation and its relations to adaptive functioning in low income youths. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79, 19–30.

Calkins, S. D. (2004). Early attachment processes and the development of emotional self-regulation. Teoksessa K. Vohs & R. Baumeister (toim.), *Handbook of Self-regulation. Research, Theory, and Applications* (s. 324–339). New York: The Guilford Press.

Cavanagh, S. & Huston, A. (2006). Family instability and children's early problem behavior. *Social Forces*, 85(1), 551–582.

Cooper, C., McLanahan, S., Meadows, S. & Brooks-Gunn, J. (2009). Family structure transitions and maternal parenting stress. *Journal of Marriage and Family*, 71(3), 558–574.

Cooper, C., Beck, A, Osborne, C. & McLanahan, S. (2008). Partnership instability and child wellbeing during the transition to school.

Eisenberg, N., Smith, C. L., Sadovsky, A. & Spinrad, T. L. (2004). Effortful control: Relations with Emotion Regulation, Adjustment, and Socialization in Childhood. Teoksessa K. Vohs & R. Baumeister (toim.), *Handbook of Self-regulation. Research, Theory, and Applications* (s. 259–282). New York: The Guilford Press.

Entwisle, D. R., Alexander, K. L., & Olson, L. S. (2007). Early schooling: The handicap of being poor and male. *The Sociology of Education*, 80, 114–138.

Erhola, K. (2017). *Vanhempien avioeron yhteydet nuorten koulupudokkuuteen. Rekisteripohjainen tutkielma Suomessa vuonna 1987 syntyneistä* (Pro gradu -tutkielma, Turun yliopisto). Saantitapa:
https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/143250/pro_gradu_2017_Erhola_Kaaren.pdf?sequence=2&isAllowed=y.

Flowerdew, J. & Neale, B. (2003). Trying to stay apace. Children with multiple challenges in their post-divorce family lives. *SAGE Publications*. London, Thousand Oaks and New Delhi, vol 10(2), 147–161.

Fomby, P. & Mollborn, S. (2017). Ecological instability and children's classroom behavior in kindergarten. *Demography*, 54, 1627–1651.

Heikintalo, O. & Viianen, J. (2010). Vanhempien ja päivähoitohenkilöstön arvioita lapsen sosiaalisista taidoista ja itsesäätelytaidoista (Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto). Saantitapa:
<https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/23056>.

Hofer, J., Busch, H. & Kärtner, J. (2011). Self-regulation and well-being: The influence of identity and motives. *European Journal of Personality*, 25, 211–224.

Jalovaara, M. & Andersson, G. (2018). Disparities in children's family experiences by mother's socioeconomic status: the case of Finland. *Population Research and Policy Review* 37, 751–768.

Koivunen, P.-L. (2009). *Hyvä päivähoito: työkaluja sujuvaan arkeen*. PS-kustannus: Jyväskylä.

Laakso, M.-L. (2011). Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen merkitys lapsen itsesäätelyn kehityksessä. Teoksessa T. Aro & M.-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 60–79). Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.

Lin, H.-L., Lawrence, F. & Gorrell, J. (2003). Kindergarten teachers' views of children's readiness for school. *Early Childhood Quarterly*, 18, 225–237.

Matthews, J., Morrison, F. & Ponitz, C. (2009). Early Gender Differences in Self-Regulation and Academic Achievement. *Journal of Educational Psychology*, 101(3), 689–704.

McCabe, L. A., Cunnington, M. & Brooks-Gunn, J. (2004). The development of self-regulation in young children. Teoksessa K. Vohs & R. Baumeister (toim.), *Handbook of Self-regulation. Research, Theory, and Applications* (s. 340–356). New York: The Guilford Press.

Milevsky, A., & Levitt, M. J. (2005). Sibling support in early adolescence: Buffering and compensation across relationships. *European Journal of Developmental Psychology*, 2(3), 299–320.

Mitchell, C., Brooks-Gunn, J., Garfinkel, I., McLanahan, S., Notterman, D. & Hobcraft, J. (2015). Family structure instability, genetic sensitivity and child well-being. *American Journal of Sociology*, 120(4), 1195–1225.

Moffitt, T.E, Arseneault, L., Belskya, D., Dicksonc, N., Hancoxc, R.J., Harringtona, H., Houtsa, R., Poultonc, R., Roberts, B.W., Rossa, S., Sears, M.R., Thomsong, W.M, & Caspi, A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the national academy of sciences of the United States of America*, 108(7), 2693–2698.

Mollborn, S., Lawrence, E. & Root, E. (2018). Residential mobility across early childhood and children's kindergarten readiness. *Demography*, 55, 485–510.

Opetushallitus (2016). Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. *Opetushallitus: Määräykset ja ohjeet 2016*(1), 11–19. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Osborne, C., & McLanahan, S. (2007). Partnership instability and child well-being. *Journal of Marriage and Family*, 69, 1065–1083.

Perusopetuslaki 1998/628. 26 a §. Saantitapa:

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628#L7P26a>.

Piotrowski, J. T., Lapierre, M. A. & Linebarger, D. L. (2013). Investigating correlates of self-regulation in early childhood with a representative sample of English-speaking american families. *Journal of Children and Family Studies*, 22, 423–436.

Poikkeus, A.-M. (2011). Itsesäätely sosiaalisten taitojen ja suhteiden perustana. Teoksessa T. Aro & M.-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 80–105). Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.

Punakivi, S. (2012). *Neljävuotiaan lapsen itsesäätelytaitojen kehityksen tukeminen päiväkodissa liikuntaleikkien avulla* (Opinnäytetyö, Laurea-ammattikorkeakoulu). Haettu 13.4.2019. Saantitapa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/44940/sarianne_punakivi.pdf?sequence=1

Repo, L. (2013). *Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Rissanen, A. (2016). Perhemuodon yhteys nuorten hyvinvointiin ja riskikäyttäytymiseen. Erityistarkastelussa vuoroasuminen. *Yhteiskuntapolitiikka* 81(3), 247–258.

Ristikari, T., Törmäkangas, L., Lappi, A., Haapakorva, P., Kiilakoski, T., Merikukka, M., Hautakoski, A., Pekkarinen, E. & Gissler, M. (2016). Suomi nuorten kasvuypäristöinä. 25 vuoden seuranta vuonna 1987 Suomessa syntyneistä nuorista aikuisista. Raportti 9/2016, Nuorisotutkimusseura ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 9.4.2019]. Saantitapa:

https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/suomi_nuorten_kasvuyparistona.pdf

Saari, M. (2010). Miljoona muuttoa vuodessa. Tilastokeskuksen Hyvinvointikatsaus 3/2010: Liike [viitattu 9.4.2019]. Saantitapa:

http://www.stat.fi/artikkelit/2010/art_2010-09-27_002.html?s=0

Shoda, Y., Mischel, W. & Peake, P. K. (1990). Predicting adolescent cognitive and self regulatory competencies from preschool delay of gratification: Identifying diagnostic conditions. *Developmental Psychology*, 26, 978–986.

Stormshak, E. A., Bellanti, C., Bierman, K. L., & Conduct Problems Prevention Research Group. (1996). The quality of sibling relationships and the development of social competence and behavioral control in aggressive children. *Developmental Psychology*, 32, 79–89.

Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet [verkkojulkaisu]. ISSN=1798-3215. Vuosikatsaus 2017.

Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 3.4.2019]. Saantitapa:

http://www.stat.fi/til/perh/2017/02/perh_2017_02_2018-12-05_tie_001_fi.html

Suomen virallinen tilasto (SVT): Siviilisäädyn muutokset [verkkojulkaisu]. ISSN=1797-6413. 2013.

Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 3.4.2019]. Saantitapa:

http://www.stat.fi/til/ssaaty/2013/ssaaty_2013_2014-04-17_tie_001_fi.html

Suomen virallinen tilasto (SVT): Siviilisäädyn muutokset [verkkojulkaisu]. ISSN=1797-6413. 02 2017, Liitetaulukko 5. Avioerot äidin iän ja alle 18-vuotiaiden lasten lukumäärän mukaan 2017, puoliset eri

sukupuolta. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 3.4.2019]. Saantitapa:

http://www.stat.fi/til/ssaaty/2017/02/ssaaty_2017_02_2018-11-14_tau_005_fi.html

Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestön koulutusrakenne [verkkojulkaisu].

ISSN=1799-4586. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 6.5.2019].

Saantitapa: <http://www.stat.fi/til/vkour/index.html>

Vohs, K. & Baumeister, R. (2004). Understanding self-regulation: An introduction. Teoksessa K. Vohs & R. Baumeister (toim.), *Handbook of Self-regulation. Research, Theory, and Applications* (s. 1–9). New York: The Guilford Press.

Webb, R., Pedersen, C. & Mok, P. (2016). Adverse Outcomes to Early Middle Age Linked With Childhood Residential Mobility. *American Journal of Preventive Medicine*, 51(3), 291–300.