



samk

Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Satakunta University of Applied Sciences

ELINA OLLI

## **”Monipuolisia lähestymistapoja tunnetaitojen harjoitteluun”**

Tunnetaitojen vuosikello Pikkulaurin päiväko-  
din henkilökunnalle

SOSIAALIALAN TUTKINTO-OHJELMA  
2023

## TIIVISTELMÄ

Olli, Elina: ”Monipuolisia lähestymistapoja tunnetaitojen harjoitteluun.” Tunnetaitojen vuosikello Pikkulaurin päiväkodin henkilökunnalle

Opinnäytetyö, AMK

Sosionomi AMK

Maaliskuu 2023

Sivumäärä: 51

Opinnäytetyön kehittämistehtävän tarkoituksena oli kehittää Pikkulaurin päiväkodin tunnetaito-ohjausta ja tunnetaitomateriaalien käyttöä. Kehittämistehtävän tuotoksena suunniteltiin tunnetaitojen vuosikello Pikkulaurin päiväkodin henkilökunnalle antamaan ideoita tunnetaitohetkien suunnitteluun päiväkodista löytyvää tunnetaitomateriaalia hyödyntäen.

Varhaiskasvatuksen toimintaympäristö tarjoaa monipuolisia mahdollisuuksia toteuttaa tunnetaito-ohjausta erilaisia menetelmiä hyödyntämällä. Varhaiskasvatuslaki ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaavat toiminnan suunnittelua. Erilaisten menetelmien hallinnan lisäksi varhaiskasvatuksen henkilöstö tarvitsee tietoa tunnetaidoista, tunnetaitojen kehittymisestä ja tunneprosessin vaiheista.

Kehittämistyön aluksi päiväkodin aulaan rakennettiin näyttely päiväkodin tunnetaitomateriaaleista. Näyttelyn yhteydessä järjestettiin haastattelu päiväkodin henkilökunnalle, haastattelu toteutettiin itsenäisesti täytettävänä lomakehaastatteluna. Kehittämistyön tuotos, tunnetaitojen vuosikello, suunniteltiin tunnetaitomateriaalin ja haastattelun vastausten perusteella.

Vuosikello etenee päiväkodin toimintakauden mukaan, sisältäen viisi teemaa. Teemat suunniteltiin vaihtuvaksi kahden kuukauden välein, kesäkuukausille ei suunniteltu varsinaista teemaa. Jokaisen teeman alle suunniteltiin esimerkkejä, miten kasvattaja voi hyödyntää päiväkodin tunnetaitomateriaaleja tunnetaitohetken suunnittelussa. Tunnetaitojen vuosikello suunniteltiin PowerPoint-ohjelmalla.

Kehittämistyön lopuksi tunnetaitojen vuosikello esiteltiin henkilökunnalle. Palautetta saatiin vuosikellon jäsentelystä ja loogisesta etenemisestä. Tunnetaitojen vuosikelloa pidettiin hyvänä pohjana tunnetaitohetkien suunnitteluun. Vuosikelloa voidaan myös muokata erilaisiin tarpeisiin ja tilanteisiin.

Avainsanat: Tunnetaidot, tunnetaitojen ohjaaminen, varhaiskasvatus, vuosikello

## Abstract

Olli, Elina: "Various approaches for training emotional skills." Annual clock of emotional skills for personnel of Pikkulauri day care centre.

Bachelor's thesis

Bachelor of Social Services

March 2023

Number of pages: 51

The purpose of the thesis's development task was to develop the guidance of emotional skills and the use of emotional skill materials in the day care centre of Pikkulauri. As a result of the development task, an annual clock was designed. The clock offers the personnel ideas for designing emotional skill moments by using the emotional skill materials of the day care centre.

The operating environment of early childhood education offers a wide range of opportunities to implement emotional guidance through various methods. The early childhood education law and the basics of the early childhood education plan guide the planning of activities. In addition to the management of different methods, early childhood education personnel needs knowledge of the emotional skills, and their development and the stages of the emotional process.

At the beginning of the development work, an exhibition of the emotional skill materials of the day care centre was built and an interview with the personnel of the day care centre was organized. The interview was conducted as a form interview. An annual clock was designed on the basis of the emotional skill materials and the answers of the interview.

The annual clock is progressing according to the day care centre's operating period, including five themes. The themes were designed to change every two months, but no actual theme was planned for the summer months. Each theme includes examples of how an educator can use the emotional skill materials in the design of an emotional moment. The annual clock was designed with the PowerPoint program.

Finally, the annual clock was presented for the personnel. Feedback was received on the structure and logical progress of the clock. The annual clock was considered a good basis for designing emotional skill moments. The clock may also be adapted to various needs and situations.

Keywords: Emotional skills, emotional skill guidance, early childhood education, an annual clock

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	6
2 VARHAISKASVATUS .....	7
2.1 Varhaiskasvatus- ja päiväkotitoiminta .....	7
2.2 Tunnetaito-opetus varhaiskasvatuksessa .....	8
3 TUNNETAIDOT .....	9
3.1 Tunteet ovat kehollisia .....	9
3.2 Voimaannuttava tunneprosessi .....	10
3.3 Tunnesäätelyn kerrostalo .....	12
3.4 Kasvuympäristö ja vuorovaikutus tunteiden säätelyn tukena .....	13
4 TUNNETAITOJEN OHJAAMINEN: MENETELMIÄ .....	14
4.1 Vuosikellosta inspiraatiota .....	14
4.2 Rentoutuminen tunteiden säätelyn tukena .....	15
4.3 Satuhieronta tunnetaitojen vahvistajana .....	16
4.4 Kirjallisuus tunnetaitojen ohjaamisessa .....	16
4.5 Arjen merkitys tunnetaito-ohjaamisessa .....	18
5 KEHITTÄMISTYÖN YMPÄRISTÖ .....	19
5.1 Toimeksiantajan ja kohderyhmän esittely .....	19
5.2 Taustalla olevat lähtökohdat, tarpeet ja tavoitteet .....	20
6 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS .....	22
6.1 Suunnitteluprosessin kuvaus .....	22
6.1.1 Vierailut toimintaympäristössä .....	23
6.2 Kehittämistyön menetelmälliset ratkaisut .....	24
6.2.1 Lomakehaastattelu .....	24
6.2.2 Havainnointi .....	25
6.3 Havainnointiaineiston käsittely .....	26
6.4 Haastatteluaineiston käsittely .....	29
6.5 Vuosikellon suunnittelu .....	30
7 ARVIOINTI .....	34
7.1 Yhteistyön arviointi .....	34
7.2 Opinnäytetyöprosessin arviointi .....	35
7.3 Uskottavuus, eettisyys ja raportointi .....	37
7.4 Oman asiantuntijuuden kehittyminen .....	38
8 POHDINTA .....	39
LÄHTEET .....	42
LIITE 1: LOMAKEHAASTATTELU .....	46

LIITE 2: DIASARJA: TUNNETAITOJEN VUOSIKELLO .....	47
---	----

## 1 JOHDANTO

Tunnetaidot ovat kokonaisvaltaisesti läsnä elämässämme. Tarvitsemme tunnetaitoja ihmissuhteiden luomiseen ja ylläpitoon. Sosiaaliset taidot edellyttävät muun muassa vuorovaikutustaitoja ja empatiakykyä, itsetuntemukseen vaikuttavat hyvä minäkuva ja omat mielihyvää tuottavat valinnat. Hyvistä tunnetaidoista on hyötyä myös opiskelussa, myönteinen asenne ja kyky säädellä stressiä ovat hyödyksi uuden oppimiselle. Tunnetaidot vaikuttavat myös terveyteemme, niiden on todettu vaikuttavan esimerkiksi hengitykseen ja vähentämään elimistömme tulehdustiloja. Tunnetaidot lisäävät muun muassa levollisuutta ja myönteistä asennetta sekä rohkeutta elää omannäköistä elämää. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 35–37.)

Tunnetaitojen ollessa iso osa hyvinvointiamme, niitä tuetaan ja vahvistetaan jo varhaisesta iästä lähtien. Varhaiskasvatuksessa tunnetaito-opetus toteutuu ohjatuissa toimintatuokioissa sekä myös erilaisissa arjen tilanteissa. Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuriin kuuluvat monipuoliset toimintatavat, jotka tukevat lapsen ikätasoista kehitystä ja oppimista. Myös tunnetaitoja voidaan vahvistaa monipuolisesti eri toimintatapoja käyttäen. Perinteisempien menetelmien, kuten kirjallisuuden, rinnalla voidaan hyödyntää esimerkiksi satuhierontaa tai rentoutus- ja mielikuvaharjoituksia.

Tunnetaito-ohjauksen kehittämistyö toteutetaan yhteistyössä Pikkulaurin päiväkodin kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää Pikkulaurin päiväkodin tunnetaitomateriaalien käyttöä ja tunnetaitojen ohjausta. Opinnäytetyösäni selvitetään mitä tunnetaitomateriaalia Pikkulaurin päiväkodista löytyy, miten materiaalia käytetään ja minkälainen on hyvä tunnetaitomateriaali. Toiminnallisen opinnäytetyöni tuloksena syntyy tunnetaitojen vuosikello Pikkulaurin päiväkodin varhaiskasvattajille. Ennen vuosikellon suunnittelua päiväkodin tunnetaitomateriaaleista rakennettiin näyttely päiväkodin henkilökunnalle.

Lisäksi päiväkodin henkilökunnan mielipiteitä ja ajatuksia selvitettiin näyttelyn yhteydessä järjestettävällä lomakehaastattelulla. Opinnäytetyö liittyy myös isompaan kokonaisuuteen, jossa suunnitellaan hyvinvoinnin vuosikello varhaiskasvatuksesta lukioon.

## 2 VARHAISKASVATUS

### 2.1 Varhaiskasvatus- ja päiväkotitoiminta

Tässä opinnäytetyössä sanalla ”varhaiskasvatus” tarkoitetaan pedagogisesti painottunutta kasvatuksen, hoidon ja opetuksen suunnitelmallista ja tavoitteellista kokonaisuutta, kun taas sanalla ”päiväkoti” tarkoitetaan varhaiskasvatuksen toimintamuotoa. Siten sana ”varhaiskasvatus” esiintyy osana laajempia kokonaisuuksia, ja sana ”päiväkoti” esiintyy toimintayksiköstä tai toimintamuodosta puhuttaessa. (Opetushallitus, 2022b, s. 8, 17.)

Varhaiskasvatustoimintaa ohjaavat varhaiskasvatuslaki, (Varhaiskasvatuslaki 540/2018) ja varhaiskasvatuslain perusteella laadittu varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan laaditaan paikalliset- ja lastenvarhaiskasvatussuunnitelmat. Varhaiskasvatuksen toiminta on pedagogisesti painottunut opetuksen, kasvatuksen ja hoidon kokonaisuus, toiminta on myös suunnitelmallista ja tavoitteellista. Varhaiskasvatus kuuluu osaksi koulutusjärjestelmää ja sen tavoitteena on edistää elinikäistä oppimista, yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa inklusion periaatteita noudattaen. Kokonaisvaltainen kasvun, oppimisen ja kehityksen edistäminen on varhaiskasvatuksen tärkein tehtävä, tämän lisäksi varhaiskasvatus muun muassa tukee huoltajia heidän kasvatustehtävässään ja mahdollistaa huoltajien työssäkäyntiä. (Opetushallitus, 2022b, s. 7–8, 14.)

Laki määrittää varhaiskasvatustoiminnalle kolme eri muotoa, jotka ovat päiväkotitoiminta, perhepäivähoito sekä avoin varhaiskasvatustoiminta. Eri

toimintamuodot eroavat toisistaan muun muassa henkilöstön koulutuksen ja oppimisympäristöjen suhteen, kaikkia kolmea toimintamuotoa ohjaavat kuitenkin samat tavoitteet, jotka on määritelty varhaiskasvatuslaissa ja varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteissa. Yleisin toimintamuoto on päiväkodeissa tapahtuva päiväkotitoiminta. Päiväkodeissa toiminta toteutuu ryhmissä, jotka muodostetaan esimerkiksi lapsen iän tai tuen tarpeen perusteella, ryhmiä muodostettaessa tulee huomioida myös henkilöstömitoitus. (Opetushallitus, 2022b, s. 17–18.)

Varhaiskasvatuslaki säättää riittävästä henkilöstöstä ja heidän kelpoisuuksistaan. Päiväkodissa työskentelee varhaiskasvatuksen erityisopettajia, varhaiskasvatuksen opettajia, varhaiskasvatuksen sosionomeja, varhaiskasvatuksen lastenhoitajia, perhepäivähoitajia sekä päiväkodin johtaja. (Varhaiskasvatuslaki 540/2018, 6 luku, 25–33§.) Päiväkotitoiminnan pedagoginen vastuu kuuluu varhaiskasvatuksen erityisopettajille ja varhaiskasvatuksen opettajille. Ryhmätoiminnan suunnittelun, tavoitteiden toteutumisen, kehittämisen ja arvioinnin kokonaisvastuu kuuluu varhaiskasvatuksen opettajille, mutta toiminnan suunnittelu ja toteutus on moniammatillista yhteistyötä. (Opetushallitus, 2022b, s. 18.)

## 2.2 Tunnetaito-opetus varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin on kirjattu tavoitteet tunnetaitojen vahvistamisesta osana yksilön kokonaisvaltaista hyvinvointia. Tunteiden tunnistaminen, nimeäminen ja niistä puhuminen ovat osa arjen- ja itsestä huolehtimisen taitoja, joilla on vaikutusta esimerkiksi mielen hyvinvointiin. Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuri tukee hyvin tunnetaitojen oppimista. Esimerkiksi leikkiin kannustaminen ja siinä tukeminen sekä hyvinvointia tukevien toimintojen, kuten rauhoittumisen, lohduttamisen ja kiusaamisen ehkäisyyn huomioiminen päiväkodin arjessa tarjoavat monipuolista tunnetaitokasvatusta. (Opetushallitus, 2022b, s. 26, 31–33.)

Mynämäen kunta korostaa paikallisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa lapsen itsesäätelytaitojen ja tunnetaitojen tukemista kokonaisvaltaisesti arjen eri tilanteissa. Lapsen tunnetaitoja vahvistetaan esimerkiksi harjoittelemalla tunteiden tiedostamista ja nimeämistä sekä harjoittelemalla turvataitoja. Tunnetaitokasvatuksen tukena käytetään muun muassa MiniVerso- sovittelumenetelmää, kiusaamisen ehkäisyn suunnitelmaa sekä erilaisia tunnetaitokasvatukseen suunniteltuja kirjasarjoja. (Mynämäki, 2022, s. 22.)

## 3 TUNNETAIDOT

### 3.1 Tunteet ovat kehollisia

Tunteen kokeminen liittyy vahvasti kehollisuuteen, jokaisella ihmisellä on syntymästään asti olemassa perusta tunnekokemuksille. Kehomme viestii tunnetilasta muuttamalla äänenpainoa, kasvon ilmeitä tai kehonkieltämme. Emme siis voi muuttaa tunteen kokemusta, voimme kuitenkin harjoitella ja vahvistaa tunnetaitojamme jatkuvasti, oppimalla tunteiden säätelyä, sanoittamista ja ilmaisua. Tunteiden säätelyn taito kehittyy lapsen kasvaessa, kouluikäinen lapsikin tarvitsee tunteiden säätelyn tukemisessa aikuisen apua, vaikka hän osaisikin tietoisesti säädellä tunteitaan. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 12.) Tunteiden tunnistamisen merkitys korostuu isossa ihmisjoukossa, kuten esimerkiksi päiväkodin lapsiryhmässä. Kehonkieli on vahvasti läsnä joka hetkessä, sitä havainnoivat lapsiryhmän kasvattajat sekä lapset. Kehon välittämät viestit kertovat yksilön tunnetilasta, ja harjoittavat siten vuorovaikutustaitoja, toisen huomioimista ja tunteiden ilmaisua. (Nummenmaa, 2016, s. 726, 2017, s. 35.) Ennakolta havaitut kehon antamat viestit mahdollistavat nopean tilanteeseen puuttumisen ja hyvän tunnetaitojen oppimistilanteen varhaiskasvatuksen arjessa.

Perustunteiksi voidaan nimetä ilo, suru, pelko, viha, inho ja hämmästyminen. Perustunteita koetaan yleensä tässä ja nyt, niille on ominaista myös jokin kohde.

(Opetushallitus, 2022a.) Perustunteiden tarkoituksena on tuottaa meille mielihyvää, varoittaa vaarasta tai pilaantuneesta aineesta, ohjata siis käyttäytymistämme kohti mahdollisuuksia tai pois uhkaa aiheuttavista tilanteista. (Nummenmaa, 2016, s. 725.) Tunteet ohjaavat siten toimintaamme tavoitteena mielihyvän ja turvallisuuden tunteen kokemukset. Tunteiden tunnistaminen ei aina ole yksinkertaista, etenkin lasten kanssa työskenneltäessä tulee varautua tukemaan lasta tunteiden tunnistamisessa, nimeämisessä ja kehollisessa kokemisessä. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 36–38.) Tämänkaltainen tukeminen tarkoittaa esimerkiksi tunteen sanoittamista, jolloin jo tunteen nimeäminen rauhoittaa lasta.

Tunnereaktiot ovat nopeita ja automatisoituneita, niiden tarkoitus on suojata ihmistä esimerkiksi antamalla viesti janoon tunteesta tai läheisyyden tarpeesta. Hyvä tunneyhteys omaan itseen on ensiarvoisen tärkeää, koska tunne pitää pystyä kohtaamaan ennen kuin voidaan keskittyä tunteen säätelyyn tai ilmaisemiseen. Huono tunneyhteys omaan itseen altistaa myös väärille valinnoille ja epämieluisan tunteen pitkittymiseen. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 12.) Tällaiset nopeat tunnereaktiot ovat tyypillisiä päiväkodissa siirtymä- ja odotustilanteissa. Lapsi esimerkiksi kokee epäonnistumista pukemisessa tai päivän ruoka ei miellytä, seuraa ikävä tunne, jota ei kyetä tunnistamaan, säätelyyn ja ilmaisemaan, tästä seuraa ei toivottua käytöstä ja tilanne paheenee. Siksi päiväkodin arjessa tapahtuvaan tunnetaito-ohjaukseen tulee kiinnittää huomiota, aidoissa tilanteissa tapahtuva tunnetaito-ohjaus tukee lapsen itsesäätelytaitoja ja opettaa toisen ihmisen huomioimista.

### 3.2 Voimaannuttava tunneprosessi

Jääskinen & Pelliccioni (2017) kuvaavat tunnetaitoja tunneprosessina. Tunneprosessin vaiheet ovat tunteen tunnistaminen, tunteen sietäminen, tunteen säätely, tunteen ilmaiseminen, tunteen käsittely ja lopuksi voimaantuminen. Tunneprosessia ei kuitenkaan aina voi ajatella loogisesti arjessa esiintyvissä tilanteissa, prosessin eri vaiheet saattavat aaltoilla edestakaisin vaiheesta toiseen tai yhdistyä toisiinsa (s. 35–36). Tunneprosessin ymmärtäminen osana

omaa ammattitaitoa on tärkeää. Eri vaiheiden merkityksen ja tarkoituksen ymmärtäminen ohjaavat kasvattajaa valitsemaan sopivia keinoja tilanteen ratkaisemiseksi niin työtehtävää hoitaessaan, kuin omia tunteita työstäessäänkin.

Tunteen tunnistaminen luo pohjan tunnetaitojen oppimiselle, jotta voimme tunnistaa tunteita tulee meidän osata yhdistää tunnesanoja ja tunneaistimuksia, ymmärtää tunnesanoja sekä ymmärtää oman kehon aistimuksia (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 36). Varhaiskasvatuksen arki tarjoaa jo itsessään hyvän pohjan tunteiden tunnistamisen oppimiselle, erilaiset ristiriitatilanteet ja siirtymätilanteiden levottomuudet aiheutuvat usein siitä, ettei lapsi osaa sanoittaa omia tuntemuksiaan tai kehonsa viestejä. Kasvattajan tuki ja erilliset tunnetaitohetket auttavat antamaan tunteille ja aistimuksille nimiä sekä hahmottamaan missä kehonosassa tunteet tuntuvat.

Jääskinen & Pelliccioni (2017, s. 35, 39, 42) erittelevät tunneprosessin seuraavat vaiheet, sietämisen ja säätelyn, erikseen. Tunteen sietämisen tarkoituksena on antautua tunteelle ja odottaa sen laimenemista. Tunteen säätelykyky puolestaan tarkoittaa riittävän hyvän olotilan löytymistä ja tunteiden tiedostamista. Itse ajattelen vaiheita yhdessä, koska niitä tukevat toimet ovat samankaltaisia. Kokemukseni mukaan lasten kanssa työskenneltäessä kosketus ja positiivisten mielikuvien ajattelemisen auttavat sekä sietämään, että säätelämään tunnetta. Jääskisen & Pelliccionin (2017, s. 40–43) mukaan tunteen sietämisessä auttavat hengityksen rauhoittaminen ja ajatusten siirtäminen muuhun tekemiseen, näin aivot saavat aikaa käsitellä tilannetta. Niin ikään mielikuvat, hengityksen rauhoittaminen ja kosketus rauhoittavat ja siten tukevat myös tunteiden säätelyä.

Tunteen ilmaiseminen ja purkaminen kuuluvat tunneprosessin viimeisimpiin vaiheisiin. Jääskinen & Pelliccioni (2017, s. 44–46) erottelevat myös nämä vaiheet erikseen, mutta muistuttavat että toisinaan tunne on jo purkautunut ulos kehosta ja mielestä tunteiden ilmaisun vaiheessa, joskus taas tunteen purkaukset tulevat vasta myöhemmin. Tunteita voidaan ilmaista ja purkaa monipuolisilla keinoilla, kehon liike, luova toiminta ja kehonkieli toimivat ilmaisun ja tunteiden käsittelyn menetelminä. Lisäksi tunteiden sanoittaminen on tärkeää

taito ihmissuhteissa ja vuorovaikutuksessa, vain sanoittamalla tunteet ja ajatukset voi viestiä muille mitä ajattelee ja tuntee. Kokemukseni mukaan varhaiskasvatuksen arki tarjoaa monipuolisia tapoja ilmaista ja purkaa tunteitaan. Esimerkiksi liikkumisen monet muodot, leikki ja luovat toiminnot tukevat tunteiden ilmaisua ja purkamista. Tunneprosessin viimeistä vaihetta kutsutaan voimaantumiseksi. Voimaantuessaan ihminen kokee vahvaa luottamusta elämään ja luottaa selviävänsä erilaisista tilanteista. Hän on erilaisia tunnetilanteita kohdatessaan oppinut tietämään ja tuntemaan omia vahvuuksiaan ja kehonsa viestejä. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 46.)

### 3.3 Tunnesäätelyn kerrostalo

Tunnesäätelyn ja tunteiden kehittymisen taustalla vaikuttavat yksilön perimä ja neurobiologiset tekijät (Kokkonen, 2017, s. 77). Tunnetaitojen ohjaaminen ja tukeminen tarvitsevat rinnalleen perustason tietoa aivojen kehityksestä ja toiminnasta. Sainio ym. (2020) havainnollistavat aivojen toimintaa kerrostalomallin avulla. Kerrostalon perustan muodostavat ensimmäisenä kehittyvä aivorunko, alakerran limbisen järjestelmä ja yläkerran viimeiseksi kehittyvä etuotsalohko. Aivorunko huolehtii muun muassa yleisestä vireydestämme ja kehomme fysiologisista toiminnoista sekä toimii viestin välittäjänä aivojen ja kehon välillä, limbisen järjestelmä on aivojemme tunnekeskus, jossa tunnereaktiot tapahtuvat. Ylimmässä kerroksessa sijaitsevalla etuotsalohkolla on tärkeä tehtävä vastata toiminnanohjauksesta keräämällä yhteen kaikki havaitsemansa tieto, ja siten vaikuttaa empatiakykyyn, itsehillintään ja tunteiden säätelyyn. Etuotsalohko kehittyy hitaasti aina aikuisikään saakka, sen vuoksi sen toiminta haavoittuu ja väsy herkästi lapsuudessa. Väsyneenä toiminnanohjaus ei toimi ja nopeat tunnereaktiot ottavat vallan ja esimerkiksi itsehillintä pettää (s. 41–44). Tämän vuoksi tunnetaitojen ja itsesäätelyn tukeminen ovat tärkeä huomioida lapsen toimintaympäristöissä.

Muita itsesäätelyyn vaikuttavia aivojen osia ovat mantelitumake, hippokampus, hypotalamus ja accumbens-tumake. Nämä osat sijaitsevat aivorungon ja limbisen järjestelmän alueella, ja vaikuttavat eri tavoin itsesäätelyymme.

(Sainio ym., 2020, s. 40.) Mantelitulmake on näistä keskeisin, tunnereaktio käynnistyy mantelitulmakeen aistiessa jonkin tunneperäisen ärsyksen tai uhan. Tunnereaktion voi käynnistää myös aivokuoren kautta kulkeutuva ajatus. Hippokampuksessa sijaitsevien muistikokemusten avulla mantelitulmake arvioi tilanteen turvalliseksi tai uhatuksi, tämä prosessi on ohi nopeasti noin sekunnin sadasosassa. Itse tunteen on todettu kestävän kahdeksan minuuttia, edellyttäen, että henkilö suostuu kokemaan tunteen. Tunne on voimakkaimmillaan noin puolessa minuutissa, jonka jälkeen tunne alkaa laimentua. Voimme myös itse vaikuttaa tunteen kestoon omilla ajatuksillamme, myönteiset ajatukset laskevat voimakkuutta, ja kielteiset ajatukset ruokkivat tunnetta. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 14.) Päiväkodin työntekijöiden myönteinen asenne ja positiivinen työskentelytapa auttavat hankalissa tunnetilanteissa, ja vaikuttavat positiivisesti tunnetilan kestoon.

### 3.4 Kasvuympäristö ja vuorovaikutus tunteiden säätelyn tukena

Aivorakenteiden ohella lapsen ja vanhemman välisellä vuorovaikutuksella on vaikutusta tunteiden säätelyyn. Varhaisen vuorovaikutuksen vaikutus on välillinen, koska vaikutus tapahtuu aivojen toiminnan kautta tarjoten lapselle sellaisia kokemuksia, jotka ovat aivojen kehittymisen kannalta elintärkeitä. Vauvan aivojen rakenteellista kehitystä tapahtuu jo raskausaikana, joten kohdussa koetut rytmit, liikkeet ja ulkopuoliset äänet edistävät aivojen kehittymistä. Raskauden aikainen stressi ja äidin päihteiden käyttö altistavat kohdussa olevan vauvan keskushermoston ja tunteiden säätelyn epäsuotuisalle kehitykselle. (Kokkonen, 2017, s. 85.) Varhaiskasvatuksen tunnetaito-ohjauksella on myös tärkeä tehtävä tukea vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Kokemukseni mukaan valmiit tunnetaito-ohjelmat sisältävät myös vanhempia osallistavaa, kotiin jaettavaa materiaalia tunnetaitokasvatukseen liittyen. Lisäksi kasvattaja voi hyödyntää esimerkiksi satuhierontamenetelmää (Tuovinen, 2014), ja vahvistaa siten lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta.

Vanhempien antama malli ja kasvatustyyli vaikuttavat osaltaan myös lapsen tunteiden säätelyyn. Vanhempien tunneilmaisua ja tunteiden hallintaa

tarkkailemalla lapsi muodostaa käsityksen siitä, miten tunteisiin suhtaudutaan, ja miten niitä säädellään. Autoritatiivisen, eli kunnioittavan ja keskusteleavan kasvatustyylin, on todettu olevan tunteiden säätelyn oppimisen ja kehittymisen kannalta paras vaihtoehto. Hyväksyvä, rakastava ja johdonmukainen kasvatustyyli vahvistaa lapsen itsetuntoa, myönteisen kasvatustyylin on todettu vaikuttavan tunteiden säätelyyn positiivisesti myös murrosiässä ja aikuisena. (Kokkonen, 2017, s. 90–91.) Koen myös tärkeäksi, että varhaiskasvatushenkilöstö toimii kasvatustilanteissa johdonmukaisesti noudattaen yhdessä sovit-  
tuja toimintamalleja.

Lapsen tunnesäätelyyn vaikuttaa olennaisesti myös kodin ilmapiiri, riitaisa, tunneilmiasua kieltävä kasvuympäristö vaikuttaa haitallisesti esimerkiksi lapsen kykyyn tunnistaa ja ilmaista omia tunteitaan (Kokkonen, 2017, s. 96–97). Köngäs & Määttä (2020) toteavat tutkimuksessaan, että myös henkilökunnan väliset ristiriidat ja kuormittava työilmapiiri haittaavat tunnesäätelyn tukemista. Erilaiset haasteet perheen arjessa heijastuvat myös lapseen tai nuoreen. Vaikka lapsen tai nuoren kotiolot eivät olisikaan parhaat mahdolliset, lapsen elämässä olevia muita ympäristöjä hyödyntämällä mahdollistetaan turvallinen kasvu ja kehitys. Esimerkiksi päivähoiton ja koulun turvalliset aikuiset ovat joissakin tapauksissa korvaamaton tuki lapselle tai nuorelle tunnetaitojen tukemisessa. (Wahlbeck ym., 2017, s. 987–988.)

## 4 TUNNETAITOJEN OHJAAMINEN: MENETELMIÄ

### 4.1 Vuosikellosta inspiraatiota

Vuosikello on eräänlainen työkalu, josta yhdellä silmäyksellä näkee koko vuoden suunnitellut toiminnot tai tehtävät. Vuosikello voi olla laadittu sanallisesti tai graafisesti, tehty paperilla tai tietotekniikkaa hyödyntäen. Internettiä voi hyödyntää valmiin mallipohjan etsimisessä. Vuosikello luo toimintaan selkeyttä.

Organisaatiossa voi olla vuosikelloja eri tilanteisiin, tällöin kannattaa varmistua siitä, että kellot ovat keskenään samassa ajassa. (Innokylä, n.d.)

Varhaiskasvatuksessa vuosikelloa voi hyödyntää esimerkiksi tunnetaitojen tukemisessa. Vuosikellon ei ole tarkoitus kertoa yksityiskohtaisesti mitä, miten ja koska tehdään, ennemminkin se antaa varhaiskasvattajalle inspiraatiota suunnitella tunnetaitokasvatusta erilaisia materiaaleja ja menetelmiä hyödyntäen, juuri oman ryhmänsä tarpeet huomioiden. Varhaiskasvatuksessa käytettävän vuosikellon rakenteessa tulisi huomioida myös toimintakausi. Varhaiskasvatusta järjestetään ympäri vuoden, mutta niin kutsuttu toimintakausi mukailee perusopetuksen lukuvuotta, alkaen elokuussa ja päättyen toukokuussa.

#### 4.2 Rentoutuminen tunteiden säätelyn tukena

Kun ihminen rentoutuu, sydämen syke laskee, hengitys tasaantuu ja hän kokee mielihyvän tunnetta, huolet väistyvät. Rentoutuminen ruokkii lapsen turvallisuuden tunnetta ja auttaa hahmottamaan tunteita oman kehonsa kautta, rentoutuminen vaikuttaa suotuisasti tunteiden säätelykykyyn. Kosketuksella on myös rentouttava vaikutus, etenkin stressaavat ja jännittävät tilanteet helpottavat kosketuksesta. Kosketus vahvistaa myös lapsen itsesäätelykykyä ja viestii luottamuksesta lapsen ja aikuisen välillä. Päiväkodin arjessa tunnetaitoja voi vahvistaa esimerkiksi satuhieronnan tai erilaisten rentoutusharjoitusten avulla. Toisinaan rentoutuminen on lapsille haastavaa, se tulisikin aloittaa vaiheittain ja huomioida lasten yksilölliset tarpeet ja ikätaso. (Suntio, 2015, s. 75, 96.) Moninaisten hyvinvointia edistävien vaikutusten vuoksi koen rentoutumisen ja rauhoittumisen taidon tärkeäksi jo varhaisista vuosista alkaen.

Rentoutusharjoituksia, kuten rentoutujiakin, on monenlaisia. Etenkin lasten kanssa toimiessa harjoitteiden toiminnallisuus ja leikinomaisuus auttavat rentoutumisessa. Leikkiä ja liikunnallisuutta hyödyntämällä lapsille voidaan havainnollistaa jännittyneen ja rentoutuneen kehon eroavaisuuksia. Esimerkki tällaisesta harjoitteesta on, että musiikin soidessa liikutaan rennosti, musiikin pysähtyessä pysähdytään paikoilleen ja ohjaajan ohjetta noudattaen vedetään

hartiat korviin, musiikin jatkuessa rentoudutaan ja lähdetään liikkeelle. Ma-kuulla tehtävät rentoutusharjoitukset vaativat onnistuakseen keskittymistä ja rauhoittumista paikoilleen. Tämänkaltaisissa harjoituksissa keskitytään mieli-kuviin ja hengitykseen tai eri kehon osien jännittämiseen ja rentouttamiseen. (Suntio, 2015, s. 96–103.)

#### 4.3 Satuhieronta tunnetaitojen vahvistajana

Satuhieronnalla on monia positiivisia vaikutuksia kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, sen on todettu muu muassa parantavan unenlaatua, kehittävän sosiaalisia taitoja ja tukevan itsetuntoa. Satuhieronta yhdistää sadun ja kosketuksen, tarina ikään kuin piirretään hierottavan kehoon erilaisin liikkein, turvallisia kehon osia ovat esimerkiksi selkä, kädet, jalat, ja pää. (Tuovinen, 2014, s. 12–13.) Päiväkodin arjessa satuhieronnan vaikutukset näkyvät muun muassa siirtymätilanteiden jouhevuutena, lasten välisissä suhteissa tai yleisenä tyytyväisyytenä ja rauhallisuutena.

Satuhierontaa voi toteuttaa päiväkodin arjessa monin eri tavoin, esimerkiksi nukutustilanteissa tai liikuntahetken loppurentoutuksessa, myös lapset voivat tehdä satuhierontaa toinen toisilleen aikuisen lukiessa satua (Tuovinen, 2014, s. 90). Leikin ja liikunnan avulla toteutettavat, toiminnalliset, satuhierontaharjoitteet sopivat isommallekin ryhmälle toteutettavaksi, ne ovat myös luonteva tapa tutustua satuhierontaan. Toiminnallisissa harjoitteissa yhdistyvät ilo, lasten välinen vuorovaikutus ja sosiaalisten taitojen kehittyminen. Itsetuntoa, rauhoittumista ja rentoutumista tukevat harjoitteet on hyvä tehdä pienryhmissä tai yhdelle lapselle kerrallaan. (Tuovinen, 2014, s. 20.) Lapset voivat keksiä satuhieronnan tarinoita myös itse, itse keksityt tarinat sopivat hyvin esimerkiksi tukemaan vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta.

#### 4.4 Kirjallisuus tunnetaitojen ohjaamisessa

Taidelähtöisten menetelmien, kuten kirjallisuuden, käyttö varhaiskasvatuksen arjessa on monipuolista lapsen itsetuntoa, minäkuvaa ja sosiaalisia taitoja

tukevaa toimintaa. Taiteen kautta lapsi ammentaa tietoa ympäristöstään edistään samalla omaa kasvua ja kehitystään sekä suhdettaan maailmaan. (Aerila & Kauppinen, 2020, s. 41.) Tunteiden tunnistamisessa keskeisessä roolissa ovat muun muassa ilmeet, eleet ja erilaiset äänenpainot, joita havainnoimalla lapsi oppii yhdistämään tunnetiloja ja ilmeitä toisiinsa (Neitola & Koivula, 2020, s. 29). Näin ollen kirjallisuus ja erityisesti kuvakirjat tarjoavat opettavaisia ja merkityksellisiä hetkiä tunnetaitojen oppimiseen (Heikkilä-Halttunen, 2015, s. 49).

Tunnetaitokasvatukseen suunnatuista kuvakirjoista lapsi oppii muun muassa oikean ja väärän erottamista, tärkeitä sosiaalisiin suhteisiin vaikuttavia taitoja, kuten empaattisuutta ja toisen huomioon ottamista, rikastaen ja kehittäen samalla sanavalmiuttaan ja tunnesanastoaan. Kirjoissa käsitellään myös tavallisessa perhearjessa vastaan tulevia haasteita, kuten uhmaa tai pimeän pelkoa. (Heikkilä-Halttunen, 2015, s. 49–52.) Tänä päivänä on saatavilla myös tunnetaitokirjallisuutta, jotka ovat kohdennettu juuri tiettyyn tunteeseen, kuten suruun.

Fanni-tunnetaitosarjan ovat kehittäneet psykologit Julia Pöyhönen ja Heidi Livingston. Kirjasarja on palkittu muun muassa vuonna 2022 Opetus- ja kulttuuriministeriön tiedonjulkistamisen valtion palkinnolla ja vuonna 2020 se on saanut Punni-palkinnon, joka on Lastenkirjainstituutin myöntämä kunniamaininta. Tunnetaitosarja opastaa tunnetaitojen tukemista esimerkiksi varhaiskasvattajille. Fanni-kirjasarja on suunnattu 4–7-vuotiaille, keväällä 2023 sarja täydentyy pienemmille lapsille suunnatulla Miu-sarjalla. (Fanni Emotions, 2023b.) Kirjat sisältävät itse tarinan, tietoa tunnetaitojen tukemisesta sekä erilaisia tehtäviä yhdessä lasten kanssa toteutettavaksi. Kirjasarjaan kuuluu kuusi kirjaa ja tunnetaitokortit. Kirjasarja on rakennettu tunneprosessia mukaillen sisältäen tunteen sallimisen, tunnistamisen ja nimeämisen, tunteiden säätelyn ja ongelman ratkaisun askeleet, kirjat sopivat käytettäväksi myös yksinään. (Fanni Emotions, 2023a.)

#### 4.5 Arjen merkitys tunnetaito-ohjaamisessa

Päiväkodin arjessa, toimintahetkien ulkopuolella, tapahtuva tunnetaito-ohjaus on myös tärkeässä roolissa lasten tunnetaitojen opettelussa. Kurki (2017, s. 66–67), tutki väitöskirjassaan pienten lasten tunteiden ja käyttäytymisen säätelyä sosiaaliemotionaalisesti haastavissa tilanteissa. Yleisesti pienet lapset pyrkivät vaikuttamaan ympäristöön haastavissa tunnetilanteissa niin yksin kuin toistensa kanssa toimiessakin. Haastavien tunnetilanteiden selvittelyssä aikuisen tukea tarvitaan esimerkiksi eri näkökulmien huomioon ottamisen omaksumisessa.

Veijalainen ym. (2017, s. 102–104) tutkivat lasten itsesäätelytaitoja suomalaisessa päivähoitossa. Tulosten mukaan itsesäätelytaitojen kokonaisvaltaisuus ja vaikutus tasapainoiseen elämään tulee tiedostaa. Päiväkodin henkilöstön tuleekin kiinnittää huomiota päiväkodin arjessa tilanteisiin, joissa tunteet ja sosiaaliset taidot ovat läsnä. Henkilökunnan on myös ymmärrettävä itsesäätelytaitojen moninaisuutta ja huomioitava niiden heikkouden vaikutuksia esimerkiksi motorisiin- ja kielellisiin vaikeuksiin.

Köngäs & Määttä (2020) toteavat tutkimuksessaan, että lapsille tulisi antaa tilaa ja mahdollisuus leikkiin positiivisessa ympäristössä, tällöin he oppivat tunnetaitoja monipuolisesti ja oivaltavat asioita myös itse. Päiväkodin aikuisen rooli on ymmärtää ja tukea lasten keskinäisiä suhteita. Köngäs & Määttä (2020) pohtivat tutkimuksessaan myös, miten tunnetaitojen ohjaamista päiväkodeissa voitaisiin kehittää. Tutkimustulokset kertovat miten säännöt, aikataulliset haasteet ja toimimattomat tiimit haittaavat tunnetaitojen opetusta, he kannustavatkin henkilöstöä avoimeen keskusteluun tunnetaidoista ja niissä esiintyvistä haasteista.

Esimerkki isompien lasten kanssa käytettävästä toimintamallista ja arjen tunnetaito-ohjauksesta on MiniVerso-toiminta. MiniVerso on VERSO-ohjelman varhaiskasvatusympäristöön luotu toimintamalli ristiriitatilanteiden selvittämiseen. Toiminta tukee ja vahvistaa lapsen oikeuksia, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Toimintamallissa käytetään restoratiivista, eli sovitteluvaa tunteet

huomioivaa, lähestymistapaa. MiniVerso toimintamallin ideana on, että lapset oppivat itse löytämään ratkaisuja erimielisyyksiinsä koulutetun ohjaajan tukeamana. Toimintamalli kannustaa lapsia oppimaan ristiriitatilanteista ja hyväksymään ne osaksi elämää. Sovittelutapahtumassa toisen kunnioitus ja kuuntelu on tärkeää. (Suomen sovittelufoorumi ry, n.d.) Pikkulaurin päiväkodissa käytetään toimintamallia isompien lasten ristiriitatilanteiden selvittelyssä. Yhdessä esikouluryhmässä sovittelutilanteessa apuna käytettiin pehmolelua. Pehmolelua kädessään pitävällä lapsella oli puheenvuoro.

## 5 KEHITTÄMISTYÖN YMPÄRISTÖ

### 5.1 Toimeksiantajan ja kohderyhmän esittely

Pikkulaurin päiväkotiki on yksi Mynämäen kuudesta päiväkodista. Päiväkodissa on seitsemän lapsiryhmää, lapset ovat iältään alle kolmevuotiaista esikouluikäisiin. Alueen vuorohoito järjestetään myös Pikkulaurin päiväkodissa. (Mynämäki, n.d.). Päiväkodin yleisiin tiloihin kuuluvat aula, jumppasali sekä iso piha-alue, josta on erotettu alle kolmevuotiaille oma alue. Päiväkodin henkilökunta koostuu päiväkodin johtajasta, varhaiskasvatuksen erityisopettajista, varhaiskasvatuksen opettajista, joista osalla on sosionomin koulutus, varhaiskasvatuksen lastenhoitajista, henkilökohtaisista avustajista ja ryhmäavustajista sekä tukipalveluiden henkilöstöstä. Olen suorittanut sosionomin opintoihin kuuluvia harjoittelujaksoja kyseisessä päiväkodissa.

Mynämäen kunnan varhaiskasvatuksen arvopohja pohjautuu varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus, 2022b, s. 20) määriteltyyn arvopohjaan huomioiden oikeuden oppimiseen, lasten osallisuuden, turvallisuuden, ainutlaatuisuuden ja lämpimän vuorovaikutuksen. Kyselyiden ja yhteisten arvokeskustelujen kautta toiminnassa painottuvat iloisuus, onnellisuus sekä itsetuottamuksen vahvistaminen. Mynämäen kunnan paikallinen varhaiskasvatussuunnitelma painottaa toiminnassaan luontoa, liikuntaa ja leikkiä sekä

positiivista pedagogiikkaa. Pienryhmätoiminta on vahvasti läsnä arjen toiminnoissa erilaisissa kasvatuksen-, hoidon- ja oppimisen tilanteissa. (Mynämäki, 2022, s. 16–19.)

Kehittämistyöni tuotos, tunnetaitojen vuosikello, suunniteltiin päiväkodin lapsiryhmissä työskentelevien varhaiskasvatuksen ammattilaisten käyttöön. Toiminnan pedagoginen vastuu on varhaiskasvatuksen erityisopettajilla ja varhaiskasvatuksen opettajilla. Varhaiskasvatuksen opettajat vastaavat lisäksi lapsiryhmien toiminnansuunnittelun kokonaisuudesta, mutta koko varhaiskasvatuksen henkilöstö osallistuu yhteistyössä lapsiryhmien toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen. (Opetushallitus, 2022b, s. 18.)

## 5.2 Taustalla olevat lähtökohdat, tarpeet ja tavoitteet

Ajatus Pikkulaurin päiväkodin kanssa yhteistyössä toteutettavasta opinnäytetyöstä lähti liikkeelle ensimmäisessä harjoittelussani, kun tutustuin päiväkodin perehdytyskansioon. Huomasin perehdytyskansiossa olevan vuosisuunnitelmia muun muassa liikuntaan, musiikkikasvatukseen ja ympäristökasvatukseen liittyen. Oma ajatukseni oli toteuttaa ruokakasvatukseen liittyen oma vuosisuunnitelma. Kerroin ajatuksestani ohjaajalleni ja hän mainitsi, että tunnetaitojen vuosikellolle olisi myös tarve. Päädyin siis työelämän tarpeen takia vaihtamaan vuosikellon teemaa ruokakasvatuksesta tunnetaitoihin.

Toisen harjoitteluni jo päätyttyä sain viestin päiväkodin johtajalta. Hän kertoi varhaiskasvatuksen erityisopettajan olevan mukana työryhmässä, joka tekee hyvinvoinnin vuosikelloa varhaiskasvatuksesta lukioon. Tunnetaitojen ollessa iso osa hyvinvointia, hän ehdotti yhteistyötä tunnetaitojen osalta. Samassa viestissä hän totesi, että päiväkodin tunnetaitomateriaalit olisi hyvä koota yhdeksi näyttelyksi, ja kartoittaa mitä materiaalia on tarjolla. Näyttely olisi hyödyksi koko päiväkodin henkilökunnalle.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on kehittää Pikkulaurin päiväkodin tunnetaitomateriaalien käyttöä ja tunnetaitojen ohjaamista. Tunnetaitomateriaalia on

paljon, ja se on levittäytynyt ympäri Pikkulaurin päiväkotia. Tunnetaitomateriaalia tilataan, koska koetaan aiheen olevan tärkeä eikä aina ole mahdollisuutta tutustua tarkemmin millaisesta materiaalista on kyse. Opinnäytetyössäni selvitetään, millainen on hyvä tunnetaitomateriaali, mitä materiaalia Pikkulaurin päiväkodista löytyy ja miten tunnetaitomateriaalia käytetään. Päiväkodista löytyvä materiaali kerätään yhteen, ja niistä rakennetaan näyttely päiväkodin aulaan.

Toiminnallisen opinnäytetyöni tavoitteena on suunnitella tunnetaitojen vuosikello Pikkulaurin päiväkodin varhaiskasvattajille. Vuosikello suunnitellaan päiväkodilta löytyvän tunnetaitomateriaalin ja henkilökunnalle näyttelyn yhteydessä pidettävän lomakehaastattelun pohjalta. Opinnäytetyön tuotoksena syntyvä vuosikello antaa ideoita ja valmiin pohjan, jolle on hyvä rakentaa tunnetaitojen ohjaamisen suunnittelu ja toteutus vuodenaikojen mukaan. Vuosikellon käyttö toiminnan suunnittelussa antaa kasvattajalle mahdollisuuden hyödyntää päiväkodista löytyvää materiaalia laajasti. Vuosikellon suunnittelun pohjana oleva näyttely kokoaa tunnetaitomateriaalin yhteen, ja auttaa hahmottamaan mitä ja minkälaista materiaalia on jo saatavilla, mikä materiaaleissa on hyvää ja minkälainen materiaali ei toimi kyseisessä paikassa, ja minkälaista materiaalia mahdollisesti voitaisiin hankkia lisää.

Vaikka opinnäytetyöni päätavoite on kehittää Pikkulaurin päiväkodin tunnetaitojen ohjaamista, sen voidaan ajatella hyödyttävän myös isompaa kokonaisuutta. Päiväkodin varhaiskasvatuksen erityisopettaja on mukana työryhmässä, joka tekee hyvinvoinnin vuosikelloa varhaiskasvatuksesta lukioon. Tunnetaidot liittyvät vahvasti hyvinvointiin, joten yhteistyö varhaiskasvatuksen erityisopettajan kanssa edesauttaa molempien osapuolten työskentelyä.

## 6 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS

### 6.1 Suunnitteluprosessin kuvaus

Suunnitteluprosessi käynnistyi aiheen ideoinnilla ja hyväksyttämällä päiväkodin johtajan kanssa. Ensimmäisen kerran keskustelimme opinnäytetyöstä ja aiheesta keväällä 2022, jolloin sovimme alustavasti opinnäytetyön tekemisestä. Yhteistyöstä sovittiin tarkemmin alkusyksystä 2022, ja aloitin opinnäytetyöni suunnitelman kirjoittamisen. Opinnäytetyön suunnitelma hyväksyttiin ja allekirjoitettiin marraskuussa 2022. Suunnitteluvaiheessa toimeksiantaja tarkoitti toiveitaan opinnäytetyön suhteen ja kertoi sen hyödyttävän myös suunnitteilla olevaa isompaa kokonaisuutta. Toiveet, aikataulu ja tarkennukset kirjattiin sopimukseen. Kommunikointi ja viestien välittäminen tapahtui pääosin sähköpostin välityksellä, vaihdoin ajatuksia opinnäytetyöhöni liittyen myös kasvotusten.

Käyttökelpoisen vuosikellon suunnittelu vaatii konkreettisen tunnetaitomateriaalin lisäksi varhaiskasvatuksen toimintaa ohjaavien asiakirjojen, varhaiskasvatuslain ja varhaiskasvatussuunnitelman ja paikallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden tuntemusta. Toimintaympäristöä havainnoimalla saatiin selville valmiina löytyvä aineisto sekä käsitys siitä minkälaista aineistoa on vielä hankittava laadukkaan vuosikellon suunnittelemiseksi (Kostamo ym., 2022, s. 53).

Materiaalien keräilyvaiheessa tapaamiset ja vierailut päiväkodissa sovittiin etukäteen, koska ei ole hyvän tavan mukaista ilmestyä paikalle, ja vaatia kasvattajien aikaa kesken toiminnan. Vierailusta sovittaessa arvioitiin vierailun kesto, kasvattajien käyttämä aika, sekä toiveet kasvattajille ennen vierailua tehtävistä asioista. Päiväkodin yleisissä tiloissa tapahtuva materiaalien keräily aikataulutettiin, ja huomioitiin esimerkiksi erilaiset kokoukset ja varhaiskasvatuksen opettajien suunnitteluajat. Näillä toimenpiteillä mahdollistettiin hyvä yhteistyö ja annettiin jokaiselle työrauha. (Kostamo ym., 2022, s. 53.)

Toimintaympäristössä työskentelevien kokemukset ja ajatukset antoivat arvokasta tietoa kehittämistyön tuloksena syntyvään tuotokseen. Lomakehaastattelun ja keskusteluiden kautta saatua tietoa tarkastelemalla voidaan laatia juuri kyseiseen toimintaympäristöön suunniteltu tuotos. (Kostamo ym., 2022, s. 51.) Lisäksi toimintaympäristössä työskentelevät ammattilaiset osasivat kertoa toimintaympäristön arjesta ja henkilöstön voimavaroista, nämä asiat huomioimalla saatiin esimerkiksi ajoitettua näyttelyn ajankohta alkuvuoteen, kun henkilöstön voimavarat ovat suuremmat verrattuna loppuvuoden hektisyyteen (Kostamo ym., 2022, s. 21).

### 6.1.1 Vierailut toimintaympäristössä

Ensimmäinen vierailu päiväkotiin ajoitettiin joulukuun 2022 alkupuolelle. Vierailun aikana tutustuttiin päiväkodista löytyviin tunnetaitomateriaaleihin ja keskusteltiin päiväkodin johtajan ja varhaiskasvatuksen erityisopettajan kanssa kehittämistyöstä. Lisäksi päiväkodin johtajan kanssa sovittiin näyttelyn kestosta ja suunniteltiin paikka, johon näyttely rakennetaan. Ensimmäisen vierailun pääasiallisena tarkoituksena oli tehdä havaintoja toimintaympäristöstä sekä tunnetaitomateriaaleista. Tämä tavoite saavutettiin, koska sain rauhassa tutustua kirjahyllyjen materiaaleihin ja tehdä itsenäistä havainnointia.

Toinen vierailu päiväkotiin ajoitettiin joulukuun 2022 puoliväliin. Vierailun aikana kerättiin ja kuvattiin päiväkodin yleisistä tiloista löytyvä tunnetaitomateriaali. Lisäksi kierrettiin ryhmissä ja keskusteltiin työntekijöiden kanssa tunnetaitomateriaalien käytöstä. Tarkoituksena oli myös kerätä ryhmistä löytyvä tunnetaitomateriaali yhteiseen näyttelyyn liitettäväksi. Ryhmistä löytyvä materiaali oli vähäistä, koska työntekijät kertoivat hyödyntävänsä päiväkodin materiaaleja tunnetaito-ohjauksessa. Toisen vierailun pääasiallinen tarkoitus oli kerätä tunnetaitomateriaali talteen päiväkodin yhteisistä tiloista sekä ryhmistä, tämä tavoite saavutettiin.

## 6.2 Kehittämistyön menetelmälliset ratkaisut

### 6.2.1 Lomakehaastattelu

Haastattelua käytetään yleisesti laadullisissa tutkimuksissa, mutta se soveltuu hyvin myös kehittämistyön tutkimusmetodiksi, koska kehittämistyössä ollaan usein kiinnostuneita työntekijöiden ajatuksista ja kokemuksista. Haastattelu voidaan toteuttaa lomakehaastatteluna, teemahaastatteluna tai avoimena haastatteluna. Haastattelut voidaan järjestää joko yksilö- tai ryhmähaastatteluina. Yksilöhaastatteluissa ilmennevät yksilön omat kokemukset, kun taas ryhmämuotoinen haastattelu selvittää yhteisön ajatuksia tutkittavasta aiheesta. (Vilkkä, 2021, s. 122–123.) Opinnäytetyöni tavoitteena oli suunnitella tunnetaitojen vuosikello päiväkodin henkilökunnan käyttöön. Opinnäytetyössäni oltiin siis kiinnostuneita päiväkodin henkilökunnan kokemuksista liittyen tunnetaitomateriaaleihin ja tunnetaitohetkien ohjaamiseen, sekä vuosikellon sisältöön liittyen, joten lomakehaastattelun käyttäminen aineiston keruun metodina koettiin luotettavaksi.

Lomakehaastattelussa, eli strukturoidussa haastattelussa, tutkija määrittää kysymykset ja niiden järjestyksen ennalta, sekä liittää haastattelun yhteyteen vastausohjeet, joissa korostetaan kysymyksiin vastaamista annetussa järjestyksessä. Vaihtoehtoisesti tutkija voi valvoa haastattelutilannetta tai kirjata itse vastaukset lomakkeeseen. Lomakehaastattelua käytetään suppeammassa tutkimuksissa, jossa tutkimuksen aihe on rajattu tarkasti, ja lomakkeelle on laadittu kolmesta kuuteen tutkimuskysymystä. (Vilkkä, 2021, s. 123.) Itsenäisesti täytettävään lomakehaastatteluun päädyttiin, koska osallistumisen ajankohdan pystyvä määrittämään itse. Ennalta sovittu haastattelutilaisuus henkilökunnan edustajien kanssa olisi ollut paras vaihtoehto, mutta päiväkotitoimintaympäristönä asetti omat haasteensa haastattelun toteutumiselle, koska haastattelun aiheuttama vaje henkilöstössä vaikuttaa olennaisesti päiväkodin toimintaan. (Kostamo ym., 2022, s. 53.) Opinnäytetyöni aihe, tunnetaito-ohjauksen kehittäminen, oli riittävän suppea, ja luotettavan aineiston keräämiseen laadittujen kysymysten määrä pystyttiin pitämään lomakehaastattelulle tyypillisenä.

Itsenäisesti täytettävässä lomakehaastattelussa kysymykset tulee laatia niin, että tutkittava ymmärtää ne siten kuin tutkija on tarkoittanut. Monipuoliset vastaukset ovat tutkimuksen kannalta hyödyllisimpiä, ja siksi olisikin vältettävä kysymästä kysymyksiä, joihin on mahdollista vastata kyllä tai ei. Kuvailua tai kertomista pyytävät kysymykset tai kysymyssanojen mitä, millainen, miksi ja miten käyttäminen avaavat tutkittavien laajempia käsityksiä asiasta. Kysymyksiä suunnitellessa tulisi myös huomioida, että yhdessä kysymyksessä kysytään vain yhtä asiaa. (Vilkka, 2021, s. 128–130.)

Opinnäytetyöni lomakehaastattelun kysymykset laadittiin, siten että vastausten perusteella saataisiin mahdollisimman laajasti kokemuksia erilaisista tunnetaitomateriaaleista ja niiden käytöstä. Lomakehaastattelu toimi pohjana tunnetaitojen vuosikellon suunnittelulle. Kysymyksissä pyydettiin vastaajia antamaan vastaus kuvaillen tai kertoen. Lomakkeeseen sisällytettiin yksi taustatietoja tutkiva kysymys sekä selvitys haastattelun tarkoituksesta ja vastaamisohjeet. (liite 1) Lomakehaastattelu päädyttiin toteuttamaan näyttelyn yhteydessä, myös lomakkeen palautuspaikka sijoitettiin näyttelyn läheisyyteen palautuksen varmistamiseksi, oletuksena että lomake täytetään näyttelyn äärellä, eikä esimerkiksi kahvihuoneessa. (Vilkka, 2021, s. 128, 134.)

Haastattelulomakkeita kopioitiin 25 kappaletta, haastattelu kohdennettiin päiväkodin lapsiryhmissä työskenteleville, joita on 23 henkilöä. Haastateltavat kirjassivat vastauksensa lomakkeelle ja palauttivat sen näyttelyn yhteydessä olevaan palautelaatikkoon. Näyttely oli avoinna kaksi viikkoa, joten haastattelulomakkeeseen tuli vastata tänä aikana. Palautuslaatikko oli sinetöity, joten ulkopuoliset eivät voineet nähdä täytettyjä lomakkeita. Näyttelyn päätyttyä opinnäytetyöntekijä analysoi haastattelumateriaalin ja säilytti sen kotonaan, kunnes opinnäytetyö oli hyväksytty, tämän jälkeen lomakkeet hävitettiin.

### 6.2.2 Havainnointi

Opinnäytetyössäni aineistoa kerättiin myös havainnoimalla. Havainnointia voi toteuttaa eri tavoin. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on

vuorovaikutuksessa tutkittavaan, osallistumalla esimerkiksi toimintaympäristön arkeen. Osallistuva havainnointi sopii tilanteisiin, jossa tutkijan on mahdollista aistia niin sanottua hiljaista tietoa tai tilanteet ovat huonosti ennakoitavissa. Kuvat, esineet ja kirjoitelmat puolestaan ovat aineistoja, joiden keräämiseen ei tarvita kontaktia materiaalien tekijään. Havainnoimalla tutkitaan siten ihmisten toimintaa tai ihmisten tuottamia materiaaleja. (Vilkkä, 2021, s. 142–144.)

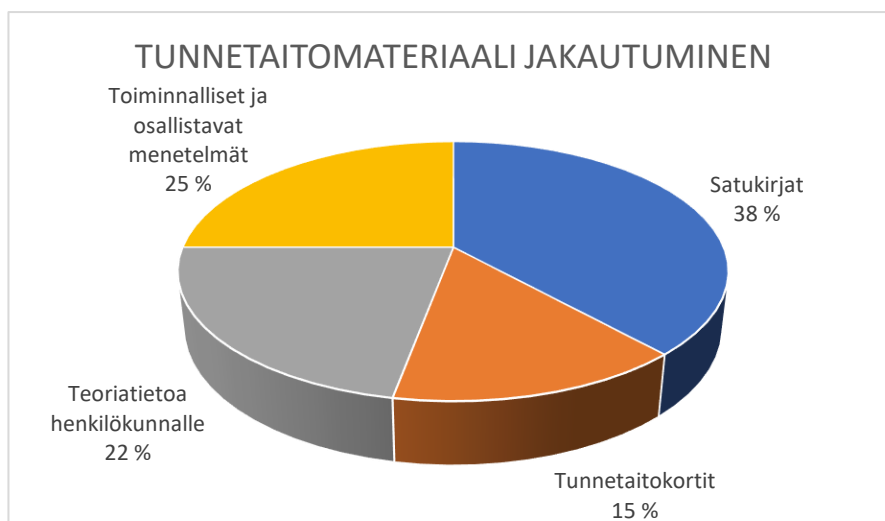
Omassa opinnäytetyössäni keskityttiin ihmisten tuottamien aineistojen havainnointiin. Päiväkodin perehdytyskansioista, toimintaa ohjaavista asiakirjoista ja lainsäädännöstä sekä päiväkodilta löytyvästä tunnetaitomateriaalista saatiin koottua monipuolinen havainnointiaineisto kehittämistyön tueksi. Lisäksi näyttelyn yhteyteen varattiin vieraskirja näyttelyssä vierailevien ajatuksille ja terveisille. Konkreettisten tunnetaitomateriaalien, kuten kirjojen havainnoinnissa voidaan käyttää myös systemaattista havainnointia ja luokitella aineistot eri kategorioihin. Systemaattisen havainnoinnin pohjalta voidaan myös tehdä lista päiväkodin tunnetaitomateriaaleista. (Vilkkä, 2021, s. 146–148.)

Vieraskirja oli yleisesti luettavissa koko näyttelyn ajan, ajatuksia ja terveisiä oli mahdollista kirjoittaa nimettömänä kuka tahansa näyttelyyn osallistunut, hänellä oli siten myös ollut mahdollisuus lukea muiden kirjoittamia ajatuksia. Vieraskirjaa ei siis ollut tarkoituksenmukaista hävittää opinnäytetyön jälkeen, vaan se jätettiin muistoksi opinnäytetyöstä. Opinnäytetyössä käytetty paikallinen varhaiskasvatussuunnitelma on kaikkien nähtävillä internetissä, päiväkodin perehdytyskansiossa olevien vuosisuunnitelmien käyttöön kysyttiin lupa päiväkodin johtajalta.

### 6.3 Havainnointiaineiston käsittely

Päiväkodilta löytynyt tunnetaitomateriaali kuvattiin, ja kuvien perusteella laadittiin tunnetaitomateriaaliluettelo. Valmiista luettelosta etsittiin samankaltaisia materiaaleja, jotta tunnetaitomateriaali voitiin ryhmitellä eri kategorioihin näyttelyn selkeyttämiseksi. Tämänkaltaista numeraalista erittelyä kutsutaan

aineiston kvantifiointiseksi systemaattista havainnointia hyödyntäen (Vilkkä, 2021, s. 146). Materiaalien luokittelussa hyödynnettiin koodausta, joka tarkoittaa aineiston jäsentämistä samankaltaisten ominaisuuksien mukaan esimerkiksi värejä hyödyntämällä (Juhila, n.d.a). Esimerkiksi tunnetaitojen teorian tietoa sisältävät materiaalit alleviivattiin harmaalla värillä ja tunnetaitokortit oranssilla. Värikoodauksen tuloksena materiaalit jaoteltiin yhteensä neljään kategoriaan seuraavasti: Toiminnalliset ja osallistavat materiaalit, satukirjat, tunnetaitokortit ja teorian tietoa henkilökunnalle. Kuviosta 1 nähdään materiaalin jakautuminen kategorioittain.



Kuvio 1. Pikkulaurin päiväkodin tunnetaitomateriaalien jakautuminen

Näyttelyn yhteydessä olevaan vieraskirjaan pyydettiin kirjaamaan ajatuksia esillä olevasta näyttelystä, tunnetaidoista ja niiden ohjaamisesta, vieraskirjaan kirjoittamista ei ollut rajattu esimerkiksi vain tietyille ammattiryhmille. Vieraskirjan avulla pyrittiin selvittämään vierailijoiden ajatuksia näyttelystä. Vieraskirjaan kirjatuille viidelle ajatukselle tehtiin sisällönanalyysi. Vilkkä (2021, s. 163) esittää, että sisällönanalyysia käytettäessä selvitetään ihmisten kokemia merkityksiä, joita ei voi esittää numeerisesti. Vieraskirjaan kirjatusta teksteistä etsittiin ajatuksia, jotka liittyvät näyttelyyn, tunnetaitoihin ja tunnetaitojen ohjaamiseen käyttämällä niin ikään värikoodausta.

Jokainen teksti sisälsi ajatuksia näyttelystä, teksteistä käy ilmi, että henkilökunta ei ollut tietoinen päiväkodin tunnetaitomateriaalin määrästä, koska

ensimmäisenä huomio kiinnittyi materiaalin määrään. Teksteissä pohdittiin myös materiaalin käyttöastetta, kuten seuraavista teksteistä voidaan lukea.

Kiitos näyttelystä, en ole tajunnutkaan kuinka paljon materiaalia on.

Valtava määrä materiaalia. Toivottavasti niitä otetaan enemmänkin käyttöön.

Tunnetaitoihin ja tunnetaitojen ohjaamiseen liittyviä ajatuksia ilmeni kahdessa tekstissä. Teksteissä pohdittiin tunnetaitotilanteiden ennakoitavuutta, tunnetaitomateriaalien laatua sekä erilaisia ohjauksen menetelmiä.

...Monta kertaa arjessa tilanteet tulevat eteen, ja sitten toimitaan liveinä itse improvisoiden. Monesti kirjat ovat hurjan pitkiä ja lapset eivät jaksaa niitä kokonaan kuunnella...

...Myös eri tavat työstää tunnetaitoja tuli hienosti esille, kirjat, tunnetaito-ohjelmat, musiikki, satuhieronta toimintakortit jne. Kiitos!

Vieraskirjan tekstien perusteella on pääteltävissä, että tämänkaltaiselle näyttelylle oli tarvetta, koska jokainen ajatuksensa kirjannut kiinnitti huomionsa päiväkodilta löytyvään tunnetaitomateriaalin määrään. Lisäksi konkreettisen näyttelyn järjestämisen toivotaan lisäävän henkilökunnan tietoisuutta materiaaleista ja hyödyntävän tunnetaitomateriaalia monipuolisesti tunnetaitohetkien suunnittelussa ja toteutuksessa.

Pikkulaurin päiväkodin perehdytyskansiossa on vuosisuunnitelmia liikunta-, musiikki- ja ympäristökasvatukseen liittyen. Nämä kaikki aiemmat vuosisuunnitelmat on laadittu kuukausittain vaihtuvilla teemoilla, joissakin tapauksissa teema jatkuu osittain vielä seuraavan kuukauden puolelle. (Pikkulaurin päiväkot, 2022.) Olemassa olevien vuosisuunnitelmien rakennetta ja sisältöä tutkimalla saatiin tietoa siitä, miten vuosikello rakennettaisiin, jotta sitä voitaisiin käyttää edellä mainittujen suunnitelmien rinnalla ja mahdollisesti samankaltaisia teemoja yhdistellen. Varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä työskenteleviä ohjaavat varhaiskasvatuslaki (Varhaiskasvatuslaki 540/2018) ja

varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (Opetushallitus, 2022b), joten näiden asiakirjojen sisältö huomioitiin myös tunnetaitojen vuosikellon suunnittelussa esimerkiksi varhaiskasvatukselle asetettuja tavoitteita huomioimalla (Opetushallitus, 2022b, s. 16).

#### 6.4 Haastatteluaineiston käsittely

Haastattelun lomakkeet numeroitiin, ja vastaukset litteroitiin kysymyksittäin tietokoneen tekstinkäsittelyohjelmalla, tämän jälkeen arkit tulostettiin, jotta sisällön analysointi olisi helpompaa. Litteroinnilla tarkoitetaan yleensä videotallenteiden saattamista tekstimuotoon, mutta myös kuvat ja vastaajan omalla käsialalla kirjoitetut tekstit sopivat litteroitaviksi (Vuori, n.d.). Litteroinnin jälkeen aineistosta etsittiin samankaltaisia vastauksia, jotka merkittiin värikoodein. Koodauksen jälkeen samankaltaisuudet lajiteltiin eri teemoihin. Aineiston jakamisella eri teemoihin pyritään selvittämään kehittämistoiminnalle tärkeitä asiakokonaisuuksia. Teemoittelun tarkoituksena ei ole päättää teemoja ennalta, vaan teemat muotoutuvat aineiston lähiluvun ja analysoinnin seurauksena. (Juhila, n.d.b.)

Ensimmäisellä kysymyksellä pyrittiin selvittämään henkilökunnan ajatuksia hyvän tunnetaitomateriaalin tunnusmerkeistä. Teemoittelun tarkoituksena oli saada selville minkälaisien kokonaisuuksien ympärille kokemukset hyvästä materiaalista muodostuvat. Teemoittelu toteutettiin värikoodausta hyödyntämällä, tunnetaitomateriaaleja kuvailevat adjektiivit ja ominaisuudet alleviivattiin eri värein, tällä tavoin toimimalla löydettiin kuusi erilaista adjektiivia tai ominaisuutta, jotka jaettiin vielä kolmeen pääteemaan. Teemoittelun tuloksena syntyneet alateemat olivat selkeys, valmiit materiaalit ja helppous, kirjat ja kortit, monipuolisuus, laatu sekä toiminnallisuus, näistä alateemoista muodostettiin vielä kolme pääteemaa, jotka olivat materiaalin helppous, toiminnallisuus ja laatu. Alateeman sijoittuminen useamman pääteeman alle oli mahdollista. Toisessa kysymyksessä pyydettiin vastaajaa kertomaan esimerkki ohjaamastaan tunnetaitotuokiosta. Kysymyksen tarkoituksena oli selvittää minkälaisia

menetelmiä ja materiaaleja henkilökunta käyttää tunnetaitohetkiä ohjatessaan. Toisessa kysymyksessä hyödynnettiin ensimmäisen kysymyksen tavoin teemoittelua. Värejä hyödyntämällä aineistosta alleviivattiin menetelmistä ja materiaaleista kertovat kohdat. Näin toimien saatiin suoraan kolme selkeää teemaa ja kahdeksan erilaista toiminnallista menetelmää. Nämä toiminnalliset menetelmät liitettiin yhdeksi pääteemaksi, muut pääteemat olivat keskustelu, kirjat ja tarinat sekä valmiit tunnetaito-ohjelmat. Teemoissa on paljon yhtäläisyyksiä verraten haastattelun ensimmäisessä kysymyksessä esiin nousseisiin teemoihin. Useissa vastauksissa kuvailtiin toimintatuokion sisältävän eri vaiheita ja menetelmiä. Yleisin yhdistelmä tunnetaitotuokioissa oli sadun tai tarinan lukeminen ja siitä keskusteleminen.

Haastattelulomakkeen kolmannessa kysymyksessä pyydettiin vastaajia kertomaan omaa työskentelyä palvelevan vuosikellon ominaisuuksia ja siten pyrittiin kartoittamaan henkilökunnan ajatuksia tunnetaitojen vuosikellosta. Haastattelun kolmannessa kysymyksessä päädyttiin analysoimaan aineisto koodaamalla (Juhila, n.d.a) teemoittelun (Juhila, n.d.b) sijaan, koska opinnäyte-työntekijä oli jo ennalta miettinyt, että vastaukset jaotellaan kahden ominaisuuden, rakenteen ja sisällön, mukaan. Valmis jaottelu oli perusteltua, koska kahden edellisen kysymyksen vastauksista saatiin teemoittelemalla tarvittava tieto vuosikellon materiaalisiin ja menetelmällisiin ratkaisuihin. Vuosikellon rakenteeseen toivottiin selkeää jaottelua, ja kuukausittain tai muutaman kerran vuodessa vaihtuvaa teemaa. Sisältöön liittyviä toiveita tuli enemmän, vastaajat toivoivat muun muassa käytännön vinkkejä, sovellettavuutta ja monipuolisuutta.

## 6.5 Vuosikellon suunnittelu

Lomakehaastattelun vastausten perusteella vuosikellon rakenteesta toivottiin selkeää, suurin osa vastaajista toivoi kuukausittain vaihtuvaa teemaa, joidenkin vastaajien mielestä teema voisi vaihtua harvemmin. Päiväkodin perehdytyskansiossa olevat liikunta-, musiikki- ja ympäristökasvatuksen vuosisuunnitelmat on laadittu siten, että teema vaihtuu kuukausittain (Pikkulaurin päiväkotij, 2022). Tarkoituksenmukaista olisi ollut rakentaa vuosikello saman

periaatteen mukaisesti, siten suunnitelmat olisivat yhtenevät. Vuosikello jaoteltiin kuitenkin siten, että teema vaihtuu kahden kuukauden välein, kuten kuvasta 1 havaitaan. Tällä tavoin vuosikelloon tuotiin henkilökunnan toivomaa joustavuutta ja sovellettavuutta.



Kuva 1. Vuosikellon rakenne

Vuosikellon kesäkuukausille ei suunniteltu varsinaista teemaa, koska kesäaikaan sijoittuvat henkilökunnan loma-ajat ja lapsiryhmiä saatetaan yhdistää riittävän henkilöstön varmistamiseksi. Tämän takia vuosikello myös ohjelmoitiin alkamaan toimintavuoden alkaessa elo-syyskuussa, jolloin esimerkiksi ryhmäytymisteema on ajankohtainen, kuten kuvasta 1 havaitaan.

Haastattelun vastausten perusteella vuosikelloon toivottiin selkeitä teemoja, kuten ryhmäytymiseen ja toimintavuoden aloitukseen liittyviä teemoja sekä perustunteiden ja turvataitojen käsittelyä. Teemojen toivottiin olevan laajoja, jotta ne olisivat helposti sovellettavissa erilaisiin lapsiryhmiin. Suunnitteluvaiheessa pohdittiin teemojen jaottelua tunneprosessin (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 35) tai perustunteiden (Opetushallitus, 2022a) ympärille, mutta tämä idea hylättiin, koska moni vastaaja kertoi hyödyntävänsä keskustelua tunnetaitotuokioissaan. Keskusteluiden kautta tunneprosessin vaiheita ja perustunteita käydään läpi muun muassa pohtimalla tunteiden tunnistamista ja

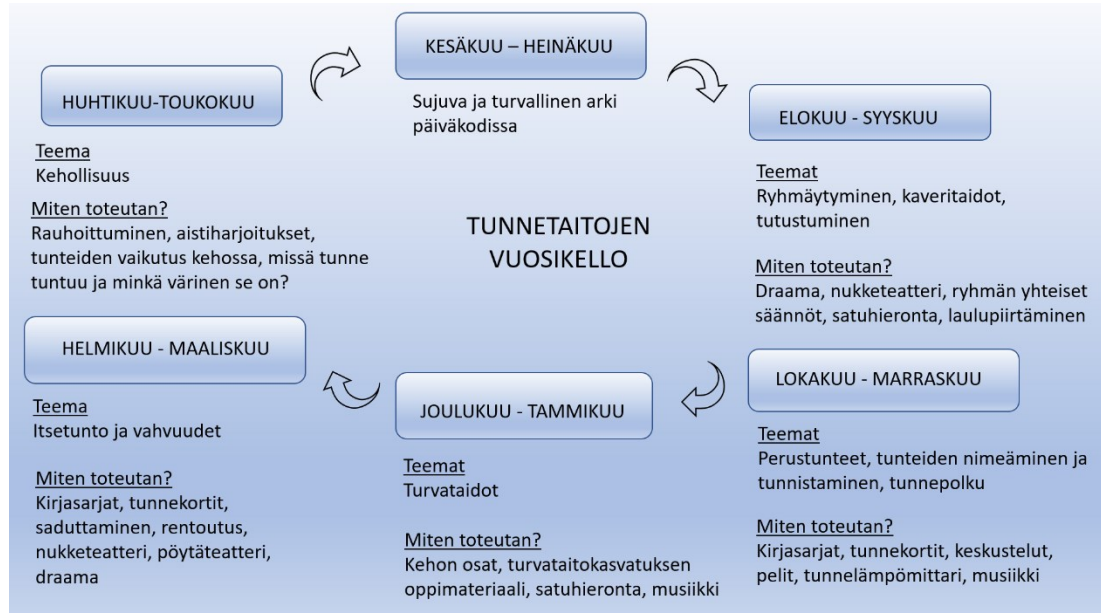
ongelmanratkaisua. Vuosikellon teemat suunniteltiin siis lomakehaastattelun vastausten perusteella, ideoinnissa hyödynnettiin myös päiväkodin tunnetaitomateriaalien teemoja, siten saatiin suunniteltua viisi teemaa toimintavuodelle, kuten kuvasta 1 ilmenee.

Vuosikellon sisällöllisiin ratkaisuihin haettiin perusteluja myös varhaiskasvatusta ohjaavien asiakirjojen sisällöstä. Varhaiskasvatuslaki määrittää varhaiskasvatukselle tavoitteet, tavoitteet tähtäävät muun muassa lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseen, yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistämiseen ja yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojen kehittymiseen lapsen ikätasoisesti (Varhaiskasvatuslaki 540/2018, 1 luku 3§). Ryhmytyminen, tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen, turvataidot, itsetuntemus ja vahvuudet sekä kehoillisuus pääteemoina tukevat näitä laissa asetettuja tavoitteita ja lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Lisäksi varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa korostetaan opetuksen, kasvatuksen ja hoidon kokonaisuutta. Kasvatuksellinen kokonaisuus tukee muun muassa lapsen arvomaailman ja identiteetin kehitystä sekä ohjaa lasta huomioimaan toiminnassaan myös toiset ihmiset ja ympäristön. Opetuksen kokonaisuus tukee lapsen oppimista ja kehittää vuorovaikutustaitoja erilaisissa ympäristöissä erilaisten ihmisten kanssa toimien. Hoidollisuus näkyy päiväkodin arjessa arjen toimintojen opettelussa, mutta myös välittämisenä, kosketuksena ja läheisyytenä. (Opetushallitus, 2022b, s. 22–23.) Vuosikellon teemat suunniteltiin siten myös kokonaisvaltaista kasvatuksen, hoidon ja opetuksen kokonaisuutta tukien, teemoissa huomioitiin esimerkiksi vuorovaikutussuhteet, tunteiden tunnistaminen, turvataito-opetus, itsetunnon kehittyminen sekä kehoillisuus.

Lomakehaastattelun kysymyksillä pyrittiin myös selvittämään vuosikellon sisältöön liittyviä toiveita menetelmien ja materiaalien suhteen. Haastatteluun vastanneet kertoivat käyttävänsä tunnetaitotuokioita ohjatessaan valmista materiaalia sekä arvostavansa materiaalin helppoutta. Lisäksi materiaaleilta toivottiin selkeyttä ja hyvää laatua kuvien ja tekstin pituuden suhteen, käytetyimpiä menetelmiä olivat toiminnalliset menetelmät yhdistettynä kirjoihin sekä

keskusteluun. Vuosikelloon suunniteltiin jokaisen teeman alle ”miten toteutetaan?” kohta, johon etsittiin monipuolisesti kyseistä teemaa tukevia menetelmiä, kuten kuvasta 2 havaitaan. Menetelmien suunnittelussa hyödynnettiin päiväkodin tunnetaitomateriaalia sekä internettiä.



Kuva 2. Vuosikellon sisältö

Vuosikellon menetelmällisiin ehdotuksiin etsittiin perusteluja niin ikään varhaiskasvatussuunnitelman perusteista. Vuosikelloon valittiin monipuolisesti erilaisia menetelmiä, jotka tukevat kasvatuksen, hoidon ja opetuksen kokonaisuutta osana varhaiskasvatuksen pedagogista viitekehystä. Pedagogisen viitekehysten keskellä on oppiva ja hyvinvoiva lapsi, joka monin eri tavoin toimien omaksuu uusia asioita osana laajempaa osaamista erilaisia oppimisen alueita hyödyntäen. (Opetushallitus, 2022b, s. 22–23, 38.) Nämä lähtökohdat huomioiden vuosikelloon suunniteltiin menetelmiä, jotka vahvistavat tunnetaitoja muun muassa itseilmaisun, liikkumisen, kokemisen ja tutkimisen kautta, kuten kuvasta 2 nähdään.

Vuosikellon liitteeksi tehtiin vielä kunkin teeman alle luettelo materiaaleista, joita voi hyödyntää. Materiaaliluettelossa hyödynnettiin päiväkodin tunnetaitomateriaalia sekä materiaalia internetistä. Lisäksi liitesivulle laadittiin selvitys tunnetaito-ohjaamisesta päiväkodin arjen toiminnoissa, sekä

tunnetaitomateriaalin hyödyntämisestä lepo- ja liikuntahetkillä. Kohderyhmän antaman palautteen perusteella liitteeksi lisättiin vielä kolme valmista tunnetaito-ohjelmaa, jotka löytyvät päiväkodin tunnetaitomateriaaleista. Valmiita ohjelmia voi käyttää tunnetaito-opetuksen tukena tai edetä materiaalissa mainitun valmiin ohjelman mukaan. Valmiit tunnetaitomateriaalit ovat usein tarkoitettu hieman isommille lapsille, noin kolmevuotiaasta ylöspäin, joten ne päädyttiin jättämään sellaisenaan pois varsinaisesta tunnetaitojen vuosikellosta, jonka tarkoitus on palvella koko päiväkodin lapsiryhmiä. Valmiit tunnetaito-ohjelmat sisältävät samoja teemoja ja aiheita mitä vuosikelloon suunniteltiin, joten tunnetaito-ohjauksen toteuttaminen valmiiden ohjelmien mukaan on myös sopiva vaihtoehto. (liite 2)

## 7 ARVIOINTI

### 7.1 Yhteistyön arviointi

Toimeksiantajalta ja kohderyhmältä pyydettiin välipalaute, kun vuosikellon ensimmäinen versio oli valmis. Palautetta antoivat päiväkodin johtaja, varhaiskasvatuksen erityisopettaja ja varhaiskasvatuksen opettaja. Palautteen perusteella vuosikellon rakennetta ja kahden kuukauden välein vaihtuvaa teemaa pidettiin toimivana ratkaisuna. Palautteen antajat arvostivat myös kullekin teemalle etsittyjä materiaaliveikkoja. Palautetta antaneet kertoivat myös muutamia kehittämisideoita, he miettivät esimerkiksi turvataitoihin liittyvää teemaa, ja sen laajuutta. Lisäksi elo-syyskuulle toivottiin lisäksi tutustumisleikkejä ryhmäytymisen tueksi. Tunnetaitojen vuosikelloa muutettiin saadun palautteen perusteella siten, että tehtiin yksi liitesivu lisää, johon kirjattiin päiväkodilta löytyvät valmiit tunnetaito-ohjelmat, näin toimien kasvattajille mahdollistettiin vaihtoehtoisia toimintatapoja toteuttaa tunnetaito-opetusta. Elo-syyskuulle lisättiin tutustumisleikkejä, lisäksi palautteen antajat ehdottivat päiväkodissa käytössä olevan MiniVerso-sovittelumenetelmän mainitsemista arjen tunnetaito kasvatuksessa, lisäys tehtiin edellä mainittuun kohtaan.

Valmis tunnetaitojen vuosikello esiteltiin kohderyhmän edustajille peda-kahvissa, joka on säännöllisin väliajoin järjestettävä tilaisuus päiväkodin varhaiskasvatuksen opettajille. Tilaisuudessa olivat läsnä päiväkodin johtaja, varhaiskasvatuksen erityisopettaja ja kuusi varhaiskasvatuksen opettajaa. Tilaisuudessa esittelin kohderyhmän edustajille suunnittelemani tunnetaitojen vuosikellon. Tilaisuus oli vapaamuotoinen ja sisälsi vuoropuhelua ja ajatusten vaihtoa esittelijän ja kohderyhmän välillä. Kohderyhmän antaman palautteen perusteella vuosikelloa pidettiin hyvänä pohjana tunnetaitohetkien suunnitteluun. Tunnetaitojen vuosikellon teemoja, loogista etenemistä ja sovellettavuutta pidettiin hyvänä. Esittelytilaisuus ja koko opinnäytetyöprosessin aikana tehty yhteistyö päiväkodin kanssa oli luontevaa ja avointa, opinnäytetyön tekijän työtä arvostettiin ja pidettiin merkityksellisenä.

## 7.2 Opinnäytetyöprosessin arviointi

Toiminnallisen opinnäytetyöni tuotoksena syntyi tunnetaitojen vuosikello Pikkulaurin päiväkodin henkilökunnalle. Opinnäytetyöni tavoitteet määriteltiin siten, että niiden täytyessä pystyttäisiin suunnittelemaan juuri kyseisen päiväkodin tarpeita vastaava tunnetaitojen vuosikello. Ensimmäisenä tavoitteena oli selvittää mitä tunnetaitomateriaalia päiväkodilta löytyy. Päiväkodin johtajalta saatiin toive kartoittaa päiväkodin tunnetaitomateriaali ja rakentaa materiaaleista näyttely, näin pystyttiin selvittämään päiväkodilta löytyvä tunnetaitomateriaali, ja jakamaan tietoa mahdollisimman monelle. Konkreettisella tunnetaitomateriaaleista rakennetulla näyttelyllä esiteltiin päiväkodilta löytyvä tunnetaitomateriaali päiväkodin henkilökunnalle, ja samalla havainnollistettiin materiaalin paljoutta. Materiaalien lajittelulla eri kategorioihin pystyttiin esittelemään tunnetaito-ohjauksen mahdollisuuksia ja monipuolisuutta erilaisia menetelmiä hyödyntäen.

Näyttelyä rakennettaessa huomattiin, että työntekijöiden huomio kiinnittyi päiväkodilta löytyvään materiaalin määrään ja monipuolisuuteen. Näyttelyn yhteyteen varattiin vieraskirja näyttelyvieraiden ajatuksille ja terveisille. Vieraskirjan tekstejä lukemalla ja analysoimalla voitiin myös todeta näyttelyn olleen

tarpeellinen. Näyttelyä purettaessa päiväkodin johtaja kertoi, että näyttelyssä oli riittänyt vieraita päiväkodin ulkopuolelta, viereisestä koulusta asti.

Toisena tavoitteena oli selvittää, minkälainen on hyvä tunnetaitomateriaali ja kolmantena tavoitteena, miten tunnetaitomateriaalia käytetään Pikkulaurin päiväkodissa. Näyttelyn yhteydessä päiväkodin lapsiryhmissä työskentelevillä oli mahdollisuus vastata lomakehaastatteluun. Lomakehaastattelulla selvitettiin henkilökunnan ajatuksia tunnetaitomateriaaleista, niiden käytöstä ja tulevan vuosikellon rakenteesta ja sisällöstä. Lomakehaastatteluun päädyttiin, koska sen koettiin palvelevan sen hetkistä tilannetta parhaiten. Vaihtoehtoisina haastattelumuotoina pohdittiin ajatuksen tasolla teema- tai ryhmähaastattelua sekä aivoriihityyppistä ideointitilaisuutta. Nämä ajatukset kuitenkin hylättiin, koska haastattelutilanne olisi ollut tiettyyn aikaan sidottu, ja mahdolliset sairastapaukset olisivat voineet peruuttaa tilaisuuden. Lomakehaastattelu oli siten varmempi tapa selvittää henkilökunnan mielipiteitä.

Havainnoimalla ja materiaalien keräilyllä saavutettiin laaja käsitys päiväkodin tunnetaitomateriaaleista, ja niiden laadusta. Näyttelyyn päätyneet tunnetaitomateriaali kerättiin pääosin päiväkodin yleisistä tiloista, aulasta ja kirjastosta, ryhmässä olevaa materiaalia löytyi vähän. Materiaalista saatiin kattava käsitys erilaisista tavoista toteuttaa tunnetaito-ohjausta, ja siten myös vuosikelloon suunniteltiin monipuolisesti erilaisia vaihtoehtoja tunnetaito-ohjaukseen. Lomakehaastatteluun vastasi kaksitoista päiväkodin lapsiryhmissä työskentelevää henkilöä, mikä on noin puolet koko päiväkodin lapsiryhmissä työskentelevistä, vastausprosenttia pidettiin hyvänä ja arvioitiin sen antavan luotettavan kokonaiskuvan päiväkodin henkilökunnan ajatuksista tunnetaitomateriaaleihin ja vuosikelloon liittyen. Havainnointiaineisto, lomakehaastattelu, aiemmat vuosisuunnitelmat ja varhaiskasvatustoimintaa ohjaavat asiakirjat olivat laadukkaita ja toisiaan tukevia aineistoja, jotka mahdollistivat toimivan vuosikellon suunnittelun.

Opinnäytetyöni tietoperusta mietittiin vuosikellon suunnittelua tukevaksi kokonaisuudeksi. Valitut teemat tukivat toisiaan ja antoivat hyvän pohjan vuosikellon suunnittelulle. Tietoperusta rajattiin varhaiskasvatuksen, tunnetaitojen ja

tunnetaitojen ohjaamisen menetelmien ympärille. Varhaiskasvatuksen toimintaympäristö sekä varhaiskasvatustoimintaa ohjaavat asiakirjat asettivat raamit tunnetaitojen vuosikellon suunnittelulle. Lisäksi huomioitiin tunnetaitojen kehittymiseen vaikuttavia asioita, kuten ympäristön vaikutukset ja aikuisen antama malli. Tunnetaitojen ohjaamisen menetelmissä esiteltiin monipuolisia menetelmiä ohjata tunnetaitoja, sekä tunnetaito-ohjauksen merkitystä arjen toiminnoissa. Erilaisten menetelmien esittelyt valittiin omien mielenkiinnonkohteiden ja toimeksiantajan tärkeinä pitämien menetelmien perusteella.

### 7.3 Uskottavuus, eettisyys ja raportointi

Arvioidessani opinnäytetyön uskottavuutta, nostaisin esille valitsemani tietoperustan, varhaiskasvatusta ohjaavien lakien ja asiakirjojen huomioimisen sekä lomakehaastattelulla selvitettyt henkilökunnan mielipiteet. Perustelut vuosikellossa käytetyille ratkaisuille löytyvät valitusta tietoperustasta, varhaiskasvatuslaista ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteista, lisäksi lomakehaastattelun vastauksia analysoitiin käytännönläheisesti teemoittelua hyödyntämällä aineiston käsittelyä koskevassa luvussa.

Opinnäytetyössäni pyrin tuottamaan selkeää ja yksityiskohtaista tietoa kehittämistyöni etenemisestä ja eri vaiheista, pysyen sille määritellyissä rajoissa. Aiheen laajuuden vuoksi tietoperustan rajaaminen oli ajoittain vaikeaa, mielenkiintoa tarkastella tunnetaitoja eri näkökulmista oli riittämiin, mutta opinnäytetyön tuotoksen ja yleisen selkeyden vuoksi oli osattava rajata alue riittävän selkeästi olennaiseen keskittyen. Raportissa esiteltiin kattavasti aineiston keräämisen ja käsittelyn menetelmät sekä niistä saadut tulokset, jotka johtivat valmiiseen tuotokseen.

Toimintani oli koko opinnäytetyöprosessin ajan eettistä ja vastuullista. Esimerkiksi vierailut ja tapaamiset päiväkodilla suunniteltiin etukäteen, ja aikatauluja laadittaessa huomioitiin päiväkodin johtajan toiveet. Käytin työssäni laadusta lähdemateriaalia, huomioiden esimerkiksi lähteiden alkuperän ja julkaisuajankohdan. Käytin tekstissäni lähdeviitteitä voimassa olevien ohjeiden

mukaan, lisäksi opinnäytetyössäni on asianmukainen lähdeluettelo. Lomakehaastattelussa vastaukset kerättiin nimettöminä, palautuslaatikko oli sinetöity ja vastaukset hävitetään opinnäytetyön hyväksymisen jälkeen. Opinnäytetyöni tulee olemaan osa isompaa kokonaisuutta, ja sitä tullaan hyödyntämään jollakin tasolla koko kunnalle laadittavassa hyvinvoinnin vuosikellossa varhaiskasvatuksesta lukioon.

#### 7.4 Oman asiantuntijuuden kehittyminen

Opinnäytetyöprosessi oli kokonaisuudessaan opettavainen, koska se oli ensimmäinen isompi työ, jonka olen tehnyt. Opinnäytetyön tekemiseen ja kirjoittamiseen tarjottiin paljon ohjausta ja tukea, sekä ammattikorkeakoulun, että toimeksiantajan puolelta, mutta vastuu päätöksistä ja sisällöstä oli lopulta opiskelijalla itsellään. Oli vaikeaa opetella sietämään epävarmuutta ja keskeneräisyyttä sekä luottaa omien ratkaisujen toimivuuteen. Opinnäytetyön tietoperustan valitseminen ja referoiminen asianmukaiseksi kokonaisuudeksi opettivat myös kriittistä ajattelua sekä tiedon käsittelyn taitoa. Kehityin myös kirjoittajana, vakuuttavan asiatyylisen tekstin tuottaminen tuntui välillä vaikealta, kun olin tottunut kirjoittamaan elävämpää tekstiä.

Kehittämistyönä toteutettu opinnäytetyö tarvitsi onnistuakseen myös hyviä vuorovaikutustaitoja sekä toisen osapuolen huomioimista. Opinnäytetyöprosessin edetessä ymmärsin, että molempien osapuolten ajatukset, ideat ja tarpeet on huomioitava ennen kuin lopullisia ratkaisuja voitiin tehdä. Kompastuin muutaman kerran liian kapeakatseiseen suunnitteluun, ymmärtämättä ajatella asiaa toimeksiantajan näkökulmasta. Kehittämisehdotukset ja avoin vuorovaikutus toimeksiantajan ja kohderyhmän välillä vahvistivat kykyäni toimia erilaisissa vuorovaikutustilanteissa, ja ottaa vastaan palautetta omasta toiminnasta.

Avoin vuorovaikutus syvensi entisestään myös dialogista työskentelytapaa, ja sen merkityksellisyyden ymmärtämistä työyhteisön hyvinvoinnin ja moniammatillisen työtavan näkökulmasta, sekä sen tuomista voimavaroista suhteessa omaan jaksamiseen. Opinnäytetyöprosessin aikana opin arvostamaan myös

verkostojen ja vertaistuen merkitystä osana asiantuntijaksi kehittymistä ja jakamista paikoin haastavissa sosiaali- ja kasvatustyötehtävissä.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessi ja sen seurauksena valmistunut tuotos, tunnetaitojen vuosikello oli onnistunut. Kehittämistyöhön tueksi valitut menetelmälliset ratkaisut toimivat hyvin, ja niiden avulla saatiin tuotettua laadukasta tietoa, jonka pohjalta tunnetaitojen vuosikello lopulta suunniteltiin. Eri-tyisesti päiväkodin johtajalta tullut ajatus tunnetaitomateriaalien näyttelystä oli hyvä, ja toimisi jo sellaisenaan inspiraationa tunnetaitohetkien suunnittelussa. Lisäksi vieraskirjan hyödyntäminen näyttelyn kokemusten ja ajatusten havainnoinnissa koettiin toimivana ja mielekkäänä ratkaisuna.

## 8 POHDINTA

Opinnäytetyöni, tunnetaitojen vuosikello, suunniteltiin työelämän tarpeeseen, antamaan ideoita tunnetaitohetkien suunnitteluun, sekä myös tukemaan varhaiskasvatuksen arjen tilanteissa esiintyvien ristiriitojen selvittelyä. Vuosikello on lähtökohtaisesti suunniteltu varhaiskasvatuksen henkilökunnalle, ja sen tarkoituksena on tukea ja antaa uusia ideoita tunnetaitohetkien suunnitteluun ja toteuttamiseen lapsiryhmille. Köngäs & Määttä (2020) kannustavat tutkimuksessaan varhaiskasvatuksen työntekijöitä avoimeen keskusteluun tunnetaitohetkien parantamiseksi. Voimme siis ajatella tunnetaitojen vuosikellon myös yhdenmukaistavan Pikkulaurin päiväkodin tunnetaitohetkien ohjaamista ja parantavan siten tunnetaitohetkien huomioimista lapsilähtöisemmin. Opinnäytetyöni johdannossa alustan tulevaa aihetta ja korostan tunnetaitojen kokonaisvaltaisuutta, joten vuosikellon voidaan ajatella hyödyttävän myös kasvattajan tunnetaitojen kehittymistä, tunteiden tunnistamista ja käsittelyä, ja siten tukevan työssäjaksamista. Vuosikellon teemat sopivat sellaisenaan kaikille ikäryhmästä riippumatta, menetelmiä muokkaamalla voidaan varioida toimintaa kohderyhmän mukaan.

Nykyään useat kunnat ja koulut ajattelevat hyvinvointia kokonaisvaltaisesti, ja tunnetaitojen ohjaus on sisällytetty kokonaisvaltaisempaan hyvinvoinnin vuosikelloon. Tämänkaltainen vuosikello sisältää monia muitakin hyvinvointiin vaikuttavia osa-alueita tunnetaito-ohjauksen lisäksi, kuten liikunnan, unen ja ravinnon osa-alueet. Kuten jo alussa kirjoitin tätä opinnäytetyötä tullaan mahdollisesti myös hyödyntämään vastaavassa hyvinvoinnin vuosikellossa, joka laaditaan koko kunnan alueelle varhaiskasvatuksesta lukioon. Myös uusia opetus- ja varhaiskasvatussuunnitelmia on täsmennetty tunnetaito-opetuksen osalta, mikä viestii siitä, että niiden merkityksellisyyttä osana kokonaisvaltaista hyvinvointia on alettu ymmärtää yhä paremmin.

Wahlbeck ym. (2017) kirjoittavat mielenterveyden edistämisen vaikutuksesta kansanterveyteemme, ja muistuttavat tunnetaito-opetuksen tärkeydestä ja turvallisen kasvuympäristön merkityksestä. Kuten aiemmin kirjoitin varhaiskasvatuksen ja koulun ohella lasten muut ympäristöt vaikuttavat tunnetaitoihin ja tunteesäätelyyn (Kokkonen, 2017). Joten voimme todeta kodin ja vapaa-ajan arkipöydän toimintojen, kuten yhdessä tekemisen, rauhoittumisen ja aidon läsnäolon olevan tärkeitä hetkiä kiireisen arjen keskellä. Nämä arjen toiminnot tukevat parhaiten lapsen ja nuoren empatiakykyä ja tunnetaitojen kehittymistä. Luvussa neljä esittelemäni menetelmät sopivat toteutettavaksi myös kotona, jolloin ne toimivat lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen vahvistajina.

Ajattelen vuosikellon merkitystä myös laajemmin, kuin vain työkaluna varhaiskasvatuksen arjessa, kuten jo olen monesti kirjoittanut aihepiirinä tunnetaidot ovat laaja kokonaisuus, joka koskettaa meistä jokaista aina ja kaikkialla. Tunnetaidot vaikuttavat ihmisen hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti, oli kyse sitten ystävistä, terveydestä tai opiskelusta, tunnetaidot voidaan nähdä merkittävänä voimavarana elämässämme. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017). Tunnetaitojen moninaisuudesta kertoo myös se, miten monipuolisesti ja luovasti niitä voidaan harjoitella. Suunnittelemaani vuosikelloa (liite 2) tarkastelemalla voidaan huomata tunteiden monet vaikutukset kehossamme ja toiminnassamme. Vaikka puhumista ja tunteiden ja ajatusten sanoittamista pidetään tunneilmaisun tärkeimpänä muotona, lasten kanssa työskennellessä esimerkiksi kehon viestien ja luovan toiminnan merkitys tunneilmaisussa on tiedostettava, koska aina

ei löydy yhteistä kieltä, kuten Veijalainen ym. (2017) kirjoittavat tutkimuksessaan itsesäätelytaitojen moninaisuuden huomioimisesta. Tunne- ja vuorovai-  
kutustaitojen vahvistamisella on mielestäni paljon potentiaalia, nähtäväksi jää  
miten tätä potentiaalia hyödynnetään tulevaisuudessa ja miten se vaikuttaa  
esimerkiksi koulukiusaamisen vähenemiseen ja mielenterveyden haasteisiin.

## LÄHTEET

Aerila, J.-A. & Kauppinen, M. (2020). Taide ja kerronta varhaiskasvatuksessa. Teoksessa M. Neitola, J.-A. Aerila & M. Kauppinen (toim.), Rinnalla. Taide, kerronta ja sosiaalisemotionaalinen oppiminen varhaiskasvatuksessa (s. 41–49). Rinnalla-hanke.

Fanni Emotions. (2023a). Fanni-sarja. Fanni Emotions. <https://fanniemotions.com/tuote-osasto/fanni-sarja/>

Fanni Emotions. (2023b). Home - Fanni Emotions. Fanni Emotions. <https://fanniemotions.com/>

Heikkilä-Halttunen, P. (2015). Lue lapselle! opas lasten kirjallisuuskasvatukseen. Atena.

Innokylä. (n.d.). Vuosikello. Haettu 1.12.2022 osoitteesta <https://innokyla.fi/fi/tyokalut/vuosikello>

Juhila, K. (n.d.a). Koodaaminen. Teoksessa J. Vuori (toim.), Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. [ylläpitäjä ja tuottaja]. Haettu 26.1.2023 osoitteesta <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/koodaaminen/>

Juhila, K. (n.d.b). Teemoittelu. Teoksessa J. Vuori (toim.), Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Haettu 26.1.2023 osoitteesta <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>

Jääskinen, A.-M. & Pelliccioni, S. (2017). Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Lasten Keskus ja Kirjapaja.

Kokkonen, M. (2017). Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet. Opi tunteinen säätelyn taito (3., uud painos). PS-kustannus.

Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilkka, H. (2022). Kirjoita itsesi asiantuntijaksi: opas toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Art House.

Kurki, K. (2017). Young children's emotion and behaviour regulation in socio-emotionally challenging situations [Väitöskirja, Oulun yliopisto]. Jultika.

<http://jultika.oulu.fi/Record/isbn978-952-62-1697-3>

Köngäs, M. & Määttä, K. (2020). Pienten lasten hyvinvoinnin tukeminen päiväkodissa tunnesäätelyä ohjaamalla. Kasvatus: Suomen kasvatustieteellinen aikakausikirja, 51(5), 539–550. [https://lacris.ulapland.fi/ws/portalfiles/portal/16345684/KLK\\_ng\\_s\\_M\\_tt\\_.pdf](https://lacris.ulapland.fi/ws/portalfiles/portal/16345684/KLK_ng_s_M_tt_.pdf)

Mynämäki. (n.d.). Päiväkodit. Haettu 14.12.2022 osoitteesta <https://www.mynamaki.fi/varhaiskasvatus-ja-koulutus/varhaiskasvatus/paivakodit/>

Mynämäki. (2022). Mynämäen kunnan varhaiskasvatussuunnitelma 2022. Mynämäki. <https://www.mynamaki.fi/wp-content/uploads/2022/08/Mynamaen-kunnan-varhaiskasvatussuunnitelma-2022.pdf>

Neitola, M. & Koivula, M. (2020). Lasten sosiaalisemotionaalinen oppiminen varhaiskasvatuksessa. Teoksessa M. Neitola, J.-A. Aerila & M. Kauppinen (toim.), Rinnalla. Taide, kerronta ja sosiaalisemotionaalinen oppiminen varhaiskasvatuksessa (s. 25–40). Rinnalla-hanke.

Nummenmaa, L. (2016). Tunteiden neurobiologia. Suomen lääkärilehti, 10(71), 725–731. [https://www2.helsinki.fi/sites/default/files/atoms/files/nummenmaa\\_2016\\_tunteiden\\_neurobiologia.pdf](https://www2.helsinki.fi/sites/default/files/atoms/files/nummenmaa_2016_tunteiden_neurobiologia.pdf)

Nummenmaa, L. (2017). Mistä puhumme, kun puhumme tunteista? Tieteessä tapahtuu, 35(2), 35–39. <https://journal.fi/tt/article/view/61791>

Opetushallitus. (2022a). Tunteesta tunteeseen - ihmismielen tarina kuvin ja sanoin. 1.3 Mitä tunteet ovat? <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/1-tunteet-mita-ne-ovat>

Opetushallitus. (2022b). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2022\\_1.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_1.pdf)

Pikkulaurin päiväkoti. (2022). Perehdytyskansio.

Sainio, T., Pajulahti, R. & Sajaniemi, N. (2020). Näin tuet lapsen itsesäätelyä: hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. PS-kustannus.

Suntio, R. (2015). Kesytä jännitys: opas kasvattajalle. PS-kustannus.

Suomen sovittelufoorumi ry. (n.d.). Sovittelu varhaiskasvatussyksiköiden hyvinvoinnin rakentajana. Haettu 19.12.2022 osoitteesta <https://sovittelu.com/vertaissovittelu/koulutukset/miniverso/>

Tuovinen, Sanna. (2014). Satuhieronta: läsnä olevan kosketuksen ja sadun taikaa. WSOY.

Varhaiskasvatuslaki 540/2018. Haettu 12.12.2022 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>

Veijalainen, J., Reunamo, J. & Alijoki, A. (2017). View of Children's self-regulation skills in the Finnish day care environment. *Journal of Early Childhood Education Research*, 6(1), 89–107. <https://journal.fi/jecer/article/view/114071/67270>

Vilka, H. (2021). Tutki ja kehitä. PS-kustannus.

Vuori, J. (n.d.). Aineiston tuottaminen. Teoksessa J. Vuori (toim.), Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Haettu 26.1.2023 osoitteesta <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/laadullisen-tutkimuksen-prosessi/aineiston-tuottaminen/>

Wahlbeck, K., Hannukkala, M., Parkkonen, J., Valkonen, J. & Solantaus, T. (2017). Mielen terveyden edistäminen kansanterveystyön ytimessä. Duodecim, 133(10), 985–992. <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo13731.pdf>

## LIITE 1: LOMAKEHAASTATTELU

### LOMAKEHAASTATTELU

Lomakehaastattelu on osa opinnäytetyötäni. Kartoitan Pikkulaurin päiväkodin tunnetaitomateriaalin, ja kokoan materiaaleista näyttelyn. Tämä haastattelu toteutetaan näyttelyn ohessa, ja sen tarkoituksena on kartoittaa henkilökunnan näkemyksiä ja mielipiteitä tunnetaitomateriaaleista, ja niiden käytöstä. Näyttelyn ja haastattelun perusteella suunnitellaan *tunnetaitojen vuosikello*, Pikkulaurin päiväkodin henkilökunnan käyttöön. Vastaathan kysymyksiin annetussa järjestyksessä. Haastattelun perusteella ei voi tunnistaa yksittäistä vastaajaa. Palauta lomake oheiseen laatikkoon. Yhteistyöstä kiittäen, Elina Olli, Satakunnan Ammattikorkeakoulu, [elina.oll@student.samk.fi](mailto:elina.oll@student.samk.fi)

Työskentelen (ympyröi, oikea vaihtoehto).

alle kolmevuotiaiden ryhmässä

yli kolmevuotiaiden ryhmässä

1. Minkälainen on hyvä tunnetaitomateriaali?

---

---

---

2. Kerro esimerkki ohjaamastasi tunnetaitotuokiosta.

---

---

---

---

3. Kerro minkälainen tunnetaitojen vuosikello palvelisi parhaiten juuri sinun työskentelyäsi.

---

---

---

## LIITE 2: DIASARJA: TUNNETAITOJEN VUOSIKELLO

### Dia 1

## TUNNETAITOJEN VUOSIKELLO

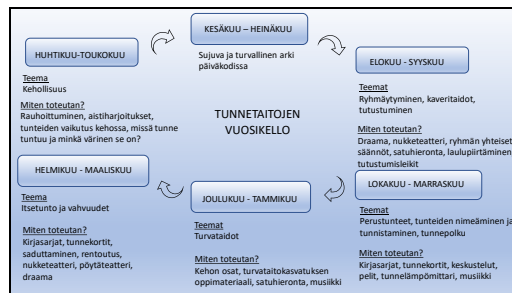
**sisältö:**

- Vuosikello
- Valmiit tunnetaito-ohjelmat
- Tunnetaito-ohjaus arjen tilanteissa
- Materiaalivinkkejä
- Pikkulaurin päiväkodin tunnetaitomateriaali
- Lähteet



Elina Olli Kevät 2023

### Dia 2



### Dia 3

## Valmiit tunnetaito-ohjelmat

Seuraavat valmiit tunnetaito-ohjelmat löytyvät Pikkulaurin päiväkodista. Valmiita tunnetaito-ohjelmia voi käyttää tunnetaito-ohjauksen tukena tai edetä materiaalissa esitetyn ohjelman mukaisesti.

- \* Askeleittain /Pienin askelin. Oppimista, sosiaalista kehitystä ja tunnetaitoja tukeva opetusohjelma
  - \* 3-7 vuotiaille
  - \* Pienin askelin – ohjelma 3-5 vuotiaille, Askeleittain-ohjelma esikouluun
- \* Tunne- ja turvataitoja lapsille. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-467-0>
  - \* 5-11 vuotiaille
  - \* 3 aihekokonaisuutta, 35 teemaa
  - \* muokattavissa ohjaajan ja ryhmän tarpeita vastaavaksi
- \* Tunnemuku ja mukutoukka, tunnetaito-ohjelma esikouluun ja alkuopetukseen.



## Dia 7

HUHTIKUU – TOUKOKUU

- Kadonnut avain. Aistielämyksiä tarjoava musiikkikurssiseikkailu.
- Kesytä jännitys. Opas kasvattajalle.
- Aistiseikkailu. Elämyksiä ja toimintaa koko vuodeksi.
- <https://elipsu.mindys.com/en/lapsiaja/temoitettu-tunnekeho.pdf> (Pätketerapia Ellipsi, 2019)
- Pikkumulperi ja pienet suuret tarinat - mindfulness-satuja ja harjoituksia
- Pönnöni satutoogakortit
- Aistiseikkailukortit.
- Aistiseikkailu2-kortit. Matka maailman ympäri aikaa.
- Aistiseikkailu3-kortit. Matka maailman ympäri jatkuu.
- Kiellonpuu ikkun kesytys
- (<https://www.youtube.com/watch?v=0hiiwusaVo>)

## Dia 8

PIKKULAURIN PÄIVÄKODIN TUNNETAITOMATERIAALI

Teoriatietoa henkilökunnalle:

- \* Anna Lappen leikkiä. Jantunen, Timo & Rönberg, Paula. (toim.) AENA.
- \* Hyvä päivähoito. Työkäsiä tukevan arkeen. Kolonen, Miya-Leena. PS-kustannus.
- \* Kasvatustarjonta ei- ja alluvuuskäsitteille. Aho, Sirko & Tarikonen, Hanna. Turun yliopisto.
- \* Kulu löysi päivästä. Vehkälähti, Reetta. LE-kirjat.
- \* Kintymysuhteet elämänsäkaressa. Siniköinen, Jari. Duodecim.
- \* Konsti vähissä? Rattaisija haastavien kasvatustilanteisiin. Lunden, Arja. PS-kustannus.
- \* Lapsen vahvistava kohtaminen. Mattila, Kati-Piipita. PS-kustannus
- \* Lapsot ja perheväkivalta. Holmberg, Tina. Lasten Keskus.
- \* Mitä kuuluu? Lapsen kertomukset ja osallisuus päiväkotiarjessa. Roos, Pia.
- \* Pönnöt lapset ja kasvattajien ehkäisy. Reppi, Laura. PS-kustannus
- \* Pönnöt pönnä kenen miehenä. Siniköinen, Jari. WSOY.
- \* Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Totteus käytännössä. Leskinen, Eelisa. PS-kustannus.
- \* Raitakäive vuorovaikutus. Kasvatuksellisia kohtauksia lasten kanssa. Cantell, Hannele. PS-kustannus.
- \* Sateenkaaripehneet ja hyvinvointi. Käsitteitä lasten ja perheiden kanssa työskenteleville. Järnsä, Juh. (toim.) PS-kustannus.
- \* Tunneily varhaiskasvatuksessa. König, Mirja. PS-kustannus.

## Dia 9

Toiminnallinen ja osallistava materiaali:

- \* Aaresankarit ja avaruusseikkailu. Harjoitellaan yhdessä toimimista. Saarinen, Sanna-Leena. PS-kustannus.
- \* Aistiseikkailu. Elämyksiä ja toimintaa koko vuodeksi. Saarinen, Sanna-Leena. PS-kustannus
- \* Aistiseikkailu 2. Matka maailman ympäri aikaa. Saarinen, Sanna-Leena. PS-kustannus.
- \* Askeleittain/Pienin askelin. Oppimista, sosiaalista kehitystä ja tunnetaitoja tukeva opetusohjelma.
- \* Huomaa hyvä! Vahvuusarikesen bongausopas. Uusikalo-Malmivaara, Lotta & Vuorinen, Kaisa. PS-kustannus.
- \* Hyvä minä. Tutkimusretki itsetuntoon. Juusola, Mervi. ELLI Early Learning.
- \* Häilyhennät ja lempeyslentä. Opas lasten ristiriittaintilanteiden ehkäisyyn. Liiska, Kirsi & Turunen, Tiina. PS-kustannus.
- \* Kadonnut avain. Aistielämyksiä tarjoava musiikkikurssiseikkailu. Mäki, Maiju. Kehitysvammaillito ry. Opile.
- \* Kesytä jännitys. Opas kasvattajalle. Suntuo, Reija. PS-kustannus.
- \* Laukava kynä. Laulupöytäkirja opas, nuottit ja leikit. Lappalainen, Minna. Laulau.
- \* Loikaten leikkiin – rohkeasti roolin. Draamakäsytystä 1-7 vuotiaalle. Martinez-Abarca, Terhi & Nurmi, Riikka. Lasten Keskus.

## Dia 10

- \* Maharampu. Lauuluja, loruja ja sävelmiä arjen hetkiin. Vannasmaa, Päivi & Luukkainen, Maija. Kehitysvammaliitto ry, Opikie.
- \* Mun ja sun juttu! Haapasalo, Tiina, Kirkkopelto, Katri & Repo, Laura. Lasten Keskus.
- \* Satuhieronta. Läsnoolevan kosketuksen ja sadun taikaa. Tuovinen, Sanna. WSOY.
- \* tarinat tunteiden tulkina. Toiminnallisia ideoita satujen ja draaman maailmasta. Kotka, Riikka. PS-kustannus.
- \* Tavallisen kiva päivä. Marttinen, Tittamari. Lasten Keskus.
- \* Tunnetuksi ja mukutoukka, tunnetaito-ohjelma esikouluun ja alkuopetukseen. Peltola, Anne; Kullberg-Piikola, Tarja; Kullberg-Turtialainen, Marjo. Lasten Keskus.
- \* Turvataitoja lapsille. Turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Lajunen, Kaija; Andell, Minna; Jalava, Leena; Kemppainen, Kaija; Pakkanen, Marja & Ylenius-Lehtonen, Mirja. Stakes. Päivitetty versio: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-467-4>

## Dia 11

## Satukirjat:

- \* Aada ja kiukkuleijona. Riihonen, Riikka & Suokas, Kaisa. Kumma.
- \* En halua nukkumaan! Sykes, Julie. Wellin+Göös.
- \* Fanni ja ihmeellinen tunnelämpömittari. Pöyhönen, Julia & Livingston, Heidi. Kumma.
- \* Fanni ja kiukkuiset kaksoiset. Pöyhönen, Julia & Livingston, Heidi. Kumma.
- \* Fanni ja leivon tikeri. Pöyhönen, Julia & Livingston, Heidi. Kumma.
- \* Fanni ja suuri tunnemöykky. Pöyhönen, Julia & Livingston, Heidi. Kumma.
- \* Herra Jäms ja rouva Karhu keikkaimessa. Kempter, Christa. Lasten Keskus.
- \* Herra Jäms ja rouva Karhu riidoissa. Kempter, Christa. Lasten Keskus.
- \* Jukka Hukka ja hirvää harmi. Itseluottamuksen vahvistaminen. McDonald,Avril. PS-kustannus.
- \* Jukka Hukka ja kirjava takki. Ystävällisyys ja toisen huomioiminen. McDonald,Avril. PS-kustannus.
- \* Jukka Hukka ja lohikäärmevävy. Rauhoittumisen harjoittaminen. McDonald,Avril. PS-kustannus.
- \* Jukka Hukka ja varjohirviö. Pelon ja järnityksen kesyttämisen. McDonald,Avril. PS-kustannus.
- \* Mollin hyvällä mielellä vai pahalla päällä. Haapasalo, Tiina. Lasten Keskus.
- \* Mollin itähepuli. Kirkkopelto, Katri. Lasten Keskus.

## Dia 12

- \* Mollin joulukirkkopelto, Katri. Lasten Keskus.
- \* Mollistavia mietteitä. Kirkkopelto, Katri. Lasten Keskus.
- \* Mollin mallin Mollin. Kirkkopelto, Katri. Lasten Keskus.
- \* Porju-Pölin oma jumi! Frenster, Paul & Goossens, Philippe. Lasten Keskus.
- \* Pihä. Kirkkopelto, Katri. Lasten Keskus.
- \* Pihä ja pöijä päivä. Kirkkopelto, Katri. Lasten Keskus.
- \* Pikku Peru ja Iso Bändi. Kirkkopelto, Katri. Lasten Keskus.
- \* Pikkuulperi ja pienet suuret tarinat – mindfulness-satuja ja harjoituksia. Sjöblom, Kirsi. PS-kustannus.
- \* Pomenia taikapölyn salaisuus. Grahon, Petronella. Kumma.
- \* Se on minun! Allepuz, Anuaka. Lasten Keskus.
- \* Se pilkkainen Lotta. Lindgren, Astrid. WSOY.
- \* Tunteet. Ne kupivat sisälläni. Walden, Libby. Lasten Keskus.

