

The Diak logo is located in the top right corner of the page. It consists of the word "Diak" in a bold, pink, sans-serif font. The letter "i" has a small white dot, and the letter "k" has a small white crossbar. The background of the page features a large, abstract graphic of overlapping pink and white curved shapes.

Anni Lindström
Pirja Suorsa

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Laurea-ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö, 2019

SOSIAALISTEN TAITOJEN VAHVISTAMINEN ALAKOULUSSA JOTAIN RAJAA! -OPETUSAI- NEISTON AVULLA

TIIVISTELMÄ

Anni Lindström & Pirja Suorsa

Sosiaalisten taitojen vahvistaminen alakoulussa Jotain rajaa! -opetusaineiston avulla

67 s., 2 liitettä

Syksy 2019

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Laurea-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi (AMK)

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli kerätä kokemuksia Jotain rajaa! -opetusaineistosta alakoulun toisen luokan oppilailta sekä luokanopettajilta. Opinnäytetyö toteutettiin vantaalaisessa alakoulussa toisen luokan oppilaille tiiviissä yhteistyössä luokanopettajien kanssa. Opinnäytetyön toiminnalliseen osuuteen kuului kuusi Jotain rajaa! -oppituntia ja ne pidettiin keväällä 2019. Opetusaineiston on tuottanut Suomen Mielenveysseura, nykyiseltä nimeltään MIELI Suomen Mielenveys ry.

Opinnäytetyön tavoitteena oli vahvistaa oppilaiden sosiaalisia taitoja ja lisätä yhteisöllisyyttä luokassa sekä laajentaa oppilaiden tietoisuutta koulukiusaamisesta ja sen seurauksista. Oppilaat pääsivät Jotain rajaa! -oppitunneilla harjoittelemaan tavoitteeksi asetettuja taitoja ja osallistumaan monipuolisesti toimintaan. Kokemukset Jotain rajaa! -opetusaineistosta olivat pääosin positiivisia luokan oppilaiden sekä opettajien mielestä. Jotain rajaa! -opetusaineiston hyödyntäminen eri ikäluokille koulumaailmassa olisi luokanopettajien mielestä tärkeää.

Opinnäytetyön teoreettisessa tietopohjassa kerrottiin sosiaalisista taidoista, kiusaamisen ehkäisystä ja ikäryhmän kehityksestä. Toiminnallisen osuuden kappaleessa kuvattiin suunnittelu-, toteutus- ja arviointivaiheita sekä oppituntien kulkua. Lopuksi pohdittiin opinnäytetyön etiikkaa, ammatillista kasvua sekä luotettavuutta. Opinnäytetyön yhteenvedossa kerrottiin Jotain rajaa! -oppitunneista saatuja kokemuksia sekä johtopäätöksissä tuodaan esiin jatkoehdotuksia.

Keräämiemme kokemusten perusteella Jotain rajaa! -opetusaineisto tarjoaa konkreettisia tapoja, joilla oppilaiden välisiä vuorovaikutussuhteita voidaan tukea. Jotain rajaa! -opetusaineistoa voidaan käyttää vaivattomasti myös osissa, tärkeintä on valita kohdejoukon tarpeita vastaavat oppitunnit Jotain rajaa! -opetusaineistosta.

Valmis opinnäytetyö julkaistaan MIELI Suomen Mielenveys ry:n internetsivuilla sekä toimitetaan työelämäkumppanille vantaalaiseen alakouluun.

Asiasanat: Sosiaaliset taidot, yhteisöllisyys, koulukiusaaminen, alakoulu

ABSTRACT

Anni Lindström & Pirja Suorsa

Strengthening of social skills in comprehensive school with Jotain rajaa! -teaching material

67 p., 2 appendices

Autumn 2019

Diaconia University of Applied Sciences, Laurea University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

Bachelor of Social Services

The purpose of this function thesis was to gather experiences on the Jotain rajaa! -teaching material from comprehensive school students and class teachers. The thesis was carried out in one of comprehensive school of the City of Vantaa for second-class students in close cooperation with class teachers. The functional part of the thesis included six the Jotain rajaa! -lessons which were held in spring 2019. Teaching materials has been produced by Suomen Mielenterveysseura, new name for organization is MIELI Suomen Mielenterveys ry.

The target of the thesis was to strengthen the social skills of the students and to increase their sense of community in the classroom and also to increase their awareness of school bullying and its consequences. Students in the Jotain rajaa! -lessons practiced targeted skills and participated diversely on activities. Experiences on the Jotain rajaa! -teaching material were mostly positive. Class teachers think that use of the Jotain rajaa! -teaching material is important in school environment.

The theoretical knowledge base of the thesis informs about social skills, bullying prevention and age development. The section of the functional part describes planning, execution and assessment phases and also lesson descriptions. In the end the ethics, professional growth and reliability of the thesis is considered. The summary of the thesis reports the experiences from the Jotain rajaa! -lessons and conclusions brings forth additional suggestions.

Based on gathered experiences, the Jotain rajaa! -teaching material provides concrete ways to support the interaction between the students. The Jotain rajaa! -teaching material can be easily used in smaller segments. The most important thing is to choose the lessons from the Jotain rajaa! -teaching material that respond to the needs of the students.

The thesis will be published on the website of MIELI Suomen Mielenterveys ry and send to a working life partner in a Vantaa comprehensive school.

Keywords: Social skills, sense of community, school bullying, comprehensive school

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 SOSIAALISET TAIDOT	6
2.1 Lapsen itsesäätely	9
2.2 Tunnetaidot.....	9
3 YHTEISÖLLISYYS JA OSALLISUUS.....	12
3.1 Kiusaamisen ehkäisy alakoulussa	14
3.2 Lasten yksinäisyys.....	16
4 ALAKOULUIKÄISEN KEHITYS	18
4.1 Vuorovaikutustaitojen merkitys luokan ilmapiiriin	19
4.2 Oppiminen leikin kautta	22
5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	24
6 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ.....	25
6.1 Työelämäkumppanit	25
6.2 Jotain rajaa! -opetusaineisto.....	27
6.3 Toimintaympäristö ja kohdejoukko	28
6.4 Toiminnan suunnittelu.....	29
7 JOTAIN RAJAA! -OPPITUNTIEN TOTEUTUS.....	31
7.1 Oppitunti 1, Oonks mä tehny jotain?.....	32
7.2 Oppitunti 2, Mangapoika.....	34
7.3 Oppitunti 3, Haloo Suski?	36
7.4 Oppitunti 4, Siivetön keiju	36
7.5 Oppitunti 5, V.V.V	38
7.6 Oppitunti 6, Raja on siinä, mihin sen vetää	39
8 ARVIOINNIN TOTEUTUS.....	42
8.1 Havainnointi	42
8.2 Haastattelu.....	43
9 ARVIOINTI TOIMINNASTA	46

9.1 Oppituntien havainnointi	46
9.2 Oppilaiden kokemukset Jotain rajaa! -opetusaineistosta.....	48
9.3 Opettajien kokemukset Jotain rajaa! -opetusaineistosta	50
9.4 Toiminnan arvioinnin yhteenveto	51
10 POHDINTA.....	53
10.1 Eettisyys ja luotettavuus	55
10.2 Ammatillinen kasvu	56
10.3 Johtopäätökset	59
LÄHTEET	61
LIITE 1. Tiedote huoltajille	66
LIITE 2. Haastattelukysymykset	67

1 JOHDANTO

Koulu on ympäristö, jossa kaikkien tulisi voida harjoitella yhdessä olemista turvallisesti (Nurmi, Sillanpää & Hannukkala 2016, 114). Luokassa saavutettu hyvä ilmapiiri luo hyväksytyt ja turvallisen olon oppilaille yksilöinä ja ryhmän jäsenenä (Ståhlberg 2019, 33). Tärkeänä tavoitteena on yrittää saavuttaa positiivinen, innostunut ja rento oppimistila luokkaan (Huotilainen 2019, 38). Koululuokan positiivinen ja muut huomioonottava ilmapiiri toimii kiusaamista ehkäisevänä elementtinä. Kiusaamista voi ennalta ehkäistä kannustamalla oppilaita ottamaan muut huomioon ja opettamalla mitä voi tehdä eri tilanteissa. (Hamarus 2012, 24–25.)

Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä keräsimme alakoulun toisen luokan oppilaiden ja opettajien kokemuksia Jotain rajaa! -opetusaineistosta. Toteutimme toiminnallisen osuuden luokanopettajien kanssa yhteistyössä vantaalaisen koulun toisella luokalla. Luokalla on 34 oppilasta ja kaksi opettajaa, joista toinen on erityisopettaja ja toinen luokanopettaja. Opinnäytetyömme tavoitteena oli vahvistaa oppilaiden sosiaalisia taitoja ja lisätä yhteisöllisyyttä luokassa sekä laajentaa tietoisuutta koulukiusaamisesta ja sen seurauksista. Opinnäytetyömme tuki käytössä olevan opetussuunnitelman sisältöä.

Opinnäytetyössämme käytimme Jotain rajaa! -opetusaineistoa, joka on suunniteltu alakoulujen käyttöön. Opetusaineiston on tuottanut Suomen Mielensterveysseura ja se on tuotettu opettajille kaverisuhteiden ja kiusaamisen käsittelyyn kouluissa. Opetusaineistoon kuuluu kymmenen oppituntia, joista toteutimme kuusi kevään 2019 aikana. Jokainen oppitunti sisälsi aloitus- ja lopetusharjoitteet sekä vuorovaikutteisen video-osuuden.

Suomen Mielensterveysseura vaihtoi kesällä 2019 nimeään ja uusi nimi järjestölle on MIELI Suomen Mielensterveys ry. Käyttäessämme Jotain rajaa! -opetusaineistoa oli työelämäyhteistyökumppanina Suomen Mielensterveysseura.

Aihe on meille tärkeä, koska haluamme työskennellä lasten parissa ja tukea heidän kasvuaan sekä kehitystään. Aihe on ammatillisesti osa sosionomin

työkenttää, ja halusimme rajata opinnäytetyömme alakouluikäisiin lapsiin. Sosionomin työnkuvaan kuuluu vahvasti ryhmänohjaaminen, vuorovaikutuksen vahvistaminen sekä lapsen kasvun ja kehityksen tukeminen. Kaverisuhteet voidaan nähdä kouluympäristössä tärkeänä osana lapsen arkea ja lasten väliseen vuorovaikutukseen tuo omat haasteensa suuret ryhmäkoot.

2 SOSIAALISET TAIDOT

Junttilan (2015, 161) mukaan sosiaaliset taidot sisältävät kyvyn johtaa itseään ja käyttäytymistään. Taidoilla pyritään myönteisiin sosiaalisiin kohtaamisiin. Oman käyttäytymisen suhteuttaminen tilanteeseen on osa sosiaalisia taitoja, joita ovat esimerkiksi tunteiden ja aggression hallinta tilanteeseen soveliaalla tavalla. Oikean tavan toimia voi löytää vain kokeilemalla eri tapoja. Onnistumiset ja epäonnistumiset luovat ymmärryksen siitä, mikä on mihinkin tilanteeseen soveliaasta. Totutusta poikkeavalla tavalla reagoivat lapset tulevat helposti torjutuiksi, ja sosiaalisten taitojen puute lisää riskiä joutua ulkopuoliseksi kaveripiirissä. Tämä johtaa siihen, että negatiivinen käyttäytyminen jatkuu ja vahvistuu, koska yksin ei voi harjoitella yhdessä olemista eivätkä sosiaaliset taidot pääse kehittymään. Ilman näitä taitoja on taas vaikea liittyä ryhmään ja saada kavereita.

Kurki (2017, 68) kertoo väitöskirjassaan alakoulun oppilaiden pyrkivän säätelemään sosio-emotionaalisesti haastavia tilanteita yhdistämällä erilaisia strategioita. Strategian valintaan vaikuttaa tilannekohtaiset tekijät kuten opettajan osallistuminen ja vuorovaikutus muiden kanssa sekä oppilaiden sosiaaliset taidot.

Sosiaaliset taidot kehittyvät vuorovaikutuksessa. Tunne- ja vuorovaikutustaidot toimivat pohjana kyvyille luoda myönteisiä, toimivia ihmissuhteita. Itsensä ja muiden arvostaminen sekä oman sisäisen maailman tuntemus tukevat hyvinvointia ja ihmisenä kasvua. Myönteisessä yhteydessä muihin opitaan kunnioittamaan erilaisuutta ja kasvatetaan luottamusta ympäröivään maailmaan. Ristiriitatilanteita syntyy väistämättä, mutta niitä voidaan oppia ratkaisemaan yhteisymmärryksessä, toista loukkaamatta. (Talvio & Klemola 2017, 95–96.) Sosiaalisilta taidoiltaan taitava lapsi osaa pyrkiä kohti tavoitettaan muut huomioiden ja samalla omat rajansa säilyttäen. Sosiaalisen kehityksen edellytyksenä on vastavuoroinen vuorovaikutus toisten lasten, vanhempien sekä muiden aikuisten kanssa. (Ritokoski 2010, 60.)

Toukola, Karukivi ja Saarijärvi (2015) kertovat sosiaalisten taitojen olevan opittuja ja ne kertovat ihmisen kyvystä olla kanssakäymisessä muiden kanssa. Lapsilla, joilla on heikot sosiaaliset taidot, on usein puutteita myös tunnesäätelyssä.

Sosiaaliin taitoihin kuuluvat osaltaan hyvät käytöstavat, kuten muiden huomioon ottaminen, kunnioittaminen sekä anteeksi pyytäminen. Pyytämällä anteeksi voi korjata aikaisemman virheellisen käytöksensä ja osoittaa toiselle olevansa pahoillaan, sekä halunsa sovittaa virheellinen käytös. (Kärkkäinen 2017, 65.)

Keltikangas-Järvisen (2010, 22–23) mukaan sosiaaliset taidot ovat osittain kulttuurisidonnaisia ja kulttuuri ohjaa, mitä sosiaalisia ominaisuuksia missäkin tilanteessa otetaan käyttöön. Yksi tärkeimmistä sosiaalisista taidoista on kyky valita sopiva ratkaisu käsillä olevaan ongelmaan. Sosiaalisesti taitavalla henkilöllä on laaja valikoima erilaisia ongelmanratkaisuja, joista hän pystyy valitsemaan tilanteeseen parhaiten sopivan toimintamallin ja hyödyntämään sitä turvautumatta aggressioon. Sosiaaliin taitoihin kuuluu myös kyky asettua toisen asemaan ja ymmärtää miltä toisesta tuntuu sekä miten oma toiminta vaikuttaa muihin ihmisiin.

Sosiaaliin taitoihin liittyy myös vahva eettinen ja moraalinen näkökulma. Sen lisäksi, että sosiaalinen kanssakäyminen on sujuvaa, täytyy sen olla myös moraalisesti ja eettisesti hyväksyttävää. Kulttuurin arvojen mukaisesti käyttäytyäkseen lapsi tarvitsee aikuisten ohjausta ja opastusta. Monesti väkivaltaa tai sen uhkaa käyttämällä pääsee nopeasti omaan tavoitteeseensa, mutta vaikutus on kuitenkin vain hetkellinen. Yhteisön normista poikkeavalla käytöksellä on usein haitallisia pitkän aikavälin vaikutuksia, jotka tulevat vasta myöhemmin esille. Sosiaalisesti hyväksyttävästi käyttäytyäkseen lapsi tarvitsee kasvatusta, joka ohjaa häntä kohti hyväksyttävämpiä ratkaisuja. (Keltikangas-Järvinen 2010, 23–24.)

Sosiaalisten taitojen keskipisteenä pidetään empatiaa, joka tarkoittaa kykyä asettua toisen asemaan. Empatiaa kokeva lapsi pystyy esimerkiksi kiusaamistilanteessa vetäytymään eikä lähde kiusaamiseen mukaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 60.) Empatiaan sisältyy sensitiivinen herkkyyks, joka tarkoittaa kykyä havaita toisten tunteita. Empatiakyky kehittyy yksilöllisesti ja toisilla on taipumus kokea herkemmin empatiaa. Sosiaalisen vuorovaikutuksen onnistumisen kannalta

on erittäin tärkeää, että osapuolet havaitsevat toistensa tunnetilat ja osaavat muokautua niihin. Empatiaa voidaan harjoitella kuuntelemalla ja kohtaamalla toisia ihmisiä. Lapset oppivat empatiaa aikuisten esimerkin kautta, oppimista tukee kohdatuksi ja kuulluksi tulemisen tunne. Omien tunteiden tunnistaminen edesauttaa myös toisten tunteiden tunnistamista ja huomioon ottamista. (Nurmi ym. 2016, 86.)

Tärkeää on osata toimia tavalla, joka ei loukkaa muita. Sosiaalinen kompetenssi sisältää kyvyn ilmaista tunteita sosiaaliseen tilanteeseen nähden sopivalla tavalla sekä vastata sosiaalisissa tilanteissa muiden tekemiin aloitteisiin tai tehdä aloite itse. Sosiaalinen kompetenssi määritellään niin, että henkilö ymmärtää sosiaalisia tilanteita ja toimii tavalla, joka edesauttaa omia sekä yhteisten päämäärien saavuttamista. Temperamenttipiirteet sekä itsetunto liittyvät myös sosiaaliseen kompetenssiin. Juntila määrittelee sosiaalisen kompetenssin pro- ja antisosiaalisen käyttäytymisen kautta. Yhteistyötaidot sekä empatiakyky kuuluvat muiden muassa prososiaalisuuteen. Impulsiivisuus ja häiritsevyys nousevat esiin antisosiaalisuudesta. Impulsiivisuudessa on kyse emootioiden säätelyn ongelmista ja impulsiivisesti käyttäytyvä henkilö on arvaamaton ja käyttäytyminen herättää muissa hämmennystä. Häiritsevyys on usein tahallista, kuten kiusaamista, häiritsemistä ja ärsyttämistä. Yhteenvetona sosiaalisesti kompetenttien henkilöiden on hallittava vahva empatiakyky sekä yhteistyötaidot. Lapsuudessa ja nuoruudessa tapahtuva sosiaalisen kompetenssin muodostuminen on keskeinen kehitysvaihe ja sosiaalisen kompetenssin muodostuminen jatkuu läpi elämän. (Juntila 2010b, 35–37.)

Sosiaalinen kompetenssi on luonteeltaan monipuolinen. Koulussa tapahtuvissa sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa lapset oppivat normeja ja hyväksyttäviä tapoja käyttäytyä. Sosiaalisista kompetensseista puhuttaessa koulumaailmassa, kiusaaminen, ärsyttäminen ja kiusoittelu ovat selvästi näkyvämpiä kuin yhteistyö toisten kanssa tai empaattisuus. (Juntila 2010a, 49–52.)

2.1 Lapsen itsesäätely

Riivarin tutkimuksen tuloksista (2017, 32–39) käy ilmi, että alakoulun ensimmäisten luokkien oppilaiden itsesäätelyn haasteet ovat yhteydessä ryhmässä toimimiseen, toiminnan ohjauksen haasteisiin sekä tunnesäätelyyn. Opettajien kokemusten mukaan oppilaiden tunteiden tunnistaminen sekä säätelykyvyn puute johtaa helposti ei toivottuun käytökseen, kuten aggressiivisuuteen tai toisille rumasti puhumiseen ja kiroiluun. Opettajat kertoivat tutkimuksessa kokeneensa konkreettiset harjoitukset parhaiksi tunteiden säätelyä opeteltaessa. Tilanteiden läpi käyminen kaikkien näkökulmat huomioon ottaen ja yhdessä ratkaisumalleja etsien koettiin toimivaksi.

Riivari (2017, 45) mainitsee ensimmäisen luokan oppilaiden itsesäätelyssä olevan paljon eroavaisuuksia. Oppilaiden itsesäätelyn eroavaisuuksiin vaikuttaa yksilöllinen temperamentti ja tapa reagoida asioihin, sekä oppilaiden tausta ja aiemmat toimintaympäristöt. Itsesäätelyn haasteita omaaville oppilaille aiheuttavat erityisesti ongelmia tilanteet, joissa pitää toimia itseohjautuvasti. He tarvitsevat aikuisen tukea itsesäätelyn kehittymiselle.

Liukkonen (2017, 32–35) kertoo negatiivisen käytöksen haasteiden olevan näkyvissä jo toisen luokan oppilailla ja niiden vaikuttavan luokan ilmapiiriin. Hän korostaa ennaltaehkäisevien toimien tärkeyttä ja lisätutkimuksia aiheesta, ennen kuin ongelmat lisääntyvät. Hänen tutkimuksensa mukaan käyttäytymisen haasteet ovat yhteydessä alhaiseen koulusuoriutumiseen. Liukkosen tutkimuksen (2017, 14, 29) perusteella ensimmäisellä ja toisella luokalla pojilla on hieman enemmän käytöshäiriöitä kuin tytöillä, hän kertoo mahdollisten käytöshäiriöiden olevan tunnistettavissa jo alakoulun ensimmäisillä luokilla.

2.2 Tunnetaidot

Tunteet vaikuttavat siihen, miten tulkitsemme ympäristöä, mitä siitä muistamme ja mikä unohtuu. Tunteiden avulla muodostamme käsityksen, onko ympäristö turvallinen vai uhkaava. Aikaisemmat elämäkokemukset tuottavat uskomuksia,

joiden perusteella teemme nopeita tulkintoja uusista tilanteista. Se, minkälaisia tunteita juuri sillä hetkellä koemme, vaikuttaa tulkintaan. Mitä voimakkaampia tunteita koemme, sitä helpommin teemme vääriä tulkintoja. (Sadeniemi, Häkkinen, Koivisto, Ryhänen & Tsokkinen 2019, 16.)

Tunteiden säätely on osittain automaattista, mutta sitä voi myös opetella. Temperamentti liittyy vahvasti tunnesäätelyyn. Temperamentilla tarkoitetaan synnynäistä tapaa reagoida, se on ihmisessä pysyvä ominaisuus, jota on vaikea tai lähes mahdotonta muuttaa. Temperamentti selittää myös ihmisten välisiä eroja aktiivisuustasossa sekä sosiaalisuudessa. Ihmisillä, joilla on tunnesäätelyn vaikeuksia, on usein myös jo lapsena ollut vaikeuksia rauhoittua ja he kokevat voimakkaita tunteita. (Sadeniemi ym. 2019, 19–20.)

Kokkosen (2017a, 12–13) mukaan Talarico, Berntsen ja Rubin (2009) toteavat tunteilla olevan paljon tehtäviä. Sen lisäksi, että ne ohjaavat meitä käyttäytymään ympäristöön sopivalla tavalla, lisäävät ne mielihyvän kokemista, yhteenkuuluvuutta sekä auttavat meitä asettamaan asiat tärkeysjärjestykseen. Myönteisten tunteiden on osoitettu tukevan luovaa ongelmaratkaisua, tunteet myös nopeuttavat oppimista ja muistamista. Muistamme paremmin tapahtumia, joihin liittyy jokin tunne. Tunteet ohjaavat meitä kulkemaan kohti tavoitteitamme ja osoittavat, mitkä asiat elämässä tuottavat hyvää ja mitkä taas eivät (Sadeniemi ym. 2019, 122).

Hyvinvoinnin ja tasapainoisen elämän kannalta tunnesäätelyllä on tärkeä tehtävä. Tunteiden säätelyn avulla pystymme vahvistamaan vuorovaikutussuhteita ja rakentamaan kestäviä ystävyyssuhteita. Tunnesäätelyn avulla voimme hillitä negatiivisia tunteita kuten vihaa tai mustasukkaisuutta, mutta myös kokemaan positiivisia tunteita ja nauttimaan niistä. (Kokkonen 2017a, 23.)

Eri tunteet aiheuttavat kehossamme fyysisiä reaktioita, jotka tuntuvat eri puolilla kehoa. Tunteet voidaan karkeasti jakaa kahteen kategoriaan, primaari- ja sekundaaritunteisiin. Primaaritunteet ovat hyvin samanlaisia kulttuurista riippumatta ja ne syntyvät jonkin tapahtuman seurauksena, kun taas sekundaaritunteet ovat seurausta primaaritunteista ja usein opittuja malleja reagoida alkuperäiseen

tunteeseen. (Sadeniemi ym. 2019, 136–137.) Kun ihminen osaa nimetä tunteitaan ja hän on kosketuksissa suoraan primaaritunteisiin, on hänen elämänsä mielekkäämpää ja ihmissuhteet myönteisempiä. Tunnesäätelyn opetteluun tavoitteena on oppia tunnistamaan primaaritunteitaan ja ohjautua käyttäytymään niiden mukaisesti. (Sadeniemi ym. 2019, 140–141.)

Toukola ym. (2015) toteavat temperamentin olevan olennainen osa tunteiden säätelyn kehittymistä. Ympäristön reaktiot vaikuttavat lapsen persoonallisuuden kehittymiseen sekä hänen kykyynsä ilmaista ja tunnistaa tunteitaan. Kannustava ja positiivinen palaute lapselle tukevat tunneilmaisua, kun taas jatkuva negatiivinen palaute heikentää hänen kykyään säädellä ja ilmaista tunteitaan.

Kokkosen (2017a, 105) mukaan koulun henkilökunnalla on mahdollisuuksia tukea jo opittuja tunnesäätelyn taitoja tai korvata niitä opettamalla toimivampia toimintamalleja. Kokkonen (2017a, 145) jatkaa tunteiden kokemisen ja säätelyn kiinnostavan yksilön omaan kulttuuriinsa ja yksilö pyrkii sopeuttaman tunnekokemuksensa kulttuurillisesti hyväksyttävään muotoon. Riivarin (2017, 45) tutkielmasta käy ilmi, että ensimmäisen luokan oppilaille ei välttämättä ole vielä muodostunut vakiintuneita koulumaailman toimintamalleja, joita he voisivat käyttää haastavissa tilanteissa.

Oman tunnetilan viestittäminen muille sanattomasti tapahtuu usein automaattisesti. Sitä voidaan kuitenkin myös harjoitella. Harjoittelemalla jämääkää kehonkieltä voidaan muille viestittää oma asema ja suojata itseä negatiivisilta kokemuksilta. Jämäkyys on muiden huomioimista reilulla tavalla, ottamalla samalla omat tarpeet ja oikeudet huomioon. (Sadeniemi 2019, 220–221.)

3 YHTEISÖLLISYYS JA OSALLISUUS

Yhteisöllisyys on moniulotteinen ilmiö ja sen takia ei ole yhtä yhteistä määritelmää. Ihmisen kokemukseen perustuvaa tunnetta yhteisöön kuulumisesta kutsutaan yhteisöllisyydeksi. Tunne yhteisöllisyydestä syntyy ryhmän jäsenten keskinäisestä tunteesta yhteen kuulumisesta ja merkityksestä toisilleen. Yhteisöllisyys sisältää usein jaetun uskon, että ryhmän jäsenten tarpeet täyttyvät, kun kaikki jäsenet sitoutuvat yhdessä olemiseen. Yhteisöllisyyden käsitteeseen liittyy vahvasti sosialisatio. (Koivula 2013, 20–21.)

Yhteisöllisyyden ajatellaan sisältävän neljä eri elementtiä: jäsenyys, vaikuttaminen, integraatio ja tarpeiden tyydyttäminen sekä jaettu emotionaalinen yhteys. Jäsenyyttä kuvataan olevan yhteisöön kuulumisen tunne ja tunne yksilöiden välisestä yhteydestä. Vaikuttaminen on tunnetta, että yksilö on merkityksellinen ryhmälle ja myös tunne ryhmän merkityksestä yksiköille. Ryhmän jäsenten tarpeet tyydyttyvät usein jäsenyyden kautta. Ryhmän jäsenet jakavat emotionaaliset yhteyden yhteisen historian, yhteisen ajan sekä jaettujen kokemusten kautta. (Koivula 2013, 20–21.)

Yhteisöllisyyden tunnetta ei voi olla ilman yhteisöä. Yhteisö muodostuu sosiaalisista suhteista, yksilöiden tarpeista, tunteista ja sosiaalisista tekijöistä. Kokemus yhteisöllisyydestä muodostuu yhteisön rakentuessa ja samalla yksilön identiteetti yhdistyy yhteisön identiteettiin ja minästä tulee me. (Koivula 2013, 20–21.)

Oppilaan osallisuuden toteutuessa koululuokassa hän kokee tulleensa kuulluksi ja olevansa yhteisön hyväksytty jäsen. Oppilaiden osallisuus ja vaikuttamismahdollisuus lisäävät yhteisöllisyyttä ja toisten kunnioittamista, näiden myötä myös koulussa viihtyvyys lisääntyy. Osallisuus on kokemus kuulluksi tulemisesta, mahdollisuudesta saada aidosti vaikuttaa luokan toimintaan, yhteisöön kuulumista sekä yhdessä tekemistä. Osallisuuden kautta lapsi oppii, että hän voi vaikuttaa omaan elämäänsä omilla valinnoillaan ja niillä on merkitystä. (Nurmi ym. 2016, 42.) Perusopetuslain (L628/1998) tavoitteena on tukea oppilaiden kasvua ihmisyyteen ja vastuullisuuteen niin, että heillä on elämässä tarvittavat tiedot ja

taidot. Kaikilla oppilailla tulee olla mahdollisuus osallistua koulun toimintaan ikäkauden ja edellytysten mukaisesti. Oppilaan tulee saada vaikuttaa koulun toimintaan ja sen suunnitteluun sekä ilmaista mielipiteensä. Opetuksessa tulee huomioida kaikkien oppilaiden osallisuuden toteutuminen.

Perusopetuksen opetussuunnitelmassa 2016 kuvataan ryhmän tai yhdessä toimimisen perusteita. Opetussuunnitelmassa tuodaan esille ryhmämuotoisen oppimisen tavoitteita. Merkittävä osa oppimisesta tapahtuu ryhmässä, oppilasryhmässä tai opetusryhmässä ja yhdessä työskenneltäessä arvioidaan sekä ryhmän jäsenten että koko ryhmän toimintaa sekä tuotoksia. Oppilaat oppivat yhdessä sekä toisiltaan. Oppilaat opettelevat neuvottelemista, omien ideoiden sovittamista yhteen toisten kanssa ja ristiriitojen ratkaisemista sekä asioiden kriittistä tarkastelua. Kasvokkain tapahtuvissa vuorovaikutustilanteissa opetellaan ryhmäviestinnän käytänteitä. Ryhmässä harjoitellaan tunnetaitoja ja vahvistetaan itsensä ja muiden arvostamista. (Hellström, Johnson, Leppilampi & Sahlberg 2015, 58–59.)

Kurki (2017, 69) toteaa, että on tärkeää kiinnittää huomiota siihen mitä vuorovaikutusstrategioita lapset omaksuvat ja mitä strategioita opettajat käyttävät lasten tukemisessa sosio-emotionaalisesti haastavissa tilanteissa. On ilmeistä, että lapset hyötyvät reaaliaikaisesta tuesta saavuttaen sopiva strategia sosio-emotionaalisesti haastavissa opetustilanteissa. Kun ajatellaan lasten ja nuorten sosioemotionaalista hyvinvointia on merkittävää, onko yksilö vertaisryhmässään sisä- vai ulkopuolinen. Sisäpuolella lapsen tai nuoren tulee omata sosiaalisia taitoja ja käyttäytyvä hyväksyttävällä tavalla. Ulkopuoliseksi jäävällä lapsella tai nuorella voi olla haasteita tai heiltä voi puuttua kokonaan empatiakyky, sosiaaliset tai sosiokognitiiviset taidot ja kyky kontrolloida omia impulssejaan. Yksilö voi omasta tahdostaan valita yksin olemisen mahdollisten aiempien emotionaalisesti satuttaneiden kokemusten takia. (Junttila 2010b, 34.)

Lapsen hyvinvointiin vaikuttavat hänen ympäristönsä, koti, koulu ja harrastukset. Myönteiset ihmissuhteet, merkityksellisyyden kokeminen ja itseluottamus sekä tunteiden hallinta lisäävät hyvinvointia. Hyvinvoivassa luokassa oppilaat pystyvät

osallistumaan luokan päätöksentekoon, sekä selviämään arjen haasteista yhdessä. (Nurmi ym. 2016, 18.)

Kouluissa puhutaan luokkahengestä ja voidaan ajatella, että ryhmässä koettu turvallisuudentunne on luokkahengen perusta. Turvallisuudentunne ryhmässä vaihtelee tilanteen ja ajankohdan mukaan. Ryhmän turvallisuudentunne on yksi lapsen perusasioista kasvuympäristössä ja kouluviihtyvyyden sekä opiskelun kannalta. Ryhmän turvallisuudentunne perustuu ryhmän henkiseen- ja fyysiseen turvallisuuden tunteeseen. Turvallisuudentunteeseen vaikuttaa myös ryhmän aikuisen kyky johtaa ryhmän toimintaa. Jokaisella ryhmän jäsenellä on oma subjektiivinen kokemus turvallisuudentunteesta ja samassa tilanteessa jäsenten kokemat tunteet saattavat vaihdella paljon. (Hurme & Kyllönen 2014, 32–33.)

3.1 Kiusaamisen ehkäisy alakoulussa

Kiusaaminen voi olla fyysistä, psyykkistä tai sosiaalista, hetkellistä tai pitkäkestoista. Fyysinen kiusaaminen voi ilmetä kiusattuun kohdistuvalla fyysisellä väkivallalla, hänen tavaroitaan voidaan tuhota tai varastaa. Psyykkinen kiusaaminen on henkisellä tasolla tapahtuvaa, se voi olla esimerkiksi haukkumista tai perättömien juorujen levittämistä. Sosiaalinen kiusaaminen voi olla eristämistä tai kiusatun vuorovaikutussuhteiden vaikeuttamista. Sosiaalista kiusaamista voi ilmetä esimerkiksi sosiaalisen median ryhmässä tai muissa sähköisissä medioissa. (Hamarus 2012, 38–39.) Kiusaamisella on kiistaton heikentävä vaikutus fyysiseen ja henkiseen turvallisuuteen. Kiusaaminen voi vaikuttaa negatiivisesti kiusatun terveyteen. Kiusaamiseen puuttuminen on välttämätöntä kiusatun suojelemiseksi, mutta myös muiden turvallisuuden takaamiseksi. (Hurme & Kyllönen 2014, 128–129.)

Hamaruksen (2012, 49) mukaan kiusaaminen on usein kulttuurisidonnaista ja juontaa juurensa siihen, mitä ominaisuuksia yhteisössä arvostetaan. Kiusaamiseen liittyy vahvasti vallankäyttö, kiusattu pyritään leimaamaan ja tällä tavoin estetään hänen pääsynsä ryhmän jäseneksi.

Vuorovaikutussuhteissa valta on aina läsnä. Lasten välillä valtaa saatetaan käyttää ohjaillemaan toisen käyttäytymistä itselle sopivaksi, esimerkiksi uhkaamalla jättää leikistä pois, jos toinen ei suostu vallankäyttäjän ehdotukseen. Kun valtasuhteet ovat jakautuneet reilusti ja tasapuolisesti, on leikki ja kanssakäyminen tasa-arvoista ja jokainen saa vaikuttaa yhtä paljon. Lapsi oppii oikeanlaista vallankäyttöä mallioppimalla sitä aikuisilta. (Kärkkäinen 2017, 62–65.) Kiusaajalla on usein vahva sosiaalinen asema ja kiusaajaa motivoi sosiaalisen vallan halu. Vahvan sosiaalisen aseman kiusaaja on saattanut saavuttaa aggressiivisella ja manipuloivalla käyttäytymisellä. (Nurmi ym. 2015, 123.)

Toisten vahvuuksien huomaaminen ja sanoittaminen sekä ystävyysden osoittaminen ja auttaminen heijastuvat positiivisesti luokan ilmapiiriin. Kiusaaminen on hyvä määritellä luokassa ja kertoa, ettei kenenkään pidä hyväksyä kiusaamista. (Hamarus 2012, 24–25.) Kouluilla on käytössään monia yksinkertaisia toimia kiusaamisen ehkäisyyn. Ystävyysuhteilla on suuri merkitys elämässämme, ystävyydellä on myönteisiä vaikutuksia itsetuntoon ja sosiaaliseen kehitykseen. Ystävyyttä on monenlaista, myönteinen ja molemmille osapuolille tyydytystä tuottava ystävyys on tasavertaista. Tasavertaisessa ystävyysuhteessa kummatkin osapuolet tulevat kuulluksi ja saavat vaikuttaa suhteen laatuun yhtä paljon. Ystävien ei kuitenkaan tarvitse olla samanlaisia, vaan osapuolet voivat rikastaa suhdetta tuomalla siihen omat vahvuutensa. (Talvio & Klemola 2017, 66–67.)

Hyvinvointi on oppimisen ja kehittymisen edellytys, johon täytyy vahvasti kiinnittää huomiota. Lapsen täytyy saada kasvaa turvallisessa ympäristössä, jotta hän pystyy kehittymään parhaalla mahdollisella tavalla ja hänen hyvinvointinsa voidaan turvata. (Hamarus 2012, 86.)

YK:n lapsen oikeuksien sopimus on tullut voimaan Suomessa laintasoisena vuonna 1991 ja koskee kaikkia alle 18-vuotiaita. Lapsen oikeuksien sopimus pitää sisällään muun muassa kohdat, joissa säädetään lapsen oikeudesta saada suojelua kaikelta väkivallalta ja välinpitämättömältä kohtelulta. Lapsella on oikeus ilmaista mielipiteensä, eikä häntä saa syrjiä, hänellä on oikeus käydä peruskoulua ja hänen opiskeluaan tulee tukea ja edistää. Sopimus velvoittaa valtiot

toteuttamaan lapsen turvallisen kasvun takaavat oikeudet. (Unicef. Lasten oikeudet. Sopimus kokonaisuudessaan.)

3.2 Lasten yksinäisyys

Yksinäisyyttä on läsnä niin lasten kuin aikuistenkin elämässä. Yksinäisyys lamaannuttaa ja se lisää ihmisen riskiä sairastua fyysisesti tai psyykkisesti. Sillä on todettu olevan vaikutusta ennenaikaiseen kuolemaan. Yksinäisyys ja yksin oleminen käsitteinä on hyvä irrottaa toisistaan. Jokainen haluaa joskus olla yksin ja se on enemmänkin tarvetta hetkelliseen erillisyyteen muista. Kun taas yksinäisyys on pitkään jatkunut psyykinen kokemus ulkopuolisuudesta ja sosiaalisten suhteiden puutteesta. Nämä saattavat kuitenkin kytkeytyä toisiinsa, erityisesti lapsilla. Muiden joukossa koulun pihalla seisova lapsi saattaa sisimmässään tuntea suurtakin yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunnetta, vaikka hän näyttäisi olevan muiden mukana. Lasten tunteminen ja heidän tarpeidensa tunnistaminen edistävät koulun aikuisten mahdollisuutta tunnistaa sivuun jäävät lapset. Tunnistaminen vaatii tietynlaista herkkyyttä, jotta osaa erottaa kuka haluaa hetkellisesti olla yksin ja kenelle yksin olo on muuttunut ahdistavaksi yksinäisyydeksi. (Junttila 2015, 20–21.)

Vapaaehtoinen syrjäytyminen saattaa juontaa juurensa aikaisempiin kokemuksiin. Jos lapsi on tullut torjutuksi tai hän ei koe taitojaan riittäviksi, voi hän yrittää välttää epämiellyttäviä tilanteita tai osaamattomuuden tuomaa häpeän kokemusta vetäytymällä syrjään ryhmätilanteista. Heikko itsetunto voi johtaa vetäytyvyyteen. Lapsi ei välttämättä tiedä, millä keinoin hän voisi toisia lähestyä tai häntä pelottaa liikaa. Usein yksinäiset lapset kokevat itsensä kiusatuiksi. Torjutuksi tuleminen saattaa johtua myös sosiaalisten taitojen puutteellisuudesta. Aggressiivisesti tai muuten epäsovinnaisesti käyttäytyvät lapset tulevat muita herkemmin torjutuiksi. Usein kiusaajaksi koettu lapsi on itse kokenut aiemmin kiusaamista ja koittaa toiminnallaan välttää sen uusiutumista. (Junttila 2015, 90.) Aktiivisesti torjutuksi tulleilla lapsilla on uhkana joutua myöhemmässä elämässään syrjään tai heille voi syntyä erilaisia sopeutumishäiriöitä. Heidän minäkuvansa on saattanut

rakentua torjutuksi tulemisen kokemusten kautta, usein se on hyvin negatiivinen. (Keltikangas-Järvinen 2010, 194–195.)

Junttila (2015, 29–31) kirjoittaa Suomen peruskoululaisista noin viidenneksen olevan yksinäisiä ainakin ajoittain. Yksinäisyys aiheuttaa kipua, joka saattaa voimakkuudellaan häiritä arkielämää. Lasten ja nuorten kokema yksinäisyys tuntuu tarpeettomuutena, olemattomuuden tunteena sekä ulkopuolisuutena. Lapsuuden ja nuoruuden yksinäisyyden kokemukset saattavat jättää pysyvän jäljen loppuelämäksi.

Koululuokassa on hyvä keskustella yksinäisyydestä ja sen mukanaan tuomista tunteista. Yhdessä voidaan pohtia, miltä ulkopuolelle jääminen tuntuu. Kynnys pyytää yksin jäänyt oppilas mukaan leikkiin madaltuu, kun tilanteita on käyty yhdessä luokassa läpi ja toimintamalleja on yhteisesti pohdittu. (Nurmi ym. 2016, 114.)

4 ALAKOULUIKÄISEN KEHITYS

Alakoululainen elää latenssi-ikää. Latenssi-ikä eli keskilapsuus käsittää ikävuodet seitsemästä kahteentoista. Latenssi-ikänsä ensimmäisten vuosien aikana lapsi jättää taakseen intensiivisen satujen, leikkien ja mielikuvien maailman. Leikki ei jää kokonaan taakse, mutta leikkien tematiikka muuttuu. Keskilapsuudessa lapsi oppii paljon uusia taitoja ja jo olemassa olevat valmiudet kehittyvät nopeasti. Lapsen maailmankuva on usein mustavalkoinen ja hyvän ja pahan jyrkkä erottelu on tavanomaista. Kehityspsykologian teoreetikot eivät ole yksimielisiä, mistä johtuu nopeasti ilmaantuva mielenkiinto oikeaan ja väärään. (Sinkkonen 2010, 31–34.) Latenssi-ikänsä psykososiaalista vaihetta on kuvattu uutteruus vastaan huonoudentunne. Tässä vaiheessa lapsi kokee osaamisesta ja onnistumisesta pystyvyyden tunnetta, lapsi saa elämyksiä omien ponnisteluiden tuottamasta mielihyväästä. Lapsi kokee ylpeyttä omista saavutuksistaan, mutta vastavasti kielteisiä kehitystuloksia ovat epäonnistumisista johtuva alemmuudentunne, kykenemättömyyden, saamattomuuden ja huonouden elämykset. (Lehtinen, Kuusinen & Vauras 2007, 25.)

Latenssi-ikä on oppimiselle suotuisa ja ymmärtäväiset sekä kannustavat aikuiset ovat lapsen oppimismotivaation kannalta tärkeitä. Lapset saavuttavat myöskin seitsemän kahdeksan vuoden iässä uuden kehitysvaiheen, missä lapsi osaa suunnitella entistä paremmin tulevia toimintoja ja arvioida eri vaihtoehtojen keskinäistä paremmuutta ja onnistumisen mahdollisuuksia. Keskilapsuudessa lapsen käsitys itsestä muuttuu monipuolisemmaksi ja lapsi osaa eritellä hyviä ja vähemmän hyviä puoliaan sekä arvioida itseään kriittisesti suhteessa muihin. Näitä valmiuksia lapsi tarvitsee muodostaessaan ikäkaudelle välttämättömiä kaveriesuhteita. (Sinkkonen 2010, 37–38.) Lapsen psyykkisen hyvinvoinnin ja kehityksen kannalta keskeisessä asemassa on kyky muodostaa positiivinen käsitys omasta osaamisesta ja selviytymisestä niin kotona, koulussa kuin kavereiden keskuudessa. Lapsen positiivinen minäkäsitys ja tavoitteellisuus oppimisessa suojaa lasta myöhemmiltä käyttäytymisongelmilta. (Nurmi ym. 2015, 78.) Noin 7-10 vuoden iässä lapsi alkaa hahmottaa yhteisön moraalialia ja sääntöjä. Halu olla toisille mieliksi ja toimia sääntöjen sekä yhteisön moraalin mukaisesti vahvistuu.

Tässä iässä lapsi alkaa luoda kuvaa ympäristönsä arvomaailmasta. (Nurmi ym. 2015, 105.)

Tyttöjen ja poikien tavoissa muodostaa kaverisuhteita on huomattu eroavaisuuksia. Pojat varsinkin kokevat ryhmään kuulumisen tärkeäksi ja toimivat suuremmissa ryhmissä. Tytöille tyypillistä on luoda yhden parhaan kaverin suhteita, mutta he kokevat myös tärkeäksi, että on useampi läheinen kaveri. (Näre 2010, 51–59.) Keltikangas-Järvisen (2010, 179) mukaan poikien ja tyttöjen sosiaalisissa taidoissa sekä tavassa leikkiä on eroja. Usein tytöillä on vakiintunut niin sanottu paras kaveri, jonka kanssa yleisimmin leikitään. Kun taas pojat useimmiten leikkivät ryhmässä ja ryhmän koostumus saattaa vaihdella tilanteen mukaan. Tämä kuvastaa sitä, että verkostoituminen yhteisössä alkaa jo hyvin varhain.

Lapsen tullessa kouluikään kavereiden merkitys kehityksen kannalta korostuu. Kaveriporukat opettavat moraalisen käyttäytymisen sääntöjä, kun lapset joutuvat jakamaan ja vuorottelemaan. Vuorovaikutus kavereiden kanssa herkistää lasta toisten näkökulmien ymmärtämiselle ja tukee oikeudenmukaisuuden kehittymistä. (Nurmi ym. 2015, 122.)

Varhaisten kouluvuosien aikana lapset yleensä osallistuvat mielellään erilaisiin aktiviteetteihin ja ovat halukkaita oppimaan. On otettava huomioon, että lapset kehittyvät yksilöllisesti ja eritahtisesti. Lapset ovat kiinnostuneita lähes kaikesta ja innostuvat uusista asioista. Luotto omiin kykyihin on korkealla ja onnistumisen kokemukset koulussa, harrastuksissa ja arjessa vahvistavat merkittävästi lapsen itsetuntoa. Vahva itsetunto vaikuttaa lapsen toiveikkuuteen ja tahtoon sekä itseenäiseen aloitekykyyn, mikä vahvistuu. (Kallioniemi 2010, 131.)

4.1 Vuorovaikutustaitojen merkitys luokan ilmapiiriin

Tulevaisuudessa tarvitaan entistä enemmän vahvoja vuorovaikutustaitoja, koska kohtaamme eri kulttuuritaustoista tulevia ihmisiä useammin ja tarve kanssakäymiseen kasvaa. Kuuntelun taito on tärkeä osa toimivaa vuorovaikutusta. Kuuntelemalla osoitamme kiinnostusta ja läsnäoloa. Eri kulttuureissa ilmaistaan

itseään eri tavoin, mutta kuuntelulla on paljon yhteneväisiä piirteitä kaikissa kulttuureissa. (Talvio & Klemola 2017, 55.)

Jotta ihminen voi olla sujuvasti vuorovaikutuksessa toisten kanssa, täytyy hänen ensin oppia tuntemaan oma itsensä. Itsensä tuntemukseen kuuluu omien tunteiden ja tarpeiden havainnointi ja tunnistaminen. Ennen kuin toisessa voi nähdä tunteita ja tarpeita, täytyy niiden olemassaolo itsessään tunnistaa. Oman toiminnan toisessa herättävien reaktioiden ennakointi ja tunnistaminen vuorovaikutuksessa auttaa kohti omia tavoitteita kulkemista. Pohjana hyvien ihmissuhteiden syntymiselle on kyky säädellä ja ohjata omaa toimintaansa positiiviseen suuntaan. Vuorovaikutustaitojen karttuessa ryhmän tasavertaisena jäsenenä toimiminen on mahdollista ja palkitsevaa. (Talvio & Klemola 2017, 20.) Sosiaalisesti tietoinen ihminen pystyy kokemaan iloa ja onnistumisen riemua sekä itsensä että toisten puolesta. Toisen riemuun liittyminen herättää myös itsessä ilon ja yhteenkuulumisen tunteita. (Talvio & Klemola 2017, 47.)

Cantell (2010, 14–16) kertoo hiljaisia lapsia olevan kaiken ikäisissä lapsissa kaikilla luokka-asteilla. Hiljaisten lasten olemassaolon tunnistaminen on tie heidän näkyväksi tulemiseensa ja ryhmän jäsenenä toimimiseen. Opettajan tehtävä on havaita hiljaisuuden syitä ja arvioida, mistä ne johtuvat. Toiset lapset ovat persoonaltaan hiljaisempia ja he ovat tyytyväisiä saadessaan olla hieman sivussa. Toisaalta taas hiljaisuuden takana voi olla moniakkin eri syitä ja se saattaa olla oppilaalle kuormittava tekijä, jolloin asiaan tarkemmin perehtyminen on välttämätöntä. Luokan positiivisen ilmapiirin kannalta olisi hyvä, että jokainen oppilas löytäisi itselleen luontaisen tavan toimia osana ryhmää.

Talvio ja Klemola (2017, 62–63) kertovat sosiaalisen verkostomme olevan yksi tärkeimmistä hyvinvoinnin ylläpitäjistä elämässämme. Yleisesti Suomessa läheisverkosto koostuu perheestä, isovanhemmista ja muista sukulaisista. Lapset, joilla ei ole omia sisaruksia, hyötyvät suuresti saman ikäisten kanssa solmituista suhteista, niissä opitaan olemaan vertaisessa vuorovaikutuksessa. Koululuokat toimivat perustana yhdessä oppimiselle. Yhdessä toisten kanssa oppilas pystyy suoriutumaan vaativammista tehtävistä kuin mistä hän selviytyisi yksin. Ryhmässä työskentely luo uusia mahdollisuuksia oppilaille ja tuottaa heille

onnistumisen kokemuksia. Huotilainen (2019, 11) kertoo oppimisen kehittyvän tehokkaasti sekä eri taitojen täydentävän toisiaan ryhmässä. Laaksonen (2010, 6, 20) toteaa, että jo alle kouluikäisten lasten tärkeitä vuorovaikutustaitoja ovat ongelmanratkaisu, jakaminen ja yhteistyö. Vertaisten parissa lapset tarvitsevat vuorovaikutustaitoja. Lapsuuden kehitysprosesseissa juuri vuorovaikutustaidoilla on merkittävä rooli.

Luokan ilmapiiriin ja oppilaiden väliseen vuorovaikutukseen voidaan vaikuttaa esimerkiksi istumajärjestyksellä, erilaisilla pienryhmäjoilla tai vastuutehtävillä. Jokapäiväisissä kohtaamisissa oppilaiden ja koulun aikuisten kesken harjoitellaan vuorovaikutusta ja vahvistetaan sosiaalisia taitoja. Erilaisuuden kunnioitus ja hyväksyminen vähentävät kiusaamista ja lisäävät suvaitsevuuutta. (Cantell 2010, 136.)

Positiivisen oppimisympäristön rakentamisessa koululuokassa ryhmämuotoinen työskentely mahdollistaa kaikkien oppilaiden osallistumisen työskentelyyn sekä antaa heille tilaisuuden tutustua eri rooleihin. Yhdistelemällä oppilaita pienryhmiin mahdollistetaan uusien suhteiden syntyminen. Ryhmiä jaettaessa on huomioitava, että työskentely ryhmässä voi toimia myös syrjäyttävänä tekijänä. Oppilaiden tunteminen ja yksilöllisten tarpeiden havaitseminen edistävät tasavertaisten ryhmien jakamisen onnistumista. Ryhmätyöskentely voi toimia hyvänä tukena sosiaalisia taitoja harjoiteltaessa. Se ei kuitenkaan yksistään riitä, vaan taitoja on hyvä vahvistaa moninaisin keinoin. (Cantell 2010, 18–19.)

Ryhmässä on aina rooleja, joihin sen jäsenet asettuvat tiedostamattaan. Ryhmään valikoituu aina johtaja, johon ristiriitatilanteessa tukeudutaan. Ryhmän roolijaot jakautuvat sen mukaan, mille sillä hetkellä on tarvetta ja mikä rooli kenestäkin tuntuu omalta. Turvallinen ilmapiiri luo mahdollisuuden jokaiselle käyttää rohkeasti luovuuttaan. Edellytyksenä ryhmän toimimiselle parhaalla mahdollisella tavalla ja sen jäsenten itseilmaisulle tarvitaan turvallinen ja tuttu ympäristö, jossa jokainen voi olla oma itsensä, tarvitsematta ajatella muiden mielipiteitä. (Talvio & Klemola 2017, 73–75.)

4.2 Oppiminen leikin kautta

Keltikangas-Järvisen (2010, 173–174) mukaan sosiaalisten taitojen opettelussa leikit ja leikillisuus toimivat hyvin, monimutkaisempia taitoja voidaan harjoitella katselemalla videoita, joissa käsitellään erilaisia haastavia sosiaalisia tilanteita. Kuvitteellisissa tilanteissa voidaan harjoitella taitoja, joilla eri tilanteista selviytyy. Tällaisilla harjoituksilla voidaan ohjata lasta huomaamaan mitä ympärillä tapahtuu, minkälainen toimintatapa tilanteeseen sopii ja miten sen voi ottaa käyttöön. Yhdessä voidaan myös pohtia ja purkaa käsiteltävää tilannetta, jonka kautta lapsi huomaa mitä ympäristö häneltä odottaa ja miltä tilanne muista tuntuu.

Leikillinen oppiminen yhdistää käsitteet pedagogiikkaan ja sitä kautta myös opetussuunnitelmaan. Leikillinen oppiminen sitoo yhteen leikin ja pelillisyyden. Leikillisen oppimisen tavoitteena on mahdollistaa oppimisen kokemuksia ja elämyksiä leikkien ja pelaten sekä fyysisesti liikkuen. Opetuksen yhtenä lähtökohtana tulisi olla leikillisyyden käyttö pedagogisesti sekä leikillisyyden turvaaminen koulussa. (Kangas 2014, 79–84.) Kangas (2010, 145) toteaa, niiden oppilaiden olevan tyytyväisempiä, joiden opettaja on sitoutunut luoviin ja leikillisiin metodeihin opetuksessa.

On pidettävä mielessä, että kaikki toiminta ei tue leikillisyyttä ja leikillistä oppimista. Jos leikki on aggressiivista tai ilkeää tai siinä on mukana avoin voimakas kilpailu, ei se tällöin ole leikillistä. Epäonnistumisen pelko ei ole esteenä leikillisessä toiminnassa, vaan se johtaa uudelleen yrittämiseen. Uudelleen yrittäminen tuottaa oppimisen iloa. Leikillisyyden mukaan ottaminen koulutyöhön on perusteltua, koska leikillisyyttä voidaan pitää oppimisen voimavarana sekä hyvinvoinnin edellytyksenä. (Kangas 2014, 83–87.)

Ajatellaan, että lapset kehittyvät ja oppivat vuorovaikutuksessa ympäristön ja sen ihmisten kanssa sekä liikkumalla ja leikkimällä. Liikunnan avulla voidaan tukea sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä. Ensimmäiset kouluvuodet ja varhaiskasvatus ovat hyvää aikaa tukea ja muokata lasten tunne- ja ihmissuhdetaitoja. Leikki on tärkeää, jotta lapset pystyvät leikin lomassa harjoittelemaan sosiaalisia taitoja, joita lapset tarvitsevat muodostaessaan kaverisuhteita ja ylläpitäessään

niitä. Leikkiessään lapset oppivat myös toisen näkökulman huomioimisen ja tunteiden säätelyn taitoja. (Kokkonen 2017b, 190–191.)

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Toiminnallisen opinnäytetyömme tarkoitus oli kerätä oppilaiden ja luokanopettajien kokemuksia Jotain rajaa! -opetusaineistosta. Oppitunnit on suunniteltu sisältönsä niin, että ne vahvistavat oppilaiden sosiaalisia taitoja. Sosiaaliset taidot edistävät uusien kaverisuhteiden syntyä sekä edesauttavat jo olemassa olevien ylläpitoa. Koulussa viihtyminen ja lasten hyvinvointi lisääntyvät tavoiteltujen positiivisten ja yhteisöllisten kokemusten kautta. Oppilaiden kokemusten kuuleminen oli yksi opinnäytetyömme tärkeimmistä osa-alueista.

Tavoitteenamme tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä oli:

- Vahvistaa oppilaiden sosiaalisia taitoja
- Lisätä yhteisöllisyyttä luokassa
- Laajentaa oppilaiden tietoisuutta Jotain rajaa! -oppituntien avulla koulukiusaamisesta ja sen seurauksista.

6 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Vilkkä ja Airaksinen (2003, 9, 30) toteavat, että toiminnallisessa opinnäytetyössä tärkeintä on yhdistää käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. Toiminnalliselle opinnäytetyölle tunnusomaista on, että sillä tavoitellaan ammatillisella kentällä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Toiminnallista opinnäytetyön raporttia ei voi toteuttaa ilman tietoperustaa ja teoreettista viitekehystä. Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei ole tutkimuskysymyksiä eikä tutkimusongelmaa.

Ennen toiminnallista opinnäytetyötä on tärkeää perehtyä kohderyhmään ja toiminnallisen opinnäytetyön idean tarpeellisuuteen, aiheeseen liittyvään lähdekirjallisuuteen sekä tutkimuksiin. Toiminnallisen opinnäytetyön toteutuksen aikana omilla muistiinpanoilla on merkittävä rooli, koska opinnäytetyöraportin toiminnallisen osuuden ja sen valmisteluun liittyvät tekstit perustuvat muistiinpanoihin. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 19, 27.)

6.1 Työelämäkumppanit

Aloitimme opinnäytetyöprosessin pohtimalla meitä kiinnostavia aiheita. Raameina tälle oli halu toteuttaa opinnäytetyö lasten parissa. Keskustelumme kääntyi lasten ja nuorten sosiaalisiin taitoihin ja niiden vahvistamiseen. Ryhdyimme etsimään työelämäyhteistyökumppania ja se löytyi vantaalaisesta koulusta opinnäytetyön tekijöiden verkostojen avulla. Opinnäytetyössämme käytimme Suomen Mielenterveysseuran tuottamaa Jotain rajaa! -opetusaineistoa. Työelämäkumppanikoulussa oli ollut käytössä Jotain rajaa! -opetusaineisto jollakin toisella luokalla ja tästä syystä opettajilla oli tietoa opetusaineistosta. Luokanopettajien arvon mukaan tarvetta Jotain rajaa! -opetusaineiston käytölle oli alakoulun toisella luokalla integraatioluokassa, sillä luokka on oppilasmäärältään suuri ja vaatii opilailta paljon sosiaalisia taitoja.

Lähtiessämme hakemaan työelämäkumppania arvioimme opinnäytetyömme tavoitteita ja valitsimme niiden pohjalta työelämäkumppanin, jota tavoitteemme mielestämme parhaiten palvelisivat. Otimme yhteyttä vantaalaiseen alakouluun ja he lähtivät innokkaasti mukaan yhteistyöhön, joka oli heidän kanssaan sujuvaa. Koimme opinnäytetyömme tarpeelliseksi ja kummatkin osapuolet olivat motivoituneita ja sitoutuneita toimintaan. Sovimme toimintakertojen kulusta ja ajankohdasta luokanopettajien kanssa sähköpostitse sekä suullisesti palaverissa ja toimintakertojen jälkeen.

Aloituspalaverissa pohdimme yhdessä luokanopettajien kanssa, pidämmekö toimintakerrat koko luokalle vai jaetaanko luokka pienempiin ryhmiin. Tulimme siihen tulokseen, että luokka hyötyisi eniten siitä, että Jotain rajaa! -oppitunnit pidetään koko luokalle yhteisesti. Sovimme myös, että niihin leikkeihin, joissa täytyy jakautua pienryhmiin tai pareihin, opettajat suunnittelevat etukäteen ryhmäjaot. Tämä tehtiin sen takia, että opettajat tuntevat oppilaat parhaiten ja tietävät miten ryhmäjaot tulisi tehdä. Etukäteen suunnitellut ryhmäjaot säästivät myös aikaa ryhmiin jakauduttaessa. Eila Aarnos (2015, 165) sanoo, että yhteistyö luokanopettajien kanssa on välttämätöntä ja että heidän oppilaantuntemustaan kannattaa käyttää hyväksi prosessin aikana.

Aloituspalaverissa suunnittelimme alustavan aikataulun opinnäytetyön toimintakerroille sekä kävimme läpi niiden kulun. Esittelimme opettajille tiedotteen, jonka olimme suunnitelleet oppilaiden huoltajille. Tiedotteessa (Liite 1) kerroimme opinnäytetyöstämme sekä Jotain rajaa! -opetusaineistosta, tiedotteessa pyydettiin huoltajien suostumus oppilaiden haastatteluun.

Jotain rajaa! -opetusaineisto on Suomen Mielenterveysseuran tuottama opetusmateriaali, joka on saatavilla heidän internetsivuiltaan. Suomen Mielenterveysseura on perustettu vuonna 1897 ja on täten vanhin mielenterveysalan kansalaisjärjestö maailmanlaajuisesti. Suomen Mielenterveysseura ry:n tarkoitus on edistää mielenterveyttä ja ehkäistä ongelmia. Suomen Mielenterveysseura pyrkii lisäämään yhteisöllisyyttä ja osallisuutta kotimaassa sekä kansainvälisesti. Järjestö tuottaa laajasti eri asiakasryhmille mielenterveyttä tukevaa materiaalia. Materiaaleja on sekä maksuttomina, että maksullisina. Suomen Mielenterveysseura

vaihtoi kesällä 2019 nimensä MIELI Suomen Mielenterveys ry:ksi. (Mieli Suomen Mielenterveys ry.)

6.2 Jotain rajaa! -opetusaineisto

Suomen Mielenterveysseura on tuottanut Jotain rajaa! -opetusaineiston opettajien käyttöön kaverisuhteiden ja kiusaamisen käsittelyyn alakoulussa. Opetusaineisto on julkaistu Suomen Mielenterveysseuran internetsivuilla 26.1.2017, josta sitä on ladattu tähän mennessä 55 021 kertaa. Saamiemme tietojen mukaan Jotain rajaa! -opetusaineistosta ja sen käytöstä ei ole aikaisemmin tehty opinnäytetyötä. (Riikka Nurmi, henkilökohtainen tiedonanto 25.1.2019.)

Opetusaineiston laatinut Suomen Mielenterveysseuran asiantuntija koordinaattori Riikka Nurmi kertoi Jotain rajaa! -opetusaineiston taustoista. Jotain rajaa! -opetusaineiston taustalla on positiivisen psykologian ajatus sekä hyvien mielenterveystaitojen merkitys. Jotain rajaa! -opetusaineisto on julkaistu verkkoaineistona internetissä sen takia, että se on mahdollisimman helposti muokattavissa. Jotain rajaa! -opetusaineistoa ei ole testattu ennen materiaalin julkaisemista. Riikka Nurmen mielestä on hyvä, että opetusmateriaali on muokattavissa luokan tarpeisiin ja kaikkia kymmentä oppituntia ei tarvitse pitää, jos se ei palvele luokan tarpeita. Riikka Nurmi kehotti ottamaan huomioon opinnäytetyötä tehdessämme, että arvioinnin luotettavuuteen vaikuttaa vieraat ohjaajat pitämässä tunteja. (Riikka Nurmi. Henkilökohtainen tiedonanto 27.5.2019.)

Opetusaineisto perustuu YLE:llä esitettyyn tv-sarjaan, jossa käsitellään opetusaineiston aiheita, kuten koulukiusaamista ja kaverisuhteita. Jotain rajaa! -opetusaineisto koostuu kymmenestä oppitunnista, joiden jokaisen kesto on 45 minuuttia. Jokainen oppitunti sisältää aloitus- ja lopetusharjoitukset sekä vuorovaikutteisen video-osuuden. Oppituntien sisältö on suunniteltu toteutettavaksi niin, että aloitus- ja lopetusharjoitukset tehdään yhteisesti luokassa ja video-osuus opettajan harkinnan mukaan joko yhteisesti luokassa tai itsenäisinä pari- ja ryhmätöinä. Opetusaineiston tukena voi käyttää erilaisia materiaaleja kuten vahvuuskortteja tai Mun mieli -sovellusta. Vahvuuskorttien tarkoitus on auttaa keskustelemaan

vahvuuksista sekä lisätä myönteistä itsetuntemusta. Mun mieli -sovellus on mielen hyvinvoinnin sovellus, joka esittää kysymyksiä arjen hyvinvoinnista. (Suomen Mielenterveysseura. Jotain rajaa! -opetusaineisto alakouluun.) Käytimme yhdellä Jotain rajaa! -oppitunnilla Suomen Mielenterveysseuran vahvuuskortteja. Opetusaineisto on kaikkien saatavilla Suomen Mielenterveysseuran internetsivuilla. Opetusaineisto perustuu televisiosarjaan, joka löytyy Jotain rajaa! internetsivuilta (Jotain rajaa).

6.3 Toimintaympäristö ja kohdejoukko

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus toteutettiin vantaalaisessa alakoulussa toisella luokalla. Luokka on integraatioluokka, jossa on 34 oppilasta ja kaksi opettajaa, joista toinen on erityisopettaja ja toinen luokanopettaja. Kolmannes oppilaista on luokkaan integroitua erityistä tukea tarvitsevia oppilaita. Luokanopettajat ovat asettaneet luokan tavoitteiksi tunteiden nimeämisen sekä yhteishengen lisäämisen. Luokan rakenne on pysynyt pääosin samana ensimmäiseltä luokalta lähtien.

Luokan ilmapiiri on opettajien kertoman mukaan positiivinen ja oppilaiden välisiä kaverisuhteita on syntynyt. Luokanopettajat kertovat oppilaiden välisten vuorovaikutussuhteiden tukemisen olevan kuitenkin tärkeää ja jatkuvaa tässä luokassa. He ovat kiinnittäneet huomiota luokan ryhmäytymiseen ensimmäiseltä luokalta lähtien. Opettajat ovat pitäneet erilaisia yhteisiä ryhmäyttäviä harjoituksia ja he tekevät oppilasvaihtoja lähes päivittäin luokkatilojen välillä. Ryhmäytymistä tukevat myös yhteiset liikunnan, musiikin ja uskonnon tunnit sekä jokapäiväiset aamupiirit. Luokalla on käytössään kaksi luokkahuonetta, jotka on erotettu väliovella toisistaan. Useimmilla oppitunneilla oppilaat on jaettu pysyviin A- ja B-ryhmiin.

Integraatioluokan tavoitteena on, että erityisopetukseen siirretty oppilas voi opiskella yleisopetuksessa, mutta saada enemmän tukea opiskeluun. Tällä tavoin pyritään välttämään erityisopetusta tarvitsevan oppilaan sijoittamista pois yleisopetuksesta. Suomessa kaikilla lapsilla on oppivelvollisuus. (Edu. Erityinen tuki. Yhteinen koulu kaikille.) Leppiniemi (2013, 24, 31) kertoo, että päätös erityisestä

tuesta tehdään usein oppimisvaikeuksien vuoksi, oppimisvaikeuksia on lähes yhtä paljon tytöillä ja pojilla. Integroidussa luokassa opiskelee sekä yleisopetuksen, että erityisopetuksen oppilaita. Tutkimuksen mukaan integraation taustalla voi olla myös erityisopetuksen resurssipula tai integraatio toteutetaan kokeilumielessä.

1.8.2016 alkaen käyttöön otetun perusopetuksen opetussuunnitelman yleisenä tavoitteena on opetuksen kokonaisuuden tarkastelu. Tämä sisältää arjen hallintaan liittyvät taidot kuten itsestä, toisista ja ympäristöstä huolehtimisen. Oppimisen tavoitteena on ohjata oppilaita löytämään omat oppimistavat sekä sisäistää elinikäisen oppimisen taito. Osaamista arvioidaan oppilaan, huoltajien ja opettajan yhteistyössä. Valtakunnallisessa opetussuunnitelmassa on kiinnitetty huomiota erityisesti oppilaiden aktiiviseen osallisuuteen. (Opetushallitus. Perusopetus. Opetussuunnitelman ydinasiat.)

6.4 Toiminnan suunnittelu

Tapasimme joulukuussa 2018 yhteistyön sopimisen merkeissä luokanopettajat. Sovimme yhdessä opettajien kanssa toiminnallisen osuuden aikataulusta keväälle 2019. Ennen toimintakertojen aloittamista haimme tutkimuslupaa Vantaan kaupungilta. Pyysimme oppilailta sekä heidän huoltajiltaan suostumuksen haastatteluihin osallistumisesta. Luokan 34 oppilaasta haastatteluluvan sai 32 oppilasta, kaksi oppilaista ei halunnut osallistua haastatteluun. Kerroimme oppilaille yhteisesti luokassa ennen haastatteluja, niiden olevan vapaaehtoisia. Haastatteluiden aikana muut oppilaat olivat oppitunnilla. Kaksi oppilasta, jotka eivät halunneet osallistua haastatteluun, olivat haastattelujen ajan oppitunnilla.

Suunnitteluvaiheessa otimme huomioon toiminnallisuuden merkityksen opinäytetyössämme ja sen vaikutuksen suunnitteluun, toteutukseen sekä arviointiin. Kokemusten keräämiseen käytimme havainnointia, niistä tehtyjä muistiinpanoja, oppilaiden ryhmähaastatteluja sekä opettajien yksilöhaastatteluja. Suunnitellessamme toimintakertoja pidimme tärkeänä ottaa huomioon muutoksen mahdollisuuden ja olimme valmiita joustamaan suunnitelmasta tarpeen vaatiessa.

Eryityisesti aikataulujen muutos ja yhteen sovittaminen toivat haasteita. Tutkimuslupa viivästyivät oletetusta ja jouduimme suunnittelemaan uudelleen toimintakertojen aikataulut. Toimintakertojen aloitus siirtyi kahdella viikolla eteenpäin alkuperäisestä aikataulusta.

Kävimme havainnoimassa luokkaa kerran, jotta saimme tietoa oppilaista ja luokan tavasta toimia. Havainnoinnin tarkoituksena oli myös tutustua oppilaisiin ja vähentää tätä kautta jännitystä, jota vieraiden ihmisten tulo luokkaan saattaa aiheuttaa. Havainnoinnin hyvänä puolena voidaan pitää sen puolueettomuutta. Havainnoimalla saadaan tietoa yksilön käyttäytymisestä ja yksilöiden välisestä vuorovaikutuksesta. (Nurmi ym. 2015, 310.)

Suunnitteluvaiheessa kävimme läpi kuusi valitsemaamme oppituntia Jotain rajaa! -opetusaineistosta ja katsoimme niihin liittyvät videot etukäteen. Pohdimme kysymyksiä, joilla saimme herätettyä keskustelua oppilaiden keskuudessa, sekä suunnitelimme keskinäisen työnjaon opinnäytetyön tekijöiden välillä. Ståhlbergin (2019, 53, 59) mukaan ryhmää ohjattaessa on tärkeää suunnitella kokonaisuus sekä jokainen toimintakerta erikseen. Hän jatkaa kertoen ryhmän ohjauksen olevan prosessi, jonka tulee edetä ennalta suunnitellun kaavan mukaisesti. Suuren ryhmäkoon vuoksi teimme pieniä muutoksia Jotain rajaa! -opetusaineiston leikkeihin jakamalla oppilaat pienryhmiin, tällä pyrimme mahdollistamaan jokaisen osallistumisen.

Yksi oppitunti oli kestoltaan 45 minuuttia ja siihen sisältyivät aloitus- ja lopetusharjoitukset sekä vuorovaikutteinen video-osuus. Keräsimme kokemuksia Jotain rajaa! -opetusaineistosta havainnoimalla luokkaa ja haastatteleamalla oppilaita ja opettajia. Tarkoituksenaamme oli toteuttaa haastattelut sekä oppilaille että opettajille ryhmähaastatteluina, mutta käytännön aikataulun takia haastattelimme opettajia erikseen. Oppilaiden ryhmähaastatteluissa oppilaat jaettiin kolmen tai neljän oppilaan ryhmiin. Aineistonkeruu dokumentoitiin äänittämällä haastattelut, jonka jälkeen äänitteet litteroitiin.

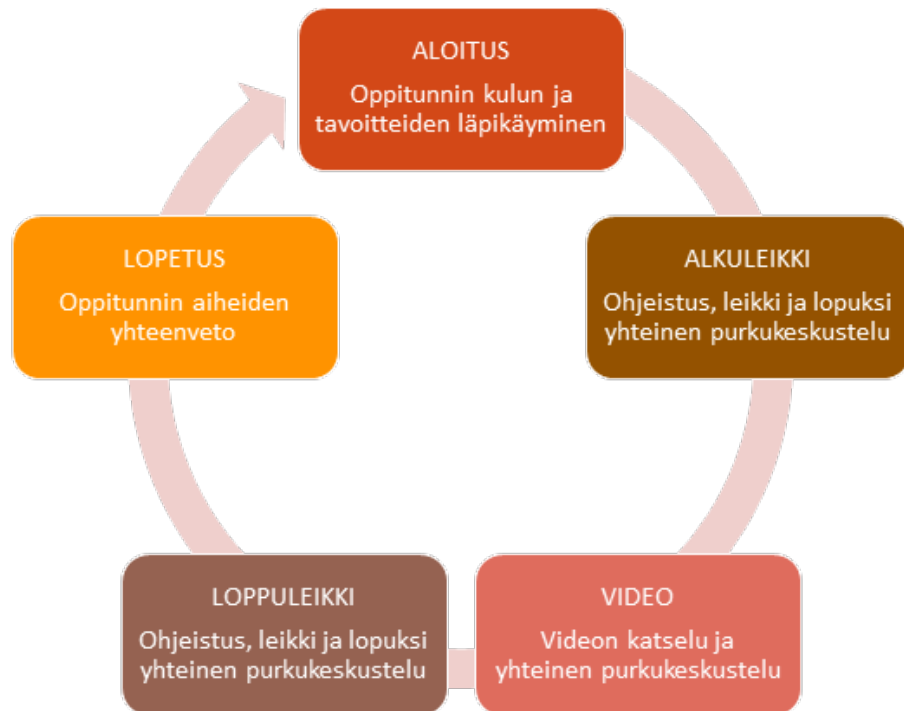
Toiminnallisen osuuden jälkeen aloimme työstämään aineistonkeruusta saatua materiaalia ja analysoimaan haastatteluista saatuja vastauksia.

7 JOTAIN RAJAA! -OPPITUNTIEN TOTEUTUS

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus toteutettiin kuuden oppitunnin aikana kuu-tena eri päivänä maaliskuussa 2019 vantaalaisessa alakoulussa. Jotain rajaa! -oppitunteja on yhteensä kymmenen, joista valitsimme kuusi opinnäytetyöhömmä. Jotain rajaa! -oppituntien valinnassa käytimme apuna keskustelua luokanopettajien kanssa sekä omia havaintojamme ja arviotamme oppituntien tarkoituksenmukaisuudesta tälle luokalle sekä opinnäytetyöhömmä. Luokanopettajien kertoman mukaan luokassa oli tarvetta oppia nimeämään tunteita ja lisätä yhteishenkeä. Yhtenä kriteerinä valinnassamme oli, että oppitunnit vastaavat luokan tarpeisiin.

Toteutimme Jotain rajaa! -opetusaineistosta osat yhdestä viiteen siinä järjestyksessä, missä ne ovat Suomen Mielenterveysseuran internetsivuilla. Ensimmäiset viisi oppituntia käsittelevät kaveritaitoja, vahvuuksia, myönteisen palautteen antamista, anteeksipyyttämistä sekä erilaisuuden kunnioittamista. Viimeiseksi eli opinnäytetyömme kuudenneksi oppitunniksi valitsimme Jotain rajaa! -opetusaineiston osan kymmenen, nimeltään Raja on siinä, mihin sen vetää. Viimeinen osa käsittelee kiusaamista ja sen ehkäisyä. Pohdimme ennen toiminnallisen osuuden aloittamista oppituntien järjestystä sekä niiden valikoimisen eettisyyttä.

Olimme jakaneet ohjausvastuun oppituntien osalta niin, että toinen opinnäytetyön tekijä otti ohjausvastuun ensimmäisistä kolmesta oppitunnista, jolloin toinen opinnäytetyön tekijä havainnoi oppituntien kulkua ja teki muistiinpanoja, joita käytimme arvioidessamme toimintaa. Opinnäytetyön tekijöiden roolia vaihdettiin kolmen ensimmäisen oppitunnin jälkeen. Opettajat olivat läsnä oppituntien ajan ja avustivat tarvittaessa. Oppitunneilla oli vaihdellen läsnä 29–33 oppilasta luokan 34 oppilaasta.



Kuvio 1: Jotain rajaa! -oppituntien rakenne

7.1 Oppitunti 1, Oonks mä tehny jotain?

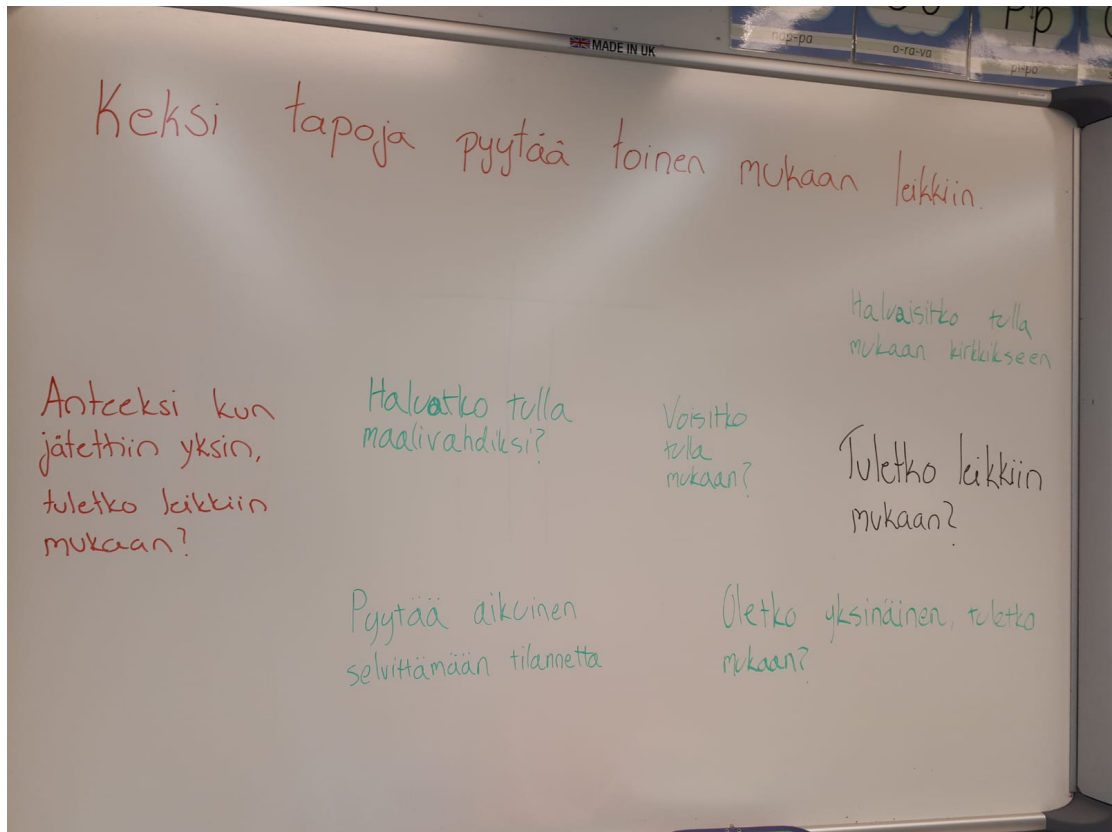
Ensimmäinen Jotain rajaa! -opetusaineiston oppitunti pidettiin 8.3.2019, paikalla oli 33 oppilasta, kaksi opettajaa ja opinnäytetyön tekijät ohjaajina. Ensimmäisen oppitunnin tavoitteena oli saada kavereita ja oppia liittymään ryhmään, myös tasapuolista joukkuejakoa pohdittiin.

Tunti aloitettiin ohjaajan tervehtiessä oppilaita ja kertoessa tunnin kulun. Oppilaat istuivat osa puoliympyrässä luokan etuosassa ja osa omilla paikoillaan. Oppilaat vastasivat tervehdykseen ja kuuntelivat oppitunnin alustuksen. Ensimmäistä tehtävää varten tehtiin luokkahuoneeseen tilaa ja oppilaat jaettiin kahteen riviin kasvot toisiinsa päin. Ohjaaja ohjeisti vaanijaleikin idean. Leikin tarkoituksena oli oppia ottamaan katsekontaktia toiseen ilman puhetta. Vaanijaleikin aikana ohjaaja ohjeisti oppilaita keskittymään katsekontaktin luomiseen. Leikin jälkeen kysyttiin oppilaita palautetta leikistä ja joidenkin oppilaiden mielestä oli helppo luoda katsekontakti toiseen oppilaaseen ilman puhetta.

Oppilaat ohjattiin sanallisesti istumaan paikoilleen ja ottamaan mukava asento. Valot sammutettiin ja katsottiin valkotaululta Jotain rajaa! -oppitunnin video. Videon sisältämien osallistavien pohdintojen kohdalla ei pysähdytty pohtimaan, vaan ne jätettiin tekemättä opinnäytetyön tekijöiden harkinnan perusteella, tällä pyrimme välttämään videon katselun keskeytymistä ja oppilaiden keskittymisen häiriintymistä. Videon loputtua purettiin sanallisesti videon sisältöä ja kysyttiin miltä tuntuu, jos jää yksin?

Pahalta, surulliselta.
Ei tunnu reilulta.
Joskus haluaa olla yksin.

Toinen tehtävä aloitettiin jakamalla oppilaat pienryhmiin, jotka opettajat olivat etukäteen suunnitelleet. Jakautuminen sujui hallitusti ja jokainen löysi paikkansa omassa pienryhmässään. Ohjaaja ohjeisti pienryhmät pohtimaan yhdessä kolmen minuutin ajan erilaisia tapoja pyytää toista mukaan leikkiin. Pienryhmät aloitivat pohdinnan ja pysyivät hyvin aiheessa, ohjaajat kiertelivät luokassa, mutta antoivat oppilaille työrauhan. Ajan loputtua istuttiin takaisin omille paikoille ja ohjaajan johdolla keskusteltiin yhdessä, minkälaisia tapoja pienryhmissä oli keksitty. Puheenvuoron sai viittaamalla, moni oppilas halusi sanoa esimerkin ja sai vuorollaan kertoa sen ääneen koko luokalle. Pienryhmistä esiinnousseet tavat kirjoitettiin valkotaululle kaikkien oppilaiden nähtäväksi.



Kuva 1: Oppitunnin 1 purkukeskustelu

7.2 Oppitunti 2, Mangapoika

Toinen oppitunti pidettiin 12.3.2019, paikalla oli 31 oppilasta, kaksi opettajaa ja opinnäytetyön tekijät ohjaajina. Toisen kerran tavoite oli löytää toisista oppilaista vahvuuksia ja nimetä niitä.

Tunti aloitettiin ohjaajan tervehtiessä oppilaita ja kertoessa tunnin kulun. Oppilaat istuivat osa puoliympyrässä luokan etuosassa ja osa omilla paikoillaan. Oppilaat vastasivat tervehdykseen ja kuuntelivat oppitunnin alustuksen. Ohjaaja kirjoitti taululle väittämän, yhdessä olemme vahvempia ja oppilailta kysyttiin, pitääkö väite paikkansa. Oppilaat olivat yksimielisiä, että väite piti paikkansa. Ensimmäistä tehtävää varten oppilaat jaettiin pareihin ja opettajat olivat miettineet parit valmiiksi. Tehtävään liittyi vahvuuskortteja, joita opinnäytetyön tekijät olivat tulostaneet Suomen Mielenterveysseuran internetsivuilta valmiiksi. Toinen opinnäytetyön tekijöistä levitti vahvuuskortteja luokahuoneen pulpeteille ja lattialle.

Oppilaiden tehtävänä oli etsiä paria kuvaava vahvuuskortti tai useampi kortti. Kun kaikki parit olivat löytäneet vahvuuskortin, luettiin ne ääneen parille. Opettajat kehuivat, että oppilaat löysivät erinomaisesti vahvuuskortteja ja niiden perusteella tuntui, että oppilaat tuntevat toisensa hyvin.

Oppilaat ohjattiin sanallisesti istumaan paikoilleen ja ottamaan mukava asento. Valot sammutettiin ja katsottiin valkotaululta Jotain rajaa! -oppitunnin video. Videon sisältämien osallistavien pohdintojen kohdalla ei pysähdetty pohtimaan vaan ne jätettiin tekemättä opinnäytetyön tekijöiden harkinnan perusteella. Videon loputtua purettiin sanallisesti videon sisältöä.

Toisena tehtävänä oppitunnilla oli valita yksi tai useampi vahvuuskortti, joka kuvaava luokan vahvuuksia. Oppilaat kiertelivät luokassa ja valinnan jälkeen oppilaat istuutuivat alas ja vuorotellen jokainen sai tulla luokan eteen ja kertoa, mikä tai mitkä vahvuuskortit oli valinnut kuvaamaan luokan vahvuuksia. Toinen ohjaajista keräsi kaikki vahvuuskortit järjestykseen lattialle ja oppilaiden valitsemista luokan vahvuuksia kuvaavista vahvuuskorteista ikuistettiin kuva. Vahvuuskortteja jätettiin luokalle käytettäväksi tulevaisuuteen opettajien harkinnan mukaan.



Kuva 2: Vahvuuskortit (Mieli. Julisteet ja kortit. Vahvuuskortit).

7.3 Oppitunti 3, Haloo Suski?

Kolmas oppitunti pidettiin 15.3.2019, paikalla oli 29 oppilasta, kaksi opettajaa ja opinnäytetyön tekijät ohjaajina. Kolmannen toimintakerran tavoite oli harjoitella johtamista ja myönteisen palautteen antamista.

Tunti aloitettiin ohjaajan tervehtiessä oppilaita ja kertoessa tunnin kulun. Oppilaat istuivat osa puoliympyrässä luokan etuosassa ja osa omilla paikoillaan. Oppilaat vastasivat tervehdykseen ja kuuntelivat oppitunnin alustuksen. Ensimmäistä tehtävää varten oppilaat jaettiin pareihin ja opettajat olivat miettineet parit valmiiksi. Ohjaaja ohjeisti peilileikin, jota leikittiin pareittain. Parit seisoivat vastakkain ja tekivät vuorotellen liikkeitä, joita toinen seurasi. Muutaman parin kiinnostus tehtävään loppui ja peilileikki muuttui jutteluksi ja liikehdinnäksi. Peilileikin jälkeen purettiin tuntemuksia ja oppilailta kysyttiin miltä tuntui olla leikissä johtaja?

Helppoa ja kivaa.

Vaikea keksiä liikkeitä.

Hauskaa kun johtaja keksi hyviä liikkeitä.

Oppilaat ohjattiin sanallisesti istumaan paikoilleen ja ottamaan mukava asento. Valot sammutettiin ja katsottiin valkotaululta Jotain rajaa! -oppitunnin video. Videon loputtua purettiin sanallisesti videon sisältöä.

Ohjaajan opastuksella jakauduttiin pienryhmiin, jotka opettajat olivat miettineet valmiiksi. Ohjaaja ohjeisti oppilaita miettimään, missä ryhmä on hyvä ja taitava. Pohdinnan päätteeksi jokaisesta pienryhmästä yksi oppilas nousi seisomaan ja kertoi missä heidän ryhmänsä on hyvä. Tämän jälkeen ne oppilaat, jotka kokivat olevansa hyviä samassa asiassa, nousivat seisomaan ja sanoivat niin minäkin.

7.4 Oppitunti 4, Siivetön keiju

Neljäs Jotain rajaa! -oppitunti pidettiin tiistaina 19.3.2019, paikalla oli 31 oppilasta, kaksi opettajaa ja opinnäytetyöntekijät oppituntien ohjaajina. Neljännen oppitunnin tavoitteena oli ymmärtää, että toisen omaisuutta ei saa viedä eikä

vahingoittaa. Oppitunnilla opeteltiin yhdessä erilaisia tapoja pyytää anteeksi, sekä pohdittiin, millaista asennetta anteeksipyytäjältä edellytetään.

Tunti aloitettiin ohjaajan tervehtiessä oppilaita ja kertoessa tunnin rakenteen. Oppilaat istuivat osa puoliympyrässä luokan etuosassa ja osa omilla paikoillaan. Oppilaat kuuntelivat oppitunnin alustuksen ja vastasivat tervehdykseen.

Ensimmäinen tehtävä aloitettiin jakamalla oppilaat pienryhmiin, jotka opettajat olivat etukäteen suunnitelleet. Tässä tehtävässä olisi Jotain rajaa! -opetusmateriaalin mukaisesti tarkoitus ensin itse kirjata ylös anteeksipyyntö tapoja ja sen jälkeen yhteisesti. Suuren luokkakoon takia, päädyimme tekemään tehtävän pienryhmissä. Jakautuminen sujui hallitusti ja jokainen löysi paikkansa omassa pienryhmässään. Ohjaaja ohjeisti pienryhmät pohtimaan yhdessä kolmen minuutin ajan erilaisia tapoja pyytää anteeksi. Pienryhmät aloittivat pohtimisen ja pysyivät hyvin aiheessa, ohjaajat kiertelivät luokassa, mutta antoivat oppilaille työrauhan. Ajan loputtua istuttiin takaisin omille paikoille ja ohjaajan johdolla keskusteltiin yhdessä, minkälaisia tapoja pienryhmissä keksittiin. Puheenvuoron sai viittaamalla, moni oppilas halusi sanoa esimerkin ja sai vuorollaan kertoa sen ääneen koko luokalle. Anteeksipyyntötavat kirjattiin ylös kartonkikorteille ja jätettiin rasiaan luokkaan, josta oppilaat voivat käydä niitä katsomassa.

Voi pyytää anteeksi.
 Jos vahingossa rikot kaverin omaisuutta, yritä korjata sitä.
 Voi halata.
 Anteeksi pyytäminen vaatii rohkeutta.

Oppilaat ohjattiin sanallisesti istumaan paikoilleen ja ottamaan mukava asento. Valot sammutettiin ja katsottiin valkotaululta Jotain rajaa! -oppitunnin neljäs video. Videon sisältämien osallistavien pohdintojen kohdalla ei pysähdytty pohtimaan vaan ne jätettiin tekemättä opinnäytetyön tekijöiden harkinnan perusteella. Video käsitteli anteeksi pyytämistä. Videon jälkeen purettiin ohjaajan johdolla sen herättämiä ajatuksia.

Videon loputtua jakauduimme uudelleen opettajien suunnittelemiin pienryhmiin ja aloitimme seuraavan tehtävän. Tämä tehtävä oli tarkoitus tehdä pareittain tai

pienryhmissä, suuren luokkakoon vuoksi päätimme toteuttaa tehtävän pienryhmissä. Ennen tehtävänantoa pienryhmissä oli pulinaa, joka hiljeni pyydettäessä. Jokaisen pienryhmän tuli valita joukostaan yksi vapaaehtoinen, joka oli patsas ja muut muovailivat patsaan anteeksipyytäjän näköiseksi. Pienryhmät saivat valittua vapaaehtoisen joukostaan patsaaksi ja muovailu alkoi. Ohjaajat kiersivät luokassa ja auttoivat sanallisesti pienryhmiä muovailemaan anteeksipyytäjää sekä kertoivat tarvittaessa ohjeet. Patsas oli veltona ja jähmettyi muovailijan muovailemaan asentoon. Aluksi muutamat oppilaat kokivat aloittamisen vaikeaksi, mutta ohjaajan opastamina alkoivat muovailu. Oppilaat pohtivat yhdessä pienryhmissä ääneen, miltä anteeksi pyytävä näyttää. Kun ryhmät olivat tyytyväisiä patsaaseensa, esiteltiin ne vuorotellen koko luokalle. Patsaiden esittelyssä tultiin yhdessä siihen tulokseen, että aina ei tarvitse pyytää sanallisesti anteeksi, vaan voi vaikka halata.

7.5 Oppitunti 5, V.V.V

Viides oppitunti pidettiin 21.3.2019, paikalla oli 32 oppilasta, luokanopettajat ja opinnäytetyön tekijät ohjaajina. Viidennen oppitunnin tavoitteena oli oppia kunnioittamaan erilaisuutta.

Oppitunti aloitettiin oppilaiden istuessa samoilla paikoilla kuin aikaisemmilla tunneilla, ohjaaja tervehti heitä ja kertoi olevansa iloinen, kun taas on Jotain rajaa! -oppitunnin aika, oppilaat vastasivat olevansa samaa mieltä. Ohjaaja kertoi ensimmäisen tehtävän ohjeet, jonka jälkeen aloitettiin.

Oppitunnin aluksi leikittiin leikki, jossa liikuttiin musiikin tahtiin ympäri luokkaa. Musiikin tauotessa pysähdyttiin keskustelemaan vastaantulevan kanssa piirteistä, jotka ovat heillä samanlaisia tai erilaisia. Musiikiksi ohjaajat valitsivat Gummy bear -lastenlaulun. Oppilaat lähtivät reippaasti liikkumaan pitkin luokkaa musiikin tahtiin ja kaikki löysivät parin musiikin tauotessa. Useimmat oppilaista ottivat aina uuden parin, mutta muutama oppilas hakeutui saman parin luokse. Ohjaajat kiersivät oppilaiden joukossa ja oppilaat löysivät yhteneväisyyksiä

vaatetuksesta sekä luonteenpiirteistä, kuten molemmat tunnistivat olevansa ystävällisiä tai molemmilla oli verkkarit.

Seuraavaksi vuorossa olisi ollut videon katselu, mutta video ei ollut saatavilla. Kysyimme jälkikäteen asiaa sähköpostitse Suomen Mielenterveysseuralta, he vastasivat videossa olleen teknisen vian, eikä sitä voinut katsoa. Päätimme siinä tilanteessa katsoa Youtubesta viidennen Jotain rajaa! -oppitunnin videon trailerin, koska se liittyi vahvasti oppitunnin aiheeseen. Osa oppilaista kertoi katsovansa videon kotona. Videon katselun epäonnistuminen lyhensi hieman oppituntia.

Videon trailerin jälkeen siirryimme seuraavaan leikkiin, joka alkoi asettautumalla piiriin käsikädessä seisten. Jokainen antoi vuorollaan vieruskaverille myönteisen kommentin ääneen sanoen ja näin käytiin kaikki piirissä olevat oppilaat läpi. Jokainen sai antaa ja vastaanottaa myönteistä palautetta vuorollaan. Yksi oppilas piirissä ei halunnut sanoa myönteistä kommenttia ääneen, vaan hän purskahti itkuun omalla vuorollaan. Toinen ohjaajista asettui oppilaan viereen lohduttamaan ja rauhoittamaan häntä. Luokan toinen oppilas huomasi luokkatoverinsa ikävän tunnetilan ja tuli lohduttamaan häntä ohjaajan kanssa. Leikki jatkui muiden sen kummemmin kiinnittämättä huomiota tilanteeseen. Leikkiä vetävä ohjaaja antoi itkuun purskahtaneen oppilaan vieruskaverille myönteisen kommentin, jotta vieruskaveri ei jäänyt ilman kommenttia. Purkukeskustelussa keskusteltiin, miltä tuntui antaa ja vastaanottaa myönteistä palautetta. Kaikki oppilaiden toisilleen antamat palautteet olivat positiivia.

Sä oot tosi hyvä tyyppi.
Sä oot hyvä kaveri.
Sulla on hienot vaatteet.

7.6 Oppitunti 6, Raja on siinä, mihin sen vetää

Viimeinen oppitunti pidettiin liikuntasalissa 3.4.2019, paikalla oli 31 oppilasta, luokanopettajat ja opinnäytetyön tekijät ohjaajina. Kuudennen oppitunnin tavoitteena oli ymmärtää miten ryhmä voi olla apuna kiusaamisen ehkäisyssä.

Ensimmäinen leikki aloitettiin asettautumalla tiiviiseen piiriin ja valittiin kaksi vapaaehtoista, jotka jäivät piirin ulkopuolelle. Vapaaehtoiset yrittivät päästä piirin sisälle ja toiset oppilaat estivät heitä pääsemästä sinne. Leikki ohjeistettiin ja kerrottiin, että piirissä olijat tai piirin sisään yrittävät eivät saa satuttaa tai käyttää väkivaltaa, vaan leikin tarkoitus on havainnollistaa, kuinka vaikea tiiviin rintaman läpi on päästä. Leikki leikittiin kaksi kertaa, toisella kerralla valittiin uudet vapaaehtoiset. Piirissä olijat tekivät hyvää yhteistyötä ja piiri pysyi tiiviinä. Molemmilla kerroilla vapaaehtoiset onnistuvat lopulta pääsemään piirin sisään. Leikki purettiin kysymällä oppilaiden mielipiteitä siitä, miltä tuntui olla piirissä tai sen ulkopuolella, josta ei meinaa päästä sisään.

Oikeessa elämässä tuntuu pahalta jäädä ulkopuolelle.
Paras tapa voittaa kiusaaja on tehdä siitä kaveri.

Tällä Jotain rajaa! -oppitunnilla leikimme toisen leikin liikuntasalissa heti ensimmäisen leikin perään ja katsoimme videon viimeiseksi luokkaan siirtymisen jälkeen.

Toisessa leikissä oppilaista muodostettiin kaksi ryhmää, ryhmät olivat samat, joita luokassa käytettiin muulloinkin arjessa. Ryhmiin jakautuminen sujui rutiinilla, opettaja ohjeisti oppilaat siirtymään A- ja B-ryhmiin. Ryhmät harjoittelivat omasta mielestään parhaan tavan ilmaista voima-askeleita. Tarkoituksena oli edetä rivinä salin päästä päähän vastaan tulevan toisen ryhmän rivin läpi, ottaen voima-askeleita vuorotellen. Ohjaajat olivat ryhmien kanssa harjoittelemassa sekä ohjaamassa voima-askeleiden suunnittelua. Oppilaat tarvitsivat huomion palauttamista takaisin tehtävään ja kannustamista tehtävässä pysymisessä sekä yhteistyön tekemisessä. Osa oppilaista suunnitteli itsekseen omia askeleita. Harjoituksen tarkoituksena oli ilmaista askelilla voimaa, jämäkkyyttä ja päättäväisyyttä. Molemmat ryhmät jaksoivat kulkea valitsemillaan askeleilla salin päähän asti, joskin kaikkien askeleet eivät olleet samanlaisia. Keskellä salia ryhmien kohdatessa ohitus sujui rauhallisesti ja muutama oppilas halasi vastaan tulijaa. Harjoitus purettiin keskustelemalla, millaisia tunteita voima-askeleiden ottaminen ja toisen ryhmän kohtaaminen herätti. Oppilaat ohjeistettiin istumaan piiriin salin keskelle

ja yhdessä keskusteltiin, minkälainen kehonkieli ilmaisee voimaa ja jämäkkyyttä sekä siitä miten jämäkällä ilmaisulla voi ehkäistä kiusaamista.

Olis helpompaa kävellä normaalisti.
Kiusaamista voi ehkäistä olemalla jämäkkä.

Leikkien jälkeen siirryimme luokkaan jonossa opettajan johdolla. Luokassa oppilaat ohjattiin istumaan ja aloitimme videon katselun. Videon sisältämien osallistavien pohdintojen kohdalla ei pysähdytty pohtimaan vaan ne jätettiin tekemättä opinnäytetyön tekijöiden harkinnan perusteella. Videon loputtua purettiin ohjaajan johdolla sen herättämiä ajatuksia ja tunteita.

Jotain rajaa! -oppitunnit lopetettiin vetämällä yhteen ohjaajan johdolla tunteilla harjoiteltuja taitoja. Oppitunneilla harjoiteltiin miten saada kavereita, vahvuuksien nimeämistä, myönteisen palautteen antamista ja vastaanottamista, anteeksipyyttämistä, erilaisuuden kunnioittamista ja kiusaamisen ehkäisyä. Ohjaajat kiittivät oppilaita osallistumisesta sekä kertoivat heidän olevan mahtavia ja taitavia.

8 ARVIOINNIN TOTEUTUS

Oppilaiden ja opettajien kokemuksia Jotain rajaa! -oppitunneilta keräsimme oppilaiden ryhmähaastatteluilla sekä opettajien yksilöhaastatteluissa. Teimme havainnoita oppitunneilla ja kirjasimme niistä muistiinpanoja, joita analysoimme haastatteluvastausten ohella. Toiminnallisessa opinnäytetyössä aineiston keruun tulee olla harkittua ja järjestelmällistä (Vilkka & Airaksinen 2003, 59).

8.1 Havainnointi

Ennen opinnäytetyön toiminnallisen osuuden aloittamista olimme yhden kerran havainnoimassa luokassa. Havainnoinnin kohteena olivat toisen luokan oppilaat. On tärkeää koko prosessin ajan pitää huolta lapsiystävällisyydestä niin, että aineistohankinta sovitetaan lapsen ajattelun kehitysvaiheeseen. On hyvä pitää myös huolta tutkimuksen etiikasta. Havainnointi on järjestettävä niin, että lapsi saa tarkkailla vapaasti havainnoijaa sekä tottua häneen. Non-verbaalinen viestintä on tärkeämpää kuin puhuminen. Tärkeänä osana valmistautumista haastatteluun pidetään havainnointia, etenkin jos havainnoitava kohde on ennalta vieras. (Aarnos 2015, 165–167.)

Havainnoimalla ja tekemällä muistiinpanoja havainnoista voi saada Roberts-Holmesin (2019, 132) mukaan tärkeää tietoa lapsiryhmän toiminnasta. Havainnot kannattaa kirjoittaa muistiin saman päivän aikana, sillä muuten ne voi helposti unohtaa. Hän kehottaa myös syventymään tutkittavan aiheen kirjallisuuteen, jotta havaintojen tekijällä on tarpeeksi laaja tietämys aiheesta ja hän osaa keskittyä havainnoimaan oikeita asioita. Lapsiryhmässä tapahtuu koko ajan monia päällekkäisiä asioita, joten oman aiheen tuntemus ja huomion kiinnittäminen siihen aineistoa kerätessä on tärkeää ja se lisää aineiston luotettavuutta.

Havainnoimalla saadut tiedot ovat aina subjektiivisia käsityksiä tilanteista. Lapselle arkisissa tilanteissa tapahtuva havainnointi auttaa tunnistamaan mahdolliset haasteet ja löytämään niihin ratkaisuja. (Lautamo & Laaksonen 2017, 15–16.)

Jotain rajaa! -oppitunneilla havainnoidessamme kiinnitimme erityistä huomiota kaveritaitoihin, koska sosiaalisten taitojen vahvistaminen oli yksi opinnäytetyön tavoitteistamme. Lautamo ja Laaksonen (2017, 36, 48) kertovat, että kaveritaitojen havainnointi tulee toteuttaa lapsen luonnollisessa ympäristössä ja huomio pitäisi kiinnittää lapsen käyttäytymiseen ja vertaisten kanssa toimimiseen. Lautamo ja Laaksonen ovat jakaneet kaveritaidot neljään osa-alueeseen, joita tulisi havainnoida. Osa-alueet ovat vuorovaikutukseen liittymisen taidot, ryhmässä toimimisen taidot, vuorovaikutuksen ylläpitämisen ja vertaisten tukemisen taidot sekä toisten huomioon ottamisen taidot. Neljän osa-alueen ymmärrys auttaa käsittämään lasten kaveritaitojen rakennetta. On yksilöllistä, että onko lapsella vahvuuksia yhdessä tai useammassa osa-alueessa ja tarvitseeko joku toinen osa-alue enemmän harjoitusta.

Jotain rajaa! -oppitunneilla toinen opinnäytetyön tekijöistä ohjasi oppitunnin ja toinen avusti tarvittaessa. Jaoin vastuut niin, että kuudesta oppitunnista molemmat opinnäytetyön tekijät ohjasivat kolme ja havainnoivat kolme oppituntia, luokanopettajat olivat oppitunneilla läsnä ja avustivat tarvittaessa. Tällä järjestelyllä pyrimme varmistamaan, että toinen opinnäytetyön tekijöistä sai keskittyä havainnoimaan oppitunteja sekä tekemään niistä muistiinpanoja. Hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti vastuut ja velvollisuudet jaettiin ennen aloittamista (Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Hyvän tieteellisen tutkimuksen käytäntö).

8.2 Haastattelu

Lapsiryhmää haastateltaessa ja rikkaan sekä autenttisen aineiston saamiseksi tavoite on sovittaa lapsen kohtaaminen, kysymykset sekä keskustelu aitoon ympäristöön (Aarnos 2015, 167). Lapsia haastatellessa tulee pyytää suostumus haastatteluun huoltajilta (Liite 1). Toimitimme luokanopettajille tiedotteen huoltajille jaettavaksi ja allekirjoitettavaksi. Jokainen lapsi sai päättää yhdessä huoltajien kanssa, osallistuuko haastatteluun vai ei. Luvan saamatta jääminen ei ollut lapselle este osallistua Jotain rajaa! -oppitunneille. Tiedotteessa annettiin myös opinnäytetyön tekijöiden yhteystiedot mahdollisia kysymyksiä varten, mutta yhtään yhteydenottoa huoltajilta ei tullut. Huoltajille annettiin tiedotteessa tiedoksi

myös Suomen Mielenterveysseuran internetsivut, mistä löytyy tietoa Jotain rajaa! -oppitunneista ja halutessaan huoltajilla oli mahdollisuus tutustua tarkemmin opetusaineistoon.

Ulkoiset tekijät on otettava myös huomioon haastattelua järjestettäessä. Tilan tulee olla rauhallinen, jotta lapsi voi keskittyä vastaamaan kysymyksiin. Toteutimme oppilaiden haastattelut ryhmähaastatteluina ja yhdessä ryhmässä oli kolmesta neljään oppilasta. Valitsimme haastattelumuodoksi ryhmähaastattelun kyselylomakkeen sijasta, koska halusimme saavuttaa aitoa keskustelua ryhmissä oppilaiden välillä. Yleensä kyselylomakkeita enemmän haastateltavia motivoivat kaiken tyyppiset haastattelut (Nurmi ym. 2015, 314). Ryhmähaastattelutilanteessa tavoitellaan lapsia kuuntelemaan toisiaan ja keskustelemaan keskenään, mistä voi saada uusia ajatuksia. Tavoitellun tilanteen saavuttaminen vaatii haastattelijalta kokemusta lapsiryhmien ohjaamisesta. (Aarnos 2015, 168.) Haastatteluissa on yleensä haasteena sosiaalisen suotavuuden ongelma, eli avoimissa kysymyksissä haastateltavat antavat vastauksia, joiden uskovat vastaavan haastattelijoiden toiveita (Nurmi ym. 2015, 314).

Lasten haastatteluja tallennettaessa on hyvä antaa lapsen tutustua tallennusvälineeseen, kertoa mikä se on ja miksi sitä käytetään. Lapsen tulee myös olla tietoinen siitä, että hänen sanomansa asiat eivät tule sellaisenaan mihinkään esille, eikä niitä voida tunnistaa hänen sanomikseen. Kun haastatellaan saman koulu- luokan oppilaita, on hyvä olla tietoinen, että haastattelun sisältö voi aiheuttaa keskustelua oppilaiden keskuudessa ja aiheuttaa yllättäviäkin tilanteita. (Hyvärinen, Nikander & Ruusuvuori 2017, 321–322.)

Haastattelijan on tunnettava haastateltava aihe niin hyvin, että hän voi tilanteessa kuunnella haastateltavaa, katsella haastattelutilannetta ja arvioida, kuinka tilanne sujuu. Eteneekö tilanne luottamuksellisesti ja avoimesti? Vaikuttavatko kysymykset sopivilta lapsen ikä- ja kehitystaustaan? (Aarnos 2015, 168–169.)

Haastattelujen tekemisen jälkeen ensimmäinen vaihe on puhtaaksikirjoitus eli litterointi. Usein on riittävä, kun purkaa haastattelut sellaisenaan tiedostoon ja jättää huomiotta esimerkiksi äänen painotukset ja tauot. (Eskola & Vastamäki 2015,

42). Litteroinnissa otimme huomioon erilaiset äännähdykset, kuten hmm ja pitkät miettimistauot, jotka merkitsimme litteroituun tekstiin katkoviivalla. Litteroidessa haastattelija valitsee, mitkä asiat ovat tarpeenmukaisia vuorovaikutuksen ymmärtämisen kannalta. Haastattelija tulkitsee litteroitavaa sisältöä osallistujien näkökulmasta. Analysoidessa aineistoa on hyvä pitää mielessä, että litteroitu teksti on luonteeltaan jo kerran tehtyä tulkintaa. Litteroinnin aikana poistetaan kaikki tunnistetiedot, joiden perusteella haastateltavat on mahdollista tunnistaa. (Nikander & Ruusuvuori 2017, 437–438.)

9 ARVIOINTI TOIMINNASTA

Havainnoissamme nousi esille, että opetusaineisto on monipuolinen ja sitä voi käyttää osissa. Jokaisen oppilaan yksilölliset taidot ja haasteet tulee huomioida opetusaineiston tehtävissä. Aineistoa keräsimme toimintakertojen havaintojen perusteella tehdyistä muistiinpanoista sekä haastatteleamalla luokan oppilaita ja opettajia. Kaikkia oppilaiden ja opettajien vastauksia ei ole tuotu oppinnäytetyön-raporttiin. Litteroidusta aineistosta nostimme esiin tärkeimmiksi kokemamme vastaukset.

9.1 Oppituntien havainnointi

Havaintojemme perusteella Jotain rajaa! -oppitunteilla oppilaiden huomio pysyi hyvin aiheessa. Tämä havaittiin aktiivisena osallistumisena leikkeihin ja keskusteluihin. Ryhmä oli suuri ja se toi mukanaan omat haasteensa, oppilaat olivat kuitenkin oppineet toimimaan osana suurta ryhmää ja luokassa oli vahvat struktuurit. Kokemuksemme mukaan luokanopettajien läsnäolo tunneilla lisäsi oppituntien turvallisuuden tunnetta oppilaan näkökulmasta.

Lähes kaikki oppilaat osallistuivat kaikkiin leikkeihin, josta tulkitsimme leikkien olleen kiinnostavia. Toisaalta ryhmän paine on tällaisessa tilanteessa suuri ja kieltäytyminen osallistumiseen olisi vaatinut suurta rohkeutta. Yhdessä leikissä yksi oppilas purskahti itkuun, kun olisi ollut hänen vuoronsa kertoa äänen vieruskaverista jotain positiivista. Tästä voimme päätellä, että tilanne oli hänelle liian vaativa, eivätkä kaikki tunne oloaan turvalliseksi joutuessaan huomion keskipisteeksi. Pienryhmiin jakautumisella pyrimme lisäämään jokaisen oppilaan osallisuuden toteutumista, myös Jotain rajaa! -opetusaineiston ohjeissa kehoitettiin tekemään osa tehtävistä pienryhmissä. Purkukeskusteluihin osallistuivat usein samat oppilaat, puheenvuoron sai viittaamalla, keskustelut käytiin koko luokan kesken. Tällä tavoin toimimalla saatoimme jopa vahvistaa luokassa jo vallitsevaa sosiaalista rakennetta, eli ne oppilaat saivat puheenvuoron, jotka usein tuovat mielipiteensä esille ja hiljaisemmat jäivät ilman puheenvuoroa. Jälkeenpäin asiaa

pohdittuamme huomasimme, että tässä kohtaa pienryhmiin jakautuminen olisi liittänyt mahdollisuutta, että jokainen halukas olisi saanut äänensä kuuluviin.

Muutaman kerran oppilas liuskeli omalta paikaltaan kesken ohjeistuksen, hän ei kuitenkaan pitänyt ääntä, eikä muut oppilaat kiinnittäneet liuskeluun kumminkin huomiota eikä se häirinyt oppituntia. Siirtymäkohdissa luokassa puheen äänitaso nousi odotetusti, ohjeita annettaessa oppilaat hiljentyivät kuuntelemaan. Oppilaat ovat yksilöitä ja heillä on oma tapansa toimia luokassa, tämä tulee ottaa huomioon ohjauksessa ja mahdollistaa oppilaille toimia itselleen ja ryhmälle sopivalla tavalla. Tärkeintä on, että kaikki voivat osallistua omien kykyjensä pohjalta. Jotain rajaa! -opetusaineiston leikit olivat ryhmässä tai pareittain toteutettavia. Leikit vaativat osallistujilta monia erilaisia jo olemassa olevia taitoja kuten lukutaitoa, kykyä kuunnella ja ymmärtää ohjeet, rohkeutta tuoda itseään esille sekä keskittymiskykyä. Kukaan oppilaista ei kieltäytynyt osallistumasta tehtäviin, mutta havaintojemme perusteella uudet leikit olivat osalle oppilaista jännittäviä.

Leikeissä, joissa annettiin luokkatoverille myönteistä palautetta tai etsittiin yhteisiä vahvuuksia, oppilaat keksivät monia erilaisia vastauksia. Kaikki vastaukset olivat ohjeistuksen mukaisesti positiivisia ja havaintojemme mukaan harkittu luokkatoverin ominaisuuksia kuvaillen. Osa vastauksista mukaili aikaisempia vastauksia, mutta uusiakin vastauksia esitettiin. Leikeissä oppilaan oli mahdollista ottaa mallia omaan vastaukseen aiemmista vastauksista ja se oli täysin hyväksyttävää.

Videon katselu sai osakseen suurta huomiota oppilaiden keskuudessa ja videotuokiot sujuivat hiljaisuuden vallitessa, josta päätelimme oppilaiden keskittyneen katseluun. Havaintojemme pohjalta huomasimme oppilaiden syventyneen katsomaan keskittyneesti videoita ja jotkut oppilaat jopa kommentoivat videon tapahtumia itsekseen. Tästä voidaan päätellä videoiden sanoman tulleen huomioiduksi ja videoiden olleen kiinnostavia.

9.2 Oppilaiden kokemukset Jotain rajaa! -opetusaineistosta

Pääosin ryhmähaastatteluista saadut vastaukset koskien Jotain rajaa! -opetusaineistoa olivat positiivisia ja kiinnostavia. Haastattelukysymyksiä oppilaille (Liite 2) oli yhteensä kuusi ja ne koskivat Jotain rajaa! -opetusaineiston sisältöä. Vastauksen perusteella Jotain rajaa! -opetusaineiston leikit olivat mielekkäitä, mutta erityisesti suosiota osakseen sai jokaisella oppitunnilla näytetty oppitunnin aiheeseen liittyvä video. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä viisi sivua.

Öö oli kyllä kivaa kun siellä leikittiin ja katottiin leffaa.
Mä tykkäsin niistä videoista ja leikeistä.
Joo se videon kattominen.
Mä opin niistä videoista paljon erilaisia asioita.
Niin mäkin opin niistä videoista monia asioita.

Kiusaamista käsittelevä video herätti ajatuksia. Oppilaat toivat vastauksissa videon pohjalta esille omia tuntemuksiaan kiusaamisesta.

Et kun siinä elokuvassa kiusattiin toisia.
Niin en mäkään kyl tykänny siitä et siin elokuvassa kiusattiin toisia.
En mäkään tykänny siitä et siin kiusattiin.
Musta tuntu pahalta et sitä kiusattiin ja siitä tuntui vähän surulliselta
vaikka se on vaan pelkkää videoo niin musta se tuntui vähän surulliselta.

Ryhmähaastatteluiden vastauksien perusteella Jotain rajaa! -opetusaineiston leikit olivat oppilaille uusia, eivätkä useimmat olleet leikkineet niitä aikaisemmin. Vastauksissa toistuu ryhmäleikkien suosio.

Mun mielestä ryhmissä oli kiva tehdä kaikkia leikkejä.
No kun sillein kun siinä sai leikkiä porukalla niin se oli kivaa.
Niin munkin mielestä kun sai leikkiä porukalla.
Mä en ollu ees ikinä ennen leikkiny niitä.

Vastauksissa mainittiin yleisesti leikkien olleen kivoja sekä vastausten perusteella huomasimme, että yksittäiset leikit olivat jääneet oppilaiden mieleen.

Yks leikki oli mun ehdoton paras se oli se katsekontakti.
Varsinkin se kun se oli se muovailupuu kun laittoi ittensä sillee.
Ne oli semmosia helppoja.

Oppilaat toivat vastauksissaan esille tilanteita, joissa he leikkivät sellaisen luokkakaverin kanssa, jonka kanssa eivät yleensä leiki. Vastausten perusteella uusia vuorovaikutussuhteita syntyi.

Välillä leikin luokkalaisten poikien kanssa.
En itseasiassa oo ikinä leikkiny sen kanssa ainakaan välkällä.

Suurimmaksi osaksi oppilaiden vastauksissa nimettiin myönteisiä vahvuuksia, mutta yhden oppilaan vastaus osoittautui päinvastaiseksi.

Me ollaan tosi kannustavia.
Vaikka sellanen et kuuntelutaito.
Mä en ihan tarkkaa muista mut olik se et ei luovuta helpolla.
Meiän luokka on hyvä kaikessa et se ei oo yhtä semmosta muussia.
Meiän luokka on hyvä käsitöissä.
Meillä on aika villi luokka ja ärsyttävä luokka.

Oppilaiden kokemuksissa uusien asioiden oppimisessa oli selvästi havaittavissa hajontaa. Osa oppilaista osasi nimetä uusia taitoja ja osa oppilaista ei kokenut oppineensa uutta.

Öö miten saadaan ystäviä.
Miten voi pyytää anteeksi.
Et ei saa kiusata.
Ei saa jättää ulkopuolelle.
Mä opin et jos jotain tyyppiä kiusataan niin siitä kannattaa puhua.
Ja toista kaveria pitää puolustaa ja jos sul tulee riitaa niin ei nyrkkejä.
Mä en tiedä mitä mä oon oppinu.
Mä en ees muista mitä oon oppinu.
No mä en periaatteessa oppinu mitään uutta.

Osa oppituntien aiheista sekä joidenkin oppituntien osien rakenne ei miellyttänyt kaikkia oppilaita. Suuri osa leikeistä oli oppilaille uusia, joten ohjeiden kuunteleminen ja ymmärtäminen vaati oppilailta keskittymistä. Näissä vastauksissa tulee esille oppilaiden yksilöllinen tapa kokea asioita, toisen mielestä oli liian rauhallista, kun taas toinen koki joidenkin oppilaiden sähläämisen epämiellyttäväksi.

Tuolla jumppasalissa oli liian rauhallista.

Ei ollut jännitystä.

No mä tykännny siitä et osa siel sähläs mut se ei liity tähän. Kaikkee outoa siel tuli vastaan.

Mulla oli siin yks tylsä juttu kun piti kokoajan kuunnella kun ois vaan voinu mennä suoraan asiaan.

9.3 Opettajien kokemukset Jotain rajaa! -opetusaineistosta

Opettajien kokemukset keräsimme Jotain rajaa! -opetusaineistosta haastatteleamalla heitä yksilöhaastatteluissa, joissa käytimme kuuden kysymyksen haastattelurunkoa (Liite 2). Otamme esille aineistosta opettajien kokemukset Jotain rajaa! -opetusaineistosta, jotka vastausten perusteella kuvaavat koulun arkea ja ovat näin ollen sidoksissa oppilaiden kokemusmaailmaan.

Ne on kivan räväköitä ne videot. Et ei oo sellaisia liian kaunisteltuja. Videot myös koski kouluympäristöä ja siihen liittyviä haasteita ja ratkaisuja.

Jos meil kävi joku tilanne oppilaiden kohalla arjessa niin me vähän niinku peilattiin niihin tunteihin.

Opettajien kokemukset Jotain rajaa! -opetusaineistosta olivat myönteisiä. Aineistossa kiinnitimme huomiota harjoitteiden vahvistaneen yhteisöllisyyttä sekä näkyneen luokan arjessa, myös oppituntien ulkopuolella. Opettajien vastauksista päättelimme oppituntien vastanneen luokan tarpeita.

No tehtävät oli loistavia ja ryhmäytyminen ja se että te saitte ne oppilaat niinku tekemään ja osallistumaan. Se oli mun mielestä sellainen tosi tärkeä juttu.

Vaikka on iso porukka ja jännitti et miten ne toimii, mut pienellä säädöllä ne meni tosi hienosti.
 Siinä oli paljon sitä yhteisöllistä tekemistä.
 Se on aina oppimistilanne et on uudenlaisessa ryhmässä ja työskentelee sen kanssa.
 Tekemään ja toimimaan yhdessä, vielä enemmän ja isommissa porukoissa.

Luokan molemmat opettajat korostivat vastauksissaan Jotain rajaa! -opetusaineiston hyödyllisyyttä sekä tarpeellisuutta eri ikäryhmille.

Tämmönen pitäis lanseerata koulutasolle ja eri ikäluokille ja hienoo et ulkopuoliset pystyy tulee tekee tätä et se ei oo vaan se luokanopettaja tai opettajan tehtävä.
 Täähän olis hirveen hyvä toimintamalli ylipäätään silleen et olis joku taho, joka tekis tätä ja kiertelis kouluissa ja luokissa pitämässä tämmöistä kokonaisuutta niin ihan varmasti hyötyis koska näitä taitoja pitäisi harjoitella varmaan lähes kaikissa luokissa.

Aineiston perusteella huomasimme opettajien vastausten olevan yhteneväisiä.

9.4 Toiminnan arvioinnin yhteenveto

Havainnoissamme oppitunneilta sekä haastattelemalla saadusta aineistosta voimme yhteenvetona päätellä toimintamme olleen tavoitteidemme mukaista. Havaintojemme mukaan oppilaat olivat mukana toiminnassa sekä innostuneita osallistumaan oppitunneilla. Yhteisissä keskusteluissa huomasimme usein samojen oppilaiden kommentoivan, näissä tilanteissa hiljaisemmat tai aremmat oppilaat eivät todennäköisesti pystyneet tuomaan mielipidettään ilmi. Analysoimalla haastatteluista saatua aineistoa pystyimme löytämään saman suuntaisia tuloksia.

Sekä oppilaiden että opettajien vastauksista kuvastui Jotain rajaa! -opetusaineiston sisällön olleen mielekäästä ja innostaneen oppilaita harjoittelemaan sosiaalisia taitoja leikin kautta. Opettajien vastauksissa on yhtäläinen toive siitä, että Jotain rajaa! -opetusaineistoa voitaisiin jatkossakin käyttää kouluissa jollakin tavalla.

Video-osuudet olivat aineiston perusteella mielenkiintoisia ja vastasivat opinnäytetyömme tavoitteita. Havaintojemme mukaan oppilaat odottivat sekä seuraavaa Jotain rajaa! -oppituntia että videoita. Videon katselun aikana oppilaat seurasivat videota keskittyneesti ja osallistuivat videoiden purkukeskusteluihin aktiivisesti. Vastauksissa oppilaat nostivat videot kivoimmaksi Jotain rajaa! -opetusaineiston osa-alueeksi.

Vastauksista nousi esille myös joidenkin tilanteiden olleen epämieluisia, toiminta oli ollut liian hidastempoista tai ohjeet koettiin liian pitkiksi. Leikit olivat aineiston perusteella suurimalle osalle oppilaista uusia ja se johti siihen, että joku oppilaista koki toiminnan oudoksi. Leikkien ollessa uusia ohjeiden kuunteluun ja ymmärtämiseen vaadittiin oppilailta paljon keskittymistä. Joissakin leikeissä ohjaajat kiersivät luokassa ja kertasivat tarvittaessa ohjeita. Tällä pyrimme vähentämään painetta, joka saattaa syntyä, jos oppilas ei ensimmäisellä kerralla kuule tai ymmärrä ohjeita.

Aineiston pohjalta huomasimme kuitenkin uusien leikkien olleen useille oppilaille mieluisia. Leikeissä jakauduttiin pienryhmiin tai ne leikittiin pareittain. Vastauksissa oppilaat kertoivat leikkineensä sellaisten luokkakavereiden kanssa, joiden kanssa eivät yleensä koulupäivän aikana leiki. Toisaalta osa oppilaista saattoi kokea pienryhmiin jakautumisen pelottavana, jos ei pääse haluamansa oppilaan kanssa samaan ryhmään tai ei tiedä kenen kanssa seuraavaan ryhmään joutuu.

10 POHDINTA

Valitsimme yhdessä opettajien kanssa Jotain rajaa! -opetusaineistosta kuusi opituntia ajatellen juuri tämän luokan oppilaiden tarpeita, joita olivat tunteiden ja vahvuuksien sanoittaminen sekä yhteishengen lisääminen. Sisällöltään tehtävät olivat konkreettisia ja kaikki oppilaat osallistavia. Tehtävät lisäsivät mielestämme luokan yhteenkuuluvuuden tunnetta erityisesti vahvuuksien nimeäminen toimi luokkahenkeä nostattavana elementtinä. Mielestämme kuitenkin kolmannen opitunnin toinen tehtävä oli hieman liian samankaltainen kuin aiemmalla opitunnilla ollut ryhmän vahvuuksien pohtiminen. Leikkeihin osallistuminen vaati rohkeutta esiintyä luokan edessä ja toimia osana ryhmää. Ujo tai hiljainen oppilas saattaa kokea esiintymistä ja osallistumista vaativat leikit epämieluisiksi ja haastaviksi. Esiintymistä vaativat leikit saattavat myös aiheuttaa oppilaissa epäonnistumisen pelkoa. Jos luokassa ilmenee kiusaamista, eikä sitä ole huomioitu Jotain rajaa! -oppitunteja pidettäessä, saattaa tällaiset leikit jopa vahvistaa kiusaamista tai ulkopuolelle jättämistä.

Tutustuimme teorianäytetyön aiheeseen liittyen. Ikäryhmän kehityksen tunteminen auttoi ryhmän ohjaamisessa ja lasten kohtaamisessa. Pyrimme hyödyntämään luokanopettajien asiantuntijuuden ja teimme tiivistä yhteistyötä opettajien kanssa. Saimme luokanopettajilta tukea opinnäytetyön toiminnallisen osuuden toteutuksessa. Luokanopettajat tekivät yhteisen päätöksemme mukaisesti ryhmäjaot pienryhmiin etukäteen. Opettajat työskentelevät oppilaiden kanssa päivittäin ja luotimme heidän näkemykseensä parhaista pienryhmäjaosta. Tällä tavalla varmistimme, että pienryhmistä tulee tasapuoliset ja mahdolliset oppilaiden väliset ristiriidat on huomioitu. Huotilainen (2019, 11,24) toteaa oppimisen olevan tehokasta ryhmässä. Hän jatkaa mainiten yksilön aivoissa tapahtuvan muokkaantumisen opettavan myös koko ryhmää.

Olimme suunnitelmassamme valmistautuneet siihen, että liikunnallisissa leikeissä saattaa vauhti yltyä. Lasten toimintaa ohjaa osaltaan jokaisen yksilöllinen aktiivisuustaso, joka on osa temperamenttia ja vaikuttaa lapsen reaktiivisuuteen (Huotilainen 2019, 135). Jotain rajaa! -opetusaineiston ohjeet ovat selkeät ja

oppilaiden oli helppo ymmärtää leikkien kulku, tämä lisäsi mielestämme oppilaiden huomion pysymistä leikeissä.

Mitchell (2018, 92) kertoo, miten sosiaalisia taitoja voi opettaa. Näitä tapoja ovat muun muassa sosiaalisten taitojen opettaminen esimerkiksi roolileikkien ja pantomiimin avulla. Sosiaalisia taitoja voidaan opetella katsomalla videoita ja keskustella videoon liittyen esimerkiksi käyttäytymistavoista ja vahvistaa näin toivottua käyttäytymistä. Sekä suunnitella luokahuoneeseen soveltuvia tehtäviä, jotka lisäävät hyväksyntää, luottamusta sekä erilaisten taitojen arvostamista. Jotain rajaa! -oppitunneilla käytettiin Mitchellin sosiaalisten taitojen opettamisen tapoja. Jokaiseen oppituntiin kuului video ja videon purkukeskustelu yhteisesti, jolloin oppilaat pääsivät keskustelemaan kulloisestakin aiheesta. Annoimme oppilaille runsaasti positiivista palautetta ja vahvistimme näin toivottua käyttäytymistä. Jokaisella oppitunnilla oli erilaisia leikkejä ja kuten Mitchell toteaa, leikkien ja pantomiimin avulla voi opettaa sosiaalisia taitoja. Jotain rajaa! -opetusaineistoon kuuluvat vahvuuskortit, joita käytettiin yhdellä oppitunnilla ja ne jätettiin luokan käyttöön.

Tavoite	Saavutettiinko tavoite (oma arvio)	Jos tavoite saavutettiin niin miten
Vahvistaa oppilaiden sosiaalisia taitoja	Kyllä	Oppilaat työskentelivät pareina ja erilaisissa pienryhmissä. Oppilaat opettelivat erilaisia tapoja pyytää anteeksi sekä erilaisia tapoja pyytää leikkiin mukaan.
Lisätä yhteisöllisyyttä luokassa	Kyllä	Oppilaat opettelivat nimeämään koko luokan vahvuuksia ja tämä koettiin luokkahenkeä kohottavana harjoituksena.
Laajentaa oppilaiden tietoisuutta koulukiusaamisesta ja sen seurauksista	Osittain, koska tavoite on liian laaja käsiteltäväksi kokonaisuudessaan kuuden oppitunnin aikana.	Oppilaat opettelivat kuinka ryhmässä toimimalla voi estää kiusaamista toteutumasta.

Kuvio 2: Tavoitteet

10.1 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyömme on muodoltaan toiminnallinen opinnäytetyö, mutta sisältää tutkimuksellisen osuuden haastatteluiden muodossa. Kuten Nurmi ym. (2015, 326) toteavat kirjassaan on erityisen tärkeää noudattaa eettisiä periaatteita ja yleisiä eettisiä ja moraalisia normeja. Tutkimusetiikkaa tulee noudattaa koko tutkimuksen ajan, esimerkiksi suunnitteluvaiheessa, kysymystenasettelussa, aineiston keruussa, materiaalin säilyttämisessä ja käsittelyssä sekä tulosten julkaisemisessa.

Ennen toiminnallisen opinnäytetyömme aloitusta haimme tutkimuslupaa ja aloitimme opinnäytetyön työstämisen luvan saatuamme. Luotettavuuden arvioinnin kannalta oli tärkeää saada palautetta toiminnallisesta osuudesta. Toteutimme palautteen keruun Jotain rajaa! -opetusaineistosta haastatteluilla.

Opinnäytetyössämme käytimme aineistonkeruussa havainnointia ja haastatteluja. Roberts-Holmes (2019, 99) toteaa, että aineiston keruussa käytettyjen metodien täytyy olla perusteltuja. Pohdimme aineiston keruumme eettistä puolta, sekä sitä millä tavalla saamme kerättyä haastatteluista kokemuksia. Oppitunneilla havainnoimalla saimme informaatiota oppilaiden osallistumisesta ja haastatteleamalla heitä saimme kerättyä heidän kokemuksiaan Jotain rajaa! -opetusaineistosta.

Toimimme opinnäytetyössämme hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Prosessin tulee olla suunnitelmallinen ja rehellinen sekä tarvittavat tutkimusluvut pitää hankkia. Tavoitteellisuus ohjaa suunnittelua, toteutusta ja arviointia. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Hyvän tieteellinen käytäntö.) Kokemuksia kerätessämme kerroimme avoimesti mistä opinnäytetyössämme on kyse sekä haastatteluiden olevan vapaaehtoisia. Lapsia haastateltaessa tiedotimme huoltajia aiheesta sekä pyysimme heiltä kirjallisen suostumuksen lapsensa haastatteluun. Haastatteluista saatu aineisto säilytettiin asianmukaisesti opinnäytetyön tekijöillä ja työssämme olemme hävittäneet kaikki haastateltavien tunnistetiedot huolellisesti.

Roberts-Holmes (2019, 59) kertoo, että tutkimuksen tekemisessä täytyy kiinnittää huomiota mahdollisiin riskeihin, joita voi tulla vastaan. Erityisesti lapsien osallisuudessa tutkimukseen täytyy tutkijan olla valmistautunut tarkastelemaan toimintaansa kriittisesti, jotta kaikki näkökulmat tulee huomioitua. Haastattelukysymyksiä laatiessamme pyrimme tekemään helposti ymmärrettäviä, avoimia kysymyksiä, joilla saimme kerättyä lasten kokemuksia Jotain rajaa! -opetusaineistosta. Roberts-Holmes (2019, 63) kehottaa pohtimaan, ovatko sanat ja puhe helposti ymmärrettäviä haastattelutilanteessa.

10.2 Ammatillinen kasvu

Valitsimme opinnäytetyömme muodoksi toiminnallisen opinnäytetyön, koska siinä pystyimme yhdistämään kiinnostuksemme aiheen teoreettiseen tietopohjaan sekä mielenkiintomme mukaisen toiminnallisen osuuden vantaalaisessa alakoulussa. Teimme opinnäytetyön parityönä, toinen opinnäytetyön tekijöistä opiskelee Diakonia-ammattikorkeakoulussa ja toinen Laurea-ammattikorkeakoulussa. Teimme opinnäytetyöprosessin Diakonia-ammattikorkeakoulun ohjeiden mukaisesti ja meitä ohjasivat lehtorit molemmista ammattikorkeakouluista. Suunnittelimme heti opinnäytetyöprosessin alussa työnjaon sekä ajankäytön mahdollisimman tarkasti. Koimme parityönä tehtävän opinnäytetyön positiivisena asiana. Läpi prosessin pystyimme avoimesti keskustelemaan ja refleктоimaan aiheesta sekä saimme tarvittaessa tukea toisiltamme. Erimielisyyksiltä vältyttiin prosessin aikana.

Opinnäytetyömme toiminnallisen osuuden toteutimme alakoulussa, joka edellytti meitä perehtymään perusopetuslakiin sekä opetussuunnitelmaan. Lasten kanssa työskenneltäessä eettisyys nousi työssämme tärkeään asemaan, koko prosessin ajan punnitsimme toimintamme eettisyyttä. Koko työmme punaisena lankana kulki toiminnan tavoitteellisuus. Jokaisen oppitunnin jälkeen pidimme pienen palaverin ja arvioimme omaa toimintaamme. Sosiaaliset taidot ovat pohja ihmissuhteiden synnylle ja ongelmanratkaisutaidoille. Vahvistamalla oppilaiden sosiaalisia taitoja, pyrimme myös ehkäisemään kenenkään jäämistä ryhmän ulkopuolelle.

Yhteistyömme työelämäkumppanin kanssa kesti useamman kuukauden ja tänä aikana kävimme luokanopettajien kanssa hyviä keskusteluja opinnäytetyömme aiheesta sekä siihen liittyvistä ilmiöistä. Keskustelujen siivittämänä pohdimme muun muassa ryhmähaastattelukysymyksiä sekä refleктоimme kokemaamme ja oppimaamme toiminnallisen osuuden aikana. Olemme perehtyneet opinnäytetyöprosessin aikana Jotain rajaa! -opetusaineistoon sekä ryhmänohjaamiseen.

Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit pyrkivät vastaamaan sosiaalialan muuttuviin tilanteisiin (Diakonia-ammattikorkeakoulu. Osaamisvaatimukset: Sosionomi AMK). Kompetenssien mukaisesti kykenimme luovaan ongelmaratkaisuun. Kohtasimme yhdellä oppitunnilla teknisiä ongelmia, joista selviydymme omien kokemusiemme perusteella hyvin. Lapsiryhmää ohjatessa tulee ottaa huomioon mahdolliset vastoinkäymiset ja olla valmis joustamaan suunnitelmasta sekä muuttamaan sitä tarpeen vaatiessa.

Opinnäytetyöprosessimme eteni suunnitelmiamme mukaisesti ja työstimme sitä sekä itsenäisesti että yhdessä. Yhdessä työskennellessä pyrimme tarkastelemaan opinnäytetyötämme kriittisesti sekä antamaan toisillemme palautetta. Prosessin aikana pohdimme sosionomin ammattietiikkaa ja peilasimme sitä omaan työskentelyymme. Pohdimme moneen kertaan, mitä teoreettista tietopohjaa haluamme tuoda opinnäytetyössämme esiin. Saimme prosessin aikana ohjausta opinnäytetyömme ohjaavilta opettajilta, mutta pääosin työskentelimme itseohjautuvasti.

Opinnäytetyöprosessimme aikana pohdimme omaa ammatillisuuttamme sekä työtettämme ja peilasimme niitä sosiaalialan kompetensseihin. Ammatillinen kriittinen reflektio on yksi sosionomi koulutuksesta valmistuneen osaamisvaatimuksia (Diakonia-ammattikorkeakoulu. Osaamisvaatimukset: Sosionomi AMK). Ammatillista kasvua tapahtui läpi prosessin. Refleктоimalla itsenäisesti sekä yhdessä pystyimme kiinnittämään huomiota vahvuuksiimme sekä kehittämisen kohteisiimme. Parityössä annoimme ja vastaanotimme toisiltamme palautetta ja peilasimme, sitä omaan toimintaamme.

Opinnäytetyömme tarkoitusta ja johtopäätöksiä voi pitää ajankohtaisina, koska Jotain rajaa! -opetusaineistosta ei ole aiemmin tehty opinnäytetyötä. Koimme tärkeäksi Suomen Mielenterveysseuran tuottaman materiaalin käytön työelämäkumppanuuslähtöisesti ja joustavasti. Valmis opinnäytetyö luovutetaan työelämäkumppanien käyttöön.

Lähdettäessä ohjaamaan ryhmää on tärkeää ohjausprosessin huolellinen toiminnan suunnittelu ja ohjaajan ymmärtämys omista vahvuuksista ja taidoista ryhmäohjaajana. Ohjaajan tulee ohjata ryhmää suunnitelmallisesti, mutta ohjaajan on kyettävä reagoimaan suunnittelemattomiin muutoksiin. (Ståhlberg 2019, 20,28.) Tästä hyvänä esimerkkinä viidennellä Jotain rajaa! -oppitunnilla tapahtui yllättävä odottamaton tekninen vika videon katselussa ja video ei ollut ollenkaan katsottavissa. Siinä tilanteessa me opinnäytetyön tekijät ohjaajina päätimme katsoa YouTubesta viidennen oppitunnin videon trailerin ja jatkaa tämän jälkeen oppituntia suunnitellusti.

Ohjaajina me opinnäytetyön tekijät olemme erilaisia, mutta Jotain rajaa! -oppituntien rakenteet noudattivat samaa kaavaa. On sanottu, että ohjaajan tärkein työkalu on persoona ja että ohjaaja tuo väistämättä oman persoonallisen otteensa ryhmäohjaukseen. Ohjaajan persoonan käyttö vaatii harjoittelua ja harjaantumista. Taito kohdata ihmiset sekä hyvät ohjaus- ja vuorovaikutustaidot kuuluvat hyvään ryhmäohjaukseen. Ryhmää ohjattaessa on tärkeää kuunnella, huomioida sekä tukea ja kannustaa. (Ståhlberg 2019, 30, 34.) Me ohjaajina pyrimme noudattamaan näitä ohjeita Jotain rajaa! -oppitunteja ohjatessamme. Pyrimme aina kuuntelemaan oppilaiden puheenvuorojen sisällön mahdollisimman tarkasti. Huomioimme oppilaita antamalla monipuolisesti puheenvuoroja viittaaville oppilaille ja huomioimme myös sanatonta viestintää. Osallistimme myös oppilaita, jotka saattoivat vaikuttaa ujoilta uudessa tilanteessa ja uusien ohjaajien kanssa. Kannustimme oppilaita Jotain rajaa! -oppitunneilla, kun he saavuttivat tunnille asetettuja tavoitteita.

10.3 Johtopäätökset

Suuressa ryhmässä tarvitaan paljon sosiaalisia taitoja, toiminnallisen oppinnäyte-työmme tavoitteena oli vahvistaa toisen luokan oppilaiden sosiaalisia taitoja. Jotain rajaa! -opetusaineiston avulla pyrimme rakentamaan tilanteita, joiden kautta oppilaat ohjautuivat pohtimaan erilaisia haastavia tilanteita sekä keskustelimme ajatuksista, joita oppitunneilla heräsi. Sosiaalisia taitoja harjoitellaan kaikissa läpi elämän tapahtuvissa vuorovaikutustilanteissa.

Jotain rajaa! -opetusaineiston ohjeet olivat selkeät ja yksi oppitunti vastasi ajallisesti yhtä koulun oppituntia. Oppituntien aiheet olivat mielenkiintoisia ja sidoksissa koulun arkeen, oppilaat osallistuivat oppitunneilla sitoutuneesti. Jotain rajaa! -oppitunteja odotettiin ja olimme odotettuja vieraita luokassa.

Oppilaiden kokemusten perusteella Jotain rajaa! -oppituntien videot olivat kiinnostavia ja herättivät paljon ajatuksia käsiteltävästä aiheesta. Purkukeskusteluissa oppilaat toivat omia ajatuksiaan ja kokemuksiaan esille ja niitä käsiteltiin yhteisesti. Koko luokan yhteisissä purkukeskusteluissa vastasivat usein samat oppilaat. Ohjaajien tulisi kiinnittää erityistä huomiota, että kaikki oppilaat saavat tasapuolisen mahdollisuuden vastausvuoroon. Oppilaat osasivat nimetä tunteita, joita esimerkiksi kiusaamistilanteet herättävät. Jotain rajaa! -opetusaineiston avulla pääsimme käsittelemään juuri niitä aiheita, joiden koemme lisäävän empaattisuutta oppilaiden keskuudessa.

Jotain rajaa! -opetusaineisto tarjosi konkreettisia tapoja, joilla oppilaiden välisiä suhteita voidaan tukea. Havaintojemme perusteella Jotain rajaa! -opetusaineistoa voi käyttää vaivatta myös osissa ja tärkeintä on valita luokan tarpeita vastaavat oppitunnit kymmenen oppitunnin opetusaineistosta. Toisen oppitunnin aiheena oli nimetä toisten oppilaiden ja koko luokan yhteisiä vahvuuksia, tältä oppitunnilta luokkaan jätettiin vahvuuskortit jatkokäyttöä varten. Neljännellä oppitunnilla keksittiin tapoja pyytää anteeksi, keksityistä tavoista kirjoitettiin kortteja, joita oppilaat voivat käyttää myös jatkossa. Aiheet olivat mielestämme selkeitä ja niihin on helppo palata, jos arjessa tulee vastaan samankaltaisia tilanteita. Mielestämme Jotain rajaa! -opetusaineiston avulla oppilaat oppivat sosiaalisia taitoja

ja oppitunnit lisäsivät luokan yhteenkuuluvuuden tunnetta. On kuitenkin tärkeää huomioida myös osallistavien leikkien haastavuus ja sen vaikutus oppilaisiin. Leikeissä tarvitaan paljon erilaisia taitoja, joka saattaa aiheuttaa oppilaissa epävarmuutta omista taidoista ja antaa jopa aihetta kiusaamiseen, jonkun epäonnistuesssa.

Tämän kaltaiselle yhteisöllisyyttä sekä sosiaalisia taitoja vahvistavalle toiminnalle koulussa olisi jatkossakin paljon tarvetta. Ryhmäkoot ovat suuria ja sosiaalisten taitojen opiskeluun luokassa on aikaa ja resursseja rajallisesti. Oman haasteensa vuorovaikutukseen tulevaisuudessa tuo koko ajan lisääntyvä digitaalisuus. Omien havaintojemme sekä opettajilta kerättyjen kokemusten mukaisesti uskomme kaikkien peruskouluikäisten hyötyvän Jotain rajaa! -opetusaineiston käytöstä.

LÄHTEET

- Aarnos, E. (2015). Kouluun lapsia tutkimaan: havainnointi, haastattelu ja dokumentit. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle* (s. 164–179). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Cantell, H. (2010). Opetus 2000. *Ratkaiseva vuorovaikutus. Pedagogisia kohtaamisia lasten ja nuorten kanssa*. Juva: Bookwell.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu. Osaamisvaatimukset: Sosionomi AMK. (29.4.2016). Saatavilla 31.8.2019 <https://www.diak.fi/opiskelu/opiskelijan-polku/opintojen-suorittaminen/arviointi/osaamisvaatimukset-sosionomi/>
- Edu. Erityinen tuki. Yhteinen koulu kaikille. Saatavilla 30.1.2019 <https://www.edu.fi/erityinentuki/yhteinenkoulukaikille>
- Eskola, A. & Vastamäki, J. (2015). Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle* (s. 27–44). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hamarus, P. (2012). *Haukku haavan tekee. Puututaan yhdessä*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hellström, M., Johnson, P., Leppilampi, A. & Sahlberg, P. (2015). *Yhdessä oppiminen. Yhteistoiminnallisuuden käytäntö ja periaatteet*. Helsinki: Into Kustannus.
- Huotilainen, M. (2019). *Näin aivot oppivat*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hurme, K. & Kyllönen, T. (2014). *Turvassa! Vahvista lapsen turvallisuuden tunnetta ja varaudu vaaratilanteisiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvoori, J. (toim.) (2017). *Tutkimushaastattelijan käsikirja*. Tampere: Vastapaino.
- Jotain rajaa! Saatavilla 31.8.2019 <http://www.jotainrajaa.com/>
- Junttila, N. (2010a). *Social competence and loneliness during the school years. Issues in assessment, interrelations and intergenerational transmission*. (Väitöskirja, Turun yliopisto). Saatavilla

<https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/59283/Anna-lesB325Junttila.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Junttila, N. (2010b). Sosiaalinen kompetenssi ja yksinäisyys koululaisilla. Teoksessa K. Joronen & A. Koski (toim.), *Tunne- ja sosiaalisten taitojen vahvistaminen kouluuyhteisössä* (s. 33–56.). Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy - Juvenes Print.
- Junttila, N. (2015). *Kavereita nolla. Lasten ja nuorten yksinäisyys*. Tammi: EU.
- Kallioniemi, A. (2010). Kokonaisvaltaisesti oppiva lapsi. Teoksessa E. Jokela & H. Pruuki (toim.), *Jo iso, vielä pieni. Kouluikäisen lapsen maailma*. (s. 130–145). Helsinki: LK-Kirjat/ Lasten keskus Oy.
- Kangas, M. (2014). Leikillisyyttä peliin. Näkökulmia leikillisyyteen ja leikilliseen oppimiseen. Teoksessa L. Krokfors, M. Kangas & K. Kuopisto (toim.), *Oppiminen pelissä. Pelit, pelillisuus ja leikillisuus opetuksessa*. (s. 73–92). Tampere: Vastapaino.
- Kangas, M. (2010) *The school of the future: theoretical and pedagogical approaches for creative and playful learning environments*. University of Lapland Faculty of education. Saatavilla <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ula-2011291055>
- Keltikangas-Järvinen, L. (2010). *Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot*. Juva: WSOY
- Koivula, M. (2013). Yhteisöllisyyden rakentuminen päiväkodin arjessa. Teoksessa P. Marjanen, M. Marttila & M. Varsa (toim.), *Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille*. (s. 19–45). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kokkonen, M. (2017a). *Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kokkonen, M. (2017b). Liikunta sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä edistävien tunne- ja ihmissuhdetaitojen tukijana. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. (s. 185–214). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kurki, K. (2017) *Young children`s emotion and behaviour regulation in socio-emotionally challenging situations*. University of Oulu graduate school; University of Oulu. Faculty of education. Saatavilla <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789526216973.pdf>
- Kärkkäinen, K. (2017). *Vahvista lasta*. Helsinki: Duodecim.

- L 628/1998. Perusopetuslaki. Saatavilla. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajan-tasa/1998/19980628#L8P47a>
- Laaksonen, V. (2010). Lasten vuorovaikutustaidot tutkimuksen kohteena. *Prologi. Puheviestinnän vuosikirja 2010* 6–24. Saatavilla https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/26503/Prologi2010_Laaksonen_6-24.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lautamo, T. & Laaksonen, V. (2017). *Ralla leikki- ja kaveritaitojen havainnointimenetelmät*. Ralla Oy.
- Lehtinen, E., Kuusinen, J. & Vauras, M. (2007). *Kasvatuspsykologia*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Leppiniemi, P. (2013) *Erityisoppilaiden osittainen integraatio yleisopetukseen. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma*. Opettajankoulutuslaitos Jyväskylän yliopisto. Saatavilla <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/42934/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201402101215.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Liukkonen, T. (2017). *The relationship between behavior problems, gender, special education status and school performance in the early grades of school*. Master`s thesis in Special Education. Department of Education and Psychology University of Jyväskylä. Saatavilla <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/53577/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201704121974.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mieli Suomen Mielenterveys ry. Saatavilla 31.7.2019 <https://mieli.fi/fi>
- Mieli Suomen Mielenterveys ry. Julisteet ja kortit. Vahvuuskortit. Saatavilla 7.8.2019 <https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/vahvuuskortit>
- Mitchell, D. (2018). *27 tutkitusti toimivaa tapaa opettaa*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Nikander, P. & Ruusuvuori, J. (2017). Haastatteluaineiston litterointi. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvuori(toim.), *Tutkimushaastattelun käsikirja*. (s. 427–449).
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2015). *Ihmisen psykologinen kehitys*. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Nurmi, R., Sillanpää, A. & Hannukkala, M. (2016). *Hyvää mieltä yhdessä. Käsi- kirja alakoululaisen mielenterveyden edistäminen*. 4. Painos. Suomen mielenterveysseura.
- Näre, S. (2010). Kouluikäinen tyttö. Teoksessa E. Jokela & H. Pruuki (toim.), *Jo iso, vielä pieni. Kouluikäisen lapsen maailma*. (s. 43–58). Helsinki: LK-Kirjat/ Lasten keskus Oy.
- Opetushallitus. Opetussuunnitelman ydinasiat. Saatavilla 8.3.2019. https://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/perusopetus/opetussuunnitelma_ja_tuntijako/perusopetus_nyt
- Riivari, K. (2017). *Opettajien kokemuksia oppilaiden itsesäätelytaidoista ja niiden tukemisesta ensimmäisellä luokalla*. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Opettajankoulutuslaitos Jyväskylän yliopisto. Saatavilla. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/54168/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201705292552.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ritokoski, S. (2010). Lapsi ja kaverit. Teoksessa E. Jokela & H. Pruuki (toim.), *Jo iso, vielä pieni. Kouluikäisen lapsen maailma*. (s. 59–78). Helsinki: LK-Kirjat/ Lasten keskus Oy.
- Roberts-Holmes, G. (2019) *Doing your early years research project. A step by step guide*. Lontoo: Sage Publications Ltd.
- Sadeniemi, M., Häkkinen, M., Koivisto, M., Ryhänen, T. & Tsokkinen, A-L. (2019). *Viisas mieli. Opas tunnesäätelyvaikeuksista kärsiville*. Helsinki: Duodecim.
- Sinkkonen, J. (2010). Kouluikäinen poika. Teoksessa E. Jokela & H. Pruuki (toim.), *Jo iso, vielä pieni. Kouluikäisen lapsen maailma*. (s. 31–42). Helsinki: LK-Kirjat/ Lasten keskus Oy.
- Ståhlberg, L. (2019). *Pienryhmäohjaajan opas*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Suomen Mielenterveysseura. Pelit ja tehtävät. Jotain rajaa! -opetusaineisto alakouluun. Saatavilla 18.12.2018 <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/pelit-ja-teht%C3%A4v%C3%A4t/jotain-rajaa-opetusaineisto-alakouluun>
- Talvio, M. & Klemola, U. (2017). *Toimiva vuorovaikutus*. Bookwell Digital: Juva.

- Toukola, T., Karukivi, M., Saarijärvi, S. (2015). Tunneilmaisun kehittymisen ongelmat – temperamentin vai ympäristön sanelemaa. *Duodecim lehti* 21. Saatavilla <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2015/21/duo12516>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Hyvän tieteellinen käytäntö. Saatavilla 10.5.2019 https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Unicef. Lasten oikeudet. Sopimus kokonaisuudessaan. Saatavilla 31.8.2019 <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>
- Vilkkä, H. & Airaksinen, T. (2003). *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

LIITE 1. Tiedote huoltajille

Tiedote huoltajille

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Diakonia -ammattikorkeakoulusta ja Laurea -ammattikorkeakoulusta. Toteutamme toiminnallisen opinnäytetyön lapsenne luokassa maalis- huhtikuussa 2019, Suomen Mielenterveysseuran Jotain rajaa! -opetusaineistoa käyttäen. Oppitunnit noudattavat opetussuunnitelmaa. Opetusaineistoon voi halutessaan tutustua Suomen Mielenterveysseuran nettisivuilla, osoitteessa: www.mielenterveysseura.fi

Keräämme kokemuksia oppitunneista oppilaiden ryhmähaastatteluilla ja haastattelut nauhoitetaan. Lopullisessa opinnäytetyössä tunnistetiedot poistetaan ja oppilaiden henkilöllisyys ei ole tunnistettavissa.

Ala-ikäisten lasten huoltajilta tarvitsemme kirjallisen suostumuksen haastatteluiden toteuttamiseen.

Lapseni saa osallistua_____

Lapseni ei saa osallistua_____

Ystävällisin terveisin Pirja Suorsa ja Anni Lindström

Huoltajan allekirjoitus, nimenselvennys ja päivämäärä

LIITE 2. Haastattelukysymykset

Oppilaiden haastattelukysymykset:

1. Mikä oli kivointa Jotain rajaa! -oppitunneilla?
2. Mistä et pitänyt Jotain rajaa! -oppitunneilla?
3. Leikitkö Jotain rajaa! -oppitunneilla sellaisen luokkakaverin kanssa kenen kanssa et yleensä leiki?
4. Miltä Jotain rajaa! -oppituntien leikit tuntuivat?
5. Mitä vahvuuksia luokallanne on?
6. Mitä uutta opit Jotain rajaa! -oppitunneilla?

Opettajien haastattelukysymykset:

1. Mikä mielestänne onnistui Jotain rajaa! -oppitunneilla?
2. Miten oppitunnit tukivat luokkanne tavoitteita?
3. Mitä uutta oppilaat mielestänne oppivat?
4. Miten mielestänne oppimateriaali tuki sosiaalisten taitojen vahvistamista?
5. Muodostuiko teidän mielestänne Jotain rajaa! -oppituntien aikana oppilaille uusia kontakteja?
6. Haluatteko haastattelukysymysten lisäksi tuoda jotain muuta esiin?