



Iida Kasslin ja Viivi Mikkola

# Lasten tunnetaitojen kehittäminen

## Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Iida Kasslin 1902230, SXQ19K1 ja Viivi Mikkola 1902231, SXQ19K1

Terveydenhoitaja

Terveydenhoitotyön tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

22.10.2021

Opinnäytetyön ohjaaja Pirjo Koski

Tekijät	Iida Kasslin ja Viivi Mikkola
Otsikko	Lasten tunnetaitojen kehittäminen
Sivumäärä	33 sivua + 4 liitettä
Aika	22.10.2021
Tutkinto	Terveydenhoitaja
Tutkinto-ohjelma	Terveydenhoitotyön tutkinto-ohjelma
Ohjaaja	Pirjo Koski, Lehtori, TtT
<p>Tunnetaidoilla tarkoitetaan kykyä säädellä, tiedostaa ja tunnistaa tunteita. Niiden avulla lapsi pystyy selviytymään tunnekuohuista, ratkaisemaan sosiaalisia ongelmia, kuten ristiriitoja ja ymmärtämään paremmin omia sekä muiden tunteita. Tunnetaitojen avulla lapsi pärjää paremmin koulussa ja ystävyys-suhteissa.</p> <p>Metropolia Ammattikorkeakoulun Kätilötutkinto tilasi kuvailevan kirjallisuuskatsauksen lasten tunnetaitojen kehittämisestä. Työssä tutkitaan, millaisin keinoin ja missä lasten tunnetaitoja kehitetään. Tutkimusaineistoksi kerättiin 11 englanninkielistä tutkimusartikkelia. Aineisto analysoitiin induktiivisen sisällönanalyysin avulla. Induktiivisessa sisällönanalyysissä tutkimusaineistosta nostetaan työhön soveltuvia alkuperäisilmauksia, jotka pelkistetään yksinkertaisempaan muotoon, josta ilmenee ilmauksen olennaisimmat asiat. Pelkistetyistä ilmauksista etsitään samankaltaisuuksia ja niitä ryhmitellään sen mukaan alaluokkiin. Ryhmittelyä jatketaan eteenpäin käsitteellistämällä, eli muodostamalla alaluokista yläluokkia ja edelleen pääluokkia. Käsitteellistämisen avulla aineistosta voidaan muodostaa teoreettisia käsitteitä ja johtopäätöksiä, joiden avulla työn tulokset voidaan kirjoittaa.</p> <p>Saimme selville, että lasten kanssa toimivat aikuiset voivat oman esimerkin avulla, mallintamalla ja kannustamalla tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä. Aikuisen omat tunnetaidot vaikuttavat siihen, millaisessa ympäristössä lapsi kasvaa, kehittyy ja oppii. Lapsi aloittaa tunnetaitojen harjoittelun kotona, mutta jatkaa sitä muissa ympäristöissä, kuten varhaiskasvatuksessa, koulussa ja harrastuksissa. On tärkeää, että näissä ympäristöissä lasta kasvattavat ja opettavat aikuiset hallitsevat tunnetaidot. Hyvien tunnetaitojen avulla lapsen on helpompi suoriutua koulussa, sillä hän pystyy keskittymään olennaiseen sen sijaan, että hän keskittyisi hallitsemaan tunteitaan.</p> <p>Tunnetaitojen kehittymistä voidaan tukea luovien menetelmien avulla, kuten tarinoiden lukeminen ja niihin eläytyminen, roolileikki, musiikki, taide ja käsinukeilla leikkiminen. Näiden keinojen avulla lapsi pääsee ilmaisun ja leikin kautta oppimaan tunnetaidoista. Aikuinen voi käyttää opettamisen tukena ja visuaalisena keinona leluja, rekvisiittaa, havainnollistavia kuvia ja värikkäitä julisteita.</p>	
Avainsanat	tunnetaidot, lapset, kehittäminen, opettaminen

Authors	Iida Kasslin and Viivi Mikkola
Title	Developing Children's Emotional Skills
Number of Pages	33 + 4 appendices
Date	22 October 2021
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Nursing and Health Care
Instructor	Pirjo Koski, Senior Lecturer, PhD
<p>Emotional skills refer to the ability to regulate, become aware of and recognize emotions. They enable children to cope with emotional turmoil, resolve social problems such as conflicts, and better understand their own feelings as well as those of others. With emotional skills children are more likely to succeed academically and socially.</p> <p>The midwifery degree of Metropolia University of Applied Sciences in Finland commissioned a descriptive literature review on the development of children's emotional skills. This study examines the means of developing children's emotional skills and where they are developed. The research material consisted of 11 research articles in English. We analysed the data by inductive content analysis. In inductive content analysis, the original expressions suitable for the work are raised from the research material, which are then reduced to a simpler form, which reveals the most essential matters of the expression. We searched for similarities in the simplified terms and grouped them accordingly into subcategories. The grouping was continued by conceptualising, that is, forming broader categories of subcategories. Conceptualisation was used to form theoretical concepts and conclusions from the material.</p> <p>We found that adults who interact with children can support children's emotional skill development by setting good example, modelling, and encouraging. The adult's own emotional skills have an influence on the environment in which the children grow up, learn, and develop emotional skills. Children start learning emotional skills at home but continue learning them in other environments such as early childhood education, school, and hobbies. It is important that adults raising and teaching children in these environments master the emotional skills. With the help of good emotional skills, it is easier for children to achieve at school, because they can concentrate on the important things instead of concentrating on controlling their emotions.</p> <p>We can support the development of the emotional skills through creative methods like reading stories and empathizing with it, roleplay, music, art and playing with hand puppets. With these methods children learn emotional skills through the means of play and expression. Adults can support the learning by using visual elements such as toys, props and illustrated pictures and colourful posters.</p>	
Keywords	emotional skills, children, developing, learning

## Sisällys

1	Johdanto	2
2	Lapsen tunnetaitojen kehittyminen	3
2.1	Tunteet ja niiden kehittyminen	3
2.2	Lapsen emotionaalinen kehitys	4
2.3	Tunnetaidot	5
2.3.1	Tunteiden säätely	5
2.3.2	Tunnetaitojen kehittämisen hyödyt	6
2.3.3	Tunnetaitojen tukeminen	6
3	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset	7
4	Opinnäytetyön menetelmät	8
4.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus menetelmänä	8
4.2	Aineiston keruu ja arviointi	8
4.3	Aineiston analysointi	12
5	Tulokset	15
5.1	Millaisin menetelmin ja harjoittein voidaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä?	15
5.1.1	Aikuisen keinot tunnetaitojen kehityksen tukijana	15
5.1.2	Ympäristön vaikutus lasten tunnetaitoihin	16
5.1.3	Koulu- ja varhaiskasvatusryhmille suunnitellut menetelmät tunnetaitojen tukemiseksi	18
5.1.4	Luovat menetelmät tunnetaitojen tukijana	20
5.2	Missä tunnetaitoja opetetaan?	21
5.2.1	Koti	22
5.2.2	Kasvatus- ja opetusympäristö	22
5.2.3	Sosiaaliala	23
5.2.4	Harrastukset	23
6	Pohdinta	23
6.1	Tulosten tarkastelu	23
6.2	Luotettavuus	25
6.3	Eettisyys	26
6.4	Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet.	27
6.5	Ammatillinen kasvu	27
	Lähteet	29

Liite 1 Aineiston keruu

Liite 2 Tutkimusaineisto

Liite 3 Millaisin keinoin voidaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä? -analyysikehys

Liite 4 Missä tunnetaitoja opetetaan? -analyysikehys

# 1 Johdanto

Tunnetaitojen opettelu on tärkeää, sillä niiden avulla lapsi osaa tunnistaa omat tunteensa ja ilmaista ne muille sanojen avulla. Kun lapsi kokee, että häntä ymmärretään, hän ei turhaudu niin helposti, eikä hän joudu turvautumaan lyömiseen tai huutamiseen, jotta tulisi kuulluksi. Hyvin kehittyneiden tunnetaitojen avulla lapsesta voi kehittyä sosiaalisesti taitava ja ratkaisukeskeinen ihminen, joka suhtautuu muihin ihmisiin luottavaisesti. Tunnetaitojen kehittämällä on myös yhteys aikuisiän terveyteen, päihteiden käyttöön, työuraan ja väkivallan käyttöön. (Kallio & Kerola & Kujanpää 2007.)

Helsingissä tehtiin kahden vuoden pilotti Laakavuoren ala-asteella, jossa lukujärjestykseen oli lisätty yksi viikkotunti tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Tunneilla oli tehty toiminnallisia tehtäviä ja opeteltu tunnistamaan miltä tunteet näyttävät sekä tuntuvat. Kehittämisasiantuntija Sami Seppiä sanoi haastattelussa, että kotien pitäisi ottaa enemmän vastuuta lasten tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisesta. Viesti vanhemmilta koululle oli, että he kaipaavat apua ja neuvoja juuri näiden taitojen opettamiseen. Kokeilun tuloksista näkyi, että kiusaaminen oli laskenut 18 % ja väkivalta vähentynyt 6 %. Koulussa viihtyminen ja keskittyminen oli parantunut kokeilun myötä. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen päälle rakennetaan akateemisia taitoja. (Virtanen 2021.)

Aiheesta ”Tunne- ja vuorovaikutustaidot -oppiaineen kirjaaminen perusopetuslakiin” on tehty kansalaisaloite, jolla on kannattajia 31 880 (15.10.2021), mikä kuvastaa hyvin aiheemme ajankohtaisuutta ja merkitystä yhteiskunnallisesti. (Kansalaisaloite 2021.)

Japanissa tehty tutkimus osoittaa, että perheillä, kouluilla ja yhteisöllä on tärkeä rooli lasten sosiaalisten- ja tunnetaitojen johdonmukaisessa parantamisessa eri asiayhteyksissä. Perheen sosioekonomiset resurssit (tulot, koulutus), vanhempien henkinen hyvinvointi, perheen stressi ja esimerkiksi perheväkivalta vaikuttavat lapsen sosiaalisiin- ja tunnetaitoihin. Lapset eivät synny kiinteillä sosiaalisilla- ja tunnetaidoilla varustettuna, vaan taidot ovat mukautuvia. Poliitiikan laatijat, opettajat ja vanhemmat voivat auttaa taitojen kehityksessä parantamalla oppimisympäristöjä, joissa taidot voivat kehittyä. Myös kunnan tarjoamat julkiset palvelut kuten puistot, lastenhoito sekä muut yhteisössä tarjolla olevat palvelut, työttömyysaste ja tulotaso vaikuttavat lasten sosiaalisiin sekä -tunnetaitoihin. (Ikesako & Miamoto 2015: 7–16.)

Kättilötyö on tilannut opinnäytetyön aiheesta ”Lasten tunnetaitojen kehittäminen”. Tästä työstä voi hyötyä kättilöiden lisäksi muut sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset, jotka

työskentelevät lapsiperheiden kanssa sekä aiheesta kiinnostuneet opiskelijat ja vanhemmat. Työmme tietoperustassa, eli kappaleessa 2, selvitetään, miten lasten tunteet kehittyvät. Kirjallisuuskatsauksen avulla selvitämme, millaisilla erilaisilla menetelmillä ja harjoitteilla lasten tunnetaitojen kehitystä voidaan tukea ja missä tunnetaitoja tällä hetkellä opetetaan. Työssä keskitytään 0–12-vuotiaiden lasten tunnetaitojen kehittymiseen.

## 2 Lapsen tunnetaitojen kehittyminen

### 2.1 Tunteet ja niiden kehittyminen

Tunteet ilmenevät neljällä tasolla: fysiologisella, ilmaisun ja sosiaalisella tasolla sekä subjektiivisena kokemuksena. Tunteet esiintyvät mielessä ja ajatuksissa sekä tuntuvat koko kehossa. Ne ovat ihmisille hyödyllisiä, sillä ne auttavat ihmistä reagoimaan erilaisiin tilanteisiin ja selviytymään, sillä tunteisiin liittyy fysiologinen aktivoituminen, joka auttaa henkiin jäämisessä. Tunteet kertovat ihmiselle, mitä hän haluaa tai ei halua, eli ne auttavat tavoitteiden saavuttamisessa ja rajojen vetämisessä. Tunteita tulkitsemalla ihminen pystyy ymmärtämään muita ihmisiä, lähentyä heidän kanssaan ja tukea heitä. (Kallio ym. 2007; Nurmi 2016.) Ihmisen perustunteet ovat ilo, suru, pelko, viha, inho ja hämmästyminen. Mielialoja taas ovat huolestuneisuus, tyytyväisyys ja surumielisyys. Sosiaalisia tunteita ovat häpeä, syyllisyys, nolous, hoivaamisen halu, rakkaus ja velvollisuuden tunne. (Kallio ym. 2007.)

Tunteet ja kyky empatiaan kehittyvät askeleittain. Lapsi tarvitsee rakastavan ihmissuhteen vähintään yhteen aikuiseseen ihmiseen, jonka kanssa olla vuorovaikutuksessa, ja jonka kanssa voi harjoitella ilmaisemaan koko tunteiden kirjoa. Tunteet ovat kaiken vuorovaikutuksen taustalla. Niitä ilmaisemalla lapsi oppii kestämään tunteitaan ja puhumaan pahan olon pois. Aikuisen malli on tässä merkittävässä roolissa. Hän voi esimerkiksi näyttää lapselle, miten vaikeassa tilanteessa voi rauhoittua pysähtymällä, hengittämällä syvästi ja sanoittamalla, miltä nyt tuntuu. Aikuisen tunteet tarttuvat herkästi ja stressaantuneen vanhemman on vaikeampi säädellä tunteitaan, sillä ärsykekyky on madaltunut. Jos lapsella on tunne-elämän vaikeuksia, tulee ammattilaisen ymmärtää vaikuttaa lapsen ympäristöön, sillä lapsen ja ympäristön välinen vuorovaikutus ovat merkittävässä roolissa tunne-elämän kehittämisessä. Jos lapsen vanhemmalla on puutteelliset tunnetaidot, hänen voi olla vaikeaa tukea lastaan tunnekuohuissa. Tukemalla vanhempaa, autetaan myös lasta välillisesti tämän ympäristöön vaikuttamalla. (Kallio ym. 2007; Mieli ry 2021.)

## 2.2 Lapsen emotionaalinen kehitys

Lapsen tunnetaidot kehittyvät jo vauvasta asti. Vauva osaa osoittaa hoivaajalleen tunteita, tulkita hoivaajan tunteita ja toimia niiden mukaan. Hänellä on kykyjä säädellä omia tunnetilojaan, mutta ne ovat niin kehittymättömät, että hän tarvitsee vielä hoivajansa apua. Tietoisesti ja tiedostamattaan hoivaaja vastaa vauvan tunteiden ilmaisuun siihen sopivalla tavalla ja näin vahvistaa vauvan käsitystä siitä, että hän voi jakaa omia tunteitaan. Vanhempi saattaa esimerkiksi vastata vauvan hymyyn tai sanoittaa vauvan ikävää oloa empaattisesti. Tätä kutsutaan tunteiden yhteensoinnuttamiseksi. (Mäntymaa & Tamminen 1999: 2447–2453; Mäntymaa & Luoma & Puura & Tamminen 2003: 459–465.) Lapsen terveeseen emotionaaliseen kehitykseen vaikuttaa se, kuinka hänen fyysisiin ja emotionaalisiin tarpeisiinsa vastataan. Lapsen on tärkeää pystyä luottamaan siihen, että hänen vanhempansa tulkitsevat hänen viestejään ja täyttävät hänen tarpeensa. (Russell & Gleason 2018: 319.)

Alle yksivuotiaana vauva oppii sosiaalista varmistusta. Hän hakee epävarmoissa tilanteissa hoivaajiltaan varmistusta, kuinka käyttäytyä. Jos vanhempi ilmaisee pelon tunteita, vauva ottaa sen vihjeenä ja alkaa pelätä itsekin. Vauva muistaa tämän pelon aiheen tulevaisuudessakin. (Mäntymaa & Tamminen 1999: 2447–2453.) Ensimmäisen vuoden aikana lapsen tärkeät sosioemotionaaliset kehitysaskleet ovat sosiaalinen hymy kolmen kuukauden iässä ja lapsen hakeutuminen ensisijaisen hoivaajan läheisyyteen 7–9 kuukauden iässä (Russell & Gleason 2018: 319).

Ensimmäisen ikävuoden jälkeen lapsi opettelee nimeämään tunteitaan ja ymmärtää, että sisäiset tunteet ja tunteiden ilmaisu ovat erillisiä asioita. Tyypillisesti lapset haluavat tässä vaiheessa tehdä ja kokeilla asioita itsenäisemmin, mikä voi aiheuttaa kiukku-kohtauksia ja turhautumista, kun asiat eivät aivan onnistukaan. Hän oppii itse säätelämään omia tunteitaan vahvemmin, mutta tarvitsee vielä turvallisen hoivaajan tukea ja läheisyyttä. (Mäntymaa & Tamminen 1999: 2447–2453; Russell & Gleason 2018: 320.)

Leikki-iässä, eli 1–6-vuotiaana, lapsi alkaa kiinnostua asteittain enemmän muiden ikäistensä seurasta ja tunteiden säätely tulee yhteisissä leikeissä tarpeeseen. Tunteiden säätelyn opettelu on yksi pienen lapsen kehityshaasteista, mutta toisinaan kaikkein vaikeimmissa tilanteissa myös aikuinen tarvitsee siinä apua. Tunteita säätelämällä lapsi oppii lievittämään ja vähentämään negatiivisia tunnetilojaan sekä jakamaan ja lisäämään positiivisia tunnetilojaan. (Mäntymaa ym. 2003: 459–465.)



Kouluiässä, 7–12-vuotiaana lapsen minäkeskeisyys vähenee ja hänen tunne-elämässään tapahtuu muutoksia. Nyt lapsi osaa peitellä omia tunteitaan ja käsitellä asioita yksin mielessään. Hän opettelee tässä vaiheessa sietämään epäonnistumisia, joita koulussakin voi tulla. Hän oppii koko ajan lisää psyykkistä itsesäätelyä, mutta tarvitsee vielä aikuisen tukea ajoittain ja hänen on tärkeää saada hoivaajilta ja opettajilta kehuja ja kannustusta. Tässä vaiheessa kaverisuhteet ovat lapselle tärkeitä. (Hammar & Storvik-Sydänmaa & Tervajärvi 2019: 25–26.)

## 2.3 Tunnetaidot

Tunnetaidot ovat tietoisuutta omista ja muiden tunnetiloista. Ihminen, jolla on hyvät tunnetaidot, kykenee ymmärtämään omia tunteitaan, selviytyy niiden kanssa omaksumiensa käytösmallien avulla ja erottaa omat sisäiset tuntemukset ulkoisesta käytöksestä. Hän ymmärtää tunteiden merkityksen vuorovaikutuksessa ja pystyy ymmärtämään muiden tunteita ja kokemuksia. Hän luottaa siihen, että selviytyy tunteidensa kanssa. (Saarni 1999.) Tunnetaitojen avulla ihminen voi säädellä omia tunteitaan ja niiden voimakkuutta (Korkeila 2017: 209–214).

### 2.3.1 Tunteiden säätely

Omien tunteiden tunnistaminen on tärkeää, jotta niitä oppii säätelemään. Tunteiden säätely on hyödyllistä erityisesti silloin, kun tunne on suuri ja negatiivinen ja saattaa purkautuessaan ilmetä holtittomana käytöksenä. Tunteita säätelämällä ihminen voi välttää tunteenpurkauksista aiheutuvia konflikteja. (Kallio ym. 2007; Wilms & Lanwehr & Kastenmüller 2020.) On tärkeä muistaa, että tunteiden säätely ei tarkoita samaa kuin tunteiden välttely. Tunteisiin on hyvä suhtautua hyväksyvästi tiedostaen, että ihmisillä on kaikenlaisia tunteita ja niillä on kaikilla oma tehtävänsä. (Nurmi 2016.)

Tunteiden säätelyn tärkeänä tavoitteena on parempi olo. Sosiaalisesti taitava ihminen osaa rauhoittaa itseään erilaisilla ajattelumalleilla, kuten kiinnittämällä huomionsa asioiden myönteisiin puoliin tai toiminnallisilla keinoilla, kuten liikunnan avulla. Käyttäytymisen ja ajattelun muuttaminen muuttaa koettua tunnetta ja sitä kautta olotilaa. Jos ihminen ei osaa säädellä tunteitaan, hänellä on rauhaton olo, sillä tunteet ohjailevat häntä liikaa. Tämä johtaa siihen, että hänen on vaikea keskittyä ja toimia esimerkiksi sosiaalisissa tilanteissa. (Kallio ym. 2007; Nurmi 2016.)

Lapsella ei ole vielä valmiita keinoja säädellä omia tunteitaan, ja hän tarvitsee siinä aikuisen apua. Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus luo hyvän pohjan tunnetaitojen käsittelylle, sillä lapsi kokee, että viestimällä tunteistaan hän saa myönteisen lopputuloksen, kun vanhempi pyrkii ymmärtämään vauvan tarpeita. (Hermansson 2019; Russell & Gleason 2018: 318.) Onnistunut tunteiden käsittely etenee vaiheittain. Aikuinen ohjaa lasta seuraavaa polkua pitkin: ensimmäiseksi tunne sallitaan, tunne tunnustetaan ja nimetään, tunteen voimakkuutta säädellään ja ongelma pyritään ratkaisemaan. (Pöyhönen & Livingston 2021a: 32.)

### 2.3.2 Tunnetaitojen kehittämisen hyödyt

Lasten tunnetaidot vaikuttavat sosiaaliseen kyvykkyyteen, koulusuoriutumiseen, kaveriesuhteisiin, taitoon auttaa muita, tunteeseen lapsen kyvystä ratkaista ongelmia ja kykyyn pyytää apua perheenjäseniltä tunne-elämän ongelmatilanteissa. Tunnetaitojen oppiminen vaikuttaa positiivisesti lapsen itsetuntoon ja itseymmärrykseen, tekee arjesta sujuvampaa sekä tukee lapsen fyysistä ja psyykkistä terveyttä. Lapsena opitut tunnetaidot hyödyttävät vielä nuoruus- ja aikuisiälläkin. Ne vaikuttavat suhtautumiseen vanhempia ja yhteiskuntaa kohtaan, päihteiden käytön määrään, vihanhallintaan, väkivallattomuuteen, terveyteen aikuisiällä ja työuran kehittymiseen. (Kallio 2007; Hessler & Katz 2009; Pöyhönen & Livingston 2021a: 33; Pöyhönen & Livingston 2021b: 28.)

### 2.3.3 Tunnetaitojen tukeminen

Lapsen tunnetaitojen tukeminen alkaa jo synnytyssairaalassa, jossa kättilöt auttavat tuoreita vanhempia olemaan vuorovaikutuksessa vauvan kanssa. Vanhemmat opettelevat tunnistamaan vauvan tarpeita, kuten nälkäviestin, märän vaipan ja väsymyksen. (Paananen & Pietiläinen & Raussi-Lehto & Äimälä 2020: 325–327.) Perheen kotiuduttua neuvolan terveydenhoitaja jatkaa vanhempien tukemista lapsen vuorovaikutustaidoissa 0–6-vuotiaana. Lapsen normaalin kehityksen ja erilaisten kehitysvaiheiden tunteminen on tärkeää. (Mäki & Wikström & Hakulinen & Laatikainen 2017: 101–104.) Lapsen vähän kasvettua, hän opettelee tunnetaitoja varhaiskasvatuksessa ja sen jälkeen koulussa. Tunnetaitojen opettaminen sisältyy sekä varhaiskasvatussuunnitelmaan että opetussuunnitelmaan. (Opetushallitus 2018: 21; Opetushallitus 2014: 100.)

Vanhemmat voivat auttaa lasta tunnetaitojen opettelussa lukemalla lapselle kirjoja. Lapsen sanavarasto kasvaa ja lapsi pystyy paremmin ilmaisemaan itseään vivahteikkaan kielen avulla. Tarinoiden kautta hankalia tunteita on helpompi oppia tunnistamaan ja nimeämään. Tutkimusten mukaan perheen osallistumisella, vuorovaikutuksella ja

huolehtivalla ilmapiirillä on vaikutusta lasten sosiaalisiin ja emotionaalisiin taitoihin sekä kognitiivisiin taitoihin. Vanhempien osallistuminen lasten varhaisoppimiseen vaikuttaa positiivisesti lasten koulumenestykseen. Myös ruoan valmistaminen yhdessä sekä ruokapöydässä ruoan äärellä käytävät keskustelut, joissa vanhempi sanoittaa päivän tapahtumista käytävää keskustelua lapselle vaikuttavat positiivisesti lapsen tunnetaitojen kehittymiseen. (Santos & Fettig & Shaffer 2012: 88–91.)

Hyviä suomenkielisiä kirjoja tunnetaitojen tukemiseksi ovat Molli- sekä Fanni-kirjasarjat. Molli- ja Fanni-kirjasarjoissa käsitellään tarinan keinoin eri tunteita ja pohditaan miten tunteita olisi sopivaa ilmaista. (Tunnetaitoja lapselle; Lasten keskus.) Tunnetaitojen kehittämisen avuksi löytyy myös esimerkiksi Tunnepeli -korttipeli (Oppi & Ilo) ja Fannin tunnetaitokortit (Tunnetaitoja lapselle), joissa harjoitellaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Paljon hyviä vinkkejä, materiaalia ja asiantuntijoiden artikkeleita tunnetaitojen kehittämiseen löytyy familyboost.fi verkkosivustolta, joka on Fanni-kirjasarjan kirjoittajien Julia Pöyhösen ja Heidi Livingstonin kokoama (Family Boost). Hyvää englanninkielistä materiaalia tunnetaitojen kehittämiseksi löytyy Second Step -ohjelman (suomeksi Askeleittain) kotisivuilta (Second Step). Suplasta löytyy myös Kiukku-podcast, jossa kerrotaan vinkkejä, miten lapsen kiukkuun tulisi suhtautua (Supla).

Varhaiskasvatuksessa on käytössä useampia menetelmiä tunnetaitojen kehittämisen tueksi. Yleisimmin käytettyjä menetelmiä ovat Askeleittain, Tunnemuksu ja Mututoukka sekä Ihmeelliset vuodet. Vahvin tutkimusnäyttö on Askeleittain (käännetty Committee for Children -järjestön kehittämästä Second Step -ohjelmasta) ja Ihmeelliset vuodet menetelmillä (kehitetty ja tutkittu ympäri maailmaa yli 30 vuotta). Askeleittain ohjelmassa pyritään vahvistamaan lapsen tunnetaitoja, jotta lapsi pystyisi säätelemään voimakkaita tunteitaan sekä ilmaisemaan niitä sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla. Ihmeelliset vuodet menetelmässä pyritään huomioimaan lapsen vahvuudet ja voimavarat sekä parantamaan itsesääätelyä ja sitä kautta autetaan lasta pääsemään mukaan kaveripiiriin positiivisessa ilmapiirissä. Tunnemuksu ja Mututoukka tunnetaito-ohjelmassa tunneasioita käsitellään leikin, sadun, kuvallisen ilmaisun sekä draaman keinoin. (Huttunen & Koivula & Laakso & Närhi & Määttä 2017: 33–37.)

### **3 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset**

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata kirjallisuuskatsauksen avulla lasten tunnetaitojen kehitystä tukevia menetelmiä ja missä niitä opetetaan. Tavoitteena on tuottaa tietoa lap-

siperheiden kanssa työskenteleville ammattilaisille, esimerkiksi terveydenhoitajille ja kättilöille. Tekijöitä kiinnostaa erityisesti eri menetelmät ja harjoitteet lasten tunnetaitojen tukemiseen, jotta niistä voi kertoa lasten vanhemmille terveydenhoitajan työssä. Tutkittava aihe on erittäin tärkeä, mutta ei ole vielä saavuttanut hoitoalalla vastaavaa jalansijaa kuin esimerkiksi varhaiskasvatuksen ja koulun puolella. Tekijät aikovat viedä viestiä kentälle asian kehittämiseksi tulevaisuudessa.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaisin keinoin voidaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä?
2. Missä tunnetaitoja opetetaan?

## **4 Opinnäytetyön menetelmät**

### **4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus menetelmänä**

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, jonka avulla pyrimme tuottamaan lasten tunnetaitojen kehittämisestä laadullista ja kuvailevaa tietoa. Aloitimme tutkimuksen perehtymällä aiheeseemme huolellisesti, jotta pystyimme muodostamaan siitä loogisen kokonaiskuvan. Perehtymisen jälkeen muodostimme tutkimuskysymykset. Tavoitteena oli vastata näihin tutkimuskysymyksiin etsimällä laajasti olennaista tietoa olemassa olevista menetelmistä ja harjoitteista lasten tunnetaitojen kehittämiseksi sekä siitä, missä niitä käytetään. Työssä pyrittiin rakentamaan kokonaiskuva tutkittavasta aiheesta sekä tunnistamaan mahdolliset ongelmat aiheeseen liittyen. (Mannila 2021; Kangasniemi ym. 2013.) Toteutusvaiheessa kokosimme tutkimuksen keskeiset tulokset, tarkastelimme niitä ja pyrimme ymmärtämään tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä eli lasten tunnetaitojen kehittämisen keinoja ja sitä, missä niitä käytetään. (Kangasniemi ym. 2013).

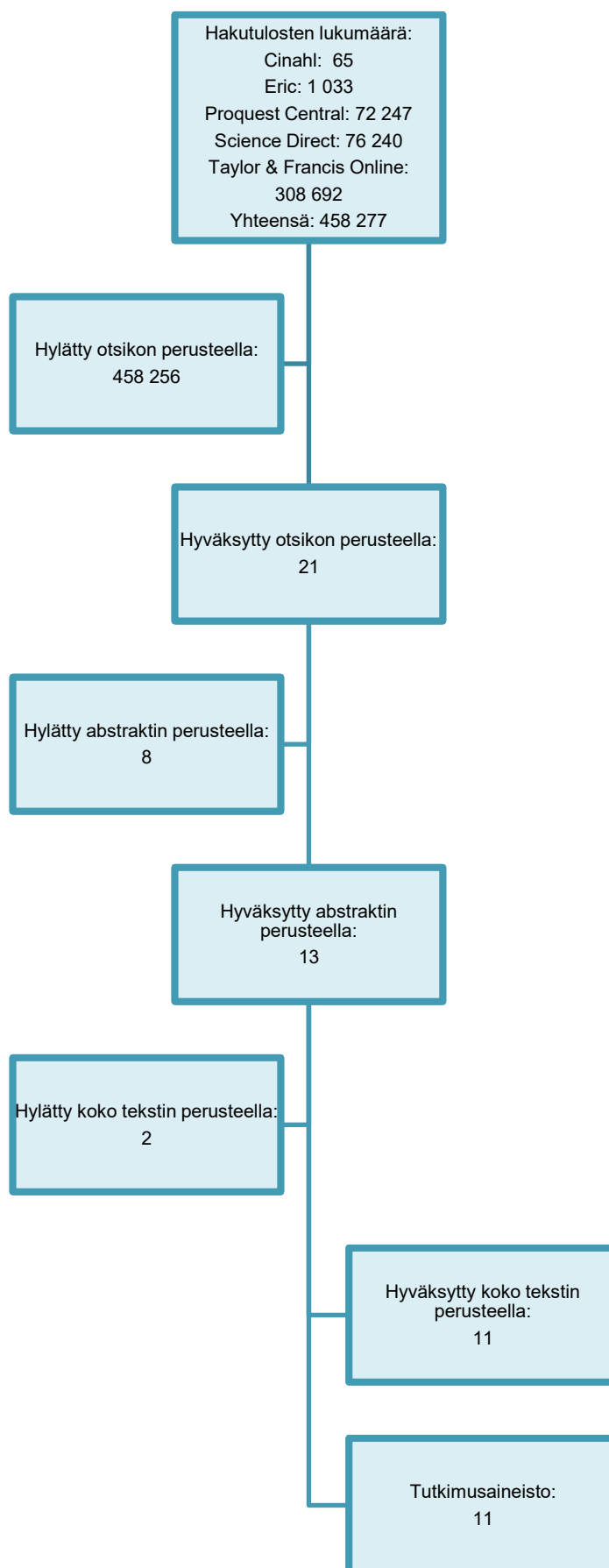
### **4.2 Aineiston keruu ja arviointi**

Aiheeseen liittyviä suomen- ja englanninkielisiä asiasanoja ja alakäsitteitä haettiin asiasanasto- ja ontologiapalveluista, YSO:sta ja MeSH:stä, joilla lähdettiin tekemään lisää hakuja aiheeseen liittyen. Näistä hakusanoista muodostettiin erilaisia hakusanayhdistelmiä käyttäen apuna Boolean operaattoreita (AND, OR ja NOT) (Stolt & Axelin & Suhonen, 2016: 39–41).

Tiedonhaku toteutettiin järjestelmällisesti eri tietokannoista (ProQuest Central, Taylor & Francis Online, Science Direct, Eric, Cinahl). Taulukoimme tietokannoissa käytetyt hakusanat, niiden tuottamien tulosten lukumäärän ja montako tutkimusta valitsimme näistä tutkimusaineistoomme (liite 1). (Stolt & Axelin & Suhonen, 2016: 38).

Aineiston sisäänottokriteereinä olivat julkaisuvuosi (2011–2021), aineiston kielenä oli joko suomi tai englanti ja kyseessä oli tutkimusartikkeli tai väitöskirja. Aineistosta poisuljettiin julkaisut, jotka olivat ilmestyneet ennen vuotta 2011 tai julkaisut, jotka olivat muun kuin suomen- tai englanninkielisiä ja olivat ammattilehden tai päivälehdessä artikkelit. Seuraavaksi arvioimme, vastaako aineisto tutkimuskysymyksiimme (Kangasniemi ym. 2013). Aineiston laatua arvioitiin Julkaisufoorumin tieteellisen julkaisutoiminnan laadunarviointiin luotua JUFO-portaalia hyödyntäen. JUFO-portaali luokittelee julkaisukanavan yhteen neljästä tasosta. Tasot ovat 1 - perustaso, 2 - johtava taso, 3 - korkein taso ja 0 – kanava, joka ei vielä täytä tason 1 kriteereitä (Julkaisufoorumi).

Kuviossa 1 on kuvattu tiedonhaun etenemistä. Luimme otsikon perusteella valitsimme artikkelien tiivistelmät läpi, joiden perusteella joko hylkäsimme tai hyväksyimme artikkelin. Tämän jälkeen siirryimme lukemaan artikkelit kokonaisuudessaan ja arvioimme edelleen niiden sopivuutta työhömme ja hylkäsimme osan. Jäljelle jäi tutkimusaineistoksi valitut artikkelit.



Kuvio 1. Tiedonhaun eteneminen.

Tutkimukseen valittiin 11 tutkimusartikkelia. Määrällisiä tutkimuksia oli kuusi (n=6), laadullisia tutkimuksia kaksi (n = 2) ja monimenetelmällisiä tutkimuksia kolme (n = 3). Yhdysvalloista löytyi kolme tutkimusta ja Australiasta, Espanjasta, Kanadasta, Puolasta, Luxemburgista, Iso-Britanniasta, Israelista sekä Kiinasta löytyi kaikista yksi tutkimus. Kaikki tutkimukset olivat englanninkielisiä. Opinnäytetyössä käytettävä aineisto koottiin taulukkoon (liite 2), johon kirjattiin artikkelin perustiedot, eli tekijät, julkaisumaa, julkaisuvuosi, tutkimuksen tarkoitus, kohderyhmä, aineiston keruumenetelmät ja niiden analysointi, päätulokset sekä muuta huomattavaa. Artikkelit numeroitiin 1.–11., jotta niihin viittaaminen olisi analyysiä tehdessä helpompaa.

Kahdeksan tutkimuksista oli interventioita, joita varten oli kehitetty tunnetaitojen kehittämistä tukeva ohjelma, jonka vaikutuksia analysoitiin. Interventiot tutkivat musiikin, taitteen, käytösharjoitteiden, lukuhetkien, tunteiden vahvistamisen, mielikuvituksellisten opetusmetodien, yhteisten satuhetkien, tunteiden mielessä jäljittelemisen, tunnetaitotuntien ja emotionaalisen johdonmukaisuuden vaikutusta tunnetaitojen kehittymiseen. Kolmessa tutkimuksista oli tunnetaitojen kehittymiseen liittyvä hypoteesi, jota pyrittiin tutkimaan.

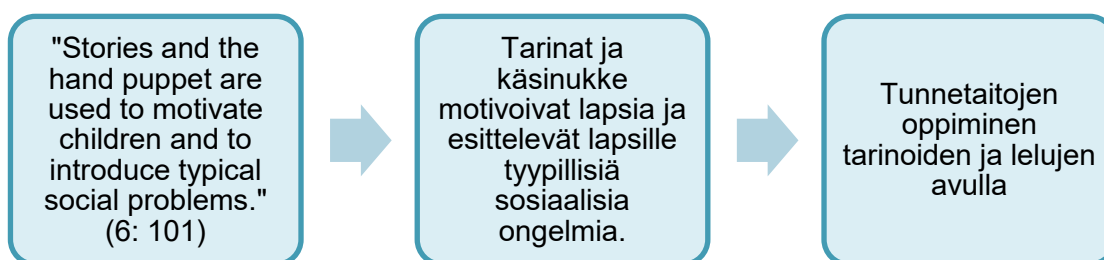
Tutkimuksista yksi oli tehty kouluympäristössä, viisi esikoulussa, yksi sekä esikoululaisille, että 1.-luokkalaisille, yksi sosiaalityön ympäristössä, yksi musiikki-interventio päivähoitokeskuksen tiloissa sekä kaksi vanhempi-lapsi paritutkimusta, joissa oli molemmissa kysely vanhemmille ja toisessa lisäksi tutkijat tarkkailivat lapsen ja aikuisen toimintaa. Huomioon otettavaa oli, että tutkimuksiin osallistuneet esikoululaiset olivat nuorempia (3–6-vuotiaita) kuin suomalaiset esikoululaiset. Suomalaislapset aloittavat koulun myöhään verrattuna näissä tutkimuksissa mukana olleisiin maihin.

Huomionarvoista oli, että emme löytäneet tiedonhakuaiheessa kättilö- tai terveydenhoitajan työympäristössä tehtyjä tutkimuksia. Kummatkin ammattiryhmät työskentelevät tiiviisti perheiden kanssa ja voisivat tukea perheitä lasten tunnetaitojen kehittämässä, jos se olisi osa ammatillista koulutusta tai täydennyskoulutusta. Koemme tätä työtä tehdessämme löytäneemme paljon tietoa aiheesta suomeksi esimerkiksi opetushallituksen sivuilta.

### 4.3 Aineiston analysointi

Aineiston analysointi toteutettiin induktiivisella sisällönanalyysin menetelmällä, joka on aineistolähtöistä, eli tutkimuksen johtopäätökset tehdään aineiston perusteella. Induktiivista sisällönanalyysiä käytetään hoitotieteessä enemmän kuin deduktiivista sisällönanalyysiä, joka on teorialähtöistä, eli etukäteen määritelty teoria ohjaa analyysiä. Induktiivisessa sisällönanalyysissä tutkimusaineistosta nostettuja ilmauksia luokitellaan niiden teoreettisen merkityksen perusteella. Luokittelun aikana tulee pitää mielessä tutkimuksen tutkimuskysymykset ja se, mitä aineistosta halutaan nostaa työhön. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017: 167–168). Induktiivinen sisällönanalyysi koostuu kolmesta vaiheesta, jotka ovat aineiston redusointi, klusterointi ja abstrahointi. (Tuomi & Sarajärvi 2018: 122–127).

Redusointi- eli pelkistämisvaiheessa etsimme tutkimukseen valitusta aineistoista pelkistettyjä ilmauksia, jotka sopivat tutkimuskysymyksiimme ja jotka halusimme nostaa työhömmä. Tämän jälkeen käänsimme ilmaukset englannista suomeksi ja loimme niistä pelkistetyt ilmaukset. Loimme pelkistetyt ilmaukset niin, että muutimme alkuperäisen ilmauksen yksinkertaisempaan muotoon, josta ilmenee ilmauksen olennaisimmat asiat. Pidimme pelkistysvaiheessa tarkkoja muistiinpanoja, jotta alkuperäiset ilmaukset olisi helppo jäljittää ja analyysin seuraava vaihe olisi helppo suorittaa. Pelkistyksessä on artikkelin numero ja sivu, jolta alkuperäisilmaisuus löytyy. Käytimme aineiston analysoinnissa analyysikehyksiä, joista voi nähdä kaikki analyysin vaiheet (liite 4 ja 5). (Tuomi & Sarajärvi 2018: 123.) Kuviossa 2 havainnollistamme, kuinka ensin käänsimme alkuperäisen ilmauksen ja muodostimme käännetystä ilmauksesta pelkistetyn ilmauksen.



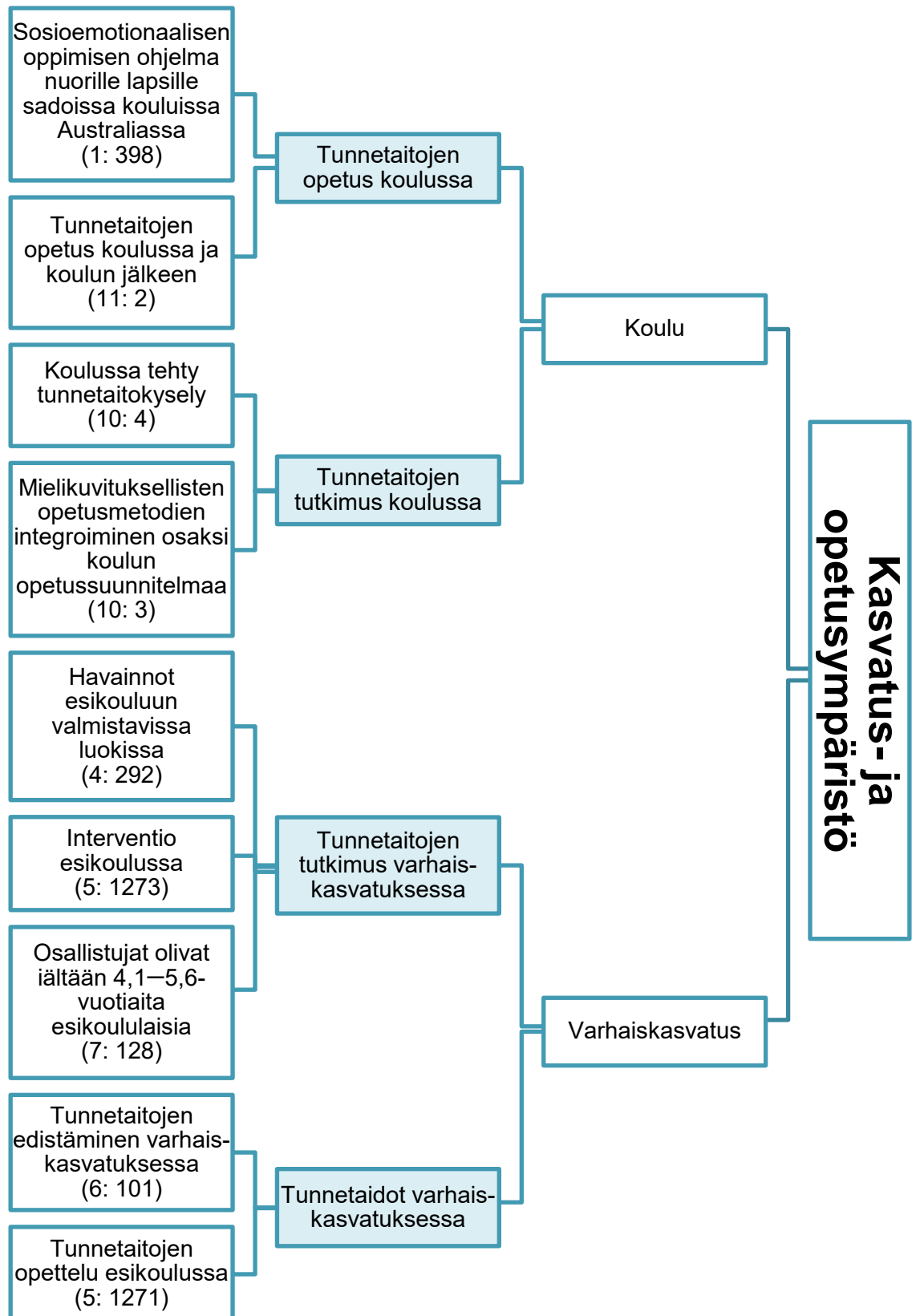
Kuvio 2. Pelkistetyn ilmauksen muodostuminen.

Klusterointi- eli ryhmittelyvaiheessa etsimme pelkistetyistä ilmauksista samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia ja muodostimme niistä ryhmiä. Nämä ryhmät muodostivat analyysissämme alaluokat, jotka nimettiin sisältöä kuvaavilla käsitteillä. Muodostimme 1.



tutkimuskysymykselle 15 alaluokkaa ja 2. tutkimuskysymykselle 9 alaluokkaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018: 124.)

Seuraavaksi abstrahoiimme aineiston, eli käsitteellistimme sen. Käsitteellistäminen jatkaa ryhmittelyä eteenpäin ja alaluokista muodostetaan yläluokkia ja yläluokista pääluokkia. Muodostimme 1. tutkimuskysymykselle 7 yläluokkaa ja 4 pääluokkaa. 2. tutkimuskysymykselle muodostimme 5 yläluokkaa ja 4 pääluokkaa. Käsitteellistämisen avulla opinnäytetyössä voitiin muodostaa teoreettisia käsitteitä ja johtopäätöksiä, joiden avulla lähdimme kirjoittamaan työmme tuloksia. (Tuomi & Sarajärvi 2018: 125–126.) Kuviossa 3 kuvaamme yhden pääluokan syntyä.



Kuvio 3. Esimerkki pääluokan synnystä.

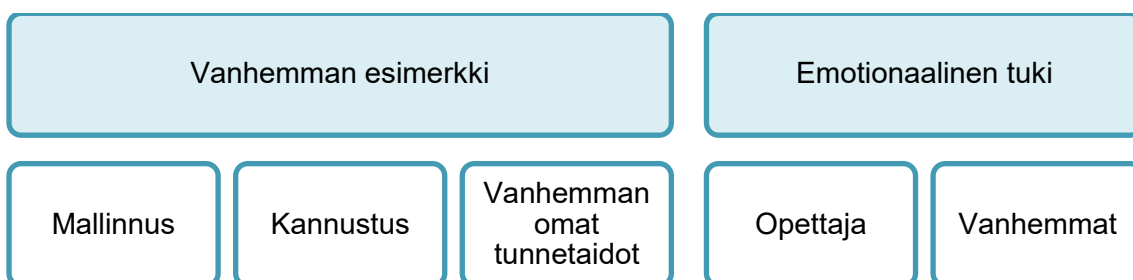
## 5 Tulokset

Esittelemme tulokset vastaamalla tutkimuskysymyksiimme. Alaotsikot ovat tutkimuksemme pääluokkia ja havainnollistavat kuviot muodostettiin 1. tutkimuskysymyksessä tutkimuksen ylä- ja alaluokista ja 2. tutkimuskysymyksessä pää- ja yläluokista. Olemme numeroineet tutkimukseen valitut artikkelit aakkosjärjestyksessä 1.–11. Viitteestä ilmenee lisäksi sivunumero, jolta alkuperäisilmaisu löytyy artikkelista.

### 5.1 Millaisin menetelmin ja harjoittein voidaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä?

#### 5.1.1 Aikuisen keinot tunnetaitojen kehityksen tukijana

Lapsi oppii tunnetaitoja vuorovaikutuksessa aikuisten, kuten vanhempien ja opettajien kanssa. On tärkeää, että lapsen kanssa toimivat aikuiset hallitsevat tunnetaitoja itsekin. (4: 304; 3: 15.) Kuviossa 4 on havainnollistettu, mistä aikuisen keinot tukea lapsen tunnetaitoja koostuvat.



Kuvio 4. Aikuisen keinot tunnetaitojen kehityksen tukijana.

Vanhemman oma asennoituminen ja esimerkki vaikuttaa siihen, millaiseen suuntaan lapsen tunnetaidot kehittyvät. Lapsi omaksuu vanhemmaltaan, miten erilaisiin tunteisiin suhtaudutaan ja miten tunteita säädellään. Jos vanhempi kykenee itse suhtautumaan esimerkiksi negatiivisiin tunteisiinsa terveellä ja leikkisällä tavalla, lapsi voi oppia tästä, miten negatiivisia tunteita voi lievittää omalla asennoitumisella. Vanhempi voi käyttää omaa esimerkkiään suunnitelmallisesti eli mallintaa lapselle, miten vaikeassa tilanteessa voi selviytyä ja näyttää lapselle terveen tavan käsitellä esimerkiksi turhautumisen tunnetta. (9: 211.) Mallintamisen lisäksi lapsen kanssa on tärkeää keskustella tunteista ja tunnetaidoista ja kannustaa lasta, kun tämä harjoittelee tunteiden kanssa selviytymistä (6: 100).

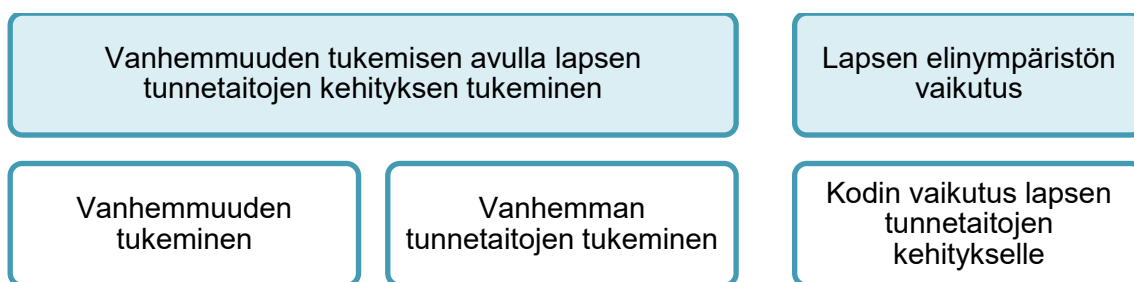
Vanhemman omat tunnetaidot vaikuttavat siihen, miten tämä säätelee omia tunteitaan, mutta myös siihen, miten tämä tunnistaa lapsen tunteita. Vanhemman tunteiden tunnistamiskyvyn kautta lapsi voi tulla paremmin ymmärretyksi ja autetuksi tunteidensa kanssa. Jos vanhempi tunnistaa lapsen tunnetilan, hän osaa todennäköisemmin reagoida siihen oikealla tavalla kuin jos hän tulkitsisi lapsen tunteen väärin. Saamalla oikeanlaista tukea tunteiden kanssa selviytymiseen, lapsi voi oppia ymmärtämään tunteitaan ja vähitellen tunnistamaan niitä vanhemman avulla. (9: 211; 3: 5.) Jos lapsen tunteesäätelykyvyssä on ongelmia, on tärkeää kehittää vanhemman tunteiden tunnistamiskykyä, jotta hän voi tukea lastaan (3: 15).

Vanhemmat, jotka omaksuivat leikkisiä elementtejä osaksi lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta muodostivat läheisemmän ja positiivisemmän suhteen lapsen ja aikuisen välille (9: 217). Vanhemman tuella positiivinen vaikutus lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen (2: 12).

Emotionaalisesti johdonmukaisen luokan ilmapiiri edisti oppimista, sillä lapset tiesivät mitä odottaa, pystyivät tuntemaan olonsa turvalliseksi ja pystyivät osallistumaan oppimistehtäviin vähemmällä häiriöllä (4: 304). Opettajan tunnetaitojen rooli lasten tunnetaitojen tukijana korostui, sillä opettaja näytti esimerkkiä omalla toiminnallaan ja loi luokkaan ilmapiirin, jossa lapset saavuttivat parempia akateemisia tuloksia sekä lasten sosiaaliset taidot olivat paremmat, verrattuna vähemmän emotionaalisesti johdonmukaisiin luokkiin (4: 303—304). Emotionaalisesti epäjohdonmukaisessa luokassa lapset saattoivat joutua jakamaan huomiota pois akateemisista tehtävistä, sillä osa keskittymään opettajan emotionaalisen tilan tarkkailuun (4: 304).

### 5.1.2 Ympäristön vaikutus lasten tunnetaitoihin

Lapsen tunnetaidot kehittyvät erilaisissa ympäristöissä. On tärkeää, että eri ympäristöissä lapsia kohtaavat aikuiset tiedostavat tunnetaitojen tukemisen merkityksen. Kuviossa 5 on havainnollistettu, mitkä tekijät lapsen ympäristössä vaikuttavat hänen tunnetaitojensa kehitykseen.



Kuvio 5. Ympäristön vaikutus lasten tunnetaitoihin.

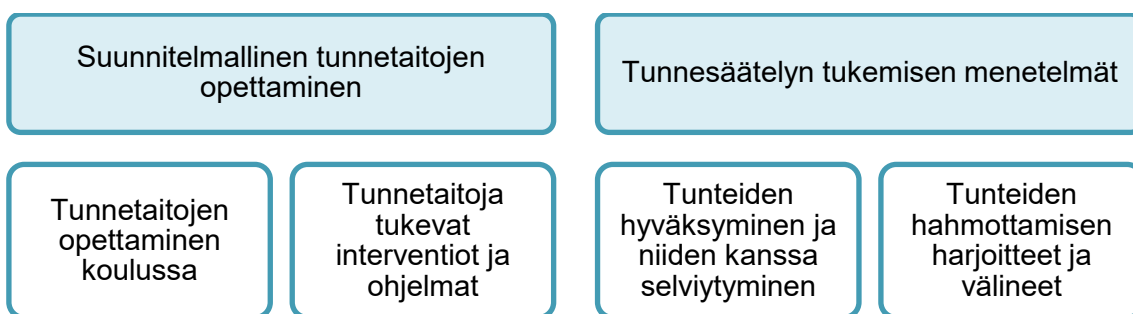
Luomalla lapselle kotiympäristön, jossa tunteet ja niiden ilmaisu on hyväksyttävää, vanhempi voi auttaa lapsen tunnetaitojen kehitystä. Jos lapsen kotona näkyy paljon erilaisia positiivisia ja negatiivisia tunteita, hän voi oppia tunnistamaan niitä. Samalla hän harjoittelee, miten erilaisia tunteita voi ilmaista. Tunnetaitojen kehittymistä tukevassa kodissa vanhemmat arvostavat kaikkia erilaisia tunteita ja suhtautuvat lapsen tunneilmaisuun sensitiivisesti ja hyväksyvästi. (3: 3, 5)

Vanhemman on tärkeää luoda kotiympäristö, jossa lapsen käytökselle asetetaan rajat, jotta lapsi ymmärtää miten tunteita sopii ilmaista. Vaikka kaikki tunteet ovat sallittuja, niin kaikenlainen käytös ei. Lapsille on tärkeää opettaa, että esimerkiksi vihan tunne on hyväksytty, mutta lyöminen suuttuessa ei. Vihan tunnetta opetellaan ilmaisemaan sanoin nyrkkien sijaan. Myös vanhemman on sallittua ilmaista tunteitaan. Puhumalla lapsen ikätaso huomioiden avoimesti tunteistaan, vanhempi näyttää lapselle esimerkkiä ja huolehtii samalla itsestään. (8: 630)

Lapsen tunteiden hyväksymisen opettaminen vanhemmille sosiaalityön ympäristössä toimii hyvin ja sen tarjoamista tulisi helpottaa esimerkiksi päiväkodeissa tai sosiaali- ja terveydenhoidon ammattilaisten kotikäyntien kautta. (8: 630.) Vanhemman omat haavoittuvuudet vaikuttavat heikentävästi vanhemman kykyyn tukea lapsen tunnetaitoja. Erityisiä hankaluuksia vanhemmilla on stressaantuneena tai vihaisena toimia rauhallisesti lapsen tunteiden hyväksyjänä, sillä lapsen negatiiviset tunteet lisäävät vanhemman stressiä ja emotionaalista aktivoitumista entisestään. Vanhemmilla saattaa olla sosioemotionaalaisia ongelmia itsellään, joka vaikuttaa negatiivisesti vanhemman kykyyn tukea lapsen tunnetaitojen kehittymistä. (8: 631.)

### 5.1.3 Koulu- ja varhaiskasvatusryhmille suunnitellut menetelmät tunnetaitojen tukemiseksi

Koulu- ja varhaiskasvatusryhmissä on mahdollista kehittää tunnetaitoja suunnitelmallisesti ja luovasti erilaisten menetelmien avulla. Näiden menetelmien avulla lapsi voi oppia esimerkiksi ilmaisemaan tunteitaan ja ratkaisemaan ristiriitoja paremmin. (6: 101.) Kuviossa 6 on havainnollistettu, mistä koulu- ja varhaiskasvatusryhmien tunnetaitojen tukemismenetelmät koostuvat.



Kuvio 6. Koulu- ja varhaiskasvatusryhmille suunnitellut menetelmät tunnetaitojen tukemiseksi.

Tunnetaitojen kehittämiseen suunniteltuja kansainvälisiä ohjelmia koululaisille ja päiväkotilaisille ovat muun muassa Dinosaurius-kouluohjelma (Webber-Stratton) pienille lapsille, YCDI (You Can Do It! Early Childhood Education Program), Second Step -ohjelma (Grossman) sekä Second Stepin mukaelma (Schick and Cierpka), joka painottaa tunnetaitojen hankkimista, kuten empatiaa, impulssikontrollia ja vihanhallintaa. (6: 100) Sosioemotionaalisten taitojen oppitunneilla harjoitellaan tunnetaitoja, ongelmanratkaisutaitoja sekä sosiaalisia taitoja. (6: 101) Tällaisia ohjelmia on hyödynnetty erilaisissa interventioissa, joissa tutkitaan lasten sosiaalisia taitojen, tunnesäätelykyvyn ja akateemisten taitojen kehittymistä. Esimerkiksi tutkimuksessa, jossa tutkittiin käytösharjoitteiden lyhytaikaisia vaikutuksia, havaittiin, että lapset kykenivät säätelemään yksittäisiä tunteitaan, tunnistamaan toisten tunteita ja keskittymään ryhmätyöhön paremmin osallistuttuaan interventioon. (6: 107). Tehdyn tutkimuksen valossa sosioemotionaalisten taitojen integroiminen myös jo olemassa oleviin aineisiin, kuten äidinkielen, vieraan kielen, matematiikan ja taideaineiden opetukseen on suositeltavaa ja tehokasta. (11: 5)

Tunteista puhuminen on tärkeää ja vanhemmat voivat opetella tätä esimerkiksi vanhemmuuskurssilla. Sosiaalityön asiakkaina olevat vanhemmat, jotka osallistuivat ennaltaehkäisevälle My First Emotions -vanhemmuuskurssille raportoivat oppineensa opettamaan lapsilleen tunteiden hyväksymistä ja sen lisänsen lastensa tunnetietoisuutta

sekä tunnesäätelykykyä. Vanhemmat kertoivat lastensa opettaneen sisaruksilleen ja kavereilleen tunteiden hyväksymisen taitoa eteenpäin. Vanhemman on tärkeää hyväksyä lapsen kaikki tunteet. (8: 630; 8: 634.) Kurssin aikana vanhemmat oppivat huomioimaan myös lapsen negatiiviset tunteet. Aiemmin he olivat kommentoineet vain lapsen positiivisia tunteita (8: 631). Lapsia autettiin tunnesäätelyssä rohkaisemalla lapsia puhumaan tunteistaan, halaamalla/rauhottamalla ja rauhallisella hengittämällä (8: 630). Jos vanhempi osaa nimetä ja tunnistaa tunteensa, se vaikuttaa positiivisesti myös lasten tunteiden tunnistamiskykyyn. (3: 13) Lapset oppivat käyttämään oikeaa sanastoa tunteille, tunnistamaan mahdollisia syitä omille tunteilleen ja oppivat, että eri ihmiset tuntevat eri tavalla samassa tilanteessa (6: 101). Perustiedon oppiminen tunteista, kuten tunteen nimen yhdistäminen sitä esittävään ilmeeseen parantaa tunneälyn kehittymistä lapsilla. (5: 1275)

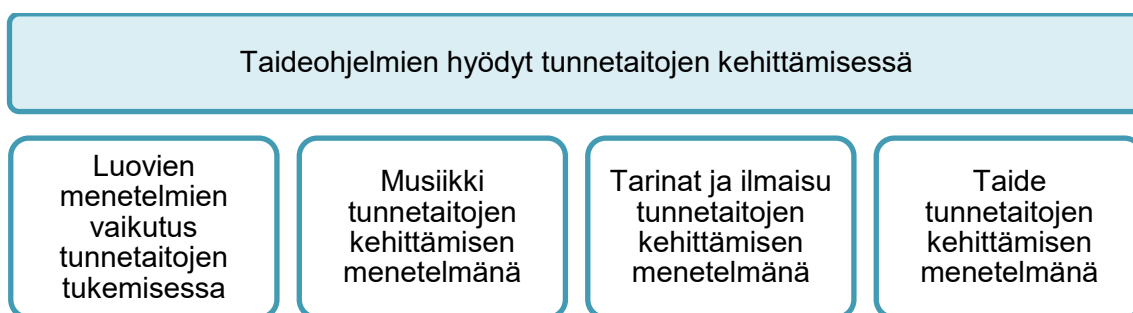
Tunnetaitoja voi opetella keskustelun, mielikuvien, roolileikin ja pelien (palapelejä, arvoituksia ja aktiviteetteja) avulla (6: 101; 5: 1271). Mielikuvien avulla lapsi pystyy kuvittelemaan tulevaisuuden tilanteita, joka voi toimia sitä kautta itsesäätelyn perustana, koska lapsi tietää, mitä tavoittelee tilanteessa ja voi muokata käytöstään tavoitteen mukaan. Esimerkiksi lapsi voi oppia kysymään kauniisti voisiko saada kaverilta lelun käyttöönsä seuraavaksi, sen sijaan, että menisi ottamaan lelun ilman kaverin suostumusta. Mielikuvaharjoittelun avulla lapsi voi kuvitella tilanteen etukäteen mielessään läpi ja pohtia kumpi vaihtoehdoista auttaa pääsemään tavoitteeseen. (5: 1271) Mielikuvaharjoittelu koostuu yksityiskohtaisista ohjeista kuvittelemalla jäljitellä kuutta perustunetta, joita ovat onnellisuus, surullisuus, pelko, viha, inho ja yllättyminen. Lapsia pyydetään myös kuvittelemaan, missä tilanteissa tunteet ilmenevät. (5: 1273.) On tärkeää asioiden opettamisen lisäksi havainnollistaa ja kerrata opittua visuaalisten keinojen, kuten värikkäiden julisteiden avulla, joita käytetään apuna esimerkiksi YCDI-ohjelmassa. Julisteet seinillä tukevat aikaisemmin harjoiteltuja taitoja ja niissä esiintyvien hahmojen avulla taitojen mieleen muistuttaminen on helpompaa ja tutut hahmot voivat havainnollistaa positiivista itselle puhumista, ja sosioemotionaalisten taitojen oppimista sekä tukea lapsen mielikuvia aiheesta (1: 400).

Tärkeä osa tunnesäätelyä on oppia ratkaisemaan ristiriitoja. Lapsille voidaan opettaa ristiriitojen ratkaisua etukäteen muodostetun toimintamallin avulla. Tällainen on esimerkiksi ”I Can Solve Problems” -ohjelma, joka esittelee ristiriitatilanteet käsinukkejen avulla. Toimintamalli ristiriitojen ratkaisuun koostuu neljästä vaiheesta: ongelman tunnistamisesta, ratkaisun etsimisestä, mahdollisten seurausten arvioimisesta ja lopputuloksista sekä ratkaisun laittamisesta täytäntöön. Ristiriidat esitellään toimintamallissa tarinan kautta ja lapsille annetaan mahdollisuus roolileikin kautta harjoitella ratkaisuaan

toisen lapsen tai käsinuken kanssa. Roolileikin kautta lapset oppivat, että tavoitteita voidaan saavuttaa oikeanlaisella käytöksellä. (6: 101)

#### 5.1.4 Luovat menetelmät tunnetaitojen tukijana

Lasten tunnetaitojen kehittämisessä voidaan hyödyntää monia erilaisia luovia menetelmiä, kuten musiikkia, taidetta, ilmaisua ja roolileikkejä. Näitä kaikkia menetelmiä yhdistää se, että lapsi oppii leikin varjolla, ilmaisun keinoin ja mielikuvitusta hyödyntämällä erilaisia tunnetaitoja tukevia taitoja, kuten ihmissuhdetaitoja, vastuullista päätöksentekotaitoa, tunteiden tunnistamista ja nimeämistä sekä sosiaalista käytöstä. Näiden luovien hetkien avulla lapset voivat olla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa ja harjoitella leikin ja ilmaisun aikana tavoiteltavia käytösmalleja. (10: 8; 1: 400; 10: 11; 6: 101.) Kuviossa 7 on havainnollistettu, mitkä luovat menetelmät vaikuttavat tutkimusaineistomme mukaan tunnetaitojen kehittymiseen.



Kuvio 7. Luovat menetelmät tunnetaitojen tukijana.

Musiikkia ja taidetta voidaan käyttää yhtenä luovana menetelmänä tunnetaitojen kehittämisessä. Lapset voivat kokea musiikkia yhdessä, keskustella siitä ja oppia tunteista laulujen sanoitusten avulla. Tunnetaitoja kehittävien laulujen sanoitukset tukevat lapsen oppimista ja auttavat lapsia kertaamaan jo opittua. Sanoitukset voivat sisältää erilaisia tunnetaitojen elementtejä, kuten miten kasvattaa itseluottamusta. (2: 2; 2: 3; 1: 400.) tavoiteltavaa käytöstä. (10: 8; 1: 400; 10: 11; 6: 101.) Musiikki ja taide antaa lapsille mahdollisuuden ilmaista itseään luovasti ja kehittää sen kautta sosioemotionaalisia taitoja, kuten tunteiden ymmärrystä (11: 4; 11: 5).

Tarinat ja erilaiset ilmaisun keinot tukevat tunnetaitoja. Lapset voivat oppia tunnetaitoja esimerkiksi roolileikkien, käsinuken kanssa leikkimisen, runojen, laulujen ja yhteisten osallistavien satuhetkien kautta. (1: 400; 10: 11; 6: 101; 7: 132; 7: 136.) Lapset oppivat tarinoissa ja roolileikeissä esiintyvien tilanteiden kautta esimerkiksi, miten selvittää risti-



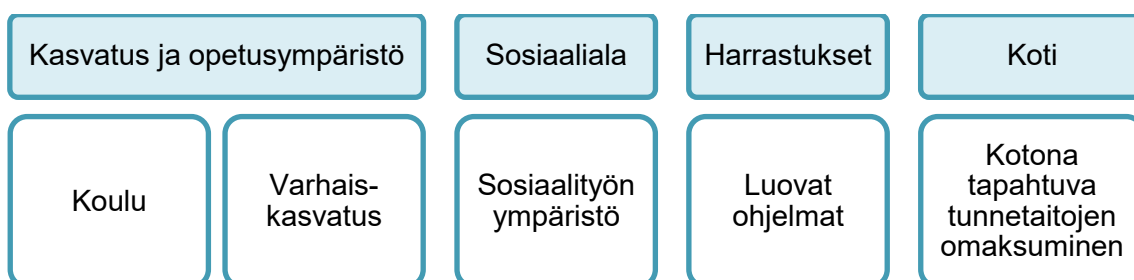
riitoja tai muita sosiaalisia ongelmia. Tällaisissa leikeissä voidaan käyttää apuna käsinukkeja tai muuta rekvisiittaa, jolla aikuinen havainnollistaa erilaisia sosiaalisia tilanteita ja ongelmia. Käsinuket, lelut ja rekvisiittaa auttaa tekemään tarina- ja ilmaisuhetkistä visuaalisesti kiinnostavia, jonka avulla lasten mielenkiinto säilyy. Lapset voivat huomauttaa ja leikin varjolla käyttäytyä toivotunlaisesti. Tunnetaitoja tukevia roolileikkejä leikkiessään lapset oppivat sopivaa käytöstä ja miten sopivalla sosiaalisella käytöksellä voi saada hyviä tuloksia aikaan. (6: 101; 7: 132.)

Lasten tunnetaitojen kehittymistä tukevassa oppimisympäristössä voi hyödyntää erilaisia lapsia kiinnostavia havainnollistavia kuvia. Esimerkiksi erilaisten tunnetaitojen opettamista tarinoista voidaan nostaa erilaisia sosioemotionaalisia taitoja ja opetuksia ja asettaa niitä seinälle näytille, josta ne voivat muistuttaa lapsia päivittäin heidän oppimistaan taidoista. (1: 400.)

Satukirjojen lukeminen kehittää lasten kognitiivisia, sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja (7: 136). Erityisesti satuhetket, joissa lapsi saa osallistua yhdessä aikuisen kanssa, tarjoavat lapsille mahdollisuuden kehittää aktiivisesti tunnetaitojaan. Lapsi voi osallistua satuhetkeen esimerkiksi sellaisten kuvakirjojen avulla, joiden mukana tulee rekvisiittaa. Rekvisiitan avulla lapset voivat leikkiä ja harjoitella tunnetaitoja tukevissa kirjoissa käsiteltäviä taitoja. (7: 132; 7: 138.)

## 5.2 Missä tunnetaitoja opetetaan?

Kuviossa 8 havainnollistetaan pääluokkien ja yläluokkien avulla, missä ympäristöissä lasten tunnetaitoja opetetaan.



Kuvio 8. Missä tunnetaitoja opetetaan?

### 5.2.1 Koti

Kotiympäristössä tapahtuu suuri osa lasten tunnetaitojen omaksumisesta, etenkin varhaisessa vaiheessa ennen kuin lapsi aloittaa mahdollisesti päiväkodin, esikoulun tai koulun. On tärkeää, että vanhempi pyrkii luomaan kotiympäristöstä mahdollisimman tunnetaitoja tukevan. (3: 3; 3: 5.) Omat ja lapsen tunteet hyvin tunnistava ja hyväksyvä vanhempi voi omalta osaltaan luoda perheelle hyvän tunneilmapiirin, jossa lapsen tunteiden tunnistamistaidot voivat kehittyä. Lapsi jatkaa tunteiden tunnistamiskyvyn ja tunnesäätelyn harjoittelua myöhemmin varhaiskasvatuksessa ja koulussa. (3: 2–3; 3: 5.)

### 5.2.2 Kasvatus- ja opetusympäristö

Tunnetaitoja opetetaan varhaiskasvatuksessa sekä koulussa jo eri puolilla maailmaa erilaisten harjoitteiden ja ohjelmien avulla. Niiden vaikutuksia on tutkittu erityisesti akateemisten taitojen kehittymisen näkökulmasta. (1: 398; 4: 292; 5: 1273; 7: 128.)

#### 5.2.2.1 Varhaiskasvatus

Tunnetaitoja on tärkeää kehittää varhaisessa vaiheessa, joten varhaiskasvatus on ihanteellinen paikka sille. Varhaiskasvatuksessa lapset voivat päästä harjoittamaan sosioemotionaalaisia taitojaan muiden lasten ja siellä työskentelevien aikuisten kanssa. Tässä vaiheessa on tärkeää myös havaita lapsessa näkyviä käytösongelmien enteitä ja puuttua niihin ennen kuin niistä muodostuu pysyvämpiä käytösmalleja. (6: 101)

Tunnetaitojen kehitystä on tutkittu esikoulussa (4: 292; 5: 1273; 7: 128). Tutkijoiden kiinnostus tätä ikäkautta kohtaan selittyyneen aivojen suurella mukautuvuudella ja suurimmalla kyvyllä oppia elämän ensimmäisinä vuosina tunnetaitoja. Ihmisen emotionaaliset aivot muodostuvat lapsuudessa sekä murrosiässä. (5: 1271.)

#### 5.2.2.2 Koulu

Sosioemotionaalaisia taitoja opetetaan koulussa joko opetussuunnitelmaan sisällytettynä, tai koulun jälkeen tapahtuvana toimintana. (11: 2) Sosioemotionaalaisia taitoja voidaan opettaa myös siihen suunnitellun opetusohjelman avulla, kuten esimerkiksi Australiassa sadoissa kouluissa käytettävän ”You Can Do It”-koulutuksen (YCDI) avulla (1: 398).

Tunnetaitojen kehitystä on tutkittu myös kouluympäristössä, jotta voitaisiin luoda pedagoginen lähestymistapa sosioemotionaalisten taitojen opettamisen integroimiseksi osaksi koulun opetussuunnitelmaa mielikuvituksellisia opetusmetodeja (tarinankeronta, näytteleminen, tutkimusmatkailu, taiteet, keskustelu, rutiini ja empatia) hyödyntäen. (10: 3–4).

### 5.2.3 Sosiaaliala

Sosiaalialalla tunnetaitojen opettaminen vanhemmille ja työntekijöille on hyväksi havaittu ennaltaehkäisevän työn muoto. Tutkimuksessa aikaista sosiaalipalvelujen apua saavat perheet ja perhetyöntekijät osallistuivat neljän viikon kurssille, jolla opetettiin tunteita vahvistavaa vanhemmuutta. (8: 627).

Sosiaalityön ympäristössä tehdyssä tutkimuksessa tunteiden hyväksymistä opetettiin vanhemmille sekä perhetyöntekijöille. Tunteiden hyväksymisen taito koostuu neljästä taidosta (tunteista puhuminen lapsen kanssa, lapsen tunteiden hyväksyminen, lapsen tunnesäätelyssä auttaminen ja rajojen asettamisesta sekä itsestä huolehtiminen), jotka olivat suoraan ”My First Emotions” vanhemmuusoppaasta. (8: 627; 8: 630).

### 5.2.4 Harrastukset

Lasten tunnetaitoja on mahdollista kehittää musiikki- ja taideharrastuksen yhteydessä. Tutkimuksen kohteena ovat olleet muun muassa musiikki-interventioon osallistuneet pienet lapset ja taideohjelmaan osallistuneet 4–5-vuotiaat esikoululaiset. (2: 2; 11: 1.) Musiikki- ja taideinterventioiden havaittiin kehittävän lasten itseilmaisukykyä, tunteiden ymmärrystä, itsesäätelykykyä ja tunnesäätelykykyä, jotka ovat kaikki tärkeitä tunnetaitoja. Musiikkitoiminnan vaikutus tunnetaitojen kehitykseen on erityisen tehokasta silloin, jos lapsi on vielä alle 2-vuotias ja osallistuu toimintaan vanhemman kanssa. (2: 2; 2: 3; 11: 5.)

## 6 Pohdinta

### 6.1 Tulosten tarkastelu

Kirjallisuuskatsauksen aineistoa kerätessä ja läpi käydessä huomasimme, miten moninaisissa ympäristöissä lapset voivat tunnetaitoja opetella. Tunnetaitojen kehityksen tukeminen alkaa kotona, mutta se jatkuu muissa ympäristöissä. (Ashdown & Bernard

2012: 398; Tsortanidou & Daradoumis & Barberá 2020: 4; Boucher & Gaudette-Leblanc & Raymond & Peters 2021: 2; Curby & Brock & Hamre 2013: 292; Castro & Halberstadt & Lozada & Craig 2015: 2–3; Gorgolewska & Jarczewska 2014: 1271; Lambie & Lambie & Sadek 2020: 627; Qiao & Tapalova & Nasyrova & Tarasova & Kozlovskaya 2021: 1.) Tämä on erityisen tärkeää silloin, kun kotiympäristössä on haasteita tunnetaitojen tukemisessa. Tunnetaitojen tukeminen olisi tärkeää aloittaa aikaisessa vaiheessa, jotta käytöshäiriöitä ei ehtisi ilmenemään, tai niihin voitaisiin puuttua hyvissä ajoin (Koglin & Petermann 2011: 101). Kaikissa ympäristöissä olisi hyvä pyrkiä tunnetaitojen tukemiseen ja siihen, että kaikki tunteet ovat sallittuja (Castro ym. 2015: 2–3; Lambie & Lambie & Sadek 2020: 627).

Lapsen tunnetaidot tukevat lapsen muiden taitojen oppimista ja helpottaa esimerkiksi koulussa suoriutumista (Koglin & Petermann 2011: 107). Jos lapsi on saanut varhaisessa vaiheessa opetella tunnetaitoja, hänellä ei mene niiden opetteluun turhaa energiaa siinä vaiheessa, kun hänen pitäisi opetella jo muita asioita (Curby & Brock & Hamre 2013: 304). Tämä on linjassa sen kanssa, mitä saimme selville tietoperustaa kootessamme (Kallio 2007).

Lapsen tunnetaitojen tukemisen lisäksi on erittäin tärkeää tukea lapsen kanssa toimivien aikuisten tunnetaitoja. Näitä aikuisia ovat tässä tutkimuksessa vanhemmat, opettajat, varhaiskasvatuksen työntekijät ja perhetyöntekijät. He kaikki vaikuttavat siihen, minäikäisessä ympäristössä lapsi elää, oppii ja kasvaa sekä kehittää tunnetaitojaan. (Curby & Brock & Hamre 2013: 303; Castro ym. 2015: 15; Lambie & Lambie & Sadek 2020: 631.) Aikuisen omien tunteiden säätely ja sanoittaminen tukee lapsen tunnetaitoja. Tunnetaitoja tukevassa ympäristössä aikuiset harjoittavat tunteiden nimeämistä sanoittamalla omia tai lapsen tunteita. Esimerkiksi aamulla kiireessä aikuinen voi kertoa lapselle, miltä lapsesta tai itsestä mahtaa tuntua tilanteessa. Vanhemman on hyvä pysyä itse rauhallisena, eikä mennä mukaan lapsen tunnetilaan. (Castro ym. 2015: 5, 13; Shorer & Swissa & Levavi & Swissa 2021: 211.) Tutkimuksemme tulokset olivat linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa. Aikuisten rooli lasten tunnetaitojen kehittäjänä korostuu sekä työmme 2. kappaleessa että tutkimuksemme tuloksissa. (Shorer ym. 2021: 211; Castro ym. 2015: 5; Santos & Fettig & Shaffer 2012: 88–91.)

Käytössä olleet menetelmät olivat mielestämme helpotajuisia. Vanhempi tai opettaja voi helposti lainata tunnetaitoihin liittyviä kirjoja ja lukea niitä lapsen kanssa. Tarinoiden kertominen ja lukeminen ovat kuuluneet perinteiseen tapaan antaa lapsille opetuksia, ja näissä tutkimuksissa käytetyissä menetelmissä tarinat antoivat ”opetuksen” tunnetaidoista. Kappaleessa 2 esittelemissämme suomenkielisissä tunnetaitokirjoissa oli paljon

samankaltaisia teemoja kuin niissä, jotka nousivat esiin aineistossamme. (Ashdown & Bernard 2012: 400; Koglin & Petermann 2011: 101; Kohm & Holmes & Romeo & Koolidge 2016: 123; Pöyhönen & Livingston 2021a.) Toinen paljon käytetty menetelmä oli roolileikki. Roolileikin avulla lapset pääsivät ilmaisemaan tunteitaan ja harjoittelemaan toivotunlaisia käytösmalleja. (Koglin & Petermann 2011: 101; Tsortanidou & Daradouis & Barberá 2020: 8, 11.) Tärkeäksi keinoksi nousi lapsen tasoisen visuaalisen tuen käyttö, kuten esimerkiksi värikkäät julisteet ja hymynaamat (Ashdown & Bernard 2012: 400; Lambie & Lambie & Sadek 2020: 630). Tunnetaitoja tukevissa tarinoissa käytettiin tukena leluja ja rekvisiittaa, joiden avulla havainnollistettiin tarinoiden sanomaa. (Kohm & Holmes & Romeo & Koolidge 2016: 132; Koglin & Petermann 2011: 101; Lambie & Lambie & Sadek 2020: 630.) Taiteen ja musiikin keinoin lapset kehittivät esimerkiksi tunteiden ilmaisua ja tunnesäätelykykyä. Taiteen ja musiikin avulla lapset pääsivät ilmaisun keinoin näyttämään tunteitaan ja keskustelemaan niistä. Laulujen sanotukset toimivat tarinan tapaan tunnetaitojen opettajana. (Ashdown & Bernard 2012: 400; Boucher ym. 2021: 2; Qiao ym. 2021: 4–5.)

## 6.2 Luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerit ovat uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus. Tutkimuksen uskottavuutta vahvistaa tulosten selkeä kuvaaminen sekä analyysin teon tarkka kuvaaminen sekä luokitusten ja kategorioiden laatiminen, jotta ne kattaisivat koko aineiston. Tulosten siirrettävyys tarkoittaa sitä, että pystyykö tulokset siirtämään johonkin muuhun kontekstiin eli toiseen tutkimusympäristöön. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017. s. 197–198.)

Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä yleistettävyyteen, sillä otos tai pikemminkin näyte on harkinnanvarainen. Työssämme pyrimme merkityksien ymmärtämiseen teemojen ja samankaltaisuuksien kautta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017. s. 197–198). Luotettavuuden kannalta oli tärkeää esitellä tutkimuskysymykset selvästi, sillä ne ohjasivat työtämme alusta asti. (Kangasniemi ym. 2013).

Tutkimuksen luotettavuus varmistettiin huolellisella, avoimella ja suunnitelmallisella aineiston valinnalla ja analysoinnilla. Tiedonhausta pidettiin alusta alkaen tarkkoja muistiinpanoja (liite 1) ja haetuista aineistoista valittiin kriittisesti sopivimmat lähteet työtä varten (liite 2). Se ja aineiston käsittely (liite 3 ja 4) kuvataan työssä graafisessa muodossa, josta on helppo seurata prosessia ja sitä, miten työssä on päädytty tiettyihin luokitteluihin ja niistä johdettuihin johtopäätöksiin. Tällä varmistettiin se, että lukija ymmärtää, mistä tutkimuksemme tulokset tulevat. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017.)

Aineiston analysointivaiheessa tekijät pitivät avoimen mielen aiheen suhteen, eivätkä antaneet omien ennakkoluulojensa tai -oletustensa vaikuttaa asioiden tulkintaan. Tarkoituksena oli tuottaa luotettavaa ja neutraalia tietoa, ei esittää ainoastaan tekijöitä miellyttäviä tuloksia. Työssä esiintyvät pohdinnat perustuvat tutkitulle aineistolle, eivätkä vääristele sitä. (Sarajärvi & Tuomi 2018: 158–160.)

Työn luotettavuutta saattaa laskea se, että aineiston keruu tuotti todella paljon tuloksia, joista kuitenkin päädyimme valitsemaan vain yhteensä 11 artikkelia (liite 1). Vastasimme kuitenkin tällä artikkelien määrällä tutkimuskysymykseemme. Tuloksien lukumäärä olisi voinut laskea tarkemmalla hakusanayhdistelmien muodostuksella.

### 6.3 Eettisyys

Lasten tunnetaitojen kehittäminen on aiheena yhteiskunnallisesti tärkeä, sillä tunnetaitojen kehittäminen lapsuudessa vaikuttaa osaltaan siihen, millainen yhteiskunnan jäsen lapsesta kasvaa. Tekijät olivat kiinnostuneita paneutumaan aiheeseen ja hankkimaan siitä uutta informaatiota. Työn tarkoitus oli tuottaa mahdollisimman luotettavaa tietoa kättilö- ja terveydenhoitotyötä tekeville ammattilaisille, opiskelijoille ja muille aiheesta kiinnostuneille. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017: 211.)

Tärkeä osa kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tekemisessä oli aineiston keruu ja sen analysointi. Tässä oli eettisesti tärkeää ottaa huomioon sepittämisen ja havaintojen vääristelemisen välttäminen. Tekijät olivat sitoutuneita paneutumaan analysointiin niin, että aineistosta kerättiin oikea tieto sitä muuttamatta ja se raportoitiin huolellisesti. Alkuperäiset kirjoittajat huomioitiin työssä asianmukaisilla viittauksilla ja lähdeluettelossa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017: 212; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Kirjallisuuskatsauksen eettisyys oli sidoksissa tiiviisti katsauksen luotettavuuteen. Kun koko prosessi kuvattiin johdonmukaisesti ja läpinäkyvästi edetessä tutkimuskysymyksistä johtopäätöksiin, voitiin parantaa molempia. (Kangasniemi ym. 2013.)

Tekijöillä ei ollut esteellisyyksiä eikä sidonnaisuuksia. Koska työ tehtiin kirjallisuuskatsauksen muodossa, siihen ei tarvittu tutkimuslupaa. Valmis opinnäytetyö tullaan julkaisemaan Theseuksessa ja esittelemään Metropolian HyMy-kylässä tammikuussa 2022. (Arene 2019.)

## 6.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet.

Teimme tutkimusta tehdessämme seuraavat johtopäätökset:

- Aikuisten rooli lasten tunnetaitojen kehittäjänä on merkittävä.
- Vanhemman hyvinvointiin ja tunnetaitoihin vaikuttamalla voidaan luoda ympäristö, jossa lapsen on helpompi kehittää tunnetaitojaan.
- Varhaiskasvatuksen ja koulun rooli lasten tunnetaitojen kehittäjänä on merkittävä.
- Lasten tunnetaitoja voidaan tukea luovin menetelmin.
- Sosiaalialan tarjoama varhainen tuki auttaa vanhempia tukemaan lasten tunnetaitojen kehittymistä ja sitä kautta ennaltaehkäisee ongelmakäytösten syntyä.

Tutkimusaineistoksi valittujen artikkelien ympäristöt erosivat tulevasta työskentely-ympäristöstämme, sillä ne sijoittuivat pääasiassa varhaiskasvatukseen, kouluun, sosiaal työn ympäristöön, kotiin ja harrastuksiin. Tulevina terveydenhoitajina olisimme olleet kiinnostuneita perusterveydenhuollon ympäristössä tehdyistä tutkimuksista, mutta niitä emme valitettavasti löytäneet aineistonhaun yhteydessä. Mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe olisi tunnetaitojen kehittäminen perusterveydenhuollossa.

## 6.5 Ammatillinen kasvu

Tutkimusta tehdessämme opimme tunnetaidoista ja niiden kehittämisestä. Koemme tämän arvokkaaksi tulevaa ammattiamme ajatellen, sillä esimerkiksi neuvolan terveydenhoitajana työskentelemme yhteistyössä perheiden kanssa, jotka saattavat tarvita tukea lasten tunnetaitojen kehittämisessä. Tutkimuksen tuloksista kävi ilmi, että lasten kanssa työskentelevien aikuisten tunnetaitojen tukeminen on tärkeää, jotta he pystyvät ymmärtämään ja mallintamaan lapsille tunteiden säätelyä. Tutkimuksessa tunnetaitoja tukevat aikuiset olivat opettajia, varhaiskasvatuksen ammattilaisia, vanhempia ja perhetyöntekijöitä. Koemme, että terveydenhoitaja voisi kuulua näiden aikuisten joukkoon.

Olemme tutkimuksen aikana tehneet toimivan työnjaon, joka on mahdollistanut sen, että olemme työn eri vaiheissa hyödyntäneet erikseen ja yhdessä työskentelyä joustavasti. Meillä on tekijöinä erilaisia vahvuuksia ja olemme osanneet jakaa töitä siten, että

kummankin vahvuudet ovat päässeet esiin. Järkevä työnjako on mahdollistanut tehokkaan ajankäytön.

Löysimme aiheeseen perehtyessämme 40 opintopisteen Lasten- ja nuorten tunnetaito-ohjaaja koulutuksen (Tunne & Taida). Tällaisen lisäkoulutuksen tarjoaminen jo alalla työskenteleville voisi tuoda työyhteisöön hyödyllistä osaamista tunnetaitojen kehittämiseen. Aiheeseen jatkoperehtyminen kiinnostaisi meitä tekijöitäkin.



## Lähteet

- Arene 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset ohjeet. <[http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?\\_t=1578480382](http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?_t=1578480382)>. Viitattu 24.3.2021.
- Ashdown, Daniela & Bernard, Michael 2012. Can Explicit Instruction in Social and Emotional Learning Skills Benefit Social-Emotional Development, Wellbeing and Academic Achievement of Young Children? Melbourne: Early Childhood Education Journal 39. 397–405.
- Boucher, Helene & Gaudette-Leblanc, Aimee & Raymond, Julie & Peters, Valerie 2021. Musical learning as a contributing factor in the development of socio-emotional competence in children aged 4 and 5: an Exploratory study in a naturalistic context. Kanada: Early Child Development and Care 191. 1922–1938.
- Castro, Vanessa & Halberstadt, Amy & Lozada, Fantasy & Craig, Ashley 2015. Parents' Emotion-Related Beliefs, Behaviours, and Skills Predict Children's Recognition of Emotion. Yhdysvallat: Infant and Child Development 24. 1–22.
- Curby, Timothy & Brock, Laura & Hamre, Bridget 2013. Teachers' Emotional Support Consistency Predicts Children's Achievement Gains and Social Skills'. Yhdysvallat: Early Education and Development 24. 292–309
- Family Boost. Tunne- ja sosiaaliset taidot. <<https://www.familyboost.fi/materiaalipankki/tunne-ja-sosiaaliset-aidot/>>. Viitattu 18.10.2021.
- Gorgolewska, Anna & Jarczewska, Ewa 2015. Imagine the emotion: the use of mental simulations in supporting the development of emotional skills of preschool children. Varsova: Early Child Development and Care 185. 1268–1282.
- Hammar, Anne-Marja & Storvik-Sydänmaa, Stiina & Tervajärvi, Lasse 2019. Lapsen ja perheen hoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro.
- Hermansson, Elina 2019. Varhainen vuorovaikutus ja itsetunnon kehitys. Terveyskirjasto. <<https://www.terveyskirjasto.fi/kot00302>>. Viitattu 22.3.2021.
- Hessler, Danielle & Katz, Lynn 2009. Brief Report: Associations between Emotional Competence and Adolescent Risky Behaviour. Journal of Adolescence 33(1). <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2822004/>>. Viitattu 30.9.2021. Lehden tiedot
- Huttunen, Kerttu & Koivula, Merja & Laakso, Marja-Leena & Närhi, Vesa & Määttä, Sami & Paananen, Mika & Savolainen, Hannu 2017. Opetushallitus. Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa, tilannekartoitus. <[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/lasten\\_sosioemotionaalisten\\_taitojen\\_tukeminen\\_varhaiskasvatuksessa.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/lasten_sosioemotionaalisten_taitojen_tukeminen_varhaiskasvatuksessa.pdf)>. Viitattu 19.3.2021.

Ikesako, Hiroko & Miyamoto, Koji 2015. Fostering social and emotional skills through families, schools and communities. Paris: OECD Education Working Papers 72. 1–76.

Julkaisufoorumi. <<https://julkaisufoorumi.fi/fi/julkaisufoorumi-0>>. Viitattu 22.3.2021.

Kallio, Anja & Kerola, Kyllikki & Kujanpää, Sari 2007. Tunteesta tunteeseen. Opetushallitus. <<https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen>>. Viitattu 16.3.2021.

Kankkunen, Päivi & Vehviläinen-Julkunen, Katri 2017. Tutkimus hoitotieteessä 3.–5. painos. E-kirja. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kangasniemi, Mari & Utriainen, Kati & Ahonen, Sanna-Mari & Pietilä, Anna-Maija & Jääskeläinen, Petri & Liikanen, Eeva 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. Hoitotiede 25 (4). 291–301.

Kansalaisaloite 2021. Tunne- ja vuorovaikutustaidot -oppiaineen kirjaaminen perusopetuslakiin. <<https://www.kansalaisaloite.fi/fi/aloite/8354>>. Viitattu 15.10.2021.

Koglin, Ute & Petermann, Franz 2011. The effectiveness of the behavioural training for preschool children. Bremen: European Early Childhood Education Research Journal 19. 97–111.

Kohm, Kristen & Holmes, Robyn & Romeo, Lynn & Koolidge, Louis 2016. The connection between shared storybook readings, children's imagination, social interactions, affect, prosocial behavior, and social play. Yhdysvallat: International Journal Of Play 5 (2). 128–140.

Korkeila, Jyrki 2017. Terve mieli terveissä aivoissa. Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim 133 (2). 209–214. <<https://www.duodecimlehti.fi/duo13528>>. Viitattu 30.9.2021.

Lambie, Hugo & Lambie, John & Sadek, Susan 2020. "My child will actually say 'I am upset' ... Before all they would do was scream": Teaching parents emotion validation in a social care setting. Iso-Britannia: Child Care Health Development 46. 627–636.

Lasten keskus. Molli – tunteet taidoiksi. <<https://lastenkeskus.fi/kasvattajan-tu-eksi/molli-tunnetaitojen-opetteluun/>>. Viitattu 18.10.2021.

Mannila, Margit 2021. Kirjallisuuskatsaus opinnäytetyön muotona. Energiaa. <<https://energiaa.vamk.fi/osaaminen/kirjallisuuskatsaus-opinnaytetyon-muotona/>>. Viitattu 22.3.2021.

Mieli ry 2021. Koululaisen tunnetaidot. <<https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/ala-ja-ylakoulu/koululaisen-tunnetaidot/>>. Viitattu 30.9.2021.

Mäki, Päivi & Wikström, Katja & Hakulinen, Tuovi & Laatikainen, Tiina 2017. Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa – menetelmäkäsikirja. THL.

<julkari.fi/bitstream/handle/10024/135858/URN\_ISBN\_978-952-302-964-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 18.10.2021.

Mäntymaa, Mirjami & Tamminen, Tuula 1999. Varhainen vuorovaikutus ja lapsen psyykinen kehitys. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 115 (22). 2447–2453. <<https://www.duodecimlehti.fi/duo91150>>. Viitattu 19.3.2021.

Mäntymaa, Mirjami & Luoma, Ilona & Puura, Kaija & Tamminen, Tuula 2003. Tunteet, varhainen vuorovaikutus ja aivojen toiminnallinen kehitys. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 119 (6). 459–465. <<https://www.duodecimlehti.fi/duo93467>>. Viitattu 19.3.2021.

Nurmi, Heli 2016. Tunteiden käsittely. Työuupumuksen itsehoito. Terveysportti Duodecim. <<https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/tyt/article/tui00022/search/tunne%20tunteesi>>. Viitattu 30.9.2021.

Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Helsinki: Next Print Oy. <[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf)>. Viitattu 13.10.2021.

Opetushallitus 2018. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Helsinki: Puna-Musta Oy. <[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf)>. Viitattu 13.10.2021.

Oppi & Ilo. Tutustutaan tunteisiin -tunnepeli. <<https://www.oppijailo.fi/tunnepeli/>>. Viitattu 18.10.2021.

Paananen, Ulla & Pietiläinen, Sirkka & Raussi-Lehto, Eija & Äimälä, Anna-Mari 2020. Kätilötyö. Raskaus, synnytys ja lapsivuodeaika. E-kirja. Edita Publishing Oy.

Pöyhönen, Julia & Livingston, Heidi 2021a. Tunnetaitojen käsikirja. 2. painos. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy.

Pöyhönen, Julia & Livingston, Heidi 2021b. Fanni ja kiukkuiset kaksoset: rakentavan riitelyn harjoittelu. Jyväskylä: Kumma.

Qiao, Shubei & Tapalova, Olga & Nasyrova, Liliya & Tarasova, Ilona & Kozlovskaya, Daria 2021. Role of art programs in young children's social-emotional learning. Kiina: Thinking Skills and Creativity 41. 1–7.

Russell, Douglas & Gleason, Mary 2018. Starting Early: Promoting Emotional and Behavioral Well-Being in Infant and Toddler Well-Child Care. Yhdysvallat: Pediatric Annals 47 (8). 317–322.

Saarni, Carolyn 1999. A Skill-Based Model of Emotional Competence: A Developmental Perspective. <<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED430678.pdf>>. Viitattu 30.9.2021.

Santos, Rosa Milagros & Fettig, Angel & Shaffer, LaShorage 2012. Helping Families Connect Early Literacy with Social-Emotional Development. Washington: YC Young Children 67 (2). 88–93.

Second Step. What is Second Step? <<https://www.secondstep.org/what-is-second-step>>. Viitattu 18.10.2021.

Shorer, Maayan & Swissa, Ori & Levavi, Pedut & Swissa, Anael 2021. Parental playfulness and children's emotional regulation: the mediating role of parents' emotional regulation and the parent–child relationship. Israel: Early Child Development And Care 191 (2). 210–220.

Stolt, Minna & Axelin, Anna & Suhonen, Riitta (toim.) 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. 2. korjattu painos. Turku: Grano Oy.

Supla. Kiukkupodcast. <<https://www.supla.fi/ohjelmat/kiukkupodcast>>. Viitattu 18.10.2021.

Tsortanidou, Xanthippi & Daradoumis, Thanasis & Barberá, Elena 2020. Developing social-emotional skills through imaginative teaching methods in elementary education. Espanja: Early Child Development and Care. 1–16

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Uudistettu laitos. Laadullinen tutkimus ja sisällysanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tunne & Taida. Suomen tunnetaitokoulutus. Koulutuksen sisältö ja tavoitteet. <<https://www.tunnejataida.fi/koulutukset/lasten-ja-nuorten-tunnetaito-ohjaaja-koulutus-40op/koulutuksen-sisalto>>. Viitattu 13.10.2021.

Tunnetaitoja lapselle. Fanni-kirjasarja. <<https://www.tunnetaitojalapselle.fi/kampanjat/8135.html>>. Viitattu 18.10.2021.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. <[https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)>. Viitattu 22.3.2021.

Virtanen, Anniina 2021. Helsingiläiskoulussa opetettiin lapsille tunne- ja vuorovaikutustaitoja: tulokset ällistyttäviä – "Tämä voisi olla kokonaan oma oppiaineensa". Helsingin Uutiset. <<https://www.helsinginuutiset.fi/paikalitset/3994589?fbclid=IwAR2RNrtZXJb2NCxglxb0kpkzGend70BGTg-E2KbW-gu1p-v0COCCJxizODc>>. Viitattu 24.3.2021.

Wilms, Rafael & Lanwehr, Ralf & Kastenmüller, Andreas 2020. Emotion Regulation in Everyday Life: The Role of Goals and Situational Factors. Frontiers in Psychology. <<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.00877/full>>. Viitattu 30.9.2021.

## Aineiston keruu

Tietokanta	Käytetyt hakusanat	Hakutulokset (N)	Tutkimukseen valitut artikkelit (N)
Taylor & Francis online	Child* AND emotional skill* AND develop*	97239	1
	Children AND emotional skills AND teaching NOT autism	45 262	1
	Child* AND "emotional adjustment" AND improv* AND method	650	3
	Child* AND social emotion* skill* AND support*	163 592	1
	Child* AND "emotional skills" AND support*	1949	1
ScienceDirect	Children AND emotional skills AND development NOT autism	31 501	0
	Children AND emotional skills AND teaching NOT autism	10 981	0
	Children AND emotional skills AND supporting	33 758	1
ProQuest Central	Children AND emotional skills AND teaching NOT autism	70 550	1
	Child*, AND "emotional skill*" AND develop* AND toddle*	1697	0
Eric	Children AND emotional skills AND teaching NOT autism	1033	0
Cinahl	Children AND emotional skills AND teaching NOT autism	22	1
	Child* AND "emotional development" AND teaching NOT autism	43	1

## Tutkimusaineisto

Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutkimus tehty	Lehti ja Jufo-taso	Kohderyhmä (otos)	Tarkoitus	Aineiston keruu ja analysointi	Päätulokset	Huomattavaa (tutki- muskysymykseen vastaaminen)
1. Ashdown, Daniela & Bernard, Mi- chael 2012. Australia.	Early Child- hood Educa- tion Journal Jufo-taso: 1.	Yhteensä 99 satunnai- sesti valittua esikoulu ja 1. luokka- laista lasta ja 4 opetta- jaa	Tutkia sosiaalisten ja emotionaalisten tai- tojen oppimisen opinto-ohjelman YCDI (You Can Do It! Early Childhood Education Program) vaikutuksia sosio- emotionaaliseen ke- hitykseen, hyvinvoin- tiin ja akateemisiin saavutuksiin	Määrällinen tutki- mus, joka koostui kaksi osaisesta ky- selystä jokaisesta oppilaasta (opettaja täytti). Ensimmäinen osa 50 kohtaa (ACER-Well-being Survey), jossa likert asteikko 1–4 ja toi- nen osa 57 kohtai- nen (SSRS-T) ky- sely, lisäksi Indepen- dent Text Reading Level testi asteikko 0–28	YCDI-ohjelma oli te- hokas tapa parantaa sosiaalista sekä emotionaalista ky- vykkyyttä nuorilla lapsilla. Ohjelma oli yhtä tehokas tytöille ja pojille sekä äidin- kielestä riippumatta.	YCDI menetelmän (1.) avulla voidaan opettaa lapsille tun- netaitoja tehokkaasti koulussa ja esikou- lussa (2.)
2. Boucher, Helene & Gaudette- Leblanc, Aimee & Raymond, Julie & Pe- ters, Valerie	Early Child Develop- ment and Care Jufo taso: 1.	160 lasta. Lapset olivat iältään 3,5– 5,3-vuotiaita	Tällä tutkimuksella oli kolme tavoitetta: 1. Tutkia, vaikut- taako lapsen osallis- tuminen ilman van- hempia lastenhoito- palvelussa järjestet-	Määrällinen tutki- mus. Opettajat ra- portoivat lasten kehi- tyksestä ennen ja jäl- keen tutkimuksen. Käytössä olivat PKBS-2-testi,	Lapsen ikä vaikutti siihen, miten tämän sosioemotionaaliset taidot kehittyivät mu- siikkiohjelmainter- vention aikana. Van- hemmat lapset tun-	Tunnetaidot kehitty- vät musiikkiohjelman avulla (1. ja 2.)

Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutki- mus tehty	Lehti ja Jufo-taso	Kohderyhmä (otos)	Tarkoitus	Aineiston keruu ja analysointi	Päätulokset	Huomattavaa (tutki- muskysymykseen vastaaminen)
2021 Kanada.			tävään musiikkiohjel- maan tämän sosio- emotionaalisiin taitoi- hin. 2. Tutkia, ero- aako 4- ja 5-vuotiaan lapsen sosioemotio- naalinen kehitys toi- sistaan, kun he osal- listuvat musiikkiohjel- maan. 3. Selvittää, vaikuttaako musiik- kiohjelman pituus so- sioemotionaaliseen kehitykseen.	ANOVA-testi ja TEC- testi	nistivat tunteita pa- remmin, kun niitä testattiin intervention jälkeen.	
3. Castro, Vanessa & Halberstadt, Amy & Lozada, Fantasy & Craig, Ash- ley 2015. Yhdysvallat.	Infant and Child Devel- opment Jufo-taso: 1.	69 lapsen ja vanhemman muodosta- maa paria	Tutkijat tutkivat hy- poteesia, jonka mu- kaan lasten kyky tun- nistaa tunteita kehiti- tyy vanhemman tun- teisiin liittyvien usko- musten, käytöksen ja taitojen vaikutuk- sesta.	Määrällinen tutki- mus. Vanhemmilla teetettiin kysely las- ten tunteiden tunnis- tamisesta. Tutkijat seurasivat vanhem- man sosialisointia lapsensa kanssa tunne-elämään liitty- vän lautapelin ai- kana. Lapsen ja van-	Vanhempien usko- mus siitä, että van- hemman tulisi ohjata lapsen tunteita, vai- kuttaa negatiivisesti lapsen kykyyn tun- nistaa tunteita. Van- hemman kyky ni- metä ja tunnistaa tunteita vaikuttaa po- siitiivisesti lapsen ky- kyyn tunnistaa tun- teita.	Vanhempien usko- mukset vaikuttavat kotiympäristöön ja lapsen tunnetaitojen kehitykseen (1. ja 2.)

Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutki- mus tehty	Lehti ja Jufo-taso	Kohderyhmä (otos)	Tarkoitus	Aineiston keruu ja analysointi	Päätulokset	Huomattavaa (tutki- muskysymykseen vastaaminen)
				hemman kykyä tun- nistaa toistensa tun- teita testattiin.		
4. Curby, Timothy & Brock, Laura & Hamre, Bridget 2013. Yhdysvallat.	Early Edu- cation and Develop- ment Jufo-taso: 1.	2439 lasta	Tämä tutkimus tutkii, onko opettajan joh- donmukaisella emo- tionaalisella tuella yhteyttä lasten pa- rempiin akateemisiin ja sosiaalisiin tulok- siin.	Määrällinen tutki- mus. Tutkimus teh- tiin 11 eri osavalti- osta vuosina 2001–2002 ja 2003–2004 kaksi vaiheisena tutkimuk- sena. Luokassa 20 min tarkkailujakso ja 10 minuutin arviointi- jakso (arvioijat osal- listuneet 2 päivän koulutukseen), arvi- ointiasteikko Likert 1–7. Lisäksi tehtiin akateemisia taitoja mittaavia testejä (mm. PPVT, OWLS, Rhyming and Ap- plied Problems, Let- ter naming)	Tutkimuksen tulokset paljastavat, että esi- koululaiset, jotka ovat emotionaalisesti johdonmukaisessa luokkaympäristössä, hyötyivät siitä ja saa- vuttivat korkeampia tuloksia ja osoittivat enemmän sosiaalista kyvykkyyttä seura- vana vuonna verrat- tuna lapsiin, jotka oli- vat emotionaalisesti epäjohdonmukai- semmassa luokassa.	Opettajan johdonmu- kainen emotionaali- nen tuki (1.) esikou- lussa ja koulussa (2.)



Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutki- mus tehty	Lehti ja Jufo-taso	Kohderyhmä (otos)	Tarkoitus	Aineiston keruu ja analysointi	Päätulokset	Huomattavaa (tutki- muskysymykseen vastaaminen)
5. Gorgo- lewska, Anna & Jarczewska, Ewa 2014. Puola.	Early Child Develop- ment and Care Jufo-taso: 1.	30 (3–5- vuotiasta) esikoulu- laista	Tutkimuksen tarkoi- tuksena tutkia mie- lessä jäljittelyn kou- lutuksellista vaiku- tusta tunnetaitojen kehittämisessä esi- koululaisilla.	Monimenetelmälli- nen tutkimus. Tois- tettuja mittauksia en- nen ja jälkeen men- taalisesta harjoittelun. Mentaaliset simulaa- tiot (mielessä jäljitte- leminen) sisälsivät vihjeitä, miten tunnis- taa ja ymmärtää tun- teita. Lapset jaettiin kolmeen ryhmään (koeryhmä, kontrolli- ryhmä ja ryhmä, jolle tutkija luki tarinaa)	Mentaali simulaatiot (mielessä jäljittelemi- nen) parantavat las- ten kykyä tunnistaa, ymmärtää ja kontrol- loida tunteita.	Kuvailemalla miltä tunteet näyttävät, näyttämällä kuvia, joissa näkyy eri tun- teiden ilmeet ja näyt- tämällä kuvia, joissa kasvot eivät näyt, mutta muusta elekie- lestä, esikoululaisten (2.) tulisi päätellä tunne, jota kuvan henkilö tuntee. (1.)
6. Koglin, Ute & Peter- mann, Franz 2011. Lux- embourg.	European Early Child- hood Educa- tion Re- search Jour- nal Jufo-taso: 1.	97 3–6-vuo- tiasta lasta. Kaikki lapset olivat Lu- xemburgilai- sen esikou- lun oppilaita.	Tutkimuksen tarkoi- tus oli tutkia käy- tösharjoitteiden ly- hytaikaisia vaikutuk- sia häiriökäyttäytymi- seen, ujoon käytök- seen, sisäänpäin- kääntyneisyyteen ja sosioemotionaalisiin taitoihin.	Määrällinen tutki- mus. Opettajat täytti- vät Strengths and Difficulties ja Social Competence Scale kyselyt ennen ja jäl- keen tutkimuksen. Lapsia haastateltiin ennen ja jälkeen tut- kimuksen. Data ana- lysoitiin SPSS-ohjel- malla.	Lasten käytösongel- mat ja kiusaaminen vähenivät. Lasten sosiaaliset taidot, tunteiden säätely- kyky, akateemiset taidot sekä yhteistyö- kyky kohenivat.	Käytösharjoitteet ke- hittivät esikoululais- ten tunnetaitoja ly- hytaikaisesti. (1. ja 2.)

Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutki- mus tehty	Lehti ja Jufo-taso	Kohderyhmä (otos)	Tarkoitus	Aineiston keruu ja analysointi	Päätulokset	Huomattavaa (tutki- muskysymykseen vastaaminen)
7. Kohm, Kristen & Holmes, Ro- byn & Ro- meo, Lynn & Koolidge, Louis 2016. Yhdysvallat.	International journal of play Jufo-taso: 1.	44 lasta (4,1–5,6- vuotiaita), jotka osallis- tuivat esi- kouluun	Tutkittiin yhteyttä ja- ettujen satuhetkien ja lasten mielikuvii- tuksen, sosiaalisen kanssakäymisen, af- fektien, prososiaali- sen käytöksen ja so- siaalisen leikin yh- teyttä. Toisena ta- voitteena oli tutkia sosiaalisen leikin yh- teyttä sanavaraston oppimiseen.	Monimenetelmälli- nen tutkimus, osallis- tujen tarkkailu ja na- turalistinen, ei reakti- tiivinen, tarkkaileva lähestymistapa, sekä PPVT-IV (Peabody Picture Vocabulary Test - Four) testaa- maan avointa/hok- saavaista sanava- rastoa tai lapsen ky- kyä tunnistaa puhut- tua tekstiä (yhdistä- mällä esimerkiksi sana sitä esittävään kuvaan).	Satujen lukeminen lapsille oli positiivi- sesti yhteydessä so- siaaliseen, kognitiivi- seen ja tunteiden ke- hittymiseen kuin so- siaaliseen leikkiin. Mielikuvitusleikit oli- vat myös positiivi- sesti yhteydessä ”hoksaavaiseen” sa- navarastoon.	Satuja lukemalla ja mielikuvitusleikeillä (1.) päiväkodissa pystyttiin kehittä- mään lasten tunne- taitoja. (2.)
8. Lambie, Hugo & Lambie, John & Sadek, Su- san 2020. Iso-Britan- nia.	Wiley Black- well Jufo-taso: 2.	11 vanhem- paa, jotka saivat ai- kaista apua sosiaalipal- veluista ja 5 perhetyöntekijää	Testata tunnetilojen hyväksymisen opet- tamisen käyttökelpoi- suutta vanhemmille ja perhetyöntekijöille sosiaalihuollossa ja tutkia tunnetietoisuu- den ja tunteiden sää- telyn opettamisen vaikutuksia lapsiin.	Pienen mittakaavan laadullinen tutkimus, jonka tieto kerättiin nauhoittamalla haas- tattelut, jotka koos- tuivat avoimista ky- symyksistä. Kaikki vanhemmat osallis- tuivat 4 viikon kurs- sille, jolla opetettiin	Analysoinnin jälkeen vastauksista muo- dostui 6 teemaa: vanhemmat oppivat hyväksymään las- tensa tunteita enem- män, vanhempien oma haavoittuvuus vaikutti heidän ky-	Vanhemmille suun- nattu perhetyönteki- jien vetämä My First Emotions -van- hemmuuskurssi (1. ja 2.)

Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutki- mus tehty	Lehti ja Jufo-taso	Kohderyhmä (otos)	Tarkoitus	Aineiston keruu ja analysointi	Päätulokset	Huomattavaa (tutki- muskysymykseen vastaaminen)
				tunteiden hyväksy- mistä vanhemmille.	<p>kyynsä käyttää tai- toja, lapsi tuli tietoi- semmaksi omista tunteistaan ja puhui enemmän omista tunteistaan, lapsesta tuli rauhallisempi ja hyväksyi paremmin negatiiviset tunteet, lapsi siirsi tunteiden hyväksymistä muille ja perhetyöntekijät omaksuivat tuntei- den hyväksymisen tekniikoita ammatilli- seen käyttöön.</p> <p>Tulokset osoittivat, että tunteiden hyväk- symisen opettami- sesta oli hyötyä sekä vanhemmille ja lap- sille, että perhetyön- tekijöille. Kvantitatiiv- inen analyysi viittasi siihen, että vanhem- man hyväksyntä lap- sen negatiivisille tun-</p>	

Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutki- mus tehty	Lehti ja Jufo-taso	Kohderyhmä (otos)	Tarkoitus	Aineiston keruu ja analysointi	Päätulokset	Huomattavaa (tutki- muskysymykseen vastaaminen)
					teille voi olla yhtey- dessä parempaan negatiivisten tuntei- den tunnistamiseen lapsilla.	
9. Shorer, Maayan & Swissa, Ori & Levavi, Pedut & Swissa, Anael 2021. Israel.	Early Child Develop- ment and Care  Jufo-taso: 1.	137 2–8- vuotiasta lasta, 121 äitiä ja 16 isää. Van- hemmat oli- vat 25–50- vuotiaita.	Tutkimuksen tarkoi- tus oli tutkia hypo- teesia, jonka mu- kaan vanhemman leikkisyys edistää lapsen tunnetaitoja ja tunteiden säätely- kykyä sekä vähen- täisi lapsen ahdis- tusta.	Määrällinen tutki- mus. Vanhemmat täyttivät Internetissä The Parental Playful- ness Questionnaire- ja Parental Playful- ness Open Questi- onnaire -kyselyt, joilla selvitettiin, kuinka leikkisästi vanhemmat toimivat erilaisissa arkisissa tilanteissa lapsensa kanssa. Vastaukset analysoitiin ja ryhmi- teltiin ennalta määri- telyihin kategorioi- hin. Lasten ahdistu- neisuutta mitattiin Revised Preschool Anxiety Scale -mitta- rilla.	Vanhemman leikki- syys vaikutti lapsen tunnesäätelykykyyn, mutta ei ahdistuneis- suuteen. Leikkisällä vanhemmalla vaikut- taa olevan lähei- sempi suhde lapsen kanssa.	Lapsen tunnetaidot kehittyivät vanhem- man leikkisyyden avulla (1.).

Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutki- mus tehty	Lehti ja Jufo-taso	Kohderyhmä (otos)	Tarkoitus	Aineiston keruu ja analysointi	Päätulokset	Huomattavaa (tutki- muskysymykseen vastaaminen)
10. Tsortanidou, Xanthippi & Daradoumis, Thanasis & Barberá, Elena 2020. Espanja.	Early Child Development and Care Jufo-taso: 1.	104 osallistujaa, joista 103 9–10-vuotiaita lapsia ja yksi opettaja	Tutkimuksen tarkoituksena oli tunnistaa, miten mielikuvitukselliset opetusmenetelmät (satujen lukeminen, näytelmät, tutkimusmatkailu, taiteet, keskustelu, ohjelma ja empatia) ja matalan teknologian prototyypit edistävät sosioemotionaalisten taitojen kehitystä.	Monimenetelmällinen tutkimus, laadullista ja määrällistä aineistoa.	Mielikuvitukselliset opetusmenetelmät voidaan yhdistää oikein maksimoidakseen oppilaiden mielikuvitukselliset kyvykkyydet käyttöön ja lisätä mahdollisuuksia saavuttaa maksimi sosioemotionaalisten kykyjen kehitys ja osallistujan voimaantuminen ja ilmaistut tulokset.	Mielikuvitukselliset opetusmenetelmät (satujen lukeminen, näytelmät, tutkimusmatkailu, taiteet, keskustelu, ohjelma ja empatia) (1.) kehittivät sosioemotionaalisia taitoja koulussa. (2.)
11. Qiao, Shubei & Tapalova, Olga & Nasyrova, Liliya & Tarasova, Ilona & Kozlovskaya, Daria 2021. Kiina.	Thinking Skills and Creativity Jufo-taso: 1.	300 4–5-vuotiaasta lasta kiinalaisesta esikoulusta.	Tutkimuksen tarkoituksena määrittää taideohjelmien ja sosioemotionaalisen kehityksen yhteys lapsilla.	Määrällinen tutkimus. Tutkimuksen aluksi ja lopuksi lapsia haastateltiin Emotional Matching test- ja Ages & Stages Questionnaire -kyselyjen avulla. Lapset osallistuivat tutkimuksen aikana kokeelliseen taideryhmätoimintaan.	Taideohjelmalla oli positiivinen vaikutus lasten sosioemotionaaliseen kehitykseen.	Taideohjelman avulla pystyttiin kehittämään lasten sosioemotionaalisia taitoja (1. ja 2.)

## 1. Millaisin keinoin voidaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä? -analyysikehys

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
<p>Vanhemman asennoituminen (9: 211)</p> <p>Leikkisä vanhempi mallintajana (9: 211)</p> <p>Lasten tunnetaitojen tukeminen mallintamalla, ohjaamalla, selittämällä ja kannustamalla (6: 100)</p>	<p>Vanhempi mallintajana ja kannustajana</p>	<p>Vanhemman esimerkki</p>	<p>Aikuisen keinot tunnetaitojen kehityksen tukijana</p>
<p>Vanhemman tunnesäätelykyky lapsen tukena (9: 211; 3: 5)</p> <p>Vanhemman tunnetaidot lapsen tukena (3: 15)</p>	<p>Vanhemman tunnetaidot</p>		
<p>Opettajan emotionaalinen johdonmukaisuus vaikuttaa positiivisesti lasten sosiaaliseen kyvykkyyteen (4: 303)</p> <p>Emotionaalisesti johdonmukainen ilmapiiri edistää oppimista (4: 304)</p>	<p>Opettajan tunnetaidot lapsen tunnetaitojen tukijana</p>	<p>Emotionaalinen tuki</p>	
<p>Lapsen ja vanhemman välinen läheisyys (9: 217)</p> <p>Vanhemman vaikutus intervention onnistumiselle (2: 12)</p>	<p>Vanhemman tuen merkitys</p>		
<p>Rajojen asettaminen sekä itsestä huolehtiminen (8: 630)</p> <p>Tunteiden hyväksymisen opettaminen vanhemmille sosiaalisympäristössä toimiva tapa (8: 628)</p> <p>Vanhemman vaikeuksien vaikutus kykyyn tukea lapsen tunnetaitojen kehitystä (8: 631)</p>	<p>Vanhemmuuden tukeminen</p>	<p>Vanhemmuuden tukemisen avulla lapsen tunnetaitojen kehityksen tukeminen</p>	<p>Ympäristön vaikutus lapsen tunnetaitoihin</p>
<p>Vanhemman liiallinen puuttuminen (3: 13)</p>	<p>Vanhemman tunnetaitojen tukeminen</p>		

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Neljän viikon vanhemmuuskurssi ja ”Minun ensimmäiset tunteeni” -menetelmä tunteiden hyväksymisen tukena. (8: 630)			
Tunnetaitojen kehittymistä tukeva kodin ilmapiiri (3: 3, 5)	Kodin vaikutus lapsen tunnetaitojen kehitykselle	Lapsen elinympäristön vaikutus	
Sosioemotionaalisten taitojen oppitunnit (6: 101) Sosioemotionaalisten taitojen integrointi kouluaineisiin (11: 5)	Tunnetaitojen opettaminen koulussa	Suunnitelmallinen tunnetaitojen tukeminen	Koulu- ja varhaiskasvatusryhmille suunnitellut menetelmät tunnetaitojen tukemiseksi
Intervention vaikutus tunnesäätelykykyyn ja tunteiden tunnistamiskykyyn (6: 107) Tunnetaitojen kehittämiseen suunnitellut ohjelmat (6: 100)	Tunnetaitoja tukevat interventiot ja ohjelmat		
Tunteiden hyväksyminen, tunteiden tiedostaminen, säätely ja taidon siirtäminen muille (8: 634) Tunteista puhuminen (8: 630) Tunteiden hyväksyminen (8: 630) Lapsen tunnesäätelyssä auttaminen (8: 630) Nimeäminen ja tunnistaminen (3: 13) Toimintamalli ristiriitojen ratkaisuun (6: 101) Omien ja muiden tunteiden tunnistaminen (6: 101)	Tunteiden hyväksyminen ja niiden kanssa selviytyminen	Tunnesäätelyn tukemisen menetelmät	
Värikkäät julisteet havainnollistamassa positiivista itselle puhumisen ja käytösten oppimista (1: 400) Mielikuvat itsesäätelyn apuna (5: 1271)	Tunteiden hahmottamisen harjoitteet ja välineet		

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Miltä eri tunteet näyttävät (5: 1273) Tunnetaitojen oppiminen leikin avulla (6: 101) Tunteiden nimien ja ilmeiden yhdistäminen toisiinsa (5: 1275)			
Näyttelemine ja roolileikki kehittävät vastuullista päätöksentekotaitoa (10: 8) Käsinukkejen avulla tunteiden selittäminen ja havainnollistaminen (1: 400) Roolileikki tehokas menetelmä tunnetaitojen opettamisessa (10: 11) Sosioemotionaalisten taitojen harjoittelu roolileikin avulla (6: 101)	Luovien menetelmien vaikutus tunnetaitojen tukemisessa	Taideohjelmien hyödyt tunnetaitojen kehittämisessä	Luovat menetelmät tunnetaitojen tukijana
Musiikin kokemine yhdessä (2: 2) Viikoittainen musiikki-interventio (2: 3) Laulujen sanoitusten avulla tunnetaitojen tukemine (1: 400)	Musiikki tunnetaitojen kehittämisen menetelmänä		
Tarinat ja laulut, joissa käsitellään sosioemotionaalista oppimistaitoa (1: 400) Luovuus: runot, tarinat, piirustukset (10: 11) Tunnetaitojen oppimine tarinoiden ja lelujen avulla (6: 101) Valitut kirjat olivat kuvakirjoja, joissa oli tarinaan liittyvää rekvisiittaa, joilla lapset pystyivät leikkimään (7: 132)	Tarinat ja ilmaisu tunnetaitojen kehittämisen menetelmänä		



Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Yhteinen satuhetki (7: 136) Jaetut lukuhetket lasten ja aikuisten välillä, joissa lapsi saa aktiivisesti osallistua (7: 138) Roolileikki ristiriitojen ratkaisijana (6: 101)			
Taideohjelmien positiivinen vaikutus sosioemotionaaliseen kehitykseen (11: 4) Taide tunnetaitojen edistäjänä (11: 5)	Taide tunnetaitojen kehittämisen menetelmänä		

## 2. Missä tunnetaitoja opetetaan? -analyysikehys

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Sosioemotionaalisen oppimisen ohjelma nuorille lapsille sadoissa kouluissa Australiassa (1: 398) Tunnetaitojen opetus koulussa ja koulun jälkeen (11: 2)	Tunnetaitojen opetus koulussa	Koulu	Kasvatus ja opetusympäristö
Koulussa tehty tunnetaitokysely (10: 4) Mielikuvituksellisten opetusmetodien integroiminen osaksi koulun opetussuunnitelmaa (10: 3)	Tunnetaitojen tutkimus koulussa		
Havainnot esikouluun valmistavissa luokissa (4: 292) Interventio esikoulussa (5: 1273) Osallistujat olivat iältään 4,1–5,6-vuotiaita esikoululaisia (7: 128)	Tunnetaitojen tutkimus esikoulussa	Varhaiskasvatus	
Tunnetaitojen edistäminen varhaiskasvatuksessa (6: 101) Tunnetaitojen opettelu esikoulussa (5: 1271)	Tunnetaidot varhaiskasvatuksessa		
Vanhemmille ja perhetyöntekijöille opetetut taidot (8: 627)	Vanhemmille ja perhetyöntekijöille suunnattu interventio	Sosiaalityön ympäristö	Sosiaaliala

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Vanhemmille, jotka saivat aikaista apua sosiaalipalveluista ja viidelle perhetyöntekijälle. (8: 627) Tunteiden vahvistamisen kurssi sosiaalityön asiakkaille (8: 630)			
Pienten lasten musiikki-interventio päivähoitokeskuksessa (2: 2)	Musiikki-interventio	Luovat ohjelmat	Harrastukset
Musiikkitoiminta sosiaalisten taitojen kehittäjänä (2: 2) Musiikkitoiminta tunnesäätelykyvyn kehittäjänä (2: 2) Musiikkitoiminta itsesäätelykyvyn kehittäjänä (2: 3)	Musiikkiohjelma ja sosioemotionaaliset taidot		
Taidetuntien vaikutus esikoulun oppilaisiin (11: 1) Taidetunnit tunnetaitojen kehittäjänä (11: 1) Taide tunnetaitojen edistäjänä (11: 5)	Tunnetaitojen tukeminen taideohjelmissa		
Kodin ilmapiirin vaikutus tunnetaitojen kehitykseen (3: 2–3) Tunnetaitojen kehittymistä tukeva kodin ilmapiiri (3: 3, 5)	Kodin tunneilmapiiri	Kotona tapahtuva tunnetaitojen omaksuminen	Koti