

TUNNETAITOJEN MERKITYS VARHAISKASVATUKSESSA



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Sosionomikoulutus

kevät 2022

Nina Laine

Opinnäytetyössä tutkittiin varhaiskasvattajien näkemysten pohjalta tunnetaitokasvatuksen merkitystä tunnetaitojen kehittymisen tukemisessa varhaiskasvatuksessa. Työn tavoitteena oli tuoda näkyväksi, miten tunnetaitokasvatusta toteutetaan päiväkodin arjessa ja miten tärkeänä toimintona sitä työssä pidetään. Tavoitteena oli myös tuoda esille varhaiskasvattajien kehitysideoita tunnetaitokasvatuksen kehittämiseksi. Opinnäytetyön työelämäyhteytenä oli Nokian kaupungin kolmen varhaiskasvatusyksikön johtajan päiväkotiyksiköiden varhaiskasvattajat.

Tietoperustassa perehdyttiin lapsen sosiaalisten taitojen kehittymiseen, tunteisiin, tunnetaitoihin ja niiden tukemiseen. Lisäksi tietoperustassa tarkasteltiin tunnetaitokasvatusta varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin puolistrukturoitua Webropol-lomakekyselyä. Kyselyyn vastasi seitsemän varhaiskasvattajaa. Aineisto analysoitiin aineisto- ja teorialähtöistä sisällönanalyyysia käyttäen teemoittelemalla. Keskeisiksi teemoiksi muodostuivat: tunnetaidot, pedagogiikka tunnetaitokasvatuksessa, tunnetaitokasvatuksen toteuttaminen ja kehittämisideat.

Tuloksista käy ilmi, että varhaiskasvattajat pitävät tunnetaitojen harjoittelemista ja opettamista tärkeänä pedagogisena toimintana sekä päiväkodin arjessa että erillisillä tunnetaitotuokioilla. Kasvattajan omilla tunnetaidoilla on suuri merkitys. Kehittämisideoina tuloksissa ilmeni muun muassa kasvattajan reflektio eli itsetutkistelu, lisäkoulutus sekä valmiit helposti toteutettavat materiaalipaketit.

Avainsanat tunteet, tunnetaidot, tunnetaitokasvatus, varhaiskasvatus

Sivut 49 sivua ja liitteitä 4 sivua

The thesis examined, based on the views of early childhood educators, the importance of emotional skills education in supporting the development of emotional skills in early childhood education and care. The aim of the thesis was to bring forward how emotional skills education is carried out in a daycare centre's everyday life and its importance in the work. The aim was also to bring out childhood educators' ideas on how to develop emotional skills education. The thesis was conducted in collaboration with early childhood educators from the daycare units of three daycare centre leaders in the city of Nokia.

The knowledge base focused on the development of social skills, emotions, and emotional skills and how to support them. In addition, the knowledge base looked at emotional skills education in early childhood education and care. The thesis was carried out as qualitative research. The data collection method used was a semi-structured Webropol survey. Seven early childhood educators replied to the survey. The data were analysed by thematizing, using data and theory based content analysis. The key themes were: emotional skills, pedagogy in emotional education, the implementation of emotional skills education and development ideas.

The results show that early childhood educators consider practicing and teaching of emotional skills an important pedagogical activity both in the daycare centre's everyday life and in separate emotional skills sessions. The educator's own emotional skills play an important role. The resulting development ideas included, for example, the educator's reflection, i.e. self-examination, further training and ready-made, easy-to-implement material packages.

Keywords emotions, emotional skills, emotional education, early childhood education and care

Pages 49 pages and appendices 4 pages

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen	2
2.1	Varhainen vuorovaikutus	3
2.2	Kiintymyssuhteen merkitys tunnetaidoille	4
2.3	Itsesäätelyn kehittyminen.....	6
2.4	Sosiaalisten taitojen kehittyminen	7
3	Tunteet ja tunnetaidot	10
3.1	Tunteet ja tunnereaktiot.....	10
3.2	Tunteiden tunnistaminen ja säätely	12
3.3	Tunnetaidot ja tunnetaitokasvatus.....	14
3.4	Tunnetaitokasvatus varhaiskasvatuksessa	17
3.4.1	Tunnetaidot varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa.....	17
3.4.2	Varhaiskasvattaja tunnetaitokasvattajana.....	18
3.4.3	Haasteet ja tukevat tekijät tunnetaitokasvatuksessa	21
3.5	Aiemmat tutkimukset tunnetaitojen tukemisesta	23
4	Tutkimustehtävä ja tutkimuksen toteutus	25
4.1	Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset	25
4.2	Laadullinen tutkimus.....	26
4.3	Aineistonhankinta lomakekyselyllä.....	27
4.4	Aineiston analyysi teemoittelemalla.....	28
5	Tulokset ja johtopäätökset	31
5.1	Tunnetaidot.....	32
5.2	Pedagogiikka tunnetaitokasvatuksessa	34
5.3	Tunnetaitokasvatuksen toteuttaminen	36
5.4	Kehittämisideat	37
5.5	Johtopäätökset.....	38
6	Pohdinta	40
6.1	Keskeisimmät tulokset	40
6.2	Tutkimuksen luotettavuus, eettisyys ja kestävä kehitys	41
6.3	Opinnäytetyön prosessin arviointi ja oma ammatillinen kasvu	45

6.4	Jatkokehitysmahdollisuudet	46
Lähteet	47

Liitteet

Liite 1	Aineistonhallintasuunnitelma
Liite 2	Saatekirje
Liite 3	Kyselylomake

1 Johdanto

Tämän ajan lapset kasvavat kiireen, epävarmuuden ja erilaisten medioiden jatkuvan viestitulvan keskellä. Selviytyäkseen nykypäivässä lasten on opeteltava monenlaisia taitoja, esimerkiksi luomaan ja ylläpitämään ihmissuhteita, opittava tekemään oikeanlaisia valintoja ongelmatilanteissa sekä tulemaan toimeen oman itsensä kanssa. Siksi sosiaaliset ja emotionaaliset taidot ovat hyvin tärkeitä lapsen kehitykselle. Terve sosioemotionaalinen kehitys vaatii tunteiden, kognitiivisten kykyjen ja käyttäytymisen yhteensovittamista ja harjoittelemista. (Makkonen ym., 2005, ss. 10, 77)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää varhaiskasvattajien näkemyksiä tunnetaitojen merkityksestä sosiaalisten taitojen tukemisessa varhaiskasvatuksessa. Tarkoituksena on myös selvittää, millaisilla keinoilla ja menetelmillä tunnetaitokasvatusta toteutetaan sekä miten varhaiskasvattajien mielestä tunnetaitokasvatusta voisi kehittää. Opinnäytetyön yhteistyökumppanina ja työelämäyhteytenä on Nokian kaupungin varhaiskasvatuksen etukäteen valikoituneiden päiväkotien varhaiskasvattajat. Aihe valikoitui opinnäytetyön aiheeksi, koska toimin itse varhaiskasvatuksen opettajana ja olen kiinnostunut varhaiskasvatuksen tunnetaitokasvatuksen toteuttamisesta ja kehittamisestä. Pidän tunnetaitojen harjoittelemista ja opettamista tarpeellisena pedagogisena toimintona. Tunnetaitokasvatus on myös ajankohtainen ja tärkeä aihe. Tietoisuus tunnetaitokasvatuksen merkityksestä on kasvanut viime vuosina. Tunnetaidot ja itsesäätelytaidot ovat olleet paljon esillä mediassa muun muassa hätkähdyttävien tapahtumien kautta, ja ne otetaan nykyisin huomioon myös perusopetuksessa (ks. esimerkiksi: Lapsiasiavaltuutettu kertoo kolme asiaa, jotka Koskelan teinisurma opetti (MTV Uutiset, 2021), Lasten ja nuorten hyvinvoinnista (Tampereen yliopiston normaalikoulu, n.d.), Nuorten väkivalta (Yle Uutiset, n.d.)). Tunnetaitojen opettamisella vahvistetaan lasten itsetuntemusta ja itsetuntoa. Tätä kautta elämänhallinta ja yleinen hyvinvointi paranee. Myös kiusaamista voidaan ehkäistä tunnetaitokasvatuksen avulla.

Tunnetaitoja tarvitaan pärjätäkseen itsensä ja toisten kanssa. Tunne- ja itsesäätelytaitojen kehittyminen, oppiminen ja harjoittelu kantavat meitä läpi koko elämän ollessamme vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Niillä on merkitystä laaja-alaisesti ihmisen

elämän kulussa. Ne ovat välttämättömät taidot esimerkiksi hyvälle koulu- ja työuramenestykselle ja yleiselle elämännhallinnalle. Hyvät tunnetaidot suojaavat meitä ei-toivotulta käyttäytymiseltä, huono-osaisuudelta ja syrjäytymiseltä. Heikot itsesäätelyn taidot vaikuttavat myös ihmissuhteiden luomisessa ja ylläpitämisessä. Lapsilla ne saattavat aiheuttaa haasteita vuorovaikutussuhteissa vertaisryhmän eli toisten lasten kanssa ja saattavat johtaa jopa kiusaamiskierteeseen asti. (Kiviluote, 2019, s. 5)

Kiviluoteen (2019, s. 22) mukaan tunnetaitojen kehityksen tukeminen ja opettaminen jo varhaislapsuudessa on todettu monissa tutkimuksissa hyödyllisiksi. Tunnetaidot vaikuttavat lapsen minäkäsitykseen, itsearvostukseen ja itsetuntoon. Omat tunteensa tiedostavien ja muita ymmärtävien lasten on todettu olevan tunne-elämältään tasapainoisempia, suositumpia ja menestyvimpiä. Hyvät tunnetaidot omaavat lapset ovat yleensä avuliaita, empaattisia sekä suosittuja kavereiden keskuudessa. (Kiviluote, 2019, s. 22) Tunnetaitojen oppimisen tarve on suuri ja laaja, ja se koskee kaikkia lapsia, ei pelkästään ns. riskiryhmään kuuluvia lapsia. Taitojen oppiminen ei myöskään rajoitu pelkästään kotiympäristöön vaan myös varhaiskasvatus ja koulu ovat merkittävät ympäristöt sosiaalisten ja tunnetaitojen oppimiselle. Varhaiskasvatuksen arjessa onkin tärkeää käyttää kaikki mahdolliset tilanteet hyväksi opettaa rakentavia tunnetaitoja kaikille lapsille. (Makkonen ym., 2005, s. 9)

2 Lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen

Tutkimuksen teoreettinen viitekehys rakentuu käsitteistä lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen, tunteet, tunnetaidot ja niiden tukeminen. Tässä luvussa sekä luvussa 3 esittelen opinnäytetyön keskeiset teoreettiset käsitteet. Ensiksi tarkastellaan vauvan varhaista vuorovaikutusta ja kiintymyssuhdetta, koska ne luovat pohjan, joiden varaan lapsen sosiaaliset taidot, itsesäätelyn taidot ja myöhemmin tunnetaidot kasvavat ja kehittyvät. Horpun ym. (2009, s. 46) mukaan varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde ovat kaksi eri teoriaa lapsen sosiaalisuuden syntymisestä vuorovaikutuksessa vanhemman tai muun hoivaajan kanssa. Itsesäätely on osa tunnetaitoja ja nämä taidot tukevat toisiaan. Pajulahden ym. (2020, s. 83) mukaan turvalliset kiintymyssuhteet muodostavat itsesäätelytaitojen kivijalan. Avaan näiden teemojen sisältöjä ja samalla perustelen niiden kuulumista opinnäytetyöni tietoperustaan.

Lapsi on syntymästään saakka kiinnostunut ympäristöstään ja pyrkii aktiivisesti vuorovaikutukseen ympäristönsä kanssa. Aluksi lapsi kommunikoi itkulla. Itkun avulla lapsi saa aikuiset reagoimaan tarpeisiinsa. Muutaman kuukauden iässä lapsi viestii hymyilemällä ja äänтелеillä. Ihmiskasvot nähdessään lapsi alkaa hymyillä. Hymy herättää vastavuoroisuutta hoivasuhteessa. Hymy on sosiaalisen toiminnan merkki ja lähtökohta kommunikaatiolle ja kielen kehittymiselle. Vuorovaikutuksessa hoivaajiansa kanssa lapsi oppii miten herättää aikuisten huomio, saada hoivaa, huolenpitoa, lohtua ja turvallisuutta. Tätä kautta hän saa kokemuksen siitä, että hän on hoivan arvoinen ja hoitajiin voi luottaa. Tästä lähtevät lapsen minuus, erillisyyt, vuorovaikutuksessa oleminen, sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot syntyyn ja kehittymään. (Ahonen ym., 2014, ss. 34–35)

2.1 Varhainen vuorovaikutus

Ihminen on syntymästään lähtien sosiaalisesti riippuvainen muista ihmisistä. Ihmisen minuus kehittyy olemalla yhteydessä muihin ihmisiin. Varhainen vuorovaikutus muo-
voo tunnekokemuksia, toimintatapoja ja elintoimintoja. Ihmisen persoonallisuus on ”kirjoitettuna” kehon jokaiseen soluun. Aivotutkimukset ovat osoittaneet, kuinka suuresti lapsen aivot muovautuvat vuorovaikutuksessa ja mukautuvat lähimpien ihmissuhteiden tunneilmapiiriin. Se, miten lasta kohdellaan tai miten hänet kohdataan, sisäistyy lapsen sisäiseksi dialogiksi sekä näkyy siinä vuorovaikutuksessa, miten lapsi kohtelee lähimmäisiään. Varhaisessa vuorovaikutuksessa lapsi sisäistää oletuksia siitä, millainen hän on, millaisia ihmissuhteet ovat ja millainen maailma on. Näiden oletuksien avulla hän suuntautuu uusiin ihmissuhteisiin. (Kanninen & Sigfrids, 2012, ss. 27–28)

Hoffman ym. (2016, s. 60) toteavat, että varhaisella vuorovaikutuksella on suuri merkitys lapsen minuuden syntymisessä ja vuorovaikutustaitojen kehittymisessä. Varhainen vuorovaikutus tarkoittaa lapsen ja vanhempien (muiden hoivaajien) välistä vuorovaikutusta 1–2 vuoden iässä. Se on kommunikaation ja tunnetilojen jakamista katsein, ilmein, elein, ääntelyin, puheen ja kosketuksen avulla. Varhaisen vuorovaikutuksen avulla lapselle kehittyy alustava ymmärrys itsestä ja toisista. Keskeisessä roolissa tässä on tunnetilojen peilaaminen. Peilaamisen avulla lapsi käsittää, että hoivaaja ymmärtää ja vastaanottaa hänen tunteensa. Vähitellen lapsi alkaa ymmärtämään, että hänellä ja hoivaajalla on omat erilliset tunnetilat.

Tutkimusten perusteella lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta hyvin merkityksellinen tekijä on vanhemman toiminnan sensitiivisyys eli herkkyys reagoida lapsen tunteisiin ja käyttäytymiseen. Oleellista on johdonmukaisuus ja osuvuus tilanteen vaatimalla tavalla. Sensitiivinen vanhempi pyrkii olemaan tietoinen lapsen mielialasta, viestinnästä ja toiminnasta, jotta osaa reagoida siihen tarvittavalla tavalla. Vanhemmalla pitää olla kykyä reagoida ja vastata lapsen tunneviesteihin. Tämä tuottaa lapselle kokemuksen, että hän tulee ymmärretyksi. (Hoffman ym., 2016, s. 60)

2.2 Kiintymyssuhteen merkitys tunnetaidoille

Kiintymyssuhde vastasyntyntä hoitavaan aikuiseen on lapsen ensimmäinen emotionaalisesti merkittävä vuorovaikutussuhde. Kiinnittyminen perustuu turvallisuuden ja läheisyyden tarpeeseen. Kiintymyssuhteen motiivina on hengissä säilyminen elinympäristössään. Kiintymyssuhdeteorian kehittäjä on psykoanalytikko John Bowlby (1907–1990) ja Mary Ainsworth (1913–1999). Bowlby korosti lapsen kiinnittymistä äitiin, mutta myöhemmin on todettu, että lapsi muodostaa kiintymyssuhteita myös muihin läheisiin ihmisiin, esimerkiksi isään tai muihin hoivaajiin. Kiintymyssuhteissa oleellisinta on hoivaajien kyky reagoida lapsen tarpeisiin sensitiivisesti. Sensitiivinen reagointi lapsen voimakkaisiin tunnetiloihin suojaa lapsen keskushermostoa liian suurilta stressireaktioilta. Positiiviset hoivakokemukset ja turvallisuuden tunne muovaavat lapsen aivoja sosiaaliselle vuorovaikutukselle vastaanottaviksi. Ennakoitavuus ja vähintään yksi riittävän hyvä kiintymyssuhde ovat lapsen tarpeille ja sosiaalisten taitojen kehittymiselle hyvin oleellista ja merkityksellistä. (Hoffman ym., 2016, ss. 62–64; Kouvo & Silvén, 2010, ss. 66–71)

Vanhemmat, jotka tunnetasolla ovat vahvasti läsnä, vahvistavat lapsen myönteistä mielikuvaa itsestään, omista mahdollisuuksistaan ja arvostuksen tunteesta.

Välinpitämättömästi toimivat vanhemmat saavat aikaan sen, että lapsi kokee itsensä arvottomaksi. Kiintymyssuhdeteoriassa korostetaan vanhemman emotionaalista saatavilla oloa, kannustamista ja hänen taitoaan reagoida tunnetasolla lapsen tunnetiloihin, niin myönteisiin kuin kielteisiinkin. Tämä taas luo lapselle turvallisuuden tunteen. Näin perusturvallisuus on taattu, ja lapsi uskaltaa rohkeasti tutkia ympäristöään. (Ahonen ym., 2014, s. 35)

Hoffmanin ym. (2016, ss. 64–65) mukaan Ainsworth tutki lapsen kiintymiskäyttäytymistä, varsinkin miten lapsi käyttäytyy stressaavissa tilanteissa. Ainsworth luokitteli kiintymyssuhteen joko turvalliseksi tai turvattomaksi. Turvallinen kiintymyssuhde syntyy, kun hoivaaja reagoi lapsen tarpeisiin tarkoituksen mukaisesti ja oikea-aikaisesti. Turvallisesti kiinnittynyt lapsi luottaa hoivaajaansa ja uskaltaa oma-aloitteisesti ja rohkeasti tutkia ympäristöään. Jos lapsi ei pysty luottamaan hoivaajaansa kiintymyssuhteesta kehittyä turvaton. Turvattomassa kiintymyssuhteessa aikuinen ei vastaa lapsen tarpeisiin. Turvattomassa kiintymyssuhteessa lapsi ei saa tukea tunteiden säätelyn oppimiseen. Kiintymyssuhde voi olla myös ristiriitainen kiintymyssuhde, jossa aikuinen toimii hyvin epä johdonmukaisesti. Ristiriitaisesti kiinnittynyt lapsi hakee huomiota voimakkailla tunneilmaisuilla, esimerkiksi raivokohtauksilla. Lapselle voi kehittyä myös jäsentymätön kiintymyssuhde. Tällöin taustalla on useimmiten epävakaa ja jopa kaaosmainen kasvu ympäristö. Lasta on saatettu pahoinpidellä tai laiminlyödä. Lapsi ei pysty luottamaan hoivaajiinsa ja hän voi jopa pelätä heitä. Tämän seurauksena lapsi on saattanut kehittää itselleen poikkeavia selviytymiskeinoja. (Hoffman ym., 2016, ss. 64–65)

Turvallinen kiintymyssuhde ennustaa lapselle parempaa kykyä tunnistaa ja ilmaista tunteitaan, parempaa kykyä toipua stressitekijöistä, hyviä sosiaalisia valmiuksia, parempaa itsesäätelykykyä ja tätä kautta vähemmän haasteellista käyttäytymistä. (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 35) Liisa Keltikangas-Järvisen (2015, s. 183) mukaan turvallinen kiintymyssuhde vaikuttaa kokonaisvaltaisesti lapsen kehitykseen sekä emotionaaliseen, kielelliseen että sosiaaliseen kehitykseen. Se nopeuttaa ja monipuolistaa lapsen kielellisiä valmiuksia, opettaa lasta tunnistamaan ja säätämään tunteitaan, antaa valmiudet sosiaaliseen vuorovaikutukseen, se antaa myös mahdollisuuden luottaa ja kiinnittyä aikuisenakin muihin ihmisiin ja antaa kyvyn luoda positiivisen elämänasenteen.

Hoffmanin ym. (2016, s. 66) mukaan kehityspsykologian nykytutkimuksissa korostetaan enemmän varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä kuin kiintymyssuhdeteoriaa. Varhaisen vuorovaikutuksen eli vanhempien sensitiivisyyden lapsen tarpeita kohtaan ensimmäisten vuosien aikana on havaittu olevan edellytys lapsen suotuisalle psyykkiselle kehitykselle.

2.3 Itsesäätelyn kehittyminen

Itsesäätelyllä tarkoitetaan ihmisen psyykkisiä toimintoja, joiden avulla hän säätelee omaa käytöstään ja tunteitaan. Itsesäätelyyn kuuluvat oman käytöksen ja toiminnan kontrollointi sekä tunteiden säätely eli tunnereaktioiden ja tunneilmaisujen säätely. Itsesäätely on aktiivista toimintaa, joka kehittyy harjoittelemalla. Sosiaalisissa ympäristöissä toimiminen ja omiin sisäisiin tuntemuksiin reagoiminen vaatii monenlaisia itsesäätelyn keinoja. Pyrimme muokkaamaan käytöstämme tilanteeseen ja paikkaan sopivalla tavalla. Maailma on täynnä erilaisia sääntöjä, kieltoja ja normeja, joiden vuoksi meille on tärkeää opetella säätelemään omia reaktioitamme ja tunteiden ilmaisua. (Hoffman ym., 2016, s. 87) Pajulahden ym. (2020, s. 27) mukaan itsesäätelyllä tarkoitetaan lapsen kehittyvää taitoa malittaa mielensä ja jarruttaa itseään tilanteissa, jotka käynnistävät välittömän toiminnan tarpeen. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi pettymystä, mielihapaa ja turhautumista aiheuttavat hetket. Itsesäätelykyky on mukautuva ja monitahoinen taito, jonka vahvistuva toiminnanohjaus mahdollistaa. Itsesäätely muuttuu jatkuvasti aivojen neurobiologisen kehityksen mukaan.

Lapsen tulee oppia ymmärtämään ja hyväksymään rajat, joita ympäristö ja yhteisö asettaa jäsenilleen. Aluksi lapsi joutuu ristiriitaan ympäristön vaatimusten kanssa esimerkiksi uhmaiässä, mutta itsesäätelyn ja empatian kehittyessä lapsia alkaa sopeutumaan yhteisiin sääntöihin ja käyttäytymiseen. Hän oppii toimimaan sosiaalisesti hyväksytyllä tavalla. Tämänlaisen sosiaalisen kehityksen avulla lapsi sosiaalistetaan (sosialisaatio) ympäristönsä ja yhteisönsä normeja ja tapoja noudattavaksi yksilöksi. Sosialisaation vaatimuksina pidetään pitkäjänteisyyttä, toisten huomioon ottamista ja rajojen oppimista. Pitkäjänteisyys eli itsehillintä kehittyy parhaiten, kun ympäristö asettaa lapselle asteittain lisääntyviä vaatimuksia. Toisten huomioon ottaminen on lapselle aluksi haastavaa, mutta se kehittyy, kun lapsi oppii empatian avulla ymmärtämään toisten tunteita. Sosiaalisten taitojen kehittymiseen vaikuttaa suuresti myös vertaissuhteet eli toiset lapset. (Horppu ym., 2009, ss. 45–46)

Lapsen temperamentti määrittää varhaiset erot itsesäätelyssä. Itsesäätelyn oppiminen on toisille lapsille helpompaa kuin toisille. Äidin (tai muun hoivaajan) sensitiivisyys ja vastavuoroinen vuorovaikutus edistävät itsesäätelytaitojen kehittymistä. Itsesäätelytaitojen

kehittymiseen joidenkin lasten kohdalla vaikuttavat myös biologiset tekijät, esimerkiksi tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriö ADHD, joka perustuu hermoston toiminnan erityispiirteisiin ja näin vaikuttaa lapsen kykyyn omaksua itsesäätelyn taitoja. (Hoffman ym., 2016, s. 88)

Aivojen kypsyminen mahdollistaa itsesäätelyn kehittymisen ja harjoittelemisen. Aivojen limbisessä järjestelmässä olevat etuotsalohkot, manteliumake, hypotalamus, hippokampus ja talamus osallistuvat ja vaikuttavat itsesäätelytaitojen, tunne-elämysten ja muistitietojen käsittelyssä ja kehittämisessä. Näiden aivojen osa-alueiden yhteydet vahvistuvat 2 ja 6 ikävuoden välillä ja kyky ylläpitää tarkkaavuutta yhdessä asiassa kehittyä 2 ja 4 ikävuoden välillä. Nämä ovat itsesäätelyn kehittymisen edellytykset. (Hoffman ym., 2016, s. 88)

Hoffmanin ym. (2016, s. 88) mukaan käyttäytymisen säätely vaatii pitkäkestoista harjoittelua. Ympäristön ja vanhempien ohjeiden noudattaminen onnistuu vähitellen. Leikki-ikäinen osaa jo vähän säädellä käytöstään, mutta ulkopuolinen tuki käyttäytymisen säätelyyn on tärkeää. Erilaisten tilanteiden avulla lapsi harjoittelee säätelemään käytöstään ja tunteitaan. Lapsen on tärkeää oppia myös, että aina ei saa haluamaansa tai ei voi käyttäytyä haluamallaan tavalla. Lapsen on tärkeää oppia myös sietämään pettymyksiä ja kasvattamaan pettymysten sietokykyään. Turvallisessa ympäristössä lapsi kohtaa myös rajoja, jotka tukevat itsesäätelyn kehittämisessä. Neljävuotias lapsi osaa jo useimmiten hillitä käytöstään ja esimerkiksi odottaa vuoroaan.

2.4 Sosiaalisten taitojen kehittyminen

Sosiaalinen ja emotionaalinen kehitys nivoutuvat lapsen kehityksessä tiiviisti yhteen. Lapsi tarvitsee erilaisia sosiaalisemotionaalisia taitoja kyetäkseen käsittelemään tunteitaan ja toimimaan sosiaalisesti rakentavalla tavalla muiden ihmisten kanssa.

Sosiaalisemotionaalisilla taidoilla tarkoitetaan esimerkiksi lapsen kykyä ilmaista ja käsitellä tunteitaan ja tapaa, jolla hän on yhteydessä muihin ihmisiin. Nämä taidot, liitetään yleensä käsitteeseen sosiaaliset kompetenssit eli erilaiset sosiaaliset taidot. Taitojen kehitys jatkuu ihmisellä läpi elämän. Sosiaaliset taidot kehittyvät vuorovaikutuksessa lapsen sosiaalisen ympäristön kanssa. Aluksi suhteessa lasta hoitaviin aikuisiin ja myöhemmin mukaan tulevat

muut lähipiirin ihmiset, toiset lapset, kasvatukselliset instituutit, yhteisö ja yhteiskunta. Myös lapsen biologia eli geneettinen perimä, neurologinen perimä ja temperamenttipiirteet vaikuttavat osaltaan sosiaalisten taitojen kehittymiseen. (Ahonen, 2017, ss. 16–17)

Ahosen ym. (2014, s. 61) mukaan sosiaaliset taidot eli valmiudet selviytyä arkipäivän tilanteista ratkomalla ongelmia, saavuttamalla päämääriä, olemalla oma-aloitteinen, tekemällä ehdotuksia ja pääsemällä mukaan leikkiin, edellyttävät lapselta erilaisia taitoja. Lapsen sosiaaliset taidot muodostuvat useista eri alataidoista eli kompetensseista: itsesäätely- ja tunnetaidoista (mm. empatia, impulssien hallinta), sosiokognitiivisista taidoista (mm. havainnot, tulkinnat, ennakointi, arviointi), sosiaalisista taidoista (mm. kommunikointi, kuunteleminen, jakaminen) sekä kiintymysiteistä ja osallisuudesta (mm. yhteisöllisyys, kuulumisen tunne). Sosiaalisen käyttäytymisen positiivisena perustana on kyky mielihalujen ja tunteiden hallintaan sekä pyrkimys sovittaa omia ja toisten toiveita yhteen yhteistoiminnassa, esimerkiksi leikissä. Sosiaalisesti taitavan lapsen on myös helppo muuttaa toimintastrategioitaan. Tästä syystä he ovat suosittuja leikkikavereita.

Lapsen sosiaaliset taidot kasvavat ja monipuolistuvat kolmen ja kuuden ikävuoden välillä. Iän ja kielitaidon kehittyessä lapsi pystyy uudenlaiseen sosiaaliseen kanssakäymiseen. Kieli mahdollistaa mielikuvitus- ja roolileikit yhdessä toisten lasten kanssa. Ryhmässä lapsi kokee yhteenkuuluvuutta ja ymmärtää sosiaalisten suhteiden pysyvyyden. Lapsille alkaa muodostua ystävyys-suhteita. Ystävien kesken on enemmän tunteiden jakamista, hymyjä, puhetta ja kosketusta. Leikitilanteissa lapsi oppii arvioimaan oman käyttäytymisensä seurauksia. Leikeissä lapsi oppii myös vastavuoroista kanssakäymistä, toisten huomioon ottamista sekä toisten ideoiden ja ehdotusten huomioon ottamista. Hän oppii odottamaan omaa vuoroaan, jakamaan tavaroita sekä muuttamaan käytöstään ja toimintatapaansa tarvittaessa. Leikeillä on keskeinen merkitys sosiaalisten taitojen oppimisessa. Tämän vuoksi on tärkeää havainnoida leikkiä ja sitä, millaisia keinoja lapsi käyttää esimerkiksi leikkiin pyrkiessään. (Ahonen ym., 2014, s. 62)

Vanhemmilla ja perheen vuorovaikutustavoilla on myös suuri merkitys sosiaalisia taitoja oppiessa. Vanhemmat voivat opettaa lapsille sosiaalisia taitoja vaikuttamalla niihin suoraan tai epäsuorasti. Suorissa tilanteissa aikuiset voivat järjestää leikitilanteita toisten lasten

kanssa, havainnoida leikkiä tai olla itse mukana leikeissä. Epäsuorissa tilanteissa sosiaalisin taitoihin vaikutta perheen ilmapiiri, vanhempien ja lasten ja vanhempien väliset vuorovaikutussuhteet, kiintymyssuhteiden laatu, vanhempien elämäntilanteet (huolet, ongelmat) ja tietämys siitä, miten tukea lapsen sosiaalisia taitoja tai miten ikätasoisesti kehittynyt lapsi käyttäytyy tietyssä tilanteessa. (Ahonen ym., 2014, s. 62–63)

Lapsen yksilölliset temperamentti piirteet vaikuttavat lapsen sosiaalisemotionaalisten taitojen kehittymiseen. Temperamentti piirteet vaikuttavat siihen, miten helposti ja millä tavalla lapsi oppii säätelemään tunnereaktioitaan ja niiden voimakkuutta. Temperamentti on ihmisen persoonallisuuden biologinen perusta. Se on joukko ihmisen synnynnäisiä taipumuksia ja valmiuksia, joilla hän reagoi tilanteisiin eli ihmisen käyttäytymistyyli. Temperamentti on melko pysyvä ominaisuus. Temperamentti on ihmisen yksilöllinen tapa toimia. Se ilmenee tyyliissä, jolla ihminen ilmaisee tunteitaan, miten pitkään hän jaksaa keskittyä yhteen asiaan, miten helposti hän häiriintyy tai miten aktiivinen hän on. (Keltikangas-Järvinen, 2015, ss. 36–37) Dunderfeltin (2012, s. 19) mukaan temperamentti perustuu hermo- ja sisäeritys järjestelmän toimintaan ja on synnynnäinen. Se ei muodostu meissä oman valinnan mukaan tai sitä ei voi synnyttää kasvatuksella. Temperamentti näkyy ulospäin siinä, miten ihminen puhuu, toimii, elehtii, ilmeilee ja käyttää ääntään. Ihminen pystyy kuitenkin muuttamaan tai säätelemään temperamenttinsa mukaista reagointiaan tilannesidonnaisesti.

Keltikangas-Järvisen (2015, s. 62, 143) mukaan lasten temperamentti piirteet ryhmitellään yleisemmin kolmeksi erilaiseksi temperamenttityypiksi, jotka ovat helppo temperamentti, hitaasti lämpenevä temperamentti ja vaikea temperamentti. Mihin temperamentti tyyppiin lapsi sijoittuu vaikuttaa siihen, miten lapsi reagoi erilaisiin tilanteisiin, ulkoiisiin ärsykkeisiin ja omiin sisäisiin aistimuksiin ja tunnetiloihin. Ja miten hän tulee toimeen muiden ihmisten kanssa. Erilaiset temperamenttityypit vaativat erilaisen kohtelun. Tärkeää on huomioida vuorovaikutuksessa temperamentin ja ympäristön yhteensopivuus tai -sopimattomuus.

3 Tunteet ja tunnetaidot

Tunteita ja tunnetaitoja käsitellään aluksi yleisellä tasolla mitä ovat tunteet, miten tunteet syntyvät ja millaisia tunteita on olemassa. Sandberg (2015, s. 155) kuvailee tunteita pilviksi. Ne ovat eri muotoisia, kokoisia ja näköisiä. Pilvet liikkuvat hitaasti tai nopeasti, ne tulevat ja menevät. Niin tunteetkin. Tunteet synnyttävät meissä myös reaktioita, ja tästä syystä on välttämätöntä opetella tunnistamaan, käsittelemään ja säätelemään tunteita. Luvun lopussa käsittelen tunnetaitoja ja niiden tukemista sekä tunnetaitokasvatusta varhaiskasvatuksessa.

3.1 Tunteet ja tunnereaktiot

Tunteet ovat elimistön tavoitteellista psyykkisfysiologista toimintaa, jotka ohjaavat toimintaa. Tunteet ohjaavat elimistön psyykkisiä ja fyysisiä voimavaroja tilanteen vaatimalla tavalla. Tunteet voivat olla lyhytkestoisia tai tunnereaktio voi pitkittyä. Tunteet ovat erilaisia, ne voivat olla yksittäisiä, päällekkäisiä tai monta tunnetta kerralla. Tunteiden voimakkuus vaihtelee. Ne voivat olla laimeita tai hyvinkin voimakkaita. Tunteet voivat olla myös tiedostamattomia. Jokin tunne saa meidät hyvälle tuulelle ja toinen aiheuttaa pahan mielen. Tunteet tulevat ja menevät. Toisinaan pystymme vaikuttamaan tunnetiloihin ja toisinaan ne ovat pois vaikutusalueeltamme. (Sandberg, 2021, s. 155)

Sandbergin (2021, s. 155) mukaan tunteet ovat meille hyödyllisiä ja ne syntyvät aivoissa. Niiden syntymiseen vaikuttavat tilannetekijät, kehon toiminta ja temperamentti. Tunnereaktioiden aikana aivoissa tapahtuu pieniä muutoksia esimerkiksi muistissa, lihasjäntevyudessa ja tarkkaavuudessa. Tuntemme koko ajan jotakin tunnetta. Tunteita ei saa pois päältä. Tunteet säätelevät ihmisen keskus- ja ääreishermoston tilaa ja tätä kautta ihmisen käyttäytymistä. Tunteet myös suojelevat ihmistä ja parantavat suorituskykyä. Uhkaavissa tilanteissa tunteet voivat suojella meitä. Tunteet voivat auttaa meitä tekemään tarvittaessa nopeita päätöksiä. Tiedostamattomat tunteet voivat tehdä päätöksiä, ennen kuin tietoinen ajattelu pystyy reagoimaan tilanteeseen.

Tunteet välittävät ihmiselle tietoa ja ihmisen elimistö reagoi tähän tietoon. Tunteiden avulla ihminen pystyy ohjailemaan omaa käyttäytymistään, mutta myös ymmärtämään toisen

henkilön tunnetilaa. Tähän tarvitaan kehittyneitä tunteiden säätelyjärjestelmää. Lapset eivät vielä tunnista itsestään tai toisista ihmisistä tunnemerkkejä. Siksi on tärkeää, myös varhaiskasvatuksessa, tunnetaitojen aktiivinen harjoittelu ja näiden taitojen kehittymisen pedagoginen tukeminen, tunteiden tunnistaminen, sanoittaminen, ilmaiseminen ja hallitseminen. Tämä vaatii paljon toistoja ja pitkäaikaista harjoittelua erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Ympäristön vaatimukset eivät saa olla liian vaativat ja joustamattomat lapsen harjoittellessa näitä taitoja. (Sandberg, 2021, ss. 156–157)

Tunteet eli emootiot voidaan jakaa myönteisiin ja kielteisiin tunteisiin, mutta kaikilla tunteilla on merkitys ja tärkeä viesti kerrottavanaan meille. Tunteiden kirjo kertoo ihmiselämän moninaisuudesta ja kokemusten kirjosta. Elämässä on niin paljon käänteitä ja tapahtumia, että ihmiselle on kehittynyt hyvin monipuolinen tunne-elämä ja tunteiden skaala. Oleellisinta on se, miten arvotamme tunteita ja miten kulttuurimme ja yhteisömme arvottavat tunteita. Tunteet ovat osa kulttuuria ja aikakautta, ne tarttuvat toisiin ja syntyvät vuorovaikutuksessa toisten ihmisten ja elinympäristön kanssa. Myönteiset tunteet ovat hyväksi terveydelle ja niistä on hyötyä mm. ihmissuhteissa, työelämässä ja harrastuksissa. Kielteiset tunteet tuntuvat mielessä ja kehossa ikäviltä. Kielteiset tunteet saavat meidät kuitenkin arvioimaan asioita uudelleen, hakemaan apua ja ne opettavat meidät tarvitsemaan toisia ihmisiä. Ne auttavat meitä uusiutumaan ja kehittymään. Asenne tunteita kohtaan ja tietoisuus omista tunteista on oleellista. (Mustavuori, 2017, ss. 97–103) Sandbergin (2021, s. 159) mukaan myönteiset tunteet liittyvät yleensä turvallisuuden tunteeseen ja läheisyyteen. Hankaliin tilanteisiin liittyy usein kielteisiä ja kuohuvia tunteita. Lapsen tunnetaitopuutteet ilmenevät usein impulssikontrollin vaikeutena ja voivat näkyä ei-toivottuna käyttäytymisenä.

Sandberg (2021, ss. 160–161) toteaa, että erilaisia tunteita ja tunnetiloja on olemassa satoja. Silti ihmisellä on kuusi perustunnetta: mielihyvä tai ilo, suuttumus tai viha, pelko, suru, inho ja hämmästyminen. Näillä perustunteilla on merkitystä ihmisen käyttäytymisen säätelyssä. Mielihyvä ja ilo ovat myönteisiä tunnereaktioita, jotka palkitsevat ihmistä tai helpottavat stressiä. Jokaisen tulisi päivittäin saada kokea iloa ja mielihyvää elämässään. Inho auttaa ihmistä hyljeksimään haitallisia kokemuksia, inhon tunne voi myös varoittaa ihmistä poistumaan tilanteesta tai se voi ehkäistä meitä toimimasta sosiaalisesti ei-toivotulla tavalla. Pelko tai pelon tunne varoittaa meitä vaarasta ja tarvittaessa käskää pakenemaan

tilanteesta. Pelko käynnistää meissä automaattisen puolustautumis- tai pakoreaktion. Toisinaan pelon tunne voi myös lamaannuttaa ihmisen. Suru hidastaa ihmisen kehoa ja mieltä. Suru voi näkyä apeutena, voimattomuutena, hiljaisuutena tai itkuna. Surussa ihminen kokee ikävää tai kaipuuta. Suru herättää helposti toisissa ihmisissä empatian ja auttamisen tai lohduttamisen tunnetta. Suru voi myös yhdistää ihmisiä, se voi luoda yhteenkuuluvuuden tunnetta. Suuttumus tai viha ovat voimakkaita tunteita, jotka vaikuttavat kokonaisvaltaisesti ihmisen kehoon ja mieleen. Viha myös aktivoi ihmistä toimimaan uhkaavissa tilanteissa. Viha voi myös energisoida ihmistä toimimaan. Myös pettymys, kateus, ärtyneisyys tai turhautuminen voivat näkyä tai tuntua suuttumuksena. Hämmästyks on neutraali tunne, joka aktivoi elimistön varoitusjärjestelmää. Ihminen hämmästy, kun tapahtuu jotakin yllättävää, yhtäkkistä tai odottamatonta. Hämmästy voi myös aktivoida tai motivoida oppimaan uutta ja etsimään lisää tietoa hämmästyksen aiheuttajasta.

3.2 Tunteiden tunnistaminen ja säätely

Tunteiden tunnistaminen kehittyy varsin nopeasti varhaislapsuuden ja leikki-iän aikana. Tunteiden tunnistamisella tarkoitetaan omien ja toisten tunteiden hahmottamista ja huomioon ottamista. Itsetajunnan kehittyessä lapsi oppii vähitellen tunnistamaan omia tunteitaan. Kaksivuotias osaa sanoittaa tunnetiloistaan ilon ja surun. Muiden tunteet toimivat lapselle omien tunnetilojen tunnistamisen ja ymmärtämisen peilinä. Vauvat aloittavat tunteiden tulkitsemisen lähimmistä hoitajistaan ja pyrkivät tulkitsemaan heidän tunteitaan. Myöhemmin tunteiden tunnistaminen ja ymmärtäminen kehittyy sosiaalisissa suhteissa vanhempien ja toisten lasten kanssa mentalisaation kehittymisen myötä. Mentalisaation kehittymisen avulla lapselle tulee kyky ymmärtää oman ja toisten mielten olemassaolon. Lapsi kykenee pohtimaan miltä toisesta henkilöstä tuntuu tai millainen tunnetila toisella on. Tämä puolestaan edistää sosiaalista vuorovaikutusta, kun lapsi osaa esimerkiksi lohduttaa toista lasta, kun toisella on paha mieli jostakin. (Hoffman ym., 2016, ss. 90–92)

Tunteiden tunnistaminen toimii perustana empatian kehittymiselle eli lapsi oppii tunnistamaan toisten tunteet ja pystyy osoittamaan myötätuntoa. Tietoisuus omista tunteista on edellytys tunteiden säätelyn kehitykselle. Kykyä tunnistaa ja käsitellä omia ja

toisten tunteita kutsutaan emotionaaliseksi kompetenssiksi. Emotionaalinen kompetenssi kehittyy koko lapsuusiän ajan. Neljän kuukauden iässä lapsi käyttää ilmeitä tunteiden ilmaisussa, kaksivuotias osaa nimetä tunteitaan ja puhua niistä, kolmevuotias osaa tulkita toisten tunteita ja osaa selittää toisten käyttäytymistä ja kuusivuotias osaa ennustaa, miltä toisesta saattaa tuntua, jos hän kohtaa esimerkiksi jonkin epäonnistumisen. (Horppu ym., 2009, s. 55)

Tunteiden säätely on itsesäätelyä, jonka avulla lapsi säätelee tunnereaktioitaan ja tunteiden näyttämistä ulospäin. Tunteita ei täysin voi hallita minkään ikäisenä, mutta niiden ilmaisua oppii säätelemään. Temperamenttipiirteet tietysti vaikuttavat osaltaan tunteiden ilmaisuun, joten itsesäätelytaitojen harjoittelukin on yksilöllistä. Tunteita voi opetella hillitsemään, mutta myös voimistamaan. Erityisesti kielteisiä reaktioita kuten inhoa, pelkoa ja vihaa pyritään hillitsemään ja kontrolloimaan tunnetilojen voimakkuutta. Positiivisia tunnetiloja voi pyrkiä voimistamaan. Lapsi oppii ensin ulkoisia keinoja tunteiden säätelyyn, esimerkiksi hän voi mennä kertomaan aikuiselle tilanteesta ja ratkoa aikuisen avustuksella tilanteita. (Hoffman ym., 2016, s. 90)

Tunteiden säätelyllä pyritään pitämään yllä oma toimintakyky ja mielen tasapaino, mutta se ei tarkoita tunteiden tukahduttamista. Kaikkia tunteita saa tuntea. Sosiaalinen vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa edellyttää sitä, että ihminen oppii tunnistamaan ja nimeämään tunteensa sekä sen, miten hän ne ulospäin ilmaisee. Esimerkiksi hän voi olla vihainen, mutta hän ei voi lyödä toista. Ihmisen on pystyttävä säätelemään tunteitaan, jotta hän kykenee toimimaan hyväksytyllä tavalla yhteisössään. (Horppu ym., 2009, s. 57)

Vanhempien ja muiden aikuisten ihmisten rooli on keskeinen lapsen tunteiden säätelyn kehityksessä. Aikuiset voivat mm. sanallistaa lapselle tunteita ja tunnetiloja. Vähitellen lapsen tunteiden säätelyn taidot alkavat sisäistyä. Tunteiden säätelyn taitojen oppiminen on pitkä prosessi, joka välillä voi olla haastavaakin. (Hoffman ym., 2016, s. 90)

Tunteiden säätelyn oppiminen tapahtuu tarkastelemalla tilanteita monipuolisesti, pyrkimällä ymmärtämään mikä johti tai vaikutti tilanteen tai tunnetilan syntymiseen ja mikä on toisen osapuolen näkökulma asiaan. Useimmiten lapset oppivat kymmenenteen ikävuoteen

mennessä tunteiden säätelyn keinoja. He oppivat mm. käyttämään hyväkseen ongelmanratkaisutaitoja, turvautumaan toisten ihmisten apuun ja muuttamaan ajatteluaan. Tunne-elämän kehittymisen kannalta on tärkeää, että aikuiset juttelevat lasten kanssa erilaisista tunteista ja tunnekokemuksista. Ulkoiset normit (säännöt, rajat, sopimukset) ja niiden toteuttamisen valvonta edistävät myös tunteiden säätelyn kehitystä. (Ahonen ym., 2014, ss. 118–119)

Lapsen tunnesäätelyn kehittymiseen vaikuttavat myös erilaiset kasvatustyyli. Aikuisen johdonmukainen, turvallinen ja hyväksyvä kasvatustyyli tukee lapsen tunnesäätelyn kehittymistä. Liian salliva tai välinpitämätön kasvatustyyli on epäjohdonmukaista vuorovaikutusta lapsen ja aikuisen välillä ja on usein vahingollista lapsen tunnesäätelytaitojen kehittymiselle. Sallivassa kasvatustyyliä lapselle on liikaa valtaa ja hän päättää asioista, joista aikuisen kuuluisi päättää. Aikuinen haluaa miellyttää liikaa lasta, eikä kykene tuottamaan hänelle pettymyksiä. Pettymystensietokyky on osa lapsen tunnesäätelyn kehittymistä ja se kehittyy harjoittelemalla eli sietämällä myös pettymyksiä. Aikuinen asettaa rajat ja johdonmukaisesti pitää niistä kiinni, jotta lapsi joutuu mukauttamaan käytöstään asetettuihin rajoihin. Välinpitämätön kasvattaja ei ole kiinnostunut lapsen toiminnasta. Lapsi joutuu tällöin pärjäämään itseksensä. Tämä aiheuttaa ei-toivottua käyttäytymistä ja sopeutumisongelmia lapsen sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa. (Sandberg, 2021, ss. 171–172) Kiviluoteen (2019, s. 17) mukaan ankara, kielteisiä tunteita sisältävä ja käskevä kasvatustyyli on myös vahingollista lapsen tunnesäätelyn kehittymiselle ja aiheuttaa ei-toivottua käyttäytymistä. Käytös voi olla uhmakasta, tottelematonta ja säännöistä piittaamatonta.

3.3 Tunnetaidot ja tunnetaitokasvatus

Tunnetaidot ja tunnetaitokasvatus alaluvussa kuvaan mitä tunnetaidot tarkoittavat, miten tunnetaitojen kehittymistä voidaan tukea varhaiskasvatuksessa, minkälaisia ominaisuuksia ja taitoja tunnetaitojen opettaminen edellyttää varhaiskasvattajalta sekä minkälaisina haasteina tunnetaitojen opettaminen, ja tunnetaitojen säätelyn kehittymättömyys näyttäytyvät varhaiskasvatuksen arjessa.

Tunnetaidot ovat taitoja, joiden avulla kohtaamme itsemme, toiset ihmiset ja ympärillämme tapahtuvat asiat. Tunnetaitomme ovat läsnä kaikissa tunnetilanteissa ja kanssakäymisissä. Se, miten olemme oppineet sisäistämään tunnetaitomme, ohjaavat valintojamme ja tunnereaktioitamme erilaisissa tunnetilanteissa. Tunnetaitoja ovat tunteiden tunnistaminen itsessä ja toisissa, tunteiden sietäminen eli miten pystymme säätelemään tunneimpulsseja, miten osaamme säädellä tunteita, niin etteivät ne yli- tai aliviritä meitä, miten osaamme ilmaista tunteitamme yleisesti hyväksytyillä tavoilla, jotta säilytämme yhteytemme itseemme, toisiin ihmisiin ja yhteisöömme, miten osamme purkaa ja käsitellä tunteitamme rakentavasti ja miten huolehdimme omasta voimaantumisestamme tai olemme myönteisiä itseämme kohtaan. (Jääskinen, 2017, s. 34)

Jääskisen (2017, s. 35) mukaan tunnetaidot vaikuttavat elämämme monelle osa-alueelle esimerkiksi käyttäytymiseen, itseen ja toisiin suhtautumiseen sekä henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Ne tukevat meitä ihmiseksi kasvamisessa, itsetunnon kehittämisessä ja ihmissuhteissa. Hyvät tunnetaidot suojaavat meitä elämän kolhuissa. Tunnetaidot ja sosiaaliset taidot linkittyvät toisiinsa. Hyvät tunnetaidot auttavat meitä toimimaan omien tunteiden kanssa ja ottamaan myös muut huomioon sosiaalisissa tilanteissa. Tunnetaitoja harjoittelemalla lapsi kasvattaa itseluottamustaan ja oppii, että pystyy itse vaikuttamaan omaan oloonsa, ajatuksiinsa ja tunteisiinsa. Hän on osallistuja, aktiivinen toimija omassa elämässään eikä uhri. Hän oppii myös, että muut ihmiset eivät ole uhka. Voi olla rauhassa ja tietää, että hankalistakin tunteista tai tilanteista selviää.

Lapsi tarvitsee aikuisen mallia, tukea, ohjausta ja kärsivällisyyttä tunnetaitojen oppimisessa. Taitoja opitaan pikkuhiljaa harjoittelemalla. Kykenemättömyys toimia rakentavasti tunnetaitoa vaativissa tilanteissa on siis normaalia lapsen kehityksessä. Tunnetaitojen kehittymättömyys näkyy varsinkin ikätovereiden kanssa toimiessa, ristiriitatilanteissa ja leikeissä. (Jääskinen, 2017, s. 36)

Tunnetaitojen oppiminen etenee yleensä seuraavanlaisessa järjestyksessä: tunteiden tunnistaminen on ensimmäinen taito ja tunteiden tunnistamisen päälle rakentuvat muut tunnetaidot. Tunteen tunnistamisessa auttaa tunteiden nimeäminen, tunteen aistiminen kehossa ja tunnesanojen tietäminen ja ymmärtäminen. Yleensä tunne tuntuu jossakin päin

kehoa, esimerkiksi puristavana tunteena rinnassa tai inhottavana möykkynä vatsassa. Seuraavaksi tulee tunteen sietäminen, joka on vaikein tunnetaito. Tunteen sietämistä tukee tunteen tunnistaminen ja siihen suostuminen, päättäväisyys olla reagoimatta impulssilla ja myötätunto itseä kohtaan. Tunteen sietäminen vaatii tahdonvoimaa ja kykyä olla reagoimatta ikään kuin vain tarkkailla tunnetta. Tietoinen tunteen, esimerkiksi mielipahan, sietäminen kasvattaa hetkeä tunteen aiheuttaneen ärsykkeen ja siihen reagoimisen välissä. Tähän auttaa esimerkiksi hengittämiseen keskittyminen tai kymmeneen laskeminen. Epämukavien tunteiden sietäminen on hyvin kannatteleva kyky elämässä. (Jääskinen, 2017, ss. 36–44)

Tunteen säätelyn taito opitaan seuraavaksi. Tunteen säätelyn tarkoituksena on saavuttaa itselle riittävän hyvä olo. Tunteen säätelyntaito vaatii päättäväisyyttä. Tunteiden säätelyssä meitä tukee kehon tuntoaistimukseen keskittyminen, kosketus, hengitys, mielikuvitus ja toisen ihmisen tuki. Seuraavaksi tunnetaidoista opitaan tunteen ilmaiseminen rakentavalla tavalla. Tunnekuohun keskellä olemme yleensä tuomitsevia itseämme ja toisia kohtaan. Tunteen laantuessa kannattaa hengitellä vähän aikaa rauhassa ja sanoittaa tunne. Tunteen äänen sanominen yleensä tuo helpotusta. Tunteistaan kertominen on taito, joka muodostaa ihmissuhteista läheisempiä ja avoimempia. Se on keino, jonka avulla muut voivat ymmärtää meitä ja ottaa meidät huomioon. (Jääskinen, 2017, ss. 36–44)

Jääskinen (2017, s. 47) toteaa että, tunnetaidot opitaan kokemuksen ja mallin avulla. Tunteiden kanssa toimiminen opitaan lapsena ympäristön näyttämästä mallista. Aikuinen toimii tunteiden säätelyssä turvallisena mallina, sanoittajana ja ohjaajana. Lapsi tarvitsee ymmärrystä tunteista, kokemusta niiden turvallisesta kohtaamisesta ja tunnetaitojen harjoittelua. Satojen toistojen kautta lapsi oppii, miten tulee toimeen itsensä ja toisten kanssa. Mallina oleminen ja esimerkin näyttäminen tunnekuohutilanteissakin on tärkeää. Myös virheistä oppii. Lapsen on tärkeää nähdä, että aikuinen korjaa mokansa ja käy tilanteet rakentavasti läpi ja ottaa vastuun tilanteesta.

3.4 Tunnetaitokasvatus varhaiskasvatuksessa

Kasvatuksen ja opetuksen toteuttamista määrittävät Suomessa erilaiset lait ja asetukset, mm. varhaiskasvatuslaki (540/2018) ja Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2018). Varhaiskasvatuksen järjestämisessä on otettava huomioon myös kansainväliset sopimukset, joihin Suomi on sitoutunut, mm. Euroopan ihmisoikeussopimus (1990) ja YK:n lapsen oikeuksien sopimus (1989). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on varhaiskasvatuslain perusteella Opetushallituksen antama valtakunnallinen määräys, jonka mukaan varhaiskasvatus toteutetaan. Varhaiskasvatus on tärkeä vaihe lapsen kasvun ja oppimisen polulla. Varhaiskasvatus tukee kotien kasvatustehtävää ja vastaa omalta osaltaan lasten hyvinvoinnista. Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatuksen, opetuksen ja hoidon kokonaisuutta, jossa painopiste on pedagogiikalla. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on oikeudellisesti velvoittava määräys varhaiskasvatuksen järjestäjille. (Opetushallitus, 2018, ss. 7–8, 15)

3.4.1 Tunnetaidot varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa tunnetaitojen opettaminen nousee esille muun muassa varhaiskasvatuksen tavoitteissa. Varhaiskasvatuksen yhtenä tavoitteena on kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja, edistää lapsen toimimista vertaissuhteidensa eli toisten lasten kanssa ja ohjata lasta eettisesti ja vastuullisesti kestävään toimintaan, toisten ihmisten kunnioittamiseen ja yhteiskunnan jäseneksi. Myös oppimiskäsitys painottaa vuorovaikutussuhteita, myönteisiä tunnekokemuksia ja turvallisuuden tunnetta. Lapsi oppii parhaiten voidessaan hyvin ja kokiessaan olonsa turvalliseksi. Lapsen myönteiset tunnekokemukset ja vuorovaikutussuhteet edistävät oppimista. Leikki on lapsen kehitykselle ja oppimiselle merkityksellistä. Tunne- ja vuorovaikutustaitojakin opitaan parhaiten toisten lasten kanssa leikkiessä. (Opetushallitus, 2018, ss. 16, 22)

Varhaiskasvatus on pedagogisesti painottunut kasvatuksen, opetuksen ja hoidon kokonaisuus. Laadukas pedagoginen toiminta vahvistaa lasten laaja-alaista oppimista. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden luvussa 2.7 kuvataan laaja-alaisen oppimisen viisi toisiinsa liittyvää osa-aluetta: ajattelu ja oppiminen, kulttuurinen osaaminen, itsestä

huolehtiminen ja arjen taidot, monilukutaito ja tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen ja osallistuminen ja vaikuttaminen. (Opetushallitus, 2018, s. 25)

Yllä kuvatuista osa-alueista varsinkin itsestä huolehtiminen ja arjen taidot sekä kulttuurinen osaaminen painottavat tunnetaitojen oppimista ja opettamista sekä sosiaalisten tilanteiden ja vuorovaikutustaitojen ja ristiriitatilanteiden harjoittelua. Lapsia ohjataan ystävällisyyteen, hyviin tapoihin ja kuuntelun taitoihin. Yhteistyöhön perustuva toiminta luo mahdollisuuksia harjoitella vuorovaikutus- ja ilmaisutaitoja. Lasten kanssa harjoitellaan empatiaa eli toisen asemaan asettumista, tarkastelemaan asioita eri näkökulmista ja ratkomaan ristiriitatilanteita rakentavasti. Lapsia tuetaan tunteiden ilmaisussa ja itsesäätelyn kehittämisessä. Lasten tunnetaidot vahvistuvat, kun harjoitellaan tunteiden tiedostamista ja nimeämistä. (Opetushallitus, 2018, ss. 25–26)

Kiviluoteen (2019, ss. 32–33) mukaan varhaiskasvatuksessa tulee varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaisesti huomioida myös vanhempien tai muiden huoltajien osallisuus ja osallistaminen. Tunnetaitokasvatuksen osalta vanhempia tulee tiedottaa miten ja miksi tunnetaitoja opetetaan. Vanhemmille voidaan antaa kotiinkin pieniä tunnetaitoihin liittyviä tehtäviä tai harjoituksia, esimerkiksi tunnetaitoihin liittyvän kirjan lukeminen ja siitä keskusteleminen yhdessä lapsen kanssa tai he voivat harjoitella erilaisia tunteidenhallintakeinoja. Varhaiskasvatuksessa järjestettävissä koko perheen tapahtumissa voidaan harjoitella erilaisin tehtävin tai tehtäväpistein tunnetaitoihin tai itsetunnon vahvistamiseen liittyviä tehtäviä.

3.4.2 Varhaiskasvattaja tunnetaitokasvattajana

Varhaiskasvatus on lasten keskeisimpiä kehitysympäristöjä. Niissä toteutettavan pedagogisesti suunnitellun toiminnan laatu vaikuttaa merkittävästi lasten kehitykseen, oppimiseen ja hyvinvointiin, myös tunnetaitojen ja itsesäätelytaitojen kehittymiseen. Laadukkaan toiminnan taustalla ovat ammattitaitoiset ja koulutetut kasvattajat, joilla on riittävästi tietoa ja ymmärrystä lasten käyttäytymisen taustalla olevista ilmiöistä ja taitoa ohjata ryhmää rakentavalla ja lasten hyvinvointia edistävällä tavalla. Varhaiskasvatuksen yksi tärkeä päämäärä on lapsen riittävien itsesäätelytaitojen kehittymisen tukeminen.

Varhaiskasvatuksen pedagogisten käytänteiden tulee olla sellaisia, että ne mahdollistavat tunne- ja itsesäätelytaitojen opettelemisen varhaiskasvatuksen arjessa päivittäin kaikenlaisissa tilanteissa ja toiminnoissa. (Pajulahti ym., 2020, s. 95)

Pajulahden ym. (2020, s. 95–96) mukaan kasvattajat ovat lapsille tärkeitä itsesäätelyntukijoita ja -malleja. Rauhallisella läsnäololla ja lasten sensitiivisellä kohtaamisella aikuiset mallintavat vahvoja säätelytaitoja ja viestittävät turvallisesta ympäristöstä. Aikuisen tapa toimia läsnä olevana kanssasäätelijänä on säätelytaitojen kehittymistä tukeva tekijä. Tunne- ja itsesäätelytaitojen tukemista tapahtuu varsinaisissa ohjatuissa tuokioissa, mutta myös paljon erilaisissa arjen tilanteissa, esimerkiksi siirtymä-, ruokailu- ja lepotilanteissa. Ohjatuissa tilanteissa voi harjoitella esimerkiksi oman vuoron odottamista, toisten kuuntelemista ja ympäristön havainnoimista. Tämä vaatii kasvattajilta kykyä kannustaa ja ohjata lapsia itsesäätelyä tukeviin ja lapsilähtöisiin toimintoihin.

Kasvattajien omilla tunnetaidoilla on suuri merkitys lasten sensitiivisessä ja tunnetaitoja tukevassa kohtaamisessa. Aikuisen omat tunnetaidot ovat perustana aikuisen ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Kasvattajan työhön sisältyvät erilaiset tunteet ja myös toisten tunteisiin vaikuttaminen. Kasvattajan ja lapsen välinen vuorovaikutus saa aikaan erilaisia tunteita molemmissa osapuolissa. Kasvattajan toiminta vaikuttaa koko ryhmän toimintaan mallioppimisen ja tunneilmapiirin kautta. Aikuisen epäoikeudenmukainen tai vihamielinen suhtautuminen lapseen aiheuttaa koko ryhmään negatiivisia vuorovaikutuskokemuksia ja tätä kautta torjuntaa, vieraantumista ja vetäytymistä. Myönteiset tunneilmaisut lähentävät kasvattajan ja lasten välistä suhdetta, edesauttavat oppimista, toisten hyväksynnän oppimisen taitoa ja luovat turvallisuuden tunnetta ryhmään. Hyvät tunnetaidot omaava kasvattaja pystyy tehokkaammin tarkkailemaan myös lasten häiritsevää käyttäytymistä ja ennaltaehkäisemään sitä. (Kiviluote, 2019, s. 25)

Kasvattajan tulee olla tietoinen omista tunnetaidoistaan, koska niillä on suuri merkitys ryhmän vuorovaikutuksen, oppimisen ja tunneilmapiirin luomisen kannalta. Emotionaalisesti kompetentti kasvattaja on emotionaalisesti itsetietoinen ja hän omaa hyvän itsetuntemuksen. Tätä kautta kasvattajalla on herkkyyttä omille sisäisille viesteille ja kykyä tunnistaa tunteiden vaikuttavuus itseen, ryhmään ja työnsuoritukseen. Kasvattajan tärkein

tunnetaito on empaattisuus. (Kiviluote, 2019, ss. 26–27) Kannisen ja Sigfridsin (2021, s. 82) mukaan kasvattajan oma asennoituminen tunteisiin on hyvin merkityksellistä. On tarpeen tiedostaa, miten itse suhtautuu esimerkiksi vihan tunteiden ilmaisemiseen; onko se sallittua vai haluammeko tukahduttaa vihan tunteet vai onko ne meistä arvokasta tietoa itsen, toisen ja tilanteen ymmärtämiseksi. Kasvattajan omat lapsuudenkokemukset ja arvomaailma sekoittuvat varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan ja kulttuurin ja lasten omien kotikulttuurien ja toimintatapojen kanssa. Myös Jääskinen (2017, ss. 106–107) toteaa, että kasvattajan tulee olla kosketuksissa omiin tunteisiinsa ja kehittää omia tunnetaitojaan, jotta hänellä on ymmärrystä ja kykyä toimia lapsen tunnetilanteissa inhimillisesti ja tunnetaitoja vahvistavasti. Lapsi tarvitsee aikuisen peilaavaa, myötätuntoista kuuntelua, tunteen sanoittamista, aikuisen näkökulmaa tapahtumiin ja tämän jälkeen yhdessä pohdiskelua keinoista miten tulevaisuudessa toimitaan niin, että kaikkien tunteet ja tarpeet tulisivat huomioituiksi.

Pienet lapset tarvitsevat kasvattajilta ennen kaikkea emotionaalista läsnäoloa, vuorovaikutusta ja kykyä reagoida lapseen sensitiivisyydellä. Sensitiivinen kasvattaja kykenee ilmaisemaan lapselle positiivisia tunteita, aitoa kiinnostunutta hymyä, hyväksyvää äänensävyä, kannustamista ja kosketusta. Tämä luo lapselle turvallisuuden tunnetta ja huomioiduksi tulemisen kokemuksen. Jos aikuisen tunneilmaisu on liian vaimeaa, lapsi voi tulkita tämän vihamielisyydeksi, koska lapsi hakee vahvistusta omille tunnekokemuksilleen aikuisen reaktioista ja ilman tätä tunteiden peilausta lapsi jää vaille riittävää tunnesäätelyä. Toisaalta lapsi tarvitsee kokemuksen myös, siitä, että aikuinen hallitsee omat tunnekokemuksensa. Jos kasvattaja on kiukustunut lapselle, tämä tunne on purettava ja käsiteltävä nopeasti. Aikuinen mallittaa tätäkin tilannetta ja tunnepurkausta lapselle. Aikuisen tehtävänä on kuitenkin hallita omat kielteiset tunteensa ja pysyä itse rauhallisena tilanteissa. Aikuisen tulee pohtia ja käsitellä omia tunnetaitojaan, jotta osaa hallita omat ärästyksensä ja kiukkunsa hankalissakin tilanteissa. Aikuisen ei pidä purkaa ärtymistään lapseen esimerkiksi tiuskimalla tai käyttämällä kohtuuttomia rankaisukeinoja. (Kanninen & Sigfrids, 2012, ss. 91–94)

Jääskinen (2017, ss. 68–70) toteaa että, varhaiskasvattajien tavoitteena on myös tunnetaitojen tavoitteellinen tukeminen. Tunnetaitoja voi opetella ja harjoitella erilaisten

harjoitteiden ja opetusmenetelmien avulla. Tällaisia ovat esimerkiksi Askeleittain-ohjelma, Kadonnut avain-aistielämys- ja tunnetaitoprojekti, Aggression portaat - tai Ympyriäiset-opetusohjelmat sekä Piki- ja Molli- kirjasarjat. Kasvattajan tulee suunnitella ja muokata harjoitteet ja opetustuokiot sellaisiksi, että ne kiinnostavat ja motivoivat ryhmää oppimisessa. Niiden tulee olla lasten ikä- ja kehitystasolle sopivia. Myös lasten yksilöllisyys ja erilaiset tuen tarpeet tulee huomioida. On myös tärkeää, että tunnetaitoja harjoitellaan lapsen eikä aikuisen näkökulmasta. Satuun, tarinaan tai leikkiin kiinnitetty harjoittelu lisää lasten motivaatiota tunnetaitojen oppimiseen ja harjoitteluun. Tunnetaitoja opitaan parhaiten kokeilemalla, tutkimalla ja harjoittelemalla niitä oikeissa tilanteissa. Pelkät sanat ja neuvot eivät jää mieleen, vaan yhdessä tekemällä, kokemalla ja omien oivallusten kautta ne piirtyvät mieleen. Tunnustelemalla miltä ja missä tunteet tuntuvat, mitä ne aiheuttavat kehossa ja kaverisuhteissa, yhdessä keskustellen ja ihmetellen. Aikuinen toimii rinnalla kulkijana tunteiden säätelyn oppimisessa.

Pajulahden ym. (2020, ss. 99–100) mukaan varhaiskasvatuksessa tunne- ja itsesäätelytaitoja vahvistavat leikit ovat vaikuttava tapa tukea lapsen kehittyviä tunnetaitoja. Leikki vaatii monenlaisia säätelytaitoja ja kykyä tehdä valintoja ja päätöksiä. Esimerkiksi pitää osata ratkaista ongelmia sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, asettaa toiminnalle tavoitteita ja toimia tavoitteiden saavuttamiseksi. Leikissä kaikki ei toimi omien mielihalujen ja toiveiden mukaan vaan välillä joutuu neuvottelemaan, joustamaan ja sietämään pettymyksiä. Aikuisen ja lapsen yhteinen leikki on hyvin merkityksellistä opeteltaessa tunnetaitoja ja itsesäätelyä. Yhteisissä leikeissä on oleellista aikuisen sensitiivisyys lapsen tarpeille ja jaksamiselle, jotta leikki säilyy iloa tuottavana hetkenä.

3.4.3 Haasteet ja tukevat tekijät tunnetaitokasvatuksessa

Joidenkin lasten haastava käytös koetaan hyvin kuormittavana varhaiskasvatuksessa. Haastavaa käytöstä ovat aggressiivinen ja uhmakas käyttäytyminen, ylivilkkaus ja tarkkaamattomuus, voimakkaat tunnepurkaukset, impulsiivisuus tai voimakas vetäytyminen. Voimakkaasti ulospäin suuntautunut käyttäytyminen kuormittaa koko ryhmää myös ryhmän toisia lapsia. Kasvattajien huomiosta menee paljon aikaa reagoimiseen haastavasti käyttäytyvän lapsen ohjaamiseen ja muut lapset jäävät vähemmälle huomiolle. Myös

sisäänpäin suuntautuva käyttäytyminen, esimerkiksi voimakas vetäytyminen kuormittaa ryhmää, koska vetäytyvät lapset vaativat myös paljon aikuisten huomiota, etteivät he jää ulkopuolelle ryhmän toiminnasta. (Ahonen, 2017, s. 28)

Ahosen (2017, s. 29) mukaan haastavaan käyttäytymiseen on aina olemassa jokin syy. Käyttäytymisen taustalla vaikuttavat lapsen sosiaalisemotionaaliset valmiudet ja tuen tarpeet. Jotkut lapset tarvitsevat tunnetaitojen ja säätelyn harjoitteluun enemmän aikuisen tukea. Lapsella ei vielä ole tarvittavia taitoja säädellä voimakkaita tunnereaktioitaan. Lapsella ei ole vielä muuta tapaa toimia voimakkaissa tunnekuohuissa.

Tunnesäätelyltään viiveinen lapsi käyttää ikätasoaan pienempien lasten tunnesäätelykeinoja, eikä hän kykene omaksumaan vuorovaikutus- ja tunnetaitoja yhtä nopeasti kuin ikätoverit. Tunnesäätelyn vaikeudet näkyvät erityisesti tunteiden sietämisessä ja pettymystensietotilanteissa. Aggressiivisesti käyttäytyvän lapsen tavallisia taitopuutoksia ovat mm. vaikeudet ongelmaratkaisuissa, omien ja toisten tunnereaktioiden tunnistaminen, vaikeus ymmärtää sosiaalisia tilanteita ja taipumus ymmärtää väärin toisten aikomuksia. (Koskinen & Riihonen, 2020, ss. 48–49)

Koskisen ja Riihosen (2020, s. 49) mukaan lasten tunnetaitojen puutteet eivät aina johdu vanhemmista. Lapsella on synnynnäinen neurobiologia, temperamentti, ilmaisuuden ja käyttäytymisen tapa, jotka osaltaan vaikuttavat käyttäytymiseen. Hän voi elää ympäristössä, joka ei tue toivottujen käyttäytymismallien oppimisessa. Tunnesäätelyominaisuudet ja niiden puutteet ovat jokaisen yksilöllisiä piirteitä. Kaikelle tunnesäätelyn kehityksen poikkeavuudelle ei ole olemassa nimeä tai diagnoosia. Ympäristön tarjoamalla tuella on suuri merkitys siihen, millaisiksi lapsen tunnesäätelyn taidot kehittyvät.

Toisinaan vanhempien tai muiden aikuisten suhtautuminen lapsen tunnetunnetaitojen puutteeseen tai häiritsevään käyttäytymiseen on ongelman kieltäminen tai vältteleminen. Tämä osaltaan kuormittaa varhaiskasvatuksen toimintaa. Tärkeintä kuitenkin olisi ajatella lapsen etua ja lapsen saamaa tukea tunnetaitojen säätelyyn. Resilienssi eli selviytymiskyky tarkoittaa kokonaisuutta, jossa on erilaisia selviytymistä lisääviä kykyjä, taitoja ja ominaisuuksia. Jos lapsella on hyvä resilienssi, hän tarvitsee vain vähän ohjausta ja tukea

käyttäytymisensä ongelmaan, jotta taidot alkavat kehittyä, esimerkiksi tunnetaidot. Jos lapsella on heikko resilienssi, taitojen oppiminen vaatii pidemmän harjoitteluajan, enemmän toistoja ja aivojen kypsymisen. (Koskinen & Riihonen, 2020, s. 52)

Taitojen kehittämisessä suuri merkitys on myös varhaiskasvatuksen korkealla laadulla. Varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan tulee olla hyvin suunniteltua ja toteutettua, jotta se tukee tunnetaitojen kehittymistä. Varhaiskasvatuksen ympäristön tulee olla myös taitoja tukeva, turvallinen ja virikkeellinen, henkilöstön ammattitaitoista ja sensitiivistä sekä vuorovaikutuksen lämmintä ja vastavuoroista. Laadukas varhaiskasvatus voi toimia pelastusrenkaana syrjäytymisvaarassa olevien perheiden lapsille. (Ahonen, 2017, s. 30)

3.5 Aiemmat tutkimukset tunnetaitojen tukemisesta

Tunnetaitokasvatuksen merkityksestä sosiaalisten taitojen kehittymisen tukemisessa varhaiskasvatuksessa on tehty ammattikorkeakoulutason opinnäytetöitä. Sen sijaan pro gradu -tutkielmia ja väitöstutkimuksia, joissa käsiteltäisiin tunnetaitokasvatusta varhaiskasvatuksessa varhaiskasvattajien näkökulmasta, löytyi vähemmän. Esittelen tässä luvussa tähän opinnäytetyöhön valikoidut aiemmat tutkimukset aiheesta. Valitsin nämä tutkimukset, koska niissä käsiteltiin tunnetaitoja tai tunneälyä samansuuntaisista näkökulmista katsoen kuin opinnäytetyössäni.

Mirja Köngäs (2018) on tutkinut lasten tunneälyä akateemisessa väitöskirjassaan. Se on etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa. Tutkimuksessa kuvataan lasten tunneälyn näkymistä päiväkodissa. Tutkimus tarkastelee lasten vertaiskulttuuria ja tunneälyä päiväkodin arjessa. Tavoitteena on tuoda esille päiväkodin mahdollisuuksia kehittää lasten tunneälyä. Tutkimuksessa keskitytään RULER-sovellukseen, joka on tutkimusten mukaan vähentänyt lasten keskittymis- ja käytöshäiriöitä sekä edistänyt varhaiskasvattajien taitoja tukea lasten kehitystä. Tutkimus on toteutettu kolmessa päiväkodissa ei-osallistuvan videoinnin avulla. Tutkimustuloksista selvisi, että tunneäly on hyvin kantava tekijä lasten vertaiskulttuurissa ja tunneälytaidot ovat keskeinen osa lasten emotionaalista kehitystä. Tunneäly mahdollisti yhteyden kokemukset vuorovaikutuksessa. Tutkimus osoitti myös, että päiväkotiarjessa on runsaasti tilanteita, joissa tunneälyä voi kehittää. Tutkimus antoi myös

työkaluja kehittää päiväkodin toimintamalleja lisäämällä pedagogista osaamista kasvatopsykologisesta näkökulmasta. (Köngäs, 2018, s. 5)

Anna-Kaisa Surakka on tehnyt varhaiskasvatustieteen pro gradu -tutkielman (2013) aiheenaan lasten tunnetaidot päiväkodissa. Tutkimus on etnografista tutkimusotetta soveltava tapaustutkimus 5-vuotiaiden lasten tunnetaidoista päiväkodin arjessa. Tavoitteena oli saada tietoa lasten tunnetaidoista. Ja siitä, miten tunnetaitoja voi kehittää tai tukea Tunnemuksu ja Mututoukka -tunnetaito-ohjelman avulla. Aineistonkeruumenetelmänä oli tunnetaitojen havainnointi arjen vuorovaikutustilanteissa sekä puolistrukturoiduilla teemahaastatteluilla, joihin lapset vastasivat tunnekorttien avulla. Tutkimuksen päätuloksena havaittiin, että lapset ilmentävät tunnetaitojaan eri tavalla ollessaan vuorovaikutuksessa lasten tai aikuisten kanssa. Tutkimuksen tulokset osoittivat myös, että tunnetaitojen kehittymisen tukemisessa varhaiskasvatuksella on suuri merkitys. Tärkeää olisi kiinnittää huomiota tunnetaitojen tukemisen tapoihin. (Surakka, 2013, ss. 1–2, 89)

Roosamaria Damskäg ja Hanna Lehtola ovat tutkineet kasvatustieteen pro gradu -tutkielmassaan (2021) opettajien kokemuksia lasten tunteiden säätelyn taitojen tukemisesta varhaiskasvatuksessa Tunnerobotti-materiaalin (Mieli Ry:n tuottama materiaali) avulla. Tutkimuksessa selvitettiin, millaisia tunnesäätelytaitoja Tunnerobotti-materiaalin avulla voidaan opettaa ja miten näitä voidaan toteuttaa ja opettaa. Tutkimuksen tavoitteena oli myöskin, selvittää millaisia kokemuksia opettajilla on tunnetaitojen opettamisesta Tunnerobotti-materiaalin avulla. Tutkimukseen osallistui kuusi varhaiskasvatuksen opettajaa. Aineisto kerättiin haastattelemalla. Tutkimustulosten perusteella Tunnerobotin avulla voi opettaa tunnetaitoja monipuolisesti. Tunnerobotin visuaalisuus tukee näiden taitojen opettamista. Tunnerobotin avulla voidaan opettaa varsinkin tunteiden säätelyn taitoja sekä voidaan harjoitella toisten tunteiden tunnistamista ja myötätuntoa. (Damskäg & Lehtola, 2021, ss. 2, 44)

Janesa Huttunen ja Noora Manninen (2020) ovat tutkineet varhaiskasvatustieteen kandidaatintutkielmassaan tunnetaitokasvatusta varhaiskasvatuksen opettajien kuvaamana, millaisia merkityksiä varhaiskasvatuksen opettajat antavat tunnetaitokasvatukselle ja miten he arvioivat valmiita tunnetaitokasvatus materiaaleja. Tutkimusaineisto hankittiin

sähköisellä kyselylomakkeella sosiaalisessa mediassa Facebookin Varhaiskasvattajan materiaalipankki -ryhmässä. Kyselyyn vastasi 20 varhaiskasvatuksen opettajaa tai sosionomia. Tutkimustulosten mukaan tunnetaitokasvatusta pidetään tärkeänä osana varhaiskasvatusta ja tunnetaitoja opetetaan suunnitellusti ja spontaanisti. Arjessa tunnetaitokasvatusta toteutetaan lastenkirjallisuuden avulla ja sanoittamalla tunteita ja keskustelemalla lasten kanssa. Tutkimuksen mukaan varhaiskasvattajat kaipaavat enemmän valmiita tunnetaitokasvatusmateriaaleja sekä lisäkoulutusta aiheesta. (Huttunen & Manninen, 2020, ss. 2, 36–37)

4 Tutkimustehtävä ja tutkimuksen toteutus

Opinnäytetyön tutkimusprosessiin sisältyy monta eri vaihetta. Siinä ratkaistaan tutkimusongelma tutkimuskysymysten avulla, jossa apuna käytetään tutkimusmenetelmiä ja tutkimusaineistoa. (Kananen, 2015, s. 19) Toteutin aineistonhankinnan puolistrukturoidun lomakekyselyn avulla. Kysely toteutettiin Webropol-kyselytyökalun avulla. Vastaajina lomakekyselyyn olivat varhaiskasvattajat. Analysoin aineistoa teemoittelun avulla.

Tässä luvussa esittelen opinnäytetyön tutkimusprosessia. Avaan lähtökohtia tutkimukselle, tutkimustehtävän sekä tutkimuskysymykset. Lisäksi kuvaan tutkimukseen valikoidun tutkimusmenetelmän, aineistonhankinta- ja analyysimenetelmät.

4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, miten merkittävänä pedagogisena toimintana varhaiskasvattajat näkevät tunnetaitokasvatuksen sosiaalisten taitojen kehittymisen tukemisessa sekä miten he ovat toteuttaneet tunnetaitokasvatusta ja minkälaisilla menetelmillä. Tarkoituksena on myös selvittää, miten tunnetaitokasvatuksen toteuttamista voisi kehittää parhaan hyödyn saamiseksi varhaiskasvatuksessa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

1. Mikä merkitys tunnetaidoilla ja niiden harjoittelemisella on varhaiskasvatuksessa?

2. Miten tunnetaitokasvatusta on toteutettu?

3. Miten tunnetaitokasvatusta voisi kehittää?

Tutkimuksen tavoitteena on tuoda esille varhaiskasvattajien näkemystä ja tietoutta tunnetaitokasvatuksen merkityksestä ja toteuttamisesta varhaiskasvatuksessa. Tavoitteena on myös saada konkreettisia kehittämisideoita tunnetaitokasvatuksen kehittämiseen. Tutkimuskysymykset ovat muodostuneet opinnäytetyön tavoitteiden pohjalta.

4.2 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyöni on tutkimuspainotteinen työ. Kanasen (2015, s. 63) mukaan tutkijan on päätettävä ennen tutkimuksen aloittamista, millä menetelmillä hän ratkaisee tutkimuskysymykset. Tutkimusmenetelmät pitävät sisällään aineistonkeruu- ja analyysimenetelmät. Tutkijan on valittava tutkimusongelman tai -kysymysten kannalta oikea tutkimusote ja myös perusteltava valintansa. Valinnan lopputuloksen pitää sopia myös tutkimuskysymyksiin eli menetelmän pitää tuottaa oikeaa tietoa tutkimuskysymysten ratkaisujen kannalta.

Tutkimusmenetelmät voivat olla laadullisia tai määrällisiä. Tutkimusmenetelmäni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Valitsin laadullisen tutkimuksen, jotta saataisiin mahdollisimman monipuolisia, syvällisiä ja yksityiskohtaisia vastauksia ja näkökulmia aiheesta. Kanasen (2015, ss. 70–71) mukaan laadullinen tutkimus pyrkii ymmärtämään ilmiöitä. Se soveltuu mm. tutkimuksiin, joissa halutaan saada syvällinen näkemys tutkimusongelmasta tai siitä halutaan saada hyvä kuvaus. Tiettyjen asioiden kuvailu onnistuu parhaiten tekstin avulla, esimerkiksi ihmisten suhtautumista ja asenteita on paras kuvata laadullisin keinoin eli tekstinä. Tutkimuksessa voidaan käyttää rinnakkain myös eri tutkimusmenetelmiä eli laadullista tutkimusta voi seurata määrällinen (kvantitatiivinen) tutkimus, jossa kvantifioidaan ilmiötä ja sen tekijöitä, kun ne ensin on saatu selville laadullisella tutkimuksella. Laadullinen tutkimus on joustava, se antaa tutkijalle erilaisia mahdollisuuksia.

Laadullisessa tutkimuksessa lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen, joka on hyvin moninaista. Siinä pyritään tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Myös arvot muovaavat pyrkimystämme ymmärtää tutkimuskohteita. Tutkimustulosten avulla saamme ehdollisia selityksiä tutkittavasta ilmiöstä, ja nekin rajoittuvat johonkin aikaan ja paikkaan. Laadullisen tutkimuksen pyrkimyksenä on löytää tai paljastaa tosiasioita. (Hirsijärvi ym., 2008, s. 157) Sarajärven ja Tuomen (2009, ss. 85–86) mukaan laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin vaan kuvaamaan ja ymmärtämään ilmiötä tai antamaan sille mielekkään tulkinnan. Tärkeää on, että tutkimukseen osallistuvilla henkilöillä on tietoa ja kokemusta tutkittavasta asiasta. Tästä syystä henkilöiden, joilta tietoa kerätään, tulee olla tarkkaan harkittuja ja tarkoitukseen sopivia.

4.3 Aineistonhankinta lomakekyselyllä

Laadullisen tutkimuksen yleisimpiä aineistonkeruumenetelmiä ovat haastattelu, havainnointi, kysely sekä dokumentteihin perustuva tieto. Näitä menetelmiä voidaan käyttää rinnakkain tai eri tavoin yhdisteltyinä tutkimusongelman ja resurssien mukaan. Haastattelun ja kyselyn ideana on selvittää, mitä ihminen ajattelee asiasta tai miksi hän toimii tietyllä tavalla, kysymme sitä häneltä ja selvitämme vastauksen. Haastattelun ja kyselyn ero liittyy tutkimukseen osallistuvan toimintaan tiedonkeruuvaiheessa. Haastattelussa haastattelija merkitsee haastateltavan vastaukset muistiin. Kyselyssä tiedonantajat täyttävät itse heille esitetyn kyselylomakkeen. (Sarajärvi & Tuomi, 2009, ss. 71–73) Kanasen (2015, s. 145) mukaan strukturoidussa haastattelussa tutkijalla on joukko avoimia kysymyksiä ja kysymykset esitetään tiedonantajille samassa järjestyksessä. Strukturoitu haastattelu toteutetaan kyselylomakkeella, jonka kysymykset ovat avoimia ja niiden avulla kerätään tietoa tiedonantajilta.

Valitsin tutkimusaineiston keruumenetelmäksi puolistrukturoidun lomakekyselyn, joka toteutettiin sähköisen Webropol-kyselytyökalun avulla. Kysymykset ovat strukturoituja monivalintakysymyksiä ja avoimia kysymyksiä (liite 3). Strukturoiduilla kysymyksillä selvitettiin vastaajien taustatietoja ja avoimilla kysymyksillä kartoitettiin varhaiskasvattajien näkemyksiä tunnetaitojen merkityksestä varhaiskasvatuksessa. Pyrin rakentamaan kysymyksistä mahdollisimman selkeitä ja ymmärrettäviä sekä pitämään kysymysten määrän

pienenä, jotta mahdollisimman moni pitäisi kysymyksiin vastaamista riittävän helppona kiireisen ja vaativan työarjen lomassa. Kyselytutkimuksen valintaan vaikutti kyselyn tehokkuus sekä Korona-ajan huomioon ottaminen. Näin vastaajat pystyivät vastaamaan kysymyksiin ilman fyysistä tapaamista. Hirsjärven ym. (2008, s. 190) mukaan kyselytutkimusten etuna on, että sen avulla voidaan kerätä laaja tutkimusaineisto ja siinä voidaan kysyä monia asioita. Kysely on tehokas ja se säästää aikaa. Aikataulu ja kustannukset voidaan myös arvioida etukäteen melko tarkasti. Kyselytutkimuksella on myös joitakin haasteita. Tulosten tulkinta voi olla ongelmallista ja aineisto voi jäädä pinnalliseksi ja tutkimukset teoreettisesti vaatimattomiksi. Myöskään ei voi olla varma onko kysymykset ymmärretty oikein tai ovatko vastaajat vastanneet kysymyksiin huolellisesti ja rehellisesti.

Hirsjärvi ym. (2008, ss. 193–196) toteavat, että kyselylomakkeen laadinnalla ja kysymysten tarkalla suunnittelulla voidaan tehostaa tutkimuksen onnistumista. Kysymyksiä voidaan muotoilla monella tavalla. Yleensä käytetään kolmea muotoa: avoimet kysymykset, joissa on kysymys ja tyhjä tila vastaukselle, monivalintakysymykset, joissa tutkija on laatinut numeroidut vastausvaihtoehdot, joista vastaaja valitsee itselleen sopivan sekä asteikkoihin eli skaaloihin perustuva kysymysmuoto, joista vastaaja valitsee sen, miten voimakkaasti hän on samaa tai eri mieltä asiasta. Tietokoneteknologian kehittymisen myötä strukturoitujen kysymysten suosio on viime aikoina kasvanut. Monivalintakysymysten vastauksia on helppo vertailla ja analysoida tietokoneella. Avoimet kysymykset antavat vastaajalle mahdollisuuden ilmaista itseään omin sanoin. Ne antavat vastaajan osoittaa myös tietämyksensä aiheesta sekä sen, mikä on keskeistä tai tärkeää vastaajan mielestä asiassa.

4.4 Aineiston analyysi teemoittelemalla

Kanasen (2015, s. 159) mukaan laadullinen aineisto on moninaista ja sen käsittely vaatii erilaisten aineistojen purkua eli litterointia ja yhteismitallistamista eli samaan formaattiin saattamista. Tekstimuoto mahdollistaa eri aineistojen yhdistämisen ja samanaikaisen analyysin. Valitsin aineiston analyysitavaksi teemoittelun. Kyselylomakkeen kysymyksiä pohjalta ilmeni jo tiettyjä teemoja, kuten mitä tunnetaitokasvatuksen käsite tarkoittaa, miten sitä toteutetaan ja tunnetaitokasvatuksen kehittämisideat. Sarajärven ja Tuomen (2009, s. 93) mukaan teemoittelussa aineistosta paikannetaan tutkimusongelman kannalta

olennaiset aiheet eli teemat. Teemoittelu on yksi laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmistä ja se on yksi sisällönanalyysin muoto. Teemoittelussa aineistosta nostetaan esiin tutkimuskysymysten kannalta keskeisiä asiakokonaisuuksia sekä usein esiintyviä tyypillisiä piirteitä.

Teemoja voidaan muodostaa joko aineistolähtöisesti etsimällä tekstimassasta vastauksia yhdistäviä tai erottavia seikkoja tai teorialähtöisesti, jonkin tietyn viitekehyksen tai teorian mukaisesti. Hyödynsin tutkimuksessani sekä aineisto-, että teorialähtöisen sisällönanalyysin periaatteita. Nostin aineistosta teemoittelun avulla keskeisiä aiheita esiin ja peilaan tutkimuksen tuloksia teoriapohjaan ja aiempiin tutkimuksiin. Saaranen-Kauppinen ja Puusniekan (2006) mukaan teemojen muodostamisessa voidaan käyttää apuna muun muassa koodausta tai kvantifiointia. Esimerkiksi taulukointien avulla voidaan havainnoida, mitkä asiat aineistosta nousevat keskeisiksi, usein toistuviksi ja näille voidaan miettiä yhdistäviä nimittäjiä eli teemoja. Seuraavaksi aineistoa järjestellään teemojen mukaan. Kunkin teeman alle kootaan aineistosta ne kohdat, joissa puhutaan kyseessä olevasta teemasta. Tämä järjestely voidaan tehdä esimerkiksi teemakortistoon tekstinkäsittelyn avulla ”leikkaa ja liimaa” –toiminnolla.

Aineiston analyysi aloitettiin siirtämällä Webropol-kyselylomakkeen vastaukset Word tiedostoksi. Aineistoa luettiin useaan kertaan, sitä pyrittiin ymmärtämään ja nostamaan esiin usein toistuvia aiheita sekä tutkimuskysymysten kannalta oleellisia vastauksia. Tässä kohtaa opinnäytetyön tarkoitusta ja tutkimuskysymyksiä täytyi selventää itselleen uudelleen. Tämän jälkeen vastaukset pelkistettiin ja teemoiteltiin vastauksista selkeästi esille nousseiden aiheiden mukaan. Teemoista muodostettiin taulukko, johon alettiin tekstistä ”leikkaa ja liimaa” menetelmällä liittämään vastauksia. Aineistoa käytiin useamman kerran läpi, että kaikki vastaukset löytyivät paikoilleen, omien teemojensa alle.

Seuraavassa taulukossa (Taulukko 1. Aineistossa esiintyvät teemat) hahmotetaan, esimerkin avulla, miten lopullisiin teemoihin päädyttiin. Poimin aineistosta samansisältöiset asiat ja luokittelin ne taulukossa asioita yhdistävien teemojen alle. Ensin poimin aineistosta usein toistuvat maininnat, seuraavassa vaiheessa asiasisällöt ryhmiteltiin tai tiivistettiin saman sisältöisyyden perusteella alateemoiksi ja alateemoja vielä tiivistettiin ja nimettiin niitä

yhdistävällä käsitteellä ja näin päädyttiin lopullisiin yläteemoihin, jotka ovat: tunnetaidot, pedagogiikka tunnetaitokasvatuksessa, tunnetaitojen toteuttaminen ja kehittämisideat.

Taulukko 1. Aineistossa esiintyvät teemat.

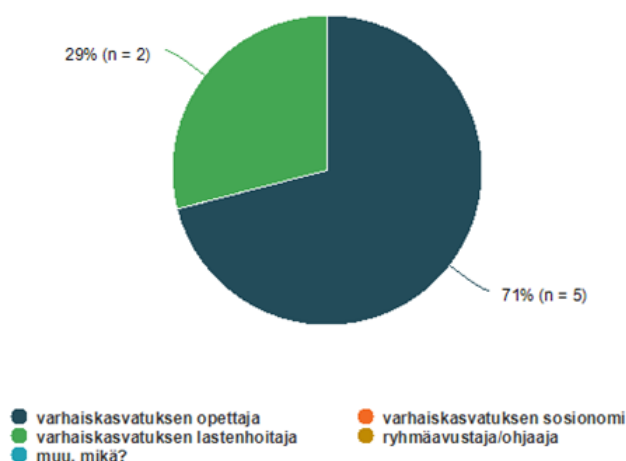
Maininnat aineistossa	Alateemat	Yläteemat
tunnistaa tunteita itsessä ja muissa, taidon nimetä tunteita, näyttää, ilmaista tunteet, havainnoida tunteita, tunnereaktioiden hallinta, toisten tunteiden huomioiminen, kaveritaidot, itsesäätely, aikuinen tiedostaa omat vahvuudet ja heikkoudet, sitoutuminen, herkkyyd, läsnäolo, empatia, tunnereaktioiden hyväksyminen, sosiaaliset taidot, sensitiivisyys, itsetutkistelu, puolueettomuus, rauhallisuus, jämäkkyys, turvallisuus, aikuisen esimerkki	Lapsen tunnetaidot Aikuisen/kasvattajan omat tunnetaidot Sosiaaliset taidot	Tunnetaidot
Henkilökunta sitoutuu, tekee suunnitellusti, aikuisen rooli, tuki, apu, jokainen tarvitsee erilaista tukea, yksilöllisesti tarpeiden mukaan, harjoittelua ikätaso huomioiden, kielen kehityksen haasteiden huomioiminen, kouluttautuminen, itsetutkistelu, huomioidaan tunnetaitojen puutos, osallisuuden kokemus	Suunnitelmallisuus, osallisuus, tuki	Pedagogiikka tunnetaitokasvatuksessa
tunteiden sanoittaminen, keinoja rauhoittaa itsensä, tunnelämpömittari, arki, kirjat, tunnetuokiot, draama, tunnetaitokortit, valmiit materiaalipaketit, ilmeet, eleet, Kielinupun Nalle tunnelaulu, Zones of regulation, sadut, laulut, ohjatut leikit, Fanni -kirjat	Menetelmät Arjen toiminnot Valmiit materiaalit	Tunnetaitojen toteuttaminen
tärkeyden tiedostaminen, yksi arvo, materiaaleja, alle 3-v., ideoita, koulutukset, ammatillinen lisäkoulutus, konkreettiset esimerkit, kirjallisuus, harjoittelu, puhuminen, ryhmäkoot pienemmiksi	Koulutus, ryhmäkoko, materiaalit	Kehittämisideat

Tutkimusraportissa voidaan esittää teemojen käsittelyn yhteydessä katkelmia aineistosta eli sitaatteja. Sitaattien tarkoituksena on havainnollistaa teemoittelua ja näin samalla tarjota lukijalle jälkiä siitä, mihin tutkija teemoittelunsa perustaa. Tutkijalla on ollut olemassa aineisto, johon hän analyysinsä pohjaa ja aineisto on antanut johtolankoja teemojen muodostamiseen. Sitaattien käyttämisessä tulee olla kriittinen ja miettiä tarkoin mikä sitaatin tehtävä on ja onko se tarpeellinen. Tutkimusraportti ei ole vain joukko sitaatteja ilman tutkijan kommentointia ja kytkentöjä teoriaan. Sitaatteja käytettäessä pitää huomioida myös vastaajan anonymiteetti eli voiko sitaateista tunnistaa vastaajan taustatietoja. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2006)

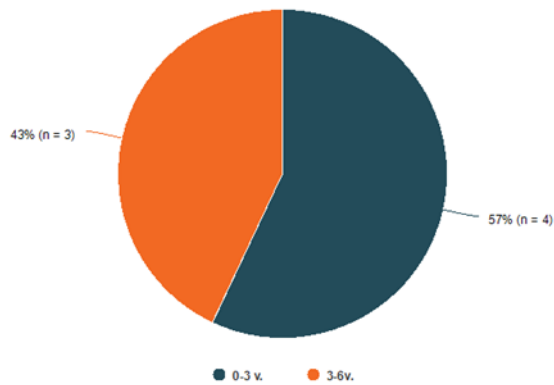
5 Tulokset ja johtopäätökset

Kyselylomake lähetettiin noin kuudellekymmenelle varhaiskasvattajalle, kyselyyn heistä vastasi seitsemän. Vastausprosentiksi tuli 12,07. Kyselyyn vastanneista viisi oli varhaiskasvatuksen opettajaa ja kaksi varhaiskasvatuksen lastenhoitajaa. Kuva 1 havainnollistaa ammattinimikkeiden jakautumista. Neljä heistä työskentelee alle kolme vuotiaiden lasten ryhmässä ja kolme kolme-kuusivuotiaiden lasten ryhmässä (kuva 2).

Kuva 1. Ammattinimike.



Kuva 2. Lasten ikäjakauma.



Kaikkien vastanneiden mielestä tunnetaitokasvatus on osa varhaiskasvatuksen pedagogista toimintaa. Vastaajista kuusi piti tunnetaitokasvatuksen merkitystä erittäin tärkeänä ja yksi tärkeänä.

Yksi tärkeimmistä varhaislapsuudessa opituista taidoista.

Tunnetaidot vaikuttavat vahvasti kaikkiin oppimisen alueisiin, tunnetaidoilla on iso merkitys osallisuuden kokemukseen.

Henkilökunta sitoutuu siihen ja tekee sitä suunnitellusti.

Tunnetaidot ovat äärettömän tärkeitä jokaisella elämän osa-alueella ja koko ihmisen elämänkaaren ajan. Mitä aiemmin tunnetaitoja saa harjoitella (turvallisessa ympäristössä), sitä paremmin pärjää myös myöhemmin elämässä.

Avaan seuraavaksi kyselylomakkeen aineiston analyysin tulokset teemoittain.

5.1 Tunnetaidot

Kyselyn vastauksista kävi ilmi, että varhaiskasvattajien mielestä tunnetaidot rakentuvat monista erilaisista elementeistä. Ne ovat moninainen joukko erilaisia taitoja, joiden avulla on helpompi selviytyä arjesta. Tunnetaidot luovat pohjan sosiaalisille taidoille. Tunnetaidot

sisältävät taidon tunnistaa tunteita itsessään ja muissa ihmisissä. Se on myös tunteiden nimeämistä ja sanoittamista. Tärkeää osa-alue tunnetaidoissa on, miten opitaan näyttämään tunteet ja käsittelemään niitä, esimerkiksi tunnereaktioiden hallinta. Opetellaan erilaisia tunteita ja taitoa toimia tunteen vallassa. Tärkeää on myös oppia tunteen purkauksenkin tullessa olla satuttamatta muita ihmisiä.

Tunnetaidot ovat perusta sosiaalisille taidoille. Ilman hyviä tunnetaitoja lapsen voi olla vaikea selviytyä arjesta.

Vastaajien mukaan yksi tärkeä taito on oppia huomioimaan toisten tunteet ja myös vastaamaan niihin. Tunnetaitoa on myös oppia tunnistamaan mistä jokin tunne johtuu. Mitä tunteen takana on.

Tunnetaidot sisältävät taidon tunnistaa tunteita itsessään ja muissa.

Oman ja toisten tunteiden havainnointia ja niihin vastaamista.

Taito tunnistaa erilaisia tunteita ja kuinka käsitellä niitä. Toisten tunteiden huomioiminen. Taito tunnistaa, mistä jokin tunne johtuu.

Vastauksista ilmeni myös kasvattajan omien tunnetaitojen merkitys. Kasvattajan on tärkeää tiedostaa omat vahvuutensa ja heikkoutensa tunnetaidoissaan. Hyvän tunnetaitokasvattajan ominaisuuksia ovat empaattisuus, sensitiivisyys ja rauhallisuus. Tunnetaitojen opettaminen vaatii aikuiselta aitoa läsnäoloa ja sitoutuneisuutta. Kasvattajan tulee tiedostaa tunnetaitokasvatuksen merkitys, mitä tunnetaidot tarkoittavat sekä miksi ja miten niitä opetetaan ja harjoitellaan.

Empatiataidot, läsnäolo ja herkkyys vaistota toisen tunteita auttaa tässä työssä paljon.

Omat tunnetaidot oltava hyvin hallussa, jos itsellä on hankaluuksia, on myös niiden opettaminen haastavaa.

Vastaajat näkivät tärkeänä ominaisuutena sen, että aikuinen hyväksyy lapset myös tunnekuohuissa, vaikka kaikkia tekoja ei pidä hyväksyä edes tunteiden kuohuessa. Näissä tilanteissa sanoittaminen on tärkeää. Aikuiselta vaaditaan puolueettomuutta kaikissa tilanteissa. Tunnetaitoja opeteltaessa aikuiselta vaadittava ominaisuus herkkyyden lisäksi on jämäkkyys ja tilanteesta riippuen periksiantamattomuus. Eli aikuisen tulee sitkeästi jaksaa harjoitella ja toistaa lapsen kanssa tiettyjä tilanteita ja tunnetaitoja. Vastauksista nousi esiin myös seikka, että itsetutkistelulla ja lisäkoulutuksella aikuinen voi kehittää itseään tunnetaitokasvattajana.

Sensitiivisyys, jämäkkyys, periksiantamattomuus (paljon) toistoa, rauhallisuus

On tärkeää, hyväksyä lapset heidän tunnekuohuissaan, vaikka kaikkia tekoja ei pidäkään hyväksyä tunteiden kuohuessa.

Lapsi tuntee olonsa turvalliseksi, kun hän tuntee olevansa hyväksytty erilaisten tunteiden parissa.

5.2 Pedagogiikka tunnetaitokasvatuksessa

Kaikkien kyselyyn vastanneiden varhaiskasvattajien mielestä tunnetaitokasvatus on osa varhaiskasvatuksen pedagogista toimintaa ja sen merkitys esimerkiksi sosiaalisten-, tai kaveritaitojen oppimisessa on suuri. Tunnetaidot luovat pohjan edellä mainituille taidoille. Hyvät tunnetaidot auttavat ihmistä selviytymään elämässä kaikenlaisissa tilanteissa ja jokaisella elämän osa-alueella läpi elämän. Tunnetaidot vaikuttavat myös kaikkiin oppimisen alueisiin ja ne auttavat ja tukevat lasta kasvamaan ja kehittymään. Kyselyyn vastanneet kokivat myös, että varhaiskasvatuksessa opetellut tunnetaidot tukevat myös vanhempia kasvatustyössä.

Vastaajien mielestä tunnetaitokasvatuksen tulee olla pedagogisesti suunniteltua ja aikuisten tulee olla sitoutuneita opettamaan tunnetaitokasvatusta päiväkodin arjessa ja tunnekasvatustuokioilla. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus, 2018, s. 22–23) todetaan, että pedagogiikalla tarkoitetaan monitieteiseen tietoon perustuvaa,

ammattillisesti johdettua ja ammattihenkilöstön toteuttamaa suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa lasten hyvinvoinnin ja oppimisen toteutumiseksi. Pedagogiikan painottuminen edellyttää asiantuntemuksen lisäksi sitä, että kasvattajilla on yhteinen ymmärrys siitä, miten lasten oppimista ja hyvinvointia voidaan parhaalla tavalla edistää. Laadukas pedagoginen toiminta vahvistaa myös lasten laaja-alaista osaamista. Osaamisen kehittyminen alkaa varhaislapsuudessa ja jatkuu läpi elämän.

Tunnetaitojen opettaminen aloitetaan jo ihan pienestä lapsesta lähtien jatkuen koko päiväkotiajan. Henkilökunta sitoutuu siihen ja tekee sitä suunnitellusti.

Suunnitelmallinen eteneminen luo vahvemman perustan.

Vastaajat kokivat myös, että tunnetaidoilla on iso merkitys osallisuuden kokemuksen lisäämisessä. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus, 2018, s. 30) sanotaan, että varhaiskasvatuksen toimintakulttuurissa edistetään osallisuutta, yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa kaikessa toiminnassa. Kaikkien näkemyksiä ja mielipiteitä tulee arvostaa. Tämä edellyttää osallisuutta edistävien toimintatapojen tietoista kehittämistä. Vastaajien mielestä tunnetaitoja harjoiteltaessa edistetään myös lasten osallisuutta. Lapset tulevat huomioiduiksi, hyväksytyiksi kaikkine tunteineen sekä kuulluiksi esimerkiksi, kun sanoitetaan tunteita tai opetellaan tunne-, tai kaveritaitoja.

Tunnetaidot vaikuttavat vahvasti kaikkiin oppimisen alueisiin, tunnetaidoilla iso merkitys osallisuuden kokemukseen.

Vastaajien mielestä on tärkeää huomioida lasten ikätaso ja erilaiset tuen tarpeet tunnetaitoja harjoiteltaessa. Tästä syystä lasten yksilöllinen huomiointi on oleellista. Joistakin vastauksista nousi esille myös erilaisten haasteiden huomioonottaminen tunnetaitokasvatusta suunniteltaessa ja toteutettaessa. Tunnetaidoissa ilmenevät puutteet tai heikot tunnetaidot näkyvät arjessa herkästi negatiivisella tavalla. Näihin tilanteisiin pitää miettiä lasta tukevia keinoja. Lapsen tarpeeseen sopivia ratkaisuja.

Jokainen tarvitsee erilaista tukea. Toinen opettelee rauhoittumaan pettymysten tunteista ja tarvitsee siihen tukea. Toinen ei ehkä uskalla näyttää

tunteitaan ja tarvitsee tähän tukea. Lapsille voidaan opettaa tunnetaitoja yleisesti ryhmänä, mutta tukeminen tehdään yksilöllisesti tarpeiden mukaan.

5.3 Tunnetaitokasvatuksen toteuttaminen

Vastauksista nousi esiin vahvasti kasvattajien näkemys, että tunnetaitokasvatusta harjoitellaan nimenomaan päiväkodin arjessa, arkisissa tilanteissa. Vastaajat pitivät arkisia tilanteita tärkeinä, koska heidän mielestään, pelkät tunnetaitotuokiot eivät riitä. Tunteiden nimeäminen ja sanoittaminen ovat oleellisia asioita. Aikuisen oma esimerkki, mallina oleminen tukee lasta tunnetaitojen opettelemisessa. Aikuinen on läsnä lapsen tunteenpurkauksissa ja auttaa lasta selviytymään erilaisista tunnetiloista. Näissäkin tilanteissa juuri tunteiden sanoittaminen on tärkeä keino.

Tunnekasvatus ei ole vain yksittäisiä tunnetuokioita, vaan kulkee mukana arjessa koko ajan. Huomaan, että olet tosi vihainen, kun sinua harmittaa tämä juttu. Autan sinua siinä.

Se on sellainen tunne, joka tulee helposti. Se menee kuitenkin ohi, vaikka nyt tunne tuntuukin tosi isolta.

Varhaiskasvattajat näkivät myös keskustelemisen, tunteista ja tunnetaidoista juttelemisen tärkeänä osa-alueena. Keskusteluissa tulee huomioida lasten ikätaso ja tuen tarpeet. Jotkut lapset tarvitsevat enemmän tukea. Aikuisen tulee sallia tai hyväksyä kaikenlaiset tunteet ja olla tukena tunteiden käsittelyssä. Kaveritaitoja opetellessa harjoitellaan myös samalla tunnetaitoja, ne kulkevat käsikädessä. Erilaisissa tilanteissa kavereiden kanssa ja varsinkin ristiriitatilanteissa harjoitellaan tunnetaitoja. Samoin leikillä on suuri rooli tunnetaitojen opettelussa.

Keskustelemalla erilaisista tunteista lasten kanssa lapsen ikätaso huomioiden.

Aikuisen malli on myös todella tärkeää, eli aikuinen näyttää myös omat tunteensa (ilo, suru, harmitus..) ja mallintaa lapselle niiden käsittelyä

Arkisten tilanteiden lisäksi tunnetaitoja opetellaan myös erillisissä tunnetuokioissa tai pienryhmätilanteissa. Vastauksista nousi esiin myös kirjallisuus, erilaiset kirjat, joissa käsitellään tunteita, esimerkiksi Fanni -sarjan kirjat. Draaman keinot nähtiin myös oivallisena tapana käsitellä tunteita. Sadut, laulut, videot, käsinuket ja tunnetaitokortit koettiin myös hyvinä keinoina. Jotkut vastaajat olivat käyttäneet myös valmiita tunnetaito materiaalipaketteja. Alle kolmevuotiaiden ryhmissä oli käytössä Kielinupun Nalle tunnelaulu, jonka avulla on opeteltu tunnistamaan yleisimpiä tunteita.

Nalle tunnelauluun on askarreltu nallen kasvokuvat eri tunteista. Ryhmän aikuisten tunnetiloista valokuvat, joilla voi lapsille mallintaa tunteita.

Tunnetaitokirjat, tunnekuvat, opiskelijan tekemästä materiaalista 2–3-vuotiaille muokattu tunnekerhomateriaali, tunnemittari.

Aikuinen voi myös mallintaa tunteita lapselle ilmein ja elein sekä näyttämällä itse erilaisia tunteita. Joissakin ryhmissä oli käytössä tunnemittari, jonka avulla voi näyttää mikä tunnetila on ja kuinka vahvana. Lasten kanssa oli harjoiteltu myös keinoja rauhoittaa itsensä tunnekuohun tullessa. Yhdestä vastauksesta nousi esiin myös Zones of regulation värikartta, jota he ovat käyttäneet sovellettuna omassa ryhmässään.

Lisäksi käytössä sovellettuna Zones of regulation, tutustumme värikarttaan, jossa oman ryhmän aikuisten kuvia eri tunteista. Aikuinen näyttää kuvaansa lapsille ja kertoo miltä tuntuu ja minkä takia. Kuva asetetaan sitten värikarttaan oikeaan kohtaan.

5.4 Kehittämisideat

Vastauksista nousi esiin myös kehittämisideoita tunnetaitokasvatuksen toteuttamiseen varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitokasvatuksen tärkeyden tiedostaminen ja sen nostaminen yhdeksi tärkeäksi arvoksi työyhteisössä nähtiin merkittäväksi tekijäksi. Tunnetaitojen harjoittelemisen ja tunnetaidoista keskustelemisen lisääminen arjen tilanteisiin nähtiin myös merkittävänä tekijänä tunnetaitojen oppimisessa. Ryhmäkokojen pienentäminen toisi

vastaajien mielestä enemmän aikaa varhaiskasvattajille keskittyä tunnetaitoihin. Se antaisi tilaa kohdata lapset yksilöllisemmin ja jättäisi enemmän aikaa esimerkiksi sylittelylle. Vastaajat toivoivat myös lisää koulutusta aiheesta ja helppoja arjessa toteutettavia valmiita materiaaleja. Vastauksista ei kuitenkaan noussut esille konkreettisia koulutusideoita tai materiaaleja.

Päiväkodin kontekstiin sopivaa, ikätasoihin jakautuvaa ja käytännönläheistä, laajempaa koulutusta.

Helppoja arjessa toteutettavia materiaaleja. On olemassa myös valtakunnallisia liikunta- tai mediataitoviikkoja, joihin tulee valmis ohjelma ja materiaalit, niin voisi olla myös vastaavia tunnetaitoviikkoja.

5.5 Johtopäätökset

Tässä alaluvussa kiteytän tutkimuksen tuloksista vedetyt johtopäätökset ja peilaan niitä aikaisempiin tutkimuksiin. Lisäksi vastaan esitettyihin tutkimuskysymyksiin tiivistetysti, nostaan esiin keskeisimmät asiat. Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia tunnetaitokasvatuksen merkitystä varhaiskasvattajien näkökulmasta, sekä miten varhaiskasvattajat ovat toteuttaneet sitä. Tarkoituksena oli myös selvittää, miten tunnetaitokasvatuksen toteuttamista voisi kehittää parhaan hyödyn saamiseksi varhaiskasvatuksessa. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat ”Mikä merkitys tunnetaidoilla ja niiden harjoittamisella on varhaiskasvatuksessa?”, ”Miten tunnetaitokasvatusta on toteutettu?” ja ”Miten tunnetaitokasvatusta voisi kehittää?”.

Tunnetaitokasvatuksen merkitystä pidetään tutkimuksen perusteella erittäin tärkeänä pedagogisena toimintana varhaiskasvatuksen arjessa. Pedagogiikka näkyy tunnetaitokasvatuksen suunnitelmallisena toteuttamisena ja kasvattajien sitoutumisena aiheeseen. Toiminnassa huomioidaan myös lasten ikätaso ja erilaiset tarpeet. Myös Surakan (2018) tutkimuksen tulokset osoittivat, että tunnetaitojen kehittymisen tukemisessa varhaiskasvatuksella on suuri merkitys ja tärkeää olisi kiinnittää huomiota tunnetaitojen tukemisen tapoihin. Huttusen ja Mannisen (2020, ss. 36–37) tutkimustulosten mukaan

tunnetaitokasvatusta pidetään tärkeänä osana varhaiskasvatusta ja lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Tunnetaitoja opetetaan suunnitellusti sekä spontaanisti. Hyvin samankaltaisiin tutkimustuloksiin päädyttiin aiemmissa tutkimuksissa kuin tässäkin tutkimuksessa.

Tutkimuksen vastauksien mukaan hyvien tunnetaitojen avulla lapset selviytyvät arjesta, elämän monella osa-alueella, paremmin. Tunnetaidot luovat pohjan myös sosiaalisille taidoille. Monessa vastauksessa korostui erityisesti se, että tunteita ja tunnetaitoja tulee käsitellä lasten kanssa tunnetaitotuokioiden lisäksi arkisissa tilanteissa. Myös Huttusen ja Mannisen (2020, s. 36–37) tutkimustuloksista nousi esiin tunnetaitojen harjoittaminen spontaanisti arkisissa tilanteissa.

Tulosten perusteella tunnetaitoja opetellaan leikeissä ja kaverisuhteissa erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Samalla harjoitellaan tunteiden käsittelyä ja hallintaa. Toisten huomioiminen ja tunteisiin vastaaminen on tärkeä taito. Könkään (2018, s. 5) tutkimustulosten mukaan tunneäly on hyvin kantava tekijä lasten vertaiskulttuurissa, ja tunneälytaidot ovat keskeinen osa lasten emotionaalista kehitystä. Tunneäly mahdollisti yhteyden kokemukset vuorovaikutuksessa.

Erilaisten tunteiden hyväksyminen, sanoittaminen ja käsittely ovat oleellisia asioita tunnetaitoja opeteltaessa. Aikuisen aito läsnäolo, mallina oleminen ja sensitiivisyys tukevat lapsen tunnetaitojen harjoittelua. Vastaajat ovat käyttäneet tunnetaitoja opeteltaessa apuna mm. keskusteluja, kirjallisuutta, satuja, draamaa ja tunnetaitokortteja. Joillakin on ollut käytössä myös valmiita materiaalipaketteja. Tulokset olivat yhteneväisiä Huttusen ja Mannisen (2020) tulosten kanssa. Damskäggin ja Lehtolan (2021, ss. 46–47) tutkimustuloksissa todettiin avoimen keskustelun tukevan lasten tunneoppimista, ja sitä pidettiin tärkeänä työtapana. Hyväksi työtavaksi koettiin myös tunnetaitojen harjoittamisen yhdistäminen muihin työtapoihin, esimerkiksi musiikkiin, draamaan ja askarteluun.

Vastausten perusteella tunnetaitokasvatusta voisi kehittää kasvattajien itsetutkistelun avulla, pohtimalla omia vahvuuksia ja heikkouksia tunnetaidoissaan. Lisäkoulutus ja kirjallisuuden lukeminen aiheesta kehittäisi tunnetaitojen opettamista päiväkodin arjessa.

Vastauksista nousi esiin vahvasti myös tunnetaitokasvatuksen tärkeyden tiedostaminen ja sen nostaminen yhdeksi tärkeäksi arvoksi. Surakan (2018, s. 89) tutkimustulokset osoittivat myös, että kasvattajien on tärkeää pohtia omaa rooliaan tunnetaitojen kehittymisen tukijana sekä sitä, miten tukee ja mallintaa esimerkiksi tunnesanoja lapsille. Vastaajat toivoivat myös lisää valmiita helposti toteutettavia materiaalipaketteja tunnetaitokasvatuksen opettelemisen avuksi. Materiaalipaketteja tulisi olla kaikenikäisille. Myös alle kolmevuotiaat tulisi huomioida materiaaleja tehdessä. Huttusen ja Mannisen (2020, ss. 36–37) tutkimustuloksista ilmeni myös, että valmiiden tunnetaitokasvatusmateriaalien tulisi soveltua laajalle ikäryhmälle, myös alle 3-vuotiaille ja niitä pitäisi kehittää toiminnallisemmiksi.

6 Pohdinta

Valitsin opinnäytetyölleni aiheen, joka on ajankohtainen, kiinnostaa minua ammatillisesti ja, josta minulla on aiempaa kokemusta. Pystyin hyödyntämään työkokemustani ja osaamistani opinnäytetyötä tehdessäni. Tässä luvussa pohdin ja arvioin opinnäytetyöni tuloksia, ammatillista kehittymistäni ja koko prosessin onnistumista.

6.1 Keskeisimmät tulokset

Lähes kaikki vastaajat pitivät tunnetaitojen harjoittelemista ja opettamista erittäin tärkeänä ja tarpeellisena toimintana varhaiskasvatuksessa. Vastaajien mielestä hyvät tunnetaidot vaikuttavat vahvasti kaikkiin oppimisen alueisiin koko elämänkaaren ajan. Tunnetaidot luovat pohjan sosiaalisille taidoille ja auttavat lasta kehittymään ja kasvamaan. Varhaiskasvattajat kokevat myös, että tunnetaidot auttavat lasta selviytymään arjesta. Kiviluoteen (2009, s. 5) mukaan tunne- ja itsesäätelytaitojen kehittyminen, oppiminen ja harjoittelu kantavat meitä läpi koko elämän ollessamme vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Niillä on merkitystä laaja-alaisesti ihmisen elämän kulussa. Ne ovat välttämättömät taidot esimerkiksi hyvälle koulu- ja työuramenestykselle ja yleiselle elämänhallinnalle.

Johdannossa mainitsin tunnetaitojen esillä olosta medioissa erilaisten tapahtumien kautta. MTV uutisissa lapsiasiavaltuutettu Elina Pekkarinen (2021) ottaa tunnetaitojen opettamisen tärkeyden esille kertomalla kolme tärkeää asiaa, joilla jatkossa voidaan ehkäistä nuorten vakavia väkivallantekoja: tunnetaitojen opettaminen, jotta osataan olla empaattisia ja ymmärretään, että omaa pahaa oloa ei pureta toisiin, lasten ja nuorten yksinäisyyteen ja kiusaamiseen sekä väkivaltaan ja päihteidenkäyttöön puuttuminen. Aikuisten tulisi kuunnella lasten ja nuorten tekemisiä herkällä korvalla. Myös tämä tukee tutkimukseen osallistuneiden varhaiskasvattajien näkemystä tunnetaitokasvatuksen tärkeydestä.

Jääskisen (2017, s. 34) mukaan tunnetaitoja opitaan tunteiden tunnistamisen, nimeämisen, sanoittamisen, tunteen aistimisella kehossa ja tunnesanojen tietämisen avulla. Tunnetaitoja ovat mm. tunteiden tunnistaminen itsessä ja toisissa sekä tunteiden sietäminen eli, miten osaamme säädellä tunteita. Myös tutkielmassani varhaiskasvattajat nostivat esille mm. tunteiden tunnistamisen, nimeämisen, sanoittamisen, käsittelemisen ja toisten tunteiden huomioon ottamisen tärkeiksi taidoiksi ja menetelmiksi tunnetaitoja opeteltaessa. Varhaiskasvattajat korostivat myös aikuisten omia tunnetaitoja ja vuorovaikutustapoja tunnetaitoja harjoiteltaessa. Tärkeänä pidettiin aitoa läsnäoloa, sensitiivisyyttä, tunteiden hyväksymistä ja mallintamista. Tätä näkemystä tukee myös Pajulahden ym. (2020, s. 95) toteamus, että kasvattajat ovat lapsille tärkeitä itsesäätelyntukijoita ja -malleja. Rauhallisella läsnäololla ja lasten sensitiivisellä kohtaamisella aikuiset mallintavat vahvoja säätelytaitoja ja viestittävät turvallisesta ympäristöstä.

6.2 Tutkimuksen luotettavuus, eettisyys ja kestävä kehitys

Tutkimuksissa pyritään virheiden minimointiin. Opinnäytetyössäni virheitä saattaa syntyä siitä, millä tavalla varhaiskasvattajat ymmärtävät kyselylomakkeen kysymykset. Tulokset saattavat vääristyä, jos vastaajat eivät ajattele samalla tavalla kuin kyselylomakkeen laatija olettaa. Tulkintaongelmia voi syntyä siitä, että tutkimuksen eri osapuolet tulkitsevat sitä omalla tavallaan, eivätkä nämä tulkinnat kohtaa toisiaan. Tästä syystä kaikissa tutkimuksissa arvioidaan tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimuksen luotettavuustarkastelulla (validiteetti ja reliabiliteetti) pyritään poistamaan virheitä. Luotettavuusarviointia tulisi tehdä jo työn alkuvaiheesta lähtien. Arvioinnissa voidaan käyttää erilaisia tutkimus- ja mittaustapoja.

Tutkimuksen reliabiliteetti (luotettavuus) tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta ja validiteetti (pätevyys) tarkoittaa tutkimusmenetelmän kykyä mitata oikeaa asiaa.

Luotettavuustarkastelulla varmistetaan sitä, että tutkimusprosessin eri vaiheissa on tehty oikeita ratkaisuja ja ratkaisut ovat perusteltuja. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta nostaa tutkijan tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta. Aineiston tuottamisen olosuhteet, esimerkiksi aineiston keruuseen käytetty aika, paikka ja häiriötekijät, tulee kertoa selvästi ja totuudenmukaisesti. (Hirsjärvi ym., 2008, s. 226–227; Kananen, 2015, ss. 338, 343)

Opinnäytetyöni luotettavuutta voi heikentää myös aineistonkeruumenetelmänä käyttämäni puolistrukturoitu kyselylomake. Hirsjärven ym. (2008, ss. 190–191) mukaan kyselytutkimukseen liittyy joitakin heikkouksia. Varmuudella ei voi tietää sitä, ovatko vastaajat suhtautuneet tutkimukseen vakavasti ja ovatko he vastanneet huolellisesti ja rehellisesti kyselyyn. Ei ole myöskään selvää, kuinka onnistuneita kysymykset olivat vastaajien näkökulmasta. Väärinymmärryksiä on vaikea kontrolloida. Kyselylomakkeen suurimpana ongelmana on kato eli vastaamattomuus. Kadon määrään vaikuttaa tutkimuksen aihe ja vastaajajoukko. Useimmiten tutkija joutuu muistuttamaan kyselyyn vastaamisesta. (Hirsjärvi ym., 2008, ss. 190–191) Tutkimuksessani kato eli vastaamattomuus nousi opinnäytetyöni luotettavuutta heikentäväksi tekijäksi. Kyselyyn vastasi 12,07 prosenttia kyselylomakkeen saaneista. Kyselyyn vastaamisesta muistutettiin viikon kuluttua kyselyn aukeamisesta ja vastausaikaa pidennettiin viikolla. Valitsemalla toisenlaisen tutkimusmenetelmän esimerkiksi haastattelun, olisin saattanut saada syvällisempiä ja kertovampia vastauksia. Sarajärven ja Tuomen (2009, ss. 72–74) mukaan haastattelun eduksi voidaan katsoa, että haastateltavien kanssa aika on sovittu etukäteen, joten tiedetään etukäteen vastaajien määrä, haastattelu on joustavaa (mm. kysymykset voidaan toistaa ja oikaista väärinkäsitykset) ja parhaimmillaan keskustelevaa.

Opinnäytetyön aineisto jäi määrällisesti pieneksi, mutta se sisälsi kuitenkin hyviä ja kuvaavia vastauksia, joten asetettuihin tutkimuskysymyksiin saatiin vastaukset. Vastaukset sisälsivät hyvin samanlaisia näkemyksiä tunnetaidoista ja niiden merkityksestä kuin teoriataustassa tai aiemmissa tutkimuksissa. Opinnäytetyö saavutti tavoitteensa ja työllä saatiin lisätietoa tunnetaitokasvatuksen merkityksestä varhaiskasvatuksessa.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) määrittää hyvän tutkimusetiikan perusteet. Tutkimusetiikan ja hyvän tieteellisen käytännön tärkeimpiä piirteitä ja toimintatapoja ovat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimuksen tekemisessä sekä tulosten arvioinnissa. Tämä tutkimus noudattaa hyvän tutkimusetiikan perusteita. Tutkimuksessa tulee käyttää tutkimukseen liittyviä ja eettisesti hyväksyttäviä tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä. Muiden tutkimusten kunnioittaminen kuuluu hyviin tieteellisiin käytäntöihin, esimerkiksi viittaaminen käytettyihin lähteisiin. Huomioitavia asioita ovat myös tietojen tallentaminen vaatimusten mukaan, tutkimukseen osallistuvien informointi sekä sopimusten tekeminen. (TENK, 2012)

Tutkijoiden on huolehdittava siitä, että tarvittavat ja asianmukaiset tutkimusluvut on hankittu (TENK 2012). Opinnäytetyölleni on tutkimusluvut haettu ja allekirjoitettu. Nokian kaupungilla tutkimusluvut myöntää varhaiskasvatuksen suunnittelija, johon olin yhteydessä koko tutkimusprosessin alussa syyskuussa. Hänen kanssaan on allekirjoitettu Nokian oma lupahakemus ja tämän lisäksi myös koulun tutkimuslupa. Tutkimusluvut on allekirjoittanut myös opinnäytetyöni ohjaava opettaja.

Tutkimuksen keskeinen eettinen periaate on, että tutkimukseen osallistuvalla henkilöllä kysytään suostumus osallistua tutkimukseen. Osallistujalla on oikeus osallistua tutkimukseen vapaaehtoisesti tai kieltäytyä osallistumasta. Osallistuja voi myös keskeyttää tai peruuttaa osallistumisensa milloin tahansa. (TENK, 2019, s. 9) Tutkimuksessani osallistujan suostumusta kyselyyn käsiteltiin saatekirjeessä (liite 2), joka lähetettiin jokaiselle vastaajalle sähköpostitse. Saatekirjeessä kerrottiin, että vastaamalla tähän kyselyyn annat samalla suostumuksen osallistumiseen.

Tutkimustietojen käsittelyssä on kaksi keskeistä käsitettä: luottamuksellisuus ja anonymiteetti. Tutkijan tulee huolehtia, että osallistujien anonymiteetti säilyy koko prosessin ajan. Tutkijan eettinen velvollisuus on kerätä ja analysoida aineisto sekä raportoida tutkimustulokset mahdollisimman rehellisesti ja tarkasti, mutta samalla suojella tutkittavia. Tutkimusprosessista on pyrittävä tekemään ”läpinäkyvä”. Näin myös eettisten kysymysten huomioimisen arvioiminen mahdollistuu. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2006) Huolehdin läpi opinnäytetyöprosessin, että vastaajien anonymiteetti säilyy. Kyselylomakkeen

saatekirjeineen lähetettiin varhaiskasvatustyöyksiköiden johtajille sähköpostitse, ja he laittoivat kyselyn edelleen jakoon yksiköidensä varhaiskasvattajille. Myös muistutussähköpostit menivät esimiesten välityksellä. Näin osallistujia ei voi tunnistaa ja anonyymiteetti turvattiin. Saatekirjeessä kerrottiin vastaajille osallistumisen vapaaehtoisuudesta, anonyymiteetistä sekä opinnäytetyön tarkoituksesta. Tutkimusaineisto oli vain opiskelijan käytössä ja se hävitetään asianmukaisesti. Kirjoitusprosessissa oltiin tarkkoja eettisen raportoinnin huomioimisessa. Samoin lähdeviitteisiin ja -luetteloon sekä tutkimustulosten rehelliseen ja tarkkaan raportointiin suhtauduttiin huolellisesti.

Opiskelijan tulee huomioida myös sosiaalisesti kestävä kehitys opinnäytetyössään. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL, n.d.) mukaan sosiaalisesti kestävällä kehityksellä tarkoitetaan sitä, että hyvinvoinnin edellytykset siirtyvät sukupolvelta toiselle. Sen tavoitteena on vähentää eriarvoisuutta terveydessä, hyvinvoinnissa ja osallisuudessa. Kehityksen tulee olla ekologisesti kestävä ja sosiaalisesti oikeudenmukaista. Ihmisillä tulee olla mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä. Tärkeää on osallisuus, yhteisöllisyys ja yhteiskuntaan kiinnittyminen. (THL, n.d.) Opinnäytetyöni tutkii tunnetaitokasvatusta varhaiskasvatuksessa, johon jokaisella lapsella on subjektiivinen oikeus, varhaiskasvatus on kaikkien saatavilla. Tunnetaitoja opeteltaessa pyritään kehittämään lasten sosiaalisia taitoja ja hyvät tunne- ja sosiaaliset taidot tukevat lapsia kiinnittymään yhteiskuntaan. Hyvät tunnetaidot auttavat selviytymään arjessa ja toimimaan yhteiskunnassa hyväksytyillä tavoilla sekä tulemaan toimeen toisten ihmisten kanssa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (Opetushallitus, 2018, s. 30) mukaan varhaiskasvatuksen inklusiivisessa toimintakulttuurissa pyritään edistämään lasten osallisuutta, yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa kaikessa toiminnassa. Tutkimukseni tuloksista nousi myös esiin osallisuuden tukeminen tunnetaitokasvatuksessa.

Saavutettavuus on myös osa kestävästä kehitystä. Opinnäytetöissä tulee käyttää helposti saavutettavaa asiakirjamallia. Tämä opinnäytetyö on tehty sisällöltään, rakenteeltaan ja teknisiltä ominaisuuksiltaan saavutettavaan asiakirjamalliin. Opinnäytetyö on digitaalisessa muodossa saatavilla. Saavutettavuus lisää opinnäytetyön ymmärrettävyyttä, teknistä toimivuutta ja mukautettavuutta erilaisille laitteille ja käyttöliittymille. (HAMK, 2020, s. 14)

6.3 Opinnäytetyön prosessin arviointi ja oma ammatillinen kasvu

Opinnäytetyön aikataulu meni suunnitellusti. Lähdin työstämään opinnäytetyötäni syys-lokakuussa 2021, sähköinen Webropol-kyselylomake (liite 3) saatekirjeineen (liite 2) lähti yhteyshenkilöille eli varhaiskasvatusyksiköiden johtajille joulukuun alussa 2021.

Yhteyshenkilöt laittoivat kyselyt jakoon varhaiskasvattajille. Näin varmistin anonymiteetin säilymisen, koska minulla ei ole tietoa keille kysely lähetettiin. Kysely oli avoinna aluksi kaksi ja puoli viikkoa. Webropolin avulla pystyin seuraamaan kyselyyn vastanneiden lukumäärää. Vastauksia tuli hitaanlaisesti, joten laitoin yhteyshenkilöille sähköpostia reilun viikon jälkeen ja pyysin heitä muistuttamaan varhaiskasvattajia vastaamaan kyselyyn. Kyselyn vastausaikaa myös jatkettiin viikolla. Tämänkin jälkeen vastausprosentti jäi alhaiseksi. Lopullinen vastausprosentti oli 12,07 prosenttia.

Opinnäytetyön tekeminen oli mielenkiintoista, koska aihe oli kiinnostava ja ajankohtainen. Tunnetaitokasvatuksen merkitys ja tarve nyky-yhteiskunnassa on suuri. Teoriaa ja aikaisempia tutkimuksia lukiessani ja kirjoittaessani opin aiheesta paljon lisää. Huomaan, että pohdin töissä arjen tilanteissa enemmän, miten tämä hoidetaan tunnetaitokasvatuksen näkökulmasta: muista sanoittaa tai mitä tämän tunnekuohun takana on tai mikä tarve lapsella on. Opinnäytetyöni tutkimuksen tekeminen kehitti myös ammatillisuuttani, koska perehdyin hyvin aiheeseen ja itse opinnäytetyöprosessi oli opettavainen ja innostava. Matkan varrella tuli haasteita vastaan, mutta niistäkin selvisin. Harmittava asia oli vastausprosentin alhaisuus, mutta varhaiskasvatuksen arki on nykyään kiireistä ja haasteellista ja erilaisia kyselyjä tulee runsaasti, joten ymmärrän, että ajan ja mielenkiinnon löytäminen kyselyyn vastaamiseen ei ole aina mahdollista. Teemoittelun aloittaminen vaatii myös paljon asiaan perehtymistä ja pohdintaa. Tutkimusaineiston purkaminen ja tutkimustulosten käsitteleminen oli mielenkiintoista. Tutkimustulosten perusteella tunnetaitokasvatuksen merkityksen tärkeys varhaiskasvatuksessa vahvistui. Yksi vastaaja kiittikin minua (haluatko kertoa vielä muuta?), kun teen työtä tärkeän asian äärellä ja nostan sen esiin.

Opinnäytetyön tutkimusaineiston tuloksista hyötyvät opinnäytetyön työelämäyhteistyötahon varhaiskasvatuksen varhaiskasvattajat. Nokian varhaiskasvatus voi

käyttää tutkimuksen tuloksia hyväksi kehittäessään varhaiskasvatuksensa tunnetaitokasvatusta. Tämän lisäksi opinnäytetyöstä hyötyvät kaikki tunteista, tunnetaidoista ja niiden kehittymisen tukemisesta ja opettamisesta kiinnostuneet henkilöt, jotka haluavat lisätä tietämystään aiheesta. Toivon, että opinnäytetyöni herättää keskustelua tunnetaitojen merkityksestä ja niiden tukemisesta varhaiskasvatuksessa.

6.4 Jatkokehitysmahdollisuudet

Vastauksista nousi esiin tunnetaitoviikot ja valmiit materiaalit eri ikäisille lapsille. Tunnetaitokasvatuksen jatkokehitysmahdollisuuksia ajatellen voisikin lähteä kehittämään erilaisia materiaalipaketteja. Voisi tehdä toiminnallisen opinnäytetyön: kehittää esimerkiksi portfolion, oppaan tai tietopaketin, jossa olisi erilaisia ohjeita ja materiaaleja, miten toteuttaa tunnetaitokasvatusta arjessa ja tunnetaitotuokioilla. Opas voisi olla suunnattu varhaiskasvatukseen tai vanhemmille. Siihen voisi olla kerättyä myös vinkkejä kirjoista tai nettilähteistä, joista voisi lukea lisätietoa aiheesta. Toinen mielenkiintoinen projekti (toiminnallisen opinnäytetyön aihe) olisi suunnitella tunnetaitoviikko tai -viikot. Niihin sisällöt ja materiaalit.

Tämän opinnäytetyön kyselyyn vastasi vain seitsemän varhaiskasvattajaa, joten aihetta olisi mielenkiintoista tutkia myös laajemman aineiston kautta. Aihetta voisi tutkia myös toisella paikkakunnalla ja selvittää syntyisikö aineistoista samankaltaiset tulokset. Tässä tutkimuksessa perehdyttiin tunnetaitojen merkitykseen lapsen sosiaalisten taitojen tukemisessa varhaiskasvattajien näkökulmasta. Aihetta voisi jatkossa tutkia myös vanhempien näkökulmasta. Vastauksista nousi esiin kasvattajien tunnetaitojen merkitys. Mielenkiintoista ja tarpeellista olisi tutkia varhaiskasvattajien merkitystä lasten tunnetaitojen kehityksen tukemisessa. Tulisiko siitä esiin kehitettäviä osa-alueita. Lisäksi sain työelämäyhteyden palautteesta erinomaisen jatkotutkimus aiheen: tunnetaitojen merkityksellisyyttä voisi tutkia myös yhteiskunnallisesta näkökulmasta, huomioiden esimerkiksi polarisaation ja globalisaation.

Lähteet

- Ahonen, L. (2017). *Haastavat kasvatustilanteet*. PS-kustannus.
- Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Nurmi, J-E., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2014). *Ihmisen psykologinen kehitys*. WSOY.
- Damskågg, R. & Lehtola, H. (2021). *Opettajien kokemuksia lasten tunteiden säätelyn taitojen tukemisesta varhaiskasvatuksessa tunnerobotti-materiaalin avulla* [pro gradu - tutkielma, Jyväskylän yliopisto]. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-202106043432>
- Dunderfelt, T. (2012). *Tunnista temperamentit. Väriä elämään ja itsetuntemukseen*. PS-kustannus.
- Euroopan ihmisoikeussopimus (63/1999).
<https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1999/19990063>
- HAMK. (2020). *Opinnäytetyöopas - Toimintaohje opinnäytetyöprosesseihin*. Hämeen Ammattikorkeakoulu.
- Hirsijärvi, S., Sajavaara, P. & Remes, P. (2008). *Tutki ja kirjoita*. Tammi.
- Hoffman, S., Holm, K. & Åhs, V. (2016). *Motiivi 2 Kehittyvä ihminen*. Sanoma Pro Oy.
- Horppu, S., Leppämäki, P. & Nurmiranta, H. (2009). *Kehityopsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen*. Kirjapaja.
- Huttunen, J. & Manninen, N. (2020). *Tunnekasvatus varhaiskasvatuksen opettajien kuvaamana* [kandidaatintutkielma, Jyväskylän yliopisto].
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-202009306021>
- Jääskinen, A-M. (2017). *Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen*. Lasten Keskus ja Kirjapaja Oy.
- Kananen, J. (2015). *Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun*. Suomen Yliopistopaino Oy.
- Kanninen, K. & Sigfrids, A. (2012). *Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin*. PS-kustannus.
- Keltikangas-Järvinen, L. (2015). *Temperamentti - ihmisen yksilöllisyys*. WSOY.
- Kiviluote, J. (2019). *Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusohjelman avulla*. JK-Kustannus ja koulutus Oy.
- Koskinen, M. & Riihonen, R. (2020). *Kuinka kiukku kesytetään? Lasten aggressiokasvatus*. PS-kustannus.

- Kouvo, A. & Silvén, M. (2010). Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykkinen hyvinvointi. Teoksessa M. Silvén (toim.), *Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen* (ss. 65–89). Minerva Kustannus Oy.
- Köngäs, M. (2018). *"Eihän lapsil ees oo hermoja"*. *Etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa* (Acta Universitatis Lapponiensis 368) [väitöskirja, Lapin yliopisto]. www.urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-064-7
- Lapsiasiavaltuutettu kertoo kolme asiaa, jotka Koskelan teinisurma opetti. (4.12.2021). MTV Uutiset. <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/lapsiasiavaltuutettu-kertoo-kolme-asiaa-jotka-koskelan-teinisurma-opetti/8305086#gs.nvstps>
- Makkonen, K., Paavola, A., Pemberton, T. & Savola, J. (2005). *Askeleittain. Sosiaalista kehitystä ja tunteita tukeva opetusohjelma. Opettajan opas*. Psykologinen kustannus Oy.
- Mustavuori, J-M. (2017). *Tunnevirrassa - ymmärrä tunteita*. Viisas Elämä Oy.
- Opetushallitus. (2018). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018*. PunaMusta Oy.
- Pajulahti, R., Sainio, T. & Sajaniemi, N. (2020). *Näin tuet lapsen itsesätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa*. PS-kustannus.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006). *Teemoittelu*. KvaliMOTV – menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu] Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html
- Sandberg, E. (2021). *Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa*. PS-kustannus.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. (2009). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Tammi.
- Surakka, A-K. (2013). *Lastentunnetaidot. 5-vuotiaat ja Tunnemuksu-ohjelma*. [pro gradu - tutkielma, Jyväskylän yliopisto]. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-201312162809>
- Tampereen yliopiston normaalikoulu. (n.d.). *Lasten ja nuorten hyvinvoinnista*. Haettu 2.2.2022 osoitteesta <https://www.tuni.fi/norssi/perusopetus/hyvinvointi/>
- THL. (n.d.). *Sosiaalisesti kestävä kehitys*. Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos. Haettu 22.1.2022 <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/tavoitteet/sosiaalisesti-kestava-kehitys>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2012). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen*

loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/HTK-ohje-2012>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset*

periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa.

https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf

Varhaiskasvatuslaki 540/2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20180540>

Yleissopimus lapsen oikeuksista. 20.11.1989.

https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsviite/1991/19910059?sopviite_id_19910059

Yle Uutiset. (n.d.). *Nuorten väkivalta*. Haettu 2.2.2022 osoitteesta [https://yle.fi/uutiset/18-](https://yle.fi/uutiset/18-4265)

[4265](https://yle.fi/uutiset/18-4265)

Liite 1: Aineistonhallintasuunnitelma

Tunnetaitojen merkitys varhaiskasvatuksessa.

Nina Laine

AINEISTON HANKINNAN MENETELMÄT JA AINEISTON MUOTO

Keräsin aineiston opinnäytetyötäni varten Nokian kaupungin kolmen varhaiskasvatusyksikön johtajan yksiköiden varhaiskasvattajilta. Nämä yksiköt valikoituivat vastaajiksi opinnäytetyöhöni etukäteen tekemäni tiedustelun perusteella.

Aineistonhankinta menetelmänä oli puolistrukturoitu kyselylomakehaastattelu. Kyselyssä oli suljettuja ja avoimia kysymyksiä. Aineiston kattavuuden ja luotettavuuden näkökulmasta toivoin runsasta ja monisanaista osallistumista kyselyyn. Kyselylomake toteutettiin sähköisen Webropol -kyselytyökalun avulla. Analysoitava aineisto oli lähinnä teksti muodossa.

Aineisto tarkistettiin ja tarvittaessa muutettiin, niin, ettei siinä ole tunnistetietoja.

Aineistossa kerättiin seuraavanlaiset henkilötiedot: vastaajan ammattinimike ja lapsiryhmän ikäjakauma.

Aineistoa kerätessä ja käsiteltäessä noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä eli tutkimuksessa noudatettiin rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta. Nämä käytännöt koskivat itse tutkimustyötä, tulosten tallentamista ja esittämistä sekä tulosten arviointia. Tutkimuksen tiedonhankinta- ja analysointimenetelmät valittiin, niin, että ne ovat tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia sekä eettisesti kestäviä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2012) Hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti opinnäytetyölle on anottu ja saatu tutkimuslupa, aineistonkeruu ja sen käsittely oli luotettavaa, eettistä, virheetöntä ja väärentämätöntä. Opinnäytetyöhön tehtiin myös asianmukaiset lähdeviittaukset.

AINEISTOJEN SÄILYTYS OPINNÄYTETYÖPROSESSIN AIKANA

Aineisto tallennettiin sekä käsiteltiin opiskelijan henkilökohtaisen tietokoneen P-asemalla ja opiskelijan henkilökohtaisella OneDrive -pilvitallennusasemalla. Aineistosta otettiin kopiot myös USB-tikulle. Tutkimuksessa ei kerätty arkaluontoista tai salassa pidettävää materiaalia. Eettistä ennakoarviointia ei tarvinnut tehdä.

AINEISTOJEN KÄSITTELY OPINNÄYTETYÖN VALMISTUTTUA

Opinnäytetyössä kerättyä aineistoa käytetään vain tässä opinnäytetyössä ja tutkimuksessa. Opinnäytetyön valmistumisen jälkeen aineisto tuhoetaan 1 vuoden kuluttua opinnäytetyön hyväksymispäivästä. Tähän asti aineistoa säilytetään tutkimuseettisiä periaatteita noudattaen ja niin, että aineisto on vain opiskelijan saavutettavissa.

Liite 2: Saatekirje

Hei,

Opiskelen sosionomiksi Hämeen ammattikorkeakoulussa. Opinnäytetyöni aiheena on tunnetaitokasvatuksen merkitys varhaiskasvatuksessa varhaiskasvattajien näkökulmasta. Opinnäytetyöni tavoitteena on saada varhaiskasvattajien näkemyksiä tunnetaitokasvatuksen merkityksestä tai vaikuttavuudesta lasten sosiaalisten taitojen kehittymisen tukemisessa varhaiskasvatuksessa pedagogisena toimintana sekä kartoittaa miten ja minkälaisilla keinoilla tunnetaitokasvatusta toteutetaan varhaiskasvatuksen arjessa. Tutkimuksen tavoitteena on myös selvittää miten tunnetaitokasvatusta voisi kehittää sen parhaan hyödyn tai vaikuttavuuden saamiseksi.

Tutkimuksen tietoja käytetään ainoastaan opinnäytetyöni aineistona. Aineiston näkee vain opiskelija. Aineistosta ei käy ilmi vastaajan henkilöllisyys. Aineisto käsitellään luottamuksellisesti ja aineisto tullaan hävittämään opinnäytetyöprosessin jälkeen. Vastaamalla kyselyyn annat luvan käyttää vastauksiasi opinnäytetyössä. Aineistoa tullaan käsittelemään ja raportoimaan luottamuksellisesti anonymiteetti säilyttäen. Toivon sinun osallistuvan tutkimukseeni vastaamalla tähän kyselyyn.

Kyselyyn voivat vastata kaikki varhaiskasvattajat. Kysely sisältää suljettuja ja avoimia kysymyksiä. Kyselyyn vastaaminen vie noin 15–30 minuuttia. Kyselylomake on avoinna 17.12.2021 asti, vastaathan viimeistään siihen mennessä.

Kiitos osallistumisestasi!

Jos haluat lisätietoja, voit ottaa yhteyttä sähköpostilla:

nina.laine@student.hamk.fi

Kyselyyn pääset tästä linkistä:

(Tässä oli linkki kyselyyn)

Liite 3 Kyselylomake (lomake erinäköinen Webropolissa)**Tunnetaitojen merkitys varhaiskasvatuksessa.**

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää tunnetaitokasvatuksen merkitystä lasten sosiaalisten taitojen kehittymisen tukemisessa varhaiskasvatuksessa varhaiskasvattajien näkökulmasta. Tutkimuksen tavoitteena on myös kartoittaa miten ja minkälaisilla keinoilla tunnetaitokasvatusta toteutetaan varhaiskasvatuksen arjessa sekä miten tunnetaitokasvatuksen toteuttamista voisi kehittää. **Kiitos etukäteen yhteistyöstä!**

1. Mikä on ammattinimikkeesi? (valmiit vaihtoehdot)
2. Mikä on ryhmäsi lasten ikäjakauma? (valmiit vaihtoehdot)
3. Mitä ymmärrät käsitteellä tunnetaidot?
4. Oletko saanut koulutusta tunnetaitokasvatukseen? Millaista?
5. Tarvitsetko lisää tietoa tai koulutusta tunnetaitokasvatukseen? Millaista?
6. Kuinka tärkeänä pidät tunnetaitojen opettamista? (1 = ei lainkaan tärkeää; 5 = erittäin tärkeää)
7. Onko tunnetaitojen opettaminen osa pedagogista toimintaa? Perustelee.
8. Miten tunnetaitoja voi harjoitella varhaiskasvatuksen arjessa?
9. Millaisia tunnetaitokasvatuksen menetelmiä olette käyttäneet?
10. Millaisia materiaaleja ja välineitä olette käyttäneet tunnetaitokasvatukseen?
11. Millainen merkitys tunnetaitojen harjoittelulla ja opettamisella on lapsen sosiaalisten taitojen kehityksen tukemisessa?
12. Miten lapsi mielestäsi parhaiten oppii tunnetaitoja?
13. Miten huomioitte lasten yksilölliset tarpeet tunnetaitokasvatuksessa?
14. Minkälaisia ominaisuuksia ja taitoja hyvältä tunnetaitokasvattajalta vaaditaan?
15. Mitä haasteita liittyy tunnetaitojen opettamiseen?
16. Miten tunnetaitojen harjoittelemista ja opettamista varhaiskasvatuksessa voisi kehittää? Ideoita?
17. Haluatko kertoa vielä muuta? Mitä?
18. Suostutko tarvittaessa haastatteluun? (Kyllä-> Laita viesti sähköpostiini)

Kiitos vastauksista!