

Maria Haapamäki

”Laulaa voi missä vaan”

Musiikki tukena lapsen tunnetaitojen kehityksessä päiväkodissa

Opinnäytetyö

Syksy 2016

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi (AMK)

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Tutkinto-ohjelma: Sosiaalialan koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Maria Haapamäki

Työn nimi: ”Laulaa voi missä vaan”: Musiikki tukena lapsen tunnetaitojen kehityksessä päiväkodissa

Ohjaaja: Helena Järvi

Vuosi: 2016

Sivumäärä: 52

Liitteiden lukumäärä: 2

Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää miten musiikkia voi hyödyntää lapsen tunnetaitojen kehityksessä työntekijöiden näkökulmasta. Lisäksi selvitin, miten musiikkia käytetään päiväkodissa ja työntekijöiden havaintoja siitä, mitä tunteita lapset kokevat päiväkodissa. Opinnäytetyöni aluksi selvitin mitä tunteet ovat ja mistä musiikki koostuu. Lisäksi selvitin varhaiskasvatuksen roolia lasten tunnetaidoissa sekä miten musiikkikasvatus näkyy päiväkodissa. Perehdyin myös siihen, miten musiikki vaikuttaa meidän tunteisiimme. Lopuksi käsittelen tutkimustuloksia.

Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus ja keräsin tutkimusaineiston teemahaastatteleamalla varhaiskasvatuksen työntekijöitä. Haastatteluita oli yhteensä kahdeksan kahdessa eri päiväkodissa ja kahdelta eri paikkakunnalta. Haastattelin viisi lastentarhanopettajaa, yhtä lähihoitajaa, lastenohjaajaa ja päivähoitajaa.

Tuloksista ilmeni lasten ilmaisevan päiväkodissa pääsääntöisesti kaikkia tunteita. Tunteiden ilmaisuun saattoi kuitenkin vaikuttaa esimerkiksi se, oliko lapsi juuri aloittanut päiväkodissa. Kasvattajien mukaan musiikin käyttö riippui työntekijöistä ja päiväkodista. Musiikkia käytettiin musiikkituokioiden lisäksi myös päiväkodin arjessa esimerkiksi lepohetkellä tai siirtymätilanteissa. Musiikkia pidettiin hyödyllisenä ja sillä koettiin olevan lapsiin rauhoittava sekä innostava vaikutus. Musiikin avulla pystyi myös motivoimaan lasta hänen kokiessa turhautumista. Musiikin avulla pystyi harjoittelemaan esimerkiksi tunteiden tunnistamista ja rentoutumista.

Avainsanat: Tunteet, tunnetaidot, tunteiden säätely, musiikki, musiikkikasvatus

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Program in Social Services

Specialisation: Bachelor of Social Services

Author: Maria Haapamäki

Title of thesis: "You can sing anywhere": Music Support for a Child's Emotional Development of Skills in Kindergarten

Supervisor(s): Helena Järvi

Year: 2016

Number of pages: 52

Number of appendices: 2

The purpose of thesis was to find out how music can take advantage of the child's emotional skills development from the perspective of employees. In addition, I explore how music is used in kindergarten, as well as the workers' observations about what emotions children experience in kindergarten. First I explain what feelings are and how music is composed. In addition, I explain the role of kindergarten in children's emotional skills and how music education is reflected in kindergarten. I also discuss how music affects our emotions. The results of this research are discussed at the end of the thesis.

This thesis is a qualitative study and the research material was collected using a thematic interview. The interviews were conducted with eight kindergarten educators working in two separate kindergartens and two different localities. I interviewed five kindergarten teachers, one practical nurse, one children's instructor and one childminder.

The results revealed that in kindergarten children express all kinds of emotions. However, this could be affected by, for example, whether the child just started kindergarten. The use of music depended on the workers and kindergarten. Music was used in music sessions but also in kindergarten's everyday life, for example during resting moments or at the time of transition situations. Music was considered useful and experienced as having soothing and inspiring effects. Through music it was also possible to help motivate children when they felt frustration. In addition, it helped in identifying feelings and in relaxation.

Keywords: feelings, emotional skills, regulation of emotions, music, music education

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	8
2.1 Laadullinen tutkimus.....	8
2.2 Teemahaastattelu.....	9
2.3 Tutkimusaineiston hankkiminen.....	10
2.4 Tutkimuksen analysointi.....	11
2.5 Eettisyys ja luotettavuus.....	12
3 AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA.....	14
4 TUNTEET VARHAISLAPSUUDESSA.....	16
4.1 Tunteet.....	16
4.2 Tunnetaidot.....	17
4.3 Tunteiden säätely.....	18
4.4 Varhaiskasvatuksen rooli tunnetaitojen oppimisessa.....	19
5 MUSIIKKI.....	22
5.1 Mistä musiikki koostuu?.....	22
5.2 Musiikin vaikutukset ennen syntymää.....	23
5.3 Musiikin vaikutukset varhaislapsuudessa.....	24
6 MUSIIKKI VARHAISKASVATUKSESSA.....	26
6.1 Musiikkikasvatus.....	26
6.2 Musiikilliset työvälineet.....	27
6.3 Musiikkitoiminnan suunnittelu.....	28
7 MUSIIKKI VAIKUTTAA TUNTEISIIN.....	30
7.1 Musiikin kokeminen.....	30
7.2 Musiikki tunteiden säätelyssä.....	31
8 TUTKIMUSTULOKSET.....	34
8.1 Lapsen päiväkodissa ilmaiset tunteet.....	34
8.2 Lapsen tunteita herättävät tilanteet päiväkodissa.....	34

8.3 Tunnetaitojen huomioiminen päiväkodissa	35
8.4 Musiikin käyttö päiväkodissa.....	37
8.5 Musiikki apuna lapsen tunteiden säätelyssä ja tunnetaidoissa	38
9 TULOSTEN YHTEENVETO JA TARKASTELU	42
10 POHDINTA.....	46
LÄHTEET	48
LIITTEET	52

1 JOHDANTO

Musiikki on lapsesta asti kuulunut elämääni ja se on ollut minulle tärkeää, joten musiikki tuli helposti opinnäytetyön aiheeseen. Onkin mielenkiintoista saada tietoa siitä, miten ja miksi musiikki vaikuttaa meihin. Minua kiinnostaa myös päiväkodin maailma ja varhaiskasvatus, joten perehdyn musiikillisiin työtapoihin ja avaam tarkemmin, mitä musiikkikasvatus on. Tunnetaitoja pidän tärkeänä asiana, ja päiväkodissa työskennellessäni olen huomannut joidenkin lasten tarvitsevan aikuisen tukea tunteiden hallinnassa. Kasvattajat käyttävät päiväkodissa paljon musiikkia, joten toivottavasti opinnäytetyö herättelee hyödyntämään sitä myös tunnetaitojen opettamisessa. Oma kiinnostus ja kokemus varhaiskasvatusta kohtaan loi raamit opinnäytetyöni aiheelle. Saarikallio (2009, 223) väittääkin nuorten käyttävän musiikkia monipuolisesti tunteiden säätelyyn. Musiikki on monelle myös merkityksellinen kasvun, kehittymisen ja emotionaalisen säätelyn tuki.

Meirän vasu (2012, 7) mainitsee, että varhaiskasvatuksessa lapsi opettelee esimerkiksi vuorovaikutusta, sosiaalisia taitoja ja hyviä käytöstapoja. Musiikki on taiteellista kokemista, jonka kautta lapsi oppii ja kehittyy yksilönä ja ryhmän jäsenenä. Taiteen avulla lapsi saa erilaisia tuntemuksia, kokemuksia ja kokea oppimisen iloa. Tutkimuksessani lähdän selvittämään varhaiskasvattajien havaintoja musiikin käytöstä ja miten musiikki vaikuttaa lapsiin.

Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus, jonka tavoitteena on selvittää miten musiikkia voi hyödyntää lapsen tunnetaitojen kehityksessä työntekijöiden näkökulmasta. Tutkimus on tehty teemahaastattelemalla kahdeksaa varhaiskasvatuksen työntekijää. Haastateltavat olivat kahdesta eri päiväkodista ja eri paikkakunnilta. Tutkimuksessani keskityin kysymyksiin: Millaisia tunteita lapset ilmaisevat päiväkodin arjessa? Miten musiikki vaikuttaa lapsiin päiväkodissa? Miten musiikkia voisi hyödyntää päiväkodissa?

Opinnäytetyön alussa kerron tutkimuksen toteuttamisesta ja sen tavoitteista, jonka jälkeen etenen teoriaosuuteen. Teoriaosuudessa määrittelen mitä tunteilla ja tunnetaidolla tarkoitetaan ja miten ne näkyvät varhaiskasvatuksessa. Lisäksi avaam

mistä musiikki koostuu ja mitä musiikkikasvatus on. Selvitän myös, miten musiikki vaikuttaa tunteisiimme. Teoriaosuuden jälkeen kerron tutkimustuloksista, jonka jälkeen etenen tulosten yhteenvetoon ja tarkasteluun sekä pohdintaan.

2 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää miten musiikkia voi hyödyntää lapsen tunnetaitojen kehityksessä työntekijöiden näkökulmasta. Tarkoituksena on myös saada selville varhaiskasvatuksen työntekijöiltä erilaisia havaintoja siihen, mitä tunteita lapset kokevat päiväkodissa. Lisäksi selvitän, miten musiikkia käytetään päiväkodissa ja työntekijöiden havaintoja ja ideoita, miten musiikkia voisi hyödyntää lasten tunnetaitojen kehityksessä. Kanasen (2014, 36) mukaan tutkimusongelmasta muodostetaan tutkimuskysymykset. Kysymykset ohjaavat ja helpottavat tutkimusprosessia ja muodostavat opinnäytetyön rungon. Tutkija tarvitsee lisäksi myös usein apukysymyksiä. Tutkimuskysymyksiksi opinnäytetyössäni nousi seuraavat:

Millaisia tunteita lapset ilmaisevat päiväkodissa?

Miten musiikki vaikuttaa lapseen päiväkodissa?

Miten musiikkia voisi hyödyntää päiväkodissa?

Opinnäytetyön aihetta miettiessä pohdin musiikkiin ja varhaiskasvatukseen liittyviä aihealueita, sillä olen lapsena harrastanut musiikkia ja tiedän, että sitä käytetään päiväkodeissa. Varhaiskasvatus on minua kiinnostava ala, jossa toivon työskenteleväni tulevaisuudessa.

2.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyöni on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadullisessa tutkimuksessa tieto ilmaistaan sanoin, eikä se perustu laskemiseen tai numeroihin. Tietoa kerätään ja sitä selostetaan ja tarkastellaan. Tämän jälkeen kerätään lisää tietoa sen perusteella mitä on saatu selville, jonka jälkeen analysoidaan jälleen mitä on löydetty. Tämä lähestymistapa on yleinen, kun tutkimuksen kohde on erityisesti pienissä ryhmissä tai yksilöissä ja voi myös keskittyä enemmän yleisiin uskomuk-

siin tai tapoihin (Walliman 2006,129.) Laadullinen tutkimus on siis sopiva valinta opinnäytetyölleni.

Laadullisessa tutkimuksessa käytettäviä menetelmiä ovat esimerkiksi teemahaastattelu, ryhmähaastattelu tai osallistuva havainnointi. Tutkimuksessa kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti, eikä satunnaisesti. Kirjoittamisella on merkittävä asema laadullisessa tutkimuksessa. Tutkimuksessa lähdetään liikkeelle empiirisistä havainnoista kuten litteroiduista haastatteluista, dokumenteista tai havainnointiraporteista. Aineistoa analysoidaan ja kerätään osittain samanaikaisesti (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164, 266.)

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimusprosessia ei ole aina helppo pilkkoa toisiaan seuraaviin vaiheisiin ja tulkinta jakautuu koko tutkimusprosessiin. Tutkimussuunnitelmaa saattaa joutua tarkistamaan aineistonkeruun kuluessa ja tutkielman edetessä voi joutua palaamaan alkuperäiseen aineistoon (Eskola & Suoranta 1998, 16.) Opinnäytetyötä tehdessäni olenkin pyrkinyt aina palaamaan tutkimuskysymyksiini varmistaakseni, että käsittelen oikeita asioita. Tutkimustulokset saatuani vertailen niitä alkuperäiseen aineistooni. Lisäksi katson vastaavatko tulokset tutkimuskysymyksiini.

2.2 Teemahaastattelu

Opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmäksi valitsin teemahaastattelun. Kyseisessä haastattelussa kysymysten tarkka muoto puuttuu, mutta aihepiirit eli teemat ovat tiedossa (Hirsjärvi ym. 2009, 208). Kanasen (2014, 71) mukaan teemahaastattelu on yleinen aineistonkeruumenetelmä laadullisessa tutkimuksessa. Teemahaastattelu eli puolistrukturoitu haastattelu sopii hyvin tutkimukseni aineistonkeruumenetelmäksi, sillä Eskola & Suorannan (1998, 88) mukaan haastattelu on muodoltaan avoin, joten vastaaja pääsee puhumaan hyvin vapaamuotoisesti. Kuitenkin teemat takaavat sen, että kaikkien haastateltavien kanssa on puhuttu samoista asioista. Teemat auttavat myös lähestymään haastatteluaineistoa jäsentyneesti. Koin myös saavani teemahaastattelemalla vastauksia juuri niihin

kysymyksiin, mitkä ovat oleellisia opinnäytetyön kannalta. Lisäksi pystyin kysymään tarkentavia kysymyksiä ja täydennystä vastauksiin.

Kananen (2014, 76) kertoo teeman olevan aihe, josta keskustellaan haastattelun aikana ja se on kysymystä laajempi kokonaisuus. Tutkija pyrkii saamaan haastattelun avulla tutkittavan ilmiön haltuunsa. Teemahaastattelussa käydään läpi teemat ja keskustelu etenee haastateltavan ehdoilla. Tutkija pitää keskustelun aihealueessa ja tekee tarkentavia ja täydentäviä kysymyksiä.

Ennen teemahaastatteluja aloitin kirjoittamaan opinnäytetyön teoriaosuutta, sillä tutkijan tulee olla perehtynyt tutkimuksen ilmiöön, ennen kuin voi laatia haastattelun aiheet eli teemat (Kananen 2014, 77). Teoriaosuutta kirjoittaessa perehdyin tutkittavaan aiheeseen ja teorian avulla muodostui teemat, mistä haluan keskustella. Perehdyin siis etukäteen musiikki, tunne ja tunnetaito käsitteisiin ja aiheesta olevaan tietoon. Sen jälkeen muodostin kysymykset, joihin halusin saada vastaukset. Teemahaastattelun teemoiksi muodostuivat taustatiedot, esimerkkejä lapsen tunteista päivähoitossa, havaintoja musiikin käytöstä päivähoitossa ja musiikki tukena lapsen tunnetaitojen säätelyssä ja opettelussa. Näistä teemoista muodostin ennen haastatteluja teemahaastattelurungon (LIITE 2). Näin varmistin, että kaikki tutkimuksen aihealueet tulee käytyä läpi haastattelun aikana. Lisäksi voi keskustelun aikana nousta uusiakin aihealueita, mistä haastattelussa voidaan keskustella (Kananen, 2014, 77.)

2.3 Tutkimusaineiston hankkiminen

Opinnäytetyöni aihe muotoutui kevään 2016 aikana, jonka jälkeen kyselin yhteistyökumppaneita päiväkodeilta. Opinnäytetyöhöni hain tutkimuslupaa varhaiskasvatuksen johtajalta. Tutkimusluvan saatuani lähetin saatekirjeen (LIITE 1) päiväkodeille missä toteutin tutkimukseni. Saatekirjeessä esittelen itseni, kerron tutkimuksen aiheesta ja haastatteluun liittyvää tietoa. Keväällä 2016 aloitin kirjoittamaan myös opinnäytetyön teoriaosuutta.

Saatuani tutkimusluvan lähetin päiväkodin johtajille saatekirjeen (LIITE 1) ja päiväkodin johtajat tiedottivat tästä varhaiskasvatuksen työntekijöitä. Päiväkodinjohtajien kanssa sovimme yhdessä päiviä, jolloin haastattelut olisi mahdollista toteuttaa, ja he ilmoittivat minulle haastatteluun osallistuvat kasvattajat.

Haastattelin kahdeksan eri varhaiskasvatuksen työntekijää, jotka olivat kahdesta eri päiväkodista. Työntekijät olivat kaikki naisia ja viisi heistä oli lastentarhanopettajia, yksi lähihoitaja, yksi lastenohjaaja ja yksi päivähoitaja. Haastattelut tein touko- ja kesäkuun 2016 aikana. Lähetin haastateltaville etukäteen haastattelurungon (LIITE 2.) Kaikki haastattelut toteutin yksilöhaastatteluna ja haastattelupaikoiksi sain päiväkodeissa toimistohuoneen tai luokkahuoneen joissa ei ollut ylimääräisiä häiriötekijöitä. Yksi haastatteluista suoritettiin pihalla rauhallisessa paikassa. Haastatteluissa käytin nauhuria. Haastattelut kestivät 20–30 minuuttia. Haastatteluista sain hyvin vastauksia, jotka olivat monipuolisia, laajoja ja tukivat toisiaan tai vastaavasti poikkesivat toisistaan, joten kahdeksan haastateltavaa oli sopiva määrä opinnäytetyössäni.

2.4 Tutkimuksen analysointi

Tallennettu aineisto useimmiten kirjoitetaan puhtaaksi sanasanaisesti eli litteroidaan (Hirsjärvi ym. 2009, 208.) Tehtyäni kaikki haastattelut aloitin analyysin litteroimalla haastattelut eli kuuntelin haastattelut nauhurista osissa kirjoittaen ne tietokoneelle sana sanalta. Kuuntelin vielä toisen kerran varmistaakseni, ettei tekstissä ole virheitä. Saatuani haastattelut tekstimuotoon tulostin ne paperille. Yhteensä litteroitua tekstiä tutkimusaineistoksi tuli 35 sivua. Tekstistä yliviivasin kohtia, joita pidin epäolennaisina opinnäytetyöni tutkimustuloksille, esimerkiksi työntekijöiden aikaisempia työpaikkoja.

Eskola & Suoranta (1998, 175) kertoo laadullisen tutkimuksen analyysitapoja olevan teemoittelu, tyypittely, sisällön erittely, keskusteluanalyysi sekä kvantifioiminen. Opinnäytetyössäni käytin analysointimenetelmänä teemoittelua, jolloin aineistosta pilkotaan ja ryhmitellään sen sisältämät keskeiset aiheet. Teemahaas-

tattelun teemoista muodostuu aineiston jäsenitys, joten teemahaastattelulla kerätty aineisto auttaa aineiston pilkkomista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 93.)

Olin muodostanut teemat teoriatiedon pohjalta, joita käytin teemahaastattelussa tutkimusaineiston hankintaan. Analyysia tehdessäni kokosin tutkimusaineistosta esiin tulleita asioita jokaisen teeman alle. Tässä käytin hyödykseni osittain haastattelurungon teemoja (LIITE 1), jotka olivat esimerkkejä lapsen tunteista päivähoitossa, havaintoja musiikin käytöstä päivähoitossa ja musiikki apuna lasten tunnetaitojen säätelyssä. Tutkimusaineistosta nousi esiin myös uusia teemoja. Analyysin teemoiksi tulivat lapsen päiväkodissa ilmaiset tunteet, lapsen tunteita herättävät tilanteet päiväkodissa, tunnetaitojen huomioiminen päiväkodissa, musiikin käyttö päiväkodissa ja musiikki apuna lapsen tunteiden säätelyssä ja tunnetaidoissa.

Analysoidessa tutkimustuloksia, kirjoitin jokaisesta teemasta oman otsikon. Otsikoiden alle kokosin tutkimusaineistosta jokaisesta teemasta sanottuja asioita. Luin otsikoiden alle kootut asiat läpi ja yhdistelin samanlaisia vastauksia ja tutkimuskysymysten kannalta tärkeitä vastauksia. Näistä vastauksista kirjoitin tutkimustuloksia opinnäytetyöhöni.

2.5 Eettisyys ja luotettavuus

Etiikassa on kysymys oikeasta ja väärästä. Tutkimuksenteossa tutkijan onkin otettava paljon eettisiä asioita huomioon, kuten esimerkiksi ihmisarvon kunnioittaminen. Sitä voidaan kunnioittaa esimerkiksi tutkimukseen osallistumisen ollessa vapaaehtoista ja osallistujille annetaan tietoa tutkimuksesta. Lisäksi tutkija ei plagioi toisten, eikä omia tekstiä tai tutkimuksia. Tutkimustuloksia ei saa yleistää perusteita, eikä raportointi saa olla harhaanjohtavaa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 25-26.)

Opinnäytetyötä tehdessäni eettisyys näkyi esimerkiksi siten, että ennen aineiston keräämistä pyysin haastatteluihin luvat ja haastatteluihin osallistuminen oli vapaaehtoista. Ennen haastatteluja kerroin haastateltaville opinnäytetyön aiheesta ja

tavoitteista saatekirjeellä (Liite 1) ja kerroin, etteivät haastateltavien tai päiväkotien nimet tule ilmi opinnäytetyössäni. Opinnäytetyöhöni en myös vääristele haastateltavien sanomia asioita. Lisäksi huolehdin aineiston hävittämisestä opinnäytetyöni valmistuttua. Teoriaa kirjoittaessani olen myös huolehtinut siitä, että olen merkanut lainatun teorian viitteisiin ja lähdeluetteloon.

Tutkimustulosten luotettavuutta pohdittaessa tarkastellaan tutkimuksen validiutta eli pätevyyttä, sekä reliaabiliteettiä eli toistettavuutta. Laadulliseen tutkimukseen luotettavuutta tuo tarkka selostus koko tutkimuksen toteuttamisesta (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 231-232.) Olenkin pyrkinyt opinnäytetyötä tehdessäni selostamaan mahdollisimman tarkasti, miten olen hankkinut aineistoa, haastattelujen olosuhteet sekä aineiston analyysivaiheen. Opinnäytetyössäni käytin teemahaastattelua, ja Hirsjärven ja Hurmen (2008, 185) mukaan litteroiminen mahdollisimman nopeasti haastattelujen jälkeen parantaa haastattelujen laatua. Aloitinkin litteroimaan haastatteluja heti ensimmäisten haastattelujen jälkeen.

3 AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA

Tiina Kangaspunta (2014) on tehnyt pro gradu tutkielman Pienten lasten tunteet ja tunteiden merkitys lasten arjessa. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää minkälaisia tunteita lapset kokevat arjessaan, ja mitkä tilanteet tuottavat tunnekokemuksia. Tutkimukseen osallistui viisi lasta, iältään 5-6 vuotiaita ja aineistonkeruu tapahtui narratiivisella tarinataikurintuokio –menetelmällä sekä haastattelemalla. Tutkimuksesta selvisi, että lasten tunnekokemukset kytkeytyvät läheisiin ihmissuhteisiin sekä yksilön omiin kokemuksiin. Myönteisiä tunteita koettiin tuntiessa kuulua tärkeisiin ihmissuhteisiin, kuten perhe ja ystävät. Vastaavasti kielteisiä tunteita loi erillisyyden tunne ihmissuhteissa, kuten torjutuksi tuleminen leikissä tai vanhemman asettamat säännöt.

Musiikin merkitystä on tutkinut myös Suvi Laiho (2002) ja tehnyt pro gradu tutkielman aiheesta musiikki nuorten kehityksen ja psyykkisen itsesäätelyn tukena. Tutkimus tehtiin teemahaastattelemalla ja vapaamuotoisella kirjoitustehtävän avulla. Tutkimuksessa tarkasteltiin musiikin vaikutuksia nuorten kehitykseen ja psyykkiseen itsesäätelyyn ja miten musiikki voi edistää nuoren tasapainoista kehitystä. Tutkimustuloksista ilmeni, että musiikki tuki nuoren minuuden etsimistä sekä tarjosi itsehallinnan kokemuksia. Lisäksi musiikki tuki nuoren läheisyyden ja erillisyyden tarpeiden tasapainottamista. Musiikin todettiin edistävän psyykkistä itsesäätelyä ja toimivan nuorilla voimavarana. Musiikin avulla nuoret kykenivät prosessoimaan kokemuksiaan, ja näin vahvistaa nuorten itseluottamusta.

Tututuin myös Johanna Mäkisen (2012) opinnäytetyöhön, jossa hän selvittää kuinka paljon musiikkia painotetaan Suomen päiväkodeissa, miten musiikkia hyödynnetään ja pidetäänkö sitä tärkeänä osana varhaiskasvatusta. Tutkimuksen hän teki puolistrukturoidulla kyselylomakkeella neljän eri paikkakunnan päiväkodeilta. Musiikkia pidettiin tärkeänä, mutta erityistä painoa ei musiikilla ollut kaikissa päiväkodeissa. Päiväkodit kokivat, että musiikkia voi käyttää hyödyksi arkeen liittyvissä asioissa.

Lindroos (2015) on tehnyt opinnäytetyön laadullisena toimintatutkimuksena, missä hän selvitti, mitä musiikkituokiot merkitsevät lapselle sekä miten musiikkituokion aikana lapsen käyttäytyminen tai toiminta muuttuu. Tutkimuksessa käytettiin musiikkituokioita, havainnointia ja haastatteluja. Musiikin todettiin tukevan lapsen sosiaalisia, kognitiivisia, emotionaalisia ja motorisia taitoja. Lisäksi musiikki tuotti lapsille positiivisia musiikkielämyksiä ja onnistumisen tunteita.

4 TUNTEET VARHAISLAPSUUDESSA

Kulttuuriset ja sosiaaliset piirteet saattavat muovata tunteiden ilmaisua, mutta kuitenkin on olemassa perustunteet, jotka kaikilla ihmisillä on syntyessään (Lupton 1998, 10). Tässä luvussa määrittelen mitä tunteilla, tunnetaidoilla ja tunteiden säätelyllä tarkoitetaan. Lisäksi perehdyn varhaiskasvatuksen rooliin tunnetaitojen oppimisessa.

4.1 Tunteet

Aivot vaikuttavat tunteisiimme. Aivokuori ja etuotsalohko kontrolloivat toimintaamme ja aivojen ylin kuorikerros jatkaa kypsymistään aikuisuuteen asti. Kolmen ensimmäisen vuoden aikana muodostuu suurin osa aivojen hermosoluyhteyksistä ja jatkuu hidastuen noin 13 vuoteen asti. Väliaivoilla ja limbisellä järjestelmällä on tunne-elämässä keskeinen merkitys. Ihmisen hermosto voidaan toiminnallisesti erottaa tahdonalaiseen ja tahdosta riippumattomaan hermostoon (Jalovaara 2008, 19, 22.) Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus & Lutz (2014, 384) toteavat aivoissa sijaitsevan manteliumakkeen vaikuttavan tunteisiimme. Voimme kokea myös kehossamme muutoksia, kun tunnemme intensiivisesti jotain tunnetta, esimerkiksi pelkoa tai vihaa. Kehossa tapahtuvia muutoksia voi olla esimerkiksi hengityksen ja sydämen lyöntien nopeutuminen, hikoilu ja vapina.

Lapsen tunnekokemukset ja tunneilmaukset kehittyvät jo hänen alkuvuosinaan. Perustunteet ovat muovautuneet lapsen ollessa kaksi vuotias. Lapset myös nopeasti kehittävät heidän yksilöllisen tavan ilmaista tunteitaan (Dowling 2000, 52.) Iso-korpi (2004, 132) kertoo, että vastasyntyneellä kiintymyksen tarve on tärkein ja ensimmäinen tunne minkä hän oppii. Siinä syntyy lapsen sisäinen turvallisuuden-tunne ja kiintymisen taito onkin erittäin tärkeä myöhemmissäkin elämänvaiheissa, jolloin ihminen rakentaa syvällisiä ihmissuhteita. Perustunteiksi Kanninen & Sigfrids (2012, 76) luettelevat esimerkiksi surun, vihan, ilon, hämmästyksen, inhon ja häpeän.

Häpeän tunne syntyy varhaislapsuudessa ja on yksi perustunteista (Jalovaara 2008, 20-21.) Lapsi herkistyy kokemaan häpeää, kun hän jää toistuvasti vaille hyväksyvää vastavuoroisuutta. Lapsuudessa koettuja häpeää tuottavia hylkäämiskokemuksia voi seurata se, että ihminen myöhemminkin voi kokea tulevansa torjutuksi ja näin hävetä itseään. Voimakas häpeän tunne voi lamauttaa ihmistä psyykkisesti ja fyysisesti ja luoda arvottomuuden tunnetta. Tämä heikentää itsetuntoa ja ihmisellä voi syntyä tällaisista kokemuksista itseinhon tuntemuksia. Jalovaara väittääkin, että kiellot, rangaistukset ja nolaaminen ovat valitettavasti kuuluneet suomalaisenkin lastenkasvatukseen.

Jalovaara (2008) sekä Haapasalo ja Kirkkopelto (2013) ovat samaa mieltä, että lapsen olisi tärkeää saada kokea ja tuntea kaikkia tunteita. Tällöin hän oppii hyväksymään omat tunteensa ja tulee toimeen niiden kanssa. Tunteet kuuluvat ihmisyyteen ja niitä kuuluu kokea. Lapsella on myös oikeus itkeä pettymysten kohdatessa.

4.2 Tunnetaidot

Jalovaara kuvailee tunnetaitojen tarkoittavan kykyä käsitellä ongelmia ja aggressiivita sekä sietää turhaumia ja hallita hetken mielifohteita. Tunnetaito on myös sitä, että kohdataan aidosti ja suvaitaan erilaisia ihmisiä (Jalovaara 2008, 96.) Tunnetaidot ovat päivittäin tietoisesti ja vaistomaisesti käyttämiämme taitoja. Ne ohjaavat osittain tekojamme ja ovat osa sosiaalista käyttäytymistämme (Peltonen 2000, 13.)

Käytöksemme ja ajattelumme vaikuttavat tunteisiimme. Lapsilla tunnekehitys on nopeaa ja syvällistä ja ne vaikuttavat heidän itsetuntoon. Tunnetaitojen merkitystä onnelliseen elämään on aliarvostettu. Ihmiset joilla on tunnekestävyyttä sietävät paremmin stressiä ja vastoinkäymisiä (Dowling 2000, 50–51.) Lapsuudessa ja nuoruudessa muodostuu ihmisen itsetunto ja se määrää aikuisenakin ihmisen ajatuksia ja toimintaa. Jos on hyvä perusta itsetunnolle, lapsi ei häpeä itseään eikä erilaisuuttaan ja kykenee solmimaan ystävyysuhteita. Hyvä itsetunto edistää kykyä nauttia elämästä ja sitoutua ihmissuhteisiin (Isokorpi 2004, 132–133.) Jalovaaran (2008, 38) mukaan ihminen pystyy sosiaaliseen vuorovaikutukseen, kun hän

osaa tunnistaa miltä toisesta ihmisestä tuntuu ja osaa samaistua toisen ihmisen asemaan. Ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa korostuu, että ilman tunteita ei tulla toimeen.

Myös empatiataidot kehittyvät varhaislapsuudessa. Lapsi oppii empatiataitojen avulla pärjäämään sosiaalisessa kanssakäymisessä muiden kanssa. Tärkeää olisi sallia lapsen olla erehtyväinen, eivätkä syyttely ja vähättely auta empatiataitojen kehityksessä (Isokorpi 2004, 134.) Empatia on kykyä ymmärtää toisen tunteita ja eläytyä niihin ja se kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa (Vilén ym. 2011, 157). Kalliopuska (1995, 76) toteaa, että kun osaamme tunnistaa toisten tunteita ja mielialoja, se helpottaa vuorovaikutusta.

Kun lapsi kokee toistuvasti vuorovaikutustilanteita alkaa kehittyä hänen tunnetaitonsa (Hughes 2011, 145). Hughes selittää tätä esimerkiksi siten, että lapsen ollessa levoton, mutta vanhempi on iloinen, tulee lapsikin jälleen iloiseksi. Vanhemman energian ollessa keskittynyttä ja varmaa, muuttuu lapsen tunnetilakin jälleen iloiseksi. Vanhemman tulisi vastata lapsen esimerkiksi vihan tunteen voimakkuuden mukaisesti ilman, että olisi lapselle vihainen lapsen vihaisuuden vuoksi. Vanhempi pystyy esimerkiksi vastaamaan lapsen pelkotilaan ilman, että alkaisi itse pelätä. Lapsi alkaa tiedostamaan, hyväksymään ja sanoittaa omia tunnetilojaan.

4.3 Tunteiden säätely

Tunteiden säätelyllä tarkoitetaan kykyä vaikuttaa miten pitkään ja voimakkaasti milloinkin tunnemme. Ihminen pyrkii luonnostaan tasapainoiseen ja miellyttävään oloon. Liian pitkälinen epämiellyttävä tunnetila kuormittaa elimistöämme psyykkisesti ja fysiologisesti, joten tunteiden hillitseminen ja negatiivisten tunteiden korvaaminen toisilla tunteilla on tärkeää oppia. Hyvät tunnesäätelytaidot onkin liitetty parempaan hyvinvointiin, itsetuntoon ja tasapainoiseen tunne-elämään (Kanninen & Sigfrids 2012, 82.) Haapasalo ja Kirkkopelto (2013, 1) mainitsee lapsen tunteiden säätelyn alkavan siitä, että lapsi kykenee ilmaisemaan tunteitaan ja siihen hän tarvitsee turvallista ja hyvää vuorovaikutusta.

Webster-Stratton (2011, 280) määrittelee tunteiden säätelyn kyvyksi hallita omia tunnereaktioitaan tunteita herättävissä tilanteissa. Hän luokittelee tunnereaktioiden tapahtuvan kolmella eri tasolla. Ensimmäinen taso kattaa autonomisen hermoston. Esimerkiksi ihmisen suuttuessa sydämen syke nousee ja kasvat punehtuvat. Toisessa tasossa tunteet heijastuvat ihmisen käytökseen, kuten ilmeet, itku, vetäytyminen ja uhmaava käytös. Kolmannessa eli kognitiivisessa tasossa ihminen kuvailee sanoin tunteitaan.

4.4 Varhaiskasvatuksen rooli tunnetaitojen oppimisessa

Jalovaaran mukaan tunnetaitojen kehittäminen on varhaiskasvatuksessa ollut tois-
laiseksi liian vähäistä. Osittain tästä syystä voi johtua lasten, nuorten ja aikuisten-
kin jännittäminen sosiaalisissa tilanteissa (Jalovaara 2008, 76.) Ihmisten on
tärkeää tulla toimeen toisten ihmisten kanssa, ja se on yhteiskunnassa tärkeä ky-
ky. Hyvä mukautumiskyky edellyttää vapautumista sisäisistä ristiriidoista ja jänni-
tyksistä. Ihminen ei kykene hallitsemaan ajatuksia, tunteita ja tekoja sisäisten
ristiriitojen paineessa (Jalovaara 2008, 30-31.)

Kasvattajat ovat isossa roolissa siinä, mitä tunnesäätelyyn liittyviä asioita he kyke-
nevät omilla kyvyillään välittämään lapsille, sillä pienillä lapsilla ei ole tunnesanas-
toa (Kanninen & Sigfrids 2012, 77.) Lapsen ikävät ja voimakkaat tunteet alkavat
tuntua normaaleilta, kun hän huomaa aikuisellakin olevan samoja tunteita. Tämä
ilmenee esimerkiksi lapsen tullessa itkien rikki menneen ilmapallon kanssa aikui-
sen luo. Tällöin aikuinen ottaa huolestuneen ilmeen ja lohduttaa toteamalla pallon
menneen rikki ja kysymällä tuliko tästä lapselle paha mieli. Näin aikuinen on osoit-
tanut tunnistavansa lapsen pahan olon (Kullberg-Piilola 2000, 20.)

Tunnetaitojen oppimisen perusta on varhaislapsuudessa ja jo syntymästä alkaen
inhimilliset tunteet, myös tunnetaidot ovat ihmiseen sisäänrakennettuina. Ihmisen
tarvitsee oppia kuuntelemaan tunteitaan ja uskaltaa ottaa ne käyttöön. Aikuisen
rooli on tärkeä antaessa lapselle tukea ja näyttäessä esimerkkiä tunteiden esiin-
saamisessa. Päiväkodin lapsiryhmässä lapsi oppi miten toisten kanssa tullaan
toimeen ja mitä voi, ja mitä ei voi tehdä. Lapsen olisi myös tärkeää tietää, minkä-

laista käyttäytymistä häneltä odotetaan. Aikuisen on hyvä antaa lapselle aikaa vuorovaikutukselle, kypsymiselle ja kehittymiselle. Aikuisen antaessa tunteille nimen ja keskustellessa niistä lapsen kanssa, lapsi alkaa vähitellen ymmärtää tunteiden syitä ja aiheuttajia, joka on edellytys tunteiden hallinnan oppimiselle (Isokorpi 2004, 127-128.)

Tunteiden tunnistaminen ja jäsentäminen ovat lapsen kasvun keskeinen tavoite ja hän tarvitsee siihen tukea. Lasten tunnetaitoja tuetaan tunnistamalla ja nimeämällä tunteita sekä aikuisen omalla esimerkillä (Haapasalo & Kirkkopelto 2013, 1.) Jalovaara väittää tunnetaitojen opetuksen sopivan hyvin toiminnallisiin menetelmiin ja taito- ja taideaineet luovat tilaisuuksia tunteiden imaisemiseen ja työstämiseen (Jalovaara 2008, 97.) Kalliopuska (1995, 76-77) kertookin harjoittelun kannattavan aloittaa esimerkiksi ihmiskuvien ilmeiden tunnistamisesta. Lisäksi erilaisista äänitteistä voidaan poimia siitä välittyviä tunteita.

Päiväkodissa lapsen päivään kuuluu hoito- ja muut vuorovaikutustilanteet, ja näin lapselle opetetaan myönteistä vuorovaikutusta, sosiaalisia taitoja ja hyviä käytäntötapoja. Yksi kasvatustavoitteista onkin, että lapsi oppisi välittämään muista ja ottamaan toisia huomioon (Meirän vasu 2012, 6-7.)

Lapsen on tuki opittava myös hillitsemään tunteitaan ja tunteiden purkauksessa on opittava säästämään sanoja, sekä katsottava siihen oikea aika ja paikka. Tärkeää on tiedostaa myös se, että kieltämällä tunteiden näyttäminen pienestä pitäen johtaa siihen, että ihminen tarvitsee voimakkaita tunneärsyksiä tunteiden kokemiseen ja näyttämiseen. Voimakkaita tunneärsyksiä ihminen saattaa hakea esimerkiksi päihteistä ja väkivallasta (Kullberg-Piilola 2000, 32.)

Päivähoidolla voi myös olla tehtävä lapsen sosiaalisen kehityksen tukemisessa. Lapsen ollessa perheen ainoa lapsi, lapsi ei opi kotona tärkeitä taitoja mitä sisarusuhteet hänelle opettavat, kuten vuoron odottamista ja tilanneherkkyyttä, toisten tarpeiden huomioon ottamista sekä neuvottelutaitoja (Kalland 2011, 148.) Hyvässä päivähoitossa hoitajan ja lapsen välinen vuorovaikutus on sensitiivistä ja ennakoitavaa ja lapsi voi turvautua tuttuun hoitajaan, joka on hellä ja empaattinen

(Sinkkonen & Kalland 2011, 170). Kasvattajat viestivät ilmeillään, eleillään ja sanallisella palautteellaan suhtautumistaan lapsen tunteisiin (Jalovaara 2008, 20).

5 MUSIIKKI

Musiikin kieli on yleismaallista, ja se ei tunne kansainvälisiä rajoja. Musiikki toimii kulttuurikanavana ihmisten ja kansakuntien välillä (Hongisto-Åberg, Lindeberg-Piironen & Mäkinen 1998, 19.) Tässä luvussa perehdyn mistä musiikki koostuu sekä musiikin vaikutuksista ennen syntymää ja varhaislapsuudessa.

5.1 Mistä musiikki koostuu?

Musiikki on kuuloelämystä ja värähtelyjen aistimista ja sen kuulemiseen tarvitaan ääni. Musiikilla on oma rakenteensa ja järjestelmänsä. Se voidaan paloitella perusaineiksiinsa, mutta musiikki toimii myös kokonaisuutena. Musiikin kokonaisrakenteeseen kuuluvat rytmi, tempo, melodia, kesto, sointiväri, harmonia ja dynamiikka. Melodia hahmottuu meille, kun musiikilliset äänet soivat määrätyllä sävelkorkeudella. Kunkin äänen sointivärin voimme kuulla äänen ylittäessä tietyn voimakkuuskynnyksen. Äänen dynamiikka, eli voimakkuus, voi vaihdella hiljaisista todella voimakkaisiin tehoihin. Harmonia on samanaikaisesti soivien äänten kokonaisuus, joka voi olla ristiriitainen tai harmoninen. Rytmii taas perustaa musiikin selkärangan. Se voi vaihtua tai pysyä samana musiikkikappaleen aikana. Musiikin etenemisnopeutta määrittelee tempo. Tempo voi hidastua, nopeutua tai pysyä samana (Hongisto-Åberg ym. 1998, 22–23.) Hämeenniemi (2007, 15) toteaa, että perusrytmi ja vastarytmit muodostavat musiikin rytmisen jännitteen. Perusrytmin päälle soittaja voi kasata monikerroksisia vastarytmejä.

Hämeenniemi (2007, 11) kuvailee musiikin ymmärtämisen olevan ihmisellä aina subjektiivista. Kuulija ei osaa aina käsitteellisesti analysoida kuulemaansa musiikkia, mutta kuulija ymmärtää musiikin sen rakentuessa hänelle mielekkäänä, eikä satunnaiselta meteliltä.

Jokainen on omalla tavallaan musikaalinen. Ihmisen oma minäkuva liittyy käsitykseen omasta musikaalisuudestaan. Ihminen hyväksyy musikaalisuutensa sellaisenaan kuin se ilmenee, kun löytää oman musiikkiminänsä. Usein ihmisillä on jokin musikaalisuuden osa-alue muita vahvempi, esimerkiksi rytmi tai laulaminen (Hon-

gisto-Åberg ym.1998, 15–16.) Nykypäivänä kuulemme musiikkia esimerkiksi televisiosta, elokuvista, netistä ja radiosta ja siihen liittyy kulttuurisia, historiallisia ja sosiaalisia merkityksiä (Mantere 2012, 6).

5.2 Musiikin vaikutukset ennen syntymää

Sikiöllä ensimmäiset aistit ovat tunto ja kuulo ja ne ovat sikiön ensimmäinen yhteys ulkomaailmaan. Sikiö reagoi ulkomaailmasta tulleisiin ääniin, rytmiin ja liikkeisiin. Jo raskauden aikana vauvalla on yhteys musiikkiin. Sikiö saa kohdussa ensimmäiset kuuloaistimukset. Noin neljännellä raskauskuukaudella sikiö alkaa kuulla kohdun ulkopuolisia ääniä (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 66.)

Äidin sydämen syke on hallitseva äänimaailma sikiölle. Sikiö tottuu äidin puheäänneen, joka tuottaa sille perusturvallisuutta. Äänellä on myös synnytyksen jälkeen rauhoittava ja rentouttava vaikutus lapseen. On myös todettu, että laulu on erityisen mieleistä vastasyntyneelle (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 66–67.) Sanat eivät ole tällöin vielä tärkeitä ja merkityksellisiä, vaan tärkeämpiä ovat rytmi, äänen sointiväri, tunne ja intonaatio. Näyttää siltä, että lapselle kannattaa jo raskausajasta lähtien paljon puhua ja soittaa musiikkia, sillä hän kuulee ja tuntee sen kohtuun saakka. Se luo jo ensimmäisen suhteen lapsen ja äidin välille. Saman tutun laulun soittamisella myös voi olla rauhoittava vaikutus silloin, kun äiti ei ole paikalla (Nurmilaakso & Välimäki 2011, 63.)

Sikiö kokee äänen kokonaisvaltaisena fyysisenä kokemuksena, joka säilyy muistissa sekä lapsena, että aikuisena. Esimerkiksi stereoiden ääni aistitaan emotionaalisen tason lisäksi myös fyysisesti. Ääni on siis eräänlainen kosketus, joten kannattaa olla varovainen ja huolellinen säätäessä äänen volyymia. Sikiö kokee myös äidin kokemat stressitekijät. Sikiö saa osansa mielihyvähormoneista, joita äidillä erittyy laulaessa (Bojner-Horwitz & Bojner 2007, 34, 74-75.)

Hongisto-Åbergin (1998, 52) teoksessa mainitaan myös samanlaisista musiikin vaikutuksista ennen lapsen syntymää. Sikiö reagoi herkemmin mataliin ääniin, myöhemmin korkeampiin ääniin. Sikiö liikkuu kohdussa eri tavalla äidin ollessa

hermostunut ja levoton. Rauhallinen musiikki voi siinäkin suhteessa olla avuksi, että se rauhoittaa sekä äitiä että sikiötä. Teoksessa todetaan myös jo kohdussa sikiötä rauhoittavan musiikin voivan vaikuttavan samalla tavoin myöhemminkin. Syntymän jälkeen äänet, jotka muistuttavat äidin sydämen lyöntejä, on todettu tuottavan turvallista oloa lapselle, jolloin hän itkee vähemmän, nukkuu paremmin ja kasvaa nopeammin.

5.3 Musiikin vaikutukset varhaislapsuudessa

Vauva aistii puhutun kielen ikään kuin musiikkina. Hän aistii ne äänten kestoina, tasoina, voimakkuuksina ja sointiväreinä. Musiikki ja sen elementit ovat mukana vauvan ja aikuisen symbioottisessa vuorovaikutussuhteessa, kun aikuinen yhdistää puheeseen ja lauluun keinoja liikkeitä ja hellivää sykettä. Samoina toistuvat lorut, laulut rytmittävät yhdessäoloa ja luovat pohjaa minuuden ja perusturvallisuuden synnylle. Vauvalla kahdesta kuuteen kuukauden iässä minä kehittyy voimakkaasti. Vauvalle jää muistikokemuksia musiikillisista tapahtumista, jotka jäsentävät hänen minuuttaan. Keskeisiä tällöin ovat vuorovaikutusleikit ja niiden toistaminen, esimerkiksi leikit, joissa lauletaan ja kurkistetaan käsien takaa piilosta, kasvojen piilotusleikit ja kukkuuleikit (Nurmilaakso & Välimäki 2011, 62–63.)

Vauva nauttii seurasta ja äänileikeistä aikuisen kanssa. Ensimmäiset vuorovaikutushetket luovat pohjaa myös empatian kehitykselle, kun aikuinen jakaa lapsen kanssa yhteisen kokemuksen, ja lapsi kokee aikuisen olevan mukana kokemuksessa ja ymmärtävän häntä. Laulaminen ja musiikki ovat hyvä ja tärkeä liittämä perushoitoonkin esimerkiksi vauvan vaippaa vaihtaessa, puettaessa ja nukuttaessa. Monet arkipäiväiset asiat voidaan ja kannattaa selittää lapselle laulaen. Usein korostetaan puhetta, vaikka laulaminenkin tukee erinomaisesti esimerkiksi puheen kehitystä (Nurmilaakso & Välimäki 2011, 63-64.)

Nurmilaakso ja Välimäen (2011, 66) mukaan jos lapsen kanssa on paljon laulettu, spontaanit laulut ja laulujen keksiminen luontuvat itsestään. Lapsi voi laulaa ajatuksiaan ja päivän tapahtumia vapaassa leikissä tai yksin ollessaan luontevasti. Aikuisen tulisikin vaalia tätä spontaania lauluimprovisaatiota rohkaisemalla ja me-

nemällä itse mukaan säveliin. Spontaania laulua alkaa esiintyä noin 18 kuukauden iässä ympäristöstä riippuen. Tyypillistä on aluksi, ettei laulu sisällä sanoja. Laulu on alussa jäsentymätöntä äänileikkiä ja kokeiluja. Kahden vuoden jälkeen lasten laulut ovat melodisesti pieniliikkeisiä, rytmisesti yksinkertaisia ja taukoja esiintyy vain lapsen välillä vetäessä henkeä.

Lapsen musiikillinen ja kielellinen kehitys kietoutuvat toisiinsa, sillä musiikilla ja puhutulla kielellä on paljon yhteisiä elementtejä. Lapsen kyky laulaa kehittyy jopa ennen tai samanaikaisesti, kun hän tuottaa ensimmäisiä sanoja. Laulaminen on yhteydessä lapsen kielelliseen kehitykseen (Nurmilaakso & Välimäki 2011, 62.)

6 MUSIIKKI VARHAISKASVATUKSESSA

Seuraavaksi käsittelen musiikkia varhaiskasvatuksessa ja perehdyn mitä musiikkikasvatus on. Lisäksi tarkastelen myös erilaisia musikaalisia työtapoja mitä varhaiskasvatuksessa käytetään ja mitä musiikkitoiminnan suunnittelussa tulee ottaa huomioon.

6.1 Musiikkikasvatus

Päiväkodin toiminta, mihin liittyy musiikki, on musiikkikasvatusta. Musiikkikasvatus antaa lapsille kokemuksia, kehittää musiikillisia perusvalmiuksia. Lähtökohtana on, että musiikki kuuluu kaikille ja kaikenikäisille. (Järvinen, Laine & Suominen 2009, 169.) Suomen musiikkileikkikoulunopettajat ovat asettaneet alle kouluikäisille musiikkikasvatuksen tavoitteiksi luoda myönteistä asennetta musiikkia kohtaan, kehittää musiikin tiedollisia ja taidollisia valmiuksia, yksilön tasapainoinen kehittäminen ja sosiaalisen kasvun edistäminen, säilyttää suomalaista kansanperinnettä sekä kehittää luovaa toimintaa (Hongisto-Åberg ym. 1998, 176.) Musiikkikasvatuksen tehtävä on myös edistää kulttuuria ja sivistystä (Vilén ym. 2011, 503). Lisäksi musiikkikasvatuksen tavoitteena on tukea lapsen emotionaalista, sosiaalista, kognitiivista sekä motorista kehitystä (Varhaisiän musiikkikasvatus 2007).

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2016) myös kerrotaan musiikillisen ilmaisun tavoitteena olevan se, että lapsille tuotetaan musiikillisia kokemuksia sekä vahvistetaan lasten kiinnostusta musiikkiin. Lapsia tulisi ohjata elämykselliseen kuuntelemiseen ja ääniympäristön havainnointiin. Leikinomaisen musiikillisen toiminnan kautta kehittyvät lasten valmiudet hahmottaa musiikkia ja sen äänen kestoa, tasoa, sointiväriä ja voimaa. Lasten kanssa tulisi laulaa, loruilla, kokeilla erilaisia soittimia, kuunnella musiikkia ja liikkua musiikin mukaan. Lapsia tulisi rohkaista ilmaisemaan musiikin herättämiä ajatuksia ja tunteita esimerkiksi kertomalla, kuvallisesti ilmaisten tai tanssien

Yhteinen musisointi kehittää lapsen taitoja toimia ryhmässä. Laulamista voi olla yhteisissä lauluhetkissä, tai kun puetaan ulkovaatteita. Musiikkiin liittyviä sisältöjä ovat kuuntelu, laulaminen, soittaminen, musiikkiliikunta, rytmikasvatus, tanssi ja tutustuminen musiikin käsitteisiin. Tavoitteena on kokemusten saaminen, antaa välineitä itsensä ilmaisuun ja vahvistaa lapsen luovuutta. Yhteiset lauluhetket luovat myös yhteisöllisyyttä ja kuuluvuuden tunnetta. Laulamalla lapsi pystyy ilmaistamaan itseään. (Järvinen, Laine & Suominen 2009, 169.)

Musiikki voi kokemusten ja osallistumisen kautta edistää ryhmän keskinäistä vuorovaikutusta (Bojner-Horwitz & Bojner 2007, 44). Lapset pitävät riimeistä ja loruisista. Pienimmät eivät ymmärrä laulun sisältöä, mutta heistä on hauska laulaa mukana. Aikuisen läsnäolo luo turvallisuutta ja on tärkeää (Bojner-Horwitz & Bojner 2007, 79.) Riimejä ja loruja onkin hyvä käyttää apuna esimerkiksi lasta puettaessa, jos lapsi ei pidä pukemisesta. Nurmilaakson ja Välimäen (2011, 62) teoksessa kerrotaan, että jo ennen lapsen syntymää alkavalla musiikkikasvatuksella on keskeinen merkitys lapsen kielen oppimiselle ja kehittymiselle.

6.2 Musiikilliset työvälineet

Musiikillisiin työtapoihin Hongisto-Åbergin, Linberg-Piironen ja Mäkisen teoksessa (1998, 86–87) luetellaan kuunteleminen, laulaminen ja äänenkäyttö, soittaminen, musiikkiliikunta sekä muu luova ilmaisu. Myös Vilén ym (2011, 504) mainitsee nämä samat musiikilliset työtavat.

Kuuntelemisessa musiikki lähtee hiljaisuudesta. Hiljaisuutta tarvitsemme antaaksemme kuuloaistillemme aikaa levätä. Melu vaikuttaa ihmisen keskushermostoon ja saattaa aiheuttaa päänsärkyä, levottomuutta ja ärtyneisyyttä. Kuunteleminen edellyttää omaa aktiivista toimintaa ja keskittymistä. Musiikin kuuntelemisella kehitetään luovaa musiikillista ilmaisua ja ajattelua, lisätään lapsen rytmi-, melodia- ja harmoniatajua sekä havaita äänen voimakkuuden vaihteluita. Edistetään myös musiikin tuntemusta ja lisätään esteettisen mielihyvän kokemuksia (Hongisto-Åberg ym. 1998, 90–91.)

Laulaminen on kautta aikojen ollut musisoinnin eräänä ilmaisutapana, joka rentouttaa, virkistää ja yhdistää ihmisiä. Yhteislaulujen avulla omaksutaan ja siirretään oman maan kulttuuria. Lapsia tulisi rohkaista ja innostaa oman äänensä löytämiseen ja kokeilemiseen, eikä laulamisen saisi koskaan olla velvollisuus tai pakote. Uutta laulua opetettaessa ohjaajan on hyvä ensin laulaa koko laulu lapsille, jotta lapset saavat käsityksen laulusta ja myös laulun alkuäänen antaminen on tarpeellista (Hongisto-Åberg ym. 1998, 106.) Lapsen on helpompi hahmottaa sanat laulettuna kuin sanottuna, ja lapsi voikin pystyä laulamaan ennen puheen tuottamista (Vilèn ym. 2011, 505).

Soittaminen voi tapahtua rytmii- ja melodiasoittimilla tai kehosoittimilla ja näin lapselle voidaan opettaa esimerkiksi rytmiä ja musiikin perusasioita (Vilèn ym. 2011, 506). Lapsen ensimmäiset soittimet ovat oma ääni ja oma keho, ja ne ovat jokaisen ulottuvilla ja aina käytettävissä. Satuja ja loruja voi elävöittää kehosoittimin. Muita erilaisia soittimia ovat esimerkiksi rytmisoittimet, kuten puiset rytmikapulat ja marakassi, metalliset soittimet kuten triangeli ja kulkuset sekä kalvosoitimet (Hongisto-Åberg ym. 1998, 116–121.) Musiikkiliikunnassa liike tapahtuu tietyssä tilassa, tietyn ajan kuluessa, tietyn pulssin sykkeessä ja liike hahmottuu tiettyyn muotoon. Musiikkiliikunnan keskeisiä tavoitteita ovat kehittää rytmitajua, keskittymis-, reaktio- ja kontaktikykyä sekä liikunnallisia valmiuksia (Hongisto-Åberg ym. 1998, 156.)

6.3 Musiikkitoiminnan suunnittelu

Suunnittelu on osa musiikkitoiminnan kokonaisuutta ja on oma prosessinsa. Ohjaajan tulee analysoida toimintaan vaikuttavia tekijöitä ennen toimintaa ja sen aikana. Asetetut tavoitteet antavat toiminnalle suunnan ja motivoivat sen toteuttajaa. Kun tavoitteet ja toimintakokonaisuus ovat selvillä, ohjaaja pystyy paremmin tarvittaessa muuntelemaan työskentelyään tuokion edetessä. Ohjaaja kykenee myös käyttämään hyväkseen lapsilta saamaansa palautetta. Näin toiminta on palkitsevaa ja mielekästä niin ohjaajalle sekä lapsille (Hongisto-Åberg ym. 1998, 172.)

Hyvään musiikkituokioon on tärkeää luoda positiivinen tunnelma, jossa lapsi voi kokea onnistumisen elämyksiä turvallisessa ympäristössä. Pysyvät rituaalit ja toimintatavat luovat turvallisuutta ja auttavat lasta selviytymään jonkin uuden asian hämmennyksestä. Lapselle tuottaa mielihyvää, kun hän osaa toimia tietyissä tilanteissa odotetulla tavalla (Hongisto-Åberg ym. 1998, 178.)

Tuokiossa kaikkea ei pysty ennakoimaan tai ottamaan huomioon, vaikka olisi suunnitellut huolellisesti. Ohjaaja kuitenkin tottuessaan pystyy paremmin jo hallitsemaan ja ennakoimaan toimintaa. Ohjaajan tulee asettaa tavoitteet aina ryhmäkohtaisesti. Suunnittelussa kasvattaja pohtii kenelle opetan, mitä opetan ja miksi, miten opetan ja kuinka kauan toiminta kestää. Tuokion lopuksi on hyvä arvioida tuokion onnistumista (Hongisto-Åberg ym. 1998, 172–175.)

Hämeenniemi (2007, 23) painottaa, että lasten tulisi saada nauttia musisoinnista miellyttävänä yhdessäolon ja hauskanpidon muotona. Aikuisten tulee varoa pilaa-masta soittamista kaavamaisuudella, sillä lapselle se tulisi olla iloinen ja hauska asia.

7 MUSIIKKI VAIKUTTAA TUNTEISIIN

Tässä luvussa perehdyn miten musiikki vaikuttaa tunteisiimme ja miten koemme musiikin. Lisäksi kerron miten musiikki voi olla apuna tunteiden säätelyssä, sillä ihmisten tiedetäänkin käyttävän musiikkia tunnekokemusten saamiseen sekä tunteiden ja mielialojen säätelemiseen (Eerola & Saarikallio 2010, 259).

7.1 Musiikin kokeminen

Musiikin sanotaan olevan tunteiden kieli, ja se koskettaa meitä kaikkia ihmisiä vaikuttamalla sydämen sykkeeseen, hengitykseen, vireystilaan sekä mielihyvähormonien tuotantoon (Vilén ym. 2011, 503). Musiikki voi vaikuttaa ihmiseen fyysisesti, mentaalisesti, emotionaalisesti, visuaalisesti ja sosiaalisesti. Tiedetään myös, että ihmisen perusmieliala voi vaikuttaa musiikkikokemukseen. Jossain tilanteessa jokin musiikkikappale voi toimia, joissain taas ei (Bojner-Horwitz & Bojner 2007, 70, 72.) Esimerkiksi Nurmilaakson ja Välimäen (2011, 63) mukaan Vauvalle voi musiikin avulla lisätä vuorovaikutuksen laatua ja mielihyvän kokemusta. Musiikki kykenee myös muuttamaan vallitsevan tunne-elämyksen toiseksi (Lehtiranta 2004, 89).

Lehtiranta (2004, 74-81) toteaa musiikin saavan meissä aikaan fysiologisia ja emotionaalisia reaktioita, ja ihminen voi kokea syvällisiä henkisiä kokemuksia kuunnellessaan musiikkia. Lehtiranta jakaa musiikin kolmeen keskeiseen parametriin, jotka ovat rytmi, melodia ja harmonia. Erityisesti rytmi todetaan vaikuttavan kehon rytmisiin järjestelmiin, kuten hengitykseen, verenkiertoon ja sydämen sykkeeseen stimuloivasti tai rauhoittavasti. Rytmi koetaan välittömästi ja se vaikuttaa usein vaistonvaraisiin ja tiedostamattomiin alueisiin. Melodian taas todetaan vaikuttavan eniten ajatuksiin. Harmonialla tarkoitetaan sointujen tekemiä muodostelmia, ja sen sanotaan vaikuttavan suoraan tunteisiin.

Eerola ja Saarikallio (2010, 265) luokittelevat musiikin herättävien tunnekokemusten erilaisten mekanismien kautta, joita ovat refleksit, ehdollistuminen, samaistu-

minen, mielikuvat, muistot, musiikilliset odotukset sekä tavoitteen arviointi. Reflektit liittyvät kokemuksiin, kun reagoimme musiikin yllättäviin ja voimakkaisiin ääniin. Ehdollistuminen taas tapahtuu usein huomaamatta, kun opimme yhdistämään tietynlaisen musiikin johonkin positiiviseen tai negatiiviseen asiaan, kuten ystävän näkemiseen. Samaistumisella tarkoitetaan sitä, kun kehomme samaistuu musiikin elementteihin, esimerkiksi surullisuuteen eläytyminen. Lisäksi musiikki voi herättää meissä mielikuvia esimerkiksi kauniista maisemasta tai herättää jonkin tunnepitoisen muiston jostain tapahtumasta. Musiikillisilla odotuksilla tarkoitetaan esimerkiksi musiikin melodiankulkuun perustuvia odotuksia. Ihminen tekee arviota musiikin merkityksestä itselle ja musiikki voi edistää joitain tavoitteita, esimerkiksi työasioista irtautumista.

Kokkosen (2010, 59) mukaan musiikki vaikuttaa tunne-elämäämme, sillä se herättää meissä myönteisiä tunteita. Musiikki voi auttaa meitä palautumaan stressistä ja kohottamaan mielialaamme. Myös Lehtinen (2004, 89) toteaa, että musiikin avulla voi vähentää stressiä sekä lisäksi pelkoa ja ahdistusta. Hongisto-Åbergin (1998, 22) mukaan musiikki herättää meissä ihmisissä tunteita ja vaikuttaa myös tiedostamattomalla tasolla. Musiikki on osa ihmisen henkistä ja fyysistä olemusta, sekä myös osa tunne- ja kokemusmaailmaa. Jokaisen omat käsitykset musikaalisuudesta muovautuvat jo lapsuudessa osaamisen, onnistumisen ja epäonnistumisen kokemuksista. Nämä kokemukset vaikuttavat asenteisiimme ja ajattelutapaamme, miten koemme musiikin.

Kosonen (2010, 299-300) selittää musiikin herättävän tunteita siksi, että musiikki liittyy elämänhistoriaamme herättäen hyviä tai ikäviä muistoja. Tämä selittää esimerkiksi sen, miksi jostakin musiikista pitää ja toisesta ei. Sinkkonen (2011, 289) myös toteaa, että musiikin olevan yhteydessä varhaisiin psyykkisiin ja fyysisiin kokemuksiimme.

7.2 Musiikki tunteiden säätelyssä

Kokkonen (2010, 60) toteaa musiikin olevan monipuolinen tunteiden säätelykeino, jota voi käyttää monimuotoisesti laulamalla, soittamalla, kuuntelemalla, hyräilemäl-

lä tai säveltämällä. Musiikin soittaminen voi esimerkiksi vähentää ahdistusta, masennusta ja väsymystä. Ruokonen (2011, 134) toteaaakin, että lapsi voi musiikin ja taiteen avulla oppia käsittelemään esimerkiksi pelkotilojaan. Bojner-Horwitz ja Bojner (2007, 72) toteavat myös musiikin auttavan stressiin ja muihin epätyytyttäviiin tunnetiloihin. Parhaimmillaan musiikki voi edistää kansanterveyttä.

Musiikkia on käytetty kautta aikojen ihmisen itsensä ilmaisuun niin ilossa kuin surussa. Se sisältää miellyttäviä, ilmaisevia ja älyllisiä äänien yhdistelmiä. Musiikissa itsessään on terapeuttisia ja hoivaavia elementtejä, joka on yhdistetty ihmisen hyvinvointiin kauan sitten (Ahonen 1997, 23, 30.) Lisäksi Nurmilaakso ja Välimäki (2011, 63) toteavat musiikilla olevan rauhoittava vaikutus. Esimerkiksi laulu voi rauhoittaa itkevää lasta ja auttaa nukahtamaan. Ystävälliset, iloiset ja tutut äänet luovat lapselle turvallisuuden tunnetta.

Musiikin avulla ihminen voi rakentavasti käsitellä omia vaikeita tunteitaan. Musiikilla on uudistava voima. Musiikkia kuunnellessaan ihminen voi palata johonkin lapsuuden kuvitelmaan. Ihminen voi myös siirtää musiikkiin omia mielikuviaan ja ajatusmallejaan ja elää niitä uudestaan uudistaen itseään henkisesti. Musiikki eheyttää ja vahvistaa tunne- elämää. Musiikin harrastaminen kuuntelemalla tai itse tuottamalla on inhimillistä kasvua tasapainoisuutta edistävää toimintaa (Hongisto-Åberg ym. 1998, 17.) Sinkkonen (2011, 289) toteaa myös, että musiikin avulla voimme käsitellä voimakkaita tunteitamme turvallisesti.

Saarikallion (2009, 221) mukaan musiikilla on psykososiaalinen merkitys identiteettiin, itsemääräämiseen, ihmissuhteisiin sekä tunnekokemuksiin. Musiikin avulla pystyy pohtia omaa minuutta yksityisessä omassa rauhassa. Musiikki tukee lisäksi oman identiteetin vahvistamista ja ilmaisemista. Erityisesti nuoret ovat tarkkoja omista musiikkityyleistään. Musiikki on myös ilmaisukeinona turvallinen. Itsemääräämisen kannalta musiikki tarjoaa monia itsehallinnan ja kykenevyyden kokemuksia. Musiikin avulla voi hallita ympäristöään soittamalla mieleistä musiikkiaan ja lisäksi voi oppia valmiuksia omien tunteiden itsehallintaan. Ihmissuhteiden muutoksissa, kuten läheisyyden sekä yksityisyyden, musiikki voi olla myös tukena. Saarikallion mukaan musiikki yhdistää ja voi edesauttaa yhteenkuuluvuudentunnetta. Lisäksi ihmisen syventyessä musiikkiin omassa rauhassa, se tukee myös

yksityisyydentarvetta. Tunteiden säätelyssä musiikin käyttö ei aina ole tietoista, mutta ihminen kuitenkin näyttää tietävän millaista musiikkia he kokevat tarvitsevänsä missäkin mielialassa. Musiikki voi toimia esimerkiksi viihdykkeenä, elpymisessä raskaan päivän jälkeen ja lohdutuksena.

Eerolan (2010, 328) mukaan musiikki toimii myös vireystilan säätäjänä. Esimerkiksi lenkkeilijä valitsee vireystilaa nostavaa musiikkia kuten nopea tempoista ja kova äänen voimakkuus. Rentoutusta haluava valitsee taas vireystilaa laskevaa musiikkia eli hidas tempoista ja pienempi äänenvoimakkuus. Huotilainen ja Putkinen (2008) toteavat musiikillisen harjoittelun kehittävän myös esimerkiksi lapsen keskittymiskykyä.

Ruokosen (2001, 132) mukaan myös musiikilla on yhteyksiä lapsen tunne-elämän kehittymiseen. Musiikin tai esimerkiksi musiikkisatujen kuuntelun yhteydessä lapsi voi purkaa ja ilmaista tunteitaan. Luova musiikkiliikunta luo tilaa lapsen ajatuksille ja keholle. Erilaisten roolihahmojen kautta lapset saavat mahdollisuuden omata taitoja, mitä heillä ei ole, esimerkiksi olla avaruusmiehiä tai lentäjiä.

8 TUTKIMUSTULOKSET

8.1 Lapsen päiväkodissa ilmaiset tunteet

Haastatteluissa tuli esiin, että päiväkodissa pääsääntöisesti tulee kaikki tunteet esiin. Vastauksista nousi ilmi, että lapset ilmaisevat niin iloisia kuin surullisia tunteita. Lapsi voi ilmaista myös aggression, turhautumisen ja pelon tunteita. Lisäksi lapsi voi kokea ikävää ja epävarmuutta.

No täällä tulee kaikki tunteet varmaan melkeenpä tulee julki että. Joskus on surullinen olo joskus ilone joskus kiukuttaa ja joskus joku asia voi pelottaakki. Ehkä pelottaminen voi olla vähän harvemmin mutta kyllä sitäkin voi olla että kyllä niinkun kaikki tunteet tulee. (H1)

Tunteet saattoivat myös vaihtua usein päivän aikana. On myös lapsia jotka eivät välttämättä suoraan ilmaise tunnetta, mutta aikuinen pystyy usein lapsen olemuksesta jo päättelemään lapsen tunnetilan. Haastatteluissa todettiin myös, että erityisesti uudella lapsella saattaa kestää tunteiden ilmaisussa, kunnes talo ja ihmiset tulevat tutuiksi. Haastatteluista nousi myös esille, että lapsi voi näyttää tunteita eri tavalla päiväkodissa kuin kotona.

...on semmosta tasasen, tasasta lasta täällä mutta sitte kotona roihauttaa (H1)

8.2 Lapsen tunteita herättävät tilanteet päiväkodissa

Haastatteluiden perusteella lapsi kokee paljon tilanteita päiväkodissa, jotka voivat herättää tunteita. Lasten tunteet voivat tulla ilmi esimerkiksi leikeissä, piirustuksissa tai satuhetkellä. Lapsen leikeistä saattaa myös huomata, jos lasta on hiljan kohdannut jokin surullinen tapahtuma.

Joillekin lapsille esimerkiksi tulo- ja hakuhetket voivat olla tunteikkaat ja ero vanhemmista on raskasta. Ruokailu saattaa herättää ikäviä tunteita, jos ruoka on eri-

laista mitä lapsi on kotona tottunut. Lisäksi Monille lapsille on päivälepo myös ikävä asia, kun ei maltaisi nukkua ja ikävä voi tulla lepohetkellä.

No sitte tulee mieleen ihan tämmösiä että tuleeko uni. Että niinku voi sekin olla haaste lapselle että tai onko ruoka hyvää ihan tämmösiä niinku jos miettii lapsen näkökulmasta. Pieniä juttuja mut kuitenkin isoja juttuja. (H7)

Siirtymätilanteet mainittiin useasti lapsille haasteellisiksi tilanteiksi. Myös pitkä odottaminen voi joitakin lapsia turhauttaa, jos lapsi joutuu paljon odottamaan omaa vuoroaan.

...ja sit sellasta ku jonotetaan paljo eri paikkoihin ja odotetaan sitä omaa vuoroa niin ne on semmosia missä sitte tulee niitä helposti var-sinki jos on vähä vilkkaampi ja temperamenttisempi lapsi nii kyllä niitä haasteita tulee ihan perus asioissa. (H5)

Iso lapsiryhmä voi olla haaste monelle lapselle ja eräs kasvattajista nosti esiin oman vuoron odottamisen ja lelujen jakamisen. Parhaan kaverinkin kanssa voi tulla riitatilanteita roolien jakamisesta leikkitalanteessa ja ketä otetaan leikkiin mukaan. Jotkut haastateltavista pitivät lapselle haasteena sitä, kun lapsi joutuu hoidossa kohtaamaan todella monta ihmissuhdetta ja vielä jos aikuiset usein vaihtuvat, tai kun tulee sijaisia ja opiskelijoita.

Tietysti ku on iso lapsiryhmä niin on sitte se oman paikan löytäminen siinä ja se että pääsee leikkeihin mukaan ja tietysti se että saa niinkun aikuisen huomion niin se voi olla haaste sitte. (H3)

8.3 Tunnetaitojen huomioiminen päiväkodissa

Riittävä tunnetaitojen huomioiminen koettiin riippuvan päiväkodista ja työntekijöistä. Osan mielestä tunnetaitojen huomioiminen oli välillä liian vähäistä suuren lapsimäärän vuoksi tai jos työntekijöitä on poissa. Lisäksi todettiin, että kasvattajille olisi aiheeseen liittyvä koulutus hyödyllinen. Aiheeseen liittyvää materiaalia koettiin löytyvän hyvin ja esimerkiksi tunnekortit olivat joillakin työntekijöillä käytössä.

Pääsääntöisesti työntekijät pyrkivät huomioimaan ja käsittelemään lapsen tunteita keskustelemalla ja nimeämällä tunteita yhdessä lapsen kanssa. Tunteiden käsittelyssä monet haastateltavista korostivat keskustelua lapsen kanssa. Keskustelu nousi keinoksi esimerkiksi lapsen tuntiessa pelkoa, ikävää tai vihaa. Lapsen kanssa on hyvä keskustella, että aikuinen ymmärtää, että lapsi pelkää, mutta yhdessä voidaan selvitä. Lapselle voi myös kertoa, että on normaalia, että välillä voi olla ikävä ja aikuinenkin voi joskus tuntea ikävää. Lapsen ollessa vihainen, on hyvä ohjeistaa lasta purkamaan viha muulla tavoin kuin lyömällä ja potkimalla muita. Aikuisen tulee kertoa, että ei ole oikein kohdistaa negatiivista tunnetta toisiin. Joskus on hyvä keino myös aikuisen mennä mukaan leikkiin ja toimintaan ja ohjata.

...toiseen ei voi kohdistaa sitä negatiivista tunnetta että poljet sitte vaikka jalkaa lattiaan tai jos sun pitää käsillä tehdä jotain nii vaikka jotaki sohvaa tai jotaki semmosta (H1)

Haastattelussa todettiin myös aikuisten tunneilmapiirin olevan tärkeä asia, ja se koettiin heijastuvan myös lapsiin. Kasvattajan on helpompi huomioida lapsen tunteita, jos hän itse kokee myös tulevansa vastaanotetuksi työyhteisössä ja ilmapiiri on hyvä.

...jos aikuisilla on hyvä tunneilmapiiri siinä niin se heijastuu lastenki tasolle. Että aikuisen on helppo huomioida lasten tunteita jotka kokee että hän itekki tulee vastaanotetuksi siinä yhteisössä ja on sitte voimavaroja ottaa vastaan niitä lasten tunteita. (H5)

Kasvattajat nostivat myös esiin, että kaikki tunteet tulisi olla sallittuja. Tunteita ei saa tukahduttaa ja pitää sisällään. Kasvattajat korostivat, että aikuiset ja päiväkodin ympäristö tulisi olla turvallinen, jolloin lapsi uskaltaa ilmaista tunteitaan.

...lapsi saa kokea että ilmapiiri on sellanen et tunteille on tilaa et sen ei tarte pelätä että tuleeko hänen ikävä tai pelottaako vaan et on tilaa kaikenlaisille tunteille. Aikuset ei niinku heti torju niitä vaan nyt tuntuu tältä ja ny yhdessä mennää tästä yli ja semmonen niinku avoin ilmapiiri. (H4)

Kasvattajat kertoivat lapsen oloa helpottavan päiväkodissa toistuvat rutiinit, aikuisen läsnäolo ja syli. Turvalliset tutut aikuiset ja kaverit ovat myös tärkeitä lapselle. Kasvattajat pitivät tärkeänä, että lapsi kokee olonsa turvalliseksi.

No ainaki se aikuisen syli ja se semmonen turvallisuus. Sit jos lapsella on paha olla nii se aikuisen turvallinen läheisyys mun mielestä (H4)

että on se päivärytmi semmonen selkee rutiini et se lapsi oppii sen että on semmonen olo et se tietää mitä seuraavaksi tapahtuu (H2)

8.4 Musiikin käyttö päiväkodissa

Haastatteluista ilmeni, että ohjattuja musiikkituokioita ei välttämättä ollut päivittäin, mutta kuitenkin musiikkia käytettiin päiväkodin arjessa päivittäin. Musiikkia tai laulamista kerrottiin olevan yhteisellä aamuhetkellä, siirtymätilanteissa kuten esimerkiksi pukemisessa ja riisumisessa, ulkona, ruokailun alussa sekä lepohetken alussa. Työntekijöiden mielestä on vain mielikuvitus rajana, miten musiikkia käytetään. Musiikkia saatettiin soittaa itse soittimilla tai laulamalla. Joskus musiikki laitettiin kuulumaan taustalla cd:ltä.

Mä laulan paljo lapsille ja lasten kanssa että ihan aamuhetkissä laulan ja sitte tossa nukkarit hetkissä laulan, että monesti lapset pyytääki että voinko mä laulaa että. No sitte joskus tulee arjen keskelläki ihan tavallisia tilanteita että voi laulaa siinä vaikka pukiessa tai joskus jopa on laulettu tuolla ulkona hiitäessä. (H3)

Ulkona ne laulaa, keinussa ne laulaa, et sillä lailla niinku, tota niin niin. Lapsen kanssa laulaa voi missä vaan. (H2)

Musiikkia ja laulua saattoi käyttää useassa kohtaa päivän aikana. Musiikin käyttö saattoi olla myös suunniteltua ja ohjattua tai työntekijä saattoi käyttää sitä tilanteen mukaan hetken mielihoituksesta. Osa haastateltavista kertoi käyttävänsä myös musiikkimaalausta ja musiikkiliikuntaa. Musiikkia voisi myös paljon enemmän hyödyntää esimerkiksi ulkona.

Vois niinku ulkonaki tosi paljo nytki ku kattoo meillä on täällä kaikkia renkaita vois ihan hyvin olla jotain kapuloita ja laittaa joku bädi pystyyn (H5)

Pääsääntöisesti lasten todettiin tulevan innokkaasti mukaan päiväkodin musiikkihetkiin. Musiikin avulla koettiin saavan hyvin lapset mukaan päiväkodin toimintaan ja lapset tykkäävät musiikkihetkistä. Jotkut lapset saattavat aluksi harmitella, jos oma leikki jää kesken, mutta on lopulta sitten innokkaasti kuitenkin mukana musiikkituokiossa. Myös lapset, joiden on joskus vaikea keskittyä johonkin toimintaan, koettiin musiikkituokiossa heidän jaksavan keskittyä ja osallistua. Haastattelussa todettiin kuitenkin, että harjoiteltaessa lapsiryhmän kanssa lauluja esimerkiksi kevätjuhlaan, saattoi lapsissa näkyä hieman väsymystä, kun samoja lauluja saatettiin harjoitella monena päivänä.

8.5 Musiikki apuna lapsen tunteiden säätelyssä ja tunnetaidoissa

Seuraavaksi kerron mitä haastatteluista nousi esiin siitä, missä musiikkia voi käyttää apuna liittyen lapsen tunteiden säätelyyn ja tunnetaitoihin. Haastatteluista nostin esille musiikista olevan apua rauhoittumisessa ja keskittymisessä, motivoimisessa, tunteiden tunnistamisessa ja ilmaisussa sekä sosiaalisissa taidoissa.

Rauhoittuminen ja keskittyminen. Haastatteluissa todettiin, että musiikin avulla lapsi pystyy rauhoittumaan ja keskittymään paremmin. Eräs haastateltavista kertoi rauhallisen taustamusiikin saattavan hieman rauhoittaa vilkasta lapsiryhmää. Eri-tyisesti lepoa hetkellä ja rentoutuksessa kasvattajat ottivat mukaan rauhallista musiikkia. Lapsille on hyvä opettaa rauhoittumista ja esimerkiksi toiminnallisen tuokion jälkeen on hyvä olla rentoutus tai rauhallinen hetki.

Mun mielestä kyllä oikeestaan musiikki niinku sillä lailla rauhoittaa lapsia. Se tuo semmosen vaikutteen siihen ilmapiiriin. Nii. Ja joku semmonen haasteellinen lapsi jos on hyvä laulamaan ja tykkää musiikista ni sitten tota niin jotenki laulutki niinku rauhoittaa sitä lasta (H4)

Musiikki, johon yhdistetään liikkeitä, pidettiin hyvänä, sillä niihin lapsi jaksaa keskittyä. Lisäksi esimerkiksi soittimien ottaminen toimintaan mukaan, auttaa kasvattajien mukaan lasta paremmin keskittymään.

...siinä lapsi keskittyy tosi paljo semmonen vilkaski lapsi istuu ja var-sinki ku siihen ottaa jotain muutaki ku pelkkä laulu vaikka soittimia niin kummasti melkein kieli poskella soitetaan jotain triangelia tai kapuloita (H8)

Motivoiminen. Haastatteluissa kävi myös ilmi, että laulu voi myös olla hyvä motivoimaan lasta. Eräs lapsi ei tykännyt lähteä hiihtämään, mutta kun aikuinen alkoi laulaa hiihtämiseen liittyvää laulua, motivoitui lapsikin hiihtämään. Myös lapset, jotka eivät aikuisen pyynnöstä huolimatta suostu menemään esimerkiksi vessaan, voi saada houkuteltua hausalla laululla. Saattaa olla myös ujoja lapsia, jotka aluksi haluavat vain seuraila, eivätkä välttämättä laula mukana tai uskalla ottaa soitinta käteen. Nämä lapset usein jonkin ajan kuluttua sitten rohkaistuvat myös mukaan.

Musiikki on sillä lailla aikalailla yhdistävä ja semmonen niinku hyvä pedagoginen tapa että se kyllä se rohkasee nimenomaan niitä ujompiaki osallistumaan. (H6)

Pukeminen tai riisuminen saattaa myös tuntua kivammalta laulaessa. Lapset joutuvat myös paljon odottamaan vuoroaan päiväkodissa, joten siihenkin tilanteeseen laulu ja musiikki ovat hyviä.

...semmoseen hankalaan tilanteeseen ja pukemisessa pienillä monesti hauskaa ku sieltä tossuja ja sukkia pilkistää, varpaat ja pää ja sieltä sitte pim pam pom (H1)

Tunteiden tunnistaminen ja ilmaisu. Tunteiden tunnistaminen nousi haastatteluissa myös esille. Laulujen avulla voi käydä läpi mitä tunteita se herätti ja nimetä tunteita. Tunteita voi opetella lapsen kanssa myös esimerkiksi piirtämällä musiikin soidessa taustalla. Lapsi voi miettiä mitä piirtää, kun tulee iloista musiikkia ja vuorostaan surullista musiikkia.

...sitte lapsi oppii niinku tunnistamaan musiikin avulla myöskin omia tunteitansa et kuuunnellaan esimerkiksi eri tyyppistä musiikkia ja lapsi tunnistaa tunnetiloja. (H4)

Laulu voi olla myös hyvä keino lapsen tuntiessa ikävää tai jos jokin asia on epä-mukavaa. Lapsi tulee hyvälle mielelle, kun ikävä asia muuttuukin lauluksi. Musiikin avulla voi myös opetella tunteiden ilmaisua, esimerkiksi aikuisen sanoessa tunnetilan mitä lapsen tulee esittää.

...ku on jotaki vaikka sattunu nii joskus eikä se meinaa se itku tyrehtyä nii joskus siihenki voi turvallinen laulu auttaa (H1)

...aina kun tuli musiikissa tauko, niin lasten piti niille sanottiin että nyt esität että oot oikein iloinen ja sit taas musiikki jatku ja liikuttiin vaapaasti ja ku musiikki pysähty niin nyt oot oikein vihane. (H2)

Sosiaaliset taidot. Musiikkihetket opettavat lapsille myös sosiaalisia taitoja ja erilaisia sääntöjä lapsiryhmässä. Kasvattaja käy lasten kanssa yhdessä läpi sääntöjä miten lapsiryhmässä ollaan. Erilaisten laulujen avulla voi miettiä myös kaveruus-suhteita.

...kerrataan ihan tuttuja sääntöjä että istun rauhassa, kuuntelen, viit-taan jos on asiaa (H1)

Sit ihan sosiaaliset taidot niitä on eri lauluja missä voi kaikkia kave-russuhteita niin niitä voi sitte miettiä laulujen ja musiikin avulla (H7)

Kasvattajat nostivat esiin erilaisia musiikkileikkejä missä lapsi oppii myös erilaisia sääntöjä, kuten esimerkiksi sammakko ja kurki. Näitä lapset pyytävät ja toivovat usein. Musiikkileikkien avulla lapset pääsevät myös kokeilemaan erilaisia rooleja esimerkiksi leijona tai orava. Haastattelussa mainittiin myös halailulaululeikit, mis-sä lapset pääsevät halaamaan toisiaan.

Musiikista koettiin olevan hyötyä ja sen rikastuttavan päiväkodin toimintaa. Se ko-ettiin vaikuttavan ilmapiiriin ja luovan lapsille yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Musiikki on semmonen ilonen energiaa tuova asia. Että. Se voi va-pauttaa, tuoda semmosta vapautunutta ilmapiiriä monesti. Jos laite-

taan vaikka musiikkia soimaan tai lauletaan yhdessä niin tulee semmonen yhteenkuuluvaisuuden tunne. (H3)

9 TULOSTEN YHTEENVETO JA TARKASTELU

Tässä luvussa tarkastelen haastatteluvastauksia ja vastaan tutkimuksen alussa oleviin tutkimuskysymyksiin. Opinnäytetyöni tutkimuskysymyksiäni ovat: Millaisia tunteita lapset ilmaisevat päiväkodin arjessa? Miten musiikki vaikuttaa lapseen päiväkodissa? Miten musiikkia voisi hyödyntää päiväkodissa?

Vastausten perusteella lapsi ilmaisee laidasta laitaan tunteita päiväkodissa päivän aikana. Tunteiden ilmaisuun saattaa vaikuttaa se, että onko lapsi ujo tai juuri aloittanut päivähoidon. Perustunteiksi Kanninen & Sigfrids (2012, 76) luettelevat esimerkiksi surun, vihan, ilon, hämmästyksen, inhon ja häpeän. Näitä tunteita kasvattajatkin totesivat lasten kokevan päiväkodissa. Kasvattajat kertoivat lasten ilmaisevan niin iloisia kuin pettymyksenkin tunteita.

Kasvattajat näyttivät pitävän tärkeänä sitä, että lapset saavat ilmaista tunteitaan päivähoidossa. Kasvattajat korostivat myös tunnetaitojen ja esimerkiksi tunteiden tunnistamisen tärkeyttä ja esimerkiksi tunnetaitoihin liittyvä koulutus voisi olla kasvattajille hyvä. Jalovaara (2008) sekä Haapasalo ja Kirkkopelto (2013) ovat samaa mieltä, että lapsen olisi tärkeää saada kokea ja tuntea kaikkia tunteita. Tällöin hän oppii hyväksymään omat tunteensa ja tulee toimeen niiden kanssa. Tunteet kuuluvat ihmisyyteen ja niitä kuuluu kokea. Lapsella on myös oikeus itkeä pettymysten kohdatessa.

Työvälineenä tunnetaitojen oppimisessa kasvattajat käyttivät paljon keskustelua tai esimerkiksi tunnekortteja, mutta osasivat myös hyödyntää musiikkia. Musiikkia hyödynnettiin esimerkiksi harjoiteltaessa tunteiden tunnistamista ja rauhoittumisessa. Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen ovat tärkeää esimerkiksi lapsen empatiakyvyn kehityksen kannalta. Empatia on kykyä ymmärtää toisen tunteita ja eläytyä niihin ja se kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa (Vilén ym. 2011, 157). Lisäksi aikuisen antaessa tunteille nimen ja keskustellessa niistä lapsen kanssa, lapsi alkaa vähitellen ymmärtää tunteiden syitä ja aiheuttajia, joka on edellytys tunteiden hallinnan oppimiselle (Isokorpi 2004, 127-128.) Myös Kallio-

puska (1995, 76) toteaa, että kun osaamme tunnistaa toisten tunteita ja mielialoja, se helpottaa vuorovaikutusta.

Haastattelujen perusteella näytti siltä, että musiikkia käytetään päiväkodissa eri verran riippuen työntekijästä ja päiväkodista. Näyttää siltä, että työntekijän oma suhde ja mieltymys musiikkiin vaikuttavat siihen, kuinka paljon ja monipuolisesti musiikkia käyttää työssään. Esimerkiksi paljon jo ennestään musiikkia harrastanut saattaa käyttää työssään enemmän musiikkia, kuin sellainen työntekijä, joka kokee musiikin enemmän vieraana. Haastatteluista nousi myös ilmi, että ohjattua musiikkituokioita ei välttämättä pidetty päivittäin, mutta musiikki oli kuitenkin päiväkodin arjessa mukana päivittäin esimerkiksi lepoaikakellä. Musiikillisiin työtapoihin Hongisto-Åbergin, Linberg-Piiroisen ja Mäkisen teoksessa (1998, 86–87) luetaan kuunteleminen, laulaminen ja äänenkäyttö, soittaminen, musiikkiliikunta sekä muu luova ilmaisu. Nämä samat musiikilliset työvälineet ilmenivät myös kasvattajien vastauksista. Lasten koettiin tulevan mielellään mukaan erityisesti juuri päiväkodin musiikkihetkiin. Järvisen, Laineen & Suomisen (2009) mukaan yhteinen musisointi kehittää lapsen taitoja toimia ryhmässä. Laulamista voi olla yhteisissä lauluhetkissä, tai kun puetaan ulkovaatteita. Musiikkiin liittyviä sisältöjä ovat kuuntelu, laulaminen, soittaminen, musiikkiliikunta, rytmikasvatus, tanssi ja tutustuminen musiikin käsitteisiin. Tavoitteena on kokemusten saaminen, antaa välineitä itsensä ilmaisuun ja vahvistaa lapsen luovuutta. Yhteiset lauluhetket luovat myös yhteisöllisyyttä ja kuuluvuuden tunnetta. Laulamalla lapsi pystyy ilmaisemaan itseään.

Kasvattajat kertoivat lasten kohtaavan monenlaisia haasteita päivähoidossa. Haasteina voivat olla esimerkiksi tulo- ja hakutilanteet, siirtymätilanteet, ruokailu ja lepoaika. Kasvattajien haastatteluista ilmeni, että musiikkia pystyy käyttämään ja hyödyntämään näissä tilanteissa. Lapsi saattaa joutua odottamaan päiväkodissa paljon vuoroaan erilaisissa siirtymätilanteissa, joten näihin tilanteisiin esimerkiksi laulut ovat hyvä keino luoda myönteistä ilmapiiriä ja rauhoittaa sitä. Ruokonen (2011, 134) toteaa, että lapsi voi musiikin ja taiteen avulla oppia käsittelemään esimerkiksi pelkotilojaan. Lisäksi Bojner-Horwitz ja Bojner (2007, 72) mukaan musiikki auttavaa myös stressiin ja muihin epätyydyttäviin tunnetiloihin.

Mielestäni juuri näihin lasten haasteellisiin tilanteisiin kasvattajat voisivat hyödyntää musiikkia, ja näin osa kasvattajista tekikin.

Kasvattajien mukaan musiikki innostaa, motivoi sekä rauhoittaa lapsia. Lisäksi musiikki oli hyvä motivointi keino. Laulamalla saattoi saada turhautuneen lapsen esimerkiksi pukemaan tai odottamaan vuoroaan. Musiikin koettiin myös rauhoittavan vilkasta lapsiryhmää, ja esimerkiksi lepoaikalla käytetään usein rauhallista musiikkia. Lisäksi esimerkiksi jumppatuokion jälkeen rauhoittumista ja rentoutumista voi harjoitella rauhallisen musiikin avulla. Näiden asioiden perusteella mielestäni musiikkia kannattaisi käyttää nimenomaan lasten kanssa, joilla on esimerkiksi keskittymisvaikeuksia tai taipumusta aggressiiviseen käytökseen. Huottilainen ja Putkinen (2008) toteavat musiikillisen harjoittelun kehittävän myös esimerkiksi lapsen keskittymiskykyä ja haastatteluista nousi esiin myös musiikin auttavan lasta keskittymään. Nurmilaakso ja Välimäki (2011, 63) toteavat musiikilla olevan rauhoittava vaikutus. Mielestäni on huomioitava myös se, että musiikin lisäksi on paljon muitakin keinoja auttaa lasta tunteiden hallinnassa. Musiikista todetaan olevan paljon hyötyä, mutta esimerkiksi lapsen persoonallisuus tulee ottaa huomioon, miten lapsi parhaiten saa ilmaistua tunteitaan. Jotkut lapset voivat käsitellä paremmin tunteitaan esimerkiksi piirtämällä.

Musiikin avulla koettiin myös pystyvän opettamaan sosiaalisia taitoja. Ruokosen (2001, 132) mukaan luova musiikkiliikunta luo tilaa lapsen ajatuksille ja keholle. Erilaisten roolihahmojen kautta lapset saavat mahdollisuuden omata taitoja, mitä heillä ei ole. Kasvattajat kertoivatkin pitävänsä myös musiikkiliikuntaa ja musiikkileikkejä, missä lapsi saa kokeilla erilaisia rooleja. Tämä opettaa lasta hyvin eläytymään ja asettumaan toisten asemaan.

Kullberg-Piilolan (2000, 32) mukaan kieltämällä tunteiden näyttäminen pienestä pitäen johtaa siihen, että ihminen tarvitsee voimakkaita tunneärsyksiä tunteiden kokemiseen ja näyttämiseen. Voimakkaita tunneärsyksiä ihminen saattaa hakea esimerkiksi päihteistä ja väkivallasta. Mielestäni siis tunnetaitojen huomioimisella jo varhaiskasvatuksesta lähtien voi olla ennaltaehkäisevä näkökulma.

Aikaisempiin tutkimuksiin verrattaessa löytyy joitain samoja tuloksia. Suvi Laihon (2002) pro gradussa musiikki vaikuttaa psyykkiseen itsesäätelyyn ja musiikki tarjoaa itsehallinnan kokemuksia. Lisäksi musiikin avulla pystyy prosessoimaan omia kokemuksiaan. Johanna Mäkisen (2012) opinnäytetyössä musiikilla ei ollut painoarvoa kaikissa päiväkodeissa. Päiväkodit kokivat, että musiikkia voi käyttää hyödyksi arkeen liittyvissä asioissa. Omassa tutkimuksessani myös musiikkia käytettiin eri verran riippuen päiväkodista. Lisäksi musiikkia käytettiin paljon arjen eri tilanteissa. Lindroosin (2015) opinnäytetyössä myös todettiin musiikin tukevan lapsen emotionaalisia taitoja. Lisäksi musiikki tuotti lapsille positiivisia musiikkielämyksiä ja onnistumisen tunteita.

Näyttääkin siis paljon olevan asioita, jotka puhuvat sen puolesta, että musiikki on hyödyllistä ja tärkeää käyttää päiväkodissa. Haastatteluista nousi paljon samoja asioita esille mitä lähdeaineistonikin toteaa. Musiikki tuntuu sopivan hyvin lapsen haasteellisiin hetkiin päiväkodissa. Lisäksi musiikin avulla voi harjoitella tunteiden tunnistamista, rauhoittumista sekä musiikin avulla pystyy myös motivoimaan lapsia. Musiikki herättää meissä tunteita siksi, että se liittyy elämänhistoriaamme herättäen hyviä tai ikäviä muistoja (Kososen 2010, 299-300). Tämä varmasti selittää sen, että aikuisenakin vielä muistaa lauluja mitä on paljon laulanut lapsena. Mielestäni musiikin hyödyistä tulisi olla tietoinen muutkin kuin vain päiväkodin kasvatijat. Hyödyllistä olisi, jos neuvolasta lähtien jo tiedotettaisiin vanhemmille musiikin vaikutuksista ja hyödyistä.

10 POHDINTA

Ennen opinnäytetyöprosessin alkua jo tiesin, että haluaisin kirjoittaa lapset ja musiikki aiheeseen liittyen. Lopulta opinnäytetyön aiheeksi muotoutui musiikki tukena lapsen tunnetaitojen kehityksessä päiväkodissa, sillä olen huomannut joidenkin lasten tarvitsevan aikuisen apua tunteiden hallinnassa. Tavoitteenani oli saada ideoita, miten musiikkia voisi hyödyntää päiväkodin arjessa liittyen lasten tunnetaitojen kehitykseen.

Teoriaosuuden saaminen selkeäksi ja loogiseksi tuntui aluksi haasteelliselta, mutta loppujen lopuksi olen tyytyväinen ja sain mielestäni tärkeät ja oleelliset asiat esille opinnäytetyössäni. Haastatteluiden kuunteleminen ja litterointi oli aikaa vievää, mutta oli tärkeä osa opinnäytetyön prosessia. Päiväkodin kasvattajat ovat kiireisiä työssään ja opinnäytetyöhön käytetty aika on rajallista, mutta olen tyytyväinen haastateltavien panostukseen ja sain mielestäni monipuolisia vastauksia. Kasvattajat tuntuivat myös kiinnostuvan aiheesta ja lähtevän mielellään kanssani yhteistyöhön.

Opinnäytetyön prosessi on kasvattanut ammattitaitoani. Olen saanut paljon tietoa tunteista, lasten tunnemaailmasta, miten musiikki niihin vaikuttaa meihin ja miten musiikkia voisi hyödyntää päiväkodissa. Olen saanut tarkastella tätä lapsen ja varhaiskasvatuksen näkökulmasta, mikä on itselleni mielenkiintoista. Mielestäni opinnäytetyö antoi lisää tietoa ja valmiuksia juuri varhaiskasvatuksen työkentälle. Lisäksi opinnäytetyötä tehdessä olen saanut kokemusta kehittämis- ja tutkimusosaamisesta, joka on hyödyllistä sosionomin (AMK) työn kannalta. Olen saanut tietoa laadullisen tutkimuksen lisäksi myös määrällisestä sekä toiminnallisesta tutkimuksesta. Kehittämis- ja tutkimusosaamisesta on tulevaisuudessa hyötyä esimerkiksi palvelun laadun kehittämisessä.

Opinnäytetyöni oli laadullinen tutkimus, joten mielestäni musiikki aihetta voisi tarkastella myös havainnoimalla tai määrällisellä tutkimuksella. Lasten tunnetaitoja voisi tarkastella musiikin lisäksi myös muiden taideaineiden kautta, kuten esimerkiksi kuvataiteen. Havaitsin kerätessäni aineistoa opinnäytetyöhöni, että musiikin

vaikutuksista lapsen kielelliseen kehitykseen löytyy myös paljon tietoa, joten se olisi myös mielenkiintoinen tutkimusaihe. Mielestäni aihetta voisi tutkia lisäksi haastattelemalla vanhempia, kuinka paljon he käyttävät musiikkia tai ovat tietoisia musiikin hyödyistä.

Kokonaisuudessaan onnistuin mielestäni hyvin opinnäytetyön prosessissa ja rajallisen ajankäytön puitteissa olen siihen tyytyväinen. Laadullisen tutkimuksen vuoksi kovin yleistäviä johtopäätöksiä on vaikea tehdä, sillä haastattelut suoritin kahdesta eri päiväkodista. Kuitenkin koen, että opinnäytetyössäni saatuja tuloksia pystyy varmasti hyödyntämään työelämässä. Toivon, että kasvattajat ja muut tiedostavat musiikin tärkeyden ja sen hyödyt. Lapsen tunnemaailma on kehittyvässä vaiheessa ja musiikki on turvallinen keino lapselle tutkia ja käsitellä tunteita ja harjoitella tunteiden hallintaa.

LÄHTEET

- Bojner-Horwitz, E & Bojner, G. 2007. Mielihyvää musiikista. Vantaa: Dark Oy.
- Dowling, M. 2000. Young Children's personal, social and emotional development. London: Paul Chapman.
- Eerola, T & Saarikallio, S. 2010. Musiikki ja tunteet. Teoksessa: J, Louhivuori & S, Saarikallio (toim). Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Atena. 259-278.
- Eerola, T. 2010. Musiikki ja kuluttaja käyttäytyminen. Teoksessa: J, Louhivuori & S, Saarikallio (toim). Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Atena. 327-340..
- Eskola, J & Suoranta, S. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino
- Haapasalo, T & Kirkkopelto, K. 2013. Molli: Hyvällä mielellä vai pahalla päällä, tunteet taidoksi. Helsinki: Lasten Keskus
- Hirsjärvi, S & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki : Gaudeamus Helsinki University Press 2008.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hongisto-Åberg, M. Lindeberg-Piiroinen, A & Mäkinen, L. 1998. Musiikki varhaiskasvatuksessa. Tampere: Tammerpaino Oy.
- Hughes, D. 2011. Kiintymyseskeinen vanhemmuus. Toimivuutta kasvatukseen. Tampere: PT-kustannus.
- Huotilainen, M & Putkinen, V. 2008. Musiikkiharrastus vaikuttaa voimakkaasti lapsen aivotoimintaan. [Verkkolehtiartikkeli]. Musiikki: Suomen musiikkitieteellinen seura 38: 3-4. Saatavana Elektra-palvelusta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Hämeenniemi, E. 2007. Tulevaisuuden musiikin historia. Helsinki: Basam Books Oy.
- Isokorpi, T. 2004. Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen. Jyväskylä: PS-kustannus
- Jalovaara, E. 2008. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa. Jyväskylä: Media-pinta.
- Järvinen, M. Laine, A & Hellman-Suominen, K. 2009. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Helsinki: Kirjapaja

- Kalland, M. 2011. Päivähoito kiintymyssuhdeteorian valossa. Teoksessa: J. Sinkkonen & M. Kalland, M (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY. 147-169.
- Kalliopuska, M. 1995. Sosiaaliset taidot. Helsinki: Painatuskeskus.
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kangaspunta, T. 2014. Pienten lasten tunteet ja tunteiden merkitys arjessa. [verkojulkaisu]. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Pro gradu-tutkielma. [Viitattu 1.10.2016]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-201407092222>
- Kanninen, K & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut- Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kokkonen, M. 2010. Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kosonen, E. 2010 Musiikkiharrastusten motivaatio. Teoksessa: J, Louhivuori & S, Saarikallio (toim). Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Atena. 295-310.
- Kronqvist, E-L & Pulkkinen, M-L. 2007. Kehityspsykologia. Matkalla muutokseen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Kullberg-Piilola 2000. Miksi tunnetaitoja tarvitaan? Teoksessa: A. Peltonen & T. Kullberg-Piilola. Tunnemuksu, tunnetaitoja perheille ja kasvattajille. Helsinki: Kirjapaja Oy. 19-36.
- Laiho, S. 2002. Musiikki nuorten kehityksen ja psyykkisen itsesäätelyn tukena. Pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Lehtiranta, E. 2004. Musiikin korkeammat oktaavit: ääni ja musiikki meissä ja maailmankaikkeudessa. Helsinki: Dialogia Oy.
- Lindroos, I. 2015. Musiikkituokion merkitys lapselle varhaiskasvatuksessa. [Verkojulkaisu]. Vaasa: Vaasan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 7.10.2016]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2015112617906>
- Lupton, D. 1998. The emotional self. London: Sage.
- Mantere, M. 2012. Miten musiikkia ymmärretään? [Verkkolehtiartikkeli]. Suomen musiikkiteollinen seura. [Viitattu 26.9.2016]. Saatavana: <http://libts.seamk.fi:2199/se/m/0355-1059/42/2/mitenmus.pdf>

- Meirän vasu. 2012. Hyvä varhaiskasvatus Seinäjoella. Lapsen hoidon ja kasvatuksen pedagoginen osio. [Verkkojulkaisu]. Seinäjoen kaupunki/Varhaiskasvatus. [Viitattu 20.9.2016]. Saatavana: https://www.seinajoki.fi/material/attachments/seinajokifi/paivahoitojakoulutus/varhaiskasvatus/julkaisutjaohjelmat/6FZbqKGtp/Meiran_vasu.pdf
- Mäkinen, J. 2012. Musiikki päiväkodissa. [Verkkojulkaisu]. Vaasa: Vaasan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 7.10.2016]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2012112616616>
- Nolen-Hoeksema, S. Fredrickson, B. Loftus, B & Lutz, C. 2014. Atkinson & Hilgard's introduction to psychology. United Kingdom: Cengage learning EMEA.
- Nurmilaakso, M & Välimäki, A-L. 2011. Lapsi ja kieli. Kielellinen kehittyminen varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Unigrafia Oy. Yliopistopaino.
- Peltonen, A. 2000. Tunnetaidot ovat kaikkien ulottuvilla. Teoksessa: A. Peltonen & T.Kullberg-Piilola. Tunnemuksu, tunnetaitoja perheille ja kasvattajille. Helsinki: Kirjapaja Oy. 13-18.
- Ruokonen, I. 2001. Äänimaisemia ja ilmaisun iloa musiikin kielellä. Teoksessa: S, Karppinen, A, Puurula & I, Ruokonen. Taiteen ja leikin lumous: 4-8 vuotiaiden lasten taito- ja taidekasvatus. Helsinki: Finn Lectura.
- Ruokonen, I. 2011. Lapsen musiikillinen maailma. Teoksessa: E, Hujala & L, Turja (toim). Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus. 122-135.
- Saarikallio, S. 2009. Musiikki ja nuoren psykososiaalinen kehitys. Teoksessa: J, Louhivuori, P, Paananen & L, Väkevä (toim). Musiikkikasvatus, näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen. Jyväskylä: Suomen musiikkikasvatustuseura. 221-232.
- Sinkkonen, J. 2011. Musiikki yhtä aikaa yksilöllistä ja jaettua. Teoksessa: J, Louhivuori, P, Paananen & L, Väkevä (toim). Musiikkikasvatus. Näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen. Jyväskylä: Suomen musiikkikasvatustuseura. 289-298.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Walliman, N. 2006. Social research methods. London: Sage Publications.
- Varhaisiän musiikkikasvatus. 2007. [verkkosivusto]. Suomen musiikkioppilaitoksen liitto. [Viitattu 23.10.2016]. Saatavana: http://www.musiikinopetus.fi/fi/jarjestelma/varhaisian_musiikkikasvatus

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2016. [Verkkajulkaisu]. Opetushallitus. [Viitattu 23.10.2016]. Saatavana: http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf

Webster-Stratton, C. 2011. Kuinka edistää lasten sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja. Helsinki: Profami Oy.

Vilen, M. Vihunen, R. Vartiainen, J. Siven, T. Neuvonen, S & Kurvinen, A. 2011. Lapsuus: erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOYpro OY.

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Haastattelurunko

LIITE 1 Saatekirje

Hei päiväkodin työntekijät!

Olen sosionomi(AMK) opiskelija Maria Haapamäki Seinäjoen ammattikorkeakoulusta. Teen tällä hetkellä opinnäytetyötä aiheesta musiikki tukena lapsen tunnekasvatuksessa. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää musiikin käyttöä tunnekasvatuksen välineenä varhaiskasvatuksessa.

Aineistonkeruu tapahtuu teemahaastattelemalla varhaiskasvattajia. Haastattelurunko on mahdollista lähettää etukäteen nähtäväksi ennen haastatteluja. Haastattelu kestää noin 30-45min. Opinnäytetyön on tarkoitus valmistua viimeistään joulukuussa 2016 ja se julkaistaan theseuksessa (www.theseus.fi). Päiväkodin ja haastateltavien nimet eivät tule ilmi opinnäytetyössä.

Yhteistyöterveisin ☺

Maria Haapamäki



LIITE 2 Haastattelurunko

HAASTATTELUKYSYMYKSET

Taustatiedot

- Koulutus
- Ryhmän lasten ikä

Esimerkkejä lapsen tunteista päivähoitossa?

- Millaisia tunteita lapset ilmaisevat päivähoiton arjessa ja miten? Ilmaisevatko kaikki?
- Onko tunteita, mitä lapset eivät ilmaise?
- Mitä haasteita lapsi kohtaa päivähoitossa päivän aikana?

Havaintoja musiikin käytöstä päivähoitossa?

- Käytätkö musiikkia päiväkodissa? Millaista? Kuinka usein?
- Miten lapset reagoivat päiväkodin musiikkihetkiin?

Musiikki apuna lasten tunnetaitojen säätelyssä ja opettelussa

- Missä tilanteissa voisit hyödyntää musiikkia työssäsi?
- Mitä taitoja koet, että lapselle voisi opettaa musiikin avulla?
- Miten pyrit säätämään lasten tunneilmaisua?
- Mikä helpottaa lapsen oloa päivähoitossa?