



SAVONIA

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

TUNTEET TUTUIKSI: OPAS LASTEN TUNNETAITOJEN EDISTÄMISEKSI

TEKIJÄT:

Krista Lindqvist 30.4.2021
Sasu Moilanen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Sosionomin tutkinto-ohjelma	
Työn tekijät Krista Lindqvist ja Sasu Moilanen	
Työn nimi Tunteet tutuksi: opas lasten tunnetaitojen edistämiseksi	
Päiväys 30.4.2021	Sivumäärä/Liitteet 35/65
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kuopion kaupunki, Mäntyrinteen perhetukikeskus	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyöprosessissa tuotettiin menetelmäopas, jonka ohjausmateriaalia työn tilaaja Kuopion kaupungin Mäntyrinteen perhetukikeskus voi käyttää lasten tunnetaitojen edistämiseksi. Työ on toiminnallinen opinnäytetyö, joka on koottu tunteiden tunnistamista auttavista tehtävistä. Tunnetaitojen tavoitteena on vahvistaa lasten tunnetaitoja sekä ohjata heitä tunnistamaan omia tunteitaan. Tunnetaitojen tavoitteena voidaan toteuttaa erilaisissa ohjaustilanteissa sekä omaohjaajatyöskentelyssä. Menetelmäopas soveltuu parhaiten varhaiskasvatustilanteille lapsille ja tunnetaitotehtäviä voi ammatillisessa työssä soveltaa lapsen kehitysvaiheiden mukaisesti.</p> <p>Opinnäytetyön raporttiin on koottu keskeistä teoriaa tunnetaitojen edistämisestä. ”Sijaishuoltoyksikkö lapsen kasvuympäristönä” kuvaa lastensuojelun käsitteen lisäksi sijaishuoltoa ja siihen kuuluvaa terapeutista näkökulmaa ja positiivista pedagogiikkaa. ”Kehitysteorioiden lasten tunnekasvatuksen lähtökohdista” kuvaa varhaista vuorovaikutusta, kuin myös kehitys- ja traumateorioita sekä tunnetaitojen edistämistä. ”Toiminnallisen opinnäytetyön tuoteistamisprosessi” kuvaa työskentelyvaiheita toiminnallisessa opinnäytetyössä.</p> <p>Sosionomi (AMK) voi ohjatessaan tukea ja kehittää tunnetaitojen edistämistä lasten kasvatustyössä. Vuorovaikutuksen ja kohtaamisen tukemisessa hän voi hyödyntää oppaan menetelmiä tukena vuorovaikutuksessa ja kohtaamisessa. Menetelmäoppaan taustateoriassa on käytetty positiivisen pedagogiikan menetelmiä, jonka tavoitteena on saada lapselle näkemys hänen tärkeydestään ja siitä että hänen elämänsä on arvokas. Haasteet ja vastoinkäymiset ovat vahvistavia ja kasvattavia kokemuksia.</p> <p>Johtopäätöksensä opinnäytetyöprosessissamme on, että tunnetaitojen edistämisen menetelmille on tarvetta lastensuojelun kentällä. Lastensuojelun ammattilaiset kohtaavat työssään toistuvasti asiakaslapsia, joilla on haasteita tunnetaitojen ilmaisemisessa ja ymmärtämisessä. Tunnetaitojen edistämisen avulla lastensuojelun ammattilaiset saavat työhönsä tueksi uusia mahdollisuuksia.</p>	
Avainsanat Lastensuojelu, tunnetaito, tunnekortit, varhaiskasvatus, positiivinen pedagogiikka	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Degree Programme in Social Services	
Author(s) Krista Lindqvist and Sasu Moilanen	
Title of Thesis Getting familiar with emotions: a guide to promote children ´s emotional skills	
Date 30.04.2021	Pages/Appendices 35/65
Client Organisation /Partners City of Kuopio, Mäntyrinne family support center	
<p>Abstract</p> <p>In the thesis process a method guide was produced and the client of the work, Mäntyrinne family support center of the city of Kuopio can use its guidance material to promote the emotional work for children. The work is a practical thesis, which is collected of tasks to help recognize emotions. The goal for emotional work is to strengthen the emotional skills of children and to guide them to recognize their own emotions. Emotional work can be carried out in various guidance situations and personal instructor working. The method guide is most suited for early childhood education aged children and emotional skill tasks can be adapted in professional work according to the stages of development of children.</p> <p>Key emotional work theories are collected in the thesis report. "Surrogate care unit as a child's environment" describes both the concept of child welfare as well as foster care and the therapeutic aspect and positive pedagogy related to it. "Development theories as the basis of children's emotional education" describes early interaction, development and trauma theories as well as theory related to emotional work. "The productization process of the practical thesis" describes the stages of work in the thesis. At the background theory for the method guide, methods of positive pedagogy are used with the goal to give the children an impression of their own importance and that their lives are valuable.</p> <p>From the thesis, one can conclude that there is a need for emotional work methods in the field of child welfare. During their work, child welfare professionals repeatedly encounter children with difficulties expressing and comprehending their emotions. With the help of emotional work methods, child welfare professionals get new possibilities to support their work.</p>	
<p>Keywords Child welfare, working with emotions, emotional cards, early childhood education, positive pedagogy</p>	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	6
2	SIJAISHUOLTOYKSIKÖ LAPSEN KASVUYMPÄRISTÖNÄ	7
2.1	Positiivisen pedagogiikan hyödyt varhaiskasvatusikäisille lapsille	8
2.2	Osallisuus ja arvostava kohtaaminen lastensuojelutyössä	10
2.3	Kuntouttava näkökulma sijaishuollossa	12
3	KEHITYSTEORIAMUKA LASTEN TUNNEKASVATUKSEN LÄHTÖKOHTANA	13
3.1	Kiintymyssuhdeteorian merkitys lapsen tunnekasvatuksen kehittämisessä	13
3.2	Varhainen vuorovaikutus merkitys tunnetaitojen kehittämisessä.....	14
3.3	Lasten tunne-elämän kehittyminen E. Eriksonin psykososiaalisen kehitysteorian mukaan.....	16
3.4	Lasten tunnetaitojen opettaminen	18
3.5	Lapsuuden haastavien kokemusten huomioiminen kasvatustyössä	20
3.6	Haastavista kokemuksista selviytyminen resilienssin avulla	21
4	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	22
4.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	22
4.2	Oppaan suunnitteluvaihe	23
4.3	Menetelmäoppaan toteuttamisvaihe	24
4.4	Oppaan arviointi	27
4.5	Työn eettisyys ja luotettavuus	30
4.6	Opinnäytetyön merkitys ja hyödynnettävyys	31
4.7	Oman sosiaalialan asiantuntijuuden kehittyminen	31
	LÄHTEET	33
	LIITE 1: PÄÄTÖS TUTKIMUSLUVASTA	36
	LIITE 2: KANSION INFOKIRJE	40
	LIITE 3: KANSION PALAUTELOMAKE / OHJAAJAT	41
	LIITE 4: KANSION PALAUTELOMAKE / LAPSET	42
	LIITE 5: MENETELMÄOPAS.....	43

KUVALUETTELO

KUVA 1. Testausvaiheen opas	26
KUVA 2. Testausvaiheen tunnekortit	27
KUVA 3. Testausvaiheen grafiikkaa.....	27
KUVA 4. Lapsen palaute	28
KUVA 4. Kuva valmiin oppaan ulkoasusta	29
KUVA 5. Valmiin oppaan grafiikkaa	29
KUVA 6. Valmiin oppaan fontti	30
KUVA 7. Tunneliikennevalot	30

1 JOHDANTO

Tunnetaidot ovat tunteiden tunnistamista, nimeämistä, säätelyä ja ilmaisemista. Ne ovat elämän perustaitoja ja niillä ihminen tulee toimeen paitsi itsensä, niin myös muiden kanssa. Erilaisissa tutkimuksissa on osoitettu, että tunnetaitojen opettaminen jo ihmisen varhaislapsuudesta lähtien on hyödyllistä. Kun lapsi oppii tunnistamaan eri tunneilmaisuja, lisääntyy hänen itsehillintänsä ja sosiaalinen kyvykyys. Tunnetaidot vaikuttavat koko lapsen myöhempään elämään. (Kiviluote, Honkakoski, Nissinen ja Aromaa 2019, 5, 22.)

Opinnäytetyöprosessi sai alkunsa Kuopion kaupungin Mäntyrinteen perhetukikeskuksessa tehdyistä havainnoista, että sijoitetuilla lapsilla esiintyy usein haasteita tunteiden tunnistamisessa sekä kielellisessä kehityksessä. Tästä syntyi tarve koostaa tunnetyön menetelmäopas lastensuojelussa työskenteleville ammattilaisille. Opinnäytetyömme on toiminnallinen kehittämistyö. Se vastaa kysymykseen, miten lasta voidaan tukea tunteiden käsittelyssä. Menetelmäopas on kohdennettu varhaiskasvatukseen, tarkennettuna viidestä kahdeksanvuotiaisiin lapsiin.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata lapsen tunne-elämän kehitystä ja sen tukemista lastensuojelutyössä. Kehittämistehtävänä suunniteltiin, toteutettiin ja arvioitiin lastensuojelun työntekijöille tunnetaitoja vahvistavia harjoituksia sisältävä opas. Tätä materiaalia voidaan käyttää työntekijän perehdytykseen sekä myös työmenetelmänä tunnetyöhön ja omaohjaajatyöskentelyyn. Oppaan tavoitteena on auttaa myös lastensuojelun asiakaslapsia tunteidensa tunnistamisessa.

Mäntyrinteen perhetukikeskus on lastensuojelulaitos, johon sosiaalityöntekijät sijoittavat lapsen asiakassuunnitelmassa määritellyksi ajanjaksoksi. Sijoitus tapahtuu avohuollon tukitoimenpiteenä, kiireellisenä sijoituksena tai huostaanottona lastensuojelulain mukaisesti. Mäntyrinteen perhetukikeskus toimii ympärivuorokautisesti. Siellä tuetaan lasten kasvua, kehitystä ja arjen hallintaa vanhempien sekä verkostojen kanssa tehtävällä yhteistyöllä. Perhetukikeskuksessa lapsi opettelee selkeiden sääntöjen avulla päivärytmiä ja sosiaalisia taitoja. Tarpeelliset tukitoimet arvioidaan yhteistyössä perheen ja verkostojen kanssa. (Kuopion kaupunki s. a.)

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä kuvaamme tunnetyöhön liittyviä teoreettisia lähtökoh-
tia, joka oli keskeistä tunnetyötä ajatellen. Tätä teoriaa hyödynsimme tunnetyön menetelmäopasta
tehdessämme. Koska teemme opinnäytetyömme sijaishuollon yksikköön, valitsimme opinnäytetyön
raportin alkuun teoriaa sijaishuollon kuntouttavasta näkökulmasta, lapsen osallisuuden toteutumista
lastensuojelutyössä, lastensuojelun ammattilaisen arvostavasta kohtaamisesta sekä positiivisen
pedagogiikan hyödyistä. Käsittelemme tunnetyötä opinnäytetyöraportissamme E. Eriksonin psyko-
sosiaalisen kehitysteoriaa, varhaista vuorovaikutusta sekä kiintymyssuhdeteoriaa hyödyntäen.

2 SIJAISHUOLTOYKSIKKÖ LAPSEN KASVUYMPÄRISTÖNÄ

Kodin ulkopuolelle sijoitettuja lapsia oli yhteiskunnassamme vuonna 2018 yhteensä 18 544 lasta ja nuorta. Lastensuojeluilmoitus tehtiin samana vuonna yhteensä 78 875 lapsesta. (Terveystieteiden tutkimuskeskus THL s. aa.) Vastuu lapsen hyvinvoinnista on ensisijaisesti hänen vanhemmillaan ja huoltajillaan. Kuitenkin viranomaisilla on velvollisuus tilanteen niin vaatiessa tukea vanhempia lasten kasvatuksessa. Lapsi ja perhe tulee tarvittaessa ohjata lastensuojelun piiriin. Lastensuojelun avulla mahdollistetaan lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, monipuoliseen ja tasapainoiseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun. Laissa lastensuojelu määritellään laajasti. Ennaltaehkäiseviä toimia painotetaan. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi voidaan ehkäistä lastensuojelun tarvetta. Ehkäisevällä lastensuojelulla apua ja tukea tarjotaan riittävän varhaisessa vaiheessa. Tärkeää ehkäisevää työtä tekevät esimerkiksi neuvolat, päiväkodit ja koulut. (THL 2019a.)

Yhteiskunnassamme lastensuojelusta säätelee lastensuojelulaki. Laki turvaa lapsen oikeuden turvalliseen kasvuympäristöön, monipuoliseen ja tasapainoiseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun. (Lastensuojelulaki 2007, § 1.) Yhdistyneiden kansakuntien (YK) sopimus säätelee lapsen oikeuksista, joita yhteiskuntamme on sitoutunut noudattamaan. Sopimuksen kolmannessa artiklassa säädetään, että siihen sitoutuneet valtiot takaavat lapsen hyvinvoinnille välttämättömän suojelun ja huolenpidon. (Unicef s. a.) Suomen perustuslaki säätelee lapsen tasa-arvoisesta kohtelusta yksilöinä ja siitä, että heidän tulee saada vaikuttaa kehitystään vastaavasti itseään koskeviin päätöksiin (Suomen perustuslaki 1999, § 6). Perusoikeuksia ei ole sidottu henkilön ikään ja siksi kaikilla lapsilla on lähtökohtaisesti samat oikeudet kuin kaikilla ihmisillä. (Saastamoinen 2010, XV).

Viranomaisen puuttuu perheen yksityisyyteen lastensuojelun asiakkaille toteutettavassa lastensuojelutyössä. Päätöksenteossa on tärkeää huomioida vanhempien ensisijainen velvollisuus ja oikeus päättää lapsensa kasvatuksesta ja hyvinvoinnista. Viranomaisen on pyrittävä auttamaan vanhempia heidän kasvatustehtävissään myös silloin, kun perhe saa lastensuojelulain mukaisia palveluja. Lasten hyvinvointia voidaan edistää lisäksi myös yhteiskunnallisilla toimilla. Näitä ovat esimerkiksi elinympäristön turvallisuus ja riittävät mahdollisuudet leikkiin. Yhteiskunnallisilla päätöksillä on vaikutusta lasten elämään, kuten liikenneratkaisuilla, alkoholipolitiikalla ja vanhempien työssäkäyntiin liittyvillä ratkaisuilla. Lastensuojelulla on kolme perustehtävää, jotka ovat kasvuoloihin vaikuttaminen, vanhempien tukeminen lasten kasvatuksessa ja varsinainen lastensuojelutehtävä. (THL 2019a.)

Koska opinnäytetyömme tilaaja oli lastensuojeluyksikkö, koimme tarpeelliseksi koostaa siitä teoreettista opinnäytetyömme raporttiin. Lastensuojelulaitoksessa voidaan järjestää lastensuojelulaissa tarkoitettua lapsen sijaishuoltoa sekä sen 37. § säädettyä sijoitusta avohuollon tukitoimena. Lastensuojelulaki säätelee lastensuojelulaitoksiksi lastenkodit, koulukodit sekä näihin rinnastettavat muut lastensuojelulaitokset. (Lastensuojelulaki 2007, § 57.) Lastensuojelulaitoksia ylläpitää kunnat, valtio ja yksityiset toimijat. (Saastamoinen 2010, 10). Perhehoito on pääsääntöinen sijoitusmuoto alle 12-vuotiaiden lasten ja nuorten kohdalla. Laitossijoitus voi olla vanhemmille hyväksyttävien vaihtoehtojen sijaan, sillä laitosta ei välttämättä koeta samalla tavoin kilpailijana vanhemmuudelle kuin perhehoitajia. Laitossijoitukseen päädytään tilanteissa, joissa perhehoito ei voida tarpeeksi hyvin vastata sijoituksen tarpeeseen. Laitossijoitus on perhehoitoa todennäköisempi vaihtoehto, jos sijoitettavalla lapsella on päihteiden ongelmakäyttöä, itsetuhoisuutta tai haastavaa käyttäytymistä. (THL 2017, 11.)

Perheiden arjessa ja elämänhallinnassa esiintyvien ongelmien luokittelu on haastavaa, sillä ne voivat muodostaa kokonaisuuksia, johon useat eri asiat ja ongelmat vaikuttavat. Lasten sijoitusten yhteydessä kohdataan perheiden pitkään jatkuneita haasteita, joissa ylisukupolvisen huono-osaisuuden katkaisemiseen tarvitaan yhteiskuntapoliittisia ratkaisuja yksilöllisten interventioiden ohella. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos on tutkinut perheiden elämänhallinnan ongelmia. Lasten sijoitusten taustalla ovat usein perheen tai vanhempien erillään asumiseen liittyvät tekijät sekä perheen taloudelliset vaikeudet. Vanhempien työhön ja työaikoihin liittyvät tekijät ovat näkyvissä sijoitusten taustatekijöinä, samoin kuin vanhempien työttömyyteen liittyvät seikat. Vanhemman fyysinen sairaus oli läsnä lapsen tilanteen taustalla noin joka neljännen sijoitetun lapsen kohdalla. Vanhemman vammaisuus tai kehitysvammaisuus esiintyi lapsen sijoituksen taustalla vain muutamassa prosentissa vastauksista. Lähes joka toisen lapsen perheessä sosiaalityöntekijät paikansivat vaikeuksia, jotka liittyvät vanhemman toiminnan ohjaamiseen. Tällä tarkoitetaan tilanteita, joissa työntekijän on vaikea ohjata vanhempaa ja vanhemman on vaikea ohjata omaa tai lapsensa toimintaa. (Heino, Hyry, Ikäheimo, Kuronen ja Rajala 2016, 3–68.)

Lapsen vanhempiin paikannetuista ongelmista korostuivat eniten mielenterveysongelmat. Joka kolmas sijoitetuista lapsista tuli perheestä, jossa vanhemmalla ilmeni mielenterveysongelmia. Joka neljännen lapsen kohdalla vanhemman alkoholinkäytön arvioitiin vaikuttavan paljon lapsen tilanteen taustalla. Useamman kuin joka viidennen lapsen perheessä ilmeni tai epäiltiin vanhemman muuta päihteiden ja huumeiden käyttöä. Lähes 30 prosenttia lapsista oli tilanteessa, jossa lapsen pahoinpitely tai sen epäily tunnistettiin. Yli puolet lapsista asui perheissä, joissa vanhempien uupumus ja jaksamattomuus olivat usein sijoituksen taustalla. Vastaavasti kasvatustyylin sopimattomuus, sen ankaruus tai rajattomuus suhteessa lapsen tarpeisiin oli yleistä. Joka toisen lapsen kohdalla tarpeisiin vastaamaton kasvatustyyli oli paljon sijoituksen taustalla. Kolmella neljästä lapsen vanhemman avuttomuus ja osaamattomuus vastata lapsen tarpeisiin lapsesta näkyi sijoituksen taustalla. Lapsen hoidon laiminlyöntiä oli paljon lähes joka viidennen sijoitetun lapsen taustalla. Lasten elämässä näkyivät perheen sisäiset tai uusperheiden väliset vuorovaikutusongelmat ja ristiriidat. Perheväkivalta tai sen uhka esiintyi sosiaalityöntekijöiden arvion mukaan lapsen tilanteen taustalla lähes joka toisella. (Heino, Hyry, Ikäheimo, Kuronen ja Rajala 2016, 69–70.)

2.1 Positiivisen pedagogiikan hyödyt varhaiskasvatusikäisille lapsille

Positiivinen pedagogiikka on tärkeässä roolissa monessa työssä, jossa toimitaan lasten kanssa. Se liittyy vahvasti tunnetyöhön ja siksi valitsimme sen osaksi opinnäytetyömme teoreettista viitekehystä. Positiivisen pedagogiikan tavoitteena on tuoda lapsi tietoiseksi omista kyvyistään ja auttaa häntä tunnistamaan oma potentiaalinsa. Kasvatuksen tehtävänä on opettaa lapselle taitoja, jotka palvelevat paitsi yksilöä, myös yhteiskuntaa. Asioiden opettamisesta on hyötyä vain, jos osaaminen tulee käyttöön. Lapsella tulee olla rohkeutta ja sinnikkyyttä käyttää tietoaan ja itsesääätelykykyään siten, ettei vastoinkäymiset saa häntä luovuttamaan. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 9–10.) Positiivisen pedagogiikan tarkoituksena ei ole tuottaa pelkästään myönteisiä tunteita. Sillä ei tavoitella vain onnellisuutta, vaan näkemystä hänen oman elämänsä merkityksellisyydestä ja arvosta. Positiivisessa pedagogiikassa vastoinkäymiset, haasteet ja erilaiset negatiiviset kokemukset nähdään oppimisen kokemuksina, jotka luovat sitkeyttä ja henkistä vahvuutta. (Leskisenoja 2017, 12.)

Joustava luonne ja vaikeuksista selviytymisen kyky ovat yhteydessä oppimiseen. Sinnikkyiden ja itsesäätelyn on todettu lisäävän koulumenestystä. Useat tutkimukset osoittavat hyvinvoivan ja vahvaluonteisten yksilöiden menestyvän muita todennäköisemmin monilla elämän osa-alueilla. Luonteen vahvuus ennustaa onnellisuutta ja onnellisuus puolestaan on yhteydessä myönteisiin ihmissuhteisiin, luottavaisuuteen ja sinnikkyteen. Etenkin henkilöt, jotka osaavat tunnistaa omat vahvuutensa, osaavat käyttää niitä voimavaroinaan, saavuttaakseen elämässään myönteisiä ja toivottavia asioita. Kannustava palaute ja omien vahvuuksien löytäminen sekä niistä nauttiminen avaavat myönteisen kehityspolun kohti tulevaisuutta. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 9–10.)

Varhaiskasvatuksen ja lastensuojelun työntekijät ovat osana luonteen kehittämisessä työnsä kautta. Luonteenkasvatus on puhe- ja käyttäytymistä, tunteiden hallintaa ja sitä, millaisiin tekoihin toisia ihmisiä kannustaa. Vahvuuksien rakentaminen ja toisissa olevien positiivisten potentiaalien huomaa-minen tulee esiin odotuksissa, joita henkilö kohdistaa toisiin. Tämän vuoksi luonteenvahvuuksien opettaminen ja niiden oppiminen on aikuisten ja lasten jakama kokemus. Lapset tarkkailevat, mitä aikuiset tekevät ja oppivat näiden esimerkistä. Sen, mitä lapsilta vaaditaan, tulee näkyä myös varhaiskasvattajan itsensä työssä. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 12–13.)

Positiivista pedagogiikkaa voi tarkastella yhdessä positiivisen psykologian kanssa. Positiivisen psykologian edistäjänä voidaan katsoa olevan Martin Seligman. Huolimatta siitä, että hyvät asiat ovat keskiössä, voivat negatiiviset tunteet olla jopa myönteisiä tunteita hyödyllisempiä. Esimerkiksi suru saa ihmisen keskittymään yksityiskohtiin ja tehostamaan tiedonkäsittelyä. Ahdistus auttaa uhkaavissa tilanteissa löytämään nopeita ratkaisuja ja syyllisyyden tunne toimii ihmisen moraalisenä kompassina. Negatiiviset kokemukset jättävät ihmiselle usein syvän jäljen. Negatiiviset tunteet ovat vahvoja ja ne varastavat helposti ihmisen huomion. Keskittyminen negatiiviseen informaatioon suojelee ihmistä ja se on peräisin menneisyydestä, jolloin tämä ominaisuus oli välttämätön elossa pysymisen kannalta. Negatiivisia tunteita vastaan ihmisen tulisi etsiä ympäriltään myönteisiä asioita. (Leskisenoja 2017, 12–40.)

Positiivisessa pedagogiikassa keskeistä on negatiivisten ja positiivisten asioiden tasapainoisuus. Tällä ei tarkoiteta sitä, että kokemuksia tulisi olla saman verran. Parhain tila saavutetaan, kun jokaista negatiivista kokemusta kohtaan ihminen kokee vähintään kolme myönteistä tunnetta. Myönteiset tunteet myös rakentavat resilienssiä, joka auttaa ihmistä selviytymään vastoinkäymisistä sekä haasteista. Myönteiset tunteet muodostavat ihmisen hyvinvoinnin perustan. Kun ihminen kokee iloa, kiinnostusta, rakkautta ja tyytyväisyyttä, on sillä monia myönteisiä vaikutuksia. Myönteiset tunteet auttavat ihmistä ajattelemaan luovemmin, ratkaisemaan ongelmia sekä oppimaan nopeammin. Lisäksi ne vahvistavat terveyttä ja ihmisen fyysistä toimintakykyä. Ne nopeuttavat stressistä ja negatiivisista tunteista toipumisessa. Tutkimusten mukaan onnellisemmat ihmiset menestyvät paremmin jokaisella elämänaalueella, kuten esimerkiksi koulussa, työssä ja ihmissuhteissa. Siksi myönteiset tunteet antavatkin lapelle voimavaroja koulunkäyntiin. (Leskisenoja 2017, 12–39.)

2.2 Osallisuus ja arvostava kohtaaminen lastensuojelutyössä

Osallisuuden edistäminen on yksi Euroopan unionin ja Suomen hallituksen tavoitteista. Osallisuuden edistämällä pyritään vähentämään eriarvoisuutta sekä vähentämään syrjäytymistä. Tärkeässä osassa osallisuudessa on mahdollisuus vaikuttaa omaa elämää koskeviin päätöksiin. Lapsen oikeutta osallisuuteen kaikissa häntä koskevissa asioissa on suojattu vahvasti lainsäädännössä. Kansallisen lainsäädännön perusta on kansainvälisessä YK:n Lapsen oikeuksien yleissopimuksessa, jonka mukaan osallisuus on yksi kaikkea viranomaistoimintaa läpäisevä perusoikeus. (THL 2019b; THL 2019c.)

Suomen lainsäädäntö perustuslaista lähtien painottaa, että asianosaisilla on aina oikeus saada tietoa heitä koskevista asioista sekä oikeus kertoa niistä omat näkemyksensä. Iän vuoksi ketään ei voida sulkea tämän oikeuden ulkopuolelle. Viranomaisilla on erityinen velvoite kohdella lapsia tasa-arvoisesti yksilöinä ja antaa heille mahdollisuus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin heidän kehitystään vastaavalla tavalla. Lastensuojelulaki nostaa korostaen esiin lapsen asianosaisuuden jokaisessa lastensuojeluprosessin vaiheessa. Laista ja sen taustateksteistä käy ilmi, että tavoitteena on turvata lapsen todellinen osallistuminen omien asioidensa hoitoon. Sosiaalihuoltolain 10 §:n mukaan palvelujen järjestämisessä ja kehittämisessä on erityisesti kiinnitettävä huomiota lasten ja nuorten tarpeisiin ja toiveisiin. (Perustuslaki 6 §; THL 2019c.)

Kaikessa kasvatustyössä tärkeintä on kohtaaminen. Ammattilaisilla on käytössään monia työmenetelmiä, mutta jos kohtaaminen unohdetaan, ei ammattitaito tuota haluttua lopputulosta. Lapsen persoonan kunnioittaminen ja hänen arvonsa ymmärtäminen ovat osa hyvää ja vahvistavaa kohtaamista turvallisen aikuisen kanssa. Nämä mahdollistavat lapsen huolenpidon ja hyväksymisen. (Mattiila 2011, 9.) Lisäksi lapselle tulee mahdollistaa aktiivinen rooli. Hänen tulee saada tietoa itseään koskevista asioista ja roolistaan päätöksenteossa. (Saastamoinen 2010, 122). Tulevina sosiaalialan ammattilaisina ymmärrämme, että työntekijöinä meidän tulee toimia tavalla, jossa arvostava kohtaaminen on mahdollista.

Kohtaaminen ymmärretään keskeiseksi asiaksi ihmisten välisessä kanssakäymisessä. Se luo perustan kaikelle ihmisten väliselle toiminnalle. Kohtaaminen mahdollistaa yhteyden luomisen ja luottamuksen herättämisen. Kohtaaminen ei ole vain pinnallista tapaamista, vaan se on monilla tavoin kasvokkain asettumista toisen henkilön kanssa. Kohtaamisen monitahoisuus syntyy hyvistä eleistä, kuten hyväksyvistä katseista. Eleiden osoittamista todeksi tarvitaan toisen ihmisen kuulemista ja nähdyksi tulemistä. Hyvä kohtaaminen edellyttää rohkeutta ja nöyryyttä sekä toisen ihmisen elämän ja ihmisyyden arvostamista. Se perustuu tietoisuudelle siitä, että jokainen yksilö on ainutkertainen ja arvokas persoona. (Mattiila 2011, 15–17.)

Lapsen kohtaaminen on aina erityistä, sillä aikuisen ja lapsen roolit ovat keskenään erilaisia. Kohtaamisissa aikuisilla on isompi rooli. Aikuiselta odotetaan joustavuutta, myötätuntoisuutta ja sensitiivisyyttä. Kasvatustehtävässä olevat aikuiset turvaavat lasten vahvistavan kohtaamisen. On aikuisen vastuulla, että lapsi kokee olonsa turvalliseksi ja että hänen persoonaansa kunnioitetaan, vaikka hänen tarinansa tai tapansa kertoa siitä herättäisi hänessä itsessään kielteisiä tunteita. Lapsen mieli piirtää jatkuvasti kokonaiskuvaa siitä, millainen hän itse on, millaisia muut ovat ja kuinka elämä kantaa häntä. (Mattila 2011, 18.)

Sijaishuollon toteuttaminen edellyttää osaamista, josta säädetään laissa Laki sosiaalihuollon ammattihenkilöistä. Lain tarkoituksena on edistää asiakasturvallisuutta ja sosiaalihuollon asiakkaan hyvää kohtelua ja oikeutta hyvänlaatuiseen sosiaalihuoltoon. Lisäksi laki säättää, että sosiaalihuollon ammattilaisen tulee kehittää ja ylläpitää ammattitaitoaan sekä perehtyä ammattitoimintansa määräyksiin ja säännöksiin. (Laki sosiaalihuollon ammattihenkilöistä 2015, § 1, 5.)

Lastensuojelua toteuttavat sijaishuoltoyksioissa eri ammattilaiset yhdessä sosiaalityöntekijöiden ja lastensuojelun sosiaaliohjaajien kanssa. Lastensuojelun ammattilaiset tekevät erilaista ohjaus- ja neuvontatyötä tukien asiakkaiden hyvinvointia sekä toimintakykyä. Ammattilainen käyttää ammattitaitoaan hyödyksi ja vahvistaa asiakasta muutoksessa. Tarkoituksena on, että eri ammattilaisten osaaminen hyödynnetään siten, että asiakkaalle voidaan tarjota parhain mahdollinen tuki ja apu. Jotta nämä tavoitteet täyttyvät, on tiettyihin lastensuojelun tehtäviin asetettu kelpoisuusvaatimus. Tällainen on esimerkiksi sosiaalityöntekijän ammatinharjoittamisoikeus. (THL s. ab.)

Lastensuojelun sijaishuollossa on rakenteiltaan erilaisia yhteisöjä, kuten perhehoitoa, ammatillisia perhekoteja ja laitoksia. Yhtenäistä niissä on kuitenkin ihmiset ja heidän vuorovaikutuksensa lasten välillä. Hyvä vuorovaikutus mahdollistaa lapsen terveen kasvun. Lastensuojelun ammattihenkilöstön lähtökohdat voivat olla poikkeavia toisistaan, sillä heillä on erilaiset motiivit, koulutus ja elämänhistoria. Tärkeää työssä on kuitenkin se, että lapsesta huolehtivat ammattilaiset ymmärtävät lapsen kasvua ja kehitystä. Tämän lisäksi työntekijällä tulee olla kyky tutkia omaa toimintaansa vuorovaikutusprosessissa ja erottaa omat tunteensa työstä.

(Häkkinen 1999, 119.)

Moniammatillinen asiantuntemus turvataan lastensuojelulain kautta. Laki säättää kunnan velvollisuudesta huolehtia lapsen asioista vastaavalle sosiaalityöntekijälle käyttöön tarvittavaa asiantuntemusta lapsen kasvun, kehityksen, terveydenhuollon ja oikeuden turvaamiseen. Kunnan tulee yksin tai yhdessä useamman kunnan kanssa asettaa sosiaali- ja terveydenhuollon edustajista, lapsen kasvun ja kehityksen asiantuntijoista sekä muista lastensuojelutyössä tarpeellisista asiantuntijoista muodostuva asiantuntijaryhmä. Tämä toiminnallinen asiantuntijaryhmä avustaa sosiaalityöntekijää sijaishuoltoon ja huostaanottoon kuuluvien asioiden valmistelussa sekä myös muussa lastensuojelun toteuttamisessa. Lisäksi ryhmä antaa myös lausuntoja päätöksenteon tueksi. (Lastensuojelulaki 2007, § 14.)

Lastensuojelun sijaishuollossa sosionomi (AMK) voi työskennellä lastensuojelulaitoksessa tai lastensuojeluyksikössä ohjaajana, omaohjaajana tai vastaavana ohjaajana. Tehtävänä on vastata kasvatustehtävästä ja toteuttaa asiakassuunnitelmassa määritellyjä tavoitteita. Sosionomi turvaa lapsen yksilöllisen kasvun ja kehityksen sekä turvallisen ja normaalin arjen. Tämä vaatii häneltä kykyä muuttaa tavoitteet toiminnaksi. Tärkeää työssä on yhteydenpito lapsen elämän kannalta merkittävien ihmisten ja viranomaisten kesken. Hän vastaa lastensuojelulaitoksessa tai lastensuojeluyksikössä lapsen kasvatussuunnitelman toteuttamisesta. Työhön voi kuulua myös suunnittelu- ja johtamistyötä. (Mäkinen, Raatinen, Rahikka ja Saarnio 2011, 87–88.)

2.3 Kuntouttava näkökulma sijaishuollossa

Sijoitettujen lasten elämään on ennen sijoitusta liittynyt tapahtumia, jotka ovat eri tavoin olleet traumaattisia. Laitostyön lähtökohtana tulisi olla terapeutisuus ja lapsen kokemuksiin vastaaminen ja siksi on tärkeää, että työntekijöille on keinoja, joilla voidaan tunnistaa lasten elämäntilanteiden erityisyyttä ja vahvistaa niistä selviämistä. Lasta tulee auttaa trauman käsittelyssä ja muutosten aikaan saamisessa siten, etteivät kokemukset vaurioita lasta pysyvästi. Terapeutisuus liittyy myös ajatuksen lapsen turvallisesta elinympäristöstä, jonka tulisi tarjota lapselle tukea ja suojelua. Sen tulisi mahdollistaa myös lapsen koulunkäynti, sosiaalisten taitojen oppiminen ja kiinnittyminen mahdollisimman normaaleihin lapsuuden instituutioihin, yhteisöihin ja palveluihin. Terapeutiseen orientaatioon liittyy kiinteästi yhteistyö lapsen ja lapsen perheen kanssa. Työskentelymallien tulee, mikäli mahdollista, vahvistaa sijoitetun lapsen ja hänen vanhempiansa yhteydenpitoa, sekä mahdollistaa ja tukea perheenjäsenten osallisuutta ja osallistumista. (THL 2017, 17.)

Eronen ja Laakso ovat tutkimuskatsauksessaan tarkastelleet lastensuojelun sijaishuollon kuntouttavia ja kasvatuksellisia näkökulmia kansainvälisen tutkimuskeskustelun pohjalta. Katsauksessaan he havaitsivat, että lastensuojelun laitoshoidon kasvatuksellisuutta ja kuntouttavuutta koskevat viimeaikaiset tutkimukset ryhmittyvät kolmeen suuntautumiseen. Yksi näistä on terapeutinen, joka keskittyy siihen, miten lasten erityisiin kehityksellisiin tarpeisiin pystytään vastaamaan. (Eronen ja Laakso 2016, 4.) Lisäksi lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma-hankkeen (LAPE) laitospalveluun mallinnuksen viitekehikseksi on valittu terapeuttisen laitospalvelun orientaatio käytettäväksi kehitettäessä, valvoessa, kilpailuttamisessa ja yhteistyön tekemisessä lastenpsykiatrian kanssa (Timonen-Kallio, Yliruka, ja Närhi 2017, 4). Jotta voidaan taata aito ja kunnioittava kohtaaminen lapsen kanssa, laitospalvelun toteuttajat tarvitsevat hyviä vuorovaikutustaitoja, empatiaa ja kykyä asettua toisen ihmisen asemaan (Timonen-Kallio, Yliruka, Närhi 2017, 26).

3 KEHITYSTEORIAM LASTEN TUNNEKASVATUKSEN LÄHTÖKOHTANA

On tärkeää tukea lasten tunne-elämää sekä itsetuntoa, sillä pieni lapsi on herkkä vaikutteille. Lapsuuden kokemukset vaikuttavat hänen myöhempään elämäänsä. Kokemuksia voi olla hankala muuttaa, muttei se ole mahdotonta. Kun lapsi saa hyvän itsetunnon, auttaa se hän kehittymään tasapainoiseksi aikuiseksi. Kaikissa perheissä eri tilanteiden vuoksi lapsi ei saa aineksia vahvaan itsetuntoon, ja tämän vuoksi lastensuojelussa tulee tukea lasten itsetunnon kehitystä. (Cacciatore, Korteniemi-Poikela ja Huovinen 2008, 12–44.)

Kartoitimme lasten tunnekasvatusta kiintymyssuhdeteoriaa, varhaista vuorovaikutusta ja E. Eriksonin psykososiaalista kehitysteoriaa mallintaen. E. Erikson kuvaa kehitysteoriassaan pienten lasten psykososiaalista kehittymistä aina vauvaiästä myöhempään lapsuuteen ja siksi käsittelemme sitä opinnäytetyössämme.

3.1 Kiintymyssuhdeteorian merkitys lapsen tunnekasvatuksen kehittämisessä

Turvallisesti kiintynyt lapsi oppii säätelemään tunteita myöhemmässä elämässä. Vastaavasti turvatomissa lähisuhteissa eläneellä lapsella on vaikeuksia tunteiden hallinnassa. Siksi kiintymyssuhdeteoriam linkittyy vahvasti tunnetyöhön ja myös meidän opinnäytetyöhömmem. (Belt 2013.) Ihmisen perustarvetta toiseen ihmiseen selitetään kiintymyssuhdeteoriam avulla. (Kanninen ja Sigfrids 2012, 28.) Kiintymyssuhdeteoriam on luonut brittiläinen psykiatri ja psykoanalyytikko John Bowlby. Hän ajattelee teoriassaan, että lapsen varhaista kehitystä säätelee tarve turvallisuuden tunteelle ja pyrkimys olla vaarallisissa tilanteissa lähellä hoivaavaa aikuista. (Sinkkonen 2004.) Syntyessään lapsi on avuton, siksi hänen sosiaalistumisensa ja eloonjääminen edellyttää kiintymistä häntä hoivaavaan ihmiseen. Pieni lapsi pyrkii aktiivisesti ylläpitämään psyykkistä ja fyysistä läheisyyttä hoivaajaan. Yhteydenpitokeinoja vauvaikäisellä on imeminen, katsekontakti, hymy, tarttuminen, itkeminen, jäljittely, jokeltelu, ääntely, seuraaminen ja syliin pyrkiminen. (Sinkkonen ja Kalland 2011, 30.)

Oikeanaikaisesti lapsen tarpeet huomioivaan huolenpitoon ja kasvattajan luotettavaan läsnäoloon rakentunut kiintymyssuhde on yhteydessä hyvään ja rakentavaan tunteiden säätelyyn. Jos kiintymyssuhde lujittuu entisestään lapsen ollessa neljän ja kuuden ikävuoden välillä, ennustaa se parantunutta tunteiden säätelykykyä ikävuosien kuudesta kahdestaan aikana. Turvallisen kiintymyssuhteen kokeneet lapset uskaltavat myöhemmässä vaiheessa elämäänsä hakea turvaa toisista ihmisistä ja osoittavat siten kykyään hyödyntää sosiaalista lähiverkkoaan tunteiden säätelyssä. (Kokkonen 2017, 88.)

Ihmisen aivoissa voidaan ajatella olevan kaksi toimintavaihdetta, jotka ovat ulospäin virittynyt tutkiminen sekä hätävaihe. Ulospäin virittynyt tutkiminen on sosiaalista lähestymistä, mutta hätävaiheen aikana ihmisen puolustusreaktiot aktivoituvat. Nämä saavat ihmisen esimerkiksi pakenemaan tai jähmettymään ja varmistavat, että hän jää eloon. Jos ihminen kokee olonsa turvalliseksi, suuntaa hän huomion itsestään ulospäin, jolloin hän on aktiivinen ihmissuhteissa. Kun ihminen kokee olonsa uhatuksi, aktivoituu hätävaihe. Lievänä tämä näyttäytyy lapsen kohdalla siten, että lapsi näyttää tarpeensa läheisyyteen itkemällä. Voimakkaat reaktiot näkyvät lapsen hätäntyessä erotilanteissa niin paljon, että hän lyö, rimpuilee ja pyrkii pakenemaan. (Kanninen ja Sigfrids 2012, 28–29.)

Jähmettymisreaktiossa lapsi antaa periksi. Kun lapsi jää seisomaan paikalleen, voi se antaa myös kuvan rauhallisuudesta. Sisällään lapsi voi kuitenkin samalla kokea valtavaa ahdistusta ja pelkoa. Tilanteessa kaikki lapsen energia menee puolustautumiseen ja toimintaan. Tällöin lapsen on hankalaa ajatella johdonmukaisesti. Lapsen keho palaa lepotilaan, kun ahdistava tilanne on ohi. Tämän jälkeen lapsi voi taas keskittyä ympäristöönsä. Jotta lapselle ei jää tilanteesta traumoja, tarvitsee hän tukea turvalliselta aikuiselta. (Kanninen ja Sigfrids 2012, 29.)

Kaltoinkohtelu, fyysinen ja henkinen laiminlyönti sekä väkivalta ovat yleisimpiä syitä kiintymyssuhteen häiriöiden taustalla. Äidin ollessa ahdistunut raskausaikanaan, voivat hänen stressihormoninsa vaikuttaa sikiön kehitykseen. Aivot ovat herkkä elin ja krooninen stressi voi aiheuttaa muutoksia niiden toimintaan. Lapsen toistuva kaltoinkohtelu on kokonaan ristiriidassa hyvän ja lasten tunteita huomioivan hoidon kanssa. Pitkään jatkuessaan huono kohtelu synnyttää lapsen mielessä vääriä toimintamalleja, jotka liittyvät häneen itseensä, toisiin ja ihmissuhteisiin. Jatkuva kaltoinkohtelu vahvistaa lapsen maailmankuvaa, joka on kehittynyt kaoottiseksi ja epäluotettavaksi. (Becker-Weidman 2008, 37.)

3.2 Varhainen vuorovaikutus merkitys tunnetaitojen kehittämisessä

Varhainen vuorovaikutus alkaa jo raskausaikana, kun äiti ja kohdussa oleva vauva tuntevat fyysisesti toistensa liikkeitä. Sikiöaikana äidin lempeä ääni saa vauvassa aikaan mielihyvän liikkeitä ja ilmeitä, kova ääni vastaavasti pelästyttää sitä. Sikiö tunnistaa kipua ja lämmön vaihteluita ja näkee unia. Äidille syntyy mielikuvia lapsestaan ja omasta äitiydestään. Äidin mielikuvat ja kokemukset vauvan isästä sekä omista vanhemmistaan vaikuttavat varhaiseen vuorovaikutukseen. Vuorovaikutuksella on todettu olevan suuri vaikutus hermoston säätelyn kehitykselle. Tunteet ja ajattelu kehittyvät neurobiologian, perimän ja vuorovaikutuskokemusten myötä. Varhainen vuorovaikutus jättää jäljen lapsen kehoon ja mieleen. Vuorovaikutussysteemi vauvan ja äidin välillä on herkkä ja helposti haavoittuva. Vauvan psyykinen tai fyysinen poikkeavuus, keskosuus tai vanhemman järkkynyt mielentila voivat vaikuttaa suhteeseen haavoittavasti. (Siltala 2003, 17-22.) Hyvien vuorovaikutuskokemusten avulla saadaan mahdollistettua lapselle kyky empatiaan. (Mäkelä 2016, 11-13.)

Lapsi on syntyessään utelias ja hakee yhteyttä ympäristöönsä ja etsii aisteillaan äitiään. Äidin tuttu tuoksu, ääni ja liikkeet sekä katse ja kosketus kutsuvat vauvaa häntä kohti. Riittävän hyvä fyysinen läheisyys voimistaa vuorovaikutusta, mutta liian voimakas heikentää sitä. Liian voimakas vuorovaikutus voi olla sitä, että äiti yrittää vaatia vauvalta enemmän viestejä, kuin tämä kykenee antamaan tai vaatii ahdistunutta lasta iloiseksi. Kun tietyt tapahtumat toistuvat usein, lapsen mielessä syntyy syyseuraussuhteita. Kun vauva itkee nälkäänsä, hoivaaja saapuu ruokkimaan häntä ja tarjoamaan lohtua pahaan oloon. Lapsi myös tutkii, mitä tapahtuu hänen ilmaistessaan voimakkaita negatiivisia tunnetiloja. Tulevatko vanhemmat silloin lähemmäs vai loittonevatko he. Vanhempien reflektointikyky on turvallisen kiintymyssuhteen kannalta välttämätöntä. Vanhemman täytyy eläytyä lapsen tunnetiloihin, jotta hänen oma kykynsä käsitellä tunteita voi kehittyä. (Siltala 2003, 26-27.)

Riittämätöntä vuorovaikutusta on vanhempien liian vähäinen ajan viettäminen vauvan kanssa tai jopa fyysisesti yksin jättäminen eli heitteillejätto. Riittämättömässä vuorovaikutuksessa esiintyy usein vanhempien liian vähäinen katsekontakti, vähentynyt vuorovaikutuspuhe ja vähentynyt mielihyvä vauvan kanssa olemisesta. Silloin vauvan fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset tarpeet eivät toteudu. Vauvalla se näkyy haluttomuutena hakea katsekontaktia, kasvojen ilmeiden vähenemisenä, ääntelyn ja liikkeiden vähäisyydellä, hitaana reagoitina ärsykeille, ongelmina nukkumisessa ja syömisessä sekä ärtyneisyytenä ja tyytymättömyytenä. Ongelmat vuorovaikutuksessa tulee ottaa vakavasti ja perheet tulee ohjata tukitoimenpiteiden ja hoidon piiriin. (Puura ja Hastrup 2018.)

Lapselle jo pienikin asia merkitsee yhdessäolon katkeamista, esimerkiksi varhaiskasvatuksessa oleminen merkitsee lapselle toistuvaa eroa hänelle tärkeisiin perheenjäseniin. Jos ero ei ole pitkä, on lapselle kehittävää nähdä kodin lisäksi myös muuta maailmaa. Sisäisen mielikuvan avulla lapsi kestää eron niin pitkään, kun hän säilyttää mielikuvan. Tähän voi auttaa esimerkiksi antaa lapselle mukaan pehmolelu tai valokuvia perheenjäsenistä, joita lapsi voi ikävän hetkellä katsella. Sisäisiä mielikuvia lapselle muodostuu pitkän yhteisen kanssakäymisen seurauksena. Uusien vuorovaikutuskokemusten kautta aikaisempia mielikuvia voidaan vahvistaa, täydentää tai muuntaa. Kun lapsella on käytössään muistoja, ei myös erossa oleminen ole niin tuskallista. (Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen ja Ahokas 2010, 112–113.)

Jos varhaisessa vuorovaikutuksessa tapahtuu katkoksia ja lapsen elämästä katoaa hänelle tärkeät ihmiset, voi poissaoleviin ihmisiin liittyvien mielikuvien kehittyminen jäädä kesken. Kun lapsi on erossa vanhemmistaan, auttaa sen käsittelyssä esimerkiksi vanhemman valokuvat. Tulee kuitenkin muistaa, että luopuminen on toisinaan myös paras vaihtoehto lapselle, koska joskus suhde voi tuoda enemmän huonoa kuin hyvää. Lapsi voi kokea kaltoinkohtelua, joka jättää häneen jäljen. Se voi myöhemmin ilmetä häpeän, huonommuuden ja arvottomuuden tunteina. Lisäksi lapsi voi olla vihamielinen ulkomaailmalle. Kun lapsi on vuorovaikutuksessa läheisen ihmisen kanssa, hahmottuu hänelle yhteisyys ja erillisyyt muun maailman ja hänen itsensä kanssa. Lapsen kolmen ensimmäisen vuoden aikana suhteessa hoitajaan hänen minänsä rajat kehittyvät. Lapsen psyykinen maailma eriytyy ja näin hän yksilöityy. Voidaan nähdä, että eriytymisprosessi alkaa lapsen ottaessa askelia äidistä pois päin. Toisen ikävuoden kohdalla lapsella on erityishuomion vaihe, jolloin hän lähestyy äitiään uudelleen, ennekuin lopulta hän alkaa luottamaan omaan itseensä. (Suoninen ym. 2010, 113–121)

Lapsi luokittelee hänen ympäristössään olevan tärkeät ihmiset tärkeysjärjestykseen. Tämän lapsi tekee kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana saadun kokemuksen kautta. Voidaan ajatella, että tällaisia luokkia on ainakin kolme. Ensimmäinen kiintymyssuhde lapselle on henkilö, jonka seurauksella lapsi valitsee kaikista mieluiten. Toinen luokka on toissijaiset kiintymiskohteet, joita lapsi käyttää ensisijaisen kiintymiskohteen korvikkeina. Viimeinen luokka on lapselle kiinnostamattomat ihmiset. Lapselle kehittyy noin puolen vuoden iässä kyky erottaa tärkeät ihmiset ei-tärkeistä ihmisistä. Tästä ensimmäisiä merkkejä voidaan nähdä vierastamisreaktiossa, jossa lapsi hahmottaa eron tärkeisiin ihmisiin ja ulkomaailmaan. Pienen lapsen itku vieraan ihmisen näkemisestä johtuu siitä, että lapsi on oppinut tekemään eron tutun ja tuntemattoman välillä. (Suoninen ym. 2010, 118–118.)

Suomessa pienet lapset aloittavat yleensä varhaiskasvatuksen ensimmäisen ja toisen ikävuoden aikoihin. Tällöin lapsi saa hoitajista ja toisista lapsista monia uusia ihmissuhteita. Jo varhaisessa vaiheessa lapsi voi muodostaa merkittäviäkin suhteita kodin ulkopuolisiin ihmisiin. Näillä ihmissuhteilla on merkitystä lapsen omanarvontunnon säätelyyn. Vanhempien lisäksi lapsen suhdeverkko ulottuu myös sukulaisiin, kuten esimerkiksi sisaruksiin, joilta lapsi saa paljon oppimiskokemuksia ja erilaisia heijastuspintoja. Kun viiden ja kuuden vuoden ikäistä vuotiasta lasta pyytää valitsemaan hänelle tärkeitä ihmisiä, valitsee hän keskimäärin omaan verkostoonsa noin 15 henkilöä. Siksi jo pienenkin lapsen verkostot ovat yleensä laajoja. Ihmisten lisäksi pienet lapset mieltävät läheisiksi usein myös lemmikkieläimet. (Suoninen ym. 2010, 120.)

Lapsen kehittyessä hän saa kyvyn oman kontrollin hallintaan. Lapsi saa myös päättää itsenäisenä toimimisesta sekä myös siitä, milloin totella. Suhteellisen autonomian tunnusmerkkejä ovat itseohjautuminen sekä itsekontrollointi, jotka merkitsevät sitä, että vanhemman, hoitajan ja kasvattajan ohjaus ja valvonta siirtyy lapsen vastuulle. Itsekontrollointi on tärkeässä osassa kielteisten tunteiden säätelyssä. Lapsen tahtoon suhtautuminen on tärkeää, jotta lapselle kehittyy käsitys yksilöllisyydestä ja yhteisöllisyydestä. Lapsen täytyy oppia hyväksymään, että hänen tarpeiltaan on rajoituksia, kaikkia ei voi toteuttaa ja että myös muilla on omia tarpeitaan. Jo alle yksivuotias lapsi oppii ei-sanana merkityksen. (Suoninen ym. 2010, 121–122.)

Kun lapsi sisäistää toisten harjoittaman kontrollin, syntyy itsekontrollointi. Jotta lapsi sisäistää sen, tulee kontrolloijana olla sellainen lapsen hyväksymä henkilö, jonka kanssa lapsella on ollut monia positiivisia vuorovaikutuskokemuksia. Ensimmäinen lapsi havaitsee ja tämän jälkeen hän oppii ennakoimaan säännöt, jotka hänelle on asetettu. Lapsi oppii, että jos hän ei tottele, on sillä seurauksensa. Hän oppii itse toteuttamaan kieltoa ilman, että sitä valvoo säännön esittäjä. Näin lapselle kehittyy hiljalleen omatunto ja sisäinen moraalisaännöstö. Lapsi alkaa käsittämään oikean ja väärin sekä sen jälkeen myös arvot ja ihanteet. Kyky itsekontrollointiin ja itseohjautuvuuteen on lapselle tärkeitä kehityssaavutuksia. Jos lapsi ei koe saavansa rakkautta, on hänen myös vaikea hyväksyä hänelle asetetut rajoitukset. Lisäksi lapsi kokee tällöin myös pettymystä ja vihaa. Lapsi tarvitsee itsekontrollointia kielteisten tunteiden käsittelyyn. (Suoninen ym. 2010, 122–123.)

3.3 Lasten tunne-elämän kehittyminen E. Eriksonin psykososiaalisen kehitysteorian mukaan

Erik Homburger Erikson syventyy kehitysteoriassaan ihmisen kehitystä vuorovaikutuksessa yhteiskunnan ja sosiaalisen yhteisön kanssa. Hänen teoriassaan ihminen kokee hänen elinkaarensa aikana kahdeksan kehityskriisiä. Erikson mukaan ihmisen kehityksessä myös syntyy positiivisia ja negatiivisia ominaisuuksia, joita hän tarkastelee suhteessa toisiinsa. Teorian mukaan ihminen ratkoo tavoitteita ja ihmisen kokonaisuus muodostuu kehitysteorian vaiheiden suotuisasta kehityksestä oikeaan aikaan. Eriksonin teorian mukaan jokainen seuraava kehityksen vaihe rakentuu alustalle, joka on saatu aiemmasta vaiheesta. Eriksonin mukaan kehityskriisit eivät ole aikajärjestyssidonnaisia. (Dunderfelt 2011, 231.) Eriksonin kehityskriisit ovat psykososiaalisia, koska niihin liittyy ihmisen psykologisia tarpeita, jotka ovat ristiriidassa yhteiskunnan, eli sosiaalisten tarpeiden kanssa (McLeod 2018).

Ensimmäisenä kehityskriisinä käsittelemme vauvaikää, jolloin Eriksonin mukaan syntyy ihmisen ensimmäinen kehityskriisi. Tässä kehityskriisissä ihmisen tavoitteena on saavuttaa luottamus ja perusturvallisuus. Tämän vauva saa etenkin vanhemman antamasta läheisyydestä. Tässä kehitysteoriassa voimana on toivo, jolla Erikson tarkoittaa uskomista toiveiden täyttymiseen, vaikka vauvan elämän alkuun liittyy paljon pelkotiloja. Kehitysteorian vastakohtaksi Erikson on määritellyt itseensä käpertymisen, joka voi syntyä, jos vauvan perustarpeet eivät täyty. Toinen kehityskriisi Eriksonin mukaan tulee varhaislapsuudessa. Tämän kehityskriisin aikana lapsi alkaa olla yksilöllinen ja hänelle muodostuu tunne itsenäisyydestä. Tämän kehityskriisin Erikson on sijoittanut kahden ja kolmen ikävuoden välille. Kehityskriisin aikana lapselle muodostuu tunteita huonoudesta ja häpeästä. Kehityskriisin voimana onkin tahto, jolla lapsi pystyy toimimaan vapaasti häpeän tunteista huolimatta. Vastakohtana on taas pakonomaisuus, joka syntyy, jos toimintaan liittyy pelkoa ja itsensä kontrolloimista. (Dunderfelt 2011, 238–239.)

Eriksonin sijoittaa kolmannen kehityskriisin leikki-ikään, kolmen ja kuuden ikävuoden välille. Tässä iässä lapsi alkaa sisäistämään ympäristön sääntöjä, normeja ja käyttäytymistapoja. Näistä lapselle muodostuu omia psyykkisiä rakenteita. Leikki-ikässä lapsi on mielikuvitusrikas ja iloinen, mutta vuorovaikutussuhde synnyttää paljon tunteita. Erilaisia tunteita syntyy esimerkiksi siitä, kuinka lapsi ottaa vastaan kieltoja ja kuinka vanhemmat kohtaavat hänet. Leikki-ikässä lapsi kohtaa myös vahvoja seksuaalissävyytteisiä tunteita. Kehityskriisin voimana on määrätietoisuus, jolloin lapsi pystyy toteuttamaan päämääriä ja suunnitelmia ilman syyllisyydenpelkoa. Vastakohtana tällä on taas estoisuus, jota toisaalta myös tarvitaan, mutta liiallisena se taas aiheuttaa syyllisyyttä. (Dunderfelt 2011, 237–238.)

Seuraava kehityskriisi ajoittuu kouluikään. Kouluikässä lapsella on paljon luovuutta ja energiaa. Lapsi saa kouluikäisenä perussuhtautumisen työhön, kun hänelle annetaan rakentavaa palautetta hänen toiminnastaan. Näin lapsi saa kokemuksen hänen erinomaisuudestaan ja kehityskriisin voimana onkin osaavuus. Osaavuus on lapsen kykyjen ja älykkyyden käyttöä ilman, että lapselle tulee alemmuudentunne. Vastakohtana onkin tylsistyminen, joka syntyy, jos lapsi ei saa toimia omaehtoisesti. Jos lapsi ei saa kokemusta erinomaisuudesta, syntyy turhautumista ja pettymistä. Jossain määrin nämä ovat myös tarpeen, koska ympäröivä yhteisö ei hyväksy kaikkea. (Dunderfelt 2011, 237.)

Tunteet kehittyvät voimakkaammin noin seitsemän vuoden iässä, jolloin lapsi oppii sen, miltä toisesta ihmisestä tuntuu. Erityisen herkkä tunnekasvatukselle lapsi on tunne-elämän kehityksen herkkyyssvaiheissa. Nämä ajoittuvat varhaislapsuuteen ja murrosikään. Tunnekasvatuksella on keskeinen ja tärkeä merkitys lapsen kasvamisessa. Ihmisen tunnepuoli on jatkuvasti kehitystilassa ja terveellä tunne-elämällä varmistetaan se, että ihmisen kypsyy sosiaalisesti normaalilla tavalla. Pohjan tunnekasvatukselle luo riittävä rakkaus ja huomio. Jos pyytäessään lapsi ei saa riittävästi rakkautta, hän voi pelätä vanhempiensa menettämistä. (Kempinen 2000, 3.)

Lasten ongelmat tunteiden säätelyssä ja näyttämässä ovat yleisiä jo ennen kouluikää. On tutkittu, että sosioemotionaalaisia ongelmia noin 10-30 prosentilla varhaiskasvatuksesta lapsista. Tällaista käyttäytymistä on esimerkiksi aggressiivisuus ja uhmakkuus. Lapsen tunne-elämään vaikuttaa esimerkiksi kaltoinkohtelu, perustarpeiden laiminlyöminen ja kokemus hylkäämisestä. Perheen talousvaikeudet, mielenterveysongelmat sekä lapsen kouluvaikeudet lisäävät lapsen epävakaa tunne-elämän kehittymistä. Lapselle ei-toivottua käyttäytymistä voi aiheuttaa myös ankara, käskevä, kielteisiä tunteita ja tottelemiseen vaativa kasvatustapa. (Kiviluote ym. 2019, 17–18.)

Lapsi voi tottua torjumisen tunteeseen. Jos lapsi saa vain niukasti positiivista palautetta, voi hänestä tulla epävarma, pelokas ja itseensä käpertyvä. Silloin lapsi joutuu jatkuvasti toivomaan, että hän saisi enemmän rakkautta. Tämän vuoksi lastensuojelun lapset voivat olla tunne-elämältään pelokkaita, epävarmoja ja kokea enemmän turvattomuutta. Parhaiten lapsen tunne-elämä kehittyy silloin, kun hän saa olla sylissä ja hän saa ilmaista itseään riittävästi. Tärkeää on myös, että lapsen annetaan kehittyä hänelle luonnolliseen tahtiin. (Kemppinen 2000, 3.)

3.4 Lasten tunnetaitojen opettaminen

Tunnetaidoilla tarkoitetaan kaikkea sitä osaamista, joita ihminen käyttää yrittäessään vaikuttaa siihen, miltä hänestä tai toisista tuntuu. Ne ovat keinoja säädellä tunteita. Ihminen säätelää kokemiinsa tunteita, niiden voimakkuutta ja ilmaisua. Hyvillä tunnetaidoilla tarkoitetaan tunteiden tiedostamista ja ymmärtämistä siten, että osaa toimia tilanteessa tunteet huomioiden. (Lahtinen ja Rantanen 2019, 26.)

Tunnetaidot ovat yksi osa-alue ihmisen elämässä. Tunteita voidaan luokitella monin perustein ja joskus puhutaan tunneperheistä, kun tarkoitetaan keskenään samankaltaisia tunteita kuten suru, mielihäpe ja pettymys. Moni tutkija on nimennyt perustunteiksi ilon, surun, vihan, pelon, hämmästyksen ja inhon. Niiden näyttämässä on kuitenkin kulttuurieroja. (Kiviluote 2019, 22.) Tunnekasvatusta pyritään positiivisiin ihmissuhteisiin ja hyvä ihmissuhde perustuu jatkuvaan vuorovaikutukseen sekä luottamukseen. Tarvitaan perusluottamusta, jotta kahden tai useamman ihmisen välille saadaan luotua hyvä tunneside. Perusluottamus saadaan aikaan hyväksymisen kautta. (Kemppinen 2000, 5–6.)

Tunnetaitojen opettaminen varhaislapsuudesta lähtien on todettu olevan hyödyllistä. Tunne-elämään liittyvät ongelmat ovat yhteydessä oppimisvaikeuksiin ja ne vaikuttavat yksilön minäkäsitykseen ja itsensä arvostamiseen. On tyypillistä, että ongelmat ovat lisäksi yhteydessä toiminnanohjauksen, itsesäätelyn ja käyttäytymiseen vaikeuksiin. (Kiviluote 2019, 22.) Tunteiden säätelyssä olennaisinta on niiden käyttäminen viesteinä. Ne havahduttavat yksilöä toimimaan ja auttavat säilyttämään tärkeitä suhteita. (Gerhardt 2007, 42–43.)

Lapsilla, joilla on oppimisvaikeuksia, on todettu olevan vaikeuksia tunnistaa ja ymmärtää toisten ihmisten tunteita. Lapsen motoristen vaikeuksien on huomattu vaikuttavan toisten kasvojen ilmeiden tunnistamiseen. Omien tunteidensa tiedostavien ja empaattisten lasten on huomattu olevan tunne-elämältään tasapainoisempia ja menestyneempiä koulussa kuin samantasoiset, mutta tunteiltaan epävakaammat oppilaat. Lapset, jotka tunnistavat erilaisia tunneilmaisuja, käyttäytyvät toisia kohtaan myötätuntoisesti ja ovat kaveripiirissään suosittuja. Kun lapsi osaa tunnistaa erilaisia tunneilmaisuja, vähenee riski väkivaltakäyttäytymiseen ja päihteiden väärinkäyttöön. Lisäksi itsehillintä, aloitekyky ja yhteistyötaidot paranevat. Lasten tunneilmaisutaitojen harjoittaminen on tärkeää, jotta he oppivat tekemään oikeita havaintoja kanssaihmisistä ja ennakoimaan tilanteita. Lapsia voidaan harjaannuttaa erilaisten tunneilmaisujen tunnistamiseen esimerkiksi eläinhahmojen ilmeitä tutkimalla. Erilaiset tunnekortit ja kuvat ovat hyvä apuväline sosiokognitiivisten taitojen harjoittelussa. (Kiviluote 2019, 22–23.)

Lapsen tunneilmaisujen harjoittamisen kannalta vakaa ja ennalta-arvattava toimintaympäristö on hyväksi lapselle. Se luo turvallisuutta ja vahvistaa lapsen omaa pärjäävyyden tunnetta. Lasten kanssa on hyvä käydä päivän ohjelmaa läpi kuvallisesti ja sanallisesti. Lapsille on myös opetettava tunteiden syy-seuraus-suhdetta pohtimalla ja keskustelemalla, miksi jokin asia tapahtui ja mitä tunteita heräsi ennen ja jälkeen tapahtumien. Jotta lapsi oppii tunteiden säätelyä ja toimimaan suotuisasti, tulee hänelle tarjota erilaisia toimintamalleja esimerkiksi suuttumustilanteisiin. Lasta voidaan rohkaista käyttämään itselleen vaikeissa tilanteissa jotakin rentoutuskeinoa, kuten ajattelemaan jotain miellyttävää asiaa. Tunteidensäätelyllä voidaan ehkäistä esimerkiksi väkivaltaista käytöstä. (Kiviluote 24.)

Lapsuudessa ja nuoruudessa tunteet ovat suuremmissa osassa kuin aikuisena. Näin ajateltuna tunteet määrittelevät järkeä enemmän lasten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista elämää. Turvallinen ympäristö ja aikuissuhteet luovat lapselle tasapainoisempaa tulevaisuutta. Lapset ilmaisevat tunteitaan suoraan, mutta kasvatus ja erilaiset sosiaaliset kokemukset luovat hiljalleen lapselle kykyä hallita omia tunteitaan. Lapsi näyttää sen minkä tuntee, kun aikuinen pystyy kätkemään tunteitaan tai näyttämään tietoisesti niistä vain osan. Tunteet ovat keskeisessä osassa ihmisen persoonaa ja olemusta. Lapsen tunne-elämä kehittyy sen mukaisesti, kuinka paljon lapsuus- ja nuoruusvuosien aikana hän joutuu tukahduttamaan ja torjumaan omia tunteitaan. Tunteet määrittävät olotilaa ja ohjaa ihmisen ajatuksia. Kun tunteita osaa käsitellä ilmaista ja tulkita, auttaa se elämässä. (Kemppinen 2000, 1.)

3.5 Lapsuuden haastavien kokemusten huomioiminen kasvatustyössä

Lastensuojelun työntekijöillä on merkittävä rooli lasten auttamisessa, että hän selviää kriisistä ja sopeutuu uusiin olosuhteisiin. Jokainen reagoi kriisitilanteeseen omalla tavallaan. Lapsi ei välttämättä ilmaise omaa suruaan ja järkytystään kuten aikuinen, joten häntä lähellä olevien ihmisten voi olla hankalaa tietää, mikä on lapsen kokemus kriisitilanteesta. Usein lapsilla on elämää järkyttävän tapahtuman jälkeen tyhjyyden, vihan, surun ja epäuskon tunteita ja niiden käsittelyyn hän tarvitsee erityistä tukea ja turvaa aikuiselta. Tapahtumien ymmärtämiseksi annettu apu ja selviytymiskeinojen omaksuminen suojaavat lasta elämää rajoittavilta, traumaattisilta vaikutuksilta. Tunteiden tunnistaminen, hyväksyminen ja niiden käsitteleminen ja niihin liittyvän tilanteen kohtaaminen ja hyväksyminen ovat tapoja työstää kriisiä ja selvitä siitä. (THL s. a.)

Trauma on kokemus psykologisesta ahdingosta. Se voi syntyä erilaisista ihmisistä horjuttavista asioista. Tällainen syy voi olla esimerkiksi ihmisen henkeä uhkaava tilanne. Trauman kokijalla voi ilmetä emotionaalisia häiriöitä, kuten äärimmäistä surua, vihaa tai ahdistusta. Trauman kokenut ihminen voi kokea äärimmäistä stressiä, unettomuutta ja myös fyysisiä oireita. Usein traumaattiset kokemukset herättävät ihmisessä erilaisia tunteita, jotka ovat häiritseviä ja voimakkaita. Ne voivat ajan myötä heikentyä, mutteivat välttämättä kuitenkaan katoa. Traumaattinen kokemus voi aiheuttaa ihmisessä erilaisia tunnereaktioita, joita voivat olla esimerkiksi pelko, viha, häpeä ja tunne syyllisyydestä. Ihminen voi kokea shokin ja hän voi kieltää tilanteen mielessään. Ajan myötä traumaattiset muistot kuitenkin haalistuvat. Jos ihminen oireilee, on se merkki siitä, että ammatillista apua tarvitaan. (Psychology Today s. a.)

Jokainen lapsi kokee elämänsä aikana sellaisia stressaavia tekijöitä, joilla on vaikutus heidän terveyteensä ja kehitykseensä. Näistä stressireaktioista lapset toipuvat yleensä ongelmitta niiden ollessa usein lyhytkestoisia. Kuitenkin ennen aikuisikää joka neljäs lapsi kokee vakavan häntä traumatisoivan tapahtuman. Yhteiskunnassamme tavallisia syitä tähän ovat omaisen kuolema, onnettomuudet, vaaralliset sairaudet ja fyysinen ja seksuaalinen väkivalta. Ulkomailla syitä voivat olla esimerkiksi luonnonkatastrofit, pakolaisuus, sota ja terrorismi. (Viheriälä ja Rutanen 2010.) Traumatilanteen jälkeen oireet usein helpottajan ajan kuluessa. Jos näin ei tapahdu, puhutaan traumaperäisestä stressireaktiosta. Oireina siinä on ahdistuneisuus, pelko, välttäminen ja keholliset oireet. Myös stressihormonien säätely- ja palautejärjestelmä voi olla häiriintynyt. Siitä toipuminen voi kestää yli vuodenkin ajan. (Suomen mielenterveys ry s. a; Gerhardt 2007, 155.)

Lapsilla on aikuisia vähemmän voimavaroja ja siksi he ovat haavoittuvaisia traumalle. (Gerhardt 2007, 164). Jos lapsuuden traumaa ei hoida, voi sillä olla vaikutusta nuoruus- ja aikuisiän terveydelle. Lisäksi sillä on herkistävä vaikutus tuleville traumaattisille kokemuksille. Lapsuusiän trauma voi johtaa myöhemmin krooniseen kipuun, ahdistuneisuuteen, itsetuhoisuuteen, väkivaltaiseen käyttäytymiseen sekä somaattiseen oireiluun. Vaietut traumaattiset kokemukset voivat siirtyä sukupolvien yli. (Viheriälä ja Rutanen 2010.) Trauma ei ole seurausta ainoastaan äärimmäisistä kokemuksista. Lapselle voi kehittyä kiintymystrauma ajoittaisistakin kaltoinkohteluista ja laiminlyönneistä. Lapsen kiintymysjärjestelmä aktivoituu, kun lapsi pelkää. Silloin lapsi tarvitsee turvallisuutta ja lohtua. Jos lapsi jää ilman niitä, on se hänelle traumaattista. Jos perheessä arvostellaan ja laiminlyödään lasta liikaa, syntyy lapselle epävarmuus myös omasta arvosta. (Gerhardt 2007, 164–170)

3.6 Haastavista kokemuksista selviytyminen resilienssin avulla

Uusitalo-Malmivaaran ja Vuorisen (2016, 39) mukaan resilienssi-sanan juuret ovat latinan kielen *resilire* -sanasta, joka tarkoittaa ponnista takaisin. Sillä tarkoitetaan ihmisen tapaa ajatella itsestään, omasta elämästään sekä selviytymisestään ja palautumisestaan vaikeina aikoina. Lisäksi resilienssi on sisäistä puhetta, joka vaikuttaa ihmisen tunteisiin ja käyttäytymiseen. Se on sietokykyä, muutokseen sopeutumista sekä positiivista selviytymistä ja omaan pystyvyyteen uskomista. (Avola ja Pentikäinen 2020, 29.) Toipumiskyky voidaan laajasti määritellä toiminnalliseksi kyvyksi sopeutua menestyksekkääksi häiriötekijöihin, jotka uhkaavat ihmisen toimintakykyä ja kehitystä. Toipumiskykyinen ihminen pystyy kaoottisessakin tilanteessa olemaan toiveikas, sitoutunut ja kykenevä kokemaan yhteenkuuluvuuden tunnetta toisten kanssa. Myönteisten muistojen aktivointi aktivoi myönteisiä tunteita, kuten kiitollisuutta. Tämä auttaa toipumaan ja voimaan yhä paremmin. Toipumiskykyiset ihmiset kykenevät suhtautumaan rennommin tulevaan ja odottamattomiin asioihin, jotka eivät ole heidän kontrollissaan. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 39-40.) Joustavuuden avulla yksilö voi selvitä haastavista tilanteista ja se antaa ihmiselle myös mahdollisuuden kehittää itseään (American psychological association 2012).

Toipumiskyky on resurssi ja voimavara, joka ammentaa myönteisistä tunnekokemuksista. Mitä toipumiskykyisempi ihminen on, sitä helpommin hän löytää asioista ja tilanteista myönteisiä tunnekokemuksia. Toipumiskyky on negatiivisten asioiden kohtaamista myönteisten voimavarojen avulla. Toipumiskykyiset ihmiset kohtaavat vastoinkäymiset avoimin silmin ja he ovat sopeutuvat muuttuviin olosuhteisiin. Elämän näkeminen kokonaisuutena antaa negatiivisille tunnekokemuksille tarvittavaa perspektiiviä ja joustavuutta. Toipumiskykyiset ihmiset uskovat, että he voivat itse vaikuttaa omaan tilanteeseensa. He ovat positiivisia ja oppineet purkamaan negatiivisia tunnetiloja. Mitä enemmän lapsella on haasteita elämänsä alussa, sitä tärkeämmäksi tulevat hyvät välit muihin ihmisiin, yhä useammin ammattikasvattajiin. Keskeistä on lapsen kokemus välittävistä ja myötätuntoisista aikuisista. Toipumiskyky kehittyy vanhempien ja kasvattajien avulla, jotka rohkaisevat lapsia kiinnittämään huomiota muun muassa ongelmanratkaisutaitoihin sekä ohjaavat impulssikontrolliin ja säätelykyvyn opetteluun. Myönteisiin kohtaamisiin kykenevät aikuiset mallintavat omalla esimerkillään käytöstä ja etenkin itsesäätelytaitoa lapsille. (Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen 2016, 40–43.)

On mahdotonta suojella lapsia kaikilta vastoinkäymisiltä ja pettymisen kokemuksilta. Jokainen lapsi kokee joskus tilanteen, joka ei mene hänen toivomallaan tavalla. Se voi olla esimerkiksi oppimisvaikeus ja erilaiset ongelmat perheessä sekä muissa ihmissuhteissa. Elämän haasteita ei tule kuitenkaan vältellä, vaan lapset tulee opettaa niistä selviämiseen. Parhaimmillaan lapsi voi näistä kokemuksista jopa vahvistua. Sen kehittymistä voidaan edistää harjoittelemalla ja vahvistamalla taitoja ja ajatusmalleja, jotka siihen liittyy. Näitä esimerkiksi ovat vuorovaikutustaidot, itsetuntemus, ongelmanratkaisuraidot, vahvuksiensa tunnistaminen ja niiden hyödyntäminen, tunne pystyvyydestä sekä rohkeus pyytää apua. (Leskisenoja 2017, 159–161.)

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena on edistää lastensuojelun piirissä olevien lasten tunnetaitoja sekä ohjata heitä tunnistamaan omia tunteitaan työntekijän ohjauksessa. Opinnäytetyöprosessi sai alkunsa Kuopion kaupungin Mäntyrinteen perhetukikeskuksen Vesalan yksikössä tehdyistä havainnoista, että sijoitetuilla lapsilla esiintyy usein haasteita tunteiden tunnistamisessa. Opinnäytetyöllämme vastaamme kysymykseen, miten lasta voidaan tukea tunteiden käsittelyssä.

Opinnäytetyöprosessimme ajoittui maailmanlaajuiselle koronaviruspandemian-ajalle. Tästä huolimatta se ei hidastanut prosessimme etenemistä. Pandemian vuoksi hyödynsimme hetkittäin työn tekemisessä myös etäyhteyksiä yhteiseen tekemiseen. Lisäksi jos pandemiaa ei olisi ollut, olisimme voineet mahdollisesti tiedustella työn tilaajalta mahdollisuutta tulla testaamaan menetelmäopasta yksikköön asiakaslasten luo.

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

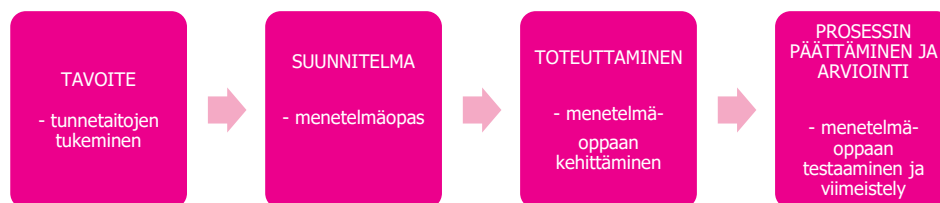
Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Se eroaa tutkimuksellisesta opinnäytetyöstä siten, että toiminnallisessa opinnäytetyössä opiskelija tekee tuotteen, kuten ohjausmateriaalia tai tapahtuman. (Salonen 2003, 5–6). Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee toiminnan ohjeistamista, opastamista, järjestämistä tai järjeistämistä. Siinä on tärkeää yhdistää käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestillisin keinoin. Opinnäytetyön tulee olla työelämäläheinen ja käytännönläheinen. Sen tulee osoittaa, että opiskelija osaa alan tiedot ja taidot ja se tulee toteuttaa tutkimuksellisella tavalla. Hyvän opinnäytetyön aihe nousee esille tutkinnon opinnoista. Opiskelijan tulee pystyä syventämään omia tietojaan ja taitojaan häntä kiinnostavasta aiheesta. Opinnäytetyön avulla opiskelija voi luoda yhteyksiä työelämään ja mahdollisesti myös esimerkiksi vanhaan työharjoittelupaikkaan. Toimeksiannetun opinnäytetyön etu on, että opiskelija pääsee peilaamaan osaamistaan työelämän senhetkisiin tarpeisiin. (Vilkka ja Airaksinen 2003, 9–17.)

Opiskelijan tehdessä toiminnallista opinnäytetyötä, hiljalleen hän kielellistää työprosessinsa opinnäytetyöraportiksi, jonka tulee täyttää tutkimusviestinnän vaatimukset. Tämä tehdään siitä huolimatta, että toiminnallinen opinnäytetyö eroaa osittain empiiristen toimintatutkimusten raportoinnista. Toiminnallisessa opinnäytetyössä raportti on teksti, josta käy ilmi työprosessi, mitä, miksi ja miten opiskelija on sen tehnyt. Lopuksi hän näyttää, mihin johtopäätöksiin on tullut. Lisäksi raportista tulee selvittää se, miten opiskelija arvioi omaa prosessiaan, tuotostaan ja oppimistaan. Näin raportin lukijalle selviää se, kuinka työssä on onnistuttu. Opinnäyte on sekä ammatillisen, kuin myös persoonallisenkin kasvun väline, joka kertoo lukijalle tekijän osaamisesta. Ammattikorkeakoulun opintojen tavoitteena on, että opiskelija osoittaa kykenevänsä yhdistämään teoreettisen ammatillisen osaamisensa käytäntöön. Lisäksi opiskelijan tulee myös kyetä pohtimaan alansa teorioiden ja niistä nousevien käsitteiden avulla käytännön ratkaisuja kriittisesti. Näiden avulla opiskelijan tulisi kyetä kehittämään oman alansa ammattikulttuuria. Hänen tulee valita työelleen teoreettinen viitekehys erilaisista tietoperustoista, näkemyksistä ja käsitteistä. Niitä käyttäen opiskelija tarkastelee opinnäytetyötänsä ja näyttää lähestymistapansa aiheeseen. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on huomioitava, että sen sisältämän tekstin tulee olla toisen tyylistä kuin raportissa. Tekstissä tulee puhutella oppaan kohde-ryhmää. (Vilkka ja Airaksinen 2003, 41–65.)

Sosiaali- ja terveysalan tuote voi olla aineellinen, aineeton tai niiden yhdistelmä ja se tulee voida rajata selkeästi. Sosiaali- ja terveysalan tuotteen tulee edesauttaa joko välillisesti tai välittömästi sosiaali- ja terveysalan kansallisia ja kansainvälisiä tavoitteita. Oleellista on eettisyyden huomioiminen. Keskeisimmän ominaisuuden on oltava terveyden, hyvinvoinnin ja elämänhallinnan edistäminen. Se voi olla esimerkiksi ohjausmateriaalia, kuten meidän opinnäytetyömme on. Ominaista sosiaali- ja terveysalan organisaatioille on olla monitahoisia. Organisaation näkökulma on tärkeä, mutta palvelun todellinen käyttäjä on myös huomioitava. Tuotteistamisprosessin läpiviemiseksi tulee olla riittävän tietoinen asiakasnäkökulmasta. Tuotteistamisprosessin alkuvaiheessa selvitetään asiakkaiden tiedostetut ja tiedostamattomat tarpeet. Valmiin tuotteen kohdalla täytyy pystyä osoittamaan, että kaikki tarpeet on otettu huomioon. Tuotteistamista helpottaa, jos tarve on yleinen. (Jämsä ja Manninen 2000, 13–19.)

4.2 Oppaan suunnitteluvaihe

Opinnäytetyömme kehittämisen tehtäväkokonaisuudet voidaan hahmottaa lineaarisen mallin avulla. Ensimmäiseksi määritellään prosessin tavoite, jonka jälkeen tulevat suunnittelu, toteutus sekä sen päättäminen ja arviointi. Vaiheiden tunnistamiseen olemme hyödyntäneet myös Jämsän ja Mannisen (2000, 28) prosessikehittämisen tuotteistamisen vaiheet, jonka mukaan ne eivät ole sidottu mihinkään aikajärjestykseen. Projektille määritellään aina ensin jokin tavoite, joka perustuu ideaan, tarpeeseen tai ulkoapäin tulevaan toiveeseen, kuten toimintaympäristön muutokseen. Kun määritellään tavoitetta, pyritään ne pitämään mahdollisimman rajattuina ja selkeinä. Varsinaisille päätavoitteille voidaan laatia myös alatavoitteita. Tavoitteenmäärittely on koko prosessin kivijalka, jonka varaan itse prosessi perustetaan. Suunnitteluvaiheeseen kuuluu riskianalyysin laatiminen ja pohtiminen, ketkä kaikki osallistuvat projektin toteuttamiseen. On mahdollista tehdä esitutkimus, jolla voidaan selvittää suunnitellun projektin tekniset ja taloudelliset edellytykset ja varmistaa, että projektin aiottu lopputulos edistää organisaation asettamia toiminnallisia tavoitteita. Suunnittelusta syntyy projektisuunnitelma aikataulusta ja budjetista. Lisäksi se sisältää riski- ja resurssianalyysin, projektioorganisaation, työsuunnitelman sekä suunnitelmat viestinnästä ja dokumentoinnista. (Toikko ja Rantanen 2009, 64–65.)



KUVIO 1. Lineaarisen mallin hyödyntäminen opinnäytetyöprosessissa (Linqvist ja Moilanen 2021).

Sosiaali- ja terveysalan osaamisella tarkoitetaan joustavaa, tiedon ja taidon yhtenäistä järjestelmää. Osaamiseen voidaan liittää myös kokemuksen tuoma ulottuvuus. Tämän ulottuvuuden avulla laajenee ja täsmentyy tiedon sekä taidon järjestelmä. Henkilö kykenee osaamisensa kautta analysoimaan erilaisia tulevia tilanteita, sekä luomaan näistä uusia innovaatioita. Sosiaali- ja terveysalalla osaamiseen liittyy erilaisia asioita, kuten kykyä tunnistaa asiakkaiden tarpeet, asettaa tavoitteet, valita oikeat auttamiskeinot sekä toteuttaa ja arvioida suunnitelman toteutumista. Tutkittua tietoa tulee kyetä soveltamaan toiminnassaan ja pystyä perustelevaan näkemystään tutkittua tietoa hyödyntäen. Perustelemisella voidaan täsmentää tiedon soveltuvuutta. Tärkeässä osassa on myös vastuullisuuteen, eettisyyteen, moniammatillisuuteen sekä vuorovaikutustaitoihin liittyvä osaaminen. Tarkoituksena sosiaali- ja terveysalan tuotteessa on edistää asiakkaiden terveyttä, hyvinvointia ja elämähallintaa. (Jämsä ja Manninen 2000, 23.)

Kehittämisen prosessin suunnittelun aloitimme keväällä 2020. Opinnäytetyön tilaaja löytyi työharjoittelupaikasta. Opinnäytetyön aiheeksi valikoitui tunnetun menetelmän. Aihe oli ajankohtainen tilaajan työssä, sillä yksikössä oli havaittu, että sijoitetuilla lapsilla esiintyy usein haasteita tunteiden tunnistamisessa sekä kielellisessä kehityksessä. Saimme tutkimusluvan Kuopion kaupungilta toukokuussa 2020 (Liite 1). Valitsimme toiminnallisen opinnäytetyön tuottamisen siksi, koska halusimme tuottaa materiaalia, josta on työn tilaajalle konkreettista hyötyä. Varsinaisen tuotteen ideointia teimme keväällä niin tilaajan kanssa ja osallistuen opinnäytetyön aihepajoihin. Tilaajan toiveet huomioon ottaen käsitelimme opinnäytetyössämme lapsen ammatillista kohtaamista, osallisuuden huomioimista kansion tehtävissä sekä huomioimme kielellisen kehityksen haasteita kansion suunnittelussa.

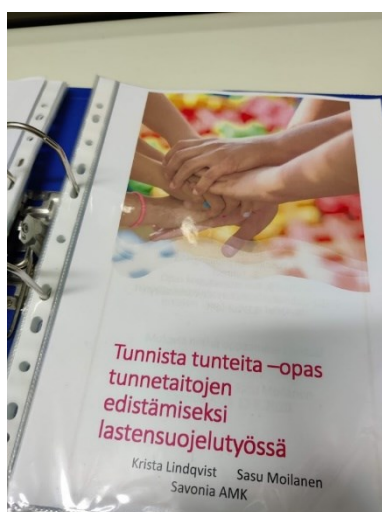
4.3 Menetelmäoppaan toteuttamisvaihe

Kun kehittämistarve on löytynyt, alkaa ideavaihe. Silloin mietitään erilaisia vaihtoehtoja, millä ongelmaan vastataan. Kun päätös tuotteesta on tehty, alkaa luonnosteluvaihe. Luonnosteluvaiheessa tulee selvittää tuotekehityksen tärkeimmät osa-alueet. Kun nämä otetaan huomioon, turvataan myös tuotteen laatu. Näitä osa-alueita ovat asiakasprofiili, sidosryhmät, erilaiset säädökset, toimintaympäristö, arvot, asiantuntijatieto, tuotteen sisältö, palvelujen tuottaja sekä erilaiset rahoitusvaihtoehdot. Luonnosteluvaiheen aikana tulee täsmentää, ketkä hyötyvät suunnitellusta tuotteesta sekä millaisia he ovat tuotteen käyttäjinä. Tärkeää on selvittää myös esimerkiksi asiakkaan ikä ja kehitystaso sekä näkökohdat niihin liittyen. Sosiaali- ja terveysalalla asiakkaat eivät välttämättä käytä tuotteita, vaan ovat hyödynsaajina. Tämä tapahtuu esimerkiksi henkilökunnan käyttäessä tuotetta. Siksi on tärkeää selvittää paitsi palvelun tuottajien tarpeet, kuin myös lopullisen hyödynsaajien tarpeet. (Jämsä ja Manninen 2000, 35–44.)

On tavallista, että toteutusvaiheessa projekti niin sanotusti elää hieman, joten suunnitelmaa voidaan joutua muuttamaan ja täydentämään. Tarkentamisen tavoitteena on täsmentää prosessiin osallistuvat henkilöt ja määrittää, mihin sillä pyritään. Toteutusvaiheen kuluessa tehdään suunnitelman mukainen malli, prosessi tai tuote. Toteutuksessa käytetään hankkeessa saatuja tuloksia, jolloin varmistetaan, että saatuja tuloksia voidaan hyödyntää. (Toikko ja Rantanen 2009, 65.) Kun luonnosteluvaiheessa on saatu ratkaisu, jatketaan tuotteen kehittämissä vaiheeseen. Tämä alkaa esimerkiksi asiasisällön jäsentämisellä. Tärkeää on, että sisältö tulee muodostumaan tosiasioista ja että ne kerrotaan mahdollisimman selkeästi. Asiasisällön tulisi olla myös kohderyhmälle soveltuva. Viimeisenä vaiheena tuotteistamisessa on tuotteen viimeistely. Kaikkien tuotemuotojen kohdalla tarvitaan palautetta tuotteesta ja siksi jo valmistusvaiheessa olisi hyvä, että tilaaja voisi testata tuotetta. Palautteiden jälkeen aloitetaan viimeistely, joka sisältää esimerkiksi yksityiskohtien hiomista. (Jämsä ja Manninen 2000, 54–81.)

Oppaan toteuttamisvaiheessa kokoonnuimme keskenämme ideointi- ja luomispalaveriin. Päätimme koota oppaaseen teoriaa tunnetyöstä sekä erilaisia tehtäviä. Opinnäytetyössämme hyödynsimme varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen merkitystä ja positiivista pedagogiikkaa lasten tunne-elämän kehittämisessä. Tuotteen tekemisessä huomioimme eettisen näkökulman esimerkiksi siten, ettemme ole koonneet oppaaseen tehtäviä, jotka ovat liian henkilökohtaisia tai haastavia.

Eettinen näkökulma nousee vahvasti esiin lastensuojelulaissa. Lastensuojelutyössä tulee edistää lapsen tasapainoista kehitystä ja hyvinvointia. Kasvatuksessa ja huolenpidossa on tuettava vanhempia, huoltajia ja muita lapsen hoidosta ja kasvatuksesta vastaavia henkilöitä. Lastensuojelua toteutettaessa tulee ensisijaisesti huomioida lapsen etu. Sitä arvioitaessa on kiinnitettävä huomiota siihen, miten eri toimenpiteet ja ratkaisut turvaavat lapselle tasapainoisen kehityksen. Lisäksi on huomioitava lapsen mahdollisuus saada ymmärrystä, turvallinen kasvuympäristö ja henkinen koskemattomuus sekä mahdollisuus osallistumiseen. (Lastensuojelulaki 2007, § 4.)



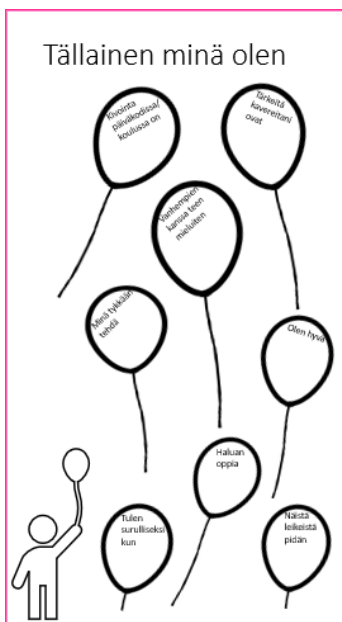
KUVA 1. Testausvaiheen opas (Linqvist ja Moilanen 2020.)

Esittelimme oppaan luonnosversiota syksyllä 2020 Vesalan yksikön johtajalle sekä vastaavalle ohjaajalle. Samalla jätimme oppaan testattavaksi ja infokirjeen kertomaan työstämme (Liite 2) sekä palautelomakkeet ohjaajille (Liite 3) ja lapsille (liite 4). Testattavana opinnäytetyömme oli yksikössä noin seitsemän viikkoa. Testivaiheeseen liitimme mukaan kansion tueksi myös tunnekortit, joiden ulkoasua paransimme myöhemmin.



Kuva 2. Testivaiheen tunnekortit (Lindqvist ja Moilanen 2020).

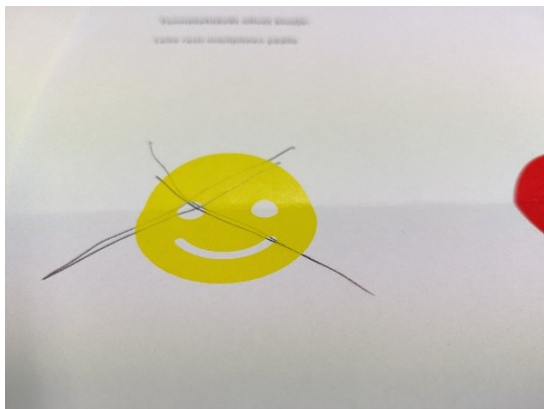
Testausvaiheessa oppaan pituus oli 82 sivua. Olimme tässä vaiheessa luoneet jo valmiin tekstit ja tehtävät, mutta olimme valinneet tietoisesti yksinkertaisemman grafiikan, jota lähdimme työstämään palautteiden jälkeen. Oppaaseen kokosimme keskeistä tunnetyön teoriaa, josta uskoimme olevan hyötyä lastensuojelun ammattilaisille. Tehtäviksi kokosimme tehtäviä, joita lapsilla olisi mielekästä tehdä.



KUVA 3. Testausvaiheen grafiikkaa (Lindqvist ja Moilanen 2020).

4.4 Oppaan arviointi

Viimeinen vaihe on projektin päättäminen ja sen arviointi. Koska projekti on rajattu ajallisesti, tulee sillä olla selkeä päättymispiste. Projekteille tyypillistä olisi aina jatkua, sillä sen aikana nousseita kehitysideoita aletaan toteuttamaan. Nämä muut tehtävät olisi hyvä laatia omiksi, uusiksi projekteiksi. Projektin tavoitteena on päättää se suunnitellusti, jolloin sen lopettamisvaiheeseen kuuluvat loppuraportti, projektiorganisaation lopettaminen ja jatkoideoiden esittely. Useimmiten lineaariset mallit perustuvat määriteltyyn ongelmaan, johon perustuen kehittämistyö voidaan määritellä mahdollisimman yksityiskohtaisesti etukäteen. (Toikko ja Rantanen 2009, 65.)



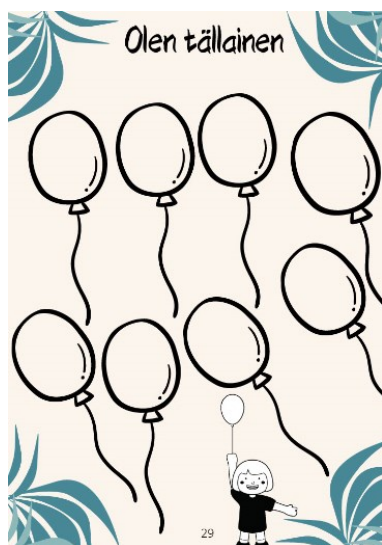
Kuva 4. Lapsen palaute (Lindqvist ja Moilanen 2020).

Menetelmäopaskansion haimme testauksesta marraskuussa 2020. Palautteita olimme saaneet kansiosista kaksi kappaletta. Ohjaajien lisäksi saimme palautetta myös yhdeltä kansion tehtäviä tehneeltä lapselta. Vastauksista nousi esille se, että sen koettiin sisältävän riittävästi teoriatietoa ja olevan selkeä. Osittain menetelmäoppaan ulkoasu koettiin mielenkiintoa herättämättömäksi. Menetelmäoppaassa oleva teoria oli vastaajille tuttua. Oppaan tehtävät koettiin kiinnostaneen lapsia ja ne olivat sellaisia, jotka tukevat tunnettyötä. Osa tehtävistä oli osoittautunut samankaltaisiksi keskenään sekä liian haastaviksi. Opas koettiin helppokäyttöiseksi ja työssä hyödylliseksi. Sillä uskottiin olevan käyttöä jatkossakin, joskin vastauksista nousi myös esille se, että aika näyttää oppaan käytettävyyden. Meille osoitetut palautteet olivat monipuolisia ja niissä oli laajasti kehitysideoita. Saamiemme arvioiden perusteella kehitimme opasta lisää toivotulla tavalla. Kehitimme lähes kokonaan uuden ulkoasun, jalostimme tehtäviä mielenkiintoisemmiksi ja monipuolisemmiksi, täsmensimme sisällysluetteloa ja teoriaosuutta.



KUVA 5. Kuva valmiin kansion ulkoasusta (Lindqvist ja Moilanen 2021).

Oppaan kehittäminen ideoinnista luonnosteluun ja toteutukseen oli pitkäaikainen projekti. Se auttoi meitä ymmärtämään kehittämistyön merkityksen. Huomasimme, että pitkä kehittämis aika ja kansion testaus auttoi saamaan lopputuloksesta mahdollisimman eheän kokonaisuuden. Myös työn tilaaja hyötyy siitä, että lopullinen tuote on kehitetty mahdollisimman monipuolisesti.



KUVA 6. Valmiin kansion grafiikkaa (Lindqvist ja Moilanen 2021).

Oppaan lopullisen grafiikan saimme valmiiksi keväällä 2021. Olimme tyytyväisiä lopputulokseen ja uskomme, että lopullinen grafiikka on testausvaiheen grafiikkaa kiinnostavampi niin Mäntyrinteen perhetukikeskuksen ohjaajille, kuin myös lapsillekin. Oppaasta saimme kannustavaa palautetta myös opinnäytetyömme ohjaavalta opettajalta.

Opasta kehittäessä huomasimme, kuinka tärkeää pienetkin yksityiskohdat ovat, kuten kuvien ja tekstin oikea asettelu. Opasta tehdessämme käytimme samanlaista asettelua oppaan alusta sen loppuun asti. Tällä pyrimme mahdollisimman selkeään lopputulokseen. Tekstin osalta käytimme samanlaista fonttia otsikoissa, alaotsikoissa ja itse tekstissä. Fontin valitsimme mahdollisimman selkeäksi ja myös sen suuruiseksi, että se on helppolukuinen. Tekstiä emme valinneet yhdelle sivulle paljoo, jotta se motivoisi lukemaan tekstin.



KUVA 6. Valmiin kansion fontti (Lindqvist ja Moilanen 2021).

Oppaan tehtävien osalta kehitimme lopulliseen tuotokseen niin uusia tehtäviä, kuin myös muokkasimme jo aiemmin kehittämiämme tehtäviä. Lisäksi poistimme joitain tehtäviä kokonaan. Lopullisen oppaan tehtävät koostuvat esimerkiksi erilaisista pohdintatehtävistä, värityskuvista ja toiminnallisista tehtävistä. Oppaan "Tunneliikennevalot" -kohtaa voi taas hyödyntää opettamalla lapselle tunnesäätelyä. Sellaisenaan sen voi myös kiinnittää esimerkiksi yksikön seinälle muistutukseksi. Lopullisen oppaan pituudeksi tuli 58 sivua.



KUVA 7. Tunneliikennevalot (Lindqvist ja Moilanen 2021).

4.5 Työn eettisyys ja luotettavuus

Hyvä tutkimus edellyttää eettistä tarkastelua ja että sen tekemisessä toimitaan tieteellisen näytön perusteella. Missään työn vaiheessa ei ole luvallista toimia epärehellisesti. Tämä tarkoittaa sitä, ettei kenenkään tekstiä saa kopioida luvatta ja esittää omanaan. Tuloksia tulee tarkastella kriittisesti ja raportoinnin tulee olla asianmukaista ja asioita ei saa tahallisesti esittää puutteellisina. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara 2007, 23–26.) Lisäksi hyvä tutkimusetiikka tarkoittaa, että aineistoa kerätään ja tietoa käsitellään niiden periaatteiden mukaisesti, jotka ovat yleisesti hyväksytyjä. Tutkimuksen tavoite ja tutkimusongelma tulee pitää selkeästi mielessä koko prosessin ajan, jotta eettisiltä virheiltilä voidaan välttyä. Tutkimuskohteeseen on perehdytettävä huolellisesti, jotta saadaan kerättyä riittävästi tietoa aineistosta. (Vilkkä 2007, 89–101.) Hyvän tutkimustyön edellytyksenä on noudattaa rehellisyyttä, huolellisuutta ja täsmällisyyttä sen jokaisessa vaiheessa. Tieteellisen käytännön mukaisesti toimiessa työn jokaisessa vaiheessa tulee olla rehellinen, huolellinen ja tarkkaavainen. Lähdekriisisyys on tärkeää ja valittaessa lähteitä tulee käyttää harkintaa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009 23–37.)

Huomioimme opinnäytetyömme luotettavuuden lähdeaineistojen huolellisella valinnalla. Lähteiksi emme valinneet liian vanhoja tai epäluotettavia materiaaleja. Koko opinnäytetyöprosessin ajan toimimme sosiaalialan ammattihenkilön eettisten ohjeiden mukaan. Opinnäytetyöprosessin edetessä olemme pitäneet tiiviisti yhteyttä ohjaavaan opettajaamme ja hyödyntäneet esille nousseet palautteet kehittämistyössä. Saimme kattavasti palautetta, joka sisälsi kritiikkiä sekä myönteisiä kommentteja. Ohjeiden avulla kehitimme menetelmäoppaan sisältöä sekä raportin selkeyttä ja luettavuutta. Pidimme myös yhteyttä työn tilaajaan ja selvitimme todellisten käyttäjien tarpeet ja toiveet työstä.

Sosiaalialan eettisiin periaatteisiin kuuluu ihmisten oikeus ilmaista tunteitaan ja kielteisiä kokemuksia, toimia arvostavasti ja luotettavasti, huomioida osallisuus ja huomioida ihmisen voimavarat ja vahvuudet sekä hyväksyä erilaisuus. Kaiken toiminnan lähtökohtana on ihmisoikeudet ja ihmisarvo sekä sosiaalinen oikeudenmukaisuus. Jokaisella yksilöllä on ihmisyyden perusteella oikeus ihmisoi-keuksiin. Ne eivät ole riippuvaisia henkilön käytöksestä tai toiminnasta. Sosionomin tulee toimia heikommassa asemassa olevien ihmisten puolella edistäen heidän hyvinvointiaan ja itsemääräämisoikeuttaan. Ammattietiikka on lakia vahvempi laajempi käsite, sillä se ohjaa kaikkea ammatillista toimintaa. Koska sosiaalialan toimintaympäristö on muuttuvaa, työn eettisyys muodostuu jatkuvasta tarkastelusta ja pohdinnasta. (Talentia 2017, 6–11.) Tuotteen tekemisessä huomioimme eettisen ja sensitiivisen näkökulman siten, ettemme koonneet siihen liian henkilökohtaisia tehtäviä. Menetelmäoppaan sisältämät erilaiset tehtävät ovat hyviä harjoituksia lapsille heidän tunneilmaisunsa ja mielialojen esiin tuomisessa. Satujen avulla lapsen kanssa voi keskustella, mitä tunteita ne hänessä herättävät. Menetelmäkansion satuhieronta on yksi esimerkki tarinoiden käytöstä tunnetyössä.

4.6 Opinnäytetyön merkitys ja hyödynnettävyys

Tunnetaitoihin kuuluu useita osa-alueita aina vuorovaikutustaidoista kehotietoisuuteen. Ne kaikki tukevat ihmistä, kun hän kohtaa itsensä ja ympäristönsä. Lapsi opettelee tunnetaitoja kokemalla ja mallintamalla toisia. Tätä tapahtuu elinikäisesti tahdosta riippumatta. Kun tunnetaitoja opetetaan tavoitteellisesti, käsitellään omia kokemuksia turvallisessa ympäristössä ohjatusti. Toistuva harjoittelu vahvistaa tunnetaitojen käyttöä arjessa. Tunnetaidoilla on positiivinen vaikutus ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Kyky tunnistaa, käsitellä ja ilmaista tunteita muodostavat yhdessä turvallisuuden tunteen, oikeanlaiset rajat sekä kunnioittavan suhteen itsen ja muihin ihmisiin. (Tunne ja Taida s. a.)

Tuottamastamme menetelmäoppaasta Kuopion kaupungin Mäntyrinteen Perhetukikeskuksen Vesalan yksikön työntekijät saavat ajankohtaista tietoa tunnetyöskentelystä, sen opettamisesta ja merkityksellisyydestä lasten kasvatustyössä. Opinnäytetyöllämme on vahva yhteys työelämään, sillä se toteutettiin aidossa työympäristössä ohjaajien ja lasten tarpeet huomioiden. Menetelmäopas antaa lastensuojelun asiakaslapsille mahdollisuuden tunnistaa tunteita ja harjoitella niiden ilmaisua. Opinnäytetyötämme voi hyödyntää lastensuojelun ohella monipuolisesti varhaiskasvatuksen eri osa-alueilla, kuten päiväkodissa ja esiopetuksessa. Tunnetaitojen oppiminen varhaislapsuudesta lähtien on hyödyllistä, joten jokainen lapsi hyötyy niiden harjoittamisesta.

Opinnäytetyötämme voisi jatkokehittää esimerkiksi soveltamalla sitä monikulttuuritaustaisille lapsille. Tehtävien tekemisessä voisi käyttää esimerkiksi lisää kuvia puheen tueksi yhteisen kommunikaation lisäämisessä. Tehtäviä yksinkertaistamalla tai niiden haastavuutta lisäämällä voisi käyttäjien kohderyhmää monipuolistaa. Lisäksi opinnäytetyötämme voisi jatkokehittää myös perheiden kanssa tehtävään työhön. Opinnäytetyömme teimme työn tilaajalle Kuopion kaupungin Mäntyrinteen perhetukikeskuksen Vesalan yksikölle. Mäntyrinteen perhetukikeskuksessa sijaitsee myös erillinen yksikkö perheille, jossa työtämme voidaan myös käyttää. Jatkokehittelynä kuitenkin tähän tai muuhun lastensuojelun perhetyöhön voitaisiin kehitellä esimerkiksi opas, jota perheen vanhempi tai vanhemmat voisivat itse käyttää lastensa kanssa, itse tai ohjaajan avustuksella.

4.7 Oman sosiaalialan asiantuntijuuden kehittyminen

Opinnäytetyöprosessin aikana tutustuimme lastensuojelun palvelujärjestelmään ja kuinka sijaishuolto toimii ja voi vaikuttaa lapsen elämään. Laissa määritellään perusteet interventiolle ja milloin tulee tehdä lastensuojeluilmoitus tai huostaanotto. Opimme lapsen hyvän kasvun ja kehityksen tukemisesta ohjaustyössä. Tutuiksi tulivat ohjaustyössä lapsen kasvun kokonaisvaltainen tukeminen eri ikävaiheissa ja haastavassa elämäntilanteessa. Verkostoiduimme työelämään, sillä olimme hyvässä yhteistyössä tilaajan kanssa. Samalla paransimme viestintä- ja vuorovaikutustaitojamme. Sosionomin ammattieettisen osaamisen merkitys korostui, sillä työtä tehdään aina lapsen etu huomioiden. Keskeisesti sosionomin työhön kuuluu lapsen toimijuuden huomioiminen ja mielipiteen kuuleminen. Työssään sosionomi toimii hyvän puolella.

Yhteistyö ja työnjako välilläme sujui ongelmitta koko prosessin ajan, sillä toimimme yhteistyökykyisesti ja oma-aloitteisesti. Työnjakomme oli selkeä ja pidimme säännöllisesti hetkiä, joissa keräänyimme kokoamaan ajatuksiamme ja tarkastelemaan projektin etenemistä. Opinnäytetyön tekemisen aikana voitimme haasteet ja kokonaisuudesta tuli eheä sekä monipuolinen. Ajallisesti opinnäytetyöprosessi oli pitkä, joten kehittämistyötaitomme paranivat ja siksi myös osaamisemme suoriutua ammattiimme kuuluvista työtehtävistä kehittyivät. Ymmärryksemme projektityötä kohtaan kasvoi ja tiedostamme nyt, ettei se tapahdu nopeasti. Opinnäytetyön tekemisen aikana eteen tulleista haasteista opimme ongelmanratkaisutaitoja. Koemme, että olemme nyt valmiimpia työelämän haasteisiin ja kehittämistehtäviin.

LÄHTEET

American psychological association 2012. [Viitattu 2020-08-12.] Saatavissa: <https://www.apa.org/topics/resilience>

AVOLA, Pauliina ja PENTIKÄINEN, Viivi 2020. Kukoistava kasvatus, positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. Espoo: BEEhappy Publishing Oy.

BECKER-WEIDMAN, Arthur. Auta lasta kiintymään, vuorovaikutteinen kehityspsykoterapia traumape-
räisen kiintymyshäiriön hoidossa. Tampere: PT-kustannus.

BELT, RITVA 2013. Kiintymyssuhdeperustainen työskentely lastensuojelussa. [verkkojulkaisu] Ter-
veyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-02-07.] Saatavissa: [https://thl.fi/docu-
ments/605877/3690153/Belt_THL_2017_Kiintymysperustainen_ty%C3%B6skentely_lastensuojelussa.pdf/cd6cc7f0-3f67-4a32-9498-583570f3b8d0](https://thl.fi/documents/605877/3690153/Belt_THL_2017_Kiintymysperustainen_ty%C3%B6skentely_lastensuojelussa.pdf/cd6cc7f0-3f67-4a32-9498-583570f3b8d0)

CACCIATORE, RAISA, KORTENIEMI-POIKELA, ARJA ja HUOVINEN, Maarit 2008. Miten tuen lapsen
ja nuoren itsetuntoa. Helsinki: WSOY.

DUNDERFELT, Tony 2011. Elämäkaaripsykologia: lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen.
Helsinki: WSOYpro.

ERONEN, Tuija ja LAAKSO, Riitta. Lastensuojelun laitoshoidon kasvatukselliset ja kuntouttavat orien-
taatiot ja niiden vaikuttavuus [verkkojulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-08-
13.] Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131499/URN_ISBN_978-952-302-
780-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131499/URN_ISBN_978-952-302-780-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

GERHADRT, Sue 2007. Rakkaus ratkaisee. Helsinki: Edita Publishing Oy.

HEINO, Tarja, HYRY, Sylvia, IKÄHEIMO, Salla, KURONEN, Mikko ja RAJALA, Rika 2016. Lasten kodin
ulkopuolelle sijoittamisen syyt, taustat, palvelut ja kustannukset. [verkkojulkaisu]. Terveiden ja hy-
vinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-05-13.] Saatavissa: [https://www.julkari.fi/bitstream/han-
dle/10024/130536/URN_ISBN_978-952-302-644-5.pdf](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130536/URN_ISBN_978-952-302-644-5.pdf)

HIRSJÄRVI, Sinikka, REMES, Pirkko ja SAJAVAARA Paula 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

HÄKKINEN, Pasi 1999. Lasta suojaavat yhteisöt. Julkaisussa: SINKKONEN, Jari ja PIHLAJA, Päivi
(toim.) Ulos umpikujasta, miten auttaa tunnehäiriöistä lasta? Helsinki: WSOY, 94–121.

JÄMSÄ, Kaisa ja MANNINEN, Elsa 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Hel-
sinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

JÄÄSKINEN, Anne-Mari ja PELLICIONI, Sanna 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaito-
jen tukeminen. Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja Oy.

KANNINEN, Katri ja SIGFRIDS, Arja 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä:
PS-kustannus.

KEMPPINEN, Pertti 2000. Lasten ja nuorten tunne-elämän häiriöt. Vantaa: Kannustusvalmennus P. &
K. Oy.

KIVILUOTE, Jaana, HONKAKOSKI, Päivi, NISSINEN, Timo ja AROMAA, Sini 2019. Tunteet ja käyttäy-
tyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa, tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusoh-
jelman avulla, varhaiskasvattajan käsikirja. Turku: JK-Kustannus ja koulutus Oy.

KOKKONEN, Marja 2017. Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito. Jyväskylä:
PS-Kustannus.

THL s. ab. Lastensuojelun toimijoiden tehtävät, kelpoisuus, mitoitus ja täydennyskoulutus [verkkodokumentti]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-08-05.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/toimijat-tyon-tuki-hallinto/hallinto/lastensuojelun-sosiaalityontekijan-kelpoisuus-ja-tehtavat>

THL s. ac. Lastensuojelu ja kriisityö [verkkodokumentti]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2021-02-21.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/erityiskysymykset/lastensuojelu-ja-kriisityo>

THL 2019a. Mitä on lastensuojelu? [verkkodokumentti]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-05-13.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/mita-on-lastensuojelu>

THL 2019b. Osallisuus [verkkodokumentti]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-09-16.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>

THL 2019c. Lapsen osallisuus [verkkodokumentti]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-09-16.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/lapsen-osallisuus>

THL 2017. Lastensuojelun terapeutin laitospalvelun mallinnus. [verkkojulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-05-13.] Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/132319/Tyo%CC%88paperi_2017_23_nettili%20%28%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y

TALENTIA 2017. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet [verkkojulkaisu]. Talentia. [Viitattu 2021-02-21.] Saatavissa: <https://www.tunnejataida.fi/tunnetaidot-paasivu>

TIMONEN-KALLIO, Eeva, YLIRUKA, Laura ja NÄRHI, Pekka 2017. Lastensuojelun terapeutin laitospalvelun mallinnus [verkkojulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-08-13.] Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/132319/Tyo%CC%88paperi_2017_23_nettili%20%28%29.pdf?sequence=1

TUNNE JA TAIDA s. a. Tunnetaidot [verkkodokumentti]. Tunne ja taida. [Viitattu 2021-02-21.] Saatavissa: <https://www.tunnejataida.fi/tunnetaidot-paasivu>

UNICEF s. a. Convention on the Rights of the Child text [verkkodokumentti]. Unicef. [Viitattu 2020-08-13.] Saatavissa: <https://www.unicef.org/child-rights-convention/convention-text#>

UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta ja VUORINEN, Kaisa 2016. Huomaa hyvä. Näin ohjaat lasta nuorta löytämään luontevahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.

VIHERIÄLÄ, Liisa ja RUTANEN, Mervi 2010. Lapsen psyykkisen trauman hoito. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim [digilehti] 126(22), 2671-7. [Viitattu 2020-07-10.] Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo99180>

VILKKA, Hanna ja AIRAKSINEN, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

VILKKA, Hanna. 2007. Tutki ja mittaa, määrällisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

LIITE 1: PÄÄTÖS TUTKIMUSLUVASTA

KUOPIO

Kuopion kaupunki
Sosiaalipalvelujen tukipalvelut
Perusturvajohtaja

Päätöspöytäkirja

25.5.2020

1 (4)

Tehtävä 13.00.00
Asianro 3686/2020

Lupa- ja ilmoitusasiat 7 § / 2020

Tutkimuslupa / Lasten tunne-elämätaitojen ohjausmateriaalikansio lastensuojelussa työskenteleville henkilöille

Selostus ja perustelu	<p>Savonia ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija on hakenut 5.5.2020 saapuneella hakemuksellaan tutkimuslupaa opinnäytetyölle, jonka nimi oli "Työmenetelmän laatiminen lastensuojeluun".</p> <p>Tutkimusluvan hakija on pyynnöstä täydentänyt ja selvittänyt hakemustaan uudella 16.5.2020 saapuneella hakemuksella " Lasten tunne-elämätaitojen ohjausmateriaalikansio lastensuojelussa työskenteleville henkilöille".</p> <p>Täydennetyt hakemuksen mukaan opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa ohjausmateriaalia lastensuojelun henkilökunnalle. Aiheena on varhaiskasvatustieteiden lasten tunnettyöskentely ja tutkimuksen tuloksena kansiomuotoinen ohjausmateriaali henkilökunnalle. Teorian lisäksi työ sisältää mm. erilaisia lomakkeita ja tehtävämateriaaleja lapsille ohjattua tunnettyöskentelyä varten.</p> <p>Opinnäytetyössä tutkitaan tunnettyöskentelyä yleisellä tasolla, joten henkilötietoja ei käsitellä. Kirjallisessa opinnäytetyössä käsitellään mahdollisesti myös millaisia käyttökokemuksia materiaali tuo henkilökunnalle.</p> <p>Opinnäytetyö toteutetaan Mäntyrinteen perhetukikeskuksen Vesala yksikössä. Perhetukikeskuksen johtaja puoltaa tutkimusluvan myöntämistä opinnäytetyöhön.</p>
Päätös	<p>Myönnän haetun tutkimusluvan ehdolla, että voimassa olevia salassapitosäännöksiä noudatetaan ja että yksi kappale valmistuvasta opinnäytetyöstä luovutetaan Mäntyrinteen perhetukikeskuksen käyttöön.</p>
Toimivallan peruste	<p>Kuopion kaupungin perusturvan ja terveydenhuollon palvelualueiden toimintasääntö 9 §</p>

Mari Antikainen
perusturvajohtaja

Postiosoite FL 227, 70201 KUOPIO
Käyntiosoite Vaselkatu 1 - 3 A 3. krs
Laskuosoite FL 3017, 70090 MONETRA

Puhelin +358 17 18 2111
Faksi

www.kuopio.fi
eturimi.sukunimi[at]kuopio.fi

KUOPIO**Kuopion kaupunki**
Sosiaalipalvelujen tukipalvelut
Perusturvajohtaja**Päätöspöytäkirja**

25.5.2020

2 (4)
Tehtävä 13.00.00
Asianro 3686/2020

Asiakirja on allekirjoitettu koneellisesti Kuopion kaupungin asianhallintajärjestelmässä. Allekirjoituksen oikeellisuuden voi todentaa kirjaamosta.

Valmistelija
Ritva Helena Vepsäläinen, puh. +358 44 718 6402
etunimi.sukunimi(at)kuopio.fi

Liitteet

3686-2020-1 Tutkimuslupahakemus
Täydennetty / Selvennetty tutkimuslupahakemus

Tiedoksianto

Päätös on lähetetty sähköpostitse tiedoksi 25.5.2020 tutkimusluvan hakijalle

Tiedoksi

Kaupunginhallitus Jari Saarinen
Kaupunginhallitus
Mäntyrinteen perhetukikeskus Sari Kaarina Räsänen
Perusturva- ja terveystalokunta
Sosiaalipäivystys Heli Pärnänen

Nähtävänäolo

Päätös on yleisesti nähtävänä Kuopion kaupungin verkkosivuilla
www.kuopio.fi/nahtavkenteko 25.5.2020

Postiosoite PL 227, 70101 KUOPIO
Käyntiosoite Väestökatu 1 - 3 A 3, krs
Laskutusosoite PL 3017, 70090 MONETRA

Puhelin +358 17 18 2111
Faksi 25.5.2020

www.kuopio.fi
etunimi.sukunimi(at)kuopio.fi

KUOPIO

Kuopion kaupunki
Sosiaalipalvelujen tukipalvelut
Perusturvajohtaja

Päätöspöytäkirja

25.5.2020

3 (4)
Tehtävä 13.00.00
Asianro 3686/2020

Liite A kuntalain mukainen oikaisuvaatimusohje

Tähän päätökseen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen. Päätökseen ei saa hakea muutosta valittamalla tuomioistuimeen.

Oikaisuvaatimusoikeus

Oikaisuvaatimuksen saa tehdä

- se, johon päätös on kohdistettu tai jonka oikeuteen, velvollisuuteen tai etuun päätös välittömästi vaikuttaa (asianosainen) sekä
- kunnan jäsen.

Oikaisuvaatimusaika Oikaisuvaatimus on tehtävä **14 päivän kuluessa** päätöksen **tiedoksisaannista**.

Oikaisuvaatimus on toimitettava oikaisuvaatimusviranomaiselle viimeistään määräajan viimeisenä päivänä ennen viraston aukioloajan päättymistä.

Asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, seitsemän päivän kuluttua kirjeen lähettämisestä. Käytössä tavallista sähköistä tiedoksiantoa asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, kolmantena päivänä viestin lähettämisestä.

Kunnan jäsenen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon seitsemän päivän kuluttua siitä, kun pöytäkirja on yleisesti nähtävänä Kuopion kaupungin verkkosivuilla www.kuopio.fi/paatoksenteke.

Tiedoksisaantipäivää ei lueta oikaisuvaatimusaikaan. Jos oikaisuvaatimusaajan viimeinen päivä on pyhäpäivä, itsenäisyyspäivä, vapunpäivä, joului- tai juhannusaatto tai arklauantai, saa oikaisuvaatimuksen tehdä ensimmäisenä arkipäivänä sen jälkeen.

Oikaisuvaatimusviranomainen

Perusturva- ja terveystalokunta

Postiosoite	PL 227, 70101 KUOPIO
Käyntiosoite	Tulliportinkatu 17 B
Sähköposti	perusturvajaterveys(at)kuopio.fi
Puhelin	017 18 6113
Faksi	017 18 6004

Oikaisuvaatimuksen muoto ja sisältö

Oikaisuvaatimus on tehtävä kirjallisesti. Myös sähköinen asiakirja täyttää vaatimuksen kirjallisesta muodosta.

Postiosoite	PL 227, 70101 KUOPIO	Puhelin	+358 17 18 2111	www.kuopio.fi
Käyntiosoite	Vaestokatu 1 - 3 A 3, krs	Faksi		etunimi.sukunimi(at)kuopio.fi
Laskutusosoite	PL 3017, 70000 MONETRA			

KUOPIO

Kuopion kaupunki
Sosiaalipalvelujen tukipalvelut
Perusturvajohtaja

Päätöspöytäkirja

25.5.2020

4 (4)
Tehtävä 13.00.00
Asianro 3686/2020

Oikaisuvaatimuksessa on ilmoitettava

- päätös, johon haetaan oikaisua
- miten päätöstä halutaan oikaistavaksi ja
- millä perusteella oikaisua vaaditaan.

Oikaisuvaatimuksessa on lisäksi ilmoitettava tekijän nimi, kotikunta, postiosoite ja puhelinnumero.

Jos oikaisuvaatimus päätös voidaan antaa tiedoksi sähköisenä viestinä, yhteystietona pyydetään ilmoittamaan myös sähköpostiosoite.

LIITE 2: KANSION INFOKIRJE

Hei!

Tämä on opinnäytetyömme alustava versio, joka on Vesalan yksikköön kohdennettu menetelmäopas lasten tunnetyöskentelystä. Se sisältää teoriaa tunnetyöstä sekä erilaisia koostamiamme tehtäviä ja lomakkeita. Opinnäytetyömme ikäryhmäksi olemme kohdentaneet 5-8 vuotiaille lapset, mutta sen tehtävät ovat sovellettavissa myös muun ikäisille lapsille.

Menetelmäopas tulee sisältämään myös eläinkuvien varustetut tunnekortit, joita voi käyttää kansion tehtäviä tehdessä ja soveltaa vapaasti tunnetyöskentelyssä. Kortit eivät valmistuneet vielä testaukseen, mutta ne ovat käytettävissä valmiissa työssä.

Toivomme, että ehditte perehtyä opinnäytetyöhön ja testata sitä käytännössä. Olemme laatineet työtämme koskevia palautelomakkeita, johon toivomme rehellistä ja avointa palautetta menetelmäoppaasta. Saadun palautteen pohjalta muokkaamme kansion sisältöä. Tarvittaessa järjestämme testauksen uudestaan mahdollisten muutosten jälkeen.

Kun menetelmäopas on valmis, luovutamme sen Vesalan käyttöön. Oppaan lisäksi luovutamme myös opinnäytetyömme teoriaosuuden, joka sisältää sitä teoretietoa tunnetyöstä, jota olemme käyttäneet pohjana varsinaisen oppaan laatimisessa. Pyrimme saamaan työmme valmiiksi kuluvan vuoden loppuun mennessä ja tulemme mielellämme myös esittelemään sen yksikköönne.

Kiitos yhteistyöstä!

Syksyisin terveisin

Krista Lindqvist ja Sasu Moilanen

Savonia AMK, sosionomin tutkinto-ohjelma
2.10.2020

LIITE 3: KANSION PALAUTELOMAKE / OHJAAJAT

Palautelomake tunnetyön menetelmäoppaasta.

Lomakkeen täyttäminen vie aikaa muutaman minuutin. Lomakkeen täyttäminen on vapaaehtoista. Täytetyt lomakkeet tulemme hakemaan yksiköstänne . Raportoimme palautteesta opinnäytetyömme teoriaosuudesta eikä tässä tule ilmi henkilötietoja eikä salassa pidettävää tietoa.

	Kyllä	Ei
Menetelmäoppaassa oli riittävästi teoretietoa tunnetyöstä		
Menetelmäopas oli selkeä		
Menetelmäopas oli ulkoasultaan mielenkiintoa herättävä		
Menetelmäoppaassa oli uutta tietoa tunnetyöstä		
Menetelmäoppaassa oli sellaisia tehtäviä, jotka tukevat tunnetyöskentelyä		
Menetelmäoppaassa oli lapsia kiinnostavia tehtäviä		
Menetelmäopas oli helppokäyttöinen		
Menetelmäopas oli hyödyllinen työssäsi		
Yksikkö tulee käyttämään menetelmäopasta jatkossa		

KOMMENTOI VAPAASTI ESIM. PARANNUSEHDOTUKSIA, TOIVEITA, KÄYTTÖKOKEMUKSIASI:

LIITE 4: KANSION PALAUTELOMAKE / LAPSET

Palautelomake lapsille tunnekansioista

Tunnettehtävät olivat kivoja:

Laita rasti mielipiteen päälle



Vapaata palautetta:

LIITE 5: MENETELMÄOPAS

TUNTEET TUTUIKSI

Opas lasten tunnetaitojen edistämiseksi

Krista Lindqvist Sasu Moilanen



Sisällysluettelo

TEORIAOSUUS

Kuvat puheen tukena	5
Tunnekortit	6-8
Lastensuojelun ammattilainen	9-11
Tunnekasvatus	12-13
Positiivinen pedagogiikka	14-15
Ilo	16
Pelko	17
Rakkaus	18
Suru	19
Viha	20

TEHTÄVÄOSUUS

Tunnesäätely	22
Tunneliikennevalot	23
Tunnemittari	24
Piirustustehtävä: Minä	25-26
Tältä minä näytän	27
Olen tällainen	28-29
Itsetunnon timantti	30-31
Värityskuvat	32-41
Väritä tunne	42-43
Luottamuksen kenno	44-45
Kerro kuvista	46-47
Satuhieronta	48-49
Hengittämällä rennoksi	50-51
Aartenetsintä	52
Tunteiden arvailuleikki	53
Rauhoittumispullo	54
Tunnepallot	55-56

Johdanto

Tämä on lasten kanssa työskenteleville ohjaajille suunnattu menetelmäopas lasten tunteiden tunnistamiseen ja tunnetaitojen harjoitteluun.

Opas koostuu kahdesta osiosta. Ensimmäinen osio on tunnetyön teoriaa ja toinen osio on tehtäväosio.

Kansion tehtävät on tarkoitettu yhteiseen työskentelyyn lapsen kanssa. Tehtävät on suunniteltu 5-8 vuotiaille lapsille.

Opas on tehty sosionomiopintojen opinnäytetyönä.

Mukavia hetkiä oppaan parissa!

Krista Lindqvist

Sasu Moilanen

Mitä enemmän lapsen elämässä on
haasteita ja muistissa negatiivisia
kokemuksia, sitä painokkaammin hyvää on
hellittävä

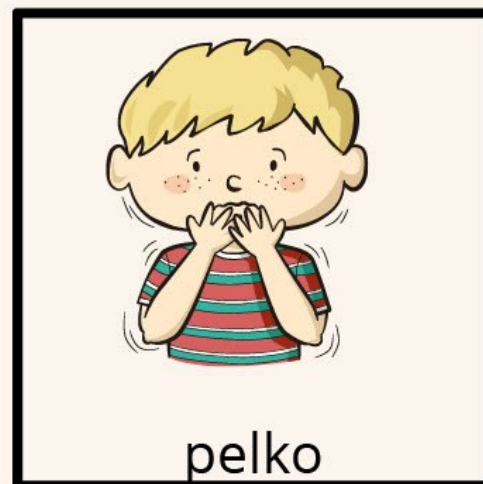
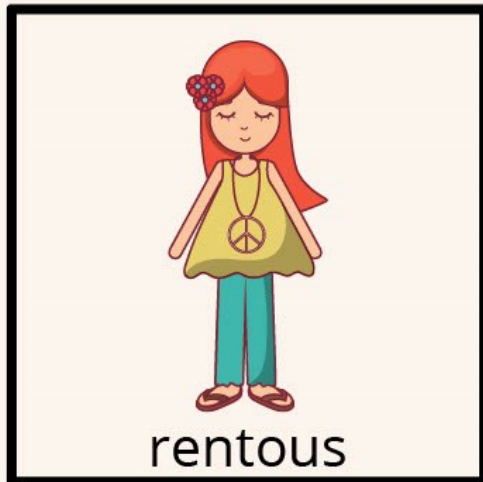


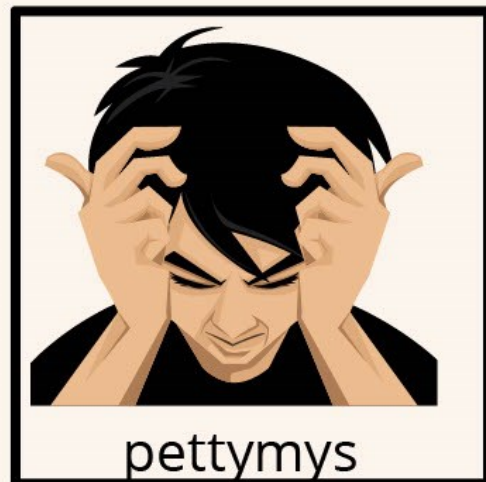
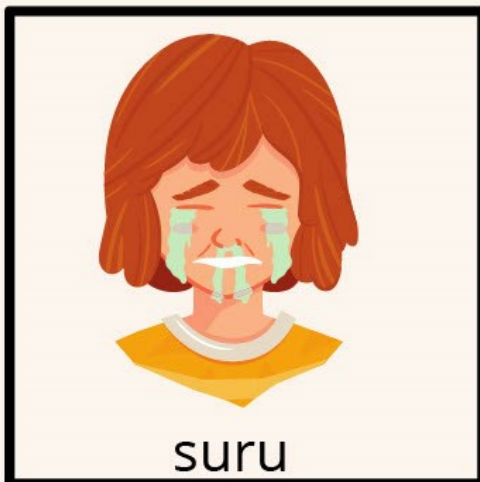
Kuvat puheen tukena

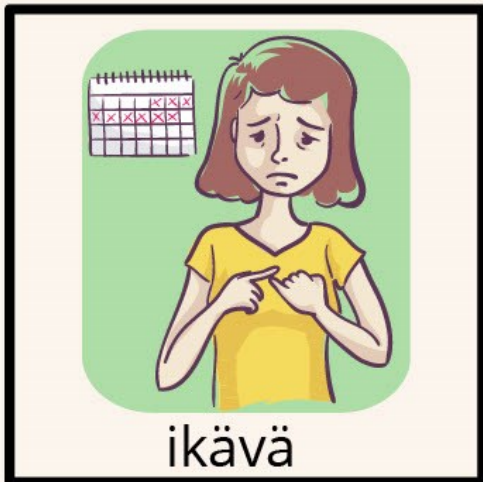
Kuvakommunikoinnilla tarkoitetaan puheen ja sanattoman viestinnän rinnalla käytettäviä kuvasymboleita. Jos ihminen ei voi sanallisesti tai sanattomasti ilmaista asiaa, voi hän viitata siihen kuvalla. Kuvalla voidaan myös havainnollistaa sisältöä, jonka ymmärtäminen kirjoitetussa tai puhutussa muodossa on hankalaa.

Lasten on haastavaa tunnistaa tunteitaan sekä pukea niitä sanoiksi. Siksi on hyötyä, kun tunteita kuvataan visuaalisin keinoin.

Seuraavilta sivuilta löytyviin kortteihin on valittu keskeisimpinä pidettyjä tunteita, joita ovat ilo, rentous, rakkaus, pelko, huoli, noloistuminen, suru, pettymys, ikävä ja viha.







Lastensuojelun ammattilainen

On todettu, että lapsen kasvun kannalta on merkittävää se, että hänellä on luotettava suhde aikuiseen. Usein lastensuojeluyksiköissä lapsilla onkin yksi tai kaksi sellaista ohjaajaa, jotka ovat lapselle tärkeitä ja he muodostavat heihin läheisen suhteen. Siksi myös omaohjaajatyöskentelyllä on merkitystä.



Lastensuojelun ammattilainen



Jokaisen lapsen luonteessa on vahvuuksia ja voimavaroja. Aikuisten tehtävä on sanallistaa näitä hyviä ominaisuuksia ja tehdä lapsi tietoiseksi niistä.

Vahvuuksista puhuminen vaikuttaa myös aikuisen työskentelyasenteeseen ja hänen suhtautumiseensa lapseen. Esimerkiksi haastavaa käytöstä voi tarkastella joidenkin luonteen vahvuuksien runsautena.

Haasteista on helpompi puhua ja puheessa on mahdollista säilyttää myönteinen sävy, jos ongelma ei kiteydy lapsen persoonaan vaan opittaviin taitoihin.

Lastensuojelun ammattilainen

Sosiaalialan työssä on tärkeää, että lapsesta huolehtivat ammattilaiset ymmärtävät lapsen kasvua ja kehitystä. Lisäksi työntekijällä tulee olla kyky tutkia omaa toimintaansa vuorovaikutusprosessissa. On hyvä erottaa omat tunteet työstä.

Tunteiden opetteluun tueksi tarvitaan henkilöä, joka on turvallinen aikuinen ja jolla on halua kuulla, ymmärtää ja tukea lasta. Hänellä on tahdonvoimaa toimia lapsen kasvumatkan tukena siten, että lapsi uskaltaa monipuolisesti kohdata kaikki eri tunteet elämässään.

Tunnekasvatus

Vastasyntynyt lapsi ei tunne vielä eriytyneitä tunteita. Kokemuksia pienellä lapsella onkin lähinnä perustarpeiden tyydyttämisestä, kuten kylläisyydestä. Ensimmäiset eriteltyt tunteet tulevat vauvalle noin kahden ja neljän kuukauden iässä. Näitä tunteita ovat mielipaha ja mielihyvä.

Leikki-iässä lapsen tunnekirjo alkaa laajentua, kun minäkäsitys on kolmeen ikävuoteen mennessä kehittynyt. Leikki-ikäinen pystyy ilmaisemaan itseään monipuolisemmin kehoa ja sanoja käyttäen. Hän työstää tunnekokemuksia leikin ja mielikuvituksen avulla.

Esimerkiksi mielipahaa hän ilmaisee itkemällä. Lapsen tunteiden säätelytaidot alkavat näkyä hänen kehityksessään noin viiden ja seitsemän ikävuoden välissä



Tunnekasvatus

Tunteet kehittyvät voimakkaammin noin seitsemän vuoden iässä, jolloin lapsi oppii ymmärtämään, miltä toisesta ihmisestä tuntuu. Tunnekasvatuksella on keskeinen ja tärkeä merkitys lapsen kasvamisessa. Ihmisen tunnepuoli on jatkuvasti kehitystilassa ja terveellä tunne-elämällä varmistetaan, että ihmisen kypsyys sosiaalisesti normaalilla tavalla.

Lapsella ei ole tarvetta käyttäytyä haastavasti, kun hän osaa tunnistaa ja ilmaista omia tunnekokemuksiaan. Omien ja toisten tunteiden ymmärtäminen lisää kykyä toimia helpommin sosiaalisissa tilanteissa.

Positiivinen pedagogiikka

Positiivisella pedagogiikalla ammattilainen ohjaa lasta saamaan näkemyksen hänen elämänsä merkityksellisyydestä ja arvosta.

Positiivinen pedagogiikka ei ole vain myönteisten tunteiden vahvistamisesta. Positiivisessa pedagogiikassa haasteet, vastoinkäymiset ja negatiiviset kokemukset nähdään oppimiskokemuksina, jotka luovat lapselle sitkeyttä ja henkistä vahvuutta.

Positiivinen pedagogiikka

Positiivisen pedagogiikan tavoitteena on opettaa lapsille jo varhaisessa vaiheessa taitoja, joiden avulla he löytävät itsestään kyvykkyyttä ja potentiaalia. Kun lapset harjoittelevat tunnistamaan tunteitaan, he oppivat sanallistamaan onnistumisen hetkiä ja löytävät vahvuuksia aikuisen tuella. Perusrakenteita hyvälle elämälle ovat vahvuuksien löytyminen ja niiden käyttäminen monipuolisesti.

Ilo

rentous

Ilon tunteisiin kuuluvat innostus, huojennus, mielihyvä, rentous sekä onni. Kaikki ilon tunteet tuovat tyydytystä ihmisen jokapäiväiseen elämään. Niillä on yhteys motivaatioon ja merkityksellisyyden tunteeseen.



Pelko

huoli, nolostuminen

Pelko on trauman keskeisin tunne. Se on kielteinen voimakkaana esiintyvä tunne. Pelko johtuu siitä, että jokin asia koetaan uhkaavaksi. Se on reaktio vaaraan, joka on läsnä. Pelon aiheuttaja tulee ihmisen itsensä ulkopuolelta. Pelko on tunne ja se voi aiheuttaa myös hikoilua, käsien vapinaa, kalpenemista ja sydämen tykytystä.



Rakkaus

Rakkaus on tunnetta ja tekoja, jonka moottorina toimivat myönteiset tunteet. Rakkaudessa on läsnä kaikkein vahvimmat tunteet. Rakkaudessa välittäminen, huolenpito ja myötätunto punoutuvat kokonaisuudeksi.



Suru

ikävä, pettymys

Surussa ihmistä voi helpottaa puhuminen. Surussa saa olla hiljaa, itkeä ja olla sellaisten ihmisten seurassa, joiden kanssa tuntee olonsa turvallisiksi. Jokainen saa surra omalla tavallaan ja jokaisella on myös oikeus hakea apua suruunsa.

Pettynyt tuntee olevansa yksin tunteensa kanssa. Ahdistuneena ihminen ei kykene kuuntelemaan järkipuhetta, sillä tunne on niin voimakas. Tunneallon aikana ihminen tarvitsee turvaa ja tunteen on annettava hiipua.



Viha

Viha on yksi ihmisen yleisimmistä tunnetiloista. Sitä voi olla kuitenkin hankala oppia hallitsemaan. Vihan tunteen kirjo on laaja, siihen kuuluu niin lievää turhautumista kuin suurta raivostumista. Vihan tunne on välttämätön ihmisen itsesuojelun vuoksi. Lapsi tarvitsee sitä kasvaessaan ja ollessaan vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Jos vihaa ei hallitse, aiheuttaa se ongelmia lapsen elinympäristössä, kuten kotona ja koulussa. Viha varoittaa ihmistä uhasta ja vaarasta.



Tehtäväosio alkaa

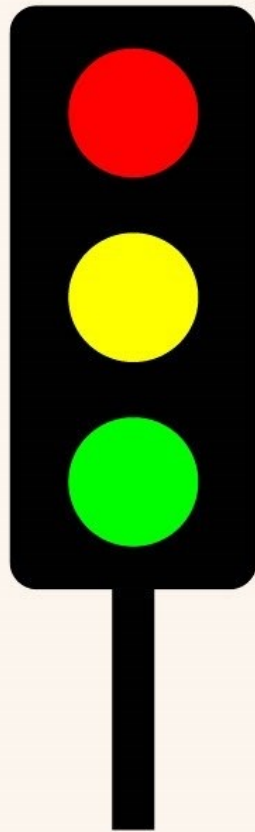


Tunnesäätely

Tunnesäätely tarkoittaa ihmisen kykyä havainnoida, ilmaista ja säädellä omia tunnetilojaan. Sen kehittymiseen vaikuttavat lapsuuden kasvuolosuhteet ja temperamentti. Mitä enemmän ihmisellä on elämässään stressiä, sitä hankalampaa hänen on säädellä omia tunteitaan.

Seuraavien sivujen tunnesäätely-liikennevalon sekä tunnemittarin avulla lapsi voi yhdessä ohjaajan kanssa miettiä, mikä tunnetila hänessä vallitsee. Tunnesäätely-liikennevalon avulla voidaan yhdessä miettiä, miten tilanteessa toimitaan.

Tunneliikenne- valot



Punainen valo: odota ja laske mielessäsi kymmeneen

Keltainen valo: mieti miltä sinusta tuntuu ja mitä vaihtoehtoja on

Vihreä valo: toimi ja mieti miten ilmaiset omia tunteita rakentavalla tavalla

Tunnemittari

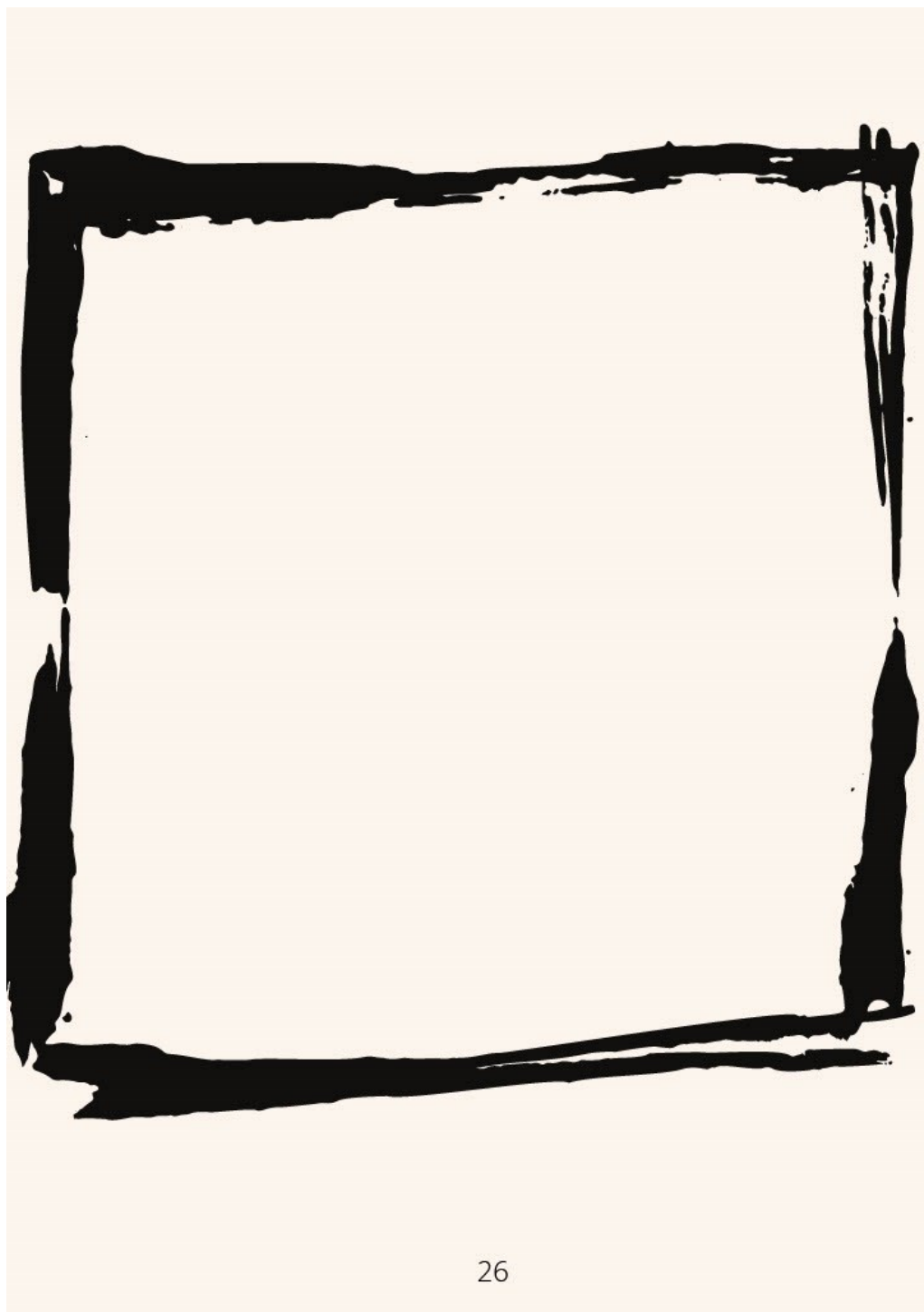


Piirustustehtävä: Minä

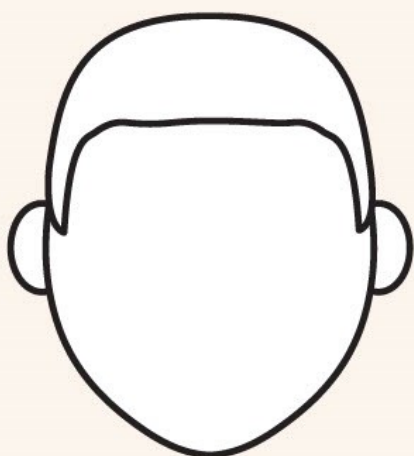
Luontevahvuuksia on paljon. Näitä ovat esimerkiksi sinnikkyys, rohkeus, huumori ja itsesäätely. Ne ovat tärkeässä roolissa lasten kanssa työskenneltäessä.

Luontevahvuudet kehittyvät ja voimistuvat kun niitä käytetään. Luontevahvuuksia esiin nostavien tehtävien tarkoituksena on nostaa esille niitä ominaisuuksia, joiden avulla lapsi onnistuu ja yltyä parhaimpaansa.

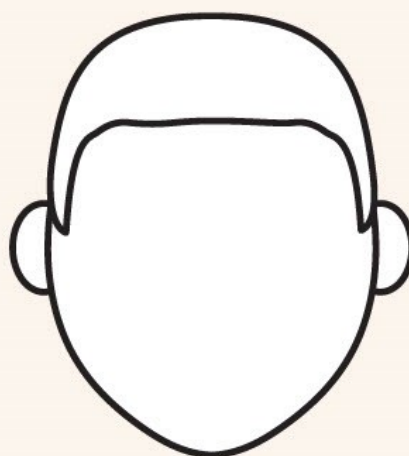
Ohjaa lasta piirtämään kuva itsestään parhaimmillaan seuraavan sivun kehyksiin. Hän voi muistella tilannetta, jossa hän oli ylpeä itsestään tai toimi oikein. Kun lapsi muistelee näitä hetkiä, hän voi olla ylpeä itsestään ja siitä millainen hän on.



Tältä minä näytän



iloisena



surullisena

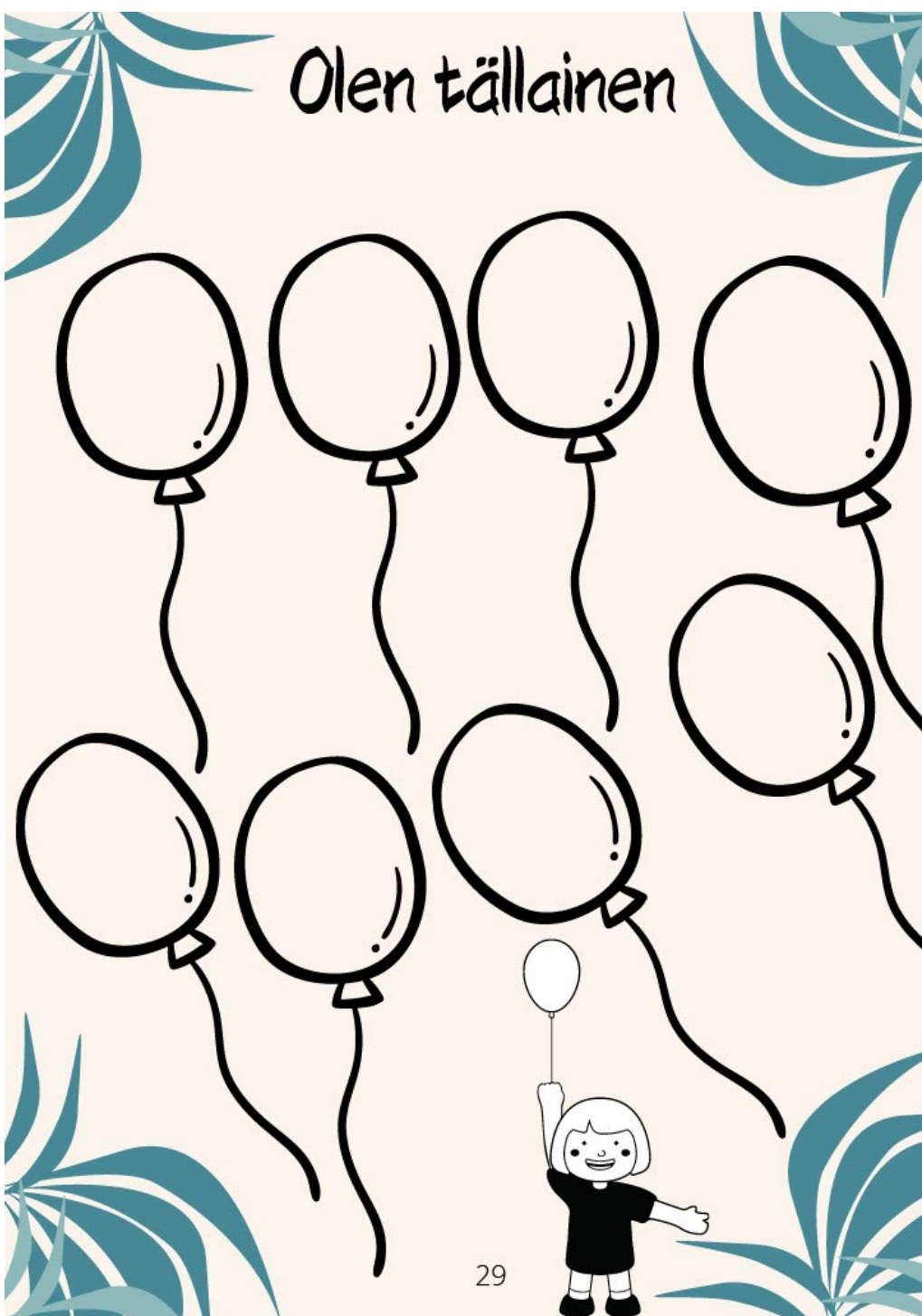
**Tämä tehtävä vahvistaa lapsen
tunneilmaisuja**

Olen tällainen

Jokaisella meistä on aihetta
ylpeyteen. Sitä ei vain tule useinkaan sanottua ääneen.
Terve ylpeys on osa hyvää itsetuntoa.

**Ohjaa lasta miettimään hänen hyviä ominaisuuksiaan
ja vahvuuksiaan. Voitte kirjoittaa tai piirtää ne
ilmapalloihin.**

Olen tällainen



Itsetunnon timantti

**Valmista lapsen kanssa itsetunnon timantti.
Käytä seuraavan sivun valmista timanttipohjaa tai
piirrä se itse käsin lapsen kanssa.
Täytä timantit lokerot lapsen vahvuuksilla.
Teemoja voivat olla esimerkiksi:**

ominaisuus, josta lapsi pitää itsessään eniten

asia, joka on lapselle hyvin tärkeä

taito, jossa lapsi on hyvä

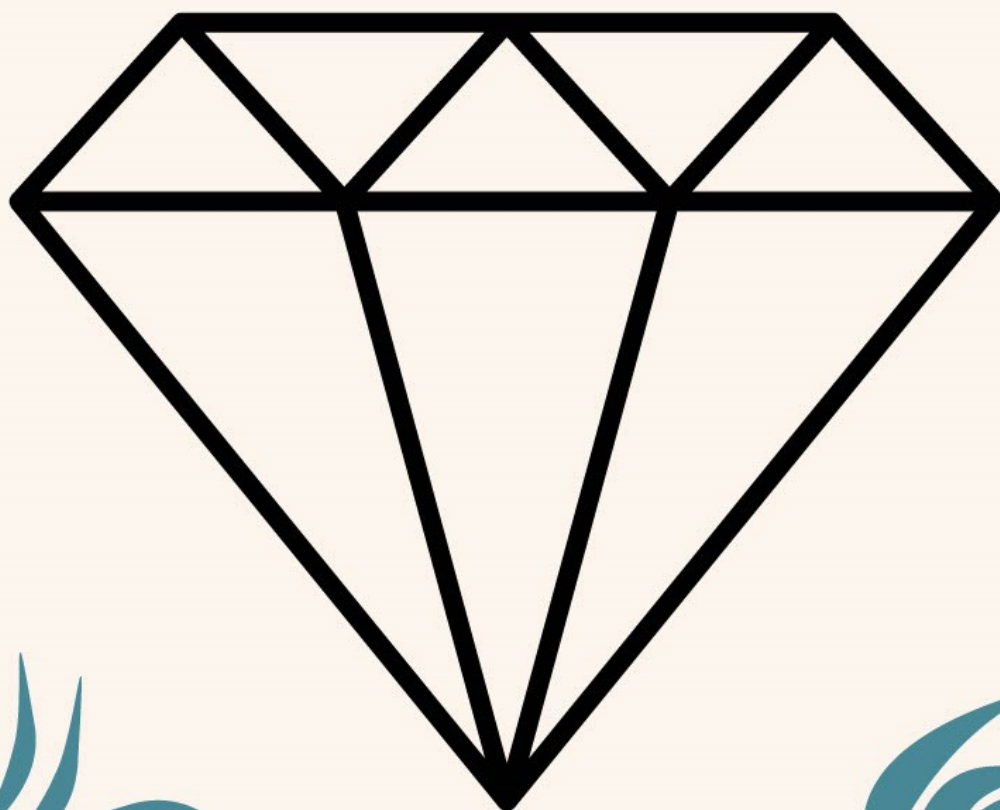
lapsen lempiharrastus tai leikki

hetki, jolloin lapsi huomasi onnistuneensa

unelma, jonka hän haluaisi saavuttaa

Voit keksiä itse lisää teemoja

Itsetunnon timantti



Värityskuva: Huoli



Värityskuva: Nolostuminen



Värityskuva: Pelko



Värityskuva: Pettymys



Värityskuva: Ikävä



Värityskuva: Rentous



Värityskuva: Ilo



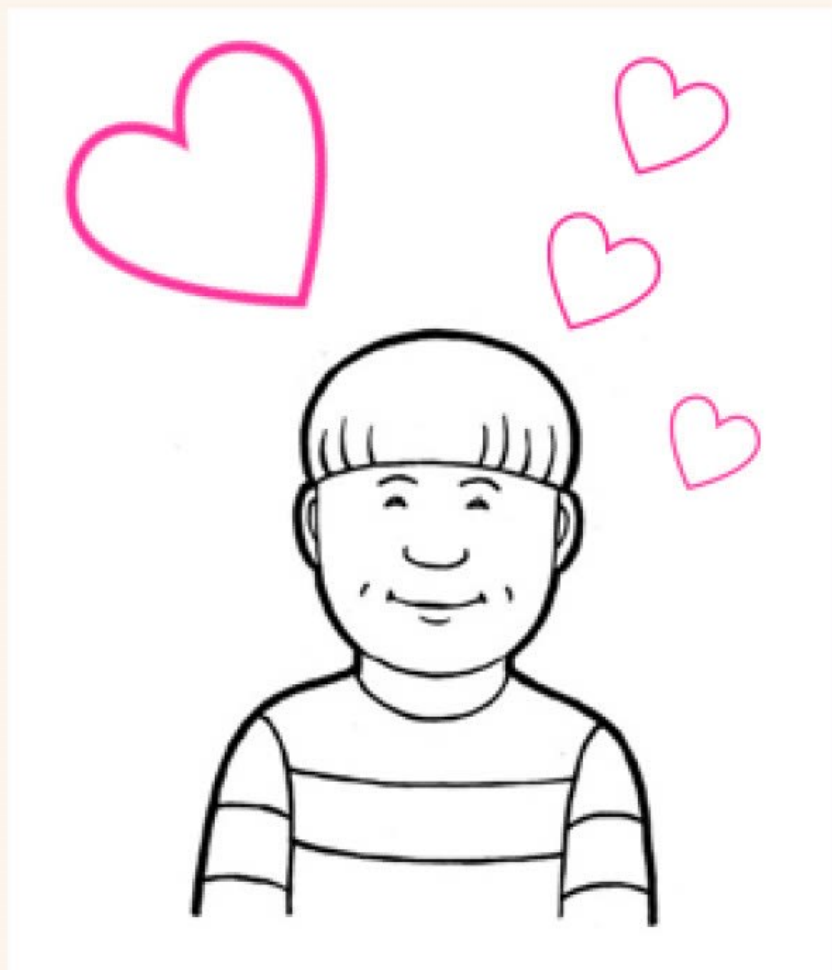
Värityskuva: Viha



Värityskuva: Suru



Värityskuva: Rakkaus

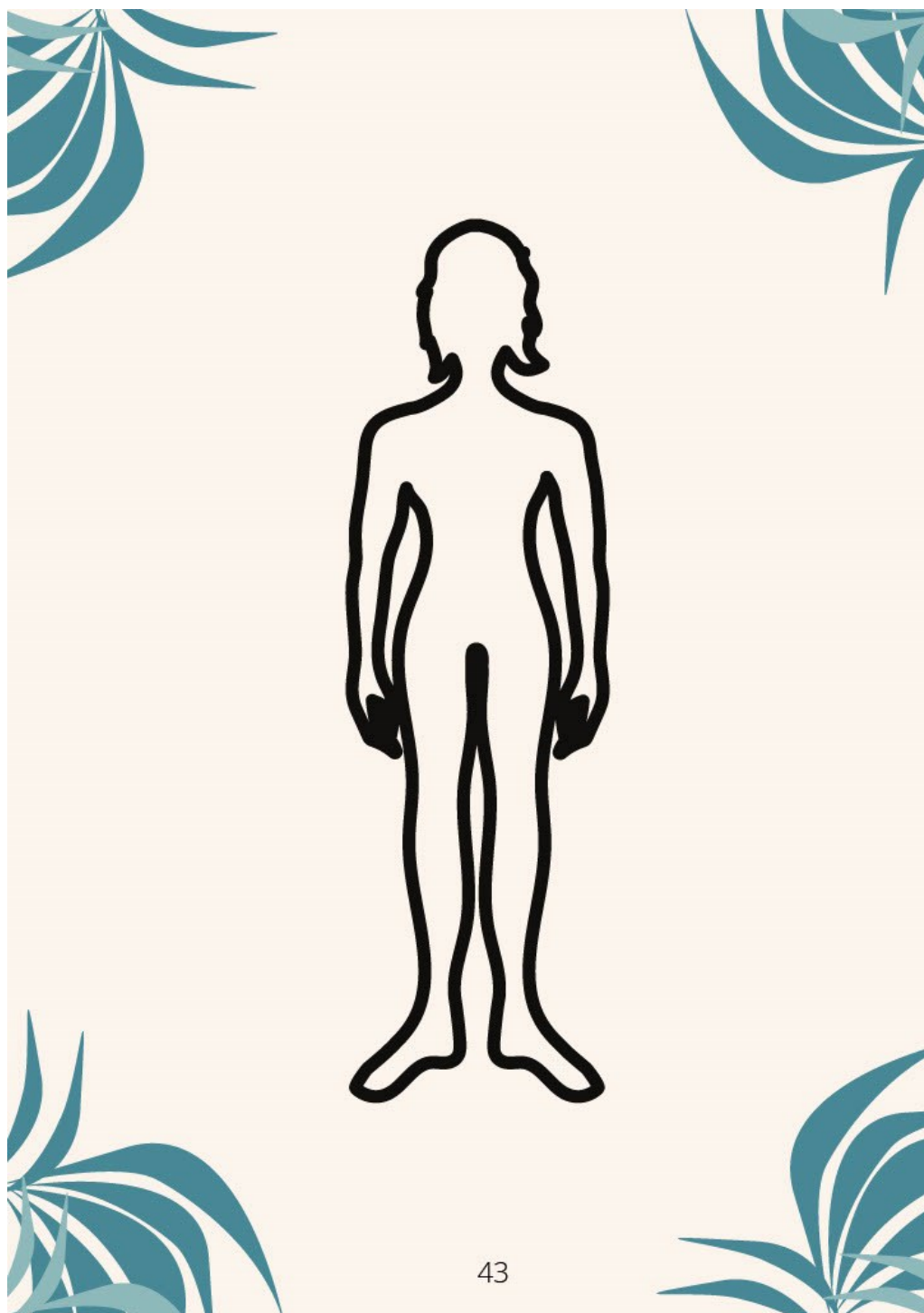


Väritä tunne

Ihmisen keho reagoi vahvasti moniin eri tunnetiloihin ja ne tuntuvat eri kohdissa kehoa. Erilaiset tunteet ovat sallittuja ja tärkeitä. Joskus lapselle voi olla haastavaa säädellä ja pysäyttää tunne ja se voi harmittaa jälkeensä. Onkin tärkeää käyttää itsesäätelyä, tunnistaa tunne ja tarvittaessa pysäyttää siitä johtuva oma toiminta.

Seuraavalla sivulla olevaan ihmisen äärioviivoihin lapsi voi värittää ohjaajan avustuksella ne kehonkohdat, joissa hän tuntee tietyn tunteen kehossaan.





Luottamuksen kenno

Joskus lapsi saattaa tuntea itsensä yksinäiseksi. Monesti tämä tuntemus liittyy johonkin harmittavaan ja ehkä vaikeaan tilanteeseen. Pohtikaa, keitä lapsen lähipiiriin kuuluu. Ketkä uskovat ja luottavat lapseen ja ketkä arvostavat häntä. Kenen puoleen hän voi kääntyä?

Tukiverkko voi muodostua perheenjäsenistä, ystävistä, naapureista, opettajista, ohjaajista, valmentajista tai vaikka lemmikkieläimistä.



Kerro kuvista

Näiden kuvien avulla voi keskustella lapsen kanssa siitä, mitkä asiat saavat hänet iloiseksi, surulliseksi, vihaiseksi ja niin edelleen.



lemmikit



ruokailu



syntymäpäivä



perhe



joulu



loma



ulkoilu

Kerro kuvista



pukeutuminen



siivoaminen



peseytyminen



nukkuminen



koulussa käyminen



puhelimien
käyttö



ulkoilu



läksyt

Satuhieronta

Kosketus viestii välittämisestä ja lisää positiivisia tunteita. Tämän harjoituksen tarkoitus on rentouttaa lasta. Kysy lapselta, saatto tehdä hänelle satuhieronnan.

Sade alkoi aamulla hitaalla pisaroinnilla

Koskettele kevyesti sormilla lapsen päätä eri kohdista

Pian sade alkoi yltyämään...



Tee kovempia ja tiheämpiä sateen ropinaa matkivia kosketuksia päänalueelle

Ja yltyi lisää...

Nyt naputtele pään lisäksi hartioita ja selkää kaikilla sormilla nopeammalla rytmillä

Lopulta tuli myrsky ja salamo

Naputtele kämmenten reunoilla nopeita, napakoita taputuksia kummallekin hartialle

Vesi virtasi tulvaksi asti kohti maata

Tee nopeita vetoja selkään ja käsivarsiin

Satuhieronta

Vähitellen myrsky alkoi tyyntyä

Ropistele hartioihin sormilla

Vesi pisaroi enää harvakseltaan

Tee yksittäisiä naputuksia päähän sormilla

**Aurinko hivuttautui esille pilvien lomasta ja alkoi
lämmittää suloisesti**

Pyöritä kämmenillä hitaasti selkää, hartioita ja käsivarsia

Myrskypilvet hajaantuivat pois

Tee kämmenillä sivusuuntaisia hitaita vetoja selkään

Sen pituinen se

Painele kämmenillä kevyesti selkää merkiksi lopettamisesta

Voit keskustella lopuksi, miltä lapsesta tuntui.



Hengittämällä rennoksi

Kun lapsi opettelee tyynellä mielellä
palleahengittämistä, sitä helpompi on ottaa taito
käyttöön silloin, kun häntä harmittaa.

Rentoutuminen on hyvä itsestä huolehtimisen keino.
Jokaiselle tulee vastaan tilanteita, joissa täytyy
rauhottaa tunteet ja mieli. Tässä on palauttava
harjoite keholle ja mielelle. Tämän harjoitteen jälkeen
voidaan keskustella
siinä heränneistä tunteista.

Hengittämällä rennoksi

- 1. Ota hyvä asento*
- 2. Sulje silmät, jos se tuntuu hyvältä*
- 3. Keskity ajattelemaan vain hengitystäsi*
- 3. Hengitä nenän kautta rauhallisesti sisään
ja puhalla suun kautta ulos*
- 4. Hengitä vielä rauhallisemmin sisään ja puhalla ulos*
- 5. Toista rauhallisesti vielä muutamia kertoja*

Harjoittelun jälkeen voi keskustella esimerkiksi:

*miltä sinusta nyt tuntuu?
onko sinulla rauhallinen olo?
onko tunne miellyttävä vai epämiellyttävä?*

Aartenetsintä

Tämä tehtävä on toiminnallinen tehtävä, jossa lapsen kanssa etsitään ympäristöstä asioita, jotka herättävät hänessä tunteita.



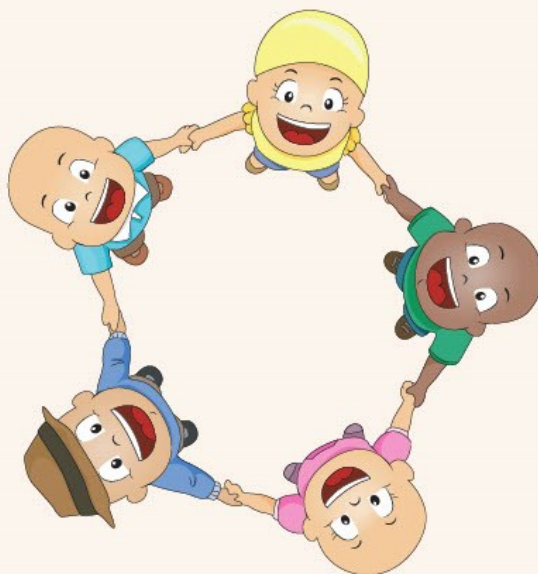
Etsittäviä asioita voi olla:



- jotain, mikä tekee olon mukavaksi
- jotain, mistä tulee turvallinen olo
- jotain, mikä auttaa kun olet vihainen
- jotain, mikä tuo mieleesi hauskan muiston
- jotain, mitä rauhoittaa
- jotain, mikä saa sinut nauramaan
- jotain, mikä muistuttaa sinua jostakusta ketä ikävöit
- jotain, minkä tekeminen on kivaa
- jotain, mikä on rentouttavaa
- jotain, mistä olet ylpeä
- jotain, mitä tykkäät tehdä yhdessä

Tunteiden arvailuleikki

**Pyydä lasta valitsemaan tunne. Lapsi yrittää kasvoillaan
ja kehollaan esittää tuota tunnetta ilman sanoja. Muut
arvaavat, mikä tunne on kyseessä!**



Rauhoittumispullo

Valmistusohje:

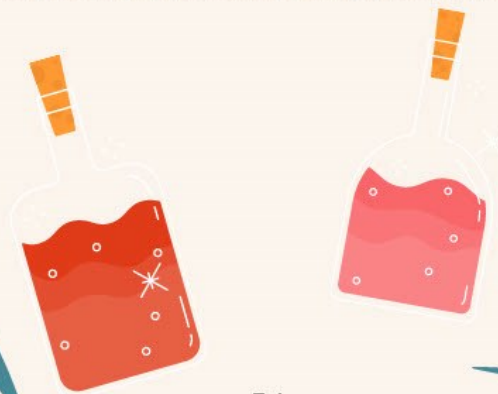
Tarvitset pienen, tyhjän muovipullon

Lisää 4/5 lämmintä vettä, 1/5 kirkasta askarteluliimaa (tai glitterliimaa)

Lisää elintarvikeväriä ja glitteriä/hileitä

Jos hileet eivät liiku, lisää muutama tippa astianpesuainetta

Kun hileet leijuvat, hengitä syvään ja kun hileet laskeutuvat, huomaat rauhoittuvasi.



Tunnepallot

Tunnepallot tarjoaa tunteiden tunnistamista mukavan toiminnallisella tavalla! Huomioi sopiva ilma, sillä peliä pelataan ulkona.



Tunnepallot

1. Täytä vesi-ilmapalloja sopiva määrä sankoon.

2. Piirrä palloihin erilaisia tunteita, kuten ilo- ja surunaamoja. Lapset voi ottaa mukaan piirtämään ja osallistuttaa heidät mukaan leikin suunnitteluun.

3. Piirrä asfalttiin katuliiduilla viiva ja sen eteen tunteita kuvastavat hymiöt. Tunteita piirretään eri etäisyyksien päähän, jotta tähtäämiseen saadaan haastetta. Pelin tarkoituksena on vuorotellen ottaa sangosta vesi-ilmapallo ja yrittää osua sillä samaan hymiöön, joka on pallossa.

Tarkoituksena
ei ole kilpailu, vaan mukava yhdessäolo!

Vinkki:
Ota mukaan kaiken varalta myös kuivat vaatteet!



Lähteet

CACCIATORE, Raija ja KORTENIEMI-POIKELA, Erja 2019.
Sisu tahto itsetunto, portaat itkupotkuraivareista aggresion hallintaan. Helsinki: Minerva kustannus oy.

CANVA. Muut kuvat.

LESKISENOJA, Eliisa ja SANDBERG, Erja 2019. Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi. Jyväskylä: PS-kustannus.

HÄKKINEN,
Pasi 1999. Lasta suojaavat yhteisöt. Julkaisussa: SINKKONEN, Jari ja PIHLAJA, Päivi (toim.) Ulos umpikujasta, miten auttaa tunnehäiriöistä lasta? Helsinki: WSOY, 94–121.

JÄÄSKINEN,
Anne-Mari ja PELLICIONI, Sanna 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja Oy.

KEMPPINEN,
Pertti 2000. Lasten ja nuorten tunne-elämän häiriöt. Vantaa: Kannustusvalmennus P. & K. Oy.

LESKISENOJA,
Elisa 2017. Positiivisen pedagogiikan työkalupakki. Jyväskylä: PS-kustannus

MCDONALD, Avril 2018. Jukka Hukka ja Iso Hukka. Jyväskylä: PS-kustannus.

MOILANEN, Sasu 2020-07-01. Tunnepallot [digikuva]. Sijainti: Kuopio: Sasu Moilasen sähköiset kokoelmat.

PAPUNET. Värityskuvat. Saatavissa: <https://kuvapankki.papunet.net/>

Lähteet

PAPUNET

2019. Kuvat kommunikoinnissa [verkkodokumentti].Papunet. [Viitattu 2020-08-25.]

Saatavissa:

<https://papunet.net/tietoa/kuvat-kommunikoinnissa>

POIJJULA, Soili 2007. Lapsi ja kriisi, selviytymisen tukeminen. Helsinki: Kirjapaja.

RIIHONEN, Riikka, KOSKINEN, Minna ja PIITULAINEN, Mira 2020. Kuinka kiukku kesytetään, lasten aggressiokasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus.

SORMUNEN, Jaana 2018-05-25. Tunteet, ilman niitä elämä ei tunnu miltyään [lehtiartikkeli].

Yleisradio. [Viitattu 2021-02-

21.] Saatavissa: <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2018/05/25/tunteet-ilman-niita-elama-ei-tunnu-miltaan-vihakin-on-tarpeellista>

TOLONEN,

Tarja 2009. Vanhemmuuden puute ja nuorten sosiaalinen pääoma. Julkaisussa: Barby, Marjatta (toim.) Lastensuojelun ytimessä. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 176–194.

UUSITALO-MALMIVAARA,

Lotta ja VUORINEN, Kaisa 2016. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.

UUSITALO-MALMIVAARA, Lotta ja VUORINEN, Kaisa 2017. Huomaa hyvä! Vahvuusvariksen bongausopas. Jyväskylä: PS-kustannus.