



Tunnekasvatuksen lisääminen päiväkodin arkeen

Päiväkodin kasvattajien ja vanhempien näkemysten
hyödyntäminen tunnekasvatuksen kehittämisessä

Maija Mäkelä

Neea Nurmi

OPINNÄYTETYÖ
Marraskuu 2019

Sosionomin tutkinto-ohjelma

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosionomin tutkinto-ohjelma

MÄKELÄ, MAIJA & NURMI, NEEA:

Tunnekasvatuksen lisääminen päiväkodin arkeen

Päiväkodin kasvattajien ja vanhempien näkemysten hyödyntäminen tunnekasvatuksen kehittämisessä

Opinnäytetyö 44 sivua, joista liitteitä 5 sivua
Marraskuu 2019

Opinnäytetyön tarkoituksena oli lisätä kasvattajien tietoisuutta tunnekasvatuksesta. Tavoitteena oli selvittää kasvattajien ja perheiden näkemyksiä tunnekasvatuksen tilasta yhteistyöpäiväkodissa sekä tiedustella siihen liittyviä toiveita ja kehitysideoita. Lisäksi tavoitteena oli selvittää, kuinka tunnekasvatusta voidaan lisätä päiväkodin arkeen ja miten kasvattaja voi vahvistaa tunnetaitojen kehittymistä. Työn tavoitteena oli myös luoda kasvattajille työvälineitä arjen tunnekasvatukseen.

Tutkimus tehtiin yhteistyössä tamperelaisen päiväkodin kanssa. Tutkimus oli laadullinen ja se koostui kasvattajille tehdyistä haastatteluista sekä perheille suunnatuista kyselyistä, jotka toteutettiin sekä sähköisenä että paperisena versiona. Haastattelut toteutettiin puolistrukturoituina ja niiden avulla pyrittiin selvittämään kasvattajien näkemyksiä tunnekasvatuksesta sekä sen kehittämisestä. Tutkimuksen tulosten sekä teorian avulla tehtiin johtopäätöksiä tämänhetkisestä tunnekasvatuksen tilasta sekä siitä, miten sitä voidaan kehittää.

Tulosten pohjalta voidaan todeta, että tunnekasvatus on merkittävä osa varhaiskasvatusta ja kasvattajan rooli sen tukijana ja kehittäjänä on suuri. Lasten tunnetaitojen kehittymisen tukemiseen tulisi panostaa varhaiskasvatuksessa, sillä lapsena opitut tunteisiin liittyvät taidot luovat pohjan tasapainoiselle tunne-elämälle. Kasvattaja on tärkeässä roolissa lapsen taitojen tukijana sekä tunnekasvatusta tukevan ilmapiirin luojana. Opinnäytetyön päämääränä oli luoda työvälineitä kasvattajien arjen tunnekasvatuksen tueksi. Työn tuloksena luotiin ”tunnetalo”, jonka tarkoituksena on tarjota kasvattajille konkreettisia välineitä työhön.

Opinnäytetyön johtopäätöksenä voidaan todeta, että tunnekasvatukseen tulisi panostaa. On hyvä tiedostaa, ettei tutkimuksen tuloksia voida yleistää laajalti, vaan ne kertovat yksittäisen päiväkodin tunnekasvatuksen tilasta sekä sen kehitysmahdollisuuksista. Tutkimus toi esille tunnekasvatuksen merkityksen osana varhaiskasvattajien työtä sekä antoi paljon arvokasta tietoa tunnekasvatuksesta ja sen toteuttamisesta. Jatkotutkimuksena voisi selvittää, kuinka lapsen itseohjautuvuutta voidaan tukea hankalissa vuorovaikutustilanteissa.

Asiasanat: tunnekasvatus, tunnetaidot, kasvattajan rooli, varhaiskasvatus

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

MÄKELÄ, MAIJA & NURMI, NEEA:
Emotional Education in Everyday Life of Kindergarten
Utilizing Educators' and Parents' Views when Developing Emotional Education
in Kindergarten

Bachelor's thesis 44 pages, appendices 5 pages
November 2019

The purpose of this thesis was to increase the child educator's awareness of emotional education. The aim was to determine parents' and child educators' views on emotional education at a kindergarten level. Other aims were to find out how the educators could support the development of the children's emotional skills, and to create a practical tool to support the work of the educators in the kindergarten.

The study was qualitative, and it was conducted in collaboration with a kindergarten in Tampere. The data were collected through semi-structured theme interviews and surveys.

Emotional education and the role of the child educator are significant parts of early childhood education. To create a healthy emotional base for children it is necessary to invest in emotional education. As an outcome, a new kind of emotion board was created in the purpose of supporting emotional education in everyday situations in the kindergarten.

As a conclusion, early childhood education should focus on implementing children's emotional education and with it support the development of emotional skills. Further studies could research how children's self-direction could be supported in difficult communication situations.

Key words: emotional education, emotional skills, the role of the child educator, early childhood education

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	TUNTEET, TUNNETAIDOT JA TUNNEKASVATUS.....	7
2.1	Emootiot ja tunteet	7
2.2	Tunnetaidot	9
2.3	Tunnekasvatus.....	12
3	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	16
3.1	Tutkimuksen tarkoitus, tutkimuskysymykset ja -menetelmät	16
3.2	Aineiston analyysi	18
4	TUNNEKASVATUS KASVATTAJIEN KOKEMANA	21
4.1	Turvallinen ja hyväksyvä vuorovaikutus.....	21
4.2	Lapsen tunnetaitojen tukeminen	24
4.3	Kasvattaja tunnetaitojen tukijana	26
4.4	"Tunnetalon" hyödyntäminen tunnekasvatuksessa.....	28
5	JOHTOPÄÄTÖKSET	30
6	POHDINTA	33
	LÄHTEET	37
	LIITTEET.....	40
	Liite 1. Kasvattajille teetetyn haastattelun runko.....	40
	Liite 2. Kyselylomake vanhemmille	41
	Liite 3. Lyhyesti tunnekasvatuksesta	42
	Liite 4. Kirjalista.....	43

1 JOHDANTO

”Tunteet vaikuttavat siihen, mitä huomaamme, miten tulkitsemme tapahtumia, mitä muistamme ja mitä unohdamme.” (Sadeniemi, Häkkinen, Koivisto, Ryhänen & Tsokkinen 2019, 16). Tunteilla on siis merkittävä rooli ihmisen elämässä. Tunteet vaikuttavat merkittävästi jokaiseen ja lapsuudesta saadut mallit siirtyvät myös myöhempiin elämänvaiheisiin (Puura 2019, 11-12).

Tässä opinnäytetyössä on käsitelty tunteita osana varhaiskasvatusta. Juusola (2017, 93) nostaa esiin kirjassaan, kuinka viimeisen parinkymmenen vuoden aikana tunteisiin liittyvää tietoa on saatu lisää ja sen kautta tunteiden ymmärtäminen on kehittynyt. Aiemmassa varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2005) ei ole erikseen puhuttu tunnetaidoista, niiden merkityksestä tai niiden kehittämisestä, vaikka tunteet on mainittu useaan kertaan eri asiayhteyksissä. Kuitenkin vuonna 2016 julkaistussa varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa tunnetaidot on tuotu ilmi erillisellä käsitteellä ja niiden kehityksen merkitystä varhaiskasvatuksessa on nostettu enemmän esiin. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2016, 22-23 ja 2018, 21) on korostettu tunnekasvatuksen sekä tunteiden näkökulmaa tärkeänä osana vuorovaikutusta ja itsesäätelytaitoja. Lasten tunnetaidot vahvistuvat, kun heidän kanssaan opetellaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita.

Valitsimme tunnekasvatuksen aiheeksemme, sillä koemme sen olevan tärkeää varhaiskasvatuksessa. Olemme molemmat työskennelleet päiväkotimaailmassa ja huomanneet, miten keskeisessä ja merkittävässä osassa tunteet sekä niistä keskusteleminen arjen toiminnoissa ovat. Tunteet ovat jatkuvasti läsnä päiväkodin arjessa ja erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Sen vuoksi myös tunnetaidot ja niiden tukeminen nousevat olennaiseksi osaksi varhaiskasvatusta. Tunnekasvatus aiheena on ajankohtainen ja siihen liittyen on julkaistu paljon uutta materiaalia lähivuosina. Tunteet ja tunteisiin liittyvä kasvatus kiinnostivat meitä molempia ja halusimme syventyä aiheeseen lisää sekä hankkia välineitä omaan työhömme varhaiskasvattajina. Aihe tarkentui arjessa tapahtuvan tunnekasvatuksen ympärille, sillä oman kokemuksemme mukaan tunnekasvatusta toteutetaan usein tuokioissa. Tunnetaitojen kehittyminen ei kuitenkaan tapahdu ainoastaan

tietyn menetelmän tai lyhyiden, toisistaan erillisten tuokioiden avulla. Lapsen positiivinen tunnekehitys tapahtuu nimenomaan arjessa tapahtuvissa tilanteissa aikuisen tuen avulla (Sajaniemi, Suhonen, Nislin & Mäkelä 2015, 96). Tämän opin- näytetyön tarkoituksena on lisätä kasvattajien tietoisuutta tunnekasvatuksesta ja lisätä se tietoiseksi osaksi päiväkodin toimintaa ja arkea. Työn tavoitteena on kartoittaa ja sen avulla kehittää erään tamperelaisen päiväkodin tunnekasvatuk- sen toteutusta sekä luoda kasvattajille arjen työvälineitä tunnekasvatukseen.

2 TUNTEET, TUNNETAIDOT JA TUNNEKASVATUS

2.1 Emootiot ja tunteet

Tunteet ohjaavat ihmisen toimintaa ja niiden avulla ihminen kokee sekä havainnoi ympärillä tapahtuvia asioita. Ihminen tarvitsee tunteita kommunikoidakseen ja ol-lakseen yhteydessä muihin. (Kuikka, Välimäki & Parviainen 2017, 7.) Voidaan siis sanoa, että tunteilla on suuri merkitys kaikessa ihmisen toiminnassa ja sen säätelyssä. Nummenmaa (2019, 18) kuvaa kirjassaan perustunteita, joille on muodostunut tietynlainen tehtävä puolustaa ihmistä erilaisissa tilanteissa. Hänen mukaansa näihin kuuteen perustunteeseen kuuluvat suru, hämmästys, inho, pelko, viha ja mielihyvä. Perustunteiden sävyt ja vivahteet saattavat vaihdella, mutta biologinen tunneohjelma pysyy tunteen taustalla. (Nummenmaa 2019, 18.) Myös Kokkonen (2017, 11-12) kuvaa kirjassaan yhdeksi tunteiden tärkeimmäksi tehtäväksi auttaa ihmistä järjestämään arjessa tapahtuvia asioita sekä keskitty-mään niistä tärkeimpiin. Toisin sanoen tunteet toimivat ihmiselle arjessa selviyty-misen tukena. Tunteilla on tärkeä rooli myös keskittymisen, oppimisen ja ongel-manratkaisun kannalta (Lahtinen ja Rantanen 2019, 19, 22-23).

Tunteet ovat monimutkainen kokonaisuus, joka ei synny itsestään. Juusolan (2017, 94) mukaan ihminen huomaa aluksi emootion eli tunteen aiheuttaman fy-siologisen muutoksen, toimii sen mukaisesti ja vasta viimeisenä tiedostaa tun-teensa. Toisin sanoen, ihminen ei voi suunnitella tuntevansa tiettyä tunnetta, vaan tunnekokemukseen liittyy aina myös kehon reaktio. Myös Myllyviidan (2016, 46) mukaan kehon tuntemukset ohjaavat usein tunteen tunnistamista ja nimeä-mistä.

Tunnekokemusten pohja on kehollinen, joten tunteet ovat osa jokaisen elämää. Kuten monessa muussakin yhteydessä, ihmiset ovat erilaisia ja jokainen reagoi tunteisiin omalla tavallaan. Tunteiden kokemiseen vaikuttavat sekä biologiset te-kijät että vuorovaikutuksessa opitut mallit (Sadeniemi ym. 2019, 10). Tunteet ja ajattelu ovat vahvasti kytköksissä toisiinsa ja aivot luovat tunnesäätelylle perus-tan (Mattila & Rantala 2019, 30). Nummenmaan (2010, 56) mukaan aivot ovat

täynnä erilaisia hermosoluja, eli neuroneita, joiden toimintaan myös tunteet perustuvat. Hän kirjoittaa teoksessaan ”tuntevista aivoista”, sillä aivojen monet, anatomisesti erilliset osat, ovat hermostollisesti kytköksissä toisiinsa ja toimivat yhteistyössä tunteiden tuottamisessa. Aivoissa ei ole yhtä yksittäistä aluetta, jossa kaikki tunteisiin liittyvä toiminta tapahtuu, eikä mikään aivojen alue käsittele vain tunteisiin liittyvää tietoa. (Nummenmaa, 2010, 56-59). Peilisolujen avulla ihminen voi reagoida havaintojensa perusteella tunteeseen, vaikka ei itse kokisi sitä (Nummenmaa 2019, 136). Ihminen siis peilaa ympärillä ilmeneviä tunnetiloja. Tunteet aktivoivat ihmisen aivot ja ohjaavat käyttäytymistä sekä kehottavat tarkkailemaan ympäristöä. Myllyviidan (2016, 132) mukaan Nummenmaa, Hirvonen, Parkkola & Hietanen (2008) kertovat, että ihminen on altis muiden ihmisten tunteille ja pyrkii oman kehon kautta tunnistamaan sekä ymmärtämään niitä.

Tunteet kertovat ihmisen tarpeista ja jokaisella on yksilöllinen tapa kokea ja ilmaista niitä (Mattila & Rantala 2019, 30). Rosenberg (2019) kuvaa kirjassaan ajattelun ja tunteiden eroa rakentavassa vuorovaikutuksessa. Toisin sanoen tunne ei ole sama kuin se, mitä ajattelemme esimerkiksi jonkun käyttäytymisestä tai olemisesta. Tunteen ilmaiseminen ei vaadi tuntea-sanan käyttöä ja tunteista tulisi puhua epätarkkojen ilmausten sijaan tarkoilla ilmauksilla. Tunteista täsmällisin ilmauksin puhuminen helpottaa ihmisten keskinäisen yhteyden luomista. (Rosenberg 2019, 83-85, 88.) Omista tunteista puhumisella on myös positiivinen vaikutus ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Tunteista tulisi siis puhua niiden oikeilla nimillä sekä harjoitella sitä, miltä mikäkin tunne voi tuntua. Tämä auttaa saamaan käsityksen siitä, mitä tunteet ovat, miltä ne tuntuvat ja miten ne vaikuttavat meihin.

Tunteiden hyväksymättä jättäminen voi vaikuttaa myöhemmin mielen ja kehon reaktioihin. Joskus mitätöityjen tunteiden sietäminen on vastaisuudessa vaikeaa niin itsessä kuin muissakin ihmisissä. (Kauppila 2018, 19.) Koetut tunnekokemukset siis vaikuttavat tunteiden sietämiseen jatkossa ilmenevissä tilanteissa. Tunteet tasaantuvat yleensä melko nopeasti, mutta huomiotta jätetyt tunteet saattavat herättää voimakkaita ja uhkaavia tuntemuksia, joita on vaikea rauhoittaa (Sadeniemi ym. 2019, 30). Kaikki tunteet eivät kuitenkaan herätä ihmisessä voimakasta reaktiota. Kaikenlaisille tunteille tulisi antaa tilaa ja ne pitäisi hyväksyä

(Kauppila 2018, 19). Toisin sanoen tunteiden hyväksyminen helpottaa niiden sietämistä myöhemmin. Tunteet tulee kokea turvallisiksi ja epäonnistumiset hyväksyä, jotta ihminen pystyy vastaanottamaan ne ilman suurta tunnekuohua (Kauppila 2018, 20).

2.2 Tunnetaidot

Tunnetaidot ovat vuorovaikutuksessa opittavia taitoja, joita käytämme päivittäin ja ne ovat osa meitä (Haapsalo, Kirkkopelto & Repo 2016, 16-17). Tunnetaitojen pohja rakentuu lapsuudessa ja ne kehittyvät läpi elämän (Puura 2019, 11-12). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan (2016, 23, 32, 38) varhaiskasvatuksessa pyritään auttamaan lasta nimeämään tunteita sekä säätelemään ja ilmaisemaan niitä. Tunteiden tunnistaminen, ilmaiseminen sekä sanallistaminen ovat keskeisiä taitoja mielen terveelle kehitykselle (Puura 2019, 143). Tunnetaitojen kehittymiselle on olennaista vuorovaikutuksessa toimiminen ja sen kautta oppiminen. Jääskinen ja Pelliccioni (2017, 34-35) ovat keränneet teokseensa tunnetaitoihin liittyvät eri vaiheet. Heidän mukaansa prosessiin kuuluu tunteiden tunnistaminen, sietäminen, säätely, ilmaiseminen ja käsittely sekä niiden avulla voimaantuminen. Tunnetaidot ovatkin monesta eri tekijästä koostuva kokonaisuus ja kaikki tunnetaidot ovat sidoksissa toisiinsa. Kaikkia edellä mainittuja tunnetaitojen osa-alueita voidaan kehittää.

Repo (2015, 22-23) nostaa kirjassaan esille tutkimustietoa, jonka mukaan jo päiväkotikäinen lapsi on kykeneväinen havainnoimaan ja tunnistamaan tunnereaktioita sekä itsessään että toisissa ihmisissä. Lapset siis havainnoivat tarkasti ympäristöään herkillä tuntosarvilla. Myös Köngäs (2019, 161) kirjoittaa, että lapset ovat taitavia tunnistamaan ja ymmärtämään muiden ihmisten tunteita. Tämän vuoksi tunnetaitojen harjoittelu on tärkeää aloittaa jo päiväkodissa, sillä lasten vertaisryhmät sekä päiväkodin sosiaalinen ympäristö antavat tilaisuuden harjoitella ja kehittää näitä taitoja.

Lahtinen ja Rantanen (2019, 15) toteavat, että tunnetaidot kehittyvät ajan kanssa keskustelemalla sekä harjoittelemalla niitä käytännössä. Tietoisuus omasta toi-

minnasta sekä tunnetaitojen yhteydestä esimerkiksi omiin reaktioihin, kehittyä kokemusten kautta. Tunnetaidot kehittyvät, kun lapsi oppii sosiaalisten suhteiden avulla omatoimiseen tunteiden säätelyyn. Esimerkiksi lapsen ollessa vihainen, vanhempi auttaa häntä lieventämään reaktiotaan, jolloin lapsi ajan saatossa oppii itse tunnistamaan tunteen ja hallitsemaan sitä. (Kärkkäinen 2017, 20.) Päiväkodissa lapsi kokee erilaisia tilanteita, joissa hän havaitsee itselleen uusia tai voimakkaita tunteita. Tällöin kasvattajan tehtävä on auttaa lasta hallitsemaan tunteen herättämää reaktiota. Lapsen kokema tunnereaktio on yhteydessä kehitystasoon (Malinen, Rönkä, Tolvanen, Sevón & Jokinen 2015, 52). Erilaisissa tilanteissa heräävät tunneperäiset reaktiot voivat siis vaihdella lapsen iästä ja tunnetaitojen tasosta riippuen. Tunnetaitojen tasolla on merkitystä myös lapsen sosiaalisten taitojen kehittymiselle (Koivula & Laakso 2017, 116). Kasvattajan antama tuki sekä lapsen omat valmiudet tunnistaa ja hallita tunteita vaikuttavat lapsen kykyyn toimia tunteiden kanssa esimerkiksi vuorovaikutustilanteissa.

Tunteiden tunnistamisesta puhutaan silloin, kun tunteen tiedostaa. Tiedostaminen voi olla sekä kehollista että mielessä tapahtuvaa. (Niemi 2014, 63.) Keho ja mieli siis toimivat yhteistyössä tunteiden tunnistamisessa. Tunteiden tunnistaminen auttaa niiden käsittelyä ja lapsen ymmärrys tunteista lisääntyy, kun tunne saa nimen (Sinkkonen 2012, 104). Lapsi tarvitsee kasvattajan tukea tunnistamiseen ja säädelläkseen omia tunteitaan. Kasvattaja toimii ikään kuin peilinä, jonka avulla lapsi oppii omista sekä muiden tunteista. (Keltikangas-Järvinen 2012, 25-27).

Tunteiden säätely on yksi osa tunnetaitoja. Kokkonen (2017) mukaan tunteiden säätely kertoo ihmisen kyvystä hallita ja tunnistaa tunteita sekä tarvittaessa lieventää tai voimistaa niiden aiheuttamia reaktioita. Voidaan siis sanoa, että jokainen meistä säätelee ja ilmaisee tunteitaan omalla tavallaan. Tunteiden säätelytaidoilla on merkitystä siihen, kuinka ihminen toimii sosiaalisissa kontakteissa. Tunteiden säätelyn avulla voidaan vaikuttaa omaan käyttäytymiseen ja siihen, kuinka erilaiset tunteet koetaan ja ilmaistaan. (Kokkonen 2017, 8-9.) Tunteiden säätelykyky voi vaihdella tilanteesta riippuen ja tunteen aiheuttaman reaktion voimakkuuteen on mahdollista vaikuttaa. Kognitiiviset taidot, joita tunteiden säätely vaatii, alkavat kehittyä noin kaksivuotiaana ja emotionaalisten ja kognitiivisten taitojen yhdistelevä oppiminen noin kuusivuotiaasta eteenpäin. Näin ollen aikuisen

rooli lapsen tunnesäätelyn ja siihen liittyvän käyttäytymisen tukijana on suuri. (Koivula & Laakso 2017, 116.)

Kuten tunnetaidot yleensä, myös tunteiden säätely on taito, jota voi harjoitella. Tunteet ovat läsnä myös päiväkodin arjessa, jolloin kasvattaja tukee lasta tunteiden säätelyssä esimerkiksi auttamalla niiden nimeämisessä. Aikuisen rooli on rohkaista lasta ilmaisemaan tunteitaan avoimesti ja näin toimia tukena lapsen tunteiden säätelykyvyn kehityksessä (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2015, 68). Tunteita nimeämällä voidaan auttaa lasta ymmärtämään eri tunteita ja sitä kautta hallitsemaan niitä. Nimeämällä tunteita lapsen kanssa, voidaan myös tukea käsitystä siitä, että kaikki tunteet ovat sallittuja, eikä niitä pelätä. (Sinkkonen 2012, 104-105.)

Tunteen sietäminen ja kannattelu ovat taitoja, joiden avulla tunne hyväksytään ja kohdataan sellaisena kuin se on (Niemi 2014, 64). Erilaisten tunteiden sietäminen helpottuu, kun tunteille antaa tilaa. Kaikki tunteet eivät ole miellyttäviä ja siksi tunteiden sietäminen ei aina ole helppoa (Jääskinen ja Pelliccioni 2017, 39). On tärkeää kohdata kaikki tunteet, jotta niitä ei vältellä tai suljeta pois mielestä. Tunteisiin liittyvien kokemusten jakaminen on avainasemassa tunnetaitojen sisäistämisessä. (Puura 2019, 143). Tunteista ja niiden aiheuttamista reaktioista puhuminen siis vahvistaa tunnetaitojen kehittymistä.

Tunteita voidaan ilmaista monin eri keinoin ja jokaisella on tähän yksilöllisiä tapoja tilanteista riippuen. Esimerkiksi surun näyttäminen itkemällä tai pettymyksen purkamisen liikunnan avulla ovat tapoja ilmaista tunteita. Ilmaisutapoja on monia ja jotkut niistä saattavat toimia myös tunnetta purkavana keinona, jolloin tunnetta ei välttämättä tarvitse enää uudelleen käsitellä. (Jääskinen ja Pelliccioni 2017, 44-45.) Kasvattajan rooli on opettaa lapselle turvallisia tapoja ilmaista tunteitaan, jotta tunteet eivät purkaudu esimerkiksi aggressiivisena käyttäytymisenä.

Osa tunteista herättää meissä stressireaktion, jolloin stressijärjestelmä aktivoituu ja auttaa tunteiden säätelyssä. Toisin sanoen stressinsäätely ja tunnesäätely ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Tässä lapsi tarvitsee aikuisen tukea, sillä säätelykyky ei kehity itsestään. (Tahkokallio 2018, 113.) Hyvien tunnetaitojen avulla stressireaktioiden aiheuttamien tunteiden säätely helpottuu. Lapsilla on erilaiset

valmiudet stressin säätelylle, ja näin ollen myös tunnesäätelyyn, sillä esimerkiksi geenit ja temperamentti antavat perustan näille. Kuitenkin päivittäisissä kohtaamisissa tapahtuvalla tunteiden säätelyllä on suurin merkitys. (Sajaniemi ym. 2015, 45-48.) Päiväkodin arkeen sisältyvät tilanteet antavat lapselle mahdollisuuksia harjoitella esimerkiksi kiukun tai surun säätelyä. Lapsi oppii tunteiden säätelyä aikuisen mallin avulla arjessa tapahtuvissa tilanteissa. Ihmisen oma viireys- ja stressitila vaikuttavat tunteisiin reagoimiseen, eikä niiden säätelykyky pysy vakiona (Mattila & Rantala 2019, 32-33). Esimerkiksi tuntemattomassa ympäristössä lapsen stressitila saattaa nousta, jolloin tunteiden säätely on haastavampaa.

Tunteiden säätelyssä voi olla vaikeuksia, joiden myötä elämänlaatu, ihmissuhteet tai tavoitteelliseen toimintaan pyrkiminen saattavat kärsiä (Sadeniemi ym. 2019, 11). Tunteiden säätelykyky on siis merkittävä ihmisen toiminnan kannalta. Liian vähäiset tunteiden säätelytaidot voivat näyttäytyä hallitsemattomalla tavalla käyttäytymisessä, esimerkiksi aggressiivisena toimintana tai eristäytymisenä (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 5). Myös negatiivisten tunteiden välttely voi olla merkki vähäisistä tunnetaidoista (Kokkonen 2017, 26). Näin ollen tunteiden säätelyllä voidaan vaikuttaa tunteiden purkautumistapaan, jotta tunteet eivät tule ulos liian voimakkaasti tai jää sisällemme.

2.3 Tunnekasvatus

Tunnekasvatus on tunteisiin liittyvää kasvatusta, jossa lapsi oppii tunnetaitoja lasten välisissä vertaissuhteissa sekä vuorovaikutuksessa kasvattajan kanssa. Päiväkodilla on varhaiskasvattajana vastuu lasten tunnetaitojen opettamisesta ja siitä, että lapset oppivat säätelmään ja hallitsemaan tunteita sekä hyödyntämään näitä taitoja vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa (Repo 2015, 27). Päiväkodin arjessa on jatkuvasti tilanteita, joissa tunteita ilmenee. Aikuinen toimii lapselle mallina tunteiden ilmaisussa ja samalla tukee ja rohkaisee lasta oppimaan tunnetaitoja (Kokkonen 2011, 83). Päiväkodin kasvattajan tulee siis myös olla tietoinen omasta roolistaan tunnekasvattajana. Kasvattajan tehtävä on luoda mahdollisuuksia lapsen tunnetaitojen kehittymiselle ja tukea sitä työssään (Var-

haiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 16). Kasvattajien tulee osata reagoida lasten aloitteisiin ja tunneilmaisuihin sekä muokata suunniteltua toimintaa nämä huomioon ottaen. Sensitiivinen läsnäolo ja lapsen tunteminen ovat kasvattajien ominaisuuksia, jotka auttavat lasten kehollisen viestinnän huomioimista. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 34.)

Päiväkodissa kasvattajan malli tarttuu lapsiin ja lisäksi lapsi peilaa myös muiden ryhmässä olevien lasten sekä aikuisten tunteita. Lapset peilaavat aikuisilta saatuja malleja reagoida ja toimia eri tilanteissa (Köngäs 2019, 27- 28). Kasvattajan oma tietoisuus tunteisiin liittyen vaikuttaa siis myös siihen, kuinka hän kohtaa tunteita lapsiryhmässä. Reaktiot ja ajatukset vaikuttavat tunteen kokemiseen ja aikuisten tulisi muistaa, että tunteet tulevat ja menevät (Juusola 2017, 95). Aikuisen kannattaa muistuttaa myös lasta tunteiden vaihtelevuudesta, jotta lapsi oppii, että voimakkaatkin tunteet saa lievenemään. On tärkeää, että kasvattajat kokevat työyhteisön turvalliseksi, jotta he voivat toimia työssään tunnekasvatusta tukien, sillä myös aikuisten keskinäinen negatiivissävytteinen ilmapiiri välittyy helposti lapsille.

Empatiataitojen ja itsesäätelyn kehitys ovat taitoja, jotka ovat tärkeitä lapsen kehitykselle ja sille, että kaikki lapset tuntevat itsensä hyväksytyksi ryhmässä (Repo 2015, 27). Hyväksytyksi tuleminen on tärkeä osa päiväkodin ilmapiirin kannalta. Voidaan siis ajatella, että lasten tullessa kohdatuksi ja hyväksytyksi sellaisena kuin ovat, voidaan heille mahdollistaa hyvä pohja tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymiselle. Myönteinen vuorovaikutus sekä kokemukset vahvistavista kohtaamisista tukevat lapsen kasvua ja tällaisten kokemusten avulla lapsi voi oppia luottamaan toisiin ihmisiin. Varhaiskasvatuksessa kasvattaja tukee lapsen kasvua ja kehitystä rakentamalla myönteisen, turvallisen ja lapsen hyvinvointia tukevan ilmapiirin. (Repo 2015, 105-107.)

Ympäristö ja ryhmässä vallitseva ilmapiiri vaikuttavat tunnekasvatuksen toteutumiseen. Kun puhutaan varhaiskasvatukseen liittyvästä ympäristöstä, voidaan fyysisen ympäristön lisäksi tarkoittaa päiväkodin ilmapiiriä ja sen luomiseen liittyviä seikkoja (Raittila & Siippainen 2017, 289-291). Ilmapiirillä on suuri vaikutus lapsiryhmän toimintaan ja sillä voi olla positiivisia tai negatiivisia vaikutuksia lapsen

kehittymiselle. Se voi vaikuttaa esimerkiksi itsetuntoon ja sosiaalisten taitojen kehittymiseen, kuten kykyyn tehdä kompromisseja ja toimia yhdessä. (Juusola 2017, 176.) Onnistumisten ja lisääntyneiden taitojen avulla lapsi oppii luottamaan omaan kykyynsä selviytyä erilaisista tilanteista, jota kasvattaja voi vahvistaa esimerkiksi antamalla positiivista palautetta lapselle (Jääskinen ja Pelliccioni 2017, 46-47). Ilmapiirin ollessa kannustava ja positiivinen, oppii lapsi esimerkiksi jakamaan omia onnistumisiaan ja iloitsemaan muiden puolesta. Tunnekasvatukselle tulisi siis luoda salliva ja kannustava ilmapiiri, jossa lapsi kokee turvalliseksi ilmaista kaikkia tunteitaan. Tunne turvallisuudesta on jokaiselle ihmiselle olennainen tarve, joka syntyy avoimen ja välittömän vuorovaikutuksen myötä (Lahtinen & Rantanen 2019, 113). Toisin sanoen kokemus turvallisuudesta on edellytys hyvälle tunnekasvatukselle ja sen toteutumiselle.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018, 25) puhutaan oppivasta yhteisöstä, jossa kasvattajat ja lapset oppivat vuorovaikutuksessa toisiltaan. Tällaisessa yhteisössä tunteet ja mielipiteet ovat sallittuja ja niiden ilmaisua tuetaan rohkeasevasti. Vuorovaikutus kasvattajan ja lapsen välillä luo pohjan pedagogiselle ilmapiirille päiväkodissa ja sillä on iso merkitys hyvän ja turvallisen ilmapiirin luomiselle. (Salminen 2017, 163.) Kasvattaja toimii päiväkodissa tällaisen ympäristön rakentajana sekä ylläpitäjänä. Tunnekasvatuksen näkökulmasta on siis merkityksellistä, miten kasvattaja on vuorovaikutuksessa lapsen kanssa sekä millaisen ympäristön ja ilmapiirin hän kasvulle ja kehitykselle luo. Lapsi tarvitsee aikuisen vuorovaikutuksellista tukea ja mallia, jotta hänen sosiaaliset- ja emotionaaliset taitonsa voivat kehittyä.

Lapsi oppii tahtomista, tunteiden säätelyä ja toisten näkökulmien huomioimista leikkiessään muiden kanssa. Leikki edistää myös positiivista tunneilmapiiriä ja lisää yhteisöllisyyttä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 35.) Ryhmässä toimiminen vaatii yhteistyötaitoja ja päiväkotiympäristössä sitä harjoitellaan jatkuvasti. Näiden taitojen vasta kehittyessä, saattaa ryhmässä syntyä erilaisia ristiriitatilanteita, joissa herää monenlaisia tunteita.

Lapsella tunnetaidot ovat vasta kehittymässä ja siksi aikuisen olisi hyvä käydä lapsen kanssa läpi, mistä tunteet tulevat ja kuinka niihin voi vastata. On tärkeää opettaa lapselle, että jokaisen tunteen tunteminen on hyväksyttävää ja kaikkien

tunteiden näyttäminen on sallittua. (Koivula & Laakso 2017, 119.) Edellä mainittujen asioiden valossa voidaan siis ajatella, että tunnekasvatus on tunteisiin liittyvää kasvatusta, johon liittyy sekä omien että muiden tunteiden tunnistamista ja hallintaa. Tunnekasvatus sisältää lapsen tunnekehityksen tukemista päiväkodin arjessa erilaisissa vuorovaikutustilanteissa.

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

3.1 Tutkimuksen tarkoitus, tutkimuskysymykset ja -menetelmät

Tutkimuksemme kohdistuu vain tietyn päiväkodin kehittämistoimintaan. Tutkimuksen tarkoituksena on lisätä päiväkodin kasvattajien tietoisuutta tunnekasvatukseen ja sen toteuttamiseen liittyen. Tavoitteena on haastatella yhteistyöpäiväkodin kasvattajia sekä perheitä ja selvittää heidän näkemyksiään ja toiveitaan tämänhetkisestä tunnekasvatuksen tilanteesta. Lisäksi tavoitteena on selvittää ja pohtia, miten tunnekasvatusta voidaan lisätä entistä enemmän päiväkodin toimintaan sekä miten sitä voidaan kehittää. Työn päämääränä on luoda päiväkodille arjen työvälineitä, joita päiväkodin työntekijät voivat arjen tunnekasvatuksessa hyödyntää.

Tutkimusta ohjaa kaksi tutkimuskysymystä:

- Millaisia näkemyksiä perheillä ja päiväkodin kasvattajilla on tämänhetkisestä tunnekasvatuksen toteutuksesta?
- Miten lapsen tunnetaitoja voidaan vahvistaa päiväkodin arjessa?

Lisäksi kaksi tarkentavaa kysymystä:

- Miten päiväkodin kasvattajat voivat tukea tunnetaitojen kehittymistä?
- Miten tunnekasvatusta voisi kehittää perheiden ja kasvattajien näkökulmasta?

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen avulla pyrimme saamaan vastauksia siihen, mikä on yhteistyöpäiväkodin sekä vanhempien näkemys tunnekasvatuksesta päiväkodin arjessa. Tämän kysymyksen avulla pyrimme saamaan käsityksen tunnekasvatuksen tämänhetkisestä tilasta yhteistyöpäiväkodissa. Toisen kysymyksen avulla halusimme selvittää päiväkodin arjessa tapahtuvan toiminnan merkitystä lapsen tunnetaitojen kehittymisessä. Tarkentavien kysymysten avulla pyrimme selventämään sitä, mikä kasvattajan rooli tunnekasvatuksessa on ja mi-

ten paljon kasvattajan toiminnalla on vaikutusta tunnekasvatuksen toteutumiseen. Lisäksi halusimme selvittää kasvattajien sekä perheiden ajatuksia siitä, miten tunnekasvatusta voisi kehittää, jotta saisimme selvitettyä, mitkä asiat toimivat ja miten arjessa tapahtuvaa tunteisiin liittyvää toimintaa voisi kehittää. Näin saimme selvitettyä sekä päiväkodissa työskentelevien henkilöiden että perheiden mielipiteitä ja toiveita tunnekasvatuksen kehittämiseksi.

Opinnäytetyön tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on pyrkiä käsittämään ja ymmärtämään tutkimuksessa kerättyä aineistoa sekä sen avulla oivaltaa ilmiöitä aiempaa syvemmin (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Ylänne & Paavilainen 2011, 83). Tässä opinnäytetyössä tutkimuksen avulla pyrittiin selvittämään yhteistyöpäiväkodin lähtötilanne tunnekasvatuksen toteutuksessa sekä selvittää kasvattajien ja vanhempien ajatuksia tunnekasvatuksen merkityksestä ja tavoitteita siihen liittyen. Laadullisessa tutkimuksessa aineisto voidaan pitää pienimuotoisena, sillä asioita pyritään tulkitsemaan niin, että kokonaisuus ja konteksti otetaan huomioon (Ronkainen ym. 2011, 83). Tutkimuksemme kohdistui vain yhteen päiväkotiin, sillä halusimme tutkia tunnekasvatuksen nykyistä tilannetta ja pohtia, kuinka sitä voitaisiin kehittää tietyssä päiväkodissa. Tässä työssä on sovellettu myös toiminnallisen opinnäytetyön piirteitä, sillä tulosten pohjalta on koottu käytännön työhön soveltuva työväline.

Aineisto kerättiin päiväkodin kasvattajille teetettyjen haastattelujen ja vanhemmille suunnattujen kyselyiden avulla. Kasvattajille suunnatuksi aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui haastattelu, sillä tutkimuksemme suuntautui juuri päiväkodin kasvattajien näkemyksiin. Haastattelun avulla on mahdollista saada moniulotteisempaa tietoa vuorovaikutuksessa haastattelijan ja haastateltavan välillä (Tuomi & Sarajarvi 2018, 84-86). Koska kyseessä on päiväkodin toimintaan liittyvä kehitysnäkökulma, koimme tärkeäksi huomioida sekä työntekijöiden että perheiden mielipiteet ja toiveet. Vanhempien näkökulmia pyrimme keräämään heille teetetyn kyselyn avulla, sillä pyrkimyksemme oli tavoittaa mahdollisimman monta vanhempaa ja koimme kyselyn olevan tehokkain tapa tavoittaa vanhemmat. Analysoidun aineiston ja teorian vuoropuhelun avulla pyrimme luomaan uusia näkökulmia ja ideoita tunnekasvatukseen yhteistyöpäiväkodissamme.

3.2 Aineiston analyysi

Analyysiä tehtäessä tulee tulkinnat tehdä realistisesti, mutta avoimesti. Analysoinnissa tulee ottaa huomioon neutraali lähestymistapa, jotta kaikki vastaukset otetaan huomioon samalla tavalla eikä niiden merkitystä muokata. Tutkijan tulee ottaa huomioon se, etteivät hänen tulkintansa tai omat käsityksensä vaikuta aineistossa esiintyviin vastauksiin. (Ronkainen ym. 2011, 122-124, 131.) Aineistoa ei siis voi tulkita niin, että ohjaisi tuloksia omien ajatusten, ennakkokäsitysten tai mielipiteiden mukaan.

Haastatteluiden ja kyselyiden avulla pyrimme kartoittamaan päiväkodin kasvattajien sekä perheiden tämänhetkisiä näkemyksiä ja toiveita tunnekasvatuksen toteuttamiseen päiväkodissa. Aineiston keräämistä suunnitellessa huomioitiin se, kuka lopullista tuotosta tulee hyödyntämään. Päiväkodin kasvattajien näkemykset aiheeseen liittyen ovat ensisijaisen tärkeitä, sillä he toteuttavat tunnekasvatusta päiväkodin arjessa. Perheiden ja päiväkodin tehdessä tiivistä yhteistyötä lapsen kasvatukseen liittyen, koettiin tärkeäksi ottaa huomioon myös vanhempien mielipiteet.

Työntekijöille suunnatuksi aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui teemahaastattelu eli puolistrukturoitu haastattelu. Teemahaastattelu koostuu etukäteen pohdituista teemoista, mutta haastattelun edetessä voidaan esittää tarkentavia kysymyksiä ja siten mukauttaa haastattelun etenemistä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 87-88). Haastattelussamme oli tietty runko, joka muodostui viitekehykseen liittyvistä kysymyksistä (liite 1). Haastattelu eteni osittain haastateltavan vastauksien perusteella ja lisäksi keskustelua ohjattiin aiheeseen liittyvillä lisäkysymyksillä. Yhteistyöpäiväkodissamme on neljä ryhmää, joista jokaisesta haastatteluun osallistui yksi kasvattaja. Halusimme huomioida jokaisen päiväkodin kasvattajan mielipiteen, mutta aineistoa rajataksemme päätimme haastatella jokaisesta päiväkodissa toimivasta tiimistä vain yhden työntekijän. Jokainen työryhmä sai haastattelukysymykset etukäteen, jotta vastaukset pystyttiin suunnittelemaan jokaisen työntekijän ajatukset huomioon ottaen.

Nauhoitimme haastattelut luotettavuuden takaamiseksi. Tallennettuja nauhoitteita hyödynnettiin myös aineiston analysoinnissa. Haastatteluja oli yhteensä

neljä ja niistä jokainen oli kestoaltaan keskimäärin 20 minuuttia. Haastattelutilanteessa toinen meistä toimi haastattelijana ja toinen niin sanotusti havainnoijana taustalla. Haastattelija piti huolen haastattelun etenemisestä etukäteen suunnitellun rungon mukaan ja havainnoija esitti tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä. Koimme, että saamme yhtenäisemmät haastattelut, jos vain toinen toimii haastattelijana, eikä haastattelija vaihdu haastattelujen välillä. Näin myös haastattelutilanne säilyi selkeämpänä, kun haastateltavalle oli selvää, mitkä roolimme olivat.

Tutkimusaineistoa analysoidessa käytettiin teorialähtöistä analyysiä eli käytimme analysointimme pohjana vahvaa teoriakehystä, jonka pohjalta teimme havaintoja aineistosta nousseista teemoista (Tuomi & Sarajärvi 2018, 110). Aineisto voidaan jakaa osiin erilaisten analyysitekniikoiden avulla, jolloin tärkeät teemat korostuvat (Ronkainen ym. 2011, 124). Aineiston analysoinnin aloitimme tallennettujen haastattelujen litteroinnilla eli kirjasimme kasvattajille tehtyjen haastatteluiden sisällön sana sanalta Word-tiedostolle. Laadullisen tutkimuksen aineistolle on olennaista se, että analysoidessa se on visuaalisessa tai kirjallisessa muodossa (Vilkkä 2015, 137). Litteroidussa muodossa tekstiä oli yhteensä 35 sivua. Tekstimuodossa olevat tiedostot tulostettiin ja näistä sisällöistä alleviivattiin mielestämme tärkein sisältö tutkimuskysymysten kannalta, jotta saisimme poistettua tutkimuksellemme epäoleelliset osat haastattelusta.

Keräsimme kaikista neljästä haastattelusta tärkeimmäksi nousseet sisällöt yhteen ja luokittelimme ne haastattelukysymysten alle, jonka avulla hahmotimme haastatteluista saadut vastaukset paremmin samalla kertaa. Tässä vaiheessa saimme jo kuvan siitä, kuinka paljon eroavaisuuksia ja yhtäläisyyksiä haastatteluista saaduilla vastauksilla oli. Ryhmittelyn jälkeen kokosimme yhteen teemat, jotka nousivat aineistosta esille. Nämä aiheet laitoimme vielä tutkimuskysymystemme alle ja sen avulla pohdimme, kuinka teemat vastaavat kysymyksiin.

Valitsimme perheille suunnatuksi aineistonkeruumenetelmäksi kyselylomakkeen. Kyselylomakkeemme (liite 2) koostui kysymyksistä, joiden avulla pyrimme selvittämään perheiden ajatuksia tunnekasvatuksesta päiväkodissa tällä hetkellä ja kuinka sitä voisi heidän mielestään kehittää. Ajattelimme, että menetelmän helpouden ja nopeuden avulla saisimme tavoitettua mahdollisimman paljon vastajia. Toteutimme lomakkeen sekä paperisena että sähköisenä, jotta jokainen saisi

itse päättää mieluisan vastaustavan ja vastaaminen olisi mahdollisimman vaivatonta. Kyselylomake koostui avoimista kysymyksistä, joihin vastattiin omin sanoin. Kyselyiden oheen kirjoitimme tietoiskun tunnekasvatuksesta (liite 3). Tietoiskun avulla tiedotimme vanhemmille opinnäytetyön tarkoituksen ja selvensimme tutkimusprosessin kulkua. Halusimme myös tarkentaa, mitä tunnekasvatuksella tarkoitetaan, jotta vanhemmat ymmärtäisivät tutkimuksen tavoitteen. Kuten Tuomi ja Sarajärvi (2018,156) ovat kuvanneet, on tutkimuksella tärkeä olla jokin eettinen perusta, joka ohjaa esimerkiksi tutkimukseen osallistuvien henkilöiden oikeuksien huomioimiseen.

Saimme vanhemmilta yhteensä 13 vastausta, mikä on noin 16% mahdollisten vastausten kokonaismäärästä verrattaessa lasten määrään, joka on noin 80 lasta. Saaduista vastauksista yhdeksän oli palautettu sähköisenä ja kolme paperiversiona. Näistä vastauksista kaksi olivat yhteneviä toistensa kanssa, joten niitä ei voitu huomioida erillisinä vastauksina, ettei tutkimuksen luotettavuus kärsi. Vastauksia tuli useamman ryhmän vanhemmilta sekä useamman ikäisen lapsen vanhemmalta. Vanhempien kyselyistä saadut paperiset ja sähköiset vastaukset kirjoitimme ensin myös Word-tiedostoon, josta ryhmittelimme ne alleviivaamalla oleellisimman osan ja järjestämällä ne allekkain.

Lopuksi ryhmittelimme sekä haastattelujen että kyselyiden tiivistetyt sisällöt teemoittain tutkimuskysymystemme alle. Aineistosta nousseet teemat kokosimme samalle pohjalle ja niiden avulla pystyimme muodostamaan yhtäläisyyksiä ja muodostamaan opinnäytetyömme tulokset.

4 TUNNEKASVATUS KASVATTAJIEN KOKEMANA

4.1 Turvallinen ja hyväksyvä vuorovaikutus

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2016, 18) on mainittu lasten ja kasvattajien välisten vuorovaikutussuhteiden pysyvyyden olevan edellytyksenä lapsen tuntemiselle. Myös keräämämme aineiston sisällöstä nousee esille kasvattajien vahva ajatus omasta roolistaan vaikuttajana. Vanhempien vastauksissa korostuu toive siitä, että kasvattajat pysyisivät samoina mahdollisimman pitkään. Lisäksi perheiden näkökulmasta tärkeäksi kasvattajien roolista nousi se, että lapsi kohdataan omana itsenään ja hänen kasvuaan ja kehitystään tuetaan päiväkodin arjessa yksilöllisesti. Lapsen tunteminen on edellytyksenä yksilöllisen kehityksen tukemiselle. Sadeniemi ym. (2019, 61-63) ovat korostaneet teoksessaan läsnäolon merkitystä tunteisiin liittyvien taitojen kehittymisessä. Lähes kaikki vanhemmat kuvasivat tunnekasvatusta tukeväksi kasvattajaksi sellaisen, joka on läsnä ja aidosti kiinnostunut lapsesta. Olemme keränneet suoria lainauksia varhaiskasvattajien haastatteluista havainnollistamaan heidän kokemuksiaan tunnekasvatukseen liittyen, kuten seuraavat:

Jokainen lapsi kohdataan omana itsenään.

Tuetaan niinku jokaista lasta, että olet juuri hyvä sellaisena kuin olet.

Jokainen lapsi on ihan tasan yhtä arvokas.

Päiväkodin arki on täynnä erilaisia vuorovaikutustilanteita, joissa tunteet ovat mukana. Kuvioon 1. on kerätty tunnekasvatukselle merkittäviä vuorovaikutuksen piirteitä. Ahonen (2017b, 79) toteaa, että vuorovaikutus on jatkuvaa ja me viestimme toisille ihmisille sen kautta. Kaikkien kasvattajien haastatteluista kävi ilmi, että he ajattelevat arjen vuorovaikutuksen olevan tärkeä osa tunnekasvatusta sekä tunnekasvatuksen olevan jatkuvasti läsnä kaiken muun toiminnan ohessa. Näiden asioiden yhteydessä nousi esiin lapsen kuuleminen ja sen merkitys päiväkodin arjessa sekä kaikkien tunteiden salliminen ja niistä puhuminen lasten kanssa. Aito kohtaaminen ja läsnäolo ilmeni kaikissa kasvattajien vastauksissa

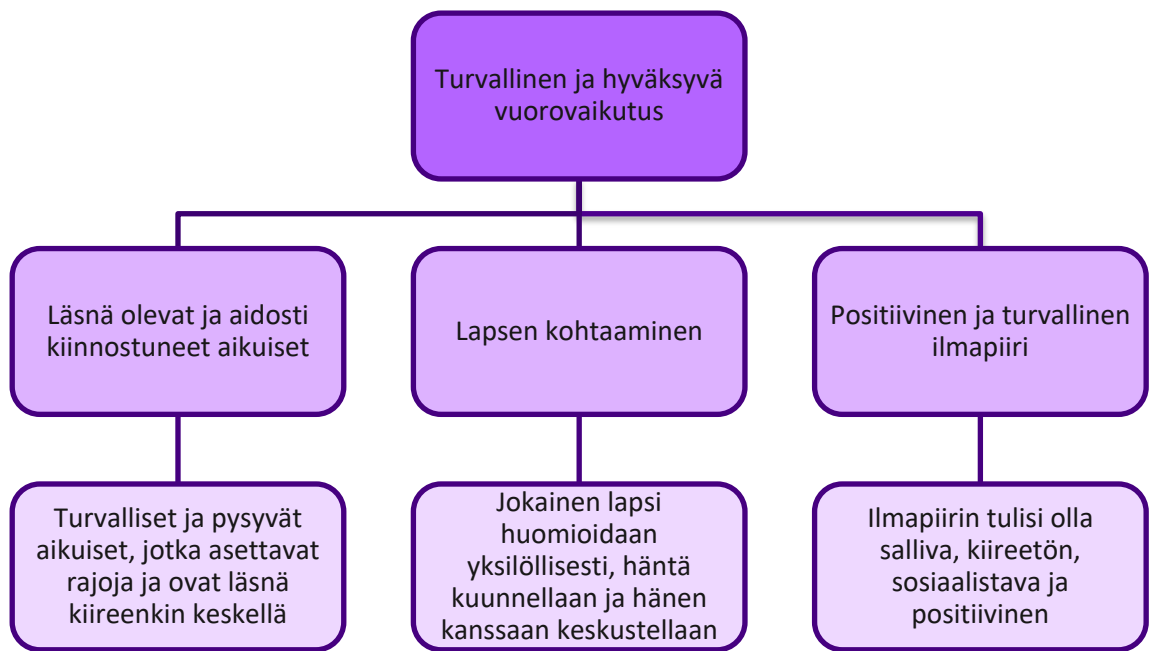
ja sen koettiin olevan iso vaikuttaja tunteisiin liittyvässä kasvatuksessa. Kohtaaminen luo pohjan ihmisten väliselle vuorovaikutukselle ja sen kautta luottamukselle (Mattila 2011, 15-17). Kohtaamisen voidaan siis ajatella olevan avaintekijä tunnekasvatuksen toteuttamiselle.

Vanhempien vastausten perusteella päiväkodin ryhmien tulisi olla sopivan kokoisia ja niissä tulisi olla turvallinen, kiireetön ja sosiaalistava ilmapiiri. Myös ryhmässä toimiminen on perheiden näkökulmasta tärkeässä osassa tunnekasvatusta. Vanhemmat toivoivat kasvattajien pysyvyyden lisäksi lapsiryhmien pysyvän mahdollisimman samoina pitkään. Kasvattajien mielestä ilmapiirin pitäisi olla positiivinen ja salliva. Oikeanlaisen ilmapiirin luominen on pohja tunnekasvatuksen toteuttamiselle ja sen onnistumiselle. Hyvällä ilmapiirillä voidaan tukea lapsen tunnetaitojen rakentumista (Kärkkäinen 2017, 21). Perheille teetetyssä kyselyssä selvisi, että vanhemmat ajattelevat kasvattajan roolilla olevan suuri vaikutus lasten tunnekasvatuksessa ja esimerkiksi turvallisuuden tunteen luomisessa. Tämä tuli esiin myös päiväkodin kasvattajien haastatteluissa. Kasvattajat mainitsivat esimerkiksi johdonmukaisuuden päiväkodin kasvattajan toiminnassa luovan lapselle rajojen kautta myös turvaa päiväkodissa. Tärkeää on, että kasvattajilla on yhteinen linja ja toimintatavat, sillä se vaikuttaa arjen sujuvuuteen ja lasten yhdenmukaiseen kohteluun. Yhtenevistä toimintatavoista huolimatta tunnekasvatuksen toteutukseen vaikuttaa esimerkiksi ryhmän koko, tiimin keskinäinen toiminta sekä tilat, joissa ryhmä toimii. Turvalliseen ilmapiiriin liittyy kasvattajien mukaan myös avoimuus sekä jokaisen lapsen huomioiminen omana yksilönään. Monet kasvattajista pohtivatkin omaa läsnäoloaan arjen tilanteissa ja halusivat pystyä olemaan vielä enemmän läsnä lapsille, kiireenkin keskellä.

Aina kun vois vaan olla läsnä kaikissa tilanteissa.

Suuret ryhmäkoot ja työ lapsiryhmän kanssa tuo eteen monenlaisia tilanteita. Köngäs (2019, 172-173) on tuonut kirjassaan esille päiväkodissa työskentelevän kasvattajan monimuotoisen työn ja sen, että kasvattajat joutuvat päivän aikana muuntautumaan kasvatustyön ohessa moneksi. Arjen yllättävissä tilanteissa tunteet, tarpeet, kehontuntemukset ja vuorovaikutus voivat muuttua sekaviksi eikä niitä enää erota kiireen ja stressin seasta. Keinottomuus kohdata tällaisia tilanteita voi johtaa turhautumiseen ja negatiivissävytteiseen käyttäytymiseen.

Kasvattajien haastatteluissa monet kertoivat päiväkodin arjen olevan välillä kii-
reistä, eikä vuorovaikutustilanteisiin pysähtymiselle jää aina tarpeeksi aikaa. Kas-
vattajat toivoivatkin oman työnsä tueksi konkreettisia ja helposti käyttöön otetta-
via menetelmiä, jotta arjen keskellä lasten tunnekehitystä voisi tukea mahdolli-
simman hyvin. Kasvattajan työn näkökulmasta olisi tärkeää, että näihin tilanteisiin
olisi konkreettisia keinoja, joilla kohdata omat sekä lapsen tunteet ja reaktiot.
(Kauppila 2018, 21.) Yhteistyöpäiväkodissa toteutetaan pienryhmätoimintaa,
mutta kasvattajat kokivat, että sitä lisäämällä voitaisiin esimerkiksi ristiriitatilantei-
siin puuttua paremmin. Kasvattajat pitivät tärkeänä, että lasten omien henkilökoh-
taisten tilanteiden ja kertomusten kautta nousseista tunteista ja aiheista tulisi kes-
kustella ja hyödyntää niitä tunteiden käsittelyssä. Päiväkodin kasvattajat olivat
sitä mieltä, että lasten erilaisuus vaikuttaa siihen, että tilanteetkin ovat erilaisia ja
se vaatii kasvattajalta tilannetajua ja herkkyyttä.



KUVIO 1. Vuorovaikutukseen liittyvät tulokset jäsenneltynä.

4.2 Lapsen tunnetaitojen tukeminen

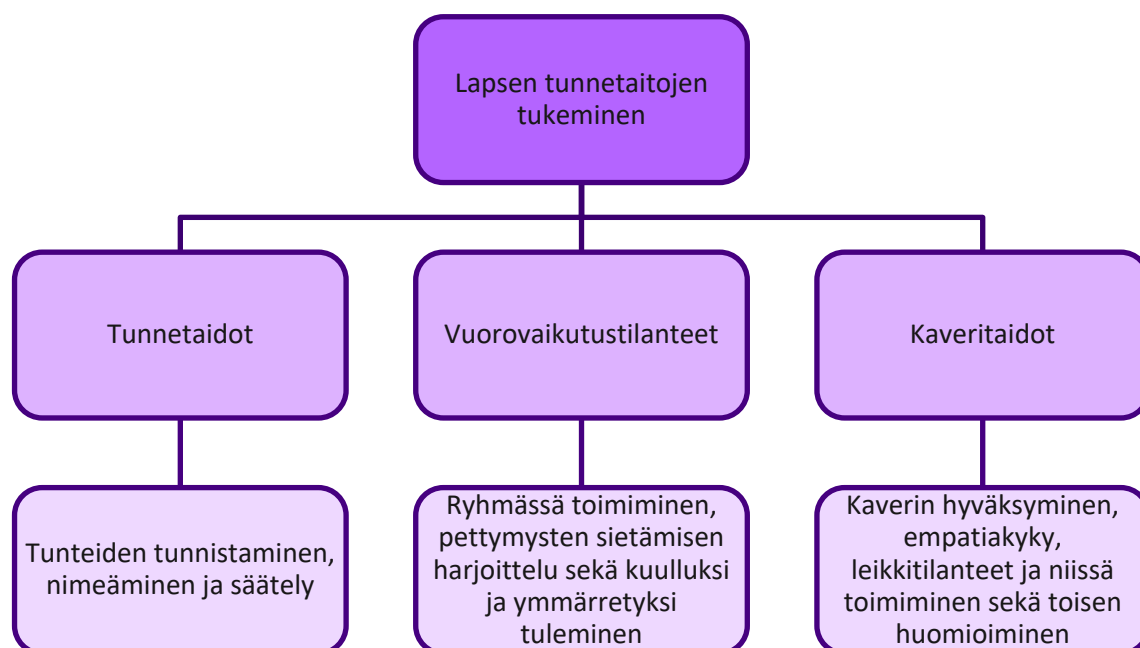
Lapsi tarvitsee aikuisen, eli päiväkodissa varhaiskasvattajan, tukea tunnekasvatukseen liittyvissä asioissa. Tämä nousi esiin myös kasvattajien haastatteluissa, kun haastateltavat avasivat aikuisen roolia päiväkodin tunnekasvatuksessa. Kasvattajat olivat sitä mieltä, että heidän rooliinsa kasvattajana kuuluu tunnetaitojen harjoittelun tukeminen esimerkiksi tunteiden tunnistamisen, nimeämisen ja säätelyn avulla. Kasvattajat ajattelevat, että heidän tehtävänsä on antaa valmiuksia lapsille toimia sosiaalisissa suhteissa sekä tukea lasten välisiä kaveritaitoja. Kaveritaitoihin kuuluu kasvattajien mukaan esimerkiksi kaverin hyväksyminen, empatiakyky, leikissä toimiminen ja toisen huomioiminen. Esimerkiksi lasten välisissä leikki-tilanteissa lasten tunnetaidot tulevat esille vahvasti (Köngäs 2019, 124-125). Kasvattajien mukaan näiden taitojen tukemisen merkitys korostuu päivittäisessä arjessa ja niitä harjoitellaan lasten kanssa jatkuvasti.

Kasvattajat ovat sitä mieltä, että vuorovaikutustilanteisiin osallistumalla voidaan tunnekasvatusta lisätä päiväkodin arkeen. Esimerkiksi ristiriitatilanteet herättävät lapsissa vahvoja tunteita ja näistä tilanteista keskusteleminen auttaa lasta ymmärtämään, miten tilanteessa voisi toimia. Tilanteiden käsitteleminen yhdessä kasvattajan kanssa antaa lapselle mahdollisuuden tulla kuulluksi. Myös se, että lapsella on lupa ilmaista kaikkia tunteita, koettiin tärkeäksi. Perheiden mukaan kasvattajan rooliin kuuluu tunteista puhuminen, niiden ymmärtäminen sekä sanoittaminen lapselle. Vanhemmat toivoivat kasvattajien tukevan ryhmässä toimimista, toisten huomioon ottamista ja pettymysten sietämisen harjoittelua.

Lisäksi perheille teetetyissä kyselyissä oli mainittu kehitystoiveena kirjallisuuden lisääminen sekä esiin nousi myös toive uusien asioiden oppimisen kannustamiseen päiväkodissa. Tähän liittyen vanhemmat toivoivat, että päiväkodissa myös tuetaan lapsen oppimista. Myös Ahonen (2017a, 29) mainitsee, että aikuisen rooli lapsen taitojen harjoittelun tukena on tärkeä. Useassa vastauslomakkeessa oli mainittu tunnekasvatuksen olevan hyvällä mallilla ja useat vastanneet perheet ovat tutkimuksen mukaan tyytyväisiä yhteistyöpäiväkodissa toteutettavaan tunnekasvatukseen.

Tutkimuksessa selvisi, miten lapsen tunnetaitojen kehittymistä voidaan tukea. Nämä tulokset näkyvät kuviossa 2. Tutkimuksessa ilmeni esimerkiksi päiväkodissa toimivien kasvattajien näkemyksiä siitä, miten tunnekasvatusta voitaisiin lisätä päiväkodin arkeen. Vahvimpana toiveena kasvattajilla oli tunnekasvatukseen liittyvien konkreettisten sekä helppokäyttöisten menetelmien ja materiaalien lisääminen päiväkodin arkeen. Päiväkodilla on jo käytössä muutamia työvälineitä, joita he ovat hyödyntäneet arjessa, kuten nukketeatteri, tunnekortit sekä Tunnekuksu ja Mututoukka-ohjelma. Heidän toiveinaan oli kuitenkin saada vielä lisää selkeitä ja helppokäyttöisiä materiaaleja arjessa ilmeneviin tilanteisiin.

Vanhemmat ajattelevat, että tunnekasvatusta voitaisiin lisätä päiväkodin arkeen antamalla tunteille ja niistä keskustelemiselle enemmän aikaa. Vuorovaikutuksessa opittavien taitojen, kuten esimerkiksi vuoron odottamisen ja lelun jakamisen harjoittelua pidettiin tärkeänä. Muutenkin ryhmäytyminen, sosiaaliset suhteet, yhteiset säännöt sekä vuorovaikutus muiden lasten kanssa koettiin merkityksellisinä asioina tunnetaitojen harjoitteluun liittyen. Päiväkodin tulisi olla ympäristöltään sellainen, jossa sallitaan myös negatiiviset tunteet ja niille annetaan tilaa. Kasvattajat nostivat esille sen, että lasten omat tunnetaidot ja tunnetila vaikuttavat lasten kokemukseen tilanteista. He kertoivat, että esimerkiksi kirjoja lukiessa lasten omat tarinat nousevat tärkeäksi osaksi ryhmän arkea ja tunnekasvatusta. Kasvattajien mukaan lapsilla voi olla hyvinkin erilaisia kokemuksia tilanteista ja siitä minkä he kokevat esimerkiksi kiusaamisena. Mattila (2017, 33-34) on nostanut kirjassaan esille, että lapsen kanssa olisi tärkeä käsitellä myös muiden ihmisten kokemuksia ja tuntemuksia, jotta lapsi oppisi ymmärtämään, ettei kaikki välttämättä tunne samoin kuin itse tuntee.



KUVIO 2. Lapsen tunnetaitojen tukemiseen liittyvät tulokset jäsennehtynä.

4.3 Kasvattaja tunnetaitojen tukijana

Tutkimuksessa nousi esiin monenlaisia tilanteita tunteisiin liittyen, joissa aikuinen toimii esimerkkinä lapselle. Vanhempien ja kasvattajien toimintaan liittyvät tulokset on koottu kuvioon 3. Varhaiskasvattajien mukaan tunnekasvatusta tapahtuu kaikissa arjen tilanteissa, joissa aikuinen toimii mallina ja esimerkiksi sanoittaa tunteita. Kasvattajan on tärkeää tiedostaa ja kohdata omat tunteensa, jotta hän voi auttaa lasta tunnetaitojen kehittämisessä. Haastatteluissa ilmeni, että kasvattajat olivat pohtineet rooliaan tunnetaitojen tukijana ja kuinka esimerkiksi positiivisuutta voisi lisätä toimintaan. Kasvattajien mukaan aikuisen mallilla on suuri merkitys myös sanattoman viestinnän ja elekielen eli esimerkiksi ilmeiden, eleiden ja äänenpainon kautta. Myös Kögäs (2019, 155-159) on kuvannut teoksessaan aikuisen toiminnan vaikutusta lasten tapaan ilmaista tunteita ja siihen, miten lapset ymmärtävät aikuisten tunnereaktioita. Lapset tekevät tulkintoja aikuisen käyttäytymisestä ja esimerkiksi siitä mikä on sallittua ja miten tietyissä tilanteissa tulisi käyttäytyä. Joskus aikuisen käyttäytyminen voi kuitenkin olla lapselle vaikea ymmärtää ja hänen näkökulmastaan aikuisen reaktio ei vastaa esimerkiksi pu-

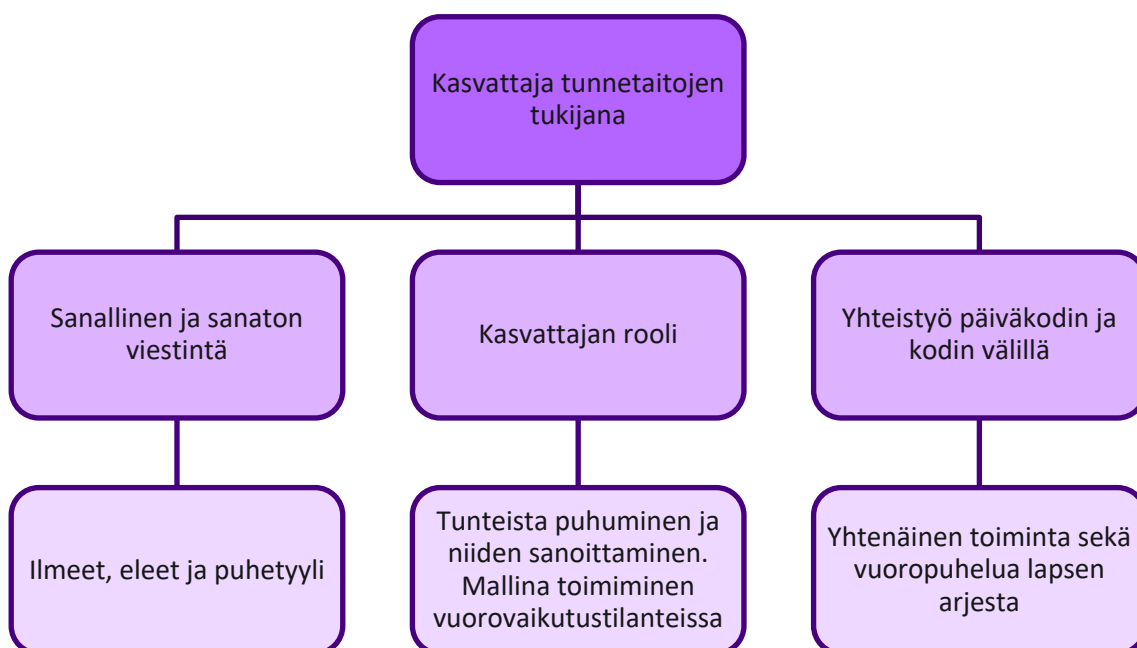
huttua tunnetta. Tällainen tilanne on ristiriidassa tunnekasvatuksen näkökulmasta juurikin tunteiden tunnistamisen ja ilmaisemisen kanssa. Kasvattaja toimii siis mallina, mutta lapsi tulkitsee tunnereaktioita omalla tavallaan.

Me mallinnetaan koko ajan lapselle näitä (tunteita), miten me käytäydytään, miten me tunnetaan ja miten me reagoidaan.

Aikuisen tuen avulla lapset oppivat hyväksymään ja säätelemään tunteitaan tilanteissa, joissa tunteita ilmenee. Aikuinen voi tukea lasta esimerkiksi lohduttamalla, kuuntelemalla sekä nimeämällä tunteita. Myös tunteiden heijastaminen eli lapsen tunteiden empaattinen vastaanottaminen auttavat lasta ymmärtämään tunteita. Keskustelu ja esimerkiksi positiivisen palautteen antaminen on tärkeää, jotta lapsi voi kokea onnistumisia (Kuikka ym. 2017, 12). Positiivisen palautteen antamisessa kasvattaja toimii mallina ja samalla ohjaa lapsia antamaan sitä myös toisilleen. Varhaiskasvattajat kertoivat esimerkkitilanteita arjesta, joissa lapset auttavat toisiaan tai tarjoavat apuaan aikuisille. Tällaisissa tilanteissa on tärkeää, että lapsen itseohjautuvuus huomioidaan ja sallitaan.

Hyväksytään lasten tämmöset myötätunteet. Vahvistetaan, että kuinka hienosti sä ajattelit, että haluat auttaa nyt kaveria.

Perheille teetetyissä kyselyissä ilmeni, että vanhemmat toivovat neuvoja ja vinkkejä tunteisiin liittyvästä kasvatuksesta myös kotiin, jotta päiväkodissa ja kotona olisi yhteinen linja. Perheet toivoivat myös enemmän vuoropuhelua arjen sujumisesta kasvattajien ja vanhempien välille. Myös Ahonen (2017a, 244-244) korostaa vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön merkitystä lapsen kokonaisvaltaisen kasvun ja kehityksen tukemisessa. Vanhempien ja päiväkodin yhteneväinen toiminta luo lapselle turvaa sekä vahvistaa kodin ja päiväkodin välistä kasvatuskumppanuutta. Vanhempien ja päiväkodin päivittäisen yhteistyön merkitys ja toive siihen panostamisesta nousi ilmi vanhempien vastauksissa.



KUVIO 3. Kasvattajien toimintaan liittyvät tulokset jäsennehtynä.

4.4 ”Tunnetalon” hyödyntäminen tunnekasvatuksessa

Kasvattajat toivoivat konkreettisia, selkeitä ja helposti käytettävissä olevia keinoja arkeen, joiden avulla tunnekasvatusta voisi tukea. Myös opinnäytetyön yhtenä pyrkimyksenä oli löytää välineitä päiväkodin arkeen tunnekasvatuksen lisäämiseksi. Tässä työssä kehitimme päiväkodille käyttöön ”tunnetalon”, joka kehitettiin yhdistelemällä lähteissä (Juusola 2018, Jääskinen & Pellicioni 2017, Pereira, Valcárcel & Korhonen 2018, Köngäs 2019, Kuvakuu) esitettyjä menetelmiä. ”Tunnetalo” on esitetty kuvassa 1. Saimme idean tutustuessamme tunnekasvatukseen liittyviin lähteisiin, jotka sisältävät materiaaleja arjen työhön varhaiskasvatuksessa. Halusimme luoda päiväkodille pohjan konkreettisten tunnemateriaalien käyttöön, jonka voi helposti liittää päiväkodin arjen toimintoihin.

”Tunnetalon” tyyppisiä materiaaleja on olemassa paljon, mutta halusimme yhdistellä ja soveltaa jo olemassa olevista juuri meidän työhömmä sopivan välineen. Tarkoituksena oli luoda juuri tutkimukselle sekä yhteistyöpäiväkodille kohdennettu työväline. Kokosimme ”tunnetalon” omassa työssämme nousseiden teemojen ja kasvattajien toiveiden mukaan. Halusimme painottaa juuri helppokäyttöisyyttä ja tunnekasvatuksen sisällyttämistä arkeen.

”Tunnetalo” on laminoitu taulupohja, johon keräsimme ryhmille valikoidut välineet ja materiaalit arjen tunnekasvatuksen tueksi. Ideana on, että ryhmät voisivat ripustaa taulun seinälle ja sen avulla tunnemateriaalit olisivat helposti käytettävissä jokaisessa päiväkodin arjen tilanteessa. Tauluun on liitetty: tunnekortit, tunnemittari, tunnekello sekä kirjalista (Liite 4). Tunnekortit on helppo ottaa käyttöön suoraan taulusta esimerkiksi ristiriitatilanteessa, jolloin kaikki osapuolet voivat ilmaista kortin avulla tunteensa. ”Tunnemittarin” avulla lapsi voi näyttää senhetkisen tunnetilansa hymynaamoja apuna käyttäen. Niiden avulla lapsi voi ilmaista itseään, vaikka ei osaisi nimetä tunnettaan. Taulu sisältää myös ”tunnekellon”, joka toimii samalla ajatuksella kuin tunnemittari, mutta vaihtoehtoja on enemmän. Taulun yhteyteen on liitetty myös kirjalista, johon on kerätty tunteita käsitteleviä kirjoja. Listalla on kirjoja, joiden avulla tunteita voidaan käydä läpi lasten kanssa, sekä kirjoja tukemaan kasvattajien omaa tunnetietoisuutta.



KUVA 1. Tunnetalo

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä opinnäytetyössä on pohdittu tunnekasvatusta päiväkodin arjessa. Työn tarkoituksena oli lisätä kasvattajien tietoisuutta tunnekasvatukseen ja sen toteuttamiseen liittyen. Yhtenä tavoitteena oli selvittää yhteistyöpäiväkodin kasvattajien sekä perheiden näkemyksiä ja toiveita tunnekasvatuksesta. Lisäksi tavoitteina oli saada selville, miten tunnekasvatusta voidaan kehittää ja samalla lisätä päiväkodin arkeen. Työn päämääränä oli luoda kasvattajille arjen työvälineitä tunnekasvatuksen toteuttamiseen. Suoritetujen haastattelujen ja kyselyiden pohjalta saatiin vastauksia työn alussa esitettyihin tutkimuskysymyksiin.

Yhtenä tuloksena nousee esille se, että tutkimukseen osallistuneen päiväkodin ryhmissä toteutetaan jo tunnekasvatusta ja kasvattajilla on tietoa aiheeseen liittyen. Osa vanhemmista kertoi vastauksissaan olevan tyytyväinen tähänhetkeen tunnekasvatukseen toteutukseen. Tämä tukee ajatusta siitä, että yhteistyöpäiväkotimme kasvattajilla on jo olemassa osaamista, joka näkyy myös vanhemmille. Tutkimuksessa kuitenkin selvisi, että päiväkodin kasvattajat kaipaavat tunnekasvatukseen liittyen lisää arjessa hyödynnettäviä, käytännönläheisiä ja helposti sovellettavia toimintatapoja. Päiväkodin kasvattajien toiveesta teimme ”tunnetalon”, jota voidaan hyödyntää arjessa esiintyvissä tunteisiin liittyvissä tilanteissa, kuten esimerkiksi ristiriitatilanteissa. ”Tunnetalon”, kirjallistan ja kirjallisen opinnäytetyön avulla kasvattajat saavat lisätietoa tunnekasvatuksesta sekä käytännön vinkkejä ja välineitä arjen tunnekasvatukseen. Halusimme tarjota työn avulla päivitettyjä ja mahdollisimman uusia materiaaleja, joita päiväkodilla ei vielä ole käytössä.

Aineiston analysointivaiheessa huomasimme, että kaikkien varhaiskasvattajien ja perheiden vastauksissa ilmeni samankaltaisuutta. Esimerkiksi tunteisiin liittyvän kasvatuksen merkitys, vuorovaikutus sekä kasvattajan rooli ja merkitys tunnekasvatuksessa korostuivat suurimmassa osassa vastauksia. Tuloksissa esiin nousseet yhtäläisyydet voivat kertoa päiväkodin ryhmien ja kasvattajien välisestä kommunikoinnista, yhteistyöstä kodin ja päiväkodin välillä sekä päiväkodissa syntyneistä, yhtenevistä toimintatavoista. On tärkeää, että päiväkodin henkilö-

kunta ja vanhemmat tekevät päivittäin yhteistyötä ja pyrkivät pitämään kasvatuksessa yhtenäisen ja johdonmukaisen linjan. Toimivalla kasvatuskumppanuudella voidaan luoda turvaa lapsen kasvulle ja kehitykselle sekä tukea samalla lapsen taitoja yksilöllisesti.

Kasvattajan ja lapsen välisen vuorovaikutuksen merkitys tunnekasvatuksessa nousi vahvasti esille opinnäytetyössämme. Tärkeässä osassa tunnetaitojen kehittymisessä ovat päivittäiset vuorovaikutustilanteet, joissa kasvattaja kohtaa lapsen omana itsenään. Tutut ja turvalliset aikuiset luovat turvallista ilmapiiriä, jossa lapsi voi ilmaista itseään vapaasti. Lapsi oppii tunteista ollessaan vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa, sillä hän peilaa aikuisen tunnetiloja ja reaktioita. Tunnetaitoja voidaan vahvistaa vuorovaikutuksen, kuten esimerkiksi kannustamisen, lohdutuksen, empatian sekä kasvattajan esimerkin avulla. Tunnekasvatus vaatii hyvän ryhmäytymisen ja ilmapiirin ryhmässä sekä sitoutuneita ja kiinnostuneita kasvattajia. Myös Köngäs (2018, 131) on kuvannut väitöskirjassaan päiväkodissa vallitsevan ilmapiirin vaikutuksia tunteisiin liittyvään toimintaan.

Tulosten pohjalta on selvää, että kasvattajan rooli tunnetaitojen ja lapsen kehityksen tukijana on suuri. Hyväksyvä ja turvallinen vuorovaikutus on pohja tunnekasvatuksen toteuttamiselle. Mattila ja Rantala (2019, 40-42) ovat nostaneet teoksessaan esille sen, että aikuinen toimii lapselle tunteiden peilinä ja tukee näin lapsen tunnetaitojen kehittymistä. Tutkimukseemme osallistuneen päiväkodin kasvattajat tiedostavat oman roolinsa sekä oman esimerkinsä tärkeyden tunnekasvatuksessa. Kasvattajat olivat myös tietoisia siitä, että tunnekasvatusta tapahtuu koko ajan arjen tilanteissa.

Päiväkodin kasvattajat nostivat esille lasten omien kokemusten ja tarinoiden hyödyntämisen merkityksen. Oman kokemuksen kautta lapsen voi olla helpompi sisäistää ja ymmärtää jokin tilanne tai asia. Vanhempien vastauksista ilmeni toive kirjallisuuden lisäämisestä tunnekasvatukseen. Tulosten pohjalta voidaan päätellä, että valmiin kirjallisuuden hyödyntäminen on toimiva työväline tunnekasvatuksessa. Kirjoja lukiessa ja niistä yhdessä keskustellessa lapset voivat oppia esimerkiksi vuorovaikutustilanteissa toimimista, tapoja ratkaista ristiriitatilanteita sekä omien kaveritaitojen kehittämistä ja hyödyntämistä.

Päiväkodin kasvattajien työn tukemiseen tulisi panostaa, sillä varhaiskasvatus luo lapsen kehitykselle pohjan ja esimerkiksi kehitykseen liittyvät vaikeudet voidaan havaita varhaisessa vaiheessa. (Ahonen 2017a, 22). Arjessa tunnekasvatusta voisi lisätä toteuttamalla enemmän pienryhmätoimintaa, jolloin kasvattajien olisi helpompaa huomioida jokainen lapsi yksilöllisesti esimerkiksi ristiriitatilanteissa.

6 POHDINTA

Aloitimme opinnäytetyön suunnittelun loppuvuodesta 2018, toteutimme aineiston keruun maaliskuun 2019 aikana ja opinnäytetyön kirjoitusprosessin saimme päätökseen marraskuussa 2019. Pystyimme mielestämme vastaamaan työn alussa esitettyihin tutkimuskysymyksiin onnistuneesti. Opinnäytetyön avulla saatiin merkittävää tietoa tunnekasvatuksen tämänhetkisestä tilasta yhteistyöpäiväkodissämme sekä tunnekasvatuksen kehittämismahdollisuuksista heidän arjessaan. Tunnekasvatus nousi merkittäväksi osaksi varhaiskasvatusta, sillä se on läsnä kaikessa arjessa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Tämän vuoksi sen merkitys myös päiväkodin kasvattajan työssä on suuri. Jokainen kasvattaja voi työssään vahvistaa lapsen tunnetaitojen kehittymistä monella tavalla.

Opinnäytetyötä tehdessä on käytetty useita tapoja kerätä tietoa, mikä lisää tutkimuksen luotettavuutta. Kirjalliseen teorian tietoon tutustuimme jo ennen aineiston keruuta, jotta osaisimme laatia kyselypohjat ja haastattelukysymykset niin, että niiden avulla saataisiin tutkimuskysymyksiimme vastaavaa tietoa. Myös kysymysten asettelulla on merkitystä tutkimusta tehdessä, jotta vastaajaa ei johdatella mihinkään suuntaan. Vanhempien ja kasvattajien mielipiteet aiheeseen liittyen tuovat käytännön näkökulmaa tutkimukseemme. Aineistosta nousseiden asioiden sekä teorian tiedon vertailun ja vuoropuhelun avulla saimme monipuolisen käsityksen aiheesta. Tässä työssä käytettyihin lähteisiin olemme perehtyneet huolella ja olemme pyrkineet jatkuvasti tarkastelemaan niiden luotettavuutta. Tampereen kaupungilta sekä päiväkodin johtajalta pyydettiin lupa tutkimuksen tekemiseen. Myös haastatteluun osallistuvilta kasvattajilta kysyttiin lupa haastattelun nauhoittamiseen.

Emme ole maininneet yhteistyöpäiväkodin nimeä työssämme, sillä halusimme saada aineistoon mahdollisimman totuudenmukaisia vastauksia sekä kasvattajilta että perheiltä. Monesti tutkimukseen osallistuvien henkilöllisyys ja paikka, jossa tutkimus on tehty, on tarpeellista pitää tunnistamattomana (Ronkainen ym. 2011, 48). Yhteistyöpäiväkodin nimen mainitsematta jättämisellä voidaan myös varmistua siitä, että kaikkien vastaajien identiteetti pysyy salaisena. Päiväkodin nimellä ei myöskään ole työssä merkitystä, sillä opinnäytetyötä voivat hyödyntää

muutkin päiväkodit. Tutkimuksen aikana kerätty aineisto ei kuitenkaan kerro laajalti tunnekasvatuksen tilasta yleisellä tasolla, vaan ainoastaan tunteisiin liittyvästä kasvatuksesta ja sen toteutustavoista yhteistyöpäiväkodissamme.

Tuomi ja Sarajärvi (2018) kuvailevat kirjassaan tutkimuksen eettistä perustaa, joka määrittää tutkimuksen toteutusta. Tähän kuuluu esimerkiksi tutkimukseen osallistuvien tiedottaminen tutkimukseen liittyvistä käytännöistä sekä aineiston säilyttämisestä ja hävityksestä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 155-156). Opinnäytetyön tutkimustarkoitukseen kerätty materiaali tulee säilyttää ja hävittää niin, ettei se päädy muiden nähtäville. Myös Ruusuvuori ja Nikander (2010, 450) nostavat esiin kirjassaan eettisiä ohjeita, jotka ohjaavat esimerkiksi tiedonhankintamenetelmien kirjaamista sekä tutkimukseen osallistuvien henkilöiden tiedottamista. Lähetimme tutkimuksen alussa päiväkodille tutkimussuunnitelmamme, johon kaikki eettisyyteen liittyvät ja huomioitavat asiat on kirjattu ylös. Tämän avulla pysyimme pitämään myös yhteistyökumppanimme ajan tasalla tutkimukseen liittyvistä käytännöistä ja sisällöistä.

Kyselylomakkeita luodessa on huomioitava monia tekijöitä, jotta niiden avulla saadaan kerättyä mahdollisimman tarkoituksenmukaista tietoa. Kysymysten tulee olla suunniteltuja ja viitekehyksen mukaisia, jotta ne tukevat tutkimuksen aihetta (Vilkkä 2015, 101). Luotettavuuteen liittyvä kysymys tutkimuksessamme oli esimerkiksi se, että kuinka moni tulisi vastaamaan kyselyymme ja kuinka kattavan sekä realistisen kuvan vastaukset meille antavat. Pohdimme myös sitä, että vanhempien tavoitettavuuteen ja vastausten määrään voisi vaikuttaa lisäävästi se, että loimme kyselyn sekä sähköisessä että paperisessa muodossa. Kyselyn ollessa useassa muodossa, syntyy kuitenkin mahdollisuus vastata kahteen kertaan, jolloin vastausten luotettavuus saattaa kärsiä.

Vanhempien kyselyihin vastasi hieman yli 10 vanhempaa eli vain noin 16% päiväkodin toiminnan kehittämisenäkökulmasta, joten vain osa vanhemmista on ollut osallisena tutkimusta tehdessä. Huomasimme myös, että kaksi paperilomaketta olivat sisällöltään lähes samanlaiset. Tämä saattoi johtua yhden ihmisen päällekkäisestä vastaamisesta tai useamman vanhemman yhteisvastauksesta. Pohdimme myös, että kyselymme muoto eli avoimet kysymykset, saattoivat vaikuttaa vähentävästi vastausten määrään, sillä avoimiin kysymyksiin vastaaminen vaatii

enemmän aikaa. Myös esimerkiksi päiväkodilla aikaisemmin teetettyjen kyselyiden paljous saattoi olla vaikuttajana vähäiseen vastausmäärään.

Pohdimme vanhempien vastausten pienehköä määrää myös siltä kannalta, olisiko suurempi otanta vanhempien näkemyksiä mahdollisesti muokannut tuloksia vahvasti johonkin toiseen suuntaan. Toisaalta tiedostimme sen, etteivät kaikki vanhemmat vastaa kyselyyn, joka liittyy jo valmiiksi rajattuun aiheeseen. Pohdimmekin sitä, että tunnekasvatuksesta kiinnostuneet vanhemmat saattoivat vastata kyselyyn, sillä heillä on aiheesta enemmän tietoa. Aiheesta kiinnostuneet vanhemmat ovat luultavasti kiinnittäneet tunteisiin liittyviin asioihin myös enemmän huomiota. Lisäksi pohdimme vastauksia analysoidessa sitä, että vanhemmat saattavat kokea tunnekasvatuksen eri tavoilla kirjoittamastamme tietoiskusta huolimatta. Tutkimuksen laajentaminen useampaan päiväkotiin olisi antanut mahdollisuuden saada vielä merkityksellisempää tietoa tunnekasvatuksen toteutuksesta ja sen kehittäminen olisi voinut olla moniulotteisempaa. Opinnäytetyötä tehdessä on kuitenkin tärkeää rajata kohdejoukko ja aihe niin, ettei tutkimus ole liian laaja. Toisaalta tutkimuksemme kannalta on hyvä, että saimme vastauksia myös vanhemmilta ja pystyimme osallistamaan heitä ottamalla huomioon heidän näkemyksiään päiväkodin toimintaan liittyen ja näin keräämään arvokasta tietoa myös päiväkodin kasvattajien työhön.

Opinnäytetyön luotettavuutta lisää ajankohtaisten, luotettavien ja monipuolisten lähteiden käyttö. Olemme hyödyntäneet teoriatietoa opinnäytetyön kaikissa vaiheissa, jotta työ ja siihen liittyvän tutkimuksen tulokset olisivat mahdollisimman luotettavia. Pyrimme ohjaamaan työtä teoreettisen viitekehyksen avulla. Opinnäytetyöprosessin aikana käytettyjä materiaaleja tulee tarkastella kriittisesti, jotta sisältö on asiallista ja olennaista aiheeseen liittyen. Lisäksi lähteisiin tulee viitata oikein, jotta plagioinnilta vältetään ja tekijänoikeudet säilyvät.

Tämän opinnäytetyön pohjalta loimme yhteistyöpäiväkodille ”tunnetalon” ja kirjallistan, joita kasvattajat voivat hyödyntää arjen. Pyrimme hyödyntämään kasvattajien sekä perheiden toiveita taulua luodessa. On tunnekasvatuksessa kuitenkin selvää, että näiden välineiden konkreettinen hyöty selviää vasta, kun päiväkoti on saanut materiaalit käyttöönsä. Meidän on siis vaikea vielä arvioida, kuinka

tässä toteutuksessa onnistuimme. Haluamme kuitenkin ajatella, että kokoa-mamme materiaali tulee käyttöön ja kasvattajat kokevat ne hyödylliseksi työs-sään. Toivomme, että tutkimuksen kautta olemme pystyneet lisäämään kasvat-tajien sekä perheiden tietoisuutta tunnekasvatukseen liittyen. Opinnäytetyön an-siosta olemme oppineet itse paljon tunteista ja niihin liittyvästä kasvatuksesta sekä saaneet varmuutta kaikenlaisten tunteiden kohtaamiseen varhaiskasvatuk-sen opettajan työssä.

Jatkotutkimuksena olisi mielenkiintoista selvittää, miten kasvattaja voi tukea lap-sen itseohjautuvuutta sosiaalisissa tilanteissa. Lisäksi olisi esimerkiksi mielen-kiintoista saada selville, miten kasvattaja voi auttaa lasta ristiriitatilanteissa ilme-nevien tunteiden säätelyssä ja ilmaisussa niin, että lapsi oppii selvittämään risti-riitatilanteita myös ilman aikuisen ohjausta.

LÄHTEET

Ahonen, L. 2017a. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ahonen, L. 2017b. Vasun käyttöopas. Jyväskylä: PS-kustannus.

Haapsalo T., Kirkkopelto K. & Repo L. 2016. Mun ja sun juttu! Lasten sosiaalisten taitojen vahvistaminen kiusaamisen ehkäisyssä. Helsinki: Lasten Keskus.

Juusola, M. 2018. Kuinka minusta tuli rohkea. Opi tunnetaitoja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Juusola, M. 2017. Vahvaksi rakastetut lapset. Helsinki: Otava.

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

Kauppila, E. 2018. Huomaa hetki perheessä. Vanhemman tunnetaitokirja. Helsinki: Viisas Elämä Oy.

Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.

Koivula, M. & Laakso, M-L. 2017. Lapsen varhainen kehitys kommunikaation, vuorovaikutussuhteiden ja leikin näkökulmasta. Teoksessa Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) Valloittava varhaiskasvatus. Tampere: Vastapaino, 108-128.

Kokkonen, M. 2017. Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito. 3. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kärkkäinen, K. 2017. Vahvista lasta. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Kuikka, P., Välimäki, K. & Parviainen, T. 2017. Lapsen aivojen ja tunnesäätelyn kehitys. Jyväskylä: Aivotiedon Jalostamo.

Köngäs, M. 2019. Tunneäly varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS- Kustannus.

Köngäs, M. 2018. "Eihän lapsil ees oo hermoja" Etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

Lahtinen, A. Rantanen, J. 2019. Tunnetaidot opetustyössä. Opas haastaviin tilanteisiin. Jyväskylä: PS- Kustannus.

Lajunen, K., Andell, M. & Ylenius-Lehtonen, M. 2015. Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.

- Malinen, K., Rönkä, A., Tolvanen, A., Sevón, E. & Jokinen, K. 2015. A Mobile Diary Method for Studying Children's and Adolescents' Emotions. A Pilot Study. Social Inquiry into Well-Being. Luettu 21.9.2019
<https://www3.mruni.eu/ojs/social-inquiry-into-well-being/article/view/4253/4003>
- Mattila, L. & Rantala, J. 2019. Mitä ihmettä? Opi ymmärtämään lapsesi mieltä. Helsinki: Gummerus Kustannus Oy.
- Myllyviita, K. 2016. Tunne tunteesi. 1. painos. Helsinki: Duodecim.
- Niemi, P. 2014. Hyvää mieltä & tunnetaitoja. Hämeenlinna: Päivi Osakeyhtiö.
- Nummenmaa, L. 2019. Tunnekartasto. Kuinka tunteet tekevät meistä ihmisiä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Pereira, C. N., Valcárcel, R. R. & Korhonen, J. 2018. Tunnehetket. Tehtäviä tunnetaitokasvatukseen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Puura, K. 2019. Näin kasvatat lapsestasi mukavan aikuisen. Helsinki: WSOY.
- Raittila, R. & Siippainen, A. 2017. Varhaiskasvatuksen pedagoginen ympäristö. Teoksessa Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) Valloittava varhaiskasvatus. Tampere: Vastapaino, 283-292.
- Repo, L. 2015. Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. Juva: PS-kustannus.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. 2010. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.
- Ronkainen, S., Pehkonen L., Lindblom-Ylänne S. & Paavilainen E. 2011. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Rosenberg, M. B. & Hartikainen, T. 2019. Rakentava ja myötäelävä vuorovaikutus. Nonviolent Communication NVC. 4. uudistettu painos. Helsinki: Viisas Elämä Oy.
- Sadeniemi, M., Häkkinen, M., Koivisto, M., Ryhänen, T. & Tsokkinen, A-L. 2019. Viisas mieli. Opas tunnesäätelyvaikeuksista kärsiville. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Sajaniemi, N., Suhonen E., Nislin M. & Mäkelä J. 2015. Stressin säätely. Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Salminen, J. 2017. Kasvattaja lasten kehityksen ja oppimisen tukijana. Teoksessa Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) Valloittava varhaiskasvatus. Tampere: Vastapaino, 163-176.
- Sinkkonen, J. 2012. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.

Tahkokallio, K. 2018. Uskalla olla lapsellesi aikuinen. Kuinka kasvatat lapsistasi onnellisia ja tasapainoisia. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2018. Opetushallitus. Luettu 25.9.2019

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2016. Opetushallitus. Luettu 4.8.2019

https://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2005. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Luettu 8.8.2019

<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelmanperusteet.pdf>

Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

LIITTEET

Liite 1. Kasvattajille teetetyn haastattelun runko

1. Mitä tunnekasvatus mielestänne on? Mihin sillä pyritään?
2. Miten tunnekasvatusta toteutetaan ryhmässänne/päiväkodissänne?
3. Miten ryhmän ilmapiiri vaikuttaa tunteisiin liittyvään kasvatukseen? Entä työyhteisön ilmapiiri?
4. Mikä on mielestänne päiväkodin ja kasvattajan merkitys tunnekasvatuksessa?
5. Millaisissa tilanteissa tunnekasvatus ilmenee?
6. Miten kasvattaja voisi lisätä/tukea tunnekasvatusta päivittäisissä tilanteissa?
7. Millaisia menetelmiä olette kokeilleet liittyen tunnekasvatukseen?
8. Miten kehittäisitte tunnekasvatusta ja sen toteutusta?

Liite 2. Kyselylomake vanhemmille

1. Minkä ikäinen lapsesi on? _____
2. Kerro vapaasti lapsesi tunnetaidoista ja tunteiden ilmaisusta.
3. Millainen ilmapiiri olisi turvallinen lapsellesi päiväkodissa?
4. Miten ja millaisissa tilanteissa koet päiväkodin tukevan lapsesi tunteisiin liittyvää kasvatusta?
5. Millaisissa hetkissä toivoisit päiväkodin kasvattajien kiinnittävän enemmän huomiota lapsesi tunteisiin tai niiden ilmaisuun?
6. Miten päiväkodin tunnekasvatusta voisi mielestäsi kehittää? Miten toivoisit päiväkodin tukevan lapsesi tunnetaitoja?

Liite 3. Lyhyesti tunnekasvatuksesta

Tunteet ja tunnetaidot ovat osa tunnekasvatusta. Tärkeitä kysymyksiä tunnekasvatukseen liittyen ovat: miten tunteista puhutaan, miten ne ilmaistaan sekä miten niitä osataan käyttää ja säädellä. Tunteiden avulla lapsi voi ilmaista itseään ja tarpeitaan. Kun tunnetaitojen kehitystä tuetaan oikein, lapsi oppii tunnistamaan ja nimeämään tunteita sekä hallitsemaan niitä ja niihin liittyvää käyttäytymistä erilaisissa tilanteissa.

Hyvät tunnetaidot edistävät lapsen kasvua ja kehitystä, sekä hänen itsetuntemustaan ja hyvinvointiaan. Tunnetaitojen avulla lapsi oppii toimimaan vuorovaikutuksessa muiden kanssa ja huomioimaan myös heidän tunteensa. Tunnekasvatuksen onnistuminen näkyy esimerkiksi niissä tilanteissa, joissa lapsi kokee jonkin vahvan tunteen ja hän tunnistaa sen. Parhaimmillaan lapsi osaa kertoa syyn tunteen heräämiselle ja hallita sen voimakkuutta. Esimerkiksi lapsen ollessa kiukkuinen, hän osaa itse kertoa olevansa kiukkuinen ja pystyy kasvattajan avulla pääsemään yli pahimmasta tunnekuohusta. Tunnetaitojen hallitseminen ja niiden harjoittelu ehkäisevät pidentyneitä tunnepurkauksia sekä auttavat lasta ilmaisemaan tunteen turvallisella tavalla.

Lapsi oppii tunteista vuorovaikutuksessa ja tavallisissa arjen tilanteissa, joissa aikuinen toimii mallina lapselle. Tunteisiin liittyviä taitoja on siis hyvä harjoitella päivittäin, jotta lapsi omaksuu taidot omaan toimintaansa.

Kiitos vastauksistasi!

Liite 4. Kirjalista

Appelgren, T. & Marttinen, T. 2019. Vesta-Linnea ja kaverit. Helsinki: Tammi.

Candau, B., Maruyama, J. & Harmaja-Pennanen, R. 2016. Tunteiden kirja. Helsinki: Sanoma.

Daynes, K. & Nuuttila, K. 2019. Fiksut faktat. Mitä tunteet ovat? Helsinki: Lasten keskus.

Forssén Ehrlin, C., Lempinen, U. & Ehrlin, C. F. 2019. Rohkean Rikun hulina-viikko. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Georgiou, M., Harvey, S. & Lange, T. 2017. Lari tuntee itsensä vihaiseksi. Tarina siitä, miten vihan tunnetta opitaan hallitsemaan. Espoo: Happy Baby Brain.

Georgiou, M. & Lange, T. 2017. Laria ärsyttää. Kertomus virheistä oppimisesta. Espoo: Happy Baby Brain.

Higginson, S. & Rapelo, J. 2017. Kiukkupussit. Helsinki: Sanoma.
Mary Hoffman. 2013. Meidän ja muiden tunteet.

Jones, R., Walden, L. & Korolainen, T. 2016. Tunteet. Helsinki: Lasten Keskus.

Juusola, M. 2018. Kuinka minusta tuli rohkea. Opi tunnetaitoja. Helsingissä: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Jääskinen, A. & Pelliccioni, S. 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Helsinki: Lasten Keskus.

Heilala, K. 2019. Tunteet: Muumi ja Pikku Myy. Helsinki: Tammi.

Kiviluote, J., Honkakoski, P., Nissinen, T., Aromaa, S. & Itkonen, L. 2019. Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusohjelman avulla: varhaiskasvattajan käsikirja. 1. painos. Turku: JK-Kustannus ja koulutus Oy.

Kuusela, A. 2019. Pieni kirja tunteista. Karkkila: Mäkelä.

Kuutti, M. 2019. Onni ja Aada päiväkodissa. Hämeenlinna: Karisto.

McDonald, A. & Pikkupeura, A. 2018. Jukka Hukka ja Iso Hukka. Menetyksestä ja surusta selviäminen. Jyväskylä: PS-kustannus.

McDonald, A. & Pikkupeura, A. 2018. Jukka Hukka ja lohikäärmevauva. Rauhoittumisen harjoittelu. Jyväskylä: PS-kustannus.

McDonald, A. & Pikkupeura, A. 2018. Jukka Hukka ja varjohirviö. Pelon ja jännityksen kesyttäminen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Melling, D. 2019. Loiskun eväsretki. Karkkila: Mäkelä.

Nuotio, E. 2019. Minä tykkään nyt. Ilostä, ujostelusta ja muista tunteista. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Tuominen, C. 2016. Tunne. Kuvakirja. Helsinki: Readme.fi.

Witek, J. & Tarvainen, N. 2019. Pieni sydämeni. Helsinki: Nemo.