

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma

Kaisa Hirvonen

”EI NE AINA TARKOITAKAAN SATUTTAA”
– KOKEMUKSIA SOSIAALISTEN TAITOJEN HARJOITTAMISESTA
TOIMINNANOHJAUSLUOKALLA

Opinnäytetyö 2014

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

HIRVONEN, KAISA

”EI NE AINA TARKOITAKAAN SATUTTAA”

– kokemuksia sosiaalisten taitojen harjoittamisesta toiminnanohjausluokalla

Opinnäytetyö

Työn ohjaaja

Toimeksiantaja

Syyskuu 2014

Avainsanat

54 sivua + 11 liitesivua

Lehtori Virve Remes

Heinolan kaupunki

itsetunto, sosiaalinen status, sosiaalinen suosio, sosiaaliset taidot, temperamentti, tunnetaidot, vertaissuhteet, vuorovaikutustaidot,

Opinnäytetyön aihe oli koota sosiaalisten taitojen toimintatuokiopaketti internetissä vapaassa käytössä olevista materiaaleista ja vetää se kohderyhmälle, joksi valikoitui erään alakoulun 3. – 6. toiminnanohjausluokka. Toimintatuokiopaketin tavoitteena oli parantaa kohderyhmän oppilaiden positiivista vuorovaikutusta, lisätä heidän itsetuntemustaan ja tunnetietouttaan sekä vahvistaa heidän sosiaalisia taitojaan erilaisin harjoituksin. Tarkoituksena oli myös, että toimintatuokioita voisi tarvittaessa pitää yksittäisinä johonkin tiettyyn taitoon kohdennettuna muutaman oppitunnin täsmäiskuna. Toimintatunteihin liittyvien opettajajohtojen lisätehtävien tarkoitus oli ottaa luokan opettaja mukaan positiiviseen vuorovaikutukseen ja tukea näin myös opettajan ja oppilaiden välistä kannustavaa kommunikaatiota.

Opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäyte ja koostuu teoriaosuudesta ja toimintatuokioiden raportoinnista. Tuntipaketin materiaali on koottavissa netistä lähteiden avulla ja toimintatuokioiden rungot sisältyvät liitteisiin. Teoria pitää sisällään tietoa vertaissuhteista ja sosiaalisten taitojen kehittymisestä, tunnetaidoista ja niiden kehittymisestä eli niistä asioista, joihin toimintatuokioilla pyrittiin vaikuttamaan. Toimintatuokioiden raportointiin sisältyy kuvaus tuokioiden kulusta ja niillä harjoitelluista asioista, kuten hyvän havaitsemisesta itsessä, kaveruuden pelisäännöistä, tunteiden ilmaisusta ja tunnistamisesta ja tutustumisesta suvaitsevaisuuden merkitykseen. Osallistuva havainnointi on raportoinnin pohjana käytetty menetelmä.

Osallistujien kokemukset harjoitteista ja tunteista olivat pääosin positiivisia ja herättivät juuri niitä ajatuksia, joihin opinnäytetyöllä pyrittiinkin. Aiheet olivat tarpeellisia, ja joka aiheesta olisi voinut jatkaa useammankin tunnin. Opinnäytetyön perusteella voidaan päätellä, että sosiaalisten taitojen harjoittelu on oppilaista hauskaa ja herättää heissä paljon ajatuksia, jotka jossain määrin näyttävät siirtyvän myös käytäntöön. Toimintatuokioiden jälkeen jäi kuitenkin vaikutelma, että lyhyellä interventiolla voidaan tuskin saavuttaa kovin pysyviä tavoitteita. Tuntipaketti aineistoi jättää koulukuraattorin käyttöön.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU
University of Applied Sciences
Social Services

HIRVONEN, KAISA

“THEY DON’T ALWAYS MEAN TO HURT”
– Experiences of Practising Social Skills in Special Education
Class

Bachelor’s Thesis
Supervisor
Commissioned by
March 2014
Keywords

54 pages + 11 pages of appendices
Virve Remes, Senior Lecturer
City of Heinola

emotional skills, interaction skills, peer groups, self esteem,
social popularity, social skills, social status, temperament

The subject of the study was to collect knowledge from internet’s freely available database about social skills, how to turn that knowledge into social skills activity lessons and to make those lessons to three to six graders’ special education class. Social skills activity lessons were planned to improve pupils’ positive interaction, to add their self-knowledge and emotional skills and to strengthen their social skills by practicing different methods. One meaning of the activity lessons was that they could also be held individually aimed at specific skill needed. The teacher of the class was meant to join into lessons by special exercises after every activity lesson. Exercises were planned to support positive communication between pupils and the teacher.

The work is functional and it includes theory and the report of the social skills activity lessons. The materials of the social skills activity lessons are available in the internet and are easy to find with the sources. The structure of each lesson is included in references. Theory is about peer groups and how to develop and practice social and emotional skills. The report of the social skills activity lessons includes a description of the lessons and things that were practiced during the lessons such as noticing good in him/herself, playing the rules of friendship, expressing and recognizing emotions and getting familiar with the meaning of tolerance. Committed observation is the method used to collect the information into the report of the lessons.

The participants experienced the practices and the lessons mainly positive and the lessons woke up the thoughts which were the aim of the study. The subjects were important and every subject could have had more than just one lesson to work with. According to the results, it can be concluded that students like practising social skills and the lessons give them lots of thoughts some of them even seemed to get into their actions. After the lessons there was, however, left a slight doubt that intervention this short can hardly achieve long-term effects. The school social worker will continue keeping social skills activity lessons with classes that seem to need that kind of practise.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO	6
2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	7
2.1 Tausta	7
2.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet	7
2.3 Toiminnallinen opinnäytetyö	9
2.4 Opinnäytetyössä käytetyt materiaalit	10
2.4.1 Turvataitoja lapsille	10
2.4.2 Tunteesta tunteeseen - ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin	10
2.4.3 Mielenterveystaidot kasvuun	11
3 OPINNÄYTETYÖNI KESKEISET KÄSITTEET	11
3.1 Vuorovaikutustaidot	11
3.1.1 Sosiaaliset taidot	12
3.1.2 Sosiaalisten taitojen harjoittaminen	13
3.1.2 Tunnetaidot	15
3.1.3 Tunnetaitojen harjoittaminen	16
3.2 Itsetunto	18
3.3 Temperamentti	20
3.4 Vertaissuhteet	21
3.4.1 Vertaissuhteiden merkitys	22
3.4.2 Sosiaalinen status	24
3.4.3 Sosiaalinen suosio	26

4 TOIMINTATUOKIOT	26
4.1 Toimintatuokioiden tavoitteet	26
4.2 Ensimmäinen tuokio ”Tutustuminen”	29
4.3 Toinen tuokio ”Näe hyvä itsessäsi”	32
4.4 Kolmas tuokio ”Kaveruus”	34
4.5 Neljäs tuokio ”Aina leikit ei suju”	36
4.6 Viides tuokio ”Erilainen, mutta samanarvoinen”	38
4.7 Kuudes tuokio ”Tunteet tutuksi”	41
4.8 Seitsemäs tuokio ” Kertaus”	44
4.9 Kahdeksas tuokio ”Palaute”	46
5 TAVOITTEIDEN TOTEUTUMINEN JA ARVIOINTI	47
6 POHDINTA	48
LÄHTEET	52
LIITTEET	
Liite 1. Toimintatuokioiden pohjat	
Liite 2. Tehtävät viidenteen toimintatuokioon	
Liite 3. Kirje vanhemmille	

1 JOHDANTO

Lea Pulkkisen (2002, 210–212) mukaan koulu on tärkeä suojaava paikka erityisesti lapsille, joiden elinpiiri on turvaton, sillä se antaa heille sosiaalista ja kulttuurista pääomaa, jota he eivät kotoa saa, ja sosiaalisten taitojen opettaminen lapsille on ensiarvoisen tärkeää. Erityisesti lapset, joilla on heikko itsetunto, paljon epäonnistumisen kokemuksia ja vaikeuksia vuorovaikutussuhteissaan hyötyvät sosiaalisten taitojen systemaattisesta harjoittelusta. Kouluopetuksessa korostetaan kognitiivisen oppimisen merkitystä ja sosiaalisten taitojen sekä tunnetaitojen oppiminen ja opettaminen on jäänyt vähemmälle huomiolle, vaikka ne itse asiassa ovat kaiken muun oppimisen edellytys. Opinnäytetyökseni olen koonnut vuorovaikutustaitoja käsittelevän toimintatuntipaketin ja vetänyt kokoamani toimintatunnit erään 3. – 6. luokan oppilaille.

Idea opinnäytetyöhöni tuli opiskeluaikanani työskennellessäni koulumaailmassa oppilaiden kanssa. Jo silloin kiinnitin huomiotani ongelmiin, joita lapset päivittäin koulussa joutuvat kohtaamaan. Sosiaalisten taitojen puute, suvaitsemattomuus ja kiusaaminen näkyvät kouluarjessa, ja jonkinasteisesta näiden ongelmien aiheuttamasta pahoinvoinnista kärsii iso osa koulujen oppilaista. Suorittaessani viimeisen työharjoitteluni koulukuraattorilla ajatus vuorovaikutustaitojen tuntipaketista konkretisoitui ja innostuin aiheesta yhä enemmän.

Opinnäyteyöni tavoitteena on pyrkiä parantamaan kohderyhmän oppilaiden vuorovaikutusta opettamalla heille toimintatuokioiden aikana sosiaalisesti hyväksyttäviä käyttäytymismalleja sekä tunteisiin ja niiden hallintaan liittyviä taitoja. Tavoitteena on myös kohottaa kohderyhmän oppilaiden itsetuntoa konkretisoimalla heistä löytyvää hyvää ja taitoja, joita heillä jo on. Toimintatuokioilla käsitellään erilaisuutta, jota lähestytään samanarvoisuuden ja suvaitsevaisuuden kautta ja pohditaan kiusaamista ja sen vaikutuksia. Teoriaosuudessa avaan niitä käsitteitä, joihin opinnäytetyöni toimintaosuudella pyrin vaikuttamaan, mutta myös vertaissuhteiden merkitystä lapsen kehitykselle. Temperamentin olen valinnut teoriaosuuteen mukaan, sillä sen merkitys vaikuttajana lapsen vuorovaikutustaitoihin nostettiin jotenkin esiin lähes kaikissa opinnäytetyötä varten lukemassani kirjallisuudessa. Teoriaosuuteni keskeiset käsitteet

ovat vuorovaikutustaidot, sosiaaliset taidot, tunnetaidot, itsetunto, temperamentti, vertaissuhteet, sosiaalinen suosio ja sosiaalinen status.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Tausta

Minulla on usean vuoden kokemus erityisopetuksen saralta koulumaailmasta, ja kouluun sijoittuva sosiaalityö tuntuu itselleni sopivalta ja läheiseltä. Toiveissani olikin koulukuraattorin työ valmistuttuani sosionomiksi. Keväällä 2012 osallistuin Helsingin yliopiston järjestämään Turvataitoja tulevaisuuden opettajalle -koulutukseen, jonka pohjalta oli tarkoitus rakentaa suvaitsevaisuuskasvatustuntipaketti koululle, jossa työskentelin. Materiaalina voisi käyttää koulutuksen esille tuomaa Turvataitoja lapsille ja Turvataitoja nuorille - aineistoa. Paketin rakentaminen ajoittui sopivasti opinnäytetyöni tekemisen ajankohtaan, joten ehdotin koululle voivani tehdä tuntipaketin opinnäytetyönä.

Ollessani koulukuraattoriharjoittelussa syksyllä 2013 pääsin uudestaan näkemään hyvin läheltä ongelmia, joita lapset päivittäin koulussa joutuvat kohtaamaan. Sosiaalisten taitojen puute, suvaitsemattomuus ja kiusaaminen näkyvät koulun arjessa, ja jonkinasteisesta näiden ongelmien aiheuttamasta pahoinvoinnista kärsii iso osa koulujen oppilaista. Työharjoittelun aikana vuorovaikutustaitojen opettamisen ja sitä myötä opinnäytetyöni tarpeellisuus konkretisoitui ja innostuin aiheesta yhä enemmän. Työharjoittelun myötä opinnäytetyö myös täsmentyi sosiaalisten taitojen toimintatuokiopakettiksi, ja käytettäväksi aineistoksi valikoitui Turvataitoja lapsille –, Tunteesta tunteeseen -ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin sekä Mielenterveystaidot kasvuun -materiaalit.

2.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Tutkimusten mukaan lapsilla on huomattu olevan kahdenlaisia ongelmia sosiaalisissa taidoissaan. Ongelma on yleensä joko siinä, että tietyt sosiaaliset taidot ovat puutteellisia tai puuttuvat kokonaan, tai siinä, että taitoja selviytyä sosiaalisista tilanteista olisi, mutta lapsi ei osaa päättää, mitä taitoa missäkin tilanteessa tulisi käyttää. Näitä asioita lasten

kanssa tulisi harjoitella systemaattisesti, sillä näin on mahdollisuus vähentää lasten epäonnistumisen ja oppimisvaikeuksien kokemuksia. (Isokorpi 2004, 138–141.)

Opinnäytetyötä ja siihen kuuluvia oppitunteja rakennellessani en vielä tiennyt, millaiseen luokkaan päädyn tunteja vetämään. Tuntien tavoitteena oli kuitenkin alusta asti lisätä kohderyhmän oppilaiden positiivista vuorovaikutusta lisäämällä heidän itsetuntemustaan, tunnetietouttaan ja sosiaalisia taitojaan. Toivoin tuntien herättävän keskustelua toisten huomioonottamisesta, tunteista ja erilaisuuden hyväksymisestä ja erilaisten harjoitteiden kautta avaavan oppilaiden silmiä näkemään hyvää itsessään ja heitä ympäröivässä todellisuudessa sekä opettavan taitoja ottaa muita ihmisiä huomioon entistä paremmin. Tavoitteena oli myös koota paketti, jonka läpiviemiseen ei kuluisi esimerkiksi koko kevät- tai syyslukukautta, vaan jonka voisi tarvittaessa vetää nopeastikin läpi. Tarkoituksena oli myös, että tunteja voisi pitää myös yksittäisinä johonkin tiettyyn taitoon kohdennettuna muutaman oppitunnin täsmäiskuna. Oppitunteihin liittyvien opettajajohtoisien lisätehtävien tarkoitus oli ottaa luokan opettaja mukaan positiiviseen vuorovaikutukseen ja lisätä näin myös opettajan ja oppilaiden välistä kannustavaa kommunikaatiota.

Teoriaosuudessa tarkastelen ensin vuorovaikutustaitoja, joista tarkemmin käsittelemän sosiaalisia taitoja ja tunnetaitoja, mutta teoriaosuus avaa myös vertaissuhteiden merkitystä lapsen kehitykselle. Temperamentin ja itsetunnon olen valinnut teoriaosuuteen mukaan, sillä niiden vaikutus lapsen vuorovaikutustaitoihin nostettiin esiin lähes kaikessa opinnäytetyötä varten lukemassani kirjallisuudessa. Teoriaosuuteni keskeiset käsitteet ovat vuorovaikutustaidot, sosiaaliset taidot, tunnetaidot, itsetunto, temperamentti, vertaissuhteet, sosiaalinen suosio ja sosiaalinen status.

Opinnäytetyölläni toivon voivani vaikuttaa aluksi yhden luokan oppilaiden kouluviihtyvyyteen parantuneiden sosiaalisten taitojen avulla. Toiveissani on, että opinnäyttyöhön kokoamani tunteja käytettäisiin tulevaisuudessa myös muissa luokissa, joko opettajan tai jonkun muun koulutyöntekijän vetämänä.

2.3 Toiminnallinen opinnäytetyö

Opinnäytetyöni on toiminnallinen opinnäyte. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitus on vaikuttaa käytäntöihin, tässä tapauksessa ihmisten käyttäytymiseen, ottamalla heidät aktiivisiksi toimijoiksi mukaan opinnäytetyön toteuttamiseen. Olennaista toiminnalliselle opinnäytetyölle on yhteistyö toiminnakohteiden kanssa sekä pyrkimys parantaa vallitsevia olosuhteita toiminnan avulla. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006) Työ koostuu teoriaosuudesta ja sosiaalisten taitojen tuntipaketista ja tuntien raportoinnista. Teoria pitää sisällään tietoa vertaissuhteista ja sosiaalisten taitojen kehittymisestä, tunnetaidoista ja niiden kehittymisestä sekä näiden asioiden opetuksesta. Sosiaalisten taitojen tuntipaketti koostuu oppitunneista, joiden aikana harjoittelimme hyvän havaitsemista itsessä, kaveruuden pelisääntöjä, tunteiden ilmaisua ja tunnistamista ja tutustumme suvaitsevaisuuden merkitykseen. Jokaiseen oppituntiin liittyy myös opettajan kanssa aiheesta jatkettava tehtävä, jonka tarkoitus on tukea oppilaiden ja opettajan välistä hyvää vuorovaikutusta.

Tunteja pidin seitsemän ja kukin tunti kesti 90 minuuttia. Kahdeksas tunti oli nopea palautteen keruuseen ja antoon käytetty hetki. Tunnit kokosin vapaasti netissä käytettävistä materiaaleista, esimerkiksi Turvataitoja lapsille - ja Tunteesta tunteeseen, ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin -materiaaleista. Ennen tuntien aloittamista haastattelin kaikki oppilaat yksitellen, jotta tulisin hieman tutuksi ja toisaalta voisin etukäteen sopia joistakin pelisäännöistä ja myös kartoittaa oppilaiden ajatuksia luokan ilmapiiristä sekä toiveita tuntien sisällöistä. Pääasiallinen tutkimusmenetelmä, jota opinnäytetyössä käytettiin, oli osallistuva havainnointi, jossa tutkimuksen tekijä sekä osallistuu tutkimuksen tekemiseen, että toimii muiden osallistujien tarkkailijana (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Vanhemmille meni tietoa opinnäytetyöstä ja mahdollisuus kieltää lastaan osallistumasta. Oppitunnit vedin toiminnanohjausluokan oppilaille, joiden luokka-aste oli 3. – 6. Työparinani oppitunneilla toimii koulupsykologi Tanja Ruuttula.

2.4 Opinnäytetyön oppitunteihin käytetyt materiaalit

2.4.1 Turvataitoja lapsille

Opinnäytetyöni oppituntimateriaali on pääosin koottu Turvataitoja lapsille -aineistosta. Lasten turvataito on suomalainen lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisyohjelma. Sitä on kehitetty muun muassa englantilaisen Kidscapeohjelman pohjalta ja Suomessa sen käyttö aloitettiin Kotkassa vuonna 1991. Ohjelman tarkoituksena on estää lapsia joutumasta fyysisen, psyykkisen ja seksuaalisen väkivallan kohteeksi. Nykyään Turvataito -ohjelmaa käytetään useissa Suomen kunnissa, esimerkiksi Turussa, Helsingissä ja Jyväskylän seudulla. Vuosina 2003–2005 Lasten turvataito on toiminut osana Stakesin lasten seksuaalisen hyväksikäytön ehkäisyn ja hoidon projektia.

Turvataito -ohjelma perustuu sekä aikuisten että lasten valmiuksien lisäämiseen hankalien tilanteiden varalta. Tarkoituksena on rohkaista lapsia oppimaan elämisen taitoja omista kokemuksistaan, tarpeistaan ja kiinnostuksistaan lähtien. Lapsia kannustetaan itse pohtimaan asioita ja etsimään ratkaisuja yhdessä toisten lasten kanssa. Turvataitokasvatus on lasten omien voimavarojen ja taitojen laaja-alaista vahvistamista. Sillä edistetään itsetuntemusta, itsearvostusta ja itseluottamusta, tunne- ja vuorovaikutustaitoja ja hyviä kaverisuhteita. Turvataito-materiaali löytyy kokonaisuudessaan Internetistä (https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90799/URN_ISBN_978-952-245-796-7.pdf?sequence=1) ja on kaikkien vapaasti käytettävissä.

2.4.2 Tunteesta tunteeseen-ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin

Tunnetaitoihin liittyvät harjoitteet on ideoitu Tunteesta tunteeseen -ihmismielen tarinoita kuvin ja sanoin -ohjaajan oppaan pohjalta. Tunteesta tunteeseen -ihmismielen tarinoita kuvin ja sanoin on tunteiden tunnistamiseen, nimeämiseen, ilmaisemiseen ja säätelyyn keskittyvä harjoituspaketti, jonka oppilaan harjoituskirjassa kuvataan 104 eri tunnetta, joita käsitellään keskustellen niiden vaikutuksesta arkielämään. Harjoitukset tähtäävät tunnetaitojen lisääntymiseen ja sitä kautta vuorovaikutuksen parantumiseen ja riitojen vähenemiseen. Materiaalilla on haluttu auttaa lapsia ja nuoria tulemaan tietoisiksi

tunteista ja niiden vaikutuksista jokapäiväiseen elämään. Materiaalissa tuodaan esille sitä, että tunteet eivät sinällään ole hyviä tai huonoja tai oikeita tai vääriä ja niiden tunnistaminen ja ilmaiseminen parantaa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Materiaalissa korostetaan ihmisarvoa ja ihmisten samanarvoisuutta. Materiaali on tarkoitettu käytettäväksi esimerkiksi päiväkodeissa, kouluissa, erityisopetuksessa ja sosioemotionaaliseen kuntoutukseen tähtäävässä terapiassa. Materiaaliin kuuluva ohjaajan opas on vapaasti käytettävissä internetissä ks. (http://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen).

2.4.3 Mielenterveystaidot kasvuun

Mielenterveystaidot kasvuun -hankkeissa on kehitetty lasten ja nuorten mielenterveyttä ja sosiaalista hyvinvointia tukevia materiaaleja niin kasvatusalan ammattilaisten kuin perheidenkin käyttöön. Hankkeen on tarkoitus kehittää vuosien 2015–2020 aikana voimavaralähtöinen mielenterveystaitoaineisto kaikille lasten ja nuorten kanssa toimiville. Materiaaleissa on otettu erityisesti huomioon nuoruuden kasvun ja kehityksen tukemisen merkitys kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Materiaali on vapaasti hyödynnettävissä internetissä (<http://www.mielenhyvinvoinninopetus.fi/>).

3 OPINNÄYTETYÖNI KESKEISET KÄSITTEET

3.1 Vuorovaikutustaidot

Yhteiskunnan muutos entistä palvelukeskeisemmäksi on vaikuttanut vuorovaikutustaitoihin suhtautumiseen. Tänä päivänä vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot ovat olennaisia ihmisen kehitykseen liittyviä taitoja, joiden oppimiseen ja osaamiseen jokaisella tulisi olla mahdollisuus. Monilla aloilla vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot alkavat olla menestymisen ehto. Usein vuorovaikutustaitoja pidetään itsestäänselvyksinä, mutta tosiasiaassa niitä ei opita niin kuin vaikka kävelyä huomaamatta, vaan niiden hallintaa pitää opetella. Vuorovaikutustaidot vaikuttavat esimerkiksi ystävyysuhteiden muodostumiseen, ihmisen persoonallisuuteen ja niiden hallinta auttaa koulusuorituksissa. Vuorovaikutustaidot luovat myönteistä asennetta. Koti ja koulu ovat lasten sosiaalisen toiminnan keskiössä ja näistä paikoista lasten pitäisi saada sekä malli että ohjaus vuorovaikutustaitojen kehittymistä tukemaan. (Kauppila 2005, 11–

13, 125–127.) Kauppilan (2005, 127) mukaan sosiaalinen vuorovaikutus on yläkäsite, jonka alla voi mainita monia erilaisia kommunikaatioon ja sosiaaliseen selviytymiseen vaikuttavia taitoja mukaanlukien sosiaaliset tunnetaidot. Isokorpi (2004, 28–29) taas kuvaa vuorovaikutustaitoja tunnetaitoja ja sosiaalisia taitoja pinnallisemmiksi, esimerkiksi hyviin tapoihin ja etiketin noudattamiseen liittyviksi taidoiksi. Opinnäytetyössäni olen noudattanut Kauppilan (2005, 127) linjaa vuorovaikutuksesta yläkäsitteenä ja valinnut sen alta läheisempään tarkasteluun sosiaaliset taidot ja tunnetaidot.

3.1.1 Sosiaaliset taidot

Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan niitä taitoja ja kykyjä, joita lapsi tarvitsee tullakseen toimeen toisten ihmisten kanssa, ja sosiaalisesti taitavana pidetään sellaista henkilöä, joka käytöksellään luo edellytyksiä rakentavalle vuorovaikutukselle ja joka toiminnallaan tuottaa positiivisia tuloksia ja auttaa välttämään negatiivisia seurauksia. Sosiaalisten taitojen skaala on laaja, mutta keskeisinä pidetään erilaisia viestinnän taitoja, kykyä toimia erilaisten sidosryhmien kanssa sekä empatiataitoja ja itsetuntemusta (Kauppila 2005, 126). Lapsille tulisi tarjota mahdollisuuksia harjoitella toisiin tutustumisen ja toisten huomioimisen, ystäväystymisen, itsestä kertomisen ja tunteiden ilmaisuun ja tunnistamiseen liittyviä taitoja jo varhaislapsuudessa, sillä nämä taidot auttavat solmimaan kestäviä ihmissuhteita sekä helpottavat liittymistä vertaisrymiin. Systemaattisella tavoitteellisella harjoittelulla voidaan varmistaa, että kaikki lapset osallistuvat taitojen harjoitteluun ja harjoittelua sekä tavoitteiden saavuttamista on myös helpompi seurata ja arvioida. (Kirves & Stoor-Grenner 2011, 24–26.)

Pettymyksen sietokyvyn kehittyminen on yksi tärkeimmistä opittavista sosiaalisista taidoista. Usein pettymykset liittyvät kilpailutilanteisiin tai muihin tilanteisiin, joissa lapsi on tavoitellut onnistumista. Joskus lapset eivät ole oppineet kokemaan ja sietämään pettymyksiä sen vuoksi, että vanhemmat suojelevat heitä niiltä. Ei haluta oman lapsen saavan pahaa mieltä tai pelätään lapsen rajua reaktiota pettymykseen. Lapset kuitenkin joutuvat sietämään pettymyksiä kodin ulkopuolella, ja silloin ongelmat usein tulevat esiin.

Pettymyksistä kannattaa puhua lasten kanssa, sekä etukäteen että hankalien tilanteiden jälkeen, jotta lapsi oppisi ymmärtämään omaa käytöstään ja myös muuttamaan sitä. Myös anteeksipyyntöön on suotava mahdollisuus, mikäli tilanne sellaista vaatii. (Cantell 2010, 14–28.)

3.1.2 Sosiaalisten taitojen harjoittaminen

Lapsen sosiaalinen kehitys saa alkunsa varhaislapsuuden kiintymyssuhteesta, joka on tavallaan lapsen ensimmäinen sosiaalinen taito. Turvallinen kiintymyssuhde vaikuttaa aivojen sosiaalisuuden kehitykseen ja lapsi oppii jo vauvana vuorovaikutuksen tärkeän perusasian, sen miten ihmiset suhtautuvat toisiinsa. Tällä on vaikutusta lapsen turvallisuuden kokemiseen ja myös hänen identiteettinsä perustan muotoutumiseen. Vanhempien vaikutus lapsen sosiaalisten taitojen kehittymiseen varhaislapsuudessa on hyvin merkittävä ja pysyvät ihmissuhteet ovat sosiaalisten taitojen ydin. Turvallisten ihmissuhteiden seurauksena lapselle syntyy luottamus toisiin ihmisiin ja luottamuksen seurauksena lapsi pystyy myöhemmin toimimaan yhdessä muiden kanssa. (Keltikangas-Järvinen 2012, 39–43.)

Jo päiväkotikäiset ymmärtävät ryhmän sosiaalisia suhteita. He tietävät, kuka määrää, kenellä ei ole kavereita, kuka häiritsee muita ja rikkoo toisten leikkejä ja kenen kanssa kaikki haluavat leikkiä. He ovat myös selvillä siitä, ketä aikuisten pitää komentaa eniten ja kuka saa kielteistä palautetta. (Kirves & Stoor-Grenner 2011, 8.) Erilaisilla työtavoilla ja ryhmien muodostamisella voidaan luoda mahdollisuuksia lasten roolikokeiluille ja sosiaalisille harjoituksille. Leikin avulla arat lapset saattavat rohkaistua osallistumaan ja villeimmällekkin lapselle voidaan tarjota rauhallisia onnistumisen elämyksiä. Sosiaalisia taitoja ja käyttäytymistä voidaan harjoitella erilaisten roolileikkien ja draaman keinoin. Harjoitteilla pyritään vaikuttamaan lapsen taitoihin nähdä ympäröivä maailma ja hahmottaa toisten ihmisten sosiaalisia viestejä ja tunnetiloja. Lapset, jotka eivät ole saaneet palautetta ja ohjausta käyttäytymisestään, ovat usein vailla ympäristön vihjeiden lukemisen taitoja, ja he ajautuvat helposti törmäyskurssille toisten kanssa tulkitessaan viestejä väärin. (Cantell 2010, 14–28.)

Kiusaamisen ehkäisyssä avainasemassa ovat yhteiset sopimukset siitä, miten kiusaamiseen puututaan ja miten tilanteissa toimitaan. Kaikkia koskevat samat säännöt, ja on tärkeää, että niitä noudatetaan. Usein kiusaamisen taustalla on erilaisuuden sietämisen vaikeus, vaikka erilaisuuden hyväksyntää korostetaan suomalaisessa kasvatuskulttuurissa ja koulujen opetussuunnitelmissakin. Ulkopuoliseksi jäädään yleensä ihonvärin, uskonnon, kielen, tapojen tai fyysisten rajoitteiden vuoksi, ja kokemus saattaa olla niin raskas, että sen haavoja kannetaan koko elämä, ja siksi kaikenlaiseen kiusaamiseen ja syrjintään tulee puuttua heti, vaikka lapset vähättelisivätkin asiaa. (Cantell 2010, 111–114, 122–123.) Tapa ja moraalikasvatus ovat pohjana kiusaamisen ehkäisyssä. Aikuisten käyttäytymismallilla on suuri merkitys ja aikuisten kannattaakin kiinnittää huomiota keskinäiseen vuorovaikutukseen, sillä lapset aistivat herkästi ketä kunnioitetaan ja millä tavalla toisia kohdellaan. (Kirves & Stoor-Grenner 2011, 35.)

Sosiaalisten taitojen harjoitteilla pyritään parantamaan lapsen kuuntelu- ja keskustelutaitoja, ilmaisukykyä, ilmeiden ja eleiden tulkintaa ja hallintaa sekä harjoitellaan herkkyyttä vastaanottaa sosiaalisia signaaleja. Erityisesti aggressiivista käyttäytymistä voidaan vähentää lapsen sosiaalista herkkyyttä lisäämällä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 172–177.) Tärkeää on myös opettaa lasta ymmärtämään, kuinka hänen käyttäytymisensä vaikuttaa toisiin (Laine & Neitola 2002, 106).

Keltikangas-Järvisen (2010, 176) mukaan sosiaalisten taitojen harjoitteilla tavoittaa kaksi päämäärää. Ensimmäinen on lapsen kokemusmaailman muuttaminen. Toisten ihmisten kanssa oleilu voi uuden kokemuksen mukaan olla mielihyvän ja ilon lähde, eikä vain ristiriitojen ja pettymysten aiheuttaja. Toinen päämäärä on tunteiden osoittamisen ja vastaanottamisen taito. Kun lapsi huomaa voivansa toimia muiden kanssa riitelemättä, tulee kanssakäymisestä palkitsevaa ja tunteiden osoittamisesta ja vastaanottamisesta ilon aihe. Sosiaalisten taitojen opettamisessa täytyy kuitenkin huomioon ottaa lasten erilainen kehitystahti, eikä oppimiselle voi asettaa kovin tiukkoja rajoja ja kriteereitä. Vertaisryhmässä harjoiteltuja ja opittuja sosiaalisten taitojen malleja on pidetty erityisen tärkeänä, joskin aikuisen palaute on se kannustin, jolla taitoa vahvistetaan. (Kauppila 2005, 134–138.)

Kasvaminen toisia ihmisiä huomioivaksi, kunnioittavaksi, empaattiseksi ja myös itsensä hyväksyväksi on tärkeimpiä kasvatuksen tavoitteita ja maailmanlaajuisia arvoja, joihin pyritään lähes kaikissa kulttuureissa ja uskonnoissa (Cantell 2010, 58–64). Monilla lapsilla kuitenkin on puutteita niiden sosiaalisten taitojen hallinnassa, joita heillä jo odotetaan olevan, ja tämän seurauksena he saattavat leimautua niin sanotuksi hankaliksi lapsiksi. Lapset voivat kuitenkin oppia sekä sosiaalisia taitoja että uusia asennoitumistapoja ongelmatilanteissa, mutta näitä taitoja täytyy heille opettaa. (Kauppila 2005, 134–135.) Palaute hyvästä, onnistuneesta hetkestä on annettava heti ja keskusteluja on muutenkin hyvä käydä rauhallisissa tilanteissa muiden askareiden lomassa eikä vain huonosti menneen tilanteen yhteydessä. Toivotusta käytöksestä palkitseminen saattaa auttaa matkalla kohti tavoiteltua käytöstä. Aikuisen on muistettava, että tilanteissa on usein lopulta kyse hyväksytyksi tulemisesta ja näiden tunteiden käsittelyyn lapsi tarvitsee aikuisen tukea. (Cantell 2010, 14–28.)

3.1.3 Tunnetaidot

Ensimmäinen oppimamme tunnetaito on kiintymyksen tarve, joka on oleellinen taito lapsen myöhemmän kehityksen ja ihmissuhteiden rakentumisen kannalta (Isokorpi 2004, 132). Tunteet ovat viestinnän keino, jolla vaikutetaan kaikkeen ihmisten väliseen vuorovaikutukseen sekä ihmissuhteiden laatuun, mielekkyyteen ja pysyvyyteen. Tunteet kehittyvät vuorovaikutuksessa toisten kanssa ja jo pienillä vauvoilla on olemassa luontaista empatiakykyä, joka ilmenee esimerkiksi siinä, että kuullessaan toisen vauvan itkua alkaa toinenkin vauva itkeä. Lapsen empatiataidot tarvitsevat kuitenkin kehittyäkseen aikuisia, jotka tukevat ja vahvistavat näitä kykyjä huomioimalla positiivisesti lapsen pyrkimyksiä asettua toisen asemaan. Kyky asettua toisen asemaan ja huomioida toisen tunteita on edellytys sille, että lapsi motivoituu toimimaan sosiaalisesti muita lapsia kohtaan. Voidakseen kokea empatiaa täytyy lapsen osata havainnoida, tunnistaa ja ymmärtää omia tunteitaan. (Kirves & Stoor-Grenner 2011, 24–25.)

Empatian eli myötäelämisen kyvyn kehittämisessä mielikuvien muodostamisen taito on välttämätön. Kyky muodostaa mielikuvia saa alkunsa varhaisesta vuorovaikutuksesta, sillä kiintymyssuhteen kehittyessä lapsi muodostaa mielikuvia häntä hoitavasta ihmisestä. Varhaisen kiintymyssuhteen puute vaikeuttaa myöhemmin toisten tunteiden ja

sosiaalisten vihjeiden ymmärtämistä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 132–135.) Empatian kognitiivinen kehittyminen tapahtuu toisen asemaan asettumisen, toisen ihmisen näkökulman ymmärtämisen kautta; tätä kutustaan myös roolin omaksumiseksi. Roolin omaksumisen taidoilla voidaan ymmärtää toisen ihmisen tunteiden sekä tilanteiden vaikutuksia hänen käyttäytymiseensä ja viestittää empatiaa, auttamishalua ja yhteistyökykyä. Roolin omaksumisen taito kehittyy lapsuudessa nopeasti ja jonkinlaista roolin omaksumista on nähtävissä jo alle kolmevuotiailla lapsilla, kun aikuismaisen taso saavutetaan n.11–12 vuoden iässä. Kalliopuskan (1995, 95) mukaan roolileikeillä voidaan tukea empatian ja roolin omaksumisen kehittymistä.

Roolin omaksuminen on läheisessä yhteydessä moraalien kehittymiseen, joka on Pulkkinen (2002, 114-116) mukaan, yksi keskilapsuuden merkittävimmistä kehitystehtävistä ja se mahdollistuu ajattelun kehityksen myötä. Turunen (2005, 90) toteaa, että lapsi oppii moraalien ympäristönsä aikuisten asenteista ja malleista. Asioista keskustelu ja lapsen oikeudenmukainen ja kunnioittava kohtelu ovat avainasemassa. Turunen (2005, 91) on kuitenkin sitä mieltä, että suuria moraalipaineita ei lapselle ole syytä asettaa. Lapsella tunnereaktiot menevät vielä helposti ohi moraalisisistä pidäkkeistä. Cacciatore (2007, 18) sanookin, että tunteiden tunnistamista ja nimeämistä pitäisi harjoitella lasten kanssa, sillä sitä, mitä ei ymmärrä tai mistä ei pysty keskustelemaan ei pysty myöskään hallitsemaan. 7–12-vuotiailla, jonka ikäisiä opinnäytetyöni kohderyhmä on; on menossa itsereflektiivisen kehityksen vaihe, ja 10–15-vuotiaat käyvät läpi keskinäisen roolin ottamisen vaihetta, jotka mahdollistavat lapselle paremman eläytymisen toisen ihmisen asemaan sekä ymmärtää paremmin toisen näkemyksiä. (Turunen 2005, 94.) Ikätasoisien kehityksen mukaan ajateltuna kohderyhmäni saattaisi olla juuri sopivan vastaanottavaisessa vaiheessa opinnäytetyöni toimintaa varten.

3.1.4 Tunnetaitojen harjoittaminen

Tunne- ja vuorovaikutustaitoja pitäisi kodin lisäksi harjoitella systemaattisesti myös koulussa ja päiväkodissa, sillä jos näiden taitojen harjoittelu ei ole jatkuva, eivät taidot sisäisty. Kansainvälisissä tutkimuksissa on huomattu vuorovaikutusta parantavien taitojen harjoitteluun kannattavan panostaa, sillä lisääntyneet sosiaaliset taidot ovat

vaikuttaneet kouluissa poissaolojen määrän ja koulukeskeytysten sekä koulusta erottamisten vähentymiseen, aggressiivisen käyttäytymisen vähenemiseen ja yleiseen sosiaalisen pätevyyden lisääntymiseen esimerkiksi koulutyöhön sitoutumisen ja ohjeiden vastaanottavuuden muodossa. Tunteiden säätelyongelmat sen sijaan vaikeuttavat nuoren sopeutumista ryhmiin ja vaikuttavat palautteeseen, jota nuori saa sekä vertaisryhmältään että opettajiltaan. Negatiivinen palaute ja sen aiheuttama ulkopuolisuuden tunne taas alentavat koulumotivaatiota. (Kokkonen 2010, 97–101.) Cacciatoren (2007, 18) mukaan tunteiden tunnistamisen kautta taas syntyy kyky empatiaan ja lapset, jotka kykenevät nimeämään ja tunnistamaan tunteita ovat usein kaveripiirinsä suosiossa, sillä heillä on paremmat sosiaaliset taidot ja he ovat vähemmän aggressiivisia.

Kasvattajien asenteet ja tunneherkkyys ovat tärkeässä asemassa jatkuvassa tunnetaitojen harjoittelussa esimerkiksi sen suhteen, minkä verran lasten vertaisryhmissä puhutaan tunteista ja pohditaan niiden vaikutusta ryhmän ilmapiiriin. Tunteet yleensä kuuluvat lapsen maailmaan opettamattakin, mutta sen, että ihmiset kokevat tunteita eri tavalla voi lapselle kuitenkin opettaa. Omien tunteiden hyväksyntä luo perustaa muiden ihmisten tunteiden hyväksynnälle ja aito ja avoin tunneilmapiiri vaikuttaa lapsen itsetuntoon ja edistää tasa-arvoa. (Isokorpi 2004, 132–135.) Kasvattajalla tulisi olla taitoa säilyttää myönteinen tunneilmasto ja kykyä puhua vaikeistakin asioista ryhmän kanssa rehellisesti, sillä myönteinen tunneilmapiiri vaikuttaa parantuneen vuorovaikutuksen lisäksi myös opiskelumotivaatioon ja koulumenestykseen (Kokkonen 2010, 97–101).

Sosiaalista oppimisteoriaa noudatellen empatiataidot voivat olla opetettavissa niinkuin muutkin käyttäytymistaidot, joskin joillakin on empatian oppimiseen paremmat lähtökohdat kuin toisilla. Taidot kehittyvät vuorovaikutuksessa ja ympäristön antama palaute vaikuttaa niiden kehittymiseen voimakkaasti, mutta myös niitä voi myös harjoitella erilaisten roolileikkien ja toisen asemaan asettumisen kautta. (Kauppila 2005, 186–187.)

Tunteiden säätelyn ja sosiaalisten taitojen oppimisen hyötyvaikutusten, esimerkiksi empatian ja psyykkisen hyvinvoinnin lisääntymisen nostaminen yhteiskunnallisesti tärkeäksi, asettaisi kaikki lapsia ja nuoria kasvattavat aikuiset vastuuseen näiden taitojen huomioimisesta, älyllisten kasvatustavoitteiden ja kouluaineiden tiedollisten sisältöjen rinnalla. (Kokkonen 2010, 101–105.)

3.2 Itsetunto

Itsetunnolla tarkoitetaan muun muassa ihmisen kykyä luottaa itseensä, asettaa itselleen tavoitteita, pitää itsestään, arvostaa itseään ja omia ominaisuuksiaan sekä kykyä nähdä oma elämä tärkeänä mahdollisista epäonnistumista huolimatta. Itsetunto on tärkeä persoonallisuuden ominaisuus, joka vaikuttaa laaja-alaisesti ihmisen toimintaan ja tekemiin ratkaisuihin. Pulkkinen (2002, 76) mukaan itsetunto kehittyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, sillä lapsen taidot tulevat hänelle tärkeiksi vasta sitten, kun joku läheinen ihminen ne huomioi. Hyvään itsetuntoon kuuluu minäkuvan totuudenmukaisuus. Hyvien ominaisuuksien lisäksi havaitaan ja hyväksytään myös heikkoudet, jotka voidaan itsekunnioitusta menettämättä myöntää ja niistä voi pyrkiä eroon ottamalla opiksi epäonnistumisista. Hyvä itsetuntoinen ihminen ei anna loukata itseään vaan pitää kiinni oikeuksistaan ja pystyy puolustautumaan vastarinnan edessä. Myös kyky arvostaa muita ihmisiä ja heidän mielipiteitään ja taitojaan kokematta sitä uhkaksi itselleen kertoo hyvästä itsetunnosta. Itsetunto koostuu erilaisista itsetunnon alueista, joita ovat esimerkiksi suoritusitsetunto, tunne sosiaalisesta selviytymisestä ja sosiaalisesta suosiosta sekä erityisesti lapsilla kotiin ja vanhempiin liittyvä itsetunto. Itseluottamuksen määrä vaihtelee eri elämänalueilla siten, että ihminen, jolla on hyvä itsetunto esimerkiksi sosiaalisissa suhteissa saattaa kärsiä huonosta itsetunnosta esimerkiksi omien suoritustensa suhteen. Yhteiskunta perinteisesti arvostaa suorituksia, ja niinpä ihmissuhdetaidot saattavat jäädä huomiotta ja merkittävä osa itsetuntoa rakentavasta positiivisesta palautteesta saamatta. (Keltikangas-Järvinen 2010, 13–29.)

Itsetunnon kehitys alkaa varhaisissa vuorovaikutussuhteissa, liittyen siihen, kuinka lasta hoidetaan ja hänen viesteihinsä vastataan. Hieman myöhemmin vanhempien odotukset ja suhtautuminen lapseen ja lapsen suorituksiin ovat suuressa asemassa. Kiittämällä ja

kannustamalla lasta hänen yrityksissään tehdä asioita itse, vaikka kaikki ei sujuisikaan aikuisen näkökulmasta täydellisesti, ja muistuttamalla lasta välillä siitä, kuinka iloisia vanhemmat tai muut hänen kanssaan tekemisissä olevat aikuiset ovat hänen olemassaolostaan ilman suorittamistakin, voidaan lapsen itsetunnon kehittymistä tukea turvallisesti ilman liiallista suoritusitsetunnon korostamista. Kodin ja vanhempien jälkeen kaverit, harrastukset ja koulu ovat merkittäviä vaikuttajia lapsen itsetunnon rakentumisessa niin koulun oppimiskokemusten kuin minäkuvan kehittymisen myötä. Onnistumisen kokemukset sekä sosiaalisissa suhteissa että oppimisessa määrittelevät lapsen itsetunnon kehityksen suuntaa pitkälle tulevaisuuteen. (Keltikangas-Järvinen, 2010, 123, 132–133.) Harrastukset ja niissä pärjääminen saattavat suojata lasta esimerkiksi oppimisvaikeuksien aiheuttamilta vaikutuksilta, mutta harrastukset saattavat luoda myös kovia paineita itsetunnon kehittymisen suhteen. Lapsiryhmiä ohjaavien aikuisten täytyisikin ymmärtää yksilöllisyyden ja erilaisuuden hyväksynnän tärkeys ja vaatia lapsilta tasa-arvoista käytöstä toisia kohtaan sen sijaan, että mittaisi lasten arvoa kilpailutuloksilla. Jos lapsella on edes yksi aikuissuhde, jossa hänelle kerrotaan, että hän on hyvä ja arvokas sellaisenaan, saattaa se riittää suojaamaan lasta epäonnistumisten vaikutuksilta. (Cacciatore 2007, 125.)

Itsetunto ja sosiaaliset taidot kulkevat sillä tavalla käsi kädessä, että ihminen, jolla on hyvä itsetunto, on usein myös sosiaalisesti kyvykkäämpi. Hänen kanssaan on helppo tulla toimeen, sillä hän arvostaa sekä itseään että muita, eikä tarvitse jatkuvaa vahvistusta asioiden sujumisesta. Vahva itsetunto luo pohjaa myös empatialle, sillä muiden ihmisten huomioonottaminen on luontaista ihmiselle, jolla on hyvä itsetunto. Heikolla itsetunnolla varustetun ihmisen voi taas olla hyvinkin vaikea olla sosiaalisissa suhteissa, sillä hän näkee itsensä muita huonompana ja muiden ihmisten kohtaaminen vain vahvistaa tätä olettamusta. (Keltikangas-Järvinen 2010, 36–38.) Cacciatore, Korteniemi-Poikela ja Huovinen (2008, 156) mainitsevat tutkimuksen, jossa selvitettiin, että hyvä itsetunto ja hyvät sosiaaliset taidot lapsuudessa olivat olleet tärkeimpiä vaikuttajia nykyisten keski-ikäisten tämänhetkiseen hyvinvointiin, työkykyyn ja mielenterveyteen.

Heikko itsetunto ennustaa ongelmia sosiaalisissa suhteissa ohjauksesta, oikeaan tapaan ratkaista ihmisten välisiä ongelmia, huolimatta. Heikko itsetunto liitetään usein myös

aggressiiviseen käyttäytymiseen, mitä matalan itsetunnon aiheuttama ujous, epävarmuus ja itsensä syyllistäminen kaikista tapahtuvista epäonnistumisista harvoin kuitenkin aiheuttaa. (Keltikangas-Järvinen 2010, 36–38.) Vahva itsetunto ei kuitenkaan itsessään ole tae ihmissuhteissa menestymiselle vaan lapsi tarvitsee ohjausta siitä, mitkä ovat hyväksyttäviä tapoja ratkaista ristiriitoja. Sosiaalisten taitojen omaksuminen on kuitenkin helpompaa lapselle, jolla on hyvä itsetunto. Lapsuudessa kehittynyt hyvä itsetunto kantaa läpi murrosiän (Keltikangas-Järvinen, 2010, 125–135), ja lapsi, joka saa hyvän perustan itsetuntonsa kehittymiseksi, oppii myös ilmaisemaan tunteitaan (Isokorpi 2004, 133).

3.3 Temperamentti

Lapset kaipaavat huomiota aikuisilta ja hakevat sitä niillä keinoilla, joilla ovat oppineet sitä saamaan. Yksilön luonteenpiirteet ja hänen reagoititapansa eli temperamenttinsa vaikuttavat hänen toimintaansa vuorovaikutustilanteissa. Lapsen ryhmään liittymisen tavat, joiden avulla hän joko seurailee tapahtumia ollen niistä sivussa tai hakeutuu niihin mukaan sen kummemmin miettimättä, ovat sosiaalisessa käyttäytymisessä asioita, joiden voidaan ajatella olevan vahvimmin yhteydessä temperamenttiin. Osavaikutus on myös tilannesidonnaisilla tekijöillä kuten esimerkiksi vertaisryhmän kokoonpanolla ja resursseilla. (Keltikangas-Järvinen 2012, 59–61.)

Keltikangas-Järvinen (2004, 10–12) määrittelee temperamentin seuraavasti: ”Temperamentti on ihmisen käyttäytymistyyli, hänen synnynnäinen tapansa reagoida asioihin.” Hän sanoo temperamentin olevan kohtalaisen pysyvä ihmisen ominaisuus ja sen selittävän monia eroja ihmisten mieltymyksissä esimerkiksi liittyä toisten ihmisten seuraan sekä kokea turvallisuutta. Pulkkinen (2002, 74) mukaan temperamentti selittää, miksi samanlaiset kokemukset, esimerkiksi vanhempien avioero tai kiusaaminen voivat vaikuttaa lapsiin aivan eri tavalla.

Temperamentilla on oleellinen merkitys sosiaalisten taitojen kehittämisessä ja se asettaa haasteita lapsen kasvatukseen erityisesti tunteiden hallinnan ja aggression vähentämisen osalta. Aggressiivisuus ei ole temperamenttipiirre, mutta temperamentilla on vaikutusta siihen, kuinka paljon lapsi kestää turhautumista, joka usein purkautuu

aggressiivisuutena. Kasvattajien tulisi ennakoida tilanteita erityisesti helposti turhautuvien lasten kanssa, jotta turhautumista ja siitä seuraavaa vihanpurkausta ei pääsisi tapahtumaan. Ennakointi toteutuu esimerkiksi määrittelemällä ja rajoittamalla lapsen aktiviteettien ja sosiaalisten kontaktien määrää hänen sietämälleen tasolle. (Keltikangas-Järvinen 2012, 59–61.)

Temperamentti kehittyy vuorovaikutustilanteissa itsetunnon ja luonteen ohella ja merkittävää on, että lapsi saa sosiaalisissa tilanteissa hyväksyvää ja rakentavaa ohjausta aikuiselta. (Cacciatore ym. 2008, 90–91.) Ryhmätilanteet, joissa on mukana erityistä huomiota kaipaavia lapsia, joiden huomionkaipuu purkautuu itsekkyytenä, aggressiivisuutena ja levottomuutena, ovat usein ongelmallisia. Aikuisten antama ohjaus ja palaute oikeasta toiminnasta ovat lapsen kehityksen kannalta tärkeitä. Tärkeää on myös tehdä selväksi, että hyväksyy lapsen, vaikka ei aina hyväksyisikään hänen käytöstään. (Cantell 2010, 54–57.)

Keltikangas-Järvisen (2006, 60–61) mukaan lapsen minäkuvan kehityksen kannalta kouluvuodet ja niiden tuomat kokemukset itsestä ovat ratkaisevia. Lapsi vertaa itseään muihin ja alkaa kuvailla itseään sisäisten ominaisuuksiensa eli temperamenttipiirteidensä mukaan. Tällöin on tärkeää, että lasten välisiin temperamenttieroisiin suhtaudutaan neutraalisti ja erilaiset ominaispiirteet hyväksytään, koska ne vaikuttavat sekä lapsen asemaan toveriryhmässä että oppilaan ja opettajan väliseen vuorovaikutukseen ja sitä kautta kuvaan, jota lapsi itsestään rakentaa. Minäkuvaan saattavat perustua lapsen myöhemmät valinnat niin ammatin ja elämäntavannin kuin elämäntavankin suhteen, joten ei ole aivan merkityksetöntä muodostuuko minäkuvasta negatiivinen vai positiivinen. Cacciatoren ym. (2008, 153) mukaan koulun merkitystä myönteisen kehityksen tukijana ei voi korostaa liikaa. Luottavainen ja kannustava ilmapiiri, jossa oppilaille on turvallinen olo, saa oppilaat uskomaan itseensä ja omiin kykyihinsä ja haluamaan oppimista

3.4 Vertaissuhteet

Lapsen kehitykseen vaikuttavat ihmissuhteet, varhainen kiintymyssuhde, läheiset aikuiset ja lapset ja päiväkodista lähtien vertaiset. Salmivallin (2008, 15) mukaan vertaissuhteet

koostuvat niistä henkilöistä, jotka ovat lapsen kanssa sosiaalisemotionaalisessa tai kognitiivisessa kehityksessä suunnilleen samassa vaiheessa. Usein vertaiset ovat lapsen ikätovereita. Joskus puhutaan horisontaalisista eli tasavertaisista ihmissuhteista tarkoittaessa vertaissuhteita. Vertaissuhteet ovat lapsen kehitykselle tärkeitä, ja vertaisryhmiä ohjaavilla aikuisilla on niiden muotoutumisessa tärkeä rooli. Esimerkiksi koulun pitäisi olla tärkeä sosiaalisia ongelmia ennaltaehkäisevä ja sosiaalisia taitoja ylläpitävä ja kehittävä toimintaympäristö (Pulkkinen, 2002, 8–9, 234).

Uusissa ryhmätilanteissa ryhmäytymistä ei pidä jättää lasten vastuulle vaan aikuisen täytyy ohjata ryhmän muodostumista. Koulussa opettaja on merkittävä vaikuttaja ryhmän muodostuksessa ja pystyy vaikuttamaan valta-asetelmien syntyyn esimerkiksi käyttämällä tasa-arvoa ja tutustumista lisääviä käyttäytymisleikkejä ryhmäytymisvaiheessa. (Cacciatore ym. 2008, 153–156.) On tärkeää, että ryhmästä saadaan toimiva ja että lapset saavat kokea hyväksyntää. Jos ryhmässä on paljon äänekkäitä ja rohkeita lapsia on hyvä kiinnittää huomiota opetusjärjestelyihin ja esimerkiksi opettajajohtoisuus ryhmiä muodostettaessa saattaa toimia paremmin kuin luovat menetelmät. Lapsen turvallisuuden tunne on iso tekijä, ja siihen voidaan vaikuttaa konkreettisesti esimerkiksi istumajärjestyksillä ja yhteisillä sopimuksilla siitä, mikä on sallittua ja mikä ei. (Cantell 2010 71–77, 140.) Sääntöjä laadittaessa lasten mukaanotto niiden laadintaan lisää lasten sitoutumista ja helpottaa sääntöjen toteutumisen valvontaa. (Cacciatore ym. 2008, 153–156.)

3.4.1 Vertaissuhteiden merkitys

Vertaissuhteiden merkitystä lapsen kehitykseen on tukittu jo useita vuosikymmeniä, ja asiaa on pohdittu esimerkiksi siltä kannalta, miten vertaisryhmiin kiinnittyminen vaikuttaa lapsen sosiaalisten taitojen oppimiseen, toimivatko vertaissuhteet suojaavina tekijöinä riskitilanteissa sekä vaikuttaako vertaisryhmään kiinnittyminen lapsen yleiseen hyvinvointiin. On myös tarkasteltu vertaisryhmien vaikutusta lapsen asenteisiin sekä käytökseen yhdenmukaisuuden paineen kautta. (Salmivalli 2008, 15–17.) Nykyäänkään ei olla vielä yhtä mieltä siitä, mitkä tekijät vaikuttavat lapsen sosiaalistumiseen ja minkä verran, mutta näkökulmia on ainoastaan kiintymyssuhteen merkityksellisyydestä, pelkän

vertaisryhmän merkityksen kautta siihen näkökulmaan, että sekä vertaisryhmällä että kiintymyssuhteella on oma roolinsa. Pulkkisen (2002, 234) mukaan vanhempien ja lapsen välinen suhde on lopulta kuitenkin vertaisryhmää tärkeämpi lapsen arvomaailmaa kehittävä tekijä. Myös Laine (2002, 18–19, 34) toteaa, että epäsuotuiset kasvuolosuhteet ovat riskitekijä, jonka merkitys lapsen sosiaaliselle kehitykselle korostuu erityisesti silloin, kun lapsella on vaikeuksia myös kaverisuhteiden luomisessa.

Vertaisryhmän merkitystä tarkastellessa on syytä kiinnittää huomiota erityisesti lapsen asemaan ryhmässä sekä ystävien määrään, sillä sekä hyväksytyksi tuleminen että ystävyysuhteiden solmiminen ovat tärkeitä lapsuuden kehitystehtäviä ja niiden onnistunut läpikäyminen edesauttaa lasta myös myöhemmissä kehitystehtävissä sekä uusien ihmissuhteiden luomisessa. (Salmivalli 2008, 20–22.)

Vertaisryhmään kuuluminen on palkitsevaa. Se tarjoaa sekä ajanvietettä, kumppanuutta että tunteen kuulumisesta johonkin. Vertaisryhmissä opetellaan yhdessä toimimista, kompromisseja, oman paikan ottamista sekä jämäkkyyttä. Vertaisryhmässä lapsi oppii itsestään monia asioita vertailemalla itseään ja käytöstään muihin. Tämän vertailun perusteella lapsi rakentaa omaa minäkuvaansa. Vertaisryhmän merkitys näkyy myös siinä, että kohtalainenkin kaverisuosio suojaa lasta vaikeuksilta. (Salmivalli 2008, 32–33.) Vertaisryhmän ulkopuolelle jääminen tai kokemus siitä, ettei ole pidetty tai tule hyväksytyksi, on lapsen sosiaaliselle kehitykselle riskitekijä, ja kasvattajien tulee huolehtia siitä, että lapsilla on mahdollisuus osallistua toimintaan omassa vertaisryhmässään (Laine 2002, 15).

Vertaissuhteet voivat syventyä erityisiksi ystävyysuhteiksi, jolloin niiden merkitys on tavallisia vertaissuhteita moninaisempi. Ystävyysuhteissa opitaan sitoutumista ja vastavuoroisuutta. Niissä uskoudutaan ja opitaan luottamusta ja koetaan erityisiä myönteisiä tunteita molemminpuolisesti. Toisin kuin vertaissuhteet yleensä, ovat ystävyysuhteet usein kahden lapsen välisiä. Sekä ystävyysuhteet että suosio kaveriporukassa vaikuttavat lapsen hyvinvointiin. Onkin todettu, että lapsi, jolla on edes yksi vastavuoroinen ystävä, mutta vähäinen kaverisuosio vertaisryhmässä, kokee epätodennäköisemmin yksinäisyyttä kuin lapsi, jolla ei ole vastavuoroista ystävää, vaikka olisikin suosittu kaveriporukassa. Ystävyysuhteet näyttäisi valmistavan lasta tuleviin

läheisiin ihmissuhteisiin kehittämällä sitoutumisen, jakamisen, uskoutumisen, läheisyyden ja luottamuksen eli parisuhteisiin liitettyjen ominaisuuksien kehittymistä kun taas kaverisuosio ja statusasema ryhmässä valmentavat lasta pärjäämään työelämässä ja yhteiskunnassa kehittämällä johtajuutta, jämäkkyyttä ja yhteistyökykyä. (Salmivalli 2008, 35–39.) Myös Laineen (2002, 16–17) mukaan hyvillä positiiviseen vuorovaikutukseen perustuvilla ystävyysuhteilla on vaikutusta sekä kognitiiviseen, emotionaaliseen että sosiaaliseen kehitykseen ja ystävyysuhteet helpottavat sopeutumista esimerkiksi päiväkotikoulu nivelvaiheessa.

Eri ikäkausina ystävyysuhteilla on erilaisia merkityksiä ja tehtäviä. Alle kouluikäisillä ystävyys on leikkimistä ja kivojen asioiden yhdessä tekemistä. Ystäviksi valikoituvat ne henkilöt, joiden kanssa syntyvät parhaat leikit. Keskilapsuudessa ystävyys on erityisesti peili omalle käyttäytymiselle. Tällöin lapsi määrittelee yhdessä ystävän kanssa käyttäytymisensä normeja ja lasta alkaa kiinnostaa, millaisena muut hänet näkevät. Teini-ikäisenä ystävyteen liittyy salaisuuksien jakamista, uskoutumista ja itsensä tutkiskelua. Teini-ikäisen ystävyysuhteisiin sisältyy myös paljon tunne-elämän tutkiskelua. Yhteistä eri-ikäisten ystävyysuhteille on niiden vaikutukset lapsen sosiaaliseen käyttäytymiseen. Lapset, joilla on vastavuoroinen ystävyysuhteet sopeutuvat helpommin uusiin ryhmiin, heidän yhteistyökykynsä on parempi, he ovat sosiaalisempia ja epäitsekämpiä, he ovat itsevarmempia, vähemmän aggressiivisia ja heillä on korkea kynnyksensä ärsyyntyä konfliktitilanteessa. Ei kuitenkaan voida varmaksi sanoa, ovatko edellä mainitut ominaisuudet seurausta vastavuoroisesta ystävyysuhteesta vai solmivatko lapset, joilta nuo ominaisuudet löytyvät, helpommin vastavuoroisia ystävyysuhteita. Vertaisryhmän hyväksyntä suojaa lasta myös perheen ongelmien vaikutuksilta. Ystävyysuhteet erityisesti ruumiillisen kurituksen aiheuttamilta vaikutuksilta. (Salmivalli 2008, 36–40.)

3.4.2 Sosiaalinen status

Sosiaalinen suosio ja sosiaalinen status mielletään usein samoiksi asioiksi, mutta kyse on eri asioista. Suosio viittaa lapsen ystävien määrään ja status taas lapsen asemaan vertaisryhmässä. Status voi olla korkea, vaikka ystäviä ei olisi lainkaan, sillä statuksen voi ansaita esimerkiksi pelolla, mutta toisaalta, vaikka lapsella olisi paljon ystäviä, ei hänen asemansa ryhmässä ole kuitenkaan välttämättä korkea. Lapset ja erityisesti

murrosikäiset pitävät sosiaalista statusta kavereiden määrää tärkeämpänä, niinpä aikuisten pitäisi tarkkailla, mitkä ovat ne ominaisuudet, joilla korkea status lapsiryhmässä saavutetaan, ja pyrkiä vaikuttamaan niihin. Lapsen arvomaailmaan vaikuttamalla voitaisiin mahdollisesti muuttaa koko ryhmän toimintakulttuuria. (Keltikangas-Järvinen 2010, 191–192.) Siitä, miten kaverijoukon sosiaaliset ominaisuudet muokkaavat lapsen käytöstä, ei ole tutkittua tietoa. Ei tiedetä, miten lapsen kehitykseen vaikuttaa esimerkiksi vertaisryhmän jäsenten temperamentti. Sosiaalisen statuksen merkitys sen sijaan tiedetään suureksi, ja ulkopuoliseksi jääminen on vakava uhka lapsen kehitykselle. Statuksen vakiinnuttua, on sitä vaikea muuttaa. Esimerkiksi kiusaamisen tai sosiaalisen taitamattomuuden vuoksi ryhmän ulkopuoliseksi jääminen voi vaikuttaa lapsen sosiaaliseen sopeutumiseen koko loppuelämän ajan ja olla merkittävä syrjäytymistä aiheuttava tekijä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 191–192 ; Cacciatore ym. 2008, 153–156; Laine, 2002, 16.)

3.4.3 Sosiaalinen suosio

Suosion perusteella lapset voidaan jakaa kolmeen ryhmään: suositut, huomiotta jätetyt ja torjutut. Toverisuosion perusteella saavutettu status on yleensä pysyvä. Suositut lapset pysyvät suosittuina ja torjutut torjuttuina, eikä ympäristön vaihtokaan usein muuta tilannetta. Suurinta suosiota kaveripiirissä saavuttavat lapset, jotka ovat onnellisia, positiivisia ja ulkoisilta ominaisuuksiltaan viehättäviä. He pystyvät yhteistyöhön, ovat taitavia vuorovaikutussuhteissaan ja heitä pidetään hyvinä johtajina. Erityisesti poikien keskuudessa johtajuus on tärkeä sosiaalisen statuksen määrittäjä. Huomiotta jätetyt lapset ovat niitä, joista ei erityisen paljon pidetä, mutta joita ei myöskään jätetä ulkopuolelle. He ovat usein ujoja, mutta harvemmin aggressiivisia tai epäsosiaalisia. Riitatilanteissa huomiotta jätetyt lapset väistävät ja yleensä he ovat ryhmässä seurailijoina vailla omaa ystävää. Torjutut lapset hakevat jatkuvasti kontaktia, puhuvat paljon ja ottavat aktiivisesti kantaa esille tuleviin asioihin. Kantaa ottavuus on kuitenkin väittelynhalua, eikä leikki toisten lasten kanssa onnistu. (Keltikangas-Järvinen 2010, 191–195.)

Vertaissuhteet saattavat vaikuttaa minäkuvaan sitä vääristäen, sillä on huomattu, että esimerkiksi aggressiiviset, mutta suositut lapset eivät itse tiedä olevansa aggressiivisia,

vaan luulevat olevansa käytökseltään sosiaalisia ja rakentavia. Sama toteutuu ei-aggressiivisella, mutta epäsuositulla lapsella, joka kuvailee itse olevansa käytökseltään aggressiivinen. Nämä vääristymät perustuvat vertaisryhmältä saatuun palautteeseen, eivät siihen, miten nämä lapset oikeasti toimivat. Pojilla kavereilta saatu palaute vaikuttaa enemmän kuin tytöillä, johtuen siitä, että erityisesti murrosiässä pojat ovat riippuvaisempia vertaisryhmän mielipiteistä kuin tytöt. Kasvatuksessa vertaisryhmäpalautteen vääristävä vaikutus pitäisi ottaa huomioon lapsen minäkuvaa vahvistamalla ja ohjaamalla lasta huomaamaan, miten hän oikeasti käyttäytyy. Toisaalta pitäisi myös kiinnittää huomiota siihen, millaisilla ominaisuuksilla status vertaisryhmässä ansaitaan ja pyrkiä vaikuttamaan siihen, että statusta nostavat tekijät olisivat prososiaalisia. (Keltikangas-Järvinen 2010,193–199.)

4 TOIMINTATUOKIOT

Toimintatuokioita suunnitellessani mietin pitkään, kuinka monta tuokiota olisi järkevää toteuttaa ja millaiset mahdollisuudet minulla olisi pitää toimintaa työni ohessa. Päädyin lopulta kahdeksaan tuokioon, koska ajattelin aiheiden vaativan lähestymistavakseen siirtymisen kepeämmistä aiheista pikkuhiljaa vaativampiin, eikä luottamus asioiden käsittelyyn synny hetkessä. Kahdeksaan tuokioon sisältyi viisi tapaamista, joilla käsittelyyn otettiin uusi aihe, ja kolme tapaamista, jotka käytettiin kokonaisuuden aluksi tutustumiseen ja loppuvaiheessa kertaamiseen sekä palautteen antamiseen.

4.1 Toimintatuokioiden tavoitteet

Toimintatuokiot olivat kestoaltaan melko pitkiä (90 minuuttia). Kun suunnittelin tuokioiden rakennetta ja sisältöä, päätin asettaa jokaiselle tapaamiselle oman aiheen. Koska opinnäytetyöni aiheena olivat sosiaaliset taidot ja niiden parantaminen, olivat toimintatuokioiden tavoitteet osin päällekkäisiä, joskin jokaisella tapaamisella oli oma tema, jonka mukaan tuokion rakenteen suunnittelin. Seuraavassa taulukossa on eritelty jokaisen toimintatuokion teemat, tavoitteet ja käytetyt menetelmät.

Taulukko 1. Toimintatuokioiden tavoitteet

Toimintakerrat	Teemat	Menetelmät	Tavoitteet
1. Toimintakerta 10.1.14	Tutustuminen. Ilmapiirin kartoitus. Toiveet.	Esittäytyminen. Keskustelu. Haastattelu.	Tutustua oppilaisiin. Kertoa tulevista. toimintatunneista. Innostaa.
2. Toimintakerta 17.1.14	Itsetunnon tukeminen. Omien hyvien ominaisuuksien havainnointi.	Keskustelu. Vahvuuskortit. Tehtävät.	Tukea itsetuntoa huomaamalla itsessä hyviä ominaisuuksia.
3. Toimintakerta 24.1.14	Toisen arvostaminen. Hyvän kaverin ominaisuudet.	Keskustelu. Tehtävät. Parihaastattelu,	Oppia tunnistamaan ja arvostamaan hyviä ominaisuuksia kaverissa.
4. Toimintakerta 31.1.14	Kiusaaminen. Vertaisryhmän ulkopuolisuus. Yhteiset säännöt	Keskustelu. Tehtävät. Luokan yhteiset säännöt	Oppia keinoja toimia kiusaamis- /riitatilanteissa. Keksiä hyvän olon säännöt luokkaan
5. Toimintakerta 7.2.14	Erilaisuus. Ennakkoluulot. Epäoikeudenmukaisuuteen puuttuminen.	Keskustelu. Kuvat. Ryhmätehtävä. Video. Tehtävät	Pohtia erilaisuutta. Oppia puolustamaan epäoikeudenmukaisuutta
6. Toimintakerta 14.1.14	Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen. Rentoutuminen.	Keskustelu. Tunteiden tuulimylly. Nallekortit. Tehtävät. Rentoutumisharjoitus.	Tunnistaa ja nimetä tunteita kuvista ja pantomiimista. Tunnistaa ja nimetä omia tunteita. Harjoitella rentoutumista.
7. Toimintakerta 21.2.14	Hyvän olon puu. Tuntien kertaus.	Kertaus. Keskustelu. Tehtävät.	Käydä läpi kaikkien tuntien aiheet. Pohtia, miten tunnit ovat menneet ja mitä niistä on jäänyt mieleen. Korostaa sitä hyvää, mikä lapsista

			on noussut ja kannustaa heitä kaveruuteen.
8.Toimintakerta 16.5.14	Tehtävien palautus. Palaute.	Kertaus. Keskustelu. Tehtävä.	Palautella mieliin yhdessä tekemiämme juttuja. Antaa palautetta. Vastaa palautetta. Palauttaa heidän tekemänsä tehtävät.

Ensimmäisen toimintatunnin tavoitteena oli tehdä itseni tutuksi, kertoa tulevista tunteista ja niiden toteuttamisesta, jotta toiminnan toteuttaminen olisi helpompaa ja ilmapiiri avoin. Toisena tavoitteena oli haastatella jokainen oppilas yksilöllisesti kartoittaakseni hieman heidän ajatusmaailmaansa ja toiveitaan sekä innostaa heitä tuleviin toimintatunteihin.

Toisen toimintatunnin pääasiallisena tavoitteena oli tutustuttaa oppilaita siihen, millaisia ominaisuuksia ihmisissä pidetään tärkeinä ja miten ne näkyvät. Tarkoitus oli myös näyttää oppilaille, että heistä kaikista löytyy näitä ominaisuuksia, ja antaa ajatus siitä, että näitä ominaisuuksia voi myös kehittää. Opettajajohtoisen Meidän luokan torni-tehtävän tarkoituksena taas oli kohottaa luokan yhteishenkeä tuomalla esiin niitä asioita, jotka ovat hyviä luokassa yhteisönä.

Hyvään itsetuntoon kuuluu myös toisen ominaisuuksien arvostaminen. Kolmannen toimintatunnin tavoitteena olikin miettiä, mitkä ominaisuudet tekevät kaverista hyvän ja mitkä ominaisuudet eivät kuulu kaveruuteen. Tunnilla pohdittiin myös erilaisten tehtävien kautta, kuinka itse voisi olla hyvä kaveri.

Neljännellä toimintatunnilla puhuttiin kiusaamisesta ja mietittiin kiusaamiseen liittyviä tunnekokemuksia. Tunnin tavoitteena oli herätellä empatian tunteita ja keksiä keinoja, miten kiusaamiseen voisi puuttua tai miten voi itse toimia, jos joutuu kiusatuksi. Tavoitteena oli myös kehitellä yhdessä luokkaan hyvän olon säännöt kaveruuden tukemiseksi.

Viidennellä toimintatunnilla käsitelimme erilaisuutta. Erilaisuutta lähestyttiin heidän omien ajatustensa ja erilaisten tehtävien kautta. Tunnin tavoitteena oli herättää ajatuksia siitä, että ennakkoluuloinen käyttäytyminen on epäreilua ja puolueellista sekä opettaa erilaisia toimintatapoja silloin, kun joku on epäreilu. Tunnilla käsiteltiin myös tasa-arvoa ja puhuttiin samanarvoisuudesta.

Kuudennen toimintatunnin aiheena olivat tunteet. Tavoitteena oli helpottaa tunteiden hallintaa tekemällä tunteita tutuksi. Ensimmäinen lähestymistapa oli keksiä erilaisia tunteita mahdollisimman paljon. Seuraava tehtävä oli tunnistaa tunteita kuvista ja pantomiimista, ja lopuksi lähestyimme aihetta pohtimalla omia tunteita ja tilanteita, joissa kyseisiä tunteita esiintyy. Tunnilla harjoiteltiin myös rentoutumista, sillä tunteiden hallinta lähtee rennosti olost.

Seitsemännellä toimintatunnilla kertosimme aikaisempien tuntien aihealueita ja oppilaat rakensivat luokan seinälle ”Hyvän olon puun”. Tavoitteena oli vielä vahvistaa oppilaissa positiivista voimaa, joka löytyy heistä itsestään.

Kahdeksas toimintatunti oli pituudeltaan vain puolet aiemmista varsinaisista tunneista. Tunnilla pyysimme oppilaita kertomaan niistä asioista, joita heille oli jäänyt tunneista mieleen. Tunnilla myös palautin oppilaille heidän tunneilla tekemistään tehtävistä kokoamani vihkoset vietäväksi kotiin, jotta vanhemmatkin pääsisivät mukaan heidän kokemuksiinsa. Tunnin tavoite oli saada palautetta ja toki myös antaa oppilaille palautetta heidän kanssaan viettämistämme hetkistä.

4.2. Ensimmäinen tuokio ”Tutustuminen”

Ensimmäinen kerran tapasin oppilaita viikkoa ennen varsinaisten tuntien alkua. Luokassa tapahtui suuria muutoksia joululoman aikana, kun luokan aiempi opettaja siirtyi tosiin tehtäviin ja aloittaessani opinnäytetyöni toiminnallista osuutta tammikuun 2014 alussa, oli uuden opettajan haku vielä kesken, ja oli epäselvää, kuka luokan toiminnasta jatkossa vastaa.

Onneksi luokassa kuitenkin säilyi tuttu avustaja, jonka avustuksella sain ensimmäisen tapaamisen järjestettyä ja sosiaalisten taitojen tuntipaketin aloitettua aikataulun mukaan.

Tullessani luokkaan oppilaat olivat omilla paikoillaan ja näpläsivät puhelimiaan pelaten pelejä. Kyselin, saavatko he pelata puhelimilla oppituntien alussa ja he kertoivat näin olevan. Pyytäessäni heitä laittamaan puhelimet pois, he tottelivat välittömästi, ja kiinnittävät huomionsa minuun. Osan heistä oli vaikea ottaa minuun katsekontaktia, mutta heidän olemuksestaan saattoi silti aistia odotuksen.

Kerroin, kuka olen ja miksi olen paikalla ja ihastelin heidän luokkansa seiniä koristavia kuvaamataidon töitä. Kerroin hieman tulevista tunteista ja siitä, että tulemme pitämään ne koulupsykologin (joka ei päässyt paikalle heti alkuun) kanssa. Kerroin myös, milloin tunnit ovat ja että niiden aikana jutellaan paljon, tehdään tehtäviä ja on tarkoitus, että tunteista jäisi kaikille hyvä mieli. Oppilaat kuuntelivat ja muutama heistä kommentoi tuntevansa minut ennestään. Esittäytymisen jälkeen kysyin, kuka on innokas lähtemään mukaani ensimmäisenä ja muutama käsi nousi välittömästi. Valitsin mukaani sen, joka minusta vaikutti olevan nopein viittaaja.

Haastattelin luokan jokaisen oppilaan yksilöllisesti eräässä rauhallisessa toimintatilassa. Ennen varsinaisia kysymyksiä juttelin hieman niitä näitä joululomaan ja joululahjoihin liittyen saadakseni heidät rennoiksi.

Kysymykset lapsille ennen varsinaisten oppituntien alkua, ja vastaukset niihin sanasta sanaan.

- Mikä luokassasi on parasta?

Kuusi seitsemästä oppilaasta vastasi ensimmäiseen kysymykseen:

”Ei mikään.”

Yksi oppilaista vastasi:

”Kaverit.”

Tarkennettuani kysymystä sain hieman enemmän irti:

”Liikuntatunnit sisällä, muutamat kaverit”, ”Se on varmaan hyvä juttu, että täältä pääsee pois välkälle.”, ”Matikasta tykkään, tykkään omasta paikastani ja kavereista.”, ”Kun ei tarvii olla liikkatunnilla ison ryhmän kanssa.”, ”Matikka, kaverit.” ”Kaverit, koska niiden kanssa voi tehdä kaikenlaista, pelata ja leikkiä. Kaikki on mun kavereita ja minä olen kaikkien kaveri.”, ”Ei mitään hyvää.”

- Minkä haluaisit muuttuvan?

”Haluaisin siirron toiseen luokkaan, että pystyisin keskittymään.” ”Haluaisin oppilaiden pysyvän paikoillaan ja lakkaavan ärsyttämisen.”, ”Hiljainen luokka olisi ihana.”, ”Sijainti, heti luokan ala on homepesäke, home alkaa särkeä päätä.”, ”En tiedä.”, ”Haluaisin, että toiset jakaisi enemmän legoja muidenkin käyttöön.”, ”Enemmän liikkaa ja vapaata.”, ”Päivä olisi yhden tunnin mittainen. No, perjantaina voisi olla kolme tuntia.”, ”Koko luokka tempuradaksi ja parkour-temppuja tehtäisi.”, ”Muuttaisin koko luokan ihmiset.”

- Minkälaisia asioita toivoisit näillä tunneilla tehtävän?

”Lääkietiedettä, lääkkeitä haluaisin tietoa.”, ”Ei mitään erikoista. Ehkä askartelua ja kuvista.”, ”Tykkäisin ATK:sta ja peleistä.” ”Tehtäviä, kuvista, ATK-luokassa olisi kiva.”, ”Olla ulkona parisen tuntia. Leikkiä legoilla, pelata pelikoneilla. Tykkään myllätä petivaatteissa.”, ”Pelejä. sählyä, kuvista, korista ja askartelua.”, ”En mitään.”

- Kerro jokin asia, missä olet hyvä tai missä haluaisit kehittyä.

”Historiassa. Haluaisin kehittyä rumpujen soitossa.”, ”Koriksessa, matematiikassa, ympäristötiedossa, säbässä ja liikunassa.”, ”Enkun kokeesta saan kymppejä, yllin kokeesta saan vain nelosia.”, ”Sählyssä maalivahtina olen hyvä. Jääkiekossa haluaisin kehittyä.”, ”Olen hyvä juoksemaan karkuun pikkusiskoa. Haluaisin oppia suunnittelemaan moottoreita ja mikroihdytysautoja.”

Asiat, joihin haluaisin opinnäytetyölläni vaikuttaa, löytyvät ensisijaisesti ensimmäisen ja toisen kysymyksen vastauksista. Toivoisin, että toimintatuntien jälkeen oppilaat arvostaisivat edes jossain määrin enemmän oppilastovereitaan ja luokan ilmapiiriä. Toiveita hiljaisesta luokasta, jossa oppilaat eivät ärsyttäisi toisiaan tuli vastauksissa esille joitakin, ja myös tähän toivon sosiaalisten taitojen tuntien tuovan jonkinlaista apua.

4.3. Toinen tuokio ”Näe hyvä itsessäsi”

Toinen toimintatunti alkoi pienellä kertauksella siitä, keitä olemme ja miksi olemme tulleet pitämään heille oppitunteja. Muistutin myös viime kerralla esittämistäni kysymyksistä ja kerroin hieman vastauksista, joita sain, ja kuinka vastaukset ovat vaikuttaneet tuntien kokoamiseen. Puhuimme myös siitä, mitä tällä tunnilla tulemme tekemään ja millaisia asioita käsittelemään. Aron ja Närhen (2003, 26) mukaan tarkkaavaisuuden ongelmista kärsivät lapset hyötyvät tapahtumien ennakoinnista sekä ohjaavasta opetuskeskustelusta, jossa lapsen tarkkaavaisuutta kohdennetaan tulevien tehtävien kannalta olennaisiin asioihin. Otin tämän huomioon jokaisella tunnilla kertomalla tunnin aluksi esimerkkejä niistä asioista, joita tulemme tunnin aikana käsittelemään.

Aiheena toimintatunnilla oli itsetunnon tukeminen omia hyviä ominaisuuksia huomaamalla. Aloitimme aiheen käsittelyn pohtimalla, mitä tarkoitetaan vahvalla ihmisellä. Ensimmäiseksi oppilailta nousi esiin fyysiseen vahvuuteen liittyviä asioita, mutta siitä pikkuhiljaa pyörsimme ajatuksia myös toisenlaisiin vahvuuksiin miettimällä millaisia vahvuuksia voisi olla ihmisellä, joka puolustaa kiusattua tai jolla on paljon kavereita. Katsoimme dokumenttikameran kautta Turvataito-materiaalin vahvuuskuvia ja mietimme, miten erilaiset vahvuudet konkreettisesti näkyvät. Miten toimii avulias tai reilu ihminen ja löytyykö vahvuuskuvien vahvuuksia luokan oppilaista? Kävimme pienen kierroksen niin, että oppilaat keksivät jokaisesta luokkakaveristaan jonkun vahvuuden.

Tämän jälkeen aloimme tehdä omaa vahvuustaulua, jossa kirjoitettiin oma nimi ylhäältä alaspäin hienoin koristeellisin kirjaimin. Jokaiseen etunimen kirjaimen keksittiin sitten sopiva itseä kuvaava vahvuus vaakatasoon. Nämä vahvuudet alkoivat siis oman nimen kaikilla kirjaimilla. Kirjassaan Tarkkaavaisuushäiriöinen oppilas koululuokassa Aro ja Närhi (2003) kehoittavat ohjaamaan lasta, jolla on heikot toiminnanohjauksen taidot suullisten ohjeiden lisäksi malleja käyttämällä. Olinkin tehnyt valmiin mallin omasta nimestäni, ja oli koristellut mallikuvan kauniilla väreillä ja tehnyt nimeni alkukirjaimista suuret ja kirkkaat. Mallin laitoin taululle oppilaiden nähtäväksi, ja jokainen oppilaista pääsikin hyvin tehtävän tekoon, vahvuustauluista tuli todella hienoja ja oppilaat keksivät itseään kuvaavia vahvuuksia melko helposti. Kehuimme tauluja vuolaasti ja sovimme,

että vahvuustaulut kiinnitetään luokan seinälle jokaisen oppilaan itse piirtämän omakuvan viereen. Oppilaat vaikuttivat itsekin tyytyväisiltä töihinsä.

Viimeiseksi, opettajan jo tullessa luokkaan, annoimme ohjeet opettajan kanssa tehtävään jatkotehtävään, jossa kootaan luokan yhteisistä vahvuuksista ”Meidän luokan torni”. Torni laitettiin luokan seinälle näkyvään paikkaan ja opettajaa ohjeistettiin lasten kuulleen pohtimaan luokan ja sen oppilaiden vahvuuksia, joita torniin kirjaamalla saisi vahvuustornin lopulta täyteen. Aikaa tornin täyttämiseen saisi käyttää vaikka koko kevään. Opettaja kertoikin, että luokka on toiminut niin hyvin, että torni on helppo saada täyteen. Tehtävän tarkoituksena oli positiivisen palautteen antaminen ryhmälle, ei yksittäiselle oppilaalle.

Tunti meni kaiken kaikkiaan hyvin. Yhdellä oppilaista oli kova tarve testata rajoja siitä, miten tunnilla tulee käyttäytyä. Hän livahti kesken tunnin pois luokasta ja palatessaan takaisin, hän alkoi pompotella palloja, joita hänellä oli repussaan mukana kuusi kappaletta. Pallojen pompottelun hän kuitenkin lopetti, kun hänelle kerrottiin, että kuvaamataito-osuuteen ei voi osallistua, jos ei ole malttanut kuunnella siihen liittyvää keskustelua ja ohjeistusta. Tunnin aikana suurinta rauhattomuutta oppilaissa aiheutti kierros, jolloin joutui kuuntelemaan, millaisia vahvuuksia omat luokkakaverit itsestä kertovat. Suurin osa oppilaista lähti omalla kuunteluvuorollaan vaeltelemaan luokassa, touhusi jotain ylimääräistä tai kovaäänisesti höpötti jotain muuta. Palautteen saaminen oli selvästi pelottavaa, mutta positiivisuudessaan kutkuttavaa.

Tajusin toimintatunnin aikana, että seuraavien tuntien suunnitelmiin on tehtävä muutoksia niin, että tuntien toiminnallinen osuus jaetaan tasaisemmin juttelu- ja toimintaosuuksiin. Tämän ensimmäisen tunnin jako oli enemmän painottunut alkutunnin puheosuuteen ja lopputunnin toimintaosuuteen, mikä selvästi oli liian raskas ja vaati liikaa pitkäjänteistä tarkkaavuuden ja motivaation suuntaamista yhteen asiaan.

Erityisesti oman vahvuustaulun tekeminen vei oppilaat mennessään. Jokainen sai aikaan jotakin ja muutamat tekivät todella upeita ja värikkäitä tauluja ja keskittyivät täysin työhönsä.

4.4. Kolmas tuokio ”Kaveruus”

Kolmannella toimintatunnilla olin ohjaajana paikalla yksin ja luokan oppilaista kaksi oli poissa. Osallistujia tunnille oli siis vain viisi. Oppilaat olivat heti erinomaisesti orientoituneita tunnin aloittaiseen. Kerroin, että edelliseltä tunnilta minulle jäi tunne, että heidän kanssaan voi tehdä mitä vain. Kerroin myös, että toivoisin edellisen tunnin ”testauksen” olevan jo ohi, jotta voisimme keskittyä rauhassa siihen, mitä meillä on tehtävänämme.

Aloitimme tunnin muistelemalla millaisia asioita viime kerralla teimme. Jatkotehtävä opettajan kanssa oli seinällä, mutta siihen ei ainakaan toistaiseksi ollut kerätty luokan hyviä ominaisuuksia. Myöskään oppilaiden viime tunnilla tekemät taideteokset omista vahvuuksista eivät olleet päätyneet luokan seinälle, vaikka niin opettajan kanssa sovimme, mikä oli hieman harmillista.

Kolmannen tunnin aiheena oli kaveruus ja hyvän kaverin ominaisuudet. Aloitimme aiheen käsittelyyn lähdimme juttelemalla kaveruudesta ja ystävydestä, pohtimalla niiden välistä eroa ja miettimällä millaisia ominaisuuksia toivoisi kaverilla olevan. Keskustelu oli aika pitkälle omaa yksinpuheluani ja erilaisten vaihtoehtojen ilmoille tuomista, lapset tosin kuuntelivat tarkkaan ja nyökyttelivät ymmärtämisen merkiksi. Piirsin taululle kaksi isoa ihmishahmoa, joista toisella oli hymyilevä suu ja toisella surullinen suu. Nimesin hahmot ”Kivaksi kaveriksi” ja ”Keljuksi kaveriksi”, ja pyysin oppilaita miettimään erilaisia ominaisuuksia, jotka heidän mielestään määrittelevät ihmisen kivaksi tai keljuksi. Kivan kaverin ominaisuuksiksi nousivat seuraavat: *jakaa asioita, ei tappele, yhteiset harrastukset, hauska, hassu, iloinen, ei hauku*. Keljun kaverin ominaisuuksiksi he nimesivät: *tappelee, ei suostu jakamaan tavaroita, valehtelee, ärsyttää, ei osaa leikkiä eikä pelata*. Lapset kirjasivat nämä asiat omiin papereihinsa. Mietimme, voiko kaverissa olla sekä keljun että kivan kaverin ominaisuuksia eri hetkinä. Lapset totesivat, että kaverit voivat olla joskus todella ärsyttäviä ja joskus tosi kivoja. Mietimme myös ärsyttävyyttä. Lapset ovat hanakoita sanomaan, että joku on ärsyttävä, mutta mitä ärsyttävyyys on? Myös itse voi huomaamattaan tai tahallaankin olla joskus todella ärsyttävä. Kerroin, että joku voi keskittyäkseen olla tottunut pitämään ääntä, esimerkiksi hiljaista mutinaa. Tällainen ihminen ei huomaa pitämäänsä ääntä, jonka joku toinen voi taas kokea todella

häiritseväksi ja uskoa toisen ärsyttävän tahallaan. Tässä vaiheessa lapset olivat hyvin ajan hermolla, heitä nauratti ja he osasivat kertoa toisistaan ja itsestään tilanteeseen sopivia esimerkkejä hyvässä hengessä.

Seuraavaksi jaoin luokan pareihin etunimen aakkosjärjestyksen mukaan siten, että ensimmäinen aakkosissa oli viimeisenä aakkosissa olevan pari. Tässä tuli ongelmia, sillä yksi oppilaista kieltäytyi tekemästä mitään, kun ei saanut olla sen pari, jonka pari olisi halunnut olla. Kerroin, että jaon ja koko tehtävän tarkoitus oli juuri se, että pari ei valikoidu parhaasta kaverista vaan luokassa voi jokainen työskennellä toisen kanssa. Tehtävä oli haastatella kaveria valmiiseen haastattelupohjaan (Turvataito-materiaali s.113). Muut lapset ryhtyivät työhön, mutta tämä yksi ei suostunut tekemään mitään. Hän ei kuitenkaan alkanut häiritä muita, joten annoin hänen olla rauhassa paikallaan.

Muilta haastattelu sujui hyvin. Haastattelu purettiin niin, että minä esittelin haastatteluiden tulokset muulle luokalle eli ikään kuin esitellen oppilaita. Minä suoritin tämän esittelyn oppilaiden pyynnöstä. He eivät halunneet itse esittää haastattelujaan. Kiinnitin huomiota siihen, kuinka vaikeaa lasten oli kuunnella itsestään kertovaa haastattelua. Jokainen punasteli, kiemurteli ja hymyili kuunnellessaan, mitä juuri oli kysymyksiin vastaillut. Oman itsen esiin tuominen oli yhtä aikaa jännittävää ja mieltä ylentävää. Tunnelma oli riehakas ja iloinen. Oppilas, joka ei ollut halunnut osallistua haastatteluun, alkoi tässä vaiheessa tuntia puhua kovaan ääneen, kuinka tyhmiä nämä tunnit ovat ja poistui luokasta mielenosoituksellisesti. Muut oppilaat eivät välittäneet yhden oppilaan toiminnasta eivätkä kiinnittäneet siihen mitään huomiota. Kutsuin oppilaan takaisin luokkaan haastattelujen purun jälkeen. Hän totesi vain lähteneensä vessaan.

Viimeisenä teimme ”Kaveruuskakku”-tehtävän. Kaveruuskakku oli valmiiksi monisteelle piirretty kakun malli (Turvataito-materiaali s.139). Kakun sai koristella iloisin värein kirjoitetuilla kaverin hyvillä ominaisuuksilla, ja lopuksi koristella ja värittää muutenkin kauniiksi. Kaikki muut oppilaat, paitsi tämä yksi, joka oli päättänyt tehdä näillä tunneilla kaikkea muuta, osallistuivat mielellään. Olin tehnyt oman värikkään kaveruuskakun malliksi, joka oli taululla esillä oppilaille.

Opettajan kanssa jatkettava tehtävä oli pulpetin kanteen kiinnitettävä moniste, jossa oli palloja, tassunjälkiä ja luita, joita sai viikon aikana värittää sen mukaan, mitä mukavia asioita on toiselle tehnyt (Turvataito-materiaali s.117). Pallon sai värittää, jos tervehti aamulla kaveria tai aikuista, tassun sai värittää, jos auttoi kaveria tai aikuista, ja luun sai värittää, jos vain mielestään koki mukavia asioita.

Tunnin lopussa puhuimme opettajan ja tuntia häirinneen oppilaan kanssa siitä, että jos hän ei halua osallistua tunneille, voi opettaja keksiä hänelle jotakin muuta tekemistä näiden tuntien ajaksi. Kerroin, että pitäisin hänet mielelläni mukana tunneilla, mutta että en voi antaa hänen häiritä niitä, jotka osallistuvat ja tekevät yhteisiä tehtäviä. Kerroin, ettei hänen ole pakko osallistua tehtäviin, vaan hän voi seurata tehtävien tekoa sivusta, mutta jos hän aikoo osallistua tunneille, tulee hänen antaa toisille työrauha. Oppilas oli itkuinen, mutta ei pystynyt sanomaan, haluaako hän osallistua jatkossa vaiko ei.

4.5 Neljäs tuokio ”Aina leikit ei suju”

Aloitimme tunnin tutusti edellisen tunnin kertaamisella. Oppilailla oli todella hyvin muistissa, mitä viimeksi olimme käsitelleet. Hyvän kaverin ominaisuuksia luettiin innolla ja opettajan kanssa sovittuun jatkotehtävään olivat jotkin oppilaista saaneet merkittyyä tekemiään asioita eli tervehtimistä, avuliaisuutta ja kivoja asioita. Tänään kaikki oppilaat olivat paikalla ja myös koulupsykologi oli mukana tunnilla.

Viime tunnilla häiriötä aiheuttanut oppilas ei tälläkään tunnilla osallistunut juuri mihinkään, mutta ei myöskään häirinnyt. Hän istui omalla paikallaan ja luki kirjaa.

Kaverin hyvien ominaisuuksien muistelemisen jälkeen siirryimme päivän aiheeseen eli kiusaamiseen. Kysyin oppilailta, mitä kiusaaminen on. Luokassa oli kovin hiljaista. Saimme muutaman asian, jotka kirjasin taululle. Ne olivat: *nälviminen, ärsyttäminen, toisen reviirille tunkeminen ja koskettaminen ilman lupaa*. Puhuimme auki näitä asioita, ja kävi ilmi, että nämä ovat niitä kiusaamisen muotoja, jotka luokassa aiheuttavat eniten riitaa. Konkretisoimme omaa reviiriä sillä, että puhuessani menin muutamaa oppilasta ihan liki, niin, että lopulta olin aivan kiinni oppilaassa puhuessani. Oppilaita nauratti, mutta he sanoivat, että liika läheisyyteni tuntui epämiellyttävältä. Pohdimme esimerkkinä myös linja-autossa matkustamista. Miltä tuntuu, jos vieras ihminen tulee viereen istumaan. Oppilaat olivat hyvin tietoisia oman reviirin tärkeydestä. Puhuimme siitä, että

luokassa oppilaan oma reviiri on hänen pulpettinsa ja reppunsa. Jos oppilas istuu omalla paikallaan, on hänellä oikeus saada olla siinä täysin rauhassa. Kenelläkään ei ole lupa tunkea toisen alueelle tai koskea toisen tavaroihin. Oppilaat olivat tästä yhtä mieltä. Koskettamisesta oppilaat kertoivat monta esimerkkiä. Kaverin kosketuksesta ei pidetä. Myös se, ettei koske toista ilman lupaa, on toisen reviirin kunnioittamista. Puhuimme myös siitä, että ihmiset kokevat kosketuksen eri tavalla. Toiset ihmiset eivät vain pidä koskettelusta, ja on ihmisiä, joilla voi olla sellainen yliherkkyys, että kosketus tuntuu epämukavalta, esimerkiksi hipaisu saattaa satuttaa. Yksi oppilas viittasi ja sanoi: ”*Minä tykkään, että hellitellään.*” Kukaan ei nauranut. Ehkä muut ajattelivat: ”Niin minäkin.”

Ärsyttämistä pohdimme siltä kantilta, että kuka mistäkin ärsyyntyy. Toinen ärsyyntyy äänistä ja huomauttaa niistä ääntelijää, joka ärsyyntyy huomauttelusta ja kivahtaa pahasti. Toinen suuttuu kivahtamisesta ja kivahtaa takaisin. Kohta on käynnissä tappelu, josta on vaikea selvittää, mistä tappelu alkoi. Kumpikin on sitä mieltä, että toinen ärsytti. Tilanteen kuvaus huvitti oppilaita, ja he kertoivat monta esimerkkiä juuri tuolla tavalla edenneistä tilanteista omista koulupäivistään.

Luokassa muutamalla oppilaalla oli tapana puuttua lähes jokaiseen toisen oppilaan sanomaan asiaan kommentoimalla jotakin toisen mielipiteen mitätöivää. Mietimme, mistä se johtuu, onko se ärsyttävää, ja mietimme, miten tilanteen voisi saada loppumaan. Ratkaisuksi tuli yrittää olla kommentoimatta tai olla reagoimatta toisen kommentteihin. Tätä oppilaat sitten harjoittelivat tunnin aikana eteen tulevissa tilanteissa, ja muistuttamalla onnistuivat. Nälvimistä ja ärsyttämistä ei oppilaiden kanssa oltu ennen käsitelty tällä tavalla, ja tapa sai aikaan oivalluksia liittyen sekä omaan että toisten käyttäytymiseen.

Kiusaamiskeskustelun pohjalta aloimme yhdessä miettiä luokkaan hyvän olon sääntöjä, joita noudattamalla oppilaille olisi luokassa hyvä olla. Oppilaat keksivät säännöt itse. Säännöiksi valikoituivat seuraavat: *1. Olen ystävällinen. 2. Pyydän anteeksi ja annan anteeksi. 3. Annan toiselle työrauhan. 4. Pyydän kaverin mukaan leikkiin. 5. En kiusaa.*

Tässä vaiheessa oppilas, joka ei ole osallistunut tunneilla tehtäviin, aktivoitui. Ennen sääntöjen allekirjoittamista yritti hän kuiskutella muille oppilaille: ”Et kai allekirjoita? Mä en ainakaan allekirjoita.” Kerroin oppilaalle, että hän voi halutessaan jättää säännöt

allekirjoittamatta, mikä olisi sääli, sillä kyseessä olivat luokan yhteiset säännöt, mutta että en voi antaa hänen puuttua siihen, kirjoittavatko toiset sääntöihin nimensä. Hän totesi, että hän ei ainakaan allekirjoita, minkä sanoin olevan minulle ok. Muut oppilaat allekirjoittivat sopimuksen ja lähdin ottamaan siitä kopion kaikille. Takaisin tullessani oli oppilas, joka oli kieltäytynyt allekirjoittamisesta minua vastassa toden hänen allekirjoituksensa puuttuvan. Kysyin, haluaako hän sitoutua näihin sääntöihin, ja hän sanoi haluavansa. Niinpä hänkin allekirjoitti paperin ja kävin ottamassa siitä uudet kopiot, jotta oppilaat saavat omat kappaleensa kotiin vietäväksi. Alkuperäinen jäi luokan seinälle.

Seuraavaksi jaoin oppilaille valmiin pohjan, jossa oli pieni tila piirustukselle tai tarinalle aiheesta: Aina leikit ei suju (Turvataito-materiaali s.130), ja pieni tila myös ohjeelle, miten olisi voinut toimia toisin. Oppilaita ohjattiin miettimään joku toteutunut tilanne, jossa leikki on ajautunut riitelyksi ja pohtimaan, mitä tilanteessa olisi voinut tehdä, jotta riitaa ei olisi tullut, ja kertomaan tästä tilanteesta joko piirtämällä tai kirjoittamalla. Kuvat liittyivät välituntien pelitilanteisiin sekä tappeluihin, mutta jäivät kesken ja opettajan johdolla jatkettaviksi loppuun.

4.6 Viides tuokio ”Erilainen, mutta samanarvoinen”

Ennen viidennen toimintatunnin alkua tapasin luokan opettajaa opettajanhuoneessa. Hän kertoi, että luokassa oli aloittanut uusi oppilas neljä päivää sitten. Oppilaasta hän kertoi sen verran, että kovaa vääntöä säännöistä on ollut, eikä oppilas millään haluaisi asettua aikuisen laittamiin rajoihin. Itse odotin mielenkiinnolla, millä tavalla uusi oppilas on vaikuttanut ryhmän toimintaan ja miten hänen läsnäolonsa tulee näkymään pitämiemme toimintatuntien sujumisessa.

Luokassa muut oppilaat asettuivat paikoilleen odottamaan tunnin alkua. Uusi oppilas vilkuili meitä kulmiensa alta ja raahasi pulpettinsa luokan takimmaiseen nurkkaan, mistä seurasi ensimmäinen vääntö opettajan kanssa. Pulpetti saatiin pienen mittelön jälkeen riviin muiden pulpettien kanssa, ja niin tunti saatiin alkuun. Kerroimme uudelle oppilaalle ketä olemme, ja miksi olemme paikalla, ja kerroimme myös pikaisesti, mitä olemme aikaisemmilla tunneilla tehneet.. Uusi oppilas kuunteli kiinnostuneen oloisena ja lähtikin hyvin mukaan tunnin aiheeseen, jonka aiheena oli erilaisuus.

Olin ennen oppilaiden luokkaan tuloa kirjoittanut taululle sanat: ERILAINEN, MUTTA SAMANARVOINEN ja kerroin siinä olevan päivän aihe. Aloimme käsitellä aihetta niin, että kysyin oppilailta, mitä asioita heille tulee mieleen sanasta ”erilainen”. Aluksi oppilaat eivät olleet keksiä mitään, mutta pienen herättelyn jälkeen kirjasin taululle seuraavanlaisia määritelmiä: *kehitysvammainen, ei ymmärrä mistään mitään, ei normaali, normaali ja idiootti.*

Tunnin aihe oli selvästi oppilaille vaikea, ja olisi ollut helpompi lyödä leikiksi. Aiheen käsittely sai aikaan hermostunutta naurua ja ilmehdintää kaverille. Käänsimme asian niin, että kysyinkin, mitä oppilaille tulee mieleen sanasta normaali, ja sitä kautta he alkoivat pohtia erilaisuutta. Yksi oppilaista mietti, että kehitysvammainen on jäänyt mahassa kesken, ja siksi hänellä on pakkoliikkeitä tai hän liikkuu oudosti. Kehitysvammaisuus sai aikaan hermostunutta naurua ja jotkut oppilaista esittivät liikkeitä, jotka liittyivät kehitysvammaisuuteen.

Keskustelimme siitä, onko joku heistä itse valinnut perheen, johon on syntynyt tai onko joku heistä valinnut, minkä näköinen hänestä tulee. Oppilaat hiljenivät, näyttivät kysyviltä ja sanoivat, ettei niitä voi valita, jokainen syntyy sinne, minne sattuu syntymään ja näyttää siltä, miltä näyttää. Pohdimme, onko kehitysvammainen voinut valita itse syntykö hän terveenä vai vammaisena. Jos olisi, niin mitä oppilaat luulisivat hänen valinneen. Olisiko hän valinnut, ettei voi liikkua tai puhua kunnolla? Olisiko hän valinnut olla erilainen? Oppilaat olivat hyvin hiljaisia.

Puhuimme siitä, että erilaisuus usein pelottaa ja hämmentää. Erilaisuudesta on helpompaa tehdä vitsi. Silloin se ei tunnu niin pelottavalta. Yksi oppilaista mietti, että se, joka pelaa koko ajan eikä halua olla ulkona, on hänestä epänormaali. Toinen taas mietti, että paljon pelaavan mielestä voi sellainen, joka haluaa olla ulkona, vaikuttaa epänormaalilta. Keskusteluun saatiin myös seksuaalisen suuntautumisen ulottuvuus, kun yksi oppilaista totesi, että homot ovat erilaisia. Mietimme, mihin verrattuna homo on erilainen ja oppilas vastasi että heteroihin. Pohdimme, miten mahtaa homo asian ajatella. Uusi oppilas totesi tähän, että olemme kaikki sekä samanlaisia että erilaisia riippuen siitä, mitä ominaisuutta katsoo, mikä oli loistava huomio.

Kerroin oppilaille, olevani yllättynyt ja hyvilläni siitä, että taululla olevan otsikon alle, ei tullut lainkaan ihonväriin tai rotuun liittyviä kommentteja, eikä keskustelustamme noussut lainkaan rasisia kommentteja. Kysyin, tietävätkö kaikki, mitä rasismi tarkoittaa. Oppilailla oli jonkinlainen käsitys asiasta. Mietimme, voiko ihmisen arvoa määrittää ihonvärin perusteella. Tässä keskustelussa tuntui, että lapset ovat jo niin tottuneita eri kansallisuuksiin lähipiirissään, että eivät pidä asiaa mitenkään outona, eivätkä oikein osanneet edes ajatella, että ihonvärillä voisi olla oikeaa merkitystä kenellekään. Se tuntui upealta, ja itselle tuli tunne, että ainakin tässä asiassa maailma menee eteenpäin oikeaan suuntaan. Rasismia emme sen enempää käsitelleet.

Katsoimme netistä ottamiani kuvia eri maiden lapsista koulussa. Pohdimme koulujen erilaisuutta ja lasten elämäntilanteiden erilaisuutta. Mietimme, mikä lapsissa on samaa ja mikä eroaa heistä. Keskustelu kääntyi eroihin kuvien lasten elämässä verrttuna luokan lasten elämään sekä koulujen ja oppimateriaalien erilaisuuteen. Puhuimme myös kulttuureista, joissa lapset eivät pääse kouluun vaan tekevät työtä hyvin pienestä pitäen saadakseen perheelleen rahaa toimeentuloon. Aihe oli lapsista kiinnostava ja keskustelua olisi voinut jatkaa varmaankin tunnin loppuun saakka.

Siirryimme tehtävään. Jaoin luokan oppilaat kolmen hengen ryhmiin, joissa he kävivät keskustelua omista eroavaisuuksistaan ja samankaltaisuuksistaan. Verrattavia asioita olivat mm. hiusten pituus ja silmien väri, äidinkieli ja sukupuoli ja sukkienväri (liite 2/1). Oppilaissa ei ollut keskenään juuri mitään muuta yhteistä, kuin se, että he olivat kaikki samaa sukupuolta, mikä oli hauska huomio. Kuinka erilaisia he ovatkaan, ja silti he ovat samalla luokalla opettelemassa samoja asioita. Ryhmiin jakaminen ja ryhmissä työskentely sai oppilaat riehaantumaan, niinpä kaikki palasivat omille paikoilleen ja jatkoimme tuntia katsomalla Yle Galaxin kiusaamisenvastaisen musiikkivideon, ”Voisitko lopettaa” (<http://areena.yle.fi/tv/2005615>). Video sai oppilaat rauhoittumaan ja he seurasivat sitä tarkoin. Keskusteluun siitä, mikä videosta teki hyvän ja niin rauhassa seurattavan, he eivät sen sijaan lähteneet. He olisivat vain halunneet katsoa muistakin videoita. Sen sijaan siirryimme tunnissa seuraavaan osioon, jonka aiheena oli epäoikeudenmukaisen käytöksen puolustaminen.

Minulla oli mukana valmiita mallikertomuksia erilaisista tilanteista, joihin voi esimerkiksi koulussa joutua (liite2/2). Kävimme tilanteita läpi ja mietimme, miten niissä voi puolustaa kaveria. Oppilaat alkoivat olla väsyneitä ja edellisen ryhmätehtävän riehaannuttamia, niinpä puolustusvastaukset olivat hirvikiväärillä ampumista ja kiusaajaa turpaan vetämistä. Viimeiseksi oppilaat saivat kertoa omia kokemuksiaan tilanteista, joissa ovat puolustaneet joko itseään tai kaveriaan. Näiden tilanteiden läpikäynnissä teimme huomion, että puolustaessaan kaveria tai itseään oppilaat usein valitsevat fyysisen puuttumisen tavan. He joutuvat usein tappeluun puolustaessaan itseään tai kaveriaan tai tilanteesta selvitäkseen. Tähän tartuimme. Puhuimme siitä, kuinka tilanteet usein tulevat eteen yllättäen, ja mietimme, kuinka heidän tapansa reagoida aiheuttaa heille usein hankaluuksia. Tärkeää olisikin, että voisimme tarjota heille uusia tapoja toimia vastaavissa tilanteissa. Kuinka toimia niin, että saa tilanteen poikki ilman tönimistä? Tässä vaiheessa oppilaat olivat taas tarkalla mukana keskustelussa. Aihe oli tuttu. Valitettavasti aikamme päättyi näihin tunnelmiin. Lopetimme tunnin ajatukseen siitä, että jatkamme keskustelua aiheesta seuraavalla kerralla.

Kerroin vielä luokan uudelle oppilaalle, että olemme edellisellä kerralla tehneet luokan hyvän olon säännöt. Kävimme säännöt läpi, ja kysyin, haluaako hän allekirjoituksellaan sitoutua noudattamaan niitä. Vielä hän ei halunnut allekirjoittaa niitä. Lupasin palata asiaan seuraavalla tunnilla.

4.7 Kuudes tuokio ”Tunteet tutuksi”

Aloitimme tunnin palauttelemalla mieliimme edellisen tunnin aihealueita. Erilaisuudesta oli lapsille jäänyt päällimmäiseksi mieleen se, että joku voi olla afrikkalainen ja joku suomalainen ja joku voi olla ruskea ja joku voi olla vaalea, mikä oli yllättävää, sillä edellisellä tunnilla ihonväri tai kansallisuus ei noussut keskusteluissa suureen arvoon. Palasimme myös siihen, millä tavoin epäoikeudenmukaisuutta voisi puolustaa niin, ettei siitä koituisi oppilaille harmia hyödyn sijaan.

Aloimme lähestyä tämän tunnin aihetta pohtimalla, miltä tuntuu, jos kokee tulleensa kohdelluksi epäoikeudenmukaisesti. Aihe oli vaikea, tunteita oli vaikea nimetä. ”*No musta vaan tuntu siltä, että toi on idiootti.*” ”Kyllä, mutta mikä se tunne on nimeltään?”

Lopulta joku keksi: ”*Vihainen.*” Sitten alkoi löytyä lisää tunnesanoja. Oppilaiden keksimät tunnesanat olivat seuraavat: *vihainen, ärsyyntynyt, äkäinen, kiukkuinen, hermostunut, suuttunut.* Mietimme, miltä nämä tunteen tuntuvat, miten ja missä ne näkyvät. Puhuimme siitä, että jos tunteen tunnistaa ja osaa nimetä, on sitä myös helpompi hallita. Mietimme, miten tunteita voi hallita. Toimiiko esimerkiksi kymmeneen laskeminen? Yksi oppilas kertoi hillinneensä tunteensa kouluun tullessaan. Toisen ärsyttäessä oli tehnyt mieli lyödä, mutta ei ollut lyönyt vaan oli vain kävellyt luokkaan. Mietimme kyseisen esimerkin kautta, mitä olisi tapahtunut, jos hän olisi lyönyt kaveria, ja mitä tapahtui, kun hän ei lyönyt. Kumman seuraukset ovat parempia, kummasta olisi ollut enemmän vahinkoa.

Totesimme, että taululle keräämämme tunteet ovat sellaisia, joita on yleensä totuttu pitämään negatiivisina tunteina. Puhuimme siitä, että oikein kanavoituna niin sanotut negatiivisetkin tunteet voivat olla hyödyllisiä esimerkiksi siten, että vihan tunne saa sisuuntumaan niin, ettei anna periksi jotain vaikeaa asiaa tehdessään. Tunteet itsessään eivät ole hyviä tai huonoja, väärä tai oikeita, mutta tavat niiden käsittelyyn tai ilmi tuomiseen voivat olla niitä, mistä hankaluudet aiheutuvat. Palasimme uudelleen siihen, että tunteiden ymmärtäminen ja tunnistaminen saattaa helpottaa niiden hallintaa.

Kehotin oppilaita keksimään lisää tunteita, ihan mitä tunteita tahansa. Ilman esimerkkiä eivät oppilaat keksineet yhtään tunnesanaa. Tunteet, jotka lopulta kirjoitimme taululle olivat: *kateellinen, jännittynyt, päättäväinen, iloinen, periksi antamaton, energinen, voitontahtoinen, riemu ja pettymys.* Jokaisen tunteen kohdalla mietimme erikseen, miltä ne tuntuvat ja millaisissa tilanteissa kyseisiä tunteita saattaa tuntea. Kun oppilaat eivät enää keksineet yhtään tunnetta, otin esiin ”Tunteiden tuulimyllyn” (Mielenterveystaidot kasvuun 2014), jonka avulla kävimme vielä läpi esimerkiksi sellaisia tunteita kuin suru ja rakkaus. Surusta yksi oppilaista kertoi esimerkkinä tarinan lemmikkinsä kuolemasta. Muut oppilaat kuuntelivat hiirenhiljaa. Rakkaus sanana alkoi oppilaita hihityttää, ja heille nousi mieleen ajatuksia ihastumisista. Puhuimme rakkauden erilaisista ilmenemismuodoista, ihastumisesta ja vanhempien ja lasten välisestä rakkaudesta. Rakkaus sanana oli oppilaista positiivinen.

Seuraavaksi otin esiin Pesäpuu ry:n Nallekortit, joista katsoimme ja tunnistimme joitakin perustunteita. Kuvista lapset tunnistivat tunteita hyvin. Ehdotin, että jakaisin jokaiselle lapselle kortin, jota ei saa näyttää muille ja josta pitää itse ensin tunnistaa kyseessä oleva tunne ja joka esitetään sitten luokan edessä niin, että toiset saavat arvata, mistä tunteesta on kysymys. Kaikki eivät halunneet osallistua, mutta osa oli valmis esiintymään ja niin toteutimme harjoituksen. Lapset esittivät tunteita innoissaan. Ne, jotka eivät halunneet itse esittää, halusivat minun tai psykologi Tanjan esittävän korttien tunteita. Tilanne oli hauska ja tunnelma iloinen. Luokan eteen tuleminen ja tunteen esittäminen oli selvästi sekä jännittävää että vapauttavaa.

Ensimmäinen tunteisiin liittyvä kirjallinen tehtävä oli moniste, jossa oli tyhjiä kasvokuvia. Kasvojen alla oli kuvauksia erilaisista tilanteista (Turvataito-materiaali s. 81). Lasten tehtävänä oli piirtää kasvokuviiin ilme kertomaan tunteesta, joka sopisi tilanteeseen. Tilanteet olivat seuraavanlaisia: Kaverini pyytää minua pelaamaan tai leikkimään, on syntymäpäiväni, aikuiset riitelevät, kaverini muuttaa pois, lempitavarani menee rikki ja juuri nyt minusta tuntuu tällaiselta. Osa lapsista keskittyi tekemään tehtävää oikeasti miettien, miltä tilanteet voisivat tuntua, osa taas ei pystynyt keskittymään tai muuten tekemään tehtävää ja piirsi esimerkiksi jokaiseen kuvaan hymynaaman tai jätti kuvat piirtämättä. Yksi oppilaista kirjoitti jokaiseen kuvaan puhekuplan, jossa kommentoitiin tapahtumaa ja toivotettiin jotakuta painumaan helvettiin. Helvetti oli kirjoitettu isoin kirjaimin. Tämä oppilas ojensi tehtävänsä minulle seuraten tarkasti reaktiotani hänen kirjoituksiinsa. Totesin tehtävän olevan yksityiskohtaisesti täytetty ja painotettu voimasanoilla, mikä joissakin tilanteissa on joskus ymmärrettävääkin, jos tunteet ovat esimerkiksi pinnassa tai vaikeita, mutta että me näillä tunteilla pyrimme ilmaisemaan tunteitamme muilla keinoin, ja seuraavassa tehtävässä hänkin voi sitä harjoitella.

Toinen tehtävä oli ”Minusta tuntuu”-tehtävä (Turvataito-materiaali s. 82). Monisteessa oli laatikoita, joissa oli alkutekstit: Olen iloinen, kun... Olen surullinen, kun... Olen vihainen, kun... ja Pelkään, kun... Laatikoihin sai piirtää kuva tilanteesta, joka sopi lauseen alkuun. Lausetta myös jatkettiin sanallisesti. Vastaukset olivat liikuttavia. *Oppilas 1: Olen iloinen, kun hymyillään. Olen surullinen, kun kiusataan. Olen vihainen, kun ärsytetään. Pelkään, kun on pimeää. Oppilas 2: Olen iloinen, kun ollaan kavereita. Olen surullinen,*

kun joku satuttaa. Olen vihainen, kun ärsytetään ja kiusataan. Pelkään, kun sydän pumppaa kovaa. Oppilas 3: Olen iloinen, kun lemmikkikalani on esissä. Olen surullinen, kun lemmikkikalani makaa. Olen vihainen, kun lemmikkikalani on piilossa. Pelkään, kun lemmikkikalani otetaan pois akvaariosta. Oppilas 4: Olen iloinen, kun saan uuden pelin. Olen surullinen, kun kaadun pyörällä. Olen vihainen, kun joku lasku ei mene oikein. Pelkään, kun menen pelottaviin laitteisiin. Oppilas 5: Olen iloinen, kun tapan oppilastoverin (nimi mainittu). Olen surullinen, kun oppilastoverini ei kuole. Olen vihainen, kun oppilastoverini ärsyttää. Pelkään kun sydän hyppää kurkkuun. Viimeiset vastukset olivat oppilaalta, joka yleensä ei tunneilla halunnut osallistua tehtäviin. Nyt hän suureleisesti haki monisteen ja vastasi siihen kenties haluten järkyttää vastauksillaan. Yllättävää oli kuitenkin se, ettei hän julistanut kirjoituksiaan ääneen kenellekään. Hän ei myöskään olisi halunnut palauttaa monistetta vaan hän olisi halunnut repiä sen. Kerroin hänelle olevani hyvilläni siitä, että hän ei halunnut tuoda kirjoittamiaan asioita julki, että se mielestäni oli osoitus hänen ajattelevaisuudestaan, joka olisi saattanut jäädä huomaamatta.

Tunnin lopuksi teimme rentoutumisharjoituksen. Teimme harjoituksen useampaan kertaan, sillä ensimmäisillä kerroilla oppilaita nauratti ja harjoitus innosti kokeilemaan, kuinka rentona sitä voikaan paikallaan retkottaa, esimerkiksi niin rentona, että putoaa tuolilta lattialle. Harjoituksen tarkoitus oli konkretisoida tunnetta jännittyneen ja rennon välillä. Muutaman harjoituskerran jälkeen osa oppilaista saikin ajatuksesta kiinni, ja he pystyivät viemään harjoituksen läpi kokonaisuudessaan. Ero jännityksen ja rentoutumisen välillä oli selkeä. Puhuimme siitä, että tällaista harjoitetta voi kokeilla vaikka sellaisissa tilanteissa, joissa oma olo alkaa jostakin syystä kiristyä tai esimerkiksi oppitunnilla jos on vaikea keskittyä.

Tunnin lopuksi puhuimme siitä, että tämä tunti oli viimeinen niin sanottu oppituntimme. Seuraavalla kerralla edessä on kaikkien tuntien pikainen kertaus ja pohdinta siitä, mitä kaikkea olemme tuntien aikana oppineet.

4.8 Seitsemäs toimintatunti ”Kertaus”

Viimeinen tuntimme alkoi riehakkaissa merkeissä. Olimme viikolla saaneet tiedon, että joudumme lyhentämään tuntia 30 minuuttia lyhyemmäksi, kuin mitä se oli normaalisti. Se ei sinällään ollut haitallista, sillä tunti oli yhteenvetotunti. Harmillista oli, että viimeinen yhteinen tuntimme sijoittui perjantaihin juuri ennen koulujen talvilomaa, ja itse tunti aamuun juuri ennen koulussa vietettävää Talent-kilpailua, joka juuri oli syy tuntimme tiivistymiseen. Uskoisin, että kaikkien näiden asioiden lisäksi se fakta, että olimme paikalla viimeistä kertaa, teki tunnista todella levottoman ja hieman hajanainen olo jäi itselle tunnista päällimmäiseksi mieleen.

Alku meni hyvin. Kävimme läpi niitä asioita, joita olimme tuntien aikana tehneet ja oppilaat olivat hyvin mukana ja muistivat hyvin eri tuntien teemoja ja läpikäytyjä asioita. Luokan positiiviset voimat korostuivat yhteenvedossa ja oppilaista huokui tarve saada positiivista vahvistusta olemiselleen. Oppilaat olivat kuitenkin heti alusta alkaen tavallista riehakkaampia, heidän oli vaikea pysyä aloillaan ja he olivat äänekkäitä, mikä oli varsin ymmärrettävää ottaen huomioon kaikki tilanteeseen vaikuttavat tekijät. Yksi oppilaista alkoi kuljeskella luokassa ja sai muutkin entistä rauhattomammiksi. Kuljeskeleva oppilas lähti luokan ulkopuolelle rauhoittumaan, mutta sai myös toisen luokan oppilaan poistumaan luokasta. Luokan avustaja otti huostaansa luokasta poistuneet ja jatkoimme tuntia vielä käymällä läpi loput tuntien aiheista.

Ainoa tehtävä tälle tunnille oli koota ”Ystävyiden puu” luokan takan olevalle taululle. Olin ennen tunnin alkua rakennellut takataululle paperista puun rungon, johon oppilaat sitten alkoivat tehdä erivärisille papereille lehtiä, joihin opastin heitä kirjoittamaan kaikkia heidän tunneilla oppimiaan hyviä asioita. Yksi oppilaista kommentoi jossakin vaiheessa alkutunnista tekemääni runkoa, että onpa ruma puunrunko tuolla. Ja nyt, kun rungon ympärille alkoi kerääntyä kauniita värikkäitä lehtiä mukavine asioineen, totesin oppilaalle hänen olleen sanoissaan aivan oikeassa. Aluksi puu oli vain ranka, mutta nyt se oli kaunis ja täynnä kauniita asioita. Puu tuli täyteen lehtiä. Oppilaat innostuivat tehtävästä kovasti. Lehdissä luki seuraavanlaisia asioita: *reiluus, välkät menee välillä hyvin, leikkii toisten kanssa, kiva, oon tyytyväinen, avulias, onnellisuus on onni onnessaan joka päivä, olet kiva kaveri aina, vaikka mitä tapahtuukin, oon iloinen, siisti,*

aktiivinen, hauska, huumorintajuinen, rehellinen, kiltti, liikunnallinen, joustava, pelaa toisten kaa.

Toteemieläinharjoitusta emme ennättäneet tehdä. Oppilaat olivat tosin niin energisiä, että se tuskin olisi onnistunutkaan. Aivan lopuksi ennätimme pikaisesti kertoa oppilaille, että tunnit ovat olleet todella kivoja ja heidän kanssaan on ollut mukava tehdä töitä. Lupasin palata vielä kerran ja palauttaa jokaiselle oppilaalle koosteen heidän tekemistään asioista tunneilla, kasata siis monistepinkat kokoon kotiin viemisiksi. Opettaja tuli hakemaan oppilaat seuraamaan Talentia, ja niin tunnit oli pidetty.

4.9 Kahdeksas toimintatunti ”Palaute”

Tämä viimeinen palautteenanto ja -vastaanottotunti oli lähes kolme kuukautta varsinaisten tuntien jälkeen. Oli jännittävää mennä luokkaan tapaamaan oppilaita pitkstä aikaa, mutta meidät otettiin vastaan ilolla ja selvästi positiivisella odotuksella latautuneina. Luokkaan oli viime tapaamisemme jälkeen tullut yksi uusi oppilas lisää ja pyysin oppilaita kertomaan uudelle oppilaalle, mitä olemme heidän kanssaan tehneet. Oli suorastaan hämmäntävää, kuinka hyvin he muistivat tuntien aiheita ja käsittelemiämme asioita. He kertoivat tunneilta jääneen heidän mieliinsä hyvän olon säännöt, sen, että ihmiset ovat samanarvoisia, mutta silti hyvin erilaisia, että käsittelemme kiusaamista, puhuimme kansallisuuksista, kaveruudesta ja asioiden jakamisesta ja piirsimme, teimme tehtäviä ja katsoimme videoita, ja vielä yksi heistä kertoi muistavansa nimemme, mikä hänestä itsestään oli selvästi iso asia. Kaikki tämä palautui heidän mieliinsä hetkessä.

Kun kysyimme, mitä he tunneilla oppivat, yksi vastasi: *”Opin, ettei kiusata ihmisiä ja ei tarvi haukkua toista.”* Yksi sanoi: *”Välituntien tappelutilanteissa tulee joskus mieleen, että tästähän me puhuttiin niillä tunneilla”.* Yksi sanoi: *”Pidin kaikki asioita tärkeinä, vaikka en muistakaan enää kaikkea.”* Yksi sanoi: *”Opin, että asioita voi tapahtua myös vahingossa, toinen ei aina tarkoita satuttaa.”* Ja yksi kertoi muistavansa, että puhuimme erilaisista tunteista, ja miten ne näkyvät. Koulupsykologin kysyessä, mistä tietää, että jollain on hyvä mieli. Kuului vastauksena: *”Siitä, että hymyilee.”* *”Se nauraa, jolla on hyvä mieli.”*

Lopuksi teimme Kehukukkasen (Turvataito-materiaali s. 121). Laitoin kehuukkasen luokan eteen taululle, ja oppilaat saivat käydä kirjoittamassa terälehtiin hyviä asioita, joita heidän mielestään liittyy heidän luokkaansa. Terälehtiin tuli tekstit: *välitunnit sujuu, perjantaina on kässä, liikuntatunnit kivoja, katsotaan elokuvia, ruoka on hyvää ja lopuksi yksi oppilaista kirjoitti kukkasen alle: kivaa on!!!*

Aivan viimeiseksi jaoin oppilaille heidän toimintatunneilla tekemistään tehtävistä koostuvat paketit kotiin viemisiksi, kiitimme heitä mukavasta osallistumisesta tunneille ja toivotimme hyvää kesää.

5 TAVOITTEIDEN TOTEUTUMINEN JA ARVIOINTI

Yksi opinnäytetyöni tavoitteista oli lisätä kohderyhmän tietoutta sosiaalisesti hyväksyttävistä toiminnoille erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Mielestäni tämä tavoite toteutui hyvin. Erityisen suuressa arvossa pidän itse toimintatuntien aikana käytyä keskustelua tuntien aihealueista. Oppilaat olivat valmiita pohtimaan omaa toimintaansa ja keskusteluista nousi aina ilmoille jonkinlaisia oivalluksia aiheeseen liittyen. Tehtävät varmistivat tiedon perille menoa. Useissa tilanteissa tuli esille, että oppilaat olivat ajatuksen tasolla tietoisia siitä, kuinka erilaisissa tilanteissa tulee toimia, mutta taitojen soveltaminen käytännössä oli oppilaille vielä vaikeaa. Taitojen siirtäminen käytäntöön vaatisi vuorovaikutustaitojen jatkuvaa systemaattista harjoittelua ja näin lyhyellä interventiolla en usko olevan mahdollisuuksia niin syvälliseen oppimiseen. Oma näkemykseni on ollut, ja tämä lyhyt kokemus varmisti ajatustani siitä, että vuorovaikutustaitojen pitäisi kuulua opetussunnitelmaan omana oppiaineenaan jo päiväkodista lähtien.

Tunnetaito-osuudessa tavoitteena oli oppia tunnistamaan ja nimeämään tunteita ja harjoitella rentoutumista. Saavutimme tavoitteita hyvin, ja tälläkin tunnilla aiheesta nousseet keskustelut olivat hienoja. Oppilaiden kertomukset ja oppilaiden keskinäinen paikoin voimakkaasti välittynyt yhteenkuuluvuuden ja jakamisen tunne oli liikuttava. Aiheet olivat vaikeita ja itselle erityisesti tämän tunnin aikana konkretisoitui tunneilmapiirin ja tunnetaitojen harjoittelun ja sitä myötä opinnäytetyöni tärkeys oppilaille.

Yhtenä tavoitteena oli koota toimintatuntipaketti, joka on nopeasti vedettävissä läpi ja josta voi tarvittaessa irroittaa esimerkiksi vain yhden tunnin kokonaisuuksia pidettäväksi. Tunteihin sisältyi kahdeksan toimintakertaa ja tapasimme viikon välein. Sikäli paketti oli melko nopeatempoinen. Opettajajohtoisena paketti olisi vedettävissä vielä nopeammin esimerkiksi tunti per päivä vauhdilla. Paketissa oli otettu huomioon opettajan osuus laatimalla tehtäviä kunkin tunnina aiheeseen, joita opettajan oli tarkoitus jatkaa oppituntien jälkeen oppilaiden kanssa. Näiden tehtävien tarkoitus oli liittää opettaja osaksi uusia opittuja taitoja. Tämä tavoite ei valitettavasti toteutunut. Yhteistyö opettajan kanssa toimi muuten, mutta antamiimme tehtäviin emme saaneet häntä innostumaan. Lopulta en enää antanut tehtäviä hänelle vaan pyrimme tekemään ne tunnilla itse.

Teoriaosuuteen olen mielestäni saanut kootua toimintatuntien kannalta oleellista tietoa ja omaa tietotaitoani olen saanut lisättyä valtavasti sekä kirjallisuuteen tutustumalla että lasten kanssa työskentelemällä. Toiveeni siitä, että toimintatuntipakettia käytettäisiin muuallakin, on toteutunut myös, sillä alakoulun kuraattori on ottanut tuntipaketin käyttöönsä. Kuraattori kertoo vetäneensä tuntipaketin erään koulun viidennelle luokalle ja luokan opettajan suosituksesta tuntipaketti vedetään myös saman koulun toiselle viidennelle luokalle. Opettajan näkemyksen mukaan tunneilla oli ollut suuri vaikutus riitaisan luokan oppilaiden käytökseen ja yhdessäoloon. Kuraattorin mukaan tunnit olivat olleet odotettuja ja kivoja ja myös kuraattori oli huomannut oppilaissa tapahtuneen muutoksen. Kuraattori kiitteli paketissa myös sitä, että se on helppo räätälöidä vastaamaan juuri tietynlaisen ryhmän tarpeita.

6 POHDINTA

Opinnäytetyön tekeminen oli alusta asti palkitsevaa, sillä se lähti puhtaasti omista mielenkiinnon kohteistani. Koulumaailmassa näkemäni asiat ja kokemus ovat saaneet minut pohtimaan lasten välisiä suhteita ja olen työssäni käyttänyt paljon aikaa selvittääkseni syitä, jotka ovat olleet lasten riitojen ja kiusaamisten takana. Teoriaa kootessani minua herätteli erityisesti Isokorven (2004, 139) huomio lasten sosiaalisten ongelmien synnystä. Ajatus siitä, että lapsi ajautuu riitoihin siksi, ettei tiedä, kuinka olisi hyväksyttävää toimia, aiheutti hienoista alakuloa. Ehkä siksi opinnäytetyöni, jonka oli aluksi tarkoitus keskittyä enemmän suvaitsevuuksien käsittelyyn, ohjautui juuri sosiaalisten

taitojen harjoittamiseen tarkoitettuun toimintatuokiopakettiin. Halusin omin silmin nähdä ja kokea, miten sosiaalisten taitojen harjoittelulla voidaan vaikuttaa lasten vuorovaikutukseen.

Teorian ja asiasanojen valikoituminen tapahtui kuin itsestään. Aineistoa hankkiessani ja kirjallisuutta lukiessani juuri ne tietyt asiat, jotka lopulta päätyivät opinnäytetyöni keskeisiksi käsitteiksi, toistuivat lähes kaikessa lukemassani kirjallisuudessa sosiaalisten taitojen kehittymiseen vaikuttavina tekijöinä. Välillä saatoin ajatella, että ovatko aihealueeni kenties jo liian moneen kertaan läpikäytyjä ja kuluneita, mutta toisaalta, vaikka asiat olivat itsellenikin monin paikoin jo entuudestaan tuttuja, en ehkä juuri tältä kannalta tai näin syvään ollut asioita koskaan aiemmin miettinyt. En myöskään aiemmin ollut käsitellyt asioita suoraan itse suunnittelemaani toimintaan peilaten. Mietin asiaa myös siltä kannalta, että loppujen lopuksi teen opinnäytetyötä itselleni ja se, että keskityn aiheisiin, jotka ovat minulle tärkeitä, antanevat minulle myös eniten.

Oppilasryhmä asetti toiminnalle omat haasteensa. Kaikilla luokan lapsilla oli omat erityispiirteensä, jotka asettivat tuokiosuunnitelmille aivan omanlaisensa lähtökohdat. Luokan oppilaiden erilaisuus ja asioihin suhtautumisen yllättävyys oli riemastuttavaa, eikä tunneilla koskaan voinut tietää, millaisia ajatuksia tai tapahtumia tehtävissä eteneminen aiheuttaa. Itse pidän kohderyhmäni ajatuksia ja oivalluksia opinnäytetyöni arvokkaimpana antina. Erityisesti oppilas, joka loppupalautteessa kertoi tunneilla oppineensa, että asioita voi tapahtua myös vahingossa, eikä aina olekaan välttämättä kysymys siitä, että joku haluaisi satuttaa, sai sydämeni läpättämään. Uskon, että tuollaisella huomiolla voi olla juuri niitä pitkäaikaisia vaikutuksia, joita sosiaalisten taitojen toimintatuokiopaketilla toivoin saavuttavani.

Jälkeenpäin olen hieman harmitellut sitä, etten ottanut vanhempia opinnäytetyöhön mukaan muutoin kuin kysymällä heiltä luvan opinnäytetyön tekemiseen, ja kokoamalla oppitunneilla tekemämme tehtävät oppilaille kotiin viemisiksi. Wilman kautta yhteistyö olisi ollut helppo toteuttaa tai ainakin pitää vanhemmat tietoisina siitä, millaisia asioita olemme milloinkin käsitelleet ja antaa ohjeeksi käydä lasten kanssa jatkokeskustelua aiheesta. Koulupsykologilla, joka toimi työparinani toimintatuokioiden toteutuksessa, oli Wilma käytössään, ja uskoisin, että sitä kautta viestiä olisi voinut laittaa. Ajatus Wilman

käytöstä taisi nousta mieleeni sen verran myöhään, etten enää viitsinyt alkaa sitä toteuttamaan tai edes koulupsykologin mielipidettä asiasta kyselemään. Ehkä ajattelin aluksi, että opettajan mukaan ottaminen on riittävä vahvistus tunneilla käsittelemillemme asioille, mutta kun innostuksemme ei tarttunut opettajaan, alkoi ehkä yhteistyö vanhempien kanssa tuntua tarpeelliselta.

En koe, että toimintatuokioilla olisi mikään mennyt erityisesti pieleen, mutta ajattelen silti, että jos pitäisin toimintatuokiot nyt uudestaan jollekin toiselle ryhmälle, niin en ehkä itse, mutta ryhmä, saisi tuokioista irti enemmän. Näin ajattelen sen vuoksi, että ensimmäinen kerta on aina ensimmäinen kerta. Uskon, että osaisin ottaa huomioon asioita eri tavalla ja olisin varmempi joidenkin asioiden puheeksi ottamisessa tai tavassa, kuinka asioita käsitellä. Saattaisin painottaa eri asioita ja muuttaa tuokioiden suunnitelmaa uusien painotusten mukaan, vaikka kaiken kaikkiaan olen pakettiin tyytyväinen. Muutaman ensimmäisen tapaamiskerran jälkeen yhteistyöni koulupsykologin kanssa ja roolimme tapahtumien ohjaajina vakiintuivat ja sujuivat hyvässä yhteisymmärryksessä. Joidenkin tuntien alussa saatoimme sopia, kuka puhuu mistäkin aiheesta, mutta muutoin menimme tunteella. Loppuvaiheessa aloin ehkä enemmän itse viihtyä havainnoitsijan roolissa ja annoin koulupsykologille enemmän tilaa olla äänessä.

Opinnäytetyöni luotettavuutta olen miettinyt jälkeenpäin. Luotettavuuden ainoa mittari lienee havainnointimme ja kirjaamiseni tarkkuus. Joissakin paikoin huomaan tehneeni olettamuksia, joilla ei välttämättä ole todenperää vaan ne ovat ”mutu”-tuntumaa, mutta omasta mielestäni olen kirjaamisessani tuonut sen selkeästi esiin enkä ole esittänyt pohdintojani faktuina. Luotettavuutta alentanee myös se, etten muistanut joka tunti kuvata aikaansaannoksiamme, sillä niiden avulla tapahtumat olisivat selkiytyneet ja lopputuloksen onnistuminen tullut esiin paremmin.

Kiinnitin aktiivisesti huomiota havainnoidessani siihen, etten antaisi oppilaisiin tutustumisen ja heidän minussa herättämien tunteiden vaikuttaa havainnoideni johdonmukaisuuteen ja objektiivisuuteen. Kirjoitin joitakin havaintojani muistiin tunnin

aikana, mutta suurin osa raportoinnista perustuu muistinvaraiseen ylöskirjaamiseen, mikä osaltaan aiheuttanee luotettavuuden alenemista.

LÄHTEET

Cacciatore, R. 2007. Aggression portaat-Opetusmateriaali kouluille. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. & Huovinen, M.. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Helsinki: WSOY.

Cantell, H. 2010. Ratkaiseva vuorovaikutus. Kasvatuksellisia kohtaamisia lapsen kanssa. Juva: WS Bookwell Oy.

Goleman, D. 1997. Tunneäly –lahjakkuuden koko kuva. Keuruu: Otavan kirjapaino.

Isokorpi, T. 2004. Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen. Juva: WS Bookwell Oy.

Kalliopuska, M. 1995. Sosiaaliset taidot. Helsinki: Painatuskeskus.

Kauppila, R. A. 2005. Vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Keuruu: Otavan kirjapaino.

Keltikangas-Järvinen, L. 2004. Temperamentti: ihmisen yksilöllisyys. Helsinki: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2006. Temperamentti ja koulumenestys. Juva: Ws Bookwell Oy.

Keltikangas-Järvinen, L. a2010. Hyvä itsetunto. Juva: WS Bookwell OY.

Keltikangas-Järvinen, L. b2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Juva: Ws Bookwell Oy

Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: Werner Söderström osakeyhtiö.

Kerola, K., Kujanpää, S. & Kallio, A. 2013. Tunteesta tunteeseen – Ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin. Tunnetaitojen oppimateriaali kasvatukseen ja erityiskasvatukseen. Ohjaajan opas harjoituskirjaan. Saatavissa: http://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen [viitattu 12.1.2014].

Kirves, L. & Stoor-Grenner, M. 2011. Kiusaamisen ehkäisy varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Kokkonen, M. 2010. Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet – opi tunteiden säätelyn taito. Juva: WS Bookwell Oy.

Lajunen, K., Andell, M., Jalava, L., Kemppainen, K., Pakkanen, M. ja Ylenius-Lehtonen, M. 2012. Turvataitoja lapsille. Turvataitokasvatuksen oppimateriaali. THL. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90799/URN_ISBN_978-952-245-796-7.pdf?sequence=1 [viitattu 16.5.2014].

Laine, K. 2002. Vertaisryhmä ja syrjäytyminen. Teoksessa Laine, K. & Neitola, M. (toim.). Lasten syrjäytyminen päiväkodin vertaisryhmästä.. Turku: Painosalama Oy. S. 13–37

Laine, K. & Neitola, M. 2002. Interventioiden mahdollisuus. Teoksessa Laine, K. & Neitola, M. (toim.) 2002. Lasten syrjäytyminen päiväkodin vertaisryhmästä. Turku: Painosalama Oy. S. 101-108

Mielenterveystaidot kasvuun. Saatavissa: <http://www.mielenhyvinvoinninopetus.fi/> [viitattu 13.1.2014].

Pulkkinen, L. 2002. Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkójulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Saatavissa: <<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>>. [Viitattu 12.5.2014].

Salmivalli, C. 2008. Kaverien kanssa. Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. Juva: Ws Bookwell Oy.

Turunen, K. 2005. Ikävaiheiden kriisit. Jyväskylä: Atena kustannus Oy

YleAreena. Voisitko lopettaa. <http://areena.yle.fi/tv/2005615>. viitattu 7.2.14

Ensimmäinen tunti: Tutustuminen

Kuka olen? Missä tunneista on kysymys? Mihin niillä pyritään? Millaisia asioita niillä käsitellään?
Millaisia sääntöjä tunnilla on.

Kysymykset lapsille ennen varsinaisten oppituntien alkua

- Mikä luokassasi on parasta?
- Minkä haluaisit muuttuvan?
- Minkälaisia asioita toivoisit näillä tunneilla tehtävän?
- Kerro jokin asia, missä olet hyvä tai missä haluaisit kehittyä.

Tavoitteet: Ymmärtää, millaisia ominaisuuksia ihmisessä pidetään vahvuuksina ja löytää niitä myös itsestä. Hyvän havaitsemisella ja hyvien ominaisuuksien sanoittamisella tukea itsetunnon kehittymistä.

Mitä tällä tunnilla tehdään?

Jokainen kertoo itsestään jonkun asian.

Keskustelua siitä, että jokaisella ihmisellä on vahvuuksia, asioita, joissa hän on hyvä. missä sinä olet hyvä? Katsotaan ja puhutaan auki Turvataito-materiaalin vahvuuskortit (s. 66–67). Lapset pohtivat omia vahvuuksiaan, jos ei löydy korteista, voi keksiä uusia. Huomaa hyvä itsessäsi-pohja Turvataito-materiaalista (s.62–63). K A I S A= kiva avulias iloinen sosiaalinen aurinkoinen, tehdään tauluksi.

Jatkotehtävä open kanssa: Meidän luokan torni. Turvataito-materiaalissa Minä-tornin pohja (s. 64) muokattuna. Hyviä asioita omasta luokasta torniin open kanssa.

Tavoitteet: Hyvään itsetuntoon kuuluu myös toisen ominaisuuksien arvostaminen. Tunnin tavoitteena on huomioida, mikä kaverista tekee kivan ja pohtia ystävän ominaisuuksia. Mietitään myös, miten itse voisi olla hyvä kaveri.

Pieni palautus viime tunnin aiheeseen. Mitä hyvää minussa olikaan? Mitä hyviä ominaisuuksia voisi kaverilla olla?

Mitä tällä tunnilla tehdään?

Keskustellaan kaveruudesta. Miksi jokainen tarvitsee kaveria? Mitä eroa on kaveruudella ja ystävyydellä? Mitä on hyvä luokkatoveruus? Millaisia asioita on kiva tehdä kaverin kanssa? Mitä itse voisit tehdä ollaksesi hyvä kaveri? Etsitään hyvän kaverin tunnusmerkkejä. Mikä tekee kaverista hyvän kaverin? Miten voit itse olla hyvä kaveri? Keskustellaan siitä, voiko hyvä kaveri olla jonain toisena päivänä kelju kaveri, entä aikuinen, opettaja tai lapsi itse. Miksi näin voi tapahtua?

Keskustelun aikana tehdään taululle/fläppitaululle kaksi isoa ihmishahmoa: hyvä kaveri ja kelju kaveri. Keskustelun aikana esiin nousseita ominaisuuksia kirjataan hahmojen ympärille. Kuvat jäävät luokan seinälle muistutukseksi.

Tehtävä: Tutustun kaveriin. Jaetaan oppilaat pareiksi, jotka haastattelevat toisiaan. Haastattelupohja (Turvataito–materiaali s. 113).

Tehtävä: Keskustelun ja kaveriominaisuuksien keräämisen jälkeen tehdään kaveruuskakku (Turvataito–materiaali s.139). Kakkuun kerätään niitä ominaisuuksia, joita kaverissa itse arvostaa. Kakut koristellaan värein.

Jatkotehtävä open kanssa: Ystävyys on yhteistä työtä, kumpikin antaa ja saa moniste (Turvataito–materiaali s. 117), joka laitetaan pulpetin kannen alle. Monisteesta saa värittää kuvia sen mukaan, millaista mukavaa on tehnyt tai itselle tapahtunut. Seuraavalla tunnilla katsotaan, mitä kukakin on omasta monisteestaan värittänyt.

Tavoitteet: Käsitellään kiusaamista tunnetasolla. Miltä kiusatusta tuntuu? Keksitään konkreettisia keinoja, miten kiusaamiseen voi puuttua? Tehdään luokan hyvän olon säännöt kaveruuden tukemiseksi.

Pieni palautus edellisen tunnin aiheeseen, millainen on hyvä kaveri.

Mitä tällä tunnilla tehdään?

Keskustelua aiheesta: Hyvä kaveri ei kiusaa. Miten voit toimia nähdessäsi kiusaamista. Kiusaatko itse? Kiusataanko sinua?

Pohditaan kysymyksiä:

Miltä kiusatusta tuntuu? Mitä kiusaaminen aiheuttaa kiusatulle? Mitä se aiheuttaa kiusaajalle? Miksi joku kiusaa? Saako kiusaamalla kavereita? Mitä kiusattu voi tehdä? Miten muut lapset voisivat auttaa kiusattua? Miten aikuiset voivat auttaa, jos lapsia kiusataan? (Turvataito–materiaali s. 128)

Katsotaan kuvia kiusaamistilanteista ja lapset kertovat esimerkkejä kiusaamisesta. Esimerkit kerätään talteen. Pohditaan, milloin kiusaamisesta tulee väkivaltaa 10min. (Turvataito–materiaali s. 126)

Aletaan miettiä luokan yhteisiä sääntöjä kaveruudelle.

Tehtävä: Kun leikit eivät suju. Piirrä ja keksi neuvo. (Turvataito–materiaali s.130)

Jatkotehtävä open kanssa: Tehdään yhteiset HYVÄN OLON SÄÄNNÖT. Sopimuksen ei tarvitse olla kovin pitkä. Sen on oltava helposti muistettava. Myöhemmin tarkistetaan, onko sopimus pitänyt vai onko sitä korjattava tai täydennettävä. Lapset miettivät sopimuksen sisältöä opettajan kanssa. Lopuksi asiat kootaan yhteiseksi sopimukseksi. Sopimuksesta tehdään taulu seinälle. Kaikki allekirjoittavat sen, ja se esitellään myös vanhemmille. (Kopio kotiin vietäväksi)

Tavoitteet: Ymmärtää, että ennakkoluuloinen käyttäytyminen on epäreilua ja puolueellista sekä opitaan, kuinka voidaan toimia, kun joku on epäreilu.

Pieni palautus edellisen tunnin aiheeseen ja keskustelua siitä, miten kaveruussäännöt ovat toimineet.

Mitä tällä tunnilla tehdään?

Katsotaan kuvia erilaisista lapsista. Kuvat voi itse etsiä netistä. Pohditaan kysymyksiä: Mitkä asiat yhdistävät meitä? Mitkä asiat tekevät meistä erilaisia?

Tehtävä parin kanssa. Ympyröi kirjain, samanlainen vai erilainen. (Liite2/1)

Tehtävä: Puolustamme oikeudenmukaisuutta ja reilua käytöstä. Keskustellen tilanteista, joita voisi tulla eteen koulussa päivittäin. (Liite2/2) Miten voisi kyseisessä tilanteessa puolustaa kaveria?

Video: Voisitko lopettaa (Yle Galaxin kiusaamisen vastainen musikkivideo)
(<http://areena.yle.fi/tv/2005615>)

Tavoitteet: Tunnistaa ja nimetä tunteita kuvista ja pantomiimista, tunnistaa ja nimetä omia tunteita. Harjoitella rentoutumista.

Pieni palautus edellisen tunnin aiheeseen.

Mitä tällä tunnilla tehdään?

Keksitään taululle mahdollisimman paljon tunteita. (Tunteiden tuulimylly:
<http://www.mielenhyvinvoinninopetus.fi/material/tuulimylly.pdf>)

Millaisia tunteita kaveruus saa aikaan? Entä riitely? Mitkä tunteet ovat hyviä ja milloin niitä tunnetaan? Entä huonot? Miksi tunteita on hyvä tunnistaa? Ovatko kaikki tunteet hyväksyttäviä? Millaisia tunteita pitää hillitä? Millaisia tunteita ei pidä hillitä?

Muistele tilannetta, jossa olet ollut tosi vihainen. Muistele miten ilmaisit vihaisuutesi. Kuinka tunnistat oman suuttumuksesi? Millä muilla tavoilla vihaisuutta voisi ilmaista?

Tunnistetaan ja nimetään tunteita nallekorteista/Turvataito–materiaalin tunnekuvista (s. 79–80) ja pantomiimista.

Tehtävä: Ilmeet kertovat (Turvataito–materiaali s. 81) ja Minusta tuntuu (Turvataito–materiaali s. 82)

Aktiivisen rentoutumisen opettelu on tärkeä keino tunnetaitojen oppimiseen.

Jännittyneenä ja stressaantuneena on vaikea olla, nauttia ja iloita mistään, keskittyä ja oppia uutta.

Istu tuolilla jalat ja kädet alhaalla. Vedä keuhkot täyteen ilmaa. Jännitä itsesi kokonaan. Puhalla keuhkot tyhjiksi. Rentouta itsesi kokonaan. Huomaa ero jännityksen ja rentouden välillä.



Tavoitteet: Käydä läpi kaikkien tuntien aiheet ja pohtia samalla, miten tunnit ovat menneet ja mitä niistä on jäänyt mieleen ja mitä opittu. Korostaa sitä hyvää, mikä lapsista on noussut ja kannustaa heitä kaveruuteen.

Käydään läpi kaikkien aikaisempien tuntien aiheet ja mietimme mitä olemme oppineet.

Tehtävä: Ystävyyden puu (Turvataito–materiaali s. 192). Ohjaaja kokoaa luokan seinälle puun paperista tai tuo oikean puun oksan luokkaan. Oppilaat kirjoittavat oppimiaan asioita kortteihin ja laittavat niitä riippumaan puun oksille ystävyyden lehdiksi.

Esimerkkejä: ”Olen avulias kaverilleni”, ”Olen tänään hyväntuulinen” ja ”Pidän tavarani järjestyksessä”, ”Hyväksyn erilaisuuden” ja ripustavat kortit puun lehdiksi. Lapset valitsevat oksalta yhden kortin ja toimivat sen mukaan.

Toteemieläinharjoitus viimeiseksi.

Voimakas eläin tai hahmo (Turvataito-materiaali s.193)

”Istu mukavasti ja sulje silmäsi. Hengitä rauhallisesti. Kuvittele itsesi johonkin mieluisaan paikkaan, paikkaan, jossa halutessasi voit kerätä voimia ja rohkeutta itsellesi. Sinulla on siellä mukava olla ja mieleesi nousee kuva sinulle sopivasta voimakkaasta eläimestä tai hahmosta. Se voi olla eläin, jonka ajattelet olevan voimakas ja rohkea, tai se voi olla jokin hahmo, jolla on tällaiset ominaisuudet. Se voi olla vaikkapa jokin sarjakuvahahmo tai mielikuvitusolento. Kuvittele, että saat sellaisia voimia, joita tällä kuvittelemallasi hahmolla tai eläimellä on. Saat rohkeutta, kun pelottaa tai on kiperä tilanne. Hengitä rauhallisesti sisään ja ulos. Sisään ja ulos. Joka kerta kun hengität sisään, saat rohkeutta ja voimaa. Joka kerta kun hengität ulos, voimasi ja rohkeutesi lisääntyvät. Tunnet olosi vahvaksi. Nyt voit avata silmäsi.”

TEHTÄVÄ VIIDENNEEN TOIMINTATUOKIOON

Liite 2/1

SAMANLAINEN VAI ERILAINEN

Vertailkaa parin kanssa tosianne.

- | | | |
|-------------------|---|---|
| 1. Hiusten pituus | S | E |
| 2. Silmien väri | S | E |
| 3. Äidinkieli | S | E |
| 4. Sukupuoli | S | E |
| 5. Sukkien väri | S | E |
| 6. Pituus | S | E |
| 7. Jalan koko | S | E |
| 8. Ikä | S | E |

Miten voit puolustaa kaveria/itseäsi seuraavissa tilanteissa?

1. Luokalle tulee uusi oppilas, jonka vaatteita yksi luokkatovereistasi alkaa haukkua? Mitä voisit tehdä?
2. Välitunnilla pelitilanteessa tulee kinaa maalista. Kaverisi on tehnyt maalin, jota vastapuolen pelaaja ei halua hyväksyä. Vastapuolen pelaaja alkaa tönä kaveriasi ja huudella. Mitä voisit tehdä?
3. Sinulla on uusi puhelin, jonka tuot kouluun. Luokkakaverisi ottaa sen, ja alkaa selailia sitä, eikä anna sitä takaisin. Mitä voisit tehdä?
4. Törmäät ruokajonossa oppilaskaveriin, joka kimpaantuu ja syyttää sinua tönimisestä alkaen tönä sinua takaisin. Mitä voisit tehdä?
5. Välitunnilla isot oppilaat tulevat kiusaamaan kaveria, jonka kanssa pelaatte koripalloa. Mitä voisit tehdä?

Hei,

Olen sosionomi-opiskelija Kaisa Hirvonen ja olen tekemässä toiminnallista opinnäytetyötä XXXX koululle. Opinnäytetyön aiheena on sosiaalisten taitojen oppituntikokonaisuus toiminnanohjausluokan oppilaille. Oppitunneilla harjoitellaan tunteiden ilmaisua ja tunnistamista, kaveruuden pelisääntöjä ja suvaitsevaisuutta erilaisin toiminnallisista menetelmin. Työstän ryhmän toiminnasta opinnäytetyöraportin, jossa oppilaat tulevat säilymään täysin anonyymeina. Ryhmän ohjaajana lisäksi toimii koulupsykologi Tanja Ruuttula.

Ennen ryhmän aloittamista haastattelen kaikki luokan oppilaat tutustuakseni heihin hieman paremmin ja kartoittaakseni heidän toiveitaan oppituntien toiminnalle.

Oppitunnit alkavat pe 17.1.2014 omassa luokassa. Ja niitä on viikoittain viikolle 8 asti. Oppitunnit pidetään koulupäivän aikana.

Kerron mielelläni ryhmästä enemmän ja vastaan kysymyksiin.

Kaisa Hirvonen

Puhelin: 040-xxx xxxx

sähköposti

Voisitteko palauttaa oheisen lupalapun koululle viimeistään 15.1.2014.

Lapseni _____ Koulu ja luokka _____

_____ saa osallistua

sosiaalisten taitojen oppitunneille.

_____ ei saa osallistua

Huoltajan allekirjoitus

