



SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

KETTU-OPAS VARHAIS- KASVATUKSEN TOIMIN- NALLISEEN KEHOTUNNE- KASVATUKSEEN 3–5- VUOTIAILLE

TEKIJÄ:

Riikka Rissanen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Sosionomin tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä Riikka Rissanen	
Työn nimi Kettu-opas varhaiskasvatukseen toiminnalliseen kehotunnekasvatukseen 3-5-vuotiaille	
Päiväys 25.3.2021	Sivumäärä/Liitteet 43/40
Toimeksiantaja Petosenmutkan päiväkot	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Kehotunnekasvatus on viimeaikoina ollut vahvasti esillä varhaiskasvatuksessa. Lapset tutustuvat kehoihinsa monipuolisesti leikkien ja muille kehoaan esittelemällä. Käytös tuo esille haasteen kuinka käsitellä kehotunnetta varhaiskasvatuksessa. Osa kasvattajista kokeekin kehotunteesta puhumisen haastavaksi ja tarvitaan keinoja toteuttaa kehotunnekasvatusta varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018 mukaan lapsen opetus tulisi tapahtua toiminnallisesti kokemuksen ja ilon kautta oppimalla. Toiminnallisten menetelmien käyttö kehotunnekasvatuksessa on siis perusteltua.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli tukea varhaiskasvattajien osaamista kehotunnekasvatuksen ohjaamisessa sekä tukea lasten kehotunteen kehittymistä. Opinnäytetyö toteutettiin Kuopion kaupungin Petosenmutkan päiväkotiin 3-6-vuotiaiden ryhmään. Viisi toiminnallista kertaa toteutettiin kehotunnekasvatukseen. Toiminnallisten kertojen toteuttamisen jälkeen kerrat koostettiin Kettu-opaaksi varhaiskasvatukseen toiminnalliseen kehotunnekasvatukseen 3-5-vuotiaille. Oppaassa esiteltiin tuokiomuotoisesti vinkkejä kehotunnekasvatuksen toteuttamiseen. Oppaan valmistumisen jälkeen tilaajalta kerättiin palautetta kyselylomakkeella Kettu-opaasta. Kyselylomakkeella arvioitiin oppaan ulkoasua ja hyödynnettävyyttä työssä.</p> <p>Varhaiskasvatushenkilöstöltä saadun palautteen perusteella Kettu-opas on hyödyllinen kehotunnekasvatuksen toteuttamiseen 3-5-vuotiaiden pienryhmässä. Jatkossa opasta voidaan kehittää laajentamalla oppaan sisältöä käsittelemään myös tunnetaitoja. Tämän lisäksi voidaan kehittää myös oppaan tueksi jatkokäsittelymateriaaleja teemoille.</p>	
Avainsanat kehotunnekasvatus, toiminnalliset menetelmät, varhaiskasvatus	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Degree Programme in Social Services	
Author(s) Riikka Rissanen	
Title of Thesis Kettu guidebook to sexuality education to 3-5-year-old children by functional methods in early childhood education	
Date 25.3.2021	Pages/Appendices 43/40
Client Organisation /Partners Petosenmutka Day Care Center	
<p>Abstract</p> <p>Sexuality education has been a rising topic in early childhood education. In early childhood children explore their own bodies and are very interested in them. Sexual behavior can be seen in early childhood education. Some educators feel that talking about sexuality in early childhood education is hard and they need tools to address the topic. The national early childhood education plan presents that in early childhood the best way to learn for a child is by experience. That is why the sexuality education should also be executed with functional methods.</p> <p>The subject of the thesis was the sexuality education of 3-5-year-old children. The purpose was to increase early childhood educators knowledge of sexuality education and to support childrens sexual development. The thesis was commissioned by the early childhood education services of the city of Kuopio. The thesis was executed in municipal daycare of Petosenmutka in 3-6 years-old childrens group. The target of the thesis was to develop and carry out five functional sessions to 3-5 year-old children. Afterward the sessions were summarised into a guidebook called Kettu guidebook to sexuality education to 3-5-year-old children by functional methods in early childhood education. There are tips on how to educate children on sexuality. After the guidebook was done feedback was collected from the staff of Petosenmutka Day Care Center with a help of a questionnaire about the visual aspects and usability of the guidebook.</p> <p>The feedback from the guidebook showed that the guide is useful to educators. With the guide educators can handle sexuality education to a group of 3-5-year-old children. In the future the guide could be developed to also include emotional education and methods of processing sexuality after the sessions.</p>	
Keywords Sexuality education, functional methods, early childhood education	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	6
2	KEHOTUNNEKASVATUS.....	7
2.1	Kehotunnekasvatuksen toteuttamisen erilaiset ympäristöt	8
2.2	Kehotunneksen kehittyminen 3-5-vuotiailla.....	9
2.3	Kehotunnekasvatuksen tavoitteet 3–5-vuotiaille.....	11
2.4	Kehotunnekasvatus ammatillisessa varhaiskasvatustyössä	13
3	TOIMINNALLINEN KEHOTUNNEKASVATUS VARHAISKASVATUKSESSA	15
3.1	Toiminnalliset menetelmät.....	16
3.2	Erytyspiirteitä toiminnallisuudesta kehotunnekasvatuksessa	16
4	KEHOTUNNEKASVATUKSEN KEHITTÄMISTEHTÄVÄN PROSESSIN KEHITTÄMISEN VAIHEET... 18	
4.1	Kehittämistehtävän perustelu- ja organisointivaihe.....	20
4.2	Kehittämistehtävän toteutusvaihe	22
4.2.1	Toiminnallisten kertojen toteutus	22
4.2.2	Kettu-oppaan mallintaminen	28
4.3	Kehittämistehtävän arviointivaihe.....	32
4.3.1	Palautteen kerääminen Kettu-oppaasta.....	32
4.3.2	Palautekyselyn tulokset Kettu-oppaasta	33
5	POHDINTA.....	34
5.1	Eettisyys ja luotettavuus.....	36
5.2	Johtopäätökset	38
5.3	Jatkokehitys mahdollisuudet	39
	LÄHTEET	41
	LIITE 1: VANHEMMILLE ILMOITUS OPINNÄYTETYÖSTÄ	44
	LIITE 2: MINUN KEHONI TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA	45
	LIITE 3: HYVÄ MINÄ TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA	48
	LIITE 4: OMAT RAJANI TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA.....	51
	LIITE 5: MINUN OIKEUTENI TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA	55
	LIITE 6: PYSYN TURVASSA TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA.....	59
	LIITE 7: KETTU-OPAS TOIMINNALLISEEN KEHOTUNNEKASVATUKSEEN 3-5 VUOTIAILLE.....	64
	LIITE 8: PALAUTEKYSELY KETTU-OPPAASTA	83

KUVALUETTELO

KUVA 1. Kehotunnekasvatuksen kehittämistyön spiraalimalli	20
KUVA 2. Toimintaa symboloiva kettu (Rissanen 2020a).	26
KUVA 3. Sisun taulut (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2019b, 87.)	27
KUVA 4. Kettu-kortit 1-6 (Rissanen 2020b).	28
KUVA 5. Kettu-kortit 7-8 (Rissanen 2020c).....	28
KUVA 6. Oppaan rakenne (Rissanen 2020d).....	29
KUVA 7. Esimerkki pallojen käytöstä ja sivujen väristä kettu-oppaasta (Rissanen 2020e).	30
KUVA 8. Menetelmiä tukeva kuva kehonrajoista oppaasta (Rissanen 2020f).	31
KUVA 9. Teemaan orientoiva kettu-kuva oppaasta (Rissanen 2020g).....	31

1 JOHDANTO

Kehotunnekasvatus on tällä hetkellä vahvasti esillä oleva ilmiö. Lapset tarvitsevat kehotunnekasvatusta oman kehonsa hahmottamiseen ja positiivisen identiteetin sekä kehonkuvan rakentamiseen. Kehotunnekasvatuksen kautta lapsi oppii toimimaan vastuullisesti kunnioittaen omaa kehoaan sekä muiden kehoja. Kehotunnekasvatus on aiheena useista kasvattajista haastava. Kasvattajia jännittää puuttua tilanteisiin, joissa lapset tarvitsevat ohjausta omaan kehoonsa liittyvissä asioissa. Näitä voivat olla esimerkiksi lisääntyvät puheet sekä leikit omista intiimialueista ja esimerkiksi unnutus. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 28–32.) Tämän vuoksi on tärkeää tuoda työkaluja kasvattajille kehotunnekasvatuksen esille ottamiseen ja käsittelyyn.

Kehotunnekasvatus on tärkeää, sillä se edistää lasten kehotunteen kasvua, kehopositiivisuutta ja erilaisuuden arvostamista. Oman kehon arvostuksen ja kosketuksen sääntöjä harjoittelemalla opitaan tärkeitä taitoja, kuinka toimia sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa kunnioittavasti. Yhdessä opitaan tapoja toimia riskitilanteissa turvallisesti itseä ja muita kunnioittaen. (Väestöliitto 2020) Jo YK:n ihmisoikeuksien julistus tukee näiden taitojen opettamista lapsille. YK:n ihmisoikeuksien sopimuksen näkökulmasta artikkelit 1,2,7,16 ja 18 tukevat kehotunnekasvatusta. Näiden artiklojen mukaan ihmisellä on oikeus vapauteen ja syrjimättömyyteen sekä omaan identiteettiin. Hänellä on myös oikeus omaan monimuotoiseen perheeseen. (United Nations 2020.) Näitä kehotunnekasvatusta tukevia oikeuksia voidaan nähdä olevan ihmisellä perustuslain näkökulmasta. Kehotunnekasvatusta tukevia oikeuksia perustuslaissa ovat muun muassa 6 § yhdenvertaisuudesta ja 7 § oikeudesta vapauteen ja koskemattomuuteen. (Suomen perustuslaki 1999/731,6 §, 7 §.) Kehotunnekasvatus tukee näitä oikeuksia luomalla lapsille mahdollisuuden keskustella erilaisuudesta ja nähdä ettei se ole syy syrjiä ketään. Yhdessä harjoitellaan luomaan positiivista kehonkuvaa itsestään. Tutustutaan omaan sukupuoleen ja vahvistetaan sukupuolten välistä tasa-arvoa pohtimalla muun muassa tyttöjen ja poikien eroja. Lapsia kasvatetaan arvostamaan omaa kehoaan ja sen rajoja kuin myös muiden. Kasvatuksessa käydään läpi konkreettisesti, kuinka toimia haastavissa tilanteissa. Opetellaan turvataitoja kuten sanomaan ei ja hakemaan apua.(Väestöliitto 2020)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018 määrittelee tavoitteita varhaiskasvatukselle. Kehotunnekasvatuksen näkökulmasta tavoitteita ovat muun muassa lisätä lasten tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta, ehkäistä syrjäytymistä, lisätä suvaitsevaisuutta ja edistää tietoisuutta perheiden moninaisuudesta. Varhaiskasvatuksessa kasvatuksen tulee tukea arvojen ja ihanteiden pohdintaa sekä perustua kestävään elämäntapaan sekä ihmisoikeuksien kunnioittamiseen. (Opetushallitus 2018, 14–21.) Kehotunnekasvatusta tulee toteuttaa varhaiskasvatuksessa, jotta voidaan vastata varhaiskasvatuksen perusteiden 2018 tavoitteisiin.

Opinnäytetyön idea nousi havainnoistani, että lapset tarvitsevat kehotunnekasvatusta. Olen nähnyt 3-5-vuotiailla lapsilla paljon käytöstä, jossa he pohtivat omaa kehoaan sekä sen rajoja. Halusin lähteä tarkastelemaan, kuinka voisin kunnioittavasti ja lapsille luonnollisella tavalla lähteä käsittelemään kehotunnekasvatusta. Kehotunnekasvatus varhaiskasvatuksessa nähdään usein kasvattajan ja yhden lapsen välisenä keskusteluna lasta ihmetyttävästä aiheesta. Halusin lähteä tarkemmin perehtymään

siihen, kuinka lapsiryhmässä voidaan toteuttaa kehotunnekasvatusta ja löytyykö toiminnallisia menetelmiä, joiden avulla kehotunteen käsittely voisi olla toiminnallista.

Opinnäytetyön tarkoitus oli kuvata kehotunnekasvatusta ja sen toteuttamismahdollisuuksia varhaiskasvatuksessa. Siinä kerrotaan, miten kehotunnekasvatusta voidaan toteuttaa toiminnallisesti 3-5-vuotiaalle lapsille. Kehittämistehtävänä toteutin viisi toiminnallista kertaa kehotunnekasvatukseen 3-5-vuotiaiden lasten pienryhmälle. Näiden toimintakertojen pohjalta laadin varhaiskasvatuksen työntekijöille kehotunnekasvatuksen toteuttamiseen opas. Opas sisältää tietoa kehotunnekasvatuksesta sekä konkreettisia vinkkejä sen toteuttamiseen. Opinnäytetyöstä voivat hyötyä varhaiskasvattajat, toimintaan osallistuvat 3-5-vuotiaat lapset sekä heidän vanhempansa.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Petosenmutkan päiväkotitoimi. Petosenmutkan päiväkotitoimi on kunnallinen päiväkotitoimi, joka tarjoaa ympärivuorokautisia varhaiskasvatuspalveluja lapsille. Petosenmutkan päiväkotitoimiin kuuluu kolme 1-5-vuotiaiden lasten ryhmää sekä yksi 3-6-vuotiaiden ryhmä. Tämän lisäksi Petosenmutkan päiväkodissa on yksi esiopetusryhmä. Opinnäytetyö toteutettiin Petosenmutkan päiväkodin Lekkermannien ryhmään. Ryhmä tarjoaa ympärivuorokautisia varhaiskasvatuspalveluita 3-6-vuotiaille lapsille. (Kasvun ja oppimisenpalvelualue Kuopio c.e.)

2 KEHOTUNNEKASVATUS

Opinnäytetyössä käytän kehotunnekasvatusta käsitteenä seksuaalisuuden käsitteen tilalla. Kehotunnekasvatuksella tarkoitetaan pienen lapsen ikään ja kehitystasoon soveltuvaa kasvatusta seksuaalisuudesta ja turvataidoista. Kehotunnekasvatus on pienen lapsen seksuaalikasvatusta kuvaavampi käsite. Kehotunnekasvatus käsitteenä on neutraali ja kuvaa tarkemmin sitä, mitä kasvatus pitää sisällään. (Väestöliitto 2020.) Moni ajattelee seksuaalikasvatuksen aikuisen näkökulmasta ja kokee sen olevan vaikea käsite vanhemmille sisäistä. Tästä käsitteestä tulee usein vanhemmille sellainen olo että seksuaalisuutta ylipainotetaan lapsille. (Ingman-Friberg ja Cacciatore 2016a, 83-85.)

Kehotunne käsite tarkoittaa sitä, kuinka lapsi kokee suhteen omaan kehoon, läheisyyteen sekä omiin tunteisiin. Se vastaa kysymyksiin: Kuunteletko kehoasi? Miten viihdyt juuri sinuna? Millaiseksi koet kehosi ja millaiselta sinusta tuntuu? (Väestöliitto 2020.) Kehotunne käsite kuvaa lapsen sisäistä kokemusta omasta kehostaan. Kehotunteen voi kuvailla jokainen itse ja se on jokaisella erilainen. Se on itsearvostusta, oman tunteen ja kokemuksen arvostamista. (Ingman-Friberg ja Cacciatore 2016a, 83-85.)

Pienen lapsen kehotunnekasvatus on omaan kehoon tutustumista ja sen haltuunottoa. Lapsi oppii oman kehon piirteitä ja vertaa sitä muiden kehoihin. Hän alkaa opetella tunteiden hallintaa ja niiden näyttämistä. Kasvatuksessa harjoitellaan esimerkiksi sopivuussääntöjä kuin myös itsemääräämisykyä. Lapsi oppii arvostamaan omaa ja muiden kehoa ja luo omaa suhdettaan läheisyyteen ja tunteiden näyttämiseen. Kehotunnekasvatuksen tavoitteena on luoda positiivista kehonkuvaa ja identiteettiä, harjoitella itsestä huolehtimisen taitoja, oppia ilmaisemaan ja hallitsemaan omia tunteita,

oppia erottamaan myönteisen ja kielteisen läheisyyden tai kosketuksen eroa sekä tapoja toimia epämiellyttävissä tilanteissa hakemalla apua. (Väestöliitto 2020.)

2.1 Kehotunnekasvatuksen toteuttamisen erilaiset ympäristöt

Kokonaisvaltaisella kehotunnekasvatuksella tarkoitetaan, että lapsille ja nuorille annetaan puolueetonta, ikään nähden sopivaa tieteellisesti paikkaansa pitävää tietoa kehotunteen kehittymisen kaikista näkökulmista. Näkökulmia ovat muun muassa kognitiivinen, emotionaalinen, sosiaalinen, vuorovaikutteinen ja fyysinen näkökulma. Tietoa annetaan muun muassa omasta fyysisestä ja henkisestä kasvusta sekä kehityksestä, sukupuoli-identiteetistä, seksuaalisesta moninaisuudesta, tunteiden ilmaisusta, suhteista ja niiden muodostamisesta, ja seksuaalisuuteen liittyvistä arvoista, asenteista ja tiedosta. (THL 10, 3–19.)

Kehotunnekasvatuksen tavoitteena on tukea ja suojella seksuaalista kehitystä. Kasvatuksella lapset hankkivat itselleen tarvittavat tiedot, taidot ja arvot. Näitä he käyttävät jatkossa oman seksuaalisen kehityksen ymmärtämiseen ja siitä nauttimiseen. Nämä taidot tukevat lapsia luomaan turvallisia suhteita itseensä ja muihin ihmisiin sekä ottamaan vastuuta omista valinnoistaan ja seksuaaliterveydestään. Kehotunnekasvatuksen kautta saadulla osaamisella lapsi oppii tekemään tiedostettuja ja hyviä valintoja. Tekemällä hyviä valintoja lapsen elämänlaatu ja hyvinvointi paranee ja he yksilöinä ja yhteisönä muokkaavat yhteiskuntaa oikeudenmukaisemmaksi ja hyväksyvämmäksi. (THL 2010, 3–19.) Kehotunnekasvatus vähentää lapsen virheellisiä luuloja seksuaalisuudesta ja auttaa heitä ymmärtämään sitä paremmin. Se vähentää erilaisuudesta ja tietämättömyydestä johtuvaa kiusaamista sekä syrjintää ja avaa lasten kuvaa moninaisuudesta ja tukee erilaisuuden näkemistä rikkautena. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 16–21.) Kehotunnekasvatus tukee lasten taitoja ilmaista omia tunteitaan ja suojella itseään uhkaavissa tilanteissa. Se opettaa lasta kuuntelemaan itseään ja uskomaan itseensä. Kehotunnekasvatuksen kautta lapsi oppii erilaisista palveluista ja tuesta, joita on mahdollista saada seksuaalisuuteen liittyen kuten neuvonta- ja terveydenhuoltopalvelut. (THL 2010,28.)

Kehotunnekasvatuksen tulisi perustua useisiin periaatteisiin, joita ovat: tieteelliseen tietoon perustuva tieto, ikään ja kehitystasoon soveltuva tiedon ja kasvatuksen antaminen, seksuaalioikeuksien tietämistä ja ymmärtämistä, lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukeminen, sukupuolten tasa-arvon edistäminen, itsemääräämisoikeuden ymmärtäminen ja erilaisuuden hyväksyminen. Kehotunnekasvatuksen ajatellaan alkavan lapsen syntymästä ja se nähdään keinona kehittää yksilön kautta yhteiskuntaa oikeudenmukaisempaan ja erilaisuutta ymmärtävämpään suuntaan. (THL 2010,28.)

Kehotunnekasvatusta tulee antaa kaikenikäisille ja prosessi aloitetaan jo vauvasta lähtien. Kehotunnekasvatus kannattaa aloittaa ajoissa, sillä oppiminen alkaa jo heti syntymästä lähtien. Kehotunnekasvatuksen tarve vaihtelee lapsen kasvun ja kehityksen mukaan. Tarpeellista on antaa lapselle tietoa kehotunteeseen liittyen, kun se alkaa häntä kiinnostaa. Tietoa tulee antaa ikätasoisesti niin, ettei lapsi joudu epätietoisuutensa vuoksi kiusaamisen kohteeksi. (Cacciatore 2007, 23–41;Cacciatore ja Ingman-Friberg 2016, 65–71.)

Lapsen kehotunnekasvattajina toimivat kaikki tämän läheiset. Siinä toimivat ammatilliset kasvattajat kuten koulunhenkilökunta ja päiväkoti, kuin myös vanhemmat, läheiset, ystävät ja media. Kuka tahansa voi olla se henkilö, jolta lapsi oppii asioita tai kysyy niitä. Myös kehotunteesta puhumatta jättäminen on kehotunnekasvatusta. Tällä viestitään lapselle, ettei näistä asioista saa tai voi puhua. Tämä voi luoda lapselle ajatuksen, että seksuaaliset asiat ovat hävettäviä ja ala-arvoisia. Puhumatta jättäminen johtaa siihen, että lapsi hankkii tietoja toisista lähteistä. Se voi johtaa esimerkiksi kokeilemaan liian aikaisin seksuaalista toimintaa tai hankkimaan näkemyksensä mediasta. Tämän vuoksi on tärkeä seurata mediaa ja kuinka se vaikuttaa lapsen seksuaalisuuden kehittymiseen. Mediasta lapsi voi saada hyvin harhaan johtavan kuvan esimerkiksi seksuaalisesti hyväksyttävästä käytöksestä. Tärkeää on keskustella lapsen kanssa mediasta ja siitä mitä kannattaa mediasta uskoa ja mitä ei. (Cacciatore 2007, 25–59; Cacciatore ja Ingman-Friberg 2016, 65–71; Oinonen ja Susineva 2019, 8.)

Kehotunnekasvatuksen ei kuulu olla pelottelemista eikä lapsen ikätason ylittävän tiedon antamista. Kehotunnekasvatus on perinteisesti saattanut olla lapsille hieman jännittävää, sillä se on keskittynyt erilaisiin riskeihin ja niiden ennaltaehkäisyyn. Kehotunnekasvatuksen näkökulma on muuttunut vahvasti. Seksuaalisuus nähdään nykyään voimavarana ja positiivisena asiana. Kehotunnekasvatus nähdään lapsia ja nuoria ohjaavana toimintana, jossa he päättävät itse omasta seksuaalisuudestaan ja kasvatus tukee heitä. Heille edelleen annetaan tarvittava tieto, mutta nuorten ja lasten annetaan itse rakentaa omaa kuvaansa kehotunteestaan. Kehotunnekasvatusta ei nähdä pelkästään nuorten asiana vaan sitä annetaan kaikille vauvasta vaariin. Se on osa yleistä kasvatusta, jossa opetellaan esimerkiksi vuorovaikutussuhteiden luomista, tunnetaitoja, oman kehon hallintaa sekä turvataitoja. Näin kehotunnekasvatus vaikuttaa lapsen kasvuun ja kehitykseen laajasti. Se auttaa häntä luomaan omaa identiteettiään ja oppimaan yhteiskunnan pelisääntöjä. Sen kautta hahmotetaan erilaisuutta yhteiskunnassa ja luodaan omaa tasa-arvoista arvomaailmaa. (THL 2010, 3–19.)

2.2 Kehotunteen kehittyminen 3-5-vuotiailla lapsilla

Lapsen kehotunteen kehittyminen on yksilöllinen prosessi, mutta yhtäläisyyksiä on löydetty kehitystehtävien ja ikätason mukaisesti. Lapsen kehotunteen kehittämisessä olennaisia asioita ovat muun muassa kehon tuntemuksen ja kehokuvan kehittyminen, sukupuoli-identiteetin hahmottaminen, leikitaitojen ja tunnetaitojen harjoittelu sekä sosiaalisten normien oppiminen. (THL 2010, 25–27.)

3–5-vuotias lapsi on kiinnostunut ja utelias omasta ja muiden kehoista. Hän pohtii kehonosiensa nimiä ja alkaa hahmottaa kehonosien merkityksiä. (Cacciatore ja Korteniemi-Poikela 2019, 29–33.)

Kiinnostus omiin sukupuolielimiin on herännyt. Lapsi saattaa tässä vaiheessa kosketella omia sukupuolielimiään ja saada mielihyvää siitä. Hän on hyvin ylpeä kehostaan ja esittelee sitä mielellään muille. Tämä voi ilmetä esimerkiksi sukupuolielimien esittelynä aikuisille tai kavereille. Lapsi voi mielellään leikkiä lääkärileikkejä, joissa hän tutustuu omiin ja muiden lasten kehon osiin. Lapsi voi myös esimerkiksi piirtää teoksia omasta kehostaan ja sukupuolielimistään. Lapset alkavat oppia pikkuhiljaa yhteiskunnan normeja alastomuudesta ja muiden sekä itsensä koskettamisesta. He oppivat millainen käytös on yhteiskunnassa soveliasta. Lapsi oppii motorisesti paremmin hallitsemaan kehoaan

ja oppii karkea- ja hienomotorisia taitoja. Lapsi oppii muun muassa hoitamaan omaa hygieniaansa käymällä vessassa itsenäisesti. (THL 2010,25–27.)

Lapsi vertaa omaa kehoaan muiden kehoihin ja alkaa muodostaa omaa identiteettiään sen mukaan millainen hän on. Aikuisen tehtävänä on tässä vaiheessa tukea lasta luomaan positiivista kehonkuvaa ja identiteettiä antamalla positiivista palautetta sekä kehuja. Lapselle on tärkeää oppia tuntemaan oma kehonsa hyväksi ja tärkeäksi. Kasvattaja voi tukea lapsen minäkuvaa kehumalla lasta ja viestimällä hyväksyvän kosketuksen, katseiden ja leikin kautta, että lapsi on tärkeä ja ihana. Hellyyden ja kehujen kautta lapsi oppii vuorovaikutussuhteet antoisiksi ja luo turvallisia suhteita. Lapsi voi tässä vaiheessa hakea paljon kehuja aikuisilta, muun muassa pyytämällä katsomaan toimintaa ja pyytää kehuja. (Cacciatore ja Korteniemi-Poikela 2019, 29–33.)

Lapsi alkaa 3–5-vuotiaana hahmottaa oman sukupuolensa. Hän ymmärtää olevansa tyttö tai poika ja ymmärtää sukupuolen pysyvyyden. Lapsi on omasta sukupuolestaan ylpeä ja hänestä on upeaa olla juuri tyttö tai poika. Lapsi havaitsee ympärillään muiden ihmisten sukupuolen ja alkaa pohtia sukupuolelle ominaista käytöstä ja sukupuolirooleja. (Siegler ym. 2017, 648–650.) Hän saattaa pohtia millainen käytös on sallittua omalle sukupuolelleen. Ovatko jotkin lelut, värit, ammatit tai leikit sallittuja vain yhdelle sukupuolelle? Miten tyttöjen ja poikien ulkomuoto eroaa toisistaan? Kasvattajan on tärkeää painottaa lapselle, että molemmat sukupuolet ovat yhtä arvokkaita ja jokainen saa olla sellainen tyttö tai poika kuin haluaa. Kaikkien poikien ei esimerkiksi tarvitse tykätä legoista tai tyttöjen prinsessaleikeistä. (Cacciatore ja Korteniemi-Poikela 2019, 47–60; THL 2010, 25–27.)

Sukupuoliroolien kautta lasta alkavat ihmetyttää ihmisen elämään liittyvät asiat kuten vauvojen saaminen ja naimisiin meneminen. Hän saattaa leikkiä mielellään esimerkiksi koti-leikkiä, jossa käsittelee naimisiin menemistä ja vauvojen saamista sekä niiden hoitamista. Kasvattaja keskustelee lasta ihmetyttävistä asioista ja kertoo todenmukaisesti sekä lapselle sopivalla tavalla näistä asioista. (Cacciatore ja Korteniemi-Poikela 2019, 47–60.)

Lapsen tunnetaidot kehittyvät huimasti 3–5-vuotiaana. Lapsi alkaa oppia sanoittamaan omia tunteitaan. Hän alkaa ymmärtää, että tunteet ovat ohimeneviä ja tämän vuoksi pettymyksen sietokyvyt kasvavat. Lapsi alkaa hahmottaa, että tunne on subjektiivinen asia ja se on hänen ikiomansa ja hän saa osoittaa tunteitaan. Hän oppii samalla, että kavereilla on omia tunteita ja ne vaikuttavat kavereiden käytökseen. Lapsi alkaa kehittää empatiakykyään ja pystyy jo ajattelemaan asioita kaverin näkökulmasta. Lapsi harjoittelee vielä tunteen kanssa toimimista ja tunteiden herättämiä kysymyksiä omista rajoista ja haluista. Tämän lisäksi kasvattaja opettaa koskettamiseen liittyviä sääntöjä. Lapselle on hyvä opettaa, että epämiellyttävästä tilanteesta saa poistua ja aina voi sanoa ei toisen kosketukselle. Tilanteesta saa ja pitää kertoa aina luotettavalle aikuiselle. (Cacciatore ja Korteniemi-Poikela 2019, 37–43.)

Lapsen sosiaaliset suhteet laajenevat yleensä 3–5-vuotiaana ja hän oppii tapoja toimia vertaisryhmissä esimerkiksi päiväkodissa. Lapset alkavat luoda omia ystävyys-suhteita ja usein he hakeutuvat leikkimään oman sukupuolensa edustajien kanssa. Lapsen empatiakyvyn kehittymisen kautta hän oppii leikkimään roolileikkejä ja pystyy jo paremmin ottamaan huomioon kavereiden tarpeet leikeissä. He oppivat sosiaalisia sääntöjä kuten kuinka kaverin kanssa toimitaan ja leikitään. Ristiriitati-

lanteissa toimimista harjoitellaan sekä yhdessä pohditaan turvallisia tapoja toimia näissä tilanteissa. (THL 2010, 25–27.)

Lapsen luodessa uusia, omia ystävyysuhteita, alkaa häntä mietityttää rakkauden ja ystävyyden käsite. Aluksi hän saattaa puhua helposti rakastamisesta kun tarkoittaa tykkäävänsä paljon esimerkiksi kaverista. (THL 2010, 25–27.) Lapsi ryhtyy yleensä pohtimaan enemmän tykkäämisen ja ihastumisen eroja. Mitä eroa on kaverilla ja mitä ihastuksella? Lapsi näyttää avoimesti omia tykkäämisen tunteitaan ja voi näyttää niitä esimerkiksi halailemalla ja antamalla pusuja. Lapsen tykkäämisen kohteena voi olla kuka tai mikä tahansa. Tykkääminen voi kohdistua esimerkiksi vanhempaan, kerhon ohjaajaan, kaveriin, eläimeen tai leluun. Lapselle voi syntyä vahva halu omistaa tämä ihminen tai asia ja jakaminen voi olla vaikeaa. Lapselle tulee kertoa selkeästi, ettei suhdetta voi luoda epäsoveliaan kohteen kanssa ja asettaa rajat suhteelle. Kasvattaja auttaa lasta selviämään tämän pettymyksen aiheuttamista tunteista ja ajan myötä tunteet alkavat heikentymään. Lapsen tunnetta ei kuitenkaan voi vähätellä tai torjua liian vahvasti. Tämä pettymyksen kokeminen luo pohjaa lapsen muille suhteille ja auttaa pettymyksen sietokyvyn kehittämisessä. Tykkäämisen ja kodin ulkopuolella olevien sosiaalisten ryhmien kuten harrastusten kautta lapsi alkaa rohkaistua sosiaalisissa suhteissaan ja oppii ihmisten erilaisuudesta sekä moninaisuudesta. (Cacciatore ja Korteniemi-Poikela 2019, 37–60.)

Lapsen kasvaessa ja kehittyessä hän alkaa hahmottaa yhteiskunnan erilaisia normeja. Hän alkaa oppia toimimaan vertaisryhmässä ja oppii muun muassa koskettamiseen sekä alastomuuteen liittyviä sääntöjä. Lapsi ymmärtää millainen käytös on hyväksyttävää, mutta kokeilee mielellään rajoja esimerkiksi salaa leikkimällä lääkrileikkiä tai koskettamalla muita epäsoveliaista kehonosista. Lapsella voi esiintyä niin sanottu rumien sanojen vaihe, jonka aikana lapsi saattaa käyttää esimerkiksi pissaja kakkasanoja leikinä. Lapsi huomaa että nämä sanat saavat erilaisen käyttäytymisen aikuiselta, mikä on lapsesta jännittävää ja hauskaa, minkä vuoksi hän toistaa näitä sanoja. (THL 2010, 25–27.)

2.3 Kehotunnekasvatuksen tavoitteet 3–5-vuotiaille

Lapsen kehotunnekasvatuksen tulee olla ikä- ja kehitystason mukaista. Tämän vuoksi on tärkeä tarkastella millaisia kehotunnekasvatuksen tavoitteita on 3–5-vuotiaille. WHO:n mukaan lapsen kehotunnekasvatuksen tavoitteet ja osa-alueet voidaan jakaa kahdeksaan eri osaan. Näitä ovat: ihmiskeho ja sen kehitys, hedelmällisyys ja lisääntyminen, seksuaalisuus, tunteet, ihmissuhteet ja elämäntyyli, seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi, seksuaalisuus ja oikeudet ja seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kulttuuriset arvot. (THL 2010, 33–42.)

Yksi osa-alue standardeissa on ihmiskeho ja sen kehitys. Tässä kategoriassa painotetaan, että lapselle opetetaan tietoa omasta kehosta ja sen tehtävistä. Tärkeä on tutustua omaan kehoon ja oppia oman ja muiden kehojen eroista. Olennaista on saada tietoa ja oppia tunnistamaan eri sukupuolten erot. Lapsi alkaa myös harjoitella omasta hygieniastaan huolehtimista. Kasvattajan tulee tukea lasta tässä prosessissa ja auttaa häntä rakentamaan myönteistä kuvaa itsestään ja omasta kehostaan. Lasta autetaan luomaan kuvaa omasta sukupuoli-identiteetistään. Oman kehon arvostuksen kautta

lapsi oppii ilmaisemaan oman kehonsa tunteita ja alkaa tunnistaa yksityisyyden tarvetta. Lasta autetaan ymmärtämään ja arvostamaan erilaisuutta. (THL 2010, 33–42.)

Lisääntymistä käsitellään lapsen kanssa luonnollisena asiana. Hänelle kerrotaan tässä iässä raskaudesta, syntymästä ja siitä kuinka vauvoja tulee. Lapselle opetetaan erilaisista tavoista, joilla perheeseen voi tulla uusia jäseniä kuten adoptio. Lapsen kanssa käsitellään erilaisia ihmissuhteita kuten perheitä joissa on esimerkiksi kaksi äitiä. Lapsille on tärkeää painottaa arvomaailmaa, jossa kaikki tavat olla perhe ovat hyväksyttäviä ja jokaisen perhettä tulee kunnioittaa. (THL 2010, 33–42.)

Seksuaalisuus on yksi standardien kategoria. Siinä tärkeintä on, että tuetaan lapsen oppimista kunnioittamaan omaa kehoaan ja kaikkia sen erilaisia toimintoja. Hän kehittää itselleen omaa myönteistä kehonkuvaansa. Tämän kautta lapsi oppii ymmärtämään, että muut ovat arvokkaita ja oppii kunnioittamaan muita ihmisiä sekä erilaisuutta. Lapselle on tärkeää opettaa omasta kehosta ja sen eriosista sekä mahdollisuudesta tuntea omasta kehosta mielihyvää. Hän oppii nauttimaan fyysisestä läheisyydestä kuten halaamisesta tai sylissä olosta ja näyttää omaa kiintymystään näillä tavoilla. Tämän lisäksi lasta tuetaan harjoittelemaan erottamaan epämiellyttäviä tuntemuksiaan ja harjoittelemaan omien rajojensa ilmaisemista. (THL 2010, 33–42.)

3-5-vuotiaana lapsi tarvitsee paljon tukea omien tunteiden ilmaisemiseen ja oppii kasvattajan tuella paljon uusia taitoja. Lasta tuetaan kehotunnekasvatuksen kautta oppimaan ilmaisemaan omia myönteisiä ja kielteisiä tunteitaan. Hän oppii sanomaan kyllä tai ei ja osaa ilmaista omia toiveitaan. Lapsen kuuntelun kautta hän oppii oman mielipiteensä tärkeyden ja oppii ilmaisemaan niitä. Tunteista puhutaan lapsen kanssa avoimesti ja lapsen kanssa voidaan pohtia erilaisia rakkauden tyyppejä. Tärkeää on opetella lapsen kanssa sääntöjä ystävyyssuhteesta ja niissä toimimisesta. Lapsella voi alkaa esiintymään ihastuksia aikuista, toista lasta tai esinettä kohtaan. Tämän vuoksi lapsen kanssa on hyvä keskustella erilaisista ihastuksista. (THL 2010, 33–42.)

Lapsi alkaa tässä vaiheessa harjoitella kateuden, vihan ja pettymyksen tunteita ja niiden harjoittelu on lapselle olennainen osa tunnetaitojen oppimista. Hän alkaa kasvattajan tuella oppia käsittelemään näitä pettymyksiä ja hallitsemaan omaa tunnetta. (THL 2010, 33–42.)

Oman terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta lapselle on tärkeää opettaa keinoja ilmaista oman kehon tuntemuksia ja tärkeyttä kuunnella omaa kehoaan. Hän oppii havaitsemaan esimerkiksi kun on kipeä ja mikä kosketus tuntuu hyvälle ja mikä huonolle. Lapsi alkaa kasvattajan tuella arvostaa omaa kokemustaan mittarina, jos jokin tilanne tuntuu epämiellyttävälle, voi siitä tilanteesta poistua. Lapselle on hyvä tässä vaiheessa opettaa keinoja toimia vaikeissa tilanteissa, esimerkiksi kolmivaiheinen menetelmä on hyvä. Menetelmässä lapsi sanoo ei, poistuu tilanteesta ja puhuu asiasta luotettavalle aikuiselle. (THL 2010, 33–42.)

Lapsen on hyvä tiedostaa omia oikeuksiaan. Lapselle on tärkeää opettaa oikeudesta saada suojelua ja turvaa aikuisilta, oikeudesta esittää kysymyksiä seksuaalisuudesta ja oikeudesta tutkia omaa itseään sekä omaa identiteettiään. Lapsen kanssa on hyvä käydä läpi että maailmassa on ihmisiä, jotka eivät halua hyvää. Lapselle tulee opettaa turvataitoja eli keinoja toimia haastavissa tilanteissa. (THL 2010, 33–42.)

Lapsen kanssa tulee käydä läpi sosiaaliin ja kulttuurisiin arvoihin liittyviä asioita. Hänelle opetetaan sosiaalisia ja kulttuurisia normeja ja käydään läpi yksityisen ja julkisen käyttäytymisen eroja. Lapsen kanssa käsitellään kuinka missäkin tilanteessa on hyväksyttävää toimia. Lapsi oppii muun muassa hyväksymään yksityisyyttä ja intymiteettiä koskevia normeja kuten alastomuus tai itsetutkiskelu, jotka eivät ole sallittua julkisesta. Hän oppii myös kunnioittamaan muiden yksityisyyttä. (THL 2010, 33–42.)

2.4 Kehotunnekasvatus ammatillisessa varhaiskasvatustyössä

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018 määrittää, millaista kasvatus varhaiskasvatuksessa tulee toteuttaa. Se määrittelee, kuinka lapsen kehontunteen kehitystä tulee tukea varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen perustehtävä on edistää ja tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista. Tähän sisältyy lapsen kehontunteen tukeminen, sillä se on olennainen osa lapsen hyvinvointia. Kehontunteen kehitystä tulee tukea varhaiskasvatuksessa muun muassa tukemalla tasa-arvoa, yhdenvertaisuutta ja erilaisuutta sekä ehkäisemällä syrjäytymistä. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan kasvatustyössä tulee kiinnittää huomiota lapsen ja kasvattajan väliseen vuorovaikutukseen ja näin luoda lapsia tukevaa kasvatus. Kasvattaja auttaa lapsia harjoittelemaan tunteiden säätelytaitojaan sekä auttaa positiivisen palautteen kautta rakentamaan omaa identiteettiä. Lapsen itsenäistymistä tuetaan harjoittelemalla erilaisia taitoja kuten hygienia- ja taitoja. (Opetushallitus 2018, 14–25.)

Kasvattaja tukee lapsen kehontunteen kehitystä omalla vuorovaikutuksellaan lasta kohtaan. Hän keskustelee lapsen kanssa tasaveroisesti ja kuulee lasta. Hän arvostaa jokaista lasta yksilönä ja antaa jokaiselle tarpeen ja toiveenmukaista läheisyyttä. Kasvattaja tukee lapsen kehitystä positiivisella palautteella ja rohkaisemalla sekä kannustamalla lasta kokeilemaan uusia asioita. Kasvattaja auttaa lasta muodostamaan ensimmäisiä suhteita kodin ulkopuolelle ja luo näin perustaa lapsen ihmissuhteiden kehittymiseen. Positiivisen vaikuttamisen kokemuksen ja myönteisen palautteen kautta lapsi luo kuvaa itsestään ja ympäristöstään. Hän oppii, että hänen mielipiteellään on merkitystä ja hän on tärkeä. Lapsi luo kasvattajan palautteen kautta minäkuvaansa ja omaa identiteettiään, minkä takia on hyvin tärkeää antaa positiivista palautetta lapselle. (Opetushallitus 2018, 23.)

Varhaiskasvatuksessa kasvattajat ovat vastuussa ryhmän ilmapiiristä ja tukevat jokaisen lapsen vuorovaikutustaitoja ja ryhmässä toimimisen taitoja. He pohtivat yhdessä lasten kanssa millaisia ovat ryhmän säännöt ja puuttuvat ristiriitaisiin tilanteisiin. Kasvattajat tukevat lasten kaverisuhteiden muodostumista muun muassa ratkaisemalla ristiriitoja sekä pohtimalla kompromisseja eri tilanteisiin. Kasvattajat vastaavat siitä, ettei ketään saa ryhmässä kiusata ja puuttuvat heti tällaisiin tilanteisiin. He varmistavat, että jokaisella on turvallinen olo ryhmässä ja takaavat lapsille mahdollisuuden harjoitella vuorovaikutustaitoja. He ehkäisevät syrjivää käytöstä ja tukevat lasten ymmärrystä erilaisuudesta rikkautena. Yhdessä pohditaan kiusaamisen taustalla olevia syitä ja kasvattaja voi monipuolisesti käydä läpi lasten kanssa erilaisuutta. (Oinonen ja Susineva 2019, 21–27.)

Perushoidolliset tilanteet kuten hygienian hoitaminen, vaatteiden pukeminen, ruokailu ja silittäminen ennen nukahtamista ovat lapsen kehotunteen kehittymisen kannalta hyvin tärkeitä asioita varhaiskasvatuksessa. Näissä tilanteissa kasvattaja on hyvin läheisessä kontaktissa lapsen kanssa ja näyttää lapselle, että hän välittää tästä ja luo näin lapselle tärkeitä kokemuksia läheisyydestä. Tämän lisäksi näissä tilanteissa kasvattaja näyttää lapselle arvostusta tämän kehoa kohtaan. Hän koskettaa hellästi ja auttaa suojelemaan omaa kehoa. Hän osoittaa lapselle, että hänen keho on tärkeä ja tukee itsenäistymisessä näissä asioissa. Hän auttaa lasta nimeämään kehon osia, erilaisia tunteita ja kehon toimintoja. Hän ohjaa näissä tilanteissa lasta ja vastaa häntä askarruttavissa kysymyksissä. Hän antaa tarpeeksi aikaa perushoidollisiin tilanteisiin, jotta lapsi saa kysellä ja voidaan yhdessä pohtia esimerkiksi omaa kehoa. (Kankkunen ja Takala 2016, 193.)

Varhaiskasvatuksessa kehotunnekasvatus näkyy esimerkiksi lapsien esittäminä kehotunteeseen liittyvinä kysymyksinä. He ihmettelevät erilaisia kysymyksiä esimerkiksi vauvoihin ja sukupuolielimiin liittyen. Varhaiskasvattaja vastaa lapsen näihin kysymyksiin lapsen ikätasoisesti ja totuudenmukaisesti. Hän keskustelee asioista ja auttaa lasta ymmärtämään häntä kiinnostavia asioita niin keskustelemalla kuin myös toiminnallisilla tuokioilla. Näin hän auttaa lasta hahmottamaan maailmaa ja omaa käsitystään itsestään. (Ingman-Friberg ja Cacciatore 2016b, 27–31.)

Arjessa kasvattaja törmää usein tilanteisiin, joissa lasten kanssa yhdessä pohditaan erilaisia kosketamisen sääntöjä ja pohditaan millainen käytös on missäkin tilanteessa soveliaista. Tällaisia tilanteita voivat olla esimerkiksi tilanteet joissa lapset leikkivät ja toinen ei pidäkään toisen kosketuksesta. Lapsille on tärkeä kertoa, että jokainen saa määrittää oman kehonsa rajat ja toisten tulee kunnioittaa niitä. Kasvattaja kertoo, että uimapuvun alla olevat alueet ovat erityisen henkilökohtaisia ja niihin koskettaminen on jokaisen yksityinen asia. Lapsille opetetaan taito sanoa ”ei”, jos joku koskettaa luvatta intiimialueita. Tämän jälkeen lapsi kutsuu paikalle turvallisen aikuisen ja aikuinen auttamaan selvittämään tilanteen. (Cacciatore ja Kauppinen ja Ingman-Friberg 2016, 95–98.)

Lapset ovat hyvin ylpeitä omasta kehostaan ja kiinnostuneita toistensa kehoista. Tämän vuoksi varhaiskasvatuksessa on tilanteita, joissa lapset saattavat haluta kulkea ryhmässä alasti tai esitellä omia yksityisiä alueitaan. Joku saattaa myös unnuttaa tehdäkseen itselleen paremman mielen. Kasvattaja ohjaa lapsia näissä asioissa. Hän kertoo lapsille, että tällainen käytös ei ole kaiken aikaa soveliaista ja pohtii lapsen kanssa missä tilanteissa voi olla esimerkiksi alasti tai unnuttaa. Kasvattaja kunnioittaa jokaisen oikeutta tutkia omaa kehoaan, mutta ohjaa selkeästi että esimerkiksi unnuttaa voi omassa kotona omassa huoneessa. Kasvattaja kertoo että oma keho on arvokas ja yksityinen, jonka vuoksi se on lapsen oma juttu jota tutkitaan omassa rauhassa. (Kankkunen ja Takala 2016, 194.)

Kehotunnekasvatusta tehdään yhteistyössä lapsen vanhempien kanssa. Siinä tuodaan esille lapsen kehontunteen kehitystä ja yhdessä pohditaan lapsen tilannetta. Jokainen lapsen kehontunteen kehityksen askel on tärkeä ja niistä tulee avoimesti kertoa vanhemmille. Yhdessä vanhempien kanssa pohditaan esimerkiksi lapsen kanssa käytettäviä nimityksiä kehon osille ja sääntöjä käyttäytymiseen. Tärkeää on avoin vuorovaikutus vanhempien kanssa, jotta näistä asioista on helppo puhua ja tarvittaessa puuttua tilanteisiin, jos lapsen käytös muuttuu huolestuttavaksi. (Ingman-Friberg ja Friberg-Hommas ja Cacciatore 2016, 216–217.)

Varhaiskasvattajan kehotunnekasvatus näkyy juuri hänen lämpimässä ja lapsilähtöisessä vuorovaikutustavassa. Hän tukee lapsen minäkuvan kehittymistä antamalla mallia turvallisista ihmissuhteista. Kasvattaja toimii lapsen roolimallina vuorovaikutuksessa, muiden kohtaamisessa ja arvostamisessa sekä erilaisuuden hyväksymisessä. (Opetushallitus 2018, 14–25.) Hän voi rikastaa kasvatustoimintaa käymällä lasta askarruttavia asioita kehotunteesta läpi toiminnallisesti. Kehontunteeseen ja omaan kehoon liittyviä asioita voi käydä läpi esimerkiksi taiteen, satujen, laulujen, musiikin ja draaman kautta. Vain kasvattajan oma mielikuvitus on rajana. (Kankkunen ja Takala 2016, 194–196; Kangaskoski 2016, 197–208.)

3 TOIMINNALLINEN KEHOTUNNEKASVATUS VARHAISKASVATUKSESSA

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018 määrittelee varhaiskasvatuksen oppimiskäsitystä. Sen yhtenä pääkohtana on lapsen aktiivinen toimijuus varhaiskasvatuksessa. (Opetushallitus 2018, 21–22.) Aktiivisella toimijuudella tarkoitetaan, että lapsi saa vaikuttaa, osallistua ja arvioida varhaiskasvatuksessa toteutettavaa toimintaa. Lapsen oma toimiminen tilanteissa opettaa lasta toimimaan yhteisössä. Kokemuksen kautta lapsi oppii paremmin kuin pelkästään kuunnelleessaan. (Kronqvist 2017.)

Lapsi nähdään varhaiskasvatuksessa valmiiksi halukkaana oppimaan ja uteliaana ympäristöään kohtaan. Hänen oppimisensa tapahtuu koko ajan ja sen tulisi olla kokonaisvaltaista. (Opetushallitus 2018, 21–24.) Lapsi voi oppia useilla erilaisilla tavoilla. Luontevia tapoja lapselle oppia ovat leikki ja tekeminen. (Kronqvist 2017.) Oppimiseen pyritään varhaiskasvatuksessa yhdistämään moninaisia kokonaisuuksia. Näitä kokonaisuuksia määrittelee muun muassa laaja-alaisen oppimisen alueet, joita ovat ajattelu ja oppiminen, kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu, itsestään huolehtiminen ja arjentaidot, monilukutaito ja tieto- ja viestintäteknologian osaaminen sekä osallistuminen ja vaikuttaminen. (Opetushallitus 2018, 21–24.)

Varhaiskasvatuksessa oppimisen ja kaiken tekemisen tulisi tuottaa lapselle myönteisiä tunnekokemuksia ja opettaa vuorovaikutustaitoja. Lapsi saa kokemuksia ryhmässä toimimisesta ja siinä onnistumisessa. Lapsen oppimisen kokemukset tulee tehdä iloa tuottavana toimintana, sillä lapsi oppii parhaiten saamistaan myönteisistä kokemuksista. (Opetushallitus 2018, 21–22.)

Varhaiskasvatuksessa opettamisen ja oppimisen tulisi tapahtua toiminnan kautta. Toiminnan tulee olla monipuolista ja siinä tuetaan jokaisen omia oppimisen keinoja, toteuttamalla toimintaa monipuolisesti. Tällä tarkoitetaan, että samaa asiaa voidaan harjoitella esimerkiksi musiikin, liikunnan, taiteen, draaman tai jonkun muun keinon kautta. Toiminnalla pyritään tukemaan lapsen myönteisen oppimisen kokemuksen saamista, minkä vuoksi monipuolinen toteutus on tärkeää, sillä jokaista lasta motivoi erilainen toiminta ja toiminnassa jokaiselle tulisi olla jotakin. (Opetushallitus 2018, 21–24.)

3.1 Toiminnalliset menetelmät

Toiminnallinen oppiminen on yksi vanhimmista tavoista oppia. Se on kokeilun ja yrityksen kautta oppimista. Toiminnallinen oppiminen on tuotu nykypäivään ja nykyään luodaan erilaisia toiminnallisia kokonaisuuksia, joissa opetellaan erilaisia taitoja. Näitä kokonaisuuksia voidaan kutsua toiminnallisiksi menetelmiksi. Toiminnallisessa menetelmässä ei ole kyse yhdestä tarkasti määritellystä menetelmästä. Se on yleinen nimike useille tavoille lähestyä ajatusta, että kokonaisvaltainen toiminta jolla on selkeä yhtymä kohta opeteltavaan aiheeseen, on paras keino oppia. (Vuorinen 2009, 179–181.) Toiminnalliset menetelmät voivat olla mitä vain tekemistä tai toimintaa. Se voi olla taidetta, musiikkia, draamaa, leikkejä tai pelejä tai oikeastaan mitä vain tekemistä, jolla on selkeä oppimistavoite. (Kataja ja Jaakkola ja Liukkonen 2011, 30–33.)

Toiminnallisten menetelmien taustalla on ajatus omasta kokemuksesta oppimisesta. Jokainen halukas saa osallistua tekemiseen tai toimintaan ja saa oman kokemuksen käsiteltävästä asiasta. Toiminta voi olla myös ryhmän yhteinen tuotos. Itse tekemisessä lasten ja nuorten kanssa heidän energiansa suuntautuu tekemiseen ja näin häiritsevä käyttäytyminen vähenee. (Vuorinen 2009, 179–181.) Itse toiminnan kautta osallistujat voivat saada elämyksiä ja oppia itsestään uusia asioita. Pelkkä toiminnan toteuttaminen voi kuitenkin jäädä mitään sanomattomaksi, jos sitä ei käsitellä keskustelemalla. Tämän vuoksi on tärkeää keskustella toiminnallisesta menetelmästä. Näin voidaan saada esille tarkemmin oppimisen kokemuksia ja ajatuksia toiminnasta. Tässä on osallistujille hyvä paikka kertoa, jos toiminnassa jäi jokin häiritsemään. Menetelmistä keskustelua ohjaaja voi tukea valmiiksi tehdyillä kysymyksillä, jos osallistujien on muuten hankala kertoa toiminnasta heränneistä tunteista tai ajatuksista. (Kataja ja Jaakkola ja Liukkonen 2011, 35–42.)

Toiminnallisia menetelmiä on lukemattomia ja niiden valinta on ohjaajan tehtävä. Menetelmät tulee valita ryhmälle sopiviksi ja ohjaajan on hyvä tiedostaa ryhmänsä tarpeet. Menetelmän valintaan vaikuttavat esimerkiksi ryhmän koko, ryhmäläisten ikä, heidän yksilölliset tarpeensa sekä toiminnan tavoite. (Leskinen 2010,17.) Hyvässä toiminnassa tärkeää olisi ottaa ryhmäläiset mukaan toiminnan suunnitteluun. Näin he pääsevät osalliseksi toiminnan järjestämiseen ja toiminta motivoi heitä enemmän kuin ohjaajan yksin suunnittelema toiminta. (From ja Koppinen 2012, 43–61.)

3.2 Erityispiirteitä toiminnallisuudesta kehotunnekasvatuksessa

Hyvän kehotunnekasvatuksen piirteitä ovat moninaisuus, tilanelähtöisyys sekä interaktiivisuus ja tekemiseen mukaan ottaminen (THL 2010, 31). Tästä näkökulmasta toiminnalliset menetelmät ovat hyviä keinoja toteuttaa kehotunnekasvatusta. Toiminnallisissa menetelmissä otetaan osallistujat mukaan toimintaan. Toiminnan jälkeen yhdessä keskustellaan ja pohditaan toiminnan merkitystä. (From ja Koppinen 2012, 43–61.) Toiminnallinen kehotunnekasvatus tukee myös varhaiskasvatuksen perusteiden 2018 mukaista oppimiskäsitystä, jossa lapset oppivat toiminnan kautta ja heidän roolinsa on osallistua aktiivisena toimijana.

Kehotunnekasvatuksessa voidaan käyttää mitä tahansa ikätasoon ja ryhmälle sopivaa menetelmää. 3–5-vuotiaiden lasten kohdalla toimijuus on avain asemassa samoin kuin leikillisuus. Tämän vuoksi hyväksi nähtyjä keinoja käsitellä kehotunnekasvatusta ovat erilaiset leikit, roolileikit, draama, taide, sadut sekä liikunta ja musiikki. (Kangaskoski 2016, 197–208; Kankkunen ja Takala 2016, 193–196.) Näillä keinoin voidaan käydä lapsen kehitykselle tärkeitä asioita läpi toiminnallisesti. Esimerkiksi kehon osia voidaan pohtia laulujen kautta tai turvataitoja varjoteatteriesityksen tai sadun kautta.

Toiminnallisten menetelmien kautta lasta voidaan motivoida oppimaan omasta kehontunteestaan. Häntä ei välttämättä kiinnosta kuulla kun aikuinen puhuu aiheesta, mutta toiminta esimerkiksi musiikki tai liikunta voi motivoida lapsen osallistumaan. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 25.) Esimerkiksi lapselle hausempaa on opetella kehon osia lauluna tai leikkinä. Lapsi voi oppia toiminnallisten menetelmien kautta huomaamattaan ja oppiminen jättää lapselle positiivisen kokemuksen (Kataja ja Jaakkola ja Liukkonen 2011, 35–42).

Kasvattajan rooli kehotunnekasvatuksen ohjaamisessa on suuri. Hänen oma luonteensa ja asenteensa kehontunteeseen vaikuttaa ohjaukseen. Tärkeää on sen vuoksi käsitellä omaa ideologiaa ja pohtia kuinka se vaikuttaa omaan ohjaukseen. Oma asenne voi vaikuttaa esimerkiksi siihen kuinka luontevasti aiheesta voi puhua ja millaisia arvoja haluaa lapsille opettaa. Tärkeää on olla sinut oman kehontunteensa kanssa, jotta voi ohjata kehotunnekasvatusta. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 28–32.)

Kehotunnekasvatuksen ohjaamisessa haastavaa voi olla sopivien käsitteiden löytäminen. Käsitteiden tulisi olla lapselle sopivia, mutta kuitenkin todenmukaisia. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 26.) Lapselle ei voida kehotunnekasvatuksessa opettaa epätodellisia käsitteitä esimerkiksi sanomaan omaa sukupuolielintään kukkaseksi. Tämä voi itsessään hämmentää lasta, minkä vuoksi on hyvä etsiä käsitteet, jotka tarkoittavat intiimialueita. Käsitteissä kuitenkin pidetään mielessä, että ne sopivat lapselle, esimerkiksi pienelle lapselle sana penis ei ole vielä sovelias, mutta taas pippeli voi olla sopiva käsite. (Cacciatore ja Kauppinen ja Ingman-Friberg 2016, 105.)

Kehotunnekasvatuksessa tulee pohtia sitä, kuinka esittää lapsille asia. Kehotunnekasvatuksen ei tule olla kauhistelevaa tai pelottavaa lapselle. Siinä tulee esittää asiat lapselle totuudenmukaisesti soveltuvalla tavalla ja pohtia, kuinka ilmaisee vaikeita asioita lapselle jo etukäteen. Totuudenmukaisuudella tarkoitetaan, että lapselle kerrotaan asioista totuudenmukaisesti, mutta myös lapsen kehitystason huomioiden. Esimerkiksi kun lapsi kysyy kuinka vauvoja tehdään, ei hänelle kerrota että haikara tuo vauvan. Hänelle kerrotaan, että vauvat tulevat äidin mahasta. Virheellinen tieto voi aiheuttaa lapselle hämmennystä ja tämän lisäksi ikäviä tilanteita lapsiryhmässä, jos joku huomauttaa tiedosta. Tämän vuoksi on tärkeä kertoa totuudenmukaista tietoa, jota syvennetään lapsen kasvaessa ja kiinnostuessa asiasta. (Cacciatore ja Kauppinen ja Ingman-Friberg 2016, 105.)

Lapset ovat oikeutettu totuudenmukaiseen ja relevanttiin tietoon, jonka vuoksi kehotunnekasvatusta tulee kehittää ja ylläpitää omaa tietouttaan (Oinonen ja Susineva 2019, 24–27). Esimerkiksi perheiden moninaisuus on jatkuvassa kasvussa ja erilaisia perhemuotoja on läsnä varhaiskasvatuksessa. Kasvattajan on hyvä olla tietoinen tästä moninaisuudesta ja osata kertoa siitä lapselle soveltuvalta tavalla.

Toiminnallisen kehotunnekasvatuksen ohjaamisessa on erityispiirteitä. Siinä on erittäin tärkeää luoda turvallinen ja salliva ilmapiiri ryhmään. Ryhmässä ei hyväksytä kiusaamista, pilkkaamista tai toisen vähättelyä vaan kaikki kohdataan tasa-arvoisesti. Tämä mahdollistaa keskustelun ja osallistumisen toimintaan. Ilmapiirissä, jossa tarvitsee olla varuillaan, ei voida käsitellä herkkiä asioita keskustelemalla. (Oinonen ja Susineva 2019, 21.)

Tärkeää ohjaamisessa on huomioida lämmittelyn tarve. Lämmittelyllä tarkoitetaan harjoituksia, joita tehdään ennen virallista toimintaa. Näillä harjoituksilla pyritään avaamaan ilmapiiriä ja rentouttamaan osallistujia toimintaan. Kehotunnekasvatuksessa tämä on erityisen tärkeää, sillä aihe on herkkä ja toiminnan toteuttaminen suoraan voi olla haastavaa. Lämmittelyllä ilmapiiri kevenee ja se mahdollistaa avoimen käsittelyn aiheeseen. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 28–32.)

Kehotunnekasvatus aiheena herättää lapsissa paljon ajatuksia ja se voi tuntua jopa jännittävälle. Ohjauksessa tulee huomioida, että tämä jännitys voi purkautua esimerkiksi hihityksinä. Tämä tulee sallia, sillä sen kautta lapset saavat purettua omaa jännitystään. Kehotunne aihe ei ole vakava ja välillä huumorilla asioiden käsittely helpottaa haastavan aiheen käsittelyä. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 28–32.)

Kehotunnekasvatuksessa toimintaan osallistumisen tulisi olla vapaaehtoista ja jokainen määrittelee, kuinka osallistuu toimintaa. Jokaisen oma tapa osallistua tulee hyväksyä. Ryhmässä osallistujilla voi olla erilaisia rooleja. Rooleja voivat olla esimerkiksi kuuntelija, keskustelija ja havainnoiija. Ketään ei pakoteta kertomaan omaa mielipidettään ja jokainen voi kertoa, mitä haluaa. Ohjaaja ei määrittele tai rajaa osallistumistapaa tuokioon. Näin jokainen voi osallistua omalla tavallaan. Joku joka kuuntelee, voi oppia paljon vaikka ei osallistuisi keskusteluun. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 28–32.)

Toiminnan jälkeen on hyvä keskustella toiminnasta ja siitä heränneistä ajatuksista. Näin lapset voivat ilmaista jos jokin on jäänyt vaivaamaan ja voivat ryhmän kesken vielä jutella asiasta. Tässä kohdassa voidaan pohtia asioita, jotka jäivät askarruttamaan. Ohjaajan on hyvä varata jokaisen toimintakerran jälkeen tähän keskusteluun tarpeeksi aikaa. Lapsille on tärkeää kertoa, että ohjaajan kanssa voi tulla vielä yksin keskustelemaan asioista tai tuokion herättämistä tunteista, jolloin mielenpäälle jääneitä asioita voidaan pohtia vielä kahden kesken. (Oinonen ja Susineva 2019, 21.)

4 KEHOTUNNEKASVATUKSEN KEHITTÄMISTEHTÄVÄN PROSESSIN KEHITTÄMISEN VAIHEET

Opinnäytetyössäni sovelsin kehittämisprosessin vaiheita kehotunnekasvatuksen kehittämiseen. Kehittämisprosessilla voidaan nähdä olevan viisi erilaista tehtävää. Tehtävät ovat perustelu, organisointi, toteutus, arviointi sekä tulosten jakaminen. Perusteluvaiheella tarkoitetaan toiminnan lähtökohtien määrittelyä sekä pohditaan, miksi asiaa tarvitsee kehittää ja miksi nyt. Toiminnan lähtökohtana voi esiintyä joku yhteisössä esiintyvä ongelma. (Toikko ja Rantanen 2009, 56–59.) Tässä kehittämistehtävässä ongelma oli se kuinka kehotunnekasvatusta voidaan toteuttaa toiminnallisesti varhaiskasvatuksessa.

Organisointivaiheessa kehittämistyöstä tulee virallinen ja se tuodaan konkreettiselle tasolle tekemällä suunnitelmia yhteistyötahojen kanssa ja määrittämällä prosessin aikataulu. Organisaatiovaiheessa budjetoidaan tarvittavat resurssit toimintaan. Olennaista on valmistella ja suunnitella toteutusvaihetta mahdollisimman tarkasti. On tärkeää määritellä kuka tekee, mitä ja milloin sekä määritellä toimijoiden omat roolit. (Toikko ja Rantanen 2009, 58–59.) Kehittämistehtävän organisaatiovaiheeksi voidaan nähdä toimeksiantajan kanssa pidetyt neuvottelut, joiden kautta aikataulutettiin kehittämistyön prosessia. Siihen kuului valmistautuminen toiminnan järjestämiseen perehtymällä aiheen kirjallisuuteen sekä tutkimukseen. Kirjallisuuden ja tutkimusten kautta valmistauduin toimintaan luomalla myös ensimmäisen mallin siitä kuinka kehotunnekasvatusta voi toteuttaa varhaiskasvatuksessa 3–5-vuotiaille.

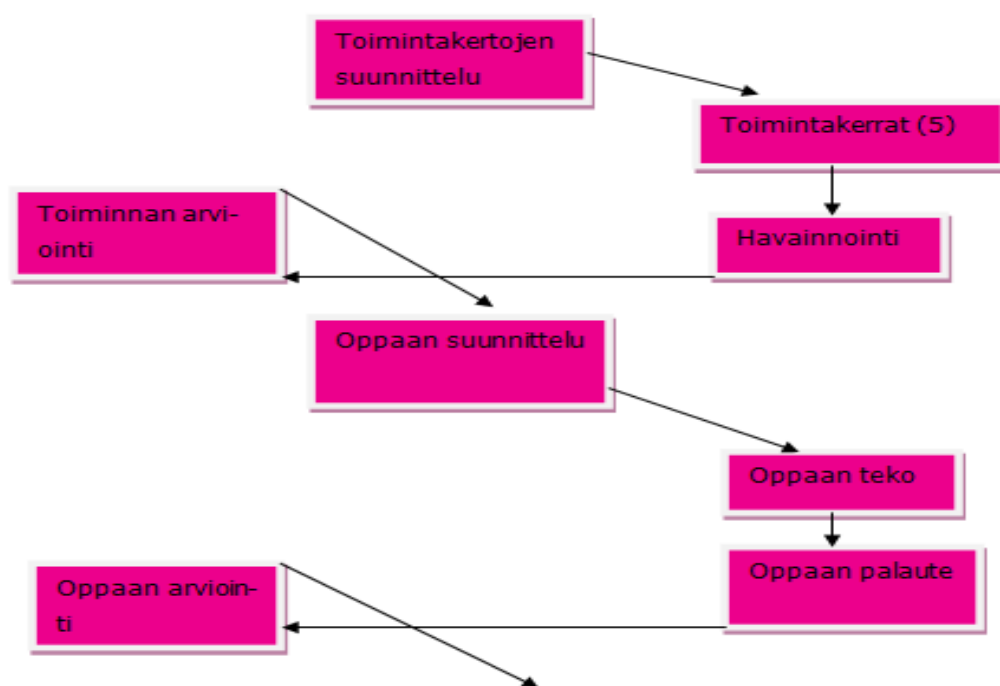
Toteutusvaiheessa ideointi muuttuu konkreettiseksi toiminnaksi. Idea on tarkasti määritelty ja tarkennettu sopivaksi ja kehittämiskelpoiseksi. Sen jälkeen lähdetään testaamaan ja kokeilemaan kehitettävää asiaa. Testaamisen ohella toiminnan arviointi ja havainnointi on olennaista kehittämistyön toteuttamisessa. Kokeilevan toiminnan kautta tähdätään kehitystulosten esittelyyn. Kehitystulokset voivat esimerkiksi mallintaa uuden toimintatavan tai luoda tuotoksen kuten oppaan. Näin pyritään saamaan kehitystulokset muidenkin käyttöön ja tulos on siirrettävissä muille toimintaan. (Toikko ja Rantanen 2009, 59–61.) Kehotunnekasvatuksen toteutusvaiheen voidaan nähdä olevan kaksiosainen. Ensimmäisenä toteutin kehittämistyötä varten viisi kehotunnekasvatuksen toiminnallista kertaa 3–5-vuotiaille. Näitä kertoja havainnoin itse aktivoivalla, osallistuvalla havainnoinnilla sekä varhaiskasvatuksen opettajan ulkoisella havainnoinnilla. Tämän lisäksi keräsin palautetta lapsilta. Toisena toteutusvaiheena voidaan nähdä palautteen kautta rakennetun, toimintaa mallintavan kettu-oppaan toteuttamisen.

Arviointivaiheessa suunnataan näkökulmaa siihen kuinka voidaan kehittää kehittämistyötä. Siinä arvioidaan uudestaan kehittämistyön toimivuutta. Vastaako se tavoitteita ja tarvitseeko toimintaa muuttaa, jotta vastataan paremmin tavoitteisiin. Prosessia arvioimalla voidaan nähdä kehittämistyön onnistumiset ja epäonnistumiset sekä tuodaan näkyväksi prosessista oppimista. (Toikko ja Rantanen 2009, 61–62.) Kehittämistyössäni arviointivaihe näkyi kahdessa vaiheessa samoin kuin toteutusvaihe. Toimintaa arvioin toiminnallisten kertojen toteutuksen jälkeen. Arvioijina toimivat oman arviointini lisäksi osallistuneet lapset sekä havainnoiva varhaiskasvatuksen opettaja. Toiminnan kautta mallinsin oppaan. Oppaan arviointi toteutettiin toimeksiantajan organisaatiossa. Arviointi toteutettiin anonyyminä palautekyselynä.

Viimeisenä kehittämistyön tehtävänä voidaan nähdä tulosten jakaminen. Tällä tarkoitetaan, että kehittämistyön tulokset pyritään jakamaan yleiseen käyttöön tai ottaa osaksi käytäntöjä. Prosessia voi helpottaa kehittämistoiminnan tuotteistaminen esimerkiksi mallintamalla toiminnan. Selkeä malli auttaa toiminnan tuomista käytäntöön. Kehittämiprojektin tulosten levittämisen keinoina voivat olla esimerkiksi koulutukset tai konsultaatiot. (Toikko ja Rantanen 2009, 62–63.) Kehittämistyön tulosten levittäminen tapahtui jakamalla työntulokset tilaajan kanssa. Toimeksiantaja sai käyttöönsä valmiiksi mallinnetun *Kettu-oppaan*, jonka kautta toiminta on siirrettävissä. Opinnäytetyö julkaistiin myös Theseuksessa ja sen kautta opinnäytetyötä voivat hyödyntää myös muut toimijat kuin toimeksiantaja. Tulosten levittämisen kannalta on olennaista löytää sopivat avainsanat kuvaamaan opinnäyte-

työn sisältöä. Opinnäytetyön avainsanoiksi tiivistyivät varhaiskasvatus, kehotunnekasvatus sekä toiminnalliset menetelmät. Nämä sanat kuvaavat opinnäytetyön sisältöä.

Kehittämistyön prosessin malleja on useita erilaisia. Tässä työssä käytän kehittämistyön etenemistä kuvaamaan spiraalimallia, joka esitellään kuvassa 1. Spiraalimallissa kehittämistyö voidaan nähdä jatkuvana syklinä. Kehittämistoiminta alkaa perustelusta ja organisoinnista, joita seuraa toteutus ja havainnointi sekä reflektointi. Reflektoinnin jälkeen toiminnan kehitys jatkuu uuteen prosessiin, jossa prosessi alkaa alusta perustelusta ja suunnittelusta ja johtaa toimintaa, havainnointiin ja reflektointiin. (Toikko ja Rantanen 2009, 66–67.) Kehittämistyössä voidaan nähdä olevan kaksi silmukkaa, joissa toiminta alkaa suunnittelulla ja päättyy arviointiin, jonka kautta alkaa uusi suunnittelu ja prosessi. Ensimmäinen prosessi oli toimintakertojen suunnittelu sekä toteutus ja toinen oli toimintakertojen mallintaminen oppaaksi. (Kuva 1.) Kehittämistyötä voitaisiin vielä jatkaa eteenpäin suunnitteleamalla uusia kehitystavoitteita ja toteuttamalla tätä suunnitelmaa. Luvussa 4.2 esittelen jatkokehitysehdotuksia toimintaan, jotka voisivat esimerkiksi toimia seuraavana kehittämisprosessina.



KUVA 1. Kehotunnekasvatuksen kehittämistyön spiraalimalli

4.1 Kehittämistehtävän perustelu- ja organisointivaihe

Kehotunnekasvatuksen kehittämistyö alkoi ideoinnilla keväällä 2020. Tällöin tein kehittämistyön-suunnitelman ja päätin toteuttaa kehittämistyön kehotunnekasvatukseen. Kehittämistyöni lähtökohta kysymyksinä olivat: Mitä on kehotunnekasvatus? Mitkä aiheet ovat tärkeitä 3–5-vuotiaiden kehotunnekehittymiselle? Kuinka kehotunnekasvatusta voidaan toteuttaa toiminnallisesti 3–5-vuotiaille? Keväällä lähdin perehtymään aiheeseen kirjallisuuden kautta ja tutkin, mitä tarkoitetaan 3–5-vuotiaiden kehotunnekasvatuksella ja millaisin toiminnallisilla menetelmillä sitä voi toteuttaa.

Kesällä 2020 koostin 3–5-vuotiaiden kehotunteen kehityksen tukemiseksi viisi toiminnallista kertaa. Kertojen teemoiksi nousivat Minun kehoni, Hyvä minä, Omat rajani, Minun oikeuteni sekä Pysyn turvassa. Valitsin toimintaan nämä teemat, sillä tavoitteena oli tukea lapsen kehontuntemusta ja kehonkuvan rakennusta. (THL 2010, 33–42.) Teemojen kautta kävimme ensin läpi kehontuntemusta ja sukupuolitaso-arvoa, minkä jälkeen tuettiin positiivista minä kuvaa. Kehontuntemuksen vahvistamisen jälkeen vahvistettiin lapsen tietoutta hänen oman kehon kuuntelusta ja kosketuksen rajoista. Sen jälkeen vahvistettiin lapsen osaamista hänen omista oikeuksistaan sekä toimintatapoja vaaratilanteissa. Nämä tavoitteet voidaan nähdä WHO:n seksuaalisuuden standardeissa. Standardeissa nousee esille tavoitteet: kehontuntemuksen tukeminen, minäkuvan kehittäminen, kehon tuntemuksista puhuminen, omien oikeuksien osaaminen sekä soveliaisuus- ja turvataitojen oppiminen. (THL 2010, 33–42.)

WHO:n seksuaalisuuden standardien asettamissa tavoitteissa 3-5-vuotiaiden kehotunnekasvatukseen on tavoite tunnetaitojen opettamisesta. Tässä harjoitellaan muun muassa tunteiden nimeämistä ja rakentavia keinoja näyttää niitä. Yhdessä pohditaan tapoja toimia vertaisryhmässä. (THL 2010, 33–42.) Tunnetaitoja en ottanut osaksi kehotunnekasvatuksen toiminnallisia kertoja, sillä tunnetaidoista on tehty paljon materiaalia ja tunteiden käsitteleminen kokonaisuutena olisi tehnyt kehittämistehtävästä liian laajan.

Valittuja teemoja toteutettiin erilaisten menetelmien kautta muun muassa musiikin ja lorujen, hieronnan, taiteen ja kuvien sekä pelien kautta. Aiheita kävimme läpi useiden erilaisten menetelmien avulla, sillä jokainen lapsi yksilönä oppii eritavoin. Varhaiskasvatuksen suunnitelmat 2018 tukee laaja-alaista oppimista monipuolisesti eri keinoin kuten kuvataiteen, musiikin ja draaman keinoin (Opetushallitus 2018, 21–27). Alla olevassa taulukossa 1 on esitelty toimintakertojen tavoitteet ja menetelmät, joita käytin kyseisillä kerroilla.

Ennen toimintakertojen toteuttamista hain Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluilta tutkimusluvan. Tämän lisäksi ilmoitin vanhemmille opinnäytetyön alkamisesta sekä sen merkityksestä heidän lapsilleen (liite 1.)

TAULUKKO 1. Toiminnallisten kertojen tavoitteet ja menetelmät

Teema/ Tavoite	Menetelmät
Minun kehon Tuetaan oman kehon tuntemista Tutustutaan kehonosiin Pohditaan sukupuolten eroja	Vartaloleikki Hernepusi tasapainoilu Tyttöjen ja poikien erot piirros
Hyvä minä Tutustutaan kehonosiin Rakennetaan positiivista kuvaa omasta kehosta Rakennetaan positiivista identiteettiä	Peiliin positiivinen viesti Vartaloleikki Voimavarani piirros Ota kuva lempi kehon osasta
Omat rajani Tutustutaan kehonosiin Harjoitellaan omia rajoja ja kosketusta Opetellaan sanomaan ei Harjoitellaan vuorovaikutustaitoja	Vartaloleikki Väritä keho punaisella ja vihreällä; hyvät ja huonot kosketus kohdat Pari hierontaa eri materiaaleilla
Minun oikeuteni Tutustutaan kehonosiin Harjoitellaan omien oikeuksien tiedostamista Harjoitellaan ystävyyden sääntöjä	Vartaloleikki Oikeuteni muistipeli Sääntöjen tekeminen
Pysyn turvassa Tutustutaan kehonosiin Harjoitellaan turvataitoja Opetellaan sanomaan ei	Vartaloleikki Turvataitopussi Näytelmä

4.2 Kehittämistehtävän toteutusvaihe

Kehittämistyön toteuttamisvaiheeseen kuuluivat syksyllä 2020 toteutetut viisi toiminnallista kertaa. Näitä kertoja havainnoin itse ja havainnointiin osallistui myös ryhmän varhaiskasvatuksen opettaja. Toiseksi kehittämistyön toteuttamisvaiheeksi voidaan ajatella toiminnan mallintaminen *Kettu-oppaaksi*. Seuraavissa alaluvuissa 4.2.1 ja 4.2.2. avaan tarkemmin toiminnan toteutusvaihetta.

4.2.1 Toiminnallisten kertojen toteutus

Toteutin toiminnalliset kerrat syksyllä 2020 loka-marras- ja joulukuussa. Toiminnallisten kertojen suunnitelmat löytyvät liitteissä 2-6. Suunnitelmana oli toteuttaa yksi kerta viikkoon, mutta henkilökohtaisten syiden takia kertojen toteutus oli katkonaisempaa. Kerroille osallistui 4–5 lapsen pienryhmä.

Toimintaa ohjasin ja havainnoin minä ja toimintaa havainnoi Lekkermannien ryhmän varhaiskasvatuksen opettaja. Havainnointi keinona mahdollistaa osallistujien toiminnan tarkkailun. Siinä voidaan tarkkailla esimerkiksi osallistujien puhetta, ilmeitä ja eleitä. Näin saadaan tietoa osallistujien nonverbaaleista viesteistä ja tavoista toimia. Havainnointi mahdollistaa toiminnan tarkkailun kautta toiminnan haasteiden huomaamisen ja niiden kehittämisen. (Paalumäki ja Vähämäki 2020.) Toimintaa itse havainnoidessani käytin aktivoivaa, osallistuvaa havainnointia menetelmänä. Aktivoivassa ja osallistuvassa havainnoinnissa havainnoija osallistuu itse toimintaan ja myös aktivoi osallistujia mukaan. Hän tekee yhdessä osallistujien kanssa tarkkailtavaa toimintaa ja tekee tiedostettuja havaintoja toiminnasta. Yhdessä osallistujien kanssa voidaan kehittää ja rakentaa toimintaa. (Vilka 2018.) Toimintaa havainnoi myös varhaiskasvatuksen opettaja. Hän toimi havainnoidessaan ulkopuolisena havainnoijana. Hän ei osallistunut toimintaan ja seurasi toiminnan aikana toiminnan kulkua. (Vilka 2018.)

Toimintaa havainnoidessamme ulkoisessa ja aktiivisessa osallistuvassa havainnoinnissa havainnoitiin samoja asioita. Havainnoimme sitä kuinka lapset reagoivat ja osallistuvat toimintaan, toiminnan sujuvuutta ohjauksen näkökulmasta sekä menetelmien sopivuutta 3-5-vuotiaille lapsille. Taulukossa 2 ja 3 esittelen toiminnasta nousseita havaintojani sekä havainnoijan havaintoja toiminnasta. Tämän lisäksi taulukoissa 2 ja 3 näkyy lasten mielipide siitä, mikä toiminnassa oli mukavinta sekä millaisia reaktioita toiminta herätti.

TAULUKKO 2. Toiminnallisten kertojen arviointi 1-2

Teema	Itsearviointi	Lasten palaute	Havainnoijan palaute
Minun kehoni	<ol style="list-style-type: none"> 1. Loruttelu sujui hyvin. Lapset tykkäsivät lorusta ja naureskelivat lorutellessa. 2. Sukupuolieroista keskustelu oli haastavaa ja piirtäminen esimerkiksi 3-vuotiaille sukupuolieroista oli vaikeaa. 3. Lapsista tuntui haastavalle piirtää lattialla. 4. Tasapainoilu onnistui hyvin kun tehtiin liikkeet nopeasti, hitaasti kehon osia käydessä keskittyminen herpaantui. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lapsista kivointa toiminnassa oli piirtäminen. 2. Heistä oli hauskaa keksiä itse adjektiiveja ja hei keho loruun ja intiimi-alueet naurattivat paljon. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lapset innostuivat hyvin lorusta ja se oli sopivan toiminnallinen. 2. Puheenvuoron antamiseen, tyttöjen poikien eroista, olisi voinut ottaa jonkin hahmottavan väliineen. 3. Tarkemmin olisi voinut pohtia esimerkiksi voiko pojalla olla hame. 4. Hernepussi tasapainoilua auttoi tempon nopeutus.
Hyvä minä	<ol style="list-style-type: none"> 1. Loru sujui paremmin, kun emme vaihtaneet adjektiiveja. Silloin en mennyt sekaisin sanoissa. 2. Etsintä oli hauska ja helppo lapsille. Lukemiseen keskityttiin hyvin. Piirtäminen helpottui kun jakauduimme kahteen eri pöytään. 3. Kehyksellä lempikehonosan näyttö oli vaikeaa ja olisi voinut toteuttaa muuten kuin istuen. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Parasta oli lapsista piirtäminen sekä sydänten etsiminen. 2. Keho loru nauratti edelleen. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Loruttelu sujui paremmin ilman adjektiivien vaihtoa. 2. Lapsi määrä tuki hyvin sydänten etsintää ja oli täynnä iloa. 3. Pienessä ryhmässä piirrettyjen kuvien esittely tuki hiljaistenkin osallistumista toimintaan. 4. Lempikehonosan näytön olisi voinut toteuttaa seisallaan.

TAULUKKO 3. Toiminnallisten kertojen arviointi 3-5

Teema	Itsearviointi	Lasten palaute	Havainnoijan palaute
Minun rajani	<ol style="list-style-type: none"> 1. Koskea käsitettä ei voi käyttää kosketamiskäsitteen sijaan. Aiheutti lapsille hämmennystä. 2. Rentoutuksessa kannattaa varata jatkossa paikka, missä ei tule kesken toiminnan häiriötekijöitä . 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lapsista parasta oli kehon värittäminen itse. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Värit punainen ja vihreä olivat lapsille selkeä tapa havainnollistaa kosketusta ja sen rajoja. Esimerkki väritys korosti hyvin, mihin saa ja mihin ei saa koskettaa 2. Kosketus vs koskea sana. 3. Kynien kunto kannattaa tarkastaa ennen toimintaa. 4. Jatkossa toiminnalla voisi olla oma kuva.
Minun oikeuteni	<ol style="list-style-type: none"> 1. Muistipelin säännöt olivat tutut ja peli sujui hyvin, kunnes erästä lasta alkoi ärsyttää kun hän ei saanut pareja. 2. Lapset tiesivät hyvin ryhmän sääntöjä, mutta eivät osanneet yhdistää sääntöjä vielä juuri kyseiseen toimintaan. 3. Kesken tuokion poistuva lapsi häiritsti tuokiolla keskittymistä. 4. Säännöt olisi voinut tehdä heti ensimmäisellä kerralla. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lapsista hauskin oli pelata muistipeliä. Keho loru nauratti ja motivoi alkuun. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Muistipeli menetelmänä oli hauska ja motivoi. Aihe oli tärkeä lapsille, mutta materiaalia olisi voinut tuoda vielä lähemmäksi lapsien arkea. 2. Sääntöjen tekemisessä oli haaste luoda juuri tämän toiminnan säännöt. 3. Allekirjoitus sormen jäljellä oli hauska tapa sitoutua sääntöihin.
Pysyn turvassa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Näytelmään keskittyminen oli hyvä. 2. Pussin tilanteita pohdittiin hyvin ja lapset osasivat eri tapoja toimia. 3. Tunnekiekolla palautetta antaessa, lapset näyttivät paljon muitakin tunteita päivän ajalta kuin tuokioon liittyviä. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hauskinta lapsista oli esittää itse sorminukeilla tilanteita kasvattajan kanssa. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Loru alettiin tällä kerralla jo lasten puolesta muistaa ja he loruttelivat mukana. 2. Tärkeitä aiheita oli tuotu turvataito pussiin päiväkodin ja juuri 3-5 vuotiaiden lasten arjesta. Lapsien oma näytteleminen motivoi keskittymisessä.

Toiminnasta sain paljon positiivista palautetta lapsilta ja havainnoijalta. Lapsista hauskinta olivat toiminnalliset osuudet, joissa sai käyttää luovuutta esimerkiksi väritys, piirtämis- ja näyttelemistehävät. Toiminta herätti naurahduksia ja hihitystä etenkin keskusteltaessa intiimialueista. Lapsille toiminta antoi luvallisen paikan jutella hassuja juttuja esimerkiksi pippeleistä ja pimpeistä. Toiminta osuuksiin oli lisätty usein jokaiselle lapselle oma aika esitellä oma tekemänsä teos tai kertoa omia ajatuksiaan. Tämän kautta hiljaisemmat lapset pääsivät harjoittelemaan ryhmässä osallistumista ja saivat osallisuuden kokemuksia toiminnasta.

Lapsien näkökulmasta ryhmässä oli toiminnan aikana paljon henkilökuntaa. Toimintaa ohjasin minä ja havainnoimassa oli ryhmän varhaiskasvatuksen opettaja. Itse toimin työsuhteessa toimeksiantajalla, minkä vuoksi tilanne vaikutti lapsista sille, että toiminnassa oli mukana kaksi varhaiskasvatuksen opettajaa. Toiminnan aikana lapsia pystyttiin tukemaan monipuolisesti toiminnan aikana muun muassa antamalla yksilöllistä huomiota, silittämällä ja antamalla käyttöön erilaisia leluja. Näiden lelujen avulla toimintaan pystyi keskittymään paremmin. Leluja olivat esimerkiksi sinitarra tai painoeläimet. Toimintaa toteuttaessa kannattaa pohtia toimivatko menetelmät seitsemän lapsen ryhmässä niin, että kasvattajia on vain yksi. Tärkeää on pohtia sopiiko toiminta omalle ryhmälle. Olennaista on varata ryhmälle rauhallinen aika ja paikka toiminnalle. Toiminnan aikana huomasin, jos yksi lapsi lähti kotiin toiminnan aikana, se katkaisi toimintaa ja lapsien keskittyminen herpaantui.

Kokeiltujen menetelmien kautta sain tarkempaa tietoa, siitä kuinka valitsemani menetelmät toimivat 3–5-vuotiaiden kehotunnekasvatuksessa ja tämän tiedon kautta rupesin kehittämään opastani. Havainnoijalta sain palautteen toiminnan kolmannella kerralla, että toiminnalla olisi hyvä olla oma symboloiva kuva, joka havainnollistaisi lapsille paremmin, mitä tehdään. Tämän vuoksi nimesin toiminnan lapsille sopivaksi Kettu-kerhoksi. Toimintaa symboloimaan piirsin opastani varten ketun kuvan, jota voi jatkossa käyttää lapsille pienryhmäjaossa toimintaa symboloivana kuvana (kuva 2).



KUVA 2. Toimintaa symboloiva kettu (Rissanen 2020a).

Toiminnan alussa tein havainnon, että toimintakerroilla toistuva vartaloleikki orientoi hyvin toimintaa. Sen kautta sain lapset mukaan jo alusta lähtien toimintaan. Lorun kautta ryhmässä tuli turvallinen sekä lämmin ilmapiiri ja jännitystä purettiin jo alussa naureskelemalla. Loru toimi hyvin lämmittelyharjoituksena. Loru ohjatessani alkuun annoin lapsien vaihtaa adjektiivia loruun ja loruttelimme "huipun" kehon lisäksi esimerkiksi: paras tai super keho. Lapsilta alkoi toiminnan aikana tulla myös muita adjektiiveja kuten iso ja hassu sekä tyhmä, jolloin adjektiivin vaihtaminen ei enää palvellut positiivisen kehonkuvan tukemista. Päätin toiminnan seuraavalla kerralla kokeilla, etten vaihda ad-

jektiivä vain pyydän lapsia vain kertomaan eri kehon osia. Loruttelu sujui tällöin paremmin ja loruttelu pysyi positiivisena. Ohjaajan on helpompi ohjata lorua, jossa vaihtuu vain yksi sana.

Oppaan kehittämisessä ja aloituksessa otin huomioon kertojen rakenteen. Pitäessäni kertoja ensimmäinen kerta oli *Minun kehoni-kerta* ja neljäntenä kertana oli *Minun oikeuteni-kerta*. *Minun oikeuteni-kerralla* määriteltiin ryhmän toiminnalla säännöt ja niihin sitouduttiin allekirjoittamalla säännöt omalla sormenjäljellä. Menetelmää kannattaa aikaistaa toiminnan toteutuksessa, jotta sääntöjä voitaisiin käyttää paremmin ryhmän toiminnassa. Tämän vuoksi siirsin toimintakerran Minun kehoni oppaan ensimmäiseksi kerraksi. Tällöin lapset voivat jatkossa nähdä säännöt toimintaa toteutettaessa.

Minun oikeuteni toimintakerralla käytössäni oli *Sisun taulut* muistipeli (kuva 3). Näissä korteissa oli kuvattu lapsen oikeudet.



KUVA 3. Sisun taulut (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2019b, 87.)

Sain palautetta havainnoijalta, että oikeudet olivat lapsille vielä liian haastavia ja niitä voisi havainnollistaa puheen kautta tuomalla itse muistipelikortit jo lähemmäksi lapsien arkea. Tästä syystä kehitin lapsen oikeuksia teemaa tekemällä omat *Kettu-kortit*, joilla kuvaan lapsen oikeuksia lapsilähtöisesti (kuva 4 ja kuva 5). Kortit kuvaavat nyt millaisia oikeuksia lapsilla on päiväkodissa.



KUVA 4. Kettu-kortit 1-6 (Rissanen 2020b).



KUVA 5. Kettu-kortit 7-8 (Rissanen 2020c).

4.2.2 Kettu-oppaan mallintaminen

Lähdin tekemään opasta (liite 7), kun olin toteuttanut toimintakerrat. Hyvä opas koostuu kohderyhmän tarpeista ja sen vuoksi on tärkeä tietää sekä kartoittaa kohderyhmän tarpeet (Torkkala, Heikkinen ja Tiainen 2002, 34–52). Oppaan tekemistä varten kysyin toimeksiantajalta, millainen opas olisi heille käytännöllinen. Toimeksiantaja kertoi, että oppaan tulisi olla selkeä ja tiivis. Hyvän oppaan tulisi nopeasti pystyä kertomaan lukijalle, mistä oppaassa on kyse (Torkkala, Heikkinen ja Tiainen 2002, 34–52). Oppaan tulisi olla nopeasti luettava ja siitä tulisi saada nopeasti tietoon, mitä on ke-

hotunnekasvatus ja millaisia tavoitteita on 3–5-vuotiaiden kehotunnekasvatuksella. Oppaan rakenne muodostui toiveiden vuoksi sisältämään johdannon, kehotunnekasvatuksen käsitteen, kehotunnekasvatuksen tavoitteet 3–5-vuotiaille sekä erityispiirteitä kehotunnekasvatuksen ohjauksesta (kuva 6). Näiden jälkeen tulevat käytetyt menetelmät. Viimeisenä on lisää tietoa, kohta josta näkyvät oppaassa käytetyt lähteet. Lisää tietoa kohdasta lukija löytää itselleen hyvää kirjallisuutta, jonka kautta voi paremmin perehtyä aiheeseen ja lisätä omaa osaamistaan.

SISÄLTÖ	
1. JOHDANTO.....	3
2. KEHOTUNNEKASVATUS	4
3. KEHOTUNNEKASVATUKSEN TAVOITTEET 3-5 VUOTIAILLE	5
4. ALUKSI.....	6
5. MINUN OIKEUTENI.....	8
6. MINUN KEHONI.....	14
7. HYVÄ MINÄ.....	18
8. MINUN RAJANI	23
9. PYSYN TURVASSA	29
10. LISÄÄ TIETOA:.....	35

KUVA 6. Oppaan rakenne (Rissanen 2020d).

Toimeksiantaja toivoi, että menetelmät voisivat olla oppaassa jaettu tuokioiksi. Tällöin ohjaajan ei tarvitse yhdistellä oppaan menetelmiä ja suunnitella tuokioita itse kun menetelmät ovat valmiiksi kuvattu tuokioittain. Hän pääsee suoraan ohjaamaan. Opasta tehdessäni jaoin oppaan menetelmät tuokioiden mukaan. Tuokiot nimesin oppaaseen: *Minun oikeuteni*, *Minun kehoni*, *Hyvä minä*, *Minun rajani* ja *Pysyn turvassa*. Tuokion alle on määritelty, mitä tavoitteita tuokiolla on ja näin kasvattaja voi valita ryhmälleen sopivimpiin tavoitteisiin sopivia toimintakertoja ja menetelmiä. Ohjaamisen helpottamiseksi tuokion alle on laitettu myös siihen tarvittavat välineet. Näin ohjaaja voi ennen tuokiota kerätä muistilistan avulla tarvitsemansa välineet tuokiolle.

Päätin toteuttaa oppaan kansiona, jotta tuokioiden toteuttaminen olisi toimeksiantajalle mahdollisimman helppoa. Tähän kansioon valmistelin valmiiksi materiaalit kuten esimerkiksi *Kettu-kortit*. Näin toimeksiantajan ei tarvitse itse leikata ja liimata ja laminoida esimerkiksi *Kettu-kortteja* vaan hän voi ottaa ne kansion välistä itselleen valmiina käyttöön. Oppaasta löytyy jokaisen menetelmän alta siihen tarvittavat liitteet, jotka muut käyttäjät voivat tulostaa itselleen. Tämä mahdollistaa oppaan käytön muillakin toimijoilla kuin tilaajalla.

Opasta tehdessäni minulle oli tärkeää, että teksti on helposti luettavaa. Helppo luettavuus on yksi oppaan muotoilun tärkeä tekijä. Luettavuuteen vaikuttaa muun muassa fontin valinta, fontin koko, sekä otsikoiden ja leipätekstin erottelu sekä tekstin ja pohjaväriin kontrasti (Loiri ja Juholin 2002, 32–51). Tämän vuoksi oppaan pohjaväriin ja tekstin väriin välillä on suuri väriero. Tekstin pohjaväri on vaaleanpunainen ja teksti on ruskea. Tämän lisäksi teksti on suurella fontilla 18. Tekstin fontiksi on valittu selkeästi luettava Calibri fontti. Näytelmänä esitettävä tarina, johdanto ja vartaloleikin loru ovat kuitenkin pienemmällä tekstillä (11, 14 ja 16). Ne ovat kirjoitettu pienemmällä fontilla, sillä vartaloleikki toistuu oppaassa useaan kertaan. Tarina on pienemmällä fontilla taas sen vuoksi, ettei se vie oppaassa kohtuuttoman suurta tilaa.

Oppaassa olennaista on myös kirjoitetun tekstin tyyli. Oppaassa tulee käyttää kieliopillisesti oikeaoppista tekstiä ja ymmärrettävää kieltä. Oppaassa pyritään välttämään termistöä, jonka ymmärtäminen lukijalle on haastavaa. (Torkkala, Heikkinen ja Tiainen 2002, 34–52.) Kettu-oppaassa avasin käyttämäni käsitteet kuten kehotunnekasvatuksen ja näin lukijan oli helppo päästä aiheeseen kiinni, tietämättä mitä kehotunnekasvatuskäsite tarkoittaa. Oppaassa käytän kuitenkin ammattisanastoa jonkin verran. Käytän sanoja kuten kehonkuva ja identiteetti. En oppaassa lähtenyt avaamaan esimerkiksi näitä käsitteitä, sillä opas on suunnattu varhaiskasvatuksen henkilöstölle. Varhaiskasvatuksen henkilöstölle nämä käsitteet ovat tuttuja jo ammatillisen koulutuksen kautta.

Tekstin muotoilu voi selkeyttää sisällön ymmärtämistä tai tehdä siitä haastavampaa. Esimerkiksi liian täydet sivut voivat tehdä lukijalle tekstistä liian raskasta. (Torkkala, Heikkinen ja Tiainen 2002, 34–52.) Tämän vuoksi Kettu-oppaassa pyrin tekemään muotoilusta selkeän. Jokainen aihe kuten kehotunnekasvatuksen käsite tai tavoitteet 3-5-vuotiaille ovat omalla sivullaan samoin kuin eri menetelmät. Oppaan käytettävyyden näkökulmasta pohdin myös kuinka kirjoitan esimerkiksi kehotunnekasvatuksen käsitteen auki. Päädyin Kettu-oppaassa käyttämään tekstikappaleiden sijaan ranskalaisilla viivoilla tai tässä tapauksessa palloilla eroteltua tekstiä (kuva 7). Kun teksti on kirjoitettu eriteltynä lauseina ja ei yhtenä kappaleena, lauseiden lukeminen nopeutuu. Se lisää oppaan käytettävyyttä ja juuri tilaajan toivomaan nopeutta lukemiseen.

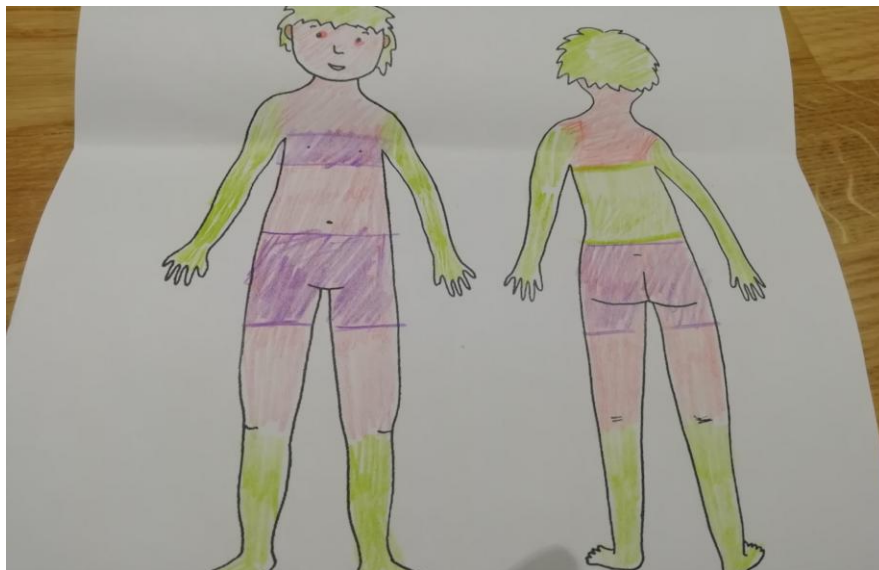


KUVA 7. Esimerkki pallojen käytöstä ja sivujen väristä Kettu-oppaasta (Rissanen 2020e).

Oppaan visuaalisuuden vuoksi valitsin opasta tehdessäni värillisen pohjan oppaalle. Väri voi olla oppaassa keino tuoda erilaisia viestejä oppaaseen. Väri yhdistyy ihmisen mielessä erilaiseen tunteeseen ja kokemukseen. Esimerkiksi punainen väri voidaan nähdä liitettävän esimerkiksi rakkauden tunteeseen. Värillä voidaan tuoda tekstiin eloa ja helpottaa luettavuutta esimerkiksi värikontrasteilla. (Pesonen 2007, 56–61.) Kettu-oppaan värikkyys poistaa sen virallisuutta ja saattaa helpottaa sen käyttöä. Värillinen asiakirja eroaa muista ja saattaa jäädä värinsä puolesta jonkun mieleen. Oppaan pohjaväriksi valitsin vaaleanpunaisen, oranssiin taipuvan sävyn (kuva 7). Tämän värin valitsin taustaväriksi, sillä vaaleanpunainen yhdistetään yleensä punaisenlailla rakkauden tunteeseen. Vaaleanpunainen voi esimerkiksi symboloida ihastumista ja tykkäämisen tunnetta. Tämä väri sopii hyvin mielestäni kehotunnekasvatuksen teemaan, sillä kehotunnekasvatuksessa on tärkeä pohtia omia

tunteita, osoittaa omia rakkauden tunteita itseään, kehoaan sekä muita kohtaan. Visuaalinen miellyttävyys oli myös yksi tilaajan toive.

Toimeksiantajan toiveena oli että opas olisi visuaalisesti miellyttävä ja siinä saisi olla kuvia. Kuvien tehtävä kirjallisissa julkaisussa on tuoda lisää vaikuttavuutta tekstiin. Kuvien avulla voidaan täydentää tekstiä ja auttaa lukijaa hahmottamaan tekstin sisältöä paremmin. Kuvat voivat tehdä lukemiskokemuksesta miellyttävämmän ja luonnollisesti tauottaa tekstiä. (Loiri ja Juholin 2002, 53–56.) Toiveen vuoksi oppaasta löytyy useita kuvia menetelmien toteuttamisesta kuin myös teemaan liittyvistä ketuista, esimerkit löytyvät kuvista 8 ja 9.



KUVA 8. Menetelmiä tukeva kuva kehonrajoista oppaasta (Rissanen 2020f).



KUVA 9. Teemaan orientoiva kettu-kuva oppaasta (Rissanen 2020g).

Kuvat menetelmien toteuttamisesta auttavat ohjaaja hahmottamaan, mitä menetelmässä tehdään (Loiri ja Juholin 2002, 53–56). Esimerkiksi kehon kuvan väritysmistehtävässä (Kuva 8), auttaa hahmottamaan värityksen rajoja. Kettuja esittäviä kuvia oppaassa ovat taas tekemästani lapsen oikeudet aineistosta. Kuvien kautta lukija tutustuu *Kettu-kortit* aineistoon huomaamattaan ja kuvat tulevat ohjaajalle jo tutuiksi. Kuvien tarkoitus on havainnollistaa annettua teemaa kuvan avulla. Esimerkiksi *Minun kehoni* teemassa on kuva 9 ketusta, jolla on sydänkuviainen huivi ja pupu. Tämän teeman tavoitteena on tukea kehon kuvaa kuin myös tutustua sukupuolirooleihin. Kuvan kautta voi pohtia yhdistääkö pupun ja sydän huivin tyttöön vai poikaan? Kuvat orientoivat lukijan teemaan. Ku-

vat elävöittävät tekstiä ja helpottavat lukemista. Niiden kautta lukeminen on visuaalisesti miellyttävämpää.

4.3 Kehittämistehtävän arviointivaihe

Kehittämistehtävän arviointivaiheen voidaan kehittämistyössä nähdä olevan kaksiosainen. Luvussa 4.2.1 esittelin toiminnallisten kertojen omaa arviointiani ja havainnoitani toiminnan toteutumisesta. Esittelin siinä myös ulkoisen havainnoijan sekä lasten reaktioita ja ajatuksia toiminnasta. Toinen arviointi vaihe voidaan nähdä olevan palautteen kerääminen *Kettu-oppaasta*. Alaluvuissa 4.3.1 ja 4.3.2 esittelen, kuinka keräsin palautetta oppaasta ja millaisia tuloksia sain.

4.3.1 Palautteen kerääminen Kettu-oppaasta

Halusin kerätä tietoa toimeksiantajalta, kuinka opas vastasi heidän tarpeitaan. Palautetta keräsin kirjallisella palautelomakkeella (liite 8). Oppaan ja palautelomakkeen jätin Petosenmutkan päiväkodin toimistoon, missä jokainen halukas pystyi vastaamaan anonyymiin palautekyselyyn ja perehtymään halutessaan oppaaseen. Toimiston valitsin oppaan ja palautelomakkeen sijainniksi, sillä jokainen työntekijä käy siellä päivän aikana ja näkee oppaan ja palautelomakkeen. Toimistossa tehdään muita kirjallisia tehtäviä ja siellä on luonnollista perehtyä materiaaliaan. Toimistossa yövuorossa oleva tekee yöllä tietokoneella tehtäviä toimistotehtäviä ja voi samalla tutustua materiaaliin ja vastata kyselyyn.

Palautteenkysely tapahtui konkreettisilla palautelomakkeilla, joita tulostin oppaan viereen ja valmistelin palautelaatikon lomakkeiden palauttamista varten. Palautteenkyselyä ei toteutettu sähköisesti, koska palautelomake voisi kadota muiden sähköpostien sekaan. Tämän lisäksi oppaan liittäminen sähköpostiin olisi poistanut siitä valmiiksi valmistellut materiaalit. Valmiit materiaalit toiminnan toteuttamiseksi olikin yksi toimeksiantajan toive.

Palautelomake koostui kuudesta avoimesta kysymyksestä, joihin Petosenmutkan päiväkodin työntekijät vastasivat. Kysymyksillä kartoitettiin oppaan sisältöä, käytettävyyttä kuin myös oppaan visuaalista ulkoasua. Oppaasta työntekijät saivat antaa myös muuta palautetta. Muun palautteen kerääminen mahdollisti työntekijöille kysymyksiensä ulkopuolisen palautteen antamisen. Tämän kautta palautetta voitiin antaa mistä tahansa oppaan asiasta, joka jäi mietityttämään työntekijöitä.

Palautelomakkeesta jätin tarkoituksella pois kohdan, jossa kysyttäisiin vastaajan työtehtävää. Työtehtäviä varhaiskasvatuksessa voi olla Petosenmutkan päiväkodilla varhaiskasvatuksen opettaja, varhaiskasvatuksen lastenhoitaja, ryhmäavustaja tai päiväkodin johtaja. Työtehtävän kysymisen ajattelin vähentävän vastaajien määrää ja lisäävän anonyymin palautteen annossa paljastumisen riskiä. Petosenmutkan päiväkodilla on vain yksi päiväkodinjohtaja ja ryhmä-avustaja, minkä vuoksi he paljastuisivat heti palautetta antaessaan, jos työtehtävä tulisi määritellä.

4.3.2 Palautekyselyn tulokset Kettu-oppaasta

Keräsin palautetta oppaasta kahden viikon ajan 18.1.2020–31.1.2020. Palautelomakkeeseen vastauksia sain kaksi kappaletta. Nämä kaksi vastaajaa vastasivat kaikkiin viiteen kysymykseen. Muuta palautetta kysymykseen vastasi yksi vastaaja.

Ensimmäinen kysymys palautekyselyssä oli, voisitko käyttää Kettu-opasta kehotunnekasvatuksessa. Kuinka? Molemmat vastaajat vastasivat kyllä. He kertoivat, että oppaassa on konkreettiset ja hyvät toimintakerrat, joilla tuokiot voidaan pitää. Toinen vastaajista lisäsi, että kehotunnekasvatuksen aiheet puhututtavat päivittäin ryhmässä ja etenkin intiimialueet herättävät keskustelua. Hän kertoi, että etenkin uimapukuraja tehtävä helpottaa kehon käsittelyä lasten kanssa.

Toinen kysymys palautekyselyssä oli vastaako Kettu-opaan kehotunnekasvatuksen menetelmät 3–5-vuotiaiden tarpeita. Molemmat vastaajat vastasivat kyllä. Vastaajat halusivat painottaa, että usealla lapselle esiintyy erityistarpeita tunne-elämässä ja kehotunnekasvatuksen kautta voidaan vahvistaa näitä taitoja. Heidän mielestään ei sanan sanominen ja omien rajojen hahmottaminen ovat lapsille tärkeitä taitoja oppia.

Kolmas kysymys palautekyselyssä oli onko opasta helppo käyttää. Tarvitsisiko se muutoksia? Mitä? Molemmat vastaajat kertoivat, että oppaassa on selkeästi ja sopivasti tuotu esille tieto sekä toimintakerrat on avattu selkeästi. Opasta voisi kehittää heidän mielestään lisäämällä turvataitopussiin kuvat tukemaan kysymyksiä ja luomalla jokaisesta toimintakerrasta selkeän ja supistetun muistilistan, jonka voisi ottaa mukaan rungoksi toimintaa ohjatessa. Lista voisi olla esimerkiksi A4- kokoinen luetelo menetelmistä.

Neljäs kysymys oli onko opas tarpeeksi kattava. Tarvitsisitko lisää tietoa? Mistä? Toisen vastaajan, mielestä opas oli tarpeeksi kattava. Hänen mielestään oppaan käyttö vaikeutuisi, jos oppaassa olisi enemmän tietoa. Vastaaja halusi lisätä myös, että itse opinnäytetyöraportista ja lähdekirjallisuudesta, voi etsiä lisää tietoa niin toivoessaan. Toisen vastaajan mielestä oppaaseen voisi lisätä vielä kuinka teemoja voisi kerrata tai jälkepäin käsitellä lasten kanssa myöhemmin.

Viides kysymys käsitteli oppaan ulkoasua. Kysymyksenä oli mitä ajattelet oppaan visuaalisesta ulko muodosta. Toimiiko opas kansiona? Molempien vastaajien mielestä opas toimii hyvin kansiona ja kansio oli parempi kuin esimerkiksi opas. Toinen vastaaja kertoi, että oppaan ulkoasu oli selkeä ja rauhoittava ja oppaassa oli sopivasti kuvia. Hänen mielestään fonttikoko oli myös riittävän suuri. Muuta palautetta osioon vastasi yksi vastaaja. Hän kertoi, että opinnäytetyö tulee varmasti käyttöön päiväkodilla.

5 POHDINTA

Opinnäytetyö perustuu aitoon tarpeeseen tukea varhaiskasvattajien kehotunnekasvatuksen osaamista. Osa kasvattajista kokee aiheen haastavana ja vaikeana lähestyä (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 28–32). Opinnäytetyö toi esille menetelmiä, joiden kautta aiheiden käsittelystä tulisi luontevampaa. Prosessi alkoi toiminnallisten kertojen suunnittelulla ja aiheiden määrittelyllä. Toiminnallisista kerroista keräsin palautetta lapsilta, havainnoijalta ja havainnoin toimintaa itse. Käsittelemällä toiminnallisten kertojen toteutuksen onnistumista lasten ja ohjauksen näkökulmasta.

Toiminnallisten kertojen ohjauksessa onnistunutta oli jatkuvuuden luominen. Jatkuvuutta ja toimintaan orientoitumista auttoi samalla lorulla toiminnan aloittaminen. Kehotunnekasvatuksessa on tärkeää tehdä lämmittelyharjoituksia, jotta toimintaan orientoitutaan paremmin. Lämmittelyharjoitusten kautta ilmapiiri rentoutuu ja aiheiden käsittely helpottuu. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 28–32.) Lorulla aloittaminen toimi hyvin lämmittelyharjoituksena lapsille. Toimintaa toteuttaessa olisi voinut olla heti alkuun toimintaa symboloiva kuva, jonka avulla lapset olisivat jo alkuun tienneet, mitä tehdään. Tämä kuva (Kuva 2) auttaa jatkossa lapsia orientoitumaan paremmin toimintaan.

Toimintakertoja toteuttaessani toteutin ensin kerran *Minun kehoni* ja *Minun oikeuteni* kerta oli neljäntenä. Minun oikeuteni kerralla teimme ryhmän toimintaan säännöt. Nämä olisi kannattanut tehdä jo ensimmäisellä kerralla, jotta niitä olisi voinut käyttää toiminnassa paremmin. Säännöt olisivat voineet olla lapsille näkyvissä toimintaa ohjatessa ja muistuttamassa yhteisistä tavoista toimia. Tämä olisi luonut turvallista ilmapiiriä, jokaiselle kerralle ennaltaehkäisevästi.

Toimintakerroissa olisi voinut kehittää muistipeliä. Toimintaa toteuttaessani käytin *Sisu-kissan taulut* oikeuksia muistipelikortteina (kuva 3). Sain palautetta, että oikeudet olivat vielä liian haastavia 3-5-vuotiaille. Niiden selittämiseen meni aikaa ja lapset eivät keksineet esimerkkejä oikeuksista. Jatkossa kannattaa käyttää materiaalia, jossa oikeudet ovat vielä lähempänä lapsien osaamistasoa.

Toimintakerroissa onnistunutta oli ilmapiiri ja lapsen motivointi toimintaan. Lapset pääsivät pienryhmässä kertomaan omia mielipiteitään hyvin ja he saivat tarpeeksi tukea toimintaan osallistumiseen. Ilmapiiri toimintaa ohjatessa oli nauravainen ja vitsikäs sekä lapset saivat kertoa omia ajatuksiaan. Ilmapiirin ylläpitäminen kehotunnekasvatuksessa lämpimänä ja ystävällisenä onkin tärkeää. Jos ryhmässä nauretaan toiselle tai kiusataan muita, ei voi käsitellä herkkiä kehotunteen asioita. Huonojen kokemusten kautta lapsi voi myös saada huonoja kokemuksia kehotunteestaan. (Oinonen ja Susineva 2019, 21.)

Toimintaa ohjatessa paikalla oli lasten näkökulmasta kaksi kasvattajaa. Toinen oli opiskelija sekä toinen varhaiskasvatuksen opettaja. Lapsille tämä vaikutti tilanteelle, jossa paikalla oli kaksi varhaiskasvatuksen opettajaa, sillä minä olin työsuhteessa kyseisessä organisaatiossa varhaiskasvatuksen opettajana. Toimintaan osallistui 4-5 lasta kerrallaan. Toimintaa ohjatessa voidaan ajatella aikuisten ja lasten välisen suhdeluvun olleen hyvin pieni, mikä vaikuttaa toiminnan sujuvuuteen. Varhaiskasvatuksessa 3-5-vuotiaiden kanssa suhdeluku on 1 kasvattaja ja enintään seitsemän lapsen kanssa (Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksesta annetun valtioneuvoston asetuksen 1§ muuttamisesta 2019/1586, § 1). Toiminta olisi sujunut mahdollisesti hyvin eritavoin, jos lapsia olisi ollut

seitsemän ja ohjaajana olisi ollut vain yksi kasvattaja. Lapsia rauhoitti kasvattajien läsnäolo ja he saivat tarvitsemaansa tukea esimerkiksi silitystä, jotta pystyivät keskittymään toimintaan.

Toimintakertojen toteutumiseen vaikutti vahvasti työsuhteeni kyseiseen ryhmään. Tunsin ryhmän lapset etukäteen ja tiesin heidän tuen tarpeensa, minkä vuoksi pystyin toteuttamaan toiminnan heille sopivin keinoin. Tämän vuoksi toiminnan sujuvuus oli hyvä. Toiminnan sujuvuus voisi olla täysin erilainen, jos toiminnan menisi ohjaamaan tuntemattomaan ryhmään. Itse orientoituminen aiheeseen veisi pidemmän ajan, sillä lapsilla voisi olla esimerkiksi paljon kysymyksiä siitä kuka ohjaaja on ja miksi hän tuli. Aiheista kuten intiimialueet, voisi olla myös haastavampi jutella lasten kanssa koska ohjaaja ei olisi tuttu. Tässä tilanteessa ajattelen työsuhteen ja lapsiin etukäteen tutustumisen olevan rikkaus toimintaa ohjatessa. Lasten kanssa etukäteen luotu suhde auttoi toiminnan sujuvuudessa sekä aiheiden käsittelyssä.

Toimintaympäristönä toimi vuoropäiväkoti, joka toi omia haasteita toiminnan toteuttamiseen. Toiminta aloitettiin syksyllä, jolloin kaikki lapset eivät olleet tavanneet toisiaan kuin muutaman kerran. Lapset ovat hoidossa vaihtelevissa vuoroissa illassa, aamussa ja yössä, minkä vuoksi ryhmän ryhmäytyminen on hitaampaa kuin päivätalossa. (Hotokka 2017.) Tämä näkyi toimintaa aloittaessa vuorovaikutuksessa. Lapset jännittivät vielä toisiaan ja heille oli haastavaa keskustella toisten kanssa vapaassa vuorovaikutuksessa, kun kasvattaja ei jakanut vuoroja. Tämä näkyi esimerkiksi päälle puhumisena tai taka-alalle vetäytymisenä.

Vuorohoidossa haasteena toiminnan toteuttamisessa olivat lasten erilaiset hoito-ajat. Kesken toiminnan mukaan saattoi tulla lisää lapsia ja jos joku lapsi, joka oli suunniteltu mukaan toimintaan, ei saapunutkaan ajallaan vaan myöhässä. Haasteen toimintaan toi myös jos joku lapsi lähti kesken toiminnan kun häntä tultiin hakemaan ajoissa. Päivätalossa lapset ovat suhteellisen tiiviisti paikalla aamupäivän, jolloin ohjattua toimintaa on helppo toteuttaa. Tällöin kesken toiminnan ei tule ja lähde lapsia. Vuorohoidossa tällaista staattista aikaa ei kuitenkaan ole. Aamuisinkin lapsia tulee ja osa saattaa lähteä, minkä vuoksi toiminnan järjestäminen on haastavampaa.

Lapsiryhmä ei ole vuorohoidossa myöskään aina sama vaan lapsien läsnäolossa on paljon vaihtelua, jonka vuoksi toimintaa toteuttaessa ei voitu toimintaa toteuttaa aina samalle ryhmälle. Ryhmä, joka toimintaa osallistui, vaihteli sen vuoksi. Tämän vuoksi lapset eivät päässeet käymään toimintaa läpi kronologisesti ja kaikki lapset eivät osallistuneet kaikille toimintakerroille. Tämä voi johtaa siihen, että toiminta oli heille katkonaista ja he eivät saaneet kokonaisuutta. Tämän vuoksi toimintaa voisi jatkossa pyrkiä toteuttamaan tietylle suunnittelulle ryhmälle säännöllisesti. Näin he saisivat monipuolisemman kokonaisuuden kuin tällä toteutuskerralla. Toiminta voisi soveltua sen vuoksi esimerkiksi päivätaloon hyvin.

Vuorohoidossa tulee tarkkailla lasten viireystilaa yksilöllisesti toiminnan ohjauksen kannalta. Toiminta tulisi järjestää sellaiseen hetkeen, jossa lapset eivät ole väsyneitä tai odota aktiivisesti vanhempaa tulemaan hakemaan. Tällainen odotus ja tunnetila voivat tehdä toimintaan osallistumisesta haastavaa. Tämän vuoksi pyrin toimintaa ohjatessani suunnittelemaan toiminnan iltapäivästä sellaisille lapsille, jotka tulivat siihen aikaan hoitoon ja eivät lähteneet kesken toiminnan.

Toiminnallisten kertojen toteutuksen jälkeen keräsin toiminnasta menetelmät oman kehittämiseni jälkeen oppaaseen. Oppaasta keräsin palautetta Petosenmutkan päiväkodin työntekijöiltä. Palautetta sain kahdelta työntekijältä. Palautteen keruun voidaan nähdä epäonnistuneen, sillä palautteen määrä oli hyvin pieni. Opas ja palautekysely olivat kahden viikon ajan työntekijöillä esillä. Palautteen määrään on voinut vaikuttaa oma työsuhteeni tilaaja organisaatioon. Työntekijöitä on voinut mieltäytyttää uskaltaako antaa rehellistä palautetta työkaverille ja loukkaantuuko hän siitä. Tämän vuoksi toteutin anonyymien lomakkeen, mutta se voi olla silti taustalla oleva tekijä vastaamattomuuteen.

Toinen tekijä, joka voi vaikuttaa pieneen vastausmäärään, on oppaan pituus. Opas on pituudeltaan noin 30 sivua ja sen lukeminen ja palautteen antaminen voi viedä vastaajan mielestä pitkän ajan. Tämän vuoksi vastaaminen voi jäädä, sillä se tuntuu liian suurelle työlle. Oppaan palaute lomakkeessa oli avoimia kysymyksiä kuusi kappaletta, mikä voi tuntua vastaajasta työläälle. Vastaajan vastaus työtä olisi voinut helpottaa esimerkiksi luomalla valmiit vastausvaihtoehdot palautekyselyyn.

Palaute, jonka sain oppaasta, oli positiivista. Vastaajat kertoivat oppaan olevan hyödyllinen ja käytökelpoinen. Heidän mielestään menetelmät olivat sopivia ja konkreettisesti kuvattuja ja opas antoi sopivasti heille tietoa. Opas vastasi siis hyvin tilaajan toiveisiin oppaasta ja vastasi hyvin siihen kuinka kehotunnekasvatusta voidaan toteuttaa varhaiskasvatuksessa. Oppaan levittäminen olisi kuitenkin voinut olla laajempi. Sen kautta useampi kasvattaja olisi saanut lisää tietoa kehotunnekasvatuksesta. Opas jää tilaajalle käyttöön, minkä kautta muutkin kasvattajat ehtivät tutustua siihen niin halutessaan.

5.1 Eettisyys ja luotettavuus

Kehittämistyössä toiminnan eettisyydellä ja luotettavuudella on tärkeä merkitys. Eettisellä toiminnalla toimitaan yhteisesti sovittujen normien kautta aiheuttamatta vahinkoa muille osapuolille. (Kuula 2011.) Tässä luvussa tarkastelen opinnäytetyöni eettisyyttä ja luotettavuutta. Kehittämistyöhön eettisyyttä tuo läpinäkyvyys ja tutkittavien tiedottaminen prosessin etenemisestä kuten esimerkiksi tutkimuksen tavoitteista, sisällöistä ja mihin ja miten tietoa käytetään (Kuula 2011). Opinnäytetyössä toteutin tätä käytäntöä. Ennen kuin aloitin opinnäytetyön, pyysin Kuopion kaupungilta tutkimusluvan. Tämän lisäksi ennen toiminnallisten kertojen ohjaamista, vanhemmille tiedotettiin toiminnasta (liite 1) ja annoin mahdollisuuden kieltäytyä toimintaan osallistumisesta. Vanhemmat saivat myös tarvittaessa kysyä lisätietoa toiminnasta. Heille kerrottiin, että toiminnassa ei havainnoida lapsia vaan toimintaa ja sen sopivuutta. Tutkimuksen tulokset julkaistaan opinnäytetyössä, joka on vanhemmille saatavissa Theseuksessa.

Tutkimuksessa eettisyys huomioitiin toimintakertojen ohjauksessa. Tässä huomioitiin periaatteena henkisen ja fyysisen vahingon välttäminen. Jo toimintakertoja suunnitellessani huomioin lasten turvallisuuden toimintaan osallistumisessa. Tämän vuoksi kiinnitin huomioita muun muassa lämpimään ja kiusaamista ehkäisevään ilmapiiriin. Lasten fyysinen turvallisuus huomioitiin toimintakerroilla muun muassa varaamalla riittävän tilan liikkumiseen.

Eettisyyttä ja luotettavuutta tutkimukseen lisää ihmisten yksityisyyden kunnioittaminen tutkimuksessa (Kuula 2011). Opinnäytetyötä kirjatessani kiinnitin huomioita yksityisyyteen. Toiminnallisista kerroista ja niiden osallistujista kuvasin vain lapsimäärän enkä lapsien ikää tai sukupuolia. Näin lapset eivät ole tunnistettavia kuvauksista. Toiminnan kuvauksessa keskityttiin esittelemään vain toiminnasta nousseet huomiot sekä havainnoijan palautteet, jolloin lapsia ei tutkimuksesta voi tunnistaa. Toimintakuvauksia kirjatessa kiinnitin huomioita siihen kuinka tieto ilmaistaan. Tiedon luonne ei saa olla vastaajia pilkkaavaa tai huonoon valoon asettavaa (Vilkkä 2015). Tämän vuoksi kirjasin tiedon mahdollisimman neutraalisti.

Keräsin Kettu-oppaasta palautetta Petosenmutkan päiväkodin henkilökunnalta. Suunnittelin jo etukäteen, että oppaasta kerään palautetta anonymisti ja kyselemättä esimerkiksi vastaajan koulutusta. Työyhteisö on itsessään niin pieni, että tällaisessa kyselyssä vastaajan anonymiteetti voisi vaarantua. Palautetta oppaasta sain kaksi kappaletta. Kuvasin vastaajien palautteen omin sanoin kirjoittaen heidän kertomansa, en käyttänyt sitaatteja. Sitaitteja en halunnut käyttää palautteen analysoinnissa, sillä pienessä työyhteisössä kirjoittaja olisi voinut paljastua opinnäytetyön lukijalle.

Eettisyyden ja luotettavuuden näkökulmasta olisin kehittämistyössä voinut pohtia enemmän palautelomaketta. Vastaajat vastasivat anonymisti kirjoittamalla omat vastauksensa palautelomakkeeseen. Työyhteisö on kuitenkin niin pieni, että osaa päiväkodin työntekijöistä on voinut estää vastaamasta se, että heidän käsialansa voidaan tunnistaa vastauksesta. Palautteen keruuta olisi voinut kehittää esimerkiksi jättämällä oppaan vierelle saatekirjeen, jossa pyydetään vastaamaan palautelomakkeeseen verkossa. Näin voitaisiin poistaa tunnistettavuus käsialan perusteella.

Opinnäytetyöhön eettisyyttä tuo kaikkien esitietojen esittäminen opinnäytetyössä (Vilkkä 2015). Tämän vuoksi tutkimuksen eettisyyden huomioiden oli tärkeää kertoa opinnäytetyössä, että itse olen työsuhteessa tilaaja organisaatiossa. Työsuhteen kertominen opinnäytetyössä tuo esille mahdollisuuden tarkastella opinnäytetyötä kriittisesti ja pohtia vaikuttiko se opinnäytetyön tutkimustuloksiin. Lasten ohjaamisessa lapsien ja minun välinen vuorovaikutussuhde vaikutti siihen kuinka ohjattu toiminta toteutui.

Kehittämistyön luotettavuutta sekä eettisyyttä tuo muiden tekemän tutkimuksen esiintuominen oikeaoppisilla lähdeviitteillä. Kunnia työstä annetaan sen tehneelle. (Vilkkä 2015.) Opinnäytetyössä käytin erilaisia lähteitä tukemaan omaa työtäni. Käytin lähteitä muun muassa kehotunnekasvatuksen määrittelyyn ja kehotunnekasvatuksen tavoitteiden asettamiseen. Lähteiden avulla rakensin opinnäytetyön taustateoriaa. Lähteet toivat luotettavuutta opinnäytetyöhön, kun niitä vertaili keskenään ja lähteet vuoropuhelevat opinnäytetyössä. Lähteiden valinnassa käytetty lähdekritiikki tukee opinnäytetyöni luotettavuutta.

Kehittämistoiminnan luotettavuus nousee sen käytettävyydestä ja toistettavuudesta. Kehittämissuhteissa toiminta voidaan toteuttaa erilaisissa ympäristöissä ja sen vuoksi ei aina ole mahdollista saada täysin samoja tuloksia. (Toikko ja Rantanen 2009, 113-125.) Esimerkiksi opinnäytetyössäni toteutin toiminnalliset kerrat 3-5-vuotiaiden ryhmässä Petosenmutkan päiväkodissa. Jos jokin toinen yksikkö kokeilisi samoja menetelmiä omaan 3-5-vuotiaiden ryhmäänsä, eivät tulokset olisi välttämättä samanlaiset. Toimintaympäristön toistaminen on haastavaa kehittämistehtävässä. Ei riittäisi

myöskään jos samoja menetelmiä kokeiltaisiin uudestaan samaan ryhmään, sillä vireystila sekä lasten tietotaito ja osaaminen olisivat voineet muuttua. Tuloksien toistettavuus kehittämistehtävässä on haastavaa, mutta siihen on hyvä pyrkiä. Opinnäytetyössä pyrin siihen, että kehittämistyöni voisi toteutussuunnitelmien kuin myös oppaan avulla. Näin toiset toimijat voivat kokeilla ja testata toimintaa itse.

Opinnäytetyötä tehdessäni pohdin luotettavuutta tutkimustulosten kannalta. Käytin toiminnallisten kertojen arvioinnissa menetelmänä aktivoivaa osallistuvaa havainnointia sekä ulkoista havainnointia. Havainnointi menetelmänä perustuu havainnoijan subjektiiviseen havainnointiin ja siitä vedettäviin johtopäätöksiin. Siihen vaikuttaa havainnoijan oma persoonallisuus, asenteet ja arvot sekä myös ammatillinen osaaminen. (Vilka 2018.) Tutkimustuloksissa tulee siis huomioida, että havainnot toiminnan sujuvuudesta ja kehittämistarpeista, ovat subjektiiviset. Tutkimustulokset voisivat muuttua, jos toimintaa olisi havainnoinut joku toinen henkilö.

Opinnäytetyöhön luotettavuutta toi palautteen kysyminen eri toimijoilta prosessin aikana. Palautetta toiminnasta antoivatkin havainnoija, lapset, sekä Petosenmutkan päiväkodin henkilökunta. Palautteen monipuolisuus vaikuttaa siihen että opinnäytetyön tulokset ovat luotettavia. Henkilökunta sai antaa palautetta anonymisti, mikä lisäsi palautteen luotettavuutta.

5.2 Johtopäätökset

Oppaalla pyrin tukemaan varhaiskasvattajien osaamista kehotunnekasvatuksesta ja näin vähentää kasvattajien kokemaa jännitystä kehotunnekasvatuksen ohjauksesta. Palautelomakkeen kautta saadusta palautteesta voidaan todeta, että kasvattajat saivat lisää tietoa kehotunnekasvatuksesta. Kasvattajien osaamisen voidaan nähdä kasvaneen oppaan eri osa-alueilla kuten positiivisen kehon- ja minäkuvan kehittämisessä, kehotunteen lisäämisessä, koskettamisen rajojen opettamisessa, lapsen oikeuksien hahmottamisessa kuin myös turvataitojen opettamisessa. Lisää tietoa he kuitenkin toivoivat esimerkiksi aiheen jatkokäsittelyyn.

Kehotunnekasvatuksen avulla tuin lapsen kehotunteen kehittymistä toiminnallisten kertojen kautta. Lapset saivat toiminnan kautta rakentaa omaa kehon kuvaansa ja positiivista identiteettiään. He pääsivät harjoittelemaan yhdessä toimista ja sosiaalisten suhteiden sääntöjä. Yhdessä kävimme läpi myös toimista lapselle haastavissa tilanteissa. Lapset saivat toiminnan kautta harjoitella näitä asioita toiminnallisesti ja lapsilähtöisin keinoin kuten taiteen ja lorujen kautta. Jatkossa tehty opas tukee myös lasten kasvua ja kehitystä, sillä kasvattajien on helpompi käsitellä kehotunnetta lapsen kanssa.

Opinnäytetyön voidaan nähdä vaikuttavan välillisesti lasten vanhempiin. Lapsen oman kehon kuvan kehittyessä ja minä kuvan rakentuessa, lapsi oppii arvostamaan omaan kehoaan ja kertoo myös tunteistaan herkemmin omalle huoltajalleen. Lapsen sosiaalisten sääntöjen oppimisen kautta voi myös lapsen kanssa toimiminen sosiaalisissa tilanteissa helpottua jatkossa. Esimerkiksi jos lapsi on aiemmin koskettanut muita lapsia tai aikuisia epäsoveliaasti, kehotunnekasvatuksessa käytyjen rajojen avulla lapsen muita koskettava käytös voi loppua. Vanhempien näkökulmasta myös lapsien turvatai-

tojen kehittyminen voi mahdollistaa turvallisuuden tunnetta kun vanhempi on tietoinen että lapsi osaa toimia haastavissa tilanteissa.

Tässä opinnäytetyössä pyrin selvittämään, mitä on kehotunnekasvatus, mitä tavoitteita on 3-5-vuotiailla sekä voidaanko sitä toteuttaa toiminnallisesti. Mielestäni vastasin näihin kysymyksiin hyvin opinnäytetyössä sekä oppaassa. Löysin menetelmiä, joita voidaan soveltaa kehotunnekasvatukseen 3-5-vuotiaille ja ne auttoivat lapsia hahmottamaan omaa kehotunnettaan. Tilaajan näkökulmasta opas antaa tarvittavan tiedon ja auttoi hahmottamaan kehotunnekasvatusta. Toivon, että opas saa useampia lukijoita ja auttaa myös muita toimijoita hahmottamaan paremmin kehotunnekasvatusta.

Opinnäytetyön kautta itse opin lisää toiminnallisia menetelmiä. Näiden menetelmien kokeilemisen kautta sain varmuutta omaan ohjaamiseen. Itselleni kehotunnekasvatuksen ohjaaminen oli haastavaa. Kokeilemisen kautta se on muuttunut luontevammaksi. Esimerkiksi intiimialueista keskustelu on helpottunut ja näkökulmani esimerkiksi lasten pippeli juttuihin on muuttunut. Näen nykyään pippeli-juttujen takana lapsen kiinnostuksen omasta ja muiden kehoista sekä identiteetistään ja minun on helpompaa asennoitua toimintaan.

Lukiessani lähdekirjallisuutta sain esimerkiksi uusia ideoita lapsien sensitiiviseen kohtaamiseen ja näen ajan mahdollistamisen jokaisessa kohtaamistilanteessa tärkeäksi. Esimerkiksi kehotunnekasvatuksen kautta voidaan rikastaa pukemistilannetta laskemalla varpaita tai etsimällä sormia. Jo lapsen kunnioittava kohtaaminen rakentaa hänen identiteettiään ja auttaa luomaan positiivista kehonkuvaa.

5.3 Jatkokehitys mahdollisuudet

Opinnäytetyössä käytin turvataitotilanteita kuvaamaan erilaisia tilanteita. Laminoin kortit värikkäälle pohjalle ja laitoin kortit pussiin, josta lapset nostivat niitä vuorotellen. Palautetta kerätessäni oppaasta vastaaja toivoi, että näissä korteissa olisi symboloiva kuva. Opasta kehittäessä voisi lisätä kuvan kortteihin. Näin voidaan tukea lapsen ymmärrystä tilanteesta, kuin myös tehdä toiminnasta visuaalisuuden kautta lapselle mielekkäämpää.

Opinnäytetyötä voi kehittää muun saamani palautteen kautta. Toiveina vastaajilla olivat muistilistat A4-kokoisina toimintatuokioista sekä toiminnan jälkikäsitteilyohjeen tekeminen. A4 kokoinen kooste toimintatuokioista helpottaisi toiminnan käyttöönottamista, sillä sivun kääntäminen ryhmässä voi vaatia pitkän ajan. Jälkikäsitteilyohje tulisi kehittämistä varten toteuttaa jokaisesta toimintakerrasta. Se voisi olla jokin oma menetelmänsä, jolla lapsien kanssa muistellaan toimintaa tai jokapäiväisessä keskustelussa olevia herätteleviä kysymyksiä. Näiden pohtiminen ja määritteleminen onkin hyvä osa kehotunnekasvatusta.

Opinnäytetyötä tehdessäni koostin kehotunnekasvatuksesta viisi toiminnallista kertaa, joiden ajattelun tukevan lapsen kasvua ja kehitystä kehotunteen näkökulmasta. Rajasin toiminnan ulkopuolelle tunnekasvatuksen, joka on suuri osa kehotunnekasvatusta. Tunteiden käsittelystä ja niiden säätelystä on aiemmin tehty paljon oppaita ja menetelmiä löytyy monipuolisesti jo ennestään varhaiskasva-

tukseen. Tämän vuoksi kettu-oppaassa niitä ei esitelty. Oppaan laajentamisen ja kehittämisen näkökulmasta toimintaan voisi lisätä tunnekasvatuksen erilaisia osa-alueita.

Opinnäytetyössä kokeilin suurinta osaa oppaassa käytetyistä menetelmistä. Uutena menetelmänä lisäsin Kettu-oppaaseen *Kettu-korteilla* muistipelin. Kehittämisen näkökulmasta näitä uusia kortteja voisi testata ja raportoida, kuinka ne toimivat lapsiryhmässä ja tarpeen vaatiessa kehittää niitä.

Toimintaa havainnoidessani en käyttänyt myöskään systemaattisesti mitään selkeää keinoa kerätä palautetta lapsilta toiminnasta. Kysyin lasten mielipidettä, mikä oli tuokiolla hauskinda ja kokeilin tunnepyörän avulla selvittää lasten tunteita toiminnasta. Jatkokehittämisen kannalta voisi olla hyödyllistä kehittää lapsille sopiva keino ilmaista mielipiteensä toiminnasta esimerkiksi piirtämällä tai muulla sopivalla tavalla.

LÄHTEET

- ANTTILA, Pirkko c.e. Tutkimisen taito ja tiedon hankinta.[verkkojulkaisu]. Metodix. [Viitattu 2020-05-15.] Saatavissa: <https://metodix.fi/2014/05/17/anttila-pirkko-tutkimisen-taito-ja-tiedon-hankinta/#11.1%20Tutkimuksen%20eettiset%20kysymykset>
- BILDJUSCHKIN, Katriina ja RUUHILAHTI, Susanna 2008. Seksiä vaatteet päällä. Helsinki: Tammi.
- CACCIATORE, Raisa 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin. Opas vanhemmille. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- CACCIATORE, Raisa ja INGMAN-FRIBERG, Susanne 2016. Kenellä on seksuaalikasvatuksen vastuu? Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 63–70.
- CACCIATORE, Raisa ja KAUPPINEN, Pamela ja INGMAN-FRIBERG, Susanne 2016. Turvataidot ovat lapsen oikeus. Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 95–109.
- CACCIATORE, Raisa ja KORTENIEMI-POIKELA, Erja 2019. Rakkaus, ilo, rohkeus. Seksuaalisuuden portaat. Helsinki: Minerva kustannus Oy.
- FROM, Kristine ja KOPPINEN Marja-Leena 2012. Menossa mukana. Tukea tarvitsevan lapsen ja nuoren toiminnallinen osallistuminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- HOTOKKA, Minna 2017. Vuoropäivähoito sujuvammaksi. Talentia-lehti. [Viitattu 2021-03-02.] Saatavissa: <https://www.talentia-lehti.fi/vuoropaivahoito-sujuvammaksi/>
- INGMAN- FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa 2016a. Seksuaalikasvatus on hankala sana. Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 82–87.
- INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa 2016b. Mitä on lapsen seksuaalisuus? Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 25–31.
- INGMAN-FRIBERG, Susanne ja FRIBERG-HOMMAS, Matilda ja CACCIATORE, Raisa 2016. Mistä puhuminen kannattaa aloittaa? Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 216–222.
- KANGASKOSKI, Henriikka 2016. Seksuaalikasvatus päivähoitossa. Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 197–208.
- KANKKUNEN, Maija ja TAKALA, Outi 2016. Varhaiskasvatus rinnalla kulkijana. Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 186–196.
- KASVUN JA OPPIMISEN PALVELUALUE KUOPIO c.e. Petosenmutkan päiväkotit. [verkkodokumentti.] Kasvun ja oppimisen palvelualue Kuopio. [Viitattu 2020-10-25.] Saatavissa: <https://peda.net/kuopio/varhaiskasvatus/paivakodit/petosenmutka>
- KATAJA, Jukka ja JAAKKOLA, Timo ja LIUKKONEN, Jarmo 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- KRONQVIST, Eeva-Liisa 2017. Varhaispedagogiikan kehityspsykologinen perusta. Julkaisussa: HUJALA, Eeva & TURJA, Leena (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja [verkkokirja]. Jyväskylä: PS-

- kustannus. [Viitattu 2020-05-04.] Saatavissa: <https://www.ellibslibrary.com/book/978-952-451-763-8>
- KUULA, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys [verkkokirja]. Tampere: Vastapaino. [Viitattu 2021-02-05.] Saatavissa: <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789517685139>
- LAJUNEN, Kaija ja ANDELL, Minna ja YLENIUS-LEHTONEN, Mirja 2019. Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. [verkkojulkaisu]. THL. [Viitattu 2020-03-21.] Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- LAJUNEN, Kaija ja ANDELL, Minna ja YLENIUS-LEHTONEN, Mirja 2019b. Sisun taulut. Valokuva. Kuvauspäivä tuntematon. Helsinki: THL kokoelmat.
- LESKINEN, Eija 2010. Ryhmä toimimaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus.
- LOIRI, Pekka ja JUHOLIN, Elisa 2002. Huom! Visuaalisen viestinnän käsikirja. Helsinki: Inforviestintä Oy.
- OINONEN, Maria ja SUSINEVA, Anni 2019. Seksuaalikasvattajan käsikirja. Helsinki: Trinket.
- OPETUSHALLITUS 2018. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. [verkkojulkaisu]. Opetushallitus. [Viitattu 2020-01-21.] Saatavissa: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf
- PAALUMÄKI, Anni ja VÄHÄMÄKI, Maija 2020. Havainnointi organisaatiotutkimuksessa. Julkaisussa: PUUSA, Anu ja JUUTI, Pauli (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät [verkkokirja]. Helsinki: Gaudeamus. [Viitattu 2021-03-25.] Saatavissa: <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523456167>
- PESONEN, Elisa 2007. Julkaisijan käsikirja. Porvoo: WS Bookwell.
- POIKELA, Kaisa-Maria ja PAAVILAINEN, Liina-Maija 2016. Seksuaalikasvatus leikiten. Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 268-276.
- RISSANEN, Riikka 2020a. Toimintaa symboloiva kettu. Valokuva. 17.12.2020. Kuopio: Riikka Rissasen kokeilmat.
- RISSANEN, Riikka 2020b. Kettu-kortit 1-6. Valokuva. 17.12.2020. Kuopio: Riikka Rissasen kokeilmat.
- RISSANEN, Riikka 2020c. Kettu-kortit 7-8. Valokuva. 17.12.2020. Kuopio: Riikka Rissasen kokeilmat.
- RISSANEN, Riikka 2020d. Oppaan rakenne. Valokuva. 27.12.2020. Kuopio: Riikka Rissasen kokeilmat.
- RISSANEN, Riikka 2020e. Esimerkki pallojen käytöstä ja sivujen väristä kettu-oppaasta. Valokuva. 27.12.2020. Kuopio: Riikka Rissasen kokeilmat.
- RISSANEN, Riikka 2020f. Menetelmiä tukeva kuva kehonrajoista oppaasta. Valokuva. 17.12.2020. Kuopio: Riikka Rissasen kokeilmat.
- RISSANEN, Riikka 2020g. Teemaan orientoiva kettu-kuva oppaasta. Valokuva. 17.12.2020. Kuopio: Riikka Rissasen kokeilmat.
- SIEGLER, Robert ja SAFFRAN, Jenny ja EISENBERG, Nancy ja DeLoache, Judy ja GERSHOFF, Elizabeth ja LEAPER, Campbell 2017. How children develop. New York: Worth publishers.
- SUOMEN PERUSTUSLAKI. L11.6.1999/731. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2020-01-21.] Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>

THL 2010. Maailman terveysjärjestön (WHO) Euroopan aluetoimisto ja BZgA Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille. [verkkajulkaisu]. THL [Viitattu 2020-01-21.] Saatavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80220/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

TOIKKO, Timo ja RANTANEN, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta[verkkokirja]. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy. [Viitattu 2021-02-03.] Saatavissa: https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko_Rantanen_Tutkimuksellinen_kehittamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y

TORKKOLA, Sinikka ja HEIKKINEN, Helena ja TIAINEN, Sirkka 2002. Potilasohjeet ymmärrettäviksi. Opas potilasohjeiden tekijöille[verkkokirja]. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.[Viitattu 2021-03-02.] Saatavissa: <https://www.ellibslibrary.com/book/951-26-4766-4>

UNITED NATIONS 2020. Universal Declaration of Human Rights. [verkkajulkaisu]. United nations [Viitattu 2020-01-21.] Saatavissa: <https://www.un.org/en/universal-declaration-human-rights/>

VALTIONEUVOSTON ASETUS VARHAISKASVATUKSESTA ANNETUN VALTIONEUVOSTON ASETUKSEN 1 §:N MUUTTAMISESTA. A1586/2019. Finlex. Valtioneuvoston asetus. [Viitattu 2021-03-02.] Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2019/20191586>

VILKKA, Hanna 2018. Havainnot ja havainnointimenetelmät tutkimuksessa. Julkaisussa: VALLI, Rai-
ne (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle [verkkokirja]. Jyväskylä: PS-Kustannus. [Viitattu 2021-03-25.] Saatavissa: <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789524515160>

VILKKA, Hanna 2015. Tutki ja kehitä [verkkokirja].Jyväskylä: PS-kustannus. [Viitattu 2021-02-05.] Saatavissa: <https://www.ellibslibrary.com/book/978-952-451-756-0>

VUORINEN, Ilpo 2009. Tuhat tapaa opettaa. Menetelmäopas opettajille, kouluttajille ja ryhmänohjaajille. Tampere: Resurssi.

VÄESTÖLIITTO 2020. Kehotunnekasvatus [verkkodokumentti].Väestöliitto.[Viitattu 2020-05-11.] Saatavissa: https://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/seksuaalikasvatuksen-paakohdat/kehotunnekasvatus/

LIITE 1: VANHEMMILLE ILMOITUS OPINNÄYTETYÖSTÄ

Ryhmässämme toteutetaan syksyllä 2020 toiminnallinen opinnäytetyö kehotunnekasvatuksesta. Opinnäytetyö sisältää viisi toiminnallista kertaa, joilla tuetaan lapsien kehontunteen kehittymistä. Teemoina kerroilla ovat oman kehon tuntemus ja arvostus, positiivisen omakuvan rakentaminen, omien rajojen ja muiden rajojen hahmottaminen ja kunnioittaminen sekä turvataitojen kehitys.

Opinnäytetyö tuottaa mallin, kuinka kehotunnekasvatusta voi toteuttaa varhaiskasvatuksessa ja tiivistää tiedon oppaaksi. Lapsilta kysytään palautetta kerroista, mutta muuta tietoa opinnäytetyöhön ei kerätä lapsista. Ilmoitathan henkilökunnalle, jos toivot ettei lapsesi osallistu opinnäytetyön toteutukseen.

Lisätietoja opinnäytetyöstä voi kysyä varhaiskasvatuksen opettaja Riikka Rissaselta.

LIITE 2: MINUN KEHONI TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA

<p>Oppi- ja ohjaustuokion nimi/aihe</p> <p>Minun kehoni</p>
<p>Tavoitteet</p> <p>Minun kehoni toimintakerran tavoitteena on tukea lapsen oman kehon hahmotusta ja hyväksyntää sekä eri kehon osien nimeämistä. Yhdessä tutustutaan eri kehon osiin ja annetaan niille soveliaita nimiä. Esimerkiksi pohditaan millä nimellä voidaan kutsua tyttöjen ja poikien intiimialueita. Tämän lisäksi tällä kerralla pohditaan sukupuolten eroja ja samankaltaisuuksia. Tavoitteena kerralla tukea lasten ymmärrystä tasa-arvosta</p>
<p>Menetelmät</p> <p>Vartaloleikki: Ohjaaja pyytää toistamaan perässä lauseet. Jokainen lause sanotaan kahdesti. Kaikki ta- puttavat sanottua ruumiin osaa vuorollaan kaksi kertaa. Yhdessä lorutellaan: <i>"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!</i> <i>Tässä on mun pää! Se on huippu pää!</i> <i>Tässä on mun olkapäät! Ne on huippu olkapäät!</i> <i>Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!</i> <i>Tässä on mun maha. Se on huippu maha!</i> <i>Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!</i> <i>Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!</i> <i>Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!</i> <i>Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat</i> <i>Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!</i> <i>Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat</i> <i>Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!"</i> (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)</p> <p>Millainen on mies ja millainen on nainen?</p> <p>Ohjaaja antaa lapsille tehtävän pohtia millainen on tyttö ja millainen on poika. Mitä eroa näillä on? Mitä ammatteja on pojilla? Mitä tyttöillä? Mitä vaatteita? Mitä värejä? Mitä leluja? Pohditaan yhdessä stereotyyppioita Lapset voivat piirtää itse tytön ja pojan paperille ja esitellä sen muille ja kertoa, millainen tyttö ja poika heille tuli. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 76.)</p> <p>Hernepusi tasapainoilu</p> <p>Jokaiselle ryhmäläiselle annetaan hernepusi. Tehtävänä on tasapainoitella hernepusia, jokaisen vartaloleikki lorun osan päällä.</p>

<p>Orientointi ja motivointi</p> <p>Toimintaan motivoiminen tapahtuu vartaloleikkilorun kautta. Muutaman kehon osan jälkeen lapsia voidaan motivoida itse kertomaan kehonosia, joka sitouttaa toimintaan. Tämän lisäksi hassut kehonosat kuten pylly ja pimppi tai pippeli naurattavat lapsia ja herättävät kiinnostusta toimintaan.</p> <p>Lapsia motivoidaan pohtimaan naisten ja miesten eroja tekemällä piirroksia. Tällöin piirtämisen ohessa voidaan pohtia, mitä kukakin piirtää ja näin keskustella toiminnan ohessa tyttöjen ja poikien eroista. Lapset myös hyvin mielellään esittelevät omia piirroksiaan muille ja tämä on hyvä hetki ohjaajan kysellä enemmän lapsilta. Hyvä on herätellä kysymyksiä esimerkiksi ammateista, väreistä, leluista, vaatteista, kehosta.</p> <p>Viimeinen toiminnan osa on hernepuskien tasapainottelu. Lapsia pyydetään rauhallisesti tasapainottelemaan hernepusseja eri kehonosien päällä. Toimintaan motivoi juuri liikunnallisuus ja hassuttelu.</p>
<p>Tila ja ryhmittely</p> <p>Tilana toimii Lekkerimannien ryhmän nukkarit. Nukkarin valitsin tähän toimintaan, sillä siellä lapsilla on tilaa liikkua lorun mukana ja istua väljästi.</p> <p>Toimintaan osallistuu noin neljästä viiteen 3-5 vuotiasta Lekkerimannien lasta.</p>
<p>Toiminnan kulku, vaiheet ja ajankäyttö</p> <p>Toiminta toteutetaan iltapäivällä ennen ulkoilua, jotta lapsien vireystila olisi paras mahdollinen. Iltapäivällä ennen ulkoilua lapset ovat tottuneet, että on piiri ja siihen he osaavat keskittyä hyvin, joten se on mielestäni hyvä hetki toteuttaa kerta.</p> <p>Toiminnan järjestely (lorun kirjoittaminen kortille, hernepuskien etsintä ja piirustusvälineiden etsintä) n. 15 min</p> <p>Tilan valmistelu (lapsille omien paikkamerkkien laittaminen) n. 5 min</p> <p>Vartaloleikki n. 5- 10min</p> <p>Millainen on mies ja millainen on nainen piirros n. 15- 20min (sisältää keskustelun aiheesta)</p> <p>Hernepuski tasapainoilu n. 5-10 min</p>
<p>Toiminnan konkreetti kuvaus/tilanteen eteneminen käytännössä</p> <p>Toiminta alkaa esivalmistelujen tekemisellä ja välineiden hankkimisena. Kun valmistelut on tehty, laitetaan lapsille valmiiksi omat paikka merkit. Lapset kutsutaan yksi kerrallaan tilaan omalle paikalleen. Lasten ollessa omalla paikalla voidaan aloittaa vartaloleikki. Vartaloleikin aikana tulee mahdollistaa lasten osallistuminen muun muassa ehdottamalla kehon osia ja sallia iloinen naurun</p>

hiihtäjä hassuja kehon osia pohtiessa.

Kun olemme käyneet läpi vartaloleikin, lapsille ohjeistetaan että voitaisiin pohtia tyttöjen ja poikien eroja tekemällä piirroksia tyttöistä ja pojista. Jokainen saa oman paperin johon piirtää tytön ja pojan. Yhdessä piirtämisen lomassa voidaan rikastaa piirroksia ehdottamalla lisäämään esimerkiksi ammatin, leluja tai värejä. Piirrosten ollessa valmiita siirrytään takaisin omille paikoille ja jokainen lapsi saa tulla esittelemään oman piirroksensa.

Kun kaikki piirroksia on katsottu, on aika tasapainoilla. Aikuinen ottaa piirroksia talteen. Jokaiselle lapselle heitetään vuorotellen hernepusseja ja käymme vartalon ylhäältä alaspäin tasapainoilun läpi. Lopuksi hernepusseja kerää aikuinen pois.

Materiaalit, välineet, tilajärjestelyt:

Materiaalit ja välineet joita tarvitaan ovat: paikkamerkit, vartaloleikkiloru, paperit ja kynät, alustat, ja hernepusseja.

Tilana käytetään: Lekkermannien nukkarit

Huomioitavaa

Toiminnassa turvallisuus on otettu huomioon mahdollistamalla riittävä tila liikkumiseen. Tämän lisäksi aikuinen määrittelee tilanteen henkistä turvallista pysäyttämällä tilanteessa kaikki epäasialliset tai toista kiusaavat ja häiritsevät kommentit. Kaikkien mielipide nähdään tärkeänä.

Toimintaa ohjattaessa huomioidaan lasten keskittymiskyky ja toiveet. Toisia osioita voidaan pidentää tai lyhentää lasten toiveiden mukaan.

LIITE 3: HYVÄ MINÄ TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA

<p>Oppi- ja ohjaustuokion nimi/aihe</p> <p>Hyvä minä</p>
<p>Tavoitteet</p> <p>Tavoitteena on tukea lapsen kehotuntemusta käymällä läpi eri kehonosia lorun kautta. Tuokiolla tuetaan lapsen positiivista minäkuvaakin myös kehonkuvaan. Jokainen kehon osa nähdään tärkeänä osana itseä ja toiminnan kautta pyritään löytämään juuri näitä ihania asioita omasta kehosta. Yhdessä ihmetellään myös kehojen erilaisuutta ja kannustetaan näkemään erilaisuus rikkauteena. Pohdimme myös, mitkä arjen asiat ovat lapsille tärkeitä ja tukevat jaksamisessa.</p>
<p>Menetelmät</p> <p>Positiiviset viestit peiliin: Piirretään tai tehdään ilahduttavia tai yllättäviä koristuksia peiliin (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 94). Tätä menetelmää sovelletaan piilottamalla viestit toimintatilaan.</p> <p>Vartaloleikki: Ohjaaja pyytää toistamaan perässä lauseet. Jokainen lause sanotaan kahdesti. Kaikki tappelavat sanottua ruumiin osaa vuorollaan kaksi kertaa. Yhdessä lorutellaan: <i>"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!</i> <i>Tässä on mun pää! Se on huippu pää!</i> <i>Tässä on mun olkapäät! Ne on huippu olkapäät!</i> <i>Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!</i> <i>Tässä on mun maha. Se on huippu maha!</i> <i>Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!</i> <i>Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!</i> <i>Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!</i> <i>Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat!</i> <i>Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!</i> <i>Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat!</i> <i>Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!"</i> (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)</p> <p>Voimavarani piirros: Tässä tehtävässä piirretään asioita, mitkä tukevat omaa jaksamista ja arjen hallintaa. Piirrämmekin asioita, mitkä ilahduttavat lapsia päivittäin.</p> <p>ota kuva lempikehon osasta: Viimeisenä tehtävä on ottaa kuva omasta lempikehon osastaan ja näyttää se piirillä muille. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 63-64.) Tässä tehtävässä pohdin lasten ikätasoa, jonka vuoksi lapset eivät itse saa ottaa kuvaa vaan askartelen heille kehykset, joiden sisällä oma lempikehon osa näytetään muille.</p>

<p>Orientointi ja motivointi</p> <p>Toimintaan orientoituminen alkaa lasten saapuessa tilaan ja etsiessä positiiviset viestit. Lapsia pyydetään etsimään viestit ja miettimään, mitä kivaa niihin on kirjoitettu. Kasvattava lopuksi lukee ihanat asiat, jotka viesteihin on kirjoitettu.</p> <p>Itse toiminta alkaa tutulla liikkuvalla vartaloleikillä, joka motivoi itsessään toimintaan hassuutensa ja liikkeensä kautta.</p> <p>Itse toiminta on voimavarojen piirtämisellä ja siitä keskustelulla. Jotta saamme kaikki kertoa tarkemmin, mistä pidämme. Viimeisenä näytämme kehyksellä oman suosikki kehon osamme.</p>
<p>Tila ja ryhmittely</p> <p>Tilana toimii Lekkermannien ryhmän nukkaritila. Tilaan varaan valmiiksi myös piirtovälineet, jotta siirtyminen piirtämisestä oman kehonosannäyttämiseen kehyksellä on joustavaa. Nukkaritilassa kaikki mahtuvat tekemään myös hyvin vartalolorun.</p>
<p>Toiminnan kulku, vaiheet ja ajankäyttö</p> <p>Toiminta toteutetaan iltapäivällä ennen ulkoilua, jotta lapsien vireystila olisi paras mahdollinen. Iltapäivällä ennen ulkoilua lapset ovat tottuneet, että on piiri ja siihen he osaavat keskittyä hyvin, joten se on mielestäni hyvä hetki toteuttaa kerta.</p> <p>Toiminnan järjestely (kehysten tekeminen) n. 10 min</p> <p>Tilan valmistelu (viestien piilotus, vartaloleikkilorun etsiminen mukaan, kynien, alustojen ja paperien varaaminen voimavarojen piirtämiseen) n. 15 min</p> <p>Vartaloleikki n 5-10 min</p> <p>Voimavarani piirros n. 15 min (sisältää keskustelua piirroksista)</p> <p>Lempikehon osa kuva hetki n. 5-10 min</p>
<p>Toiminnan konkreetti kuvaus/tilanteen eteneminen käytännössä</p> <p>Toiminta alkaa esivalmistelujen tekemisellä ja välineiden hankkimisena.</p> <p>Lapset kutsutaan yksi kerrallaan tilaan omalle paikalleen. Lapset saavat etsiä ensin positiiviset viestit ja ne luetaan yhdessä. Lukemisen jälkeen lapset menevät omalle paikalleen ja voidaan aloittaa vartaloleikki. Vartaloleikin aikana tulee mahdollistaa lasten osallistuminen muun muassa ehdottamalla kehon osia ja sallia iloinen naurun hihitys hassuja kehon osia pohtiessa.</p> <p>Vartaloleikin läpikäytyä jokainen lapsi hakee oman alustan, paperin ja kynän ja lähtee lattialle piirtämään voimavara piirroksen. Jokaisen vuoro hakea välineet jaetaan heittämällä hernelpussia.</p> <p>Piirroksen ollessa valmis voimme keskustella niistä ja lapset voivat alkaa jo pohtia, mikä on heidän lempiruumiinosansa ja miksi. Kehykset jaetaan lapsille vuorotellen ja he voivat näyttää pai-</p>

kan itsestään.
<p>Materiaalit, välineet, tilajärjestelyt, avustavat henkilöt</p> <p>Materiaalit ja välineet, joita tarvitaan ovat: paikkamerkit, vartaloleikkiloru, paperit ja kynät, alustat, kehykset</p> <p>Tilana käytetään: Lekkermannien nukkarit</p>
<p>Huomioitavaa</p> <p>Toiminnassa turvallisuus on otettu huomioon mahdollistamalla riittävä tila liikkumiseen. Tämän lisäksi aikuinen määrittelee tilanteen henkistä turvallista pysäyttämällä tilanteessa kaikki epäasialliset tai toista kiusaavat ja häiritsevät kommentit. Kaikkien mielipide nähdään tärkeänä.</p> <p>Toimintaa ohjattaessa huomioidaan lapsien keskittymiskyky ja toiveet. Toisia osioita voidaan pidentää tai lyhentää lasten toiveiden mukaan.</p>

LIITE 4: OMAT RAJANI TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA

<p>Oppi- ja ohjaustuokion nimi/aihe</p> <p>Omat rajani</p>
<p>Tavoitteet</p> <p>Tavoitteena on tukea lapsen kehotuntemusta käymällä läpi eri kehon osia lorun kautta. Tuokiolla tuetaan lapsen positiivista minäkuvaa kuin myös kehonkuvaan. Yhdessä pohditaan toiminnallisesti hyvän ja huonon kosketuksen eroja ja pohditaan, mihin kohtiin saa koskea ja mihin ei. Yhdessä kokeillaan koskettamista kaverin kanssa ja harjoitellaan myös ei:n sanomista kun kosketus tuntuu epämukavalle.</p>
<p>Menetelmät</p> <p>Vartaloleikki: Ohjaaja pyytää toistamaan perässä lauseet. Jokainen lause sanotaan kahdesti. Kaikki tapputtavat sanottua ruumiin osaa vuorollaan kaksi kertaa. Yhdessä lorutellaan: <i>”Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo! Tässä on mun pää! Se on huippu pää! Tässä on mun olkapää! Ne on huippu olkapää! Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet! Tässä on mun maha. Se on huippu maha! Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä! Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly! Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli! Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet! Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!”</i> (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)</p> <p>Kehon väritys: Tyhjä keho väritetään punaisella ja vihreällä värillä liikenne valojen mukaan. Vihreässä kohdassa kehossa toisen kosketus tuntuu mukavalle ja hyväksyttävälle kun taas punaisessa kohdassa ne tuntuvat ikävälle ja niistä ei saa toista koskettaa. (Lajunen, Andell ja Ylenius-Lehtonen 2019, 194-197.)</p> <p>Pari hieronta: Lapset jaetaan pareihin ja taustalle laitetaan soimaan rauhallinen musiikki. Lapset saavat lähteä hieromaan kaveria (telalla, autoilla, palloilla yms.). Muistutetaan, että kaveria saa hieroa vain kaverin pitämistä paikoista. Hierottavaa muistutetaan, että voi sanoa ei, jos ei pidä hieronnasta. Vaihdetaan rooleja hetken päästä. (Bildjuschkin ja Ruuhilahti 2008, 119.)</p>
<p>Orientointi ja motivointi</p> <p>Itse toiminta alkaa tutulla vartaloleikki lorulla, joka motivoi itsessään toimintaan hassuutensa ja liikkeensä kautta.</p> <p>Itse toiminta on kehonkuvan värittämistä punaisella ja vihreällä värillä. Lapsia voi motivoida vä-</p>

<p>rittämään mahdollisen tarkasti oman värityskuvansa väreillä.</p> <p>Parihierontaan motivoidaan kertomalla, että on aika tehdä kaverille kiva teko hieroen ja lapset ovat aiemmin pitäneet aikuisten tekemistä hieronnoista.</p>
<p>Tila ja ryhmittely</p> <p>Tilana toimii Lekkermannien ryhmän nukkaritila. Tilaan varaan valmiiksi myös piirtovälineet, jotta siirtyminen värittämisestä parihierontaan on luonnollista. Nukkaritilassa kaikki mahtuvat tekemään myös hyvin vartalolorun.</p>
<p>Toiminnan kulku, vaiheet ja ajankäyttö</p> <p>Toiminta toteutetaan ennen ulkoilua, jotta lapsien vireystila olisi paras mahdollinen. Iltapäivällä ennen ulkoilua lapset ovat tottuneet, että on piiri ja siihen he osaavat keskittyä hyvin, joten se on mielestäni hyvä hetki toteuttaa kerta.</p> <p>Tilan valmistelu (tavaroiden hankinta paperit, kynät ja hierontavälineet, musiikki) n. 10 min</p> <p>Vartaloleikki n 5-10 min</p> <p>Kehon väritys n. 10 min + keskustelu</p> <p>Parihieronta n. 5-10 min</p>
<p>Toiminnan konkreetti kuvaus/tilanteen eteneminen käytännössä</p> <p>Toiminta alkaa esivalmistelujen tekemisellä ja välineiden hankkimisena.</p> <p>Lapset kutsutaan yksi kerrallaan tilaan omalle paikalleen. Lasten ollessa omalla paikalla voidaan aloittaa vartaloleikki. Vartaloleikin aikana tulee mahdollistaa lasten osallistuminen muun muassa ehdottamalla kehon osia ja sallia iloinen naurun hihitys hassuja kehon osia pohtiessa.</p> <p>Vartaloleikin läpikäytyä lapset istuvat pöydän ääreen ja heille jaetaan väritettävä vartalo. Vihreällä väritetään kohdat kehosta joita muut saavat koskettaa ja punaisella ne joita muut eivät saa. Tämän jälkeen keskustellaan omasta värityksestä. Kasvattaja voi värittää samaan aikaan oman kuvansa punaisella ja vihreällä. Kasvattaja värittää uimapukualueen punaiseksi. Kasvattaja opastaa lapsia, että uimapukualueen alueet ovat jokaisen omia alueita ja muut eivät saa koskea niihin.</p> <p>Lapset jaetaan pareiksi ja parit saavat hieroa toisiaan musiikin soidessa. Lapset voivat hieroa muun muassa teloilla, palloilla ja pikkuautoilla. Muistuttelen että jos jokin tuntuu ikävälle voi sanoa että ei ja silloin kaveri lopettaa hieronnan.</p>
<p>Materiaalit, välineet, tilajärjestelyt, avustavat henkilöt</p> <p>Materiaalit ja välineet joita tarvitaan ovat: paikkamerkit, vartaloleikkiloru, paperit ja kynät, alustat, musiikki ja hierontavälineet.</p>

Huomioitavaa (eriyttäminen, varasuunnitelma, turvallisuus)

Toiminnassa turvallisuus on otettu huomioon mahdollistamalla riittävä tila liikkumiseen. Tämän lisäksi aikuinen määrittelee tilanteen henkistä turvallista pysäyttämällä tilanteessa kaikki epäasialliset tai toista kiusaavat ja häiritsevät kommentit. Kaikkien mielipide nähdään tärkeänä.

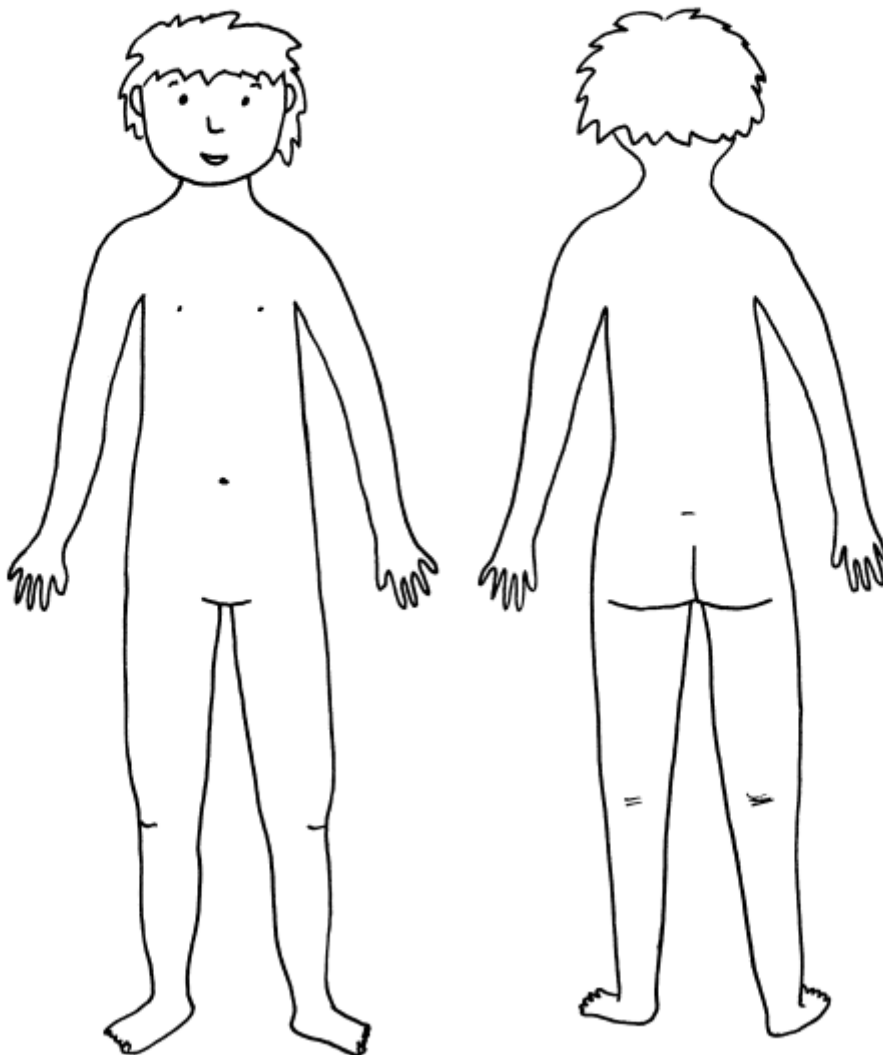
Toimintaa ohjatessa huomioidaan lapsien keskittymiskyky ja toiveet. Toisia osioita voidaan pidentää tai lyhentää lasten toiveiden mukaan.

MINÄ PÄÄTÄN ITSE KEHOSTANI

Tee kuvasta enemmän itsesi näköinen.

Väritä vihreäksi ne alueet tai kohdat, joihin sinua saa koskettaa.

Väritä punaisiksi ne kehon osat, jotka ovat yksityisiä alueitasi ja joihin ei saa koskea ilman sinun lupaasi ja joista erityisesti sinä itse saat määrätä.



(Lajunen, Andell ja Ylenius-Lehtonen 2019, 197.)

LIITE 5: MINUN OIKEUTENI TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA

<p>Oppi- ja ohjaustuokion nimi/aihe</p> <p>Minun oikeuteni</p>
<p>Tavoitteet</p> <p>Tavoitteena on tukea lapsen kehotuntemusta käymällä läpi eri kehon osia lorun kautta. Tuokiolla tuetaan lapsen positiivista minäkuvaakin myös kehonkuvaan. Yhdessä pohditaan vuorovaikutuksen sääntöjä ja kuinka toimia reilusti kaverin kanssa. Harjoitellaan myös omien seksuaalioikeuksien tiedostamista.</p>
<p>Menetelmät</p> <p>Vartaloleikki: Ohjaaja pyytää toistamaan perässä lauseet. Jokainen lause sanotaan kahdesti. Kaikki ta- puttavat sanottua ruumiin osaa vuorollaan kaksi kertaa. Yhdessä lorutellaan: <i>"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!</i> <i>Tässä on mun pää! Se on huippu pää!</i> <i>Tässä on mun olkapäät! Ne on huippu olkapäät!</i> <i>Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!</i> <i>Tässä on mun maha. Se on huippu maha!</i> <i>Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!</i> <i>Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!</i> <i>Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!</i> <i>Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat</i> <i>Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!</i> <i>Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat</i> <i>Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!"</i> (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)</p> <p>Oikeuteni muistipeli: Yhdessä käydään läpi sisu-kissan taulujen kautta lasten oikeudet. Oikeuksilla pelataan muistipeliä, jossa tarkoituksena on löytää pareja sisukissan oikeuksista. (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2019, 80-87.)</p> <p>Ryhmän säännöt: Yhdessä lasten kanssa tehdään yhteiset säännöt kettu-toimintaan. Pohditaan sääntöjä ja kasvattaja pikapiirtää ne paperille. Lopuksi sääntöihin sitoudutaan allekirjoittamalla säännöt sormenjäljellä painamalla.</p>

<p>Orientointi ja motivointi</p> <p>Itse toiminta alkaa tutulla liikkuvalla vartaloleikillä, joka motivoi itsessään toimintaan hassuutensa ja liikkeensä kautta.</p> <p>Itse toiminta on muistipelin pelaamista ja ryhmän sääntöjen tekemistä. Näissä toiminnoissa lapsia mukaan motivoi esimerkiksi pelaaminen ja mahdollinen voittamisen kokemus. Muistipeliin motivoi myös hauskat kuvat. Kuvissa lukevat sisu kissan eri oikeudet ja teksti motivoi lapsia kuulemaan oikeuksista.</p> <p>Ryhmän sääntöjen suunnittelussa motivoi kasvattajan aktiivinen kysely ja kuuntelu sekä positiivisen palautteen antaminen. Hauskalla tavalla allekirjoittaminen voi tuntua lapsista hauskalta.</p>
<p>Tila ja ryhmittely</p> <p>Tilana toimii Lekkermannien ryhmän nukkaritila. Tilaan varaan valmiiksi tarvittavat välineet. Nukkaritilassa kaikki mahtuvat tekemään myös hyvin vartalolorun.</p>
<p>Toiminnan kulku, vaiheet ja ajankäyttö</p> <p>Toiminta toteutetaan iltapäivällä ennen ulkoilua, jotta lapsien vireystila olisi paras mahdollinen. Iltapäivällä ennen ulkoilua lapset ovat tottuneet, että on piiri ja siihen he osaavat keskittyä hyvin, joten se on mielestäni hyvä hetki toteuttaa kerta.</p> <p>Toiminnan järjestely (muistipelikorttien teko) n. 10 min</p> <p>Tilan valmistelu (vartalolorun etsiminen, muistipelikorttien etsiminen, kynän ja paperin varaa- minen) n. 10 min</p> <p>Vartaloleikki n 5-10 min</p> <p>Muistipeli oikeuksista n. 10 min (sisältää keskustelua korteista)</p> <p>Sääntöjen tekeminen n. 5-10 min</p>
<p>Toiminnan konkreetti kuvaus/tilanteen eteneminen käytännössä</p> <p>Toiminta alkaa esivalmistelujen tekemisellä ja välineiden hankkimisena.</p> <p>Lapset kutsutaan yksi kerrallaan tilaan omalle paikalleen. Lasten ollessa omalla paikalla voidaan aloittaa vartaloleikki. Vartaloleikin aikana tulee mahdollistaa lasten osallistuminen muun muassa ehdottamalla kehon osia ja sallia iloinen naurun hihitys hassuja kehon osia pohtiessa.</p> <p>Vartaloleikin läpikäytyä aloitetaan lasten kanssa muistipeli. Kortit käännetään väärinpäin ja sekoitetaan. Lapset saavat vuorotellen kääntää kortteja ja etsiä pareja. Kun pelistä löytyy pari, pohditaan yhdessä mikä oli kortissa oleva oikeus ja mitä se tarkoittaa.</p> <p>Viimeisenä pohditaan ryhmälle säännöt toimintaa varten. Lapset saavat kertoa ja kasvattaja piirtää tai kirjoittaa ne ylös paperille. Tämän jälkeen kasvattaja pyytää lapsia sitoutumaan sääntöihin maalamalla oman sormensa ja painamalla oman yksilöllisen sormen jälkensä sääntöjen alle.</p>

Materiaalit, välineet, tilajärjestelyt, avustavat henkilöt

Materiaalit ja välineet joita tarvitaan ovat: paikkamerkit, vartaloleikkiloru, paperit ja kynät, muis-
tipeli, maalit ja sivellin.

Tilana käytetään: Lekkermannien nukkari

Huomioitavaa (eriyttäminen, varasuunnitelma, turvallisuus)

Toiminnassa turvallisuus on otettu huomioon mahdollistamalla riittävä tila liikkumiseen. Tämän lisäksi aikuinen määrittelee tilanteen henkistä turvallista pysäyttämällä tilanteessa kaikki epäasi-
alliset tai toista kiusaavat ja häiritsevät kommentit. Kaikkien mielipide nähdään tärkeänä.

Toimintaa ohjattaessa huomioidaan lapsien keskittymiskyky ja toiveet. Toisia osioita voidaan piden-
tää tai lyhentää lasten toiveiden mukaan.

SISUN TAULUT

1 Lapsella on oikeus

olla oma
itsensä ja
saman-
arvoinen
kuin muut

**5 Lapsella on oikeus**

sanoa
mieli-
piteensä ja
vaikuttaa

**2 Lapsella on oikeus**

elää ja
kasvaa
omaan
tahtiin

**6 Lapsella on oikeus**

tietää ja
saada
tietoa

**3 Lapsella on oikeus**

huolen-
pitoon ja
hoitoon

**7 Lapsella on oikeus**

oppimiseen
ja koulun-
käyntiin

**4 Lapsella on oikeus**

elää
turvassa

**8 Lapsella on oikeus**

leikkiin,
vapaa-
aikaan ja
lepoon



LIITE 6: PYSYN TURVASSA TOIMINTAKERRAN SUUNNITELMA

<p>Oppi- ja ohjaustuokion nimi/aihe</p> <p>Pysyn turvassa</p>
<p>Tavoitteet</p> <p>Tavoitteena on tukea lapsen kehotuntemusta käymällä läpi eri kehon osia lorun kautta. Tuokiolla tuetaan lapsen positiivista minäkuvaa kuin myös kehonkuvaan. Yhdessä pohditaan erilaisia lapsen elämää koskevia vaaranpaikkoja ja pohditaan keinoja toimia erilaisissa haastavissa tilanteissa. Harjoitellaan sanomaan ei ja kertomaan tilanteista turvalliselle aikuiselle.</p>
<p>Menetelmät</p> <p>Vartaloleikki: Ohjaaja pyytää toistamaan perässä lauseet. Jokainen lause sanotaan kahdesti. Kaikki ta- puttavat sanottua ruumiin osaa vuorollaan kaksi kertaa. Yhdessä lorutellaan: <i>"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!</i> <i>Tässä on mun pää! Se on huippu pää!</i> <i>Tässä on mun olkapäät! Ne on huippu olkapäät!</i> <i>Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!</i> <i>Tässä on mun maha. Se on huippu maha!</i> <i>Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!</i> <i>Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!</i> <i>Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!</i> <i>Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat</i> <i>Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!</i> <i>Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat</i> <i>Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!"</i> (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)</p> <p>Näytelmä: Turvataitopussin yhdestä tilanteesta rakennetaan näytelmä, jonka aikuinen esittää lapsille. Tilanne pysäytetään useaan kohtaan ja pohditaan kuinka jatkaa tilannetta. (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2019, 200-206.)</p> <p>Turvataitopussi: Lapsille rakennetaan THL turvataitojulkaisun mukainen pussi erilaisista lasta mahdollisista vaaratilanteista. Jokainen saa vuorollaan nostaa pussista yhden tilanteen se luetaan ja katsotaan kuvana läpi ja pohditaan tapoja toimia. . (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2019, 200-206.)</p>

<p>Orientointi ja motivointi</p> <p>Itse toiminta alkaa tutulla liikkuvalla vartaloleikillä, joka motivoi itsessään toimintaan hassuutensa ja liikkeensä kautta.</p> <p>Lasta motivoidaan käymään läpi tarkemmin turvataitoja näytelmän kautta. Aikuinen esittää tilanteen ja pysäyttää sen välillä. Lapset saavat itse kertoa hahmona miten tilanne jatkuu ja mitä hahmo tekee tilanteessa.</p> <p>Itse toiminta on oman turvataitopussi. Yhdessä voidaan laulaa pussia kiertäessä kuka saa kuka saa mysteeripussiin kurkistaa ja joku joka saa sen saa itse nostaa kortin ja yhdessä pohditaan tilanne läpi.</p>
<p>Tila ja ryhmittely</p> <p>Tilana toimii Lekkermannien ryhmän nukkaritila. Tilaan varaan valmiiksi näytelmätavarat ja turvataitopussin sekä teatterin. Nukkaritilassa kaikki mahtuvat tekemään myös hyvin vartalolorun.</p>
<p>Toiminnan kulku, vaiheet ja ajankäyttö</p> <p>Toiminta toteutetaan iltapäivällä ennen ulkoilua, jotta lapsien vireystila olisi paras mahdollinen. Iltapäivällä ennen ulkoilu lapset ovat tottuneet, että on iltapäiväpiiri ja siihen he osaavat keskittyä hyvin, joten se on mielestäni hyvä hetki toteuttaa kerta.</p> <p>Toiminnan järjestely (turvataitopussin teko ja teatterin rakennus) n. 60 min</p> <p>Tilan valmistelu (teatterin valmistelu) n. 15 min</p> <p>Vartaloleikki n 5-10 min</p> <p>Näytelmä n. 20 min</p> <p>Turvataitopussi n. 10 min (sisältää keskustelua)</p>
<p>Toiminnan konkreetti kuvaus/tilanteen eteneminen käytännössä</p> <p>Toiminta alkaa esivalmistelujen tekemisellä ja välineiden hankkimisena.</p> <p>Lapset kutsutaan yksi kerrallaan tilaan omalle paikalleen. Lasten ollessa omalla paikalla voidaan aloittaa vartaloleikki. Vartaloleikin aikana tulee mahdollistaa lasten osallistuminen muun muassa ehdottamalla kehonosia ja sallia iloinen naurun hihitys hassuja kehon osia pohtiessa.</p> <p>Tämän jälkeen käydään läpi turvataitotarina, jonka kasvattaja esittää sorminukeilla. Kasvattaja voi pysäyttää tarinan eri kohtiin ja kysellä miten lapset toimisivat tässä tilanteessa. Lapsien ehdotukset näytellään läpi.</p> <p>Näytelmän jälkeen lapset saavat nostaa turvataitotilanteita pussista. Yhdessä pohditaan kuinka tilanteissa toimintaan ja lapset saavat käyttää sorminukkeja kertomaan miten toimia.</p>

Materiaalit, välineet, tilajärjestelyt, avustavat henkilöt

Materiaalit ja välineet joita tarvitaan ovat: paikkamerkit, vartaloleikkiloru, turvataitopussi, teatteri tausta ja hahmot

Tilana käytetään: Lekkermannien nukkarit

Huomioitavaa (eriyttäminen, varasuunnitelma, turvallisuus)

Toiminnassa turvallisuus on otettu huomioon mahdollistamalla riittävä tila liikkumiseen. Tämän lisäksi aikuinen määrittelee tilanteen henkistä turvallista pysäyttämällä tilanteessa kaikki epäasialliset tai toista kiusaavat ja häiritsevät kommentit. Kaikkien mielipide nähdään tärkeänä.

Toimintaa ohjattaessa huomioidaan lapsien keskittymiskyky ja toiveet. Toisia osioita voidaan pidentää tai lyhentää lasten toiveiden mukaan.

Turvataitotarina:

” Neaa ei enää huvittanut leikkiä yksin poneilla sisällä. Hän kaipasi kaveria ja ulos! Hän kaivoi kengät kaapista ja survoi ne jalkoihinsa. Lapaset löytyivät laatikosta, kun sitä penkoi. Sitten hän säntäsi ovea kohti.

Ulos päästyään hän hyppeli vapaana olevan keinun luo. Hän osasi heilutella itsensä hurjaan vauhtiin. – Tämäpä on hauskaa! Lennän pilviin saakka, kuvitteli Nea mielessään.

Hän näki Jutan tulevan leikkipaikalle ja huuteli iloisesti: – Hei Jutta, katso!

Jutta vilkutti ja juoksi keinujen luokse. Hän osasi varoa menemästä liian lähelle keinua. Koska vapaita keinuja ei ollut, Jutta meni laskemaan liukutunnelista.

. Yksi Neaa isompi tyttö tuli suoraan Nean keinun luo. Nea ei ollut nähnyt häntä pihalla aikaisemmin. Tyttö ärähti Nealle: – Häivy! Minä haluan tulla siihen!

Neaa alkoi vähän pelottaa. Hän antoi vauhdin hiljentyä. – Mutta minä vasta äsken tulin tähän

. – Entäs sitten? Mee pois!

– Pääset tähän ihan kohta, sanoi Nea.

Tyttö tarttui keinuun, tönäisi Neaa ja karjaisi töykeästi: – Pois siitä! Nea putosi keinusta. Polveen sattui ja häntä itketti.

Yhtäkkiä Nean mieli oli musta. Hän vain nökötti surkeana maassa. Tyttö, joka oli vienyt häneltä keinun, oli menetellyt tosi kurjasti häntä kohtaan. Hän ei tiennyt, mitä tehdä.

Jutta tuli Nean luo kysyen: – Mikä sulla on?

– Tuo vei minulta keinun ja tyrkki, nyyhkytti Nea.

– Ihan tyhmää! Hei mulla on pallo, heitellään tätä, Jutta yritti lohduttaa ja auttaa ystäväänsä.

Niin tytöt lähtivät leikkimään ja olo tuntui pian vähän paremmalta. Silloin tyttö, joka oli vienyt keinun Nealta, hyppäsi keinusta ja tuli Nean ja Jutan luo.

– Antakaas pallo minulle, hän uhosi.

Tytöt katsahtivat toisiaan. Mikä nyt neuvoksi? (Tässä kohdin kertomusta lapset voivat pohtia, millaisia neuvoja Jutalle ja Nealle voisi antaa.)

Jutta tarttui Neaa kädestä. Näin olo tuntui paljon rohkeammalta.

– Antakaas se pallo tänne, minähän sanoin, tyttö tuli lähemmäksi vaatien.

– Ei anneta! Nea sanoi.

– Ei niin! uskalsi Juttakin.

– Tämä on minun palloni ja me leikimme nyt tällä! Tyttö vaati käsi ojossa:

– Tänne ja heti!

– EIKÄ! tytöt huusivat yhteen ääneen.

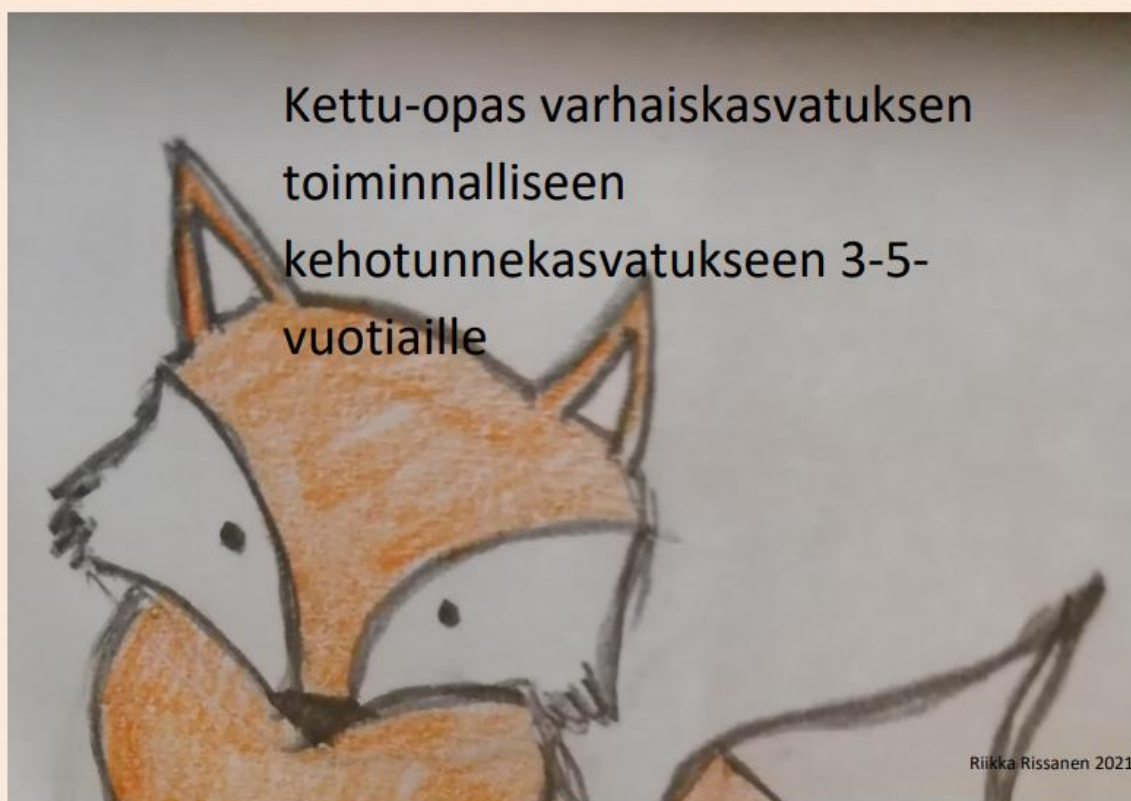
– Mennään meille, äiti on siellä, kuiskasi Jutta Nean korvaan. Tytöt lähtivät.

– En haluakaan palloa tuollaisilta pikkukakaroilta, sanoi tyttö.

Nea ja Jutta olivat helpottuneita. He olivat onnistuneet puolustamaan itseään.”

(Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2015, 242-243.)

LIITE 7: KETTU-OPAS TOIMINNALLISEEN KEHOTUNNEKASVATUKSEEN 3-5 VUOTIAILLE



SISÄLTÖ

1. JOHDANTO.....	3
2. KEHOTUNNEKASVATUS.....	4
3. KEHOTUNNEKASVATUKSEN TAVOITTEET 3-5 VUOTIAILLE	5
4. ALUKSI	6
5. MINUN OIKEUTENI.....	8
6. MINUN KEHONI	14
7. HYVÄ MINÄ.....	18
8. MINUN RAJANI	23
9. PYSYN TURVASSA.....	29
10. LISÄÄ TIETOA:.....	35

1. JOHDANTO

Tämä opas on Savonia-ammattikorkeakoulun sosionomi opiskelijan opinnäytetyönä tehty opas. Opas on tarkoitettu 3-5-vuotiaiden lasten kehotunnekasvatuksen kehittämiseen varhaiskasvatusympäristössä. Oppaasta löytyy kehotunnekasvatuksen käsitteen määrittely ja 3-5-vuotiaiden kehotunnekasvatuksen tavoitteet. Opas antaa konkreettisesti tietoa ja esimerkkejä, kuinka kehotunnekasvatusta voi toteuttaa toiminnallisesti pienryhmissä.

Opas koostuu viidestä eri toiminnallisesta kerrasta, joihin löytyy tarvittavat liitteet menetelmien jälkeen. Toimintakertoihin jakautuvalla oppaalla esitellään 3-5-vuotiaille sopivia kehotunnekasvatuksen teemoja ja menetelmiä. Menetelmiä on tarkoitus toteuttaa pienryhmä ohjauksella. Toimintakerrat ovat: Minun oikeuteni, Minun kehoni, Hyvä minä, Minun rajani sekä Pysyn turvassa. Opas on rakentunut siten, että jokaisen toimintakerran voi toteuttaa suoraan toimintakertojen mukaisesti tai yhdistelemällä oppaan eri menetelmiä toisiinsa luomalla uusia toimintakertoja. Opas toimii teemaan herättelevänä teoksena ja toivon, että jokainen oppaan käyttäjä soveltaa jatkossa menetelmiä omaan toimintaansa sopivilla tavoilla.

Oppaassa on käytetty erilaisia lähteitä oppaan tekemisen tueksi. Lähteet menetelmiin löytyvät lisää tietoa osion alta. Oppaassa on käytetty suoraan lainaten Poikela ja Paavialinen 2016 tekemää vartaloleikkiloria sekä THL:n Lajunen, Andell ja Ylenius-Lehtonen 2019 Minä päätän itse kehostani kuvaa. Oppaan kuvitus on muuten itse piirtämäni tai valokuvaamaani.

Mukavia hetkiä kehotunnekasvatukseen tutustumiseen ja ohjaamiseen!

Kuopiossa 23.3.2021: Riikka Rissanen

3

2. KEHOTUNNEKASVATUS

- Kehotunnekasvatuksella tarkoitetaan pienen lapsen ikään ja kehitystasoon sopivaa kasvatusa seksuaalisuudesta ja turvataidoista. Kehotunnekasvatus on pienen lapsen seksuaalikasvatusta kuvaavampi käsite.
- Kehotunnekasvatus perustuu puolueettomaan ja tieteellisesti paikkaansa pitävän tiedon antamiseen.
- Kehotunnekasvatuksella käännetään huomio lapsen omaan kehoon, sen tuntemiseen ja kuuntelemiseen.
- Kehotunnekasvatuksella pyritään luomaan lapselle positiivista kehonkuvaa ja kokemusta itsestään sekä omista tunteistaan. Yhdessä opetellaan kuuntelemaan omaa kehoa ja opetellaan reagoimaan sen eri viesteihin.
- Tavoitteina ovat: positiivisen kehonkuvan ja identiteetin rakennus, itsestä huolehtimisen taitojen harjoittelu, omien tunteiden ja tarpeiden ilmaisu, vuorovaikutustaitojen harjoittelu, myönteisen ja kielteisen kosketuksen erojen hahmottaminen, epämiellyttävissä tilanteissa toiminta, ei:n sanominen ja avun hakeminen

4

3. KEHOTUNNEKASVATUKSEN TAVOITTEET 3-5 VUOTIAILLE

- Oman kehon osien nimeäminen ja hahmotus
- Oman sukupuoli-identiteetin ymmärtäminen
- Tyttöjen ja poikien eron hahmottaminen, sukupuoliroolien pohdinta
- Tasa-arvo ajattelun tukeminen
- Positiivisen kehonkuvan ja identiteetin vahvistaminen
- Oman ja muiden kehojen arvostaminen
- Omien tunteiden ymmärtäminen ja sanoittaminen
- Pettymysten sietokyvyn vahvistaminen
- Vuorovaikutustaitojen ja ystävyyden sääntöjen harjoittelu
- Sosiaalisten sääntöjen harjoittelu esimerkiksi millainen käytös on soveliaista
- Hyvän ja epämiellyttävän kosketuksen erottaminen
- Ei:n sanomisen harjoittelu
- Avun hakemisen harjoittelu
- Muiden turvataitojen tukeminen



5

4. ALUKSI

- Ennen kehotunnekasvatuksen aloitusta tulisi kasvattajan perehtyä materiaaliin ja pohtia myös omia asenteitaan ja arvojaan kehotunnekasvatuksesta. Miten keskusteleminen tuntuu luontevalle ja miten ei? Voisiko jotenkin harjoitella esimerkiksi intiimialueista keskustelemista?
- Kiinnitä huomioita omien käsitteidesi käyttöön. Kehosta ja intiimialueista käytetään realistisia ja lasten suuhun sopivia käsitteitä esimerkiksi pimppi tai pippeli.
- Ennen toiminnan aloitusta on tärkeää luoda turvallinen tilanne sekä aika ja paikka toimintaa varten. Toimintahetkellä ei voida sallia kiusaamista, pilkkaamista tai vähättelyä.
- Toiminta voi herättää lapsissa naurahduksia ja hupsuttelua. Tämä on luonnollista toimintaa ohjatessa ja hassuttelu auttaa muun muassa purkamaan jännitystä toiminnasta.
- Toiminnan päättyessä on hyvä kertoa lapsille, että on mahdollisuus keskustella kasvattajalle jos jokin asia jää mietityttämään.

6

- Tästä löytyy kettu-kerhoa symboloiva kuva, joka voidaan laittaa etukäteen lapsille näkyviin pienryhmiä jakaessa.



7

5. MINUN OIKEUTENI

- **Tavoitteet:** Tuetaan lapsen positiivista kehonkuvaa ja kehon hahmottamista, tutustutaan lapsen oikeuksiin, harjoitellaan pettymyksen sietoa, pohditaan vuorovaikutuksen ja ystävän kanssa toimimisen sääntöjä.

- **Tarvittavat välineet:**

Kettu-kerhon kuva

Vartaloleikin sanat

Oikeuteni muistipelin kettukortit (muistipelikorteiksi leikattuina)

Paperia

Alustoja

Kyniä

Maalia

Sivellin



8

•Vartaloleikki:

Ohjaaja pyytää lapsia toistamaan perässä lauseet, jokainen lause sanotaan kaksi kertaa. Samalla kun kyseinen kehon osa sanotaan voi sitä kevyesti taputtaa. Kun loru alkaa olla tuttu, lapsia voi pyytää itse keksimään loruun kehon osia.

"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!

Tässä on mun pää! Se on huippu pää!

Tässä on mun olkapäät! Ne on huippu olkapäät!

Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!

Tässä on mun maha. Se on huippu maha!

Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!

Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!

Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!

Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat!

Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!

Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat

Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!" (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)

9


•Oikeuteni muistipeli:

Lapsen oikeuksia käsitellään pelaamalla kettukorteilla muistipeliä. Tulosta kyseiset kortit kaksi kertaa, leikkaa ne valmiiksi muistipelikorteiksi ja aseta ne kuvapuoli alaspäin. Lapset saavat vuorotellen nostaa kuvapuoli alaspäin olevista korteista oikeuksia ja he yrittävät saada kaksi samaa. Kun lapsi saa kaksi samaa korttia, hän voi ottaa ne itselleen. Peliä pelataan niin kauan kuin pareja riittää. Kasvattaja kertoo oikeuksista niiden tullessa esiin pelissä. Oikeudet ovat: oikeus leikkiä ja pukeutua omalla tavalla, oikeus opetella taitoja omaan tahtiin, oikeus oppia ja käydä koulua ja esikoulua, oikeus saada apua, oikeus turvalliseen leikkiin, oikeus sanoa oma mielipide ja vaikuttaa omaan päiväkoti päivään, oikeus saada tietoa, oikeus leikkiin ja lepoon. Hän voi kysellä, mitä lapset ajattelevat korteista ja tiesivätkö he näistä oikeuksista?



10

Oikeuteni muistipelin kettu-kortit:

Oikeus leikkiä ja pukeutua omalla tavalla ja olla yhtä arvokas kuin muut		Oikeus opetella taitoja omaan tahtiin	
Oikeus saada apua kun sitä tarvitsee		Oikeus leikkiä turvallisesti	
Oikeus sano oma mielipiteeni ja vaikuttaa omaan päiväkoti päivään		Oikeus saada tietoa, mitä päiväkotipäivänä tapahtuu ja muista kiinnostavista asioista	

Oikeuteni muistipeilin kettu-kortit 2:

Oikeus oppia ja päästä kouluun ja esikouluun		Oikeus leikkiin ja lepoon	

•**Ryhmän säännöt:**

Yhdessä lasten kanssa sovitaan kettu-kerholla säännöt. Kasvattaja jakaa vuoroja lapsille ja he saavat kertoa kuinka he toivoisivat, että kettu-kerhossa käyttäytyään. Kasvattaja voi pikapiirtää kuvia A4 paperille lapsien kertoessa oikeuksista.

Kun säännöt ovat valmiit, on aika sitoutua näihin sovittuihin sääntöihin. Lapset pääsevät allekirjoittamaan säännöt. Allekirjoitus voidaan toteuttaa esimerkiksi kirjoittamalla oman nimensä tai painamalla maalattu sormenpää paperiin muodostaen oman yksilöllisen sormenjäljen. Jatkossa säännöt voi laittaa esille kerhoa pitäessä.



13

6. MINUN KEHONI

•**Tavoitteet:** Tuetaan lapsen positiivista kehonkuvaa ja kehon hahmottamista, harjoitellaan myös kehon osien nimeämistä. Tutustutaan tyttöjen ja poikien eroihin ja sukupuolirooleihin sekä tuetaan tasa-arvoisuutta.

•**Tarvittavat välineet:**

Kettu-kerhon kuva
Kettu-kerhon säännöt
Vartaloleikin sanat
Paperia
Värikyniä
Alustoja
Hernepusseja



14

•**Vartaloleikki:**

Ohjaaja pyytää lapsia toistamaan perässä lauseet ja jokainen lause sanotaan kaksi kertaa. Samalla kun kyseinen kehon osa sanotaan voi sitä kevyesti taputtaa. Kun loru alkaa olla tuttu, lapsia voi pyytää itse keksimään loruun kehon osia.

"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!

Tässä on mun pää! Se on huippu pää!

Tässä on mun olkapäät! Ne on huippu olkapäät!

Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!

Tässä on mun maha. Se on huippu maha!

Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!

Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!

Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!

Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat!

Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!

Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat

Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!" (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)

15

•**Millainen on poika ja millainen tyttö?:**

Kasvattaja antaa lapsille tehtävän pohtia, millaisia ovat tytöt ja millaisia ovat pojat. Mitä eroja sukupuolilla on? Ovatko ammatit erilaisia? Entä vaatteet tai värit? Voivatko tytöt ja pojat leikkiä samoilla leluilla? Yhdessä lapsien kanssa pohditaan stereotyyppioita ja luodaan tasa-arvoista ajattelua lapsille. Lopuksi lapset saavat itse piirtää tytön ja pojan tai vain toisen. He saavat näyttää ryhmälle omat piirroksensa ja lasten kanssa voidaan keskustella sukupuolten eroista piirrosten perusteella.



16

•**Hernepusi tasapainoilu:**

Jokaiselle lapselle jaetaan hernepusi. Tarkoituksena on tasapainotella hernepusia eri kehonosien päällä. Aluksi voidaan tasapainotella esimerkiksi vartaloleikki-lorun kehonosien päällä tai lorun mukaisesti. Kun kehonosat ovat löytyneet, voidaan nopeuttaa kehonosien sanomista ja tasapainoilua. Näin lapset jaksavat keskittyä paremmin tasapainotteluun.



17

7. HYVÄ MINÄ

•**Tavoitteet:** Tuetaan lapsen positiivista kehonkuvaa ja kehon hahmottamista, rakennetaan positiivista identiteettiä, harjoitellaan omien voimavarojen tunnistamista

•**Tarvittavat välineet:**

Kettu-kerhon kuva

Kettu-kerhon säännöt

Vartaloleikin sanat

Positiiviset viestit

Paperia

Piirtämis-/maalaamis- tai valokuvaustarvikkeet

Askarrellut kehykset



18

•Vartaloleikki:

Ohjaaja pyytää lapsia toistamaan perässä lauseet ja jokainen lause sanotaan kaksi kertaa. Samalla kuin kyseinen kehonosa sanotaan voi sitä kevyesti taputtaa. Kun loru alkaa olla tuttu, lapsia voi pyytää itse keksimään loruun kehonosia.

*"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!
Tässä on mun pää! Se on huippu pää!
Tässä on mun olkapäät! Ne on huippu olkapäät!
Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!
Tässä on mun maha. Se on huippu maha!
Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!
Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!
Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!
Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat!
Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!
Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat
Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!" (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)*

19

•Positiiviset viestit:

Tässä menetelmässä piilotetaan johonkin ryhmän tilaan, eri paikkoihin positiivisia viestejä, jotka lapset saavat etsiä. Viestejä voivat olla esimerkiksi: " Sinusta tykätään", " Olet tärkeä", " Olet rakas", " Olet merkityksellinen" tai "Olet hauska". Lapsille kerrotaan, että he etsivät esimerkiksi sydämiä tai muita kuvia, joissa on positiivisia viestejä. Kun viestit on kaikki löydetty, kasvattaja lukee mitä ihania viestejä niihin on kirjoitettu. Menetelmää voi toteuttaa myös laittamalla peiliin esimerkiksi kivoja kuvia, viestejä ja koristuksia, jotka ilahduttavat lapsia pitkin päivää.



20

•**Voimavarani piirros:**

Tässä tehtävässä lasta pyydetään piirtämään tai maalaamaan häntä ilahduttavia ja voimavaroja lisääviä asioita esimerkiksi perheenjäseniä, hetkiä, lemmikeitä tai leluja. Vastaavasti tehtävä voidaan toteuttaa valokuvaamalla päiväkodissa ilahduttavia asioita tai tuomalla päiväkotiin kotoa ilahduttavia kuvia. Yhdessä jutellaan, mikä kaikki on lasta voimaannuttavaa ja iloa arkeen tuovaa. Kun teokset ovat valmiit, saavat lapset esitellä omat teoksensa muulle ryhmälle.



21

•**Ota kuva lempikehonosasta:**

Viimeisenä tehtävänä on ottaa kuva omasta lempikehonosasta ja näyttää se muille. Tämä tehtävä toteutetaan valmiiksi askarrelluilla kehyksillä, jotka lapsi saa asettaa omalle lempikehonosalleen ja näyttää sen muille lapsille. Kasvattaja voi ottaa kuvan kehyksien ympäröimästä kehonosasta tai se näytetään kehyksillä. Menetelmää toteuttaessa kannattaa pyytää lapsia seisomaan, jotta kehonosan näyttäminen on helpompaa.



22

8. MINUN RAJANI

•**Tavoitteet:** Tuetaan lapsen positiivista kehonkuvaa ja kehon hahmottamista, harjoitellaan hyvän ja epämiellyttävän kosketuksen eroja, harjoitellaan omien rajojen asettamista ja ei:n sanomista, opetellaan koskettamaan kunnioittavasti

•**Tarvittavat välineet:**

Kettu-kerhon kuva

Kettu-kerhon säännöt

Vartaloleikki sanat

Vartalovärityskuvia

Värikyniä (punaisia ja vihreitä)

Alustoja

Hierontavälineitä (esimerkiksi teloja, pensselejä, palloja, pikkuautoja)

Rauhallista musiikkia



23

•**Vartaloleikki:**

Ohjaaja pyytää lapsia toistamaan perässä lauseet ja jokainen lause sanotaan kaksi kertaa. Samalla kuin kyseinen kehonosa sanotaan voi sitä kevyesti taputtaa. Kun loru alkaa olla tuttu, lapsia voi pyytää itse keksimään loruun kehon osia.

"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!

Tässä on mun pää! Se on huippu pää!

Tässä on mun olkapää! Ne on huippu olkapää!

Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!

Tässä on mun maha. Se on huippu maha!

Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!

Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!

Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!

Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat!

Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!

Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat

Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!" (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)

24

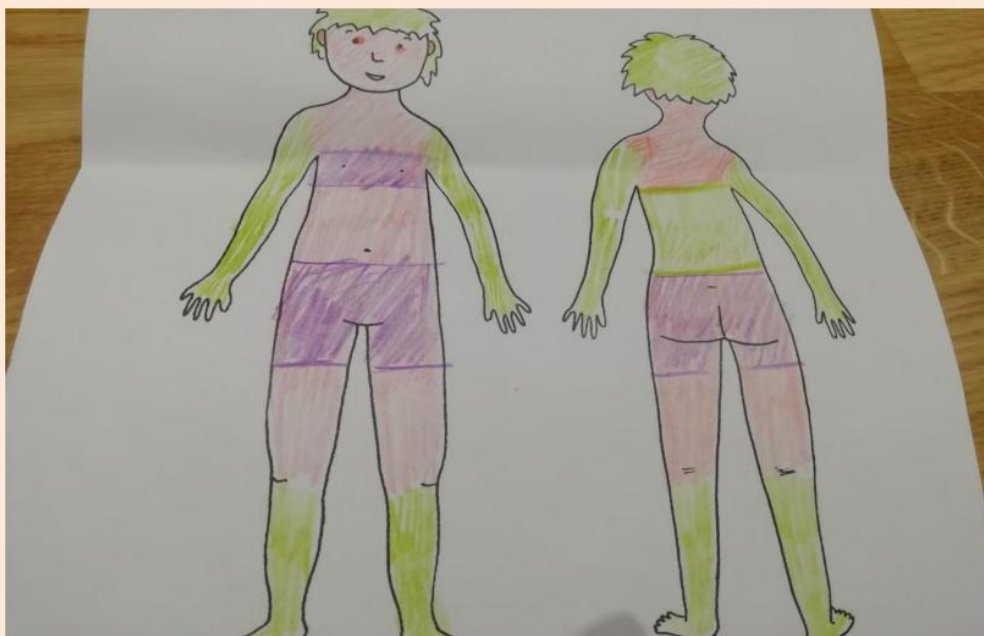
•**Minun rajani värityskuva:**

Kasvattaja pyytää lapsia värittämään vartalon vihreällä ja punaisella. Väri vihreä symboloi kehossaosia, joissa kosketus tuntuu mukavalle ja punainen symboloi alueita, joista lapsi ei halua muiden koskettavan. Lapselle voi konkretisoida värittämistehtävää kysymällä: Saako sinua silittää esimerkiksi päätä? Entäs pepusta?

Kun lapset värittävät omia kuviaan, voi kasvattaja värittää oman kuvansa. Kasvattaja värittää oman kokemuksensa mukaisesti vihreällä sekä punaisella kehon ja lopuksi värittää kehon päälle violetilla uimapuvun, joka symboloi alueita, jotka ovat tarkoitettu jokaisen omiksi alueiksi joihin muut eivät saa koskettaa.

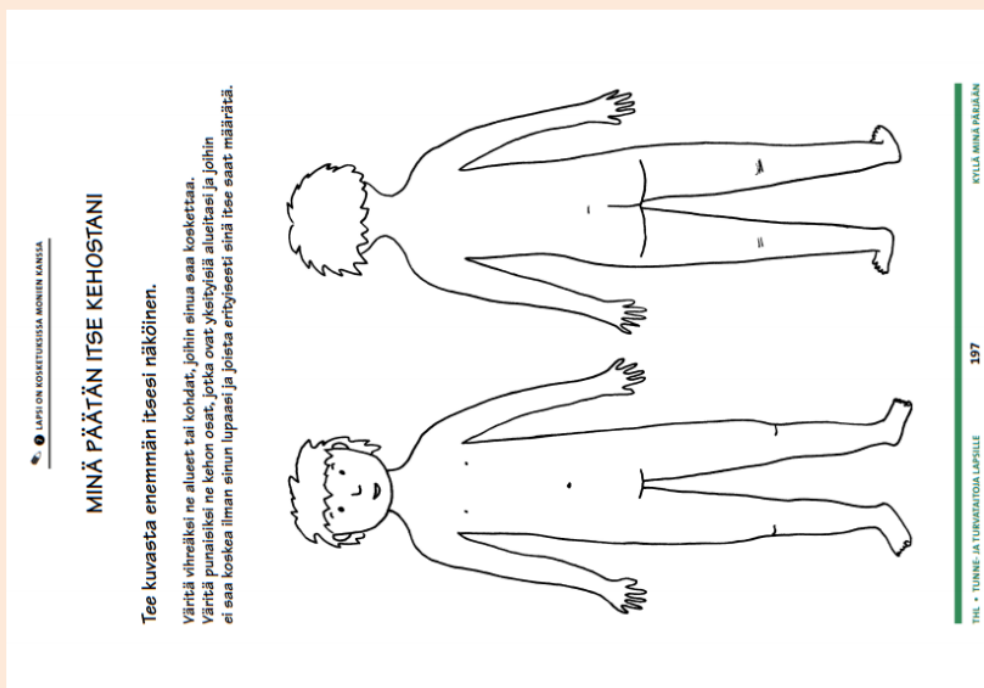
Kun värityskuvat ovat valmiit, lapset saavat kertoa omista värityskuvistaan ja kasvattaja näyttää omansa. Kun kasvattaja näyttää omansa, kertoo hän lapsille uimapukualueesta ja sen merkityksestä. Kasvattaja muistuttaa, että lapsi voi sanoa että ei saa koskettaa, jos ei pidä kosketuksesta ja lähteä pois tilanteesta sekä hakea apua turvalliselta aikuiselta.

25



26

Väritettävä kuva:



(Lajunen, Andell ja Ylenius-Lehtonen 2019, 197.)

27

•Pari hieronta:

Tässä menetelmässä lapset jaetaan pareihin ja taustalle laitetaan soimaan rauhallinen musiikki, myös valoja voi halutessaan himmentää. Toinen lapsista asettuu mukavaan asentoon makaamaan tai istumaan, kun taas toinen saa hieroa toista lasta esimerkiksi teloilla, autoilla, palloilla tai muilla hieromiseen sopivilla välineillä. Ennen hieronnan aloittamista lapsille kerrotaan, että jos hieronta tuntuu missään vaiheessa epämukavalta tai hieroja koskettaa sellaisilta alueilta, ettei pidä kosketuksesta, saa sanoa heti ei. Kun hierottava sanoo ei, tulee hierojan lopettaa välittömästi ja yhdessä sovitaan, kuinka voidaan jatkaa hierontaa. Roolit vaihdetaan yhden kappaleen jälkeen.



28

9. PYSYN TURVASSA

•**Tavoitteet:** Tuetaan lapsen positiivista kehonkuvaa ja kehon hahmottamista, harjoitellaan turvataitoja pohtimalla lapsen elämään sopivia vaarapaikkoja ja toimintakeinoja niissä, harjoitellaan sanomaan ei ja poistumaan tilanteesta

•**Tarvittavat välineet:**

Kettu-kerhon kuva
Kettu-kerhon säännöt
Vartaloleikin sanat
Teatteri
Sorminuket
Tarina
Pussi
Turvataitotilanteet



29

•**Vartaloleikki:**

Ohjaaja pyytää lapsia toistamaan perässä lauseet ja jokainen lause sanotaan kaksi kertaa. Samalla kuin kyseinen kehon osa sanotaan voi sitä kevyesti taputtaa. Kun loru alkaa olla tuttu, lapsia voi pyytää itse keksimään loruun kehon osia.

"Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!

Tässä on mun pää! Se on huippu pää!

Tässä on mun olkapäät! Ne on huippu olkapäät!

Tässä on mun kädet! Ne on huippu kädet!

Tässä on mun maha. Se on huippu maha!

Tässä on mun selkä! Se on huippu selkä!

Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!

Tässä on mun pimppi/pippeli. Se on huippu pimppi/pippeli!

Tässä on mun jalat! Ne on huippu jalat!

Tässä on mun polvet! Ne on huippu polvet!

Tässä on mun varpaat! Ne on huippu varpaat

Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!" (Poikela ja Paavialinen 2016, 271-272.)

30

• Näytelmä:

Lapsille esitetään tarinanmukainen näytelmä sorminukeilla, käsinukeilla tai paperinukeilla. Kasvattaja pysäyttää näytelmän eri näytelmässä esitettyihin kohtiin ja yhdessä pohditaan kuinka tilanne voisi jatkua. Kasvattaja jatkaa näytelmän pohdintojen jälkeen tarinan mukaisesti.



31

Näytelmän tarina:

" Neaa ei enää huvittanut leikkiä yksin poneilla sisällä. Hän kaipasi kaveria ja ulos! Hän kaivoi kengät kaapista ja survoi ne jalkoihinsa. Lapaset löytyivät laatikosta, kun sitä penkoi. Sitten hän sääntäsi ovea kohti.

Ulos päästyään hän hyppeli vapaana olevan keinun luo. Hän osasi heilutella itsensä hurjaan vauhtiin. – Tämäpä on hauskaa! Lennän pilviin saakka, kuvitteli Nea mielessään.

Hän näki Jutan tulevan leikkipaikalle ja huuteli iloisesti: – Hei Jutta, katso!

Jutta vilkutti ja juoksi keinujen luokse. Hän osasi varoa menemästä liian lähelle keinua. Koska vapaita keinoja ei ollut, Jutta meni laskemaan liukutunnelista.

. Yksi Neaa isompi tyttö tuli suoraan Nean keinun luo. Nea ei ollut nähnyt häntä pihalla aikaisemmin. Tyttö ärähti Nealle: – Häivy! Minä haluan tulla siihen!

Neaa alkoi vähän pelottaa. Hän antoi vauhdin hiljentyä. – Mutta minä vasta äsken tulin tähän

. – Entäs sitten? Mee pois!

– Pääset tähän ihan kohta, sanoi Nea.

Tyttö tarttui keinuun, tönäisi Neaa ja karjaisi työkeästi: – Pois siitähän! Nea putosi keinusta. Polveen sattui ja häntä itketti.

Yhtäkkiä Nean mieli oli musta. Hän vain nökötti surkeana maassa. Tyttö, joka oli vienyt häneltä keinun, oli menetellyt tosi kurjasti häntä kohtaan. Hän ei tiennyt, mitä tehdä.

Jutta tuli Nean luo kysyen: – Mikä sulla on?

– Tuo vei minulta keinun ja tyrkki, nyyhkytti Nea.

– Ihan tyhmää! Hei mulla on pallo, heitellään tätä, Jutta yritti lohduttaa ja auttaa ystävänsä.

Niin tytöt lähtivät leikkimään ja olo tuntui pian vähän paremmalta. Silloin tyttö, joka oli vienyt keinun Nealta, hyppäsi keinusta ja tuli Nean ja Jutan luo.

– Antakaas pallo minulle, hän uhoi.

Tytöt katsahivat toisiaan. Mikä nyt neuvoksi? (Tässä kohdin kertomusta lapset voivat pohtia, millaisia neuvoja Jutalle ja Nealle voisi antaa.)

Jutta tarttui Neaa kädestä. Näin olo tuntui paljon rohkeammalta.

– Antakaas se pallo tänne, minähän sanoin, tyttö tuli lähemmäksi vaatien.

– Ei anneta! Nea sanoi.

– Ei niin! uskalsi Juttakin.

– Tämä on minun palloni ja me leikimme nyt tällä! Tyttö vaati käsi ojossa:

– Tänne ja heti!

– EIKÄ! tytöt huusivat yhteen ääneen.

– Mennään meille, äiti on siellä, kuiskasi Jutta Nean korvaan. Tytöt lähtivät.

– En haluakaan palloa tuollaisilta pikkukakaroilta, sanoi tyttö.

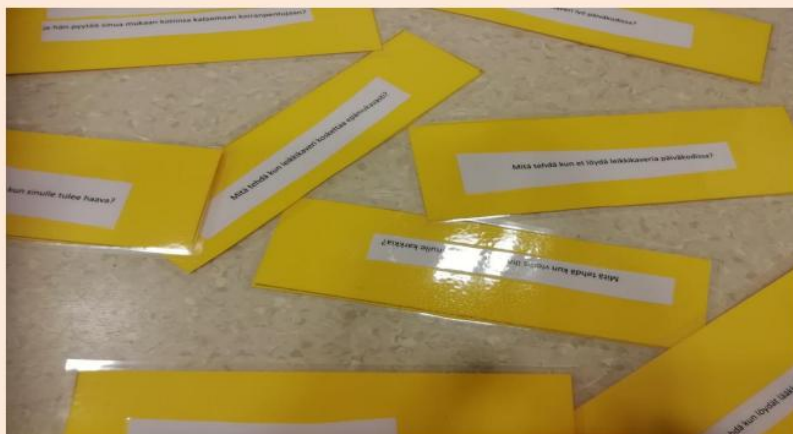
Nea ja Jutta olivat helpottuneita. He olivat onnistuneet puolustamaan itseään."

"(I Laiinen. Andell & Ylenius-Lehtonen 2015. 242.)

32

•**Turvataitopussi:**

Lapset saavat vuorotellen nostaa pussista erilaisia turvataitoja vaativia tilanteita. Tilanne luetaan lapsille ja yhdessä pohditaan, kuinka tilanteessa tulisi toimia. Lapset saavat tulla esittämään sorminukeilla sovittua tilannetta ja ratkaisua.



33

Tilanteet:

Mitä tehdä kun eksyt kaupassa?

Mitä tehdä kun sinulle tulee haava?

Mitä tehdä kun tapaavat vieras ihminen ja hän pyytää sinua mukaan kotiinsa katsomaan koiranpentujaan?

Mitä tehdä kun kaveri lyö päiväkodissa?

Mitä tehdä kun et löydä leikkikaveria päiväkodissa?

Mitä tehdä kun leikkikaveri koskettaa epä mukavasti?

Mitä tehdä kun vieras ihminen tarjoaa sinulle karkkia?

Mitä tehdä kun löydät lääkkeitä metsästä?



34

10. LISÄÄ TIETOA:

BILDJUSCHKIN, Katriina ja RUUHILAHTI, Susanna 2008. Seksiä vaatteet päällä. Helsinki: Tammi.

CACCIATORE, Raisa ja KORTENIEMI-POIKELA, Erja 2019. Rakkaus, ilo, rohkeus. Seksuaalisuuden portaat. Helsinki: Minerva kustannus Oy.

INGMAN- FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa 2016. Seksuaalikasvatus on hankala sana. Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 82-87.

LAJUNEN, Kaija ja ANDELL, Minna ja YLENIUS-LEHTONEN, Mirja 2019. Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. [verkkojulkaisu]. THL. [Viitattu 2020-03-21.] Saatavissa:

35

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

OINONEN, Maria ja SUSINEVA, Anni 2019. Seksuaalikasvattajan käsikirja. Helsinki: Trinket.

POIKELA, Kaisa-Maria ja PAAVILAINEN, Liina-Maija 2016. Seksuaalikasvatus leikiten. Julkaisussa: INGMAN-FRIBERG, Susanne ja CACCIATORE, Raisa (toim.) Keho on leikki. Avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä. Helsinki: Väestöliitto, 268-276.

THL 2010. Maailman terveysjärjestön (WHO) Euroopan aluetoimisto ja BZgA Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille. [verkkojulkaisu]. THL [Viitattu 2020-01-21.] Saatavissa:

36

<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80220/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

VÄESTÖLIITTO 2020. Kehotunnekasvatus [verkkodokumentti]. Väestöliitto. [Viitattu 2020-05-11.] Sataavissa:

https://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemat/lapsijaseksuaalisuus/seksuaalikasvatuksen-paakohdat/kehotunnekasvatus/

LIITE 8: PALAUTEKYSELY KETTU-OPPAASTA

Palautekysely kettu-oppaasta:

Voisitko käyttää kettu-opasta kehotunnekasvatuksessa? Kuinka?

Vastaavatko kettu-oppaan kehotunnekasvatuksen menetelmät 3-5 vuotiaiden tarpeita?

Onko opasta helppo käyttää? Tarvitsisiko se muutoksia? Mitä?

Onko opas mielestäsi tarpeeksi kattava? Tarvitsisitko lisää tietoa? Mistä?

Mitä ajattelet oppaan visuaalisesta ulkomuodosta? Toimiiko opas kansiona?

Muuta palautetta:

