

Heidi Joki

TUNNETAITOPROJEKTI PAJULINNUN PÄIVÄKOTIIN

Tunnetaitotreenejä lapsille ja perheille

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma
Lokakuu 2020**

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Lokakuu 2020	Tekijä/tekijät Heidi Joki
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma		
Työn nimi TUNNETAITOPROJEKTI PAJULINNUN PÄIVÄKOTIIN. Tunnetaitotreenejä lapsille ja perheille		
Työn ohjaaja Anne Jaakonaho	Sivumäärä 33+7	
Työelämäohjaaja Johanna Lehtonen		
<p>Projektimuotoisen opinnäytetyön tilaajana toimi Kokkolan kaupungin varhaiskasvatus. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Kälviän Pajulinnun päiväkodin kanssa. Opinnäytetyön toiminallisten interventioiden kohderyhmäksi valikoitui opinnäytetyöntekijälle kevään harjoittelussa tutuksi tullut 4–5-vuotiaiden Västäräkkien ryhmä. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä tietoisuutta tunnekasvatuksesta sekä tukea lapsia tunneilmaisussa ja niiden kehittämisessä suunniteltujen pedagogisten tunnetaitointerventioiden kautta. Opinnäytetyön tarkoitus oli suunnitella ja toteuttaa viisi pedagogista tunnetaitointerventiota, yhteistyö projektiorganisaation kanssa ja projektin raportointi. Opinnäytetyön toiminnalliset osuudet toteutettiin kevään 2020 aikana.</p> <p>Interventioiden kautta käsiteltiin prosessinomaisesti tunnetaitoja lapselle luontaisia oppimistapoja hyödyntäen. Jokaisella interventiolla oli oma teemansa, jotka olivat tunteen tunnistaminen, sietäminen, säätely, ilmaiseminen, purkaminen ja käsittely. Keskeistä tietoperustaa projektissani olivat alan ajankohittaiset tunnekasvatus kirjallisuudet ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, sekä toiminnallisissa interventioissa hyödynnettiin tuoretta tunnekasvatusmateriaalia.</p> <p>Opinnäytetyölle asetettiin tavoitteet lapsiryhmälle, vanhemmille, kasvattajatiimille ja opinnäytetyöntekijälle. Opinnäytetyön tavoitteisiin pääsyä arvioitiin saadun palautteen, pedagogisen havainnoinnin ja dokumentoinnin avulla.</p>		
Asiasanat tunnetaidot, varhaiskasvatus, varhaiskasvatussuunnitelma		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date October 2020	Author Heidi Joki
Degree programme Bachelor of Social Sciences		
Name of thesis EMOTIONAL EDUCATION PROJECT, Emotional Education Practices for Children and Families		
Instructor Anne Jaakonaho	Pages 33+7	
Supervisor Johanna Lehtonen		
<p>The commissioner for this project-based thesis was early childhood education of the city of Kokkola. The thesis was put into practice in cooperation with the Pajulintu kindergarten in Kälviä. The operational parts of the thesis were executed with the kindergarten group Västäräkit, which consists of 4-5 years old children. This group was familiar to the author from an internship earlier in 2020. The objective of the thesis was to increase the knowledge of the emotional education and support and help children to find new and safe ways of expressing emotions with the help of planned pedagogical emotional skill interventions. The main purpose of the thesis was to plan and execute five pedagogical emotional skill interventions, to cooperate with to cooperation with the project organizers, and to make a report from the project. The functional parts of the thesis were executed during spring 2020.</p> <p>Through the interventions, emotional skills were processed, utilizing the children's natural learning methods. Each intervention was themed; the themes were recognizing, tolerating, adjusting, and expressing the feeling, and unraveling, and the processing the feeling. The central theory of the project includes current emotional education literature and the early childhood education curriculum 2018. In interventions, the author also used other newly published emotional education material.</p> <p>For evaluating the thesis, target goals were set for the kindergarten group, the parents, the kindergarten educational staff and for the author. Achieving the goals was assessed through feedback, pedagogical observation, and documentation.</p>		
Key words childhood educational plan, early childhood education, emotional skills		

KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

Instagram

Kuvien jakopalvelu ja sosiaalinen verkosto. Palvelun avulla voidaan jakaa, kommentoida ja tykätä toisten jakamia kuva ja video sisältöä.

Microsoft Teams

Microsoft Teams on viestintä- ja yhteistyöalusta, jossa yhdistyvät työkeskustelu, videotapaamiset, tiedostojen tallennus ja sovellusten integrointi.

Varhaiskasvatuksen pedagogiikka

Tavoitteellista ja suunnitelmallista, ammattihenkilöstön johtamaa tietoon perustuvaa toimintaa.

Sosiokognitiiviset taidot

Kykyä havainnoida toisten tunteita, ajatuksia ja aikomuksia sekä kykyä ennakoida ja arvioida oman käyttäytymisen tuomia seurauksia.

Voimaantumisen

Ihmisen sisäinen prosessi, jossa henkilö löytää omia voimavarojaan ja vahvuuksiaan sekä oppii enemmän itsestään. Voimaantumisen kautta ihminen löytää itsestään sisäistä voimantunnetta.

VASU-pilvi

Tässä tunnetaitoprojektissa VASU-pilvellä tarkoitetaan projektin lapsiryhmän pedagogisen dokumentoinnin välinettä. Ryhmän seinällä on varhaiskasvatussuunnitelman mukaiset oppimisen osa-alueen pilvet, joihin kasvattajatiimi dokumentoi näkyväksi ryhmässä toteutuneen pedagogisen toiminnan.

Reflektointi

Kokemuksen reflektointi. Projektin aikana saatuja kokemuksia ja oppimisen pohtimista, jonka avulla pyritään ymmärtämään toiminnan perusteluja ja seurauksia.

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY
SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 TUNNETAITOPROJEKTIN KUVAUS JA TAVOITTEET	2
2.1 Tunnekasvatusprojektin tavoitteet.....	2
2.2 Tunnekasvatusprojektin päätehtävät.....	3
3 TUNNETAITOPROJEKTIN KESKEISTÄ TIETOPERUSTAA	5
3.1 Varhaiskasvatuksen näkökulma tunnetaitoihin ja lapsen sosioemotionaalinen kompetenssi5	
3.2 Pedagoginen varhaiskasvatus	6
3.3 Tunnetaitokasvatus	8
3.4 Tunnetaidot prosessina.....	8
4 TUNNETAITOPROJEKTIN PÄÄTEHTÄVIEN TOTEUTUS	12
4.1 Ensimmäinen interventio, perustunteiden tunnistaminen	14
4.2 Toinen interventio, tunteen sietäminen.....	17
4.3 Kolmas interventio, tunteen säätely	19
4.4 Neljäs interventio, tunteiden ilmaiseminen.....	21
4.5 Viides interventio, tunteen purkaminen ja käsittely.....	23
4.6 Tunnekasvatus interventioiden välissä, tunnesalkku	24
4.7 Yhteistyö huoltajien kanssa.....	25
5 TUNNETAITOPROJEKTIN ARVIOINTI	26
5.1 Projektisuunnitelman arviointi.....	26
5.2 Tunnetaitoprojektin tavoitteiden arviointi	26
5.3 Tunnetaitoprojektin päätehtävien arviointi	29
6 POHDINTA	31
LÄHTEET	33
LIITTEET	
KUVIOT	
KUVIO 1. Tunnetaitoprojektin päätehtävät.....	4
KUVIO 2. Varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan viitekehys	7
KUVIO 3. Riittävän hyvän elämän taitopyramidi	9
KUVIO 4. Tunnetaidot prosessina.....	10
KUVAT	
KUVA 1. Lasten tekemiä tunnekehoyhteys-piirroksia	16
KUVA 2. Ensimmäisen intervention numeroidut toiminnan vaiheet, tunnepilvet ja arviointimittari	17
KUVA 3. Lasten Kiukkuleijona-maalaukset	19
KUVA 4. Lapset jaottelivat miellyttäviä tunteita keltaisiin pilviin ja epämiellyttäviä tunteita harmaisiin pilviin.	20
KUVA 5. Piirroksen avulla opetin lapsille, mitä aivoissa tapahtuu voimakkaan tunteen hetkellä.....	21
KUVA 6. Palautemittari neljännessä interventiosta.....	23
TAULUKOT	

TAULUKKO 1. Tunnetaitoprojektin tavoitteet.....	3
TAULUKKO 2. Sosioemotionaalisen kompetenssin suoja- ja riskitekijöitä	6

1 JOHDANTO

Tunnetaitoprojektini on projektiluontoisesti laadittu opinnäytetyö kevään 2020 aikana. Opinnäytetyöni tilaajana oli Kokkolan kaupungin sivistystoimen varhaiskasvatuspalvelut. Tunnetaitoprojektini toteutettiin Kokkolan varhaiskasvatuspalveluiden yksikköön Kälviälle, Pajulinnun päiväkotiin, 4–5-vuotiaiden Västäräkkien ryhmään. Tunnetaitoprojektini tavoitteena oli korostaa ja tukea päiväkotikäisten lasten tunnekasvatusta varhaiskasvatuksessa. Lähtökohtana projektilleni oli kiinnostukseni lapsen sosioemotionaalisen kehityksen tukemiseen ja kehittämiseen varhaislapsuudessa. Tunnekasvatusprojektini tavoitteena oli lisätä tietoisuutta tunnekasvatuksesta sekä tukea lapsia tunneilmaisussa ja niiden kehittämisessä. Opinnäytetyöni tarkoituksena oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida viisi pedagogista tunnetaitointerventiota lapsiryhmässä. Tavoitteenani oli vahvistaa ryhmän tunnetaitoja interventioiden avulla ja antaa henkilökunnalle ideoita tunnekasvatuksen vahvistamiseen myös jatkossa.

Esittelen opinnäytetyössä tunnetaitoprojektini ideointia ja taustaa sekä aikataulusuunnitelman projektilleni. Opinnäytetyössäni esittelen tunnetaitoprojektin tarkoituksen, tavoitteet sekä asettamani päätehtävät projektille. Tunnetaitoprojektini päätehtäviä oli yhteensä kolme, joita olivat projektin päätehtävien suunnittelu eli pedagogisesti toteutettavat tunnetaitointerventiot, yhteistyö ja raportointi. Projektin hallitsemisen vuoksi päätehtävät on jaettu opinnäytetyössäni pienempiin osiin. Projektin suunnittelussa ja toteutuksessa käytin tietoperustana Mäntynevan (2016) hallittu projekti -kirjaa.

Opinnäytetyössäni päätehtävien toteutuksesta kerron jokaisesta pedagogisesti toteutetusta interventiosta erikseen. Lopussa arvioin ja reflektoin tunnetaitoprojektia kokonaisuudessaan. Opinnäytetyöni arviointi perustuu havainnointiin ja pedagogiseen dokumentointiin. Havainnoinnin tukena tunneinterventioissa käytin dokumentointia videokuvaamisen keinoin. Lisäksi pohdin omaa ammatillista kasvua opinnäytetyöprosessin aikana, sosionomin varhaiskasvatuksen kompetenssien kautta.

2 TUNNETAITOPROJEKTIN KUVAUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyönä toteutettu tunnekasvatusprojektini varhaiskasvatukseen toteutui kevään 2020 aikana. Lähtökohtana oli kiinnostukseni lapsen sosioemotionaalisen kehityksen tukemiseen ja kehittämiseen varhaislapsuudessa. Sosionomin varhaiskasvatuksen kompetensseista erityisesti asiakastyöosaaminen sekä kehittämis- ja innovaatio-osaaminen vahvistivat ammatillista osaamistani projektimuotoisen opinnäytetyön myötä (Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen varhaiskasvatuksen kompetenssit 2016).

Tunnetaitoprojektini toteutus alkoi viimeisellä syventävien opintojen harjoittelujaksolla, jolloin en ollut vielä päättänyt opinnäytetyön lopullista aihetta. Esittelin päiväkodinjohtajalle kehitystyön harjoittelujaksolla tekemääni kehittämistyötä liittyen vanhempien tukemiseen lapsen tunnetaitojen kehittymisessä. Tämän kautta päiväkodinjohtaja koki tarpeelliseksi tunnetaitojen kehittämisen päiväkodissa. Opinnäytetyöni toiminallisten interventioiden kohderyhmäksi valikoitui kevään harjoittelussa tutuksi tullut 4–5-vuotiaiden ryhmä. Tuttu ryhmä edesauttoi tehokkaiden interventioiden toteuttamisen, kun minun ei tarvinnut tehdä itseäni tutuksi lapsille ja luottamussuhde lapsiin oli rakentunut jo harjoittelujaksolla. Toiminalliset interventiot toteutin varhaiskasvatuksen perusteiden pohjalta lasten luontaisen oppimisen kautta. Interventioita toteutin yhteensä viisi, ja ne järjestettiin toukokuun 2020 aikana päiväkodin piha-alueella.

2.1 Tunnekasvatusprojektin tavoitteet

Tunnekasvatusprojektini tavoite oli lisätä tietoisuutta tunnekasvatuksesta sekä tukea lapsia tunneilmaisissa ja niiden kehittämisessä. Opinnäytetyöni tarkoitus oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida viisi pedagogista tunnetaitointerventiota lapsiryhmässä. Tavoitteenani oli vahvistaa ryhmän tunnetaitoja interventioiden avulla ja antaa henkilökunnalle ideoita tunnekasvatuksen vahvistamiseen myös jatkossa.

Varhaiskasvatuksen yhtenä olennaisena tehtävänä on huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö. Yhtenä interventiona oli tarkoitus järjestää koko päiväkodin lapsille ja huoltajille Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman yhteydessä tunnekasvatukseen liittyviä liikunnallisia toimintoja. Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma on valtakunnallinen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma, joka on asiantuntijaverkoston ja satojen pilottipäiväkotien kehittämä. Ohjelman tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle lapselle ilo liikkumiseen ja riittävä fyysinen aktiivisuus päivittäin. Pajulinnun päiväkotia on mukana ohjelmassa. (Liikkuva varhaiskasvatus 2018.) COVID-19-pandemian vuoksi tapahtuma peruuntui. Koska tapahtuma peruuntui,

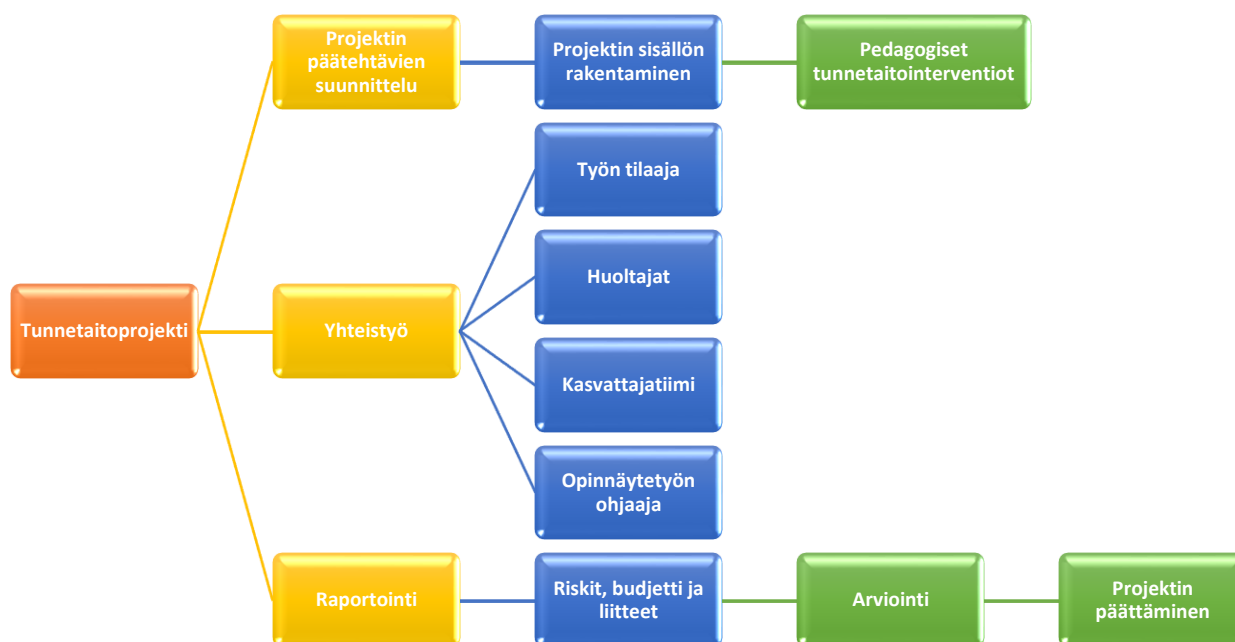
tein yhteistyötä huoltajien kanssa sosiaalisen median kautta. Käytin lapsiryhmän suljettua Instagram-kuvanjakopalvelua, johon tein yhteensä kolme julkaisua. Julkaisuissa oli vanhemmille tunnetietoutta, sekä perheille yhteisiä harjoituksia tunnetaitoihin liittyen. Alla olevassa taulukossa (TAULUKKO 1) on kuvattuna tunnetaitoprojektini tavoitteet.

TAULUKKO 1. Tunnetaitoprojektin tavoitteet

LAPSI	VANHEMMAT	KASVATTAJATIIMI	OPINNÄYTETYÖN TEKIJÄ
TUTUSTUA PERUSTUNTEISIIN JA NIIDEN TEHTÄVIIN	LISÄTÄ TIETOISUUTTA TUNTEIDEN MERKITYKSESTÄ LAPSEN KEHITYKSELLE	LISÄTÄ TIETOISUUTTA TUNNEKASVATUKSESTA	SUUNNITELLA, TOTEUTAA JA ARVIOIDA PEDAGOGISIA INTERVENTIOITA
TOIMINNALLISTEN TUOKIOIDEN KAUTTA HARJOITELLA TUNTEIDEN SIETÄMISTÄ, SÄÄTELYÄ, ILMAISEMISTA JA KÄSITTELYÄ	HERÄTTÄÄ HUOLTAJIEN KIINNOSTUS TUNNETAITOIHIN	TUODA UUSIA NÄKÖKULMIA JA TYÖSKENTELYTAPOJA RYHMÄN TUNNEKASVATUKSEEN	VAHVISTAA PEDAGOGISTA JOHTAJUUTTA
HUOMATA, ETTÄ TUNTEET VAIHTELEVAT NOPEASTIKIN JA TUNNEMME ERILAISIA TUNTEITA	VANHEMMAN MERKITYS LAPSEN HARJOITELLESSA TUNNETAITOJA	KASVATTAJAN MERKITYS LAPSEN HARJOITELLESSA TUNNETAITOJA	TUODA VINKKEJÄ VANHEMMILLE JA KASVATTAJATIIMILLE, KUINKA TUKEA LAPSEN ITSESÄÄTELYÄ
OPPIA, ETTÄ TUNTEIDEN TUNTEMINEN ON SALLITTUA			PEDAGOGISEN DOKUMENTOINNIN TOTEUTTAMINEN
			VARHAISKASVATUKSEN SOSIONOMIN KOMPETENSIIEN MUKAINEN TOIMINTA

2.2 Tunnekasvatusprojektin päätehtävät

Projektin jakaminen ja osittaminen eri vaiheisiin on tärkeää projektin onnistumisen kannalta, ja projektin vaiheistus lisää hallittavuutta. Projektin osittaminen on olennaista myös ohjaamisen ja johtamisen näkökulmasta (Mäntyneva 2016, 59.) Projektin päätehtävät on jaettu pienempiin osiin osituskaavion mukaisesti alla olevaan kuvioon (KUVIO 1) (Mäntyneva 2016, 61).



KUVIO 1. Tunnetaitoprojektin päätehtävät (mukaillen Mäntyneva 2016, 61)

Tunnetaitoprojektini päätehtäviä oli yhteensä kolme, joita olivat projektin päätehtävien suunnittelu eli pedagogisesti toteutettavat tunnetaitointerventiot, yhteistyö ja raportointi.

3 TUNNETAITOPROJEKTIN KESKEISTÄ TIETOPERUSTAA

Tunnetaitoprojektini suunnittelu ja toteutus perustuivat tietoperustaan, jota esittelen tässä luvussa. Keskeinen tietoperusta pohjautuu Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin (2018) sekä tutkimuskirjallisuuteen lapsen itsesäätelyn tukemisesta ja tunnetaitojen vahvistamisesta.

Tunteet liikuttavat, raivostuttavat, koskettavat ja usein pelottavat meitä. Helposti yli- tai alireagoimme tunteisiimme koska, emme aina edes tiedä miten, tunteisiin tulisi suhtautua tai mitä tunnemme. Tunteita syntyy meissä jatkuvasti, ja ne vaikuttavat meihin, mutta vain osa tunteista viriää meidän tietoisuuteemme asti. Tunteet koetaan kehon tuntemuksina ja fysiologisina muutoksina. Tunteiden sanoittamista, ilmaisemista ja säätelyä opettelemme läpi elämämme. Tunteet ovat meihin automatisoituneita reaktioita, joiden lähtökohtainen tarkoitus on aina suojaksemme tarkoitettu. Samalla tavalla kuin kehomme viestii meille hengissä säilymisen tarpeista, esimerkiksi nälästä, samalla tavoin tunteet viestivät kehon kautta meille tarpeista, kuten kuulluksi tulemisen ja läheisyyden tarpeesta. Tunteiden vastaanottaminen on tärkeää, sillä sen avulla pääsemme yhteyteen minuutemme kanssa. Tunteita voisi verrata navigaattoreiksi elämämme polulla, jotka ohjaavat havaintojamme ja auttavat meitä toimimaan tarkoituksenmukaisesti kussakin tilanteessa. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 11–12.)

3.1 Varhaiskasvatuksen näkökulma tunnetaitoihin ja lapsen sosioemotionaalinen kompetenssi

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018) tunnetaitojen opettaminen nousee esille yhtenä keskeisenä varhaiskasvatuksen tavoitteena, se kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja. Varhaiskasvatuksen laaja-alaisen osaamisen alueista, etenkin itsestä huolehtimisen ja arjen taidot sekä kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu painottavat tunnetaitojen, sosiaalisten tilanteiden sekä erilaisten vuorovaikutustilanteiden ratkaisemisen harjoittelua. (Kiviluote 2019, 28.) Itsestä huolehtimisen ja arjen taitojen oppiminen ovat kaikille tärkeitä taitoja. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on ohjata lapsia tekemään kestävän elämäntavan mukaisia valintoja sekä vahvistaa lasten hyvinvointiin ja turvallisuuteen liittyviä taitoja. Varhaiskasvatus tukee lasten myönteistä suhtautumista tulevaisuuteen ja lasten asteittaista itsenäisyyden lisääntymistä tuetaan. Itsestä huolehtimisen ja arjen taitojen oppiminen on muun muassa tunteiden ilmaisemisen ja säätelyn opettelemista. Tunnetaidot vahvistuvat lapsessa, kun heidän kanssaan opetellaan nimeämään tunteita, havaitsemaan ja tiedostamaan tunteiden olemassaolo. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 25–26.)

Lapsen kasvun ja kehityksen perustana on sosioemotionaalinen kompetenssi, joka on yksilön kokonaisvaltaista tunne-elämän ja sosiaalisten vuorovaikutussuhteiden pätevyyttä, pystyvyyttä tai kyvykkyyttä. Sosioemotionaalinen kehitys alkaa syntymästä ja jatkuu läpi elämän muotoutuen vuorovaikutuksessa lähiympäristön kanssa. Yksilön tunne-elämään ja sen kehittymiseen olennaisesti vaikuttaa kiintymyssuhteen laatu. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi oppii vastaanottamaan muiden ihmisten emootioita. Turvattomassa kiintymyssuhteessa esiintyy kielteistä emotionaalista suhtautumista toisiin ihmisiin. Sosioemotionaalisten taitojen oppiminen alkaa ensisijaisesti lähiympäristössä, perheessä. (Kiviluote 2019, 14.) Alla olevaan taulukkoon (TAULUKKO 2) (Kiviluote 2019, 16–18) on kuvattu sosioemotionaalisen kehityksen suoja- ja riskitekijöitä.

TAULUKKO 2. Sosioemotionaalisen kompetenssin suoja- ja riskitekijöitä (mukaihen Kiviluote 2019, 16–18)

Suojaavia tekijöitä	Riskitekijöitä
<ul style="list-style-type: none"> - kiintymyssuhteen laatu - myönteistä tunneilmaisua sisältävä kasvatustyyli - ohjaava kasvatustyyli - lapsen kehuminen - johdonmukaiset säännöt - aikuisen suotuisa malli - empaattinen suhtautuminen lapseen - lapsen itsetunnon vahvistaminen - harrastukset 	<ul style="list-style-type: none"> - kiintymyssuhteen laatu - kaltoinkohtelu - perustarpeiden laiminlyönti - hylkäämisen kokemukset - kielteistä tunneilmaisua sisältävä kasvatustyyli - käskävä kasvatustyyli - ehdotonta tottelemista vaativa kasvatustyyli - perheen sisäiset ongelmat esim. mielenterveysongelmat - perheen kriisit ja stressi

3.2 Pedagoginen varhaiskasvatus

Pedagogiikka on varhaiskasvatustyön ydinkäsite (Ahonen & Roos 2019, 12). Toiminnan suunnittelun ja tavoitteiden toteutuessa kasvatus muuttuu varhaiskasvatukseksi ja edelleen pedagogiikaksi. Toiminnan suunnitelmallisuus ja tavoitteellisuus varmistaa, että pedagoginen toiminta on tarkoituksenmukaista ja

perusteltua. Varmuus tavoitteellisen toiminnan saavuttamiseksi saadaan toiminnan arvioinnilla. (Ahonen & Roos 2019, 49.) Lasten äänen kuulemisella ja osallistamisella arviointiin on vahvat pedagogiset ja sosiologiset perusteet. Kysymys on lapsen oikeudesta tulla kuulluksi ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Kun lasten näkemykset kysytään ja kuullaan, he oppivat, että heidän mielipiteillensä on vaikutusta toiminnan suunnitteluun. (Parrila & Fonsen 2016, 100.)

Pedagoginen dokumentointi on varhaiskasvatuksen yksi keskeinen työmenetelmä, joka tukee varhaiskasvatuksen suunnittelua, toteutusta, arvioimista ja kehittämistä. Pedagogisen dokumentoinnin tavoitteena on oppia tuntemaan lapsi yksilönä, mahdollistaa huoltajien osallisuus toiminnassa ja havainnollistaa ymmärtämään lasten välisiä suhteita, sekä tiedostaa ja tunnistaa, kasvattajien ja lasten välistä vuorovaikutuksen luonnetta. Dokumentit ovat myös tärkeä osa toiminnan arviointia. (Opetushallitus, luku ”Pedagoginen dokumentointi”.) Alla olevassa kuviossa (KUVIO 2) on kuvattuna varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan viitekehys (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 36).



KUVIO 2. Varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan viitekehys (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 36)

3.3 Tunnetaitokasvatus

Useissa tutkimuksissa on todettu hyödylliseksi tunnetaitojen opettaminen jo varhaislapsuudessa. Tunne-elämään liittyvillä haasteilla on yhteys koulu- ja oppimisvaikeuksiin, ja ne vaikuttavat minäkäsityksen, itsearvostuksen ja itsetunnon rakentumisen ongelmiin. Lasten sosiokognitiivisten taitojen harjoittelu on tärkeää, sillä lasten tunne-elämän kehittymiselle olennaista on, että lapset oppivat tekemään havaintoja toisista, tulkitsemaan niitä ja ennakoimaan tilanteita. (Kiviluote 2019, 22–23.)

Vakaa ja ennustettava toimintaympäristö on lapsen tunneilmaisujen kehittämisen kannalta tärkeää. Se tuo lapselle tunteen turvallisuudesta ja vahvistaa hänen luottoansa omaan pärjäämiseen. Tunneilmaiseminen kehittyy, kun lasten kanssa käydään keskustelua erilaisista tunteista esimerkiksi satujen avulla. Aikuisen tuki lasten emootioiden ymmärtämisessä kehittää lapsen empatiakykyä. Lapsi oppii tunteiden säätelykeinoja aikuisen toiminnan ja käyttäytymisen mallista. Lapsille täytyy opettaa tunteiden syyseuraus-suhteita yhdessä pohtien ja keskustellen. Lapsille tulee opettaa ja tarjota erilaisia toimintamalleja, jotta lapsi oppisi säätelämään omaa tunnetilaansa. (Kiviluote 2019, 24.)

Lapset usein näyttävät tunteensa avoimesti, mutta lapsen on vaikea ymmärtää, mitä kaikki tunteet ja olotilat tarkoittavat ja miten niiden kanssa pärjää. Tunnetaitokasvatuksen tehtävä on kertoa lapselle tunteista, ja siitä, miltä ne tuntuvat ja miksi ne tulevat ja että kaikkia tunteita tarvitaan. Tunnekasvatus opettaa lapsille, että tunteita voidaan ohjailta ja ne voivat mennä itsestäänkin ohi. On olemassa miellyttäviä ja epämiellyttäviä tunteita, kaikki tunteet ovat tarpeellisia ja niillä on tärkeä tehtävä. Tunteiden kanssa pärjääminen on lapsen resilienssi, joka tarkoittaa sitä, että lapsi nousee uuteen yritykseen kohdatessaan vastoinkäymisen ja lapsi rakentaa itselleen myönteisen unelman, vaikka olisi kohdannut ikäviä asioita. Lapsen resilienssiä voidaan kasvatuksen kautta vahvistaa läsnäololla, hyväksymällä lapsessa heränneet tunteet ja ohjaamalla myönteiseen. Kasvattajalta vaaditaan aikaa lapselle, hermostumatonta läsnäoloa, arvostelematonta kuuntelemista, yhdessä ihmettelemistä. Tärkeintä on, että lasta ei jätetä tunnekokemuksen kanssa yksin. (Väestöliitto 2020.)

3.4 Tunnetaidot prosessina

Tunnetaidot vaikuttavat hyvinvointiimme kokonaisvaltaisesti. Tunnetaidot nivoutuvat käyttäytymiseemme, suhtautumiseemme muihin ja itseemme, sekä henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiimme. Hyvät tunnetaidot toimivat suojaavana tekijänä kohdatessamme elämässä haasteita. Tunnetaidot auttavat meitä

ihmiseksi kasvussa, ihmissuhteissa ja itsetunton kehittämisessä. Tunnetaidoilla ja sosiaalisilla taidoilla on vahva yhteys toisiinsa, kun osaamme toimia omien tunteidemme kanssa, osaamme ottaa sosiaalisissa tilanteissa myös muut huomioon. Lapsi, joka harjoittelee tunnetaitoja kasvattaa itsetuntemustaan ja saa kokemuksia ja varmuutta siihen, että hän voi itse vaikuttaa oloon, ajatuksiin ja tunteisiinsa. Tunteiden tunnistaminen, ilmaiseminen ja säätely ovat lapsille vielä vaikeaa ja tunnetaitojen kehittymättömyys näkyy lapselle ikäistensä kanssa sosiaalisissa kanssakäymistilanteissa kuten leikeissä ja ristiriitatilanteissa. Lapselle omien tunteiden ilmaiseminen ja toisen näkökulman näkeminen tilanteessa voi olla haasteellista. Tunnetaitoja opitaan pikkuhiljaa harjoittelemalla, samalla tavalla kuin mitä tahansa muuta uutta taitoa. Lapsen kehityksessä kykenemättömyys toimia rakentavasti on normaalia. Lapsi tarvitsee taitojen opettelemiseen aikuisen mallia, tukea, ohjausta ja kärsivällisyyttä. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 35–36.) Alla olevassa Jääskisen ja Pelliccioniin kuviossa (KUVIO 3) on kuvattu tunne-elämän kehittymistä.



KUVIO 3. Riittävän hyvän elämän taitopyramidi (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 104)

Seuraavaksi tunnetaidot ovat listattuna (KUVIO 3) (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 35) siinä järjestyksessä, miten ne yleensä loogisesti etenevät, mutta on muistettava, että arjen tunnetilanteissa eri tunnevaiheet lomittuvat ja kietoutuvat toisiinsa vaihtelevasti, sekä saatamme kulkea eri vaiheiden välillä edestakaisin (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 36).



KUVIO 4. Tunnetaidot prosessina (mukaillen Jääskinen & Pelliccioni 2017, 35)

Tunnetaidoissa tunteen tunnistaminen on ensimmäinen taito, jonka päälle muut tunnetaidot voivat rakentua. Tunteen tunnistaminen on pieni hetki, jolloin kehossamme tunne on virittynyt tunnistettavalle tasolle. Monia fysiologisia asioita on kuitenkin tapahtunut jo tätä ennen kehossamme, esimerkiksi aivoimme ovat herättäneet tunteen meissä eloon. Tunteen tunnistaminen edellyttää meiltä tietoisuutta oman kehon tunne- ja aistimuksista, tunnesanojen ymmärtämistä sekä tunne- ja aistimusten ja tunnesanojen yhdistämisen taitoa. Tutkimusten mukaan jo pelkästään tunteiden nimeäminen rauhoittaa mieltä ja tunnekuohua. Tietoinen tunnesanojen käyttäminen arjen tilanteissa kartuttaa tunnesanastoa, ja lapset oppivat tunnesanojen käyttöä aikuisilta. Usein päällimmäisen tunteen alla on syvempiä tunteita, joita on myös hyvä oppia tunnistamaan. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 36–38.)

Tunteiden tunnistamisen jälkeen seuraava tunnetaito on tunteen sietäminen, joka on vaikein tunnetaito. Tunteen sietäminen vaatii tahdonvoimaa jäädä vain tarkkailemaan tunnetta ilman, että reagoimme niihin. Tarvitsemme kärsivällisyyttä tunteen sietämiseen, koska joudumme vakuuttamaan mielellemme, että tunteiden tunteminen on turvallista, eikä mitään pahaa tapahdu. Wieniläinen psykiatri ja logoterapian kehittäjä Viktor Frankl (1905-1997) on kuvannut, että ärsykkeen ja siihen reagoimisen välissä on hetki, jossa on vapaus valita miten ärsykkeeseen reagoi. Sietämällä tunnetta tuota hetkeä voi kasvattaa, minkä seurauksena reagoiminen tunteeseen on tietoisempi valinta. Yksi olennaisista elämässä kannattelevista taidoista on epämiellyttävien tunteiden ja olosuhteiden sietäminen. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 39–40.)

Tunteen voimakkuutta voi alkaa säädellä, kun tunnetta on sietänyt ja ollut tunteen kanssa hetken. Tunteen säätelyn oppiminen on aikaa vievää, eivätkä aikuisetkaan onnistu siinä aina. Tunteen säätelyn tarkoituksena on saavuttaa riittävän hyvä olotila, jonka jälkeen voimme toimia rakentavammin tunteen kanssa. Onnellisuuden ja kiitollisuuden tunteen voimakkuutta voimme säädellä suuremmalle ottamalla kaikki aistit tietoisesti käyttöön. Tällä tavoin tunteen tunteminen jättää vahvemman muistijäljen ja tun-

nemme tunteen voimakkaammin. Voimme säädellä tunnettamme myös etukäteen vaikuttamalla ajatuksiimme ja tunnistamalla mitä tarvitsemme edessä olevassa tilanteessa, jotta tuntisimme olon turvalliseksi. Aistien käyttöönotto tunteiden säätelyssä tukee meitä. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 42.)

Tunteen tunnistamisen, sietämisen ja säätelyn jälkeen päästään rakentavaan tunteen ilmaisemiseen. Tunnekuuhu estää usein tunteen selkeän ilmaisemisen, mutta heti kun mahdollista tunnetta kannattaa sanoittaa. Tunteen sanoittamisen myötä tunne tulee itsellekin todelliseksi. Tunteen ilmaisemisen keinoja ovat tunteen sanoittaminen, luovuus, kehollisuus ja liike. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 44.)

Tunteen purkaminen tarkoittaa tunteen purkamista ulos kehosta ja mielestä viemästä energioitamme. Tunteen käsittely taas on tunteen tutkimista, katsomista ja muokkaamista luovin ja kehollisin keinoin. Tunteen purkaminen voi tapahtua vasta pidemmän ajan päästä tunnetilanteesta. Tunteesta puhuminen on myös osittain purkamista, mutta on tärkeää, ettei purkaminen jää aina puheen ja mielen tasolle. Luovien purku- ja käsittelytapojen etu on se, että tunne tulee konkreettisesti näkyväksi. Voimaantumista voisi kuvata tunnetaitojen kehittämisessä lopulliseksi tavoitteeksi. Voimaantunut ihminen kokee opittujen taitojen myötä varmuutta toimia erilaisissa tilanteissa tunteidensa kanssa. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 45–46.)

4 TUNNETAITOPROJEKTIN PÄÄTEHTÄVIEN TOTEUTUS

Tässä luvussa esittelen opinnäytetyöni päätehtävien toteutusta. Kerron tunnetaitokasvatuksen keinoin toteutuneiden interventioiden struktuurista Pajulinnun päiväkodissa 4–5-vuotiaiden lasten ryhmässä. Projektini käynnistyi helmikuussa ollessani varhaiskasvatuksen syventävien opintojen harjoittelussa. Päiväkodin lapsiryhmä huoltajineen tuli tutuksi harjoittelujaksolla ja opinnäytetyöprojektini käynnistyi jo harjoittelujakson aikana, solmiessani opinnäytetyösopimuksen ja esitellessäni aiheen ryhmän huoltajille, sekä kasvattajatiimille. Harjoittelujakson aikana pidin muutamia tunnetuokioita ryhmälle ja tällä tavoin havainnoin lasten mielenkiinnon kohteita ja luontaista tapaa toimia. Sain harjoittelujakson aikana positiivista palautetta kasvattajatiimiltä, sekä lapsilta tuokioiden mielekkyydestä ja lasten mielenkiinnon heräämisestä omia tunnetaitoja kohtaan. Opinnäytetyöaiheen valintaan vaikutti myös oma kiinnostukseni lasten tunne-elämän tukemiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen. Kuuntelin myös työelämän toiveita projektiin liittyen.

Tavoitteenani oli tehdä yhteensä kuusi interventiota, joista viisi toteutui COVID-19-pandemian vuoksi sovitusti kaksi kertaa viikossa kevään 2020 aikana. Alkuperäisen suunnitelman mukaan interventiot oli tarkoitus järjestää päiväkodin sisätiloissa, mutta pandemian vuoksi päädyimme yhteistyössä päiväkodin henkilöstön kanssa ratkaisuun, että neljä interventiota järjestettiin päiväkodin piha-alueella ja yksi interventio etäyhteydellä hyödyntäen Microsoft Teams- keskusteluyhteyttä.

Tunnetaitoprojektini päätehtävinä oli viisi pedagogisesti suunniteltua tunnetaitointerventiota. Interventiot etenivät prosessina, jossa harjoiteltiin perustunteiden tunnistamista, sietämistä, säätelyä, ilmaiseamista, purkamista ja käsittelyä (LIITE 1). Interventioissa havainnoin prosessin tavoitteiden toteutumista lapsiryhmässä käsitellen kerrallaan yhtä yksittäistä osaprosessia. Ensimmäisellä interventiokerralla vein päiväkodin lapsiryhmälle tunnesalkun, joka sisälsi erilaisia tunnetaitoihin liittyviä tehtäviä lapsiryhmän yhteisillä hetkillä toteutettavaksi päiväkodin arjessa (LIITE 2). Tällä halusin tuoda jatkuvuutta tunnetaitojen harjoitteluun ja tutustumiseen yhdessä koko ryhmänä interventioiden välissä. Opinnäytetyöhöni sisältyi myös yhteistyö lapsiryhmän huoltajien kanssa sosiaalisen median välityksellä. Tämän intervention tarkoituksena oli tuoda tunnetietoutta vanhemmille ja antaa tukea tunnekasvatukseen. Instagram-julkaisuihin sisällytin tunnetaitoharjoituksia myös niille lapsille, jotka eivät olleet sillä hetkellä varhaiskasvatuksessa arjessa mukana, ja tätä kautta halusin vahvistaa heidän tunnettaan ryhmään kuu-

lumisesta. Alkuperäinen suunnitelma oli, että interventio olisi toteutettu Pajulinnun päiväkodin kevättahtumassa yhdessä liikkuva varhaiskasvatus ohjelman yhteydessä. COVID-19-pandemian takia tapahtuma peruttiin.

Interventiot suunnittelin ohjatun toiminnan suunnittelupohjan mukaisesti ottaen huomioon lapsen luontaisen tavan oppia eli leikkien, liikkuen, tutkien, taiteillen ja lasten halun ilmaista itseään (LIITE 3). (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 36.) Suunnittelupohjan avulla varmistin tavoitteellisesti ja sisällöllisesti laadukkaan ohjatun toiminnan. Interventioiden suunnittelussa otin myös huomioon lasten oppimisen lähtökohdat, aiemmat kokemukset tunnetuokioista, mielenkiinnonkohteet ja sen hetkisen osaamisen omien havaintojen ja kasvattajatiimin kertoman perusteella. Palautteen keräsin jokaisen intervention jälkeen lapsilta ja kasvattajatiimiltä, ja palautteiden sekä oman reflektiivisen pohdinnan avulla pystyin kehittämään tulevien interventioiden pedagogista toimintaa, toiminnallista ohjausta sekä interventioiden sisältöä.

Jokainen ryhmän lapsi sai luvan tunnetaitointerventioihin osallistumiseen ja anonyymiin valokuvaamiseen sekä interventioiden videoimiseen havainnoinnin ja pedagogisen dokumentoinnin avuksi (LIITE 4). Interventioissa tulee näkyväksi lapsen, vanhempien, kasvattajatiimin ja omien sosionomi (AMK) tavoitteet ja toiminnot niiden toteutumiseksi.

Jokaisen intervention struktuuri koostui suunnittelusta, alkupalaverista kasvattajatiimin kanssa, aloituksesta, toteutuksesta ja lopetuksesta. Suunnittelussa huomioin 4–5-vuotiaiden lasten ikä- ja kehitystason. Ennen toiminnan aloitusta kävimme kasvattajatiimin kanssa keskustelua interventioiden tavoitteista ja toiminnoista ja jaoimme tarvittaessa ohjausvastuuta kasvattajien kesken. Jokaisen interventiokerran alussa kävimme lapsiryhmän kanssa läpi kuvallisin kortein tuokion struktuurisen kulun. Tämän tarkoituksena oli helpottaa lapsille tuokion pituuden ja sisällön hahmottamista. Jokaisella interventiokerralla käsiteltiin perustunteita lapsen luontaisen oppimisen keinoin. Tarkoitukseni oli luoda lapsille turvallisuuden ja jatkuvuuden tunnetta, kun he pystyivät ennakoimaan intervention sisältöä.

Toteutetut interventiot olivat pedagogisesti suunniteltuja. Ryhmä muodostui 6–13 paikalla olleesta lapsista, joka oli sopivan kokoinen ryhmä intervention toteuttamiseen. Yksi varhaiskasvattaja otti vastuun intervention dokumentoinnista ryhmän VASU-pilveen, sekä ryhmän Instagram-tilille. Lähetin varhaiskasvattajalle tekstin Instagram-julkaisuun. Pedagogista havainnointia toteutti jokainen varhaiskasvattaja. Jokaisen interventiokerran jälkeen arvioimme yhdessä tavoitteiden toteutumista, ohjaamisen onnistumista ja kehitettäviä osa-alueita. Jokaisen interventiokerran jälkeen kasvattajatiimi arvioi laatimaani

kirjalliseen pohjaan pedagogista toimintaani, eettistä osaamistani, lapsen osallisuuden toteutumista interventioissa, miten toiminta mahdollisti lapsen luontaisen tavan toimia ja oppia, sekä miten ohjaaja voisi kehittää toimintaa ja mitä kasvattajatiimi oppi interventiosta (LIITE 5). Lapset antoivat oman arvioinnin jokaisen intervention lopuksi tunnemittariin (KUVA 6). Pystyin kehittämään saadun palautteen perusteella interventioiden sisältöä.

4.1 Ensimmäinen interventio, perustunteiden tunnistaminen

Ensimmäisen intervention tunnekasvatusprojektissani toteutin 4.5.2020. Interventio toteutettiin lapsiryhmän ulkoiluaikana päiväkodin piha-alueella. Intervention tarkoituksena oli tutustua ryhmän lasten kanssa perustunteisiin ja niiden tehtäviin, sekä harjoitella tunnistamaan tunteiden yhteyttä kehossa. Interventiossa käytin tunneyömenetelmänä leikkiä, tutkimista ja taiteellista ilmaisua. Aiheen valinta perustui siihen, ettei lapsi synny valmiiden tunnetaitojen kanssa, vaan tunnetaitoja täytyy harjoitella samalla tavalla kuin mitä tahansa uutta taitoa. Lapsi oppii tunnetaitoja vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Aikuisen tehtävä on olla tukena lapsen tunnetaitojen kehittymisessä. (Tunnetaitoja lapselle.)

Lapset ja ryhmän kasvattajat tulivat yhdessä tunnetuokioon lasten ulkoiluaikana. Kerroin kasvattajatiimille intervention kulusta ja yksi kasvattajista huolehti intervention videoimisesta. Lapsiryhmä oli minulle entuudestaan tuttu viimeisen syventävien harjoittelun kautta. Aloitin tuokion kertomalla lapsille tunneprojektistani ja siitä, että tulen pitämään piha-alueella neljä kertaa tunnetuokioita ja yhden kerran tapaamme etäyhteydellä tietokoneen välityksellä. Lapset muistivat nimeni hyvin ja kertosin vielä itsekin lasten nimet. Tämän jälkeen kävimme toiminnan vaiheet läpi numeroiduin lapuin, joista ensimmäiseen kohtaan olin piirtänyt pilven, toiseen kohtaan laittanut katuliidut, kolmanteen ilmapallon ja neljänteen hymynaamamittarin. Kerroin lapsille vaihe vaiheelta, mitä tulemme tekemään. Tällä tavoin halusin auttaa lapsia hahmottamaan tuokion kulun, keston ja sisällön.

Perustunteisiin tutustumisen aloitimme tunnepilvien avulla. Jokaisessa eri värisessä pilvessä oli yksi perustunne, johon käytin Fanni-tunnetaitokortteja (Pöyhönen & Livingston 2020.) Pöyhösen ja Livingstonin tekemät Fanni-tunnetaitokortit olivat lapsille entuudestaan tuttuja harjoittelujaksoni ajalta. Yksi lapsista ilmoitti muistavansa, mitä tunteet ovat, ja kysyin häneltä, haluaisiko hän kertoa meille kaikille, mitä hän muistaa. Lapsi kertoi, ”että on erilaisia tunteita, voi olla surullinen tai iloinen riippuen mikä tunne sinulla on”. Kerroin lapsille, että tunteet ohjaavat toimintaamme ja kulkevat jatkuvasti mukana. Havainnollistin tunnepilvien avulla lapsille, että tunteet ovat samankaltaisia kuin pilvet, jotka tulevat,

menevät ja vaihtuvat. Kerroin, että tarvitsemme kaikkia tunteita ja jokaisella tunteella on tehtävänsä. Yksi lapsista sanoi, että ”joskus voi tulla sellaisia pilviä, jotka ovat harmaita ja joskus voi tulla sadepilviä tai ukkospilviä”. Vertasimme sadepilviä surun tunteeseen.

Perustunteista ensimmäisenä tutustuimme ilon tunteeseen, ja lapset kuvasivat tunnetta hymyksi. Yhdeltä lapselta kysyttäessä kuvassa olevan Fanni-elefantin tunnetta, hän kertoi sen olevan iloinen. Lapset kertoivat tunnistavan ilon tunteen hymystä. Seuraavaksi tutustuimme pelon tunteeseen. Yksi lapsista kertoi pelänneensä ennen kaikkea, mutta ei pelkää enää mitään. Muilta lapsilta kysyttäessä he kertoivat, etteivät pelkää mitään. Hetken kuluttua yksi lapsista kertoi pelkäävänsä pahoja unia, minkä jälkeen muutkin lapset yhtyivät kertomaan pelkäävänsä pahoja unia. Yksi lapsista kertoi pelkäävänsä, että sängyn alla on joku. Kertoi siihen auttavan peittoihin käpertymisen tai unikaverin läsnäolon. Kerroin lapsille pelon tärkeästä tehtävästä varoittaa meitä vaarasta. Kerroin osan vaaroista olevan todellisia ja osan olevan mielikuvitusta.

Kolmanneksi tarkastelimme hämmästyksen tunnetta, ja lapset kertoivat kuvassa olevan elefantin näyttävän säikähtäneeltä. Kysyttäessä lapset huomasivat sen elefantin ilmeestä ja siitä, että kärsä on ihan suorana. Inhon tunteen kohdalla lapset kertoivat kyseessä olevan ”yöäk”. Eräs lapsista kertoi perunaruuan tekevän hänelle inhon tunteen. Vihan tunteen lapset arvasivat nopeasti. Eräs lapsi kertoi tulevansa vihaiseksi, jos joku kiusaa häntä, ja toinen lapsi kertoi, että kun tulee vihaiseksi, hänen tekisi mieli lyödä. Kerroin, että sellainen tunne voi tulla, mutta harjoitteleminen yhdessä näillä tunnetuokiokerroilla keinoja, joita voimme ottaa käyttöön, kun meitä kiukuttaa. Kävimme vielä läpi, että vihan tunteen avulla pysytymme ilmaisemaan muille, jos meitä kohdellaan epäreilulla tavalla tai joku loukkaa meitä. Lapset kertoivat tunnistavansa elefantin hampaista, punaisesta naamasta ja silmistä elefantin olevan vihainen. Surun tunteen lapset tiesivät nopeasti ja kertoivat tunnistavansa surun korvista, jotka riippuvat alhaalla. Yksi lapsista kertoi tuntevansa surua, mutta ei halunnut kertoa siitä. Toinen lapsista kertoi häntä harmit-tavan, jos joku kiusaa, ja silloin alkaa itkettämään. Lapsilta kysyttäessä yksi lapsista kertoi surun tunteen helpottavan, kun joku silittää päätä.

Keskustelevalla tutustumisella perustunteisiin tunnekorttien ja pilvien avulla lapset samaistuivat tunteisiin ja kertoivat avoimesti tuntemistaan tunteista sekä niiden vaikutuksista. Lapsiryhmässä samaistuminen lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tunnepilvien tutkimisen jälkeen harjoitelimme lasten kanssa tunnistamaan tunteita kehon eri osissa. Ohjasin lapset pareiksi. Ohjeistuksena annoin piirtää vuorotellen parin ääriviivat asfaltille. Tämän jälkeen lapset ottivat tunnepilvistä värin kuvastamaan tunnetta ja miet-

tivät, missä kehon osassa esimerkiksi ilo tuntuu (KUVA 1). Osalle lapsista tunteiden tunnistaminen keuhossa oli helpompaa, kun taas osalle tunteiden tunteminen kehon osassa oli vaikeampaa ja osa tunteista tuntui vahvemmin kuin toiset tunteet. Yleisesti hämmästyksen tunteen tunnistaminen oli vaikeaa, kunnes eräs lapsista kertoi tuntevansa hengityksessään, kun säikähtää. Tässä kohtaa lapset jakoivat keskenään tunnekehoyhteyden kokemuksiaan. Lapset yhdistivät useat tunteet tuntuvaksi päähän.



KUVA 1. Lasten tekemiä tunnekehoyhteyksiä

Lopuksi harjoittelimme tietoista hengitystä Ilmapallo-hengitysharjoituksen avulla. Lapset makoilivat selällään asfaltilla silmät kiinni antaessani ohjeita hengitysharjoitukseen. Lapsilta kysyttäessä miltä mielikuvitusilmapallojen puhaltaminen tuntui, yksi lapsista vastasi sen tuntuvan raskaalta. Viimeisenä jokainen lapsi sai valita tunnekorteista sen hetkisen tunteen ja asettaa sen Hymynaama-tunnemittariin kertoakseen oman mielipiteen tuokion mielekkyydestä.

Kolme lapsista valitsi ilon tunteen ja asetti sen tunnemittarissa hymynaaman kohdalle, kaksi lapsista valitsi inhon tunteen ja yksi surun tunteen, he asettivat mittarissa surunaaman kohdalle arviointinsa tuokion mielekkyydestä. Intervention loppuvaiheessa päiväkodin piha-alueelle tulivat toisen ryhmän lapset, mikä omien havaintojeni mukaan vaikutti lasten keskittymiseen, ja osa lapsista ilmaisi halun siirtyä leikkimään toisen ryhmän lasten kanssa.

Keskustelimme tuokion jälkeen kasvattajien kanssa intervention kulusta, ja kasvattajien arvioinnin intervention toteutumisesta sain sähköisesti intervention jälkeen. Kasvattajat huolehtivat intervention dokumentoinnista lapsiryhmän suljetulle Instagram-tilille kuvin ja videoin, joihin he liittivät antamani tekstisisällön intervention teemaan liittyen. Instagram-julkaisu on nähtävissä lapsiryhmän vanhemmille. Kasvattajat laittoivat myös ryhmän vasupilviin toiminnasta dokumentin.



KUVA 2. Ensimmäisen intervention numeroidut toiminnan vaiheet, tunnepilvet ja arviointimittari

4.2 Toinen interventio, tunteen sietäminen

Toisen intervention tunteiden sietämisestä toteutin 7.5.2020. Interventiossa käytin tunneyömenetelmänä satua ja taiteellista ilmaisua. Intervention toteutin Microsoft Teams -sovelluksen kautta etäyhteydellä. Etäyhteyttä kokeiltiin etukäteen kasvattajatiimin kanssa. Lapsille tuokioon osallistuminen etäyhteyden kautta oli ensimmäinen kerta. Interventioon osallistuivat kaikki paikalla olevat lapset, heitä oli seitsemän. Lähetin kasvattajatiimille etukäteen ohjeistuksen etäyhteyden jälkeen toteutettavalle kiukkuleijonan maalaukselle. Toiminnan tarkoituksena oli käsitellä vihan tunnetta yhtenä perustunteena Riihosen ja Suokkaan, Aada ja kiukkuleijona -sadun avulla (Riihonen & Suokas, 2020). Sadun avulla lapsi pystyy käsittelemään helpommin vaikeita ja hankalia tunnekokemuksia ja tunteita.

Intervention alussa tervehdimme toisia ja kerroin omasta iloisesta jännityksestä lapsille toteutettaessa ensimmäistä kertaa tuokiota etäyhteydellä. Aloitin tuokion ehdottomalla, että voisimme viittoja toisillemme hyvät huomenet. Kerroin, että tutustumme sadun avulla seuraavaan tunteeseen. Näytin lapsille Fanni-tunnekorteista vihan tunnetta. Lapset tiesivät kysyttäessä mistä tunteesta on kyse. Lasten ääni kantautui minulle hieman jäljessä ja minun oli haasteellista käydä lasten kanssa vuoropuhelua. Kysyin lapsilta, kuinka moni on joskus tuntenut vihan tai kiukun tunnetta, ja pyysin lapsia nostamaan käden ylös merkiksi. Omien havaintojen mukaan kaikki lapset eivät nostaneet kättä ylös merkiksi.

Kerroin lapsille, että tutustumme sadun avulla 7-vuotiaaseen Aadaan ja hänen kiukkuleijonaansa. Pyysin lapsia asettumaan mukavaan ja rauhalliseen kuunteluasentoon. Lapset kuuntelivat rauhassa satua. Tarinassa kerrottiin, että Aadan kiukkuleijona on välillä pieni, ja välillä se kasvaa kerrostalon kokoiseksi. Aadalla oli oma leijonankesytytkori, missä hänellä oli tavaroita, jotka auttoivat Aadaa pitämään kiukun aisoissa. Sadun lopuksi esittelin lapsille omaa leijonan kesytyskoria ja sieltä erityisesti mielenhuminapurkkia. Kerroin lapsille, että käytän mielenhuminapurkkia apuna, jos tunnen oloni levottomaksi tai kiukkuseksi. Kysyin lapsilta halukkuutta askarrella omat mielenhuminapurkit seuraavalla tapaamisella. Lapset osoittivat halukkuuden innokkaasti.

Tämän jälkeen kerroin lapsilla olevan aina mukana rauhoittumistassun, joka voi auttaa heitä rauhoittumaan, jos alkaa kiukuttaa tai olo tuntuu levottomalta. Harjoittelimme yhdessä hengitystä oman rauhoittumistassun avulla. Lopuksi pyysin lapsilta peukkumittarin avulla arvioinnin, mitä he pitivät etäyhteydellä toteutetusta tuokiosta. Kaksi lapsista näytti peukkua alaspäin merkiksi, etteivät pitäneet tuokiosta. Yksi lapsista kertoi tuokion olevan ihan ok ja neljä lapsista kertoi pitävänsä tuokiosta näyttämällä peukkua ylöspäin. Etäyhteyden jälkeen jokainen lapsista maalasi oman kiukkuleijonan sadun tapaan, kasvatustajien ohjaamana (KUVA 3). Pyrkimyksenä oli, että etäyhteys oli mahdollisimman lyhyt, mikä mahdollistaa lasten keskittymisen sadun kuunteluun. Kokemuksena etäyhteyden pitäminen oli opettavainen. Yhteys ei mahdollistanut avointa vuorovaikutusta lasten kanssa, mikä hankaloitti vuoropuhelevaa keskustelua.



KUVA 3. Lasten Kiukkuleijona-maalaukset

4.3 Kolmas interventio, tunteen säätely

Kolmannen intervention tunteiden säätelystä toteutin 11.5.2020. Toteutin intervention piha-alueella lasten ulkoiluaikana. Interventioon osallistuivat kaikki paikalla olevat lapset, joita oli yhteensä seitsemän. Toiminnan tavoitteena oli, että lapsi tiedostaa tunteiden voimakkuuksien vaihtuvan ja pystyvän itse vaikuttamaan tunteiden säätelyyn. Tunnesäätely on tunnetaito, joka auttaa säätelemään itsessä heräävien tunteiden voimakkuutta.

Intervention aluksi jokainen lapsi asettui sen tunnepilven kohdalle, mitä tunnetta sillä hetkellä kokee tuntevansa. Tunnemittarin avulla jokainen lapsi sai vuorollaan näyttää, mihin hänen tuntemansa tunne asettuu tunnemittarissa. Yksi lapsista oli asettunut vihan tunteen kohdalle ja kertoi sen olevan punaisella alueella. Toinen lapsi oli asettunut inhon tunteen kohdalle ja kuvasi tunnetta ”yöäk”-sanalla. Hän halusi kertoa, että tunne tuli, kun oli syönyt vanhaa sipulia. Lapsi asetti tunnemittarissa tunteen punaiselle alueelle. Lapsista neljä asettui ilon tunteen kohdalle, ja kaikki osoittivat tunteen asettuvan vihreälle alueelle tunnemittarissa. Yksi lapsista koki tunteensa surulliseksi. Kysyttäessä kaipaisiko lapsi lohdutusta hän vastasi, ettei tarvitse. Lapsi asetti surun tunteensa vihreälle alueelle.

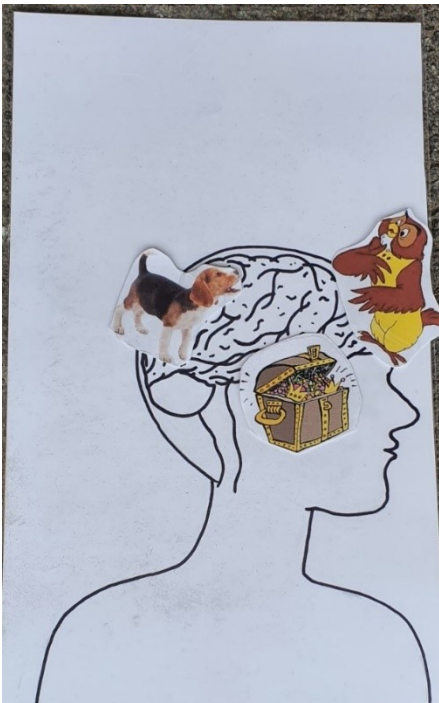
Tämän jälkeen katsoimme lasten kanssa vaihe vaiheelta, mitä yhteinen tunneinterventio sisältää. Seuraavaksi jaoin jokaiselle lapselle omat Fanni-tunnekortit, joissa oli perustunteita, joihin ensimmäisellä interventiokerralla olemme tutustuneet. Jokainen lapsi sai jaotella keltaiseen pilveen tunteita, joiden tunteminen tuntuu heidän mielestään mukavalta ja harmaaseen pilveen tunteita, joiden tunteminen ei heidän mielestään tunnu mukavalta. Lapset kokivat tunteiden jaottelemisen helppona, ja suurin osa lapsista ei tarvinnut aikuisen ohjausta toiminnassa. Kaikki lapset kokivat ilon ja hämmästyksen tunteen mukavaksi tuntea. Lähes kaikkien mielestä vihan ja inhon tunteiden tunteminen ei tunnu mukavalta. Surun ja pelon tunteet olivat jakautuneet mukaviin ja epämiellyttävien tunteiden tuntemisen välille (KUVA 4).



KUVA 4. Lapset jaottelivat miellyttäviä tunteita keltaisiin pilviin ja epämiellyttäviä tunteita harmaisiin pilviin

Seuraavaksi lapset saivat askarrella ryhmän kasvattajatiimin avulla jokainen itselleen Mielenhumina-purkit tunnesäätelyn tueksi. Lapset valitsivat mieleisensä värin glitteristä pulloon. Pulloa sekoittamalla glitterit lähtivät liikkeelle ja valuiivat rauhallisesti purkin pohjalle. Tutkimme kuvaa apuna käyttäen, mitä aivoissa tapahtuu voimakkaan tunnereaktion hetkellä (KUVA 5). Kerroin, että aivojen vahtikoira alkaa räksyttämään voimakkaan tunteen kohdalla, vaikka todellista vaaraa ei olisikaan. Kerroin aivojen olevan sumutilassa, kun vahtikoira on vallassa, emmekä pysty toimimaan silloin järkevästi. Jokainen testasi

sumutilaa heiluttamalla mielenhuminapurkkia ja yrittämällä nähdä pullon läpi. Etuotsalohkossa tapahtuu kaikki tietoinen toiminta. Siellä asuu vanha viisas pöllö, joka pystyy järkeviin ratkaisuihin. Viisas pöllö ottaa kantaa vahtikoiran ehdotuksiin ja auttaa meitä tunnesäätelyssä. Hippokampuksessamme, aivojen muistialueella on aarrearkku. Se on muistipankkimme, jossa on muistissa aikaisemmat kokemukset tilanteista. Aarrearkusta vanha viisas pöllö kaivaa keinot, millä tavoin voisi toimia järkevällä tavalla ja saada vahtikoiran rauhalliseksi. Kerroin lapsille, että mielenhuminapurkki voi toimia voimakkaan tunteen kohdalla rauhoittajana ja että se löytyy nyt heidän aarrearkustaan. Yksi lapsista kertoi, että hänellä on asiaa. Lapsi sanoi, että ”aina kun hän menee mummolaan ja jos alkaa kiukuttaa, niin mielenhuminapurkki pitää ottaa mukaan”. Intervention lopuksi lapset saivat valita tunnekorteista sen hetkisen tunteen, minkä jälkeen kertoivat mitä pitivät tuokiosta.



KUVA 5. Piirroksen avulla opetin lapsille, mitä aivoissa tapahtuu voimakkaan tunteen hetkellä

4.4 Neljäs interventio, tunteiden ilmaiseminen

Neljännän intervention tunteiden ilmaisemisesta toteutin 15.5.2020. Interventio toteutui päiväkodin piha-alueella lasten ulkoiluaikana. Interventioon osallistuivat kaikki paikalla olevat kahdeksan lasta. Lapsista puolet osallistui tunnetaitoprojektissa ensimmäisen kerran interventioon. Interventiossa tunne-

työmenetelmänä käytin tunteen ilmaisemista liikkeen avulla. Toiminnan tavoitteena oli harjoitella keuhollista tunteiden ilmaisemista liikkeen avulla. Tunteiden ilmaiseminen auttaa lasta tunnistamaan omia tunteita ja huomaamaan tunteita toisissa.

Intervention aloitin tuttuun tapaan käymällä vaiheittain intervention sisällön läpi. Ensiksi tutustuimme tunnekorttien avulla perustunteisiin ja harjoittelimme niiden ilmaisemista, minkä jälkeen siirryttiin harjoittelemaan tunteiden ilmaisemista jäähmettyneet tunteet leikin avulla. Musiikin soidessa lapset liikkuvat eri eläinten tavoin ja musiikin päättyessä he ilmaisivat ohjaajan kertomaa tunnetta, havaintojeni mukaan tunteen ilmaiseminen ilmeinä oli lapsille helppoa. Toisena leikkinä harjoiteltiin ilmaisemaan hippaleikin avulla vihan, ilon ja surun tunnetta, sekä niiden vaihtumista. Olin keksinyt hippaleikin ympärille tarinan, jonka kerroin lapsille, ja tarinan jälkeen jaoimme tarinasta tutut hahmot hippaleikkiin. Havaintojeni mukaan lasten oli luontaista näytellä tunteita liikkeen avulla ja ilmaista tarvettaan ilmeinä ja eleinä.

Liikuntaleikkien jälkeen lähdimme mielikuvitusmatkalle ja kuvittelimme olevamme meritähtiä meren pohjassa. Ohjeistin lapsia ottamaan itselle paikan, jossa on tilaa liikutella jäseniä, ja asettumaan kädet ja jalat haralleen maahan makaamaan. Laitoin taustalle soimaan meren ääniä. Luin lapsille Meritähti-mielikuvaharjoituksen, jonka tarkoituksena oli rentouttaa lapset liikuntaleikkien jälkeen. Lapset makoilivat rauhallisesti nurmella ja kuuntelivat tarinaa.

Rentoutusharjoituksen jälkeen pyysin lapsia miettimään, mikä tunne heillä on tällä hetkellä, ja asettumaan sen tunnepilven kohdalle, joka kuvastaa heidän sen hetkistä tunnetta. Lopuksi annoin jokaiselle lapselle merkin, jolla he saivat arvioida tuokion onnistumista tunnemittariin. Jokainen lapsi kertoi pitäneensä tuokiosta ja kertoivat pitäneensä Karhu-hipasta. Päätimme yhteisen tuokion palautteen antoon (KUVA 6).



KUVA 6. Palautemittari neljännessä interventioista

4.5 Viides interventio, tunteen purkaminen ja käsittely

Viidennen intervention aiheena oli tunteen purkaminen ja käsittely. Toteutin intervention päiväkodin piha-alueella lasten ulkoiluaikana 18.5.2020. Interventioon osallistuivat kaikki paikalla olevat lapset, joita oli yhteensä kolmetoista ja joista kaksi osallistui tunnetaitoprojektissa ensimmäisen kerran interventioon. Toiminnan tavoitteena oli harjoitella tunteen purkamisen ja käsittelyn turvallisia tapoja lapsen ominaisella tavalla toimia. Aiheen valinta perustui siihen, että tunteen purkaminen mielestämme ja kehostamme välttää viemästä energioitamme. Käsittely on tunteen näkyville tuottamista kehollisin keinoin. Tunteesta puhuminen on tunteen läpikäymistä, mutta on tärkeää, että purkaminen ei jää aina puheen ja mielen tasolle, vaan mukana on kehollisuutta ja luovuutta. Intervention tunnetyömenetelmänä käytin leikkimistä, tutkimista ja ilmaisemista. Intervention aloitin tuttuun tapaan sillä, että lapset saivat asettua sen tunnepilven kohdalle, mikä tunne heillä sillä hetkellä on. Tarkoituksena oli hahmottaa lapsille, että tunnemme eri tunteita ja huomaamaan tunteita itsessä ja toisissa. Tämän jälkeen katsoimme hahmottamisen tueksi numeroiduin kuvakorttien avulla, mitä eri vaiheita tuokio sisältää.

Tämän jälkeen esitin käsinuken avulla eri tilanteita perustunteista, joita käsinukke koki, ja lasten tehtävänä oli siirtyä sen tunnepilven kohdalle, minkä tunteen arvelivat olevan kyseessä. Lapset tunnistivat hyvin esimerkeistä tunteita ja liikkuivat tunteiden kohdalle. Tunnesuunnistuksen jälkeen kerroin ohjeis-

tuksen käsinukketeatteriin ja lastenhoitaja jakoi lapset neljään ryhmään. Jokaisessa ryhmässä oli kasvat-
taja avustamassa tarvittaessa. Lapset valitsivat ryhmässä tunteen ja harjoittelivat tunteen esittämistä kä-
sinukeilla. Lopuksi jokainen ryhmä esitti oman käsinukke-esityksen, ja esityksen jälkeen muu ryhmä
arvuutteli, mistä tunteesta on kyse. Lopuksi siirryimme piiriin ja annoimme aplodit kaikkien esityksille.
Asetuimme nurmikolle mukavaan istuma-asentoon, ja ohjasin lapsia tekemään Olen ihana -rentoutus-
harjoituksen. Lopuksi kiitin lapsia tunnetuokiokerroista ja pyysin heiltä palautteen tuttuun tunnemitta-
riin.

4.6 Tunnekasvatus interventioiden välissä, tunnesalkku

Ensimmäisellä interventiokerralla vein mukanaani Fanni elefantin tunnesalkun, joka sisälsi viisi erilaista
tunteidenharjoitustehtävää tehtäväksi ryhmän yhteisillä hetkillä. Tällä menetelmällä halusin tuoda jat-
kumoa tunnetaitojen harjoitteluun interventioiden välissä. Tällä tavoin tunneprojekti jatkui myös
interventioiden lisäksi ryhmän arjessa. Salkusta löytyi tervehdyskirje sekä Tunnetaito-päiväkirja, johon
kasvattajat kirjasivat havaintojaan tunnesalkun tuokioista. Tunnesalkku sisälsi kirjekuoria, joissa oli yh-
teensä viiteen eri tuokioon materiaali.

Ryhmä oli toteuttanut yhteensä neljä eri tuokiota. Ensimmäisessä tuokiossa ryhmä harjoitteli perustun-
teiden tunnistamista ja ilmaisemista tunnepantomiiimina tunnekorttien avulla. Lapset saivat vuorollaan
nostaa yhden tunnekortin ja esittää sen muille ilman sanoja. Muut yrittivät arvata, mistä tunteesta on
kyse ja mihin tunteen voimakkuus tunnemittarissa asettuu. Päiväkirjaan oli kirjattu, että tuokiosta oli
heidän mielestään tullut hieman liian pitkä ja joidenkin tunteiden esittäminen tuotti lapsille hankaluuk-
sia. Toisessa tuokiossa ryhmässä pohdittiin ja kirjoitettiin asioita, jotka saavat lapset iloiseksi, surul-
liseksi, vihaisiksi ja mikä pelottaa. Lapset oppivat pohtimaan asioita, mistä tunteet tulevat. Osa lapsista
oli osannut nimetä helposti asioita, toisilla vaikeampaa. Kolmannessa tuokiossa aiheena oli vuorovaiku-
tustilanteiden tunnistamista. Tuokion tarkoituksena oli tarkastella kirjekuorissa olevia kuvia yhdessä las-
ten kanssa ja pohtia, mitä tunteita kuvan henkilöillä on ja miksi. Lapset olivat hyvin tunnistaneet tilan-
teita kuvista. Ryhmä oli keskustellut, mistä tunnistaa miltä kuvissa olevista henkilöistä tuntuu. Neljän-
nen tuokion kirjekuorissa oli jokaiselle Huipputyyppi-diplomi. Tarkoituksena oli voimaannuttaa lapsia
ja saada positiivisia kehuja itsestään. Kasvattajat jakoivat Huipputyyppi-diplomit, ja jokaisesta lapsesta
näyttäytyi ilo saamastaan diplomista. Sekä antaja että saaja saivat hyvän mielen tuokiosta.

4.7 Yhteistyö huoltajien kanssa

Alkuperäinen suunnitelmani oli, että kuudes interventio olisi toteutettu Pajulinnun päiväkodin kevättahtumassa yhdessä Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman yhteydessä. COVID-19-pandemian vuoksi tapahtuma jouduttiin perumaan. Halusin kuitenkin tuoda tilanteen sallimalla tavalla sosiaalisen median välityksellä tunnetietoutta vanhemmille ja tukea tunnekasvatukseen. Myös niille lapsille halusin tuoda tunneharjoituksia kotona tehtäväksi, jotka eivät ole tällä hetkellä pandemian vuoksi varhaiskasvatuksessa. Tällä tavoin halusin vahvistaa heidän tunnettaan ryhmään kuulumisesta.

Kerran viikossa tein lapsiryhmän suljetulle Instagram-tilille tunnekasvatukseen liittyvän julkaisun, jossa kerroin, mitä olemme ryhmän kanssa kyseisellä viikolla tunneprojektissa tehneet ja mikä merkitys lapsen tunnetaitojen harjoittamiseen tuokiolla on ollut. Projektiin sisältyi yhteensä kolme julkaisua. Julkaisuun sisällyttiin harjoituksia ja yhdessä perheen kanssa tekemistä tunnetaitojen parissa.

5 TUNNETAITOPROJEKTIN ARVIOINTI

Tässä luvussa arvioin ja reflektoin opinnäytetyöprosessin onnistumista käsitellen projektisuunnitelmaa, tavoitteiden arvioimista ja projektin päätehtävien arvioimista. Arviointini pohjautuu interventioissa tehtyihin havaintoihin, kirjalliseen dokumentointiin ja projektin aikana saatuun palautteeseen.

5.1 Projektisuunnitelman arviointi

Huolellisesti laadittu projektisuunnitelmani toimi yhtenä laadunvarmistamisen välineenä opinnäytetyöprojektissani (LIITE 6). Opinnäytetyöni eteni suurimmalta osin projektisuunnitelman mukaisesti lukuunotamatta interventioiden toteutumiseen liittyviä muutoksia, jotka täytyi tehdä COVID-19-pandemian vuoksi. Suunnitellusta kuudesta interventiosta viisi toteutui. Koko päiväkodin lasten ja huoltajien yhteinen interventio tunnekasvatukseen, Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman yhteydessä, jouduttiin perumaan pandemian vuoksi. Lisäksi neljä interventiota toteutin päiväkodin piha-alueella ja yhden etäyhteyden kautta. Projektisuunnitelmassani interventiot oli suunniteltu pienryhmissä toteutettavaksi, mutta toteutin interventiot koko ryhmälle vähäisen lapsiluvun vuoksi.

Mielestäni hyvin laadittu projektisuunnitelmani antoi mahdollisuuden tarvittaville muutoksille projektissa ja itseltäni löytyi ammatillista luovuutta sekä muuntautumiskykyä nopeisiin tarvittaviin muutoksiin. Muutokset, joita teimme yhteistyössä työn tilaajan kanssa interventioihin liittyen, toivat saadun palautteen mukaan uusia näkökulmia varhaiskasvatuksen henkilöstölle piha-alueen hyödyntämisestä laadukkaana varhaiskasvatuksen varmistamiseksi. Muutosten takia tein uudet interventiosuunnitelmat ennen varsinaisia interventioita (LIITE 3). Huolellisesti tehdyt interventiosuunnitelmani varmistivat pedagogisesti laadukkaat interventiot. Opinnäytetyössäni näkyi prosessin omainen eteneminen. Suunniteltu aikataulu projektisuunnitelman valmistumiseen, tutkimusluvan saantiin ja interventioiden toteutumiseen toteutui täysin. Suunnitelmasta poiketen budjetista jäi pois suunniteltu retkibudjetti.

5.2 Tunnetaitoprojektin tavoitteiden arviointi

Lasten oppimistavoitteena oli tutustua perustunteisiin ja niiden tehtäviin, harjoitella toiminnallisten tukioiden kautta tunteiden sietämistä, säätelyä, ilmaisemista ja käsittelyä sekä huomaamaan, että tunteet voivat vaihdella nopeastikin ja tunnemme erilaisia tunteita sekä oppimaan, että tunteiden tunteminen on

sallittua. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2018 on arvoperustana lasten terveellinen ja kestävä elämäntapa, johon kuuluu lasten tunnetaitojen kehittämisen ja eettisen ajattelun mahdollisuus.

Toteutin suunnitelmallista pedagogista tunnetaitokasvatusta interventioiden aikana lapsiryhmän ikä- ja kehitystason mukaisesti. Jokainen interventio rakentui yhteen tai useaan perustunteeseen, jossa käsiteltiin tunteen merkitystä. Jokaisella interventiolla oli omat tavoitteet liittyen perustunteiden tunnistamiseen, sietämiseen, säätelyyn, ilmaisemiseen ja käsittelyyn. Intervention tavoitteet toteutuivat erilaisten toimintojen kautta lasten luontaisen oppimisen keinoin. Interventioiden aloitukset ja lopetukset sisälsivät lapsen oman tunteen tunnistamista, jolla harjoiteltiin yhtä lasten oppimistavoitetta, huomaamaan, että tunteet vaihtelevat ja tunnemme erilaisia tunteita.

Lähtökohtana interventioissani oli eettinen näkökulma eli sallivuus. Omalla toiminnallani halusin tuoda sallivan ilmapiirin ja opettaa lapsille, että kaikkien tunteiden tunteminen on sallittua. Tämä näkyi myös lapsiryhmässä hyväksymisenä, jossa jokaisella lapsella oli oikeus turvallisesti tuntea tuntemaansa tunteita. Lapsiryhmästä välittyi ilo, innokkuus ja kiinnostuneisuus tunnetaitointerventioita kohtaan, mistä voin päätellä, että toiminnalliset pedagogisesti suunnitellut interventiot olivat odotettuja ja vastasivat hyvin tavoitteita.

Omien havaintojeni perusteella pedagogisesti toteutetut tunnetaitointerventiot vaikuttivat lapsiryhmän vertaissuhteisiin. Lapset oppivat interventioiden avulla käsittelemään tunteita ryhmässä pohtien ja havainnoiden, jossa jokainen yksilö huomioitiin. Sallivassa ryhmässä jokainen lapsi sai kokea oman tunteen tuntemisen merkitykselliseksi, joka vaikutti lapsen kokemukseen kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta. Interventioiden avulla lapset oppivat huomaamaan, että jokaisella on eri tunnetiloja ja ne vaihtuvat jatkuvasti. Kohderyhmän lapset saivat interventioiden kautta toiminnallisia keinoja itsesäätelyn tueksi.

Tunnetaitoprojektini tavoitteet lapsiryhmän vanhempien osalta oli lisätä tietoisuutta tunteiden merkityksestä lapsen kehitykselle, herättää kiinnostus tunnetaitoihin ja tuoda näkyväksi vanhemman merkitys lapsen harjoittellessa tunnetaitoja. Alkuperäisen suunnitelmani mukaan vanhemmat olisivat olleet osallisena tunnekasvatukseen liittyvässä tapahtumassa yhdessä Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman yhteydessä. Tapahtuman peruuntuminen muutti suunnitelmani. Pandemian aikana kontakti vanhempiin oli haasteellista, joten päätin hyödyntää Instagram-sovellusta tavoittaakseni vanhemmat ja saada heille tunnetietoutta sosiaalisen median kautta.

Tein yhteensä kolme julkaisua Instagramiin lapsiryhmän suljetulle tilille. Ensimmäisessä julkaisussa toin esille vanhemman merkityksen lapsen harjoittellessa tunteiden tunnistamista ja sietämistä sekä harjoituksen yhdessä perheen kanssa toteutettavaksi. Toisessa julkaisussa käsittelin tunteiden säätelyä ja ilmaisemista sekä toin esiin, mitä lapsi oppii tunteiden ilmaisemisessa. Julkaisu sisälsi yhteisen tunnepantomiiiharjoituksen perheelle ja tekemäni videon aivojen reaktiosta voimakkaan tunteen hetkellä. Kolmas julkaisu sisälsi tunteen purkamista ja käsittelyä, johon harjoituksena perheen kanssa tehtäväksi tein pulmanratkaisuja kiusaamisesta ja levottomuudesta, sekä vanhemmille tietoutta, kuinka puuttua lapsen ei-toivottuun käyttäytymiseen. Julkaisut etenivät samassa prosessissa kuin lasten toiminnalliset interventiot, käsitellen samoja aiheita. Julkaisun lähetin joka kerta kasvattajatiimille teksteineen. Kasvat-tajatiimi hoiti julkaisemisen lapsiryhmän suljetulle Instagram-tilille. Kasvattajatiimin palautteen mukaan vanhemmat tykkäilivät julkaisuista, mutta vallitsevan tilanteen vuoksi palautteen kerääminen jäi uupumaan. Oma arvioni perustuu tehtyihin julkaisuihin, joiden mukaan vanhempien tavoitteet toteutuivat.

Kasvattajatiimin oppimistavoitteet projektissani oli lisätä tietoutta tunnekasvatuksesta, tuoda uusia näkökulmia ja toimintatapoja ryhmän tunnekasvatukseen ja tuoda esiin kasvattajan merkitys lapsen harjoittellessa tunnetaitoja. Harjoittelujaksoni aikana pääsin tutustumaan ryhmän tunnekasvatukseen ja kokeilemaan erilaisia tunnetuokioita ryhmän lasten kanssa, jossa havainnoin lasten mielenkiinnon kohteita. Kasvattajatiimin kanssa kävimme keskustelua heidän ajatuksistaan liittyen tunnekasvatukseen kyseisessä lapsiryhmässä. Ennen ensimmäistä interventioita lähetin kasvattajatiimille interventiosuunnitelmat sekä tarvittavat ohjeistukset. Kasvattajatiimin palautteiden perusteella projektissani toteutui tavoitteet tunnetietouden lisääminen, uusien näkökulmien ja toimintatapojen tuominen ryhmän tunnekasvatukseen. Omalla toiminnallani halusin osoittaa myös kasvattajatiimille kasvattajan merkitystä lapsen harjoittellessa tunnetaitoja.

Itselleni opinnäytetyöprojektiin asetin tavoitteeksi suunnitella, toteuttaa ja arvioida pedagogisia interventioita, tuoda vanhemmille ja kasvattajatiimille vinkkejä lapsen itsesäätelyn tueksi, toteuttaa pedagogista dokumentointia ja varhaiskasvatuksen sosionomin kompetenssien mukainen toiminta läpi projektin. Projektini varhaiskasvatuksen pedagoginen toiminta ja sen toteuttaminen on näkyvissä projektissa kokonaisvaltaisesti, toiminnan suunnittelusta toteuttamiseen ja pedagogiseen arviointiin. Projektissani näkyy vahvasti oma tavoitteeni edistää lasten oppimista ja hyvinvointia sekä laaja-alaista oppimista. Pedagoginen toiminta toteutui lasten kanssa vuorovaikutuksessa yhteisessä toiminnassa huomioiden lasten mielenkiinnonkohteet ja tarpeet, joiden lähtökohtana toimi varhaiskasvatuksen oppimisen alueet.

Yksi tavoitteistani oli pedagogisen dokumentoinnin toteuttaminen, joka on laadukkaan pedagogisen toiminnan edellytys. Toteutin pedagogista dokumentointia yhdessä kasvattajatiimin kanssa. Kasvattajat huolehtivat interventioiden aikana valokuvien ja videomateriaalin tallentamisesta, johon itse tuotin tekstin liittyen kyseiseen interventioon, ja nämä tallenteet teksteineen julkaistiin lapsiryhmän suljetulla Instagram-tilillä. Kasvattajatiimi huolehti myös ryhmän laaja-alaisen osaamisen ”vasu-pilviin” dokumentoinnin interventiosta. Interventioiden videoiminen mahdollisti jälkikäteen havainnoinnin, ja jokaisesta interventioiden kulusta kirjoitin oppimispäiväkirjaa (LIITE 7).

Interventiot sisälsivät myös kasvattajatiimille uusia toimintatapoja, kuinka tukea lapsen itsesäätelytaitoja. Vanhemmille tätä tietoutta jaoin projektini aikana sosiaalisen median välityksellä.

Oma tavoitteeni tunnetaitoprojektille oli myös sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen varhaiskasvatuksen kompetenssien mukainen toiminta. Kompetenssien mukaisen toiminnan toteutuminen tulee näkyväksi tässä Arviointi-luvun tekstissä jo aiemmin, jossa korostuu sosiaalialan eettinen- ja asiakastyön osaaminen. Asiakastyöosaaminen vahvistui opinnäytetyöprojektin myötä. Suunnitelmallinen ja tavoitteellinen pedagoginen työskentelyni kehittyi, ja se oli lapsen oppimista ja hyvinvointia tukevaa. Työskentelyssäni näkyi lasten tasavertainen ja kunnioittava kohtaaminen. Seuraavassa Pohdinta-luvussa avaan varhaiskasvatuksen sosionomin kompetensseja laajemmin auki opinnäytetyössäni. Tärkeimpänä oppimiskokemuksena itselleni on ollut kokonaisuudessaan prosessin omaisen työskentelyn oppiminen. Nyt tavoitteita arvioidessa näkyy oman varhaiskasvatusosaamisen vahvistuminen opinnäytetyöprojektin myötä.

5.3 Tunnetaitoprojektin päätehtävien arviointi

Tunnetaitoprojektini päätehtäviä oli yhteensä kolme, joita olivat projektin päätehtävien suunnittelu eli pedagogisesti toteutettavat tunnetaitointerventiot, yhteistyö ja raportointi. Pedagogisesti toteutetut interventioihin sisältyi ikä- ja kehitystasoinen suunniteltu toiminta. Interventioiden suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa otin huomioon lasten mielenkiinnonkohteet, osaamisen ja mielipiteen. Keräsin harjoittelujaksolla havaintoja lasten mielenkiinnonkohteista ja kartoitin lapsiryhmän osaamistasoa tunnetaitoihin liittyen. Jokaisen intervention suunnittelin ohjatun toiminnan suunnitelmaan, jotka välitin kasvattajatiimille. Projektisuunnitelmasta poiketen tein uudet ohjatun toiminnan suunnitelmat, koska COVID-19-pandemian myötä interventioiden toteutus tapahtui ulkoilualueella ja yksi etäyhteydellä.

Interventiosuunnitelmani sisälsi toiminnan aiheen ja tavoitteen, jotka olivat osa tunnetaitoprojektin oppimistavoitteita lapsilla. Suunnitelmassani oli nähtävissä toiminnan kulku vaiheittain, sekä työnjako kasvattajien kesken. Interventioiden välissä jatkuvuus tunnekasvatuksessa näkyi Tunnesalkku-tehtävin ryhmän yhteisillä hetkillä. Jokaisen intervention lopussa keräsin palautteen lapsiryhmältä ja sähköisesti kasvattajatiimiltä. Lapsiryhmän arviointi tapahtui Tunnemittariin tunnekortein, jossa jokainen lapsi sai valita sen hetkisen tunteen ja tämän jälkeen asettaa tunteen siihen kohtaan mittaria, mitä mieltä oli tuokion mielekkyydestä. Viimeisiin kahteen interventioon vaihdoin arviointitapaa omien havaintojeni kautta. Omien havaintojeni mukaan lasten oli vaikea valita oma tunne ja tämän jälkeen arvioida tunnekortilla tuokion mielekkyyttä. Kahdesta viimeisestä intervention arvioinnista jätin tunteen valitsemisen pois ja jokainen lapsi sai merkin, jolla arvioida tuokion mielekkyyttä. Havaintojeni perusteella lasten oli helppompaa kertoa mielipiteensä ja myös sanallinen arviointi lisääntyi muutettuani arviointimenetelmää.

Yksi päätehtävistäni projektissani oli yhteistyö työn tilaajan, huoltajien, kasvattajatiimin ja opinnäytetyön ohjaajani kanssa. Opinnäytetyöprosessin aikana korostui yhteistyön merkitys, kun erityisen kevään vuoksi yhteydenpitoa ja tapaamisia ei voinut järjestää totuttuun tapaan tiimeissä. Projekti toi esille etäyhteyksien ja muiden palvelimien käyttämisen yhteydenpidon välineenä, joka toi uusia toimintatapoja varmasti niin varhaiskasvatukseen arkeen kuin ammattikorkeakoulun toimintatapoihin. Koen, että valittavan mitättömäksi tämän vuoksi jäi vuorovaikutus ja yhteydenpito huoltajien ja minun välilläni.

Opinnäytetyön raportointi oli kolmas päätehtäväni projektissani. Projektin raportointi on sujunut suunnitelmallisesti ja aikataulullisesti. Olen hyödyntänyt opinnäytetyön ohjausta suunnittelu-, toteutus- ja raportointivaiheessa. Raportointia olen toteuttanut kesän aikana. Ennen ohjaajan lomaa kävimme yhdessä raportoinnin rakennetta ja aikataulua syksyn suhteen läpi. Opinnäytetyöprojektini on työelämälähtöinen ja kyseiselle lapsiryhmälle tunnetaitojen harjoittelu oli ajankohtainen ja tärkeä kasvattajatiimiltä saadun palautteenkin perusteella.

6 POHDINTA

Tässä luvussa pohdin ja reflektoin koko opinnäytetyöprosessiani ja siihen liittyvää yhteistyötä sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen varhaiskasvatuksen kompetenssien kautta. Opinnäytetyön aiheeksi valikoitui oman kiinnostukseni ja tilaajan tarpeen kautta aiheeksi kehittää tunnetaitoja lapsiryhmässä sekä saada uusia näkökulmia tunnetaitokasvatukseen henkilöstölle varhaiskasvatusympäristössä. Aiheen rajaus selkiintyi tilaajan tarpeen ja ohjaavan opettajan kanssa käydyn ensimmäisen ohjauksen kautta. Opinnäytetyön tekoon sekä toteutukseen sain varmuutta ja selkeyttä opinnäytetyön ohjaavalta opettajalta sekä kohderyhmän kasvattajatiimiltä läpi toiminnallisen opinnäytetyöprosessin.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprojektilla on suuri merkitys oman ammatillisuuden vahvistumiseen ja varmuuteen toimia tulevana varhaiskasvatuksen opettajana. Tein tietoisin päätöksen tehdä opinnäytetyön yksin, koska tavoitteenani on valmistua ennen kuin oma elämäntilanteeni muuttuu, ja näin ollen pystyin aikatauluttamaan opinnäytetyöprosessin tiiviiseen aikatauluun, minulle sopivaksi. Aikataulutin jatkuvasti prosessin etenemistä ja jätin tilaa itselleni kalenteriin mahdollisia takapakkeja varten. Vastuun ottaminen projektistani on opettanut kantamaan vastuuta omasta työhyvinvoinnistani ja priorisoimaan asioita, jotka ovat tärkeitä taitoja työyhteisö-, johtamis- ja yrittäjäyysosaamisen näkökulmasta tarkasteltuna.

Sosionomin varhaiskasvatuksen kompetensseista erityisesti asiakastyöosaaminen sekä kehittämis- ja innovaatio-osaaminen vahvistivat ammatillista osaamistani projektimuotoisen opinnäytetyön myötä. Prosessina opinnäytetyön teko oli inspiroivaa ja oma vahvuuteni projektinomaisessa työssä tuli esille kokonaisvaltaisesti, joka näkyy opinnäytetyössäni pedagogisesti painottuneena tavoitteellisena toimintana, jossa on nähtävillä suunnittelu, toteutus, dokumentointi, lapsen oppimisen arviointi ja hyvinvointia tukeva laaja-alainen toiminta. Mielestäni opinnäytetyön tekeminen opintojen loppuvaiheessa, jolloin käytännön ja teorian yhdistäminen on kasvattanut minun ammatillisuuttani, varmisti sen, että pystyn hallitsemaan projektia varhaiskasvatuksen viitekehyksen kautta.

Opinnäytetyöprosessissani osoitin sosionomin eettistä osaamista toimien lasten oikeuksien sopimuksien mukaisesti sekä varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden ja arvopohjan mukaisesti. Prosessissani eettisyys näkyi niin suunnittelussa, toteutuksessa, dokumentoinnissa kuin raportoinnissakin lasten tasavertaisena kohtaamisena ja kiinnostuksen osoittamisena lasten mielenkiinnonkohteisiin ja ajatuksiin. Opinnäytetyöprojektini suunnittelun lähtökohta oli tukea ja edistää lasten hyvinvointia ja tuoda näkyväksi

sosioemotionaalisen kompetenssin vaikutusta lasten kasvuun ja kehitykseen. Projektissani koin tulevana varhaiskasvatuksen opettajana kasvattajan roolin merkittäväksi lapsen resilienssin vahvistamisessa. Interventioissa lasten harjoittellessa tunnetaitoja huomioin jokaisen lapsen tasavertaisesti ja jokaisella lapsella oli oikeus ilmaista mielipiteensä ja kaikki vastaukset oli sallittuja. Sain jokaisesta interventiokerasta myös arvioinnissa palautetta lasten tasavertaisesta kohtelusta ja aidosta kiinnostuksesta lapsien ajatuksia kohtaan, mikä palautteen mukaan välittyi toiminnastani.

Ryhmän ohjaamisen taidot kehittyivät opinnäytetyöprosessin aikana, ja sain varmuutta toimia muuttuvissa tilanteissa. Opinnäytetyöprosessissani yhteistyöhön ja kasvatuskumppanuuden luomiseen olisin halunnut panostaa enemmän. Prosessin aikana ollessani viimeisellä harjoittelujaksolla kerroin vanhemmille tulevasta projektistani, mikä sai aikaan hyvää ”eteiskeskustelua” tunnetaidoista. Tunnekasvatus oli ilmeisen ajankohtainen aihe, joka puhututti myös vanhempia. Projektini aikana varhaiskasvatuksen toimintakulttuuri kuitenkin koki merkittävän muutoksen COVID-19-pandemian vuoksi. Kasvatuskumppanuuden luomiseen opiskelijan näkökulmasta oli haasteellista, mutta mielestäni onnistuin tehtävässä hienosti ja nykyaikaisesti digitalisaatiota hyödyntäen, ottaen huomioon nopeasti maailmalla tapahtuvat muutokset. Tällä osoitin ammattista muuntautumista ja toimintakulttuurin sekä pedagogisen toiminnan kehittämistä.

Opinnäytetyöprosessissani on näkyvissä osaamiseni tutkimuksellisten menetelmien hyödyntämisestä käytännön kehittämisessä. Opinnäytetyöni tietoperusta pohjautuu ajankohtaiseen tutkittuun tietoon ja mielestäni olen saanut yhdistettyä teorian ja varhaiskasvatuksen pedagogisen viitekehyksen, sekä lasten oikeudet, ja lainsäädännön kulkemaan läpi prosessini.

LÄHTEET

- Ahonen, L. & Roos, P. 2019. Iloa ja oivalluksia. Pedagogiikan arviointi ja kehittäminen varhaiskasvatuksessa. Hämeenkyrö: Kasvusto.
- Jääskinen A-M. & Pelliccioni S. 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja Oy.
- Kiviluote, J. 2019. Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusohjelman avulla. Varhaiskasvattajan käsikirja. Turku: JK-Kustannus ja koulutus Oy.
- Liikkuva varhaiskasvatus. Saatavissa: <https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/fi/liikkuvavarhaiskasvatus>. Viitattu 14.8.2020.
- Mäntyneva, M. 2016. Hallittu projekti. Jäntevästä suunnittelusta menestykselliseen toteutukseen. Helsinki: Kauppakamari.
- Opetushallitus. Pedagoginen dokumentointi. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/pedagoginen-dokumentointi>. Viitattu 14.8.2020.
- Parrila, S. & Fonsen E. 2016. Varhaiskasvatuksen pedagoginen johtajuus. Käsikirja käytännön työhön. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. 2020. Fannin tunnetaitokortit. Jyväskylä: Kumma-kustannus.
- Pöyhönen, J. Tunnetaitoja lapselle. Saatavissa: <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/juliapoyhonen.html>. Viitattu 13.8.2020.
- Riihonen, R. & Suokas, K. 2020. Ada ja kiukkuleijona. Jyväskylä: Kumma-kustannus.
- Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen varhaiskasvatuksen kompetenssit 2016. Saatavissa: <https://www.innokyla.fi/documents/1167850/7b605176-cddd-4bab-b0e4-3b99865d2fa2>. Viitattu 2.6.2020.
- Tunnetaidot. Väestöliitto. 2020. Helsinki. Saatavissa: https://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/seksuaalikasvatuksen-paakohdat/kehotunnekasvatus/tunnetaidot/. Viitattu 2.6.2020.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2018. Opetushallitus. Saatavissa: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf. Viitattu 2.6.2020.





Tervehdys Västäräkkien lapset ja aikuiset. Fanni elefantti ja hänen kaverukset ovat teille jo ennestään tuttuja satukirjoista ja tunnetuokioista.

Saatte nyt käyttöönnne Fannin tunnesalkun, jossa on erilaisia tehtäviä, joiden avulla voitte yhdessä harjoitella tunteita esimerkiksi aamupiiri hetkillä. Salkusta löytyy myös päiväkirja, johon toivon, että kirjoitatte kuulumisia tuokioista.

Heidi käy päiväkodissanne yhteensä neljä kertaa pitämässä tunnetreenejä ja yhden kerran tapaamme tietokoneen välityksellä satutuokion merkeissä.

OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

Aika ja paikka Pajulinnun päiväkotiki, piha-alue (asfaltoitu alue) 4.5.2020	Opiskelija, ryhmäkoodi Heidi Joki, NSOS17K
Toiminnan aihe Perustunteiden tunnistaminen	Kuvaus ryhmästä 4-5 vuotiaiden västäräkkien ryhmä
Ryhmän koostumus - Koko ryhmä, pienryhmä vai yksilöllinen ohjaus? - Koko ryhmä, ryhmässä n.10 lasta. - Mitä mahdollisesti toiset tekevät silloin?	
Toiminnan tavoitteet Tutustua lasten kanssa perustunteisiin ja niiden tehtäviin. Tunnistamaan tunteiden yhteyttä kehossa.	
Aiheen valinta Lapsi ei synny valmiiden tunnetaitojen kanssa, vaan niitä täytyy harjoitella kuten mitä tahansa muutakin taitoa. Lapsi oppii tunnetaitoja vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Aikuinen voi tukea lapsen tunnetaitojen kehittymistä.	Miten tehdään? <input checked="" type="checkbox"/> Leikkien <input type="checkbox"/> Liikkuen <input checked="" type="checkbox"/> Tutkien <input checked="" type="checkbox"/> Taiteellisesti toimien ja ilmaisten
Etukäteisjärjestelyt <ul style="list-style-type: none"> - tunnepilvien askartelu - katuliidut - tunnekorttien askartelu - tunnesalkun askartelu - arviointityökalun tekeminen 	

OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

<p>Toiminnan kulku</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Interventio aloitetaan elefantin tervehdyksellä ja tunnesalkun tarinalla. (Tunnesalkussa on ryhmän aamupiiri hetkille yhteisiä tehtäviä, jotka liittyvät tunteiden tutustumiseen ja tunteiden purkamiseen, sekä positiiviseen pedagogiikkaan, eli hyvän huomaamiseen. Tunnesalkussa on päiväkirja, johon kasvattajat kirjoittavat havaintoja tunnesalkun tuokioista.) (3min.) 2. Tuokion kuvaus vaiheittain kuvakortein. (1min.) 3. Tunnistetaan perustunteita tunnepilvien ja tunnekorttien avulla ja keskustellaan tunteiden tehtävistä. (10min.) 4. Tunteiden kehoyhteyden tunnistamista piirtämällä keho katuliiduin asfaltille ja värittämällä tunteita eri värein omaan kehokuvaan. (Tunnepilvissä olevat värit ja tunnekuvat auttavat lapsia yhdistämään värin ja tunteen.) (10min.) 5. Tietoinen hengitysharjoitus. (1min.) 6. Tunnekortin valitseminen sen hetkisen tunteen perusteella ja sen kiinnittäminen arviointityökaluun. (2min.) 	<p>Miten itse toimin?</p> <p>Toimin ohjauksessa lapsille mallina tunteiden näyttämässä ja rohkaisen lapsia toimintaan. Kohtaan jokaisen lapsen yksilönä ja asetun kuuntelemaan heitä.</p>
<p>Työnjako aikuisten kesken Kasvattajat huolehtivat interventioiden dokumentoinnista ryhmän vasu-pilviin ja Instagramiin. Mikäli tarve yksi kasvattaja kuvaa interventiota (katsotaan tilanteen mukaan).</p>	<p>Arviointi ja mahdolliset jatkoideat? Teema jatkuu elefantin tunnesalkulla ryhmässä. Lapsilta palaute toiminnan jälkeen ja kasvattajien palaute ja havainnot sähköisenä.</p>

Hyvät lasten vanhemmat!

Olen sosionomiopiskelija Heidi Joki Centria-ammattikorkeakoulusta. Tulen tekemään kevään 2020 aikana toiminnallista opinnäytetyötä Pajulinnun päiväkodissa, lapsenne ryhmässä.

Opinnäytetyöni käsittelee varhaiskasvatussuunnitelman mukaista tunnetaitojen kehittämistä. Projektin tavoitteena on tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä ja päiväkodin tunnekasvatusta.

Tuokiot sisällytetään tavalliseen päivärytmiin päiväkodissa ja toteutetaan lasten luontaisen oppimisen kautta. Käytän opinnäytetyössäni yhtenä aineistokeruumenetelmänä havainnointia, jolloin minun tulisi voida videoida tuokiot. Videoita ei tulla käyttämään mihinkään muuhun havainnoinnin lisäksi, ainoastaan minä katson videot ja tuhoan ne aineiston analysoituani.

Haluaisin projektissani myös ottaa valokuvia lasten tuottamista materiaaleista, joita käytän opinnäytetyön raportoinnissa havainnollistamiseen.

Tätä varten tarvitsisin teiltä luvan valokuvaamiseen ja videokuvaamiseen. Valokuvissa ei tule näkymään lasten kasvoja. Toivon, että lapsenne saa osallistua toiminnalliseen tunnetaitoprojektiin ja hänen tuotoksiaan saa kuvata, sekä pystyn videoimaan tuokiot havainnointia varten.



Huoltajien lupa (palautathan päiväkotiin)

Annan luvan lapseni osallistua tuokioihin, anonymiini valokuvaukseen, sekä videointiin havaintojen analysoimiseksi ____

Lapseni ei saa osallistua tuokioihin ____

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennös Paikka Päivämäärä

Yhteistyöterveisin Heidi Joki, sosionomiopiskelija (heidi.joki2@centria.fi)



PROJEKTIOPINNÄYTETYÖN INTERVENTIOIDEN ARVIOINTI

Intervention aihe: Tunteen purkaminen ja käsittely

Miten ohjaajan pedagoginen toiminta näkyi intervention eri vaiheissa?

Jälleen kerran tuokio oli hyvin suunniteltu, valmisteltu ja toteutettu. Ohjaaja otti jokaisen lapsen hyvin huomioon ja intervention aihe oli taas hyvin ajankohtainen lapsiryhmälle.

Miten ohjaajan eettinen osaaminen näyttäytyi interventiossa?

Kaikki lapset ovat ohjaajalle samanarvoisia ja ohjaaja kohtelee kaikkia lapsia tasavertaisesti ja on kiinnostunut jokaisesta lapsesta, ja siitä mitä heillä on sanottavanaan.

Miten lapsen osallisuus toteutui interventiossa?

Tässä interventiossa toteutui hyvin lapsen osallisuus, sillä lapset saivat suunnitella ja toteuttaa itse oman pienen käsinukkenäytelmän.

Miten toiminta mahdollisti lapsen luontaisen tavan toimia ja oppia? (leikkien, tutkien, liikkuen, taiteellinen kokeminen ja ilmaiseminen)

Hyvin, ainoastaan taiteellinen osuus jäi puuttumaan.

Mitä tiimin jäsenenä opin toiminnasta?

Uusia kivoja ideoita ohjaajalta.

Mihin suuntaan jatkossa kehittäisin toimintaa?

Jatka samaan malliin, hyvin menee.

Tässä viimeinen arviointi ja lyhyesti myös arviointia interventioista kokonaisuudessaan.

Interventioiden aiheet olivat todella ajankohtaisia juuri tälle lapsiryhmälle, koska tunnetaitojen harjoittelu on heille tärkeää ja ajankohtaista. Kaikki tuokiot olivat todella kivoja ja me tiimin jäsenetkin saimme uusia virkistäviä ideoita omaan toimintaan. Huomaa, että olet paneutunut todella hyvin opinnäytetyöhösi ja etsinyt paljon tietoa ja ideoita sekä valmistellut materiaalia ja suunnitellut tuokiot hyvin. Suurin osa lapsista tykkäsi kaikista tuokioista niin myös me aikuiset 😊. Otat kaikki lapset hyvin huomioon ja on ihanaa kun sinulla ei ole kiire. Olet oikealla alalla!

Heidi Joki

TUNNETAITOPROJEKTI

Tunnetaitoprojekti Pajulinnun päiväkotiin

**Projektisuunnitelma
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma
Maaliskuu 2020**

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 KESKEISTÄ TIETOPERUSTAA	2
2.1 Miten tunteet toimivat?	2
2.2 Tunne-elämän kehittyminen	3
3 TUNNETAITOPROJEKTIN INTERVENTIOIDEN TOTEUTUS	5
3.1 Interventiot	5
3.2 Pedagogisesti toteutetut interventiot	6
4 ALUSTAVA AIKATAULUTUS JA PROJEKTIORGANISAATIO	8
5 PROJEKTIBUDJETTI	9
LÄHTEET	10
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Projekti suunnitelma käsittelee opinnäytetyötä, jonka aiheena on varhaiskasvatuksessa tapahtuva tunnetaitokasvatus. Opinnäytetyöni tilaajana toimii Kokkolan kaupungin sivistystoimen varhaiskasvatuspalvelut. Opinnäytetyöprojektini kohteena on Kokkolan varhaiskasvatuspalveluiden yksikkö Kälviällä, Pajulinnun päiväkodin 4-5-vuotiaiden Västäräkkien ryhmä.

Opinnäytetyöni toteutustapa on projekti, jonka päätehtävänä on vahvistaa lapsen itsetuntoa tunnetaitoja harjoittelemalla sekä opettaa lasta ymmärtämään tunteiden olemassaolon merkityksen. Projektiopinnäytetyöni interventiot toteutetaan lapsiryhmään lasten luontaisen oppimisen kautta, jossa käsitellään perustunteita. Interventiot etenevät prosessina, jossa harjoitellaan tunteiden tunnistamista, sietämistä, säätelyä, ilmaisemista, purkamista ja lopuksi seuraa voimaantumisen, tunnetaitojen karttuessa. Yksi interventio toteutetaan koko päiväkodin lasten ja vanhempien yhteisessä kevät tapahtumassa, liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman yhteydessä. Projektini interventiot toteutetaan kevään 2020 aikana.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2018 on arvoperustana lasten terveellinen ja kestävä elämäntapa, johon kuuluu lasten tunnetaitojen kehittämisen ja eettisen ajattelun mahdollisuus. (Opetushallitus 2019, 21)

2 KESKEISTÄ TIETOPERUSTAA

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden tehtävänä on laadukkaan ja yhdenvertaisen varhaiskasvatuksen toteutuminen koko maassa sekä tukea ja ohjata varhaiskasvatuksen järjestämistä, kehittämistä ja toteuttamista. Varhaiskasvatus on suunnitelmallista ja tavoitteellista opetuksen, kasvatuksen ja hoidon muodostama kokonaisuus, jossa painottuu pedagogiikka. (Opetushallitus 2019, 7.)

Opinnäytetyöni arvoperustana on sosionomi (AMK) varhaiskasvatuskompetenssit sekä varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Opinnäytetyön suunnittelu ja toteutus perustuu näiden lisäksi varhaiskasvatukseen ja YK:n lasten oikeuksien sopimukseen.

2.1 Miten tunteet toimivat?

Tunteet toimivat meissä sisäisen ja ulkoisen maailman tulkkeina värittäen meidän hetkiämme. Tunteet pysäyttävät ja yllättävät meidät toistuvasti, niin hyvässä kuin pahassa vaikka emme miettisi niiden olemassaoloa. Tunteet ovat läsnä kaikkialla ja ovat edellytys kaikelle tekemisellemme. (Nummenmaa 2019, 11.)

Ihmisen kehittyessä on muovautunut kuusi perustunnetta, joilla jokaisella on omanlainen puolustustehtävä keskus- ja ääreishermostoon. Ihmisen tunne-elämän kuusi perustunnetta ovat; mielihyvä, suru, inho, viha, pelko ja hämmästys. Silloin kun ympäristössämme ei ole havaittavissa vaaroja, mielihyvä vaihtaa aivomme vapaalle ja rohkaisee kokeilemaan uusia mahdollisuuksia. Kun kohtaamme menetyksiä tai vastoinkäymisiä suru ohjaa mielen ja kehon säästöliekille. Inho suojaa taudinaiheuttajilta työntämällä meitä pois inhoa herättävien asioiden ääreltä. Vihaa ohjaava mekanismi reagoi hyökkäämällä, kun taas pelko tarkkailee ympäristön uhkia ja on valmiina jähmettymään paikalle tai pakenemaan. Näiden tunteiden välissä toimii hämmästys, joka katkaisee käynnissä olevat ajatukset ja toiminnot, kun ympäristössämme tapahtuu jotain yllättävää. Perustunteet voivat saada myös eri vivahteita. Tunteiden tehtävä on valikoida ja ohjata tavoitteiden toteutumista.

Tunteet ovat aivojemme lajittelukeskus. Tunteet eivät ole refleksin omaisia kerrasta toiseen samalla tavalla toteutuvia reaktioita, vaan ovat monella tapaa mukautuvia, ja niiden voimakkuus riippuu yksilön sisäisestä tilasta ja ympäristöstä. (Nummenmaa 2019, 1819.) Tunteet ovat kuin sopeutusohjelmia,

joiden toiminta on ihmisestä ja kulttuurista toiseen samanlaisia, mutta niiden toiminnan hienosäätö tapahtuu oppimisen ja kokemuksen kautta. (Nummenmaa 2019, 21)

2.2 Tunne-elämän kehittyminen

Pienen vauvan tunneilmaisu on välitöntä ja aitoa, leikki-ikäisen tunnekirjo on jo laajempi, koska erillisyyks vanhemmasta on minäkäsityksen myötä kehittynyt. Leikki-ikäinen käyttää toiminnallisia tunteen säätelykeinoja. (Jääskinen 2017, 75.) Lapset näyttävät tunteensa yleensä avoimesti tunteiden vallatessa mielen ja kehon. Lapsen on usein haasteellista ymmärtää mitä eri tunteet ja olotilat ovat ja kuinka niiden kanssa tulee toimeen ja pärjää. (Väestöliitto, 2020) 3-5-vuotiaan lapsen itsesäätelytaidot lisääntyvät aivojen kehittyessä. Lapselle alkaa kehittyä mieleen teoria siitä, että toisilla on tunteita ja ajatuksia, jotka voivat olla erilaisia kuin itsellä. Lapsi alkaa ottamaan näkökulmaa toisiin, mutta pääsääntöisesti lapsi on itsekeskeinen ja toisten näkökantojen ymmärtäminen voi olla haasteellista. Lapsi osaa tietyissä määrin kontrolloida tunteitaan ja käyttäytymistään ja käyttää sisäistä puhetta itsesäätelyssä. Lapsi osoittaa leikeissä itsesäätelytaitoja ja moniosaisten ohjeiden noudattaminen ja muistaminen alkaa sujua. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 98.) Tunnetaitoja harjoittelemalla lapsen itsetuntemus kasvaa ja lapsi saa kokemuksia ja varmuutta siihen, että hän pystyy itse vaikuttamaan oloonsa, ajatuksiinsa ja tunteisiinsa (Jääskinen 2017, 35)



KUVIO 1. Riittävän hyvän elämän taitopyramidi (Jääskinen 2017, 104)

Tunnetaidot vaikuttavat meidän hyvinvointiimme kokonaisvaltaisesti. Kun omaa tunnetilaa osaa tunnistaa, käsitellä, kuvailla ja ilmaista ja tulee tunteidensa kanssa ymmärretyksi sosiaalisissa tilanteissa toimiminen ja toisten, sekä itsensä huomiointi helpottuvat. Tunteen tunnistaminen on taito tunnistaa kehossa tunne ja nimetä se. Tunteiden tunnistamisessa olennaista on tunnekehoyhteyden vahvistaminen ja tunnesanaston rikastuttaminen. Tunteen sietäminen auttaa meitä tunnekuohuissa estämään impulsiivisen reagoimisen. Tunteen sietäminen edellyttää tunteen hyväksymistä. Tunnesäätelyn avulla pystymme säätelemään tunteen voimakkuutta hengitykseen ja kehoon keskittymällä saaden järjen toimintaan mukaan toimimaan tilanteissa rakentavasti. Tunteen purkaminen ja käsittely auttavat pääsemään tunteesta eteenpäin päästäen sen kehostamme ja mielestämme pois. Tunteen purkaminen ja käsittely on myös tunteen ilmaisemista. Tunteen ilmaisemisen taito hyödyttää meitä sosiaalisissa tilanteissa ymmärretyksi tulemiselle. Lapselle luontainen tapa tunteiden ilmaisuun on luovuus ja toiminnallisuus. Tunnetaitojen ja kokemusten karttuessa ihminen kokee voimaantumista. (Tunne& Taida 2020.)

Alla olevaa Jääskisen tunnetaidot prosessina kuviota tulen hyödyntämään lapsiryhmän interventioissa. Lapsiryhmään kohdistuvia interventioita on kuusi, joiden sisältö käsittelee kuviossa kuvattua tunnetaito prosessia. Kukin interventio käsittelee yhtä prosessin osa-aluetta. Tulen käyttämään prosessia projektini onnistumisen mittarina raportointivaiheessa. Interventioissa havainnoin prosessin tavoitteiden toteutumista lapsiryhmässä käsitellen kerrallaan yhtä yksittäistä osaprosessia.



KUVIO 2. Tunnetaidot prosessina (Jääskinen 2017, 35)

3 TUNNETAITOPROJEKTIN INTERVENTIOIDEN TOTEUTUS

Tämän projektioinnäytetyön aiheena on 4-5-vuotiaiden lasten tunnetaitojen tukeminen ja kehittyminen pienryhmissä toteutettavien tuokioiden avulla. Idea aiheelle tuli varhaiskasvatuksen syventävän harjoittelujakson aikana, kun esittelin päiväkodinjohtajalle kehittämistyötäni, jonka tein kehitystyön harjoittelujaksolla, liittyen vanhempien tukemiseen lapsen tunnetaitojen kehittämisessä. Päiväkodinjohtaja näki tarpeelliseksi tunnetaitojen kehittämisen Pajulinnun päiväkodissa. Opinnäytetyöaiheen valintaan vaikutti myös oma kiinnostukseni lasten tunne-elämän tukemiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen.

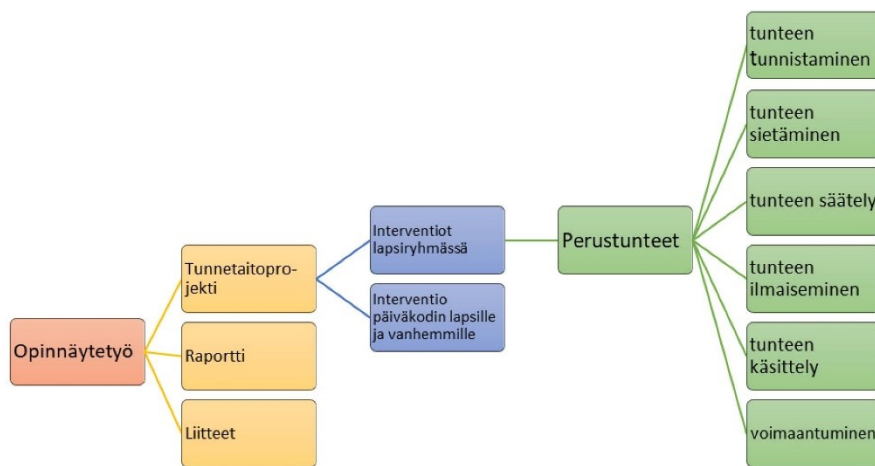
Tunnetaitojen kehittäminen on tärkeä osa varhaiskasvatusta. Tunnekasvatuksen avulla lasta voidaan tukea tunteiden ilmaisemisessa ja niiden kehittämisessä. Opinnäytetyön tavoitteena on suunnitella, toteuttaa ja arvioida kuusi pedagogista tunnetaitotuokiota viisivuotiaiden ryhmässä ja osa tuokioista koko ryhmän interventioina. Tavoitteena on vahvistaa ryhmän tunnetaitoja näiden tuokioiden avulla ja antaa henkilökunnalle ideoita tunnekasvatuksen vahvistamiseen myös jatkossa.

Varhaiskasvatuksen yhtenä olennaisena tehtävänä on vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö ja kasvatuskumppanuuden luominen. Yhtenä interventiona järjestän koko päiväkodin lapsille ja huoltajille liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman yhteydessä tunnekasvatukseen liittyviä liikunnallisia toimintoja. Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma on valtakunnallinen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma, joka on asiantuntijaverkoston ja satojen pilottipäiväkotien kehittämä. Ohjelman tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle lapselle ilo liikkumiseen ja riittävä fyysinen aktiivisuus päivittäin. Pajulinnun päiväkotitoimi on mukana ohjelmassa. (Liikkuva varhaiskasvatus 2018.)

3.1 Interventiot

Pajulinnun päiväkodin Västäräkkien ryhmä huoltajineen on itselleni aiemmasta harjoittelusta tuttu ja opinnäytetyöprojekti käynnistyi jo harjoittelujakson aikana, solmiessani opinnäytetyösopimuksen ja esitellessäni aiheen ryhmän huoltajille, sekä kasvattajatiimille. Harjoittelujakson aikana pidin muutamia tunnetuokioita ryhmälle ja tällä tavoin havainnoin lasten mielenkiinnon kohteita ja luontaista tapaa toimia. Sain harjoittelujakson aikana positiivista palautetta kasvattajilta, sekä lapsilta tuokioiden mielekkyydestä ja lasten mielenkiinnon heräämisestä tunnetaitoja kohtaan.

Olen suunnitellut interventioiden rakentuvan perustunteiden ympärille. Jokaisella tuokiolla on oma teema, jotka koostuvat tunteiden tunnistamisesta, sietämisestä, säätelämisestä, ilmaisemisesta, käsitteälystä, sekä voimaantumisesta. Interventioiden alustavat suunnitelmat löytyvät tämän projektisuunnitelman liiteosiosta. Alla olevaan kaavioon olen kuvannut projektiopinnäytetyön sisällön.



KUVIO 3. Kaaviossa kuvattuna projektiopinnäytetyön sisältö

3.2 Pedagogisesti toteutetut interventiot

Pedagogiikka on varhaiskasvatustyön ydinkäsite. (Ahonen & Roos 2019, 12) Toiminnan suunnittelun ja tavoitteiden toteutuessa kasvatusta muuttuu varhaiskasvatukseksi ja edelleen pedagogiikaksi. Toiminnan suunnitelmällisyys ja tavoitteellisuus varmistaa, että pedagoginen toiminta on tarkoituksenmukaista ja perusteltua. Varmuus tavoitteellisen toiminnan saavuttamiseksi saadaan toiminnan arvioinnilla. (Ahonen & Roos 2019, 49.)

Lasten äänen kuulemisella ja osallistamisella arviointiin on vahvat pedagogiset ja sosiologiset perusteet. Kysymys on lapsen oikeudesta tulla kuulluksi ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Kun lasten näkemykset kysytään ja kuullaan he oppivat, että heidän mielipiteillään on vaikutusta toiminnan suunnitteluun. (Parrila & Fonsen 2016, 100.) Projektiopinnäytetyöni interventioihin olen suunnitellut arvioinnin

lapsille ja kasvattajat arvioivat toimintaa tiimissä. Vanhempien ja lasten yhteiseen interventioon suunnittelen arvioinnin myös vanhemmille Päikyn kautta toteutettavalla Webropol- kyselyllä.

Pedagoginen dokumentointi on varhaiskasvatuksen yksi keskeinen työmenetelmä, joka tukee varhaiskasvatuksen suunnittelua, toteutusta, arvioimista ja kehittämistä. Pedagogisen dokumentoinnin tavoitteena on oppia tuntemaan lapsi yksilönä, mahdollistaa huoltajien osallisuus toiminnassa ja havainnollistaa ymmärtämään lasten välisiä suhteita, sekä tiedostaa ja tunnistaa, kasvattajien ja lasten välistä vuorovaikutuksen luonnetta. Dokumentit ovat myös tärkeä osa toiminnan arviointia. (Opetushallitus.) Projektiopinnäytetyössäni pedagogisen dokumentoinnin toteutan kiinnittämällä ryhmän vasupilviin tuokioiden sisällön oppimisen osa-alueisiin, sekä dokumentoimalla tuokioista kuva ja videomateriaalia ryhmän Instagram tilille, josta vanhemmat pääsevät osalliseksi toimintaan.

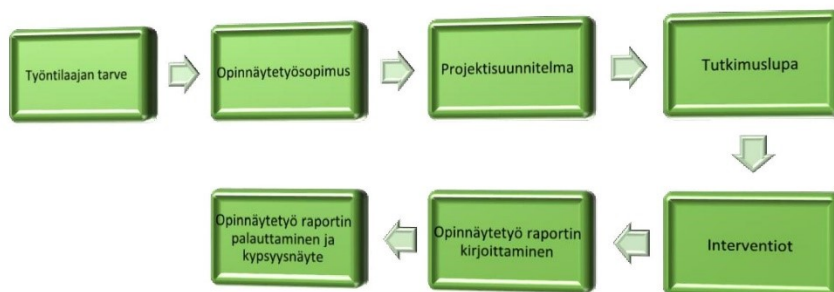
Varhaiskasvatus luo pohjaa lasten laaja-alaiselle osaamiselle, joka muodostuu tietojen, taitojen, arvojen, asenteiden ja tahdon kokonaisuudesta. Laaja-alaisen osaamisen tarve korostuu ympäröivän maailman muutoksista. (Opetushallitus 2019, 23) Opinnäytetyössäni olen huomoinut lapsen laaja-alaisen osaamisen ja erityisesti itsestä huolehtimisen ja arjen taitojen osa-alueen tunnetaitotuokioiden kautta.

Opinnäytetyöni pitää sisällään varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaista pedagogisesti suunniteltua, tavoitteellista toimintaa lasten hyvinvoinnin ja oppimisen toteutumiseksi. Opinnäytetyön toiminnalliset interventiot toteutetaan lapsen luontaisen oppimisen kautta. Lasten osallisuuden toiminnassa tulen huomioimaan lasta arvostavan ilmapiirin luomisessa, jossa lapsi tulee kuulluksi ja kokee, että hänen ajatuksillansa, tunteilla ja mielipiteillä on merkitystä.

4 ALUSTAVA AIKATAULUTUS JA PROJEKTIORGANISAATIO

Opinnäytetyöprojektin aloituspalaveri ohjaavan opettajan, sekä työelämäohjaajan kanssa helmikuussa 2020. Projektisuunnitelman ja esittelykirjeen laatiminen kohderyhmälle helmi-maaliskuussa 2020. Vanhempien suostumus lapsen osallistumisesta tuokioihin maaliskuussa 2020. Tutkimusluvan hakeminen Kokkolan sivistystoimen varhaiskasvatuspalveluista huhtikuussa 2020. Toukokuussa 2020 toiminnalliset interventiot lapsiryhmässä, lasten ja vanhempien yhteinen interventio liikkuva varhaiskasvatus ohjelman yhteydessä. Opinnäytetyöprojektin analysointi ja raportin kirjoittaminen kesällä 2020. Opinnäytetyö raportin palautus ja kypsytysnäyte syksyllä 2020.

Opinnäytetyön tilaajana toimii Kokkolan kaupungin sivistystoimi ja varhaiskasvatuspalveluiden yksikkö Pajulinnun päiväkoti Kälviällä. Opinnäytetyön ohjausryhmään kuuluu työelämäohjaaja Pajulinnun päiväkodilta sekä Centrian ammattikorkeakoulusta ohjaava opettaja. Toimin opinnäytetyön tekijänä projektipäällikkönä opinnäytetyöprojektissa. Työryhmään kuuluu myös varhaiskasvatusyksikön ryhmän kasvattajatiimi.



KUVIO 4. Kaaviossa kuvattuna opinnäytetyöprosessi

5 PROJEKTIBUDJETTI

Projektioinnäytetyössäni tarvittavat materiaalit saan käyttööni Pajulinnun päiväkodilta ja omista olemassa olevista materiaaleistani. Päiväkodilla tapahuviin interventioihin tarvittavat tilat ovat käytössä ilman kustannuksia. Retki-intervention paikka on opiston piha-alue, jossa käytössämme on kota nuotiointeen, kustannuksia tästä tulee 20 € ja retkelle ostamme makkarat, jotka tulevat maksamaan 16 €.

Tietoperustan hankkimiseen tarvittavaa kirjallisuutta, sekä interventioihin tarvittavaa satukirjallisuutta pystyn hakemaan Centrian kirjastopalveluista, sekä Kokkolan kaupungin kirjastosta. Projektioinnäytetyön askartelutarvikkeet saan käyttööni päiväkodilta ja niiden kustannusarvio on 25€. Olen laskenut opinnäytetyöprojektin tuntimääräksi 405 tuntia, joka vastaa 15 opinnäytetyöprosessin opintopistettä. Itselleni olen laskenut kuvitteellisen opinnäytetyöpalkan, joka on 14,50 € tunti. Kokonaisopinnäytetyön palkka olisi 5 872,5 €.

Suunniteltuja interventioita on yhteensä kuusi ja osallistun 3 tiimipalaveriin, joten matkakulujen kustannus koulun ja päiväkodin välillä $9 \times 40 \text{ km} = 360 \text{ km}$. $0,43 \text{ €/km} \times 360 \text{ km} = 154,8 \text{ €}$.

TAULUKKO 1. Projektioinnäytetyön kulut

Henkilöstökulut	5 872,5 €
Retkikulut	36 €
Matkakulut	154,8 €
Muut tarvikkeet	25 €
Yhteensä:	6 088,3 €
Kokonaiskustannusarvio opinnäytetyölle	-6 088,3 €

LÄHTEET

Ahonen, L. & Roos, P. 2019. Iloa ja oivalluksia. Pedagogiikan arviointi ja kehittäminen varhaiskasvatuksessa. Liisa Ahonen ja Piia Roos.

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

Liikkuva varhaiskasvatus. Julkaistu 2018. Saatavissa: <https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/ilokasvaaliikkuen>. Viitattu 22.3.2020.

Nummenmaa, L. 2019. Tunnekartasto. Kuinka tunteet tekevät meistä ihmisiä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Opetushallitus. 2019. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Helsinki: PunaMusta Oy. Saatavissa: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf. Viitattu 22.3.2020.

Parrila, S. & Fonsen E. 2016. Varhaiskasvatuksen pedagoginen johtajuus. Käsikirja käytännön työhön. Jyväskylä: PS-kustannus.

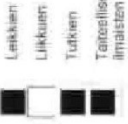
Pedagoginen dokumentointi. Opetushallitus. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/pedagoginen-dokumentointi>. Viitattu 22.3.2020.

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

Sosionomi (AMK) varhaiskasvatuskompetenssit.

Tunnetaidot- Mitä ne ovat? Tunne ja taida Oy. Julkaistu 2020. Saatavissa: <https://tunnejataida.fi/tunnetaidot/tunnetaidotmitaneovat/>. Viitattu 22.3.2020.

Tunnetaidot. Väestöliitto, Helsinki. Julkaistu 2020. Saatavissa: https://www.vaestoliitto.fi/vanhemus/tietoa_vanhemmille/pienien_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/seksuaalikasvatuksen-paakohdat/kehotunnekasvatus/tunnetaidot/. Viitattu 22.3.2020.

Aika ja paikka Pajulinna päiväkoti, toukokuu 2020	Opiskelija, ryhmäkoodi Heidi Joki, NSOS17K
Toiminnan aihe Perustunteiden tunnistaminen	Kuvaus ryhmästä 4-5 vuotiaiden väärtäräkkien ryhmä
Ryhmän koostumus - Koko ryhmä, pienryhmä vai yksilöllinen ohjaus? - Mitä mahdollisesti tunteita leikkarit iloit? - Opettajan interventiön tavoitteiden ryhmälle. Pienryhmissä tunteita, elefantin tunteita.	
Toiminnan tavoitteet Tutustua lasten kanssa perustunteisiin ja niiden tehtäviin. Tunnistamaan tunteiden yhteyttä kehossa.	
Aiheen valinta Lapsi ei synny valmiiden tunteiden kanssa, vaan niitä täytyy harjoitella kuten mitä tahansa muutakin taitoa. Lapsi oppii tunteita vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Aikuinen voi tukea lapsen tunteiden kehittymistä.	Miten tehdään? 
Etukäteisjärjestelyt Muokkaan leppohuoneen toimintaan sopivaksi tilaksi: - tunteikortit, elefantti ja tunnesalkku (itseita) - päiväkodilta muut tarvikkeet, vahavärit ja paperi	

OHJASTUN TOIMINNAN SUUNNITTELUJA

Miten itse toimin?	
<p>Toiminnan kulku</p> <p>Yhteisellä aamupiirihetkellä viritäydymme tunteiden maailmaan musiikin ja ilmaisen kautta, millä tuntuu nallesta kappaleen avulla.</p> <p>Kerron tunne-elfanttin matkasta päiväkodin arkeen ja elfanttin tehtävistä olla apuna lasten harjoitellessa tunteita.</p> <p>Aamupiirin jälkeen visivuoiteat jäävät tilaan opiskelijan ja ohjaajan kanssa, jossa jatkeaan tunteisiin tutustumista ja tunteiden keräilytyyden tunnistamista piirtämällä oma keho paperille ja värillä mallia tunteita eri värein omaan kehookuvaan.</p> <p>Loppuksi yhteinen loppurentoutus ja palautteen kerääminen tunnekartaston avulla.</p>	<p>Työnjako aikuisten kesken</p> <p>Vo opiskelijan kanssa intervensiossa</p> <p>Muut kasvattajat pienryhmissä</p> <p>Tiimissä sovitaan työnjako ja ohjeistus</p>
<p>Arviointi ja mahdolliset jatkoideat?</p> <p>Teema jatkuu elfanttin tunnesäikillä ryhmässä. Lapsilla palaute toiminnan jälkeen ja kasvattajilta tiimissä</p>	

Aika ja paikka Pajuilman päiväkoti, toukokuu 2020	Opiskelija, ryhmäkoodi Heidi Joki, NSOS17K								
Toiminnan aihe Tunteen sietäminen	Kuvaus ryhmästä Vastarakkien viisivuotiaat								
Ryhmän koostumus - Koko ryhmä, pienryhmä vai yksilöllinen ohjaus? - Viisivuotiaiden pienryhmä 10hio opiskelijan ja ohjaajan kanssa. - Mitä mahdollisesti toiset tekevät silloin? -Muu ryhmä työskentelee pienryhmissä (satu+ satuhierontaa)									
Toiminnan tavoitteet Toiminnan tarkoituksenaan käsitellä vihan ja kiukun tunteita yhtenä perustunteena Aada ja kiukkuleijona sadun avulla. Opettaa lapsille, että tarvitsemme vihan tunteita samalla tavalla kuin muitakin tunteita. Vihan tunne auttaa puolustautumaan ja toimimaan, sekä vihan tunteen avulla pystymme ilmaisemaan muille, jos koemme, että itseään kohdellaan epäoikeudenmukaisesti. Lasten kanssa harjoitellaan, kuinka vihan tunnetta pystyy sietämään. Sadun avulla lapsi pystyy käsittelemään vaikeita ja hankalia tunnekokemuksia.									
Aiheen valinta Tunteen sietäminen auttaa meitä tunnekuohuissa estämään impulsiivisen reagoimisen. Tunteen sietäminen edellyttää tunteen hyväksymistä.	Miten tehdään? <table border="1"> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td>Laikkien</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td>Liikkuen</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td>Tutkien</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>Tarheellisesti toimien ja ihmisten</td> </tr> </table>	<input type="checkbox"/>	Laikkien	<input type="checkbox"/>	Liikkuen	<input type="checkbox"/>	Tutkien	<input checked="" type="checkbox"/>	Tarheellisesti toimien ja ihmisten
<input type="checkbox"/>	Laikkien								
<input type="checkbox"/>	Liikkuen								
<input type="checkbox"/>	Tutkien								
<input checked="" type="checkbox"/>	Tarheellisesti toimien ja ihmisten								
Etukäteisjärjestelyt -vesiväripaperi, vesivärit, Aada ja kiukkuleijonakirja - tilan valmistelu maalausta varten									

OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

<p>Toiminnan kulku</p> <p>Yhteinen aamupiiri, joka saattaa aiheeseen. Ryhmän kanssa palataan kertomaan perustunteita ja keskustellaan vihan tunteen tehtävistä ja sen tuntemuksista kehossa. Luretaan satu Aada ja kiukkuleijona, sekä jokainen saa maalata ohjatuksi oman kiukkuleijonan. Mietitään mitkä asiat auttaisivat kiukun tunteen kesyttämiseen. Lopuksi tehdään yhdessä rauhoittumisharjoitus. Palautteen keraaminen.</p>	<p>Miten itse toimin?</p> <p>Asetun kohtamaan ja kuuntelemaan lapsia yksilöllisesti ja vastaan heidän kysymyksiinsä. Innostan lapsia kannustamalla toimintaan ja kehumalla heidän taitojaan ja rohkean kertomaan omia mielipiteitä ja ajatuksia.</p>
<p>Työnjako aikuisten kesken</p> <ul style="list-style-type: none"> - Yo mukana opiskelijan kanssa intervensiossa. - Toiset kasvattajat muussa piiriryhmässä. 	<p>Arviointi ja mahdolliset jatkoideat?</p> <p>Teema jatkuu elefantin tunneaiheella ryhmässä. Lapsilla palautte tuokion lopuksi. Kasvatitajien palautte tiimissä.</p>

OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

Aika ja paikka Pajuilman päiväkoti, toukokuu 2020	Opiskelija, ryhmäkoodi Heidi Joki, NSOS17K
Toiminnan aihe Tunteen säätely	Kuvaus ryhmästä Västäräkkien 4-5- vuotiaat
Ryhmän koostumus - Koko ryhmä, jaksoryhmä vai yksilöllinen ohjaus? - Mitä mahdollisesti toiset tekevät silloin?	
Toiminnan tavoitteet Yhteinen ammugitit. Ryhmän viisauudiat interventiossa. Lapsi tiedostaa, että tunteen voimakkuudet vaihtelevat ja tunteiden säätelyyn voimme vaikuttaa. Lapsi tarvitsee aikuisen apua tunnesäätelyyn.	
Alheen valinta	Miten tehdään? Leikkien Liikkuen Tulkien Taitteellisesti toimien ja ilmaisten
Etukäteisjärjestelyt - Tilan järjestely - Luvunrobin asiantteku - tunnetttamr askantelu ohjeistat	

OHJATTU TOIMINNAN SUUNNITELMA

<p>Toiminnan kulku</p> <p>Aiheeseen viittäytynyt yhteisellä aamupöydällä tunnerobottia apuna käyttäen, sekä yhteisellä leikillä. Pienryhmiin jako. Opiskelijan interventio ryhmän viisivuotislalle aiheena tunteen säätely.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Askarrellaan tunnemitarit 2. Tunteiden jaottelu tunnemitareihin. 3. Tunteen aallokko harjoitus. 4. Mielikuvarentoutus. 5. Palautteen antaminen tunnemitarilin. 	<p>Miten itse toimin?</p> <p>Aiheeseen saattajana toimin lapsia innostaen yhteiseen leikkiin. Tunnemitareiden askarrella ohjaan ja avustan lapsia, sekä annan heille kannustusta toiminasta. Tunteen jaottelu tunnemitareihin tehtävässä toimin lasten apurunesäätelijänä. Tunteen aallokko harjoituksessa muutan omaa äänenpainoa rauhalliseksi ja käytän aistien hahmottamiseksi veden ääntä.</p>
<p>Työnjako aikuisten kesken</p> <p>Varmuuskasvatuksen opettaja interventiossa opiskelijan kanssa. Muilla ryhmillä pienryhmätoimintaa suunnitellusti.</p>	<p>Arviointi ja mahdolliset jatkoidat?</p> <p>Lasten palaute tuokion loputtua. Aikuisten palaute tiimissä.</p>

OHJATTUUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

<p>Aika ja paikka Pajulinnun päiväkotit, toukokuu 2020</p>	<p>Opiskelijat, ryhmäkoodi Herdi Joki, NSOS17X</p>
<p>Toiminnan aihe Tunteiden ilmaiseminen</p>	<p>Kuvaus ryhmästä Västarakkien 4-5 -vuotiaat</p>
<p>Ryhmän koostumus</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kokiryhmä, pienryhmiä vai yksittäinen ohjaus? Pienryhmissä liikuntavuorolla. - Mitä mahdollisesti toiset tekevät silloin? 	
<p>Toiminnan tavoitteet Tunteen ilmaiseminen liikkeen avulla.</p>	
<p>Aiheen valinta Lapsi oppii kehollista tunteiden ilmaisemista liikkeen avulla. Tunteiden ilmaiseminen auttaa lasta tunnistamaan omia tunteita ja huomaamaan tunteita toisissa.</p>	<p>Miten tehdään?</p> <p> <input type="checkbox"/> Leikkien <input checked="" type="checkbox"/> Liikkuen <input type="checkbox"/> Tukkien <input type="checkbox"/> Taitotilaisesti toimien ja ilmaisten </p>
<p>Etukäteisjärjestelyt Tuokio toteutetaan liikuntavuorolla pienryhmissä, liikuntasalin valmistelu ja tuokion vaihteittain ohjeistus.</p> <ul style="list-style-type: none"> -huiveja -varjo -tunnepilvet -pajoja 	

OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

<p>Toiminnan kulku</p> <p>Lastien kanssa käydään liikuntahetken sisältö läpi vaihteittain kuvia ja numeroita apuna käyttäen. Liikuntaleikkejä, jossa lapset ilmaisevat tunteita liikkeen avulla. Loppurentoutus ja palautteen kerääminen.</p>	<p>Miten itse toimin?</p> <p>Toiminnan seikää kuvallinen ohjeistus auttamaan siirtymälänteissa. Kannustan lapsia liikkumaan ja ilmaistamaan tunteita liikkeen avulla tutujen tunnekorttien avulla. Annan lapsille kehuja toiminnasta.</p>
<p>Työnjako aikuisten kesken</p> <p>Vo mukana opiskelijan kanssa.</p>	<p>Arviointi ja mahdolliset jatkoideat?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lapsilta palaute toiminnan jälkeen ja kasvattajien palaute tiimissä

OHJATTUUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

Aika ja paikka Pajulinna päiväkoti, toukokuu 2020	Opiskelija, ryhmäkoodi Heidi Joki, NSOST7K
Toiminnan aihe Tunteen purkamisen ja käsittely	Kuvaus ryhmästä Vastärakkeen 4-5-vuotiaat
Ryhmän koostumus - Koko ryhmä, pienryhmä vai yksilöllinen ohjaus? - Mita mahdollisesti toiset tekevät ailloin?	Ryhmän viisivuotiaat. Muut pienryhmissä tekevät kukkukomistem ja rauhoittumisen lauku aistipullot.
Toiminnan tavoitteet	Harjoitellaan tunteen purkamisen ja käsittelyn turvallisia tapoja lapsen ominaisella tavalla toimia ja ierimme konkreettisen tunteen purkamisvalineen lapselle.
Aiheen valinta Tunteen purkamisen mielestämme ja kehostamme valttää viemästä energioitamme. Käsittely on tunteen näkyville tuottamista kehollisiin kehoiin. Tunteesta puhuminen on tunteen läpikäymistä, mutta on tärkeää, että purkamisen ei jää aina puheen ja mielen tasolle, vaan mukana on keuhollisuutta ja luovuutta	Miten tehdään? Leikkien Liikkuen Tulkien Taitteellisesti toimien ja ilmaisien
Etukäteisjärjestelyt - Tilojen jakaminen ja järjestely - tarvikkeet rauhoittumispuikkojen tekemiseen - käsirukelet - STOP-merkkejä - tunnekortit	

OHJATUN TOIMINNAN SUJUNNITELMÄ

<p>Toiminnan kulku</p> <p>Aimupäivi aiheeseen saattajana. Jako pienryhmiin. Toiminnan läpikäyminen kuvallisin korttein vaiheittain. STOP-merkki harjoitus, jossa näytetään käsinnäköisiä erilaisia tilanteita. Lasten esitykset tunteista käsinnäköillä. Merkitähengitys harjoitus. Rauhoittumispullon askartelu. Palautte interventiota.</p>	<p>Miten itse toimin?</p> <p>Omalta toiminnallani ohjaan lapsia aiheeseen. Asetun lapsen tasolle kohtaamaan ja kuuntelemaan lasta.</p>
<p>Työnjako aikuisten kesken</p> <p>Varmuuskasvatuksen opettaja opiskelemaan kanssa interventiossa</p> <p>Kaksi muuta pienryhmää kasvattajien kanssa.</p>	<p>Arviointi ja mahdolliset jatkotoimet?</p> <p>Lapsilla arviointi tuokion lopuksi. Kasvattajilta arviointi ilmiössä.</p>

OHJATTUUN TOIMINTAVAN SUUNNITELMA

<p>Aika ja paikka Pajulinna päiväkoti, toukokuu 2020</p>	<p>Opiskelija, ryhmäkoodi Heidi Joki, NSOS17K</p>
<p>Toiminnan aihe Voimaantumisen</p>	<p>Kuvaus ryhmästä Väestärakkien 4-5- vuotiaat</p>
<p>Ryhmän koostumus</p> <ul style="list-style-type: none"> - Koko ryhmä, pienryhmä vai yksilöllinen ohjaus? - Mitä mahdollisesti toiset tekevät silloin? <p>Koko ryhmätunneustunnetus reiki lähtymäpäiväisiin.</p>	
<p>Toiminnan tavoitteet</p> <p>Pienryhmissä kasvattajien ohjaamana tunneustunnetus. Perustunteet, kaverin kehu, yhteisleikki, aisti harjoitus. Viimeisen intervention tarkoituksena kerralla edellisen intervention aiheita ja iltoita opituista taidoista</p>	
<p>Alueen valinta</p> <p>Lopullinen tavoite tunnetaitojen kehittämisessä on voimaantumisen. Voimaantuessaan ihminen kokee karttuneiden taitojen myötä varmuutta toimia erilaisissa tilanteissa tunteidensa kanssa. (Jääskinen 2017, 46)</p>	<p>Miten tehdään?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Leikkien <input checked="" type="checkbox"/> Liikkuen <input checked="" type="checkbox"/> Tulhien <input checked="" type="checkbox"/> Tärkeilteesti toimien ja ilmaisten
<p>Etukäteisjärjestelyt</p> <ul style="list-style-type: none"> - kuunnituskortti - tarina esitelmän ympäristö - suomenkielisen suunnittelu - opiston koulun varaus - rekisuurimäärä - matkavarojen osastaminen 	

OHIATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

<p>Toiminnan kulku</p> <p>Kävely opiston kodalle, jossa yhteinen aiotus elefantin kirjeellä. Pieniryhmissä tunnesuunnistuksia. Kaverin kehu leikki ja makkaranpaistoa. Yhteisleikki ja vapaata leikkiä. Matka takaisin päiväkodille, jossa palautteen anto.</p>	<p>Miten itse toimin?</p> <p>Kirje elefantilla toimi aiotuksena ja motivoi lapsia tunnesuunnistukseen. Itse ohjaan yhtä ryhmää ja kysymysten asetehtäviä autan lapsia oivaltamaan opittuja asioita. Annan lapsille kannustavaa palautetta heidän toimimistaan.</p>
<p>Työnjako aikuisten kesken</p> <p>Jokaisella kasvattajalla oma suunnistusrayhmiä</p>	<p>Arviointi ja mahdolliset jatkoideat?</p> <p>Lapsilta palaute toiminnan jälkeen ja aikuisilta palaute tiimissä</p>


OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

Aika ja paikka Käivän urheilukenttä, toukokuu 2020	Opiskelija, ryhmäkoodi Heidi Jokki, NSOS17K
Toiminnan aihe Luokkunnalliset toimintapisteet, joihin yhdistettynä tunnetaitojen harjoittelemista	Kuvaus ryhmästä Päiväkodin lapset ja huoltajat.
Ryhmän koostumus - Koko ryhmä, pienryhmä vai yksilöllinen ohjaus? Lapsen ja huoltajat saavat kiintää omaehtoisesti toimintapisteissä. - Mitä mahdollisesti löydetä tekoväli sillein?	
Toiminnan tavoitteet Tunnetietoisuuden lisääminen vuorovaikutuksessa liikkuva varhaiskasvatus ohjelman yhteydessä.	
Aiheen valinta Varhaiskasvatukseen perustavissa koroissa huoltajien kanssa toteutettavan yhteistyön merkitys. Päiväkodin johtaja ehdotti yhteistyötä liikkuva varhaiskasvatus kevyt tapahtumain yhteydessä.	Miten tehdään? <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 5px;">■</div> Liikkuen. <div style="margin-right: 5px;">■</div> Liikkuen <div style="margin-right: 5px;">□</div> Tuokien <div style="margin-right: 5px;">□</div> Taiteilijaisesti toimien ja immitien </div>
Etukäteisjärjestelyt Tunneperusteisiin tarvittavat välineet ja ohjeistukset. Tunneperusteiden arviointimenetelmän suunnittelu. Arviointikyselyn tekeminen. Päiväkodin suunnittelutilin kanssa palaveri	

OHIATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA

<p>Toiminnan kulku</p> <p>Toiminnan kulku tarkentuu myöhemmin.</p>	<p>Miten itse toimin?</p> <p>Liikun eri pisteillä havainnoimassa ja tarvittaessa ohjeistamassa lapsia ja heidän huoltajiansa. Omassa toimimassani keskityn kohtaamisim, pautteen kuulemiseen ja toiminnan motivoimiseen.</p>
<p>Työnjako aikuisten kesken</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mukana olevat aikuiset ja heidän tehtävänsä? - Tarvittava yhteistyö ja vuorovaikutus? <p>Yhteistyö koko päiväkodin henkilöstön kanssa</p>	<p>Arviointi ja mahdolliset jatkokeit?</p> <p>Lapset saavat antaa tunnepisteillä palautetta. Tapantuman jälkeen päikyn kautta läheteltävä kyseilylinkki tapantuman onnistumisesta.</p>

LIITE 8



Hyvät lasten vanhemmat!

Olen sosionomiopiskelija Heidi Joki Centria-ammattikorkeakoulusta. Tulen tekemään kevään 2020 aikana toiminnallista opinnäytetyötä Pajulinnaun päiväkodissä, lapsenne ryhmässä.

Opinnäytetyöni käsittelee varhaiskasvatussuunnitelman mukaista tunnetaitojen kehittämistä. Projektin tavoitteena on tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä ja päiväkodin tunnekasvatusta.

Tuokiot sisällytetään tavalliseen päivärytmiin päiväkodissä ja toteutetaan lasten luontaisen oppimisen kautta. Käytän opinnäytetyössäni yhtenä aineistokeruumenetelmänä havainnointia, jollain minun tulisi voida videoida tuokiot. Videoita ei tulla käyttämään mihinkään muuhun havainnoinnin lisäksi, ainoastaan minä katson videot ja tuhoan ne aineiston analysoituani.

Haluaisin projektissani myös ottaa valokuvia lasten tuottamista materiaaleista, joita käytän opinnäytetyön raportoinnissa havainnollistamiseen.

Tätä varten tarvitsisin teiltä luvan valokuvaamiseen ja videokuvaamiseen. Valokuvissa ei tule näkymään lasten kasvoja. Toivon, että lapsenne saa osallistua toiminnalliseen tunnetaitoprojektiin ja hänen tuotoksiaan saa kuvata, sekä pystyn videoimaan tuokiot havainnointia varten.

✂️.....



Huoltajien lupa (palautathan päiväkotiin)

Annan luvan lapseni osallistua tuokioihin, anonyymiin valokuvaukseen, sekä videointiin havaintojen analysoimiseksi ____

Lapseni ei saa osallistua tuokioihin ____

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennös Paikka Päivämäärä

Yhteistyöterveisin Heidi Joki, sosionomiopiskelija (heidt.joki2@centria.fi)

3 KOLMAS INTERVENTIO

Kolmannen intervention aiheena oli tunteen säätely. Interventio toteutettiin piha-alueella (11.5.) lasten ulkoilu aikana. Interventioon osallistui kaikki paikalla olevat lapset, joita oli yhteensä 7, intervention pituus oli 25min. Toiminnan tavoitteena oli, että lapsi tiedostaa tunteiden voimakkuuksien vaihtuvan ja pystyvän itse vaikuttamaan tunteiden säätelyyn. Tunnesäätely on tunteiden säätely, joka auttaa säätämään itsessä heräävien tunteiden voimakkuutta.

Jokainen lapsi asettui aluksi sen tunnepilven kohdalle, mitä tunnetta sillä hetkellä kokee tuntevansa. Lapsille tunnemittari oli entuudestaan tuttu ja jokainen sai mittaista näyttää mihin tuntemansa tunne asettuu tunnemittarissa. Yksi lapsista oli asettunut vihan tunteen kohdalle ja kertoi sen olevan punaisella alueella. Toinen lapsi oli asettunut inhon tunteen kohdalle ja kuvasi tunnetta ”yöäk” sanalla. Halusi kertoa, että tunne tuli, kun oli syönyt vanhaa sipulia. Lapsi asetti tunnemittarissa tunteen punaiselle alueelle. Lapsista neljä asettui ilon tunteen kohdalle, ja kaikki osoittivat tunteen asettuvan vihreälle alueelle tunnemittarissa, yksi lapsista halusi kertoa tunteen tulevan hänelle siitä, kun saa olla kotona. Yksi lapsista koki tunteensa surulliseksi, kysyttäessä kaipaisiko lapsi lohdutusta hän vastasi, ettei tarvitse. Lapsi asetti surun tunteensa vihreälle alueelle.

Tämän jälkeen katsoimme lasten kanssa vaihe vaiheelta, mitä tuokio vielä sisältää. Olin laittanut vaiheet 1–4 ja numeroiden päälle kuvalliset kortit hahmottamaan, mitä tekemistä tarkoitetaan. Seuraavaksi ja -oin jokaiselle lapselle omat Fanni-tunnekortit, joissa oli perustunteita. Lapset saivat jaotella keltaiseen pilveen tunteita, joiden tunteminen tuntuu heidän mielestään mukavalta ja harmaaseen pilveen tunteita, joiden tunteminen ei heidän mielestään tunnu mukavalta. Lapset kokivat tunteiden jaottelemisen helpoksi ja suurin osa lapsista ei tarvinnut aikuisen ohjausta toiminnassa. Lapset kokivat, että mukavalta tuntuvia tunteita on ilo 7, hämmästyminen 7, pelko 3, suru 3, inho 1, viha. Lasten mielestä suru 4, viha 5, inho 5, pelko 3 tunteminen ei tunnu mukavalta.

Seuraavaksi lapset saivat askarrella kasvattajien ja ohjaajan avulla jokainen itselleen mielenhumina pur-kit tunteen säätelyn tueksi. Lapset valitsivat mieleisensä värin glitteristä pulloon. Pulloa sekoittamalla glitterit lähtivät liikkeelle ja valuivat rauhallisesti purkin pohjalle. Lapsia kiinnosti

saavatko he viedä purkit kotiin ja he pohtivat muuttaako purkissa oleva glitteri yön aikana väriä. Mielenhuminapurkkien kanssa siirryttiin seuraavaan vaiheeseen.

Tutkimme mitä aivoissa tapahtuu voimakkaan tunnereaktion hetkellä vanhan viisaan pöllön, aivojen vahtikoira ja aarrearkun avulla. Kerroin lapsille kuvallisen paperin avulla aivojen osat mitkä vaikuttavat tunteiden säätelyyn; etuotsalohko vanha viisas pöllö, mantelitumake aivojen vahtikoira, hippokampus muistialue, jossa on aarrearkku. Kerroin, että aivojen vahtikoira alkaa räksyttämään voimakkaan tunteen kohdalla, vaikka todellista vaaraa ei olisikaan. Kerroin aivojen olevan sumutilassa, kun vahtikoira on vallassa emmekä pysty toimimaan silloin järkevästi. Jokainen testasi sumutilaa heiluttamalla pulloa ja yrittämällä nähdä pullon läpi. Etuotsalohkossa tapahtuu kaikki tietoinen toiminta. Siellä asuu vanha viisas pöllö, joka pystyy järkeviin ratkaisuihin. Viisas pöllö ottaa kantaa vahtikoiran ehdotuksiin ja auttaa meitä tunnesäätelyssä. Hippokampuksessamme, aivojen muistialueella on aarrearkku. Se on muisti-pankkimme, jossa on muistissa aikaisemmat kokemukset tilanteista. Aarrearkusta vanha viisas pöllö kaivaa keinot millä tavoin voisi toimia järkevällä tavalla ja saada vahtikoiran rauhalliseksi. Kerroin lap-sille, että mielenhuminapurkki voi toimia voimakkaan tunteen kohdalla rauhoittajana ja se löytyy nyt teidän aarrearkustanne.

Lopuksi lapset saivat valita tunnekorteista sen hetkisen tunteen, jonka jälkeen kertoivat mitä pitivät tuokiosta. Kaksi lapsista kertoi pitävänsä tuokiosta ja valitsivat ilon tunteet. Kaksi lasta valitsi hämmäs-tyksen tunteen ja yksi pelon tunteen ja kertoivat pitävänsä tuokiota ihan kivana. Yksi lapsista valitsi surun tunteen ja yksi vihan tunteen ja kertoivat etteivät pitäneet tuokiosta. Yksi lapsista kertoi, että hänellä on asiaa. Lapsi sanoi, että aina kun hän menee mummolaan ja jos alkaa kiukuttaa, niin mielen-huminapurkki pitää ottaa mukaan. Tiimin palautteen sain jälkikäteen sähköisenä.

Kasvattajatiimi huolehti pedagogisesta dokumentoinnista Instagramiin ja ryhmän vasu-pilveen, ottamalla tuokiosta kuvia ja videomateriaalia. Opinnäytetyö ohjaaja lähetti kasvattajatiimille tekstin Instagramin dokumenttiin.