



Riikka Krogerus

Lasten onnellisuus vanhempien käsittämänä

Pro gradu -tutkielma
KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA
Pedagogiset instituutiot ja asiantuntijuus
2019

Avainsanat: Käsitukset, lapset, onnellisuus, vanhemmat

Tämän pro gradu -tutkielman tutkimuskysymys on: *Millaisia käsityksiä vanhemmilla on lasten onnellisuudesta, sen muotoutumisesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä?* Tutkimus pyrkii selvittämään, miten vanhemmat käsittävät lasten onnellisuutta ja siihen vaikuttavia tekijöitä. Suomi on sijoittunut kahdesti peräkkäin YK:n onnellisuusraportissa ensimmäiselle sijalle ja tämä on kansallisesti saanut aikaan keskustelua onnellisuudesta. Suomessa lasten onnellisuutta on tutkittu muun muassa haastattelemalla lapsia. Näiden tutkimusten rinnalle on mielekästä saada tietoa lasten onnellisuudesta myös vanhempien näkökulmasta.

Tutkielman teoria nojaa pääosin eudaimoniset ja hedonistiset onnellisuuden traditiot yhdistäviin teorioihin. Hedonistiset teoriat perustuvat tiivistetysti tunne-elämään ja elämäntyytyväisyyteen, kun taas eudaimoniset traditiot elämän merkityksellisyyden kokemiseen. Näitä yhdistävät teoriat tukevat tämän tutkielman aineiston tuloksia.

Tutkielma nojautuu fenomenografiseen metodologiaan. Aineisto on kerätty neljältä erilaisista taustoista tulevilta vanhemmilta. Haastateltavilta kerättiin aluksi kirjoitelmat, jonka jälkeen heitä haastateltiin vielä kirjoitelmien pohjalta. Molemmista aineistoista etsittiin merkityksellisiä ilmauksia, joita yhdistettiin ja tiivistettiin eri ryhmiksi.

Vanhempien käsityksissä keskeisiä lasten onnellisuuteen vaikuttavia teemoja olivat yhteenkuuluvuus, kyvykkyys, perustarpeiden tyydytys, merkityksellisyys, rakkauden teot ja varallisuus. Yhteenkuuluvuus ja kyvykkyys saivat laajalti merkityksenantoja ja korostuivat eniten aineistossa. Tuloksia ja teoriaa peilatessa huomataan niiden välillä hyvinkin samalaisia teemoja. Merkittävä ero oli kuitenkin vapauden ja sääntöjen ristiriita. Vanhemmat korostivat asetettuja rajoja ja sääntöjä ja ajattelivat niiden olevan ehto lapsen onnellisuudelle. Eri onnellisuuden teoriat taas puoltavat autonomiaa yhtenä ihmisen perustarpeena. Tutkimus antaa kasvattajille lisää viitteitä ymmärtää lasten onnellisuutta. Se antaa myös yksityiskohtaista sisältöä eri teemojen alle nousseista merkityksistä. Vapauden ja sääntöjen ristiriita haastaa tutkimaan aihetta lisää ja asettaa myös kasvattajat pohtimaan näiden merkitystä kasvatustyössään.

Sisältö

1 Johdanto.....	4
2 Onnellisuuden teoreettista taustaa	6
2.1 Onnellisuuden hedonistinen traditio	7
2.2 Eudaimoniset onnellisuustraditiot	8
2.3 Traditioita yhdistäviä teorioita	9
2.4 Onnellisuus ja talous	12
3 Lasten onnellisuus aiemmissä tutkimuksissa	14
4 Tutkimuksen lähtökohdat	19
4.1 Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen tavoitteet	19
4.2 Tutkimuksen metodologinen perusta	20
4.3 Aineiston keruu	21
4.4 Aineiston analyysi	23
4.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	27
5 Tulokset.....	29
5.1 Yhteenkuuluvuus.....	30
5.2 Kyvykkyys	34
5.3 Perustarpeet	37
5.4 Merkityksellisyys	39
5.5 Rakkauden teot.....	41
5.6 Varallisuus.....	43
6 Pohdinta	46
Lähteet	49

1 Johdanto

Mitä onnellisuus on ja miten se käsitetään? Onnellisuuteen ajatellaan liittyvän ainakin vapaudentunne ja yhteenkuuluvuus. Onnellisuutta on kuvailtu lämpimäksi tunteeksi, jolloin ihmisellä on turvallinen olo ja valoisa suhtautuminen tulevaisuuteen. (Airtto, 2011, s. 11-12.) Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkitaan vanhempien käsitysten variaatioita ja samankaltaisuuksia lasten onnellisuudesta. Tutkimusintressi liittyy vanhempien omiin käsityksiin ja ajatuksiin ja tavoitteena on selvittää, miten he käsittävät ja ymmärtävät lapsen onnellisuutta ja sen muotoutumista. Tutkielman alussa esitellään erilaisia teoreettisia lähestymistapoja onnellisuuteen ja tarkastellaan suomalaisten lasten onnellisuutta ja hyvinvointia aiempien tutkimusten valossa. Onnellisuuden teorit voidaan jakaa hedonistisia piirteitä tai eudaimonisia näkökulmia korostaviksi, mutta monet nykyiset teorit sisältävät ajatuksia kummastakin traditiosta.

Onnellisuus on ollut keskeisenä puheenaiheena jo antiikin Kreikasta alkaen. Tuohon aikaan onnellisuutta ei todennäköisesti nähty ihmisen psykologisena tilana, vaan enemmänkin se liitettiin elämän onnistumiseen. Keskiaikaan onnellisuus nähtiin elämisestä Jumalan tahdossa ja onnellisuus liitettiin vahvasti Jumalaa koskevaan mietiskelyyn. Onnellisuutta voidaan kuitenkin nykyään määritellä ainakin seuraavilla tavoilla: Se on ihmisen sisällä hyvältä tuntuva psykologinen tila. Onnellisuus on myös asia, jota yksilöt tavoittelevat enemmän tai vähemmän. Se on erittäin subjektiivista, eli jokainen yksilö itse määrittelee, kuinka onnellinen hän on. Onnellisuutta määriteltäessä voidaan puhua myös kolmesta eri onnellisuudesta, joita usein myös tutkitaan ja mitataan erikseen. Niitä ovat elämäntyytyväisyys, positiiviset tunteet ja eudaimoniset onnellisuusperspektiivit. Viimeisellä tarkoitetaan elämän arvokkuuden kokemista laajemmin, kuin pelkkien tunteiden varassa. (Martela, 2015b, s. 30- 33.) Tämän tutkimuksen kontekstissa onnellisuus käsitetään hyvinvoinnin, sisäisen motivaation ja merkityksellisyyden tuomaksi kokonaisuudeksi (Martela, 2014).

Suomi sijoittui YK:n onnellisuusraportissa (Helliwell, Layard & Sachs, 2019 & 2018) vuonna 2018 sekä 2019 ensimmäiselle sijalle. Aiemmin useat tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet suomalaisten lasten kouluviihtyvyyden olevan verrattain huonoa. YK:n lastenoikeuksien komitea suositteli Suomea selvittämään suomalaislasten huonoa kouluviihtyvyyttä, sillä sen todettiin olevan uhkana lasten oikeuksien toteutumiselle (Harinen & Halme, 2012, s. 1-12). Tästä syystä on erityisen mielenkiintoista ja tärkeää ymmärtää suomalaisten lasten onnellisuutta sekä sen rakennusosia. On positiivista, että lasten hyvinvoinnin tutkimuksessa on nykypäivänä tutkittu

suoraan lasten omia käsityksiä ja kokemuksia. Lapset ovat kuitenkin osa oman perheensä kontekstia, jolloin moni onnellisuuden palanen tulee perheen kontekstista käsin, eikä lapsi osaa aina välttämättä näitä näkökulmia tuoda esille. Tästä syystä myös vanhempien käsitykset lasten onnellisuudesta voivat avata tärkeitä ajatuksia lasten onnellisuuden rakentumisesta.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on herättää keskustelua suomalaisten lasten hyvinvoinnista ja saada eri kasvattajat, erityisesti vanhemmat pohtimaan lasten onnellisuutta. Lasten onnellisuudesta on melko vähän teoriaa tarjolla, vaikkakin tällä hetkellä onnellisuus- ja hyvinvointitutkimus ovat hyvin pinnalla. Teorioissa onnellisuutta käsitellään yleisesti ihmisyyden tasolla, mutta esimerkiksi Kuokkanen (2012, s. 7-8) pohtii pro gradu -tutkielmassaan, voidaanko yleisiä onnellisuuden ja hyvinvoinnin teorioita soveltaa lapsiin. Onkin todettu, että tarvittaisiin enemmän tutkimusta siitä, mitkä asiat tekevät nimenomaan lapset onnellisiksi (Uusitalo-Malmivaara, 2012, s. 604.)

Tutkimuksen tekijän roolissa on mielenkiintoista saada tietoa erilaisista onnellisuuden käsityksistä. Ammattikasvattajana tai muussa kasvatus- ja opetusalan työssä on keskeistä ymmärtää eri osatekijöitä hyvinvoinnin ja onnellisuuden takana. Kasvatus- ja opetusalan työssä myös yhteistyö vanhempien kanssa on olennaista, joten vanhempien erilaisten onnellisuus- ja hyvinvointikäsitysten ymmärtäminen voi avata yhteistyötä ja vuorovaikutusta uudella tavalla.

2 Onnellisuuden teoreettista taustaa

Onnellisuutta on tutkittu ja pohdittu kautta aikojen ja se on silti säilynyt tähän päivään asti melko epäselkeänä terminä. Vaikka onnellisuutta kuitenkin määritellään moni eri tavoin ja vaikka se on yksilöllinen ja subjektiivinen kokemus, tavoitellaan sitä länsimaissa yhtenä ihmisen keskeisimpinä päämäärinä. (Martela, 2015b, s. 30.) Onnellisuutta on tutkittu eri tavoin sekä eri puolilla maailmaa ja universaalisti ihmisillä näyttäisi olevan melko yhdenmukaisia ajatuksia siitä, millaista onnellinen elämä on (Airto, 2011, s. 10).

Haybron & Haybron (2008, s. 30) kuvailevat onnellisuuden olevan melko pysyvä ihmisen psyykkinen ominaisuus. Hän myös kuvailee onnellisuuden teorioiden usein nojaavan elämäntyytyväisyyden mittaamiseen. Olennaista tällöin eivät ole yksilön kokemukset, vaan pikemminkin subjektiivinen asennoituminen. Yksilö voi olla onnellinen, vaikkei olisi koskaan ajatellut olevansa. (Haybron & Haybron, 2008, s. 30.) Onnellisuuden voidaan ajatella koostuvan hyvinvoinnista, sisäisestä motivaatiosta sekä merkityksellisyyden kokemuksista (Martela, 2018).

Onnellisuutta ja hyvinvointia voidaan kuvata kahdesta eri traditionaalisesta filosofian näkökulmasta käsin: hedonistisesta ja eudaimonisesta. Ensimmäinen näkökulma korostaa välitöntä hyvää ja myönteisiä tunteita, jälkimmäinen taas merkityksellisyyttä ja tuo kritiikin hedonistisen näkökulman kapeakatseisuudesta. Molemmat kysyvät erilaisia kysymyksiä hyvästä elämästä. Se miten näemme hyvinvoinnin ja onnellisuuden, vaikuttaa kuitenkin esimerkiksi yhteiskuntamme politiikkaan, opetukseen tai vanhemmuuteen, sillä tavoittelemme länsimaisessa yhteiskunnassa onnellisuutta jopa elämäntehtävänä. Ajatukset hyvinvoinnista sekä onnellisuudesta muovaavat ajatuksiamme paremmasta ihmisyydestä ja käytäntöön tulisikin saada ajattelutapa onnellisuudesta, jotta visio ”paremmasta” selkiytyisi. (Martela, 2015, s. 30-41, Ryan & Deci, 2001, s. 142.)

Jotta esimerkiksi opetus ja kasvatus koulutusjärjestelmässämme tukisi onnellisuutta, on syytä käydä hyvinvoinnin ja onnellisuuden teoreettista ja käytännön keskustelua. Tässä tutkimuksessa onnellisuus ja subjektiivinen hyvinvointi liittyvät vahvasti toisiinsa. Joissain tutkimuksissa onnellisuus on usein korvattu subjektiivisen hyvinvoinnin käsitteellä *subjective well-being* (SWB), mikä sisältää fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin sekä emotionaalisen hyvinvoinnin (Uusitalo-Malmivaara, 2012, s. 602-603). Tässä luvussa pyritään paneutumaan onnellisuuden eri määritelmiin erilaisista teoreettisista näkökulmista käsin.

Martela kuvaa onnellisuuden löytämisen olevan keskittymistä ihmisen sisäiseen maailmaan: asenteisiin, ajattelutapoihin ja suhtautumistapoihin (Martela, 2015a, s. 111-112). Kuitenkin onnellisuutta tulisi lähestyä epäsuorasti, sillä sen suora tavoittelu saattaa olla ihmiselle haitallista. Onnellisuuden tavoittelua voisi olla esimerkiksi keskittyminen hyvänteekemiseen, jolloin onnellisuus voi tulla ihmisille ikään kuin toiminnan sivutuotteena. (Martela, 2015b, s. 31.)

2.1 Onnellisuuden hedonistinen traditio

Onnellisuuden määrittelyllä on pitkä historia. Kreikkalainen filosofi Aristippus opetti hyvän ja tavoitellun elämän sisältävän maksimaalisen tyydytyksen kokemista. Hän opetti, että onnellisuus on hedonististen hetkien kokonaisuutta. Nykypäivän hedonistisessa psykologiassa tutkijat ovat käyttäneet onnellisuuden määritelmää *subjective well-being* (SWB), mikä sisältää kolme osa-aluetta: elämäntyytyväisyys, positiivisten tunnetilojen läsnäolo ja negatiivisten tunteiden poissaolo. (Ryan & Deci, 2001, s. 143-144.) Ed Diener (2009) on todennut, että läpi historian filosofiassa onnellisuutta on pidetty ikään kuin korkeimpana hyvänä ja ultimaattisena motivaationa ihmisen toiminnassa. Ihmisen pahoinvointia (unhappiness) tutkittiin siltikin erittäin paljon ja onnellisuus jätettiin tutkimuskohteena taka-alalle. Vasta 1970-luvulla tutkijat alkoivat omistautua subjektiivisen hyvinvoinnin tutkimukselle. (Ed Diener, 2009.)

Kun tutkitaan onnellisuutta positiivisista tunteista käsin, lähestytään hedonistista onnellisuuskäsitystä. Käsitys tukee ajatusta, että ihminen on onnellisempi, mitä enemmän hänellä on positiivisia tunteita negatiivisten sijaan. Kritiikki teoriaa kohtaan voidaan esittää siitä, ettei hedonistinen käsitys välitä välttämättä siitä, mitkä asiat tuovat positiiviset tunteet. Esimerkiksi muille haittaa tuovat toiminnot saattavat edesauttaa positiivisia tunteita. Nautintojen ja koettujen positiivisten tunteiden määrä ratkaisisi tässä näkemyksessä ihmisen onnellisuuden. Myös elämäntyytyväisyyttä pidetään positiivisten tunteiden ohella onnellisuuden mittarina. Elämäntyytyväisyyttä mitattaessa ei keskitytä häilyviin tunteisiin, vaan ihmisen kognitiiviseen kykyyn arvioida omaa elämäänsä. Ihmisen elämäntyytyväisyyteen vaikuttaa se, miten elämän odotukset ja todellisuus kohtaavat. Kuitenkaan elämäntyytyväisyys ei ole aina hyvinvoinnin ja onnellisuuden keskeinen mittari. Tutkimuksissa on huomattu, että noin 45% ihmisistä, jotka sanoivat olleensa tyytyväisiä elämäänsä, kokivat silti suhteellisen suurta ahdistusta. (Martela, 2015, s. 35-39.)

Subjekttiivisen hyvinvoinnin käsite viittaa yksilön omaan näkökulmaan. Onnellisuuden arviointi ei tällöin perustu ulkoisiin tarkkailuihin tai objektiivisiin mittauksiin, vaan yksilön omaan käsitykseen omasta hyvinvoinnistaan. Yksilön arviointi omasta onnellisuudesta ajatellaan olevan sekä affektiivista että kognitiivista arviointia. Yksinkertaistettuna yksiöt, joiden SWB on korkea, ajattelevat elävänsä hyvää elämää. (Baumgardner & Crothers, 2014, s. 22.)

Määrittelevätkö ihmisten kokemat positiiviset tunteet tarpeeksi, kun puhutaan yksilöiden onnellisuudesta? Elämässä olosuhteet vaihtuvat, mutta onko ihminen onnellinen, jos kokee jatkuvasti vain hyviä tunteita, tapahtuipa elämässä mitä tahansa? Negatiivisilla tunteilla on myös eräänlainen suojeleva vaikutus. Esimerkiksi ne voivat auttaa tekemään päätöksiä, joilla olisi haittaa hyvinvoinnille tai esimerkiksi ilman pelkoa ihminen saattaa tehdä huonoja valintoja. (Baumgardner, Crothers, 2014, s.20.)

2.2 Eudaimoniset onnellisuustraditiot

Aristippus kannatti hedonistista onnellisuuden määritelmää, jonka mukaan onnellisuuden tavoittelussa keskeistä on hyvien tunteiden saavuttaminen ja mielihahan välttäminen. Aristoteles taas piti tätä näkemystä kuitenkin riittämättömänä ja puolsi eudaimonista onnellisuuden näkökulmaa. Eudaimoninen onnellisuuskäsitys tukee ajatusta, että ihmisen tulisi tehdä niitä asioita, joita on arvokasta tehdä. Kuitenkaan tällainen näkemys onnesta ei välttämättä tuo yksilölle välitöntä mielihyvää. Eudaimoninen käsitys rakentuu ajatukseen, että ihminen ponnistelee ja näkee vaivaa hetkellisesti, kunnes lopulta onnistuu ja näin kokee työnsä palkitsevana. (Hakanen, 2009, s. 13-16.)

Aristoteles esittää onnellisuuden olevan ihmisen päämäärä. Hän kuvaa onnellisuuden olevan sen itsensä vuoksi haluttava ja se on itsessään täysin riittävä, eikä siitä puutu mitään. Arvokkaita ja nautinnollisia asioita ovat sellaiset asiat, jotka ovat arvokkaita ja nautinnollisia hyvälle ihmiselle. Onnellisuutta ei löydy Aristoteleen mielestä huvituksista, vaan huvitukset ja rentoutuminen ovat tarpeita, jotta ihminen lepää työskentelyn keskellä. Aristoteles päätyy ajatukseen, että onnellisuus on hyveellistä elämää, joka vaatii yksilöltä paneutumista siihen. (Aristoteles, 2005, s. 194-195.)

Eudaimoninen onnellisuusnäkökulma korostaa tavoitteiden asettamista ja saavuttamista sekä oman potentiaalin kehittämistä. Oman elämän merkityksellisyyden kokeminen nähdään myös positiivisesti vaikuttavana asiana ihmisen elämäkulussa. Merkityksellisyyttä elämään voivat

antaa esimerkiksi henkilökohtaiset tavoitteet, mieleiset aktiviteetit, ihmissuhteet, itsensä kehittäminen ja uskonnot tai filosofiat. Hedonistiset ja eudaimoniset näkemykset onnellisuudesta voivat myös linkittyä vahvasti toisiinsa. Esimerkiksi luonnossa kävely tai ystävien kanssa vietetty aika voivat herättää ajattelemaan yksilön omaa paikkaa maailmassa tai ihmissuhteiden tärkeyttä omassa elämässä. (Baumgardner & Crothers, 2014, s. 20-21.)

Onnellisuutta voidaan lähestyä myös kolmen tason kautta. Ensimmäinen taso viittaa yksilön kokemuksiin tunteisiin, jotka muuttuvat ja vaihtuvat dynaamisesti. Toisella tasolla taas ajatellaan olevan ihmisen kognitiivinen kyky arvioida oman elämän tyydyttävyyttä (elämäntyytyväisyys). Kolmannella tasolla tullaan eudaimoniseen näkökulmaan, jossa etsitään laaja-alaisesti vastauksia hyvään elämään. Eudaimonia on käännetty suomeksi sanaksi onnellisuus. Siihen liittyy ihmisen kukoistus ja oman potentiaalinsa saavuttaminen. Eudaimoniaan liittyy myös vahvasti ihmisen aktiivinen toiminta. (Hjerpe, 2011, s. 222-223.)

2.3 Traditioita yhdistäviä teorioita

Monet onnellisuuden teoriat eivät jakaudu vain hedonistiseen tai eudaimoniseen leiriin. Frank Martela, joka on tehnyt tutkimusta itseohjautuvuusteorian kehittäneiden tutkijoiden Ryanin ja Decin kanssa, on tuonut esille onnellisuuden tutkimuksen taustalla olevia psykologisen hyvinvoinnin teorioita. Esimerkiksi Carol Ryffin teoria kuudesta dimensiosta ja Martin Seligmanin PERMA-teoria viidestä elementistä kukoistavassa elämässä ovat hedonistisia ja eudaimonisia traditioita yhdistäviä teorioita. (Martela, 2018.) Ryffin (1989) kuuden dimension teoriassa onnellisuuden keskeisiksi lähteiksi on todettu itsensä hyväksyminen, myönteiset ihmissuhteet, autonomia, ympäristön hallinta, elämän tarkoitus ja henkilökohtainen kasvu. Seligman korostaa positiivisten tunteiden, flow-kokemusten, aikaansaamisen, merkityksellisyyden ja hyvien ihmissuhteiden merkitystä yksilön onnellisuudelle (Seligman, 2011, s. 16-20). Ryanin ja Decin itseohjautuvuusteorian on todettu olevan perustelluin ja empiirisesti tutkituin teoria onnellisuuden peruselementeistä. Se nojaa ajatukseen ihmisestä aktiivisena olentona ja poikkeaa täysin esimerkiksi behavioristisesta näkemyksestä, jossa ihminen nähdään passiivisena ja ulkoapäin ohjailtavana. (Martela, 2018.) Itseohjautuvuusteoriassa kolme keskeistä piirrettä ovat kyvykyys, autonomia ja yhteenkuuluvuus. Teoria sopii sovellettavaksi esimerkiksi koulutuksessa, urheilussa, työssä ja psykoterapiassa. (Ryan & Deci, 2000.) Kaikissa edellä mainituissa teorioissa yhdistyvät sekä hedonistiset että eudaimoniset piirteet.

Autonomian, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden kokemukset ovat itseohjautuvuusteorian kolme perusajatusta. Näillä on selitetty tutkimuksissa ihmisen päivittäistä sekä pitkäaikaista psyykkisestä hyvinvointia ja onnellisuutta. Näiden kolmen perustarpeen on ajateltu vaikuttavan ihmisen hyvinvointiin, sisäiseen motivaatioon ja merkityksellisyyden kokemiseen. Näistä palasista rakentuu itseohjautuvuusteorian mukaan ihmisen onnellisuus. (Martela, 2018.)

Autonomialla viitataan yksilön kokemaan omaehtoisuuteen ja vapauden tunteeseen. Yksilö kokee, että hänellä on vapaus päättää itseään koskevista asioista. Autonomin näkökulmassa ajatellaan motivaation kumpuavan yksilön sisältä ja tekemisen motivaatio lähtee yksilöstä itsestään. Ihmisen tulee kokea, että motivaatio on hänestä itsestään lähtöistä, eikä ulkoisista motivaattoreista tai porkkanoista. Autonomian vastakohtana voidaan pitää tiukkaa kontrollia. Kyvykkyys taas viittaa yksilön kokemaan tunteeseen, että hän osaa tekemänsä ja häneltä vaaditun sekä saa aikaan asioita. Kun ihminen kokee itsensä kyvykkääksi, hän uskoo suoriutuvansa työtehtävästä ansiokkaasti. Ihminen myös nauttii tekemisestään, jonka hän osaa. Tekemisen on oltava tarpeeksi haastavaan, mutta kuitenkin sellaista, että yksilö kykenee siitä selviytymään. Viimeinen itseohjautuvuusteorian aspekti on yhteenkuuluvuus, millä viitataan yksilön ihmissuhteisiin ja yhteisöllisyyden kokemiseen. Tämä liittyy ihmisen tarpeeseen olla yhteydessä toisiin. Yksilön tulee tuntea, että hänestä välitetään ja keskeistä on kokea syvää yhteyttä läheisiin. Myös kannustava ja lämminhenkinen ympäristö auttaa yhteisöllisyyden kokemisessa. (Martela, 2018.)

Having, loving, being (suom. elintaso, yhteisyysuhteet ja itsensä toteuttamisen muodot) tulee Erik Allardtin hyvinvointimallista. Tässä teoriassa Allardt määrittelee ihmisen tarpeentyydytyksen kolmeen eri luokkaan. Taustalla hänellä on ajatus yksilökeskeisyydestä ja tarpeentyydytyksestä, jonka ajatellaan tuottavan yksilölle resursseja. Yksi tyydytetty tarve voi tuottaa ihmiselle lisää resursseja, jotka auttavat häntä tyydyttämään muita tarpeita. Esimerkiksi vapautuminen huolista säästää yksilön energiaa muuhun. Keskeiset yksilön resurssit, joilla tyydyttää muita tarpeita ovat hyvät tulot sekä koulutus ja miellyttävät ihmissuhteet. (Allardt, 1976, s. 36-38.)

Allardtin teoria antaa kehystä erityisesti Pohjoismaiseen hyvinvointitutkimukseen, joten tästä näkökulmasta teoria on mielekäs tämän tutkielman kontekstissa. Hän erottelee hyvinvoinnin ja onnellisuuden jakamalla hyvinvoinnin termin objektiivisesti tutkittavaksi ja onnellisuuden subjektiivisesti tutkittavaksi. Onnellisuus määrittyy yksilön subjektiivisista kokemuksista ja tun-

teista. Paras mittari onnellisuuden mittaamiseen on yksilö itse. Allardt tuo esille, että hyvinvointia mitatessa ihmiset voivat olla epätietoisia tarpeistaan, mutta ihminen on kuitenkin oman onnensa paras arvioija. Allardt esittää, että kuten toivomusten varaan perustuva hyvinvointipolitiikka, myös subjektiiviseen hyvinvointiin perustuva politiikka voi olla ongelmallista, mikäli se on lähtökohtana päätöksissä. Hyvinvointipolitiikassa olisikin suotavaa huomioida myös periaatteet, jotka perustustuvat tiettyihin yhteisiin ihanteisiin. (Allardt, 1976, s. 18-19, 32-33.)

Allardtin teoriassa *having* (suom. Elintaso) viittaa esimerkiksi fysiologisiin tarpeisiin, kuten ravintoon ja perusturvallisuuteen. Fysiologisten tarpeiden sijaan voidaan puhua myös toimintaresursseista. On määritelty yleisiä elintasoon liittyviä arvoja, jotka vaikuttavat positiivisesti ihmisten elämäntilanteeseen. Näitä ovat muun muassa terveys, ravinto, koulutus, työllisyys ja työolot, asunto, vapaa-aika ja virkistyminen, turvallisuus ja kasvuolosuhteet, taloudelliset resurssit, ihmisoikeudet sekä poliittiset resurssit. Elintaso on hyvinvoinnissa hyvin ensisijaista. Alhainen elintaso vaikuttaa yksilöön kokonaisvaltaisesti. Monet teoriat, kuten Maslowin tarvehierarkia, painottavat fysiologisten tarpeiden ensisijaisuutta. (Allardt, 1976, s. 39-41.)

Loving (suom. Yhteisyyssuhteet) viittaa ihmisen tarpeeseen kokea toveruutta ja solidaarisuutta. Yksilöillä on rakkauden ja läheisten suhteiden tarve. Allardt esittää käsitteen suhteiden symmetrisyydestä, jossa ihminen saa osakseen rakkautta ja huolenpitoa, mutta myös itse osoittaa sitä muita kohtaan. Symmetristä suhdetta voidaan kuvata myös termillä yhteisyys. Allardt esittää, että yhteisyys voidaan nähdä yksilön tärkeänä ja keskeisenä resurssina, joka auttaa toteuttamaan muita arvoja. Yhteisyys tuo mahdollisuuden vaikuttaa, mutta sen puuttuessa ihminen voi kokea mielenterveysongelmia johtuen esimerkiksi syrjinnästä tai yhteisyyden ulkopuolelle joutumisesta. (Allardt, 1976, s. 43-44.)

Being viittaa Allardin teoriassa itsensä toteuttamisen muotoihin. Oman persoonan sekä itsensä toteuttamista pidetään positiivisena arvona. Vastakohtana itsensä toteuttamista voidaan pitää itsestä vieraantumista, minkä taas ajatellaan olevan negatiivisessa valossa. Itsestä vieraantumista voidaan ajatella esiintyvän silloin, kun inhimillisiä suhteita voidaan arvioida vain hyödyn kannalta. Kun ihminen on korvattavissa helposti, muistuttaa hän yhä enemmän vaihdettavaa tavaraa. Itsensä toteuttamiseen liittyy siis keskeisesti yksilön pitämistä korvaamattomana persoonana, joka saa osakseen arvontoa. Myös mahdollisuudet harrastuksiin ja vapaa-ajan toimintaan ovat keskeinen osa itsensä toteuttamista. Poliittiset resurssit voidaan nähdä myös yhtenä sen muotona. (Allardt, 1976, s. 46-47.)

Kuvioon 1. on koottu tiivistetysti keskeisiä onnellisuusteorioita, joissa yhdistyvät hedonistinen ja eudaimoninen traditio. Vasemmalla puolella esitellään teoria ja teorian kehittelijät ja oikealla teorian keskeiset teemat. Taulukkoa tarkasteltaessa voidaan huomata teorioiden sisältävän hyvin samankaltaisia teemoja. Ihmissuhteet sekä yksilön henkilökohtaiseen kasvuun, kehittymiseen ja osaamiseen liittyvät aspektit korostuvat erityisesti.

Teoria:	Keskeiset teemat:
Itseohjautuvuusteoria (Ryan & Deci, 2000)	Autonomia (vapaus), kyvykkyys ja yhteensuuluvuus
PERMA-teoria (Martin Seligman, 2011)	Positiiviset tunteet, flow-kokemukset, aikaansaaminen, merkityksellisyys ja hyvät ihmissuhteet
Psykologinen hyvinvointi (Carol Ryff, 1989)	Autonomia, ympäristön hallinta, henkilökohtainen kasvu, hyvät ihmissuhteet, selkeä tarkoitus ja itsensä hyväksyminen
Having, loving, being (Erik Allardt, 1976)	Fysiologiset tarpeet, ihmissuhteet ja itsensä toteuttaminen

Kuvio 1. Hedonistisen ja eudaimonisen tradition yhdistäviä onnellisuutta selittäviä teorioita

2.4 Onnellisuus ja talous

Länsimaissa onnellisuuden mittaamiseen on käytetty käytännössä bruttokansantuotetta (BKT), vaikkakin on esitetty sen olevan epäkäytännöllinen, sattumanvarainen ja mielivaltainen mittari. Taloustutkimuksen puolella BKT-mittaristo on erityisen voimakkaassa käytössä onnellisuuden mittaamisessa, mutta kuitenkin sille on pyritty etsimään parempia vaihtoehtoja. Mikko Airtto nostaa esimerkkinä esille Bhutanin valtion, joka jo 70-luvulta lähtien on pyrkinyt bruttokansantuotteen sijaan käyttämään bruttokansannonnellisuutta. Kyseisessä mittaristossa keskeistä on talouden sijaan nostaa keskiöön kulttuurillinen ja henkinen hyvinvointi. Bruttokansannonnellisuusmittarilla pyritään huomioimaan myös sellaista hyvinvointia, joka jää ulkopuolelle bruttokansantuotteesta. Mittaristo ottaa huomioon esimerkiksi inhimillisen hyvinvoinnin ja ympäristön tilan. (Airtto, 2011, s. 9.)

Taloustieteessä on pitkään tutkittu valtioiden vaurauden ja onnellisuuden välistä suhdetta. Tässä piilee kuitenkin ristiriita, sillä asettelu itsessään väittää, että rikkaimmat maat olisivat onnellisempia kuin verrattain köyhemmät valtiot. Kuitenkaan bruttokansantuote ja onnellisuuden kehitys eivät ole aina samassa suunnassa. Toki taloudellisen vaurauden kehittyessä esimerkiksi kansalaisten terveys on parantunut merkittävästi. Tietyn aineellisen vaurauden ylittyessä onnellisuuden ja taloudellisen vaurauden kasvusuunnat eriyvät. (Kinnunen, Virtanen & Valtonen, 2011, s. 387) Taloudellinen vakaus ja turvallisuus ovat näin oleellisia tekijöitä onnellisuuden kannalta. Kuitenkaan suurempi vauraus ja onnellisuus eivät ihmisten kokemuksissa juurikaan korreloi. (Airtto, 2011, s. 11.)

Empiiristen tutkimusten pohjalta kuitenkin korkean tulotason maissa onnellisuus näyttäytyy korkeammalla kuin maissa, joissa tulotaso on alhaisempi. Maiden sisällä on myös havaittu eroja vaurauden ja onnellisuuden välillä, sillä rikkaiden on todettu olevan verrattain onnellisempia kuin köyhien. Toisen maailmasodan jälkeen tehdyssä tutkimuksessa Yhdysvalloissa todettiin, ettei onnellisuus ei kuitenkaan lisääntynyt, vaikka bruttokansantuote lisääntyi tuolloin huomattavasti henkilöä kohden. Ihmisen ajatellaan sopeutuvan nopeasti vaihtuvaan elintasoon ja siksi onnellisuus palaa usein entiselle tasolle. (Hjerppe, 2011, s. 223-223.)

3 Lasten onnellisuus aiemmissä tutkimuksissa

Tässä luvussa esitellään aiempia tutkimuksia suomalaisesta koulutyytyväisyydestä ja lasten hyvinvoinnin ja onnellisuuden tutkimuksista. Pienten lasten osalta hyvinvoinnin tutkimusta on tehty muun muassa päiväkotikontekstissa. Merkittävää on, että monien raporttien ja tutkimusten mukaan suomalaisten lasten kouluviihtyvyys on verrattain huolestuttavan huonoa (Harinen & Halme, 2012, s. 1-12). Hyvinvointi on olennainen osa onnellisuutta ja tästä syystä on tärkeää ymmärtää myös hyvinvoinnin аспектеjä tutkittaessa onnellisuutta.

Tutkimuksia vanhempien käsityksistä lasten onnellisuudesta ei juurikaan Suomessa ole. Vanhempien käsityksiä kasvatuksesta on kyllä tutkittu ja esimerkiksi opinnäytetöitä löytyy aiheen tiimoilta useita Suomessa. Lasten omia käsityksiä on myöskin tutkittu ja tämä on lasten hyvinvointitutkimuksessa merkittävä aspekti. Onnellisuutta ja hyvinvointia on tutkittu erilaisin mittarein sekä laadullisesti ja yleisesti onnellisuuden käsityksistä löytyy jotakin tutkimusta.

Tiedonhaku kirjallisuuskatsausta varten käytettiin apuna eri tietokantoja. Asiasanoina käytettiin sanoja onnellisuus, lapset, hyvinvointi, käsitykset, vanhemmat eri tavoin yhdisteltynä. Käytettyjä tietokantoja olivat muun muassa Arto, Google Scholar ja Ebsco. Hakutulokset on rajattu niin, että ne käsittelivät yleisesti onnellisuuden käsityksiä Suomessa tai kansainvälisesti, lapsuuden hyvinvoinnin tai onnellisuuden tutkimusta koulussa tai päiväkodissa. Monia hyviä lähteitä löytyi myös tutkimalla löytämieni artikkelien tai väitösten sisällysluetteloja. Kuitenkin useita hyviä lähteitä jäi käyttämättä, artikkeleiden ollessa maksullisia ja joistakin maksullisista artikkeleista saatiin hyödynnettyä muutamia sivuja.

Hyvä, paha koulu - kouluhyvinvointia hakemassa on suomalaisten lasten kouluviihtyvyyttä tarkasteleva tutkimus, joka sai kimmokkeensa YK:n lasten oikeuksien komitealta. Komitea suositteli Suomea selvittämään syitä suomalaisten lasten huonoon kouluviihtyvyyteen. Vaikka suomalaisten lasten koulumenestys on ollut verrattain hyvä, lapset kokevat viihtyvänsä huonosti koulussa. Jo 1970-luvulla on saatu ensimmäiset tulokset suomalaisten lasten huonosta kouluviihtyvyydestä. Huomattiin, että lasten asennoituminen kouluun ja opiskeluun oli verrattain negatiivista. Tämän on koettu uhkaavan lasten oikeuksien toteutumista. Tutkimus toteutettiin yhdessä Suomen Unicefin, opetus- ja kulttuuriministeriön sekä Nuorisotutkimusverkoston kanssa. (Harinen & Halme, 2012, s. 1-12.)

Tutkimuksessa nousi esille seitsemän eri teemaa: 1) suojele ja turvallisuus, 2) resurssit, puitteet ja ympäristö, 3) kuulluksi tuleminen ja osallisuus, 4) syrjimättömyys ja yhdenvertaisuus, 5)

persoonallisuuden huomioiminen ja yksilöllisyyttä kunnioittavat kasvu- ja oppimisedellytykset, 6) vertaissuhteiden mahdollistaminen ja vaaliminen sekä 7) myönteinen kaikkien toimijoiden välinen vuorovaikutus. Näiden asioiden toteutuessa koulussa pitäisi pääsääntöisesti voida hyvin. Tämä aspekti on koulutuspoliittinen ja kaikkeen lapsen hyvinvointiin ei sillä luonnollisestikaan voida vaikuttaa. (Harinen & Halme, 2012, s. 28)

Kouluhyvinvointia tutkinut Anne Konu tuo esille, että vaikka kotikasvatuksella ja kotioloilla on edelleenkin merkittävä vaikutus lapsen elämään, lapsi elää kuitenkin myös yhteisönsä jäsenenä, myös koulu yhteisön, eikä sen vaikutusta tule väheksyä. Hän on luokitellut väitöksessään kouluhyvinvoinnin osa-alueita Allardtin teorian mukaan: having, loving, being ja health. Koulun olosuhteilla (having) hän viittaa fyysiseen ympäristöön, johon kuuluvat esimerkiksi koulurakennus, melu, ilmanvaihto, lämpötila, viihtyvyys ja niin edelleen. Sosiaaliset suhteet (loving) sisältävät esimerkiksi oppilas-opettajasuhteen, ryhmädynamiikan, kiusaamisen, kodin ja koulun yhteistyön. Kouluhyvinvoinnissa opettajan ja oppilaan suhteella on merkittävä ja tärkeä asema ja koulun ilmapiirillä on iso vaikutus oppilaiden hyvinvointiin sekä koulutyytyväisyyteen. (Konu, 2002, s. 43-45)

Mahdollisuudet itsensä toteuttamiseen (being) viittaa siihen, että jokaista oppilasta pidetään yhtä tärkeänä kouluympäristössä ja kukin oppilas voisi osallistua häntä koskeviin päätöksiin. Olennaista on myös mahdollisuudet parantaa tietojaan ja taitojaan omissa kiinnostuksen kohteissa. Arvostus tuli esille myös keskeisenä asiana, jolloin on mahdollisuus kokea opiskelu merkityksellisenä. Terveystilassa (health) suurin intressi oli ollut hyvinvointi. Osa oppilaiden hyvinvoinnin eroista selitettiin taustatekijöillä, kuten luokkataso, sosioekonominen asema, sosiaalinen toiminta, vapaa-ajan harrastukset ja terveystyötyminen. Kouluun liittyvät erot liittyivät koulun olosuhteisiin, sosiaalisiin suhteisiin koulussa, itsensä toteuttamisen mahdollisuuksiin ja terveystilaan. Itsensä toteuttamisen mahdollisuudet selittivät isoimmat vaihtelut sekä tytöillä, että pojilla. (Konu, 2002, s. 45-48.)

Lotta Uusitalo-Malmivaara (2011) tutki suomalaisten lasten onnellisuutta ja keräsi tietoa siitä, miten lapset ajattelevat onnellisuuden lisääntyvän ja mikä tekee heidät onnelliseksi. Eniten nousseet onnellisuutta nostavat indikaattorit olivat menestyminen koulussa, vapaa-aika ja menestyminen harrastuksissa. Vähiten onnellisimmat kuitenkin toivoivat lisää ystäviä, paremman ulkonäön, enemmän rahaa ja rauhalliset kotiolut kasvattaakseen onnellisuutta. (Uusitalo-Malmivaara, 2012.) Onnellisuuden ja terveyden välillä löytyy myös korrelaatioita. Onnellisuutta

vähentäviä ilmiöitä olivat suomalaisessa terveystutkimuksessa muun muassa päänsärky, unettomuus, stressi ja masennus, jotka ovat mitä ilmeisemmin yleistyneet. Lasten ja nuorten mielenterveysongelmat arvioidaan olevan myös lisääntymään päin. Terveiden ja onnellisuuden välillä näyttäisi olevan selkeä yhteys: terveet yksilöt ovat onnellisempia. (Kinnunen, Virtanen & Valtonen, 2011.)

Susanna Helavirta tutki väitöksessään lasten käsityksiä hyvinvoinnin rakentumisesta. Hän toi esille, kuinka tietoa lasten hyvinvoinnista ja sen ehdoista tarvitaan esimerkiksi lastensuojelussa. Lasten käsitykset hyvinvoinnista olivat kuitenkin melko vaihtelevia. Keskeisiä lasten tuottamia teemoja olivat esimerkiksi äiti hyvän elämän lähteenä, sosiaalisten suhteiden laajuus, lasten osallisuus tai osattomuus, menestyminen tai menestymättömyyden uhka ja huolenpito kodissa. (Helavirta, 2011, s. 77-78.)

Vaikka monet poliittiset pyrkimykset tavoittelevat sukupuolen merkityksen häivyttämistä vanhemmuudessa, tutkimuksen tuloksissa kuitenkin korostui erityisesti äidin rooli. Äideillä näyttäisi olevan merkityksellinen rooli lasten hyvinvoinnissa. Äiti nähtiin ikään kuin hyvän elämän lähteenä ja tärkeänä hoivan tuottajana isää enemmän. Aineistossa myös sosiaaliset suhteet värittivät tuloksia. Vanhempien lisäksi lapsille merkityksellisiä suhteita olivat esimerkiksi suhteet isovanhempien ja sisarusten kanssa. Sisarusuhteisiin liittyi hoivaa ja hoivatuksi tulemisen iloa, mutta sekä sisarusuhteisiin että myös isovanhempisuhteisiin liittyi huolta heidän terveydestä tai heidän menettamisestään. Isovanhemmat ja sisarukset koettiin lasten vastauksissa tärkeiksi kuuntelijoiksi ja huolien jakajiksi. Aiemmissa tutkimuksissa on tullut esille isovanhempien merkityksellinen suhde lasten hyvinvoinnille. Kaveri- ja vertaissuhteet olivat tutkimuksessa myös keskeinen osa lasten hyvinvointia. Kaverit ovat lapsille merkittäviä kuuntelijoita, mutta negatiivinen puoli näissä suhteissa voi olla kiusaaminen. Tutkimuksessa nousi myös suhteet eläimiin, jotka osoittautuivat lapsille tärkeiksi lohduttajiksi. Lemmikkieläimen on todettu vähentävän yksinäisyyden tunnetta ja vahvistavan empatiakyvyn taitoa. Lapset toivat aineistossa esille yhtenä teemana kodin huolenpidon vastavuoroisuuden. Kun aikuiset huolehtivat lapsista, myös lasten tulee pitää huolta aikuisista tilanteissa, kun he eivät jaksa, ehdi tai pysty. Lapset esimerkiksi kuvailivat auttavansa kotitöissä ja vastuusta kotona oltiin myös ylpeitä. (Helavirta, 2011, s. 72-76.)

Osallisuus näyttäytyi tutkimuksessa yhtenä keskeisenä teemana. Lapsista suurin osa kertoi vanhempien ja viranomaisten kuuntelevan heitä ja rohkaisevan heitä kertomaan mielipiteitään.

Kuitenkin joukosta löytyi lapsia, jotka kertoivat, etteivät vanhemmat tai opettaja koskaan kuuntele heitä. Osa lapsista myös kertoi, etteivät vanhemmat tai opettaja rohkaisseet heitä kertomaan mielipiteitään tai niistä kertominen ei ollut koskaan helppoa. Opettajan kohdalla nämä luvut olivat isommat, kuin vanhempien kohdalla. Tällaiseen lasten *osattomuuteen* voivat vaikuttaa esimerkiksi isot luokkakoot koulussa tai vanhempia kuormittavat tekijät, esimerkiksi työ. Tutkimuksen aineistosta löytyi myös menestyminen ja menestymättömyys koulussa tai harrastuksissa. Aineiston lapsista 34% toi esiin huolen koulussa menestymättömyydestä ja 37% toi esiin tyytyväisyyden koulumenestykseen. Menestymisen teemaan liittyy vahvasti epäonnistumisen pelko. (Helavirta, 2011, s. 77-78.)

Puroila, Estola ja Syrjälä (2011) tutkivat lasten hyvinvointia suomalaisissa päiväkodeissa. Tutkimukseen oli sisällytetty Erik Allardtin teoria kolmesta hyvinvoinnin dimensiosta. Tuloksissa *having* viittasi fyysisiin olosuhteisiin ja perustarpeiden täyttymiseen. Suomalaiset päiväkodit tarjoavat hyvät materiaaliset olosuhteet lasten hyvinvoinnille, mikä on todettu myös kansainvälisissä tutkimuksissa. Yksi merkittävä huomio näistä olosuhteista oli se, että ne olivat suunniteltu nimenomaan lapsille. Lasten perustarpeet todettiin olevan tyydytetyt. Lapset olivat hyvin tietoisia lelutrendeistä ja päiväkodeissa olleet lelut eivät kuitenkaan juurikaan olleet trendikkäimmistä päästä. Lelut näyttivät osittain määrittelevän lasten sosiaalisia suhteita, identiteettiä ja itseilmaisua. (Puroila, Estola, Syrjälä, 2012.)

Loving viittasi suhteisiin päiväkodissa. Lasta ympäröivät päiväkodissa suhteet moniin aikuisiin ja toisiin lapsiin. Tutkimuksessa tuli ilmi, miten tärkeää lapsen on oikeasti tuntea aikuinen. Lapsen ja aikuisen välinen kohtaaminen sisälsi fyysistä kontaktia, aikuisen sensitiivisyyttä lapsen ilmaisuun, reagoitakykyä ja huumoria. Toisissa päinvastaisissa tilanteissa aikuiset pysyivät etäällä lapsista ja keskittyivät hallitsemaan lapsia ja pitämään järjestystä. Näissä tilanteissa aikuiset eivät juurikaan ottaneet lapsia syliin ja he välttelivät kosketusta. Erilaisuudet pedagogisissa kulttuureissa voivat määrittää lapsen ja aikuisen suhteen laadun eri tavoin. Lasten vertaissuhteet korostuivat myös tärkeiksi. Tutkimus osoitti lasten saavan iloa vastavuoroisista ystävyyssuhteista ja taas hylätyksi tuleminen tai yksinjäittäminen vertaissuhteissa sai aikaan suuttumusta. (Puroila, Estola, Syrjälä, 2012.)

Being viittasi lasten osallistumiseen ja vaikuttamisen mahdollisuuksiin päiväkodissa. Päiväkodit näyttävät olevan oivia ympäristöjä edistää tai rajoittaa lapsen kansalaisuutta. Tähän liittyy olennaisesti lasten osallisuus päätöstenteossa ja yksilöllisyyden arvostaminen. Tutkimuksen keskeisissä päätelmissä todettiin suomalaisten päiväkotien tarjoavan hyvät olosuhteet lapsen

hyvinvoinnille. Tähän liittyy esimerkiksi pääsy kunnalliseen päivähoidon, hyvät materiaaliset olosuhteet ja koulutettu henkilökunta. Lasten kertomuksissa toki korostui sekä positiivisia että negatiivisia aspekteja. Positiivisiin kokemuksiin liittyivät inspiroivat fyysiset ympäristöt, reagoivat aikuiset, hyvät ystävät ja mahdollisuudet merkityksellisiin aktiviteetteihin. (Puroila, Estola, Syrjäla, 2012.)

Holder ja Coleman (2009) tutkivat sosiaalisten suhteiden vaikutusta lasten onnellisuudelle erilaisilla mittareilla ja muun muassa hyödynsivät lasten ja vanhempien antamaa itsearvioita. Tulokset jakautuivat kahteen positiiviseen ja negatiiviseen kategoriaan. Positiiviset vaikutukset liittyivät perheeseen ja ystäviin. Lasten tulee tuntee, että he ovat tärkeä osa perhettään ja ystäviin liittyvä aspekti näkyi vanhempien arviossa, että lapsi viettää ystäviensä kanssa aikaa usein. Negatiiviset aspektit liittyivät vertaisiin; lapset tuntevat, että jäävät ulkopuolisiksi ja että lapsi itse käyttäytyy huonosti ja on ilkeä toisia kohtaan. Perheen muuttajat (esimerkiksi vanhempien parisuhdestatus, sisarusten määrä tai vanhempien ikä) ei ollut tilastollisesti kovin merkittävä, vaikkakin sillä oli vähän vaikutusta lapsen onnellisuudelle. (Holder & Coleman, 2009.)

4 Tutkimuksen lähtökohdat

Laadullisessa tutkimuksessa teorialla, eli tutkimuksen viitekehyksellä on keskeinen merkitys tutkimuksen tekemisessä. Tutkimuksen teoriaa tarvitaan myöskin avaamaan tutkimusmetodien ja tutkimuksen kokonaisuuden ymmärtäminen. Laadullisen tutkimuksen menetelmiä voivat olla haastattelu, kysely, havainnointi tai dokumentteihin nojaava tieto. (Tuomi, Sarajärvi, 2004, s. 17-18, 73.) Tutkimuksen kannalta keskeiset käsitteet on avattu teoreettisessa viitekehyksessä. Tässä tutkielmassa teoreettinen viitekehys rajautuu onnellisuuden ja subjektiivisen hyvinvoinnin eri teorioihin, joiden avulla saadaan määriteltyä tutkimuksen keskeisimpiä käsitteitä sekä myöskin aiempaan tutkimukseen. Aineisto on tässä tutkielmassa kerätty kirjallisesti sekä haastattelumenetelmällä. Kirjoitelmia käytettiin johdattelemaan haastateltava aiheen pariin ja niiden avulla saatiin hyvää ennakkotietoa haastateltavan ajatuksista ja käsityksistä, joihin vuorovai-
kutteisissa haastattelutilanteissa syvennettiin.

4.1 Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen tavoitteet

Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää vanhempien käsitysten variaatioita lasten onnellisuudesta. Tarkoituksena on päästä selville siitä, miten vanhemmat käsittävät yleisesti lasten onnellisuuden ja mistä asioista se muodostuu tai mikä sitä voi heikentää. Tutkimusten tulosten tavoitteena ei ole antaa yleistettäviä tuloksia, vaan tutkia laadullisesti käsitysten erilaisuutta ja samankaltaisuuksia.

Vanhemmat vaikuttavat lapsuudessa suuresti lasten elämään ja kotiympäristöön, eli vanhempien rooli lasten onnellisuuden kokemisessa on merkittävä. On tärkeää ymmärtää vanhempien käsityksiä ja saada aikaan myös keskustelua aiheesta. Lasten onnellisuuden määrittäminen vaikuttaa esimerkiksi poliittisiin päätöksiin ja siksi sen tutkiminen ja määrittäminen ovat erityisen tärkeitä (Helavirta, 2011, s.7).

Tutkimuskysymyksestä muotoutui seuraava:

Tutkimuskysymys: *Millaisia käsityksiä vanhemmilla on lasten onnellisuudesta, sen muotoutumisesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä?*

4.2 Tutkimuksen metodologinen perusta

Tässä tutkimuksessa intressinä ovat ihmisten käsitykset tietystä ilmiöstä, joten fenomenografia tutkimusmenetelmänä valikoitui luonnollisesti. Kuten laadullisessa tutkimuksessa yleensä, tutkimuskohteena on olleet ihmiset (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2014, s.164).

Fenomenografialla tarkoitetaan ilmiön kuvaamista. Erilaiset ilmiöt rakentuvat ihmisen tietoisuudessa eri tavoin ja heillä on ilmiöstä erilaisia näkemyksiä. Käsityksien ajatellaan olevan dynaamisia, eli ne voivat muuttua ajan kuluessa. Kuten fenomenografiassa, tässäkin tutkielmassa ajatellaan olevan yksi maailma, josta ihmiset ovat luoneet erilaisia käsityksiä ja yksilö sekä maailma nähdään erottamattomina toisistaan. (Kettunen & Tynjälä, 2018, s. 2, Metsämuuronen, 2001, s. 22) Lasten onnellisuudesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä voidaan ajatella olevan erilaisia käsityksiä ja tämä tutkimus pyrkiikin tutkimaan, miten lasten onnellisuus on rakentunut vanhempien käsityksissä.

Fenomenografia keskittyy toisen asteen näkökulmaan, eli käsityksiin siitä, miten ihmiset näkevät jonkin ilmiön, eikä ensimmäisen asteen tietoon siitä, miten jokin asia on. (Kettunen & Tynjälä, 2018, s. 3.) Metodissa keskitytään siihen, miten jokin ilmiö tai maailma rakentuu ihmisten tietoisuudessa ja keskiössä ovat ihmisten käsitykset. Ihmisillä on erilaisia käsityksiä maailmasta ja eri ilmiöistä ja fenomenografian avulla pyritään kartoittamaan käsitysten variaatioita. (Metsämuuronen, 2001, s. 22.) Keskeistä on keskittyä koko aineistossa ilmenneisiin käsitysten variaatioihin, eikä haastateltavien yksilöllisiin vastausiin (Tight, 2015).

Aikaisempi tieto ja kokemus toimivat ihmisten käsitysten rakennusperustana ja voidaan ajatella käsitysten muotoutumisen olevan konstruktiiivista toimintaa siinä mielessä, että yksilön uudet käsitykset rakentuvat vanhojen käsitysten päälle. Fenomenografiassa käsitysten ajatellaan olevan syvempiä laajempia kuin yksilön mielipiteet. Mielenkiintoinen ilmiö on, että ihmiset kuvittelevat muiden käsittävän ilmiöt saman lailla kuin itse, vaikka todellisuudessa erot ovatkin usein suuria. (Häkkinen, 1996, s. 23-24.)

Fenomenografiassa pyritään tunnistamaan tutkimukseen osallistuvien henkilöiden keskustelua ja painottamaan heidän käsityksiään ja ymmärrystään maailmasta. Tutkijan rooli on oppija, joka etsii ilmiön merkityksiä ja rakenteita. Yleisin tiedonhankintamenetelmä fenomenografiassa ovat haastattelumenetelmät. Tiedonhankintaan voidaan kuitenkin käyttää hyväksi myös eri laisia kirjoitettuja dokumentteja. Pyrkimys on ymmärtää jokaisen haastateltavan antama näkemys

tutkittavasta ilmiöstä. Tämän tutkimuksen haastattelut pyrittiin järjestämään niin, että ne tukivat dialogisuutta ja reflektiivisyyttä. (Niikko, 2003, s. 30-31, Tight, 2015.)

4.3 Aineiston keruu

Ihmisiä tutkittaessa on luontevaa kerätä aineistoa haastattelumenetelmin. Haastattelussa ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa haastateltavan kanssa ja tilanteessa on mahdollisuus myös ymmärtää ja selvittää vastausten taustalla olevia motiiveja. Tämän tutkimuksen lähtökohdaksi on, että ihminen on subjekti, joka on myös tutkimustilanteessa aktiivinen osapuoli. (Hirsjärvi & Hurme, 2001, s. 34-35.) Tutkimuksen kulku alkoi pohdinnasta siitä, miten eri vanhemmat käsittävät lasten onnellisuutta. Tämän jälkeen syvennyttiin aiheen teoreettiseen puoleen ja aikaisempiin tutkimuksiin ja aloitettiin aineiston keruu. (Metsämuuronen, 2001, s. 23.)

Fenomenografiassa on keskeistä, etteivät haastattelukysymykset ole liian tarkkarajaisia, eikä tutkimuskysymysten tule perustua tutkijan esiolettamukseen tutkittavasta ilmiöstä. Haastateltavalla tulisi näin olla mahdollisuus valita ulottuvuudet, joihin haluaa vastata ja tarttua. Näin on myös mahdollisuus saada esille haastateltavan oma viitekehys. (Niikko, 2003, s. 31) Aineisto on kerätty tässä yhteydessä ensin keräämällä kirjoitelmia (liite 1), jossa haastateltavat saivat eritellä käsityksiään eri teemojen alle. Annetut teemat eivät nojautu mihinkään yksittäiseen teoriaan, vaan niiden tarkoitus oli auttaa haastateltavia rakentamaan näkemyksiään ja auttaa pohtimaan aihetta ennen haastatteluja. Aineiston keruuta jatkettiin haastatteluilla, joissa päästiin tarkentamaan haastateltavien viitekehystä.

Haastateltavien vastauksia voitiin tarkentaa täydentävillä kysymyksillä, kuten esimerkiksi ”voisitko selittää tarkemmin?” tai ”mitä esimerkiksi tarkoitat?”. Tällaisilla kysymyksillä pyrittiin ymmärtämään haastateltavan antamia merkityksiä ja painopiste pyrittiin pitämään haastateltavan maailmassa, jossa keskeistä ovat uskomukset, arvot, käsitykset, kokemukset, mielikuvat, tunteet ja ymmärrys. (Niikko, 2003, s. 31-32.)

Tämän tutkimuksen aineistonkeruu aloitettiin keräämällä haastateltavilta kirjoitelmia aiheesta. Haastateltavat vastasivat kirjoittamalla käsityksiään ja ajatuksiaan tutkimuskysymyksiin liittyvien teemojen alle. Haastateltavat saivat itse tarttua sellaisiin merkityksiin kuin halusivat. Lisäksi heille annettiin täysin vapaata tilaa kertoa käsityksiään. Haastattelussa käsityksiä avattiin syvemmin tarkentavilla kysymyksillä. Haastattelut kestivät noin 60 minuuttia ja ne suoritettiin joko haastateltavan kotona tai muussa yhdessä sovitussa paikassa. Haastattelut äänitettiin ja

litteroitiin. Aineistoa syntyi niin, että kirjoitelmia oli yhteensä neljä ja haastatteluja neljä kappaletta.

Tutkimukseen valittiin mukaan neljä yli 30-vuotiasta vanhempaa, joiden lapset ovat alle 10-vuotiaita. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei niinkään puhuta otoksesta, vaan enemmänkin harinnanvaraisesta näytteestä, sillä tavoitteena on ymmärtää jotakin ilmiötä, tässä tapauksessa lasten onnellisuutta vanhempien käsityksissä. (Hirsjärvi & Hurme, 2001). Koska kyseessä on opinnäytetyö, haastateltavien määrä ei ole kovinkaan suuri, jotta työmäärä pysyy kohtuullisena.

Haastateltavissa on molempien sukupuolten edustajia ja henkilöitä eri ammattikunnista. Kaikkia haastateltavia kuitenkin yhdistää ammatillinen tai akateeminen korkeakoulutus tai siihen opiskeleminen. Jokaisella haastateltavalla on omia lapsia yhdestä kolmeen lapseen, joiden ikähaarukka on 0-10. Kaikkia haastateltavia yhdistää avioliitto. Haastateltavat ovat erilaisista konteksteista, vaikka heitä yhdistääkin lapsiperheen arki.

Haastateltavien joukossa puolet ovat eläneet lapsuuttaan tai syntyneet muualla kuin Suomessa. Heillä on siis kansainvälistä taustaa ja tämä värittää tutkimusta mielenkiintoisella tavalla. Haastateltavat ovat sijoittuneet työelämässä erilaisille aloille. Joukossa on yrittäjä, opiskelija, kotiäitinä olleita ja esimiesasemassa olevia. Haastattelut toteutettiin suomen kielellä, vaikka kahden haastateltavan äidinkieli on muu kuin suomen kieli. Joidenkin ajatusten selittämiseen haastateltavat tarvitsivat vieraskielisiä apusanoja. Sitaatteihin kieliasua on korjattu anonymiteetin suojaamiseksi. Kuvioon 2. on tiivistetty haastateltavien taustoja.

Tutkimukseen osallistuvat vanhemmat	
Yhdistäviä tekijöitä: Yli 30- vuoden ikä Korkeakoulutustausta Avioliitossa	Erottavia tekijöitä: Työllisyys eri aloilla, Erilaiset kansalliset taustat Sukupuolijakauma: Naiset 2, miehet 2

Kuvio 2. Tutkimukseen osallistuneet haastateltavat

4.4 Aineiston analyysi

Puhunut aineistot äänitettiin ja litteroitiin kirjalliseen muotoon. Koska tutkimuksen intressinä oli tutkia merkityksen antoja sisällöstä, litteroinnissa kiinnitettiin huomiota tuotettuun sisältöön, eikä kovinkaan tarkkoihin yksityiskohtiin, esimerkiksi huokaisuihin tai puheen taukoihin.

Analyysin alkuvaiheessa aineisto luettiin huolellisesti useampaan kertaan läpi. Tutkimuskysymysten kannalta oleelliset ilmaukset pyrittiin löytämään lukemisen tarkoituksena. Aineistosta pyrittiin löytämään merkityksellisiä ilmauksia, joita voivat olla jokin sana, lause, puheenvuoro tai muu vastaava. Tutkittavien väliltä pyrittiin poistamaan rajat ja keskeinen tehtävä oli keskittyä merkityksiin, jotka hahmotellaan ilmauksissa. (Niikko, 2003, s. 33.)

Kirjoitelmat purettiin ja niistä pyrittiin löytämään erilaisia merkityksenantoja. Merkitystenantojen pohjalta voitiin haastattelussa nostaa näitä teemoja esille ja esittää haastateltavalle tarkentavia kysymyksiä. Kerätty aineisto analysoitiin ilman tarkoituksenmukaisia tietokoneohjelmia. Kunkin haastateltavan aineistot käsiteltiin ensin erikseen tunnistetietoineen. Apuna käytettiin Microsoft Exceliä, jonne kerättiin kunkin aineiston sisältä nousevia ilmauksia. Tässä vaiheessa käytettiin haastateltavien antamat ilmaukset heillä itsellään, jolloin heillä oli vielä mahdollisuus kommentoida, muuttaa tai poistaa vastauksiaan. Tällä pyrittiin tuomaan tutkimuksen aineistoon lisää luotettavuutta. Osa haastateltavista täsmensi vielä vastaustauksiaan.

Analyysin toisessa vaiheessa keskityttiin ilmauksien ryhmittelyihin ja teemoitteluihin. Merkityksellisiä ilmauksia verrattiin toistensa kanssa ja niistä pyrittiin löytämään samanlaisuuksia tai erilaisuuksia ja myöskin mahdollisia rajatapauksia. Analyysissa kriteerit, jolla kutakin käsitysryhmää määritellään, löytyivät aineistosta. Fenomenografiassa analyysi lähtee täysin aineistosta käsin, eikä siksi voida käyttää esimerkiksi valmista luokittelurunkoa tai teoriaa sen pohjalla. Analyysin tarkoitus on analysoida mentaalisten toimintojen merkityksiä ilmausten kautta. Eli toisin sanoen sanojen, puheen tai tekstin avulla analysoidaan aineiston sisältöä. Tutkijan eläytyvä luonne ja keskustelu aineiston kanssa korostuu analyysissa. Fenomenografisessa analyysissa tutkijan rooli on yrittää nähdä ilmiötä tutkittavien silmin. (Niikko, 2003, s. 34-36.)

Analyysin keskiössä olivat eroavaisuuksien ja yhtäläisyyksien etsiminen merkitysten joukosta. Keskeistä oli pyrkiä pitämään ilmaukset keskiössä, ei niinkään aineiston tuottamiseen osallistuvat henkilöt. (Häkkinen, 1996, s. 42.) Ryhmien tiivistämisessä mietittiin eri ryhmien olennaisuutta, eroavaisuutta, yhteyttä ja statusta. (Hirsjärvi & Hurme, 2001, s. 143-149.) Toisissa ryh-

missä aineiston koko oli selkeästi suurempi kuin toisissa ja näin saivat tuloksissa isomman painoarvon. Seuraava esimerkki on haastattelutilanteesta, jossa haastattelija kysyy tarkentavan kysymyksen kirjoitelman pohjalta.

Haastattelija: Sä oot tuonut (kirjoitelmassa) esille perheen, ydinperheen, muut verkostot, isovanhemmat ja sit sen vanhempien oman suhteen. Mitä merkityksiä näillä on lapsen onnellisuudelle?

Vanhempi: Eihän ihmistä oo niinkun tarkotettu elämään yksin. Että Suomessahan tää ydinperhe on pieni, verrattuna muihin maihin. Että mä koen, että lapsella se turvallisuus ja että hän saa monen eri ihmisen vaikutusta ja läsnäoloa. Se rakentaa sellasia eri kokemuksia eri aikuisten kanssa. Se on sellasta rikkautta lapselle. (H)

Kirjoitelmassa haastateltava nosti esille teemat perheestä ja muista sosiaalista verkostoista. Esimerkissä on annettu lyhyt katkelma haastateltavan vastauksesta: Turvallisuus, useiden ihmisten vaikutus ja yksinäisyys tuotiin tässä tilanteessa esille. Tällaisia merkityksenantoja kerättiin aineistosta ja ryhmiteltiin merkitysyksiköiksi. Kuvio 3. näyttää yhteenkuuluvuus –teeman alla olevia ilmauksia ja merkityksenantoja, jotka on koottu koko aineistosta. Aineistosta nousseiden tekijöiden ajateltiin vaikuttavan lapsen onnellisuuteen suorasti tai epäsuorasti.

Kirjoitelmassa haastateltava nosti esille teemat perheestä ja muista sosiaalista verkostoista. Esimerkissä on annettu lyhyt katkelma haastateltavan vastauksesta: Turvallisuus, useiden ihmisten vaikutus ja yksinäisyys tuotiin tässä tilanteessa esille. Tällaisia merkityksenantoja kerättiin aineistosta ja ryhmiteltiin merkitysyksiköiksi. Kuvio 3. näyttää yhteenkuuluvuus –teeman alla olevia ilmauksia ja merkityksenantoja, jotka on koottu koko aineistosta. Aineistosta nousseiden tekijöiden ajateltiin vaikuttavan lapsen onnellisuuteen suorasti tai epäsuorasti.

Yhteenkuuluvuus			
Perhe	Sosiaaliset verkostot	Vuorovaikutus	Vertaissuhteet
Opettaa ihmissuhteista	Isovanhemmat ja sukulaiset	Hellyyden osoitukset	Ystävyysuhteet
Vapaus olla muurehtimatta vanhempien suhteesta	Laaja ja erilaisuutta sisältävä, suhteiden pitkäaikaisuus	Kosketus ja läheisyys	Mahdollisuus leikkiin
Yhteinen tekeminen	Perheen tukiverkostot	Turvallisuus	Yksinäisyys heikentää onnellisuutta
Lapsi osallistuu perheen toimintaan	Yhteiskunnan järjestämät verkostot	Lapsen kuuntelu	Sosialisoituminen yhteisöön
Vanhempien hyvinvointi ja suhteen laatu	Seurakunta, muskarit		Suhteiden laatu

Kuvio 3. Analyysin prosessin esimerkki

Kyvykkyys -teeman alle mahtui useita merkityksenantoja, joista muun muassa onnistumisen kokemukset ja itsetunnon kehittyminen korostuivat. Kyvykkyiden alle mahtuivat myös käytöstavat ja sosiaalisten vuorovaikutustaitojen oppiminen sekä itsensä tunteminen ja hahmottaminen. Teeman alle tiivistyivät myös henkinen kasvu, itsehillintä, osallistuminen ja viisaus. Perustapeet –teema muotoutui turvallisuuden, hoivan, fyysisten tarpeiden, tunne-elämän ja tasa-arvoisen kohtelun kokonaisuudeksi.

Yhteenkuuluvuus: perhe, vertaissuhteet, sosiaaliset verkostot, vuorovaikutus
Kyvykkyys: vuorovaikutuksen oppiminen, onnistumisen kokemukset, itsehillintä ja käytöstavat, hyvä itsetunto ja itsensä tunteminen, ihmisenä kasvaminen, toiminnan rajat ja säännöt, osallistuminen, viisaus
Perustarpeet: turvallisuus, hoiva, fyysiset tarpeet, tasa-arvoinen kohtelu, tunne-elämä
Merkityksellisyys: elämäntarkoitus, rooli yhteisössä, erilaisuuden hyväksyminen, kiitollisuuden harjoittaminen, uskonto, tavoitteellisuus,
Rakkauden teot: rakkauden ilmaisu, antaminen
Varallisuus: sosiaaliset vaikutukset, perheen talouden hallinta, yksinkertaisuus, mahdollisuus osallistua

Kuvio 4. Lasten onnellisuuden vaikuttavat tekijät vanhempien käsityksissä

Kyvykkyys -teeman alle mahtui useita merkityksenantoja, joista muun muassa onnistumisen kokemukset ja itsetunnon kehittyminen korostuivat. Kyvykkyiden alle mahtuivat myös käytöstavat ja sosiaalisten vuorovaikutustaitojen oppiminen sekä itsensä tunteminen ja hahmottaminen. Teeman alle tiivistyivät myös henkinen kasvu, itsehillintä, osallistuminen ja viisaus. Perustarpeet –teema muotoutui turvallisuuden, hoivan, fyysisten tarpeiden, tunne-elämän ja tasa-arvoisen kohtelun kokonaisuudeksi.

Merkityksellisyys tiivistyi pääasiassa elämäntarkoituksen, oman roolin, käytöstapojen ja kiitollisen asenteen kokonaisuudeksi. Tähän ryhmään liittyivät myös erilaisuuden kohtaaminen, tavoitteellisuus ja uskonnon tuomat ulottuvuudet. Rakkauden teot jäseneltiin vielä omaksi teemaksi, sillä siihen liittyvät aspektit korostuivat erillisenä kokonaisuutena, jonka sisältämien teemojen ajateltiin vaikuttavan vahvasti toisiinsa sekä tukevan lasten menestystä ihmissuhteissa. Varallisuuden liittyivät käsitykset talouden, varallisuuden ja yksinkertaisen elämän suhteesta onnellisuuteen.

4.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa voidaan pohtia vastuullisuutta ja tutkimuksen toteutustapoja. Tässä tutkielmassa haastateltiin ihmisiä, joilta kerättyä aineistoa käsiteltiin huolellisesti ja rehellisesti. Vaikka haasteltavat tunnettiin ennestään, pyrittiin haastattelijan roolissa pääsemään irti ennako-odotuksista. On kuitenkin huomioitavaa, että kaikki tieto on subjektiivista ja tutkija esimerkiksi päättää tutkimusasetelmasta oman ymmärryksensä varassa ja näin tieto ei voi olla täysin objektiivista (Tuomi, Sarajärvi, 2004, s. 19). Haastatteluissa on myös riski, etteivät haastateltavat tuo esille jostakin syystä kaikki ajatuksiaan. Vaikka haastateltavien taustat olivat erilaisia esimerkiksi kansallisista ja työelämäperusteisista syistä, aineisto olisi voinut olla vieläkin suurempi luotettavuuden kannalta.

Haastatteluaineiston luotettavuutta pyrittiin parantamaan keräämällä aineistoa kahdella tapaa. Kirjoitelmissa haastateltavilla oli aikaa pohtia aihetta tarpeen mukaan. Haastattelurunko oli kaikilla haastateltavilla sama ja se perustui kirjoitelmien pohjien teemoihin. Haastattelutilanteissa oli kuitenkin mahdollisuus tarkentaa vastauksia ja päästä haastateltavien käsityksissä vielä syvemmälle. Kirjoitelmat ja haastattelut tukivat toisiaan. Haastateltavat saivat nähdä aineistostaan kerätyt merkityksenannot ja halutessaan vielä muokata niitä. Tällä pyrittiin lisäämään aineiston luotettavuutta ja vähentämään tutkijan omia tulkintoja (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2014, s. 232).

Tutkimuksen uskottavuudella viitataan tulosten luotettavuuteen, aitouteen ja uskottavuuteen. Keskeistä on, että tutkija esittää tuloksia lukijalle, kuin vain kertoo, mitä lukijan tulisi ajatella. Tärkeää onkin esittää konkreettisia yksityiskohtia aineistosta ja kiteyttää tuloksia. (Tracy, 2010.) Tämän tutkimuksen analyysin vaiheita on esitetty luvussa 4.4. Kuvio 3. näyttää aineistosta nousseita merkityksiä ja näyttää lukijalle, kuinka aineistoa on analysoitu.

Pohdittavaksi jää myös, saivatko haastateltavat, jotka eivät puhu suomea äidinkielenään, tuotua kaikki haluamansa merkitykset esille. On huomioitava, että kaikki tieto on subjektiivista ja tutkija esimerkiksi päättää tutkimusasetelmasta oman ymmärryksen varassa. Näin tieto ei voi olla täysin objektiivista. (Tuomi, Sarajärvi, 2004, s. 19). Tutkimusasetelma jäsentyy tutkijan lähtökohdista ja vaikuttaa kuitenkin jossain määrin tutkimuksen kulkuun ja tuloksiin. On myös mahdollista, että omia virhepäätelmiä tehtiin analyysivaiheessa tai jotakin merkityksellistä on jäänyt sieltä nostamatta. Tässä tutkimuksessa tutkittavat olivat jollakin tasolla tuttuja tutkittavalle, joten eläytyminen heidän maailmaansa oli helpompaa analyysia tehdessä. Tuttavuus edesauttoi myös luottamusta ja luontevaa keskustelua haastattelutilanteissa.

Haastateltavat osallistuivat tutkimukseen vapaaehtoisesti ja haastattelut pyrittiin järjestämään, niin ettei niistä aiheutuisi tarpeetonta rasitusta. Ensiksi kerätty kirjoitelma oli mahdollista kirjoittaa haluamallaan ajalla. Kirjoitelmien ansiosta haastatteluissa oli aikaa syventyä käsityksiin kunnolla. Tutkittaville annettiin tiedot tutkimuksen toteutuksesta, aiheesta ja aineiston keruuseen kuluva ajasta (Liite 1.). Heille myös kerrottiin tutkimuksen käyttötarkoitus sekä anonymiteetin suojelemisesta. Haastateltavien anonymiteettiä on suojeltu korjaamalla sitaattien kieliasua ja käsittelemällä aineistoa ainoastaan tämän tutkimuksen tarkoitukseen. Haastatteluaineisto tuhoetaan tutkimuksen valmistuttua.

Aineiston keräämisessä haastattelijoita pyrittiin kohtelemaan kunnioittavasti ja välttämään taloudellisia tai sosiaalisia haittoja. Osa haastateltavista kertoi osallistumisen olleen antoisaa, sillä haastattelu antoi aikaa pohtia myös omaa vanhemmuutta. Osalle oli myös mielekästä kertoa asioita omasta näkökulmastaan, kun oli joku, joka kuunteli heitä. Tutkielman yksi tarkoitus oli saada keskustelua ja pohdintaa lasten onnellisuudesta ja haastateltavien osalta tämä tavoite myös onnistui.

5 Tulokset

Vanhempien käsityksissä lasten onnellisuudessa korostuivat erityisesti ihmissuhteisiin liittyvät teemat. Esille nousivat voimakkaasti perhe, ystävät, sukulaiset ja muutoin laajat ja erilaiset verkostot, joita lapsella on elämässään. Ajatus onnellisuudesta prosessina ilmeni aineistosta. Onnellisuutta kuvailtiin matkana, jossa ei ole tarkkaa päämäärää, mutta ihmissuhteiden ajateltiin olevan olennainen osa sitä. Onnellisuus ajateltiin myös olotilana, johon erilaiset tunteet vaikuttavat. Positiivisilla tunteilla ajateltiin olevan iso vaikutus ja negatiivisten tunteiden olemassaoloa nähtiin sekä heikentävänä, että kuitenkin jossain määrin vahvistavana tekijänä. Onnellisuus ajateltiin myös tietynlaisena elämän harmoniana: omat odotukset elämästä sekä todellisuus kohtaavat. Positiivinen ajattelu nähtiin tärkeänä onnellisuuteen vaikuttavana tekijänä. Persoonallisten ominaisuuksien ajateltiin vaikuttavan lapsen onnellisuuden kokemiseen.

Tutkimusten mukaan suomalaisten elämän kokemuksissa on hyvin samankaltaisia asioita kuin onnellisuudessa. (Pessi, 2015, s. 180.) Tämän tutkielman alussa (kuvio 1.) esiteltyjen onnellisuusteorioiden valossa ihmissuhteet, kyvykkyys, autonomia, positiiviset tunteet, henkilökohtainen kasvu, itsensä hyväksyminen, merkityksellisyys ja fysiologisten tarpeiden tyydytys korostuivat onnellisuuden tekijöinä. Teorioissa on paljon samankaltaisuuksia, joskin niissä korostetaan eri näkökulmia. Näiden teorioiden valossa aineistosta nousseet vanhempien käsitykset menevät paljolti yhteen. Ainoana poikkeuksena näkyy autonomian tarve, sillä vanhemmat käsittivät, ettei lasta voida täysin vapauttaa. Vapauteen kannustava aspekti löytyi maailmankatsomuksesta ja aineistosta ilmeni, että lapsen on hyvä saada itse valita tapa, jolla maailmaa katsoo.

Tulokset jakautuvat kuuteen teemaan, jotka vanhempien käsityksissä selittävät lasten onnellisuutta. Yhteenkuuluvuus sekä onnistumisen ja kyvykkyuden kokemukset korostuivat vanhempien kirjoitelmissa ja haastatteluissa. Näiden lisäksi vanhempien käsityksistä nousivat esille lapsen perustarpeet, merkityksellisyys, lapsen rakkauden teot sekä varallisuuden teemat. Tuloksissa kirjoitukset ja haastattelut on yhdistetty ja molemmista on poimittu esimerkkisitaatteja. Kirjoitelmien sitaattit on merkitty lyhenteellä (K) ja haastattelujen lyhenteellä (H).

Ilo nähdään keskeisenä tekijänä onnellisuudessa, jota tukevat erityisesti sosiaaliset kanssakäymiset. Lapsilla on todettu olevan kolme neurologista myönteisen aktiviteetin järjestelmää. Kun nämä järjestelmät aktivoituvat, koetaan se palkitsevana. Näistä järjestelmistä kaksi liittyvät sosiaalisiin suhteisiin. Toinen liittyy hoivaan ja toinen leikkiin, jossa lapsi lähtee testaamaan omia

kyvykkyyden rajojaan. (Sajaniemi & Mäkelä, 2015, s. 138-139.) Onkin mielenkiintoista huomata, että erityisesti yhteenkuuluvuuden, kyvykkyyden ja perustarpeiden tyydytykset nähtiin aineistossa kaikista korostuneimmin.

5.1 Yhteenkuuluvuus

Yhteenkuuluvuus -kategoria pitää sisällään lapsen elämän keskeiset ihmissuhteet sekä perheen laajat verkostot. Vanhempien käsityksissä perhe korostui yli muiden ja perheen hyvinvoinnin ajateltiin heijastuvan melko suorasti lapsen onnellisuuteen. Tasapainoinen parisuhde näytteli myös suurta roolia vanhemmuuden tehtävän onnistumisessa. Perheessä lämmin ja rakastava ilmapiiri sekä yhdessä vietetty aika näyttäytyivät keskeisinä tekijöinä lapsen onnellisuudessa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että menestyminen elämässä ja onnellinen elämä vaativat ihmiseltä yhteyttä toisiin ja rakkauden kokemuksia erityisesti lapsuudessa. (Pessi, 2015, s. 180.) Uusitalo-Malmivaara tutki lasten onnellisuutta suomalaisilla lapsilla ja tuloksissa sosiaalisten suhteiden ja onnellisuuden välillä näyttäytyi vahva yhteys. Hänen tutkimuksessaan kävi myös ilmi, että vähiten onnelliset lapset toivoivat enemmän rauhallista perhe-elämää. (Uusitalo-Malmivaara, 2012.)

” (Perhe on) oleellinen osa lapsen onnellisuutta. Lapsen maailmankuva on hyvin perhekeskeinen, eli perheen elämä on 80% lapsen elämästä. Rakastava ja kannustava ympäristö on elinehto lapsen onnellisuudelle.” (K)

”Perhe ja onnellisuus pitäisivät olla synonyymeja, mutta niin ei surullisesti aina tapahdu. Perhe on ensimmäinen paikka missä lapsi oppii ihmissuhteista. Jos lapsilla on perhe, joka ymmärtää häntä ja hyväksyy hänet, hänen ihmissuhteet heijastavat hänen taustaa. Oma perusajatus olisi noin: onnellinen lapsi on heijastus onnellista perheestä.” (K)

Perheen roolilla lasten onnellisuuden muotoutumisessa vaikuttaa olevan iso merkitys vanhempien käsityksissä. Yhdessä vastauksessaan haastateltava toi esiin ajatuksen perheen ja onnellisuuden linkittymisestä vahvasti toisiinsa; ”*onnellinen lapsi on heijastus onnellista perheestä.*” Yhteisen ajan viettäminen perheenä näkyi kaikissa vastauksissa. Aineiston perusteella perheen roolia lapsen onnellisuudessa ei voida ohittaa. Lasten onnellisuuteen ajateltiin vaikuttavan lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus, jossa tärkeäksi nähtiin lapsen kuuntelu ja hänelle osoitettu läheisyys ja hellyys.

Kodilla näyttäisi olevan myös keskeinen rooli opettaa lapselle tunnetaitoja, käytöstapoja ja asenteita, jotka vaikuttavat lapsen kokemaan onnellisuuteen. Kodin kasvatus korostui ensisijaisena paikkana oppia onnellisuutta ja kodin ulkopuoliset kasvattajat nähtiin enemmän toissijaisina. Heiltä toivottiin kuitenkin erilaisuuden huomioimista ja lapsen vahvuuksien tunnistamista. Kodin lisäksi erilaiset verkostot nähtiin tärkeänä. Vanhemmat kuvailivat yhteiskunnan eri verkostoja, kuten muskaria ja seurakuntia tärkeinä paikkoina oppia muun muassa käytöstapoja ja tällaisissa paikoissa lapsen ajateltiin saavan rikastuttavia kokemuksia erilaisilta ihmisiltä. Yhtä lailla nähtiin tärkeäksi myös perheen itse luomat laajat sosiaaliset verkostot.

”Meidän sosiaalinen verkosto on laaja. Meillä käy vieraita ja juttelemme kohteliaasti eri tilanteissa kaikille ihmisille. Uskon, että näistä jää lapsille mielikuvia ja tapakulttuuri kehitty luonnostaan.”(K)

”Eihän ihmistä oo niinkun tarkotettu elämään yksin. Että Suomessahan tää ydinperhe on pieni, verrattuna muihin maihin. Että mä koen, että lapsella se turvallisuus ja että hän saa monen eri ihmisen vaikutusta ja läsnäoloa. Se rakentaa sellaisia eri kokemuksia eri aikuisten kanssa. Se on sellaista rikkautta lapselle.”(H)

Yhteisen ajan ja tekemisen ajateltiin tuottavan onnellisuutta lapselle. Vastauksissa näkyivät yhteisen ajan järjestämisen tarve ja verkostojen merkitys. Tärkeänä nähtiin yhteiset pienetkin hetket, joissa lapsi tulee kohdatuksi ja nähdyksi.

”Yhdessä tekeminen ja läsnäolo ovat ne asiat, joita muistaa myöhemmin elämässä.” (K)

”Uskon läsnä olevaan ja lasta huomioivaan kasvatukseen. Myös lasten kanssa yhdessä vietettyyn aika on tärkeää. Pyrimme mahdollistamaan paljon kotona olo aikaa lapsillemme. Molemmilla lapsilla on vain yksi iltaharrastus viikolla.”(K)

Merkittävä ajatus oli myös, että lapset tarjoavat onnellisuutta myös aikuisille. Tämä ajatus menee osittain lomittain myös merkityksellisyyden kokemisen kanssa. Aineistossa tuotiin esille ajatus siitä, kun lapsi tarjoaa onnellisuutta aikuiselle, aikuinen heltyy ja kohtaa lasta myönteisesti esimerkiksi lempeydellä tai fyysisellä läheisyydellä ja tällaisen kohtaamisen ajateltiin edesauttavan lapsen onnellisuutta.

”Lapset tarjoavat myös meille aikuisille onnellisuutta ja yhdessä nautimme matkasta paljon paremmin. Onnellisuus on jotain mitä teemme yhdessä perheenä. Ei ole olemassa täydellistä perhettä, mutta jokainen perhe on ainutlatuinen ja korvaamaton.”(K)

”Käsitykseni onnellisuudesta perustuu vahvasti turvalliseen, ja lapsikeskeisen kasvun ensimmäisiin vuosiin. Vietin kotiäitinä 5 vuotta ja ajatuksemme on, että tämä mahdollisuus panostaa lasten ensimmäisiin vuosiin osoittautuu suotuisaksi lastemme myöhemmässä elämänvaiheissa.”(K)

Yhteisen ajan lisäksi fyysisellä läheisyydellä ajateltiin olevan suuria merkityksiä. Toisen vanhemman hoitaessa lasta kotona ajateltiin sen olevan suotuisaa lapsen onnellisuudelle ja liian pienenä lapsen vieminen julkiseen hoitoon ajateltiin heikentävän onnellisuutta. Isän ja äidin roolia korostettiin eri tavoin riippuen lapsen kehityksen vaiheesta. Vauvaikäiselle lapselle suukot, halit sekä äidin fyysinen läheisyys nähtiin tärkeänä. Isän hellää roolia taas korostettiin lapsen kasvaessa. Helavirran (2011, s. 72-73) väitöksessä näkyy äidin roolin korostuminen ja sen vaikutus lasten hyvinvointiin. Äiti nähtiin tutkimuksessa hyvä elämän lähteenä, joka antaa hoiavaa isää enemmän. Sisarussuhteet ja isovanhemmat todettiin myös lapsille merkityksellisiksi suhteiksi hyvinvoinnin kannalta. (Helavirta, 2011, s. 72-74.)

”Mut se on tosi tärkeä, että se isäkin on sellanen, kaikki tollanen läheisyys ja hellyys. Koska varsinkin kun meillä on tyttöjä, et jos ne ei oo kokenut sellasta oikeenlaista isän rakkautta, sillä voi olla iso vaikutus myöhemmin elämässä.” (H)

Vanhempien jaksaminen ja energia ajateltiin keskeisenä voimavarana tukea lapsen onnellisuutta. Parisuhteessa olevien vanhempien keskinäinen suhde nähtiin myös tärkeänä. Yksi haastateltava toi esille, kuinka lapset aistivat aikuisten väliset huolet ja omia muistojaan apuna käyttäen kertoi, kuinka turvaton olo lapsena oli, kun aikuisten välistä kitkaa pystyi aistimaan. Parisuhteen onnistuminen ja sen hyvinvointi ajateltiin heijastuvan vanhemmuuden kautta lapsen onnellisuuteen. Vanhempien kiire ja liika keskittymien työhön ajateltiin heikentävän lasten onnellisuutta. Myös individualismi ja vanhempien stressi nähtiin heikentävinä tekijöinä.

Uusitalo-Malmivaaran ja Lehdon (2013) tutkimuksessa tarkoituksena oli selvittää sosiaalisten tekijöiden vaikutusta suomalaisten lasten onnellisuuteen ja masennukseen. Onnellisuutta ennustavia tekijöitä olivat luottamukselliset perhesuhteet ja läheisten ystävien määrä. Masennusta taas oli ennustettavissa köyhistä perhesuhteista, läheisten ystävien määrästä molemmilla sukupuolilla, mutta myös vanhempien riitely ennusti masentuneisuutta erityisesti tytöillä. Tutkimuksen tuloksissa todettiin, että tytöt ovat herkempiä perheen epäsovulle, kuin pojat. (Uusitalo-Malmivaara & Lehto, 2013.)

”Mä vaan näen sen, että kun kaveri, joka ei voi hyvin avioliitossa, niin hän ei osaa olla yhtään hyvä äitikään, kun hän ei jaksa. Kun on se yks tärkeä ihmissuhde sun elämässä, sun puolison

kanssa, kun se ei voi hyvin. Se vaikuttaa omaan äitiyteen, sitten siihen miten hoidat lapsia, ja siihen miten oot heidän kanssaan. Lapset aistii sen”(H)

Aineistossa korostuivat perheen ohella lapsen vertaissuhteiden merkitys. Leikkiminen toisten saman ikäisten kanssa nähtiin tärkeänä. Lapsen luomat ihmissuhteet ajateltiin merkittävänä onnellisuuden tuottajina. Keskeisenä nähtiin, että lasta otetaan mukaan leikkeihin ja häntä kohdeltiin hyvin. Kenenkään ei pitäisi olla yksin ja yksinäisyys nähtiin jopa onnellisuuden esteenä. Toki ilmi tuotiin myös, että yksinäänkin oleva lapsi voi joissain tapauksissa olla myös onnellinen. Vertaissuhteita ja verkostoja ajateltiin pystyvän laajentamaan erilaisissa kerhoissa, seurakunnissa tai itse luoduissa verkostoissa, joissa järjestetään vertaistoimintaa. Suhteiden määrän ei kuitenkaan ajateltu korvaavan laatua. Kehämäinen ajatus korostuu myös vertaissuhteissa: Oma käytös heijastuu toiseen ja sitä kautta taas lapseen itseensä. On todettu, että nimenomaan myönteisillä yhteenkuuluvuuden kokemuksilla on yhteyttä yksilön onnellisuuteen (Martela, 2015b, s. 50).

”Lasten onnellisuudelle on iso asia, onko hänellä muita ihmisiä elämässä. Ihan sama vaikka olisi 100 kaveria, mutta jos ne ei oo hyviä. Suhteiden laatu merkitsee. Huonot, negatiiviset ihmiset, ne lannistaa elämässä. Siksi haluaa, että oma lapsi rohkaisee ja nostaa muita ylös, koska se vaikuttaa muiden ihmisten onnellisuuteen. Ja sitten taas häneen itseensä.” (H)

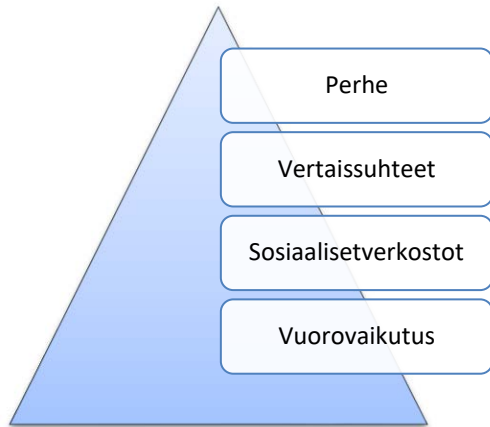
”Ottamaan vastaan muita kavereita ja luomaan itse sellaista yhteisöllisyyttä omissa leikeissä. Se tuo hänelle onnellisuutta... Yksinäinen lapsi ei voi olla onnellinen, koska meidät on luotu olemaan muiden kanssa.” (H)

Pitkäaikaisuus käsitettiin merkittävänä ihmissuhteiden laatutekijänä. Pitkäaikaisuutta toivottiin myös yhteiskunnan tuottamiin julkisiin palveluihin, kuten koulutukseen ja terveydenhuoltoon. Myös perheen verkostojen ja kummien säilyminen lapsen elämässä pitkään ajateltiin merkittävänä lapsen onnellisuuden kokemisessa. Esimerkiksi uusioperheissä perheen jäsenten vaihtuvuus tai muutokset ajateltiin voivan heikentää lapsen onnellisuutta. Myös ammattikasvattajien nopea vaihtuvuus nähtiin negatiivisessa valossa.

”Lapsille on tärkeää, että elämässä on ihmisiä, kehen voidaan luottaa, että ne kulkee heidän kanssa koko elämän matkan. Ettei vaan tuu koko ajan uusia ihmisiä. Että tiedät, että ihmiset on sun puolella ja haluaa viedä sua eteenpäin.” (H)

”Yhteisöllisyyden puute mietityttää kovasti. Pyrinkin omalta osaltani rakentamaan yhteisöä lasteni hyvinvoinnin edistämiseksi.” (K)

Kuviossa 1. esitetyt onnellisuuden teorit sisältävät kaikki näkemyksen yhteenkuuluvuudesta ja hyvistä ihmissuhteista. Myös vanhemmat toivat käsityksissään esille yhteenkuuluvuuden ja sosiaalisten suhteiden keskeisyyden lasten onnellisuuden muotoutumisessa. Kuviossa 1. on tiivistetty yhteenkuuluvuuden sisällä esiintyvät teemat aineiston pohjalta.



Kuvio 5. Yhteenkuuluvuuden ulottuvuudet vanhempien käsityksissä

5.2 Kyvykkyys

Kyvykkyiden ja onnistumisen tunteet näkyivät yhteenkuuluvuuden ohella erittäin korostuneesti aineistossa. Haastateltavat tulivat näihin johtopäätöksiin yleensä haastatteluissa eri pohdintojen jälkeen. Onnistumisen kokemusten ajateltiin kehittävän lapsen itsetuntoa ja sitä kautta lapsen ajateltiin kestävän paremmin elämän pieniä kolhuja. Kyvykkyiden tunto nähtiin myös kehämäisenä ajatuksena. Kun lapsi on kyvykäs, hän osaa toimia sosiaalisissa tilanteissa ja hankkia itselleen hyviä ihmissuhteita, mikä taas edesauttaa onnellisuutta. Kyvykkyys nähtiinkin sekä epäsuorana että suorana vaikutuksena lapsen onnellisuuteen. Uusitalo-Malmivaara (2012) tutkimuksessa, jossa 12-vuotiailta lapsilta kysyttiin onnellisuuteen vaikuttavista tekijöistä, nousi yhdeksi keskeiseksi tekijäksi menestyminen koulussa ja harrastuksissa. Tutkielman alku- ja loppupuolella esitellyissä kuviossa (kuvio 1.) huomataan kyvykkyys, aikaansaaminen, itsensä toteuttaminen ja henkilökohtainen kasvu keskeisinä ihmisen onnellisuudelle. Tässä kontekstissa kyvykkyiden teeman alle osuvat kaikki nämä. Martela (2015b) esittää kyvykkyiden olevan kokemusta siitä, että yksilö kokee olevansa kyvykäs sekä saa aikaan asioita. Hän esittää myös oppimisen kokemuksen olevan tärkeä osa kyvykkyyttä. (Martela, 2015b, s. 49.)

Hyvä itsetunto ajateltiin keskeisenä osana lapsen onnellisuutta. Tärkeää on kyetä kestämaan elämän pieniä kolhuja, joita väistämättä tulee sekä myös osata puolusta itseä esimerkiksi kiusaamistilanteissa. Itsensä tunteminen nähtiin tärkeänä, jotta lapsi osaa hahmottaa itsensä kehollisesti, mutta myös tunnistaa omaa minuuttaan ja ymmärtää omaa ja perheensä historiaa.

Lapsen onnellisuutta pohtiessa myös kasvatus näyttäytyi isossa roolissa. Onnellisuus ajateltiin opittavana asiana, jossa perhe nähtiin ensisijaisena esimerkin antajana. Perheessä lapsi saa välineitä omaksua omaa rooliaan yhteiskunnassa ja perheessä välitetään eteenpäin perheen tärkeitä arvoja.

”Kasvatuksella on suuri vaikutus lapsen onnellisuuteen. Itse voin todeta omasta pojastani, että isi on pojan sankari kaikessa (roolimalli) ja lapsi yrittää paljon olla isänsä kaltainen. On tärkeää näyttää esimerkkiä onnellisuudesta ja luoda positiivinen kasvuympäristö.” (K)

”Koulutuksesta minulla tulee mieli taiteet ja yhteisöllisyys. Lapsia pitäisi kannustaa elämään täysillä kaikilla aisteilla. Kenenkään ei pitäisi elää yksin tai kokea yksinäisyyttä. Minusta olisi myös tärkeää, että lapsen vahvuudet ja kiinnostukset voisivat ohjata hänen oppimispolkua.” (K)

”Kun sä kehityt, sä saat siitä tyydytystä ja onnellisuutta.”(H)

Vapaan kasvatuksen ajatus tuotiin esille negatiivisessa valossa lasten onnellisuuden kokemisessa. Lapsuudesta ajateltiin, että lapsi toimii ikään kuin hedonististen tarpeidensa ohjaamana ja siksi tarvitsee aikuiselta rajat toiminnalleen. Säännöistä ajateltiin, että ne toimivat apuna lapsen itsereflektioon. Lapsi voi verrata toimintaansa asetettuihin sääntöihin tai raameihin ja näin arvioida omaa toimintaansa. Ajatus oli, ettei lasta voi täysin vapauttaa toimimaan halujensa mukaan. Tässä kohtaa teorian ja aineiston välillä voidaan nähdä ristiriitaa. Toisaalta lapsen kiinnostuksen kohteiden kuuntelua ja niihin innostamista pidettiin tärkeänä, mutta kuitenkin liika valinnanvapaus ajateltiin negatiivisena. Kuten tutkielman teoreettisessa viitekehyksessä kuvattiin, autonomiaan liittyvät yksilön vapaus päättää itseään koskevista asioista sekä sisäinen, itsestä kumpuava motivaatio. Autonomian vastakohtana nähdään tiukka kontrolli (Martela, 2018).

Vanhempien käsitysten mukaan keskeistä on myös opettaa tunteiden käsittelyä ja itsehillintää. Tämän ajateltiin vaikuttavan sosiaaliseen kanssakäymiseen ja kaikkeen pärjäämiseen elämässä. Vanhempien käsityksissä näkyi ajatus, että lapsille täytyy opettaa itsehillintää, että hän kykenee toimimaan muiden kanssa. Itsehillintään liittyivät myös vahvasti käytöstavat. Hyvän huomenen

toivottaminen aamuisin nähtiin kohteliaana käytöksenä, ennen kuin ilmaistaan esimerkiksi nä-
län tunnetta.

”... tai minkä takia sä et saa lyödä ihmisiä. Pitää opettaa se raami, koska kukaan ei halu sun kanssa leikkiä silloin ja sit sä et saa kavereita ja sit sä et menesty elämässä. Ja sit se et opettaa sen viisau-
den niissä asioissa.” (H)

”Ihmiselle on tosi tärkeä, että on toiminnalle raamit. Että tietää, missä toimii... Sen (lapsen) on
helpompi toimia, kun se tietää sen toimintakentän ” (H)

Lapsen ajattelun ei ajateltu olevan vielä niin harjaantunut, että lapsi kykenisi ohjaamaan onnel-
lisuuttaan. Tässä asiassa keskiöön nousivatkin kasvattajien ja erityisesti lapsen vanhempien oh-
jaus. Lapsen kasvaessa vastuu lapsen onnellisuudesta siirtyy muihin sidosryhmiin ja vanhem-
pien rooli myös hiljalleen vähenee. Aikuinen voi auttaa lasta onnistumaan tekemisissään ja sitä
kautta auttaa lasta kokemaan onnellisuutta. Myös viisauden opettaminen tuli ilmi. Viisaus näh-
tiin tärkeänä linkkinä onnellisuuteen.

Kyvykkyyteen liittyi myös sen puutteen vaikutus lasten onnellisuuteen ja hyvinvointiin. Ai-
neistossa kuvailtiin ”tyhjiä katseiden lapsia”, joilta puuttui kyvykkyyttä toimia sosiaalisissa
tilanteissa ja osallistua niihin. Lapsilla nähtiin luontaisena piirteenä uteliaisuus, mitä ”tyhjiä
katseiden lapsilla” ei ole. Tähän ajateltiin vaikuttavan paljolti se, että lapsilta ei vaadita osallis-
tumista perheen yhteiseen arkeen.

”Kotiäitivuosina niin mä jotenkin näin, mua puhutti lasten tyhjät katseet. Et ne oli ihan niinku
kuutamolla. Et mun mielestä se on hyvin epänormaalia, että lapsi on sillai vaan haahuilee. Ja sitten
oottaa jotakin karkkipussia siinä kassan päässä. Sellanen niinku luotainen kiinnostus mikä lapsilla
on, niin se uupuu. Mä niinku aloin näkemään täysin vastakohtaa sille, et miten mä nään omat
lapset... En tiä millä ne oli lytätty.” (H)

”Ymmärrän täysin niitä vanhempia, ketkä heittävät sen iPadin tai aukaisevat television lapsille.
Miten helppo, sä saat omaa aikaa... Musta se on niinku suurin virhe, mitä siinä väsymyksessä voi
tehdä.” (H)

Martela (2015b, s. 49) kuvaa kyvykkyyden vastakohtana yksiön kokemat pettymykset omiin
suorituksiin menneisyydessä ja epävarmuuden omista kyvyistään. Seuraavassa kuviossa (kuvio
2) on tiivistetty kyvykkyyden ulottuvuuksia tämän tutkielman aineiston pohjalta.



Kuvio 6. Kyvykkyyden ulottuvuudet vanhempien käsityksissä

5.3 Perustarpeet

Perustarpeisiin sisältyvät tässä kontekstissa lasten kokema turvallisuus sekä psyykkiset ja fyysiset tarpeet. Fysiologisten tarpeiden, esimerkiksi säännöllisen unen ja ruokailun, nähtiin heijastuvan lasten kokemaan onnellisuuteen. Lapsen turvallinen olo ajateltiin myös tärkeänä onnellisuuden tuottajana. Turvallisuus sisältää tässä kontekstissa sekä psyykkisiä, että fyysisiä näkökulmia ja myös sen takia se on nostettu erilliseksi osaksi perustarpeet -teemaan sisällä. Psyykkisillä tarpeilla viitataan tässä yhteydessä hoivaan sekä tunne-elämään. Turvalliseen ympäristöön eivät aineistossa liittyneet isot talot tai muu vastaava materia, mutta ympäristön tulisi tarjota turvallista oloa lapselle. Erik Allardtin teorissa *having, loving, being*, ensimmäinen viittaa fyysisiin tarpeisiin, kuten esimerkiksi ravintoon, terveyteen, turvallisuuteen ja asuntoon. Hänen mukaansa elintaso vaikuttaa hyvin ensisijaisesti hyvinvointiin. (Allardt, 1976, s. 39-41.)

”Olen kokenut fysiologisten tarpeiden täyttämisen hyvin tärkeänä. Olemme säilyttäneet yhä hyvin säännölliset ruoka-ajat ja nukkumaan menoajat (10tuntia). Valmistamme ruoat itse ja leivomme säännöllisesti.” (K)

”Lapsille on helppoa olla onnellinen, jos on turvallinen olo ja tilaa olla oma itsensä. Lapsi ei tarvitse isoa taloa tai kalliita vaateita tunteakseen olevansa turvassa, mutta hän tarvitsee turvallista ympäristöä.” (K)

”... jos perus sosiaaliset ja psyykkiset tarpeet ovat hoidettu (perheessä), sitten kodin ulkopuolella lapsi voi tuntea tarpeeksi itsevarmuutta kohtamaan erilaisia haasteita. Perhe ei voi olla liian suljettu, mutta se on paikka missä lapsi tuntee ensin, että tarpeita ovat hoidettu.” (K)

Vanhempien käsityksissä lasten onnellisuuteen vaikuttavat keskeisenä myönteiset tunteet, mutta myös negatiivisilla tunteilla voi olla positiivisia vaikutuksia. Esimerkkinä tuotiin suru ja raivo ja kuinka nämä tunteet voivat muuttaa esimerkiksi yksilön tapaa suhtautua asioihin ja elämään. Surulla voi olla tärkeä paikka ymmärtää elämää ja lähteisten ihmisten tärkeyttä. Tärkeänä nähtiin kuitenkin, että lapsi kykenee negatiivisista tunteista siirtymään pois ja että surua tai muita tunteita voidaan käsitellä turvallisessa, läheisessä ja luottavaisessa ilmapiirissä. Subjektiviivisen hyvinvoinnin määritelmän mukaan hyvinvointi sisältää 3 osa-alueita: elämäntyytyväisyyden, positiivisten tunnetilojen läsnäolon ja negatiivisten tunteiden poissaolon. (Ryan & Deci, 2001, s. 143-144.) Positiivisia tunteita onnellisuudessa korostetaan, mutta kuitenkin negatiivistenkin tunteiden paikka ymmärretään, esimerkiksi niiden suojelevuuden takia tai merkityksellisten kokemusten antajana. (Baumgardner, Crothers, 2014, s. 20-21.)

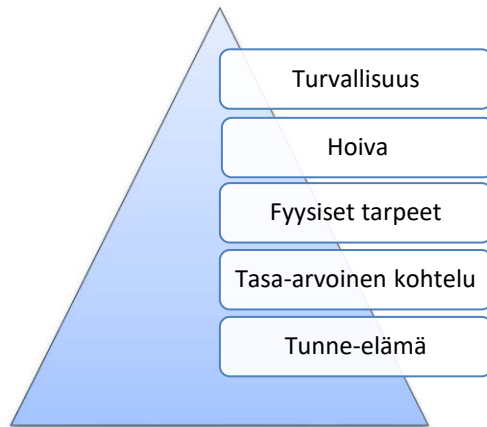
”On ok kokea surua, raivoa tms. Mut ei saa jäädä siihen. Itekin opettelen vielä sitä, et sanon mun lapselle et ooksä surullinen, ja että saat olla surullinen, mut älä oo liian kauaa... Kyllä ne negatiiviset tunteet vie pois onnellisuudesta. Ja mun mielestä sitä onnellisuutta tukee se, että sä osaat siirtyä siitä pois.” (H)

”Että vaikka saattaa kokea sellaista surua elämässä, jotenkin, kun sellainen sisäinen itsevarmuus. Jotenkin näkee sen että, se vaikuttaa siihen lapsen onnellisuuteen.” (H)

Vanhempien käsityksissä ymmärrettiin negatiivistenkin tunnetilojen merkitys, vaikkakin korostettiin positiivisia tunnetiloja ja kykyä käsitellä negatiiviset tunteet tai mahdolliset traumat. Keskeinen ajatus oli myös, että lapsenkin elämässä on ylä- ja alamäkiä, iloa ja surua. Vaikka positiiviset tunteet nähtiin tärkeänä osana lasten onnellisuutta, kuitenkin myös esimerkiksi suru käsitettiin tärkeänä kokemuksena ja onnellisuuden ajateltiin voivan löytyvän myös alamäessä.

”Koen, että lapsella on parasta olla äidin lähellä fyysisesti. Koen sen itselleni luontaiseksi tavaksi hoitaa kasvavaa vauvaa, että hän kulkee paljon mukanani kantorepussa, on paljon sylissä ja nukkuu lähellä. Minulle tulee siitä turvallinen olo ja uskon että myös lapselle. Haluan, että kasvava lapsi tietää, että aina voi tulla äidin syliin.” (K)

Hoiva ja turvallisuus ilmenivät fyysisenä läheisyytenä ja lapsen varmuudesta, että hoiva on hänelle aina saatavilla. Tärkeänä nähtiin myös tasavertaiset mahdollisuudet elämässä. Vanhemmat käsittivät tasa-arvon lapsen onnellisuuteen vaikuttavana tekijänä.



Kuvio 7. Perustarpeiden ulottuvuudet vanhempien käsityksissä

5.4 Merkityksellisyys

Lapsen kokema merkityksellisyys nähtiin yhtenä teemana lapsen onnellisuuden kokemiselle. Vanhemmat ajattelivat, että lapsen on tärkeä kokea, mikä hänen tarkoituksensa on sekä löytää oma paikkansa yhteiskunnassa ja yhteisössään. Lapselle ajateltiin olevan tärkeää olla avuksi muille, jotta tällainen rooli voisi mahdollistua. Merkityksellisyys sisältää tässä yhteydessä oman paikan ja tarkoituksen löytämistä, erilaisuuden hyväksymistä, kiitollisuuden harjoittamista, käytöstopojen omaksumista, uskonnon tarjoamia аспекteja sekä tavoitteellisuutta.

”Niin siis tää on tosi iso juttu, mä en ollut hoksannukkaan. Tietenkin se, että jokainen ihminen ja lapset aina tietenkkin, et pitää löytää se et mitä varten mä oon täällä maailmassa, että kuka mä oon, miksi mä oon täällä, mikä mun tarkoitus on. Ja jos ei tohon saa vastausta, niin mun mielestä ei voi olla sellasta rauhaa. Tai sellaista päämääritietoisuutta.” (H)

Monikulttuurisuudella ja erilaisuuden kohtaamisella oli rooli lapsen onnellisuuden antajana. Laajat verkostot ja erilaisten ihmisten vaikutus nähtiin tärkeänä. Lapsen voitiin ajatella oppivan itsensä hyväksymistä paremmin, kun hän oppii hyväksymään erilaisuutta muilta.

”Meidän perhe on monikulttuurinen perhe. Haluan, että meidän erilaisuus olisi rikkaus omille lapsille. Uskon, että lapsille on tärkeää tarjota vapautta valita itse mikä maailmaankatsomus sopii

ja millä tavalla hän kohtaa maailman erilaisuutta. Perheessämme lapset saavat työkaluja kohtaamaan erilaisia ihmisiä, jotka uskomme vahvistavan heidän rooliaan yhteiskunnassa.” (K)

Kiitollisuus ja kohteliaisuus ajateltiin tärkeinä asioina, jotta lapsi voi kokea onnellisuutta. Tähän liittyi myös haastateltavien käsittämä vanhempien vastuu opettaa lapsille näitä arvoja ja tapoja. Vanhempien ja kasvattajien tehtävänä ajateltiin onnellisuuden ja positiivisuuden opettaminen oman esimerkin kautta. Konkreettisine keinoina nähtiin kiitollisuuden opettaminen ja positiivisten, niin sanotusti ”voimasanojen” opettaminen sekä hyvien käytöstapojen opettaminen.

”Kiitollisuus, kohteliaisuus, ja tasapaino ovat arvoja, jotka ovat mukana vahvasti omassa elämässä ja uskon että ne tuovat onnellisuutta kaikille.” (K)

Yhden haastattelun aikana syntyi ”*omenteoria*”, joka sisältää haastatteluissa annettuja teemoja. *Omenteorian* ajatus on, että omenan ydin, muodostaa 95% ihmisen onnellisuudesta. Ulkokuoren nähdään taas antavan 5% ihmisten onnellisuudesta. Omenan ydin sisältää esimerkiksi terveyden, omat mielenkiinnon kohteet, perheen ja rakkaat ihmiset. Ytimen asiat ovat niitä, mitä ei voida rahalla mitata. Ulkokuori sisältää materian ja rahalla hankittavan. Ongelmana nähtiin liiallinen keskittyminen ulkokuoreen, eli onnellisuuden viiteen prosenttiin. Monella on asiat kunnossa ytimessä, mutta keskeistä on se, että tätä ydintä osaa arvostaa ja olla kiitollinen näistä. Lapsille nähtiinkin tärkeänä opettaa kiitollisuuden harjoittamisen taitoja.

Uskonto tai uskomukset tuotiin myös kaikissa vastauksissa esille, vaikkakin erilaisissa konteksteissa. Keskeistä oli välittää perheen tai vanhemman omaa uskontoa, jolla ajateltiin olevan vaikutuksia lapsen hyvinvointiin tai sillä haluttiin edesauttaa yhteenkuuluvuuden ja turvallisuuden tunnetta. Tosin käsityksissä ilmeni tärkeänä lapsen vapaus valita oma maailmankatsomuksensa. Holder, Coleman ja Wallance (2008) tutkivat hengellisyyden, uskonnollisuuden ja lasten onnellisuuden yhteyttä. Tutkittavana oli 320 8-12-vuotiasta lasta. Lasten kokema hengellisyys havaittiin korreloivan vahvasti lasten onnellisuuteen. Lapset, jotka olivat hengellisiä, olivat myös onnellisempia. Kuitenkaan uskonnollisuus, johon liittyy esimerkiksi meditointi, kirkossa käynti, rukoulu tai muu vastaava ei ollut samanlailla yhteydessä onnellisuuteen. (Holder, Coleman & Wallance, 2008.)

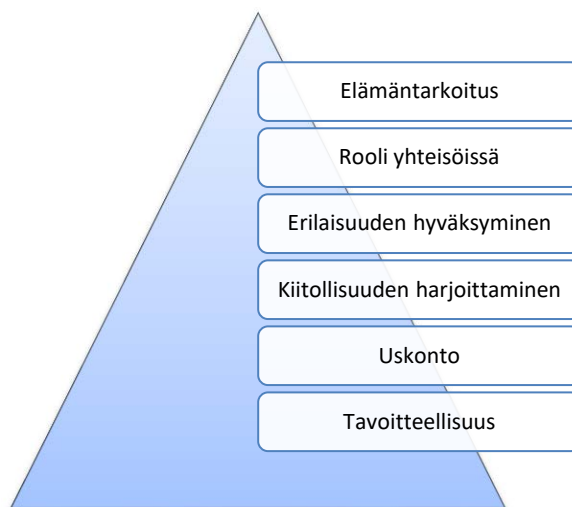
”Se (uskonto) on niin osa meidän elämää, niin mä nään, että jos lapsi ei koe kuuluvansa tähän meidän uskonelämään, niin sellainen ulkopuolisuuden tunne ei ole kiva. Hänenkin pitää kokea, että hän on osa tätä meidän perhettä ja meidän uskoa ja kaikkea.” (H)

”Uskonto voi potentiaalisesti olla suuri voimavara sekä onnellisuuden lähde lapselle. Lapsen on helppo samaistua Taivaan Isään, joka pitää koko perheestä ja hänestä aina huolta ja tätä kautta antaa lapselle turvallisuuden tunnetta ja onnellisuutta.” (K)

Tietynlainen tavoitteellisuus ja suunta elämässä nähtiin tärkeänä lasten onnellisuudelle. Elämän suunnan ja tavoitteen ajateltiin olevan asia, joka antaa merkitystä pitkällä aikavälillä. Yksittäiset alamäet eivät tällöin ravisuta koko onnellisuutta. Tavoitteisiin sisältyi muun muassa ajatus vaikuttaa positiivisesti toisten ihmisten elämään.

”Jos ei ole mitään suuntaa, sitä driftailee vaan...Jos ihmisellä on suunta mitä kohti mennä, silloin sä oot tietyllä tapaa tiellä menossa johonkin. Jos sulla ei oo mitään suuntaa, sä et oo menossa mihinkään.” (H)

Kuvio 1. esittää Martin Seligmanin onnellisuusteorian sisältävän yksilön merkityksellisuuden kokemisen. Myös Martela (2018) tuo esille, että merkityksellisyys on yksi keskeinen osa ihmisen onnellisuuden kokemista. Kuviossa 8 tiivistetään aineiston merkityksellisuuden ulottuvuudet.



Kuvio 8. Merkityksellisuuden ulottuvuudet vanhempien käsityksissä

5.5 Rakkauden teot

Rakkaudesta puhuttaessa puhutaan ilmiöstä moninaisemmin kuin romanttisena rakkautena (Pessi, 2015, s.181). Tässä yhteydessä rakkauden teoilla viitataan lapsen kykyyn ilmaista rakkautta ja kiintymystä ja tämä nähtiin tärkeänä osana lapsen onnellisuuden kokemista.

Useissa vastauksissa korostui kehämäinen ajatus (kuvio 9.), jossa lapsen hyvien tekojen ajateltiin palautuvan taas lapselle itselleen. Kun lapsi osaa tehdä ja ilmaista hyvää ja kykenee sosiaalisesti kanssakäymiseen, hän kykenee saamaan ystäviä ja kokemaan yhteenkuuluvuutta. Tämän taas ajatellaan nostavan onnellisuuden tasoa. Onnellisena taas on helpompi ilmaista rakkautta ja hyviä tekoja. Rakkauden teot ja sen ilmaisu nähtiin tärkeänä osana lapsen onnellisuutta.

”Sanoilla on tosi iso merkitys, mitä sanoja käyttää lapsen kanssa. Voi opettaa hyviä, voimasanoja. Kun lapsi kuulee kotona hyviä ja rohkaisevia sanoja, hän saattaa itsekin käyttää niitä. Vähän sama se kun, että lapsi sanoo että ”sä oot tosi kiva äiti” tai että ”mä rakastan sua.” Lapsi on oppinut sen meiltä (kotoa), että sanotaan tollasia.” (H)

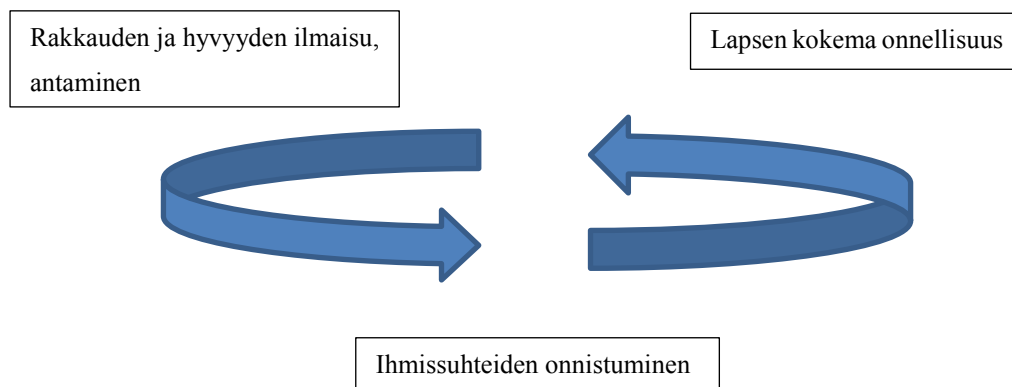
Hyvyys ja rakkauden ilmaisu ajateltiin tärkeänä asiana kohdata muita ihmisiä, jotta lapsi voi kokea yhteenkuuluvuutta ja merkityksellisyyttä. Omastaan antaminen ajateltiin vanhempien käsityksissä tärkeänä tapana ilmaista rakkautta ja sen opettaminen lapselle nähtiin tärkeänä.

”Että me ei niinku eletä itteämme varten, vaan muita ihmisiä varten. Ja se tuo mun mielestä iloa.” (H)

”Mä nään niinkun se tunne, mikä siinä tulee, se hyvän olon tunne, rakastettu tunne. Ja kun sanoo näitä sanoja, niin on tärkeä et lapsi kokee, sanoo mulle (äidille) näitä sanoja. Mulla (äiti) tulee hymy, mä rentoudun, mä ehkä halaan häntä. Sille tulee siitä sellanen turvallinen olo. Siitä tulee se oppiminen, tää oli kiva kokemus. Hän haluaa sitä toivottavasti muillekin jakaa, kun hän kohtaa muita ihmisiä ja isää. Että hän voisi sitä hyvää oloa viedä eteenpäin. Tietenkin haluan, että oma lapsi on sellainen hyvä ihminen ja rakastaa muita.” (H)

”Niin mä nään, että antaminen on kans sellanen arvo, mitä pitää pienestä asti opettaa lapselle. Koska sekin on tällanen, mikä auttaa elämässä, että pääsee eteenpäin kaikessa. Et meillä on elämää, ja sulla on kaikki asiat. Ettei mistään pidä liikaa kiinni, vaan on niinkun kädet avoimena ja on aina valmis antamaan ajasta ja rahasta muille. Niin sä pystyt elämään paljon vapaammin ja sä pystyt niinkun vastaanottamaan paremmin, kun sulla on kädet aina avoinna, sä voit antaa ja myös vastaanottaa.” (H)

Antamiseen voidaan ajatella liittyvän myötätunto toisia kohtaan. Myötätunto määritellään empaattisten kykyjen ja toimintojen yhteissummaksi ja myötätunto ajatellaan keskeiseksi rakkautten osaksi. Myötätunto toisia kohtaan, mutta myös sen vastaanottaminen, antaa merkityksellisyyttä elämään. (Pessi, 2015, s.183.) Jo varhain lapsi havainnoi auttamisen aloitteita seuraten esimerkiksi. Hyväntahtoisuutta pidetään luontaisena piirteenä ja ryhmätoiminnan ajatellaan edesauttavan hyväntahtoisuuden kehittymistä. (Sajaniemi & Mäkelä, 2015, s. 148.)



Kuvio 9. Rakkauden ilmaisun, onnellisuuden ja sosiaalisen vuorovaikutuksen välinen kehä

5.6 Varallisuus

Yksinkertainen elämä ja liiallisen materian väheksyminen näkyivät selkeästi vanhempien ajatuksissa. Haastatteluissa vertailtiin lapsia eri lähtökohdista ja miten köyhä lapsi saattaisi olla onnellisempi kuin lapsi, jolla on paljon fyysistä materiaa ja varallisuutta. Materian ei nähty itsessään tuovan onnellisuutta. Myös tavaroiden määrän hillitseminen nähtiin vaikuttavana tekijänä hyvinvointiin. Suuren tavaramäärän ajateltiin voivan aiheuttaa lapselle stressiä. Sotku ja epäjärjestys nähtiin myös ahdistavana lapselle.

”Meidän pienet lapset eivät tarvitse paljon tavaraa, jotta heidän elämänsä olisi onnellinen.” (K)

”Onnellisuus lapsiperheessä tulee, kun on varaa kaikelle tarpeelliselle tavaralle, jotka helpottavat arkea.” (K)

”Että jotenkin mä ajattelen, että jos lapsella on hirveen sotkunen huone ja hirveesti leluja, ikään kuin tällainen iso vastuu pitää huolta kaikista leluista, ja että koti on siisti. Siitä voi tulla sellainen ähky, stressi. Mä nään sen, että kun on vähemmän tavaraa. Meidän lapsilla on tosi vähän leluja. Hän aina tietää tietää missä ne on. Hänellä ei ole isoa valinnanvaraa valita lelua, esimerkiksi päiväkotiin. Se on helppo, se päätös. Se on lapselle vaikea kolmestakin päättää. Mä koen sellasen epämääräisen tavarain ja sotkun keskellä elämistä, jos se mulle aiheuttaa sellasta stressiä, varmasti aiheuttaa lapsellekin.” (H)

Varallisuus nähtiin myös asiana, joka vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin ja osallistumiseen. Esimerkkinä annettiin luistimien hankkiminen päiväkotia varten. Ilman välineitä lapsi ei olisi kyennyt osallistumaan toimintaan. Lapsen kodin ei tarvitse olla uusi, hieno tai erittäin tilava, mutta kuitenkin siisti ja järjestyksessä. Liiallisen tavaramäärän ajateltiin tuottavan stressiä lapselle. Lapsen ajateltiin olevan vähemmän stressaantunut, kun hänellä ei ole suurta määrää vaihtoehtoja leluissa tai vaatteissa. Puroila, Estola & Syrjälä (2012) esittävät, miten leluilla saattaa olla jonkinlainen vaikutus lasten sosiaalisiin suhteisiin ja identiteettiin. Myös aineistossa tavaralla ajeltiin voivan olla sosiaalisia vaikutuksia, jotka heijastuvat lapsen onnellisuuteen.

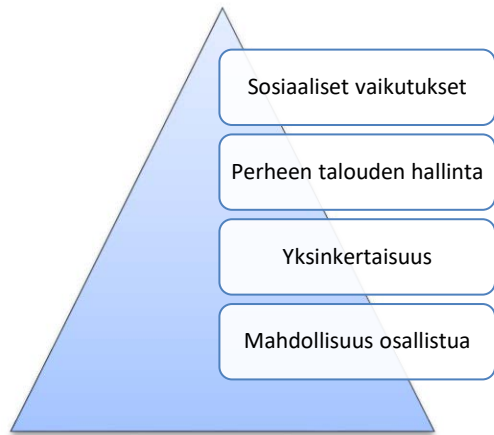
”Tää sosiaalinen aspekti, esim. niinku päiväkodissa, että toissaviikkona kaikki lapset lähti luistelemaan ja mun lapsella ei ollut vielä luistimia. Sit se tuli kotiin ja oli hirveen harmistunut, että mulla ei oo luistimia. No mä sanoin, että lähettämpä ostaa, et kyllä sä oot niin vanha että sä voit luistella. Mieti, jos mulla ei olis ollut rahaa käydä ostaa niitä kympin luistimia mitä mä löysin kirpparilta. Että siinä iässä muut alkaa tekemään asioita, et se poisjääminen jostakin asiasta sen takia, ettei oo varaa, niin mun mielestä sillä on sellanen sosiaalinen vaikutus.” (H)

Sosiaaliset vaikutukset ilmenivät aineistossa varallisuuden puutteena. Varallisuuden puute saattoi ilmetä muun muassa päiväkotikontekstissa, jos perheellä ei olisi varaa hankkia tiettyjä tarpeellisia varusteita. Varallisuuden puute ajateltiin heijastuvan myös harrastuksiin ja mahdollisuuksiin tehdä erilaisia asioita perheenä. Osallistumattomuus nähtiin onnellisuutta heikentävänä asiana. Perheen taloudellisen hallinnan ajateltiin olevan osa lapsen kokemaa hyvinvointia ja onnellisuutta. Hallinnan ja vakauden tunteen ajateltiin vaikuttavan vanhempien varmuuteen vanhemmuudessa ja sitä kautta lasten kokemaan onnellisuuteen.

”Että se lähtee, esim. tällaset aineelliset asiat, esim. raha. Se tuo sellaista itsevarmuutta elämään. Että sekin pitää olla kunnossa.”(H)

Tutkimuksissa on havaittu, että onnellista elämää eletään sekä köyhissä, että rikkaissa maissa. Kuitenkin esimerkiksi sosiaaliturva ja suhteellisesti melko vähäiset taloudelliset erot yhteiskunnassa ovat tunnusmerkkejä onnellisuuden kärkimaista. Suomi ja muut pohjoismaat sijoittuvat usein onnellisuustutkimusten kärkimaiksi. (Pessi, 2015, s.180.)

”Yhteiskunnalla on vaikutusta myös. Tosin Keniassa asuva lapsi voi olla onnellisempi kuin Suomessa, eli ympäristö ei ole määrittelevä tekijä, vaan korkeintaan tekijä, jonka voi kääntää onnellisuuden lähteeksi kiitollisuuden kautta.” (K)



Kuvio 10. Vaurauden ulottuvuudet vanhempien käsityksissä

Kuvio 10. esittää vanhempien tuomat ajatukset varallisuuden ja lasten onnellisuuden suhteesta. Vanhemmat näkivät varallisuuden liittyvän osallistumiseen ja sosiaalisiin suhteisiin. Yksinkertainen elämä kuitenkin nähtiin tärkeänä ja kovin suurta varallisuuden tavoittelua tai siihen keskittymistä paheksuttiin. Lasten onnellisuuteen ajateltiin vaikuttavan kuitenkin vanhempien talouden hallinta.

6 Pohdinta

Tutkimuksen taustateoria ja kerätty aineisto kohtasivat mielenkiintoisesti. Vanhempien esille tuomien teemojen ajateltiin vaikuttavan lasten onnellisuuteen suoraan tai epäsuorasti, esimerkiksi vanhempien ja perheen kautta. Siksi onkin mielenkiintoista peilata onnellisuutta käsittelevää teoriaa, aikaisempia tutkimuksia lasten onnellisuudesta ja tämän tutkielman tuloksia. Tutkielman alkupuolella esitetty kuvio (kuvio 1.) onnellisuuden teorioista esittelee eri teorioiden keskeisiä teemoja. Toistuvia teemoja niissä olivat muun muassa yhteenkuuluvuus ja hyvät ihmissuhteet, autonomia, kyvykkyys, positiiviset tunteet ja merkityksellisyys.

Mielenkiintoinen huomio tulee peilatessa lapsilta kerättyä tietoa onnellisuudesta. Lasten kokemuksissa näkyivät kyvykkyteen ja sosiaalisiin suhteisiin vaikuttavat tekijät, mutta kuitenkin myös esimerkiksi ulkonäköön ja lemmikkeihin liittyvät aspektit (Helavirta, 2011, s. 72-78, Uusitalo-Malmivaara, 2011). Jälkimmäisiin asioihin eivät vanhemmat ottaneet kantaa. Vanhempien käsityksissä näkyivät vanhempien omat lähestymistavat lasten onnellisuudelle.

Merkittävä huomio teorian ja aineiston välillä syntyi vapauden (autonomia) ja aineistossa korostuneiden sääntöjen välille. Vanhemmat näkivät säännöt ja raamit edellytyksenä lapsen onnellisuudelle, mutta kuitenkin pitivät tärkeänä lapsen osallisuuden kokemista. Ajateltiin, ettei lasta voi täysin vapauttaa, sillä lapsi ei kykene vielä säätelemään itseään tarvittavalla tavalla. Tämä on mielenkiintoinen aihe pohdittavaksi sekä vanhemmille, että ammattikasvattajille. Kumpaa aspektia tulee korostaa lapsen onnellisuuden kohottamiseksi? Millainen näiden välinen tasapaino lapsen kohdalla olisi suotavaa? Tämä ristiriita tuo esille tärkeän jatkotutkimuskysymyksen ja haastaa tutkimaan aihetta lisää.

Merkittävä näkökulma oli myös lapsen vieminen julkiseen hoitoon liian varhain ja vanhemman kotona lapsen kanssa vietetyt vuodet nähtiin suotuisaksi lapsen onnellisuudelle. Tämä haastaa pohtimaan varhaiskasvatusta ja päivähoitoa sekä sen suotuisaa aloitusajankohtaa. Lapsen päivähoitoon siirtymiseen vaikuttavat myös yhteiskunnalliset tavoitteet, kun varhaiskasvatuksen piiriin pyritään saamaan yhä enemmän lapsia. Kotona lapsia hoitavia vanhempia, etenkin äitejä pyritään saamaan yhä nopeammin takaisin työmarkkinoille.

Uskonto ilmeni turvallisuutta tuottavana aspektina. Tämänkin aihe hohtaa ajankohtaisuudellaan. Yhteiskunnallista keskustelua käydään siitä, miten katsomuskasvatusta päiväkodeissa ja kouluissa tulisi toteuttaa. Monet päiväkodit eivät esimerkiksi tee enää yhteistyötä seurakuntien

kanssa pikkukirkkojen muodossa. Tämä haastaakin kysymään, mikä on lapsen oikeuksille mielekäs vaihtoehto? Aineistosta nousseessa rakkauden teot –teemassa korostuivat antaminen ja rakkauden ilmaisu. Mielekäs kysymys voisikin olla, miten juuri katsomuskasvatus voisi vastata rakkauden tekojen opettamiseen?

Uusitalo-Malmivaaran (2012) tutkimuksessa ilmenee taloudellisen vakauden ja turvallisuuden vaikutus lasten onnellisuuteen ja hyvinvointiin. Vähiten onnelliset lapset toivoivat muun muassa lisää rahaa (Uusitalo-Malmivaara, 2012). Aineistosta ilmeni varallisuuden ja sen puutteen vaikutus sosiaalisiin suhteisiin ja osallistumattomuuteen esimerkiksi harrastusten suhteen. Tämäkin tuo esille mielenkiintoisen ja ajankohtaisen jatkotutkimusaiheen. Lasten onnellisuuden ymmärtäminen vaikuttaa siihen, millaisia poliittisia päätöksiä tehdään, joten on tärkeä tutkia erilaisia аспектеja aiheen tiimoilta.

Huolestuttava tulos liittyi *tyhjiin katseiden lapsiin*. Tällä viitattiin aineistossa kyvyttömyyteen toimia sosiaalisissa tilanteissa ja osallistumattomuuteen. Lapsilla kuvailtiin olevan tyhjä katse ja osallistumattomuuteen ajateltiin myös liittyvän pelit, kännykät tai tabletit, jotka vievät lapsen ajatukset ja mielenkiinnon muualle, kuin oikeaan elämään. Tämä haastaa vanhempia ja ammattikasvattajia pohtimaan ruutuaikaan liittyviä ongelmia ja myöskin tutkimaan suuren ruutuaajan vaikutuksia.

Aineiston keruu kaksivaiheisesti toimi hyvin ja tuntui antavan luotettavan ja syvällisen aineiston. Vanhempien pohdinnat eivät olleet vain pintapuolisia ja varsinkin kirjoitelmien ansiosta heidän pohdintoissaan ilmeni syvällisyyttä. Fenomenografia metodina soveltui hyvin tämän tutkimuksen kontekstiin, kun tarkoituksena oli tutkia käsityksiä ja niiden variaatioita. Pohdin seuraavaksi fenomenografian yleistä kritiikkiä suhteessa tähän tutkimukseen.

Fenomenografian yleinen kritiikki kohdistuu tulosten yleistettävyyteen, kontekstisidonnaisuuteen ja myöskin käsitysten dynaamisuuteen. Vaikka fenomenografisen tutkimuksen tavoitteena on tuottaa teoriaa tai niin sanottua kuvauskategoriajärjestelmää, ei voida tuloksia yleistää koskemaan kaikkia. (Metsämuuronen, 2001, s. 23.) Kuitenkin tuloksissa saatiin aikaseksi samankaltaisuuksia ja variaatioita, joita onnellisuuden teoriat tukevat. Jotta tutkimustuloksia voisi yleistää laajemmin, olisi otannan pitänyt olla suurempi ja vielä monimuotoisempi.

Kontekstisidonnaisuus näkyy siinä, että haastateltavat tarkastelevat ilmiötä omaa elettyä kontekstiaan vasten. Käsitysten dynaamisuuteen ja muutoksiin ei tutkijana voi kovinkaan paljoa

vaikuttaa. Mielenkiintoista olisi tietää muuttuvatko käsitykset lapsen saamisen ja lasten aikuis-tumisen välillä tai miten eri-ikäiset vanhemmat ajattelevat lasten onnellisuudesta.

Tracy (2010) esittää neljä kriteeriä määrittelemään arvokkaan tutkimuksen aiheen: relevanttius, ajankohtaisuus, merkittävyys ja mielenkiintoisuus. Seuraavaksi arvioidaan tätä tutkimusta näiden kriteerien valossa. Ajankohtaisuus ja mielenkiintoisuus tulevat esille selvästi onnellisuuden keskustelun ajankohtaisuudesta Suomessa. Suomen sijoittuminen onnellisuusraporttien kär-keen kahdesti peräkkäin tekee eri näkökulmista tuotetut onnellisuustutkimukset erittäin mielek-käiksi. Vanhempien käsitykset lasten onnellisuudesta on myös relevantti tutkimusaihe, sillä tut-kimustuloksia voidaan soveltaa vanhemmuuteen, mutta myös muuhun kasvatustoimintaan. Tä-män tutkimuksen tulokset esittävät merkittäviä pohtimisen ja jatkotutkimuksen aiheita.

Tutkimuksella on annettavaa sekä vanhemmuuteen että myös ammattikasvattajille. Tutkimuk-sen avulla voi ymmärtää peruselementtejä lasten onnellisuudesta ja näin kehittää omaa toimin-taa sitä tukevaksi. Päiväkodin ja koulun kontekstissa hyvä ymmärtää esimerkiksi kyvykkyyden tunnetta ja yhteisöllisyyttä tukevat aspektit. Esimerkiksi kaverisuhteiden tukeminen voi olla ensisijaisen tärkeää lasten onnellisuuden kannalta. Lisäksi kasvattajien pitkäaikaisuutta eivät tue päiväkotien henkilöstön nopea vaihtuvuus tai opettajien määräaikaiset työsopimukset. Ky-vykkyyden osalta keskeistä olisi löytää tasapainoa vapauden ja osallisuuden ja sääntöjen välille. Vuorovaikutuksen ja käytöstopojen opettelu voi olla hyvä tapa tukea lapsen onnellisuutta.

Vanhempien vastaukset olivat koskettavia ja omaa ymmärrystäni avartavia. Tavoitteenani oli laajentaa ymmärrystäni onnellisuudesta sekä sen tutkimisesta ja tämä tavoite osaltani toteutui. Onnellisuuden pohtiminen ja siihen syventyminen tulevaisuudessa tulee varmasti osaltani jat-kumaan.

Lähteet

- Airto, M. (2011). Onnellista taloutta etsimässä. Teoksessa V. Ylikahris, (toim.), *Onnellisuustalous*. s. 11-12. Vaasa: Vihreä Sivistysliitto ry.
- Allardt, E. (1976). *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Aristoteles (2005). *Nikomakhoksen etiikka*. Helsinki: Gaudeamus.
- Baumgardner, S. & Crothers, M. (2014). *Positive Psychology*. Harlow: Pearson Education Limited.
- Diener E. (2009). Subjective Well-Being. Teoksessa Diener E. (toim.), *The Science of Well-Being. Social Indicators Research Series, vol 37*, s. 11-12. Springer, Dordrecht.
- Hakanen, J. (2009). Työn imua, tuottavuutta ja kukoistavia työpaikkoja? Kohti laadukasta työlämää. S. 13-16, Helsinki: Työnsuojelurahasto.
- Haybron, D. M., & Haybron, D. (2008). The pursuit of unhappiness: The elusive psychology of well-being. *Oxford University Press on Demand*, s. 30
- Helavirta, S. (2011). *Lapset hyvinvointitiedon tuottajina*. Tampere: Tampereen yliopisto. Haettu osoitteesta <http://tampub.uta.fi/handle/10024/66827>
- Helliwell, J. F., Layard, R. & Sachs, J. D. (2019). World Happiness Report. United Nations. Haettu osoitteesta <https://worldhappiness.report/ed/2019/>
- Helliwell, J. F., Layard, R. & Sachs, J. D. (2018). World Happiness Report. United Nations. Haettu osoitteesta <https://worldhappiness.report/ed/2018/>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2011). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2014). *Tutki ja kirjoita*. Porvoo: 2014.
- Hjerpe, R. (2011). Hyvinvointi, hyvä elämä ja onnellisuus. Teoksessa Kontula, O. (toim.) *Suomalaisen hyvinvoinnin ja onnellisuuden tulevaisuus*. Väestöliitto.
- Holder, M. D. & Coleman, B. (2009). The Contribution of Social Relationships to Children's Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 10:329 Haettu osoitteesta <https://doi.org/10.1007/s10902-007-9083-0>
- Holder, M. D., Coleman, B. & Wallace J. M. (2008). Spirituality, Religiousness, and Happiness in Children Aged 8-12 Years. *Journal of Happiness Studies 2010, Volume 11*, Number 2, s. 132-147. Haettu osoitteesta <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-008-9126-1>.
- Häkkinen, K. (1996.). *Fenomenografisen tutkimuksen juuria etsimässä. Teoreettinen katsaus fenomenografisen tutkimuksen lähtökohtiin*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

- Kettunen, J. & Tynjälä, P. (2018). Applying phenomenography in guidance and counselling research. *British Journal of Guidance & Counselling*, 46:1, s. 1-11. Haettu osoitteesta <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/03069885.2017.1285006>.
- Kinnunen, K., Virtanen, P. & Valtonen, H. (2011). Koettu onnellisuus ja koettu terveys. Sairaus ei tee onnettomaksi, mutta onneton ei pysy terveenäkään. *Yhteiskuntapolitiikka* 76: 4. s. 387- 396. Haettu osoitteesta <http://www.julkari.fi/handle/10024/102919>.
- Konu, A. (2002) *Oppilaiden hyvinvointi koulussa*. Tampere: Tampereen yliopisto. Haettu osoitteesta <https://tampub.uta.fi/handle/10024/67186>
- Kuokkanen, P. (2012). *Onnellisena loppuun asti – lapset kertovat hyvinvoinnista sadutetuissa saduissaan*. Pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto. Haettu osoitteesta <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/38164>
- Martela, F. (2015a). *Valonöörit. Sisäisen motivaation käsikirja*. Helsinki: Gummerus Kustannus Oy.
- Martela, F. (2015b). Onnellisuuksien psykologia. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) *Positiivisen psykologian voima*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Martela, F. (15.11.2018.). Itseohjautuvuusteoria – Eli onnellisen elämän kolme keskeistä tekijää. [blogikirjoitus]. Haettu osoitteesta <https://frankmartela.fi/2014/04/04/itseohjautuvuusteoria-eli-kolme-vastausta-siihen-mika-tekee-ihmisen-onnelliseksi/>
- Metsämuuronen, J. (2008). *Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia-sarja 4*. Jyväskylä: Gummerus.
- Niikko, A. (2003). *Fenomenografia kasvatustieteellisessä tutkimuksessa*. Joensuun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia, N:o 85.
- Pessi, A. B. (2015). Myötätunto onnen lähteenä. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) *Positiivisen psykologian voima*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Puroila, A. M., Estola, E., & Syrjälä, L. (2012). Having, loving, and being: children's narrated well-being in Finnish day care centres. *Early Child Development and Care*, 182(3-4), s. 345-362. Haettu osoitteesta <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03004430.2011.646726>.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), s. 142-144. Haettu osoitteesta <https://psych415.class.uic.edu/Readings/Ryan,%20Happiness%20-%20well%20being,%20AnnRevPsy,%202001.pdf>.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist* 55 (1). s. 68-78.

- Haettu osoitteesta https://www.researchgate.net/publication/11946306_Self-Determination_Theory_and_the_Facilitation_of_Intrinsic_Motivation_Social_Development_and_Well-Being.
- Ryff, C., D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 57(6). s. 1069-1081. Haettu osoitteesta <https://pdfs.semanticscholar.org/7eb5/1dfece4f39df7c5c3aefa1276ae1116473a5.pdf>.
- Sajaniemi N. & Mäkelä J. (2015). Ihminen voi hyvin joukossa. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) *Positiivisen psykologian voima*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press,
- Tight, M. (2016). Phenomenography: the development and application of an innovative research design in higher education research. *International Journal of Social Research Methodology*, 19:3, s.319-332. Haettu osoitteesta <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13645579.2015.1010284?journalCode=tsrm20>.
- Tracy, S. J. (2010). Qualitative Quality: Eight “Big-Tent” Criteria for Excellent Qualitative Research. *Qualitative Inquiry*, 16(10), 837–851. Haettu osoitteesta <https://doi.org/10.1177/1077800410383121>.
- Tuomi, J. & Sarajarvi, A. (2004). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Uusitalo-Malmivaara, L. (2012). Global and school-related happiness in Finnish children. *Journal of Happiness Studies*, 13(4) s. 602-604. Haettu osoitteesta <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-011-9282-6>.
- Uusitalo-Malmivaara, L., & Lehto, J. E. (2013). Social factors explaining children’s subjective happiness and depressive symptoms. *Social Indicators Research*, 111(2), s.603-615. Haettu osoitteesta <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-012-0022-z>.

Liite 1

PRO GRADU -TUTKIELMA

TUTKIMUSHAASTATTELU

RIIKKA KROGERUS

krogerusriikka@gmail.com

Kevät 2019

Tutkimuksen aihe ja toteutus

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tutkia vanhempien käsityksiä lasten onnellisuudesta. Tutkimus painottaa haastateltavan omia ajatuksia ja käsityksiä.

Aineiston keruu aloitetaan kirjallisella teemallisella haastattelulla, jolloin tutkittavalla on aikaa kirjoittaa ja pohtia vastauksiaan. Haastattelun toinen osio suoritetaan tarpeen mukaan tutkittavalle sopivassa paikassa. Haastattelun kesto on 45-60 minuuttia. Haastattelu äänitetään. Haastatteluaineistoa käsitellään luottamuksella ja anonyymisti.

Haastateltavan taustatiedot (ikä, parisuhdestatus & koulutustaso):

Ohjeet:

Vastaa kirjoittamalla eri teemojen kohdalle käsityksiäsi ja ajatuksiasi kyseessä olevasta temasta. Kirjoita vastauksia sinun omasta näkökulmastasi vapaasti ja rehellisesti. Vastaa kirjoittamalla kokonaisia virkkeitä, mutta saat antaa ajatuksesi virrata vapaasti. Vastauksen pituutta ei ole määritelty. Voit vastata missä järjestyksessä haluat.

Käsityksesi onnellisuudesta (esimerkiksi siihen vaikuttavat tekijät, merkitys elämässä)

Lasten onnellisuus & kasvatus ja koulutus

Lasten onnellisuus & perhe ja ihmissuhteet

Lasten onnellisuus & fysiologiset tarpeet

Lasten onnellisuus & sosiaaliset ja psyykkiset tarpeet

Lasten onnellisuus & yhteiskunta (Suomi tai muu yhteiskunta)

Muita ajatuksia ja käsityksiä lasten onnellisuudesta, joita haluaisit tuoda esille