

LAB-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Sosionomikoulutus
Varhaiskasvatuksen opettaja

Saara Myyrä

Tule silloin syliin - Laulukirja varhaiskasvatusikäisen lapsen tunnekasvatuksen tueksi

Tiivistelmä

Saara Myyrä

Tule silloin syliin – laulukirja varhaiskasvatukseen lapsen tunnekasvatuksen tueksi, 39 sivua, 4 liitettä

LAB ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta

Sosionomikoulutus

Varhaiskasvatus

Opinnäytetyö 2020

Ohjaaja: Lehtori Kokko-Muhonen, Outi, Lab ammattikorkeakoulu

Tunteet ja tunnetaidot ovat läsnä jokapäiväisessä elämässämme, sillä tunteiden kautta määritellään tapahtumien merkityksellisyys. Tunnetaitoja tarvitaan arkipäiväisissä tilanteissa lapsuudesta aina aikuisuuteen saakka. Tunnekasvatus on tärkeää aloittaa jo varhain, sillä lasten aivojen kehitys tukee juuri tunnetaitojen oppimista varhaisessa iässä.

Tunnetaitojen opetteluun ensimmäiset askeleet ovat tunteiden havaitseminen, tunnistaminen ja nimeäminen. Näiden taitojen oppimiseen lapsi tarvitsee tukea ja apua aikuiselta, joka ensin sanoittaa lapselle tämän tunteita ja myöhemmin opettaa sekä ennakoimaan tunnekuohuja että apukeinoja tunnereaktioista selviämiseen. Aikuinen toimii lapselle mallina ja ohjaa lasta oppimaan keinoja, joiden avulla lapsi voi itse säädellä tunnereaktioitaan.

Tämä opinnäytetyö on kehittämistyö, jonka tuotoksena syntyi lasten laulukirja lasten tunnekasvatukseen tueksi. Laulukirjan neljän tunnelaulun sanoitukset perustuvat lasten ajatuksiin pelosta, surusta, ilosta ja rakkaudesta. Kappaleet on sävelletty tämän opinnäytetyön osana. Lasten ajatuksia selvitettiin Touhula Tirilässä keväällä 2020 haastattelujen avulla. Opinnäytetyön tavoitteina oli koota lasten käsityksiä ja ajatuksia tunteista laulukirjan muotoon.

Opinnäytetyössä käsitellään tunteita, tunnekasvatusta ja tunnekasvatukseen tukevista musiikin keinoin.

Asiasanat: Tunteet, Tunnetaidot, Tunnekasvatus.

Abstract

Saara Myyrä

Tule silloin syliin – songbook for support emotional education for early childhood education aged children, 39 pages, 4 appendices

LAB University of Applied Sciences

Health Care and Social Services, Lappeenranta

Degree Programme in Social Services

Early Childhood Education

Bachelor's Thesis 2020

Instructor: Lecturer Outi Kokko-Muhonen, LAB University of Applied Sciences

Emotions and emotional skills are present in our daily lives. Emotional skills are needed in everyday situations from childhood to adulthood. It is important to start emotional education at an early age, as the development of children's brains supports the learning.

The first steps of learning the emotional skills are noticing, recognizing and naming the emotions. For learning these skills child needs adults help. At first adult names emotions for children and later they teach both forecast the emotional affects and ways to survive with emotions and emotional affects. Adults acts as a role models for children in terms of emotional skills. Adults teach children to learn ways to regulate their emotional affects.

This thesis is development work, which return was children's songbook for support children's emotional education. Four songs which are in songbook are based on children's thoughts about fear, sadness, happiness and love. Songs are composed as a part of this thesis. Children's thoughts were found out by interviews in Touhula Tirilä in the spring of 2020. The aim of this thesis was to gather children's thoughts and visions in the form of a songbook. The thesis deals with emotions, emotional education and supporting emotional education through music.

Keywords: Emotions, Emotional skills, Emotional education.

Sisällys

1	Johdanto	5
2	Varhaiskasvatus	6
3	Varhaiskasvatusikäisen lapsen tunne- ja itsesäätely	9
3.1	Tunnesäätely ikäkausittain.....	10
3.2	Tunnetaidot ja niiden tukeminen	14
4	Musiikki oppimisen välineenä	19
5	Touhula-päiväkodit	21
6	Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus.....	22
7	Opinnäytetyön toteutus.....	23
7.1	Haastattelut.....	24
7.2	Aineiston käsittely	26
7.3	Kirjan kokoaminen	29
8	Eettisyys ja luotettavuus	29
9	Pohdinta.....	30
	Kuviot	33
	Taulukot.....	34
	Lähteet	35

Liitteet

- Liite 1 Yhteistyökirje, Touhula
- Liite 2 Saatekirje, Vanhemmat
- Liite 3 Suostumuslomake
- Liite 4 Teemahaastattelurunko

1 Johdanto

Pienen lasten tunnetaidot kehittyvät arkisissa myönteisissä kohtaamisissa, kun aikuinen huomioi lasta ja viettää aikaa tämän kanssa. Lapselle on tärkeää lukea, laulaa sekä sanoittaa eri tunteita. Tunteiden tunnistaminen ja hallinta ovat tärkeitä koulumenestyksessä ja vuorovaikutuksessa varhaiskasvatuksesta aina aikuisuuteen saakka. (JYUnity, 2019.) Tunteet, tunnetaidot ja tunnekasvatus ovat olleet keskustelun aiheena sekä varhaiskasvattajien keskuudessa sosiaalisessa mediassa että valtakunnallisessa mediassa.

Tämä opinnäytetyö on kehittämishanke, jossa luodaan laulukirja pienten lasten tunnekasvatuksen tueksi. Tässä opinnäytetyössä käsitellään tunteita ja tunnetaitoja ja selvitetään lapsia haastatteleamalla, miten he kokevat ja määrittelevät ilon, surun, pelon ja rakkauden. Haastattelujen pohjalta sanoitetaan ja sävelletään tunnekasvatuksen tukemiseksi uusia lastenlauluja. Opinnäytetyön tuotoksen avulla tuetaan tunnekasvatusta varhaiskasvatuksessa musiikillisen ilmaisun kautta. Tuotos luovutetaan lappeenrantalaisen yhteistyöpäiväkoti Touhula Tirilän käyttöön.

Opinnäytetyön aiheen valintaan vaikutti ajankohtaiset keskustelut nykylasten tunnetaidoista, sekä Facebookin varhaiskasvattajien yhteisöissä käydyt keskustelut tunteista kertovien lastenlaulujen tarpeesta. Lasten kanssa yhdessä työskentely musiikin kautta voi avata uusia mahdollisuuksia tulevaisuudessa varhaiskasvatuksessa työskenteleville ammattilaisille.

Erilaisia laulukirjoja ja tunteista kertovia lauluja on olemassa runsaasti. Lasten kertomuksien pohjalta tehtyjä tunnelauluja ei aihetta kartoitettaessa löydetty. Tunteita, tunnekasvatusta ja musiikkia on tutkittu monin tutkimuksin ja tietoa on saatavilla runsaasti. Erilaiset tutkimukset puhuvat musiikin ja sen voiman puolesta ja tämän vuoksi musiikin valinta tunnekasvatuksen tueksi on ollut luonnollinen. Tietoa tunteista ja tunnekasvatuksesta etsitään alan kirjallisuudesta ja ajankohtaisista tutkimuksista sekä teoriakatsaukseen että laulujen sanoitusten pohjalle.

2 Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatustoiminta on 0–6 vuoden ikäisille lapsille järjestetty hoidon ja opetuksen kokonaisuus. Varhaiskasvatuksen suunnitelmallisessa ja tavoitteellisessa toiminnassa painottuu pedagogiikka. (Oph 2020a.) Kaikki alle kouluikäiset lapset ovat oikeutettuja kunnan varhaiskasvatukseen vanhempainvapaan jälkeen (Kuntaliitto 2020). Lasten mielenkiinnon kohteet ja osaaminen ovat varhaiskasvatuksessa oppimisen lähtökohtana (Oph 2020).

Varhaiskasvatusta voidaan toteuttaa varhaiskasvatuslain mukaisesti päiväkotitoiminnan lisäksi perhepäivähoitona tai avoimena varhaiskasvatustoimintana. Toisin kuin esiopetukseen osallistumiseen varhaiskasvatustoimintaan osallistumiseen ei ole velvollisuutta, vaan huoltaja päättää lapsen osallistumisesta. Kunta on velvollinen järjestämään varhaiskasvatustoimintaa kunnassa ilmenevien tarpeiden mukaan. Palvelut toteutetaan joko kunnan itse järjestämänä tai hankkimalla palvelut yksityiseltä toimijalta. Varhaiskasvatustoiminnan järjestäjä on itse vastuussa siitä, että toiminta vastaa varhaiskasvatusta koskevia säännöksiä ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteita. Kunta määrittää tahon, joka ohjaa valvoo ja neuvoo yksityisiä toimijoita yhdessä aluehallintoviraston, sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontaviraston kanssa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 14.)

Varhaiskasvatuksen oppimisympäristön on edistettävä oppimista, oltava kehittävä, terveellinen ja turvallinen lapsen ikä ja kehitys huomioiden. Varhaiskasvatuksessa edistetään lasten tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta. Varhaiskasvatustoiminnassa lapsia suojellaan väkivallan, kiusaamisen ja häirinnän kokemuksilta ennaltaehkäisevästi ja ehkäistään syrjäytymistä. Lapsille turvataan mahdollisuus osallistua leikkiin, monipuolisiin ja mielekkäisiin oppimisen ja osallisuuden kokemuksiin. Varhaiskasvatuksen henkilöstön koulutus on määritelty kelpoisuudesta annetussa ja henkilöstön määrä mitoitukselta annetussa säädöksessä. Varhaiskasvatuksen tarkoituksena on myös tukea huoltajia kasvatustyössä. Varhaiskasvatuksen työtapoihin kuuluvat lapsen tunneviestien tunnistaminen,

tulkitseminen ja sanoittaminen. Aikuisen tehtävä on mukautua lapsen tunne-
maailmaan tarvitulla tavalla. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 14,
16–17, 39.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on Opetushallituksen antama määräys. Varhaiskasvatussuunnitelma perustuu varhaiskasvatukseen, joka määrittelee sekä lapsen oikeuden varhaiskasvatukseen että varhaiskasvatuksen tavoitteet. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden arvopohja perustuu mm. lapsen edun ensisijaisuuteen, varhaiskasvatukseen, YK:n yleissopimukseen lapsen oikeuksista, YK:n yleissopimukseen vammaisten henkilöiden oikeuksista. Varhaiskasvatussuunnitelman arvoperustan neljä pääkohtaa ovat lapsen oikeudet, yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja moninaisuus, perheiden monimuotoisuus ja terveellinen ja kestävä elämäntapa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 7, 20–21.) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on kaikkia varhaiskasvatustyöntekijöitä velvoittava asiakirja, jonka pohjalta laaditaan paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat (Oph 2020). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet määrittelee mitä paikallisten varhaiskasvatussuunnitelmien tulee sisältää (Oph 2020a).

Laaja-alainen osaaminen

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden laaja-alaisen osaamisen tavoitteet ovat pohjana esi- ja perusopetuksen tavoitteille (Kola-Torvinen 2017, 13). Laaja-alaisen osaamisen kokonaisuus, jonka kehittymistä tuetaan pedagogisella toiminnalla, koostuu tiedosta, taidosta, arvoista, asenteista ja tahdosta. Tunnetaitojen vahvistaminen ovat osana varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden laaja-alaisen osaamisen tavoitetta itsestä huolehtiminen ja arjen taidot sekä vuorovaikutustaitojen myötä myös laaja-alaisen osaamisen alueessa kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 23, 25–26, 36.) Tunnetaitojen, empatian, toisen asemaan asettumisen ja omien tunteiden ymmärtämisen oppiminen luovat valmiuksia yhteiskunnan jäsenenä toimimiseen ja tukevat lapsen kasvua niin yksilönä kuin oman yhteisönsä jäsenenä.

Varhaiskasvatuksessa tuetaan laaja-alaisen osaamisen kehittymistä monipuolisen toiminnan, yhdessä jaettujen kokemusten, sekä rohkaisemisen kautta. (Kola-Torvinen 2017, 13, 14.)

Oppimisen alueet

Oppimisen alueet edistävät lasten laaja-alaista osaamista. Oppimisen alueiden kautta varhaiskasvatustoiminta on monipuolista ja kokonaisvaltaista. (Kola-Torvinen 2017, 14.) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden oppimisen alueet sisältävät varhaiskasvatustoiminnan pedagogisen toiminnan keskeiset sisällöt ja tavoitteet, jotka ohjaavat lapsilähtöisen toiminnan monipuolisessa suunnittelussa. Toiminnassa on huomioitava eri-ikäisten lasten kehitys ja oppiminen. Oppimisen alueita on viisi; kielten rikas maailma, ilmaisun monet muodot, minä ja meidän yhteisömme, tutkin ja toimin ympäristössäni sekä kasvan, liikun ja kehityn. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 40.) Tässä opinnäytetyössä esitellään oppimisen alueista ne, joiden tavoitteen täyttymistä opinnäytetyön tuotos tukee.

Ilmaisun monet muodot- oppimisen alueen tavoitteena on lasten kuvallisen, kehollisen ja musiikillisen ilmaisun tavoitteellinen tukeminen kokemisen ja tekemisen kautta monipuolisin välinein ja keinoin. Kyky käyttää, luoda ja omaksua kulttuuria ja ymmärtää kulttuuriperinnön arvo vahvistuu, kun lapsi saa taiteen ja kulttuurin kokemuksia. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa määritellään varhaiskasvatuksen musiikillisen ilmaisun tavoitteeksi tuottaa lapsille sekä musiikillisiä kokemuksia, että vahvistaa lapsen kiinnostusta ja suhdetta musiikkiin. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa ohjataan tutustuttamaan lapsia taiteeseen ja kulttuuriin, sekä tukemaan lapsen musiikillisen, kuvallisen, sanallisen ja kehollisen ilmaisun kehittymistä. Ilmaisun eri muodot antavat lapsille väylän ilmaista itseään ja tunteitaan itselleen luontevin keinoin. Musiikillisen ilmaisun tavoitteena on tukea lapsen suhdetta ja kiinnostusta musiikkiin ja opettaa havaitsemaan erilaisia musiikin elementtejä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 42–43.)

3 Varhaiskasvatustilanteen lapsen tunne- ja itsesäätely

Tunne syttyy ja sammuu sekunneissa, tuntemus puolestaan on tila, jonka aikana ihminen tiedostaa kehonsa reagoineen, mutta ei vielä pysty erittelemään erilaisia tunteita, joista on kysymys. Tätä prosessia seuraa tunnetila, jossa ihminen tiedostaa tuntemuksensa. Tunnetilaa kutsutaan arjen kielessä sanalla tunne. Tunnetila voi poistua nopeasti tai jatkua pitkään ja muodostua mielialaksi. (Köngäs 2019, 69; Kokkonen 2017, 16–17.) Tunne näkyy ihmisen kasvojen ilmeistä, kun mieliala vaikuttaa koko kehoon, kuten asentoon ja ryhtiin (Kokkonen 2017, 17). Tässä opinnäytetyössä tunne-sanaa käytetään arkikielestä tutulla tavalla kuvaamaan tunnetilaa, sekä tunnetilaa edeltävää prosessia.

Tunneäly on nimike aivoissa tapahtuvalle toistuvalla neurologisella toiminnalla ja se on synnynnäinen osa jokaista ihmistä. Se auttaa ymmärtämään miksi miten tietyissä vuorovaikutustilanteissa tulee käyttäytyä ja toimimaan juuri tietyn tavan mukaisesti. (Köngäs 2019, 36.) Sosiaalinen ympäristö vaikuttaa siihen, millainen käyttäytyminen sopii mihinkin tilanteeseen; eri paikkojen tavat, käytännöt ja ympäristöt määrittelevät osittain sen, millainen käytös on hyväksyttävää. (Riihonen & Koskinen 2020, 35). Valienten, Fabesin, Eisenbergin & Spinradin (2004) mukaan aikuisia seuraamalla ja mallintaen lapset oppivat mitkä tunteet ovat hyväksyttäviä ja kuinka niitä ilmaista tai säädellä (Denham, Bassett & Zinsser 2012, 139). Tunneälyn ajatellaan saavan alkunsa jo sikiöaikana. Tunneälyn osa-alueissa on oma hierarkia; tunteita voi sanoittaa ja ymmärtää vasta, kun ne on ensin tunnistettu oikein ja tunteita voi säädellä vasta, kun pystyy hallitsemaan tunteiden ilmaisemista. Tunneälyä voidaan vahvistaa toistamalla myönteisiä toiminta- ja käytösmalleja. Aivoilta uuden asian oppimiseen ja sisäistämiseen menee aikaa, mutta sisäistettynä asiasta tulee automaattinen toiminto. (Köngäs 2019, 37, 179–180.)

Itsesäätely on lapsen kyky säädellä omia tunteitaan, käyttäytymistään ja toimintaansa tilanteissa niiden vaatimalla tavalla (Ahonen 2017, 18). Erityisesti itsesäätelyn avulla säädellään kielteisiä tunteita, kuten inhoa, pelkoa, suuttumusta ja vihaa (Nurmiranta 2009, 55). Itsesäätely on kehittyvä kyky, joka muuttuu jatkuvasti aivojen kehityksen mukana ja säätää sekä sisäistä tasapainoa että ulkoista käyt-

täytymistä tilanteeseen sopivaksi vahvistuvan toiminnanohjauksen avulla (Sainio, Pajulahti, Sajaniemi 2020, 27). Heikko tunteidensäätelytaito näkyy myös käyttäytymisessä; haasteet voivat olla tunteiden ja käyttäytymisen ali- tai ylisää- telyä (Ahonen 2017, 19–20). Kyky säädellä itse omia tunteita vaihtelee eri tilan- teissa. Kuormittava elämäntilanne vaikuttaa siihen, miten helposti hermostuu. Hermostuminen näkyy käytöksessä aina jollakin tavalla. Tunnesäätelyllä tarkoi- tetaan kykyä selvitä erilaisten tunteiden kanssa. Jokaisella ihmisellä on yksilölli- nen kapasiteetti sietää kuormitusta. Toisilla ihmisillä kapasiteetti on synnynnäi- sesti pienempi ja heillä hermostumisia tai ”ylilyöntejä” tapahtuu herkemmin. Niin sanottua ”hermojen menemistä” tai ”pinnan katkeamista” ei voi täysin estää, mutta niiden määrään voi vaikuttaa erilaisin keinoin. (Riihonen & Koskinen 2020, 34.)

Tunteiden säätely kehittyy aikuisen ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Vau- van ja äidin vuorovaikutus alkaa jo raskausaikana, jolloin tapahtuu myös vauvan aivojen rakenteellinen kehitys. Kohdussa ollessaan vauva saa kokemuksia eri rytmeistä kuten äidin liikkeestä, sydämen sykkeestä, puhe- ja lauluäänestä, jotka ovat hyväksi aivojen kehitykselle. (Kokkonen 2017, 85.) Varhaisina vuosina lap- sen mahdollisuudet itsesäätelyyn ovat heikot aivojen kypsyttömyyden takia. Tällöin aikuisen ymmärryksen ja ohjauksen merkitys korostuu. Lapsille turvallisen aikuisen säätelevä läsnäolo, eli kanssasäätely, on tärkeää. Jokainen lapsi osoit- taa kanssasäätelyn tarpeensa omalla tavallaan. (Sainio, Pajulahti, Sajaniemi 2020, 17–19.) Toiset lapset hakeutuvat lähelle tai syliin, kun taas toiset eivät tun- nekuohun aikana siedä kosketusta. Aikuisen empaattisuus auttaa lasta rauhoit- tumaan tunnekuohun jälkeen. (Ahonen 2017, 32–35.) Kanssasäätely on het- kessä tukemista, tunteen vastaanottamista läsnäoloa ja kuulluksi tulemistä (Tunne ja taida 2019).

3.1 Tunnesäätely ikäkausittain

Tunteiden säätely on yksinkertaisimmillaan kyky vaikuttaa siihen mitä, kuinka pit- kään ja kuinka voimakkaasti ihminen tunnetta tuntee (Kokkonen 2017, 19). Tun- teiden säätelyä voidaan pitää taitona, jota voi opetella sekä lapsena että vielä aikuisenakin. (Kokkonen 2017, 49).

Kaikkien lasten kehitys on yksilöllistä, eivätkä lapset kehity samaan tahtiin. On kuitenkin tiettyjä virstanpylväitä, joita lapsen voi odottaa saavuttavan tietyssä iässä. (Morin, 2018.) Vauva tai pieni lapsi ei pysty itsenäiseen tai oma-aloitteeseen tunteiden säätelyyn. Lapsi hyöttyy sylissä olemisesta ja rauhoittavasta puheesta, sekä tukena olevasta aikuisesta, joka tuo turvaa ja lohduttaa. Aikuisen hyväksyvä ja empaattinen asenne lapsen voimakkaisiin tunnereaktioihin tukee lapsen itsesäätelyn kasvua. Sylissä pitäminen ja vauvalle jutteleminen auttavat pientä lasta selviämään tunnetiloista. Itkuisen vauvan hoitaminen voi olla aikuiselle raskasta, sillä hän käyttää omaa kuormitus- ja tunnekapasiteettiaan vauvan tunteiden käsittelyyn. (Riihonen & Koskinen 2020, 39, 41.) Ensimmäisenä elinvuotenaan pienen lapsen kokemukset juurtuvat aivoihin jättäen kehollisen muistijäljen ja reaktiivisuuden eli vaistomaisen toimijuuden. Kun lapsi saa jo vauvasta saakka rakastavan tyyntyytyksen, hän oppii odottamaan itselleen hyväksyntää ja suojausta silloinkin, kun kokee epämiellyttäviä tunteita. Lapsen sopimaton kohtaaminen tilanteissa puolestaan saa kehon valmiustilaan ja aivot luovat erilaisia selviytymismalleja, joilla lapsi voisi välttyä ja pelastua ahdistukselta. Ensimmäiset aivoyhteydet ovat pohjana kaikelle muulle kehitykselle, joten niiden muuttaminen on myöhemmin erittäin vaikeaa. Vielä nelivuotiaan kanssa pystyy tekemään muutosta aivoyhteyksiin tunnetyöskentelyn saralla. (Köngäs 2019, 91, 93.)

0–1 vuoden ikäisen lapsen tunteet ovat joko ”hyviä” tai ”huonoja”, eikä hänellä ole niille tarkempaa muotoa. Lapsi tarvitsee aikuista lähelleen ja lapsi on lähes riippuvainen aikuisen kyvystä säädellä lapsen tunteita. Lapsi hakee aikuiselta turvaa ja kokemuksia myönteisten tunteiden jakamisesta ja vahvistamisesta. (Riihonen & Koskinen 2020, 44.) Vauvan itsesäätely perustuu pääsääntöisesti hoivavan aikuisen tukeen, mutta itsesäätely alkaa hiljalleen kehittyä. Vauva rauhoittaa itseään esimerkiksi imemällä nyrkkiään. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 96–97.) Täytettyään puoli vuotta vauvan peilisolujärjestelmän aktiivisuuden ansiosta vauva pyrkii matkimaan vokaalien ääntä ja suun asentoa, jonka on nähnyt vokaaleja lausuttaessa. Vauva seuraa myös laulavan ihmisen kasvon ilmeitä ja kulmakarvojen asentoa eri korkeuksilta laulettaessa ja pyrkii itse matkimaan näitä ilmeitä. Tarkkaillessaan toista ihmistä, kehittyvä vauva myös itse samanlaisen äänen tuottajana. Peilisolujärjestelmällä on oma tehtävä myös toisen ihmisen tunteiden ja tarkoituksien ymmärtämisessä. (Huotilainen 2004, 14–16; Huotilainen

2009, 121–128.) Pieni lapsi on kiinnostunut toisista itsensä kaltaisista olennoista ja heidän tunteistaan. Vauvat reagoivat toisen hätään alkamalla itse itkkeä. Lapset myös oppivat toimimaan mallintamalla toisen ihmisen toimintaa. Ilman, että lapsi katsoo itseään peilistä, hän osaa asettaa kasvonsa muistuttamaan samaa ilmettä, jonka hän näkee. Tällainen peilaaminen auttaa ihmistä ymmärtämään toisten tavoitteita ja valmistautumaan toisen ihmisen tekemisiin. Aivojen peilisolujen toiminnalla on suuri vaikutus sosiaaliselle elämällemme, sillä ihmisten vuorovaikutus perustuu ihmisen kyvylle ennakoida toisen ihmisen toimintaa. Ihmisellä on taito myös mallintaa toisen ihmisen tunnemaailmaa. Ihmisen nähdessä jonkun toisen haistavan pahaa hajua, reagoivat sivusta seuraajan aivot samoin, kuin kokemus olisi omakohtainen. Samoin ihmisen aivoissa peilautuvat mm. mielihyvän ja kivun tunteet. (Nummenmaa 2019, 133–136.)

Taaperoikäinen lapsi ei valikoi kiukunpurkauksensa kohdetta, vaan antaa tunteidensa näkyä ja kuulua. Taaperoikäisen lapsen tunnereaktiot ovat tunnistettavissa ja aikuinen voi sanoittaa lapselle lapsen kokemaa tunnetta. Taaperoikäinen lapsi ei vielä osaa ajatella miltä toisesta tuntuu, mutta oppii hiljalleen asioiden syitä ja seurauksia sosiaalisen kanssakäymisen kautta. (Riihonen & Koskinen 2020, 40–41.) Puolen vuoden ikäisenä vauva alkaa olla tarkempi siitä, ketkä ovat hänelle tuttuja ja ketkä vieraita (Morin, 2018). 1–2 vuoden ikäisen lapsen tunteet ovat selkeämmin havaittavissa ja lapsi tulee uhmaikään. Lapsi on enemmän kiinnostunut maailmasta ja lasta täytyy jo rajata ajoittain, mikä voi johtaa tyytymättömyydestä johtuvaan raivokohtaukseen tai huutamiseen. Lapsi tarvitsee yhä aikuisen rauhoittamaan itseään tunnekuuhuissa. Lapsi on tässä iässä rakastava läheisiään kohtaan (Riihonen & Koskinen 2020, 40.) Taaperon itsesäätely on alkanut kehittyä ja pieni lapsi pystyy rauhoittumaan jo ohjeiden avulla. Siitä huolimatta lapsi tarvitsee yhä aikuisen tukea ja apua itsesäätelyssä. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 97.)

2–4 vuoden iässä lapsen tunteenpurkaukset jatkuvat ajoittaisina. Toiset lapset tarvitsevat voimakkaampaa rajoittamista. Kolmen vuoden iässä lapsi alkaa ymmärtää, etteivät kaikki halua hänen kanssaan samoja asioita. Lapsi ei tässä iässä yleensä kykene itsenäiseen rauhoittumiseen, mutta puheen kehityksen edetessä

lapsen kanssa on helpompi keskustella asioista; tunteiden nimeäminen on tärkeässä osassa ikäkauden tavoitetta tunteiden sietämisen ohella. Lapsi kaipaa aikuisen tukea vahvoissa tunnekokemuksissa. (Riihonen & Koskinen 2020, 45.) Lapsi osaa toimia jo aikuisen ohjeiden mukaan ja myös ohjaa itseään puhuen (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 97).

4–6 vuoden ikäinen lapsi osaa jo hetken odottaa omien tarpeidensa tyydyttämistä. Lähellä kuuden vuoden ikää lapsi kokee välillä olevansa iso ja välillä pieni, mikä aiheuttaa lapselle usein sisäisiä ristiriitoja. Lapsi alkaa samoihin aikoihin ohjata itseään sisäisellä ajatuspuheella. Lapsi voi selvitä pienistä kiukunpurkauksista itse, mutta tarvitsee aikuista tuekseen rauhoittumisessa. (Riihonen & Koskinen 2020, 46). Tavanomaisesti kehittynyt kuuden vuoden ikäinen lapsi pystyy ohjaamaan itseään ajattelupuheen avulla. Itseohjautuvuus on haasteellisempaa, jos kielellinen kehitys ei ole kehittynyt tavanomaiseen tahtiin ja tällöin lapsi voi tarvita aikuista toiminnan säätelyyn. (Riihonen & Koskinen 2020, 40–42). Lapsi pystyy kuvitteluleikkien kautta näyttämään omat itsesäätelykykynsä ja hän osaa toimia jo moniosaisten ohjeiden mukaan. Lapsi alkaa ohjaamaan itseään sisäisen puheen avulla. Myös ajattelun taidot kehittyvät ja lapsi osaa monin keinoin säädellä sekä toimintaansa, tunteitaan että käyttäytymistään. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 98.)

Toiminnalliset tunteidensäätelykeinot ovat hyviä keinoja säädellä omia tunteitaan. Ikävästä tai uhkaavasta tilanteesta poistuminen on yksinkertainen keino vaikuttaa omiin tunteisiin. Tunteiden säätelyssä voidaan käyttää mm. musiikkia, joka on hyvä ja monipuolinen tunteiden säätelykeino. Musiikkia voi kuunnella, soittaa, laulaa, säveltää, hyräillä tai sen tahtiin voi liikkua. Liikkuminen on suositeltava tunteiden säätelytapa jo terveydellisten vaikutustenkin puolesta (Kokkonen 2017, 62–63, 65, 67). Lapsilla toiminnallisina tunteidensäätelykeinoina ja erityisesti voimakkaiden tunnereaktioiden kanavoimisena pois aggressiivisesta käytöksestä toimivat esimerkiksi muovaileminen, keinuminen varpailta kantapäille, käsien puristelu nyrkkiin tai voimakas ilmeily, paperin silpuksi leikkaaminen, isojen lihasryhmien jännittäminen ja rentouttaminen vuoron perään, kehon ravistelu, kävely, hyppiminen, kyykkyhyppyt ja juokseminen. Myös kylmän veden valuttami-

nen nilkoille ja ranteille voi auttaa voimakkaan tunnereaktion säätelyssä. (Riihonen & Koskinen 2020, 88–89). Jos tunne on sietämätön, tunteen vallassa voi toimia hetken mielijohteessa. Tunteen sietämisen hetkellä on hyvä hengitellä ja olla tekemättä mitään. Hengitykseen ja kehoon keskittymällä pystytään toimimaan hetkessä järkevästi ja rakentavasti. Jotta tunnetta voi sietää, on tunne tunnistettava ja hyväksyttävä. (Tunne ja taida 2020a.) Palleahengitys, eli syvään hengittäminen niin, että rintakehä pysyy paikallaan ja pallea liikkuu hengityksen tahdissa ylös ja alas, on tehokas keino tunteen ja kehon rauhoittamiseen (Hyvä terveys 2020; Riihonen & Koskinen 2020, 89). Erilaisia rentoutusharjoituksia voi tehdä lasten kanssa myös mielikuvamatkoja hyödyntäen ja lapset voivat harjoitella pareittain myös toisen hellää silittämistä rentoutuksen yhteydessä. Tunteen rauhoittamiseen käytettäviä keinoja kannattaa harjoitella rauhallisella hetkellä; tunnekuohussa lapsi ei kykene vastaanottamaan uusia oppeja, vaan tukeutuu jo tutuiksi tulleisiin keinoihin.

3.2 Tunnetaidot ja niiden tukeminen

Tunnetaitoja ovat tunteiden tunnistaminen, tunteiden nimeäminen, tunteiden ilmaiseminen ja tunteiden säätely (Hintikka 2018). Omien ja toisen tunteiden tunnistaminen, kyky tunnistaa asiat, jotka aiheuttavat tunteita sekä kyky ennakoida ja säädellä omia tunteita ovat mielenterveyden kannalta tärkeitä taitoja. Tunneälyn ja tunnetaitojen perusta syntyy lapsuudessa, joten juuri silloin on hyödyllisintä opettaa niihin liittyviä taitoja. Varhaiskasvatusikäisten lasten on vielä mahdollista oppia uusia ja hyödyllisiä taitoja, jotka kantavat vielä aikuisuudessakin. (Köngäs 2019, 177.)

Omien ja toisten tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen, sekä tunteiden ymmärrettävä ilmaisu kuuluvat hyviin tunnetaitoihin. Syntyessään lapsella ei ole valmiita tunnetaitoja, vaan muiden taitojen lailla niitä on harjoitettava useita kertoja. Tunnetaitojen kehittyessä tuetaan myös lapsen itsetuntoa, kaveritaitoja, oppimista, psyykkistä ja fyysistä terveyttä. (Tunnetaitoja lapselle 2020.) Lapsi oppii tunnetaitoja ympärillään olevilta aikuisilta arjen tilanteissa. Tunnetaitoja opetetaan lapselle ohjaamalla lasta tunteen kohtaamisessa ja tunteen kanssa toimimisessa. (Tunne ja taida 2020a.) Gottmanin, Katzin & Hoovenin (1997) mukaan vanhempien asenne tunneilmaisuun vaikuttaa siihen, miten helposti

lapsi pääsee itse kosketuksiin omien tunteidensa kanssa (Denham, Bassett & Zinsser 2012, 139). Aikuinen voi päivittäisessä arjessa tukea lapsen tunteita mm. näyttämällä mallia tunnereaktioiden käsittelytavoissa, kannustamalla lasta sekä vastaamalla lapsen tunteisiin ja reaktioihin (Pathways 2020).

Liikkuminen, uni, monipuolinen ravinto ja sosiaalinen ympäristö, joka tukee lapsen kehittyviä säätelytaitoja ovat hyvinvoinnin kannalta merkityksellisiä asioita. Itsesäätelyä, ryhmissä työskentelyä tukevia ja hyvinvointitaitojen pohjan luovia taitoja ovat mm. toisten huomioiminen, oman mielen malttaminen ja mielihyvän viivästyttäminen. Pitkäjänteisyyden ja tunnesäätelyn kehittymistä jarruttaa liian nopeasti saatavilla oleva mielihyvä. Asiat eivät aina tunnu aluksi tai lainkaan mukavilta, mutta siitä huolimatta niitä on terveellistä ja tärkeää opetella ja tehdä. Hyvinvointi- ja tunteiden harjoittelu on pitkä prosessi, joka kannattaa aloittaa mahdollisimman varhain. (Sainio, Pajulahti, Sajaniemi 2020, 16–17).

Varhaiskasvatussuunnitelman 2018 perusteiden arvoperustassa määritellään varhaiskasvatuksen tehtäväksi ohjata lapsia kohti terveyttä ja hyvinvointia edistäviä elämäntapoja, jotka sisältävät lapsille mahdollisuuksia omien tunteidensa kehittämiseen. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa määritellään erikseen lapsen oikeudeksi saada lohdutusta sitä tarvittaessa. Kasvattajilla on merkityksellinen osa lasten sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen harjoittelussa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 21, 31–32.) Aikuiset tarjoavat lapsille tunteiden kehittäviä tai estäviä kokemuksia (Denham, Bassett & Zinsser, 2012, 137). Tunnekasvatuksessa kasvattajan omat tunteiden taidot ovatkin tärkeässä asemassa; lasta ei voi opettaa tunteiden taidoissa omaa tasoaan pidemmälle. Jos aikuisella on haasteita tunteiden kanssa, hän ei voi toimia tunteiden taidoissa hyvänä mallina lapselle. (Kasvun taika 2019.)

Varhaiskasvatuksessa ammattilaiset toteuttavat tunnekasvatusta sekä tietoisesti ennalta suunniteltuna toimintana että tiedostamattomasti aikuisen ja lapsen välisen luonnollisen vuorovaikutuksen yhteydessä. Varhaiskasvatuksessa lapsi pääsee harjoittelemaan sekä tunteiden taitoja että sosiaalisia taitoja. Toisten lasten kanssa toimiminen ja leikkiminen kehittävät tunteiden säätelyä ja tunteiden tun-

nistamista. (Salo 2017, 24–25.) Varhaiskasvattajia veloitetaan tarjoamaan lapsille mahdollisuuksia tunnetaitojen kehittämiseen varhaiskasvatuksen toimintaympäristöissä (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 21).

Lapselle leikki on luonteva tapa oppia esimerkiksi tunnetaitoja (Kiintymysvanhemmuusperheet, 2018). Vygotskyn mukaan leikki on lapselle merkityksellistä tämän oppimisen kannalta, sillä leikkiessään lapsi on lähikehityksen vyöhykkeellään ja tällöin lapsi oppii uusia tietoja ja taitoja (Kalliokoski 2018, 25, 31). Leikin kautta lapsen on mahdollisuus käsitellä tapahtuneita asioita ja tunnekokemuksia, sekä vahvistaa luovuutta, itsekuria ja itseilmaisua (Suomen leluyhdistys 2019). Leikistä voi nähdä lapsen kehityksen tason, mutta leikki vie kehitystä myös eteenpäin. Leikkien ja pelien kautta lapsi oppii odottamaan omaa vuoroaan sekä noudattamaan sääntöjä. (Leikkipäivä 2020.) Varhaiskasvatuksessa lapset pääsevät leikkimään vertaistensa kanssa erilaisissa ryhmissä, mikä tukee lasten kykyä säädellä tunteita ja perusteissa veloitetaan aikuista ohjaamaan leikkiä, turvaamaan leikin edellytykset sekä mahdollistamaan leikkiin osallistuminen jokaiselle lapselle tämän omien valmiuksien mukaisesti. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 39). Kielellisten taitojen kehittyessä tunnekasvatuksessa voidaan hyödyntää satuja, näytelmiä ja elokuvia. Tunnekasvatuksesta voidaan käydä myös keskusteluja. Kuva on hyvä tuki tunteiden näkyväksi tuomisessa erityisesti silloin, kun kielellisessä kehityksessä on puutteita tai tunteille ei löydy sanoja. Tunteiden sanoittaminen tai ilmaiseminen esimerkiksi kuvan avulla voi olla apuna esimerkiksi haastavan käyttäytymisen vähentämisessä. (Oph 2020b.)

Jokaisen lapsen kuulluksi tuleminen arjen tilanteissa voi isossa päiväkotiryhmässä olla haastavaa. Jokaisella lapsella on omat tarpeensa tunnetaitojen saralla, mutta myös ammattilaisten omat näkemykset tunteiden sopivasta ilmaisusta ja sosiaalisesti hyväksyttävistä tunteista voivat poiketa toisistaan. (Salo 2017, 24–25.) Yhdessä toteutettavat tunnekeskeiset toimintatavat lisäävät keskittymistä, sekä työn ja leikin mielekkyyttä. Yhteiset arvot ja kasvatustavat ovat koko päiväkodissa ja yksittäisessä ryhmässä tärkeitä myös lapsen näkökulmasta, sillä kasvatustavat saattaa jakautua jopa viidelle aikuiselle päivän aikana. (Königs 2018, 202, 205.)

Tunteen tunnistaminen ja nimeäminen

Tunneälyn osa-alueiden mukaisesti ensimmäinen askel ja tunnesäätelytaitojen perusta on tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen. Aluksi aikuinen tunnistaa ja nimeää lapsen perustarpeet ja tunteet, sekä vastaa niihin. Ollessaan vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa, lapsi oppii hiljalleen nimeämään ja tunnistamaan sekä omia, että toisten tunteita. Pienten lasten lisäksi myös isommat lapset hyötyvät tunteiden nimeämisestä. Tunteiden oppiminen tapahtuu yksilöllisesti ja toisinaan prosessi on pitkä; joskus aikuisenkin on vaikea nimetä mille hänestä tuntuu. Arjessa käydyt tunnekeskustelut vahvistavat lapsen ymmärrystä tunteen kehollisesta vastineesta ja auttaa lapsia nimeämään useampia tunteita ja niiden eri sävyjä. Tunteiden kohtaamisen vaikeus ja tunteen vältteleminen voi näkyä piiloon menemisenä, nauramisena tai hämmentävänä käytöksenä. Lapsi voi pyrkiä välttelemään myös miellyttävän tunteen aiheuttamaa tunnetilaa. Kun lapsen tunnetila nimetään ja ymmärretään myötätuntoisesti, lapsi tulee kuulluksi ja on tämän myötä yhteistyökykyisempi. (Riihonen & Koskinen 2020, 62–64, 66–68.)

Kielellisten taitojen kehittyessä lapsella on mahdollisuus tulla kuulluksi ja ymmärretyksi, mikä tukee ja helpottaa myös lapsen käyttäytymisen säätelyä. Aikuisen ja lapsen välinen kielellinen vuorovaikutus on hyvä väline aikuiselle lapsen itsesäätelyn tukemiseen. (Ahonen 2017, 20.) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018, 20) määritellään, että kuulluksi, nähdyksi ja huomioon otetuksi ja ymmärretyksi tuleminen omana itsenään ja yhteisönsä jäsenenä ovat lapsen oikeuksia varhaiskasvatuksessa.

Pienelle lapselle on tärkeää yhdistää tunnekokemus oikeaan tunnesanaan aikuisen avulla. Ilman tätä tunteet jäävät lapselle nimettömiksi ja lapsen on vaikeaa hallita ja pysäyttää tunteitaan vielä aikuisenakin. Tunteiden nimeäminen on hyväksi myös minäkuvan muodostumiselle. (Köngäs 2019, 93.) Pieni lapsi voi pysyä kertomaan tuntemastaan tunteesta kehollisten tuntemusten kautta, vaikka hän ei löytäisi sanaa itse tunteelle. Kasvattaja voi auttaa lasta tunnistamaan tämän kokemuksen. (Kanninen & Sigfrids 2012, 77.) Vanhemmat sanoittavat pienen lapsensa tunteita melko automaattisesti, mutta lapsen kasvaessa tunteiden sanoittaminen usein jää taka-alalle. Tunteita voi sanoittaa lapselle esimerkiksi

omien kokemusten kautta. Myös satuja ja tarinoita voi käyttää tunnetaitojen tukemisessa ja tunteiden esiin houkuttelemisessa (Ympyräiset 2020).

Tunteiden nimeämistä ja sanoittamista voi harjoitella erilaisten kuvien, kuvakorttien ja leikkien avulla. Tämän opinnäytetyön tuotoksessa on esitelty muutamia leikkejä tukemaan tunteisiin tutustumista, tunteiden tunnistamista sekä toiminnanohjausta ja ilon, surun, pelon ja rakkauden kokemuksia on sanoitettu tunneaiheisiin lauluihin.

Tunteen havaitseminen

Kehollisen virittäytymisen tunnistaminen kuuluu lasten tunnetaitojen opettamiseen. Jokainen tuntee tunteensa yksilöllisesti omassa kehossaan. Omille tunteilleen on mahdollista tunnistaa sekä ennakkomerkit että tunnetta ilmentävä kehon alue. Aikuinen voi kertoa omia kokemuksiaan tunteiden ennakkomerkkien havaitsemisesta tai siitä, missä hänellä itsellään eri tunteet tuntuvat. (Riihonen & Koskinen 2020, 84–85.) Tunnetilojen ohjaaminen vaatii kehollisten viestien ja tunteiden tunnistamisen taitoa, mikä auttaa mukautumaan erilaisiin tilanteisiin tarkoituksenmukaisin tavoin. Tunteiden havaitseminen edellyttää pysähtymistä, jonka jälkeen voi tietoisesti havainnoida tuntemuksiaan. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 59.)

Tunteiden havaitsemisen yhteydessä tunteiden tunnistamisen apuna voi käyttää apuna tunnetaulua. Tunnetaulun avulla lapsi pystyy osoittamaan mitä tunnetta hän tuntee, jos hän ei pysty sanoittamaan sitä. Lapsen kanssa voi yhdessä pohtia mikä tunne hänessä heräsi ja kuinka voimakas tunne on. Tunteen voimakkuuden määrittelyssä voi käyttää esimerkiksi peukaloa, eli peukkumittaria. Peukkumittarilla tunteiden voimakkuus voidaan jakaa kolmeen eri voimakkuuteen; peukalo ylhäällä on hyvä, eli tila, jossa lapsi selviää tunteen kanssa, peukalo sivuttain on ok, mikä voi merkitä melko voimakasta tai voimistuvaa tunnereaktiota ja peukalo alaspäin merkitsee huonoa tai voimakasta kokemusta. (Riihonen & Koskinen 2020, 81–83.) Jos lapsen on vaikea tunnistaa omia tunteitaan, on hänelle tärkeää sanoittaa sekä omia että toisen tunnetiloja.

Tunteen ilmaiseminen

Tunteiden tilanteeseen sopiva ilmaisu vaatii sekä tunneälyä että riittävän kehittyneitä tunnetaitoja sekä riittävää aivojen kehitystä. Jo vauvat osaavat ilmaista tunteitaan itkemällä ja hymyilemällä, mutta hyvän ja pahan olon ääripäät muotoutuvat vasta myöhemmin moniksi erilaisiksi tunnesävyiksi. Tunteita kannattaa nimenä jo pienelle lapselle tämän ilmaistessa tunnetta. Tunteen nimeämisen rinnalla lapsen kanssa voi miettiä myös tunteen ilmaisua ja tunteen voimakkuutta. Myös toisen ihmisen tunteiden laatua ja määrää voi arvioida. Tutustuessaan tunteisiin ja eri tunnereaktioihin lapsi oppii tunteiden syy-seuraussuhteita. (Oph 2020b.)

Tunteita ilmaistaan usein fyysisesti, mikä on välittömin ja suoriin ilmaisukeino. Fyysisiä tunnereaktioita ovat mm. itkeminen, nauraminen, huutaminen, hymyileminen ja potkiminen. Tunteita voidaan ilmaista myös sanallisesti, eli puhumalla tai kirjoittamalla. Kirjoittaminen on toimiva keino silloin, kun ihmisellä ei ole ketään kelle puhua tai puhuminen tuntuu vaikealle. (Mieli 2020.)

Myös haasteellisia ja kielteisiä tunteita täytyy ja saa ilmaista (Mieli 2020; Moreno 2020). Tunteiden ilmaiseminen ei kuitenkaan saa johtaa toisten ihmisten loukkaamiseen tai vahingoittamiseen. Joskus asioiden tai tunteiden käsittely vaatii aikaa ja toisinaan tilanteet on hyvä purkaa heti. Myönteisiä tunteita kannattaa ilmaista näkyvästi ja toiselle ihmiselle on myös hyvä antaa positiivista palautetta, mikä edistää yhteenkuuluvuutta ja tuo iloa. (Mieli 2020.)

4 Musiikki oppimisen välineenä

Musiikki on jo itsessään hyvä keino tunteiden säätelylle sen monipuolisuuden vuoksi. Musiikki kuuluu kaikille ja se on ollut mukana ihmisen kehityksen alkua ajoista lähtien. Terveyskirjaston (2019) mukaan musiikki on pitänyt alkuihmisen hengissä, sillä musisointia on harrastettu yhdessä ja ryhmän ulkopuolelle jääminen on tarkoittanut kuolemaa (Terveyskirjasto, 2019). Musiikin tunnekieli on yleismaallista. Samasta kappaleesta tunnistetaan samoja tunteita, vaikka eri puolella maailmaa asuvat ihmiset kuuntelevat sitä. (Nummenmaa 2019, 78.)

Sinkkonen (1997) ja Ahonen-Eerikäinen (1997) ovat kuvanneet musiikkia tunteiden sanattomaksi kieleksi, jonka avulla tunteita pystyy kuvaamaan jopa kielellisiä keinoja paremmin. Kurkela (1997) puoltaa musiikin sopimista välineeksi pienille lapsille, joilla on vielä rajallinen kieli. (Eloranta 2015, 13.) Musiikki on merkityksellistä myös vauvoille. Sikiöaikana vauva kuulee kohtuun vaimennettuna ääniä kohdun ulkopuolelta aina raskauden puolivälistä alkaen. Kohtuun vauva havaitsee musiikin rytmin, melodian ja äänenvoimakkuuden vaihtelut. Syntymänsä jälkeen vauva tunnistaa sekä oman äitinsä äidinkielen muiden kielten joukosta, samaa kieltä puhuvista naisista oman äitinsä äänen, sekä laulut, joita äiti on laulanut ja kuunnellut loppuraskauden aikana, vaikka se olisi nopeutettua ja transponoitua (vaihdettu eri sävellajiin, mikä tarkoittaa sitä, että kappale lauletaan joko korkeammalta tai matalammalta) tai sen rytmiä olisi muunneltu. Vauvat kuuntelevat mieluummin äidin laulua kuin puhetta, ja vauvan syljen kortisolipitoisuuden mitauksien tuloksista on selvinnyt, että laululla on vauvaan tyyntävää vaikutus. (Huotilainen 2004, 14–16; Huotilainen 2009, 121–128.) Sen lisäksi, että musiikki vaikuttaa sikiöön ja pieneen lapseen on tutkittu myös, että säännölliset musiikki- tuokiot ja leikkisä ryhmämusiikkitoiminta, jotka koostuvat mm. laulamisesta, yksinkertaisten soittimien soittamisesta ja oman kehon käyttämisestä soittimena, vaikuttavat pitkällä aikavälillä positiivisesti lasten kielelliseen kehitykseen (Scientific reports, 2018.) Musiikilla on yhteys myös lapsen kognitiivisiin taitoihin (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 108.)

Oppijalähtöistä musiikkikasvatusta ja luovuutta korostavan Orff-pedagogiikan mukaan vuorovaikutteisen opetusprosessin elementtejä ovat oman kulttuurinkin juurista löytyvät soitto, liike, puhe, musiikin kuuntelu ja laulu. Musiikkia lähestytään kokeilemalla ja kokeilusta voidaan edetä aina ilmaisuun ja improvisointiin. Improvisointia tai omia teoksia voidaan yhdistää kuunteluun. Musiikillista ilmaisua voidaan yhdistää muihin taideaineisiin. (JaSeSoi 2020.)

Kaikissa kulttuureissa on omanlaista musiikkia vauvoille ja lapsille. Lapsille suunnatut laulut ovat usein laulupainotteisia kappeleita, joissa on yksinkertaisia toistuvia melodioita. (Huotilainen 2019, 129.) Tässä opinnäytetyössä syntyvien laulujen avulla oppimisen aluetta ilmaisun monet muodot tuetaan monipuolisesti. Lasten kulttuuria tuetaan ja luodaan uusien tunneaiheisten laulujen avulla. Lapset

saavat kuunnella kappaleita, laulaa niitä ja soittaa niiden tahdissa erilaisin soittimin, kuten kapuloita, rumpuja tai omaa kehoa hyödyntäen. Lapset saavat myös monipuolisia ja mielekkäitä kokemuksia erilaisista rytmeistä ja äänimaailmoista. Tunne-aiheiset kappaleet toimivat keskustelunherättäjinä ja keskustelua voidaan käydä sekä tunteista että musiikin herättämistä ajatuksista. Musiikki herättää kuulijassaan ja musiikilliseen hetkeen osallistujassa tunteita, joita voidaan ilmaista jonkin toisen taiteen muodon, kuten tanssin kautta (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018; Kindermusic, 2020).

Tunnetaitoja ja tunteiden tunnistamista voidaan käsitellä myös musiikillista, kuvallista ja kehollista ilmaisua hyödyntäen. Musiikilliseen ilmaisuun voi yhdistää kuvallista ilmaisua esimerkiksi musiikkimaalaamisen avulla ja kehollista ilmaisua tanssin ja musiikin tahtiin liikkumisen kautta. Musiikki voi voimistaa, herättää ja ilmentää eri tunteita. On myös esitetty, että yksinkertainen motorinen toiminta yhdistettynä loruun tehostaa oppimista kielellisen ja motoristen toiminnan rytmien samankaltaisuuden vuoksi. Loruset ja rytmit hyödyntävät ihmisen muistin tarinallisia ja rytmisiä ominaisuuksia. Tällainen toiminta sopii hyvin niiden asioiden opetteluun, joista on tarkoitus tulla osa päivittäistä tietoa. (Huotilainen 2019, 72.) Tämän vuoksi musiikki on hyvä väline myös opetteluun.

5 Touhula-päiväkodit

Touhula on yksityinen päiväkotipalveluita tarjoava päiväkotiperhe (Touhula 2020a). Se on perustettu 2010 ja se täydentää kuntien tuottamia päivähoitopalveluja. Touhulan pääomistaja on pääomasijoitusyhtiö EQT:n rahasto, jonka pyrkimys on auttaa hyviä yhtiöitä kehittymään vielä paremmiksi ja vastuullisiksi yrityksiksi. (Touhula 2020.) Viimeisen kahden vuoden ajan Touhulassa on tehty kehitystyötä laadun edistämiseksi. Tammikuussa 2019 Touhulalle on myönnetty sekä laatusertifikaatti, että ympäristösertifikaatti. (Touhula 2020c.) Touhula-päiväkodit työllistävät useita ammattilaisia Suomessa yli 140 päiväkodissa (Touhula 2020f).

Touhulan toiminnassa panostetaan vuorovaikutukseen, yhteishenkeen ja kohtaamiseen ja Touhulan varhaiskasvatustoiminnan periaatteita ovat kokopäiväpedagogiikka ja pienryhmätoiminta. (Touhula 2020b.) Jokainen Touhula-päiväkoti

toteuttaa joko liikunta, kieli, seikkailu, taide, tiede tai luonto- teemaa. Kukin teema tukee jotakin varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden oppimisen aluetta. (Touhula 2020a.) Touhulan päiväkotien toimintakausi on rytmitetty Touhulan oman Rytmin mukaan ja toiminta noudattaa lakisääteisesti sekä valtakunnallista että kunnallista varhaiskasvatussuunnitelmaa Touhula 2020b).

Touhula-päiväkodit toteuttavat Touhulan kestävän kehityksen politiikkaa, joka tarkoittaa kestävän kehityksen mukaisten arvojen ja toimintatapojen tukemista ja noudattamista. Touhula- politiikan keskeisimmät periaatteet ovat turvallisuus, ympäristökasvatus, yhdenvertaisuus, luonnonvarojen vastuullinen käyttö ja yhteistyökumppaneiden vastuullisuus. (Touhula 2020c.) Touhulan arvoja ovat hyvinvointi, avoimuus, vastuullisuus ja oppimisen ilo. Päiväkodin arvoja ovat olleet luomassa päiväkodin ammattilaiset; henkilöstö ja osa lapsista. (Touhula 2020d.) Touhula antaa asiakasperheilleen neljä arvoja näkyväksi tekevää lupaus. Lupa- paukset ovat vähintään kaksi tuntia liikuntaa päivässä, kuukausittaiset vanhem- painkahvit, viikoittainen vastuullinen retkeily lähiympäristössä ja päivittäinen lu- keminen lapsille. Touhulan tehtäväksi on määritelty onnellisuuden lapsuuden luo- minen. (Touhula 2020a.)

Touhula Tirilä

Tämän opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimii Touhula Tirilä. Touhula Tirilä sijaitsee Lappeenrannan Tirilässä. Touhula Tirilän kuusiryhmäinen päiväkotitoimi on avattu 2017. Varhaiskasvatuksen lisäksi päiväkodissa toimii myös esikoulu- ryhmä. Touhula Tirilän painotus on liikunta, mikä näkyy päiväkodin arjen toimin- noissa retkeilynä, liikuntaleikkeinä, perinneleikkeinä ja uusiin urheilulajeihin tu- tustumisena. (Touhula 2020e.)

6 Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus

Tämä opinnäytetyö käsittelee tunteita ja tunnetaitoja. Opinnäytetyössä käytetään musiikkia tunnekasvatuksen välineenä. Kehittämistyön tuotosta voidaan hyödyn- tää osana pienen lapsen tunnekasvatusta ympäristöissä, jossa työskennellään lasten kanssa. Lasten ajatuksien sanoittaminen lauluksi toimii menetelmänä las- ten tunteiden käsittelyssä tai tunnistamisessa. Osallistuessaan haastatteluun ja

saadessaan kertoa omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan, lapset saivat olla osallisia uuden musiikin tekemisessä ja samalla he tulivat kuulluksi.

Opinnäytetyössä selvitettiin lasten näkemyksiä ja kokemuksia ennalta valituista tunteista (pelko, ilo, suru ja rakkaus) ja luotiin lasten kertomusten perusteella uusia tunteita käsitteleviä lastenlauluja lasten tunnekasvatuksen tueksi. Kun laulut on sanoitettu lasten käyttämin termein tai kuvauksin, ovat ne ikään kuin lasten omaa kieltä. Opinnäytetyön tuotoksena syntyvässä laulukirjassa uusien kappaleiden lisäksi esitellään myös vinkkejä kappaleen käyttöön, jokaiselle tunteelle sopivia leikkejä tai toimintoja musiikilliseen, keholliseen tai kuvalliseen ilmaisuun.

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen kehittämistyö, jonka tuotoksena syntyy lasten ajatuksiin perustuva laulukirja pienten lasten tunnekasvatukseen ja jonka tavoite on auttaa lapsia tunnistamaan ja nimeämään tunteita laulujen avulla. Opinnäytetyön tarkoitus on luoda laulukirja lasten tunnekasvatuksen tueksi.

Tämän opinnäytetyön kehittämistehtävänä on

1. koota lasten käsityksiä ja ajatuksia tunteista
2. koota haastattelumateriaaleista ideoita sanoituksiin ja säveltää niihin kappaleet, joista kootaan laulukirja pienten lasten tunnekasvatuksen tueksi.

7 Opinnäytetyön toteutus

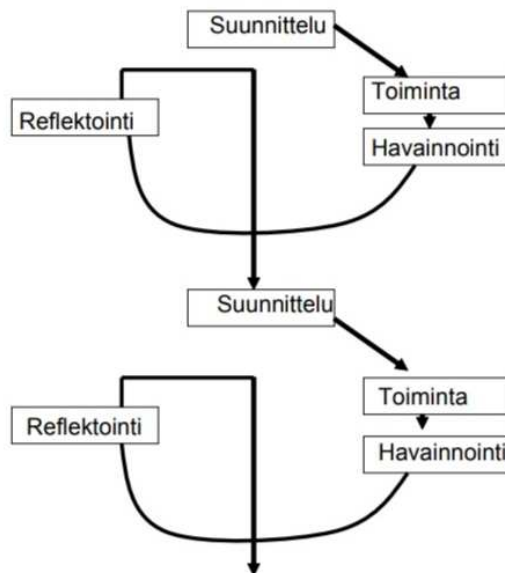
Yleisen toimintatavan mukaan toiminnallinen opinnäytetyö perustuu työelämälähtöiseen toimeksiantoon, jonka perusteella tuotetaan tuotos toimeksiantajalle. Opinnäytetyössä oleellista on, että se perustuu työelämän todellisen ongelman määrittelylle (JAMK 2019). Tämä opinnäytetyö lähti liikkeelle varhaiskasvatukseen ajankohtaisen aiheen ideoinnista. Aihe rajattiin tunnekasvatukseen ja neljästä eri tunteesta kertoviin lauluihin. Opinnäytetyön suunnittelun rinnalla etsittiin opinnäytetyölle sopivaa yhteistyökumppania ja opinnäytetyölle löydettiin yhteistyötaho, jonka tarpeita opinnäytetyö vastaa. Tämän opinnäytetyön tuotos tukee varhaiskasvattajia heidän työssään lasten tunnekasvatuksen parissa. Kuviossa 1 on kuvattu opinnäytetyön vaiheet.

Tämän opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimii Lappeenrantalainen Touhula -päiväkoti. Yhteistyökumppanin esittely luvussa 5 Touhula päiväkodit.



Kuvio 1. Opinnäytetyön vaiheet.

Kuviossa 2 on kuvattu spiraalimalli. Spiraalimalli kuvaa kehittämistoiminnan tehtävien muodostamia kehiä, jotka toistuvat uudelleen ja uudelleen, kunnes tuotos on valmis (Toikko & Rantanen 2009, 66–67). Laulukirjan luomisessa tavoitteita tulee havainnoida ja arvioida koko prosessin ajan aina säveltämisestä ja sanoitustyöstä alkaen. Opinnäytetyön teoriaosuuden laatiminen ja kirjan kokoaminen vaativat jatkuvaa uudelleenarviointia. Tämän vuoksi tämän opinnäytetyön kehittämisprosessi etenee luontevasti spiraalimallin mukaisesti. (Kuvio 2).



Kuvio 2. Spiraalimalli. (Toikko & Rantanen 2009, 67).

7.1 Haastattelut

Haastattelut on toteutettu keväällä 2020 yhdessä Henna Taskisen kanssa. Haastattelumateriaali oli niin laaja ja monimuotoinen, että siitä oli mahdollista ammentaa kaksi erillistä opinnäytetyökokonaisuutta.

Saatekirjeitä, joiden liitteenä oli lupakaavake opinnäytetyöhaastatteluun osallistumiseen, toimitimme päiväkodille 60 kappaletta (Liite 2, liite 3). Määrä sisälsi ylimääräisiä kappaleita varalle, jos joku perhe hukkaisi oman haastattelulupansa. Vanhemmilta luvan haastatteluihin sai 24 lasta. Haastatteluihin osallistui 16 lasta, jotka olivat iältään 4–6vuotiaita ja 1 lapsi, joka oli jo täyttänyt 7 vuotta. Haastattelusta kieltäytyi yksi lapsi ja sairaana tai poissa haastattelupäivinä oli 6 lasta.

Haastattelumenetelmäksi valittiin pienryhmämuotoinen teemahaastattelu. Haastatteluja käytetään paljon, kun halutaan tietää lasten mielipiteitä ja toiveita eri asioista, sillä lasten luotetaan olevan oman elämänsä asiantuntijoita ja näin myös kokemustensa parhaita kertojia (Roos 2016, 30). Lasten ryhmähaastattelu valittiin siksi, että lapset toimivat yleensäkin kaveriryhmissä ja ryhmähaastattelussa lapsen on mahdollisuus valita oman aktiivisuutensa aste. (Helavirta 2007, 631.)

Teemahaastattelussa haastattelu tehdään avoimin kysymyksin ennalta määriteltujen teemojen perusteella. Teemahaastattelussa voidaan valmiiden kysymysten sijaan käyttää tukilistaa käsiteltävistä asioista. (Eskola & Vastamäki 2015, 29). Teemahaastattelun valinta oli luonnollinen myös laulujen teemoiksi ennalta valittujen tunteiden vuoksi. Yleisemmän tunne- teeman riskinä oli se, että tunne- aiheesta ei olisi saatu riittävästi yhtenäistä haastattelumateriaalia laulujen sanoituksiin. Ilo, suru, pelko ovat perustunteita ja ne, rakkaus mukaan lukien ovat ihmisen päivittäisiä tunteita. Ryhmässä oleminen on lapselle myös yksilöhaastattelua luonnollisempi tilanne, mutta tällaisen menetelmän kohdalla haastattelijan on pidettävä huolta siitä, että kaikki saavat äänensä kuuluviin (Helavirta 2007, 631). Liitteessä 4 on tämän opinnäytetyön yhteydessä tehtyjen haastattelujen kysymysrunko.

Haastattelut on hyvä toteuttaa haastateltavalle tutussa ympäristössä. Haastattelun kieleen ja haastatteluun osallistuvien paikkoihin on myös hyvä kiinnittää huomiota; liian virallisen tuntuinen tilanne voi tehdä haastateltavan olon epämukavaksi ja näin vaikuttaa haastattelun etenemiseen. (Eskola & Vastamäki 2015, 30–32.) Haastattelut toteutettiin haastateltaville tutussa päiväkotiympäristössä, mikä mahdollisti heidän rentoutumisensa haastattelutilanteessa. Lasten annettiin myös itse valita omat istumapaikkansa, jotta heillä olisi mahdollisimman mukava

ja kotoisa olo tilanteessa. Haastattelut toteutettiin joko pöydän ympärillä tai lattialla pehmustella istuen, riippuen siitä, millainen tila oli haastattelujen aikaan mahdollista saada haastattelijoiden käyttöön. Haastattelussa puhuttiin lapsille sellaisin kuvauksin, jotka lapsen on mahdollista ymmärtää. Tilanteissa, joissa huomattiin, että lapsen on vaikea vastata kysymykseen joko liian vaikean kysymyksen tai toisten reaktioiden vuoksi, kysymyksiä selitettiin uudelleen auki ja painotettiin, ettei yhtään väärää tai huonoa vastausta ole olemassa.

7.2 Aineiston käsittely

Haastattelut äänitettiin ja se kerrottiin jokaisen haastattelun alussa lapsille. Materiaalit litteroitiin haastattelujen jälkeen. Haastattelumateriaalit teemoiteltiin tunne-teemojen mukaisesti; suru, ilo, pelko ja rakkaus. Tiettyjä tunteita käsittelevät eri haastatteluista kerätyt materiaalit yhdistettiin ja tämän jälkeen aineisto tyypiteltiin.

Kappaleita sanoitettaessa on tehty päätelmiä lasten vastauksista. Taulukossa 1 on esitelty, miten haastattelumateriaaleja on hyödynnetty, kun rakkaus -aiheeseen kappaleeseen on muodostettu viimeinen säkeistö.

Kysymys			Kysymys				Kysymys			
Mitä rakkaus voisi olla?			Missä rakkaus tuntuu?				Mistä tietää, että joku ihminen on rakastunut?			
Vastauksia			Vastauksia				Vastauksia			
Petaan äitin ja isin sängyn.	Petaan oman sängyn.	Ystävyyttä.	Päässä	Sormissa	Jaloissa	Sydämessä	Jos joku hymyilee.	Jos katsoo kaukaa kiikareilla.	Ne menee naimisiin.	Että jos kertoo.
Päätelmä			Päätelmä				Päätelmä			
Rakkautta voi näyttää teoilla ja se voi olla ystävyyden ja ystävällisyyden kaltaista.			Rakkaus tuntuu kehossa useassa eri paikassa.				Naimisiinmeno aiheutti suurimman tunnereaktion haastattelutilanteessa ja oli selvästi tunnistettavissa konkreettiseksi rakkauden ilmaisuksi.			
Kappaleeseen muotoiltuna			Kappaleeseen muotoiltuna				Kappaleeseen muotoiltuna			
"Rakkaus voi olla pieniä tekoja. Riittää, että toiselle on mukava."			"Päästä varpaisiin se tuntuu."				"Naimisiin mennään kovin kun rakastuu."			

Taulukko 1. Sanoitusten muodostaminen haastattelumateriaaleista.

Teemoittelu on yleisin teemahaastattelun analysointimuoto, joka painottaa sitä mitä kustakin teemasta on sanottu. Tyypittelyssä tiettyjen teemojen sisältä etsitään näkemyksille yhteisiä ominaisuuksia ja näistä muodostetaan tyypiesimerkki, joka on yhdenlainen yleistys. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 104–107; Eskola & Vastamäki 2015, 42–43.) Materiaalin sisällönanalyysin tarkasteluyksikkönä (Hirsjärvi & Hurme 1991, 115–116) käytettiin teemahaastattelun aiheita (ilo, suru,

pelko ja rakkaus) ja tarkasteltiin millaiset ilmaisut, kokemukset tai kuvaukset nousivat esiin toistuvasti. Kuviossa 3 on kuvattu esimerkkinä kysymykseen vastanneiden lasten vastaukset kysymykseen miltä rakkaus näyttää? Eniten yhtäläisyyksiä nousi siitä, minkälaisina muotoina tai väreinä miellettiin eri tunteet tai millaisissa tilanteissa eri tunteita on tunnettu. Samankaltaisia ilmaisuja löytyi myös pelon tai surun tunteiden tyyntyttelyn kokemuksista.



Kuvio 3. Vastausten jaottelu kysymykseen miltä rakkaus näyttää.

Musiikkikappaleiden työstäminen

Aineiston teemoittelun, analyysin ja tarkastelun jälkeen aineistosta nousseita huomioita alettiin tarkastelemaan yksi tunne kerrallaan. Lasten haastatteluissa esiin nostamia ajatuksia oli tarkoitus hyödyntää mahdollisimman paljon ja erityistä painoarvoa annettiin kunkin tunteen kohdalla useaan kertaan mainituille sanoille tai samoihin asioihin liittyville lauseille. Vastausten pirstaleisuuden takia sanoituksia ei saatu luotua suoraan yhdistämällä lasten kertomuksia toisiinsa. Lasten hajanaisista tai lyhyistä vastauksista luotiin kokonaisuuksia, joihin hyödynnettiin myös haastattelujen aikana toistuvasti ilmenneitä non-verbaaleja ilmaisuja. Aiheisiin tehtiin ensin omat kulkunsa hyödyntäen yleisimpiä ja toisiaan tukevia vastauksia. Melodiakulkuja ja rytmejä pohdittiin aiheen teeman mukaisesti. Kappaleiden haluttiin olevan riittävän yksinkertaisia, jotta ne olisivat helppoja ottaa mukaan varhaiskasvatukseen arkeen, mikä on huomioitu melodiassa, rytmeissä, että kappaleen soinnutuksessa. Kappaleet on nuotinnettu hyödyntäen Maestro- nuotinnosohjelmaa. Äänitys on toteutettu puhelimen avulla.

Mitä ilo on? -niminen kappale on sävelletty duuripentatoniseen asteikkoon, mikä tarkoittaa, ettei melodiassa käytetä lainkaan perinteisen duuriasteikon 4. ja 7. (C-duurissa F ja H) säveliä. Kirjassa ilo- teemaa tuetaan. Kuvallisen ja sanallisen ilmaisun tueksi kirjassa on vinkkejä keskustelun ja maalausten aiheista. Kirjassa on vinkki sekä rauhoittumishetken pitämiseen että ylimääräisen energian purkamiseen riehumisleikin avulla. Musiikillisen ilmaisun vinkkinä on laattasoittimien käyttö kappaleen aikana. Äänityksessä pianistina toimii Antti Taipale ja laulusolistina Venla Vilmari.

Pelko-rap käsittelee pelkoa jännitystä luoden ja helpotuksen tunnetta hyödyntäen. Musiikillisen ilmaisun vinkkinä kirjassa on kehosoitimien käyttö, sekä ympäristön esineillä tuotettaviin ääniin tutustuminen. Pelko-rap on äänitetty kehosoitimia hyödyntäen. Sanallisen ilmaisun vinkkinä kirjassa on keskustelun aiheita ja sadutusta. Pelon rauhoittamiseen voi opetella kirjan neuvoin rauhoittavaa palleahengitystä. Pelko-rapin solisteina äänitteessä toimivat Venla Vilmari ja Saara Myyrä.

Rakkaus- kappale on kolmijakoinen ja se on tyylijaliltaan valssi. Musiikillisen ilmaisun tukena kappaleessa voi hyödyntää erilaisia soittimia ja kehollisen ilmaisun tueksi ehdotetaan tanssia. Kappale on äänitetty sekä laulettuna että pelkkänä säestyksenä. Säestäjänä pianolla toimii Antti Taipale ja laulusolistina Venla Vilmari.

Tule silloin syliin- niminen kappale käsittelee surua. Kappale, Tule silloin syliin, kirjoitettiin lapsen ja aikuisen väliseksi dialogiksi. Surua käsittelevä kappale on sävelletty mollin surullisuutta hyödyntäen. Kappale on muita kappaleita hieman melodisempi, mutta siitä huolimatta siinä on käytössä vain kolme sointua. Rauhoittumisen tueksi surussa opetellaan kosketuksen lieventävää voimaa. Lapset voivat harjoitella rentoutumisen yhteydessä myös toisen hellää silittämistä. Musiikillisen ja kehollisen ilmaisun tukena on leikki, jossa kukin leikkijä pääsee esittämään ohjaajan määrittelemää tunnetta. Kuvallisen ilmaisun tukena on surupositiilaatikon rakentaminen ja musiikkimaalaus. Kappale on äänitetty sekä laulettuna että pelkkänä säestyksenä. Säestäjänä pianolla toimii Saara Myyrä ja laulusolisteina Venla Vilmari ja Saara Myyrä.

7.3 Kirjan kokoaminen

Opinnäytetyö, sekä opinnäytetyön tuotoksena syntynyt kirja saivat nimensä suruteemaan kirjoitetusta kappaleesta, Tule silloin syliin. Kirja sisältää neljän uuden lastenlaulun nuotit ja sanat, kunkin kappaleen tai tunneteeman jälkeen vinkkejä musiikilliseen, sanalliseen tai keholliseen ilmaisuun, rentoutumiseen tai rauhoittumiseen. Kirjassa on myös vinkkejä tunneteemaan sopiviin musiikkikappaleisiin, kirjoihin ja leikkeihin.

Kirjan kokoaminen alkoi nuotinnosten valmistuttua. Tämän jälkeen jokaisen tunneteeman alle lisättiin pieni kuvaus tunteesta ja tunteen käsittelyyn, hallintaan tai tunteeseen tutustumiseen sopivia toimintoja. Kirja on toteutettu A5-kokoisena Ifolor-kirjana.

8 Eettisyys ja luotettavuus

Tämän opinnäytetyön yhteydessä tehtiin haastatteluihin pyydettiin lupa lasten vanhemmilta, mutta myös lasten oma halukkuus osallistua haastatteluihin varmistettiin vielä ennen haastattelun aloittamista. Lasten kohdalla on pidettävä huolta siitä, että he ymmärtävät mihin he suostuvat (Roos & Rutanen 2014, 33; Pekkarinen 2018).

Haastattelijalla on nähty olevan valta-asema haastatteluissa; haastattelijana toimiva henkilö voi vaikuttaa haastattelun kulkuun, sillä hän valitsee kysymykset, analysoi vastaukset ja hallitsee yleensä myös haastattelutilannetta. Ryhmähaastattelussa on huomioitava se, että jokainen lapsi tulee kuulluksi. (Helavirta 2007, 631.) Tässä opinnäytetyössä tärkeää oli, että lasten kuvailemat asiat säilyisivät laulujen sanoituksissa mahdollisimman muuttumattomina, mutta niin, ettei vastaajaa pysty tunnistamaan. Haastatteluissa käytettyjä kysymyksiä muotoiltiin niin, etteivät ne johdattelisi lapsia vastaamaan jollakin tietyllä tavalla. Haastatteluissa painotettiin sitä, että kaikki vastaukset ovat oikeita ja tärkeitä.

Haastattelut toteutettiin yhdessä päiväkodissa vain osalle kahden päiväkotiryhmän lapsista, joten haastatteluissa esiin nousseet mielipiteet eivät ole yleistettävissä kaikkien lasten käsityksiksi kyseisistä tunteista. Tarkemman kuvan lasten

ajatuksista, koskien tiettyä tunnetta, saisi haastattelemalla suurempaa lapsijoukkoa laajemmalla alueella. Toteutetut haastattelut tukivat kuitenkin tämän opinnäytetyön tarkoitusta ja tavoitetta. Lasten mielipiteet ja näkemykset olivat lasten sen hetkisiä mielipiteitä ja seuraavalla viikolla, toisessa tunnetilassa tai eri tilanteessa kysyttäessä vastaukset voisivat olla toisenlaisia. Myös toisen lapsen vastaus voi vaikuttaa lapsen omaan vastaukseen, mitä ei yksilöhaastatteluissa pääsisi tapahtumaan.

Haastattelut toteutettiin lapsille itselleen tutussa päiväkotiympäristössä ja tutuista kavereista kootussa ryhmässä. Näillä valinnoilla pyrittiin luomaan lapsille mahdollisimman rento ja turvallinen ilmapiiri.

9 Pohdinta

Tunnetaidot ovat merkittävässä osassa ihmisen elämää lapsesta aina aikuisuuteen saakka. Varhaiskasvatus on hyvä ympäristö lasten tunnetaitojen kehittämiseksi, sillä lapsi pystyy omien tunteidensa lisäksi oppimaan myös sekä kasvattajien että muiden lasten tunnekokemuksista ja -reaktioista. Tunnekasvatus on tärkeä osa varhaiskasvatuksen arkea, jossa opetellaan toimimaan ryhmässä, odottamaan omaa vuoroa ja ilmaisemaan itseään sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla. Tunnekasvatuksen kannalta tärkeimpiä asioita on opettaa lapsille, että kaikki tunteet ovat sallittuja. Tärkeää tunnekasvatuksessa on pysähtyä lasten tunnereaktioiden äärelle ja pyrkiä sekä tunnistamaan tunne ja sen voimakkuus. Näiden hetkien avulla voidaan sekä havainnoida kunkin lapsen tarpeet tunnetaitojen saralta, että sanoittaa lapsen kanssa mitä tunnetta hän tuntee. Lapsille voi opettaa erilaisia itsesäätelyä tukevia toimintatapoja. Toimintatapoja kannattaa opetella esimerkiksi leikin varjolla silloin, kun lapsi ei ole tunnekuohun vallassa. Tällöin taito on jo valmiiksi opittuna, kun sitä tarvitaan tunteen säätelyn tukemiseksi.

Opinnäytetyöprosessin aikana syvennyin sekä tunteisiin, tunnetaitoihin että tunnekasvatukseen. Prosessin aikana opin konkreettisia tunteidensäätelykeinoja ja myös millaisessa järjestyksessä tunteiden ja tunnetaitojen oppiminen voisi edetä. Tunteista ja tunneälystä löytyi tietoa valtavasti, mutta tiedon kokoaminen yhteen vaiheittaiseen järjestykseen osoittautui haasteelliseksi tunnetaitojen eri alueiden

limittävien kehityksen vuoksi. Opinnäytetyön tuotosta varten lapsia haastateltiin neljän tunteen (ilo, suru, pelko ja rakkaus) pohjalta. Haastattelujen perusteella luotiin lapsille lauluja, jotka tukevat tunteesta selviämistä tai sen tunnistamista. Haastatteluissa ilmeni, että lapset tunnistivat monia iloon, suruun, pelkoon ja rakkauteen liittyviä tunteita, toimintoja ja tapahtumia. Mielenkiintoista oli huomata, etteivät lapset eritelleet millään tavalla esim. rakkauden kohteitaan eri kategorioihin, vaan leikit olivat rakkaita siinä missä lemmikit tai läheiset ihmisetkin. Haastattelumateriaalin monipuolisuuden vuoksi laulujen sanoituksista saatiin lasten tunteita kuvaavia kokonaisuuksia. Alkuperäisen suunnitelman mukaan opinnäytetyön tuotoksesta oli määrä tulla laululeikkikirja. Opinnäytetyön edetessä tuotos muuttui laulukirjaksi, jossa on toimintavinkkejä kunkin tunnelaulun yhteydessä.

Musiikki on hyvä väylä opettaa lapsille uusia asioita; laulujen sanat jäävät helposti lasten mieleen ja laulujen kautta on helppo lähteä keskustelemaan lasten kanssa musiikin herättämistä ajatuksista, mikä on varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018, 43) musiikillisen ilmaisun tavoite. Myös instrumentaalimusiikkia (musiikkia, jossa ei lauleta) voi hyödyntää erilaisten tunnetilojen herättämiseen tai tunnistamiseen, sillä musiikissa itsessään on jo valtavasti erilaisia tunnetiloja. Yksinkertaisimmillaan voidaan opetella tunnistamaan kappaleista ovatko ne iloisia (duuri) vai surullisia (molli). Lasten kanssa voi myös säveltää, sanoittaa ja äänittää heidän omaa tuottamaansa musiikkia. Lapset voivat itse luoda musiikkia erilaisten satujen perusteella tai näytelmien taustalle.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi laulukirja, joka sisältää vinkkejä sekä laulujen käyttöön että tunnekasvatuksen tukemiseen varhaiskasvatuksessa. Kirjassa olevat vinkit tukevat lapsen itsesäätely- ja tunnetaitoja varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden oppimisen alueiden kautta. Kirjan vinkkejä voi soveltaa sopivaksi omalle ryhmälle lasten ikä- ja kehitystaso huomioiden. Opinnäytetyön tuotos ja linkki musiikkikappaleisiin ja niiden säestyksiin on toimitettu yhteistyöpäiväkoti Touhula Tirilään. Muut opinnäytetyön tuotoksesta kiinnostuneet voivat olla yhteydessä opinnäytetyön tekijään.

Sain opinnäytetyöni tuotoksen toteutuksessa apua ja neuvoja eri tahoilta. Kiitän nuotinnusneuvoista ja avusta lauluopettajiani Jenny Liebkindiä, Mirjam Puukkia

ja Sonja Sallaa, sekä äänityksiin osallistuneita säestäjää Antti Taipaletta ja laulusolisti Venla Vilmaria. Kiitän myös Valma Vilmaria opinnäytetyöni tuotoksen kansikuvasta.

Kuviot

Kuvio 1. Opinnäytetyön vaiheet, s. 24

Kuvio 2. Spiraalimalli, s. 24

Kuvio 3. Vastausten jaottelu kysymykseen miltä rakkaus näyttää s.27

Taulukot

Taulukko 1. Sanoitusten muodostaminen haastattelumateriaaleista. s.26

Lähteet

Ahonen, L. 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Ps-kustannus. Bookwell Oy. Juva.

Denham, S., Bassett, H. & Zinsser, K. 2012. Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early childhood education journal*. Volume 40. https://www.researchgate.net/profile/Katherine_Zinsser/publication/233755854_Early_Childhood_Teachers_as_Socializers_of_Young_Children%27s_Emotional_Competence/links/0fcfd50b3926f77e3c000000/Early-Childhood-Teachers-as-Socializers-of-Young-Childrens-Emotional-Competence.pdf. 137–143.

Eloranta, R. 2015. Musiikki välineenä varhaiskasvatusikäisten tunnekasvatuksessa. Varhaiskasvatustieteen kandidaatin tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Verkossa <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/45945/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201505191899.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Eskola, J. Vastamäki, J. 2015. Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, J. Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1*. Jyväskylä: Ps-kustannus. 27–44.

Helavirta, S. 2007. Lasten tutkimushaastattelu. Metodologista hermistymistä, joustoa ja tasapainottelua. *Yhteiskuntapolitiikka* 72:6. 629–640. Verkossa <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201209117416>.

Hintikka, J. 2018. KT, erityisluokanopettaja. Tunnetaitojen opettaminen aggression portaat -opetusohjelman avulla- diaesitys. 20.–21.2.2018. Rovaniemi. Verkossa <https://www.avi.fi/documents/10191/10462298/Koulutus+20.-21.2.%2C%20koulutusmateriaali%2C%20Hintikka/82c8fc74-c2ea-4833-a8e7-931eefd45295>.

Huotilainen, M. 2004. Sikiöaikainen oppiminen valmistaa tien syntymänjälkeiseen elämään. *Tieteessä tapahtuu* 4/2004. <https://journal.fi/tt/article/view/56975/19053>. Luettu 7.1.2020.

Huotilainen, M. 2009. Musiikillinen vuorovaikutus ja oppiminen sikiö- ja vauva-aikana. Teoksessa *Musiikkikasvatus – näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen*. Suomen musiikkikasvatusseura. 121–128. <https://fisme.fi/wp-content/uploads/2017/08/Musiikillinen-oppiminen-ja-vuorovaikutus-siki%C3%B6-ja-vauva-aikana-Huotilainen.pdf>. Luettu 7.1.2020.

Huotilainen, M. 2019. Näin aivot oppivat. PS- kustannus. Jyväskylä.

Hyvä terveys, 2020. Hyvä terveys. Mieli. Hengitä stressi pois. <https://www.hyva-terveys.fi/artikkeli/mieli/hengita-stressi-pois>. Luettu 14.8.2020

JAMK 2019. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2019. Opinnäytetyöohjaajan käsikirja. Työelämän tutkiva kehittämistoiminta. <https://oppimateriaalit.jamk.fi/yamk->

kasikirja/tyoelaman-tutkiva-kehittamistoiminta/projektityo-vs-ns-toiminnallinen-tutkimuksellinen-kehittamishanke-opinnaytetyo/. Luettu 15.1.2020.

JaSeSoi 2020. JaSeSoi Ry. Vapaa musiikkikasvatus. <http://jasesoi.com/vapaa-musiikkikasvatus/>. Luettu 26.5.2020.

JYUnity, 2019. Jyväskylä University. Tieteessä. Peikot siivittävät lasten tunnekasvatusta. <https://jyunity.fi/tieteessa/peikot-siivittavat-lasten-tunnekasvatusta/>. Luettu 8.1.2020.

Kalliokoski, H. 2018. Sukupuolisensitiivinen kasvatus ja leikin mahdollisuudet. Teoksessa Kangas, J., Fonsén, E. (toim.) 2018. Leikin ammattilaiset. Helsingin yliopisto. 21–34. Verkossa https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/232536/Leikin_ammattilaiset.pdf?sequence=3. Luettu 26.5.2020.

Kanninen, K., Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. PS-kustannus. Bookwell Oy. Juva.

Kasvun taika 2019. Kasvun taika. Blogi. Viisi askelta lapsen kiukun kesyttämiseksi. <https://kasvuntaika.fi/blog/2019/10/05/viisi-askelta-kiukun-kesytt%C3%A4miseksi/>. Luettu 8.3.2020.

Kiintymysvanhemmuusperheet 2018. Kiintymysvanhemmuusperheet Ry. Tunneleikkejä, harjoituksia ja pelejä. <http://kiintymysvanhemmuus.fi/tunneleikkejä-harjoituksia-ja-pelejä/>. Luettu 26.5.2020.

Kindermusic 2020. Kindermusic. Minds on music. Let music draw out your emotions. Literally! <https://www.kindermusik.com/mindsonmusic/uncategorized/let-music-draw-out-your-emotions-literally/>. Luettu 10.5.2020.

Kokkonen, M. 2017. Ihastuttavat vihastuttavat tunteet. PS-kustannus. Bookwell Digital, Juva.

Kola-Torvinen, P. 2017. Laaja-alainen osaaminen ja oppimisen alueet varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa. Teoksessa: Nyt on pedagogiikan aika. Lastentarhanopettajaliitto. PunaMusta. Print Line. Helsinki. 12–14.

Kuntaliitto 2020. Kuntaliitto. Opetus ja kulttuuri. Varhaiskasvatus. <https://www.kuntaliitto.fi/opetus-ja-kulttuuri/varhaiskasvatus>. Luettu 12.5.2020.

Köngäs, M. 2019. Tunneäly varhaiskasvatuksessa. PS-kustannus. Otavan kirjapaino Oy, Keuruu.

Leikkipäivä 2020. Leikkipäivä. Artikkelit. <https://leikkipaiva.fi/leikki-kehittaa-lapsen-itsesaatelya/>. Luettu 26.5.2020.

Mieli, 2019. Suomen mielenterveysseura. Mielenterveys. Itsetuntemus. Tunteet. Pelko. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunteet/pelko>. Luettu 7.1.2020.

Mieli 2020. Suomen mielenterveysseura. Mielenterveys. Itsetuntemus. Tunteen ilmaiseminen. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunteen-ilmaiseminen>. Luettu 27.4.2020.

Moreno, V. 2020. Life Labs. Psychologies. How to express your feelings in a healthy way. <https://lifelabs.psychologies.co.uk/users/264465-veronica-moreno/posts/50049-how-to-express-your-emotions-in-a-healthy-way>. Luettu 12.5.2020

Morin, A. 2018. Understood. Families. Learning and thinking differences. Signs and symptoms. Age by age learning skills. Social and emotional skills. Age by age learning skills. Social and Emotional Skills: What to Expect at Different Ages. <https://www.understood.org/en/learning-thinking-differences/signs-symptoms/age-by-age-learning-skills/social-and-emotional-skills-what-to-expect-at-different-ages>. Luettu 10.5.2020.

Nuorten mielenterveystalo 2019. Nuorten mielenterveystalo. Tietoa mielenterveydestä. Mielenterveyden vahvistaminen. Tunteet haltuun. https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/mielenterveyden_vahvistaminen/Pages/tunteet_haltuun.aspx. Luettu 24.2.2020.

Nurmiranta, H. 2009. Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanuuteen. Kirjapaja. Haprint Oy.

Nyyti 2016. Nyyti. Opiskelijoille. Opi elämäntaitoa. Tunteet kertovat tärkeitä viestejä. <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/tunteilla-on-viesti/>. Luettu 7.1.2020.

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

OAJ 2018. OAJ-areena. Teemat. Ajassa. Väitös: Kiire ja stressi jyräävät tunteet päiväkotiarjessa. Luettu 8.1.2020.

Oph 2020. Opetushallitus. Koulutus ja tutkinnot. Varhaiskasvatus. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet pähkinänkuoressa. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/varhaiskasvatussuunnitelman-perusteet-pahkinankuoressa>. Luettu 24.2.2020.

Oph 2020a. Opetushallitus. Koulutus ja tutkinnot. Varhaiskasvatus. Mitä on varhaiskasvatus? <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/mita-varhaiskasvatus>. Luettu 9.3.2020.

Oph 2020b. Opetushallitus. Oppimateriaali. Tunteesta tunteeseen. Tunnetaitoja oppii harjoittelemalla. <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/3-tunnetaitoja-oppii-harjoittelemalla>. Luettu 27.4.2020.

Pathways 2020. Pathways.org. Topics. Social-emotional. <https://pathways.org/topics-of-development/social-emotional/>. Luettu 10.5.2020.

Pekkarinen, E. 2018. Vastuullinen tiede. Tutkimuksen suunnittelu. Kuka suostuu lasten ja nuorten tutkimuksessa? <https://vastuullinentiede.fi/fi/tutkimuksen-suunnittelu/kuka-suostuu-lasten-ja-nuorten-tutkimuksessa>. Luettu 6.5.2020.

Riihonen, R. & Koskinen, M. 2020. Kuinka kiukku kesytetään? Lasten aggressiokasvatus. PS- kustannus. Otavan kirjapaino Oy, Keuruu.

Roos, P. 2016. Mitä kuuluu? Lapsen kertomukset ja osallisuus lasten päiväkotiarjessa. Waasa Graphics Oy. Vaasa.

Sainio, T., Pajulahti, R., Sajaniemi, N. 2020. Näin tuet lapsen itsesääätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Ps-kustannus. Otavan kirjapaino Oy. Keuruu.

Salo, A. 2017. Lapsen tunnetaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa. Kasvatustieteiden kandidaatintyö. Kasvatustieteiden tiedekunta. Oulun yliopisto. Verkossa <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201705232028.pdf>.

Scientific reports, 2018. Nature. Scientific. Reports. Articles. Article. Music play-school enhances children's linguistic skills. <https://www.nature.com/articles/s41598-018-27126-5>. Luettu 7.1.2020.

Sassali, T. 2015. Emotionaalinen kompetenssi Vili Voipio -kirjoissa. Kasvatustieteen pro gradu- tutkielma. Kasvatustieteiden tiedekunta. Oulun yliopisto. Verkossa <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201506041774.pdf>.

Suomen lelu yhdistys 2019. Suomen lelu yhdistys. Ajankohtaista. <https://suomenlelu yhdistys.fi/leikin-siis-olen-miten-leikki-vaikuttaa-sosioemotionaalisten-taitojen-kehitykseen/>. Luettu 26.5.2020.

Terveyskirjasto, 2013. Terveyskirjasto. Terveystiedon edistäminen. Kulttuuri pidentää ikää. Terveystiedon kuluttamisesta. Musiikin pauloissa. https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_teos=kpi. Luettu 7.1.2020.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampereen yliopistopaino OY - Juvenes print.

Touhula 2020. Touhula. Touhulasta. Touhula yrityksenä. <https://touhula.fi/touhula-yrityksena/>. Luettu 10.5.2020.

Touhula 2020a. Touhula. Touhulasta. Miksi Touhula? <https://touhula.fi/miksi-touhula/>. Luettu 11.5.2020.

Touhula 2020b. Touhula. Touhulasta. Toimintatapamme. <https://touhula.fi/toimintatapamme/>. Luettu 10.5.2020.

Touhula 2020c. Touhula. Touhulasta. <https://touhula.fi/vastuullisuus/>. Luettu 11.5.2020.

Touhula 2020d. Touhula. Touhulasta. Miksi Touhula? Touhulan arvot. <https://touhula.fi/miksi-touhula/touhulan-arvot/>. Luettu 11.5.2020.

Touhula 2020e. Touhula. Päiväkodit. Touhula Tirilä. <https://touhula.fi/paiva-koti/lappeenranta-touhula-tirila/>. Luettu 11.5.2020.

Touhula 2020f. Touhula. Työpaikat. Touhula työnantajana. <https://touhula.fi/tyopaikat/touhula-tyonantajana/>. Luettu 17.10.2020

Tunne ja taida 2019. Tunne ja taida. Artikkelit. Tunnetaidot eivät ole pelkkää tunteiden hallintaa - itsemyötätunnolla on merkitystä. <https://tunnejataida.fi/artikkeli/tunnetaidot-eivat-ole-pelkkaa-tunteiden-hallintaa/>. Luettu 2.3.2020.

Tunne ja taida 2020. Tunne ja taida. Tunnetaidot. Tunnetaitojen tukeminen. <https://tunnejataida.fi/tunnetaidot/tunnetaitojen-tukeminen/>. Luettu 12.5.2020.

Tunne ja taida 2020a. Tunne ja taida. Tunnetaidot. Tunnetaidot- mitä ne ovat? <https://tunnejataida.fi/tunnetaidot/tunnetaidotmitaneovat/>. Luettu 15.5.2020

Tunnetaitoja lapselle 2020. Tunnetaitoja lapselle. Tietolaari. Mitä ovat tunnetaidot ja miksi niitä täytyy opetella? https://www.tunnetaitojalapselle.fi/mita_tunnetaidot_ovat.html. Luettu 9.3.2020.

Turunen, K., E. 2016. Kokemuksen rakenne. Mielen sisältöjen tunnistaminen. Arator Oy. Kirjapaino Pakett, Tallinna.

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

Ympyräiset 2020. Tunnetaidot. <https://ympyraiset.fi/tunnetaidot/>. Luettu 6.5.2020.

Hei,

olemme varhaiskasvatuksen opettajiksi erikoistuvia sosionomiopiskelijoita Saimaan ammattikorkeakoulusta. Työstämme tällä hetkellä opinnäytetyösuunnitelmaa ja etsimme opinnäytetyöllemme sopivaa yhteistyökumppania.

Opinnäytetyömme aiheen tulee liittyä varhaiskasvatusikäisiin lapsiin. Meidän opinnäytetyömme on tarkoitus osallistaa lapsia teemahaastattelun muodossa. Yhteistyökumppanilta toivomme mahdollisuutta haastatella päiväkodin lapsia päiväkodin tiloissa.

Opinnäytetyömme on kehittämistehtävä, jossa luomme muutamia uusia lauluja lasten tunnekasvatuksen tueksi. Kukin laulu käsittelee eri tunnetta. Tunnelaulut perustuvat lasten haastatteluihin. Haastatteluun kysytään lupa lasten vanhemmilta ja luvan saaneita lapsia haastatellaan sovittuna ajankohtana ryhmässä tai ryhmissä.

Haastattelut ja haastattelumateriaali ovat luottamuksellisia ja lapset ovat haastatteluissa anonyymejä, mutta samalla he saavat sanoittaa oman tunnekokemuksensa ja näin pääsevät mukaan uusien lastenlaulujen luomiseen.

Valmis materiaali on yhteistyökumppanin vapaassa käytössä. Toivomme saavamme valmiista tuotoksesta, sen toimivuudesta ja käyttökokemuksista palautetta sekä lapsilta että työntekijöiltä.

Opinnäytetyö on vielä suunnitteluvaiheessa, eikä prosessi voi käynnistyä ennen kuin suunnitelma on koulun puolesta hyväksytty, mutta toivomme yhteistyön alkavan vielä tämän vuoden puolella.

Jos kiinnostuitte ja koette, että yhteistyö voisi olla mahdollista, otattehan yhteyttä

Saara Myyrä
saara.myyra@student.saimia.fi
040 523 1453

Henna Taskinen
h-taskinen@student.saimia.fi
0400 541 307

Ystävällisin terveisin

sosionomiopiskelijat,

Saara Myyrä ja Henna Taskinen

Sosiaali- ja terveysala**Saatekirje lasten vanhemmille**

Hei,

olemme varhaiskasvatuksen opettajiksi erikoistuvia sosionomiopiskelijoita LAB-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyönämme laululeikkikirjan lasten tunnekasvatuksen tueksi. Laululeikkikirjan tavoite on auttaa lapsia tunnistamaan ja nimeämään tunteita laulujen avulla. Lasten haastatteluilla keräämme materiaalia laulujen sanoituksiin pelosta, surusta, ilosta ja rakkaudesta. Lasten tunnekasvatus on osa varhaiskasvatussuunnitelmaa ja tällä hetkellä laajasti esillä mediassa. On tärkeää kuulla lasten omia kertomuksia tunteista ja siitä, miten he kunkin tunteen kokevat. Valmis leikkilaulukirja jää Touhula Tirilän vapaaseen käyttöön ja sitä voidaan hyödyntää lasten tunnekasvatuksen tukena.

Toteutamme lasten haastattelut yhteistyökumppanimme Touhula Tirilän tiloissa ryhmämuotoisena teemahaastatteluna päiväkodin päivätoiminnan ohessa. Haastattelut toteutetaan nimettömänä, eikä lasta tai hänen vastaustaan voi tunnistaa valmiista materiaalista. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, mutta osallistumiseen tarvitaan lapsen huoltajan suostumus. Vaikka lapsella olisi huoltajan suostumus haastatteluun, mutta hän ei itse halua osallistua haastatteluun sen alkaessa tai hän halua keskeyttää haastattelun, hänen ei ole pakko jatkaa.

Jos teillä herää kysymyksiä opinnäytetyöstä tai siihen liittyvästä haastattelusta, voitte kysyä lisätietoa opinnäytetyön tekijöiltä. Yhteystiedot löytyvät saatekirjeen lopusta.

Pyydämme palauttamaan suostumuslomakkeen päiväkotiin haastatteluun osallistumisesta 14.02.2020 mennessä. Saatekirjeen liitteenä on suostumuslomake.

Ystävällisin terveisin
sosionomiopiskelijat

Saara Myyrä

Henna Taskinen

Saara Myyrä
saara.myyra@student.lab.fi
040 523 1453

Henna Taskinen
h-taskinen@student.lab.fi
0400 54 1307

Sosiaali- ja terveysala

Suostumus haastatteluun osallistumisesta

Leikkilaulukirja lasten tunnekasvatuksen tueksi

Olen saanut riittävästi tietoa kyseisestä opinnäytetyöstä ja olen ymmärtänyt saamani tiedon. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut kysymyksiini riittävät vastaukset. Tiedän, että lapseni osallistuminen haastatteluun on vapaaehtoista ja minulla tai lapsellani on mahdollisuus keskeyttää haastatteluun osallistuminen missä tahansa vaiheessa. Vastaukset haastatteluun tehdään anonyymeinä (nimettöminä), eikä vastauksia luovuteta kolmansille osapuolille. Haastatteluaineistot tuhotaan sen jälkeen, kun kerättyjä tietoja ei enää tarvita.

Annan suostumukseni lapseni osallistumiselle teemahaastatteluun, jossa lastani haastatellaan tunnekasvatuksen aihepiiriin liittyen.

Haastateltavan nimi

Aika ja paikka

Alaikäisen huoltajan allekirjoitus

Teemahaastattelun kysymysrunko

Ilo

1. Mikä asia saa sinut iloiseksi?
2. Miltä ilo näyttää?
3. Miltä se kuulostaa?
4. Millaiset asiat ovat sinun mielestäsi iloisia asioita?
5. Onko ilolla oma väri?
6. Milloin sinä olet ollut kaikkein iloisin?
7. Miltä ja missä ilo tuntuu?

Suru

1. Mikä asia saa sinut surulliseksi?
2. Miltä suru näyttää?
3. Miltä suru kuulostaa?
4. Millaiset asiat ovat sinun mielestäsi surullisia asioita?
6. Minkä värinen suru voisi olla?
7. Milloin sinä olet ollut todella surullinen?
8. Miltä suru tai ikävä tuntuu? Missä se tuntuu?
9. Mikä helpottaa silloin, kun surettaa?

Pelko

1. Oletko sinä joskus pelännyt?
2. Mikä voisi olla pelottavaa?
3. Missä pelko tuntuu?
4. Miltä pelko voisi näyttää?
5. Miltä pelko kuulostaa?
6. Minkä värinen pelko voisi olla?
7. Mikä helpottaa silloin, kun pelottaa?

Rakkaus

1. Mitä rakkaus on?
2. Miltä se tuntuu?
3. Millaisia asioita sinä rakastat?
4. Miltä rakkaus näyttää?
5. Miltä se kuulostaa?
6. Minkä värinen rakkaus voisi olla?