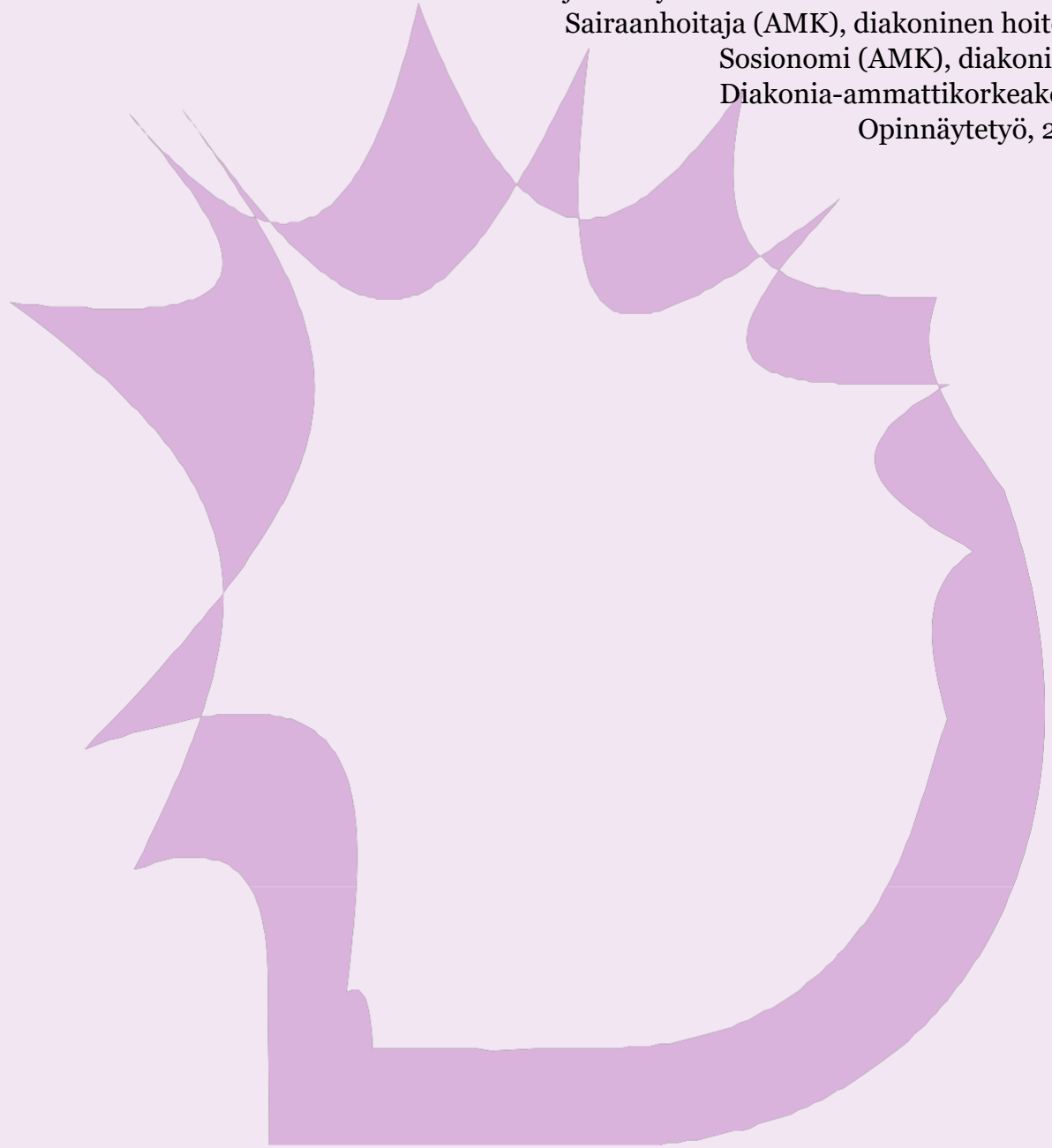


# DIAK

**Saana Nuorala**  
**Annika Vuorenmaa**

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto  
Sairaanhoitaja (AMK), diakoninen hoitotyö  
Sosionomi (AMK), diakoniatyö  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Opinnäytetyö, 2025



**LASTEN PELKOJEN KOHTAAMINEN  
VARHAISKASVATUKSESSA**

## TIIVISTELMÄ

Saana Nuorala & Annika Vuorenmaa  
Lasten pelkojen kohtaaminen varhaiskasvatuksessa  
24 sivua ja 1 liite  
Kevät 2025  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto  
Sairaanhoitaja (AMK), diakoninen hoitotyö  
Sosionomi (AMK), diakoniatyö

Opinnäytetyö käsittelee leikki-ikäisten lasten pelkoja ja niiden kohtaamista varhaiskasvatuksessa. Työn tavoitteena on kerätä tietoa lasten peloista ja tunnekasvatuksesta sekä auttaa yhteistyökumppanimme Ritaharjun päiväkotia tunnistamaan kehittämistarpeensa.

Tutkimuspainotteisessa opinnäytetyössä selvitettiin työntekijöiden kokemuksia ja valmiuksia kohdata lasten pelkoja sekä tunnetaitojen opetuksen huomioimista päiväkodissa sähköisen kyselylomakkeen avulla. Kysely suunnattiin 4–5-vuotiaiden lasten kanssa työskenteleville ammattilaisille. 4–5 vuoden iässä lasten vilkas mielikuvitus lisää pelkoja, jolloin tunnekasvatuksen ja aikuisten tuen merkitys on keskeinen, jotta lapset oppivat käsittelemään tunteitaan ja pelkojaan.

Tulokset osoittivat, että lapsen pelot eivät aina ilmene selkeästi sanoina, vaan aikuisen on oltava tarkkaavainen ja huomioitava lapsen tuntemukset myös kehonkielen ja käytöksen kautta. Lapsen pelot vaikuttavat käyttäytymiseen päiväkodissa. Ne voivat näyttäytyä muun muassa itkuisuutena, aggressiivisuutena tai välttelykäyttäytymisenä.

Asiasanat: pelko, lapset, varhaiskasvatus

## ABSTRACT

Saana Nuorala  
Annika Vuorenmaa  
Facing children's fear in early childhood education  
24 pages and 1 appendix  
Spring 2025  
Diaconia University of Applied Sciences  
Bachelor of Health Care, Diaconal Nursing  
Bachelor of Social Services, Diaconal work

The subject of this thesis is children's fear and facing those in early childhood education. The objective is to gather information about children's fears and emotional education and help partner Ritaharju children daycare center to identify their development in the subject area.

In this research-oriented thesis we interviewed employees for their experiences and readiness to encounter children's fear and about emotional skill education. The interview was done with a digital questionnaire and targeted to professionals working with children between ages 4 and 5. At this age children's wild imagination increases fears which makes emotional education and adult support important for them to learn to handle their emotions and fears.

The results of the questionnaire indicated that children's fears are not easily noticeable. Children do not express their fears with words. Adults must be observant and pay attention into children's feelings also through body language and behaviour. Children's fears affect behaviour day care center. Fears may be expressed as crying, aggressive behaviour or that child tries to avoid certain situations.

Keywords: Fear, Children, early childhood education

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	4
2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET .....	5
2.1 Varhaiskasvatus ja varhaiskasvatussuunnitelma .....	5
2.2 Kirkon varhaiskasvatus ja varhaiskasvatussuunnitelma .....	7
2.3 Lasten pelko .....	8
2.4 4–5-vuotiaiden lasten terveystarkastukset .....	9
2.5 4–5-vuotiaiden lasten kehitys .....	10
2.6 Lasten tunnetaidot ja sosiaaliset taidot .....	11
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET, TUTKIMUSKYSYMYKSET JA YHTEISTYÖKUMPPANI .....	14
4    TUTKIMUSMENETELMÄT;    AINEISTON    KERUU-    JA ANATYSOINTIMENETELMÄT .....	15
5 TULOKSET .....	17
6 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS .....	20
7 POHDINTA .....	22
LÄHTEET .....	25

## 1 JOHDANTO

Leikki-ikäisillä on vilkas mielikuvitus, joka saattaa ilmentyä myös pelkoina. Lapsi tarvitsee aikuisen tukea tunteidensa käsittelemiseksi. (Sinkkonen & Korhonen, 2015, s. 184.) Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, koska nykytilanne Suomessa ja muualla maailmassa on kaoottinen. Mediassa on useita kuukausia ollut pinnalla lasten ja nuorten hyvinvointi, erityisesti mielenterveys. THL:n kouluterveyskyselystä (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 2023) verraten edellisiin vuosiin lasten ja nuorten ahdistus on kasvussa. Mediassa ovat puhututtaneet viimeisen vuodenkin aikana useat kouluihin sekä lapsiin ja nuoriin kohdistuvat uhkaukset.

Lapset kuuntelevat tarkkaavaisesti vanhempiaan ja heidän keskusteluaan maailmantilanteesta ja sen uutisoinnista. Lapsen ymmärrys ei ole samalla tasolla kuin aikuisten, ja hän voi mielessään suurennella asioita, joita ympäriltään kuulee. Tässä tilanteessa vanhempien rooli on tärkeä, ja heidän tulisikin keskustella lasten kanssa heidän ajatuksistaan. Lasten hyvinvoinnin tueksi tarvitaan varhaiskasvatuksen, koulun sekä kodin yhteistyötä (Kiviluote, 2019 s.25).

Teemme opinnäytetyön lasten peloista ja siitä, miten ne kohdataan varhaiskasvatuksessa. Tutkimme myös, millä tavoin tunnekasvatusta opetetaan lapsille päivähoitossa, koska tunnekasvatuksen avulla lapsi oppii käsittelemään tunteitaan ja tätä kautta myös pelkojaan. Pohdimme voiko varhaiskasvatuksessa tarjota riittävää tukea pelkojen käsittelyyn. Keskitymme työssämme 4–5-vuotiaisiin lapsiin, koska tämän ikäisillä lapsilla mielikuvitus on hyvin vilkas, mikä omalta osaltaan lisää lasten pelkoja. Tunnekasvatuksella ja aikuisten tuella on suuri merkitys sille, miten lapsi pystyy ja oppii käsittelemään erilaisia tunteitaan ja pelkojaan. Lasten psyykinen pahoinvointi ilmenee eri tavoin. Lapsi voi olla vetäytynyt, hiljainen tai aggressiivinen ja toisia häiritsevä, hankaluuksiin hakeutuja. Monilla lapsilla ilmenee psyykkisen pahoinvoinnin oireistoa. 4–5-vuotias lapsi ei aina osaa sanoittaa omia tuntemuksiaan. Aikuisen ohjauksella ja esimerkillä lapsi oppii tunnistamaan ja säätelemään tunteitaan, mutta tämä vaatii aikuiselta hyvää omien tunnetaitojen osaamista. (Jääskinen, 2017.)

Opinnäytetyön tavoitteena on kerätä tietoa lasten erilaisista peloista ja tunnekasvatuksesta varhaiskasvatuksessa. Tavoitteena on myös kehittää omaa osaamista sosiaali- ja terveysalalla sekä omaa kriittistä ajattelua ja tiedon analysointia. Tavoitteena on auttaa yhteistyökumppania, Ritaharjun päiväkotia, havaitsemaan heidän kehittämistarpeensa liittyen lasten tunteiden käsittelyyn. Tarkoituksena on selvittää kyselyn avulla työntekijöiden kokemuksia lasten erilaisista peloista ja työntekijöiden valmiuksista kohdata niitä sekä selvittää, miten päiväkodissa otetaan huomioon tunnetaitojen opettaminen lapsille.

## 2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET

### 2.1 Varhaiskasvatus ja varhaiskasvatussuunnitelma

Suurin osa lapsista on jossain vaiheessa varhaiskasvatuksen piirissä ennen koulun aloitusta (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2023). Se nähdään ensimmäisenä askeleena oppimisen ja koulutuksen maailmaan. Hyvä varhaiskasvatus on pohja positiiviselle kehitykselle, ja varhaiskasvatuksen on havaittu tuovan positiivisia muutoksia niin yksilölle kuin koko yhteiskunnallekin. Varhaiskasvatus on kokonaisuus hoitoa, opetusta ja kasvatusta. Varhaiskasvatuksen toimintaa ohjaavat varhaiskasvatustaki, henkilökunnan ammatillisuus, suunnittelu ja ohjaavat asiakirjat. (Laaksonen, 2022, s.13.) Varhaiskasvatuksen tavoitteena on turvata lapsille myönteisiä oppimiskokemuksia ja turvallinen varhaiskasvatusympäristö sekä ohjata lapsia hyvinvointia edistäviin elämäntapoihin sekä tarjota mahdollisuuksia kehittää tunnetaitoja ja itseilmaisua (Laaksonen, 2022, s.14; Opetushallitus, 2022.)

Opetus –ja kulttuuriministeriö valvoo, ohjaa ja suunnittelee lasten päivähoitoa (Helenius & Lummelahki, 2018, s.7). Valvira ja aluehallintovirastot valvovat niin kunnallisia kuin yksityisiä varhaiskasvatuksen palveluntuottajia. Valvira on valtakunnallinen toimija ja aluehallintavirastot toimivat omilla alueillaan.

Valvontaviranomainen antaa varhaiskasvatuksen järjestäjille pääasiassa tarvittavaa ohjausta ja neuvontaa sekä seuraa toiminnan laatua, turvallisuutta ja kehittymistä yhteistyössä toiminnan järjestäjien kanssa. (Valvira, i.a.)

Varhaiskasvatuksen laaja yhteistyöverkosto pyrkii turvaamaan hyvän ja turvallisen varhaiskasvatuksen ja toteuttamaan hyvän jatkumon kouluun. Tärkeää on yhteistyö varhaiskasvatuksen ja lapsen vanhempien välillä. Parhaimmillaan yhteistyö on päivittäistä kohtaamista, kun lapsi tuodaan ja haetaan hoidosta. Vanhemmat osallistuvat luomaan varhaiskasvatussuunnitelmaa henkilökunnan kanssa, ja varhaiskasvatuksen suunnitteluun myös lapsi otetaan mukaan. Tuentarpeiselle lapselle suunnitellaan yhdessä toimenpiteitä, tarvittavia tutkimuksia ja yhteydenottoja muihin ammattilaisiin. Vanhempia ja lapsia otetaan mukaan myös päivähoiton ryhmän toiminnan suunnitteluun. Tämä takaa varhaiskasvatuksen jatkuvan kehittämisen. Varhaiskasvatuksen yksikön eli tietyn päiväkodin henkilöstö suunnittelee yhdessä toimipaikan kasvatus –ja toimintaperiaatteita, sekä muun muassa käytännön toteutuksia. Samassa lapsiryhmässä työskentelevät aikuiset muodostavat niin sanotun tiimin, jonka toimiva yhteistyö on erittäin tärkeää. (Helenius & LummeLahti, 2018, s.12–13.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016 määrittää varhaiskasvatuksen keskeiseksi tehtäväksi pedagogiikan. Tavoitteeksi määritellään lapsen moniulotteinen oppiminen. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016 on määrittänyt lapsen moniulotteisen oppimisen osa-alueiksi ajattelun, oppimisen, kulttuurisen osaamisen, vuorovaikutuksen ja ilmaisun, itsestä huolehtimisen, arjen taidot, monilukutaidon, viestintä -ja teknologia osaamisen, osallistumisen ja vaikuttamisen. Nämä muodostavat kokonaisuuden, jotka sisältyvät varhaiskasvatuksen kaikkiin toimintoihin. Varhaiskasvatuksen ja vanhempien yhteistyön avulla hyvin ja huolella toteutettu toiminta tukee lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. (Helenius & LummeLahti, 2018, s.17–18.)

Varhaiskasvatuslain mukaan varhaiskasvatuksen tavoitteena on muun muassa edistää lapsen iän ja kehityksen mukaista kasvua, terveyttä sekä oppimista. Lisäksi tavoitteena on kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja, joihin vahvasti vaikuttavat lasten tunnetaidot. Varhaiskasvatuksen tulee varmistaa

kehittävä, oppimista edistävä, terveellinen ja turvallinen varhaiskasvatusympäristö. (L 540/2018.)

Varhaiskasvattajien ammatillisuus alkaa rakentumaan omien arvojen ja ihmiskäsityksen pohtimisesta sekä sen tiedostamisesta. Työntekijöiden kiinnostus itsensä ja työskentelynsä kehittämiseen, sekä niistä saatu rakentava palaute voi saada koko työyhteisön motivaation ja toiminnan kehittymään. (Helenius & Lummelahti, 2018, s.11–14.) Varhaiskasvatus tukee lasten kehitystä laaja-alaisesti. Tähän kuuluu yhtenä osana sosiaaliset –ja vuorovaikutustaidot, kyky ilmaista itseään, kyky kuunnella sekä ymmärtää toisia ihmisiä. Työntekijöiden oma toiminta toimii lapsille esimerkkinä, sillä lapset ottavat aikuisista mallia. Esimerkiksi lapsen kuunteleminen on edellytys sille, että myös lapsi oppii kuuntelemaan muita ihmisiä. (Helenius & Lummelahti, 2018, s. 18–19.)

## 2.2 Kirkon varhaiskasvatus ja varhaiskasvatussuunnitelma

Kirkon varhaiskasvatussuunnitelma rakentuu neljään eri osa-alueeseen: kirkon varhaiskasvatuksen tehtävä, pedagogiikka, toimintakulttuuri ja yhteistyö. Kirkon varhaiskasvatuksen pohjana on kristillinen kasvatus. Kirkolla ei ole omaa pedagogiikkaa, vaan kirkossa käytetään yhteiskunnan ajantasaista tietoa lapsen kasvusta ja kehityksestä. (Suomen evankelisluterilainen kirkko. i.a., s.4.) Kristillisen kasvatuksen ja pedagogiikan suhde rakentuu toisiaan tukien. Kirkon varhaiskasvatuksen toiminnassa huomioidaan lapsen tarpeet ja osallisuus, ja lapsikäisyydessä yhdistyy Raamattu, teologinen tutkimus ja lapsitutkimus. (Suomen evankelisluterilainen kirkko. i.a., s.5–6.)

Leikkiessä lapsi oppii monia taitoja, ja juuri leikki on lapselle luontainen tapa tiedostaa myös uskonnollisia asioita. Kirkon varhaiskasvatussuunnitelmassa korostetaan lapsen oikeutta oppia omaan tahtiin asioita. Myös oppimisympäristöön kiinnitetään aiempaa enemmän huomiota, koska ympäristö toimii myös yhtenä kasvattajana. Hyvään oppimisympäristöön kuuluu hyvä ilmapiiri, sillä lapsi aistii ympäristön tunneilmapiirin. Tämä taas vaikuttaa tunnekasvatukseen, koska lasten tunnetaitojen harjoittelu tapahtuu niin sosiaalisessa, kuin myös

psykkisessä ympäristössä. Varhaiskasvatuksessa avoin ja lämmin ilmapiiri ovat yksi perusasioista lapsen turvalliselle kasvulle. (Suomen evankelisluterilainen kirkko. i.a., s.13–17.)

### 2.3 Lasten pelko

Pelkääminen on luonnollinen tunne ja se on ollut eloonjäämisen kannalta merkittävä asia. Kun ihminen kohtaa pelottavan asian, pyrkii hän pääsemään pois tilanteesta. Pelko aiheuttaa usein fyysisiä reaktioita, kuten käsien vapinaa, hengen ahdistusta ja hikoilua. Näillä reaktiolla on oma tarkoituksensa; auttaa ihmistä pakenemaan pelottavasta tilanteesta. (Broberg ym., 2005, s.168.) Pelkoja opitaan tehokkaasti, verrattuna ihmisen muuhun oppimiseen. Tämä ei aina ole hyvä asia, koska tarpeettomien pelkojen oppiminen voi altistaa esimerkiksi erilaisiin ahdistuneisuushäiriöihin ja fobioihin. (Seppänen, 2021, s. 21.)

Lapsen normaaliin kehitykseen kuuluu erilaiset pelot ja ahdistukset (Luoma, 2022). Pelot ovat yksittäisiä ja kehitysvaiheenmukaisia. Tavallisimpia lasten pelkoja ovat pimeän, mörköjen, tulipalon tai ukkosen pelot. Myös lapsen vilkas mielikuvitus saattaa ajoittain ilmetä pelkoina ja ahdistuksena. (Sinkkonen & Korhonen, 2015, s. 184.) Pelko on siis luonnollista, mutta joskus pelko saattaa kuitenkin kehittyä esimerkiksi fobiaksi, jolloin voidaan puhua psyykkisestä häiriöstä (Broberg ym., 2005, s.169). Lisäksi lapsen pelkoja voivat aiheuttaa netissä, uutisissa tai peleissä esiintyvä tilanteet tai hahmot (Puura, 2021).

Jo vastasyntynytkin lapsi omaa kyvyn pelästyä. Noin puolen vuoden ikäisenä lapsella kehittyy kyky havaita toisen ihmisen pelko, ja kokea pelkoa myös itse. On hyvin tavallista, että pieni lapsi pelkää joutuvansa eroon vanhemmistaan ja tuntee vieraiden ihmisten seurassa turvattomuutta. Tällaisissa tilanteissa lapselle on tärkeää sanoittaa, että tavalliseen kehitykseen kuuluu pelkoja. Ongelmaksi ne tulevat yleensä silloin, jos pelot alkavat rajoittamaan lapsen toimintakykyä tai hallitsevat muulla tavoin perheen elämää. Lapsen ja turvallisen aikuisen on tärkeää keskustella pelosta, joka lapsen mieltä painaa. Pelosta jutteleminen usein jo auttaa, sekä pelon asteittainen siedättäminen yhdessä aikuisen kanssa. Pelkoon

tutustumisessa on kuitenkin tärkeää, että lapsella on tilanteessa turvallinen olo. (Puura, 2021.)

Mielikuvituksen ja leikin kautta on helppo lähestyä lapselle vaikeasti käsitettävissä olevia tai pelottavia asioita (Pulkinen ym., 2023, s. 78). Mielikuvitusmaailman tukeminen on tärkeää, koska sillä on monia merkittäviä positiivisia vaikutuksia lapsen kehitykseen. Mielikuvituksen kautta lapsi voi turvallisesti kokeilla erilaisia rooleja. Lapsi voi harjoitella esimerkiksi mielikuvituskavereiden avulla tunteidensäätelyä tai kykyä ratkaista konflikteja. (Pulkinen ym., 2023, s.85–86.)

#### 2.4 4–5-vuotiaiden lasten terveystarkastukset

Kaikkien lasten terveystarkastusten tarkoituksena on tukea koko perheen hyvinvointia sekä lapsen ja vanhemman välistä suhdetta ja vuorovaikutusta (Sosiaali- ja terveysministeriö, i.a.). Jo sikiöaikana lapsen kasvua, kehitystä ja terveyttä seurataan säännöllisesti. Myöhemmin lapsen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kasvua ja kehitystä seurataan neuvolassa. Neuvolassa tuetaan vanhempia vanhemmuudessa, sekä koko perheen hyvinvointia. Säännöllisen seurannan tarkoituksena on havaita erityistuen tarpeet ajoissa sekä tarjota ja ohjata varhain riittävän avun piiriin. Neuvolakäyntejä tarjotaan alle kouluikäiselle lapselle vähintään 15 kertaa, näistä laajoja terveystarkastuksia on kolme. 4-vuotisneuvola on laaja-terveystarkastus, johon molemmilla vanhemmilla on suositus osallistua. Laajassa terveystarkastuksessa haastatellaan vanhempia, jotta saadaan myös heidän näkemys lapsensa terveydestä ja kehityksestä. Vanhempien luvalla varhaiskasvatuksen henkilökunnan on mahdollista esittää oma arvionsa lapsen kehityksestä, oppimisesta ja hyvinvoinnista varhaiskasvatuksessa. (Saarinen ym., 2023.)

Viiden vuoden ikäisen terveystarkastuksessa kartoitetaan lapsen kielellinen sekä tarvittaessa neurologinen kehitys. Tarkastuksessa keskustellaan lapsen kehityksestä ja kasvusta, liikunta- ja ravitsemustottumuksista. Lisäksi käydään läpi vastavuoroiset sosiaaliset suhteet ja kasvatusasiat. (Korpilahti ym., 2023.) Sosiaali- ja terveysalalla on perhe aina osallistettu lapsen hoitoon ja terveyttä koskeviin

asioihin. Lapsen perhe nähdään tärkeänä yhteistyökumppanina. (Heikkilä ja Lindroos, 2009.)

## 2.5 4–5-vuotiaiden lasten kehitys

4–5-vuotiailla lapsilla on jo käsitys oikeasta ja väärästä, ja he osaavat ilmaista omia tunteitaan sanallisesti ja elein (Pulkinen ym., 2023, s. 69). 4-vuotias oppii ymmärtämään ulkoisia ja sisäisiä tekijöitä, joilla on vaikutusta tunteisiin. Lapsi oppii vähitellen ennakoimaan omia ja toisten tunnetiloja tietyissä tilanteissa, ja hän ymmärtää myös, että eri ihmiset voivat tuntea eri tunteita samassa tilanteessa. (Pulkinen ym., 2023, s. 76.) Vanhempien tapa olla vuorovaikutuksessa lapsen kanssa vaikuttaa olennaisesti lapsen tunne-elämän kasvuun, mutta myös lapsen elinympäristöllä on merkittäviä kytköksiä tunne-elämän kehittymiselle (Friis ym., 2006, s.85).

Lapset pelkäävät asioita, joita heidän on syytä pelätä tietyssä elämänvaiheessa tai kriisissä. Esimerkiksi lähellä sattunut tulipalo saa lapsen näkemään painajaisia siitä, että oma koti palaa tai perheessä sattunut tragedia saa menettämään yöunet. Trauma sinänsä ei muuta ihmistä, vaan se kuinka sitä käsitellään lähipiirissä (Broberg ym., 2005, s. 35–36). Asioista on tärkeä keskustella perheen sisällä tai ulkopuolista apua hyödyntäen.

Leikki-ikäisen eli 3–6-vuotiaan sosiaaliset taidot kehittyvät hiljalleen. 3–6-vuotias opettelee ottamaan toiset huomioon sekä omien tunteiden hillintää. (Korhonen, 2021.) Sosiaaliin taitoihin lukeutuu muun muassa ongelmanratkaisu, ajattelu ja käyttäytymismallit. Sosiaalisten taitojen kehittymistä ohjaavat lapsuuden kokemukset, ympärillä olevat ihmiset, elinympäristö sekä luonteenpiirteet. (Kelttikangas-Järvinen, 2010 s. 23.) Keskimäärin vasta alakouluikäinen alkaa hiljalleen oppia tunteiden tietoista säätelyä (Jääskinen, 2017, s.12). Neljävuotias lapsi osaa toimia jo omatoimisesti ja uhkarohkeasti. Tässä iässä lapsen toiminta on yleensä tarkoituksen mukaista ja suunniteltua, he voivat omata vahvan omantahdon.

Neljävuotiaan mielikuvitus ja leikki kehittyy vauhdilla. (Korhonen, 2021.) Yleensä ihmisen kehitys seuraa tiettyä kaavaa, jonka perustella voimme määritellä missä kehitysvaiheessa kukakin on. Kehityopsykologian mukaan psyykkiset häiriöt syntyvät lapsen ja hänen ympäristönsä vuorovaikutuksesta. (Broberg ym., 2005, s.33.)

Erik H. Erikson kehitti psykososiaalisen kehityksen teorian. Eriksonin mukaan ihmisen kehitys on biologisen kypsymisen, sosiaalisten suhteiden muodostuksen ja egon toiminnan tulosta. Hänen mukaansa kehityksessä on kyse biologisten ja sosiaalisten prosessien yhteen liittämistä kussakin elämän vaiheessa. Erikson erotteli kahdeksan elämänvaihetta, joista me valitsimme kaksi, johon kiinnittyä, vauvaikä ja leikki-ikä. Kussakin elämän vaiheessa kohtaamme niihin liittyviä ongelmia, kriisejä. Niiden ratkaiseminen edellyttää jokaiselta uudenlaisten sovitte-  
lujen tai synteisien tekemistä. Kriisien onnistunut ratkaisu tuo omakuvaan laadullisia ominaisuuksia. Esimerkiksi vauvaiässä, kun kommunikaatio toteutuu lapsen puolelta vain itkun ja ääntelyn kautta, lapsi joko muodostaa luottamuksellisen tai epäluottamuksellisen suhteen ympäröivään maailmaan. Leikki-ässä haasteena on itsenäistyminen, tästä käytetään myös käsitettä uhmaikä, lapsi joko oppii luottamaan omiin taitoihinsa tai hän epäilee omaa selviytymistään. (Pulkinen ym., 2023, s. 254–265).

## 2.6 Lasten tunnetaidot ja sosiaaliset taidot

Tunnetaidoilla tarkoitetaan tunteiden tunnistamista, sietämistä, ilmaisemista, säätelyä sekä käsittelyä (Kiviluote, 2019). Tunnetaitojen opettaminen varhain on koettu hyödylliseksi, sillä tunne-elämään liittyvät ongelmat heijastuvat koulu- ja oppimisvaikeuksiin. Lapsen itseilmaisun ja tunnetaitojen kehittymisessä korostuu myös turvallinen ja ennalta-arvattava ympäristö. (Kiviluote, 2019, s. 22–24.) Ta-  
voitteellinen ja säännöllinen tunnetaitojen opettaminen lapsille ja nuorille on koettu hyödylliseksi ja sillä on huomattu olevan vaikutusta myönteisiin tunnekoemuksiin. (Hintikka, 2016.)

Tunne eli emotio itsessään on lyhytkestoinen kokemus. Mieliala taas on pitkäkestoinen, jonkin tunteen sävyttämä tuntemus. Kaikilla tunteilla, joita koemme, on kolme ulottuvuutta. Fyysisessä tunnereaktiossa tavanomaista on esimerkiksi hikoilu ja hengityksen nopeutuminen. Psyykkinen tunnereaktio tarkoittaa sitä, kuinka koemme ja tunnistamme tunteet. Sosiaalinen tunnereaktio taas tarkoittaa, kuinka tunteemme näkyvät ulospäin. (Seppänen, 2021, s.10.) Tunteet kertovat paljon asioita muun muassa sen, minkä ihminen kokee vastenmieliseksi, miellyttäväksi, tai mitkä asiat saavat ihmisen innostumaan. Tunteet ovat kuitenkin usein myös epäselviä ja voivat ohjata harhaan. Ihminen ei esimerkiksi välttämättä tiedosta, miksi hän tuntee tietyllä tavalla tietyssä tilanteessa. (Seppänen, 2021, s.12.)

Tunteiden tapahtumaketju on moniulotteinen. On tutkittu, että tunneprosessi alkaa tunteen havaitsemisesta. Tämän jälkeen ihminen tekee tiedostamatta tulkinnan tapahtumasta. Kolmas vaihe on tunnereaktio, jossa voi seurata ihmisen käytöksen muuttuminen. Neljäs vaihe on kokemus tunteesta. Ihminen siis kokee olevansa iloinen tai esimerkiksi surullinen. Viimeinen vaihe tunteiden tapahtumaketjussa on tunteiden ilmaisu, jossa tunnetta ilmaistaan keholla, äänellä tai elein. (Seppänen, 2021, s.13; Salonen, 2017.)

Tunnekasvatus on tunteiden harjoittamista, tunnistamista ja sanoittamista. Tunnekasvatuksen tavoitteena on, että yksilö pystyy tunnistamaan ja käsittelemään tunteitaan rakentavasti. Lapsen kokemat tilanteet luovat pohjan tunnetaidoille, mutta tunnetaidoissa voi kehittyä koko elämän ajan. Tunnetaidot voivat olla merkittävä voimavara elämässä. Tunnetaitojen perustana pidetään kykyä havaita ja tunnistaa omia, sekä myös toisten ihmisten kokemia tunteita. (Seppänen, 2021, s.31.)

Lapsi oppii tunnetaitoja kokemalla, puhumalla ja havainnoimalla. Aikuisten omat tunnetaidot toimivat esimerkkinä lapsille, joten myös vanhemmille tunnetaitojen harjoittelu on tärkeää. (Laaksonen, 2022, s.33–34.) Tunnetaitoja opitaan ottamalla mallia ympäröivistä ihmisistä, niin aikuisilta kuin myös ikätovereilta.

Tunnetaidot vaikuttavat elämään monin tavoin, kuinka tunnistamme omat ja toiminnan pohjalla vaikuttavat tunteet. Lasten sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen kehittymättömyys näkyy ikätovereiden välisissä riidoissa, leikeissä ja toimeen tulemisessa. On normaalia, ettei lapsi osaa vielä ottaa vastaan eikä antaa kriittistä palautetta. (Jääskinen, 2017, s. 30–36.)

Keskeisimmät sosiaalisemotionaaliset taidot ovat kykyä säädellä omia tunteita ja tunteisiin liittyvää käyttäytymistä. Näitä taitoja voidaan aina harjoitella ja kehittää. (Neitola, i.a.) Lapset oppivat taitoja eri tahdissa, ja kuten muutkin taidot, käyttäytymisen ja tunne-elämän hallinnan taidot ovat opittavia ja kehityksellisiä (Lappalainen & Sointu, 2013 s.10). Varhaiskasvatuksen ammattilaisten tehtävänä on opettaa, ohjata ja tukea lapsen erilaisten sosiaalisten taitojen, tunnetaitojen, sosiaalisten suhteiden sekä heidän oman identiteettinsä kehittymistä ja rakentamista hyvinvointia ja oppimista edistävillä tavoilla. Lasten sosiaaliset taidot sekä tunnetaidot kehittyvät paitsi yhteisön vuorovaikutuksen ja yhteisen toiminnan kautta, myös esimerkiksi erilaisia taiteellisia ilmaisukeinoja käyttämällä. (Neitola, i.a.) Opetussuunnitelmissa useassa kohdassa nousevat esille tunnetaidot, tunnekokemukset, vuorovaikutus, vertaisryhmät ja sosiaaliset suhteet. Varhaiskasvatuksessa opetellaan yhdessä ammattilaisten johdolla sekä muiden lasten kanssa tunne-elämäntaitoja, joita tarvitaan elämässä. (Opetushallitus, 2022.)

Tunteet näyttelevät varhaislapsuudessa, lapsuudessa ja nuoruudessa suurempaa osaa kuin aikuisena. Tunne-elämä kehittyy sen mukaisesti, kuinka paljon ihminen joutuu lapsuus- ja nuoruusvuosien aikana torjumaan ja tukahduttamaan tunteitaan. Tunteet ovat keskeinen osa ihmisen syvällistä olemusta, inhimillistä todellisuutta, persoonaamme. Tunteet ohjaavat ajatteluamme. Tunteiden synty-miseen on aina jokin syy, joten ne on otettava vakavasti. Tunne-elämässä on herkkyysvaiheita, joiden aikana lapsi tai nuori on erityisen herkkä tunnekasvatuk-selle. Herkkyysvaiheet ajoittuvat varhaislapsuuteen, murrosikään. Vääränlaisella tunnekasvatuksella voi aiheuttaa haittaa lapsen tunteiden ilmaisuun ja kehittymi-seen. Esimerkiksi toistuvasti torjuttu lapsi tottuu torjumiseen. (Kemppinen, 2000, s. 24–51).

### 3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET, TUTKIMUSKYSYMYKSET JA YHTEISTYÖKUMPPANI

Opinnäytetyössämme on tarkoitus kuvata kyselyn avulla varhaiskasvatuksen työntekijöiden kokemuksia 4–5-vuotiaiden lasten peloista ja sitä, miten ne kohdataan varhaiskasvatuksessa. Työmme tavoitteena on kerätä tietoa lasten erilaisista peloista sekä antaa tietoa varhaiskasvatuksen työntekijöille, miten kohdata lapsi, jolla on pelkoja. Tutkimme opinnäytetyössä, millä tavoin tunnekasvatus huomioidaan ja miten sitä opetetaan varhaiskasvatuksessa, ja erityisesti, miten siellä huomioidaan lasten pelot. Selvitämme näitä asioita tutkimuskysymyksillä:

- Mitä kokemuksia varhaiskasvatuksen työntekijöillä on 4–5-vuotiaiden lasten peloista?
- Miten lasten pelot kohdataan varhaiskasvatuksessa?
- Miten varhaiskasvatuksessa huomioidaan tunnekasvatus?

Haluamme myös selvittää, millaisia keinoja varhaiskasvatuksessa on käytössä lasten pelkojen käsittelemiseen. Opinnäytetyö voi auttaa havaitsemaan puutteita ja kehittämiskohteita Ritaharjun päiväkodin toiminnassa.

Opinnäytetyön tavoitteena on kerätä tietoa lasten erilaisista peloista ja tunnekasvatuksesta varhaiskasvatuksessa. Tavoitteena on myös kehittää omaa osaamistamme sosiaali- ja terveysalalla, omaa kriittistä ajattelua sekä tiedon analysointitaitoa. Tavoitteena on auttaa yhteistyökumppania, Ritaharjun päiväkotia, havaitsemaan heidän kehittämistarpeensa liittyen lasten tunteiden käsittelyyn. Tarkoituksena on selvittää kyselyn avulla työntekijöiden kokemuksia lasten erilaisista peloista ja työntekijöiden valmiuksista kohdata niitä sekä selvittää, miten päiväkodissa otetaan huomioon tunnetaitojen opettaminen lapsille.

Yhteistyökumppanimme on Ritaharjun päiväkoti. Päiväkoti on osa Ritaharjun monitoimitaloa, jossa toimivat lisäksi koulu, kirjasto ja nuorisopalvelut (Oulun kaupunki, i.a). Olimme yhteydessä Ritaharjun päiväkodin johtajaan sähköpostitse sekä puhelimitse. Annoimme lyhyen kuvauksen tutkimuksesta, sen

tarkoituksesta ja tavoitteista. Perustelimme aiheen merkitystä ja sitä, kuinka he tutkimuksen pohjalta voisivat kehittää omaa toimintaansa. Päiväkodissa työskentelee ammattitaitoinen henkilökunta, joka koostuu varhaiskasvatuksen erityisopettajista, lastenhoitajista ja muista tukihenkilöistä. Ritaharjun päiväkodin toiminta painottuu leikkiin ja toiminnalliseen oppimiseen. Päiväkodilla on käytössä myös Lapset puheeksi -menetelmä. (Oulu varhaiskasvatus, i.a.)

Ritaharjun päiväkodin toimintasuunnitelmaan on kirjattu arvoiksi rohkeus, reiluus ja vastuullisuus. Rohkeuteen kuuluu ennakkoluuloton tutustuminen uusiin asioihin ja ihmisiin, lapsen yksilöllinen huomioiminen ja vapaus ilmaista itseään. Reiluus näkyy kaikkien tasa-arvoisena kohteluna sekä erimielisyyksien sovitteluna MiniVerso-menetelmää tukena käyttäen. MiniVerso-menetelmä on VERSO-ohjelman tekemä varhaiskasvatuksen malli, jonka tavoitteena on lasten oikeuksien, osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistaminen ristiriitatilanteissa (Verso, i.a).

Vastuullisuus tuodaan päiväkodin arkeen kestävän kehityksen, kierrättämisen ja itsestä sekä toisista huolehtimisen kautta. Toimintasuunnitelmassa korostetaan lapsen tunne- ja kaveritaitoja sekä erilaisuuden hyväksymistä. Tunteita nimetään arkipäiväisissä tilanteissa ja apuna käytetään erilaisia tunnemateriaaleja. Kiusaaminen ei ole hyväksyttävää, ja näin ollen päiväkodissa on käytössä kiusaamisenestosuunnitelma, joka on liitetty jokaisen ryhmän varhaiskasvatussuunnitelmaan. Päiväkodissa yhdistyvät liikunta, musiikki, kuvataide ja tiedollinen oppiminen. (Oulun kaupunki, i.a.)

#### 4 TUTKIMUSMENETELMÄT; AINEISTON KERUU- JA ANALYYSIMENETELMÄT

Laadimme kyselylomakkeen Ritaharjun päiväkodin työntekijöille, jotka tekevät työtä 4–5-vuotiaiden lasten parissa. Työn tavoitteena oli kerätä tietoa lasten

peloista ja tunnekasvatuksesta sekä auttaa yhteistyökumppanimme Ritaharjun päiväkotia tunnistamaan mahdolliset kehittämistarpeensa.

Tarkoituksena oli kerätä aineistoa laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen kautta. Laadullinen tutkimus on erilaisiin aineistoihin ja niiden analyysiin perustuvaa, joka tehdään teoreettisen tiedon pohjalta (Kallinen, Kinnunen, 2021). Käytimme työssämme laadullista tutkimusta, koska halusimme kuulla kokonaisvaltaisemmin kyselyyn vastanneiden näkökulmia ja ajatuksia. Tutkimuksessa henkilöt vastasivat valmiiksi asetettujen kysymysten pohjalta vapaamuotoisesti. Analysoimme kyselyn vastauksia sisällön analyysia käyttäen. Sisällön analyysissa aineisto käydään huolellisesti läpi, ja siitä pyritään löytämään johtopäätöksiä, jotka olisivat tutkimuksellisesti merkittäviä. Siinä haetaan myös vastauksia, mitkä asiat eroavat saadusta aineistosta ja mitkä asiat ovat yhteneväisiä. (Vuori, i.a.) Aineistossamme tekstimassaa oli vähän, joten emme tarvinneet esimerkiksi apuohjelmia tulosten analysointiin. Kävimme keskenämme aineistoa läpi ja erottelimme vastauksista yhteisiä teemoja ja usein toistuvia asioita, kuten lasten yleisimmät pelot ja niiden ilmaisutavat, varhaiskasvattajan työn kuormittavuus ja ajan riittämättömyys. Analyysin tulokset osoittivat, että lasten pelkojen ja tunteiden käsittely varhaiskasvatuksessa on monimuotoista, mikä vaatii aikuisten aktiivista tukea.

Aineisto kerättiin päiväkodin johtajan välityksellä niin, että hän jakoi kyselylomaketta sähköisesti eteenpäin työntekijöilleen. Kyselyyn vastaaminen tapahtui sähköisesti. Teimme kyselyn Ritaharjun päiväkodin työntekijöille, jotka työskentelevät 4–5-vuotiaiden ryhmissä. Kyselylomake (LIITE 1) on tehty Google Forms:n avulla. Kyselyssä kysymyksiä oli yhteensä kahdeksan, joihin vastattiin kyllä tai ei-väittämin ja vapaamuotoisesti. Kerroimme kyselyn olevan anonyymi ja vastaamisen vapaaehtoista. Käytimme harkinnanvaraista otantaa, mikä tarkoittaa, että keräsimme tietoa niiltä henkilökunnan jäseniltä, joilla on tutkimuksen kannalta olennaista tietoa ja omakohtaista kokemusta. Tutkimustulosten ja tarkemman analyysin avulla pyrimme vastaamaan aiemmin esitettyihin tutkimuskysymyksiin. Vastaajia kyselyssä oli kolme, joten määrä jäi hyvin suppeaksi.

Valitsimme tutkimuskysymykset, jotka ovat kaikkein oleellisimpia opinnäytetyömme aihetta ajatellen. Tutkiessamme lasten pelkojen kohtaamista varhaiskasvatuksessa ensimmäinen tärkeä kysymys oli, mitä kokemuksia varhaiskasvatuksen työntekijöillä on 4–5-vuotiaiden lasten peloista. Halusimme selvittää millaisia pelkoja työntekijät ovat kokeneet lapsilla olevan, ovatko ne vaikuttaneet lasten käyttäytymiseen ja toimintaan päiväkodissa sekä ovatko pelot olleet ikätason mukaisia. Nämä kysymykset antoivat laajemman kokonaiskäsityksen lasten psyykkisestä kehityksestä työntekijöiden näkökulmasta.

Toinen tutkimuskysymys oli, miten lasten pelot kohdataan varhaiskasvatuksessa. Halusimme kartoittaa, millaisia keinoja varhaiskasvatuksessa on käytössä lasten tunteiden kohtaamiseen. Onko käytössä esimerkiksi tunnekortteja tai toiminnallisia menetelmiä? Onko varhaiskasvatuksessa ollut työntekijöille koulutuksia liittyen lasten tunteiden kohtaamiseen? Nämä kysymykset olivat oleellisia opinnäytetyön kannalta, koska ne antoivat tietoa, kuinka lapsia ja heidän tunteitaan kohdataan päivähoidossa.

Tunnekasvatukseen liittyvä kysymys oli, miten varhaiskasvatuksessa huomioidaan tunteiden oppiminen ja miten se näkyy lasten päiväkotiarjessa. Näiden kysymysten vastaukset antoivat tarkemman kuvan päiväkodin toiminnasta liittyen 4–5-vuotiaiden lasten tunnekasvatukseen. Olimme käyttäneet kysymysten asetelussa termiä tunnekasvatus, koska termi on myös opetushallituksen käyttämä. Uskomme että lomakkeen kysymykset on asetettu niin, että varhaiskasvatuksen ammattilaiset ymmärtävät mitä niillä tarkoitetaan.

## 5 TULOKSET

Laadimme kyselylomakkeen Ritaharjun päiväkodin työntekijöille, jotka tekevät työtä 4–5-vuotiaiden lasten parissa. Opinnäytetyössä tutkimme 4–5-vuotiaiden lasten pelkoja ja niiden kohtaamista varhaiskasvatuksessa. Tutkimme myös

tunnekasvatuksen opetuksen huomioimista varhaiskasvatuksessa sekä autamme yhteistyökumppanimme Ritaharjun päiväkotia tunnistamaan mahdolliset kehittämistarpeensa.

#### Varhaiskasvatuksen työntekijän kokemuksia 4–5-vuotiaiden lasten peloista

Usein lapsi ei osaa sanoittaa aikuiselle pelkoaan, ja aikuisen täytyy pystyä huomaamaan se lapsen olemuksesta. Pelko on myös tärkeää ottaa lapsen kanssa puheeksi. Usein lasten pelot saattavat liittyä uusiin tilanteisiin, jos lapsi ei tiedä tarkasti mitä seuraavaksi tapahtuu. Päiväkotiin tultaessa vanhemmista aamulla eroaminen voi laukaista pelkoa ja itkuisuutta. Myös pimeä, ukkonen, eläimet ja kummitukset voivat aiheuttaa lapselle pelon tunnetta. Tämä tunne saattaa näytettyä esimerkiksi aggressiivisuutena, ja aikuisen onkin hyvä silloin huomata, onko vihan alla pelon tunne.

#### Työntekijöiden kokemuksia, millaisia pelkoja lapsilla on ollut

Tyypillisiä pelkoja lapsille ovat pimeä ja toisten lasten kovat äänet ja rajut leikit. Vastauksissa tuli ilmi, että lapset saattavat pelätä epäonnistumista, joten he saattavat välttää sellaisten asioiden tekemistä, jotka eivät ole heidän vahvuuksiaan. Lapset kehittyvät eri tahtiin ja ovat erilaisia. Jotkut lapset oppivat varhain huolehtimaan itsestään ja asioistaan ja saavat varmuutta omaan tekemiseensä (ETENE, 2011, s. 52). Tilanteissa, joissa lapsi epäröi omia taitojaan, aikuisen olisi hyvä osata tukea lapsen positiivista minäkuvaa sekä tukea oppimisen prosessia epäonnistumisten kautta.

#### Pelkojen vaikutukset lasten käyttäytymiseen ja/tai toimintaan päiväkodissa

Laitoimme kyselyyn monivalintakysymyksen, jossa vastausvaihtoehdot olivat kyllä tai ei. Jokainen vastaaja vastasi kysymykseen, ovatko pelot vaikuttaneet lasten käyttäytymiseen ja/tai toimintaan päiväkodissa, "kyllä". Kyselyssä

pyysimme tarkentavia vastauksia monivalintakysymykseen. Monesti pelot näyttyivät lasten käyttäytymisessä itkuisuutena ja aristeluna sekä aggressiivisuutena. Lapsi voi myös itse kertoa pelostaan. Konkreettisia esimerkkejä oli, että lapset saattavat pelätä lepohetkensä aikaan nukkaria, koska siellä on pimeää. Lapset saattavat myös varoa äänekkäitä lapsia, joilla on rajut otteet.

### Pelkojen ikätasoisuus

Monivalintakysymykseen, jossa kysyttiin ovatko pelot olleet ikätason mukaisia, jokainen vastaaja vastasi "kyllä", kun vastausvaihtoehdot olivat kyllä tai ei. Kyselyssä pyysimme tarkentavia vastauksia kysymykseen. Vastauksissa tulee ilmi, että pelot ovat olleet pääosin ikätason mukaisia. Mielikuvituksen ollessa vilkas, pelot voivat vaikuttaa esimerkiksi lapsen uneen. Kyselyyn vastanneet ovat myös panneet merkille, että pelot vähenevät lapsen kasvaessa, ja tähän vaikuttaa suurelta osin lapsen ikä, luonne sekä temperamentti eli ihmisen luontainen tapa reagoida eri asioihin.

### Varhaiskasvatuksen keinoja lasten tunteiden kohtaamiseen

Vastauksissa selvisi monia eri vaihtoehtoja lasten kanssa keskusteluun ja tunteiden läpikäymiseen. Tunteita voidaan harjoitella ja ilmaista kuvien, tunnekorttien, tunnemittareiden, piirtämisen tai äänen, kuten laulujen ja lorujen, kautta. Lasten kanssa käytetään myös paljon leikkiä ja draamaa ilmaisun keinona. Leikin kautta lapsen voi saada avautumaan tunteistaan helpommin kuin suoran keskustelun kautta. Lasta autetaan myös sanoittamaan tunteitaan. Paljon käytettyjä keinoja ovat myös läsnäolo ja syli, joilla luodaan lapselle turvallinen ympäristö uskaltaa tuntea tunteitaan. Vastauksissa nousevat myös esille haasteena suuret ryhmäkoot ja esimerkiksi ajan riittämättömyys, jolloin lapsia ei pystytä aina kohtaamaan niin kokonaisvaltaisesti kuin olisi tarve.

## Työntekijöiden kokemuksia lasten pelkojen kohtaamisesta

Tuloksissa nousee esiin lapsen tunteiden oikeanlaisen kohtaamisen tärkeys. Ammattilaisen on osattava ottaa puheeksi lapsen pelko ja osattava aistia lapsen tunnetiloja. Lapsi ja hänen pelkonsa on tärkeä osata kohdata oikein, eikä missään nimessä vähätellä hänen kokemuksiaan. Esille nousi myös jälleen tunteen sanoittamisen tarpeellisuus ja tärkeys. Lapsen pelätessä syli ja turvan tunteen luominen on merkityksellistä.

Kysyimme työntekijöiden koulutuksista liittyen lasten tunteiden kohtaamiseen. Tähän osioon tuli useita lyhyitä samantyyllisiä vastauksia, vaikka olimme pyytäneet tarkennusta siihen millaisia nämä koulutukset ovat. Vastauksissa tulee ilmi, että koulutuksia järjestetään monipuolisesti, mutta niihin osallistuminen voi olla haastavaa työn hektisyyden ja esimerkiksi työntekijäpulan vuoksi.

## 6 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyön kysely varhaiskasvattajille perustui vapaaehtoisuuteen ja yhteistyökumppani sai keskeyttää tutkimuksen tai kieltäytyä vastausten luovuttamisesta niin halutessaan. Kyselyn vastaukset ovat tulleet varhaiskasvatuksen ammattilaisilta, joten aineistoa voi pitää melko luotettavana. Täytyy kuitenkin muistaa, että kyselyyn vastaajia oli hyvin vähän ja aineistoa on kerätty vain yhden päiväkodin henkilökunnalta. Vastauksista ei voi siis vetää johtopäätöksiä, että kaikissa päiväkodeissa asiat ovat samalla tavalla. Annoimme vastausaikaa reilun kahden viikon ajan, mutta teknisten ongelmien takia vastausten saaminen pitkeytyi. Jatkoimme vastausaikaa kuukaudella. Sitä emme osaa arvioida, onko heillä työnpuolesta ollut aikaa vastata, kun päiväkotiarhi on ajoittain hektistä. Kyselyyn vastaaminen vie noin 10 minuuttia.

Tieteellisten tutkimustulosten eettinen hyväksyttävyyys, luotettavuus ja uskottavuus edellyttävät, että tutkimus tehdään hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Tieteellisen tutkimuksen perusteet on luotu jo koulussa, ja eettisten toimintamallien oppiminen alkaa opintojen aikana ja tutkijanuran alkuvaiheessa. Korkeakoulut ovat ensisijaisesti vastuussa tutkimusetiikan opettamisesta. Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa tulee ottaa huomioon puolueettomuus. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2024.)

Terveystieteiden toimijoiden eettisenä lähtökohdana on kunnioittaa asiakkaiden ja potilaiden perusoikeuksia, arvostaa itsemääräämis- ja valintaoikeutta sekä kohdella heitä tasa-arvoisesti ja oikeudenmukaisesti (ETENE, 2011). Tutkimuspainotteisessa opinnäytetyössä tulee noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä (HTK). Ensisijaisesti vastuu HTK:n noudattamisesta kuuluu tutkijalle ja tutkimusryhmälle. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2024.) Yhteistyökumppaneiden kanssa on tärkeää sopia työn tavoitteista ja oikeuksista sekä sopia aineistojen omistus- ja käyttöoikeuksista (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2023, s.13).

Valmis kyselyaineisto käsiteltiin luottamuksellisesti huomioiden tietosuojan ja -turvan. Kysymyksiä laatiessamme otimme huomioon kysymysten tarpeellisuuden ja vältimme tutkimuksen kannalta epäoleellisen tiedon keräämistä. Tutkimuksen kannalta ei ollut oleellista kerätä suoria henkilötietoja, joten tiedot kerättiin anonyymisti. Opinnäytetyön valmistumisen jälkeen hävitimme sähköisen aineiston poistamalla ja päällekirjoittamalla.

Olemme huolehtineet opinnäytetyön eettisyydestä perehtymällä hyvin tutkittavaan aiheeseen. Olemme huolehtineet resursseista, sekä sovimme kaikille osapuolille sopivan aikataulun, jonka puitteissa opinnäytetyötä rakennamme. Huolehdimme, että käsittelemme vain sellaisia tietoja, jotka ovat työmme puolesta aiheellisia. Tehdessämme opinnäytetyötä käytämme luotettavia lähteitä ja lähdeviitteitä.

## 7 POHDINTA

Maaliskuussa 2024 olimme yhteydessä muutamaan eri tahoon ja päädyimme lopulta yhteistyöhön Ritaharjun päiväkodin kanssa sekä aloitimme suunnitelman työstämisen. Esitimme opinnäytetyösuunnitelman toukokuun 2024 seminaarissa, jotta pääsimme kesän aikana tekemään kirjoitustyötä. Tavoitteenamme oli saada työmmme valmiiksi loppuvuodelle 2024, mutta meidän oli pidennettävä kyselylomakkeen palautusta, joten työ viivästyi.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia varhaiskasvatuksen työntekijöiden kokemuksia 4–5-vuotiaiden lasten peloista ja kuinka nämä kohdataan varhaiskasvatuksessa. Selvitimme, miten varhaiskasvatuksessa huomioidaan lasten pelot. Laadimme kyselyn kysymykset huolella ja mietimme niiden muotoilua, jotta ne olisivat ymmärrettäviä ja selkeitä. Suurin osa kyselylomakkeen kysymyksistä olivat avoimia kysymyksiä.

Saimme selkeitä vastauksia kysymyksiimme, mikä auttoi meitä saamaan laajempia näkökulmia opinnäytetyömme aiheeseen. Saamistamme vastauksista voimme päätellä, että varhaiskasvatuksen työntekijät ovat vastanneet kysymyksiin avoimesti ja totuudenmukaisesti. Tavoitteena oli auttaa yhteistyökumppania havaitsemaan heidän kehittämistarpeensa sekä kehittää omaa osaamistamme, kriittistä ajattelua ja tiedon analysointia. Kuten muuallakin sosiaali- ja terveysalalla, varhaiskasvatuksessakin on haasteita resurssien riittämättömyyden kanssa. Kyselyn vastauksista saimme selville, että monenlaisia koulutuksia on liittyen lasten tunteisiin ja niiden kohtaamiseen, mutta aikaa koulutuksien läpikäymiselle ei ole. Lukiessa opinnäytetyömme tutkimustuloksia tulee huomioida se, että kyseessä on vain yhden Oulun alueen päiväkodin henkilökunnan vastaukset.

Opinnäytetyön keskeisimpiä tutkimustuloksia olivat vastaukset laatimiimme tutkimuskysymyksiin.

- Mitä kokemuksia varhaiskasvatuksen työntekijöillä on 4–5-vuotiaiden lasten peloista?

Tähän tutkimuskysymykseen saimme vastauksen, että monilla lapsilla on erilaisia pelkoja ja ne ilmenevät lapsilla eri tavoin. Joillakin pelko voi ilmetä itkuisuutena, aggressiivisuutena tai esimerkiksi vetäytymisenä. Monesti lapset eivät välttämättä osaa sanoittaa omaa pelkoaan, jolloin kasvattajan tulisi osata se tunnistaa. Myös uusien asioiden sanoittaminen lapsille usein lievittää pelkoa.

- Miten lasten pelot kohdataan varhaiskasvatuksessa?

Lasten pelot tulisi kohdata kunnolla, eikä niitä pitäisi vähätellä. Vastauksissa tulee ilmi, että pelkoja kohdataan esimerkiksi sen puheeksi ottamisella, sanoittamisella ja tarvittaessa turvan antamisella esimerkiksi läheisyyden avulla.

- Miten varhaiskasvatuksessa huomioidaan tunnekasvatus?

Tunnekasvatus huomioidaan varhaiskasvatuksessa keskustelemalla ja sanoittamalla tunteita esimerkiksi leikin tai muun toiminnan yhteydessä. Myös erilaisia tunnemateriaaleja käytetään, kuten kuvia, videoita, lauluja ja kirjallisuutta. Vastauksissa tulee myös ilmi, kuinka ryhmäkokojen ja muiden haasteiden vuoksi lapsia ei pystytä kohtaamaan niin kokonaisvaltaisesti kuin olisi syytä. Myös erilaisia koulutuksia on tarjolla työntekijöille, mutta vastauksista päätellen niihin osallistuminen on haastavaa työn hektisyyden vuoksi.

Kirkon varhaiskasvatuksessa työntekijät voivat saada kyselyn tulosten avulla uusia ideoita lasten tunteiden kohtaamiseen sekä tulosten pohjalta nähdä omia kehittämistarpeitaan. Onko heillä esimerkiksi työn hektisyyden vuoksi hankaluuksia kohdata lapsia kokonaisvaltaisesti ja lasten tarpeiden mukaisesti?

Ajattelimme että kysely olisi nopea ja yksinkertainen tapa lähestyä tavoitetta. Mikäli vastaisuudessa tekisimme tutkimusta, luultavasti valitsisimme eri tavan toteutukseen. Ajattelemme, että loppujen lopuksi haastatteleamalla tutkittavia voisimme saada enemmän irti tutkimuksesta. Haastattelussa on mahdollisuus tarkentavien kysymysten esittämiseen, mitä valitsemassamme kyselyssä ei ole.

Sosiaali- ja terveysalalla tarvitaan tutkivaa, kehittävää ja haastavaa ajattelua. Ala on jatkuvasti kehittyvä. Opinnäytetyö haastoi ajatteluamme ja kasvatti meitä työhön, jota tulemme tulevaisuudessa tekemään. Tutkimusprosessin kautta kriittinen ajattelu kehittyi ja saimme syvempää tietoa lasten kehityksestä. Perehtyminen aiheeseen auttoi ymmärtämään syvemmin lasten kehityksellisiä tarpeita ja haasteita. Asiantuntemus lasten hyvinvoinnin edistämisessä kasvoi. Tutkimuksen myötä opimme käytännön menetelmiä lapsen ja hänen tunteidensa kohtaamiseen, olivatpa ne aikuisen silmissä aiheellisia tai aiheettomia.

Johdannossa pohdimme maailman tilanteen vaikutuksia lasten arkielämään, mutta tutkimustuloksista päätellen ainakaan 4–5-vuotiaiden lasten peloissa nämä eivät vielä näy. Voisiko olla, että vanhemmissa lapsissa näiden vaikutukset näkyvät selvemmin? Tätä näkökulmaa voisi tutkia kouluikäisistä lapsista. Jatkotutkimuksessa voitaisiin tarkastella pelkojen vaikutuksia sosiaalisiin suhteisiin. Lisäksi voisi olla kiinnostavaa tarkastella, miten perheiden ja päiväkodin yhteistyö voi vaikuttaa pelkojen käsittelyyn. Varhaiskasvattajien kokemuksista voidaan päätellä, että kyseiset lapset ovat saaneet elää ehkä suojattuna, eivätkä ole vielä niin valveutuneita maailmaan. Jatkoa ajatellen voisi miettiä, kuinka kulttuurierot vaikuttavat lasten käyttäytymiseen, pelkoihin ja tunnekasvatukseen. Onko lasten pelot ja niiden ilmeneminen erilaisia riippuen kulttuurisista ja perheellisistä tekijöistä? Esimerkiksi, voivatko kulttuuriset käsitykset pelosta vaikuttaa siihen, kuinka pelot ilmenevät lapsilla ja kuinka niitä käsitellään varhaiskasvatuksessa?

Aineiston analyysi osoittaa, että tulokset ovat linjassa teorian pohjalta tehtyjen odotusten kanssa, mikä vahvistaa teorian pätevyyttä tässä kontekstissa. Leikkiliässä lapset opettelevat luottamaan omiin kykyihinsä ja taitoihinsa. Tämä luottamus syntyy positiivisten kokemusten ja palautteen kautta. Vanhemman, aikuisen, varhaiskasvattajan tehtävä on auttaa lasta luomaan positiivisia onnistumisen ja epäonnistumisen kokemuksia. Varhaiskasvatuksen työntekijät eivät olleet työssään kohdanneet tavallisesta lapsuudesta poikkeavia pelkoja. Toisaalta tähän voi vaikuttaa työntekijöiden vaihtuvuus, sillä pelkojensa jakamiseksi lapset yleensä vaativat luotettavan ja tutun aikuisen.

## LÄHTEET

- Broberg, A., Almqvist, K., & Tjus, T. (2005). *Kliininen lapsipsykologia*. Edita Helsinki.
- ETENE. (2011). Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. <https://etene.fi/documents/1429646/1559058/ETENE-julkaisu+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf/13c517e8-6644-4fa5-8c5f-193cfdce9841>.)
- Friis, L., Seppänen, R., & Mannonen, M. (2005). *Lasten ja nuorten mielenterveys*. WSOY.
- Helenius, A., & Lummelahki, L. (2018). *Varhaiskasvatus: perusteita*. BoD – Books on Demand.
- Hintikka, J. (2016). Sopeutumattomien oppilaiden tunne- ja itsesääätelytaitojen kehittyminen. Turun yliopisto. <https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/119941/Annales%20C%20416%20Hintikka%20VK.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Jääskinen, A. (2017). *Mitä sä rageet? #tunteita sikanolost sairaan siistiin*. Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Lasten Keskus Helsinki.
- Kallinen, T., & Kinnunen, T. (2021). *Etnografia*. Teoksessa J. Vuori (toim.), *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Yhteiskuntatieteellinen tietokirjasto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>.
- Kelttikangas-Järvinen, L. (2010). *Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot*. WSOY
- Kiviluote, J. (2019). *Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa: Tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusohjelman avulla: varhaiskasvattajan käsikirja*. JK-Kustannus ja koulutus Oy
- Korhonen, L. (26.11.2021). *Kasvu ja kehitys eri-ikäkausina*. Pulassa lapsen kanssa. Duodecim. [Kasvu ja kehitys eri-ikäkausina - Terveyskirjasto](#)
- Korpilahti, U., Hakulinen, T., & Grotenfelt-Enegren, M. (17.11.2023). *Viiden vuoden ikäisen lapsen määrääikainen terveystarkastus*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/nko/article/nla00073?toc=1112237>

- L 540/2018. Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540. [Varhaiskasvatuslaki 540/2018 - Säädökset alkuperäisinä - FINLEX®](#)
- Laaksonen, V. (2022.) *Kaveritaidot varhaiskasvatuksessa*. PS-kustannus.
- Lappalainen, K., & Sointu, E. (2013). *Vahvuuksia tunnistamalla käyttäytymisen ja tunteiden hallintaa koulussa*. Itä-Suomen kehittämisverkosto (ISKE-hanke). [https://www.researchgate.net/publication/236873371\\_Vahvuuksia\\_tunnistamalla\\_kayttaytymisen\\_ja\\_tunteiden\\_hallintaa\\_koulussa](https://www.researchgate.net/publication/236873371_Vahvuuksia_tunnistamalla_kayttaytymisen_ja_tunteiden_hallintaa_koulussa)
- Luoma, I. (17.10.2022). *Lasten ja nuorten ahdistuneisuus ja pelkotilat*. Duodecim. [Lasten ja nuorten ahdistuneisuus ja pelkotilat - Terveyskirjasto](#)
- Neitola, M. (i.a.). Sosioemotionaaliset taidot. Rinnalla-hanke ja Opetushallitus. Saatavilla 17.5.2024. [Sosiaalisemontionaaliset taidot artikkeli Marita Neitola.pdf \(oph.fi\)](#)
- Opetushallitus. (2022). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman%20perusteet%202022\\_31.5.2023%20oikaisulla.docx](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman%20perusteet%202022_31.5.2023%20oikaisulla.docx)
- Oulun kaupunki (i.a.). Ritaharjun päiväkoti. Oulu. <https://www.ouka.fi/ritaharjun-paivakoti?accordion=accordion-14822>
- Oulu varhaiskasvatus. (i.a.). *Ritaharjun päiväkodin toimintasuunnitelma 2023–2024. Oulun kaupungin varhaiskasvatuspalvelut*. Oulu varhaiskasvatus. <https://www.ouka.fi/media/5517/download>
- Heikkilä, T., & Lindroos, S. (1.11.2009). *Perhekeskeisyys terveyskeskuksen arjessa – johdanto*. Teoksessa Larivaara, P., Lindroos, S., & Heikkilä, T. (toim.), *Potilas, perhe ja perusterveydenhuolto*. Duodecim. <https://www.oppiportti.fi/oppikirjat/ppp00022>
- Pulkkinen, L., Ahonen, T., & Ruoppila, I. (2023). *Ihmisen psykologinen kehitys* (10., uudistettu painos.). PS-kustannus.
- Puura, K. (päivitetty 23.09.2021), *Pienten lasten pelot ja niiden kanssa pärjääminen*. YLE. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2020/05/13/pienten-lasten-pelot-ja-niiden-kanssa-parjaaminen>
- Saarinen, M., Korpilahti, U., & Salo, J. (17.11.2023). *Neljän vuoden ikäisen lapsen laaja terveystarkastus*. Neuko-tietokanta. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/nko/articlenla00082?toc=1112237>

- Seppänen, M. (2021). *Tunnetaidot voimavarana: opas sosiaali- ja terveysalalle*. PS-kustannus.
- Sinkkonen, J., & Korhonen, L. (2015). *Pulassa lapsen kanssa*. 1. p. Helsinki: Duodecim.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (i.a.). *Neuvolat*. Saatavilla 8.6.2024 <https://stm.fi/neuvolat>
- Suomen evankelisluterilainen kirkko. (i.a.). Vasu kirkossa, [Vasu-kirkossa.pdf \(evl.fi\)](#)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (5.12.2023). *Mielenterveyden edistäminen päiväkodeissa, kouluissa ja oppilaitoksissa*. [Mielenterveyden edistäminen päiväkodeissa, kouluissa ja oppilaitoksissa - THL](#)
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). (2023). Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. [https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje\\_2023.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf)
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). (22.4.2024). Hyvä tieteellinen käytäntö. <https://tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk>
- Valvira. (i.a.). *Varhaiskasvatuksen valvonta*. Saatavilla 8.6.2024 <https://valvira.fi/fi>
- Verso. (i.a.). Sovittelu varhaiskasvatusyksiköiden hyvinvoinnin rakentajana. Suomen sovittelufoorumi ry/VERSO-ohjelma. <https://sovittelu.com/vertaissovittelu/koulutukset/miniverso/>
- Kallinen, T. & Kinnunen, T. (2021). Etnografia. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavilla 7.1.2025 <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitaivan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/laadullinen-sisallonanalyysi/>
- Kemppinen, P. (2000). *Lasten ja nuorten tunne-elämän häiriöt*. Kannustusvalmennus P & K.

## Opinnäytetyön kyselylomake

**B** *I* U ↺ ✕

Olemme Diakonia ammattikorkeakoulusta viimeisen vuoden opiskelijoita. Teemme opinnäytetyötä, jossa aiheena on lasten pelot ja tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa. Haluisimme kysymysten avulla selvittää, miten päiväkodissanne otetaan huomioon 4–5-vuotiaiden tunnetaitojen opettaminen.

Kiitos jos otat hetken aikaa ja vastaisit ohessa oleviin kysymyksiin.

-Annika ja Saana

Kerro halutessasi, millä ammattinimikkeellä työskentelet

Long answer text

Millaisia kokemuksia sinulla varhaiskasvatuksen työntekijänä on 4-5 vuotiaiden lasten peloista?

Long answer text

Millaisia pelkoja työntekijänä olet kokenut lapsilla olevan?

Long answer text

Ovatko pelot vaikuttaneet lasten käyttäytymiseen ja/tai toimintaan päiväkodissa?

Kyllä

Ei

Edelliseen kysymykseen liittyen, kerro lisää havainnoistasi

Long answer text

Ovatko pelot olleet ikätason mukaisia?

Kyllä

Ei

Edelliseen kysymykseen liittyen, kerro lisää havainnoistasi

Long answer text

Mitä kokemuksia sinulla itselläsi työntekijänä on lasten pelkojen kohtaamisesta?

Long answer text

Millaisia keinoja varhaiskasvatuksessa on käytössä lasten tunteiden kohtaamiseen?

Long answer text

Onko varhaiskasvatuksessa ollut työntekijöille koulutuksia liittyen lasten tunteiden kohtaamiseen?  
Jos on ollut, millaisia?

Long answer text

Millaisia keinoja varhaiskasvatuksessa on käytössä lasten tunteiden kohtaamiseen?

Long answer text

---

Onko varhaiskasvatuksessa ollut työntekijöille koulutuksia liittyen lasten tunteiden kohtaamiseen?  
Jos on ollut, millaisia?

Long answer text

---

Jos mielessäsi on jotain muuta tutkimusteemaamme liittyvää, ole hyvä ja kerro siitä.

Long answer text

---