



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

JANNI KESÄLÄ

SATUILLAAN TUNTEISTA

Tunnetaitoja satujen avulla viisivuotiaille

SOSIAALIALA
2020

Tekijä Kesälä, Janni	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä toukokuu 2020
	Sivumäärä 33	Julkaisun kieli Suomi
Julkaisun nimi Satuillaan tunteista- Tunnetaitoja satujen avulla viisivuotiaille		
Tutkinto-ohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma		
Tiivistelmä <p>Toiminnallisessa opinnäytetyössä tarkasteltiin tunteita ja tunnetaitoja. Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa selvitettiin, miten viisivuotiaiden lasten tunnetaitoja voidaan tukea tunteita käsittelevien satujen avulla. Opinnäytetyön tilaajana oli Petäsmäen päiväkot. Tarkoituksena oli luoda päiväkodille tunnetaitojen tukemiseen soveltuva menetelmä, jossa hyödynnettiin satujen lukemista ja tunnetaitoharjoituksia.</p> <p>Opinnäytetyössä selvitettiin viisivuotiaiden lasten tunnetaitojen oppimista satujen lukemista ja tunnetaitoharjoituksia sisältävien tunnetuokioiden avulla. Viisivuotiaat jaettiin neljään eri ryhmään. Tarkoituksena oli selvittää, muodostuuko ryhmien välillä eroja tunnetaitojen kehittymisessä, tunteiden tunnistamisessa ja tunteiden nimeämisessä. Viisivuotiaiden tunnetaitojen kehitystä selvitettiin havainnoimalla.</p> <p>Toiminnallisessa opinnäytetyössä todettiin, että varhaiskasvatuksessa tunnetaitojen tukeminen ja tunteiden käsitteleminen on lasten mielenterveyden, sosiaalisten taitojen kehittymisen sekä kielenkehityksen kannalta tärkeää. Satujen lukemista ja tunnetaitoharjoituksia sisältävät tunnetuokit osoittautuivat hyväksi menetelmäksi vahvistaa viisivuotiaiden tunnetaitoja. Ryhmien välille muodostui eroja tunteiden nimeämisessä, mutta tunteiden tunnistamisessa ei muodostunut merkittäviä eroja ryhmien välille.</p>		
Asiasanat tunne, tunnetaidot, satu, varhaiskasvatus		

Author Kesälä, Janni	Type of Publication Bachelor's thesis	Date May 2020
	Number of pages 33	Language of publication: Finnish
Title of publication Telling tales of emotions- Teaching emotional skills by fairy tales for five-year-olds		
Degree programme in Social Services		
<p data-bbox="312 696 424 723">Abstract</p> <p data-bbox="312 768 1449 981">The aim of this operational thesis was to examine emotions and emotional skills. In the operational part of this thesis was to discover how the emotional skills of five-year-olds can be supported with fairy tales that handle emotions. The co-operation partner in this thesis was kindergarten of Petäsmäki. The aim of this thesis was to create a method that is suitable for teaching emotional skills by reading fairy tales and by learning emotional skills.</p> <p data-bbox="312 1025 1449 1238">In this thesis was discovered how the emotional skills of five-year-olds were developed in emotional moments which included reading and exercise about emotional skills. The five-year-olds were split up into four groups. Means of this thesis was to discover will there become any differences in learning emotional skills, recognizing emotions and naming emotions between groups. The development of emotional skills of five-year-olds was discovered by observing.</p> <p data-bbox="312 1283 1449 1529">In the operational thesis was found that supporting children's emotional skills and discussing emotions in early childhood education is important when supporting children's mental health, social skills and language development. Emotional moments which included exercise about emotional skills and reading fairy tales were found to be functional method to teach emotional skills for five-year-olds. There were differences in naming emotions between groups but there were no differences in recognizing emotions between groups.</p>		
<p data-bbox="312 1771 1142 1798"><u>Key words</u> emotions, emotional skills, fairy tale, early childhood education</p>		

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 TUNTEET	7
2.1 Tunteiden syntyminen	7
2.2 Perustunteet	7
2.3 Ensisijaiset, toissijaiset, ja instrumentaaliset tunteet	7
2.4 Tunteiden kehittyminen lapsella	8
2.5 Tunnetaidot	9
2.5.1 Tunnetaidot ja kiintymyssuhteet	9
2.5.2 Tunnetaitojen oppiminen	10
2.5.3 Tunnetaidot ja varhaiskasvatus	11
2.6 Tunteiden säätely	11
2.7 Itsetunto	12
3 SADUT JA LUKEMINEN	13
3.1 Lukemisen merkitys lapsen kehitykselle	13
3.2 Sadut tunnetaitojen tukemisessa	13
3.3 Satujen rooli varhaiskasvatuksessa	13
4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	14
4.1 Aiheen valinta ja opinnäytetyön tavoitteet	14
4.2 Toiminnan kuvaus	16
4.3 Toiminnallisen opinnäytetyön kohderyhmän kuvaus	17
4.4 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys	18
4.5 Tunnetuokioiden suunnittelu	19
5 TUNNETUOKIOT	19
5.1 Kiukkua käsittelevä tunnetuokio	19
5.2 Iloa käsittelevä tunnetuokio	23
5.3 Pelkoa käsittelevä tunnetuokio	26
5.4 Rauhoittumista käsittelevä tunnetuokio	27
6 PÄÄTELMÄT JA POHDINTAA	29
6.1 Pohdintaa tunnetuokioista	29
6.2 Pohdintaa koronavirusepidemian vaikutuksista opinnäytetyöhön	31
6.3 Pohdintaa tunnetuokioiden merkityksen näkökulmasta	31
6.4 Loppusanat	32

LÄHTEET

LIITTEET

1 JOHDANTO

”Ihmisen toimintaa ohjaavat tunteet ja ajattelu. Kasvattajan haasteena on auttaa lasta erityisesti silloin, kun hänen tunteensa ovat hyvin voimakkaita. Salaisuus onkin siinä, miten kasvattaja tässä tilanteessa toimii.” (Kanninen & Sigfrids 2012, 75.) Toiminnallinen opinnäytetyöni käsittelee tunteita ja tunnetaitoja sekä sitä, miten viisivuotiaiden tunnetaitoja voidaan tukea tunteita käsittelevien satujen avulla. Toiminnallisessa opinnäytetyössäni tarkastelen lasten tunnetaitojen oppimista tunnetuokioiden avulla, joissa kussakin käsittelen pääsääntöisesti yhtä tunnetta kerrallaan. Tuokio pitää sisällään satujen lukemisen lisäksi tutustumista ja tunnetaitoharjoituksia. Havainnoin myös eroaako tunnetaitojen kehitys lapsiryhmittäin. Yhteistyökumppanini toiminnallisessa opinnäytetyössäni on Raision kaupunki ja Petäsmäen päiväkoti. Tavoitteeni on lisätä tunnetaitojen opetusta satujen keinoin varhaiskasvatuksessa luomani Tunnetuokio-menetelmän avulla. Opinnäytetyöni tarkoituksena on tuottaa lapsille positiivisia kokemuksia tunteista kertovien satujen kuuntelusta ja tunnetaitojen harjoittelusta samanaikaisesti.

Toteutan toiminnallisen opinnäytetyöni tunnekasvatuksesta ja tunnetaitojen tukemisesta, koska olen päiväkodeissa työskennellessäni törmännyt usein lapsiin, joilla ei ole keinoja käsitellä omia tunteitaan tai hallita niitä. Tunnetaitojen puutteesta ei voida syyttää lapsia, sillä tunnetaitojen opetus kuuluu aikuisille: vanhemmille, varhaiskasvatuksen ammattilaisille sekä muille lasten läheisille. Käsitykseni lasten tunnetaitojen opetuksen tärkeydestä ei ole pelkästään henkilökohtainen, vaan se on yleisesti tiedossa oleva asia: Suomessa järjestettiin valtakunnallinen Lempeän kasvatuksen teemaviikko 5.-13.5.2018 ja teemana olivat tunnetaidot. Teemaviikon järjesti Kiintymysvanhemmuusperheet ry. (Kiintymysvanhemmuusperheet ry:n [www-sivut](http://www.sivut).) Viikon aikana julkaistiin tunteita käsittelevää materiaalia muun muassa haastattelujen sekä blogitekstien muodossa.

Syy siihen, että lähestyn tunnetaitojen opettamista satujen avulla, kumpuaa seuraavasta asiasta: päiväkotilapsiin kohdistuvassa suomalaisessa tutkimuksessa selviää, että vain reilut 40% vanhemmista lukee 6-vuotiaalle lapselle joka päivä iltasadun (Lerkanen, Salminen & Pakarinen 2018, 3). Lapselle luetaan oman näkemykseni mukaan

melko vähän myös varhaiskasvatuksessa. Lukeminen tukee lapsen sosiaalisia ja emotionaalaisia taitoja ja lukemiseen kannustetaan Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 14-27). Mielestäni lukeminen on varhaiskasvatuksessa tärkeää ja lukemisen puutteellisuus huolestuttaa. Opinnäytetyöni yhteistyökumppani jakaa käsitykseni lukemisen tärkeydestä ja osoittaa opinnäytetyöni aiheen olevan toivottu ja tarpeellinen Petäsmäen päiväkodissa.

Sen lisäksi, että aihe on Petäsmäen päiväkodille tarpeellinen, se on myös mielenkiintoinen. Tunteet ovat laaja käsite ja niiden tunnistamisessa, hallitsemisessa sekä tunnetaitojen opettamisessa itsellä on varmasti kehitettävää. Tunteisiin liittyvää materiaalia on runsaasti ja sitä tulee lisää koko ajan. Uskon, että menetelmä tunnetaitojen opettamisesta satujen keinoin on hyvä lisä omaan ammattitaitoon sekä apuna kaikille tunteista ja tunnetaidoista kiinnostuneille.

Rajaan toiminnallisen opinnäytetyöni koskemaan viisivuotiaita. Opinnäytetyöni tilaajan mielestä Petäsmäen päiväkodin viisivuotiaat voivat hyötyä tunnekasvatusta sisältävistä satutuokiosta eniten. Lisäksi ikäryhmässä on paljon lapsia, joilla on haastavan käyttäytymisen piirteitä. Myös kielellisiä haasteita esiintyy. Toiminnallinen opinnäytetyöni voi tukea sekä haastavaa käyttäytymistä omaavia lapsia että kielellisiä vaikeuksia omaavia lapsia. Opinnäytetyöni saattaa osittain auttaa niitä lapsia, joiden tulee kehittää suomen kielen taitoa. Kohderyhmäni ulkopuolelle jäävät päiväkodin muut ikäryhmät. Keskityn kuvaamaan tunteiden merkitystä, tunteiden kehittymistä ja tunnetaitojen merkitystä lapsille, ja tarkemmin viisivuotiaille lapsille. Tarkastelen tunnetaitojen opettamista nimenomaan satujen lukemisen keinoin, joten jätän muut menetelmät toiminnallisen opinnäytetyöni ulkopuolelle.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa käsitellään tunteita; mitä ne ovat ja miten ne kehittyvät. Lisäksi kuvataan satujen lukemisen merkitystä lapsen kehitykselle sekä satujen lukemisen roolia varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyössä avataan havaintojani lasten tunnetaitojen kehittymisestä satutuokioiden aikana. Aihetta on taustoitettu käsittelemällä kehityspsykologian vaiheita, joihin tunteet ja tunnesäätely kuuluu.

2 TUNTEET

2.1 Tunteiden syntyminen

Tunteet eli tunnereaktiot syntyvät yhteisvaikutuksesta ihmisen ja ympäristön välillä. Tunteiden kokemiseen vaikuttaa persoonallisuus, tapa havainnoida sekä arvioida käynnissä olevaa tilannetta. Tunteita syntyy, kun jokin asia on merkityksellinen. Koe-
tut tunteet ovat aina henkilökohtaisia. Tunteet saavat aikaan reaktioita sekä mielessä että kehossa ja tunteisiin liittyvät kehon reaktiot tapahtuvat tietoisesti. Tällaisia reaktioita voi olla esimerkiksi sykkeen tihentyminen pelästyessä tai kämmenten hikoaminen jännittäessä. Ympäristön ärsykkeet ohjaavat tarkkaavaisuuden ja tietoisuuden aktivoitumaan, ja kun ärsyke on riittävän henkilökohtainen, se havaitaan tietoisesti. Tunteet, ajatukset ja toiminta ovat keskenään jatkuvassa vuorovaikutuksessa ja vaikuttavat toisiinsa. Näiden lisäksi tunteet ovat vuorovaikutuksessa myös muistin kanssa: tunteita herättävät tapahtumat jäävät paremmin mieleen. (Myllyviita 2016, 19-58.)

2.2 Perustunteet

Yleismaailmallisia perustunteita on viisi: inho, pelko, hämmästys, viha, ilo ja suru. Nämä perustunteet, toisin sanoen perusilmeet, tunnistetaan, tulkitaan ja niitä käytetään samalla tavalla kulttuurista riippumatta. Perusilmeet ja niihin liittyvät tunneviestit tunnistetaan keskimäärin 90% varmuudella. Kulttuurien ja ihmisten välillä voi kuitenkin esiintyä eroja siinä, miten kasvonilmeitä käytetään tunneviestinnässä. Kulttuurista riippumattomat, biologisesti määräytyneet tunteet ja niihin liittyvät kasvonilmeet ovat tunneviestinnän perusta. (Nummenmaa 2010, 85.) Viidellä perustunteella on lisäksi lukuisia yhdistelmätunteita ja tunteiden alatyyppejä, kuten välttelevä, ahdistunut, utelias, loukkaantunut, leikkisä ja yksinäinen (Myllyviita 2016, 75).

2.3 Ensisijaiset, toissijaiset, ja instrumentaaliset tunteet

Tunteita voidaan luokitella myös niiden tarkoituksenmukaisuuden perusteella. Ensisijainen tunne syntyy silloin, kun jokin tunne on tietyssä hetkessä tarkoituksenmukai-

nen. Esimerkiksi, kun lapsen mielestä päiväkodin paras värikynä onkin toisella lapsella käytössä, tilanne voi aiheuttaa suuttumusta. Toissijaisia tunteita syntyy silloin, kun ihminen pyrkii suojautumaan ensisijaisilta tunteilta. Ne lisäävät tunteisiin liittyvää epämukavuutta ja toissijaiset tunteet estävät ensisijaisten tunteiden tarkoituksen mukaisuuden. Esimerkiksi esikoulutunnilla lapsella voi olla hankala ilmaista pettymyksen tunnetta, jos häntä ei valitakaan kirjoittamaan taululle aakkosia, vaan hänen kaverinsa pääsee taululle. Näin syntyy toissijainen vihan tunne. Toissijaiset tunteet ilmenevät silloin, kun ihminen pyrkii arvioimaan ja hallitsemaan ensisijaisia tunteita. (Myllyviita 2016, 22-24.) Näiden lisäksi on olemassa instrumentaalisia tunteita, joita syntyy silloin, kun ihminen huomaa muiden reagoivan omaan tunnereaktioonsa toivotulla tavalla. Esimerkiksi lapsi voi reagoida pettymykseen kiukulla, jolloin hän odottaa aikuiselta sallivaa reaktiota oman tahtonsa läpi saamiseen. Jos tilanne toistuu usein ja lapsi on tottunut saamaan itkemällä tahtonsa läpi, hän saattaa itkeä tilanteessa, jossa hän ei olisikaan surullinen. (Kanninen & Sigfrids 2012, 79.)

2.4 Tunteiden kehittyminen lapsella

Lapsen perusvalmius kokea tunteita vahvistuu, kun lapsi saa kokea tunteita toisen kanssa yhdessä. Tällöin tunne tulee tutuksi lapselle ja jäsentyy suhteeseen jo koettujen tunteiden kanssa. Kun vauva osoittaa aikuiselle jotakin tunnetta, esimerkiksi tyytyväisyyttä, hymyillen, ja aikuinen heijastaa vauvan tunteen takaisin ilmeillään, eleillään ja äänenpainollaan, tapahtuu tunteen peilaamista. (Myllyviita 2016, 26.) Lasten tunnekokemukset alkavat jo varhaisessa vaiheessa. Lapsi pystyy kehittyessään kokemaan kaikki ne tunteet, joita lapsi ja häntä hoitava aikuinen kokevat yhdessä, jaetussa tunneilmapiirissä. Hyvin toimiva tunnevuorovaikutus perustuu siihen, että kumpikin osapuoli, tässä tapauksessa lapsi ja vanhempi, tarkkailevat toisiaan ja vahvistavat toistensa lähettämiä viestejä. (Sinkkonen 2003, 26-28.) Vaikka lapsi ei osaa vielä eritellä tunteitaan tai nimetä niitä, pienikin lapsi pystyy lukemaan ympäristönsä tunnekieltä. Lapsi kokee ja tuntee voimakkaasti, mutta häneltä puuttuu vielä kyky käsitellä tunteitaan. Aikuisen tapa vastata lapsen tunteisiin ja tarpeisiin saa lapsessa aikaan erilaisia tunteita, esimerkiksi mielihyvää. Kun lapsi saa jokapäiväisessä vuorovaikutuksessa hyväksyntää ja läheisyyttä, kehittyy perusturvallisuus. (Mikkola & Nivalainen 2009, 20.)

2.5 Tunnetaidot

Tunnetaidoissa on kyse tunteiden ilmaisusta ja tunteiden säätelystä, jotka toimivat yhdessä toisiaan täydentäen. Ympäristö, joka sallii myönteisten tunteiden monipuolisen näyttämisen, luo turvaa myös hankalien tunteiden ilmaisuun ja läpi käymiseen. Tunnetaitojen perustana on kyky havaita tunteita itsessään ja muissa sekä tiedostaa omat tunteensa. Tunnetaitoihin kuuluu myös itsearvostus ja -luottamus sekä itsehillintä ja tunteiden säätely. (Mielenterveysseura ry:n [www-sivut](#).) Edellä mainittujen lisäksi tunnetaitoihin liittyy tunteen hyväksyminen, käsittely ja tarkastelu. Tunnetaitojen opettelyn tavoitteena on kyetä toimimaan tunteiden kanssa. (Kiintymysvanhemmuusperheet ry:n [www-sivut](#).)

2.5.1 Tunnetaidot ja kiintymyssuhteet

Tunnetaidot alkavat kehittyä lapsella jo ensimmäisten ikävuosien aikana. Kiintymyssuhteen luominen liittyy lapsen biologiseen valmiuteen hakea turvaa aikuiselta ja kiintymyssuhde muokkautuu lapsen kehitystason mukaan. Kiintyminen tuo lapselle hoivan, joka edistää aidon itseluottamuksen syntyä, joka taas liittyy tunnetaitojen kehittymiseen ja oppimiseen. Kiintymysmallien pääluokat ovat turvallinen kiintymys, turvaton -välttelevä kiintymys ja turvaton -ristiriitainen kiintymys. (Kanninen & Sigfrids 2012, 30-35.)

Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi kokee tullessa ymmärretyksi ja hänelle syntyy kokemus siitä, että esimerkiksi hädän tunteen ilmaiseminen johtaa vanhemman antamaan hoivaan. Turvallisesti kiintynyt lapsi kykenee kommunikoimaan avoimesti ja osoittamaan tunteitaan. Turvattomasti ja välttelevästi kiintynyt lapsi kokee olonsa turvattomaksi ja voi jopa kasvaa ajatellen, ettei tunteita pitäisi olla ollenkaan. Lapselle ei välity kokemusta siitä, miten tunnetiloja säädellään, jolloin lapsi voi yrittää tukahduttaa tunteita ja kiintymystään. Jos lapsi kasvaa epä johdonmukaisen vanhemman kanssa, jolloin lapsen tarpeisiin vastataan satunnaisesti, lapsi kokee tunnesäätelyn epäluotettavana. Turvattomasti ja ristiriitaisesti kiintynyt lapsi ei osaa rauhoittua tutki- maan ympäristöään, vaan on jatkuvasti virittyneenä kiintymykseen. Lapsi saattaa ha- kea huomiota häiritsevällä käytöksellä. Ristiriitainen kiintymys saattaa myöhemmin johtaa itsesäätelyn ongelmiin. (Kanninen & Sigfrids 2012, 30-35.)

Kiintymyssuhteen tehtävänä on luoda lapselle tunne perusturvallisuudesta ja kiintymyssuhteiden avulla lapsi säätelee tunnetilojaan ja ilmaisee tunteitaan tahdonalaisesti (Sinkkonen 2003, 52-53).

2.5.2 Tunnetaitojen oppiminen

Tunnetaitojen opettelu on tärkeää, koska tunteiden ymmärtäminen ja niiden sanoittaminen parantaa lapsen kykyä hallita erilaisia tunteita ja selvitä sosiaalisista tilanteista (Varhaiskasvatuksentietopalvelun [www-sivut](#)). Tunnetaidot vaikuttavat lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Kun lapsella on kyky käsitellä, ilmaista ja tunnistaa tunteitaan, hänelle muodostuu perusturvallisuuden tunteen lisäksi terveet rajat sekä kunnioittava suhtautuminen toisiin ja itseensä. Tunnetaitojen oppimisen myötä lapsi oppii vaikuttamaan itse omaan olotilaansa ja ympäristöönsä. Sosiaaliset taidot ja empatiakyky rakentuvat tunnetaitojen oppimisen kautta. Tunnetaitojen kautta lapsi oppii tuntemaan omat rajansa. Tunnekokemuksen tunnistaminen ja ilmaiseminen mahdollistaa lapselle ymmärretyksi tulemisen kokemuksen, jolloin lapsen ei tarvitse käyttäytyä aggressiivisesti tai häiritsevästi vuorovaikutustilanteissa. (Tunne ja Taida Oy: [www-sivut](#).)

Tunnetaitoja opettaessa aikuisen esimerkki on tärkeä, sillä lapsi oppii tunnetaitoja mallintamalla aikuisia ja muita kasvattajia arjen tilanteissa tapahtuvan ohjaamisen kautta. Aikuisella on ymmärrys ja kyky toimia lapsen tunnetaitoja vahvistavasti, kun aikuinen on kohdannut tunteitaan itse. Tunnetaitojen opettamisessa keskeistä on tukea lasta kohtaamaan ja hyväksymään tunteet sellaisenaan, kiirehtimättä. Kokemuksellisuus ja toisto tunnetaitojen opettamisessa on myös tärkeää: mitä enemmän opeteltavaa asiaa toistetaan, sitä varmemmin taidon pystyy ottamaan käyttöön arjen tilanteissa. Haastavammat tunteet vaativat enemmän harjoittelua, mutta kiireettömyys ja rehellinen tunteiden kohtaaminen auttavat tunteiden käsittelyssä, säätelyssä ja vastaanottamisessa. (Tunne ja Taida Oy: [www-sivut](#).)

2.5.3 Tunnetaidot ja varhaiskasvatus

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan varhaiskasvatuksessa lasten hoito on tunnepohjaista välittämistä, jonka tavoitteena on, että lapsi tuntee itsensä arvostetuksi ja ymmärretyksi sekä kokee olevansa yhteydessä toisiin ihmisiin. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin yhtenä laaja-alaisen oppimisen osa-alueista kuuluu itsestä huolehtiminen ja arjen taidot. Tässä osa-alueessa keskitytään siihen, miten varhaiskasvatus tukee lasten hyvinvointia, ja terveyteen sekä turvallisuuteen liittyviä taitoja. Tunnetaidot liittyvät itsensä huolehtimisen ja arjen taitoihin kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin näkökulmasta käsin. Varhaiskasvatussuunnitelma kehottaa tukemaan lasta tunteiden ilmaisussa ja itsesäätelyssä ja opetussuunnitelma velvoittaa varhaiskasvatuksen parissa työskenteleviä kasvattajia myös opettamaan tunnetaitoja. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 23-15.) ”Lasten tunnetaidot vahvistuvat, kun heidän kanssaan opetellaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita” (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 26).

Jokaisella lapsella on oikeus sellaiseen kasvatukseen, jossa voi opetella käsittelemään tunteita ja kertomaan niistä turvalliselle aikuiselle (Korkeakivi 2020). Kasvattajien, niin vanhempien kuin varhaiskasvatuksessa työskentelevien ammattilaisten, on tunnetaitoja opettaessaan kyettävä ymmärtämään tunteita ja hyödyntämään niitä kasvatuksessa. Kanninen ja Sigfrids (2012, 79) kokoavat yhteen asioita, joista tunteiden ymmärrys ja niiden hyödyntäminen varhaiskasvatuksen arjessa koostuu. Tähän kuuluu muun muassa ymmärrys tunteiden tilannesidonnaisuudesta sekä ymmärrys lapsen persoonasta ja tyypillisistä reagointi- ja toimintatavoista eri tilanteissa. Varhaiskasvattajan on kyettävä myös havainnoimaan tunteiden ilmaisun seurauksia ja lasten sanatonta viestintää.

2.6 Tunteiden säätely

”Lapsen aito kuuleminen edellyttää virittäytymistä lapsen tunteisiin ja kokemuksiin” (Kanninen & Sigfrids 2012, 80). Lapset tarvitsevat aikuisen apua ja tukea mielentilojen ja tunnereaktioiden käsittelyssä ja säätelyssä. Kyetäkseen säätämään tunteitaan, lapsen pitää oppia tunnistamaan tunteita ja tunnereaktioita. (Neuvokasperhe 2019). Aikuisen tehtävä on auttaa lasta tunnistamaan tunnereaktioita selittämällä lapselle, mitä

aikuinen on havainnut lapsen tunnetilasta. Esimerkiksi, jos lapsi on suuttuessaan paiskonut oven kiinni muiden lasten vielä ollessa päivänunilla, aikuisen on selitettävä lapselle vaihtoehtoinen toimintamalli. Tällöin lapsi oppii jatkossa toimimaan tilanteessa toisella tavalla suuttumuksen tunteen herätessä. Lapsen tulee saada palautetta toiminnastaan, ohjausta ja neuvoja, jotta hän oppii säätelemään tunteitaan (Kuikka, Parviainen & Välimäki 2017, 11). Kun lapsi opetetaan käsittelemään tunteita, säätelemään omia tunnereaktioitaan ja nimeämään jo varhaisessa vaiheessa tunnekokemuksia, lapsella on paremmat mahdollisuudet keskittyä opetukseen (Köngäs 2019, 182).

2.7 Itsetunto

Itsetunto muodostuu itsearvostuksesta ja itsetuntemuksesta. Aikuisten hyväksyvä ilmapiiri on mallina lapsen kehittyvälle itsetuntemukselle ja vahvistaa lasta. Kun lasta rohkaistaan kannustavassa ilmapiirissä kokeilemaan asioita niin, ettei hänen tarvitse pelätä epäonnistumista, lapsen käsitys omista kyvyistä ja taidoista kasvaa. Epäonnistumisten ja onnistumisten myötä lapsi oppii arvioimaan omia kykyjään ja oppii itsestään monia asioita. Onnistumiset vahvistavat lapsen itsetuntoa. Toiminnan sanoittaminen tukee itsetunnon kehittymistä. Auttamalla lasta tunnistamaan ominaisuuksiaan, omaa temperamenttiaan ja kiinnostuksen kohteitaan aikuinen vahvistaa lapsen itsetuntemusta. (Hannukkala, Kosola, Marjamäki & Törrönen 2016, 79-81.) Itsetunto ei ole pysyvä ominaisuus ja aikuisen antaman esimerkin lisäksi temperamentilla on vaikutusta siihen (Sinkkonen 2008, 184).

Jokaisen lapsen pitää voida tuntea olevansa tärkeä, arvokas ja hyväksytyt sellaisena kuin hän on (Leskisenoja 2019, 73). Uskoakseen itseensä lapsen tulee saada tuntea, että aikuinen uskoo häneen. Kehut ja kannustukset toimivat silloin, kun aikuinen itse tietää, mitä hän kehuu ja kertoo lapselle, mistä asiasta kehuminen tulee. (Hannukkala, Kosola, Marjamäki & Törrönen 2016, 80-81.) Varhaiskasvatuksessa kasvattajilla on tärkeä rooli lapsen itsesäätelytaitojen vahvistajana. Ohjattujen tuokioiden lisäksi lapsen itsesäätelytaitoja voi vahvistaa siirtymä- ja ruokailutilanteissa. Nämä tilanteet saavat lapsissa aikaan erilaisia tunnereaktioita, joten ne ovat luontevia hetkiä opetella it-

sesäätelytaitoja. Varhaiskasvatuksen pedagogisten käytäntöjen pitäisi mahdollistaa it-
sesäätelytaitojen tukeminen osaksi lapsen arkea. (Pajulahti, Sainio & Sajaniemi 2020,
95-96.)

3 SADUT JA LUKEMINEN

3.1 Lukemisen merkitys lapsen kehitykselle

Lapsen kielellinen kehitys mahdollistaa uuden oppimista ja kielen kehityksen myötä
ajattelutoiminnot sekä ongelmanratkaisutaidot kehittyvät. Lukeminen tukee lapsen
kielen kehittymistä ja lisää lapsen mielikuvitusta. Kirjan tapahtumat voivat siirtyä lap-
sen leikkiin ja muuhun toimintaan, ja tarinaa voidaan elävöittää myös draaman ja mu-
siikin keinoin. Tärkeää on, että lapsen mielenkiinto ja motivaatio säilyy lukuhetken
aikana. Aikuisen eläytymisellä ja kiireettömällä läsnäololla on tärkeä vaikutus luku-
hetken tunnelmaan ja lasten mielenkiinnon säilymiseen. (Saarinen 2016, 19-21.)

3.2 Sadut tunnetaitojen tukemisessa

Satuja kuunnellessaan lapsi voi kuvitella sadun tapahtumat ja luoda niistä mielessään
oman maailmansa. Sadut, joissa käsitellään tunteita auttavat lasta uskomaan, että esi-
merkiksi häpeästä ja vihan tunteesta voi selvitä. (Sinkkonen 2018, 257.) Satujen avulla
lapsi pystyy harjoittelemaan tunnetaitoja ja käsittelemään erilaisia tunteita turvallisesti
yhdessä aikuisen kanssa. Eläytyessään sadun hahmoihin ja tapahtumiin, lapsi oppii
empatiaa ja myötätuntoa, jotka tukevat lapsen mielenterveyttä. (Hannukkala ym. 2016,
17.)

3.3 Satujen rooli varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa on määritelty viisi oppimisen aluetta: kiel-
ten rikas maailma, ilmaisun monet muodot, minä ja meidän yhteisömme, tutkin ja toi-

min ympäristössäni sekä kasvan, liikun ja kehityn. Kielten rikas maailma pitää sisälleen muutakin kuin kielen oppimisen ja puhumisen. Siihen kuuluvat myös vuorovaikutustaidot ja kielen kirjoittaminen sekä lopulta lukeminen. Satujen ja tarinoiden lukeminen on tärkeää monipuolisen kielen kehityksen kannalta ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa varhaiskasvattajia siihen myös velvoitetaan. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2008, 14-27.) Varhaiskasvatuksessa annetaan erilaisista taustoista tuleville lapsille mahdollisuus oppia. Lukemisen ja lukutaidon kehittymisen mahdollistaminen lisää tasa-arvoa ja ehkäisee syrjäytymistä. Satujen kuvituksen hyödyntäminen ja sadun pilkkominen pienempiin osiin auttaa lapsia, joille suomen kielen ymmärtäminen on haastavaa. (Silvennoinen n.d.)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

4.1 Aiheen valinta ja opinnäytetyön tavoitteet

Opinnäytetyöni aiheena on tunnetaitojen oppiminen satujen avulla. Tarkastelen opinnäytetyössäni tunnetaitojen ja tunteiden tunnistamisen kehittymistä ja sitä, miten tunteita käsittelevät sadut voivat auttaa viisivuotiaita tunteiden tunnistamisessa. Varhaiskasvatuksen sosiaalinen ympäristö koostuu päivittäisistä vuorovaikutustilanteista lasten ja aikuisten välillä. Lapset ovat myös keskinäisessä vuorovaikutussuhteessa toistensa kanssa joka päivä. Tunteet ohjaavat toimintaa sosiaalisissa tilanteissa sekä vaikuttavat siihen, miten havaitsemme ja tulkitsemme ympärillämme tapahtuvia asioita (Nummenmaa, 2010, 11). Käsitellessään tunteita aikuisen kanssa lapsi kehittää itse-tuntoaan ja pystyy kertomaan paremmin omista ja muiden tarpeista (Encyclopedia on Early Childhood Development 2020). Oman kokemukseni mukaan tunnetaidoista puhutaan varhaiskasvatuksessa vähän. Jos puhutaankin, niin tunteista puhuminen jää nimenomaan puhumisen asteelle, usein vain varhaiskasvatuksen ammattilaisten väliseksi ajatusten vaihdoksi. Lapsi ei osaa säädellä, käsitellä tai tunnistaa tunteita ilman tunnekasvatusta tai aikuisen tukea (MLL Mannerheimin lastensuojelu liitto 2017).

Mielestäni on tärkeää tuoda tunnekasvatus osaksi varhaiskasvatuksen arkea ja sen vuoksi päädyin tekemään opinnäytetyöni juuri tunnekasvatuksesta. Halusin tehdä

opinnäytetyöni toiminnallisena, jotta siitä hyötyisi konkreettisella tasolla mahdollisimman moni varhaiskasvattaja. Lisäksi koen, että toiminnallisen opinnäytetyön materiaalista hyötyisin itsekkin tulevassa työssä varhaiskasvatuksen opettajana. Tunnetaidot ja niiden opettaminen kiinnostavat minua ja koen, että tunnetaidoilla on merkittävä osuus lapsen turvallisen, terveellisen kasvun ja kehityksen sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisessa.

Toiminnallinen opinnäytetyöni käsittelee tunnetaitojen oppimista satujen avulla. Oman havaintoni mukaan varhaiskasvatuksessa lapsille ei lueta tarpeeksi. Lukemisen vähäinen osuus varhaiskasvatuksessa on todettu myös suomalaisessa tutkimuksessa (Lerkanen ym. 2018, 3). Yhteistyökumppanini Petäsmäen päiväkodin henkilökunnan mukaan tunnetaitojen opettamista satujen avulla käsittelevä opinnäytetyöni on tarpeellinen. Opetus- ja kulttuuriministeriö on myöntänyt Raision kaupungille erityisavustusta lukemisen kulttuurin ja lukutaidon edistämiseen varhaiskasvatuksessa, esiopetuksessa ja alkuopetuksessa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2020). Lukemisen edistämiseen on siis panostettu myös valtakunnallisella tasolla. Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää, onko tunteita käsittelevien satujen lukemisesta hyötyä viisivuotiaiden lasten tunnetaitojen opetuksessa. Tavoitteena on havainnoida kehittyvätkö lapset tunteiden tunnistamisessa tuokioiden aikana ja muodostuuko lapsiryhmien välille eroja tunteiden tunnistamisessa.

Toteutin toiminnallisen opinnäytetyöni Petäsmäen päiväkodissa, jossa olen aiemmin työskennellyt ja ollut ammatillisessa harjoittelussa. Päiväkodin lapset ja henkilökunta ovat minulle tuttuja, joten yhteistyötä oli mielekästä lähteä toteuttamaan. Aiheeni koettiin tärkeäksi ja toivotuksi Petäsmäen päiväkodissa, sillä henkilökunta koki satujen lukemisen ja tunnetaitojen lisäämisen lasten arjessa tarpeelliseksi.

Toiminnallisen opinnäytetyöni selvitettäväksi kysymyksiksi muodostuivat:

- Miten viisivuotiaiden lasten tunnetaitoja voidaan tukea ja kehittää satujen avulla?
- Muodostuuko lapsiryhmien välille eroja tunteiden tunnistamisessa ja tunnetaidoissa satutuokioiden aikana?

4.2 Toiminnan kuvaus

Opinnäytetyöni toiminnallinen osuus muodostui neljästä erilaisesta tunnetuokiosta. Jokaiselle neljälle lapsiryhmälle pidin neljä tuokiota, joissa kussakin luin yhden kirjan. Alun perin olin suunnitellut, että jokaisella tuokiolla luettaisiin kaksi kirjaa. Tämä ei kuitenkaan toiminut, sillä lapset eivät jaksaneet keskittyä kuuntelemaan kahta satua. Yhteensä pidin yksitoista tuokiota suunnitellun kuudentoista sijaan, sillä lasten poissaoloista johtuen jouduin perumaan muutamia tuokioita. Jokaiseen tuokioon sisältyi lukemisen lisäksi tunneharjoituksia (LIITE 1). Käytin tuokioissani Ympyräiset-kirjasarjaa, jossa käsitellään tunteita hauskojen eläinhahmojen näkökulmasta käsin. Ympyräiset-kirjasarjan tunteita käsitteleviä kirjoja on kahdeksan erilaista. Jokaisessa kirjassa on eläinhahmo, jolle syntyy erilaisia tunteita arkisissa tilanteissa. Halusin valita Ympyräiset-kirjasarjan, koska kirjan eläinhahmot ovat värikkäitä. Eläinhahmojen ilmeet ovat selkeät ja kirjoissa on käsitelty tunteita laajasti. Lisäksi kirjan eläinhahmojen tapahtumat ovat samaistuttavia ja kirjoissa eläinhahmoille syntyvät tunnereaktiot ovat tyypillisiä lasten arjessa tapahtuvia reaktioita. Ympyräiset-kirjasarja on pedagogisesti kehitetty konsepti, jonka tarkoituksena on vahvistaa lasten tunnetaitoja. Kirjan tekijöiden joukossa on muun muassa pedagogiikan ja psykologian ammattilaisia, jotka haluavat tukea lapsiperheitä tunnetaitojen oppimisessa. (Ympyräiset 2014.)

Jokaisessa toiminnallisessa tuokiossa luettiin yksi kirja. Valitsin Ympyräiset-kirjasarjan kahdeksasta kirjasta neljä kirjaa, jotka luin viisivuotiaille. Kirjoissa käsiteltiin pääasiassa yhtä tunnetta kerrallaan. Tuokioille valitsemisani kirjoissa käsiteltiin iloa, onnellisuutta, itsehillintää, rauhoittumista, surua, ujoutta ja vihaa. Halusin valita juuri nämä tunteet, sillä usein niitä kaikkia esiintyy lasten arjessa: ”Pelkoa, ujoutta, rohkeutta, innostusta ja monia muita tunteita esiintyy usein lasten touhuissa, ja niitä voi opetella tuntemaan” (Opetushallituksen [www-sivut](http://www.sivut) 2020).

Kirjan lukemisen lisäksi jokaisella tuokiolla tehtiin tunnetaitoharjoituksia. Halusin, että kirjan kuuntelemisen ja tunteista keskustelemisen jälkeen lapset pääsevät harjoittelemaan tunnetaitoja ja tunnistamaan tunteita konkreettisesti. Lapset harjoittelivat tunteita ensin ilmeiden ja eleiden avulla. Käsipeilin kanssa lapset saivat harjoitella yksin tai yhdessä, miltä erilaiset tunteet näyttävät ilmein ja elein. Käytin harjoituksissa myös tunnekortteja ja säätilakortteja, jotka löytyivät Tunne- ja turvataitoja lapsille-

kirjan materiaaleista. Havainnoin lasten tunteiden tunnistamistaitoja harjoitusten ja kirjojen lukemisen ohella, ja tarkkailin lasten reaktioita kirjan tapahtumiin sekä eläinhahmojen kokemiin tunteisiin. Jatkuva havainnointi oli tärkeä menetelmä toiminnallisessa opinnäytetyössäni ja tuokioiden jälkeen kirjasin havaintoni tarkasti muistiin.

4.3 Toiminnallisen opinnäytetyön kohderyhmän kuvaus

Opinnäytetyöni toiminalliseen osuuteen, tunnetuokioihin, osallistuivat Petäsmäen päiväkodin viisivuotiaat lapset. Halusin rajata kohderyhmäni koskemaan viisivuotiaita, sillä viisivuotiailla lapsilla sosiaaliset taidot ovat kehittyneet ja he osaavat neuvotella asioista. Kaverisuhteet ovat viisivuotiailla tärkeitä ja moraaliset käsitykset ja tunteet kehittyvät, mutta myös vaihtelevat paljon. Viisivuotias ymmärtää eron oikean ja väärän välillä, mutta hakee vielä aikuiselta vahvistusta omille käsityksilleen. (Mannerheimin Lastensuojeluliiton www-sivut 2018.) Petäsmäen päiväkodin henkilökunta vahvisti, että tunnetaitoihin ja tunteisiin tutustuminen olisi tärkeää juuri viisivuotiaille.

Viisivuotiaita Petäsmäen päiväkodissa on yhteensä 17, joista osa ei puhu äidinkielenään suomea. Toiminallisen opinnäytetyöni tavoitteena oli myös, että satujen lukemisen avulla tukisin suomen kielen taidon kehittymistä niiden lasten kohdalla, joiden äidinkielenä on joku muu kuin suomen kieli. Otin lasten suomen kielen taidon huomioon tuokioiden ryhmäjakoa suunnitellessani. Ryhmä 1 ja ryhmä 2 muodostuivat lapsista, joiden suomen kielen taitotaso on muita lapsia heikompi. Vaikka lapset olivat minulle jo entuudestaan tuttuja päiväkodissa tekemieni sijaisuuksien vuoksi, halusin konsultoida ryhmäjakoa tehdessäni lasten varhaiskasvatuksen opettajaa sekä varhaiskasvatuksen lastenhoitajia. He olivat kanssani yhtä mielestä siitä, että minun kannatti muodostaa kaksi ryhmää niistä lapsista, joiden suomen kielen taito on heikompi. Myös ryhmän hallittavuuden ja lasten ohjauksen kannalta oli järkevää luoda kaksi ryhmää näistä lapsista. Ryhmä 3 muodostui niistä viisivuotiaista, joilla päiväkodin henkilökunnan mukaan on haasteita sosiaalisissa tilanteissa ja tunteiden säätelyssä. Tähän ryhmään valitsin lapsia yhteistyössä varhaiskasvatuksen opettajan sekä lastenhoitajien kanssa. Ryhmä 4 oli niin sanottu verrokkiryhmä, johon valikoitui loput viisivuotiaat. Sain muodostettua yhteensä neljä ryhmää, joissa lapsimäärä vaihteli kolmesta lapsesta

viiteen lapseen. Lasten jakaminen neljään eri ryhmään tuki ryhmän ohjausta ja hallittavuutta.

4.4 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Toiminnallisen opinnäytetyöni tarkoituksena oli luoda Petäsmäen päiväkodille sellainen toimintamalli tunnetaitojen opetukseen, jossa yhdistyvät satujen lukeminen ja tunnetaitojen harjoittelu. Tavoitteena oli antaa päiväkodin henkilökunnalle vinkkejä ja luoda menetelmä, jota voi myös muokata vastaamaan tuokiolle osallistuvan lapsiryhmän tarpeita. Tässä opinnäytetyössä on otettu huomioon, että tulokset ovat lapsiryhmä- ja paikkasidonnaisia, joten niitä ei voi sellaisenaan yleistää koskemaan kaikkia viisivuotiaita.

Ennen tunnetuokioiden aloittamista varmistin, että opinnäytetyöni toiminallinen osuus ei vaadi viisivuotiaiden lasten huoltajien erillistä suostumusta. Vaikka lasten nimiä ei tulisi julki opinnäytetyössäni eikä lapsista otettu kuvia tai videoita, halusin varmistaa asian ennen toiminnallisen osuuden aloittamista. Sain Petäsmäen päiväkodin johtajalta ohjeeksi ottaa yhteyttä Raision kaupungin varhaiskasvatuksen johtajaan. Hän pyysi minua tekemään erillisen tutkimuslupa-anomuksen, jonka välitin hänelle luettavaksi ja tarkistettavaksi. Varhaiskasvatuksen johtaja myönsi tutkimusluvan, ja välitin tiedon luvan saamisesta päiväkodin johtajalle. Tulimme vielä siihen tulokseen, että vanhempia olisi kuitenkin jollain lailla hyvä informoida tulevista tunnetuokioista. Vaikka lapset ja suuri osa huoltajista tiesivät minut entuudestaan päiväkodissa tekemieni sijaisuuksien vuoksi, halusin tehdä lapsiryhmien ilmoitustaululle kuvallisen esittelyn koskien tunnetuokioita. Esittelyssä kerroin lyhyesti itsestäni, tuokioista, tuokioiden ajankohdasta ja siitä, että tuokiot liittyvät opinnäytetyöhöni. Mielestäni huoltajien informointi oli tärkeää, koska tuokiot vaikuttivat lasten päiväkotiarkeen.

Toiminnallisen opinnäytetyöni luotettavuuden varmistamiseksi tein jokaisen tunnetuokion jälkeen muistiinpanot, jotka auttoivat tulosten raportoinnissa. Koska opiskelijana en ole kasvatusvastuullinen, itseni lisäksi tuokioilla oli aina paikalla yksi päiväkodin kasvatusvastuullinen työntekijä. Omien havaintojeni lisäksi paikalla ollut var-

haiskasvattaja havainnoi, arvioi ja antoi tuokioiden jälkeen minulle palautetta. Tuokioille osallistunut varhaiskasvattaja ei jokaisella kerralla ollut sama henkilö, ja tämä lisäsi tuokioista saamani palautteen monipuolisuutta.

4.5 Tunnetuokioiden suunnittelu

Tutkimusluvan saatuaani aloin tehdä alustavaa aikataulua tuokioiden toteuttamisesta yhdessä päiväkodin johtajan, varhaiskasvatuksen opettajien sekä lastenhoitajien kanssa. Sovimme, että tuokiot pidetään kahden viikon aikana kahtena päivänä viikossa. Viikonpäiviksi valittiin keskiviikko ja perjantai, ja kumpanakin päivänä tulisin pitämään kaikille neljälle ryhmälle yhden tuokion.

Suunnittelin tuokioille sadun lukemisen lisäksi toimintaa, jossa lapset pääsivät harjoittelemaan tunteiden tunnistamista ja nimeämistä. Tuokioiden alkuun olin suunnitellut alkuloron, jonka tarkoituksena oli toimia tuokioiden käynnistäjänä ja lasten huomion herättäjänä. Kaikki lapset eivät tunteneet minua, joten lorun tehtävä oli toimia myös tutustumisleikkinä. Valitsin alkuloruksi osalle lapsista tutun lorun, jotta heidän olisi helpompi lähteä mukaan toimintaan. Lisäksi halusin, että loru on sama kaikilla ryhmillä, joten sen piti olla lasten helposti ymmärrettävissä ja toistettavissa (LIITE 1).

Opinnäytetyöni teoreettiseen ja toiminnalliseen osuuteen olin varannut yhteensä kolme kuukautta. Ennen toiminnallisen osuuden toteuttamista olin jo työstänyt opinnäytetyöni teoreettista osuutta ja hakenut lähdeaineistoa teorian kirjoittamiseen.

5 TUNNETUOKIOT

5.1 Kiukkua käsittelevä tunnetuokio

Ensimmäinen tunnetuokio pidettiin päiväkotiryhmien yhteiseen käyttöön tarkoitettussa ryhmätilassa, joka oli sopivan kokoinen pienelle lapsiryhmälle. Olin poistanut tilasta etukäteen leluja ja muita tavaroita, joiden olin ajatellut mahdollisesti häiritsevän lasten

keskittymistä. Lapset saivat istua lattialla patjojen päällä, jotka olin asetellut valmiiksi puolikaareen. Halusin, että lapset näkevät kirjan kuvat mahdollisimman hyvin, joten itse istuin heidän edessään nojatuolilla. Tuokion alkuun esittelin itseni ja kerroin, mitä tunnetuokiot pitävät sisällään ja mitä kaikkea tunnetuokioilla tehdään. Esittelin itseni kaikkien ryhmien kohdalla ensimmäisten tuokioiden alussa. Sen jälkeen aloitin varsinaisen tuokion alkulorulla (LIITE 1). Jokaisesta tuokiolla luettavasta kirjasta suunnitelin ryhmien lapsille muutamia kysymyksiä, joiden avulla pohdittiin kirjoissa esiintulleita tunteita. Rähä Ravun kiukkupuuska- kirjasta tein seuraavat kysymykset:

- Miksi Rähä Ravulle suututtiin?
- Mikä saa sinut vihaiseksi?
- Miltä sinusta tuntuu, kun olet vihainen?
- Mitä teet, kun olet vihainen ja sinua suututtaa?

Ensimmäiseen tuokioon osallistui Ryhmä 1, jossa lasten suomen kielen taito on heikompi. Lapsia tässä ryhmässä piti olla neljä, mutta paikalla oli kolme lasta. Lapsilla oli vaikeuksia keskittyä alkuloruun, ja heidän huomionsa kohdistui huoneessa oleviin asioihin, esimerkiksi seinällä olevaan päiväjärjestykseen. Ensimmäisellä tunnetuokiolla käsitelimme lasten kanssa suuttumusta, kiukkua ja vihaa. Olin valinnut luettavaksi tuokiolle ”Rähä Ravun kiukkupuuska”- kirjan Ympyräiset- kirjasarjasta. Tuokiolla piti lukea kaksi kirjaa. Huomasin kuitenkin, ettei lasten keskittyminen riitä pitkäksi aikaa, päätin lukea vain yhden kirjan. Kirjassa Rähä Rapu on vihainen aamusta alkaen ja hänen kaverinsa yrittävät piristää tätä kaikin keinoin. Kirjan eläinhahmot käyvät läpi, mistä vihaisuus johtuu, mitä vihaisesta käytöksestä seuraa itselle ja muille, ja miten kiukkuinen ja vihainen tunne saadaan menemään ohi. Kirjassa käsitellään myös anteeksipyytämistä ja anteeksiantamista. (Kuusela, Nuorteva & Teittinen 2017.)

Kysyin lapsilta ennen sadun lukemista, tiesivätkö he mikä tunne on tai mitä tunteella tarkoitetaan. Lapset eivät osanneet vastata kysymykseen. Lukemisen aikana pyysin lapsia tarkkailemaan eläinhahmojen ilmeitä ja kysyin lapsilta, miltä kirjan päähahmo Rähä Rapu heidän mielestään näytti. Kysyin heiltä myös, millainen ilme Rähä Ravulla on. Yksi lapsista vastasi, että hahmo on punainen, ja muut olivat samaa mieltä. Lapset eivät osanneet yhdistää hahmon vihaista ilmettä ja vihan tunnetta. Lapset kiinnittivät huomiota ilmeiden sijaan hahmon pyöreään muotoon.

Kirjan lukemisen aikana tein lapsille kysymyksiä. Kysymysten aikana tein itse vihaista ilmettä ja kerroin, että ilmeeni on vihainen. Kysyin lapsilta, mikä saa heidät vihaiseksi. Vastauksina oli kiusaaminen, töniminen ja sisarusten ärsyttäminen. Vaikka lapset eivät tunteneet tunteen käsitettä, eivätkä osanneet yhdistää ilmettä tunteeseen, he osasivat kuitenkin kertoa, milloin heille tulee vihainen olo. Lapset osasivat myös kertoa, miten he saavat vihan tunnetta helpotettua. Lapset mainitsivat ikävän tunteen häviävän kertomalla vanhemmille ja rauhoittumalla omassa huoneessa.

Tuokion lopuksi olin suunnitellut toiminallisen osuuden, jossa harjoiteltiin kirjassa esiintyviä tunteita. Halusin, että lapset pääsevät konkreettisesti harjoittelemaan tunnetaitoja ilmeiden muodostamisen avulla. Ryhmän 1 lapsilla oli vaikeuksia nimetä tunteita. Heidän kohdallaan muokkasin harjoitusta niin, että harjoituksessa tehtiin vain vihaista ja kiukkuista ilmettä. Tein itse ensin vihaisen ilmeen, jonka jälkeen lapset tunnistivat ilmeen ja sitä vastaavan tunteen oikein.

Ryhmässä 1 olevien lasten suomen kielen taito on heikompi, joten heidän kanssaan puhuin hitaammin, keskityin käyttämään perussanastoa ja ilmehdin itse paljon. Havainnoin myös, että lapset eivät jaksaneet keskittyä, eivätkä ymmärtäneet kaikkea kirjan sanastoa. Tein päätelmän, että jatkossa ryhmän 1 tuokioilla en aio lukea satua sanasta sanaan. Ryhmän 1 lapset osasivat tunnistaa tunteen tehdyistä ilmeestä, mutta kirjan hahmon ilmeitä tai tunnetilaa he eivät osanneet yhdistää. Huomio kiinnittyi hahmon tunnetilan sijaan hahmon muotoon ja väriin. Havainnoin, että lasten keskittymisen herpaantui, kun he näkivät ryhmätilan ikkunasta muita lapsia tai aikuisia. Keskitymistä vaikeuttivat myös tilan seinällä oleva päiväjärjestys, jota lapset välillä tutkivat innokkaasti. Päätin muokata tilaa ennen seuraavaa tuokiota. Peitin ikkunan sekä seinällä olleen päiväjärjestyksen. Lattialla olleet patjat aiheuttivat jossain määrin levottomuutta ja pientä painimista, joten seuraavaa tuokiota varten päätin olla laittamatta patjoja lattialle.

Ryhmä 2 muodostui myös lapsista, joiden suomen kielen taito on heikompi. Ryhmän 2 kiukkuja käsittelevä tunnetuokio peruuntui lasten poissaolon vuoksi.

Ryhmä 3 muodostui lapsista, joilla on haasteita sosiaalisissa tilanteissa ja tunteiden säätelyssä. Ryhmän viidestä lapsesta kaksi oli paikalla. Olin muokannut tilaa ja poistanut patjat, joiden tilalle lattialle olin levittänyt päiväpeiton. Huomasin, että lapset olivat hieman jännittyneitä vielä alkulorun jälkeen, joten käytin kirjan esittelyyn hieman enemmän aikaa, ennen varsinaista lukemista. Lapset jaksoivat hienosti kuunnella satua. He pohtivat kirjassa esiintyvän Rähkä Ravun tunnetilaa ja koittivat ratkaista, mistä hahmon vihan tunne johtuu. Lapset tunnistivat hyvin kirjan hahmojen ilmeitä ja tunnetiloja, vaikka he eivät aluksi osanneet kertoa, mitä tunteet ovat. Ryhmän 3 lapset osasivat vastata kirjasta tekemiini kysymyksiin. Myös tässä ryhmässä kiusaaminen osoittautui vihan tunnetta aiheuttavaksi tekijäksi. Kuten ryhmässä 1, myös ryhmän 3 lapset kertoivat vihan tunteen helpottavan, kun siitä puhuu vanhempien kanssa tai, kun menee rauhoittumaan omaan huoneeseen. Lapset kertoivat vihan ja suuttumuksen tuntuvan oudolta ja ikävältä. Lukemisen jälkeen teimme tunnetaitoharjoituksia ilmeiden avulla. Lapset saivat ensin tehtäväksi tunnistaa minun tekemäni ilmeet, vihaisen ja iloisen ilmeen. Lapset tunnistivat ne oikein. Tämän jälkeen pyysin heitä vuorollaan tekemään jonkin ilmeen, jota toinen yrittää tunnistaa. Lapset onnistuivat hyvin tunnistamaan tunteita ja osasivat nimetä niitä.

Ryhmän 3 lapset tunnistivat kirjan hahmojen tunteita hienosti ja osasivat nimetä niitä. He myös osasivat kertoa, mikä heidät saa vihaiseksi, mutta eivät osanneet kuvailla, miltä suuttumus tai viha tuntuvat. Lapsilla oli ajoittain hieman vaikeuksia keskittyä, ja välillä tuokiota seuraamassa ollut varhaiskasvatuksenopettaja puuttui lasten käytökseen.

Ryhmän 4 eli niin sanotun verrokkiryhmän lapsista tuokiolle osallistui vain yksi lapsi. Muut olivat poissa ja yksi lapsista ei halunnut osallistua tunnetuokiolle. Tuokiolle osallistunut lapsi jaksoi kuunnella hyvin satua, mutta ei juurikaan kommentoinut sadun tapahtumia tai esittänyt kysymyksiä tarinasta lukemisen aikana. Kirjasta esittämiini kysymyksiin hän vastasi ja kertoi myös kiusaamisen tekevän hänet vihaiseksi, ja että vihaisena oleminen sattuu. Ryhmän 4 lapsi kertoi, että vihan tunne menee ohi, kun siitä kertoo vanhemmille. Sadun lukemisen jälkeen tehdyissä tunnetaitoharjoituksissa lapsi osasi yhdistää tunteen ja sitä vastaavan ilmeen oikein.

Kiukkua käsittelevät tunnetuokiot sujuivat mielestäni hyvin jokaisen ryhmän kohdalla. Vaikka jouduin tekemään muokkauksia ryhmätilaan ja muuttamaan suunnitelmaani kahden kirjan lukemisesta, onnistuin toteuttamaan tuokion osat kaikkien ryhmien kohdalla. Opin ensimmäisen tuokion jälkeen, että kaikki ylimääräinen kannattaa poistaa, jotta lasten huomio ja mielenkiinto säilyy sadun kuuntelemisessa ja tunnetaitoharjoituksissa. Hieman yllättävää oli, että yhdessäkään ryhmässä ei osattu kertoa, mitä tunteet ovat. Ryhmän 2 osalta suomen kielen taito on heikompi, joten se vaikeutti heidän osaltaan kysymyksiin vastaamista ja käsitteiden tuntemista. Vaikka tunne käsitteenä olikin vieras kaikille ryhmille, lapset tunnistivat kirjan hahmojen tunteita ja ilmeitä pääosin hyvin. Tuokiolle osallistuneet lapset kertoivat, että he pitivät tuokiosta ja kyselivät innoissaan seuraavaa tunnetuokion ajankohtaa.

Tunnetuokiota seuraamassa olleet lastenhoitaja ja varhaiskasvatuksen opettaja antoivat positiivista palautetta tuokion sisällöstä ja kehottivat poistamaan ylimääräiset ärsykkeet jokaisen ryhmän kohdalla keskittymiskyvyn säilymiseksi. Lisäksi sovin varhaiskasvatuksen opettajan ja lastenhoitajan kanssa, että heidän roolinsa tuokioilla olisi mahdollisimman näkymätön, ja että he puuttuisivat lasten ohjaamiseen vain silloin, kun tilanne heidän mielestään niin vaatii. Tämä mahdollisti sen, että sain harjoitella tunnetuokioiden aikana myös ryhmänhallintaa.

5.2 Iloa käsittelevä tunnetuokio

Toisella tunnetuokiolla luin kaikille ryhmille Ympyräiset- kirjasarjasta ”Kiva Kirahvin kannustus” -kirjan, jossa käsitellään ystävällisyyttä, kannustusta ja ilon sekä onnellisuuden tunteita (Kuusela, Nuorteva & Teittinen 2017). Sadun lukemisen lisäksi lapset pääsivät tunnistamaan tunteita tunnekorttien avulla sekä harjoittelemaan tunteisiin liittyviä ilmeitä käsipeilin avulla. Tunnetaitojen opettaminen on parhaimmillaan silloin, kun sitä toteutetaan lapsilähtöisesti ja lasten omaa osallisuutta tukien (Andell, Lajunen & Ylenius-Lehtonen 2015, 17). Käytin iloa käsittelevällä tunnetuokiolla Tunne- ja turvataitoja lapsille- kirjan tunnekortteja. Tunnetuokiota varten olin suunnitellut ”Kiva kirahvin kannustus”- kirjasta seuraavat kysymykset:

- Mikä tekee sinut iloiseksi?

- Miltä iloisuus sinusta tuntuu?
- Missä olet taitava?
- Mitä kehuminen on?
- Mistä asioista sinua on kehuttu, ja miltä kehuminen tuntuu?

Iloa käsittelevällä tunnetuokiolla ryhmästä 1 oli paikalla vain yksi lapsi, mutta päätin silti pitää tuokion. Lapsi jaksoi keskittyä paremmin kuin viimekerralla, ja uskon tämän johtuvan kavereiden poissaolosta. Huomio keskittyi vain häneen, eikä levottomuutta esiintynyt yhtään. Myös edellisen tunnetuokion jälkeen tekemäni muokkaukset ryhmätilassa saattoivat vaikuttaa lapsen keskittymiseen positiivisesti. Luin sadusta vain pääkohdat ja pyysin lasta katsomaan eläinhahmojen ilmeitä tarkasti. Hän tunnisti edellisessä sadussa esiintyneen Ravun, mutta ei osannut nimetä hahmon esittämää tunnetilaa. Hän tunnisti hahmojen ilmeestä ilon tunteen, mutta ei osannut nimetä sitä, vaan hän kertoi ilmeen näyttävän banaanilta. Ryhmän 1 lapsi ei osannut kertoa, mitä kehuminen on, mutta hän kertoi tullessaan iloiseksi saadessaan tehdä palapelejä. Hän kertoi olevansa hyvä palapelien tekemisessä. Sadun lukemisen jälkeen harjoittelimme kirjassa esiintyneitä tunteita tunnekorttien ja käsipeilin avulla. Halusin yhdistää viime kerralla käsitellyn vihan ja ilon tunteen, joten pyysin lasta etsimään tunnekorteista ne kuvat, jotka hänen mielestään näyttävät vihaisilta ja iloisilta. Tämän jälkeen lapsi sai harjoitella vihaisen ja iloisen ilmeen muodostamista niin, että hän muodosti samanlaisen iloisen ja vihaisen ilmeen kuin tunnekorteissa oli. Lapsi onnistui muodostamaan ilmeet, mutta ei osannut nimetä tunteita iloksi ja vihaksi.

Ryhmästä 2 tuokiolle osallistui kolmesta lapsesta kaksi. Ryhmän ensimmäinen tunnetuokio peruttiin, joten kerroin heille tuokioiden tarkoituksesta ja siitä, mitä tuokioilla on tarkoitus tehdä. Lapset olivat hieman jännittyneitä alkuloron aikana, mutta jaksivat kuunnella tarinaa ja keskittyivät vastaamaan kirjasta tekemiini kysymyksiin. Koska Ryhmä 2 muodostui lapsista, jotka eivät puhu äidinkielenään suomea, luin tarinasta vain pääkohdat. Lapset eivät osanneet kertoa, mitä tunteet ovat, mutta osasivat yhdistää tarinan hahmojen ilmeen ja tunteen oikein. Lapset vastasivat kirjasta tekemiini kysymyksiin reippaasti ja kertoivat, että heidät tekee iloiseksi leikkiminen ja leipominen äidin kanssa. He eivät tunteneet kehumisen käsitettä, mutta arvelivat, että siitä tulee hyvä mieli. Lapset yhdistivät oikein ilon ja vihan tunteet niitä vastaaviin

tunnekortteihin. He osasivat sekä nimetä että yhdistää edellä mainitut tunteet vastaamaan peilille muodostamiaan ilmeitä.

Ryhmästä 3 paikalla oli kolme lasta ja heillä oli alkuun hieman vaikeuksia keskittyä. Satua lukiessa lapset kuitenkin osoittivat mielenkiintoa tarinaan ja yksi lapsista tunnisti edellisen eläinhahmon. Hän muisti hahmon kokeman tunnetilan ja osasi nimetä sen vihaksi. Lapset vastasivat mielellään esittämiini kysymyksiin, ja he kertoivat tulevansa iloiseksi leikkiessään ja pelatessaan. Lapset osasivat kuvailla missä ovat taitavia ja kertoivat taidoistaan mielellään. Kehumisen käsitettä ei tunnistettu tässäkään ryhmässä. Ryhmän lapset tunnistivat tunteita tunnekorteista ja yhdistivät tekemänsä ilmeet vastaamaan tunnekorttien tunnetta.

Ryhmässä 4 oli paikalla neljä lasta. Näistä vain yksi oli läsnä ensimmäisellä tunnetuokiolla. Selitin ryhmälle, mitä tunnetuokiolla on tarkoitus tehdä. Osa lapsista oli jännittyneitä aluksi, mutta keskittyivät kuuntelemaan satua ja vastailivat kirjasta tekemiini kysymyksiin. Lapset kertoivat, että heidät tekee iloiseksi leikkiminen, tanssiminen ja pianon soittaminen. Ryhmän 4 lapset eivät tunnistaneet kehumisen käsitettä, mutta selitettyäni heille, mitä kehuminen tarkoittaa, osa lapsista kuitenkin kertoi, että kehuminen tuntuu hyvältä. Lapset osasivat yhdistää tunnekortteja sekä tunteita ja nimesivät niitä oikein. Lapset myös yhdistivät tunnekortit, tunteet ja peilin avulla tekemänsä ilmeet oikein. Yksi lapsista ei halunnut osallistua tehtävään.

Kaikissa ryhmissä tunnistettiin ilon tunne kirjan hahmojen ilmeistä ja lapset osasivat yhdistää tunnekortteja sekä tunnetiloja hyvin. Ryhmän 1 ja ryhmän 2 lasten kanssa tunteista puhuminen oli hieman haastavampaa, sillä lapset eroavat käsitteiden ymmärtämisessä selvästi muihin ryhmiin verrattuna. Ryhmässä 1 myös tunteiden nimeäminen oli haastavampaa verrattuna muihin ryhmiin. Yhdessäkään ryhmässä ei tunnettu kehumisen käsitettä, mutta käsitteen selittämisen jälkeen osa lapsista osasi kertoa, että heitä on kehuttu ja kehumisesta tulee hyvä olo. Kehuminen käsitteenä oli lapsille vieras, mutta lapset kuitenkin tunnistivat kehumisen positiivisen asiana. Tuokiota seuranneet varhaiskasvatuksen opettaja ja lastenhoitaja totesivat, että tunnekorttien avulla tunteiden tunnistaminen ja ilmeiden harjoittelu olivat toimivia keinoja tukea kirjassa opittujen tunteiden käsittelyä. Mielestäni tuokiot sujuivat paremmin ja lapset jaksoivat

keskittyä paremmin, koska ryhmätilasta oli poistettu ylimääräiset ärsykkeet ja keskittymistä häiritseviä tekijöitä oli vähemmän kuin ensimmäisellä kerralla. Tuokiolla mukana olleet varhaiskasvatuksen opettaja ja lastenhoitaja olivat samaa mieltä.

5.3 Pelkoa käsittelevä tunnetuokio

Kolmas tunnetuokio käsitteli pelkoa, pelkäämistä ja jännittämistä. Luin lapsille Ympyräiset- kirjasarjaan kuuluvan ”Pelokas Pingviini ylittää itsensä”- kirjan. Kirjassa Pelokas Pingviini kohtaa omat pelkonsa ja ystävien tuella oppii lopulta käsittelemään jännittäviä tilanteita ja voittaa pelkonsa (Hytti, Kuusela & Teittinen 2019). Pelkoa käsittelevää tunnetuokiota varten olin tehnyt kirjasta lukemisen tueksi seuraavat kysymykset:

- Mikä sinua pelottaa?
- Miltä pelko tuntuu?
- Mitä teet, kun sinua pelottaa?

Ryhmästä 1 pelkoa käsittelevällä tunnetuokiolla oli paikalla kaksi lasta. Keskittyminen oli hieman vaikeaa, mutta lapset kuuntelivat sadun loppuun ja osasivat vastata kirjasta esittämiin kysymyksiin. He tunnistivat pelon tunteen sadun hahmon ilmeestä, mutta eivät osanneet nimetä sitä peloksi. Lapset kertoivat, että heitä pelottaa käärmeet ja koirat. He eivät osanneet vastata, miltä pelko tuntuu. Lapset kuitenkin kertoivat, että he pakenevat ja lähtevät pois paikalta, jos heitä alkaa pelottaa. Ryhmän 1 lapset osasivat hienosti kertoa pelosta ja sen aiheuttamasta tunteesta, vaikka eivät osanneet nimetä tunnetta. Sadun lukemisen jälkeen harjoittelimme tunteita viime kerralla käytettyjen tunnekorttien lisäksi myös säätilakuvilla. Pyysin lapsia yhdistämään ilon, surun, pelon ja vihan tunnekortit erilaisiin säätiloihin. Säätilakorteissa oli kuvattuna aurinkoinen, puolipilvinen, sateinen, pilvinen ja myrskyinen sää. Lapset yhdistivät aurinkoisen sään ilon tunteeseen, myrskyisen sään vihan tunteeseen, sateisen sään surun tunteeseen ja pilvisen sään pelon tunteeseen. Lapset onnistuivat yhdistämään tunnekortteja niitä vastaaviin säätiloihin, mutta eivät osanneet nimetä kaikkia tunteita.

Ryhmien 2 ja 4 tuokiot peruttiin, sillä lapsia ei ollut kummastakaan ryhmästä paikalla. Ryhmässä 3 oli paikalla yksi lapsi, joten sain pidettyä pelkoa käsittelevän tuokion.

Lapsi jaksoi aluksi keskittyä hyvin, mutta loppua kohden lasta piti muutaman kerran pyytää keskittymään ja palaamaan paikoilleen. Hän jaksoi vastata kirjasta esitettyihin kysymyksiin. Hän tunnisti ja osasi nimetä sadun hahmon ilmeen pelokkaaksi. Lapsi ei osannut kertoa, mikä häntä pelottaa, mutta hän kertoi pelon tunteen ikävältä. Hän kertoi, että pelätessään hän menee vanhemman syliin, jolloin tulee parempi olo. Lapsi yhdisti säätiloja tunnekortteihin hienosti ja hän sanoi tehtävän olevan hänelle helppo. Lapsi myös osasi nimetä tunnekorttien tunteet oikein.

Säätilakortit toimivat tunteista puhumisen ja niiden käsittelyn apuna hyvin, sillä molemmissa ryhmissä osattiin yhdistää tunnekorttien tunteet ja säätilat samalla tavalla toisiinsa. Esimerkiksi aurinkoinen sää yhdistyi molemmissa ryhmissä iloa esittävään tunnekorttiin. Ryhmässä 1 säätilakortit ja tunnekortit olivat apuna kirjassa esiintyvien tunteiden harjoitteluun, koska tunteiden nimeämisessä oli vielä haasteita. Kummassakaan ryhmässä ei osattu kertoa, miltä pelko tuntuu, mutta pelon tunteesta osattiin keskustella hyvin. Sadun avulla lapset saivat käsityksen pelon herättämistä tunteista ja myös siitä, että on hyväksyttävää pelätä, ja siitä puhuminen helpottaa oloa. Mielestäni tuokiot sujuivat hyvin. Valitettavasti ryhmät 2 ja 4 jouduttiin perumaan. Tuokiolla mukana olevan varhaiskasvatuksen opettajan mielestä pelon ja muidenkin tunteiden käsittely säätilakorttien avulla oli hyvä keino.

5.4 Rauhoittumista käsittelevä tunnetuokio

Neljännellä tunnetuokiolla käsiteltiin rauhoittumista ja itsehillintää Ympyräiset- kirjasarjan ”Pomppu Bansku käy ylikierroksilla” -kirjan avulla. Kirjassa etsitään ylikierroksilla käyvälle apinalle erilaisia keinoja rauhoittua ja palautua vauhdikkaan päivän jälkeen. (Hytti, Kuusela & Teittinen 2018.) Lukemisen tueksi olin tehnyt rauhoittumista käsittelevästä kirjasta seuraavat kysymykset:

- Onko sinulla vaikeuksia rauhoittua?
- Miten sinä rauhoitut?
- Miksi on tärkeää rauhoittua?

Ryhmille 1 ja 2 ei pidetty neljättä tunnetuokiota, koska lapsia ei ollut paikalla näistä ryhmistä. Ryhmästä 3 oli paikalla lapsi ja hänelle sain pidettyä rauhoittumista käsittelevän tunnetuokion. Lapsi jaksoi hyvin kuunnella satua ja kertoi, että hänellä on välillä hankalaa rauhoittua, kun pitäisi lopettaa pelaaminen. Hän ei osannut kertoa, miksi rauhoittuminen on tärkeää, mutta kertoi rauhoittuvansa parhaiten nukkumalla. Tällä tuokiolla en käyttänyt säätälakortteja, vaan halusin testata sitä, miten hyvin lapsi tunnistaa tunteita kirjan hahmojen ilmeistä. Pyysin lasta kuvailemaan kirjassa esiintyneiden hahmojen ilmeitä ja pyysin häntä sen jälkeen etsimään samaa tunnetta vastaavan tunnekortin. Tuokioon osallistunut lapsi tunnisti hyvin vihan, ilon ja pelon tunteita ja osasi yhdistää kirjan hahmojen ilmeet niitä vastaaviin tunnekortteihin. Tuokion lopuksi kysyin, mitä tunteet ovat. Lapsi vastasi: ”Ne on sitä, kun voi tulla vihaiseksi ja suuttua.”

Ryhmän 4 tunnetuokioon osallistui 1 lapsi, joka kuunteli tarinaa keskittyneesti ja osasi vastata esittämiini kysymyksiin. Hän kertoi, että on välillä vaikeaa rauhoittua ja nukahtaa. Hän kertoi rauhoittuvansa parhaiten, kun saa pelata Padilla ja silloin, kun hänelle luetaan iltasatu. Lapsi kertoi, että rauhoittuminen on tärkeää, että jaksaa olla pirteä ja tehdä asioita. Sadun lukemisen jälkeen lapsi yhdisti kirjan hahmojen ilmeitä ja tunnekortteja sekä nimesi tunteita. Hän tunnisti ja nimesi kaikki aikaisemmillä tunnetuokiolla käydyt tunteet oikein. Lapsi kertoi, että tunteet ovat hänen mielestään ”sitä, että tulee iloiseksi jostain ja voi myös tulla vihaiseksi.”

Ryhmässä 3 ja 4 lapset osasivat nimetä taitavasti eri tunteita. He tunnistivat aikaisemmillä tunnetuokiolla käsitellyjä tunteita ja yhdistivät kirjassa esiintyvien hahmojen ilmeitä tunnekorttien esittämiin tunnetiloihin. Molemmissa ryhmissä osattiin kertoa rauhoittumisesta ja tiedostettiin, että välillä rauhoittuminen on vaikeaa. Lapset osasivat kertoa myös, miten heille tulee rentoutunut ja rauhallinen olo. Ryhmien 3 ja 4 välille ei muodostunut rauhoittumista käsittelevällä tunnetuokiolla merkittäviä eroja, mutta ryhmän 4 lapsi osasi kertoa, miksi rauhoittuminen on tärkeää. Lasten tunnetaidoissa on tapahtunut kehitystä, sillä ensimmäisellä tuokiolla he eivät tieneet, mitä tunteet ovat. Viimeisellä tunnetuokiolla kysyin lapsilta, mitä tunteet ovat ja nyt he osasivat vastata kysymykseen.

6 PÄÄTELMÄT JA POHDINTAA

6.1 Pohdintaa tunnetuokioista

Toiminnallisen opinnäytetyöni tarkoituksena oli selvittää, miten viisivuotiaiden lasten tunnetaitojen oppimista voidaan kehittää ja tukea tunteita käsittelevien satujen avulla. Toiminnallisten tunnetuokioiden avulla selvitin, ilmeneekö lapsiryhmien välille eroja tunnetaitojen oppimisessa ja tunteiden ilmaisussa. Tarkoituksena oli luoda Petäsmäen päiväkodille toimintamalli, jossa yhdistyy sekä tunteita käsittelevien satujen lukeminen että tunnetaitojen harjoittelu.

Valitsin tunnetuokioille Ympyräiset- kirjasarjasta neljä kirjaa, joissa käsiteltiin muun muassa iloa, surua, vihaa ja pelkoa. Yhdessä kirjassa käsiteltiin myös rauhoittumista. Halusin käydä lasten kanssa läpi perustunteita ja harjoitella niiden tunnistamista satujen kautta. Ilon, surun ja vihan lisäksi perustunteisiin kuuluu hämmästys, inho ja häpeä (Myllyviita 2016, 75). Halusin käsitellä tunnetuokiollani juuri perustunteita, sillä lapsi oppii tunnistamaan niitä jo taaperoiästä alkaen. Lapsi oppii ensin erottamaan ilon tunteen muista tunteista ja tämän jälkeen lapsi pystyy erottamaan toisistaan surun, pelon ja vihan tunteita (Izard & Trentacosta 2016). Ilon tunteen kokeminen lapsena vaikuttaa aikuisena koettuun mielenterveyteen ja lapsena koettu ilo on perustana aikuisiän yhteyden tunteelle, kuten rakastumiselle. Aikuisten on hyvä keskustella lapsen kanssa myös pelon herättämistä tunteista ja antaa lapselle oikeus hakea turvaa pelon hetkellä. Pelon tunne suojelee lasta eri kehitysvaiheissa ja lapsen kanssa on hyvä käydä läpi, että pelon kokeminen, kuten kaikki muutkin tunteet, ovat hyväksyttäviä ja tarpeellisia. Viha, kiukku, pettymys ja turhautuminen voivat aiheuttaa lapselle erittäin voimakkaita tunnereaktioita, joiden läpikäymiseen lapsi tarvitsee aikuisen tukea, turvaa ja hyväksyntää. Aikuisten hyväksyvän läsnäolon avulla lapsi oppii, että hankalistikin tunteista selviää. (Hannukkala ym. 2016, 56-57.)

Satujen avulla lapsi saa harjoitella erilaisten tunteiden kokemista turvallisesti aikuisen kanssa. Lapsi oppii kohtaamaan ja käsittelemään vaikeitakin tunteita, esimerkiksi vihaa ja ulkopuolisuuden tunnetta. Satujen selviytymistarinoiden avulla lapsi oppii, että vaikeistakin tilanteista voi selvitä ja haastavatkin tunteet voi kohdata turvallisesti. (Hannukkala ym. 2016, 17.) Ryhmien välille muodostui jonkin verran eroa siinä, miten

he tunnistivat tunteita kirjan eläinhahmojen ilmeistä. Ryhmän 1 ja 2 lapsilla oli haasteita ymmärtää käsitteitä, sillä he puhuvat äidinkielenään muuta kuin suomea. Tämä vaikutti todennäköisesti tunteiden tunnistamiseen ja nimeämiseen, mikä osoittautui haastavammaksi verrattuna ryhmiin 3 ja 4. Jokaisessa ryhmässä lapset osasivat yhdistää kirjan hahmojen kokemia tunnetiloja tuokiolla käytettyihin tunnetilakortteihin. Ryhmässä 1 lapset tunnistivat kirjan eläinhahmojen ilmeitä hyvin, mutta heillä oli vaikeuksia nimetä ilmeitä vastaavaa tunnetilaa. Säätikortit toimivat hyvin kaikissa ryhmissä tunteiden harjoittelun tukena. Ryhmien välillä suurin ero oli havaittavissa tunteiden nimeämisessä. Ryhmässä 3 osattiin nimetä eniten tunteita ja niitä osattiin yhdistää kirjassa esiintyvien eläinhahmojen tunnetiloihin sekä harjoituksissa käytettyihin tunnetilakortteihin ryhmistä parhaiten.

Ensimmäisellä tunnetuokiolla kysyin kaikkien ryhmien lapsilta, mitä tunteet ovat. Yhdessäkään ryhmässä ei osattu suoraan vastata tähän kysymykseen. Tunnetuokioiden aikana jokaisessa ryhmässä käsiteltiin, nimettiin ja harjoiteltiin erilaisia tunteita sadun lukemisen lisäksi tunnetaitoharjoitusten avulla. Sadussa esiintyvien hahmojen avulla tunnetilat jäivät lasten mieleen, sillä he tunnistivat aikaisemmin kirjoissa esiintyvät hahmot ja heidän tunnetilansa myöhemmissä lukuhetkissä. Erityisesti Ryhmässä 1, jossa tunteiden nimeäminen osoittautui haastavaksi, satujen hahmot muistettiin hyvin ja heistä oltiin kiinnostuneita. Tunnetuokioilla lapset saivat harjoitella sadussa esiintyviä tunteita tunnetaitoharjoitusten avulla. Jokaisessa ryhmässä tunteiden tunnistaminen sekä tunteen ja sitä vastaavan ilmeen yhdistäminen kehittyivät. Kaikissa ryhmissä lapset osallistuivat hyvin keskusteluun erilaisten tunteiden aiheuttamista reaktioista. Kuten edellä olen todennut, jokaisen ryhmän kohdalla tunne oli käsitteenä vieras, mutta tunnetuokioilla lapset osasivat keskustella tunteista monipuolisesti. Aikuisen tuen avulla ja tunteista yhdessä keskustelemalla lapsi oppii nimeämään tunteita. Tunteiden sanoittaminen sekä niille selityksen löytäminen helpottaa lasta ymmärtämään tunteita ja nimeäminen auttaa myös ongelmanratkaisutilanteessa. (Hannukkala ym. 2016, 56.)

Toisella, iloa käsittelevällä tunnetuokiolla havainnoin, että kehumisen käsite oli kaikille ryhmille vieras. Kun selitin lapsille, mitä kehumisella tarkoitetaan, osa lapsista kertoi, että heitä on kehuttu. Lapsen ikätason mukainen, aito kehumisen ja kannustus vahvistavat lapsen itsetuntoa ja lapsen kanssa kommunikoidessa kehumisen on tärkeää

muun palautteen lisäksi (Livingston 2020). Lasten oikeanlaisella kehumisella ja kannustamisella on merkitystä lapsen itsetunnon kannalta, joten koin käsitteen selvittämisen ja kehumisesta puhumisen tunnetuokioilla merkitykselliseksi.

6.2 Pohdintaa koronavirusepidemian vaikutuksista opinnäytetyöhön

Opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden, tunnetuokioiden, käynnistyessä koronavirus alkoi levitä ja muodostui epidemiaksi myös Suomessa. Tämä vaikutti opinnäytetyöni yhteistyötahon toimintaan ja poikkeustilanne näkyi Petäsmäen päiväkodin lapsimäärässä. Päiväkodissa lasten määrä väheni ja se vaikutti myös tunnetuokiolle osallistuvien lasten määrään. Vähäinen lapsimäärä johti joidenkin tuokioiden peruuttamiseen. Tämä heijastui negatiivisesti opinnäytetyön lopputulokseen, sillä lasten vähäinen osallistuminen vaikeutti osin tunnetaitojen kehityksen havainnointia joidenkin ryhmien ja lasten kohdalla. Olin suunnitellut tuokioille osallistuneiden lasten varhaiskasvattajille kyselyn, jonka oli tarkoitus selvittää tunnetuokioiden vaikutusta lasten tunnetaitoihin. Kyselyssä olisin halunnut selvittää, havaitsevatko lasten varhaiskasvattajat muutosta lasten tunteiden säätelyssä, tunteiden ilmaisemisessa tai tunteista puhumisesta tunnetuokiolle osallistumisten jälkeen. Poikkeustilanteen vuoksi suunnittelemani kyselyä ei voitu toteuttaa, sillä tuokiolle osallistuneita lapsia ei ollut paikalla päiväkodissa. Omien havaintojeni tueksi tarkoitetut kyselyt tunnetuokioiden vaikutuksista jäivät saamatta.

6.3 Pohdintaa tunnetuokioiden merkityksen näkökulmasta

Tunnetuokioiden ja tunteita käsittelevien satujen lukeminen osoittautui havaintojeni mukaan hyväksi keinoksi tukea lasten tunnetaitojen kehitystä. Kirjoista tekemieni tukikysymysten avulla lapset osasivat kertoa omista tunnekokemuksistaan. Pohdimme lasten kanssa yhdessä jokaisen käsitellyn tunteen kohdalla, mitä kyseinen tunne lapsissa saa aikaan. Sadun lukemisen tueksi jokaisella tunnetuokiolla lapset pääsivät myös konkreettisesti harjoittelemaan tunnetaitoja muun muassa tunnetilakorttien ja ilmeiden muodostamisen avulla. Nämä harjoitukset toimivat hyvänä lisänä satujen lu-

kemisen ohella tunnetaitojen tukemisessa. Kuten olen edellä todennut, halusin huomioida lasten osallisuuden tunnetuokioilla. Saarisen (2016, 21) mukaan lapsia osallistavat satuhetket, joissa lasten eläytyminen mahdollistuu, ovat tärkeitä.

Tunnetuokiot eivät kaikkien ryhmien kohdalla toteutuneet suunnitelman mukaan ja joitain tuokiota jouduttiin perumaan, sillä lapsia ei ollut paikalla. Esimerkiksi ryhmän 2 lapset pääsivät osallistumaan vain yhteen neljästä tunnetuokiosta. Arvioin, että tunnetuokioiden avulla voitaisiin tukea myös suomen kielen kehitystä niiden lasten kohdalla, joilla on haasteita kielenkehityksessä. Ryhmien tuokioita jouduttiin osittain perumaan, joten merkittävää edistymistä kielenkehityksessä ei voitu havaita. Kuitenkin niiden lasten kohdalla, jotka osallistuivat tuokioihin, tapahtui havaintoni mukaan kehitystä tunteiden nimeämisessä ja tunteiden tunnistamisessa. Viimeiselle tuokiolle osallistuneet lapset osasivat myös määritellä, mitä tunteet ovat. Ensimmäisellä tunnetuokiolla yhdessäkään ryhmässä ei osattu vastata kysymykseen, mitä tunteet ovat. Lapset jaksoivat keskittyä sadun kuuntelemiseen, kun ylimääräiset ärsykkeet poistettiin tilasta, jossa tuokioita pidettiin. Varhaiskasvatuksessa on tärkeää huomioida tunnetaitojen opettaminen ja tunteista puhuminen. Yhteys omiin tunteisiin, tunnetaidot ja ymmärretyksi tulemisen kokemus ovat tärkeitä lapsen mielenterveyden suojaamiselle ja vahvistumiselle (Hannukkala ym. 2016, 57).

6.4 Loppusanat

Tunnetaitojen harjoittelu viisivuotiaiden lasten kanssa sekä tunnetuokioiden ohjaaminen antoivat minulle hyödyllisiä oppimiskokemuksia. Lasten tunnetaitojen harjoittelun havainnoimisesta sekä lasten kanssa käydyistä keskusteluista sain paljon arvokasta kokemusta tulevaa ammattia ajatellen. Uskon, että luomani Tunnetuokiomenetelmän avulla Petäsmäen päiväkodin varhaiskasvattajat voivat jatkossa mielekkäällä tavalla opettaa lapsille tunnetaitoja satujen ja tunnetaitoharjoitusten avulla. Tuokioita voi muokata lasten ikätason ja kielenkehityksen mukaisesti. Sain tuokiota seuraamassa olleilta varhaiskasvatuksen opettajalta ja lastenhoitajalta positiivista palautetta pitämieni tuokioiden jälkeen, ja tuokioon osallistuneet lapset kokivat tunnetuokiot mielekkäiksi. Tunteiden käsittelyä ja tunnetaitojen harjoittelua voi varhaiskasvatuksessa toteuttaa monilla eri menetelmillä ja tunteita käsittelevien satujen lukeminen on yksi niistä.

Aion tulevaisuudessa hyödyntää satujen lukemista lasten tunnetaitojen tukemisessa. Olisi myös mielenkiintoista selvittää, miten draamaa ja musiikkia voi käyttää tunnetaitojen opettamiseen varhaiskasvatuksessa.

LÄHTEET

Andell, M., Lajunen, K. & Ylenius-Lehtonen, M. 2015. Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Juvenes Print-Suomen Yliopistopaino Oy.

Encyclopedia on Early Childhood Development. 2020. Emotions. Viitattu 22.4.2020. <http://www.child-encyclopedia.com/emotions/introduction>

Hannukkala, M., Kosonen, S., Marjamäki, E. & Törrönen, S. 2016. Lapsen mieli. Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. 3. p. Helsinki: Juvenes Print-Suomen Yliopistopaino Oy.

Hytti, M., Kuusela, A.-M. & Teittinen, M. 2019. Pelokas Pingviini ylittää itsensä. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy.

Hytti, M., Kuusela, A.-M. & Teittinen, M. 2018. Pomppu Bansku ylikierroksilla. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy.

Izard, C. & Trentacosta, C. 2016. Emotional development. Viitattu 4.5.2020. <https://www.britannica.com/science/emotional-development>

Lerkanen, M.-K., Salminen, J. & Pakarinen, E. Varhaiskasvatuksen lukuhetket tukevat lukutaitoa. Onnimanni, 2018 (1-2), 20-26.

Leskisenoja, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Toteuta käytännössä. Jyväskylä: Otavan kirjapaino Oy.

Livingston, H. 2020. Myönteinen kasvatus: voiko lasta kehua liikaa. Viitattu 6.5.2020. <https://www.familyboost.fi/voiko-lastan-kehua-liikaa/>

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kiintymysvanhemmuusperheet Ry:n www-sivut. 2018. Viitattu 13.2.2020. <http://kiintymysvanhemmuus.fi/>

Korkeakivi, R. 2020. Kun tunteet puhuvat. Opettaja, 3. 18-19. Viitattu 23.2.2020. <https://www.opettaja.fi/digilehti/oa0320/18-211>

Kuikka, P., Parviainen, T. & Välimäki, J. 2017. Lapsen aivojen ja tunnesäätelyn kehitys. Aivotiedon Jalostamo. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino. Viitattu 19.2.2020 https://issuu.com/universityofjyvaskyla/docs/lapsen_aivojen_ja_tunnes_telyn_keh

Kuusela, A.-M., Nuorteva, M. & Teittinen, M. 2017. Kiva Kirahvin kannustus. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy.

Kuusela, A.-M., Nuorteva, M. & Teittinen, M. 2017. Räyhä Ravun Kiukkupuuska. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy.

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

Mannerheimin Lastensuojeluliiton www-sivut. 2018. Viitattu 22.3.2020.
<https://www.mll.fi/>

Mieli Ry:n www-sivut. 2020. Viitattu 17.2.2020.
<https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunnetaitojen-perusteet>

Mikkola, P. & Nivalainen, K. 2009. Lapselle hyvä päivä tänään. Näkökulmia 2010-luvun varhaiskasvatukseen. Saarijärvi: Pedatieto.

Myllyviita, K. 2016. Tunne tunteesi. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Neuvokas perhe www-sivut. 2019. Viitattu 19.2.2020.
<https://neuvokasperhe.fi/meidan-perheen-tunnetaidot/>

Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Opetushallituksen www-sivut. 2020. Viitattu 22.3.2020.
<https://www.oph.fi/fi>

Opetus- ja kulttuuriministeriön www-sivut 2020. Viitattu 14.3.2020.
<https://minedu.fi/varhaiskasvatus>

Pajulahti, R., Sainio, T. & Sajaniemi, N. 2020. Näin tuet lapsen itsesäätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Saarinen, S.-L. 2016. Aistiseikkailu. Elämyksiä ja toimintaa koko vuodeksi. 2. p. Jyväskylä: PS-kustannus.

Silvennoinen, E. n.d. Varhaiskasvatus voi sytyttää lukukipinän. Viitattu 14.3.2020.
<https://luelapselle.fi/varhaiskasvatus-voi-sytyttaa-lukukipinan/>

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.

Sinkkonen, J. 2003. Pesästä Lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Vantaa: WSOY.

Tunne ja Taida Oy:n www-sivut. 2020. Viitattu 18.2.2020.
<https://tunnejataida.fi/tunnetaidot/tunnetaitojen-tukeminen/>

Varhaiskasvatuksentietopalvelun www-sivut. Viitattu 18.2.2020.
https://www.varhaiskasvatuksentietopalvelu.fi/tunnetaitoja_tarinoi-denavulla_vat.html

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2018. Helsinki: Opetushallitus. Viitattu 13.2.2020.

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

Ympyräiset. 2017. Tekijät. Viitattu 21.3.2020.

<http://ympyraiset.fi/tekijat/>

LUONNOS TUNNETUOKIOSTA

Tunnetuokio 1. Kesto 20-30min.

Käsiteltävät tunteet: (vähintään 1 tunne, luettujen kirjojen mukaan)

Kirjat: (Ympyräiset kirjasarja)

Alkuro: (Tuokion pitäjän valitsema alkuro)

Lapset asettuvat puolikaareen lattialle istumaan patjoille tms. Aikuinen on lasten edessä niin, että voidaan luoda katsekontakti kaikkiin lapsiin. Tärkeää on, että aikuinen istuu samalla tasolla lasten kanssa, jotta lapsen on helppo tulla aikuista kohti.

Aikuinen aloittaa laulamalla lorua: "Kuinka voit sä tänään? Voitko kertoa? Saisko sua (lapsen nimi) hiukan moikata? Jokainen lapsi saa vuorollaan tulla tervehtimään aikuista ja vastaa näin aikuisen vuorovaikutukseen. Lapsi voi myös jäädä paikalleen. Riittää, että lapsi tekee jollain lailla, esimerkiksi elein tai ilmein selväksi, että on ymmärtänyt aikuisen viestin ja ymmärtänyt sen, että aikuinen huomaa lapsen ja haluaa lapsen olevan paikalla. Jos lapsi haluaa tulla halaamaan, hänelle annetaan hali tai tehdään yhdessä sovittu muu tervehdys lapsen kanssa. Voi olla esim. läpy, kättely tai paikaltaan vilkuttaminen. Vuoro siirtyy seuraavalle aikuisen kehoitettua lasta siirtymään paikoilleen tai sanomalla: lapselle: "Kiva, kun olet täällä".

Satujen lukeminen:

Aikuinen pyytää lasta ottamaan lapsen mielestä sopivan asennon ja asettuu itse siten, että kaikki pystyvät seuraamaan kuvia kirjasta. Tarkoituksena on, että kirjan kuvat näkyvät kaikille lapsille ja tarvittaessa aikuinen voi kiertää näyttämässä kuvat ennen uuden sivun kääntämistä. Aikuinen lukee sadun ja vastaa lasten tekemiin mahdollisesti tekemiin kysymyksiin, ihmettelyihin ja pysähdyksiin lukemisen lomassa. Sadun päätyttyä otetaan käyttöön kirjan valmiit tunnekasvatusvinkit tai kysymykset ja keskustellaan lasten kanssa heille mieleen heränneistä ajatuksista.

Loppuleikki: (Tuokion pitäjän valitsema loppuleikki)

Aikuinen kehottaa lapsia nousemaan ylös ja muodostamaan piirin. Aikuinen asettuu mahdollisimman keskelle ja on myös piirissä. Aikuinen selittää lapsille leikin idean ja on mukana leikissä. Aikuinen ohjaa ja auttaa lapsia keksimään tarvittaessa esitettävä tunnetila, jos lapsi ei keksi itse tai ei halua keksiä.

Jokainen kertoo vuorotellen oman nimensä ja koittaa tehdä ilmehtien ja eleiden avulla jonkin tunteen. Esim. "Hei, olen Janni. (Tehdään ilmeestä kiukkuinen). Tämän jälkeen muut tervehtivät takaisin ja koittavat matkia tehtyä ilmettä. Esim.: "Hei Janni!" (Tehdään kiukkuinen ilme) Lapsi saa kysyä muilta, mikä tunne yhdessä esitettiin ja lapset vastaavat. Aikuinen voi auttaa jakamaan puheenvuoroja. Tämän jälkeen vuoro siirtyy seuraavalle myötä päivään. (Tai muu kasvattajan/ tuokion pitäjän valitsema järjestys)

Tuokion päättäminen:

Aikuinen kokoaa lapset yhteen, kiittää osallistumisesta ja kertoo tuokion päättymisestä. (Mahdollinen muistutus seuraavasta tuokiosta, mikäli sellainen on tulossa)