

**TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAITOJEN PERUSKOULUN
LIKUNNANOPETTAJAN TYÖSSÄ**

Hilda Lauri

Liikuntapedagogiikan kandidaatintutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2023

TIIVISTELMÄ

Lauri, H. 2023. Tunne- ja vuorovaikutustaidot peruskoulun liikunnanopettajan työssä. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, liikuntapedagogiikan kandidaatintutkielma, 26 s.

Tämän kandidaatintutkielman tarkoituksena on tarkastella kirjallisuuskatsauksen ominaispiirteiden mukaisesti erilaisia tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä niiden ilmenemistä peruskoulun liikunnanopettajan työssä. Pyrkimyksenä on selvittää, miksi opettajalla kannattaa olla hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä miten ja miksi näitä taitoja opetetaan peruskoulun liikunnassa. Tavoitteena on avata liikunnanopettajille konkreettisia keinoja tunne- ja vuorovaikutustaitojen käyttämiseen ja opettamiseen.

Sosioemotionaalisen oppimisen viitekehys (engl. social and emotional learning) luo raamit tunne- ja vuorovaikutustaidoille. Kyseinen viitekehys on saanut viime vuosina merkittävää huomiota kouluympäristöön liittyvässä kirjallisuudessa. Sen mukaan tunne- ja vuorovaikutusosaaminen (engl. social and emotional competence) eli tunne- ja vuorovaikutustaidot jaetaan itsetietoisuuteen, itsensä johtamiseen, sosiaaliseen tietoisuuteen, ihmissuhdetaitoihin sekä vastuulliseen päätöksentekoon.

Tutkielma osoitti, että tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat tärkeä osa peruskoulun liikunnanopettajan työtä. Tunne- ja vuorovaikutustaidot ilmenevät liikunnanopettajan työssä omana osaamisena ja roolimallina toimimisena, omien taitojen kehittämisenä sekä taitojen tietoisena opettamisena. Peruskoulun liikunnanopettajalla on paljon tilaisuuksia ja keinoja käyttää tunne- ja vuorovaikutustaitoja opetuksessaan sekä opettaa näitä taitoja oppilailleen. Liikunnanopettaja voi opettaa tunne- ja vuorovaikutustaitoja erilaisten keskustelujen, opetusmenetelmien sekä opetusmallien avulla. Yksi merkittävimmistä huomioista tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa on opettajan oma tunne- ja vuorovaikutusosaaminen. Jotta liikunnanopettaja voi tuloksellisesti käyttää ja opettaa tunne- ja vuorovaikutustaitoja opetuksessaan, kannattaa hänen jatkuvasti tarkastella omia taitojaan kriittisesti sekä sen myötä kehittää niitä.

Asiasanat: tunne- ja vuorovaikutustaidot, tunne- ja vuorovaikutusosaaminen, liikunnanopetus, opettaja, peruskoulu

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO.....	1
2 TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAJDOT	3
2.1 Itsetietoisuus ja itsensä johtaminen	4
2.2 Sosiaalinen tietoisuus ja ihmissuhdetaidot	5
2.3 Vastuullinen päätöksenteko	7
3 TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAITOINEN OPETTAJA.....	8
4 TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAITOJEN OPETTAMINEN PERUSKOULUN LIKUNNASSA	11
4.1 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnan opetussuunnitelmassa.....	11
4.2 Käytännön keinoja tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen liikunnassa.....	13
4.3 Pedagogiset opetusmallit osana liikunnanopetusta	16
5 POHDINTA.....	19
LÄHTEET	23

1 JOHDANTO

Tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat olennaisia elämässä tarvittavia taitoja (Klemola & Mäkinen 2014, 1) sekä tärkeitä työelämätaitoja, joita oppii harjoittelemalla (Mäkinen & Karppinen 2019). Koulumaailman interventioista kootun laajan meta-analyysin mukaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittyminen on selvästi yhteydessä oppilaiden hyvinvointiin (Taylor ym. 2017, 1156). Lisäksi on havaittu, että tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymisellä on myönteisiä vaikutuksia oppilaiden asenteisiin itsestä, toisista ja koulusta, ja näin ollen tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittyminen on yhteydessä myös koulumenestykseen (Durlak ym. 2011, 405, 417).

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiselle annetaan selkeä lähtökohta Opetushallituksen (2014) perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa. Sen mukaan yksi perusopetuksen tehtävistä on kartuttaa oppilaiden sosiaalista pääomaa eli ihmisten välistä vuorovaikutusta. Oppilaita kannustetaan vuorovaikutukseen, ohjataan empatiaan eli kykyyn asettua toisten ihmisten asemaan sekä innostetaan kuuntelemaan toisia. Heitä myös ohjataan ongelmanratkaisuun vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. (Opetushallitus 2014, 18, 20–21)

Opettajan hyvistä tunne- ja vuorovaikutustaidoista on tutkimusten mukaan hyötyä niin oppilaille kuin opettajalle itselleen (Collie 2017, 179; Jennings & Greenberg 2009, 493; Kokkonen 2017a, 110–111; Lintunen & Gould 2014, 623). Jotta liikunnanopettajat voivat edistää oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitoja, tulee heidän itse tietää aiheesta riittävästi. Liikunnanopettajien myönteinen asenne tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoitteluun on tärkeää. (Kokkonen 2017b, 199) Opettajien hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä myönteisyys niiden kehittämistä kohtaan edistävät heidän tuloksellisuuttaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa (Collie 2017, 179; Jennings & Greenberg 2009, 493).

Tässä tutkielmassa tarkastellaan erilaisia tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä niiden ilmenemistä peruskoulun liikunnanopettajan työssä. Tunne- ja vuorovaikutustaidoissa perehdytään sosioemotionaaliseen oppimiseen ja -osaamiseen liittyviin taitoihin eli itsetietoisuuteen, itsensä johtamiseen, sosiaaliseen tietoisuuteen, ihmissuhdetaitoihin sekä vastuulliseen päätöksentekoon. Pyrkimyksenä on selvittää, miksi opettajalla kannattaa olla hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä miten ja miksi näitä taitoja opetetaan peruskoulun

liikunnassa. Lisäksi tämän tutkielman tavoitteena on avata liikunnanopettajille konkreettisia keinoja tunne- ja vuorovaikutustaitojen käyttämiseen ja opettamiseen.

Aihe on hyvin ajankohtainen, sillä nykyinen opetussuunnitelma ja koulun muutosvaatimukset haastavat opettajia käyttämään tunne- ja vuorovaikutustaitoja opetuksessa sekä opettamaan näitä taitoja myös oppilaille (Klemola & Mäkinen 2014, 1). Lisäksi yhteiskunnalla on odotuksia opettajien kyvystä hallita oppilaiden tunne-elämää (Jennings & Greenberg 2009, 497), ja tästä syystä tunne- ja vuorovaikutustaitojen merkitys koulun kontekstissa korostuu. Tutkimusta aiheesta on viime aikoina alettu tekemään liikunnanopetuksen näkökulmasta, ja on havaittu, että liikuntaympäristö on erinomainen paikka tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittämiseksi, sillä liikunnanopettajat luovat päivittäin vuorovaikutteisen ympäristön esimerkiksi pelien, leikkien ja motoristen taitojen haasteiden kautta (Ciotto & Gagnon 2018, 28).

2 TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAITO

Tunne- ja vuorovaikutustaidoista puhutaan niin yhdessä kuin erikseenkin. Tässä tutkielmassa tunne- ja vuorovaikutustaidoilla viitataan sosioemotionaaliseen oppimiseen (engl. social and emotional learning) sekä siihen liittyvään sosioemotionaaliseen osaamiseen (engl. social and emotional competence), sillä nämä käsitteet ovat saaneet viime vuosina merkittävää huomiota kouluympäristöön liittyvässä kirjallisuudessa (Collie 2017, 169).

CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning) on organisaatio, joka on kehittänyt sosioemotionaalisen oppimisen käsitteen (CASEL s.a.). Sosioemotionaalinen oppiminen ymmärretään prosessina, jossa yhdistyy kognitio, tunteet ja käyttäytyminen elämässämme. Kouluympäristössä se liitetään opetukseen ja oppimiseen siten, että oppilaat kehittävät itsetuntemusta, tuntevat ja osoittavat empatiaa toisiaan kohtaan, hallitsevat omia ja toisten tunteita ja käyttäytymistä, rakentavat myönteisiä ihmissuhteita sekä tekevät vastuullisia päätöksiä. Sosioemotionaalinen oppiminen voidaan jakaa viiteen eri osa-alueeseen: itsetietoisuus, itsensä johtaminen, sosiaalinen tietoisuus, ihmissuhdetaidot ja vastuullinen päätöksenteko. (Brackett ym. 2019, 144; CASEL s.a.) Nämä osa-alueet muodostavat yhdessä tunne- ja vuorovaikutusosaamisen (Collie 2017, 168) eli toisin sanoen tunne- ja vuorovaikutustaidot. Taulukossa 1 on koottuna sosioemotionaalisen oppimisen eri osa-alueet ja niihin liittyvä ydiosaaminen.

TAULUKKO 1. Tunne- ja vuorovaikutustaidot sosioemotionaalisen oppimisen mallin mukaisesti (mukailtu CASEL s.a.; Weissberg ym. 2015).

Sosioemotionaalisen oppimisen osa-alue	Ydiosaaminen
Itsetietoisuus	Omien tunteiden, arvojen, heikkouksien ja vahvuuksien tunnistaminen
Itsensä johtaminen	Omien tunteiden ja käyttäytymisen sääteleminen / hallitseminen omien tavoitteiden saavuttamiseksi
Sosiaalinen tietoisuus	Ymmärryksen ja empatian osoittaminen toisia kohtaan
Ihmissuhdetaidot	Toimivien ihmissuhteiden rakentaminen, ryhmissä työskentely ja ristiriitojen rakentava käsitteleminen
Vastuullinen päätöksenteko	Eettisesti kestävien ja rakentavien valintojen / päätösten tekeminen erilaisissa tilanteissa

2.1 Itsetietoisuus ja itsensä johtaminen

Itsetietoisuudella tarkoitetaan kykyä tunnistaa omat tunteet, ajatukset ja arvot sekä heikkoudet ja vahvuudet. Korkeatasoiseen itsetietoisuuteen liitetään positiivinen ajattelutapa ja kyky tunnistaa, miten omat ajatukset, tunteet ja käyttäytyminen ovat yhteydessä toisiinsa. (CASEL s.a.; Weissberg ym. 2015, 6) Itsensä johtaminen on kykyä hallita ja säädellä omia tunteita ja käyttäytymistä suhteessa omiin tavoitteisiin. Tähän kuuluu esimerkiksi kyky hallita stressiä, hillitä impulsseja ja selviytyä erilaisista elämän haasteista sinnikkäästi. (CASEL s.a.; Weissberg ym. 2015, 6)

Salovey & Mayer (1990) ovat määritelleet tunneälyn käsitteen. Se toimii rinnakkaisena käsitteenä itsetietoisuudelle ja itsensä johtamiselle (Lintunen & Gould 2014, 624–625) ja näin ollen tukee näitä käsitteitä monipuolisesti. Tunneälyyn kuuluvat itsetietoisuudesta tunteiden tunnistaminen ja itsensä johtamisesta tunteiden säätely. Tunteiden tunnistaminen liittyy itsetietoisuuteen, sillä sen avulla ihminen on tietoinen omista tunteistaan sekä siitä, mitä omista

tunteista pitäisi ajatella. Lisäksi ihminen pystyy tunteiden tunnistamisen avulla ymmärtämään tunteista aiheutuvia seurauksia, kuten omaa käyttäytymistään. Tunteiden tunnistaminen toimii myös perustana tunteiden säätelylle. Ihmisen tunnistessa omat tunteensa hänen on helpompi hallita niitä. Tunteiden säätelyllä tarkoitetaan kykyä hallita tunteita, niiden kestoja ja voimakkuutta. (Salovey & Mayer 1990) Tunteiden säätelyn tärkeä tavoite on lievittää voimakkaasti koettuja tunteita, jotta ihmisen hyvinvointi pysyy tasapainossa (Kokkonen 2017a, 20).

Tunteita voidaan Kokkonen (2017a, 56–69) mukaan säädellä esimerkiksi tiedollisten ja toiminnallisten keinojen avulla. Tiedolliset tunteiden säätelyn keinot ovat ajasta ja paikasta riippumattomia, sillä niissä käytetään ihmisen ajatuksia ja mielikuvia apuna. Nämä keinot perustuvat tarkkaavaisuuden tai merkitysten muutoksiin: esimerkiksi ikävissä asioissa ihmisen kannattaa kiinnittää huomiota tapahtuman myönteisiin puoliin tai vakuuttaa itselleen, etteivät ikäviä tunteita herättäneet ihmiset olleetkaan itselle merkityksellisiä. (Kokkonen 2017a, 56) Toiminnalliset keinot liittyvät erilaisiin harrastuksiin, kuten liikuntaan tai kulttuuriin. Liikunnan harrastaminen ja musiikin kuuntelu ovat tutkitusti tehokkaita keinoja säädellä tunteita. (Kokkonen 2017a, 62–69)

Sekä itsetietoisuuden että itsensä johtamisen ajatellaan olevan tärkeitä taitoja vuorovaikutuksen kannalta, sillä tunteet palvelevat ihmisen kommunikoivia ja sosiaalisia toimintoja (Lintunen & Gould 2014, 624). Talvion ja Klemolan (2017, 37) mukaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen käyttäjän tulee olla tietoinen itsestään sekä arvostaa omia ajatuksiaan, tunteitaan ja tarpeitaan. He toteavatkin, että omien arvojen ja tunteiden selvittäminen helpottaa vuorovaikutusta toisten ihmisten kanssa. Myös Kokkonen (2017a, 22) vahvistaa asiaa, sillä hänen mukaansa taito säädellä tunteita vaikuttaa ihmissuhteiden syntyyn, säilymiseen sekä toimivuuteen.

2.2 Sosiaalinen tietoisuus ja ihmissuhdetaidot

Sosiaalisella tietoisuudella tarkoitetaan kykyä osoittaa ymmärrystä ja myötätuntoa eli empatiaa toisia kohtaan. Lisäksi se on kykyä tunnistaa ja arvostaa niin yksilön kuin ryhmänkin yhtäläisyyksiä ja eroja. Sosiaalisesti tietoinen ihminen pystyy ymmärtämään erilaisista kulttuureista ja taustoista tulevien ihmisten näkökulmia, asettumaan heidän asemaansa sekä tunnistamaan heidän vahvuutensa. (CASEL s.a.; Weissberg ym. 2015, 6–7) Ihmissuhdetaidoilla

puolestaan tarkoitetaan toimivien ihmissuhteiden rakentamista, ryhmissä työskentelyä ja ristiriitojen rakentavaa käsittelemistä. Erilaisia ihmissuhdetaitoja ovat muun muassa kommunikointi-, kuuntelu-, yhteistyö- ja ongelmanratkaisutaidot. (CASEL s.a.; Weissberg ym. 2015, 7)

Lintunen ja Gould (2014, 623–624) ovat yhdistäneet Thomas Gordonin (2006) luokittelemat vuorovaikutustaidot, kuten kompastuskivien välttämisen, kuuntelun sekä minäviestit, sosioemotionaalisen oppimisen osa-alueisiin. Heidän mukaansa nämä vuorovaikutustaidot voivat tukea sosiaalista tietoisuutta ja ihmissuhdetaitoja. Vuorovaikutuksessa vahingollisiksi koettuja viestejä kutsutaan Gordonin (2006, 114) mukaan kompastuskiviksi. Näitä ovat esimerkiksi uhkailu, tuomitseminen, arvosteleminen ja nolaaminen erilaisilla sanoilla. Kompastuskivien välttäminen on tärkeä työkalu hedelmälliseen vuorovaikutukseen. (Gordon 2006, 114)

Kuuntelu voi olla joko passiivista tai aktiivista (Gordon 2006, 90–94). Passiivisella kuuntelulla tarkoitetaan hiljaista kuuntelua eli sanatonta viestintää, jonka avulla puhuja voi tuntea itsensä hyväksytyksi. Passiivinen kuuntelija voi kuitenkin näyttää erilaisilla ilmeillä, sanoilla ja eleillä, että huomio on täysin kiinnittynyt puhujaan. Tärkeää on kuunnella toista, eikä puhua itse koko ajan. (Gordon 2006, 91) Talvion ja Klemolan (2017, 107) mukaan kuuntelijan tulee antaa tilaa toiselle ja olla läsnä.

Aktiivinen kuuntelu tukee ihmisen sosiaalista tietoisuutta, sillä se on tehokas tapa kommunikoida empaattisesti toisen ihmisen kanssa ja asettua toisen ihmisen asemaan (Lintunen & Gould 2014, 625). Aktiivinen kuuntelu pitää sisällään kuuntelun lisäksi vuorovaikutusta, jonka avulla kuuntelija varmistaa, että ymmärsi puhujan viestin oikein. Tämän myötä puhujalle tulee tunne, että hänen ajatuksiaan kunnioitetaan ja ymmärretään. Aktiivinen kuuntelu on hyvä keino tunnistaa tapahtumien taustalla olevat todelliset tunteet. (Gordon 2006, 94, 126) Talvio ja Klemola (2017, 111) toteavatkin, että aktiivisen kuuntelun tarkoituksena on sanoittaa toisen tunnetta.

Minäviestit ovat tärkeitä ihmissuhdetaitoja, sillä ne helpottavat ihmisten välistä vuorovaikutusta. Minäviestin vastaanottajan ei tarvitse arvailla, miltä toisesta ihmisestä tuntuu, sillä tunteet avataan suoraan vuorovaikutustilanteessa. (Lintunen & Gould 2014, 625) Minäviesteillä ilmaistaan selkeästi omia ajatuksia, tunteita, tarpeita ja käsityksiä (Talvio &

Klemola 2017,111). Ne siis vaativat itsetietoisuutta ja itsensä johtamista, joten niiden voitaisiin ajatella kuuluvan myös näiden taitojen alle (Lintunen & Gould, 625).

Minäviestit voivat olla sekä myönteisiä että ongelmaan tarttuvia. Molemmista löytyy kolme osaa: toisen käyttäytymisen kuvaus, konkreettiset vaikutukset sekä aiheutunut tunne (Talvio & Klemola 2017, 104). Ongelmaan tarttuvassa minäviestissä on tärkeää ilmetä ilman syyttelyä tai tuomitsemista, mikä toisen käyttäytymisessä aiheuttaa tunteen itselle (Gordon 2006, 186). Kun vastaanottaja saa kuulla, minkä tunteen hän on käytöksellään toiselle aiheuttanut, hän voi tuntea empatiaa toista kohtaan ja haluta itse korjata tilanteen (Lintunen & Gould 2014, 627). Gordon (2006, 189) on esittänyt konkreettisen esimerkin opettajan minäviestistä oppilaalle, joka konkretisoi minäviestien merkityksen: ”Kun et tee kotitehtäviäsi (käyttäytymisen kuvaus), minun täytyy käyttää enemmän aikaa ja tehdä enemmän työtä opettaessani tätä asiaa (konkreettinen vaikutus) ja tunnen itseni turhautuneeksi (tunne)”. Näin opettaja kertoo, että tunteen saa aikaan konkreettinen vaikutus eikä oppilaan käyttäytyminen (Gordon 2006, 190).

2.3 Vastuullinen päätöksenteko

Vastuullinen päätöksenteko on eettisesti kestävien ja rakentavien valintojen tekemistä. Valinnat liittyvät henkilökohtaiseen käyttäytymiseen ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen erilaisissa tilanteissa. Osaamisalue edellyttää kykyä huomioida eettisyys omissa valinnoissa esimerkiksi arvioimalla realistisesti omien toimien hyviä ja huonoja puolia sekä seurauksia. (CASEL s.a.; Weissberg ym. 2015, 7)

Yksilön arvot ovat keskeisessä asemassa vastuullisessa päätöksenteossa. Kriittisellä ajattelulla voidaan kehittää arvojen pohdintaa analysoimalla ja vertailemalla mielipiteitä. Ihmiset voivat keskustella, mitä he ajattelevat esimerkiksi oikeudenmukaisuudesta tai vastuullisuudesta ja tulla näin tietoisemmiksi omista arvoistaan. (Lintunen & Gould 2014, 629) Mielipiteet, uskomukset ja arvot voivat olla usein eriäviä, jolloin voidaan puhua arvoristiriidoista. Arvoristiriitojen käsittely tukee vastuullista päätöksentekoa, sillä näkökulmien avaaminen ja niiden tarkastelu auttaa lisäämään osapuolien ymmärrystä sekä itsestään että toisista. (Talvio & Klemola 2017, 126)

3 TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAITOINEN OPETTAJA

Opettajan tunne- ja vuorovaikutusosaaminen näkyy päivittäisessä vuorovaikutuksessa oppilaiden, heidän vanhempiensa sekä työkavereiden kanssa. Tunne- ja vuorovaikutustaitoisella opettajalla on osaamista luvussa 2 esitetyiltä osa-alueilta: itsetietoisuus, itsensä johtaminen, sosiaalinen tietoisuus, ihmissuhdetaidot sekä vastuullinen päätöksenteko. (Collie 2017, 169–171) Lisäksi tunne- ja vuorovaikutustaitoinen opettaja käyttää työssään luvussa 2.2 esitettyjä vuorovaikutustaitoja eli kuuntelee oppilaitaan aktiivisesti, antaa palautetta ja puuttuu ongelmiin minäviestien avulla sekä välttää vuorovaikutuksessa kompastuskiviä (Gordon 2006).

Itsetietoinen opettaja on tietoinen omista tiedoistaan, taidoistaan ja tunteistaan sekä ennen kaikkea oppilaiden kyvyistä ja kehityskohteista. Hän pystyy ajattelemaan positiivisesti sekä omista että oppilaiden kyvyistä. (Collie 2017, 170) Itsensä johtaminen näkyy opettajalla esimerkiksi kykyinä hallita stressiä, asettaa tehokkaita tavoitteita sekä sitoutua kunnioittavasti erilaisiin oppilaisiin. (Collie 2017, 170–171) Sosiaalinen tietoisuus puolestaan ilmenee opettajan toiminnassa empatian osoittamisena, tuen tarjoamisena ja välittämisenä. Sosiaalisesti tietoinen opettaja pyrkii suhtautumaan myötämielisesti erilaisten oppilaiden näkökulmiin. (Collie 2017, 171–172)

Ihmissuhdetaidot liittyvät opettajan tapaan olla vuorovaikutuksessa oppilaiden kanssa. Ihmissuhdetaidoiltaan taitava opettaja toimii vuorovaikutuksessa huolehtivaisilla ja rakentavilla tavoilla, tarjoaa oppilaille tarvittaessa apua sekä hyödyntää ja mallintaa asianmukaisia keinoja ristiriitojen ratkaisemiseksi. Viimeinen osa-alue, vastuullinen päätöksenteko, ilmenee erilaisina strategioina, joiden avulla opettaja voi tehdä työssään vastuullisia ja tehokkaita päätöksiä. Vastuullinen opettaja käyttää oppilaita kunnioittavaa pedagogiikkaa ja huomioi erilaisten ihmisten hyvinvoinnin. (Collie 2017, 172–173)

Opettajan näkökulmasta on tärkeää tiedostaa, että oppilaat vapautuvat oppimaan silloin, kun opettajan ja oppilaan välinen vuorovaikutussuhde on hyvä. Ilman hyviä vuorovaikutussuhteita opettajan erinomaisetkin opetusmenetelmät voivat olla hyödyttömiä. (Gordon 2006, 46) Hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot helpottavat opettajia ylläpitämään hyviä vuorovaikutussuhteita oppilaisiin (Jennings & Greenberg 2009, 493), joten opettajan hyvistä tunne- ja vuorovaikutustaidoista hyötyvät sekä oppilaat että opettaja itse.

Opetustyö on tunne- ja ihmissuhdetyötä, jossa tarvitaan niin myötäelävien ja rohkaisevien tunteiden ilmaisemista kuin kielteisten tunteiden hillitsemistä. Toisin sanoen opettajan ammatti ja työhyvinvointi vaativat tunne- ja vuorovaikutustaitojen osaamista. Opettajat voivat kokea oppilaitaan, heidän vanhempiaan sekä työkavereitaan kohtaan kielteisiä tunteita, kuten suuttumusta ja turhautumista. Opettajan on tärkeää osata säädellä tunteitaan lievemiksi tai lyhytkestoisemmiksi. (Kokkonen 2017b, 199–200) Kuusela (2005, 135) toteaaikin väitöskirjassaan, että opettajan kannattaa itse tietoisesti harjoitella tunne- ja vuorovaikutustaitoja ammatissaan. Hänen mukaansa omia taitoja kehittämällä voi vaikuttaa sekä oppilaisiin että oppitunteihin myönteisesti.

Opettaja kohtaa työssään oppilaiden vastustusta, välinpitämättömyyttä sekä motivaatioon ja keskittymiseen liittyviä ongelmia, minkä vuoksi opettaminen voi joskus tuntua epätoivoiselta (Gordon 2006, 22). Positiivinen suhtautuminen tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoitteluun on monella tavalla opettajalle eduksi, sillä hänen tunne- ja vuorovaikutustaidoillaan on tutkimusten mukaan yhteyttä esimerkiksi oppilaiden käyttäytymiseen (Kokkonen 2017b, 199) sekä opettajan omaan työhyvinvointiin ja motivaatioon (Collie 2017, 179). Lisäksi on todettu, että opettajan hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot tukevat parempaa ryhmänhallintaa (Jennings & Greenberg 2009, 493). Tuloksia vahvistavat Gordonin luokittelemia vuorovaikutustaitoja käsittelevät väitöskirjat (Klemola 2009; Kuusela 2005; Talvio 2014), sillä niiden mukaan opettajat hyötyvät tunne- ja vuorovaikutustaidoista erityisesti erilaisissa haasteellisissa tilanteissa, kuten oppilaan käyttäytymiseen puuttumisessa. Klemolan (2009, 54) tutkimus osoitti, että opettajaopiskelijat hyötyivät erityisesti kuuntelun taidosta käytännön tilanteissa, kun taas Kuuselan (2005, 43–45) tutkimuksessa selvisi, että lisäksi minäviestien käyttö herätti oppilaisissa yhteistyöhalukkuutta.

Opettaja toimii tunne- ja vuorovaikutustaitoja käyttävänä aikuisen mallina oppilailleen eli tulee opettaneeksi taitoja huomaamattaan (Kokkonen 2017a, 111; Kuusela 2005, 43). Tunne- ja vuorovaikutustaitoinen opettaja toimii positiivisena roolimallina oppilailleen (Jennings & Greenberg 2009, 493), ja tästä voivat hyötyä sekä opettaja että oppilaat. Kun opettaja kertoo tunnilla esimerkiksi oman käyttäytymisensä taustalla vaikuttaneista tunteista, hän opettaa oppilaille omalla esimerkillään, kuinka tunteista voi avoimesti keskustella ja kuinka tekojen taustalla voi olla erilaisia tunteita. Toisaalta opettaja voi myös käyttäytymisellään osoittaa, kuinka ikäviä tunteita voidaan sietää ja säädellä. (Kokkonen 2017a, 111) Lisäksi opettaja

näyttää oppilaille, kuinka asetutaan toisten asemaan tai ratkaistaan erilaisia ongelmia (Ciotto & Gagnon 2018, 27). Mäkinen ja Karppinen (2019) korostavatkin, että opettaja voi kehittää oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitoja sanoittamalla omia ja oppilaan tunteita, kuuntelemalla aktiivisesti sekä toimimalla välittäjänä ristiriitatilanteissa.

Tutkimusten mukaan opettajan hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot edistävät oppilaiden akateemisia tuloksia (Collie 2017, 179), sillä tunne- ja vuorovaikutusosaaminen auttaa opettajaa luomaan oppimista tukevan ilmapiirin (Jennings & Greenberg 2009, 493). Opettajan tunnistaessa yksittäisten oppilaiden tunteet hänen on helpompi ymmärtää käyttäytymistä ja näin ollen tukea oppimista vastaamalla oppilaiden yksilöllisiin tarpeisiin (Jennings & Greenberg 2009, 493). Samaan aikaan opettajan on myös helpompi opettaa tunne- ja vuorovaikutustaitoja oppilaille, ja sitä kautta edistää oppilaiden hyvinvointia (Taylor ym. 2017, 1156), itsetuntoa (Mäkinen & Karppinen 2019) ja oppimistuloksia (Durlak ym. 2011, 405, 417).

Opettajan tunne- ja vuorovaikutusosaamisella on erityinen paikka liikunnanopetuksessa. Liikunnanopettajan hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot edistävät positiivisten liikuntakokemusten syntymistä sekä sitä kautta tukevat oppilaiden elinikäistä liikunnan harrastamista. (Lintunen & Gould 2014, 623) Liikunnanopetuksen tärkeitä tavoitteita ja tehtäviä ovatkin liikunnallisen elämäntavan tukeminen sekä liikuntatunteihin liittyvät positiiviset kokemukset (Liukkonen & Jaakkola 2017, 130). Lintusen ja Gouldin (2014, 623) mukaan liikunnanopettajan hyvä tunne- ja vuorovaikutusosaaminen helpottaa luomaan liikuntatunneille positiivisten liikuntakokemusten lisäksi viihtyvyyttä ja kannustavan oppimisympäristön.

4 TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAITOJEN OPETTAMINEN PERUSKOULUN LIIKUNNASSA

Tunne- ja vuorovaikutustaidot ilmenevät liikunnanopettajan työssä oman osaamisen ja roolimallina toimimisen lisäksi näiden taitojen tietoisena opettamisena. Tutkijat ovat yhtä mieltä siitä, että tunne- ja vuorovaikutustaitoja oppii mallin lisäksi harjoittelemalla, aivan kuten motorisia perustaitojakin (Barney ym. 2021, 34; Lintunen & Gould 2014, 631). On myös havaittu, että koululiikunnassa on monia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista tukevia piirteitä (Kokkonen 2017b, 194), jolloin tunne- ja vuorovaikutustaitoja voidaan tuloksellisesti opettaa erityisesti liikuntatunneilla (Ciotto & Gagnon 2018, 28).

Liikuntaa oppiaineena kuvaillaan affektiivisena eli tunteisiin vaikuttavana (Barney ym. 2021, 34). Liikunnanopetuksessa tunne- ja vuorovaikutustaitoja opetetaan affektiivisella alueella, mikä voi näkyä oppilaissa esimerkiksi tunteiden hallitsemisena kilpailutilanteissa, uusien taitojen sinnikkäänä opettelemisena tai muiden luokkakavereiden erilaisuuden ymmärtämisenä (Ciotto & Gagnon 2018, 28). Kun tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen sisällytetään liikunnanopetukseen, oppilaat voivat oppia tunnistamaan ja hallitsemaan tunteitaan, luomaan terveitä ihmissuhteita, asettamaan myönteisiä tavoitteita, tekemään vastuullisia päätöksiä ja ratkaisemaan erilaisia ongelmia (Ciotto & Gagnon 2018, 32).

4.1 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnan opetussuunnitelmassa

Tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat osa peruskoulun liikunnanopetusta, ja niiden opettamiselle annetaan selkeä lähtökohta Opetushallituksen (2014) perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa. Liikunnanopetus kasvattaa oppilaita liikkumaan ja liikunnan avulla. Liikunnan avulla kasvattamiseen liittyy vahvasti tunne- ja vuorovaikutustaidoista esimerkiksi toisia kunnioittava vuorovaikutus, tunteiden tunnistaminen ja säätely sekä vastuullisuus. Koululiikunta tarjoaa mahdollisuuksia sosiaalisuuteen, leikinomaiseen kisailuun sekä toisten auttamiseen. (Opetushallitus 2014, 148–149)

Liikunnanopetuksen tehtävänä on tukea oppilaiden fyysistä, psyykkistä sekä sosiaalista toimintakykyä vuosiluokilla 1–9. Jokaiseen toimintakyvyn osa-alueeseen on luotu erilaisia tavoitteita, joiden avulla pyritään vaikuttamaan myönteisesti oppilaiden hyvinvointiin. Tunne-

ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu korostuu psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn tavoitteiden alla. (Opetushallitus 2014, 148–149, 274–275, 433–435)

Vuosiluokilla 1–2 psyykkisen toimintakyvyn tavoitteisiin kuuluvat tunteiden ilmaisemisen harjoittelu ja myönteisten liikuntakokemusten saaminen. Psyykkisen toimintakyvyn sisältöalueisiin liittyvätkin erilaiset leikit ja pelit, joissa oppilaat kohtaavat emotionaalisesti vaihtelevia tilanteita, ja näin ollen harjoittelevat erilaisten tunteiden ilmaisemista. (Opetushallitus 2014, 148–149) Vuosiluokkien 3–6 ja 7–9 psyykkisen toimintakyvyn tavoitteita ovat myönteisten tunteiden kokeminen ja vastuun ottaminen. Psyykkisen toimintakyvyn sisältöalueisiin liittyvät iloa ja virkistystä tuottavat liikuntatehtävät, joiden avulla opettaja edistää oppilaiden myönteisten tunteiden kokemista. Lisäksi tähän liittyvät tehtävät, joissa harjoitellaan vastuun ottamista sekä pitkäjänteistä ponnistelua yhdessä muiden kanssa. (Opetushallitus 2014, 274–275, 433–435)

Myös sosiaalisen toimintakyvyn tavoitteet ja sisältöalueet on jaettu vuosiluokille 1–2 hieman erilaisiksi verrattuna vuosiluokkiin 3–9. Vuosiluokilla 1–2 sosiaalisen toimintakyvyn tavoitteisiin kuuluvat tunteiden säätelyn ja erilaisten yhteistyötaitojen kehittäminen. Sisältöalueisiin liittyvät erilaiset liikunnalliset sääntöleikit, joiden avulla sääntöjen noudattamista, yhdessä työskentelyä, toisten auttamista ja tunteiden säätelyä voidaan opettaa. (Opetushallitus 2014, 148–149) Vuosiluokilla 3–9 tavoitteisiin kuuluvat tunteiden säätelyn ja yhteistyötaitojen kehittämisen lisäksi reilun pelin periaate ja vastuun ottaminen yhteisistä tilanteista ja säännöistä. Näitä kehitetään erilaisilla pari- ja ryhmätehtävillä, jotka sisältävät toisten huomioimisen ja auttamisen. (Opetushallitus 2014, 274–275, 433–435)

Psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn tavoitteisiin liittyvät opetussuunnitelman laaja-alaisen osaamisen tavoitteet (Opetushallitus 2014, 434), jotka osaltaan toimivat perustana tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiselle liikunnassa. Laaja-alaisella osaamisella tarkoitetaan kokonaisuutta, johon kuuluvat ihmisen tiedot, taidot, arvot, asenteet ja tahto. Laaja-alaisen osaamisen tavoitteita on yhteensä seitsemän, mutta vain seuraavat mainitaan liikunnan psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn tavoitteissa: ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1), kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2), itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3), työelämätaidot ja yrittäjäyys (L6) sekä osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7). (Opetushallitus 2014, 20–24)

Laaja-alaisen osaamisen tavoitteet korostavat tunne- ja vuorovaikutustaitoja eri painotuksilla. Ajattelun ja oppimaan oppimisen (L1) tarkoituksena on ohjata oppilaita käyttämään tietoa vuorovaikutuksessa toisten kanssa, kuuntelemaan toisten näkemyksiä sekä tunnistamaan omat vahvuudet oppimisessa. Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2) liittyy myös arvostavaan vuorovaikutukseen, mutta sen avulla oppilaita ohjataan asettumaan toisten asemaan sekä olemaan vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa. Lisäksi tavoitteella pyritään rohkaisemaan oppilaita ilmaisemaan itseään ja esiintymään erilaisissa tilanteissa. (Opetushallitus 2014, 20–21)

Arjen taidot (L3) sekä työelämätaidot (L6) liittyvät suoraan tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoitteluun. Niihin liittyvät yhteistyö- ja ongelmanratkaisutaitojen kehittäminen sekä epäonnistumisten ja pettymyksen kohtaaminen. Viimeisen laaja-alaisen osaamisen tavoitteen, osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7), tarkoituksena on ohjata oppilaita päätöksentekoon ja eettiseen vastuullisuuteen. (Opetushallitus 2014, 22–24) Näin ollen laaja-alaisen osaamisen tavoitteet huomioivat jossain määrin kaikki luvussa 2 esitetyt tunne- ja vuorovaikutusosaamisen osa-alueet.

4.2 Käytännön keinoja tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen liikunnassa

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen liikunnassa lähtee kannustavan oppimisympäristön (Barney ym. 2021, 34–37; Ciotto & Gagnon 2018; 27–28) ja turvallisen ilmapiiriin (Klemola & Mäkinen 2014, 3–4) luomisesta. Kilpailutilanteissa epäonnistuminen ja siitä aiheutuva pettymyksen tunne on iso osa koululiikuntaa. Liikunnanopettajalla on suuri vastuu luoda sellainen oppimisympäristö, jossa epäonnistuminen ei ole uhkana oppilaiden itsetunnolle. (Ang & Penney 2013, 267, 273) Kannustava oppimisympäristö voi auttaa oppilaita tuntemaan olonsa paremmiksi ja näin ollen motivoida oppimista (Ciotto & Gagnon 2018, 28). Klemola ja Mäkinen (2014, 3) perustelevat turvallisen ilmapiirin tärkeyttä sillä, että tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimisessa ollaan lähellä lasten ja nuorten persoonia koskevia kysymyksiä.

Kuten aiemmin mainittiin, opettajan oma tunne- ja vuorovaikutusosaaminen on suuressa roolissa oppimisympäristön luomisessa, mutta tämän lisäksi opettaja voi käyttää tietoisia menetelmiä. Liikunnanopettaja voi panostaa oppilaiden ryhmäytymiseen esimerkiksi luomalla

ryhmän tavoitteet ja pelisäännöt yhdessä oppilaiden kanssa (Lintunen & Gould 2014, 631) tai käyttää erilaisia tutustumista ja turvallisuutta lisääviä tehtäviä (Klemola & Mäkinen 2014, 4). Liikunnanopettaja voi myös antaa oppilaille vapautta tehdä valintoja tehtävien haastavuudesta. Hän voi esimerkiksi antaa oppilaiden päättää, kuinka kaukana korista harjoitellaan koripallon heittoa, ja näin ollen mahdollistaa onnistumisen kokemukset mahdollisimman monelle oppilaalle. (Barney ym. 2021, 34) Lisäksi liikunnanopettaja voi antaa oppilaiden suorituksista riittävästi positiivista palautetta korjaavan palautteen ohella (Ciotto & Gagnon 2018, 28), hallita ryhmää motivoivalla tavalla (Ciotto & Gagnon 2018, 33) sekä painottaa harjoittelun merkitystä ja parhaansa yrittämistä kilpailun sijaan (Ang & Penney 2013, 28; Barney ym. 2021, 34).

Angin ja Penneyn (2013) tutkimuksen mukaan alakoululaisten oppilaiden kyky käsitellä epäonnistumisia ja pettymystä kehittyi intervention aikana, jossa liikunnanopettajat loivat kannustavan oppimisympäristön liikuntatunneille. He painottivat parhaansa yrittämistä lopputuloksen sijaan, käyttivät kannustavaa puhetta sekä panostivat oppilaiden ryhmäytymiseen esimerkiksi opettamalla positiivista urheilukäyttäytymistä, kuten tiimihurrauksia ja vastustajan huomioimista. Lisäksi he laajensivat oppilaille onnistumisen määritelmää erilaisilla tittleillä, kuten ”eniten kehittynyt pelaaja”. Intervention myötä oppilaat kannustivat enemmän toisiaan esimerkiksi hyvistä yrityksistä eivätkä ottaneet voittamista tai häviämistä enää niin tosissaan. (Ang & Penney 2013, 281)

Turvallisen ja kannustavan oppimisympäristön luomisen lisäksi liikunnanopettaja voi opettaa tunne- ja vuorovaikutustaitoja liikunnassa avoimen vuoropuhelun ja erilaisten keskustelujen avulla. Opettaja voi keskustella itse oppilaiden kanssa tai luoda mahdollisuuksia oppilaiden välisiin keskusteluihin. (Barney ym. 2021, 37; Ciotto & Gagnon 2018, 29–30; Dyson ym. 2022, 157) Lintusen & Gouldin (629, 631) mukaan vastuullista päätöksentekoa voidaan opettaa keskustelemalla erilaisista arvoista, kuten oikeudenmukaisuudesta ja rehellisyydestä. He toteavat, että liikunnanopettaja voi järjestää mahdollisuuksia vuoropuheluun ja arvojen reflektointiin. Myös tunteiden tunnistamista ja säätelyä voidaan opettaa keskustelun avulla. Liikunnanopettaja voi opettaa oppilaille, kuinka käyttäytyään, kun voittaminen tai häviäminen aiheuttaa erilaisia tunteita. Opettaja voi painottaa, että kaikki tunteet ovat sallittuja, mutta voitosta tai tappiosta riippumatta huutaminen, nimittely tai ylenpalttinen juhliminen eivät ole sopivia. Keskustelemalla opettaja voi myös avata oppilaiden keskustelun omista kokemuksistaan ja tunteistaan sekä tarjota mahdollisuuden omien tunteiden tutkimiselle ja itsensä johtamisen kehittymiselle. (Ciotto & Gagnon 2018, 29) Dysonin ym. (2022, 157)

tutkimus vahvistaa asiaa, sillä se osoitti, että oppilaat kehittyivät tunteiden tunnistamisessa ja ilmaisemisessa avoimen vuoropuhelun sekä ryhmäkeskustelujen avulla. Oppilaat saivat mahdollisuuksia reflektoida omia liikuntatuntikokemuksiaan avoimesti ääneen ja näin ollen oppivat myös erilaisia tapoja säädellä tunteitaan ja käyttäytymistään.

Opetushallituksen (2014, 435) perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden mukaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja opetetaan liikunnassa erilaisten pari- ja ryhmätehtävien avulla. Mosston ja Ashworth (2008) ovat luoneet liikunnanopetukseen opettajien apuvälineiksi erilaisia opetustyyliä, joista pariohjaus eli vuorovaikutustyyli ja ongelmanratkaisutyyli haastavat oppilaita työskentelemään pareittain tai ryhmissä (Jaakkola & Sääkslahti 2017, 307–308). Pariohjauksessa oppilaat työskentelevät pareittain: toinen katsoo ja antaa palautetta, kun toinen suorittaa opettajan suunnittelemaa tehtävää. Tässä opetustyyliässä liikunnanopettaja antaa palautetta erityisesti parin työskentelystä ja yhteistyöstä, ja näin ollen edistää oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä. (Jaakkola & Sääkslahti 2017, 307; Mosston & Ashworth 2008, 116–140) On todettu, että liikunnanopettajan kannattaa antaa palautetta tunne- ja vuorovaikutustaitoihin liittyen, kun haluaa opettaa näitä taitoja (Barney ym. 2021, 39).

Ongelmanratkaisutyyliässä opettaja antaa oppilailleen erilaisia liikuntatehtäviä, joihin oppilaat pyrkivät löytämään ratkaisun esimerkiksi pienryhmissä. Tämä vaatii oppilaiden yhteistyötä, kun ryhmällä on yhteinen ongelma ratkaistavanaan. Ratkaisun löydyttyä oppilaat arvioivat sitä yhdessä opettajan kanssa ja opettaja antaa palautetta ongelman ratkaisemisen onnistumisesta. (Jaakkola & Sääkslahti 2017, 308; Mosston & Ashworth 2008, 237–246) Kuuselan (2005, 70–77) tutkimus on osoittanut, että yhteistyö- ja ongelmanratkaisutehtävät sopivat tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoitteluun liikunnassa, sillä niissä syntyy luonnostaan erilaisia tunteita herättäviä tilanteita. Ongelmanratkaisua ja yhteistyötä vaativien tehtävien on myöhemmin todettu edistävän oppilaiden sosiaalista tietoisuutta, ihmissuhdetaitoja sekä vastuullista päätöksentekoa (Ciotto & Gagnon 2018, 30).

Liikunnanopettaja voi myös muodostaa oppilaista ryhmiä, joissa sekoittuvat eri sukupuolet ja etniset ryhmät. Hän voi käyttää ongelmanratkaisutyyliä esimerkiksi antamalla oppilaiden tehtäväksi suunnitella näissä sekaryhmissä tiettyyn kulttuuriin liittyvän tanssisarjan, jolloin oppilaiden sosiaalinen tietoisuus kehittyy. Ihmissuhdetaidot voivat kehittyä erilaisilla liikunnallisilla harjoitteilla, jotka vaativat oppilailta yhdessä toimimista. Liikunnanopettaja voi keksiä luovia haasteita, joissa oppilaiden pitää tuottaa yhteinen ratkaisu ryhmän kanssa.

Opettaja voi myös ohjata oppilaita kuuntelemaan toisiaan ja näin ollen edistää oppilaiden yhteistyötaitojen kehittymistä. (Ciotto & Gagnon 2018, 30)

Myös vastuullista päätöksentekoa voidaan kehittää ongelmanratkaisutyylin avulla. Vastuullista päätöksentekoa kehitetään silloin, kun oppilaille tarjotaan mahdollisuuksia omatoimisiin päätöksiin. Liikunnanopettaja voi esimerkiksi haastaa oppilaita pohtimaan ryhmissä, miten toiminnan määrää voidaan kasvattaa jossakin harjoitteessa. Tämän myötä oppilaat lisäävät tietoisuuttaan liikunnan hyödyistä ja ennen kaikkea hyödyntävät vastuullista päätöksentekoa prosessissa. (Ciotto & Gagnon 2018, 30)

4.3 Pedagogiset opetusmallit osana liikunnanopetusta

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen on kehitetty erilaisia pedagogisia opetusmalleja, jotka voidaan liittää osaksi liikunnanopetusta. Viime vuosina tutkijat ovat kiinnostuneet yhteistoiminnallisen oppimisen integroimisesta liikunnanopetukseen. Vastuuntuntoisuuden malli on jo pitkään liikunnassa tunnettu opetusmalli (Rantala & Heikinaro-Johansson 2007), jonka hyödyistä on saatu jonkin verran lisää näyttöjä. Yhteistoiminnallisen oppimisen ja vastuuntuntoisuuden mallin avulla voidaan tutkitusti kehittää oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitoja peruskoulun liikuntatunneilla. (Dyson ym. 2021a, 150; 2021b, 83–85; 2022, 520)

Yhteistoiminnallinen oppiminen on opetusmalli, jossa oppilaat työskentelevät pienissä heterogeenisissä ryhmissä. Yhteistoiminnalliseen oppimiseen liitetään viisi osatekijää, jotka liikunnanopettajan tulee huomioida opetuksessaan: (1) ryhmän jäsenten välinen riippuvuus toisistaan, (2) yksilöllinen vastuu, (3) monipuolinen ja avoin vuorovaikutus, (4) yhteistyötaitojen tunnistaminen ja kehittäminen sekä (5) ryhmän toiminnan arviointi. (Dyson & Casey 2012, 1–3) Positiivinen riippuvuus (1) on olemassa silloin, kun ryhmän jäsenet luottavat toisiinsa ja ymmärtävät, etteivät voi onnistua ilman kaikkia ryhmän jäseniä. Yksilöllisellä vastuulla (2) tarkoitetaan sitä, että jokainen oppilas ottaa oman vastuunsa ryhmän tehtävistä ja omalta osaltaan huolehtii ryhmän tavoitteiden toteutumisesta. Monipuolinen ja avoin vuorovaikutus (3) on ryhmän jäsenten välistä vuorovaikutusta, kun he toimivat yhdessä kasvotusten. Yhteistyötaitojen tunnistaminen ja kehittäminen (4) liittyy oppilaiden käyttäytymiseen, joka mahdollistaa vapaan ja helpon kommunikoinnin ryhmän jäsenten välillä.

Tätä osatekijää kehitetään tehtävillä, jotka pitävät sisällään kuuntelemista, yhteistä päätöksentekoa, vastuun ottamista, palautteen antamista ja vastaanottamista sekä ryhmäläisten kannustamista. Ryhmän toiminnan arviointi (5) on yleensä avoin dialogi tai ryhmäkeskustelu, joka toteutetaan oppitunnin aikana. (Dyson & Casey 2012, 3–4)

Vastuuntuntoisuuden opetusmalli lähtee siitä ajatuksesta, että liikunnanopetuksen tulisi olla oppilaslähtöistä ja vuorovaikutuksellista. Mallissa käytetään erilaisia oppilaita aktivoivia opetusmenetelmiä, kuten itsenäistä päätöksentekoa, pohdintaa, ryhmäkeskusteluja sekä henkilökohtaista neuvontaa. (Hellison 2011, 49) Vastuuntuntoisuuden malli koostuu viidestä tasosta, joiden avulla oppilaiden henkilökohtaista ja sosiaalista vastuuntuntoisuutta pyritään kehittämään. Tasot ovat kunnioitus, osallistuminen, omatoimisuus, välittäminen ja taitojen siirtyminen arkielämään (vastuuntuntoisuus). Mallissa vastuuntuntoisuus kehittyy portaittain eli oppilaat voivat saavuttaa seuraavan tason vasta hallittuaan edellisen. Perusajatuksena on, että vastuuntuntoisuuden oppiminen lähtee toisten arvojen ja tunteiden kunnioittamisesta, jonka jälkeen muita osa-alueita voi oppia. (Hellison 2011, 31–32)

Vastuuntuntoisuuden mallissa osallistumisen tason tarkoituksena on, että oppilaat oppivat tulemaan toimeen kaikkien kanssa ja näin ollen tekemään yhteistyötä. Omatoimisuuteen liittyvät tehtävien itsenäinen tekeminen ilman valvontaa ja omien tavoitteiden asettaminen. Neljännellä eli välittämisen tasolla oleva oppilas on motivoitunut kunnioittamaan muita, osallistumaan ja olemaan omatoiminen. Lisäksi oppilas kykenee laajentamaan vastuuntuntoaan välittämällä vertaisistaan esimerkiksi auttamalla sekä osoittamalla huolta ja empatiaa heitä kohtaan. Viimeisen tason eli vastuuntuntoisuuden saavutettuaan oppilas siirtää opitut taidot liikuntatuntien ulkopuolelle muuhun elämään. (Hellison 2011, 34–42)

Dysonin ym. (2021b) katsauksessa tarkasteltiin sekä yhteistoiminnallisen oppimisen että vastuuntuntoisuuden mallin hyötyjä tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa liikunnassa. Yhteistoiminnallista oppimista tarkasteltiin 17 peruskouluikäisiä koskevan tutkimuksen avulla ja vastuuntuntoisuuden mallia puolestaan 18 tutkimuksen avulla. Tutkimusten mukaan yhteistoiminnallinen oppiminen kehitti oppilaiden sosiaalista tietoisuutta sekä ihmissuhdetaitoja. Vastuuntuntoisuuden mallista havaittiin erityisesti, että oppilaat saavuttivat tuloksia itsehillinnän, vastuullisuuden sekä ristiriitojen ratkaisemisen osalta. Lisäksi oppilaat kehittivät toisten auttamisessa ja kannustamisessa. (Dyson ym. 2021b, 83–85)

Liikunnanopettajan tulee huomioida oppijoiden yksilöllisyys opetusmalleja kokeiltaessa. Rantalan ja Heikinaro-Johanssonin (2007, 41–42) tutkimuksessa kävi ilmi, että yksittäisten oppilaiden vastuuntuntoisuus kehittyi eri keinoilla, joten vastuuntuntoisuutta täytyi opettaa eri näkökulmista. Osalle riitti onnistunut yhteistyö ja positiivinen palaute taitojen kehittymiseen, kun taas osa tarvitsi konkreettista muistutusta opetusmallin tasoista.

Dyson ym. (2022) tutkivat laadullisesti peruskoulun liikunnanopettajien näkökulmia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta yhteistoiminnallisen oppimisen avulla. Tulosten mukaan oppilaat oppivat tunnistamaan ja ilmaisemaan tunteitaan reflektion ja ryhmän toiminnan arvioinnin avulla. Lisäksi ryhmän välinen riippuvuus auttoi liikunnanopettajia opettamaan oppilaille tunteiden ja käyttäytymisen säätelyä. Yhteistoiminnallisen oppimisen osatekijät antoivat opettajille mahdollisuuksia kehittää oppilaiden empatiakykyä, kuuntelun taitoja sekä kommunikointia toisten kanssa. (Dyson ym. 2022, 517–518)

Oppilaiden näkökulmia yhteistoiminnallisesta oppimisesta sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymisestä on myös tutkittu (Dyson ym. 2021a). Nämä tulokset ovat samansuuntaisia uudemman opettajien näkökulmia koskevan tutkimuksen kanssa. Oppilaiden mukaan yhteistoiminnallinen oppiminen auttoi heitä luomaan ihmissuhteita sekä kuuntelemaan niin, etteivät he enää puhuneet toistensa päälle. Lisäksi yhteistoiminnallinen oppiminen sai oppilaat auttamaan ja kannustamaan toisiaan, harjoittelemaan vastuullista päätöksentekoa sekä näyttämään empatiaa toisilleen. (Dyson 2021a, 145–146, 149)

Opetusmallien sisällyttäminen liikunnanopetukseen ei ole täysin yksiselitteistä. Dysonin ym. (2022, 519) mukaan yhteistoiminnallista oppimista voidaan käyttää tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen vain silloin, kun käytettävissä on riittävästi aikaa. He toteavat, että liikunnanopettaja tarvitsee aikaa opetusmalliin tutustumiseen voidakseen opettaa tunne- ja vuorovaikutustaitoja mallin avulla tehokkaasti. Heikinaro-Johanssonin ja Lyyran (2018, 19) mukaan myös vastuuntuntoisuuden mallin hyödyntäminen vaatii liikunnanopettajalta aikaa, sillä oppilaiden vastuuntuntoisuus ei kehity suunnittelematta. He toteavat, että liikunnanopettajan pitää opetukseen liittyvien toimintatapojen lisäksi tietää oppilaiden persoonallisuudesta ja sosiaalisesta kehityksestä, jotta vastuuntuntoisuutta voidaan kehittää. Tuloksia vahvistavat Rantalan ja Heikinaro-Johanssonin (2007, 36) tutkimus, jonka mukaan vastuuntuntoisuuden mallin käyttö vaatii liikunnanopettajalta pedagogista osaamista, syvällistä mallin taustateoriaan perehtymistä sekä kykyä reflektoida opetusta.

5 POHDINTA

Tässä kandidaatintutkielmassa tarkasteltiin erilaisia tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä niiden ilmenemistä peruskoulun liikunnanopettajan työssä. Tunne- ja vuorovaikutustaidoissa keskityttiin sosioemotionaaliseen oppimiseen ja -osaamiseen liittyviin taitoihin eli itsetietoisuuteen, itsensä johtamiseen, sosiaaliseen tietoisuuteen, ihmissuhdetaitoihin sekä vastuulliseen päätöksentekoon. Pyrkimyksenä oli selvittää, miksi opettajalla kannattaa olla hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä miten ja miksi näitä taitoja opetetaan peruskoulun liikunnassa.

Tutkielman perusteella voidaan yhteenvetona todeta, että tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat tärkeä osa peruskoulun liikunnanopettajan työtä. Tunne- ja vuorovaikutustaidot ilmenevät liikunnanopettajan työssä omana osaamisena ja roolimallina toimimisena, omien taitojen kehittämisenä sekä taitojen tietoisena opettamisena. Oppilaiden kehittyminen tunne- ja vuorovaikutustaidoissa edistää tutkitusti oppilaiden hyvinvointia (Taylor ym. 2017, 1156), itsetuntoa (Mäkinen & Karppinen 2019) ja oppimistuloksia (Durlak ym. 2011, 405, 417), joten tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen kannattaa. On myös havaittu, että koululiikunnassa on monia tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamista tukevia piirteitä (Kokkonen 2017b, 194), jolloin tunne- ja vuorovaikutustaitoja voidaan tuloksellisesti opettaa erityisesti liikuntatunneilla (Ciotto & Gagnon 2018, 28). Opetushallituksen (2014) perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet haastaa peruskoulun opettajia opettamaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja oppilaille, mutta se jättää opettajien vastuulle suunnitella käytännön toteutustavat. Tämä tutkielma on tarjonnut liikunnanopettajille monipuolisesti konkreettisia keinoja tunne- ja vuorovaikutustaitojen käyttämiseen ja opettamiseen.

Yksi merkittävimmistä huomioista tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa on opettajan oma tunne- ja vuorovaikutusosaaminen (engl. social and emotional competence). Tutkijat ovat yhtä mieltä siitä, että opettajien hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä myönteisyys niiden kehittämistä kohtaan edistävät heidän tuloksellisuuttaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa (Collie 2017, 179; Jennings & Greenberg 2009, 493). Tunne- ja vuorovaikutustaitoinen opettaja toimii positiivisena roolimallina oppilailleen (Jennings & Greenberg 2009, 493) eli tulee opettaneeksi taitoja myös huomaamattaan (Kokkonen 2017a, 111; Kuusela 2005, 43). Näin ollen voidaan ajatella, että liikunnanopettajan kannattaa olla jatkuvasti valmiina tarkastelemaan omia tunne- ja vuorovaikutustaitojaan kriittisesti sekä sen

myötä kehittämään niitä. Klemola ja Mäkinen (2014, 4) vahvistavat asiaa, sillä heidän mukaansa opettajan tulee ottaa tosissaan omien tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen, jotta voi toimia esimerkillisesti ja rakentavasti koulun arjessa.

Tutkimusten mukaan opettajan hyvä tunne- ja vuorovaikutusosaaminen auttaa opettajaa luomaan oppimista tukevan ilmapiirin (Jennings & Greenberg 2009, 493) ja kannustavan oppimisympäristön (Lintunen & Gould 2014, 623). Tulokset ovat tämän tutkielman kannalta huomionarvoisia, sillä tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen liikunnanopetuksessa lähtee kannustavan oppimisympäristön (Barney ym. 2021, 34–37; Ciotto & Gagnon 2018; 27–28) ja turvallisen ilmapiirin (Klemola & Mäkinen 2014, 3–4) luomisesta. Liikunnanopettajan hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot edistävät lisäksi positiivisten liikuntakokemusten syntymistä sekä sitä kautta tukevat oppilaiden elinikäistä liikunnan harrastamista. (Lintunen & Gould 2014, 623) On mielenkiintoista huomioida, että liikunnanopettajan tunne- ja vuorovaikutustaidoilla voi olla merkitystä liikunnanopetuksen tärkeisiin tavoitteisiin ja tehtäviin. Kun opettaja onnistuu luomaan oppimisympäristöstä kannustavan ja turvallisen, oppilaat uskaltavat mahdollisesti helpommin kokeilla ja oppia uutta.

Liikunnanopettajalla on paljon tilaisuuksia ja keinoja opettaa tunne- ja vuorovaikutustaitoja oppilailleen peruskoulun liikunnassa, mutta se vaatii aikaa, suunnittelua ja ammattitaitoa. Tutkijat ovat osoittaneet, että tunne- ja vuorovaikutustaitoja kehittävät ohjelmat ovat tuloksellisia, mikäli opetus ja harjoittelu etenevät pienin askelin, taitojen kehittymiselle annetaan riittävästi aikaa ja oppimisella on selkeät, yksilöidyt tavoitteet (Durlak ym. 2011, 408). Liikunnanopettajan on hyvä jo oppituntien suunnitteluvaiheessa asettaa tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittyminen tuntien tavoitteeksi ja valita opetusmenetelmät sekä harjoitteet tavoitteisiin sopiviksi. Lisäksi opettajan kannattaa miettiä sellaiset tavoitteet, joihin on mahdollista päästä käytettävissä olevassa ajassa. Aikaa voi olla niukasti käytettävissä ja liikunnassa korostuu Opetushallituksen (2014, 434) mukaan myös kuusi fyysisen toimintakyvyn tavoitetta, jolloin liikunnanopettajan ammattitaidon merkitys tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa korostuu. Tärkeää on sisällyttää tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen liikunnallisiin harjoituksiin niin, ettei se ole pois fyysisen toimintakyvyn tavoitteiden saavuttamisesta.

Usein ollaan huolissaan fyysisen aktiivisuuden vähenemisestä, kun liikuntatunneilla kokeillaan jotakin uutta opetusmallia (Rantala & Heikinaro-Johansson 2007, 42). Dysonin ym. (2022, 513)

tutkimuksen tulokset kuitenkin osoittivat, että yhteistoiminnallisen oppimisen käyttäminen pedagogisena lähestymistapana mahdollistaa oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymisen samalla, kun saavutetaan laajempia oppimistuloksia liikunnassa. Myös Rantalan ja Heikinaro-Johanssonin (2007, 42) tutkimuksessa fyysinen aktiivisuus jopa lisääntyi kokeiltaessa vastuuntuntoisuuden mallia liikunnanopetuksessa. Tämä voi toimia rohkaisevana havaintona liikunnanopettajille, jotka eivät vielä ole kokeilleet opetusmalleja liikunnassa.

Vaikka tutkielmassa on osoitettu vahva perusta tunne- ja vuorovaikutustaitojen käyttämiseen ja opettamiseen peruskoulun liikunnassa, on hyvä suhtautua kriittisesti siihen, käyttävätkö kaikki liikunnanopettajat näitä taitoja esimerkillisesti opetuksessaan tai opettavatko he näitä taitoja tietoisesti oppilailleen. Dysonin ja Caseyn (2012, 21) mukaan opettajan opetusfilosofian tulee olla linjassa tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen kanssa. Myös Lintusen ja Gouldin (2014, 630) mukaan liikunnanopettajat opettavat tunne- ja vuorovaikutustaitoja silloin, kun heidän opetusfilosofioidensa ensisijainen merkitys on tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittämisessä. Toisin sanoen tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa on tärkeää aito kiinnostus niiden kehittämistä kohtaan (Kokkonen 2017b, 199). Klemola ja Mäkinen (2014, 4) tiivistävät asian hyvin: ”Tunne- ja vuorovaikutustaitojen käytön perustana ovat opettajan arvot ja asenteet – halu kohdata ja välittää kantaa jo pitkälle.”

On tärkeää pohtia, valmistaako liikunnanopettajakoulutus opiskelijoita tunne- ja vuorovaikutustaitojen käyttämiseen tai opettamiseen riittävästi. Talvion ja Klemolan (2017, 146–147) mukaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja kehittäviä kursseja tarjotaan nykyään entistä enemmän liikunnanopettajakoulutuksessa ja siihen on ollut osaltaan vaikuttamassa jo aiemminkin mainittu Klemolan (2009) väitöskirjatutkimus. Sen mukaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja pyritään tietoisesti kehittämään liikunnanopettajakoulutuksessa jo ensimmäisestä vuodesta alkaen (Klemola 2009, 91). Pusan ja Tuomelan (2020) Pro gradu -tutkielmassa selvisi, että opiskelijat kehittyivät tunne- ja vuorovaikutustaidoissaan liikunnanopettajakoulutuksessa järjestettävien tunne- ja vuorovaikutuskurssien myötä. Lisäksi liikunnanopettajaopiskelijat pitivät kursseja hyödyllisenä heidän tunne- ja vuorovaikutusosaamisensa kannalta. Ei kuitenkaan ole näyttöä siitä, valmistaako koulutus liikunnanopettajaopiskelijoita opettamaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja osana liikunnanopetusta. Tätä olisikin hyvä tutkia jatkossa esimerkiksi haastatteleamalla vasta valmistuneita liikunnanopettajaopiskelijoita. Näin liikunnanopettajakoulutusta voitaisiin kehittää entisestään tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisen näkökulmasta.

Tutkielmassa on pääosin käytetty kansainvälisiä tutkimusartikkeleita aineistona, sillä Suomessa on tehty vain vähän tutkimusta aiheesta. Joitakin tutkimuksia, väitöskirjoja ja Pro gradu - tutkielmia aiheesta on tehty, mutta niissä ei ole käytetty sosioemotionaalisen oppimisen ja -osaamisen viitekehystä (engl. social and emotional learning, social and emotional competence), vaan yleisemmin tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Yksi mielenkiintoinen jatkotutkimusehdotus olisi laadullinen haastattelututkimus, jossa selvitettäisiin suomalaisilta peruskoulun liikunnanopettajilta, miten he opettavat tunne- ja vuorovaikutustaitoja liikunnanopetuksessa. Näkökulmana voisi toimia tässäkin tutkielmassa käytetty viitekehys tunne- ja vuorovaikutustaidoista.

Tutkielmaa tehdessä selvisi, että aihe on melko laaja, sillä esimerkiksi opetusmalleista löytyi runsaasti tutkimusta. Tätä voidaan pitää tutkielman heikkoutena. Aihetta olisi voitu rajata tarkemmin esimerkiksi tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen peruskoulun liikunnassa. Toisaalta sosioemotionaalisen oppimisen viitekehys ja peruskoulun liikunnanopetuksen näkökulma rajasivat aihetta jo melko hyvin ja poissulkivat joitakin tutkimuksia. Tutkielman aihetta rajattiin seuraavilla hakusanoilla ja -kriteereillä: “social and emotional learning OR social and emotional competence” AND “physical education OR elementary physical education”.

Tutkielman vahvuus on huolellisesti kerätty tutkimusaineisto, johon on perehdytty syvästi. Aineiston kerääminen aloitettiin jo vuonna 2020 seminaarityön ohessa ja sitä jatkettiin läpi prosessin. Tutkimusaineiston hakemisessa toimi erilaiset tietokannat, kuten ERIC ja JykDok. Tutkimusaineisto koostuu useasta kansainvälisestä vertaisarvioidusta tutkimusartikkelista, joista osa on laajoja meta-analyysejä tai katsauksia. Meta-analyysit lisäävät tulosten luotettavuutta ja yleistettävyyttä. Lisäksi aineisto koostuu erilaisista kirjoista, väitöskirjatutkimuksista ja julkaisuista, jotka tukevat tutkimusartikkeleiden havaintoja. Tutkimusaineistossa on myös tuoreita vertaisarvioituja tutkimuksia (2020–2022), mikä vahvistaa tutkimuksen ajankohtaisuutta.

LÄHTEET

- Ang, S. & Penney, D. (2013). Promoting social and emotional learning outcomes in physical education: Insights from a school-based research project in Singapore. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education* 4 (3), 267–286. doi: 10.1080/18377122.2013.836768.
- Barney, D., Prusak, K. A. & Davis, L. (2021). Developing social-emotional learning in physical education through appropriate instructional practices. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance* 92 (9), 33–41. doi:10.1080/07303084.2021.1977740.
- Brackett, M. A., Bailey, C. S., Hoffmann, J. D. & Simmons, D. N. (2019). RULER: A theory-driven, systemic approach to social, emotional, and academic learning. *Educational Psychologist* 54 (3), 144-161. doi: 10.1080/00461520.2019.1614447.
- CASEL (Collaborative for academic, social and emotional learning). (s.a.). Verkkosivu. Viitattu 15.3.2023. www.casel.org/
- Ciotto, C. M. & Gagnon, A. G. (2018). Promoting social and emotional learning in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance* 89 (4), 27-33. doi:10.1080/07303084.2018.1430625.
- Collie, R. J. (2017). Teachers' social and emotional competence: Links with social and emotional learning and positive workplace outcomes. Teoksessa E. Frydenberg, A. Martin & R. Collie (toim.) *Social and emotional learning in Australia and the Asia-Pacific*. Singapore: Springer, 167–184.
- Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R. & Schellinger, K. (2011). The impact on enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development* 82 (1), 405–432. doi:10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x.
- Dyson, B. & Casey, A. (2012). *Cooperative learning in physical education: A research based approach*. E-kirja. Lontoo: Routledge Taylor & Francis Group. Viitattu 11.4.2023.
- Dyson, B., Howley, D. & Shen, Y. (2021a). 'Being a team, working together, and being kind': Primary students' perspectives of cooperative learning's contribution to their social and emotional learning. *Physical Education and Sport Pedagogy* 26 (2), 137–154. doi: 10.1080/17408989.2020.1779683.
- Dyson, B., Howley, D. & Shen, Y. (2022). "Wow! They're teaching each other": Primary teachers' perspectives of implementing cooperative learning to accomplish social and

- emotional learning in Aotearoa New Zealand physical education. *Journal of Teaching in Physical Education* 41 (3), 513–522. doi: 10.1123/jtpe.2021-0047.
- Dyson, B., Howley, D. & Wright, P. M. (2021b). A scoping review critically examining research connecting social and emotional learning with three model-based practices in physical education: Have we been doing this all along? *European Physical Education Review* 27 (1), 76–95. doi: 10.1177/1356336X20923710.
- Gordon, T. (2006). *Toimiva koulu*. Suom. M. Savolainen. Helsinki: LK-kirjat.
- Heikinaro-Johansson, P. & Lyyra, N. (2018). *Liikunnanopetus ja opetuksen analysointi*. E-kirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellinen tiedekunta. Viitattu 10.4.2023. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-7592-0>
- Hellison, D. (2011). *Teaching personal and social responsibility through physical activity*. 3. painos. E-kirja. Champaign, IL: Human Kinetics. Viitattu 10.4.2023.
- Jaakkola, T. & Sääkslahti, A. (2017). *Liikunnanopetuksen opetustyyli*. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 304–319.
- Jennings, P. A. & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research* 79 (1), 491–525. doi:10.3102/0034654308325693
- Klemola, U. & Mäkinen, T. (2014). Tunne- ja vuorovaikutustaitoja oppii harjoittelemalla: Pedagogisia poimintoja opettajalle. *Liito: Liikunnan ja terveystiedon opettaja* 2014 (4), 32–34. Viitattu 3.3.2023. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201601131104>
- Klemola, U. (2009). *Opettajaksi opiskelevien vuorovaikutustaitojen kehittäminen liikunnan aineenopettajakoulutuksessa*. Jyväskylän yliopisto. *Studies in Sport, Physical education and Health* 139. Väitöskirja. Viitattu 5.4.2023. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-3656-3>.
- Kokkonen, M. (2017a). *Ihastuttavat vihastuttavat tunteet*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kokkonen, M. (2017b). Liikunta sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä edistävien tunne- ja ihmissuhdetaitojen tukijana. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 185–214.
- Kuusela, M. (2005). *Sosioemotionaalisten taitojen harjaannuttaminen, oppiminen ja käyttäminen perusopetuksen kahdeksannen luokan tyttöjen liikuntatunneilla*. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö LIKES. *Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja* 165.

- Lintunen, T. & Gould, D. (2014). Developing social and emotional skills. Teoksessa A. G. Papaioannou & D. Hackfort (toim.) *Routledge companion to sport and exercise psychology: Global perspectives and fundamental concepts*. Lontoo: Routledge Taylor & Francis Group, 621–635.
- Liukkonen, J. & Jaakkola, T. (2017). Liikuntamotivaatio elinikäisen liikuntaharrastuksen edellytyksenä. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka. 2. uudistettu painos*. Jyväskylä: PS-kustannus, 130–146.
- Mosston, M. & Ashworth, S. (2008). *Teaching physical education: First online edition*. 6. painos. E-kirja. Viitattu 7.4.2023. https://spectrumofteachingstyles.org/assets/files/book/Teaching_Physical_Edu_1st_Online.pdf.
- Mäkinen, T. & Karppinen, A. (2019). Tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimisen edistäminen kouluissa. *Liito: Liikunnan ja terveystiedon opettaja 2019* (2), 11–14. Viitattu 3.3.2023. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201905202687>.
- Opetushallitus. (2014). *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Määräykset ja ohjeet 2014:96*. Viitattu 22.3.2023. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf.
- Pusa, J. & Tuomela, M. (2020). Liikunnanopettajaksi opiskelevien koettu tunne- ja vuorovaikutusosaaminen. *Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma*. Viitattu 15.4.2023. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-202002062003>.
- Rantala, T. & Heikinaro-Johansson, P. (2007). Hellisonin vastuuntuntoisuuden malli osana seitsemännen luokan poikien liikuntatunteja. *Liikunta & Tiede* 44 (1), 36–44.
- Salovey, P. & Mayer, J.D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality* 9 (3), 185–211. Viitattu 2.4.2023. https://center.uoregon.edu/StartingStrong/uploads/STARTINGSTRONG2016/HANDOUTS/KEY_46201/pub153_SaloveyMayerICP1990_OCR.pdf.
- Talvio, M. (2014). How do teachers benefit from training on social interaction skills? Developing and utilising an instrument for the evaluation of teachers social and emotional learning. *Helsingin yliopisto. Opettajankoulutuslaitoksen julkaisuja* 361.
- Talvio, M. & Klemola, U. (2017). *Toimiva vuorovaikutus*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Taylor, R.D., Oberle, E., Durlak, J.A. & Weissberg, R.P. (2017). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child Development* 88 (4), 1156–1171. doi:10.1111/cdev.12864.

Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Domitrovich, C. E. & Gullotta, T. P. (2015). Social and emotional learning: Past, present, and future. Teoksessa J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, R. P. Weissberg & T. P. Gullotta (toim.) Handbook of social and emotional learning: research and practice. New York: Guilford press, 3–19.