



3–5-vuotiaiden tunnetaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa

Päivi Taiviola

OPINNÄYTETYÖ
Toukokuu 2022

Sosionomin tutkinto-ohjelma

TIIVISTELMÄ
Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosionomin tutkinto-ohjelma

TAIVIOLA, PÄIVI:
3–5-vuotiaiden tunnetaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa

Opinnäytetyö 70 sivua, joista liitteitä 2 sivua
Toukokuu 2022

Varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä lapsilla tulee olla mahdollisuuksia tunnetaitojen harjoitteluun varhaiskasvattajien tuella. Opinnäytetyössä tarkoituksena oli selvittää 3–5-vuotiaiden lasten tunnetaitoja, kokemuksia vuorovaikutuksesta sekä näiden tukemiseen liittyviä menetelmiä. Opinnäytetyön tavoitteena oli saada tietoa 3–5-vuotiaiden tunnetaidoista ja niitä vahvistavasta toiminnasta varhaiskasvatusryhmässä.

Opinnäytetyö toteutettiin käyttäen toiminnallista tutkintaotetta. Tutkimusympäristönä oli pälkäneläinen varhaiskasvatusryhmä. Tutkimusaineisto kerättiin idearihen avulla, jossa varhaiskasvattajat vastasivat anonyymisti valmiiden teemojen mukaisesti. Aineistona käytettiin lisäksi lasten tunnetaitotuokioista saatuja havaintoja.

Varhaiskasvattajien rooli lasten tunnetaitojen kehittämisessä ja ylläpitämisessä kuvattiin yksilöllisenä tukena ja aktiivisena empaattisena työotteena arjen eri tilanteissa. Tunnetaitojen tukemisessa painottuvat lapsen yksilöllisten tarpeiden huomioiminen sekä toimintaympäristön emotionaalinen turvallisuus. Varhaiskasvattajien yhteinen reflektointi sekä tunnetaitojen tietoisien harjoittelun lisääminen koettiin tärkeäksi. Tutkimustulosten perusteella varhaiskasvatusympäristössä on käytössä monia lasten tunnetaitoja tukevia menetelmiä ja lähtökohdat kehittämiselle ovat hyvät.

Opinnäytetyön johtopäätöksissä voitiin todeta, että tunnetaitoihin liittyvien piirteiden tunnistaminen, vuorovaikutustilanteiden havainnointi sekä tunteiden näyttämisen mallintaminen auttavat varhaiskasvattajia toimimaan lasten tunnetaitojen vahvistamisen tukena ja kehittämään heidän tunnetaitojaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Varhaiskasvattajien tunnetaito-osaamista voisi vahvistaa koulutuksen avulla ja tunnetaitohetkiä voisi lisätä pedagogisesti suunniteltuun toimintaan.

Asiasanat: tunne, tunnetaidot, vuorovaikutus, varhaiskasvatus

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme of Social Services
Supporting emotional skills in kindergarten

TAIVIOLA, PÄIVI:
Supporting the Emotional Skills of 3- to 5-Year-Olds in Kindergarten
Supporting Emotional Skills in Kindergarten

Bachelor's thesis 70 pages, appendices 2 pages
May 2022

In early childhood education, children should have opportunities to practice their emotional skills, under adults' instruction.

This research examined methods, which support the emotional skills on 3 to 5-year-old children and on their experiences of interaction. The goal was to obtain information on the above-mentioned details in an early childhood education group.

The research was conducted using the functional research method. The environment was a group of early childhood education children in Pälkäne. The research material was collected by an anonymous questionnaire distributed to the instructors. They responded according to eight given themes and based on observations from the special emotional skills play moments.

The research showed that the role of the instructors in developing and maintaining the children's emotional skills was described as individual help and an active empathic way of interacting with the children on a daily basis. When supporting a child's emotional skills, it is important to be aware of the personal needs of the child and the emotional safety of the environment you are working in.

As a conclusion it can be noted that the identification of the features of emotional skills and the modelling of how to show one's emotions help the early education instructors to work so that they are supporting the children in showing emotions the right way, the way that develops children's skills when interacting.

As a development idea, the instructors and teachers could receive more educational material and participate in trainings concerning emotional skills. More actual practice for children where the emotional skills are in the center should also be increased.

Key words: emotion, emotional skills, interaction, early childhood development

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	TUNTEET	7
	2.1 Mitä tunteet ovat?.....	7
	2.2 Erilaisia tunteita ja tuntemuksia.....	9
3	TUNNETAIDOT	13
	3.1 Lapsen tunnesäätely	13
	3.2 Tunnetaitojen kehityksen tukeminen	16
4	TUNNETAITOJEN TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA	22
	4.1 Varhaiskasvatus.....	22
	4.2 Varhaiskasvatusryhmä.....	23
	4.3 Vuorovaikutus tunnetaitojen perustana	24
	4.4 Pedagogiikka tunnetaitojen tukena	28
5	AIEMMAT TUTKIMUKSET	33
6	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	36
	6.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite.....	37
	6.2 Kehittämistehtävät.....	37
7	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	39
	7.1 Tutkimusmenetelmä.....	39
	7.2 Toiminnan ja tutkimusryhmän kuvaus	43
	7.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	44
8	VARHAISKASVATUSRYHMÄN NYKYTILAN KUVAUS	46
	8.1 Varhaiskasvattajien ajatuksia tunnetaidoista.....	46
	8.2 Ideariihen tulosten analysointi.....	49
	8.3 Tulosten yhteenveto.....	50
9	TUNNETAITOTUOKIOT	52
	9.1 Keskustelu ja tunteiden tunnistaminen ja kokeminen (kerta 1.) ...	52
	9.2 Tunteiden ilmaiseminen kehollisesti (kerta 2.)	53
	9.3 Tunnesanaston lisääminen sekä tehtävä oikein/väärin (kerta 3.)..	54
	9.4 Tunnetarina ja tunteen kuvallinen ilmaisu	56
	9.5 Yhteenveto tunnetuokioista.....	57
10	JOHTOPÄÄTÖKSET	60
11	POHDINTA	64
	LÄHTEET.....	66
	LIITTEET	69
	Liite 1. Tunnetuokion 1. teemat/kysymykset lapsille	69
	Liite 2. Ideariihen teemat varhaiskasvattajille.....	70

1 JOHDANTO

Lasten tunnetaidot ja lisääntyneet haasteet vuorovaikutuksessa herättävät paljon keskustelua vanhempien, varhaiskasvatuksen sekä mediassa ja lasten ja nuorten kanssa työskentelevien keskuudessa. Tunnetaidoilla on merkitystä myös yhteiskunnallisesti. Hyvät tunnetaidot auttavat arjen vuorovaikutustilanteissa niin aikuisten kuin lastenkin kesken. Tunnetaidot lisäävät lasten hyvinvointia sekä sosiaalisia taitoja lapsiryhmässä. Varhaislapsuudessa luodaan pohjaa tunteiden tunnistamiselle, nimeämiseksi ja omien tunteiden hallitsemiseksi. Kaiken oppimisen edellytys on sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen oppiminen.

Varhaislapsuus on tärkeä vaihe jokaisen ihmisen elämässä. Lapsen kehityksen kannalta on olennaista, millaisessa kasvuympäristössä lapsi kasvaa ja kehittyy sekä millaisia käyttäytymismalleja ja arvoja hän omaksuu. Autetaanko häntä omien tunteiden tunnistamisessa, ilmaisussa ja millaisia vuorovaikutusmalleja aikuiset heille antavat. Kaikki lapsen kokemat tunteet ovat oikeita ja sallittuja ja syntyvät lapsen sisäisistä tarpeista. Lapsi tarvitsee aikuisen tukea tunnesäätelyssä sekä tunteiden ilmaisussa.

Varhaiskasvatusryhmä antaa lapsille mahdollisuuden harjoitella tunne- ja vuorovaikutustaitojaan vertaisryhmässä. Vertaisryhmä tukee lapsen oppimista sekä toimimista yhteistyössä toisten lasten kanssa. Varhaiskasvatuksen arjessa on monia erilaisia sosiaalisia tilanteita, joissa voidaan harjoitella itsesäätelyä sekä tunneilmaisua. Vertaisryhmässä lapsi kokee kuuluvansa ryhmään ja sen avulla muodostetaan kaverisuhteita, jotka vahvistavat lasten kokemuksia yhteenkuuluvuudesta, osallisuudesta sekä toimijuudesta. Vastavuoroisten vuorovaikutussuhteiden rakentaminen, lohduttaminen, toiseen asemaan asettuminen, omien näkökulmien puolustaminen sekä kompromissien tekeminen ovat taitoja, joita kehitetään ja tarvitaan vertaisryhmässä. (Laaksonen 2022, 58.)

Varhaiskasvatuksen tärkeimpiä menetelmiä on lasten ja lapsiryhmän havainnointi. Pedagoginen havainnointi kuuluu varhaiskasvatuksen toimintakulttuuriin, jonka avulla voidaan tehdä lapsen henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma. Ohjauksen, kasvatuksen ja opetuksen avulla lapsi tulee tietoisemmaksi

itsestään, osaamisesta, kehittyvistä taidoistaan sekä ympäröivästä maailmasta. Laadukkaan varhaiskasvatuksen arvoperusta on pedagogiikka, joka perustuu ammattilaisten toteuttamaan laadukkaaseen toimintaan, on ammatillisesti johdettua sekä tutkittuun tietoon perustuvaa. (Sandberg 2021, 18–19.)

Opinnäytetyön idea nousi omasta kokemuspohjastani ja havainnoistani lasten tunnetaitojen osaamisesta ja tunnistamisesta varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen laatu arjessa 2020 kehittämiskohteiksi nousi kaverisuhteiden syntyminen sekä aikuisen vastuu huolehtia, että lapsi pääsee osaksi yhteisöä. Varhaiskasvatuksen suunnitelman kulttuurillinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu- kohdassa korostetaan sosiaalisten ja vuorovaikutustaitojen sekä kulttuurisen osaamisen merkitystä. Osaamiseen kuuluu taito tunnistaa, kuunnella ja ymmärtää erilaisia näkemyksiä sekä kykyä reflektoida omia asenteita, arvoja ja käyttäytymistä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018.) Tunnetaidot mahdollistavat lapsen osallisuuden yhteisöön ja kokemuksen hyväksytyksi tulemisesta. Tunnetaidot liittyvät sosiaalisiin taitoihin, jotka ovat pohja hyvälle vuorovaikutukselle.

2 TUNTEET

2.1 Mitä tunteet ovat?

Tunteet ovat neurobiologiaa. Tunteiden säätelystä vastaa limbinen järjestelmä, joka koostuu talamuksesta, hypotalamuksesta, amygdalasta ja hippokampuksesta. Tunneaktivaatioita säätelee limbinen järjestelmä, joka saa aikaan mielihyvän ja mielihyvän vaikutuksia sekä säätelee käyttäytymistä tilanteissa. Kognitiiviset toiminnot kuten hahmotus, tarkkaavaisuus sekä autonominen hermosto toimivat hypotalamuksen avulla. Aistien kautta tunteita tulkitsee amygdala, joka säilyttää tunnemuistoja ja analysoi niitä. Amygdalaan varastoituvat käyttäytymismallit eri tilanteissa mm. taistele- pakene reaktio sekä pelkoreagointi. (Tunteesta tunteeseen. Tunteet - mitä ne ovat? 2022.)

Tunteista voidaan puhua tarkoittaen aivojen eri osissa tapahtuvista sähköisistä ilmiöistä, joita voidaan tarkastella aivokuvantamisella tai kehossamme tunteiden muodostamista reaktioista ja fysiologisista muutoksista (Köngäs 2019, 30). Elimistön muutokset koetaan tunteina. Autonominen hermoston ja hormonien toiminnasta johtuen koemme tunnekokemuksia. Aivokemialla ja tunteilla on yhteys. Tunteisiin voidaan vaikuttaa muuttamalla aivokemiaa esim. oksitosiinihormonilla voidaan vähentää pelkoa ja ahdistusta. Oksitosiini tuo mielihyvän tunnetta ja vahvistaa hoivaamisen halua. Oksitosiini lisääntyy elimistössä kosketuksen myötä. Oksitosiinihormonilla on suuri vaikutus rakastamiseen ja siihen liittyviin käyttäytymismalleihin. Tunne syntyy jonkin vaikutteen aktivoitessa tunteita sääteleviä aivoalueita. Vaikutteina voivat olla tilanne, jännittyneisyys sekä omat ajatukset. Havainnoidessamme asioita ja tapahtumia). sekä tulkitessamme niitä aikaansaamme tunteen. Toisinaan on vaikea tunnistaa reaktion aiheuttajaa. Lapsuuden tunnekokemukset sekä emotionaaliset kokemukset jättävät jäljen tunneainvojen alueelle, jolloin reaktio voi olla tiedostamaton. (Tunteesta tunteeseen. Missä tunteet tuntuvat ja miten ne näkyvät ulospäin 2022.)

Tunteet tuntuvat kehossamme erilaisina aistimuksina sekä kuuluvat ajatuksina mielessämme. Tunteet näkyvät ihmisten kehonkielestä, kasvoilta, äänenpainosta sekä käyttäytymisestä. Tunneimme tunteet fysiologisina muutoksina sekä kehon

erilaisina tuntemuksina. (Jääskinen 2017, 12.) Tunteet vaikuttavat kaikkien aistien kautta, eniten ne myllertävät ajatuksissa ja mielessä. Tunteet näkyvät ulospäin ihmisen eleissä, ilmeissä, asennossa ja käyttäytymisessä. Toisen tunteen voi nähdä ilmeestä, vaikkei tietäisikään tunteen syytä. Ilme on sanaton viesti tunteesta. Kasvojen ilmeet ovat yleismaailmallisia ja ne ovat tunnistettavissa kulttuurista riippumatta. Tunteita tunnetaan neljällä eri tasolla; fysiologisella, ilmaisun tasolla, sosiaalisella tasolla sekä subjektiivisena kokemuksena. Subjektiivinen kokemus tarkoittaa tunteiden vertailua, muistelua, luokittelua sekä tunteiden voimakkuutta ja tyypillisyyden pohdintaa. Tämä tunteiden kognitiivinen tekijä mahdollistaa tunteiden säätelyn ja käsittelyn. Ihmisten tunteiden, ajatuksien ja käyttäytymisen välillä voi olla toimimattomia ja hyvin toimivia kehiä. Toimimattomassa kehässä negatiivinen ajattelutapa tai tunne heikentää toimimista ja asiassa onnistumista, se voi jopa johtaa masennukseen. Positiivinen asenne ja ajattelutapa mahdollistavat yritteliäisyyden, ilon ja asiassa onnistumisen. Kokiessaan tekemisen riemua voi saavuttaa tunnelatauksesta energian, jota kutsutaan flow'ksi, tällöin yllät yhä parempiin saavutuksiin. (Tunteesta tunteeseen. Missä tunteet tuntuvat ja miten ne näkyvät ulospäin. 2022.)

Tärkeissä tilanteissa syntyvät tunnereaktiot eli emootiot. Voidaksemme reagoida ympäristön ärsykkeisiin sopivalla tavalla tulevat emootiot avuksi. Kokiessamme tunteita olemme yhteydessä elimistön fysiologiseen säätelyyn. Tunteiden avulla välittyy tietoa ihmiselle, jolloin elimistö reagoi informaatioon. Ihmisellä on mahdollisuus ohjata ja muokata käyttäytymistään tilannekohtaisesti saadessaan tunteiden avulla tietoa. Tunteiden avulla pystymme ymmärtämään toisen henkilön tunnetiloja ja välittämään edelleen omaa tunnereaktiotamme lähiympäristöön. Aivoissa tapahtuu tunnereaktioiden aikana lyhytkestoisia muutoksia esimerkiksi lihasjänteudessa, muistissa ja tarkkaavaisuudessa. Aivotasolla tunne-elämä, viireystilan ja tarkkaavaisuuden säätely, ajattelutoiminnot sekä muisti toimivat vahvassa yhteistyössä ja näkyvät ihmisen käyttäytymisessä. Tunnereaktioiden ymmärtämisen merkitys on tärkeää varsinkin lapsen toimiessa toisten kanssa ryhmässä ja oppiessa uutta moninaisissa tilanteissa varhaiskasvatuksessa. (Sandberg 2021, 156–157.)

2.2 Erilaisia tunteita ja tuntemuksia

Kohtaamme joka päivä erilaisia tunteita ja tuntemuksia. Toiset tunteet kestävät vain hetken ja toiset jäävät vaikuttamaan pidemmäksi aikaa ja ne tunnetaan voimakkaasti. Tunteet menevät ja tulevat kuten ajatukset, mutta ne myös kuluttavat ja antavat energiaa meille. Tunteiden kokeminen on yksilöllistä, tunteet voidaan kokea myönteisinä tai negatiivisina, mutta niitä ei voida arvottaa oikeiksi tai väärin. Tunteet eivät ole perusteettomia tai perusteltuja, ne vaan ovat tunteita, joita koetaan ja jos pystyt ilmaisemaan tunteitasi, tukee se omaa hyvinvointiasi. (Tunteesta tunteeseen. Mitä tunteet ovat 2022.)

Tunteet ovat vain tunteita, tuntemalla tunteesi sellaisena kuin se sillä hetkellä tuntuu auttaa tunteen muuttumista lievemmäksi, vaikka kokemus/tunne olisikin vaikeasti siedettävä. Mieleemme ja kehomme saadessa kerta toisensa jälkeen varmuuden siitä, että selviämme tunteen kokemisesta, saa tunneprosessi uuden merkityksen itsessämme. Ymmärryksemme tunteista kasvaa kokemus kokemuksesta ja tiedostamme niiden kuuluvan luonnollisena asiana elämään. Voimakkaita ja epämiellyttäviä tunteita ei tarvitse paeta, niiden tuntemisessa ei ole mitään väärää eikä mitään pahaa tapahdu, vaikka annamme tunteen tuntua. Luottamus omiin voimavaroihin elämän haasteellisissa tilanteissa vahvistuu ja saamme uskoa ja varmuutta omasta selviytymiskyvystä. (Jääskinen 2017, 17.)

Tunteiden nimeäminen, tunnistaminen ja erotteleminen ei ole yksiselitteistä tai helppoa. Tunteita voidaan luokitella eri tavoin. Perustunteita eli emootioita ovat: suru, ilo, viha, pelko, hämmästys ja inho. Nämä tunteet tunnetaan tässä hetkessä ja niillä on usein jokin kohde. Selkeää kohdetta ei ole niin sanotuilla mielialoilla kuten tyytyväisyys, surumielisyyys tai huolestuneisuus. Mieliala on kuitenkin pitkäkestoinen tunnetila. Mielialat vaikuttavat ajatteluun eli virittävät meidät kokemaan herkemmin tiettyntyyppisiä tunteita. Tunteet pääasiassa muokkaavat toimintaa. Mielialan syy on lukuisten tekijöiden summa ja niitä on helpompi kontrolloida kuin tunteita. (Nummenmaa 2010, 33). Affektiiviset luonteenpiirteet tarkoittavat taipumusta tuntea tietyllä tavalla mm. ujous ja kateellisuus. Sosiaalisia tunteita ovat välittämisen tunne, hoivaamisen halu, rakkaus, velvollisuuden tunne, nolous, syyllisyys ja häpeä. (Tunteesta tunteeseen. Mitä tunteet ovat 2022.)

Perustunteille on aivoissa erilaisia prosesseja ja tietyt ovat synnynnäisiä. Tutkijoiden mielestä ihmisellä on kuusi perustunnetta: ilo tai mielihyvä, viha tai suuttumus, inho, suru, pelko ja hämmästys. Ensimmäiseksi perustunteiden säätelymekanismeista kehittyvät mielihyvä ja mielihyvä. Tunteiden tunnistaminen voi ajoittain olla vaikeaa, koska tunteet näkyvät ja aiheutuvat erilaisista tilanteista ja asioista. Tunteet tekevät fysiologisen reaktion, tällöin huomaamme erilaisia reagoitapoja tunteita nostattavissa tilanteissa. Positiivisia tunnereaktioita ovat mielihyvä ja ilo. Nämä tunteet palauttavat elimistöä stressitilasta ja ovat elimistön palkkioita. (Sandberg 2021, 159–160.)

Lapsen stressin vähentäminen on tärkeää, koska se heikentää uuden oppimista. Jokaisen lapsen tulisi saada kokea päivittäin mielihyvän ja ilon tunteita. Ilon tunne voi näyttäytyä monella tavalla lapsen käytöksessä, hän voi innostua ja riehaantua ilosta yhtäkkiä kesken toiminnan. Ilon tunne voi ilmetä myös helpotuksen tunteena jostain mietityttäneestä asiasta tai hetkestä. Uuden oppiminen ja innostuneisuus voivat näyttäytyä ilona. Sosiaalisesti ei-toivotun käyttäytymisen ehkäisemissä inholla on tärkeä rooli. Inhon tunne auttaa ehkäisemään ihmisen haitallisia kokemuksia sekä varoittaa ihmistä poistumaan tai perääntymään tilanteesta. Pelko auttaa ihmistä pakenemaan vaaran uhatessa tai välttämään vaaraa. Pelko käynnistää tarpeen mukaan automaattisia pako- ja puolustautumisreaktioita. Tietystä tilanteesta pelko voi lamaannuttaa ihmisen toiminnan. Pelkojärjestelmän ollessa hyvin sensitiivinen, ahdistus- ja pelkotilat voivat tulla liian suuriksi ja kasvattaa ihmistä haittaaviin mittasuhteisiin. Tällöin kyseessä voi olla ahdistuneisuushäiriö tai paniikkihäiriö. (Sandberg 2021, 160–161.)

Ihmisen tiedonkäsittelyä ja motorisia järjestelmiä hidastaa suru. Suru voi näkyä ikävänä, mielen apeutena ja joskus kehon täydellisenä voimattomuutena. Lapsi voi reagoida suruun monella eri tavalla, hän voi olla ajatuksiinsa vaipunut, itkuihin tai olla aivan hiljaa. Surun tunne edistää ihmisen avunsaantia ja herättää empatiaa ympäristössä. Surun tunne tarttuu helposti ja sen avulla voidaan vahvistaa myös yhteenkuuluvuuden tunnetta ja sosiaalisia suhteita tietyissä tilanteissa. Ihmisen toimintavalmiutta tehostaa, aktiovoi ja ylläpitää viha tai suuttumus. Tunteena suuttumus voi olla voimakas tunne, joka vaikuttaa kokonaisvaltaisesti mieleen ja kehoon ja sillä voi olla myös energisoiva vaikutus. Suuttumuksen avulla voidaan säädellä myös toisen ihmisen ei-toivottua käyttäytymistä.

Suuttumuksen jäädessä vahvasti kiinni lapseen, hänen voi olla vaikea rauhoittua. Jos molemmilla osapuolilla on itsehillinnän pulmia, voi toisen suuttumus ylläpitää suuttumista. Viha voi olla kateutta tai pettymystä toista ihmistä kohtaan. Kuormittumisesta johtuva ärtymys tai turhautuminen voi näyttäytyä vihan tai suuttumuksen tunteena. (Sandberg 2021, 160–161.) Hämmästyks ei ole selkeästi kielteinen tai myönteinen tunne vaan se voi olla myös neutraali tunnetila. Hämmästyksen tunne aktivoituu, kun tapahtuu jotain odottamatonta tai yhtäkkistä. Sen tehtävä on tarvittaessa reagoida ja aktivoida elimistön varoitusjärjestelmää.

Tunteita voidaan tarkastella myös vastakohtapareina. Tunnevastakohtia ovat mielipaha- mielihyvä, pelko- rohkeus, suru- ilo, rakkaus- viha, onni- tuska, levollisuus- levottomuus. Tunnevastakohtien nimeämiseen vaikuttaa yksilöllinen kokemus ja se ei ole kiistatonta. Pohtimalla vastakohtapareja voidaan selkiinnyttää tunteen kokemuksellisuutta yleisesti. Tunteita ei voida tuottaa suunnitelmallisesti eikä niiden kokemista voida pakottaa. Usein tunteet tulevat ” lupaa kyselemättä” ja niiden nimeäminen ja tunnistaminen on mielenkiintoinen itsetutkistelun haaste. Tunnetaitojen omaksumiseen ei riitä tunteiden oppiminen tiedollisesti, vaan niitä opitaan vuorovaikutuksessa havainnoimalla ja refleктоimalla omia tunteitaan, joka sitä kautta vahvistaa itsetuntemusta. (Tunteesta tunteeseen. Mitä tunteet ovat. 2022.)

Tunteet kumpuavat aina ihmisen tarpeista, joita on monia. Ravinnon, levon ja hengissä säilymisen tarpeiden lisäksi ihmisillä on tarve turvallisuuteen, tarve kokea itsensä hyväksytyksi ja arvostetuksi, yhteyden tarve muihin ihmisiin sekä itsensä toteuttamisen tarve. Tunteet viestittävät tarpeista ja siten auttavat meitä tarpeiden tyydyttämisessä. (Pöyhönen & Livingston 2021, 32.)

Tunteiden viestit ovat tärkeitä, niiden avulla saamme tietoa itsestämme, mistä emme pidä ja mistä pidämme sekä siinä tilanteessa olevista inhimillisistä tarpeista, jotka ovat aktiivisina tunteidemme alla. Tunteiden kohdalla tarpeet tarkoittavat universaaleja, inhimillisiä tarpeita, joita meillä kaikilla on riippumatta sukupuolestamme, iästä tai sosiaalisesta statuksesta. Kyseisiä tarpeita ovat nähdäksi ja kuulluksi tuleminen, turvallisuus, itsenäisesti toimiminen, yhteys toisiin ja itseen sekä luottamus. Kaikilla meillä on tarve saada kokemuksia siitä, että pystymme

vaikuttamaan asioihin, tuntee olevamme tasa-arvoinen osa yhteisöä, saada itsellemme lepoa, tilaa, iloa, vaihtelua sekä pystyä ennakoimaan asioita ja olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Tutkitusti hyvinvointia edistävät kokemuksemista vaikuttamismahdollisuuksista eli autonomiasta, kokemus joukkoon kuulumisesta sekä kokemus onnistumisesta ja riittämisestä eli omasta kompetenssista.

Tunteet ovat siis keinoja herättää toimimaan niin, että tarpeet tyydyttyvät. Jokaisella meillä on yksilölliset tarpeet ja vain me itse voimme tietää miten ja millaisella toiminnalla tarpeemme voivat tyydyttyä. Tunteisiin pitää olla yhteys, jotta pystymme tekemään valintoja, jotka ohjaavat tarpeitamme ja itseämme tyydyttävään suuntaan. (Jääskinen 2017, 26–27.) Lapsen perustarpeisiin kuuluvat turvallisuus ja selviytyminen, tilanteiden ennustettavuus, yhteenkuuluvuus ja välittäminen, arvostus ja kannustus, itsenäisyys ja autonomia, tarve oikeudenmukaisuuteen sekä realistiset rajat ja mahdollisuus hauskanpitoon. (Kanninen & Sigfrids 2012, 22.)

3 TUNNETAIDOT

3.1 Lapsen tunnesäätely

Selviytymistä erilaisten tunnereaktioiden kanssa kuvataan käsitteellä tunnesäätely. Lapsuuden eri vaiheissa tunnesäätelykyky on erilainen ja kasvun myötä tunnesäätelykeinoja tulee lisää. Kuvainnollisen tunneämpäriin avulla voidaan kuvata tunnesäätelykykyä. Ämpäri voi täytyä hankalilta tuntuilta tunteilta, kuten pettyyksiltä, surulta sekä myönteisiltä tunteilta ilolta ja yllättymiseltä. Ämpäriin täytyessä tunteita roiskuu yli laitojen, jolloin tunnesäätelykeinot pettävät. Tunteet alkavat näkyä käytöksessä: kielteisten tunteiden vallassa lapsi itkee, raivoaa tai käyttää väkivaltaa osoittaen näin tuntevansa sillä hetkellä voimakkaasti. Lapsen ollessa rauhallinen tunnesäätelyämpäri on tyhjä ja vastoinkäymisten vastaanottamiskyky on hyvä. Vastoinkäymiset ja negatiiviset tapahtumat kertyvät tunnesäätelyämpäriin, mutteivat vuoda reunojen yli. Tunnesäätelyämpäriin täytyessä puolilleen, se voi jo näkyä lapsessa kiukutteluna, itkuisuutena ja vastaanvänkäämisinä. Lapsi kokee olonsa tilanteen jälkeen hämmentyneeksi, eikä ymmärrä itsekkään miksi reagoi niin voimakkaasti. Jokaisen lapsen tunnesäätelyämpäri on yksilöllinen ja omankokoinen. Varhaislapsuudessa impulsiivisen ja herkän lapsen tunnesäätelyämpäri on pieni, joka täyttyy helposti pienestäkin harmituksesta. Sopeutuvan ja rauhallisen lapsen tunnesäätelyämpäri voi olla hyvin kookas jo varhaislapsuudessa, eikä häntä haittaa pienet vastoinkäymiset. (Riihonen & Koskinen 2020, 36–38.)

Erilaiset tunteet olivat ne sitten positiivisia tai negatiivisia vireeltään, ollessaan liian voimakkaita tai pitkäkestoisia alkavat ne kuormittamaan meitä vaikeuttamalla mieleemme ja ruumiimme hyvinvointia. Tärkein tavoite tunteiden säätelyllä on lievittää liiallisen voimakkuuden takia kuormittavaksi kokemiamme tunteita niin, että elimistössämme vallitsisi hyvinvoinnin kannalta tarpeellinen tasapaino ja pystyisimme kokemaan mielihyvää. Tätä kutsutaan kuormittavien tunteiden hillitsemiseksi. (Kokkonen 2017, 20.) Tunteiden säätelykyky on noussut kansainvälisten tutkimusten mukaan tärkeäksi osatekijäksi henkisen hyvinvoinnin ja tasapainon kannalta. Nuorilla, jotka kokevat tunteiden säätelykykynsä hyväksi, heillä

on parempi itsetunto ja he ovat tyytyväisempiä läheisiltään saamaansa sosiaali-
seen tukeen ja kokevat itsensä vähemmän ahdistuneiksi. Ahdistuneisuudesta ja
masennuksesta kärsivät muita nuoria enemmän ne nuoret, jotka säätelevät tun-
teitaan tehottomasti. Vallitsevan tunteen ollessa kestoiltaan ja voimakkuudeltaan
sopiva tai edes siedettävä on sisäisen tasapainomme kannalta kuitenkin tarvetta
tunteiden tietoiselle säätelylle, silloin kun haluamme saada tunteita säätelemällä
jotakin hyötyä itsellemme kokemistamme tunteista. Tunteiden säätelyn taustalla
on sisäiseen tasapainoon, mielihyvään ja hedonististen motiivien lisäksi meille
välineellisesti hyötyjä tuovia motiiveja. Tunnehyödyt, joita tunteita säätelemällä
saadaan liittyvät tavallisimmin ihmissuhteisiin, erilaisiin suoriin, elämän tar-
koituksen vahvistumisen sekä omasta itsestä tunteiden kautta saatuun tietoon.
(Kokkonen 2017, 21–22.)

Sisäinen säätelymme kehittyy fyysisesti tunteita ja tietoa välittävän hermoston
avulla. Hermoston kehitykseen eniten vaikuttavat lapsuutemme kokemukset,
jopa kohtuukamme, vaikkakin hermosto muovautuu koko elinikämme ajan. Her-
mostossamme ja aivoissamme tulee fyysisesti näkyväksi se, miten meitä kohda-
taan. Kokemukset muokkaavat tapaamme kohdata asioita muodostaen sisäisen
uskomusjärjestelmämme, joka alitajunnan kautta ohjaa sitä, miten erilaisiin tilan-
teisiin vastaamme ja reagoimme. Kolmen viikon jälkeen hedelmöitymisestä al-
kaa hermoston ja aivojen kehitys kohdussa. Suomalainen FinnBrain- tutkimus
löysi viitteitä äidin stressihormonien vaikutuksista lapseen istukan kautta ras-
kausaikana, varsinkin lapsen tunnesäätelyn alueelle. Jo kohtulaisena vauva aistii
äitinsä tunnetiloja ja tunne-elämä alkaa. Synapsien välityksellä hermosolut liitty-
vät aivoissamme, joita syntyy kokemusten kautta. Lapsen aivoissa on suuri
määrä hermosoluja aktiivisesti käytetyt hermoyhteydet vahvistuvat ja ne, joita ei
käytetä karsiutuvat viimeistään murrosiässä pois. (Jääskinen 2017, 83.)

Suuri vaikutus lapsiryhmään, koulun aloittamiseen sekä oppimiseen on lapsen
kyvyllä säädellä tunteita. Jotta lapsi pystyy toimimaan ja oppimaan osa lapsista
tarvitsee varhaisvuosina vahvaa pedagogista tukea tunteiden säätelyyn, tuntei-
den sanoittamiseen, ilmaisemiseen sekä hallitsemiseen. Joustamaton ympäristö
voi aiheuttaa stressiä lapselle, joten tunnetaitoja harjoittelevalla lapselle ympäris-
tön vaatimukset ei saa olla liian kohtuuttomia. Normaalin kehityksen rajat ovat

väljät pienellä lapsella ja he ovat hyvin eri vaiheessa opettelemassa säätelytaitoja, se mikä on toiselle sopivaa voi toiselle olla kohtuutonta. Aikuisilla tulee olla joustavuutta tilannekohtaisesti, jotta lapsi pystyy harjoittelemaan tunnetaitojaan ja itsesäätelyä. (Sandberg 2021, 157.) Varhaiskasvatuksessa lapsen itsesäätelytaidot heijastuvat monella eri tavalla lapsen tunneilmaisuun sekä arkeen. Itsesäätelyllä viitataan lapsen kykyyn säädellä käyttäytymistä, tunteita ja kognitiivisia taitoja, kuten tarkkaavaisuutta. Itsesäätelykyky voi näkyä arjessa esimerkiksi sääntöjen noudattamisessa, ohjeiden kuuntelemisessa, tavoitteellisessa yrittämisessä sekä mielihalujen estämisessä tai viivästyttämisessä. Kasvatustieteen tohtori Jouni Veijalaisen tutkimuksen (2020) mukaan lasten itsesäätely on yhteydessä kognitiivisiin, metakognitiivisiin taitoihin sekä empatiakykyyn. Kasvatustieteen professori Anna- Maija Poikkeus (2011) on tuonut esiin vuorovaikutussuhteiden ja kaveritaitojen olevan itsesäätelyn perusta. (Laaksonen 2022, 49–50.)

Tunnesäätelyä voidaan kuvata myös eräänlaisena jousena. Tunnesäätelykapasiteetissa jousea voidaan venyttää jonkin verran ennen kuin se napsahtaa poikki ja tunteet alkavat näkyä käytöksessä. Tunnesäätelyjousi on yksilöllinen joillakin se on varsin kireä synnynnäisesti, eikä kestä venyttämistä. Toisten tunnesäätelyjousi kestää paljon venytystä. Lapsen tunnesäätelyjousen kiristyessä helposti, hänellä on lyhyt pinna, jolloin jousen napsahduksia tapahtuu useammin kuin muilla. Hermostumisia ei voida kokonaan estää, mutta niiden määrään voidaan vaikuttaa. Tunnesäätelyjousen kireyttä on vaikea muuttaa toisenlaiseksi. Johdonmukaisella tuella ja pikkuhiljaa lapsi voi oppia tulemaan toimeen tunnesäätelyjousensa kanssa paremmin. Hermostuminen sinänsä ei ole väärin, vaan toiminta hermostumisen yhteydessä saattaa muuttua ongelmaksi. Lapsi, joka elää kireän tunnesäätelyjousen kanssa ei vielä ymmärrä, että toiminta ja tunne ovat eri asioita. Lapsen kasvaessa ja muiden tuella hän oppii ymmärtämään, että tuntiesaan kiukkua hänellä ei silti ole oikeutta satuttaa muita fyysisesti. Lyhyt pinnaisella lapsella on suuri haaste oppia käyttäytymään niin, ettei omasta pahasta olosta seuraisi muille tai itselle haittoja. (Riihonen & Koskinen 2020, 38–39.)

3.2 Tunnetaitojen kehityksen tukeminen

Lapsi tarvitsee aikuisen tukea tunnesäätelyssä. Pieni lapsi ei kykene omatoimisesti säätämään tunteitaan. Lapsi tarvitsee aikuisen tukemaan, lohduttamaan ja olemaan läsnä, kun lapsi tuntee olonsa sietämättömäksi. Huoltajat tekevät näin vaistonvaraisesti, he kanniskelevat, tynnyttelevät ja arvailevat lapsen tarpeita yrittäen tyydyttää niitä. Lapselle annetaan paljon myönteistä huomiota ja juuri niiden avulla lasta autetaan selviämään voimakkaista tunnetiloistaan. Herkästi tulistuvan pienen lapsen tunneämpäri voi olla hyvin pieni, jolloin vauva vaiheen voimakas ja pitkittynyt itku vaatii huoltajilta paljon oman tunnesäätelykapasiteetin käyttöä. Tämä on hyvin uuvuttavaa huoltajille, jolloin heille tulisi suoda mahdollisuus lepoon ja taukoihin, jotta heidän voimavaransa säilyisivät hyvänä. (Riihonen & Koskinen 2020, 39.)

Taaperoiästä eteenpäin lasten tunteilla alkaa olemaan selkeämmin tunnistettava muoto, joita huoltajat tunnistavat kokemuksen kautta. Huoltajat alkavat nimeämään lapsen tunteita ääneen ja näin luontevasti ohjaavat lasta tunnistamaan tunnetilojaan. Voimakkaimmillaan tunneilmaisu on kaksivuotiaana, tätä vaihetta kuvataan tahto- ja uhmaiäksi. Älyllinen kehitys mahdollistaa tunteiden ja oman tahdon ilmaisun. Voimakkaat tunneilmaisut kuuluvat normaaliin kehitykseen ja uhmaikäiselle lapselle tahdon ilmaisun oppiminen on tärkeä tehtävä. Voimakas temperamenttinen lapsi ei valikoi kenelle aggressiotaan osoittaa, vaan osansa saa niin ulkopuoliset kuin perheenjäsenet. Pystyäkseen tukemaan lapsen tunnesäätelyä on tärkeää, että aikuinen sietää lapsen vaikeankin tunnetilan ja omalla rauhallisella suhtautumisellaan ja käytöksellään ottaa lapsen tunteen vastaan. Ihmisten synnynnäinen taipumus vastavuoroisuuteen auttaa empatia taitojen kehittymiseen. Taaperoikäinen ei kykene vielä ottamaan huomioon toisten tunteita. Hän voi ottaa lelun toisen kädestä, vaikka toinen leikkisi sillä, häntä ei tule silloin moittia vaan ohjata kädestä pitäen toimimaan toisin. Tunnesäätelytaitojen oppiminen vaatii monta toistoa ja se on toisinaan kovaa työtä niin lapselle kuin huoltajille. (Riihonen & Koskinen 2020, 39–41.)

Lapsen ollessa 3–4-vuotias hän hakee valtaa kysyen ja kyseenalaistaen. Hän vaatii perusteluja miksi, mitä ja missä ja haluaa kaikkiin asioihin selityksen. Lapsi

koettelee rajojaan monilla eri tavoilla ja samalla hakee hyväksyntää sille, että hänen sanansa, ajatuksensa ja tunteensa ovat tärkeitä. Tässä iässä lapsi hallitsee sanallisen kommunikoinnin ja on tietoinen itsestään vaikuttajana ja aktiivisena toimijana ihmissuhteissa. Puhumalla lapsi oppii ymmärtämään ovatko teot ja sanat yhdenmukaisia keskenään. Lapsi oppii, että omaan tahtoon voi itse vaikuttaa ja sen avulla muokata asioita omassa elämässä. Tällä kehitysportaalla lapsi pysyy jo hieman säätelemään tunteitaan. Lapsi on oppinut puhumaan itselleen rauhoittavasti tai kiihdyttävästi ja hän miettii asioita itsekseen. Tukeaksesi lapsen tunnekehitystä häntä on pysähdyttävä kuuntelemaan ja arvostamaan toimivana ja ajattelevana persoonana. Aito läsnäolo ja dialoginen keskustelu motivoi lasta kehittämään puhetaitojaan ja antamaan toisille puheenvuoron sekä neuvottelemaan asioista. Keskusteluhetkiä kannattaa vaalia ja samaa asiaa käydä läpi ottaen uusia näkökulmia asiaan. Ristiriitatilanteiden ratkaiseminen nopeasti ei saa olla pääasia, vaan selvittelytaitojen oppiminen ja selvittelyn sietäminen. (Cacciatore 2008, 59–61.)

Lapsen ollessa 4–5-vuotias hän keskittyy minäkuvansa rakentamiseen. Mielikuvitusmaailma vahvistuu ja hän kokee usein olevansa mahtava ja taitava. Epävarmuus omasta pienuudesta häviää hetkeksi taka-alalle. Lapsi kertoo ja kuvittelee olevansa itseriittoinen taituri, joka tekee ihmetekoja nyt ja tulevaisuudessakin. Tämä kuvitelma on tärkeä, sillä se houkuttaa kohti oppimista, uskaltamista ja kehittymistä. Lapsen tulee saada tuntea olevansa edes hetkittäin vahingoittumaton ja voittamaton sankari. Lapsi pyytää aikuista seuraamaan mitä hän osaa ja tekee. Hän kaipaa todistelua siitä, että on pystyvä ja hyvä, taustalla on kuitenkin epävarmuus omasta riittävydestä. Lapsen pyytäessä huomiota, katsele häntä ja ihaile hänen saavutuksiaan ja taitojaan. Lapselle tulisi muistaa antaa kannustusta ja rohkaisua vaikka hän sitä suoranaisesti odottaisi tai pyytäisi. Lapsen ei aina tarvitse olla huippu-upea vaan hänen tulisi voida kokea olevansa hyvä ilman suorittamistakin. Lapsen ajatellessa pystyvänsä mihin tahansa ja pärjäävänsä täysin itse, antaa hänelle mahdollisuuden edetä itsenäistymisen portaita eteenpäin. Itsetunnon kehityksen portaalla tarvitaan paljon kiireetöntä yhteistä aikaa, jossa on iloisia kohtaamisia ja välillä myös ahdistuksen lohduttelua. Tärkeä tieto lapselle on se, että hän on riittävä ja hyvä sellaisena lapsena, joka hän juuri sillä hetkellä on. Hän on arvokas, ainutlaatuinen ja maailman paras lapsi niin huoltajilleen kuin muille läheisille ihmisille. (Cacciatore 2008, 62–64.)

Lapsen varhainen vuorovaikutus toimii tunteiden säätelyn peruspilarina. Tunteiden säätelykyky on kytköksissä aivorakenteisiin, aivorakenteiden väliseen yhteistyöhön ja niiden toimintaan, tunteiden säätelykyky kehittyy vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Varhainen vuorovaikutus mahdollistaa lapselle niitä kokemuksia, joita ilman aivot eivät voi kehittyä. Kosketukseen ja tunneilmastuihin perustuvien turvallisten ja herkkien vuorovaikutuskokemusten toistuttua vanhemman ja lapsen välille syntyy tunneside noin vuoden ikään mennessä, tätä kutsutaan kiintymyssuhteeksi. Turvallisen kiintymyssuhteen kannalta on tärkeää, että lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus on sujuvaa ja molemmille mielihyvää tuottavaa. Lapsen tunteiden säätelykyvyn, stressinsietokyvyn sekä myöhempien ihmissuhteiden kannalta olisi tärkeää, että vanhempi pystyisi johdonmukaisesti ja oikea-aikaisesti havainnoimaan ja reagoimaan lapsen tunne- ja viireystiloihin. (Kokkonen 2017, 85–87.)

Tunnetuin ja merkittävin sosiaalis- emotionaalinen taito on itsesäätelytaito. Lapsen kykyä säädellä käyttäytymistään, omia tunteitaan ja kognitiivista toimintaansa tilanteen vaatimalla tavalla kutsutaan itsesäätelytaidoksi. Lapsen tapa ilmaista pettymystään käytöksellään, linkittyy voimakkaasti lapsen kykyyn säädellä pettymyksen aiheuttamia tunteita. Hyvät itsesäätelytaidot omaava lapsi harmittelee esim. lautapelissä häviämistä, tiedostaen kuitenkin, ettei se tee hänestä huonoa pelaajaa. Hän osaa tulkita tilanteen niin, että häviäminen ei ole vakava asia ja näin ollen hän pääsee pettymyksen tunteista nopeasti yli. Lapsi, joka vasta harjoittelee pettymysten tunteiden sietämistä, saattaa pelin hävitessään ajautua hallitsemattoman ja voimakkaan tunteen valtaan. Silloin lapsen on hyvin vaikea huomioida muiden tunteita, koska on hetkellisesti menettänyt omien tunteidensa säätelykyvyn. Tunteiden säätelyn heikkous tulee ilmi välittömästi myös käyttäytymisen säätelyssä. Tunne on impulssi, joka aktivoi käyttäytymisen esim. tavaroitten heittäminen, voimakas vetäytyminen tai karjuminen. (Ahonen 2017, 18–19.)

Kognitiivisen toiminnan säätely kyvyllä on myös yhteys lapsen käyttäytymiseen. Kognitiivisen toiminnan säätely liittyy siihen, miten lapsi pystyy säätelemään muistiaan, tarkkaavaisuuttaan sekä suunnittelemaan ja arvioimaan omaa toimintaansa. Lapsen haasteet säädellä tarkkaavaisuuttaan tai ohjata toimintaansa tu-

levat esille käyttäytymisessä. Hänen on vaikea seurata/ kuunnella aikuisen ohjeita ja tarkkaavaisuus herpaantuu helposti, jolloin hän voi vaipua omiin ajatuksiinsa tai käyttäytyä levottomasti. Kyky säädellä tunteitaan, omaa käyttäytymistä ja kognitioitaan kehittyy yksilöllisesti ja tämä yhteydessä aivojen kehitykseen. (Ahonen 2017, 19.)

Lapsen sosiaalinen kanssakäyminen aikuisten ja vertaisryhmän kanssa on avainasemassa pohdittaessa itsesäätelytaitoja. Itsesäätelytaitojen avulla lapselle avautuu portti sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja moniin merkityksellisiin sosiaalisiin kokemuksiin, jotka tukevat hänen kehitystään. Oppiessaan itsesäätelytaitoja lapsi oppii myös säätelemään voimakkaita tunnekokemuksiaan ja hänellä kasvaa ymmärrys millainen käytös on soveliasta erilaisissa tilanteissa. Lapsi huomaa mitä vaikutuksia hänen toiminnallaan on sosiaaliseen ympäristöön. Itsesäätelyn haasteet näkyvät lapsen käyttäytymisen ja tunteiden yli- tai alisäätelyinä. Käyttäytymistään ja tunteitaan ylisäätelävä lapsi voi olla käytökseltään vetäytyvä, kun taas alisäätelävä lapsi käyttäytyä uhmakkaasti ja aggressiivisesti. Suuri haaste lasten itsesäätelytaidoille on voimakkaat tunteet, kuten pettymys tai viha. Lapsen itsesäätelytaidon haasteet voivat johtaa siihen, että ympäristö mieltää lapsen käytöksen hankalaksi ja tämä vaikuttaa vuorovaikutussuhteisiin. (Ahonen 2017, 20.)

Itsesäätelytaidot näkyvät esimerkiksi mielen malttamisena, toisen huomioon ottamisena sekä mielihyvän viivästyttämisenä. Itsesäätelytaitojen kehittymiselle varhaislapsuus on tärkeää aikaa, läheinen ja turvallinen vuorovaikutussuhde aikuiseen tukee näiden taitojen kehittymistä. Itsesäätelyn kehittymistä tukee läsnä oleva aikuinen, joka toimii lapsen tunteiden kanssasäätelijänä. Rauhallinen tilanne luo parhaimman pohjan itsesäätelyn harjoittelulle. Kuormittavassa tilanteessa tai tunnekuohun keskellä lapsi ei kykene keskittymään itsesäätelyn harjoitteluun. (Laaksonen 2022, 50–51.)

Lapsen itsesäätelyyn vaikuttavat erilaiset tekijät kuten lapsen ikä, temperamentti, kehitystaso, erityisen tuen tarve, haastava sosiaalinen tilanne, elämän tilanne, väsymys tai nälkä (henkilökohtaiset tekijät). Ryhmään liittyvät tekijät: uuden lapsen tuleminen, pienryhmien vaihtaminen, toisten huomioon ottaminen, kokemus

kiusaamisesta tai ulkopuolelle jäämisestä tai toisen lapsen itsesäätelyn pettäminen (ryhmätoiminta ja lapsiryhmä). Ryhmän aikuisten kuormittuneisuus, uusissa tiloissa ruokailu tai leikkiympäristön ja leikkivälineiden paikkojen vaihtuminen (opimisympäristö). Aikuinen kohtelee lapsia epäoikeudenmukaisesti, itsesäätelyn pettäminen aikuisella tai kokemus siitä, ettei aikuinen kuuntele (aikuisen käytös & arvot). Päivän aikataulu, rytmi, siirtymätilanteet sekä toiminnan suunnitelmallisuus (pedagoginen toiminta). Työyhteisön kulttuuri, vastuut, roolitukset, sijaisjärjestelyt sekä sisäinen viestintä (johtamis- ja toimintakulttuuri). (Laaksonen 2022, 51.)

Aikuisen tuki ja läsnäolo lapsen itsesäätelyn vahvistamisessa on tärkeää jokaiselle lapselle, toisille itsesäätelyn taidot aiheuttavat enemmän pulmia kuin toisille. Aikuisen mielestä pieneltä tuntuva muutos voi tuntua lapsesta ahdistavalta ja jopa laukaista aggression. Tällaisia muutoksia voivat olla vapaan leikin tilanne, jossa lapsen pitäisi ilmaista toiveensa muiden kuullen tai hän pelkää jäävänsä yksin leikeissä myös istumapaikan vaihdos voi olla vaikea paikka. Lapsen reagointi tapaan tilanteeseen vaikuttavat ympäristöltä saadut käyttäytymismallit, taitojen vahvistamiseen saatu tuki sekä lapsen temperamentti. Lapsen itsesäätelyn, tunnetaitojen ja minäkuvan rakentumiselle on aikuisen esimerkki tärkeä. Lapsi oppii kuuntelemalla muita, havainnoimalla ympäristöään sekä kokeilemalla itse. Haastavissa tilanteissa aikuisen esimerkki mallintaa ristiriitojen ratkaisemisen ja pettymysten kohtaamisen käsittelyä. Aikuisen oma tunnetaitojen- ja itsesäätelytaitojen tietoinen harjoittelu tukevat itsesäätelyä ja auttaa kehittämään erilaisia menetelmiä itsesäätelyn tueksi. (Laaksonen 2022, 52–53.)

Aikuisen tehtävä on muodostaa arkeen turvalliset rutiinit, raamit sekä empaattiset rajat. Näiden turvallisten osatekijöiden avulla lapsen persoona voi kasvaa ja hän ei koe olevansa rajaton kaiken kuningas vaan osa yhteisöä, jossa tehtävämme ihmisinä on ottaa toinen toistemme tarpeet ja tunteet huomioon. Vaikka kuuntelemme lasta, se ei tarkoita, että toteutamme kaikki toiveet. Lapsi huomaa kuitenkin, että kuulemme ja voimme kertoa perustelut asialle, jos päätämme toimia toisin. Lapsen kuuleminen, keskusteleminen ja perusteleminen ja rinnalla ohjaaminen vaatii läsnäoloa ja voi tuntua aikuisesta aikaa vievältä. Kasvaessaan lapsi pystyy harkitsemaan ja toimimaan itsenäisesti, jolloin käytetty aika tulee takaisin monin kerroin. Näin ollen lapsi säilyttää yhteyden aikuiseen, jonka kautta hän

pystyy puhumaan ongelmistaan ja tunteistaan elämän niitä tuodessa eteen. Läsnä olevan aikuisuuden vaatimuksena on, että aikuinen pystyy pistämään sivuun ajatukset siitä, millainen lapsen pitäisi olla ja millainen aikuisen tulisi olla ja mitä tilanteessa tulisi tehdä. Ohjaavassa aikuisuudessa palataan siihen mitä tilanteessa tapahtuu, mitä eri osapuolet siinä kokevat ja tuntevat ja mitä tässä pitää saada aikaiseksi. Aikuinen kannustaa ja ohjaa sen sijaan, että káskee ja kieltää. Lapsi ei koskaan tarkoituksella ole ”tuhma” hän tekee parhaansa niillä taidoilla, jotka hänellä sillä hetkellä on. Tilanteessa tulee ottaa lapsen näkökulma huomioon sekä sanoittaa omaa toivetta ääneen, myös oma tarve hallita ja määrätä tulee huomioida tilanteessa. (Saukkola & Laane 2020, 90–91.)

Ratkaisukeskeinen ote mahdollistaa viisaita tapoja toimivan vuorovaikutuksen ja yhteistyön luomiseen. Positio- ajattelu tarkoittaa, että olemme tietoisia, miten olemme suhteessa toiseen ihmiseen. Olemmeko rinnalla vai yläpuolella vai olemmeko avoimessa tilassa, jossa voimme pohtia, ihmetellä ja olla vapaita tietämisestä. Positio- ajattelun avulla voimme luoda toimivaa ja arvostavaa yhteyttä lapseen. Voimme valita tilanteeseen sopivan tavan katsoa tilannetta ja toimia monesta roolista käsin. Positioissa olevat roolit ovat asiantuntija, joka on yläpuolella, tasavertainen rinnalla kulkija sekä avoin tila, jossa heittäydytään tietämättömäksi. Kasvattajuudessa asiantuntijarooli tarkoittaa, että meillä on elämäkokemusta ja tietoa ja erilaisissa tilanteissa meidän pitää päättää sekä turvata tilanteen sujuvuus. Tilanteessa, jossa joudumme rajoittamaan turvallisuuden takia lapsen toimintaa, tulee sen jälkeen vaihtaa positiota rinnalla ihmettelijäksi, miettimään mitä tapahtui ja miksi. Yhdessä voidaan pohtia mitä olisi voinut tapahtua ja siirtyä niin sanottuun avoimeen tilaan. Avoin tila on ei- tietämisen positio, jossa annetaan tilaa lasten omalle ajattelulle. Kysytään lapsilta ehdotuksia ja ajatuksia, miten tilanne olisi turvallinen ja miellyttävä kaikille. Avoin tila on arvostavin tapa toimia. Vallitsevana vuorovaikutustilana asiantuntijuus ei ole hyvä, vaikka se antaakin perusturvallisuuden taustalle. (Saukkola & Laane 2020, 92–93.)

4 TUNNETAITOJEN TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA

4.1 Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatus on kiinteä ja merkityksellinen osa yhteiskuntaa ja yhteiskunnassa olevat käsitykset asenteista ja arvoista heijastuvat varhaiskasvatuksen arjessa. Yhteiskunnassa vallallaan olevat arvot ja asenteet ohjaavat kasvattajien lapsista tekemiä havaintoja, tulkintoja sekä vaikuttavat toiminnan suunnitteluun, toteuttamiseen sekä arviointiin. Vaarana on asettaa lapsi tietynlaiseen muottiin, joka palvelee vain marginaaliin kuuluvien ideaalilasten tarpeita, jolloin toiminta ei ole mielekästä valtaosalle lapsia. (Ahonen 2017, 50.)

Varhaiskasvatuksen erilaisia toimintamuotoja ovat päiväkotitoiminta, avoin varhaiskasvatustoiminta sekä perhepäivähoito. Kaikkia toimintamuotoja ohjaavat varhaiskasvatuslait ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Varhaiskasvatuksen toimintaympäristön eroja ovat oppimisympäristöt, henkilöstön koulutus, henkilöstörakenne, resurssit sekä lapsiryhmien koko. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 17.) Päiväkodeissa tapahtuva varhaiskasvatus on yleisin toimintamuoto. Toiminta on ryhmämuotoista, jossa lapsiryhmät voidaan muodostaa eri tavoin. Ryhmien muodostamisessa otetaan huomioon lasten ikä, tuen tarve tai sisarusuhteet. Ryhmien muodostamisessa otetaan huomioon henkilöstömitoitukset, ryhmien enimmäiskokoon liittyvät säännökset sekä niiden tulee olla pedagogisesti tarkoituksenmukaisia. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 18.)

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on tukea lapsen hyvinvointia, kehittymistä, oppimista sekä tarjota mahdollisuuden vertaissuhteiden muodostumiseen. Päiväkoti on usein lapsen ensimmäinen paikka, jossa hän muodostaa käsitystä itsestään ryhmän jäsenenä osana laajempaa vertaisryhmää sekä itsestään kaverina. (Laaksonen 2022, 9–10.) Koti on tärkeä paikka vuorovaikutus suhteiden oppimiselle, mutta varhaiskasvatuksessa on laajemmat mahdollisuudet olla vuorovaikutuksessa monenlaisten ryhmien ja ihmisten kanssa. Tunteiden säätely vaatii harjoittelua, jotta lapsi oppisi kuinka ilmaista tunteitaan rakentavalla tavalla. (Kirvesniemi, Poikolainen & Honkanen 2019, 29.) Varhaiskasvatussuunnitelman laaja-

alaisen osaamisen osa-alueeseen kuuluu kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu. Näihin taitoihin kuuluvat sosiaalisten taitojen tukeminen, vuorovaikutus ja ilmaisutaitojen harjoittelu varhaiskasvattajien tuella. Kulttuurillisten taitojen edistämiseksi tuetaan lapsen kykyä kuunnella, tunnistaa sekä ymmärtää erilaisia näkemyksiä suhteessa omiin asenteisiin, ajatuksiin ja arvoihin (Ahonen 2017, 49). Varhaiskasvatussuunnitelmaa uudistetaan parhaillaan ja uusi astuu voimaan elokuussa 2022. Uudistuksessa päivitetään mm. tuenportaita ja juuri näille tuentarpeisille lapsille on erityisen tärkeää saada tukea tunne- ja vuorovaikutustaitoihin. Varhaiskasvattajat sekä varhaiskasvatus toimintaympäristönä ovat avainasemassa itsesäätelyn ja tunnetaitojen tukemisessa.

4.2 Varhaiskasvatusryhmä

Ihmisille on luontaista kuulua erilaisiin ryhmiin. Olemme aina jäsenenä jossakin ryhmässä ja ryhmään sopeutuminen on elinikäinen tehtävä. Lapselle perhe on ensimmäinen ryhmä ja yleensä toinen ryhmä on varhaiskasvatusryhmä. Kotona lapsia on harvoin ryhmäksi asti, jolloin varhaiskasvatuksen ryhmät ovat merkittäviä lasten sosiaalisen ja kulttuurillisen kasvun paikkoja. Lapsiryhmässä opetus ja kasvatusta on monimuotoista. Varhaiskasvattajien yhdessä päättämät toiminnalliset sisällöt ja rakenteet auttavat lapsia selviytymään paremmin arjen vaihtuvissa tilanteissa. Lapsiryhmän pedagogisessa suunnitelmassa tulisi huomioida toiminnan rakenne, pedagogiikan sisältö, pedagogiset menetelmät sekä ryhmän lasten yksilölliset tarpeet. Ryhmät kehittyvät samantyyppisten vaiheiden kautta ja omaavat erilaisia jaksoja elinkaarensa aikana. Vie aikansa oppia oman ryhmänsä dynamiikka ja löytää oma roolinsa ja paikkansa ryhmässä. Ryhmän vaikutus saa meidät käyttäytymään eri tavalla kuin ryhmän ulkopuolella. Ryhmähengestä puhuttaessa käytetään usein ilmaisua tunneilmasto tai ryhmädynamiikka. Ryhmädynamiikalla tarkoitetaan ihmisten toimintaa ryhmässä, ryhmän muotoutumista ja vuorovaikutusta ryhmässä. Karkeasti jaoteltuna tunneilmasto voi olla negatiivinen tai positiivinen. Yhteenkuuluvuuden ja ilon tunne kuuluvat positiiviseen tunneilmastoon. (Pihlaja 2018, 79–80.)

Varhaiskasvatusryhmässä lapsia on parikymmentä 3–6-vuotiasta lasta, se on toiminnallisesti iso kokonaisuus, jonka ohjaaminen on välillä haasteellista. Isossa

ryhmässä toimimisessa vaaditaan luovia ratkaisuja, koska isoissa ryhmissä helposti syntyy taisteluja, koska kaikki haluaisivat jotain. Turvallisin ryhmäkoko lapsille ja aikuisille olisi enintään seitsemän ihmistä. Pienryhmissä vuorovaikutussuhteiden määrä on pienempi ja helpommin hallittava. Ison ryhmän etuja ovat erilaisten vuorovaikutussuhteiden kokeminen ja ystävän löytäminen monen lapsen joukosta. Varhaiskasvatuslaki mahdollistaa ryhmien muodostamisen eri tavoilla. Iso perusryhmä voidaan jakaa pienempiin ryhmiin erilaisten tehtävien ja toimintojen ajaksi. Pienryhmässä lapset näkevät ketkä kuuluvat ryhmään ja kuuluksi tuleminen mahdollistuu paremmin. Isossa ryhmässä lapset solmivat ystävyssuhteita, jotka pienentävät ison ryhmän aiheuttamaa jännitystä. Lapsi kasvaa ja löytää yksilöllisyyttään suuressakin ryhmässä, jos varhaiskasvattajat varmistavat mahdollisuuden siihen.

Varhaiskasvattajien tulee kiinnittää ryhmän alkuvaiheessa erityistä huomiota kaikkien lasten hyväksymiseen ja yhteenkuuluvuuden tunteeseen. Varhaiskasvattajilta vaaditaan paneutumista, ennakkoluulottomuutta ja aikaa nähdä lasten yksilöllisyys. Varhaiskasvattajien pitää huomioida asenteensa erityisen tuen tarpeisten lasten kohdalla, etteivät asenteet siirry puheen välityksellä ryhmän muille lapsille. Lapset ovat hyvin herkkiä poimimaan aikuisten sanomisten välittämät tuntemukset. Lapset voivat ruveta syrjimään tai syyllistämään lasta, jolla on haasteita vuorovaikutuksessa ja tunnesäätelyssä. He helposti nimeävät tällaisen lapsen syylliseksi konflikti tilanteissa, vaikkei kyseinen lapsi olisi edes tilanteessa mukana. Muut lapset ovat tottuneet kuulemaan erityisen tuen lapsen nimen useissa tilanteissa ja näin se automatisoituu heidän mieleensä. (Pihlaja 2018, 81–83.)

4.3 Vuorovaikutus tunnetaitojen perustana

Ryhmän yhteenkuuluvuutta tukevat puhuminen siitä, että jokainen on tärkeä osa ryhmää sekä käyttämällä ryhmästä puhuttaessa me sanaa. Kaikkien lasten kannustaminen, huomioiminen sekä positiivisten piirteiden huomioiminen ryhmässä lisäävät yhteenkuuluvuutta. Erilaisuuden hyväksyminen, yhteistoiminta, sosiaalisten taitojen harjoittelu ja yksilöiden välisten kilpailun välttäminen tukevat ryhmän hyvinvointia. Varhaiskasvattajien on tärkeää tunnistaa lasten erilaiset

huomion, läheisyyden ja odotuksien tarpeet. Osa lapsista tulee kasvattajan lähelle, toisen odottaessa kauempana, että hänet huomioitaisiin. Lapset kertovat sanoilla ja eleillä, miten häntä tulisi lähestyä. Arkojen lasten kanssa luottamus tulee rakentaa varovasti ja vähitellen odottaen myös lapsen omia aloitteita läheisyyteen. (Pihlaja 2018, 82–83.)

Varhaiskasvattajien tulee yrittää luoda vuorovaikutukselle mahdollisimman hyvä ilmapiiri ja tunneilmasto, jossa hän ohjaa lasta asetettuja tavoitteita kohti. Lapsen ulkoisen ja sisäisen oppimisympäristön avaaminen antaa hyvän pohjan pohtia vuorovaikutuksen tavoitteita. Sisäisellä oppimisympäristöllä tarkoitetaan lapsen sisäistä mielentilaa, jolloin lapsella on mielessään tilaa vuorovaikutukselle ja uuden oppimiselle. Lapsi pystyy olemaan rauhallisesti läsnä tilanteessa ja keskittämään ajatuksensa pyydettyyn asiaan. Varhaiskasvattajien tehtävä on saattaa lapsi hyvään mielentilaan vuorovaikutuksen avulla. Joillekin lapsille sisäisen mielentilan saavuttaminen on haastavaa, tämä ei välttämättä johdu varhaiskasvatukseen liittyvistä asioista, vaan lapsen elämässä tapahtuviin asioihin. Lapsen mielessä voi olla paljon asioita, jotka painavat häntä. (Hurme & Kyllönen 2014, 75–76.)

Psyykkiseen ja fyysiseen kehitykseen liittyvät tekijät voivat vaikuttaa lapsen kykyyn olla vuorovaikutuksessa. Fysiologiset tekijät vaikuttavat lapsen sisäiseen oppimisympäristöön, unen määrä, ravinnon laatu ja ruokailuvälien pituus. Verensokerin määrä voi olla iso tekijä lapsen tunnetilan säätelyssä. Sopivilla ruokaväleillä mahdollistetaan lapselle optimaalinen kyky olla vuorovaikutuksessa. Varhaiskasvatuksessa tämä on huomioitu rytmittämällä päivää säännöllisillä ruokajoilla. Sisäiseen oppimisympäristöön vaikuttavat myös varhaiskasvattajien ja huoltajien välinen suhde ja yhteistyö. Lasten huoltajien tukiessa lapsen ja varhaiskasvattajan vuorovaikutuksen rakentumista, helpottaa se lapsen kykyä ottaa ohjausta vastaan varhaiskasvattajilta. Rakentava ja positiivinen kasvatuksellinen yhteistyö huoltajien kanssa mahdollistaa sisäisen oppimisympäristön muotoutumista lapselle hyväksi. (Hurme & Kyllönen 2014, 75–76.)

Hyvässä ulkoisessa oppimisympäristössä lapselle tarjotaan aikaa ja häiriötön tilanne, jossa on mahdollisuus keskittyä toimintaan. Varhaiskasvattaja luo omalla vuorovaikutuksellaan ja toiminnallaan ulkoisesti turvallisen oppimisympäristön

lapselle. Ulkoisen oppimisympäristön ollessa turvaton lapsi kokee epävarmuuden tunnetta, joka aiheuttaa turvattomuuden tunteen. Kokiessaan olonsa turvattomaksi lapsen on vaikea työskennellä ja toimia. Lapset, joiden elämässä on paljon epävarmuutta tai sietävät heikosti epävarmuuden tunnetta, tarvitsevat entistä turvallisemman oppisympäristön. Sisäisen ja ulkoisen oppimisympäristön vaikutusta ja rakennetta varhaiskasvattajien tulee pohtia suhteessa omaan työhönsä. Lapsen emotionaalinen turvallisuuden tunne on osa lapsen sisäistä oppimisympäristöä. (Hurme & Kyllönen 2014, 76–77.)

Kasvatustyön ydinaluetta ovat vuorovaikutustaidot. Opettamisen ja kasvattamisen tuloksellisesti haastavat tai heikot kohtaamiset tiivistyvät vuorovaikutuksen problematiikkaan. Nuorten ja lasten ikä- ja kehitystaso voivat vaihdella laajallakin skaalalla. Lapsella olevat neurologiset tekijät voivat vaikeuttaa vuorovaikutusta, mutta parhaimmillaan lapsi pystyy ikätasoiseen vuorovaikutukseen. Tunneside ja vuorovaikutus syntyvät kasvatettavan ja kasvattajan kohtaamisissa. Keskeisimpiä asioita hyvässä vuorovaikutuksessa ovat tasapuolinen, oikeudenmukainen ja aito välittäminen. Tunnetilat ovat vuorovaikutuksen perustana. Tunnetilat ohjaavat lapsen sekä kasvattajan toimintaa ja viestintää vuorovaikutustilanteessa. Tunnetilojen tiedostaminen on tärkeää, koska vuorovaikutus tapahtuu sekä sanattomalla, että sanallisella tasolla. Vuorovaikutuksessa kaksi kolmannesta tapahtuu muuten kuin sanojen kautta. Sanattomassa viestinnässä tunneilmaisun merkitys on suuri. Vuorovaikutustilanteen muuttuessa haastavaksi, sanaton viestintä vahvistuu jyrkästi. (Hurme & Kyllönen 2014, 78.)

Ryhmäohjaustilanteissa sanaton viestintä korostuu, varhaiskasvattajan sanaton viestintä koostuu viidestä kanavasta. Tilankäyttö, joka tarkoittaa miten kasvattaja ottaa tilan haltuunsa ja käyttää sitä. Kehollisessa ilmaisussa, kuinka kasvattaja liikuttaa päätään, käsiään ja kehoaan. Kasvojen ilmaisu eli millaisia ilmeitä kasvattaja käyttää. Katseen käyttö, katseen suuntaaminen vuorovaikutuksessa sekä katseen kesto. Äänen käyttö, painotukset, sävelkulku ja äänen voimakkuus. Tutkimusten mukaan äänen käyttö ryhmän hallinnassa on kaikista vaikuttavin tekijä. Mitä pienemmät lapset, sitä vähemmän he purkavat tunnetilaansa sanoilla. Tällöin on tärkeää osata tehdä tulkintoja lapsen muusta viestinnästä. Pienen lapsen kanssa kasvattajan oma tunneilmaisu ja kehonkieli nousevat keskeiseen rooliin vuorovaikutuksen onnistumisen kannalta. (Hurme & Kyllönen 2014, 79.)

Vuorovaikutusta lähdetään vahvistamaan ja rakentamaan kun se on saatu alulle. Varhaiskasvattaja luo tunnesiteen lapseen vuorovaikutuksen avulla, joka on voimavara, jonka avulla on hyvä toteuttaa kasvatustyötään. Tunnesiteen rakentaminen on viesti lapselle, että olet tärkeä minulle, välitän ajatuksistasi ja sinusta. Varhaiskasvattajan osoittaessa aidosti välittävänsä lapsesta ja olemalla läsnä hänen asioilleen tulee hänestä merkityksellinen ihminen lapselle. Tämä lisää lapsen halua toimia niin, että varhaiskasvattajan hyväksyntä ja läsnäolo säilyvät. Lapsi hyväksyy varhaiskasvattajan pyrkimykset ja tavoitteet ja suuntautuu niihin, koska silloin hän kokee itsensä merkitykselliseksi. Tätä voidaan kutsua myös pedagogiseksi auktoriteetiksi, joka on rakentunut luottamuksellisesta henkilösuhteesta. (Hurme & Kyllönen 2014, 81–82.)

Jyväskylän yliopiston kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunnan laatimassa tilannekartoituksessa selvitettiin lasten sosioemotionaalisten taitojen tukemista varhaiskasvatuksessa. Nyky-yhteiskunnassa vuorovaikutustaidoilla, itsensä ilmaisun kyvyllä, muiden ihmisten tunteiden ymmärtämisellä on tärkeä merkitys hyvinvoinnille, toimintakyvylle ja identiteetille. Vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisten taitojen sekä kulttuurisen osaamisen merkitys korostuvat. Osaamiseen kuuluvat taito kuunnella, ymmärtää ja tunnistaa eri näkemyksiä sekä kyky reflektoida omia asenteita ja arvoja. (Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa 2017.)

Lasten emotionaalista ja sosiaalista kehitystä muovaavat sisäiset tekijät, informatiivinen prosessointikyky (mm. kyky inhiboida ulkoa tulevia impulsseja sekä omista ajatuksista nousevia impulsseja) sekä hänen temperamenttinsa. Kielellisten taitojen omaksumisvalmius kuuluu neurobiologisiin kehitysedellytyksiin. Suurin merkitys ympäristötekijöillä on muiden kasvattajien ja vanhempien kasvatustavalla sekä millaisia oppimismahdollisuuksia lapselle tarjotaan. Laajasta tutkimusperustasta (eri teoreettiset lähestymistavat ja näkemykset) huolimatta ei ole vielä saatu yksimielisyyttä siitä millaista lasten sosioemotionaalisen kehityksen luonne on perusteiltaan. Lapsen myönteinen sosioemotionaalinen kehitys edistää henkistä ja fyysistä terveyttä ehkäisten erilaisia käyttäytymiseen liittyviä ongelmia. (Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa 2017, 7.)

Alle kouluikässä tunnetietoisuus eli kyky nimetä omia ja toisten tunteita sekä tunnistaa tunteita, ennustaa sosiaalista käyttäytymistä, ahdistuneisuuden ja masentuneisuuden määrää (sisäänpäin suuntautuneet oireet), tarkkaavaisuuden säätelykykyä ja alakoulussa suoriutumista. Kyky tulla toimeen muiden ihmisten kanssa, ottaa osaa keskusteluihin ja yhteisleikkeihin, toisten käyttäytymisen ymmärtäminen ja luottamus itseen ja muihin ennakoivat hyvää koulumenestystä. Hyvät sosioemotionaaliset taidot alle kouluikässä edistävät terveyttä ja työllistymistä aikuisiässä. Merkittäviä toimijoita lasten sosioemotionaalisen kehityksen tukemisessa varhaisvuosina ovat varhaiskasvattajat, olivat lapset sitten tyyppillisesti kehittyviä tai tehostetun ja erityisen tuen tarpeisia lapsia. Vaikeudet käyttäytymisen ja tunteiden säätelyssä sekä sosioemotionaaliset vaikeudet ovat yleisiä ennen kouluikää. Suurissa ryhmissä varhaiskasvatuksessa lasten sosioemotionaaliset taidot ovat koetuksella. Puutteet näiden taitojen tukemisessa asettavat lapset vaaraan joutua yksinäisiksi, syrjityiksi ja kiusatuiksi, varsinkin niiden lasten kohdalla, joilla on impulsiivisuutta, keskittymisen pulmia ja arkuutta. (Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa 2017, 7–8.)

Tutkimuksessa nousi esille tarve tutkia lisää varhaiskasvatusikäisten ja opettajien/varhaiskasvattajien vuorovaikutusprosesseja, jotta saataisiin selville millaisia taitoja, tarvitaan arjessa lasten sosioemotionaalisten taitojen tukemiseen. Lisäksi Suomessa ei ole tutkittu ryhmässä olevien vuorovaikutusprosessien ja lasten sosioemotionaalisen kehityksien välisiä yhteyksiä. Interventioiden/tukitoimien vaikuttavuutta on tutkittu vähän alle kouluikäisten keskuudessa. (Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa 2017, 16.)

4.4 Pedagogiikka tunnetaitojen tukena

Varhaiskasvatuksen ydinkäsite on pedagogiikka. Käsitteen avulla määritellään millaisena lapsi ja hänen oppimisensa käsitetään sekä sen, miten varhaiskasvatuksessa toimitaan. Pedagogiikalla käsitteenä on erilaisia merkityksiä riippuen missä asiayhteydessä sitä käytetään. Laajimmillaan pedagogiikka on tieteenala ja konkreettisimmillaan lapsen ja varhaiskasvattajan välistä vuorovaikutusta. Ennen kuin voidaan puhua pedagogisen toiminnan suunnittelusta, toteuttamisesta,

arvioinnista sekä kehittämisestä tulee jokaisen varhaiskasvattajan tiedostaa tarkasti mitä pedagogiikka todella on. Pedagogiikan käsitteen määrittelemineen, avaaminen ja sisäistäminen vaativat jatkuvaa itse pohdiskelua sekä keskustelua niin tiimissä kuin koko varhaiskasvatus yhteisössä. (Ahonen & Roos 2019, 12.) Varhaiskasvatussuunnitelmassa pedagogiikka perustuu käsitykseen lapsesta, oppimisesta ja lapsuudesta sekä määriteltyyn arvoperustaan. Pedagogiikka on kasvatus- ja varhaiskasvatustieteelliseen tietoon perustuvaa, ammattihenkilöstön toteuttamaa tavoitteellista ja suunniteltua toimintaa lasten oppimisen ja hyvinvoinnin edistämiseksi sekä se on ammatillisesti johdettua. Pedagogiikka näkyy varhaiskasvatuksen oppimisympäristöissä, toimintakulttuurissa sekä hoidon, kasvatuksen ja opetuksen kokonaisuudessa. Pedagogiikka edellyttää henkilöstön yhteistä ymmärrystä siitä, miten lasten hyvinvointia ja oppimista voidaan edistää sekä se vaatii pedagogista asiantuntemusta. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 22.)

Ammatillinen pätevyys on pedagogisen osaamisen edellytys, joka saadaan koulutuksen kautta perustuen tutkittuun tietoon kasvatuksesta ja varhaiskasvatuksesta. Ammatillinen osaaminen ja vankka tietoperusta ovat elementtejä, joita tulisi korostaa puhuttaessa varhaiskasvatuksesta yhteiskunnallisella tasolla. Pedagogiikan keskeisimpiä käsitteitä ovat tavoitteellisuus sekä suunnitelmallisuus. Käsitteiden ytimessä pitää olla käsitys, millaisiin tavoitteisiin pyritään toiminnalla. Tavoitteita määritellään Vasun keskeisistä sisällöistä, osaamisen soveltamisesta sekä laajemmasta pedagogisesta ymmärryksestä. Mitä, miksi ja miten kysymyksien avulla voidaan lähestyä pedagogista ymmärrystä. Mitä työ käsittää, millaista osa-alueista työpäivä koostuu ja mitä työtehtäviä siihen kuuluu. Kysymykseen miten työtä tehdään, voidaan avata, miten pedagogiikka näkyy arjessa sekä millaisia menetelmiä pedagogisesti käytetään. Miksi kysymyksen avulla saadaan tietoa siitä, miksi työtä tehdään ja mihin sillä pyritään. Varhaiskasvattajan pedagogiseen ymmärrykseen on suorassa yhteydessä henkilökohtainen motivaatio, tieto, arvot ja uskomukset. Ryhmän pedagogiikka pohdittaessa, tulee miettiä mitä laadukas pedagogiikka tarkoittaa meidän lapsiryhmässämme. (Ahonen & Roos 2019, 14–16.)

Lapsen oppimisen tueksi tarvitaan laadukasta pedagogiikkaa sekä monialaista pedagogista tukea. Lapsi oppii itselleen soveltuvilla menetelmillä ja omaan tahtiinsa. Oppimisen yksilöllisyyttä ja variaatioita on paljon. Lapsen taitojen kehittymisen edistämiseksi tulee tiedostaa, miten lapsi kehittyy ja oppii. Lapsi kehittyy yhteisön jäsenenä ja yksilönä läpi varhaisvuosien. Ohjauksen, kasvatuksen ja opetuksen avulla lapsi tulee tietoisemmaksi itsestään, osaamisestaan, omista kehittyvistä taidoistaan sekä ympäröivästä maailmasta. Yhdessä lapsen kanssa voimme opetella innostavaa, luontaista kasvun asennetta arjessa oppimiseen ja toimimiseen sekä tärkeitä arvoja. Lapsi oppii toimimaan ympäristön kanssa vuorovaikutuksessa ja palautteen avulla voimme motivoida ja innostaa lasta oppimaan lisää kohti lapsen laaja-alaista osaamista. (Sandberg 2021, 18–19.)

Tunnetaitoja opitaan kokemalla, tutkimalla ja harjoittelemalla niitä arjen eri tilanteissa. Tutkimukset vahvistavat, että vahvin muistijälki jää ihmiseen kokemuksellisesta oppimisesta. Tunnetaitoja oppiessa aikuisen rooli on tärkeä, hän ohjaa sekä näyttää mallia myönteisiin toimintoihin ja valintoihin. Koetut tunteet, tekeminen ja omat oivallukset piirtyvät lapsen mieleen paremmin kuin pelkät neuvot ja sanat. Arjessa on monia mahdollisuuksia antaa lapselle vaihtoehtoja ja malleja toimia rakentavasti. Tunteet voidaan aikuisen kanssa kohdata lempeästi ohjaten ja ymmärryksellä. Rinnalla kulkien säädellä lapsen tunteita keskustellen ja pohkien ajatusten ja hengityksen vaikutuksia sekä kehossa tuntuvia tunteita. Varhaiskasvattajan on tärkeä tiedostaa, että lapsi, joka ei ole saanut riittävästi myönteisiä tunteiden säätelykokemuksia aikuisien taholta, on täysin eri lähtöviivalla lapsen kanssa, joka on saanut kokea paljon turvaa tunnetilanteissa. Lasta ei tulisi leimata huonoksi, hän vain tarvitsee enemmän myönteistä mallia ja säätelytukea, johon kiinnittyä, jotta voisi sisäistää taitoja itseensä. Stressitilanteissa ja vuorovaikutuksessa korostuvat selkärankaan opitut keinot toimia tunnekuhuissa. (Jääskinen 2017, 170–171.)

Pedagoginen tuki lapsen vuorovaikutus- ja tunnetaitoihin alkaa aikuisesta. Lähtökohtana lapsen tunnetaitojen tukemisessa tulee tiedostaa se, että lapsella on vielä puutteelliset taidot ja niitä halutaan vahvistaa ja kehittää pedagogisella tuella ja arjen toimintatavoilla. Lapsella ei ole taitoja kaikkiin tilanteisiin johtuen siitä, että aivoperustainen kehitys on vielä keskeneräinen. Aikuisen ajatus lapsen toi-

minnan motiiveista ja käytöksestä määrittää suhtautumisen lapseen. Lapsi haluaa toimia oikein, koska silloin hän saa hyvää palautetta kavereilta ja aikuisilta. Positiivisen palautteen avulla lapsi saa tärkeitä onnistumisen kokemuksia sekä sisäistä motivaatiota harjoitella lisää. Kaikkien aikuisten, jotka ovat lapsen kanssa tekemisissä olisi tärkeää kyetä säätelemään omaa tunnetilaa sekä käyttäytymistä tilanteessa kuin tilanteessa. Aikuinen omalla toiminnallaan on esimerkkinä lapselle ja hänen tulisi aina olla turva lapselle. Aikuinen auttaa, tarjoaa suojaa, ohjaa, tukee ja välillä myös palauttaa lapselle rauhallisuutta ja turvallisuutta silloin, kun lapsi ei itse siihen kykene. Tärkeää on myös, että kaikki työyhteisösi ja lapsiryhmäsi aikuiset ovat koulutuksesta tai nimikkeestä riippumatta turvallisia aikuisia. (Sandberg 2021, 173.)

Aikuisen tulisi pohtia omaa puhe- ja toimintatapaa, että onko se ratkaisukeskeinen. Aikuisen tulisi huomioida ja sanoittaa lapsen onnistunutta käyttäytymistä. Varsinkin pedagogista tukea tarvitsevan lapsen pienetkin kehitysaskeleet tulisi huomioida ja mainita. Aikuisen tulisi välttää provosoivia sanoja kuten aina, taas, koko ajan ja jatkuvasti. Aggressiivisesti käyttäytyvälle lapsille tulee helposti annettua kielteistä palautetta ja sanottua provosoivasti, jolloin negatiivisuuden kehä alkaa edetä. Lapsi, jolla on puutteita tunne- ja vuorovaikutustaidoissa ja jonka on vaikea ohjata toimintaansa, hillitit itseään ja säädellä tunteitaan, ei halua jatkuvaa muistutusta vanhoista jo läpikäytyistä hankalista hetkistä. Ratkaisukeskeisessä toimintatavassa katse kohdistetaan eteenpäin ja vanhoja asioita ei muistella. Ollessasi vuorovaikutuksessa kollegan, lapsen tai lapsen huoltajan kanssa tulisi kiinnittää huomiota arvostavaan ja tulevaisuuteen suuntaavaan puhe- reagointi- ja toimintatapaan. (Sandberg 2021. 174.)

Pedagogisen tukemisen harjoitteita tunne- ja vuorovaikutustaitoihin on monia, tärkeintä on huomioida omaa vuorovaikutusta lapsen ja koko ryhmän kanssa. Olemalla itse rauhallinen silloin kun lapsi ei siihen kykene, luo turvallisen ilmapiirin kokea haastaviakin tunteita ja antaa mallin, kuinka tilanteessa tulisi toimia. Johdonmukainen, visuaalinen ja selkeä struktuuri ryhmässä auttaa lasta hahmotamaan päivän kulkua sekä ennalta ehkäisemään jännittäviä tai ahdistavia tilanteita. Yhdessä lasten kanssa luodaan ryhmän säännöt ja rajat, joita jokainen aikuinen sitoutuu myös pitämään kiinni. Suunnittelemalla systemaattisen järjestelmän, jonka avulla pidetään huoli, että jokainen lapsi saa vuorollaan olla jonon

ensimmäinen, olla apulainen tai valita leikkikavereita tietyssä tilanteessa. Lapsi saa mahdollisuuden harjoitella pettymyksen sietokykyä, tunteiden ja itsensä hallintaa, kun hän ei voi aina voittaa peliä tai olla ensimmäinen. Osalle lapsista tunteista puhuminen on luontevaa, osan prosessoidessa tunnetilojaan leikin, piirtämisen, roolileikin, näyttelemisen tai motorisen toiminnan avulla. Hyvä pedagogiikka mahdollistaa lapsille yksilöllisen tavan prosessoida tunteitaan ja saada siihen tilaa, aikaa ja aikuisen tukea. (Sandberg 2021, 177–179.)

Asioiden visualisoinnilla ja mielikuvaharjoituksilla tuetaan mielen käyttöön ottamista, mielen aktivoimista koetun vahvistamiseen sekä aiheeseen ja tunteeseen virittäytymiseen ja rauhoittumiseen. Lapselle ja nuorelle on luontaista käsitellä asioita mielikuvituksen avulla. Mieli purkaa ja käsittelee asioita tiedostamattoman kautta, ja päivän aikana koetut tunnetilanteet purkautuvat uniin. Ohjatessa mielikuvaharjoituksia tulisi käyttää riittävästi aikaa tunteiden johdatteluun. Kuvaillevien sanojen avulla lapsi saa paremmin kiinni tunteesta. Kuvaillevat tukisanat ohjaavat lasta keholliselle tunteen kokemiselle enemmän kuin pelkästään mielen tason pohdintaan ohjaava sanat. Aikuisen antaessa ohjeen kuvittele, miltä viha tuntuu kehossasi, ohjaa se mielen kautta pohdintaan, kun taas kuvaillessa mahdollisia tuntemuksia kehossa kuten, tunnetko esim. väpätystä rinnassasi tai puristusta jossain ohjaa keholliseen kokemukseen. (Jääskinen 2017, 208–209.)

5 AIEMMAT TUTKIMUKSET

Surakka Anna-Kaisan pro gradu tutkielma 2013: lasten tunnetaidot päiväkodissa 5-vuotiaat ja Tunne-Muksu-ohjelma on havainnut päiväkodin vahvan roolin tunnetaitojen kehittämisessä ja hyvät tunnetaidot suojaavat elämän riskitekijöiltä. Tunteet ovat jatkuvasti läsnä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Tutkimus tehtiin 20 viisivuotiaan lapsen varhaiskasvatusryhmässä, jossa arjessa oli käytössä Tunne-Muksu ja Mututoukka tunnetaito-ohjelma. Tutkimuksessa havaittiin, että lasten keskinäisessä vuorovaikutuksessa lapset ilmensivät tunnetaitoja eri tavalla kuin aikuisten välisessä vuorovaikutuksessa. Aikuisten kanssa tunteita nimettiin enemmän, mutta lapset eivät käyttäneet samoja tunnesanoja vertaisvuorovaikutuksessa. Tulokset osoittivat, että tunnetaitojen tukemisessa tulisi kiinnittää huomiota tapoihin, joilla tunnetaitoja tuetaan sekä, miten vertaisvuorovaikutuksen todellisuus ja lasten maailma saataisiin osaksi tunnekasvatusta. (Surakka 2013, 3.)

Mirja Köngään väitöskirjassa 2018, ” Eihän lapsil ees oo hermoja” etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa. Tunneäly toimii kantavana tekijänä lasten vertaiskulttuurissa. Lapset tunnistivat tarkasti tunteita ja emotionaalista viestintää itsessään sekä toisissaan. Lapset ohjautuivat emotionaalisten viestien ja tunteiden pohjalta tiettyihin käytösvalintoihin sekä tietynlaiseen tunteen ilmaisuun. Tunteiden ymmärtämisen kautta lapset tukivat toistensa omanarvontunnon kehittymistä sekä muodostivat tunteiden esittämisen avulla ymmärrystä sosiaalisista käytösnormeista. Tunteiden säätelyn ja tunteiden sanoittamisen avulla lapset saivat aikaan hyväksyntää sekä itselleen että vertaisilleen. Tutkimus osoitti, että keskeinen osa lasten emotionaalista kehitystä on lasten tunneälytaidot. Päiväkoti arjessa tunneälyn kehitykseen mahdollistavia tilanteita on paljon. (Köngäs 2018, 5–6.)

Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa kartoituksessa huomattiin, että tukitoimet olisi saatava säännöllisiksi ja osaksi varhaiskasvatuksen toimintaa. Varhaiskasvatuksen henkilöstön itse valitsemat menetelmät ja käytänteet olivat parhaiten käytettyjä ja niitä suositeltiin muille varhaiskasvattajille. Valinnan vapautta ja paikallisiin olosuhteisiin sovittamista siis tarvitaan. Sosioemotionaalisten taitojen kehittymisen keskeisimpiä konteksteja ovat lasten ja

aikuisten väliset vuorovaikutussuhteet. Keskeisin päiväkotien kehittämisen perusta on näiden suhteiden tutkimus sekä niiden merkityksen analysointi. (Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa 2017, 16.)

Karvin julkaisemassa laadunarvioinnissa varhaiskasvatuksen laatu arjessa kehittämiskohteiksi nousi kaverisuhteiden syntyminen ja aikuisen vastuu huolehtia, että lapsi pääsee osaksi yhteisöä. Viidellä osalla vastaajista oli ryhmässään lapsi tai lapsia, joilla ei ollut kavereita varhaiskasvatuksessa. Valtaosalla kyselyyn vastanneilla oli kiusaamisen ehkäisemiseksi ryhmässä yhdessä sovittuja toimintatapoja. Varhaiskasvatuksessa tulisi kuitenkin pohtia, miten ryhmässä havainnoidaan ja tuetaan lasten välisiä vuorovaikutussuhteita sekä huomioidaan vuorovaikutussuhteet pedagogisessa toiminnassa luoden yhteisöllisyyttä. Tutkimukseen osallistui 91 kuntaa, 581 päiväkodinjohtajaa, 911 perhepäivähoitajaa, 1772 varhaiskasvatuksen opettajaa ja 2069 lastenhoitajaa. (Varhaiskasvatuksen laatu arjessa 2020, 16.)

Koivuniemi & Kinnunen & Mäntä & Järvenoja ja Näykin tutkimuksessa todettiin, että oppiakseen säätelemään tunteitaan lapset tarvitsevat aikuisen tukea. Varhaiskasvatuksen ammattilaiselta vaaditaan oman roolin tiedostamista lasten tunteiden kanssasäätelijänä, joka perustuu teoreettiselle tiedolle, jota soveltaen käytännössä toteutetaan. Tunteiden säätelyn tukeminen sensitiivisesti tulisi olla osana pedagogista toimintaa. Tavoitteellinen oppiminen mahdollistuu, kun tunteita kyetään säätelemään, jolloin tunnekokemukset ei tule esteeksi toiminnalle tai vuorovaikutukselle. (Koivuniemi & Kinnunen & Mäntä & Järvenoja & Näykki 2021, 1–2.)

Veijalaisen tutkimusten tuloksena lasten itsesäätely korreloi voimakkaasti kielellisiin, sosiaalisiin, motorisiin ja metakognitiivisiin taitoihin, sekä turvalliseen ja empaattiseen kiintymykseen varhaiskasvattajien kanssa. Hyvä itsesäätelytaito liittyi lasten kykyihin ilmaista ja kuvitella periksiantamattomia sekä sinnikkäitä hallintakeinoja. Lasten epätietoiset, vetäytymistä ja luovuttamista korostavat hallintakeinot liittyivät heikkoon itsesäätelykykyyn. Pojilla ja tytöillä ilmeni itsesäätelykyky varhaiskasvatuksessa erilaisina tunneilmaisuuksina. Pojat, joilla oli heikko itsesäätelykyky, ilmeni enemmän aggressioita, kun taas tytöillä oli enemmän rauhallisuutta

ja neutraaliutta kaikissa itsesäätelyn luokissa. Lasten itsesäätely heijastuu kokonaisuudessaan jokapäiväiseen arkeen monella eri tavalla, joten itsesäätelyn tukea ja ymmärrystä tulisi varhaiskasvatuksessa lisätä. (Veijalainen 2020, 5.)

6 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Varhaiskasvatussuunnitelman ja Karvin laadunarvioinnin (Varhaiskasvatuksen laatu arjessa 2020) sekä varhaiskasvatuslain 540/2018 perusteella työni lähtökohdaksi on muodostunut selvittää 3–5-vuotiaiden tunnetaitojen kehityksen tukeminen varhaiskasvatusryhmässä, kasvattajien havainnointiin ja pedagogiseen suunnitteluun ja interventioihin liittyviä asioita sekä tunnetaitoihin liittyviä taitoja.

Varhaiskasvatuslaissa määritellään yhdeksi tavoitteeksi lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamisen ja vertaisryhmissä toimimisen edistämisen. Tunnetaidot edes auttavat lapsen vuorovaikutussuhteiden myönteistä kehitystä ja näin tukevat lapsen osallisuutta ja toimijuutta päiväkotiryhmässä. (Varhaiskasvatuslaki 540/2018). Varhaiskasvatuksen laatu arjessa 2020 kehittämiskohteiksi nousi kaverisuhteiden syntyminen sekä aikuisen vastuu huolehtia, että lapsi pääsee osaksi yhteisöä. Kasvattajien vastuulla on huolehtia lasten kaverisuhteiden syntyminen ja tämä vaatii kasvattajilta sensitiivistä havainnointia ja havaintojen kirjaamista ylös. Lapset kehittyvät yksilöllisesti ja omaavat erilaisia temperamentteja, jotka vaikuttavat heidän tapaansa ilmaista tunteitaan ja olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Kasvattajien pitää tukea lapsen ryhmään pääsyä olemalla lapsen vierellä ja auttamassa häntä vuorovaikutukseen toisten lasten kanssa. (Varhaiskasvatuksen laatu arjessa 2020.)

Lasten tunnetaidot ja lisääntyneet haasteet vuorovaikutuksessa herättävät paljon keskustelua vanhempien, varhaiskasvatuksen sekä mediassa ja lasten ja nuorten kanssa työskentelevien keskuudessa. Jos ajatellaan tunnetaitojen merkitystä laajemmin, on sillä myös yhteiskunnallinen vaikutus. Hyvät tunnetaidot auttavat arjen vuorovaikutustilanteissa niin aikuisten kuin lastenkin kesken. Tunnetaidot lisäävät lasten hyvinvointia ja sosiaalisia taitoja lapsiryhmissä. Varhaislapsuudessa luodaan pohjaa tunteiden tunnistamiselle, nimeämiselle ja omien tunteiden hallitsemiselle. Kaiken oppimisen edellytys on sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen oppiminen.

Varhaislapsuus on tärkeä vaihe jokaisen ihmisen elämässä. Lapsen kehityksen kannalta on olennaista, millaisessa kasvuympäristössä lapsi kasvaa ja kehittyy sekä millaisia käyttäytymismalleja ja arvoja hän omaksuu. Autetaanko häntä

omien tunteiden tunnistamisessa, ilmaisussa ja millaisia vuorovaikutusmalleja aikuiset heille antavat. Kaikki lapsen kokemat tunteet ovat oikeita ja sallittuja, vain se, kuinka niitä ilmaisee, tarvitsee aikuisen tukea ja mallintamista. Varhaiskasvatussuunnitelmassa kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu -kohdassa korostetaan sosiaalisten ja vuorovaikutustaitojen sekä kulttuurisen osaamisen merkitystä. Osaamiseen kuuluu taito tunnistaa, kuunnella ja ymmärtää erilaisia näkemyksiä sekä kykyä reflektoida omia asenteita, arvoja sekä käyttäytymistä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018.)

6.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää lasten tunnetaitoja, kokemuksia vuorovaikutuksesta sekä näiden tukemiseen liittyviä menetelmiä 3–5-vuotiaiden lasten varhaiskasvatusryhmässä. Tarkoituksena on toteuttaa toiminnallisia tunnetaito hetkiä, joissa keskustelemme tunteista sekä vuorovaikutuksesta erilaisin menetelmin. Ryhmätyöskentelyn avulla pyritään vahvistamaan ja tukemaan lasten tunnetaitoja. Lasten hyvät tunnetaidot tukevat heidän vuorovaikutustaan sosiaalisissa kontakteissa sekä lisäävät heidän hyvinvointiaan kokonaisvaltaisesti. Ahosen (2017) mukaan tunnekasvatukseen panostetaan päiväkodeissa, mutta tunnekasvatus on usein supistunut yksittäisiin tuokioihin, joita valmiiden materiaalien pohjalta toteutetaan. Tunnetaitoja tulisi harjoitella yhdessä aikuisten ja muiden lasten kanssa koko päivän läpi osana arkista toimintaa. (Ahonen 2017, 219.) *Tavoitteena* on saada tietoa, miten 3–5-vuotiaiden tunnetaitoja voidaan tukea varhaiskasvatusryhmän arjessa yhdessä kasvattajien sekä lasten kanssa. Miten tunnetaitojen tukemista arjessa voitaisiin suunnitella, arvioida sekä kehittää. Tavoitteena on kehittää lasten tunne- ja vuorovaikutustaitoja varhaiskasvatusryhmässä. Prosessiin kuuluu havainnointi, reflektointi sekä arvioinnin ja mahdollisten kehittämisen tarpeiden löytäminen.

6.2 Kehittämistehtävät

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittämistehtävien

- Miten Lasten tunnetaidot näkyvät varhaiskasvatuksessa?

- Millaisia menetelmiä ja taitoja tarvitaan lasten tunnetaitojen tukemisessa varhaiskasvatusryhmässä?
- Miten Pälkäneen varhaiskasvatusyksikössä tuetaan 3–5-vuotiaiden tunnetaitoja?

Kehittämistehtävät perustuvat haluuni selvittää miten 3–5-vuotiaiden tunnetaidot näyttäytyvät varhaiskasvatuksen arjessa. Millaisten menetelmien avulla tunnetaitojen kehitystä voitaisiin tukea sekä millaisia taitoja se vaatii varhaiskasvatushenkilöstöltä. Tutkimuksen tavoitteena on myös selvittää, miten lasten tunnetaitojen tukeminen arvotetaan ja toteutetaan pedagogisesti.

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

7.1 Tutkimusmenetelmä

Kanasen (2014, 11) mukaan toimintatutkimuksella tarkoitetaan ihmisten oman työn kehittämistä ja tutkimista käytännön työelämässä. Toimintatutkimuksessa toteutuvat tutkimus ja toiminta sekä muutos samanaikaisesti (Kananen 2014, 16). Toimintatutkimuksen elementtejä ovat muutos, yhteistyö sekä pyrkimys ratkaista käytännön ongelmia erilaisissa yhteisöissä. Toimintatutkimuksessa tutkitaan yksittäistä tapausta, jolloin tulokset pitävät paikkansa vain kyseisen tapauksen suhteen. Toimintatutkimuksen määritelmä on haastavaa, koska siihen sisältyy joukko tutkimusmenetelmiä. Toimintatutkimus on laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen muoto, se voidaan rinnastaa myös kehittämistutkimukseen tai case- eli tapaustutkimukseen. (Kananen 2014, 27.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tavoitellaan käytännön toiminnan järjestämistä, ohjeistamista sekä opastamista. Toteutustapa ja menetelmät valikoituvat kohderyhmän mukaan. Toiminnallinen osuus tehdään yhteistyössä työelämän kumppanin kanssa, jossa toiminnallinen osuus pohjautuu teoreettiseen taustaan. Toimintaa havainnoidaan, havainnot kirjataan ja havainnoista saatua tietoa käytetään toiminnan kehittämiseen. (Salonen 2013, 6.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä kyse on toimintaoppimisesta, joka on tärkeä työelämän ammatillinen koulutus. Toiminnallisessa opinnäytetyössä toiminta eli tuotoksen kehittämiseen tähtäävä työ, edellyttää eri vaiheissa mukana olevia toimijoita. (Salonen 2013, 6.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä eri kehittämissivaiheet tai toiminta etenevät toimijoiden kanssa dialogisessa tai dialogisessa vuorovaikutussuhteessa tietyssä toimintaympäristössä. Työtapoina ovat keskustelu, toiminnan uudelleen suuntaaminen, arviointi, vertaistuki sekä palautteen vastaanotto ja anto. (Salonen 2013, 13.) Toiminnallinen opinnäytetyön/ kehittämistoiminnan tunnuspiirteitä ovat toiminnallisuus ja taiteellisuus. Se on käsitteisiin sitoutuva, toimijavetoinen, suunniteltu, tuotos konkreettinen, suljettu tai avoin ohjausorganisaatio sekä aika- ja paikka sidonnainen. (Salonen 2013, Kuvio 2, 13.)

Käytän työssäni spiraalimallia, joka on lähellä sosiokulttuurillista mallia, jossa otetaan huomioon ja tunnustetaan kehitystoiminnan kulttuurilliset, inhimilliset ja sosiaaliset piirteet. Spiraalimallissa kehittäminen kuvataan spiraalina eli jatkuvana syklinä. Kehittämishankkeen tehtävät muodostavat kehän, jossa ovat tehtävinä perustelu, organisointi, toteutus ja arviointi. Toiminnan jatkuessa kehät muodostetaan uusilla kehillä, joissa arvioidaan edellisen vaiheen tuotos uudelleen. (Salonen 2013, 15.)

Toiminnallisen opinnäytetyön vaiheet suunnitelma/suunnittelu. Esivaihe, jossa siirrytään toimintaympäristöön, jossa varsinainen työ toteutuu. Työstövaihe, jossa realisoituvat kehittämishankkeen osatekijät. Toimijat, heidän vastuunsa, roolinsa ja sitoutumisensa. TKI-menetelmä: miten tehdään, aineistot ja materiaalit sekä dokumentointitavat. Tarkistusvaiheessa arvioidaan yhdessä syntynyttä tuotosta. Viimeistelyvaiheessa viimeistellään kehittämisraportti sekä tuotos. Viimeisenä on valmis tuotos, joka voi olla malli, kuvaus, opas tai toimintapäivä. (Salonen 2013, 17–19.)

Laadullinen tutkimusote eli kvalitatiivinen tutkimus voidaan kuvata pelkistetysti menetelmäksi, jossa aineisto on ilmiänsuhtaan tekstiä. Syntynyt teksti muodostuu riippumatta tai riippuen tutkijasta. Aineistot voivat syntyä monella eri tavalla, erimuotoisilla haastatteluilla, havainnoinnilla, henkilökohtaisilla päiväkirjoilla. Se voi olla myös muuta tarkoitusta varten tuotettua kuvallista tai kirjallista aineistoa tai äänimateriaalia. Haastattelua voidaan käyttää sekä määrällisesti että laadullisesti ja haastattelun avulla kerättyä aineistoa voidaan analysoida sekä kvantitatiivisesti että kvalitatiivisesti. (Eskola & Suoranta 2014, 13–17.) Haastattelun kysymykset ovat yksi tärkeimmistä työkaluista. Kysymysten oikealla asettelulla saadaan luotettavaa tietoa. Kysymysten jaottelu voidaan tehdä suljettuihin ja avoimiin kysymyksiin niistä saatavan tiedon mukaan. (Kananen 2014, 88.)

Laadullinen tutkimus voidaan karkeasti ymmärtää yksinkertaistetusti aineiston ja analyysin muodon kuvaukseksi (ei-numeraalinen). Parhaimmillaan laadullinen tutkimussuunnitelma elää tutkimushankkeen mukana, jolloin kvalitatiivisilla menetelmillä ilmiöiden prosessimainen luonne saavutetaan. Voidaan ajatella ilmiöi-

den muutoksista johtuen, että tutkimustuloksia ei voida pitää paikattomina ja ajattomina vaan historiallisesti paikallisina ja muuttuvina. Laadullisen tutkimuksen tulkinta jakautuu koko tutkimusprosessiin, jolloin prosessin pilkkominen toisiaan seuraaviin vaiheisiin ei ole helppoa. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa keskeisintä on osallisuus, jossa kuitenkin ei ole välttämätöntä osallistua tutkittavien elämään. Erityinen tapa päästä vähemmän tai enemmän kosketuksiin tutkittavien kanssa on kenttätyö. Kenttätyössä tutkija pyrkii säilyttämään ilmiön, jota tutkii, sellaisena kuin se on manipuloimatta tutkimustilannetta. Tutkimus voidaan tehdä osallistamalla ihmisten elämään vaihtelevissa arkielämän ekologisesti relevantissa tilanteissa. (Eskola & Suoranta 2014, 15–17.)

Haastattelu on yleisin tapa kerätä kvalitatiivista aineistoa suomessa. Haastattelu tapahtuu tutkijan aloitteesta ja on hänen johdattelemaansa eräänlaista keskustelua. Haastattelussa molemmat osapuolet vaikuttavat toisiinsa, jolloin puhutaan vuorovaikutuksesta. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat samat kaikille, niihin haastateltava saa vastata omin sanoin. Teemahaastattelussa teema-alueet ja aihepiirit ovat etukäteen määräytyt. Muodoltaan teemahaastattelu on avointa, jolloin vastaajat pääsevät vapaamuotoisesti puhumaan, jolloin kerätty materiaalia edustaa vastaajien puhetta itsessään (Eskola & Suoranta 2014, 86–87.)

Opinnäytetyöni toiminnallinen osuus koostui ideariihestä varhaiskasvattajien kanssa. Ideariihi toteutettiin tarralapuin, joihin sai anonyymisti kirjoittaa ajatuksiinsa tunnetaidoista ja niiden tukemiseen liittyvistä asioista ja menetelmistä valmiiksi mietittyjen teemojen mukaisesti, tarralaput kerättiin osastoittain rasiaan ja kierrettyään osastot rasia luovutettiin minulle. Ideariihi on mukailtu versio teemahaastattelusta, jossa haastattelija ja haastateltava eivät ole suorassa vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Teemahaastattelun piirteet toteutuivat valmiiden teema kysymysten muodossa. Puolistrukturoitu haastattelu toteutuu siltä osin, että teemojen alle laitettut kysymykset ovat kaikille samat ja niihin vastataan omin sanoin. Tutkimuksessa käytettiin näitä menetelmiä, jotta varhaiskasvattajille olisi mahdollisimman helppoa vastata kysymyksiin avoimesti ja rehellisesti ilman painetta ilmaista omaa mielipidettä muiden aikana. Vastaamiseen oli myös tällä tavalla riittävästi aikaa ja sen pystyi tekemään itselleen sopivana ajankohtana. Val-

miit teemat johdattivat varhaiskasvattajia vastaamaan samoihin asioihin/kysymyksiin, jolloin pystytään keräämään luotettavampaa aineistoa sekä pysymään aiheessa.

Lapsien ideariihen toteutin laittamalla ison paperin seinälle ja kysyin valmiiksi mietittyjen teemojen mukaiset kysymykset ja kirjasin ne paperille ylös. Lasten haastattelun tavoitteena oli saada tietoa lasten sen hetkisistä tunnetaidoista ja tunnesanaston tietämyksestä. Näiden tietojen pohjalta voidaan luoda tunnetaitotuokiot tukemaan lasten kehitystä.

Lapsille pidin neljä tunnetuokiota, joita havainnoin ja kirjaan havainnot ylös. Tutkimuksen kohteena on 3–5-vuotiaiden lasten varhaiskasvatusryhmä pätkäneläisessä varhaiskasvatusyksikössä. Opinnäytetyöni toiminnallinen osuus koostuu neljästä tunnetaitotuokiosta 3–5-vuotiaille pienryhmissä. Pienryhmässä oli 9 lasta, joillakin tunnetuokioilla oli paikalla 8 lasta. Pienryhmän lapset pysyivät samoina joka kerralla, jotta näkisin lasten kehityksen. Tutkimusmenetelmänä tuokioidissa käytin havainnointia, ääninauhuria sekä videointia. Toimintatutkimuksen muotona oli osallistava havainnointi, jossa tutkija eli minä olin tutkittavassa ilmiössä mukana. Havainnoinnin avulla pystytään toteamaan asian tila ja sen lisäksi haastattelun avulla varmistamaan havainnon oikea tulkinta. (Kananen 2014, 29.) Havainnot kirjasin paperille tuokion aikana sekä sen jälkeen.

Ryhmän ollessa pieni, pystyin havainnoimaan lapsi ryhmää samalla kun ohjasin toimintaa. Havainnoinnilla saadaan tietoa pedagogisten ratkaisujen toimivuudesta ryhmän sekä yksittäisen lapsen tasolla (Ahonen 2017, 143). Havainnoinnin muotona oli suora havainnointi, jossa tutkija on paikan päällä seuraamassa ilmiön liittyviä tapahtumia niin, että havainnoin voivat havaita muut aktorit. Havainnointi oli myös strukturoimatonta havainnointia, jossa tilanteeseen liittyviä asioita tutkija kirjaa ylös ilman listaa havainnoitavista asioista. Etuna havainnoinnissa on ilmiön ja tilanteen autenttisuus sen tapahtuessa luonnollisessa kontekstissään sekä ympäristössä. (Kananen 2014, 80–81.) Strukturoimattoman havainnoinnin haaste on se mitä kirjataan, joka voidaan kiertää videoimalla tilanne, jolloin pysytään tarvittaessa palaamaan aitoon ja alkuperäiseen tilanteeseen. (Kananen 2014, 83.)

7.2 Toiminnan ja tutkimusryhmän kuvaus

Pienryhmän kokosin 22 lapsen ryhmästä valiten yhdeksän lasta, joista neljä lasta olivat 5-vuotiaita ja viisi lasta 3–4-vuotiaita. Kohderyhmän ikäjakauman valitsin niin, että saisin mahdollisesti tietoa iän vaikutuksesta tunnetaitojen kehittymiseen sekä tunteiden tunnistamiseen ja nimeämiseen. Laajempi ikäjakauma vaati tunnetuokioiden suunnittelulta ja toteuttamiselta joustavaa tilanteen mukaan elämistä. Käytännössä joissakin tuokioissa tämä osoittautui myös lieväksi haasteeksi johtuen lasten erilaisista kehitystasoista sekä keskittymiskyvystä, joka pienemmillä lapsilla on kestoaltaan lyhyempi. Lapsiin kohdistuvien odotusten tulee olla yksilöllisiä ja realistisia, kaikki viisivuotiaatkaan eivät jaksaa kuunnella hiljaa useamman minuutin ohjeistusta (Ahonen 2017, 161).

Suunnitelmana oli pitää neljä tunnetuokiota, joissa on oma teemansa. Tunnetuokioiden tunteiksi valitsin perustunteet ilo/rakkaus, viha/suuttumus, suru/pelko ja havaintojen perusteella lisäsin tunteiden kirjoa. Käytin tunnetuokioissa erilaisia pedagogisia menetelmiä kuten kerrontaa, liikettä, kuvallista ilmaisua. Tuokioissa oli mukana käsinukke Hömpsö, joka lasten arjessa draaman avulla opettaa tunnetaitoja. Tavoitteenani oli saada tuokioista monipuolisia sekä tukea lasten yksilöllisiä vahvuuksia ilmaista itseään. Ahosen 2017 tutkimuksen perusteella toiminnallisuuden ja aktiivisuuden lisääminen toimintaa sitouttaa lapset käsillä olevaan tekemiseen (Ahonen 2017, 175). Tuokiot pidettiin omassa tilassa, joka takasi häiriöttömän toiminnan, tuokiot olivat kestoaltaan noin 30 min, jonka loppu osassa kysyin lasten mielipiteitä tuokiosta. Huomioitavaa tuokioissa on antaa lapsille riittävästi aikaa pohtia asioita sekä antaa mahdollisuus jokaiselle vastata vuorollaan. Tuokiot suunniteltiin sopimaan ryhmän viikko toimintaan ja tuokiot näkyivät kuvitetussa päiväjärjestyksessä Hömpsö käsinuken kuvalla. Tuokioiden pohjana on dialoginen vuorovaikutus lasten kanssa sekä osallisuuden tukeminen huomioiden lasten yksilölliset temperamenttiluokat. Tuokioiden suunnittelussa otin huomioon kaikille lapsille mahdollisuuden käsitellä tunteita monipuolisesti. Osa lapsista prosessoii tunnetiloja luontevimmin leikin, näyttelemisen, piirtämisen tai motorisen toiminnan kautta, kun osalle se on helpompaa puhumalla. (Sandberg 2021, 179.) Tuokioiden jälkeen keskustelin ryhmän kasvattajien kanssa havainnoistani. Huoltajille laitoin whatsapp-ryhmään tunnetuokion aiheen ja toiminnan.

Aineistoon tutustuin kevään ja kesän 2021 aikana sekä suunnittelin tunnetuokiot. Teorian puhtaaksi kirjoittamisen aloitin syksyllä. Olin suunnitellut ensimmäisen tunnetuokion pitämisen elokuulle, mutta varhaiskasvatusryhmän toiminnan kannalta oli parempi aloittaa syyskuussa 2021. Alustavasti olin suunnitellut, että joku ryhmän kasvattajista olisi kanssani tuokioissa havainnoimassa minua sekä lapsia, tämä ei kuitenkaan käytännössä toteutunut. Yhdellä kerralla kanssani oli lähihoitaja opiskelija, ja hänen kanssaan keskustelin tuokion laadusta sekä lapsiryhmän havainnoista. Tein opinnäytetyön tiimoilta tiedotteen huoltajille ja kysyin kirjallisesti luvan lasten osallistua tunnetaitotuokioon, tein tiedotteen myös työyhteisölle.

7.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Toimintatutkimuksen luotettavuutta voidaan lähestyä sen pohjalta, että toimintatutkimuksessa on joukko erilaisia tutkimusmenetelmiä- ja otteita, kyseessä on tutkimusstrategia. Mittausten pysyvyyttä eli reliabiliteettia on vaikea arvioida, koska tunnetuokiot (tutkimus) vaikuttavat lapsiin (tutkittaviin), jolloin ilmiö muuttuu. (Kananen 2014, 128.) Validiteetissa mitataan, että asiat ovat oikeita. Mittarin mitattaessa sitä mitä pitääkin on se validia. Otoksen vastatessa populaatiota on yleistettävyyden kunnossa. Toimintatutkimuksessa havainnot ja tulokset ovat sidottu tiettyyn paikkaan, aikaan ja toimijoihin. Tunnetuokiot toimivat eri konteksteissa eri lailla, riippuen lapsiryhmästä. Sisältövaliditeetti toimintatutkimuksessa toteutuu, koska olen ensin määritellyt tunnetaidot käsitteenä sekä selvittänyt tunnetaitoon vaikuttavat tekijät. Tutkimuksessa olevien kysymysten kieli on ollut ymmärrettävää ja se on huomioinut vastaajien koulutuksen, iän ja kulttuuriympäristön. Luotettavuuden lähtökohta on aina menetelmien, tulosten ja tiedonkeruun tarkka dokumentointi. (Kananen 2014, 130–134.) Tutkimuksessa tulee noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä, jolloin eettisyys toteutuu. Tutkimuksessa tulee huomioida ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta kunnioittava ote. Tutkimuksessa olevien henkilöiden suostumus tarvitaan, jotta tutkimus voidaan eettisesti toteuttaa. Huoltajat antoivat suostumuksen kirjallisesti. Videot sekä äänitteet poistin heti havaintojen kirjaamisen jälkeen.

Eettiset kysymykset korostuvat osallistuvassa havainnoinnissa, jolloin on reflektoitava ja tiedostettava tekojensa seuraukset. Osallistuva havainnointi on luonnollisesti subjektiivista toimintaa, jolloin se voi olla hyvinkin valikoivaa ja havainnoija ei ehkä huomaa kaikkia yksityiskohtia. Tutkimuksen eettinen kysymys ei tule suoraan tutkittavien (lasten) käyttöön. Ryhmän kasvattajille tutkimus antaa tietoa lasten tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen rakenteista ja mahdollisista tarvittavista muutoksista olemassa oleviin rakenteisiin. Huoltajille tutkimustuloksia ei suoranaisesti esitellä. (Eskola & Suoranta 2014, 103.) Varhaiskasvattajien vastaaminen ideariihimenetelmään nimettömästi antoi heille mahdollisuuden rehellisempään ja avoimempaan reflektointiin sekä vastaamiseen.

Luotettavuuteen kiinnitin tarkkaa huomiota kirjoittamalla muistiinpanot jokaisen tuokion aikana ja sen jälkeen. Videointi ja äänitteet tukivat myös tarkkaa dokumentointia. (Kananen 2014, 134.) Menetelmiä käytin hyväkseni tutkimuksen analyysivaiheessa. Tutkimusprosessin kokonaiskuvan ja selkeyden vuoksi kuvaan tarkasti tutkimusprosessin eri vaiheet.

8 VARHAISKASVATUSRYHMÄN NYKYTILAN KUVAUS

Pälkäneen kunnan varhaiskasvatusryhmissä tunnetaitojen tukemisen tärkeys on tunnistettu ja tunnetaitojen käsitellään monella eri tavalla. Varhaiskasvatusyksikössä on kolme osastoa, ”pienten” puoli, jossa lasten ikäjakauma on 11 kk-3 vuotta, isojen puoli, jossa ikäjakauma on 3–6-vuotiaat sekä vuorohoito, jossa lasten ikäjakauma on suurin eli 11kk- 6-vuotiaisiin.

Jokaisessa varhaiskasvatusryhmässä tunnetaitoja käsitellään iän ja kehitystason mukaisesti erilaisin menetelmin. Käytössä on erilaisia tunnekortteja sekä tunnekirjoja. Käytetyt tunnekirjat ovat Fanni-kirjat, Molli ja Piki tunnekirjat, ympyräiset, Pomenia-tunnesarja. Varhaiskasvatuksen arkeen on lisätty draamaa, jota tehdään pöytäteatterin, käsinukkejen sekä aikuisten esittämien ”näytelmien” muodossa. Draaman avulla voidaan mallintaa erilaisia sosiaalisia tilanteita sekä avata niiden avulla keskustelua siitä, kuinka tilanteissa tulisi toimia ja käyttäytyä. MiniVerso-sovittelu menetelmä, tukee lasten tunnetaitoja sekä syy-seuraussuhteiden ymmärtämistä. MiniVerso-sovittelu menetelmä on ollut jo muutaman vuoden aktiivisessa käytössä Varhaiskasvatusyksikössä. MiniVerso-sovittelu koulutusta on annettu niin varhaiskasvattajille kuin lapsillekin.

8.1 Varhaiskasvattajien ajatuksia tunnetaidoista

Ideariihen avulla kokosin varhaiskasvattajien ajatuksia tunnetaidoista sekä niiden tukemisesta varhaiskasvatus ympäristössä. Teemat löytyvät liitteestä 2. Varhaiskasvattajat vastasivat tunnetaitojen tarkoittavan sitä, miten näytämme, nimeämme, sanoitamme, tunnistamme sekä käsittelemme tunteita ja niihin liittyviä reaktioita niin omia kuin toistenkin tunteita. Tunnetaidot ovat taito tai tapa, jolla näytämme tunteita muille. Yksi vastaajista vastasi: ” *tunnetaidot tarkoittavat sitä, miten lapsi osaa tuoda tunteitaan esille ja sanoittaa omia tunteitaan*”. Useista vastauksista tuli ilmi, että tunnetaidot tarkoittavat kykyä säädellä ja tunnistaa omia sekä muiden tunteita ja mielialoja. Varhaiskasvattajien mielestä on tärkeää oppia sanoittamaan tunteita itselleen ja muille. Lasten kaikki tunteet ovat sallittuja, mutta niitä pitäisi oppia säätämään.

Varhaiskasvattajien mielestä tunteet tulevat esille kaikessa lasten tekemisissä ja ne vaikuttavat myös siihen, kuinka lapset lähtevät toimintaan mukaan. Arjen kaikenlainen toiminta synnyttää lapsissa erilaisia tunteita ja tuntemuksia. Tunteiden skaala on suuri ja se menee ilosta itkuun ja raivosta nauruun. Erään vastaajan mielestä: ”*tunteet näkyvät myös pettymyksen sietokykynä, lapsi voi ilmaista pettymystään murjottamiselle, yksinolemisella, vetäytymisenä tai aggressiivisena käyttäytymisenä, jossa nyrkit saattavat heilua*”. Lapsilla on suuriakin eroja tunteiden näyttämässä, toiset lapset näyttävät tunteensa paremmin toisten piilottaessa tunteensa.

Tässä kappaleessa avataan varhaiskasvattajien ajatuksia tunnetaitojen tukemisesta varhaiskasvatuksen arjessa. Tärkeimmäksi asiaksi nousi turvallisen ja miellyttävän ilmapiirin luominen ryhmään, jolloin siinä on helppo keskustella muiden kanssa omista tunteistaan ja tuntemuksistaan. Tunteiden sanoittaminen lapselle sekä ryhmälle auttaa lapsia tunnistamaan omia ja toisten tunteita. Yksi vastaajista vastasi: ”*autan lasta käsittelemään omia tunteita, säätelen niitä omalla toiminnallani*”. Haastavissa tilanteissa varhaiskasvattajien tilanteessa mukana olo auttaa lasta tunteiden säätelyssä ja kasvattajat pyrkivät etsimään keinoja, joilla tukea lapsen vuorovaikutusta. Varhaiskasvattaja voi tulla alussa ryhmän toimintaan/leikkiin mukaan ja kannatella leikkiä eteenpäin. Tunnetaitoja opetellaan ja harjoitellaan turvallisesti yhdessä ryhmän kanssa. Lasten tunnetaitoja tuetaan näyttämällä esimerkkiä, miten tilanteessa tulisi toimia.

Vastauksista nousi kaikkien eri tunteiden hyväksymisen tärkeys. Ymmärtämällä ja pysähtymällä kaikkien tunteiden äärelle, sanoittamalla, nimeämällä autetaan lapsia tunnistamaan tunteita. Omalla käytöksellä ja kertomalla omista tunteistaan voidaan tukea lasten tunnetaitoja. Eräs vastaajista vastasi: ”*tuen tunnetaitoja mallintamalla, keskustelemalla, tunnekorttien, satujen ja kirjojen avulla, sekä antamalla positiivista palautetta*”. Tunnetaitoja voidaan käsitellä erilaisten laulujen ja leikkien avulla. Tunnetaitojen tukemisessa tulee huomioida tilanne, jossa tunteet ilmenevät, tarvitseeko lapsi lohdutusta, syyliä ja kuuntelua, jos lapsella on

ikävä huoltajaa tai jokin muu suru. Varhaiskasvattajien huomattessa lapsen jäävän leikkien ulkopuolelle tulee häntä kuunnella sekä keskustella lapsen/lasten kanssa tilanteesta. Lasta tulee auttaa pääsemään leikkiin mukaan.

Vastaajat kertoivat tunnetaitojen tukemisen vaativan varhaiskasvattajilta ymmärrystä, kärsivällisyyttä ja aikaa. Kykyä luoda ilmapiiri, jossa on turvallista puhua tunteista, läsnäoloa, kuuntelu taitoa sekä tilannetaajua. Hyvä keskustelu taito ja palautteen antokyky ovat yksi osatekijä tunnetaitojen tukemisessa. Yksi vastaajista vastasi: *”herkkyyttä ymmärtää lapsen läpikäymää tunnetta, asettumalla lapsen asemaan ja nähdä tilanne lapsen silmin.”* Osoittamalla kiinnostusta lapsen tunteita kohtaan ja olemalla turvallinen aikuinen, joka tukee lasta empaattisella otteella sekä antamalla positiivista palautetta.

Varhaiskasvattajien ajatuksia mitä tunnetaitojen kehittyminen vaatii lapselta, on valmius käsitellä tunteita sekä kykyä rauhoittua haastavissa tilanteissa. Lapsi tarvitsee kavereita, joiden kanssa hän voi olla vuorovaikutuksessa ja harjoitella aikuisen ohjauksessa tunnetaitoja. Lapselta vaaditaan myös kiinnostusta harjoitella tunnetaitoja, oppia kuuntelemaan muiden ajatuksia ja intoa uusien asioiden opettelulle. Erään varhaiskasvattajan mielestä: *”Tunnetaitojen kehittyminen vaatii kavereita, leikkiä, turvallisia aikuisia, läsnäoloa”*. Lapselle tulee suoda aikaa ja mahdollisuuksia harjoitella tunnetaitoja.

Kyselyyn vastaajat vastasivat tunnetaitojen tukemisen pedagogisesti tarkoittavan tunnetaitojen tietoista opettamista ottamalla ne osaksi pedagogista suunnitelmaa ja toteutusta. Näyttämällä omalla käytöksellään hyvää mallia lapsille vuorovaikutustilanteissa. Tukemalla lasten tunnetaitoja kehitystä yksilöllisesti hyödyntämällä erilaisia välineitä sekä lasten että varhaiskasvattajien esitysten avulla. Yksi vastaajista vastasi: *”Opetetaan lapsille tunnetaitoja, näyttämällä kuvia, kyselemällä, keskustelemalla, näytelmien avulla (draama), käsinukkien avulla sekä runojen ja lorujen”*. Tunnetaitojen tukemisessa pedagogisesti tulee lapsia kannustaa puhumaan tunteistaan ja opettamalla keskustelun tärkeyttä.

Kysymykseen kuinka tunnetaito kasvatusta voitaisiin kehittää, varhaiskasvattajat nostivat kouluttautumisen ja alan kirjallisuuteen tutustumisen yhdeksi tärkeäksi tekijäksi. Hyödyntämällä jo olemassa olevia materiaaleja enemmän (kirjat, kortit,

kuvat). Yksi varhaiskasvattajista vastasi: ”*Tuomalla arkeen enemmän tunnetaitohetkiä, joissa käytäisiin lasten kanssa yhdessä tiettyä tunnetta läpi edes kerran viikossa ja tässäkin toistot ovat hyväksi*”. Pitämällä erilaisia teemaviikkoja, joissa käsitellään tunteita ja harjoittelemalla peilin avulla. Osallistumalla leikkeihin, jossa leikin avulla käsitellään ja harjoitellaan tunnetaitoja, voidaan lisätä/kehittää tunnetaitokasvatusta. Pienryhmiä muodostamalla mahdollistetaan turvallinen ilmapiiiri puhua tunteista. Pienryhmätoiminnan avulla lasten osallisuus sekä kuulluksi tuleminen lisääntyvät ja mahdollistavat kehittymisen. Kehittämällä erilaisia mielenkiintoisia ja innostavia tekniikoita, joiden avulla harjoitella tunnetaitoja. Varhaiskasvatusyksikön yhteiset palaverit ja pedagogiset illat, joissa keskustellaan tunnetaitojen tukemisesta ja sen kehittämisestä tukevat ja kehittävät niin lasten kuin varhaiskasvattajien tunnetaitoja.

8.2 Ideariihen tulosten analysointi

Ideariihen vastauksista tulee ilmi turvallisen, empaattisen sekä lasta kuuntelevan toimintaympäristön tärkeys. Tunnetaidot näkyvät ja kuuluvat varhaiskasvatuksen arjen kaikissa tilanteissa, jolloin varhaiskasvattajien tilannetaju sekä läsnäolo ovat oleellisia tekijöitä lasten harjoittellessa tunnetaitoja. Vertaisryhmän olemassaololla on osallisuuden, yhteenkuuluvuuden tunteen sekä tunnetaitojen harjoittelun mahdollistumisessa oleellinen osatekijä. Vertaisryhmässä lapset pääsevät harjoittelemaan tunnetaitoja aidoissa vuorovaikutustilanteissa, joissa kasvattajien tuki on ensiarvoisen tärkeää.

Erilaiset menetelmät ja materiaalit koettiin hyväksi tavoiksi harjoitella lasten kanssa tunnetaitoja. Koulutuksien avulla voidaan avartaa varhaiskasvattajien tietopohjaa, joiden avulla voidaan tunnetaitokasvatusta kehittää. Pienryhmiä muodostamalla varmistetaan lasten kuulluksi tuleminen ja riittävästi aikaa pohtia yhdessä tunnetaitoja ja niihin liittyviä ilmiöitä. Leikkitilanteet sekä erilaiset draamalliset menetelmät ovat hyviä keinoja tukea lasten tunnetaitojen kehitystä.

Tunnetaitojen kehittymisessä vastaajat kokivat tärkeinä tunteiden sanoittamisen, nimeämisen sekä mallintamisen. Varhaiskasvattajien oman toiminnan sekä arvo-

jen reflektointi arjen eritilanteissa luovat pohjaa tunnetaitojen tukemiselle. Varhaiskasvattajilta vaaditaan tietoa, halua sekä osaamista niin omien tunteiden hallitsemisessa kuin lasten tunnetaitojen ja vuorovaikutuksen tukemisessä.

Tunnetaitojen tukeminen tulisi varhaiskasvattajien mielestä lisätä pedagogiseen suunnitelmaan järjestelmällisesti, jotta tunnetuokiot jalkautuisivat varhaiskasvatusryhmien toimintaan sekä arkeen kiinteänä osana. Varhaiskasvattajat pitävät tunnetaitojen tukemisen olevan tärkeä osa lasten sekä koko yhteisön hyvinvointia.

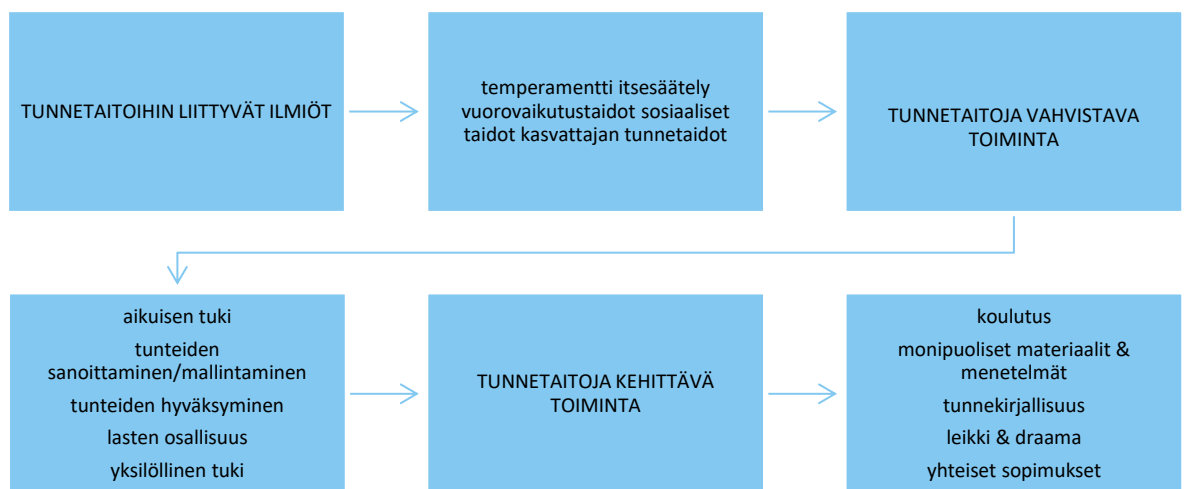
8.3 Tulosten yhteenveto

Kehittämistehtävän, miten lasten tunnetaidot näkyvät varhaiskasvatuksessa yhteenvetona voidaan todeta, että lasten tunnetaidot näkyvät monimuotoisesti ja laajalla skaalalla. Tunteet näkyvät ja kuuluvat lapsen käytöksessä, puheessa, eleissä sekä sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa. Tunteet pohjautuvat aina johonkin tarpeeseen, joka lapselle sillä hetkellä on. Lapsen käytös voi olla vetäytyvää, hyökkäävää tai hiljaista mukana oloa, jossa lapsi ei kuitenkaan kerro tunteistaan tai ajatuksistaan, vaan pitää ne sisällään.

Kehittämistehtävä, millaisia menetelmiä ja taitoja tarvitaan lasten tunnetaitojen tukemisessa varhaiskasvatusryhmässä. Varhaiskasvattajan ja aikuisen omat tunnetaidot sekä itsesäätely ovat tärkeässä asemassa tunnetaitojen opettellessa. Varhaiskasvattajat omalla käytöksellään mallintavat lapsille tapoja olla vuorovaikutuksessa, sekä kuinka konflikti tilanteista selvitään rakentavasti toista kuunnellen. Varhaiskasvattajan sekä aikuisen tulee olla tietoinen omista arvoistaan ja asenteistaan ja reflektoida niitä aktiivisesti aika ajoin. Lasten kaikenlaisille tunteille ja niiden kokemiselle tulee suoda aikaa, kärsivällisyyttä sekä empaattista kuuntelevaa tukea. Olemalla lapsen tunnetiloissa rinnalla kulkija sekä itsesäätelyn apuna, suo tämä lapselle turvallisen mahdollisuuden kasvaa ja kehittyä.

Kehittämistehtävän, miten Pälkäneen varhaiskasvatuksen yksikössä tuetaan 3–5-vuotiaiden tunnetaitoja. Pälkäneen varhaiskasvatusryhmässä tunnetaitoja tuetaan monella eri tavalla. Lasten kanssa keskustellaan tunteista tunnekorttien ja

kirjojen avulla. Draaman menetelmiä hyödynnetään näyttelemällä, käsinukeilla sekä pöytäteatterin avulla. MiniVerso-sovittelu tukee lasten tunnetaitoja syy-seuraussuhteiden sekä sopimisen avulla. Lasten konfliktin omistajuus säilyy lapsilla, kasvattajan vain ohjatessa selvittelyä kysymysten avulla, ottamatta kantaa itse konfliktiin tai etsimällä syyllistä. Tunnetaitojen tukemisen tärkeys on hyvin huomioitu ja siihen on panostettu. Aina voi kuitenkin kehittää pedagogista toimintaa, niin että tunnetaitokasvatuksen osuus näkyy viikoittaisessa toimintasuunnitelmassa. Seuraavassa kuviossa (kuvio 1.) tutkimustulokset tiivistetysti.



KUVIO 1. Tunnetaitoihin liittyvät ilmiöt, taitoja vahvistava toiminta ja kehittäminen

9 TUNNETAITOTUOKIOT

9.1 Keskustelu ja tunteiden tunnistaminen ja kokeminen (kerta 1.)

Tunnetuokio pidettiin päiväkodin lepohuoneessa. Olin kiinnittänyt ison paperin seinälle valmiiksi, johon olin kirjoittanut keskusteltavia teemoja. Aluksi kerroin lapsille, mitä teemme ja miksi. Mukanani on lasten mieli käsinukke Hömpsö, joka arjen tilanteissa sanoittaa ja mallintaa tunteita draaman avulla. Hömpsö tuo tilanteeseen leikkisyyden, koska se arjessa aina ”hölmöilee ja hassuttelee. Teemat löytyvät liitteestä 1. Laitoin äänityksen päälle nauhuriin, jotta kaikki lasten vastaukset tulisivat talteen ja voisin jälkeen päin tarkistaa vastauksia äänitteeltä. Kysyin kysymykset lapsilta niin, että jokainen sai vastata omalla vuorollaan ja kirjasin vastaukset paperille. Teemoissa keskusteltiin, millaisia tunteita on, missä ne tuntuvat, onko niitä helppo kertoa/jakaa toisille ja onko päiväkodissa turvallista näyttää kaikkia tunteita ja kokevatko lapset saavansa tukea varhaiskasvatuksen henkilöiltä tunnetiloihinsa. Tunteiden nimeämisen tukena olivat tunnekortit, joiden avulla käsitelimme kyseistä tunnetta, kortteina olivat Hukka Jukka tunnekortit ja Hömpsö kyseli lapsilta tunteen nimen. Tunteet, joita kävimme läpi, olivat ilo, rakkaus, suru ja viha. Tunteiden tunnistaminen, kyky nimetä tunteita sekä arvioida tunteiden vaikutuksia ovat itsesäätelyn perustana. (Riihonen & Koskinen 2020, 62.)

Tunne kerrallaan kävimme tunteita läpi lasten kuvatessa miltä tunne tuntuu, ja missä kohtaa kehoa sekä mikä tunteen olisi voinut aiheuttaa. Tunnekortit aktivoivat lapset innostuneesti kertomaan tunteista. Pienryhmän lapsilla kielellinen kehitys on hyvällä tasolla, mutta kuvat kuitenkin selventävät tunnetta, joka omalla tavallaan on abstrakti. Tunteet tuntuivat eri kohdissa heillä ja joidenkin lasten mielestä tunteet voivat tuntua liian isoilta, liian iso tunne tuntui heillä vatsassa. Suru tunteena tuntui pahalta, painavalta ja raskaalta ja tunne tuntui päässä sekä rinnassa. Lasten mielestä surun tunteesta ei ole helppo päästä eroon. Aikuisen syli helpottaa lasten mielestä surun pois lähtemistä. Ilo tuntui lapsilla rinnassa, päässä ja suurimmalla osalla selässä. Ilon tunteen näkee lasten mielestä silmistä ja suusta. Rakkauden tunne säteili koko kehoon ja sai kevyen olon. Viha oli heidän mielestään voimakkain tunne, se tuntui kaikkialla ja tekee olon kuumaksi ja

sitä on vaikea käsitellä. Yhdessä lasten kanssa pohdimme, miten voimakkaan tunnetilan esim. vihan ollessa päällä voisimme rauhoittaa itseämme. Opettelimme rauhallisen hengityksen tavan, eli vedimme nenän kautta ilmaa sisään rauhallisesti ja puhalsimme hitaasti ulos suun kautta, tämän toistimme 3 kertaa. Voidaan myös kuvitella rauhoittumisnappi, jonka jokainen valitsee omasta kehostaan ja painaa sitä sormella hetken aikaa. Lasten mielestä hengittäminen oli helpompi tapa rauhoittaa itseään.

Lapset hienosti sanoittivat tunteita ja alkoivat spontaanisti kertomaan, kun suutuu, niin tekisi mieli lyödä, mutta niin ei saa tehdä. He kertoivat erilaisia vaihtoehtoja, kuinka tunteita voidaan näyttää ja keskustelimme myös siitä, saako toista koskea ylipäättään ilman toisen lupaa. Joidenkin lasten mielestä ei ole kiva puhua omista tunteistaan, koska he eivät halua jakaa tunnettaan ja haluavat käsitellä niitä itse (kolme lasta tätä mieltä 3/9). Osan mielestä päiväkodissa ei osata auttaa surun käsittelyssä, koska heidän mielestään kasvattajat eivät voi vaikuttaa tunteeseen, se lähtee, kun se lähtee. Lapset kuitenkin kokivat turvalliseksi kertoa tunteistaan päiväkodissa.

Tuokion perusteella perustunteiden nimeäminen oli tälle ryhmälle helppoa, koska päiväkodissa on heidän kanssaan käsitelty paljon tunteita, nimeämällä eri tunteita. Lasten erilaiset temperamentit ja tavat toimia tulivat tuokiolla hyvin esiin. Tuokiossa pitää olla riittävästi aikaa lasten prosessoida asiaa/tunnetta, jotta jokaisella on mahdollisuus kertoa ajatuksiaan. Toiset lapset olivat hyvin nopeita ja innokkaita ja ne hiljaisemmat tarvitsivat enemmän tukea oman mielipiteen kertomiselle. Harjoittelemalla tunteiden nimeämistä voidaan laajentaa lapsien tunnesanastoa ja ymmärrystä tunteista. Kasvattajien ja huoltajien avustuksella lasten kasvaessa kyvyt havainnoida sekä ymmärtää omia tunteitaan alkavat vahvistua (Riihonen & Koskinen 2020, 63).

9.2 Tunteiden ilmaiseminen kehollisesti (kerta 2.)

Tunnetuokio pidettiin pienessä huoneessa, joka saatiin oven avulla häiriöttömäksi. Huone on ”peuhula”, jossa lapset voivat päiväkodin arjessa leikkiä ja peuh-

hata, tilassa on patjoja ja isoja tyynyjä. Tilaan liittyy kokemus liikkumisesta ja vapaudesta pomppia, jolloin se tukee myös alitajuntaisesti tuokion kehollista ilmaisuja. Mukana on jälleen käsinukke Hömpsö. Juttelimme lasten kanssa Hömpsön tavasta välillä villiintyä ja miten se vaikuttaa lapsiin. Lapset totesivat että, silloin hekin villiintyvät. Tilanteessa tapahtuu tunteiden tarttuminen, jolloin meidän peilisolumme aktivoituvat ja tunnemme helposti samaa tunnetta kuin toinenkin. Hömpsö näytteli eri tunteita ja lapset arvailivat mikä tunne voisi olla kyseessä. Ohjasin tunteen ilmaisua käsinuken lisäksi omalla kehollani. Pohdittuamme yhdessä tunteen, lapset saivat ilmaista tunnetta kehollisesti vapaasti tilassa liikkuen, jonka kuvasin. Teimme tunne kerrallaan harjoitteen ja opastin lapsia seuraamaan kehon asentoja, ilmeitä sekä eleitä. Lapsien kertoman mukaan, iloisena he tuntevat itsensä isoksi ja silloin he kaikki kurkottivat käsillään ylös ja nousivat varpailleen. Surullisina he painuivat kasaan mahdollisimman pieneksi.

Tuokiossa tuli hyvin ilmi, miten toiminnallisuus lisää osallisuutta ja tunteen kokemista kokonaisvaltaisesti. Lasten oli todella helppo eläytyä tunteeseen sekä lisätä keholliseen ilmaisuun ilmeet ja eleet mukaan. Lapsille oli tärkeää, että katsoin jokaisen heidän ilmaisunsa/liikkeensä. Näkemisen ja kuulluksi tulemisen tärkeys oli tärkeä havainto tuokiossa. Lapset myös ottivat toisensa huomioon tunteita ilmaistessaan ja tekivät liikkeitä vuorovaikutuksellisesti. Vaikuttamisen, osallisuuden, toimijuuden sekä yhteenkuuluvuuden tuntemukset ovat kaikille lapsille tärkeitä. Osallisuuden kautta yhteenkuuluvuuden tunne rakentuu lapsille. (Sandberg 2021, 58.)

9.3 Tunnesanaston lisääminen sekä tehtävä oikein/väärin (kerta 3.)

Tunnetuokio pidettiin lepohuoneessa. Kertasimme edellisen kerran tunteita käyttäen hyväksi tunnekortteja, lasten omat voimakortit, seikkaile Poppa Kattilan kanssa. Olin ottanut tunnekortteihin lisäksi tunteet, tyytyväinen, tyytymätön, ilkeys, kateus ja pelko. Lapset saivat ottaa lattialta tunnekortin vuorollaan ja kävimme kyseisen tunteen läpi keskustellen, mikä se tunne on ja mistä sellainen tunne voisi tulla. Keskustelimme myös, miten tunteita voidaan näyttää toiselle niin, että voimakaskaan tunne kuten viha tai kiukku ei loukkaa tai satuta toista. Mietimme yhdessä, miten voi nähdä tai tulkita toisen tunteen ja miten kertoa

omista tunteistaan. Vastauksiksi saimme, että tunteista voi kertoa puhumalla ja toisen tunnetilan voi nähdä kehonkielestä, ilmeistä, eleistä sekä äänensävyistä ja voimakkuudesta.

Häijyherneitä ja lempeyslientä kirjasta sivulta 96 luin harjoitteen, jossa pohditaan, mikä on oikein ja mikä väärin (Liuska & Turunen 2015, 96). Lapset näyttivät vastauksen peukun asennolla, jonka olimme ensin määritelleet. Peukku ylös on oikein ja peukku alas on väärin. Tarinassa lapsille esitetään kuvauksia erilaisista ristiriitatilanteista sekä sosiaalisista tilanteista. Samalla kun mietimme, mikä oli oikein tai väärin, mietimme mikä tunne siitä voi syntyä. Tarina synnytti lapsille kysymyksen mikä on juoru, jota pohdimme yhdessä. Annoin lasten itse miettiä vastausta ensin ennen kuin autoin heitä vihjeiden avulla löytämään oikean vastauksen juorulle. Keskustelimme myös teosta vahinko, joka nousi erään lapsen mieleen tarinoita kuunnellessa. Päiväkodissa käytetään MiniVerso-sovittelu menetelmää ja kun eräässä tarinassa/väittämässä Hinni lammas satutti toista, lapset alkoivat neuvoa kuinka tilanne tulisi selvittää/sovitella ja mitkä olisivat oikeat ratkaisut konflikti tilanteessa ja mitä pitäisi luvata, jotta ei satuttaisi. Tässä huomaan sen kun lasten kanssa systemaattisesti sovitellaan riitoja tietyn kaavan (MiniVerso) mukaan, se jää heidän muistiinsa ja tukee heidän omaehtoista riitojen sovittelemista. Lopuksi lausuiimme yhdessä tunne runon: ”herkuttele hymyllä, nauti naurolla, hyvää oloa hyrise, kaverille kipsuttele.”

Oppiakseen oikean ja väärän merkityksen lapsen tulee ensin pystyä määrittelemään eli sisäistämään, mikä on lapsen mielestä oikein ja väärin, toisin sanoen moraalinormit. Lapsen ajatusten kehittyessä vähitellen muodostuu käsitys oikeasta ja väärästä ja lapsi oppii ymmärtämään syy-seuraussuhteita. (Liuska & Turunen 2015, 85). Muutamassa tarinassa/väittämässä jouduin lukemaan tarinan uudestaan, koska se oli suunniteltu niin, että jos et kuunnellut oikein vastasit väärin. Toiselle luennalla lapset oivalsivat kompaväittämän. Tuokiossa on tärkeää pysähtyä kuuntelemaan mitä asioita/tunteita/käsitteitä tarina voi nostaa lasten mieleen. Näiden lasten kysymysten ja ajatusten äärelle tulee pysähtyä ja yhdessä miettiä vastauksia, ei antamalla valmiita omia tulkintoja asiasta.

9.4 Tunnetarina ja tunteen kuvallinen ilmaisu

Tunnetuokio pidettiin lepohuoneessa. Tuokion aiheena oli tunteiden erilainen kokeminen sekä tunteiden piirtäminen A3-paperille vahaliiduilla. Luin tarinaa, josta puuttui tunnesana, tämän tarinan olin poiminut www.varinautit.fi sivustolta nimellä tunteiden tunnistus. Lapset saivat päätellä mikä tunne lauseesta puuttuu ja kirjoitin sanan paperille ja keskustelimme tunteesta. Luettuani tarinan loppuun luin tarinan alusta loppuun lasten määrittelemien tunnesanojen kera. Tämä tehtävä oli helppo ja nopea. En tiedä vaikuttiko helppouteen se, että olemme nyt käyneet tunteita läpi ja nimenneet niitä jo neljättä kertaa. (Värinautit tunne- ja vuorovaikutustaidot n.d).

Seuraavaksi annoin lapsille A3-paperin ja sovimme, että liidun jäljen ei tarvitse olla esittävää piirtämistä vaan lähinnä kuvastaa heidän ajatustaan miltä tunne voisi näyttää. Sovimme perustunteet ilo, rakkaus, suru ja viha, joita kuvasimme, taustalla soi Vivaldin neljä vuodenaikaa ja sanoin aina mitä tunnetta piirretään. Kappaleen aikana saimme kaikki tunteet piirrettyä. Lapset saivat itse määritellä liidun värin kullekin tunteelle.

Tuokion tavoitteena oli tuoda esille tunteiden yksilöllinen kokeminen, erilaisuuden hyväksyminen ja lupa tuoda esiin omat tunteensa sellaisina kuin ne ovat sekä toteuttaa kuvallista ilmaisua ilman tiettyyn väriin yhdistettyä ”stereotypiaa” esim. punainen on rakkauden väri. Tunteiden piirtäminen oli lapsista todella kivaa, he keskittyivät jokainen omaan työhönsä ja kukaan ei katsonut mallia tai liidun väriä toisiltaan. Musiikki taustalla auttoi lapsia pääsemään oikeaan mielentilaan, ja tunteet menivät hienosti yksiin musiikin tempoon/rytmiin. Lopuksi jokainen sai esitellä oman työnsä ja kertoa minkä värin olivat tunteelle valinneet. Tämä avasi meille hyvän mahdollisuuden pohtia tunteiden tulkintaa, kokemista sekä erilaisuutta, sen rikkautta ja kuinka jokainen työ oli hieno ja yksilöllinen. Tuokio oli erittäin onnistunut lasten mielestä ja heidän taideteoksensa laitettiin ryhmän oveen esille.

Tällä tuokiolla minulla oli mukana lähihoitaja opiskelija, jonka kanssa kävin tuokion etenemistä sekä onnistumista läpi. Tuokioissa kannattaa olla toinen havain-

noija, joka voi tuoda uuden erilaisen tulkinnan tilanteesta sekä huomata eri nyansseja tilanteessa. Opiskelijankin mielestä tuokio oli onnistunut ja tunnelmaltaan seesteinen ja iloinen. Varhaiskasvatusympäristössä erilaisuus voi johtaa leikkien ulkopuolelle sulkemiseen. Lasten erilaisuus voi johtua kulttuuritaustasta, sukupuolesta, iästä, temperamentista, ulkonäöstä, tavoista tai osaamisesta. Opettaessa lapsille vuorovaikutustaitoja, tulisi heitä samalla ohjata asettumaan toisen asemaan sekä tarkastelemaan toisen näkökulmasta asioita. Lapset ovat yleensä kiinnostuneita erilaisuudesta ja suhtautuvat siihen luontevasti. Lapsen ikä, tausta henkilökohtaiset valmiudet ja ominaisuudet vaikuttavat suhtautumiseen. (Liuska & Turunen 2015, 41).

9.5 Yhteenveto tunnetuokioista

Lapset sitoutuivat pääsääntöisesti hyvin tunnetuokioihin, mutta nuorempien 3–4-vuotiaiden keskittymiskyky on lyhyempi ja he helpommin alkoivat välillä touhuamaan jotain muuta. He kyllä palasivat aiheeseen, kun pyysin heitä. Varsinkin pelkällä puheella tehtävät tunne avaukset eivät sitouttaneet heitä niin hyvin. Toiminnallisesti toteutetut tuokiot olivat ylivoimaisesti lapsille mielekkäitä, saadessaan liikkua tilassa sekä käyttää ilmeitä, eleitä sekä ääntä lisäsivät innostuneisuutta sekä sitouttivat heitä toiminnassa pysymiseen. Motorisella liikkeellä sekä monella aistilla toteutettavat menetelmät ovat lapsista kiinnostavimpia. Hömpsö käsinukke oli jokaisessa tunnetuokiossa mukana, sen rooli kahdessa viimeisessä tuokiossa oli vähäinen. Draama itsessään ruokki lasten mielikuvitusta.

Tuokioiden haasteiksi nousi ikäjakauma ja ehkä myös suurehko ryhmäkoko. Tuokioiden toteuttaminen ja kasassa pitäminen olisi ollut todella helppoa vain 5-vuotiaiden lasten kanssa. Heillä oli suurempi mielenkiinto ja kyky pitkäkestoiseen toimintaan ja asioiden pohtimiseen monesta näkökulmasta. Toisaalta vaikka pienempien läsnäolo teetti hieman enemmän ohjauksen tarvetta, mahdollisti tilanteet kuitenkin Vygotskin lähikehitysteorian mukaiseen toimintaan, jossa pienemmät saavat tukea ja mallia isompien tavasta olla vuorovaikutuksessa. Lähikehityksen vyöhykkeellä lapsi pystyy suoriutumaan tehtävästä yhteistyössä taitavamman/osaavamman vertaisoppijan kanssa. Lapsen kehittymässä olevat tiedot ja taidot muuttuvat myöhemmin itsenäiseksi osaamiseksi. (Tieteentermipankki n.d

lähikehityksen vyöhyke). Ryhmäkokoja suunnitellessani varauduin siihen, että lapsia voisi olla pois varhaiskasvatuksesta sairauden tai muun syyn vuoksi. Tuokioissa oli kuitenkin vain kaksi kertaa vain kahdeksan lasta.

Tuokioiden suunniteltu rakenne, kesto ja aiheet olivat kuitenkin tässä ryhmässä sopivia ja tuokiot tukivat ja kehittyivät kerta kerralta. Tämä vaati kuitenkin tuokioiden tarkkaa reflektointia ja havainnointia, jotta pystyin hieno säätämään seuraavia tuokioita tukemaan lasten kehitystä ja mielenkiintoa. Jokaisella tuokiolla johdattelin keskustelua syvemmälle tasolle vastaamaan 5-vuotiaiden tasoa. Kaikkia keskustelun aiheita en ole avannut tuokioiden kuvauksissa. Lasten ajatusten ja ideoiden huomioiminen on tärkeä elementti, jotta osallisuus sekä dialoginen vuorovaikutus toimisi. Tämä vaatii ohjaajalta kykyä muuttaa toimintaa kesken tuokiota niin, että se vastaa lasten mielenkiintoa sekä kykyä toimia. Tunnetuokiot saivat lapset pohtimaan tunteita sekä syy-seuraussuhteita ja saimmekin todella ihania keskusteluja ja pohdintoja aikaiseksi. Yhdessä pohtien myös me aikuiset saamme uusia näkökulmia lasten tuntemuksista sekä ajatuksista. Olemme ikään kuin yhdessä oppimassa tunne- ja elämäntaitoja. Lapset ovat todella viisaita, kun vain heille suodaan tilaisuus rauhassa pohtia ja analysoida tilanteita.

Tunnetuokioiden suunnittelussa tulee huomioida turvallinen tunneilmapiiri, jossa lasten on helppo puhua. Tilanteen tulee olla rauhallinen, aikaa tuokioon on riittävästi varattu, jotta ei tule kiireen tuntua. Ohjaajan rauhallinen olemus sekä kannustava vuorovaikutus rakentavat turvallisen ja hyvän pohjan lapsiryhmälle osallistua ja toimia. Tuokioiden aikana on havainnoitava myös sanattomia ja hiljaisia viestejä, joita lapsista voi ilmetä.

Harjoitellessamme rauhoittamaan itseämme erilaisissa tilanteissa kuten ollessamme kiukkuisia tai jännittyneitä niin hengitysharjoitus jäi helposti lasten mieleen. Arjessa kun lapset välillä ovat vauhdikkaita eivätkä malta kuunnella, kun heiltä kysyy, miten tilanne saataisiin rauhalliseksi, vastasivat he, että hengittämällä. Lapset oppivat harjoittelun ja toistojen kautta toimimaan niin, että pystyvät itsenäisesti toimimaan niin, että oma olotila rauhoittuu ja helpottuu.

Tunteiden sanoittaminen lapselle on ensiarvoisen tärkeää, jotta lapsi oppii tunnistamaan tunteensa. Kaikki lapsen kokemat tunteet ovat sallittuja, ja häntä tulee

neuvoa kuinka tunteita voi näyttää niin, ettei siitä aiheudu kenellekään toiselle vahinkoa. Voimakkaat tunnetilat vaativat aikuisen sensitiivistä tukea ja lasta ei tule jättää yksin voimakkaiden tunteidensa kanssa. Taulukkoon 1. on koottu tunnetuokioiden toteuttaminen tiivistetysti.

TUOKIO 1. Alku haastattelu, tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen. Tunteet ilo, rakkaus, suru ja viha				
Toiminta	Menetelmä	Välineet	Huomioitavaa	Aika
Haastattelu Pohdintaa	Kirjaaminen Tunnekortit Hukka Jukka	Paperi & kynä Tunnekortit Nauhuri käsinukke	Riittävästi aikaa Häiriötön tila Jokainen vuorollaan vastaa	30min.
TUOKIO 2. Tunteiden ilmaisu ja tarttuminen				
Toiminta	Menetelmä	Välineet	Huomioitavaa	Aika
Keskustelu Näyttelemine	Kehollinen ilmaisu	Käsinukke videointi	Turvallinen tila liikkua Lasten ilmaisun tukeminen kannustamalla	25min.
TUOKIO 3. Tunteiden kertaus, tunnesanojen kartuttaminen, pohdinta tehtävä oikein ja väärin.				
Toiminta	Menetelmä	Välineet	Huomioitavaa	Aika
Keskustelu Käsimerkit Runon lausunta	Kerronta Kirjasta tehtävä Peukku ylös Oikein. Peukku alas väärin	Kirja Häijyherneitä ja lempeyslientä s, 96	Ei valmiita vastauksia vaan yhteistä pohdintaa. Lapsilta nousseihin ajatuksiin tarttuminen	25min.
TUOKIO 4. Tunnetarinaa tunnesanan lisääminen, eri tunteiden ilmaisu vahaliidulla piirtäen, tunnevärin saa yksilöllisesti valita. Tunteet ilo, rakkaus, suru ja viha. Erilaisuuden ja erilaisten kokemusten salliminen, yksilöllisyyden vahvistaminen				
Toiminta	Menetelmä	Välineet	Huomioitavaa	Aika
Tunnetilan tunnistaminen piirtäminen	Kerronta Kuvallinen Ilmaisu musiikki	Tunnetarina A3-paperi Vahaliidut kännykkä kaiutin	Valmiiksi tulostettu tarina Vivaldin 4-vuodenaikaa Tunteiden vaihtumisesta kertominen kappaleen aikana Piirrosten esittely ja kuvaaminen	30 min.

TAULUKKO 1. Tunnetuokioiden toiminta, menetelmät, välineet, huomioid, aika

10 JOHTOPÄÄTÖKSET

Karvin 2020 julkaisemassa varhaiskasvatuksen laatu arjessa tutkimuksessa kehittämiskohteiksi nousi kaverisuhteiden syntyminen sekä aikuisen vastuu huolehtia lapsen mahdollisuudesta päästä osaksi yhteisöä. (Varhaiskasvatuksen laatu 2020). Varhaiskasvatussuunnitelmassa kulttuurillinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu kohdassa korostetaan sosiaalisten ja vuorovaikutustaitojen sekä kulttuurillisen osaamisen merkitystä. (Varhaiskasvatuksen perusteet 2018.) Tunnetaitojen vahvistamisen, itsesäätelyn sekä vuorovaikutustaitojen kehittäminen edellyttää tunnetaitojen havainnointia ja pedagogisen toiminnan suunnittelemista niin, että lasten yksilölliset tuen tarpeet tunnetaitojen harjoittelemisessa tulevat huomioiduksi. Tunnetaitojen tukeminen varhaiskasvatusryhmän sosiaalisissa tilanteissa mahdollistaa tunnetaitojen oppimisen ja harjoittelemisen. Lasten hyvät tunnetaidot lisäävät heidän hyvinvointiaan sekä osallisuutta yksilönä yhteisössä sekä yhteiskunnassa.

Tunnetuokioiden havaintojen sekä varhaiskasvattajien ideariihen pohjalta lasten tunnetaidot tulevat esille arjen eri tilanteissa. Havaintoja tunnetaidoista, itsesäätelystä sekä vuorovaikutustaidoista tehtiin varhaiskasvattajien ohjaamissa toiminnoissa sekä lasten välisissä sosiaalisissa tilanteissa. Tunnetaidot tai niiden puutteet vaikuttavat suuresti lapsen mahdollisuuksiin olla vuorovaikutuksessa ryhmän lasten kanssa. Ollessaan vuorovaikutuksessa toisten lasten, perheen, ystävien sekä varhaiskasvatuksen henkilöstön kanssa lapsen minäkuva rakentuu. Varhaislapsuudessa rakentuvat kokemukset arvostuksesta sekä hyväksynnästä, joka luo pohjan lapsen minäkuvalle. (Laaksonen 2022, 46.) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2018 kirjoitetaan, että *varhaiskasvatuksessa tulee huolehtia siitä, että jokainen lapsi kokee itsensä hyväksytyksi sekä kokemuksen kuulumisesta ryhmään omana itsenään.* (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 49.)

Tunnetaitotuokioiden havaintojen pohjalta toiminnalliset menetelmät olivat parhaimpia menetelmiä avata sekä syventää tunnesanastoa sekä tunnetaitoja lapsille, tässä kyseisessä pienryhmässä. Lasten innokkuus pohtia ja tuoda tunteita esiin toiminnan kautta oli selkeästi parempaa verrattuna pelkkään keskusteluun.

Näiden havaintoja kautta tunnetaitoja tulisi harjoitella toiminnan kautta, jossa lasten osallisuus lisääntyy. Toiminnallinen menetelmä, jossa tunteita näytetään keuhollisesti sekä sanoitetaan samalla antaa heille konkreettisia tuntemuksia tunteista ja niiden eri ilmenemismuodoista. Kehon, ilmeiden ja eleiden tunnistamisen opettelu helpottaa lapsia tunnistamaan toisten tunnetiloja, jolloin voidaan mahdollisesti välttyä turhilta konflikteilta.

Tutkimuksen tuloksista voidaan päätellä, että varhaiskasvattajan rooli tunnetaitojen vahvistamisessa sekä kehittämisessä on erittäin tärkeä. Varhaiskasvatusryhmässä lapset pääsevät harjoittelemaan tunnetaitoja, vuorovaikutusta sekä toimimista vertaisryhmässä varhaiskasvattajien tuen avulla. Varhaiskasvattajien tehtäväksi voidaan ajatella sosiaalisten tilanteiden avulla lasten itsesäätelyn ja tunnetaitojen ohjaaminen, yksilöllinen tukeminen erilaisten materiaalein sekä menetelmien avulla. Varhaiskasvattajan läsnäolo ja tuki leikkitilanteissa auttaa kaikkia lapsia varsinkin heitä, joilla on haasteita itsesäätelyssä sekä tunnetaidoissa. Tunnetaitojen harjoittamisen sisällyttäminen pedagogisesti suunniteltuun toimintaan ja lasten yksilöllisiin varhaiskasvatussuunnitelmiin jalkauttaisi tunnetaitojen tukemisen vahvemmin lasten arkeen. Tunnetaidot ja niiden tukeminen kulkisivat koko ajan mukana arjen tilanteissa, eivätkä jäisi vain tiettyihin tuokioihin. Tarpeet ja tunteet ovat koko ajan läsnä meidän kaikkien arjessa ja vaikuttavat monella eri tavalla hyvinvointiimme.

Varhaiskasvatukselta, varhaiskasvatusympäristöltä sekä varhaiskasvattajilta odotetaan aktiivista tunnetaitojen, itsesäätelyn sekä vuorovaikutustaitojen teoria pohjan, menetelmien ja materiaalien hallintaa. Suunnitellessa varhaiskasvatusryhmiä ja pedagogista suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa tulee huomioida lasten ikä, kehitystasot sekä mahdolliset yksilölliset tuen tarpeet. Varhaiskasvatussuunnitelman päivityksessä 2022 huomiota kiinnitetään inkluusioon lapsen tuen näkökulmasta. Jokaisella lapsella tulisi olla oikeus saada tukea erilaisin joustavin järjestelyin omassa ryhmässään. Pedagogisesti tukitoimet suunnitellaan niin, että oikeus oppia ja toimia vertaisryhmässä sekä lasten osallisuus toteutuvat lapsen edun mukaisesti. Tunnetaitojen tukemisen näkökulmasta tämä vaatii varhaiskasvattajilta vahvaa tunnetaito osaamista sekä teoreettista tietopohjaa.

Tutkimuksen tuloksien merkitystä voidaan soveltaa varhaiskasvatuksessa yleis­pätevästi, mutta havainnot varhaiskasvatuksessa olevien lasten tunne taidoista sekä tunnetuokioista saadut havainnot pätevät vain juuri tässä yksikössä ja näiden kyseisten lasten osalta. Tunnetaitojen tukemisen tärkeys sekä varhaiskasvattajien omien tunne- ja vuorovaikutus taitojen hallinnan tärkeys soveltuu yleisesti käytettäväksi kaikille varhaiskasvatuksessa työskenteleville ihmisille. Tutkimuksen luotettavuus kohdistuu siis vain tutkimuksen kohteena olevaan varhaiskasvatus yksikköön sekä tutkittuun lapsiryhmään.

Tutkimuksen tuloksia voidaan kuitenkin hyödyntää kyseisessä varhaiskasvatusyksikössä käyttämällä koostetta varhaiskasvattajien vastauksista ideariihen kysymyksiin pedagogisten iltojen pohjana. Pedagogisissa illoissa voitaisiin avata arvomaailmaa, menetelmiä sekä suunnitella ja kehittää yhteistä tunnetaitojen tukemisen mallia. Ideariihen vastauksien avulla on jo selvitetty varhaiskasvatusyksikön nykytila sekä tehty ajatuksista kooste, jonka pohjalta on helpompi avata keskustelua tunnetaitojen tukemisesta. Tutkimuksen avulla voidaan laajemminkin koko kunnan varhaiskasvatuksessa avata keskustelua tunnetaidoista sekä niiden tukemisen menetelmistä varhaiskasvatusympäristössä. Teoria pohjaan on koottu tietoa tunnetaidoista sekä niihin liittyvistä ilmiöistä, jolloin tutustuminen tunnetaitoihin teoreettisesti on helpompaa. Tutkimuksen pohjalta on vaivattomampaa hakea lisää kirjallisuutta tunnetaidoista ja lisätä varhaiskasvatusyhteisön teoreettista osaamista.

Tunnetaitotuokioista kootun taulukon avulla voidaan suunnitella sekä muokata tunnetaitotuokioita sopimaan oman varhaiskasvatusryhmän ja siinä olevien lasten kehitystarpeiden mukaiseksi. Tunnetaitotuokio kappaleesta on löydettävissä myös teoreettista taustaa sekä kirjallisuutta tukemaan omaa suunnitelmaa. Tunnetaitotuokio osuutta voidaan siis muokkaamalla käyttää laajemminkin varhaiskasvatusyksiköissä. Tutkimuksessa on myös avattu haasteita, joita tutkijalla oli esim. ryhmän koon sekä ikähaarukan muodostamisen osalta ja näin välttyä samoilta virheiltä.

Tutkimus ryhmän kokoamisessa olisi voinut ottaa vielä pienemmän ryhmäkoon, maksimissaan kuusi lasta (parityöskentely mahdollisuus), jolloin ohjaaminen olisi ollut helpompaa ja aikaa olisi jäänyt enemmän kuulla yksittäistä lasta. Lapsien

olisi kannattanut olla samanikäisiä, jolloin tuokion ”haasteellisuutta” olisi ollut helpompi nostaa. Tutkimuksen avulla saatiin kuitenkin tietoa tämän varhaiskasvatusryhmän tunnetaidoista sekä niiden tukemisesta varhaiskasvatuksessa. Tutkimuksen avulla saatiin tietoa yksittäisen lapsen tunnetaidoista ja tätä tietoa voidaan käyttää lapsen yksilöllisessä tukemisessa sosiaalisissa tilanteissa varhaiskasvatusryhmässä. Kehittääkseen tutkimusta voisi tämän tehdä myös kvantitatiivisena tutkimuksena, haasteeksi voisi kuitenkin tulla riittävän vastausmäärän saaminen, jotta tulokset olisivat totuudenmukaisia.

Tutkimuksen tulokset vastaavat kuitenkin kehittämistehtäviin. Tutkimuksen avulla saatiin tietoa lasten tunnetaidoista tässä kyseisessä pienryhmässä. Ideariihen avulla saatiin esille varhaiskasvattajien ajatuksia tunnetaitojen tukemisesta sekä millaisin menetelmin sitä toteutetaan varhaiskasvatusryhmissä.

Kehittämisen näkökulmasta varhaiskasvattajat toivoisivat lisää koulutusta tunnetaitojen tukemisen ohjaamiseen. Tutkimuksen alkuvaiheessa varhaiskasvatusyksikköön oli tilattu tunnetaitokoulutus, joka koronan takia jouduttiin kuitenkin perumaan. Tunnetaitokoulutus pyritään järjestämään mahdollisuuksien mukaan ensi toimintakauden aikana. Tunnetaitokirjallisuutta tässä varhaiskasvatusyksikössä hyödynnetään hyvin. Tunnetaitokirjoja on ostettu sekä kirjaston valikoimaa käytetty ahkerasti. Viitottu rakkaus sekä Väriinautit-sivustot ovat myös helposti käytettävissä ja josta voi tulostaa valmiita tehtäviä sekä tutustua aiheeseen.

11 POHDINTA

Opinnäytettäni tehdessä olen pyrkinyt huomioimaan luotettavuuden sekä eettisyyden koko tutkimusprosessin ajan. Opinnäytetyössäni olen pyrkinyt tuomaan esille tunnetaitojen tukemiseen liittyvää teoriapohjaa tutkimalla alan kirjallisuutta sekä etsimällä erilaisia menetelmiä. Toiminnallinen tutkimusote oli itselleni hyvä valinta, koska siinä saa konkreettisesti olla vuorovaikutuksessa varhaiskasvatusympäristön ja etenkin lasten kanssa. Tunnetuokioiden suunnittelu ja toteuttaminen olivat antoisia ja antoivat tärkeää tietoa lapsiryhmän taidoista. Toiminnallisen tutkimusmenetelmän avaaminen ja raportointi oli itselleni haasteellista, johtuen suuresta tietomäärästä, jota tunnetaidoista, itsesäätelystä sekä vuorovaikutuksesta löytyy. Oli vaikeaa valikoida kirjallisuutta sekä pitää teksti osuus kohtuullisena, koska tunnetaidoista puhuttaessa niihin liittyvät niin monet muutkin sosiaaliset sekä ihmisyyteen liittyvät asiat.

Opinnäytetyötä tehdessä tunnetaitojen tukemisen tärkeys tuli selkeästi esille ja eritoten se, että me aikuiset/hoitajat/varhaiskasvattajat olemme avainasemassa lasten tunnetaitojen kasvualustana. Aikuisten omat tunnetaidot, itsesäätely ja vuorovaikutustaidot vaikuttavat kykyyn tukea lapsia heidän tunnetaitojen kehittämisessä. Varsinkin lapset, joilla on haasteita tunneilmaisussa tai itsesäätelyssä tarvitsevat rinnalleen sensitiivisen ja erilaisuutta hyväksyvän kasvattajan, joka seisoo vakaasti tulessa ja tuiskussa lapsen rinnalla lapsen itsensä ollessa myrskyn silmässä haastavien tunteidensa kanssa.

Varhaislapsuuden ympäristön sekä vuorovaikutuksen laadun merkitys on suuri lasten elämässä. Omien tunteiden tunnistaminen ja niiden esille tuominen rakentavasti on meidän kaikkien hyvinvoinnille tärkeää, jotta pääsimme pois puhumattomuuden kehästä. Tunnetaitojen kehittämisen avulla pystyisimme katkaistamaan ylisukupolvisuuden tuoman haasteen ja ehkä näin luomaan erilaisen tavan olla vuorovaikutuksessa. Tunteista puhuminen on ollut omalla laillaan tabu, ja ongelmista ei ole saanut puhua vaan on pitänyt pitää yllä julkisivua, että kaikki on hyvin. Tunnetaitojen ja itsesäätelyn tukemisen avulla voisimme oppia ymmärtämään itseämme, toisiamme sekä hyväksymään erilaisuutta sekä tukemaan toinen toisiamme alati muuttuvassa yhteiskunnassa.

Tunnetaitojen, itsesäätelyn ja vuorovaikutustaitojen tukeminen tulisikin nostaa yhdeksi tärkeäksi tavoitteeksi lasten pedagogisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa. Varhaiskasvatuksen perusteissa 2018 on huomioitu tunne- ja vuorovaikutustaidot, mutta niiden tavoitteita sekä menetelmiä voitaisiin määritellä ja avata enemmän.

Varhaiskasvatusyksikkö, jossa tutkimustani tein on ymmärtänyt tunnetaitojen tukemisen tarpeellisuuden ja ottaneet sen huomioon ryhmien toimintaa suunniteltaessa. Tunnetaitokoulutusta ja sen tavoitteellista kehittämistä pitäisi kuitenkin jalkauttaa koko varhaiskasvatuksen kentälle. Yhteiset koulutukset, pohdinnat varhaiskasvattajien vertaisryhmissä avasivat uusia näkemyksiä, näkökulmia ja sovimuksia kuinka voisimme parhaiten tukea omaa ja lasten kehitystä.

LÄHTEET

Ahonen, L. 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ahonen, L. & Roos, P. 2019. Iloa ja oivalluksia! Pedagogiikan arviointi ja kehittäminen varhaiskasvatuksessa. Vaasa: Waasa Graphics Oy.

Cacciatore, R. 2008. kiukkukirja. Aggressiokasvattajan käsikirja- vauvasta kouluikään. Helsinki: VL- Markkinointi Oy.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10. painos. Tallinna: Vastapaino.

Hurme, K. & Kyllönen, T. 2014. Turvassa! Vahvista lapsen turvallisuuden tunnetta ja varaudu vaaratilanteisiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Jääskinen, A-M. 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. 3. painos. Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja Oy.

Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tieteen termipankki. n.d. Kasvatustieteet: lähikehityksen vyöhyke. Luettu 24.4.2022. https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kasvatustieteet:l%C3%A4hikehityk%C5%A1en_vy%C3%B6hyke

Koivuniemi, M. & Kinnunen, S. & Mänty, K. & Järvenoja, P. & Näykki, P. 2021. Varhaiskasvatushenkilöstön käsityksiä lasten tunteiden säätelytaitojen kehittymisestä- Käytäntöön integroitu koulutus ammatillisen kehittymisen tukena. Pdf. Oulun yliopisto & Jyväskylän Yliopisto. Luettu 15.4. 2022. <http://jultika oulu.fi/files/nbnfi-fe2021112456723.pdf>

Kirvesniemi, T., Poikolainen, J., Honkanen, K. 2019. The Finnish day-care centre as an environment for learning social-emotional well-being. Journal of Early Childhood Education Research Volume 8 /2019, 26–46. Luettu 9.4.2022. <https://jecer.org/fi/wp-content/uploads/2019/10/Kirvesniemi-Poikolainen-Honkanen-issue8-1.pdf>

Kokkonen, M. 2017. 3. Uudistettu painos. Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Jyväskylä: PS-kustannus.

Köngäs, M. 2018. "eihän lapsil ees oo hermoja": etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa. Lapin yliopisto. Luettu 15.4.2022. https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63145/K%c3%b6ng%c3%a4s_Mirja_ActaE_235pdfA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Köngäs, M. 2019. Tunneäly varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Laaksonen, V. 2022. Kaveritaidot varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa. 2017. OPH raportit ja selvitykset. Pdf. Luettu 3.4. 2022. <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/lasten-sosioemotionaalisten-taitojen-tukeminen-varhaiskasvatuksessa>

Liuska, K. & Turunen, T. 2015. Häijyherneitä ja lempeyslientä. Opas lasten ristiriitatilanteiden ehkäisyyn. Jyväskylä: PS-kustannus.

Pihlaja, P. 2018. Ryhmä erilaisten lasten kasvun paikkana. Teoksessa Pihlaja, P. & Viitala, R. (toim.) Varhaiserityiskasvatus. Keuruu: Otava.

Pöyhönen, J. & Livingston, H. 2021. Fanni ja kiukkuiset kaksoset. Rakentavan riitelyn harjoittelu. Jyväskylä: Kumma- Kustannus.

Riihonen, R. & Koskinen, M. 2020. Kuinka kiukku kesytetään. Keuruu: Otava.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun Ammattikorkeakoulu. Suomen Yliopisto-Juvenes Print Oy. Tampere. Luettu 22.3.2022. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>

Sandberg, E. 2021. Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Jyväskylä: PS- kustannus.

Saukkola, K. & Laane, T. 2020. Näe sydämellä. Luo arvostava yhteys lapseen. 3. Painos. Kerava: Painojussit Oy.

Surakka, A-K. 2013. Lasten tunnetaidot päiväkodissa. 5- vuotiaat ja Tunnekuksu-ohjelma. Varhaiskasvatuksen pro gradu-tutkielma. Kasvatustieteiden laitos. Luettu 15.4.2022. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/42670>

Tunteesta tunteeseen – ihmismielen tarina kuvin ja sanoin. 2022. Opetushallitus. Luettu 21.3.2022. <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen>

Varhaiskasvatuksenlaatu arjessa 2020. Karvi. Pdf. Luettu 15.4.2022. https://karvi.fi/app/uploads/2020/06/KARVI_T0720.pdf

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2018. Pdf. Luettu 9.4.2022. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf

Veijalainen, J. 2020. Lasten itsesäätely lasten kuvaamien hallintakeinojen ja tunteilmaisun näkökulmasta. Pdf. Luettu 15.4.2022. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/318920/LASTENIT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Väriauditit tunne- ja vuorovaikutustaidot. N.d. Pdf. Luettu 3.9.2021.
<https://www.varinauditit.fi/tunnetaidot/>

LIITTEET

Liite 1. Tunnetuokion 1. teemat/kysymykset lapsille

- Mitä tunteet tarkoittavat?
- Missä tunteet tuntuvat?
- Millaisia tunteita koet päiväkodissa?
- Uskallatko näyttää tunteitasi päiväkodissa?

Liite 2. Ideariihen teemat varhaiskasvattajille

Mitä tunteet tarkoittavat?

Kuinka lasten tunteet näyttäytyvät varhaiskasvatuksen arjessa?

Miten tuet lasten tunnetaitoja?

Mitä tunnetaitojen tukeminen vaatii aikuiselta?

Mitä tunnetaitojen kehittyminen vaatii lapselta?

Mitä tunnetaitojen kehittäminen pedagogisesti tarkoittaa?

Miten varhaiskasvatuksen tunnetaito kasvatusta voitaisiin kehittää?