

Salla Haapasalo ja Marika Valtonen

3–5-VUOTIAIDEN LASTEN TUNNEKASVATUS KOIVURINTEEN PÄIVÄKODISSA

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutus
Helmikuu 2021**



TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Helmikuu 2021	Tekijä/tekijät Salla Haapasalo, Marika Valtonen
Koulutus Sosiaalialan koulutusohjelma		<input checked="" type="checkbox"/> AMK <input type="checkbox"/> YAMK
Työn nimi 3–5-VUOTIAIDEN LASTEN TUNNEKASVATUS KOIVURINTEEN PÄIVÄKODISSA		
Työn ohjaaja Leena Raudaskoski		Sivumäärä 27+2
Työelämäohjaaja Sanna Forslund		
<p>Opinnäytetyömme käsitteli eri ikäisten lasten tunnekasvatusta varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyömme keskittyi 3–5-vuotiaiden lasten tunnekasvatukseen yleisesti, siihen käytettäviin toimintamalleihin ja Koivurinteen päiväkodin varhaiskasvattajien ajatuksiin ja mielipiteisiin. Opinnäytetyömme tilaajana toimi Koivurinteen päiväkotiki Lohdajalta. Valitsimme kyseisen aiheen, sillä se kiinnosti meitä molempia. Lisäksi tunnetaidot ovat tällä hetkellä paljon puhuttu aihe. Olemme myös huomanneet työssämme varhaiskasvatuksessa sen, kuinka paljon tällä hetkellä lapsilla on haasteita tunnetaidoissa.</p> <p>Opinnäytetyön tavoite oli Koivurinteen päiväkodin varhaiskasvattajien näkemyksien tutkiminen tunnekasvatukseen liittyen. Tarkoituksena oli saada mahdollisimman laaja käsitys tunnekasvatuksesta. Lisäksi tavoitteena oli selvittää päiväkodille mahdolliset kehittämistarpeet liittyen tunnetaitojen harjoitteluun. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys pitää sisällään teoriatietoa tunteista ja tunnetaidoista ja sen, miten se tulee esiin varhaiskasvatuksessa. Teoreettisessa viitekehyksessä esitellään myös se, miten varhaiskasvatuslaki- ja suunnitelma tukee tunnetaitojen opettelua varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyö esittelee myös konkreettisia menetelmiä varhaiskasvattajille tunnekasvatusta varten.</p> <p>Opinnäytetyö oli tutkimuksellinen opinnäytetyö. Päiväkodin varhaiskasvattajille luotiin avoin kyselylomake. Avoimeen kyselylomakkeeseen luotiin neljä eri teemaa. He vastasivat avoimeen kyselylomakkeeseemme tiimeinä, joten näin saimme laaja-alaiset vastaukset. Teemoina avoimessa kyselylomakkeessa oli:</p> <p>Teema 1: Tunnetaitojen tärkeys Teema 2: Tunnetaitojen kehitys Teema 3: Kasvattaja tunnetaitojen tukijana Teema 4: Menetelmät tunnetaitojen oppimisessa</p>		
Asiasanat Tunnekasvatus, tunnetaidot, tunteiden kehitys		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date February 2021	Author Salla Haapasalo, Marika Valtonen
Degree programme Bachelor's Degree Programme in Social Services		
Name of thesis EMOTIONAL EDUCATION OF CHILDREN AGED 3–5 in KOIVURINNE KINDERGARTEN		
Centria supervisor Leena Raudaskoski	Pages 27+2	
Instructor representing commissioning institution or company Sanna Forslund		
<p>The topic of our thesis is emotional education of children of different ages in early childhood education. Our thesis focused on the general emotional education for 3-5-year-old children, what kind of operating models are used and on the thoughts of the staff at Koivurinne kindergarten. The client of our thesis was Koivurinne kindergarten located in Lohtaja. We chose this topic because it is an interesting topic for both of us. In addition, emotional skills are a topic which has been paid much attention lately and it has been discussed much. We have also noticed in our work as early childhood educators how many challenges children currently face in their emotional skills.</p> <p>The aim of our thesis was to study the views of the staff of Koivurinne kindergarten in relation to emotional education. Our goal was to get the broadest possible understanding of emotional education. In addition, we aimed to clarify possible development needs related to the training of emotional skills. The theoretical framework of the thesis includes information about emotions and emotional skills, and how they are reflected in early childhood education. In the theoretical framework we present how the Act on Early Childhood Education and Care and the curriculum for early childhood education and care support the learning of emotional skills in early childhood education. We also present methods for emotional education to the educators.</p> <p>Our thesis was research based. We created a questionnaire with four different themes for the kindergarten staff to fill out. The staff answered to the survey in teams which allowed us to get comprehensive responses.</p> <p>Theme 1: The importance of emotional skills Theme 2: Development of emotional skills Theme 3: The educator as a supporter of emotional skills Theme 4: Methods for learning emotional skills</p>		
Key words Emotional education, Emotional skills, Emotional development		

KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

Tunnekasvatus

Tunnekasvatus on aikuisen ohjaamaa toimintaa, jossa harjoitellaan yhdessä tunnetaitoja ja selviämistä erilaisista haastavista tilanteista esimerkiksi vertaisryhmissä. Se on osa sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen opetusta. Tunnekasvatusta voidaan harjoitella muun muassa juttelemalla, jäljittelemällä erilaisia tilanteita ja erilaisten korttien avulla ja tehtävien kautta. (Opetushallitus 2021a.)

Tunnetaidot

Tunnetaidot vaikuttavat elämässä monella eri osa-alueella ja näkyvät monella eri tavalla. Ne vaikuttavat meidän suhtautumiseemme ja käyttäytymiseen toisten ihmisiin. Tunteet ovat myös yhteydessä henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiimme. Tunnetaidot edistävät meitä ihmissuhteissa, oman itsetunnon kehittämisessä sekä ihmiseksi kasvamisessa, ja ne myös auttavat meitä selviytymään elämän vaikeista tilanteista. (Jääskinen 2020, 35.)

Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatus on lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatuksen, opetuksen ja hoidon kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka. Varhaiskasvatus kestää koko periaatteessa koko lapsen lapsuuden 0–6-vuotiaaksi. Varhaiskasvatuksella on monia eri tehtäviä, muun muassa tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista. Sen tarkoitus on edistää myös tasa-arvoisuutta, ehkäistä syrjäytymistä ja tukea kasvatustyötä yhdessä huoltajien kanssa. (Opetushallitus 2018.)

VASU

Varhaiskasvatussuunnitelma eli VASU tehdään jokaisella lapselle henkilökohtaisesti. Se luo pohjaa hyvälle lapsen edun mukaiselle varhaiskasvatukselle, jonka tarkoituksena on tukea ja luoda yhdenvertaiset edellytykset jokaiselle lapselle, joka osallistuu varhaiskasvatukseen. VASU päivitetään säännöllisesti, vähintään kerran vuodessa yhdessä huoltajien ja lapsen kanssa. (Opetushallitus 2018.)

**TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY
SISÄLLYS**

1 JOHDANTO	1
2 TUNTEET.....	3
2.1 Tunnetaidot.....	4
2.2 Tunnetaitojen kehitys	5
3 TUNNEKASVATUS VARHAISKASVATUKSESSA.....	8
3.1 Varhaiskasvatustilanne ja varhaiskasvatussuunnitelma tunnekasvatuksen tukena	9
3.2 Tunnekasvatus.....	10
3.3 Tunnetaitojen tukeminen	11
3.4 Työvälineitä tunnekasvatuksen tueksi	12
4 OPINNÄYTETYÖ JA SEN TOTEUTUS	16
4.1 Aineiston keruu	17
4.2 Tutkimuksen luotettavuus ja sen arviointi	17
4.3 Tutkimuksen etiikka ja sen arviointi.....	18
5 TULOKSET.....	20
5.1 Teema 1. Tunnetaitojen tärkeys	20
5.2 Teema 2. Tunnetaitojen kehitys.....	21
5.3 Teema 3. Kasvattaja tunnetaitojen tukijana	21
5.4 Teema 4. Menetelmät tunnetaitojen oppimisessa	22
6 POHDINTA	24
LÄHTEET	26
LIITTEET	
KUVAT	
KUVA 1. Tunnelämpömittari.....	14

1 JOHDANTO

Tunnetaidoilla on tärkeä rooli lapsen kasvussa ja kehityksessä. Niiden tukemisessa varhaiskasvattajalla on suuri merkitys. Tämän takia aiheeksemme valikoitui lasten tunnekasvatuksen tutkiminen. Opinnäytetyömme tilaajana toimi Koivurinteen päiväkoti, jossa koettiin tarpeelliseksi tutkia tunnekasvatusta varhaiskasvattajien näkökulmasta. Aihe valikoitui myös oman mielenkiinnon kohteemme ja sen ajankohtaisuuden myötä.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli Koivurinteen päiväkodin varhaiskasvattajien näkemyksien tutkiminen tunnekasvatukseen liittyen. Kyselyyn vastanneet varhaiskasvattajat työskentelevät 3–5-vuotiaiden lasten ryhmissä. Tarkoituksena on saada mahdollisimman laaja käsitys tunnekasvatuksesta. Lisäksi tavoitteena on selkeyttää päiväkodille mahdolliset kehittämistarpeet liittyen tunnetaitojen harjoitteluun.

Opinnäytetyömme oli tutkimuksellinen opinnäytetyö. Loimme avoimen kyselylomakkeen, jonka avulla keräsimme tietoja tunnekasvatuksesta Koivurinteen päiväkodista. Opinnäytetyömme tavoitteena oli tutkia mahdollisimman laajasti Koivurinteen päiväkodin varhaiskasvattajien ajatuksia liittyen tunnekasvatukseen. Lisäksi kyselylomakkeessa nostettiin esille mahdollisia kehittämistarpeita. Kyselyyn varhaiskasvattajat vastasivat moniammatillisen tiiminsä kesken.

Avoin kyselylomake piti sisällään neljä eri teemaa, jotka olivat tunnetaitojen tärkeys, tunnetaitojen kehitys, kasvattaja tunnetaitojen tukijana ja menetelmät tunnetaitojen oppimisessa. Avoimia kysymyksiä oli yhteensä kymmenen. Saatua aineistoa analysoimme sisällön analyysilla. Halusimme tuoda opinnäytetyössämme esille varhaiskasvattajien vastaukset sellaisinaan, kuin he ovat avoimeen kyselyymme vastanneet. Tulokset käsittelemme teemoittain. Vastauksien avulla saimme selville varhaiskasvattajien omat näkemykset liittyen tunnetaitoihin ja tunnekasvatukseen.

Tutkimusmenetelmä oli laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus, sillä opinnäytetyössämme halusimme keskittyä numeroiden ja jakautumien sijasta ihmisiin kokijana, havainnoijana ja toimijana. Tärkeään rooliin nousivat juuri kyseisen päiväkodin varhaiskasvattajien näkemykset. Halusimme avoimen kyselylomakkeen avulla saada kohdennettuja vastauksia, jotka palvelisivat parhaiten opinnäytetyön tilaajan toiveita.

Teoreettisena pohjana sekä keskeisimpinä lähteinä opinnäytetyössämme toimi Opetushallituksen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2018), varhaiskasvatuslaki ja Anne-Mari Jääskisen teos *Mitä särageet? Lapsen ja nuorten tunnetaitojen tukeminen* (2020).

2 TUNTEET

Tunteet eli emootiot ja empatiakyky eli toisten ihmisten tunteiden huomioon ottaminen kehittyvät lapsilla askeleittain vuorovaikutussuhteiden myötä. Jokainen yksilö kehittyy tässä yksilöllisesti. On todettu jo pienten lasten kykenevän tunnistamaan ilmeitä toisten ihmisten kasvoilta ja vastamaan esimerkiksi toisen lapsen itkuun aloittamalla itkemisen. Jokainen yksilö ilmaisee, tuntee ja kokee tunteet eri tavalla, joten yhtä ja oikeaa tapaa ei ole. (Opetushallitus 2021 a.) Tunteilla on myös merkittävä rooli toiminnan muokkaajana sosiaalisissa tilanteissa muokkaamassa automaattisesti kehon vireystilaa ja ympäristön tulkitsemisessa ja havainnoimisessa. (Nummenmaa 2010, 11.)

Tunteet ja tunnereaktiot ovat kehon ja mielen kokonaisvaltaisia tiloja, jotka saavat meidät toimimaan tilanteissa, joissa meidän on pakko toimia. Tunteet toimivat tärkeänä elämän säätelyjärjestelmänä, jonka tehtävä on yksinkertaisesti tukea hyvinvointiamme kaikissa elämäntilanteissa. (Nummenmaa 2010, 13.) Tunteet eivät ole vain niin sanottua tunteilua varten, vaan ne ovat osa meidän selviytymiskeinojamme. Hyvä esimerkki on säikähdysten tunne, joka aktivoi meidän taistele tai pakene -refleksimme, ja esimerkiksi rakastumisen tunne käynnistää meissä välittämisen ja läheisyyden tarpeen. (Opetushallitus 2021 a.)

Tunteet vaikuttavat myös ihmissuhteiden laatuun, mielekkyyteen ja pysyvyyteen. Tunteet ovat yksi kommunikaation monista muodoista. Tunteet ilmenevät käyttäytymisessä, ilmeissä, eleissä, äänenpainoissa ja koko kehon reaktioissa. Tunteita ja tunne- elämää harjoitellaan kovasti jo varhaislapsuudesta lähtien. Tämän takia varhaiskasvatuksen lisäksi on tärkeää, että lapsi pystyy kotonaan perheensä parissa ilmaisemaan jokaista tunnettaan estoitta ja harjoittelemaan niitä yhdessä perheensä kanssa. Hyvässä, sallivassa ympäristössä lapsi pystyy ilmaisemaan tunteitaan, käsittelemään niitä ja puhumaan niistä. Sopivassa ympäristössä lapsen ei tarvitse pelätä aikuisen reaktioita omiin tunteisiinsa, vaan voi luottaa aikuisen kykyyn käsitellä ja keskustella lapsen vahvoistakin tunnereaktioista. Tällöin lapsi pystyy rauhassa harjoitella tunteen tuntemista, säätelyä ja siitä keskustelua. Tämän takia lapsen kasvu-ympäristöllä on tunteiden kehityksen kannalta merkittävä rooli. (Opetushallitus 2021 a.)

Tunteita on niin positiivisia kuin negatiivisia. On kuitenkin hyvä huomioida se, että tunteet ilmenevät jokaisella yksilöllisesti, joten tunteita ei voi tarkkaan jaotella ja kategorioida. Tunteista on kuitenkin pystytty nimeämään kuusi perustunnetta: ilo, suru, pelko, viha, hämmästys ja inho. Tunteita voidaan

jakaa myös vastapareiksi, kuten esimerkiksi ilo- suru ja viha- rakkaus. Vastaparien nimeämisessä korostuvat kuitenkin yksilön omat näkemykset siitä, mitkä tunteet ovat toisiensa vastapareja, joten niiden nimeämistä voidaan tehdä vain yleisellä tasolla. Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen vaatii jokaiselta itsetutkistelua, johon varsinkin lapset tarvitsevat aikuisten tukea ja apua. Tämän takia tunnetaitojen tärkeys korostuu myös varhaiskasvatuksessa, jolloin lapsi muodostaa pohjaa koko elämän mittaiselle kokonaisvaltaiselle kehitykselle. (Opetushallitus 2021 a.)

2.1 Tunnetaidot

Tunnetaidot vaikuttavat elämässä monella eri osa-alueella sekä näkyvät monella eri tavalla. Ne vaikuttavat meidän suhtautumiseemme ja käyttäytymiseemme toisia ihmisiä kohtaan. Tunteet ovat myös yhteydessä henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiimme. Tunnetaidot edistävät meitä ihmissuhteissa, oman itsetunnon kehittämisessä sekä ihmiseksi kasvamisessa, ja ne myös auttavat meitä selviytymään elämän vaikeista tilanteista. Harjoittelemalla tunnetaitoja lapsen itsetuntemus kasvaa ja näin lapsi kokee, että hän voi itse vaikuttaa omiin ajatuksiinsa, oloonsa ja tunteisiinsa. (Jääskinen 2020, 35.) Lisäksi tunnetaitojen oppiminen tukee arjen sujumista, auttaa oppimaan paremmin ja tukee lapsen psyykkistä ja fyysistä terveyttä. (Pöyhönen & Livingston 2019, 35.)

Tunnetaidot ovat kykyä tunnistaa tunteita itsestään ja muista, nimetä niitä, ymmärtää niiden alkuperää ja vaikuttaa tunteiden ilmenemiseen. Lapsella tunnetaidot pitävät sisällään eri asioita kuin aikuisilla. Lapsilla tunnetaidot voivat tarkoittaa esimerkiksi sitä, että lapsi osaa leikkiä kaverin kanssa tai kykenee hallitsemaan ja hillitsemään omia mielihalujaan jonkin tavoitteellisen päämäärän hyväksi. Tunnetaidot ovat myös asioiden opettelua. Tunnetaitoja opitellessaan lapsi oppii ongelmien ja aggressioiden käsittelykykyä, turhautumisen sietoa sekä impulssien hallintaa. Tunnetaitojen opetteluun liittyy myös suvaitsemisen ja aidon kohtaamisen kyky. (Jalovaara 2005, 95–96.)

Tunnetaitoja opetellaan pikkuhiljaa läpi elämän. Kun lapsi vasta alkaa opetella tunnetaitoja, niin on sanomattakin selvää, että lapsen kykenemättömyys toimia rakentavasti on täysin normaalia lapsen kehitystä ajatellen. Näiden taitojen opettelemiseen jokainen lapsi tarvitsee aikuiselta ohjausta ja tukea sekä oikeanlaisen mallin ja aikuisen kärsivällisyyden. (Jääskinen 2020, 36.) Lapsen kasvaessa ja tunnetaitojen kehittyessä oppii hän hahmottamaan, miksi ja minkälaisissa tilanteissa erilaiset tunteet heräävät ja kuinka niitä sitten säädellään. (Pöyhönen & Livingston 2019, 34.) Pohja tunnetaitoihin

opetellaan ja luodaan jo lapsuudessa, jonka takia varhaiskasvattajilla on tärkeä rooli tunnetaitojen tukemisessa, jotta ne kehittyvät lapsella ikätason mukaisesti.

Tunnetaitojen kehittyminen edellyttää aikuiselta jatkuvaa lapsen tunteiden säätelyn ohjaamista, kohtaamista ja niiden kanssa toimimista. Tärkeää on, että aikuinen ymmärtää myös omia tunteitaan ja haluaa kehittää omia tunnetaitojaan. Tämä vahvistaa kykyä ymmärtää ja toimia myös lapsen tunnetilanteissa inhimillisesti ja tunnetaitoja vahvistaen. (Jääskinen 2020, 106.) Lisäksi on tärkeää, että lapsi kokee aikuisen turvallisena ja rakastavana (Jalovaara 2005, 96).

Tunnetaidoissa suuressa roolissa on tunteiden säätely. Tunnesäätelyn avulla lapsi oppii ymmärtämään sen, että tunteet vaihtelevat voimakkuudeltaan ja oppii tunnistamaan omien tunteidensa voimakkuuden. Tunnesäätelyn avulla lapsi oppii lisäksi sen, millaista haittaa liian voimakkaasta tunteesta on ja miksi niiden voimakkuutta kannattaa harjoitella säätelemään. Tunnesäätely on tärkeää, sillä sen avulla pystytään toimimaan rakentavasti muiden kanssa vuorovaikutuksessa. Tunteiden säätely on myös jonkin verran tiedostamatonta. Tämä tarkoittaa sitä, että vaikei sitä koskaan opetettaisi tietoisesti lapselle, oppii hän sen kokemustensa kautta. (Pöyhönen & Livingston 2019, 36.) Tunteiden säätely auttaa vuorovaikutustilanteissa toimisen lisäksi vahvistamaan itseluottamusta ja lisäämään tavoitteellisen toiminnan mahdollisuuksia. Lisäksi tunteiden säätely vaikuttaa positiivisesti muuttuvista elämäntilanteista selviämisestä. (Suomen mielenterveys ry 2021.)

Tunteiden säätelyyn vaikuttaa myös paljon fyysiset tuntemukset, esimerkiksi nälkä ja väsymys. Kehon epämukavat tuntemukset voivat saada olon helpommin tuntumaan ärtyisämmältä ja tunteet voimakkaammilta. Stressin tunne vaikuttaa sietokykyyn ja tunteiden säätelyyn kielteisiä tunteita voimistavasti. Tunteiden säätelyyn vaikuttavat lapsen kohdalla samat asiat kuin aikuisenkin. Jännittävät, ikävät tapahtumat, muutokset, vastuu ja kiire vaikeuttavat tunteiden säätelyä. (Pöyhönen & Livingston 2019, 41.)

2.2 Tunnetaitojen kehitys

Tunnetaitojen kehittyminen alkaa jo varhaislapsuudessa, jolloin vastasyntynyt ilmaisee tarpeitaan itkemällä ja sitä kautta pyrkii ilmaisemaan negatiivisia tunteitaan. Imeväisikäisellä lapselle ei ole siis kykyä samanlaiseen tunteiden ilmaisemiseen ja säätelyyn kuin aikuisilla, mutta voidaan todeta vastasyntyneelläkin lapselle olevat valmiudet tunteiden ilmaisemiseen. Varhaislapsuudessa tunnetaidot

alkavat kehittymään nopeasti monella eri osa-alueella. Kehittyviä tunnetaitojen osa-alueita ovat tunteiden ilmaiseminen, kokeminen, säätelyminen ja tunnejärjestelmän toiminnan tietoinen ymmärtäminen. (Nummenmaa 2010, 165–166.)

Kielen nopea kehittyminen 2–3 vuoden iässä tukee myös tunteita koskevan sanaston kehittymistä. Lasten oppiessa puhumaan ja ymmärtämään kieltä paremmin auttaa se myös omien ja toisten tunteiden käsittelyä. 3 vuoden iässä lapsi pystyy myös tunnistamaan ilmeitä kuvista ja kuvailemaan sitä, millaisia tunteita erilaiset tapahtumat aiheuttavat ihmisissä. Tämä on siis ikävaihe, jossa lapsi pystyy ymmärtämään tunteiden synnyn syy- ja seuraussuhteita. (Nummenmaa 2010, 174.) 3 vuoden iässä lapsi oppii pikkuhiljaa myös ymmärtämään sen, että muillakin ihmisillä on mieli hänen oman mielensä lisäksi. Taapero alkaa siis ymmärtämään sen, että muut voivat haluta ja toivota eri asioita kuin hän. (Riihonen & Koskinen 2020, 45.)

3–vuotiaan lapsen tunnetaidot kehittyvät vauhdilla ja tunteiden ilmaiseminen on hyvin vahvaa. Tunnetaitojen kehittyminen näkyy tässä iässä paljon myös voimakkaana tunteiden ilmaisuna. Kiukkukohtaukset ja tunnepurkaukset ovat vahvasti läsnä arjessa, sillä erityisesti voimakkaita tunteita säätelevät alueet kehittyvät aivoissa. (Cacciatore 2008, 40, 55–56.) Tätä ikävaihetta kutsutaankin osuvasti joko uhmaiäksi tai tahtoiäksi. Aikuisen tuki ja turva vahvojen tunteiden käsittelyssä on tärkeässä roolissa, sillä 3–vuotias lapsi ei ole valmis selviämään niistä itsenäisesti. (Riihonen & Koskinen 2020, 45.)

4–vuotias lapsi on jo aktiivinen tunteiden tutkija ja ilmaisija. Tässä iässä kehittyä kyky ymmärtää sitä, että tunteet eivät toimikkaan samalla tavalla ihmisistä toiseen, vaan jokainen reagoi eri tavalla tilanteisiin. 4–vuotiaasta alkaen kehittyä myös taju siitä, että omilla tunteillaan ja käyttäytymisellään pystyy vaikuttamaan toisten tunteisiin. (Nummenmaa 2010, 174.) 4–vuotiaalla tunnetaidot kehittyvät yhä parhaiten mallioppisella ja kokemuksen kautta, mutta tunnetaitoihin voi ottaa yhä enemmän mukaan tunteiden sanottamista ja ymmärtämisen painottamista. Tässä iässä on myös hyvät mahdollisuudet jo tapahtuneiden tunneaurioiden korjaamiseen. Lapsi on vastaanottavainen avulle ja aikuisen tuella hän voi suhtautua negatiivisiin tunteisiin oikein ja oppia säätelyään tunteitaan. (Köngäs 2019, 94.)

Puheen tuottaminen on kehittynyt paljon ja sanavarasto on kasvanut paljon. 4–vuotiaalla lapsella on lisäksi kehittynyt kyky ilmaista tahtoaan ja tunteitaan ilman huutamista. Erilaisten tunteiden nimeäminen ja niistä puhuminen on jo tuttua puuhaa, ja se onnistuukin monesti leikin kautta mielekkäällä tavalla.

(Cacciatore 2008, 60–63.) 4–vuotiaat lapset rakastavat myös tarinoita, joten sitä kautta on hyvä vahvistaa tunteita. Tarinoiden avulla päästään keskustelemaan asioista ja lapselle kyseleminen voi olla helpompaa. (Köngäs 2019, 94.)

5–vuotiaana lapsen mielikuvitus on rajaton, ja se ohjaakin lapsen toimintaa paljon niin leikeissä kuin tunne-elämässä. Tässä iässä myös kehittyä muun muassa lapsen omatoimisuus ja aloitteellisuus ja hänestä tulee sopeutuvampi. Tunnetaidot kehittyvät paljon 5–vuoden iässä. Lapsen käsitys oikeasta ja väärästä selkeytyy, ja ymmärrys oikeudenmukaisuudesta ja reilusta käytöksestä vahvistuu. 5–vuotias lapsi arvioi vahvasti omaa käyttäytymistään ja saattaa kokea helpommin epävarmuutta ja huonommuuden tunnetta. (MLL 2021.)

5 vuoden iässä lapsi tarvitsee tunnetaidoissa paljon vanhempiensa tukea, ohjausta ja neuvoja. Lapsi saattaa hakea vanhemmalta tukea omiin tuntemuksiinsa oikeasta ja väärästä. Lapsen sanallinen varasto on jo hyvin laaja, mikä vaikuttaa myös tunnetaitojen laaja-alaiseen kehittymiseen. Tässä iässä lapsen oma persoonallisuus ja luonteenpiirteet voimistuvat. Nämä vaikuttavat vahvasti myös tunnetaitojen kehitykseen. Lapsen luonne alkaa yhä enemmän vaikuttaa siihen, kuinka hän kokee tunnetilansa ja miten hän reagoi erilaisiin muuttuviin tilanteisiin. (MLL 2021.)

3 TUNNEKASVATUS VARHAISKASVATUKSESSA

Varhaiskasvatuksessa kasvattajalla on tärkeä rooli. Varhaiskasvattajat toimivat lapsille mallina, ja pienten lasten kohdalla mallioppiminen onkin tärkeä työkalu. Tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa on tietoista tunnetaitojen ja tunne- elämän kehittymisen tukemista. Varhaiskasvattajan omalla läsnäololla, lapsen kohtaamisella ja vuorovaikutuksella on suuri merkitys tunnekasvatuksessa. Tunnekasvatuksessa on lisäksi tärkeää, että varhaiskasvattaja näyttää tunteensa aidosti, mutta muistaa kuitenkin hallita niitä. Lapselle on hyvä luoda tunne siitä, että varhaiskasvattaja haluaa vastata hänen tarpeisiinsa, kohdata ne ja ymmärtää niitä. Tämä lisää lapsen perusturvallisuuden tunnetta. (Haapsalo 2016, 16–17.) Tärkeää on, että lapsi kohdataan sopivalla tavalla ja asioista puhutaan ikätaso huomioiden. Tunnekasvatus on jokapäiväistä, eikä sitä tarvitse harjoitella vain yksittäisten tuokioiden aikana, vaan sitä pystytään harjoittelemaan arjessa kaiken muun ohella.

Varhaiskasvattajalla on tärkeä rooli tunnekasvatuksessa tunnistamaan ja ennakoimaan tilanteet, joissa lapsen tunteet voimistuvat ja muuttuvat helposti negatiivisiksi. Ennakoimisessa on tärkeää se, ettei altista lasta epäonnistumisille. Esimerkiksi väsynyt lapsi muuttuu helposti levottomaksi, joten häntä ei kannata istuttaa tehtävien ääreen pitkäksi aikaa. Aikuisen antamat myönteiset huomiot ovat myös isossa osassa tunnekasvatusta. Myönteisen huomion ja positiivisen palautteen avulla lapsi oppii helpommin rakentavan käytösmallin muodostamisen ja sen kautta toimintamallin esimerkiksi vihan tunteen käsittelyssä. Lapsen kehuminen on hyvä tapa tukea tunnetaitoja. Aikuinen voi kehua lasta myös sanattomasti esimerkiksi peukkua näyttämällä tai halaamalla. (Pöyhönen & Livingston 2019, 44.)

Jokainen ryhmätilanne on hyvä mahdollisuus harjoitella tunnekasvatusta lasten kanssa. Ryhmätoiminnoissa ja varsinkin pienryhmätoiminnoissa lapsien kanssa saa mahdollisuuden jutella tunteista, niiden tunnistamisesta ja ilmaisemisesta. Myötätunto ja empatian kokemus on tunnekasvatuksen lähtökohta. Lasten on tärkeää tuntea itsensä hyväksytyksi ja kokea, että asioita harjoitellaan häntä itseään varten. Tunnekasvatuksessa on hyvä kysyä lapselta toistuvasti kysymyksiä: ”Miltä sinusta tuntuu? Miksi tunnet näin? Mitä siitä seuraa?” Tunnekasvatus on siis myös jatkuvaa vuorovaikutusta ja keskustelua lapsen kanssa. (Opetushallitus 2021 b.)

3.1 Varhaiskasvatustuki ja varhaiskasvatussuunnitelma tunnekasvatuksen tukena

Varhaiskasvatustuki ohjaa varhaiskasvatusta ja antaa rungon kaikelle varhaiskasvatustoiminnalle. Tunnetaitoja ei suoranaisesti määritellä varhaiskasvatustukissa, mutta varhaiskasvatustukin mukaan tavoitteena on muun muassa kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja ja edistää lapsen toimimista vertaisryhmässä (Varhaiskasvatustuki 540/2018, 3§). Juuri näissä lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojen sekä lapsen toiminnan edistämässä korostuu tunnetaitojen merkitys varhaiskasvatuksessa.

Varhaiskasvatus on lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatusta, opetuksen ja hoidon kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka. Varhaiskasvatus kestää koko periaatteessa koko lapsen lapsuuden 6-vuotiaaksi saakka. Varhaiskasvatustukilla on monia eri tehtäviä, muun muassa tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista. Sen tarkoitus on edistää myös tasa-arvoisuutta, ehkäistä syrjäytymistä ja tukea kasvatustyötä yhdessä huoltajien kanssa. (Opetushallitus 2021 b.)

Valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman tarkoituksena on edistää lapsen iän ja kehityksen mukaista kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja hyvinvointia (Opetushallitus 2018, 16). Tunnetaidot ovat iso osa jokaisen laaja-alaista hyvinvointia. Tämän takia tunnekasvatus kuuluu vahvasti laadukkaaseen varhaiskasvatukseen. Lisäksi tunnetaidot liittyvät vahvasti tavoitteeseen kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja, edistää lapsen toimimista vertaisryhmässä sekä ohjata eettisesti vastuulliseen ja kestävään toimintaan, toisten ihmisten kunnioittamiseen ja yhteiskunnan jäsenyyteen (Opetushallitus 2018, 16).

Laadukas varhaiskasvatus tukee laaja-alaista oppimista. Se muodostuu osaamisen, tietojen, taitojen, arvojen, asenteiden ja tahdon kokonaisuudesta. Laaja-alainen kokonaisuus pitää sisällään viisi osa-aluetta: ajattelu ja oppiminen, kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu, itsestä huolehtiminen ja arjen taidot, monilukutaito ja tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen ja osallistuminen ja vaikuttaminen. (Opetushallitus 2018, 24.)

Ajattelun ja oppimisen osa-alue pitää sisällään taitojen kehittymisen vuorovaikutuksessa muiden ihmisten ja ympäristön kanssa ja muodostavat perustan muun osaamisen kehittymiselle ja elinikäiselle oppimiselle. Kulttuurisen osaamisen, vuorovaikutuksen ja ilmaisun osa-alue pitää sisällään kuuntelemisen taidon, eri näkemysten tunnistamisen ja ymmärryksen sekä kyvyn reflektoida omia

arvoja ja asenteita. Vuorovaikutustaidoilla sekä kyvyllä ilmaista itseään ja ymmärtää muita on iso merkitys omalle identiteetille, toimintakyvyille ja hyvinvoinnille. (Opetushallitus 2018, 25–26.) Tunnetaitojen voidaan katsoa sisältyvän vahvasti yllä mainittuihin osa-alueisiin. Tunnekasvatus on siis tärkeässä roolissa varhaiskasvatuksessa tukemassa ja edistämässä lapsen monipuolista ja laadukasta kasvua ja kehitystä. Näin ollen on hyvä harjoitella tunteiden nimeämistä ja tunteiden säätelemistä jo pienestä pitäen.

3.2 Tunnekasvatus

Tunnekasvatus on aikuisen ohjaamaa toimintaa, jossa harjoitellaan yhdessä tunnetaitoja ja selviytymistä erilaisista haastavista tilanteista esimerkiksi vertaisryhmissä. Se on osa sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen opetusta. Tunnekasvatusta voidaan harjoitella muun muassa juttelemalla, jäljittelemällä erilaisia tilanteita ja erilaisten korttien avulla ja tehtävien kautta. (Opetushallitus 2021 b.) Tunnekasvatuksessa on tärkeää, että lapselle koee, että kaikki tunteet ovat sallittuja. Lisäksi on hyvin tärkeää, että lapsi koee voivansa ilmaista ja harjoitella tunteiden ilmaisua vapaasti ilman pelkoa aikuisen reaktiota. (Haapsalo 2016,16.)

Tunnekasvatus kuuluu jokapäiväiseen arkeen, ja vastuu siitä on jokaisella aikuisella. Varhaiskasvattajien lisäksi lapsen perheen, lähipiirin ja muun yhteisön vaikutus tunnekasvatukseen on suuri. (Opetushallitus 2021 b.) Koti onkin varhaiskasvatuksen lisäksi hyvä paikka tunnekasvatuksen opetteluun. Kotona huoltajat pystyvät antamaan mallia tunteiden hyväksymisestä, ilmaisemisesta ja hallinnasta. Huoltajien on hyvä tiedostaa oma tunnehistoriansa, jotta he pystyvät siirtämään lapseen omia tunne- ja vuorovaikutusmallejaan. (Haapsalo 2016, 16.)

Lisäksi lapsen toiminta osana vertaisryhmää on tärkeässä roolissa tunnekasvatuksessa. Tunnetaitojen opettelu lapsella käynnistyy jo siinä vaiheessa, kun hän pystyy leikkimään sovussa ja pyrkii hillitsemään omia mielihalujaan. Lisäksi se, että lapsi koee hyväksyntää vertaisryhmän parissa vaikuttaa lapsen kykyyn ilmaista kiintymystä ja välittämistä. Tunnetaitojen oppiminen vertaisryhmissä on jatkuva prosessi, jossa lapsi oppii tulkitsemaan toisten tunnevihjeitä. Näitä kavereiden tunnevihjeitä tulkittaessa lapsi reagoi niihin itsekin tunteilla. (Haapsalo 2016, 17.)

Aina eivät kuitenkaan ryhmätilanteet onnistu toivotulla tavalla, jolloin varhaiskasvattajan rooli korostuu. Aikuinen saa haastavien tilanteiden myötä mahdollisuuden tukea ja harjoitella uusia taitoja yhdessä

lapsen kanssa. (Opetushallitus 2021.) Varhaiskasvattajan on tärkeää toimia tietoisena tunnekasvattajana ryhmässä, varsinkin lapsen harjoittelussa voimakkaiden tunteiden hallintaa. Varhaiskasvattajan avulla lapsi voi oppi hillitsemään ja käsittelemään voimakkaita tunteita myös vertaisryhmissä. Vertaisryhmässä lapsi oppii myös huomaamaan, että muutkin tuntevat samoin kuin hän, ja tämä on alku empatiakyvyn kehittymisille. (Haapsalo 2016, 17.)

Tunteiden opettelu on hyvä aloittaa jo aikaisessa vaiheessa. Varhaiskasvatuksessa pienten lasten kanssa tunnekasvatus on hyvä aloittaa perustunteiden nimeämisellä. Perustunteita ovat ilo, suru, pelko, viha, inho ja hämmästyminen. Näiden tunteiden tutkiminen, niistä jutteleminen ja niiden kuvaileminen luovat pohjaa lapsen varhaisten vuorovaikutussuhteiden ja tunne-elämän kehitykselle. Perustunteiden kautta pystyy myös lapsen kanssa aloittaa vaikeampien tunteiden tutkimisen lapsen kasvaessa ja kehittyessä. Tunnekasvatus kuuluu siis koko lapsuuteen, ja jatkuu aina yksilön kasvun myötä. (Opetushallitus 2021 b.)

Tunnetaitojen tietoinen opettelu aloitetaan yksinkertaisista tehtävistä. Aloitetaan nimeämällä tunne, kuvaillaan sitä, mietitään sen syytä ja miten sitä ilmaistaan. Tunteiden harjoittelussa on tärkeää havainnoinnin lisäksi konkretisoida tunteen voimakkuus lapselle. Lasta voi lisäksi ohjata myös toisen ihmisen tunteiden arviointiin. Nämä kaikki kehittävät lapsen kykyä huomioida tunteiden tarttuvuutta ja syy-seuraussuhteita. On hyvä muistaa, että mikään yksi menetelmä ei riitä tukemaan lapsen tunne-elämän kehittymistä. Tarvitaan erilaisia ja monipuolisia menetelmiä, sillä jokaisella lapsella on yksilöllisiä kehittämiskohteita ja tarpeita. Varsinkin on todettu mallintamisen ja jäljittelemisen olevan isossa roolissa tunnekasvatusta. Lapsi siis katsoo mallia aikuisilta tai muilta lapsilta siihen, miten erilaisissa tilanteissa tulee toimia. Tässä aikuisilla on tärkeä tehtävä sanoittaa omia tunteitaan ja tuntemuksiaan. Lisäksi on tärkeää, että aikuinen pystyy nimeämään tuntemansa tunteen selkeästi ja myös näyttämään sen. (Opetushallitus 2021 b.)

Tunnetaitojen harjoittelussa kuvilla on suuri merkitys. Kuvien avulla pystytään havainnollistamaan ja selkeyttämään tunteen ilmenemistä. Lasten tunnekasvatuksessa kuvien näyttämisen lisäksi sadut, tarinat, näytelmät, elokuvat ja kasvatukselliset keskustelut ovat hyviä työmenetelmiä. (Opetushallitus 2021 b.)

3.3 Tunnetaitojen tukeminen

Keskeisinä asioina lapsen tunnetaitojen tukemisessa on se, että lapsi osaa hyväksyä omat tunteensa niin hyvät kuin myös hankalat tunteet. Lapselle on myös hyvä opettaa tunteiden sanoittamista, jolloin lapsen on helpompi oppia tunnistamaan omia ja toisten tunteita. Aikuisen rooli on tärkeä varsinkin lapsen hankalien tunteiden sanoittamisessa. Aikuisen tulee sallia lapsella erilaiset tunteet, antaa tunteille aikaa eikä yrittää heti muuttaa lapsen tunneilmaisua esimerkiksi myönteiseksi. Arjessa lapselle on hyvä tarjota syliä, hellää kosketusta ja hierontaa, sillä näin lapselle välittyy turvallisuuden tunne, joka auttaa lasta tunnemyrskyjen tyynnyttämisessä. (Jääskinen 2020, 48.)

Lapselle tulee antaa mahdollisuus keholliseen läheisyyteen olemalla lapsen lähellä ja ottamalla hänet syliin ja tätä kautta lapsi pystyy itse rauhoittumaan. Niin kuin me kaikki, myös lapsi tarvitsee omaa tilaa, joten lapselle tulee antaa tähän mahdollisuus, mutta aikuinen ei saa kuitenkaan kadota mihinkään vaan hänen täytyy olla lapsen saatavilla. Aikuisen olisi hyvä tällaisissa tilanteissa pystyä säätelemään lapsen tunteita omalla toiminnallaan kuten esimerkiksi hengityksellä, lempeällä puheella, läsnäololla sekä kosketuksella. Kun lapsen kanssa on tunnistettu ja kohdattu tämä tunne, tulee aikuisen kääntää asia myönteisempään suuntaan. (Jääskinen 2020, 49.)

Jotta lapsi oppii ilmaisemaan tunteitaan ja vaikuttamaan niihin, riippuu paljon se kuinka aikuinen itse pystyy näyttämään omat tunteensa, niin hyvät kuin myös ne huonot. Aikuisen on tärkeää sanallistaa lapselle tunteita, jotta aikuinen voi olla varma siitä, onko hän ymmärtänyt lapsen tunnetilan oikein. Lasta ei koskaan saa vaatia tai pakottaa puhumaan, vaan aikuisen on annettava lapselle aikaa ja tilaa tunteiden läpi käymiseen. Näissä tilanteissa mielekäs tekeminen lapselle sekä lempeästi puhuminen auttavat pääsemään alkuun tunteiden sanoittamisessa. (Jääskinen 2020, 49.)

Lapsen kanssa tunteita voi purkaa sekä käsitellä monella eri tapaa. Jokainen lapsi on yksilö, joten jokaiselle lapselle tulee löytää hänelle ominainen tapa. Näitä tapoja voivat olla esimerkiksi maalaaminen, liikunta ja piirtäminen. (Jääskinen 2020, 49.)

3.4 Työvälineitä tunnekasvatuksen tueksi

Tunnetaitojen harjoitteluun ja tunnekasvatuksen tueksi on suunniteltu monia erilaisia työvälineitä. Suurin osa niistä on suunnattu varta vasten lapsille käytettäväksi varhaiskasvatuksessa ja alkuopetuksessa. Tarkoitus on, että tunnetaitojen opettelu olisi mukaansatempaavaa ja käytännönläheistä. Yleensä tunnetaitoja opetellaan esimerkiksi erilaisten satujen kautta, joissa

seikkailee hahmoja. Kirjasarjat on suunniteltu luettavaksi yhdessä lasten kanssa, ja niissä on yleensä tehtäviä tunnekasvatuksen tueksi.

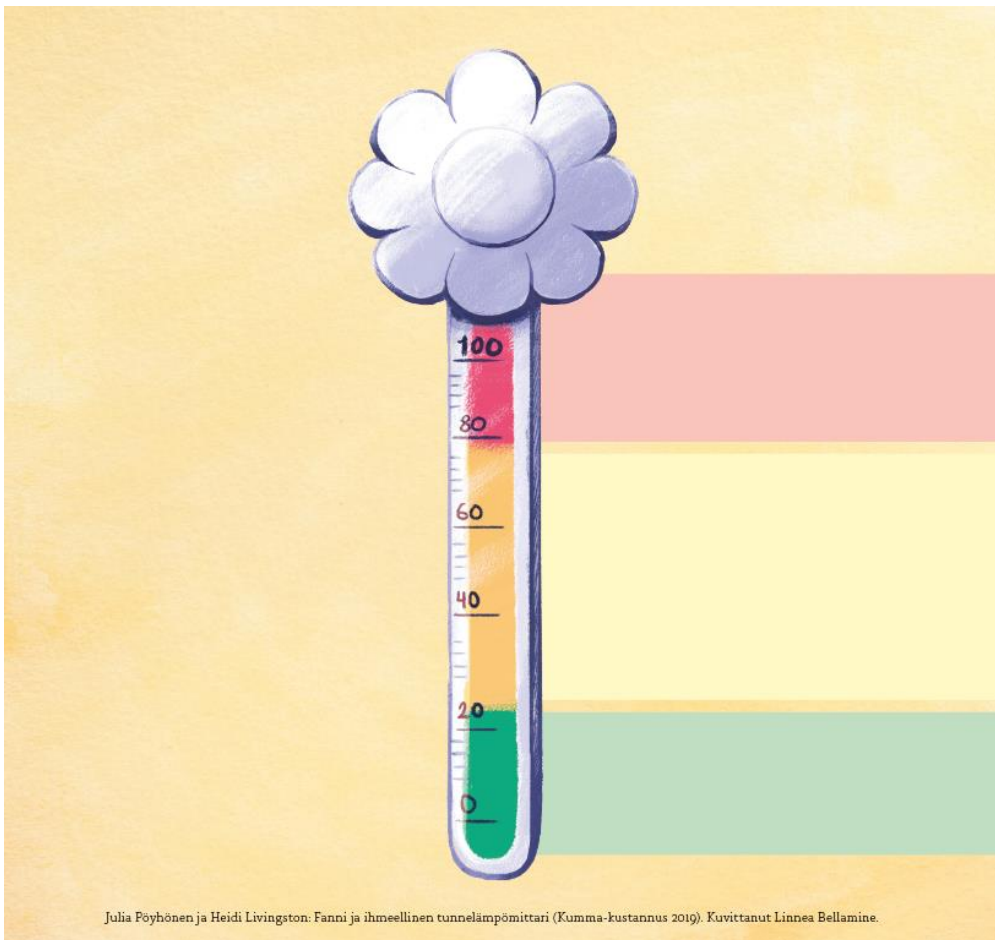
Hyvä esimerkki tunnetaito kirjasarjasta on Fanni–tunnetaitosarja, jonka ovat tehneet suomalaiset tunnetaitoihin erikoistuneet psykologit Julia Pöyhönen ja Heidi Livingston. Kirjoissa seikkailee Fanni- elefantti ystäviensä kanssa tutkien ja opetellen erilaisia tunnetaitoja. Fanni–tunnetaitosarjan kanssa voidaan harjoitella kaikkia tunnetaitojen vaiheita. Kirjojen lisäksi tunnetaitosarjaan on kehitelty tunnetaitokortit, joiden avulla voidaan lapsen kanssa tutustua tunteisiin ja niiden tarkoituksiin. Tunnekorteissa on muun muassa erilaisia ilmeitä, tehtäviä ja tilanteita. (Fanni–tunnetaitosarja 2021.)

Tunnetaitokirjasarjan ja tunnetaitokorttien lisäksi hyvä konkreettinen työväline varsinkin tunteiden säätelyn harjoitteluun on tunnelämpömittari. (KUVA 1.) Tunnelämpömittarissa esiintyy kolme eri aluetta: vihreä, keltainen ja punainen. Värit kuvaavat tunteen voimakkuutta, ja sen avulla voidaan harjoitella sitä, että tunteet etenevät lievästä voimakkaaseen. Tunnelämpömittari toimii erityisen hyvin negatiivisten tunteiden säätelyyn. Vihreä väri kuvaa mittarissa sitä, että olo on rento ja turvallinen. Vihreällä värillä pysyminen lapsen psyykkisen hyvinvoinnin kannalta tärkeää. Perusasioiden avulla eli riittävän unen, terveellisen ravinnon ja liikunnan avulla mittarin vihreällä alueella pysyminen ja siihen palaaminen on helpompaa. (Pöyhönen & Livingston 2019,39, 41.)

Tunnelämpömittarin keltaisen värin alue kuvaa asteittain sitä, että keltaisen alueen alaosassa lapsen tunnetila on vielä lievä ja se saattaa mennä itsestään ohi tai lieventyä aikuisen kevyellä tuella. Keltaisen alueen keskiosassa lapsen tunnetila on vielä selkeä ja vahvempi, mutta järkevä ja joustava ajattelemisen onnistuu ja toiminta on vielä lapsen omassa hallinnassa. Keltaisen osan yläpää taas kuvaa sitä, että tunne alkaa olla niin voimakas, että lapsen on vaikea hallita jo omaa toimintaansa. Lapsen ajattelu alkaa olla mustavalkoista ja kielteistä, ja tässä vaiheessa lapsi tarvitsee jo enemmän tukea aikuiselta pystyäkseen rauhoittumaan. Keltaisella alueella lapsi oppii keinoja säätelämään ja ilmaisemaan omia tunteitaan. On tärkeää, että keltaisella alueella lapsi ilmaisee kaikki tunteensa vapaasti. Tärkeää on ennakoida, jotta lapsi pysyisi tunteidensa kanssa keltaisella alueella eikä siirtyisi punaiselle, jossa sanoittaminen ja tilanteen ratkaisu on vaikeampaa. (Pöyhönen & Livingston 2019, 39, 42–43.)

Lapsen tunnetilan kohoaminen punaisen värin alueelle on merkki siitä, että lapsen tunne on niin voimakas, ettei hän pysty enää hallitsemaan tai suunnittelemaan omaa käytöstään, ajattelemaan järkevästi, ratkaisemaan ongelmiaan tai ottamaan vastaan aikuisen puhetta. Punaisella alueella lapsen taistelee tai pakene -toimintamalli aktivoituu, ja lapsi saattaa käyttäytyä silloin aggressiivisesti, lamaantua

tai mennä pois tilanteesta. Punaisella alueella lapsi tarvitsee aikuisen apua pystyäkseen pysäyttämään tilanteen tai rauhoittuakseen. (Pöyhönen & Livingston 2019, 39.)



KUVA 1. Tunnelämpömittari (Pöyhönen ja Livingston 2019, 38)

Toinen hyvä työväline varhaiskasvattajille on Piki-toimintamalli. Piki-toimintamallin ovat kehittäneet Tiina Haapsalo, Katri Kirkkopelto ja Laura Repo. Kaikilla heillä on kasvatustieteiden tai muu sosiaali-alan tutkinto. Piki-toimintamalli pitää sisällään opaskirjan ”Mun ja sun juttu!”, jonka teemana on lasten sosiaalisten taitojen vahvistaminen kiusaamisen ehkäisyssä. Toimintamalli on kehitelty auttamaan kiusaamisen tunnistamista ja ehkäisyä kotona ja varhaiskasvatusryhmissä. Tavoitteena on erityisesti vahvistaa lasten vuorovaikutus- ja tunnetaitoja. (Piki-toimintamalli 2021.)

Toimintamallin avuksi on suunniteltu kuvakirja, kasvattajille ja vanhemmilla suunnattu opas, materiaalipaketti sekä paljon verkkomateriaalia. Ajatuksena on, että toimintamalli auttaisi niin lapsia, vanhempia kuin varhaiskasvattajia. Toimintamallin avulla tekijät haluavat auttaa niin kiusattuja kuin kiusaajia, sillä siinä muistutetaan, että kukaan ei synny luonnostaan kiusaajaksi, vaan se on opittu

toimintamalli. Tästä negatiivisesta toimintamallista voi oppia pois, joten Piki on suunniteltu auttamaan siinä. (Piki-toimintamalli 2021.)

4 OPINNÄYTETYÖ JA SEN TOTEUTUS

Opinnäytetyömme tavoitteena oli Koivurinteen päiväkodin varhaiskasvattajien näkemysten tutkiminen tunnekasvatukseen liittyen. Tarkoituksena on saada mahdollisimman laaja käsitys tunnekasvatuksesta. Lisäksi tavoitteena on selvittää päiväkodille mahdolliset kehittämistarpeet liittyen tunnetaitojen harjoitteluun.

Opinnäytetyömme toteutettiin tutkimuksellisenä opinnäytetyönä. Tutkimusmenetelmämme oli laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus, sillä opinnäytetyössämme halusimme keskittyä numeroiden ja jakautumien sijasta ihmisiin kokijana, havainnoijana ja toimijana. Tärkeään rooliin nousivat juuri kyseisen päiväkodin varhaiskasvattajien näkemykset. Loimme avoimen kyselylomakkeen, jonka avulla halusimme saada kohdennettuja vastauksia, jotka palvelisivat parhaiten opinnäytetyön tilaajan toiveita.

Aineistoa analysointi tapahtui sisällönanalyysina kautta varhaiskasvattajien vastauksista. Sisällönanalyysi tarkoittaa tekstiaineistosta saatujen tietojen tuomista esille. Tarkoituksena on tuoda tutkittavasti aineistosta esille tiivistetty kuvaus vastauksista ilman, että sen informaatioarvo menetetään. Sisällönanalyysin tyyppinä käytämme aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Siinä on tarkoituksena, että aineisto ohjaa työn tekoa. (Leinonen 2018.) Keskeisimmät asiat nostetaan esille sellaisinaan. Tarkoituksena olisi saada hyvä ja laaja käsitys varhaiskasvattajien vastauksista siitä, miten tunnetaidot ilmenevät päiväkodissa, miten niitä harjoitellaan ja kuinka niitä voitaisiin kehittää entisestään. Avoin kyselylomakkeemme piti sisällään neljä erilaista teemaa ja 10 avointa kysymystä.

Teema 1: Tunnetaitojen tärkeys

1. Mitä ymmärrätte käsitteellä tunnetaidot?
2. Kuinka tärkeänä koette tunnetaitojen opettamisen 3–5-vuotiaille lapsille varhaiskasvatuksessa?

Teema 2: Tunnetaitojen kehitys

3. Miten mielestänne 3–5-vuotias lapsi oppii parhaiten tunnetaitoja?
4. Miten tunnetaitojen oppiminen vaikuttaa mielestänne lapsen kehitykseen?
5. Mitkä eri tekijät vaikuttavat mielestänne lapsen tunnetaitojen oppimiseen?

Teema 3: Kasvattaja tunnetaitojen tukijana

6. Millainen on mielestänne hyvä tunnekasvattaja?
7. Annetaanko tunnetaidoista mielestänne riittävästi koulutusta?

Teema 4: Menetelmät tunnetaitojen oppimisessa

8. Miten tunnetaitoja opetellaan 3–5-vuotiaiden lasten kanssa teidän ryhmässänne?
9. Mitä menetelmiä käytätte tukemaan lapsen tunnetaitojen oppimista? (nouseeko leikki, sosiaaliset taidot, tarinat, sadutus yms.)
10. Miten mielestänne tunnekasvatusta tukevia menetelmiä voisi kehittää varhaiskasvatuksessa?

4.1 Aineiston keruu

Keräsimme aineiston toimittamalla avoimet kyselylomakkeet päiväkotiin varhaiskasvattajille. Heille oli luvattu joka toinen viikko pidettävään tiimikeskusteluun aikaa käydä yhdessä tiiminä avoin kyselylomake läpi. Halusimme, että avoimeen kyselylomakkeeseen vastattiin tiiminä yksilövastausten sijaan sen takia, että moniammatillisen näkökulman saaminen mukaan oli meille tärkeää. Kyselylomakkeet toimitimme päiväkodille helmikuussa 2021 ja vastaukset saimme maaliskuu 2021 loppupuolella. Pitkällä vastausajalla halusimme mahdollistaa sen, että varhaiskasvattajat saivat aikaa vastata avoimeen kyselylomakkeeseen rauhassa ja ilman häiriötekijöitä.

Avoimeen kyselyymme vastasi yhteensä kolme tiimiä, jotka muodostuivat kolmesta varhaiskasvatuksen opettajasta ja neljästä varhaiskasvatuksen lastenhoitajasta. Kaikilla tiimeillä ja heidän jäsenillään on kokemusta työskentelystä 3–5-vuotiaiden lasten parissa, joten vastaajien vastaukset vastasivat opinnäytetyömme aihetta hyvin. Avoimeen kyselylomakkeeseen vastaaminen oli täysin vapaaehtoista, ja kaikki tiimit vastasivat siihen. Vastaukset litteroimme eli kirjoitamme auki. Avoimeen kyselylomakkeeseen vastattiin anonyyminä ja kenenkään vastaajan tai lapsen henkilöllisyyttä ei voi tunnistaa, joten yksityisyydensuoja toteutuu opinnäytetyössämme hyvin. Avoimet kyselylomakkeet hävitetään oikeaoppisesti opinnäytetyömme valmistuessa, jolloin turvaamme kaikkien vastaajien yksityisyyden ja tietoturvan.

4.2 Tutkimuksen luotettavuus ja sen arviointi

Tutkimuksen luotettavuus on monen eri tekijän summa. Keskeisiä käsitteitä luotettavuutta arvioitaessa ovat validiteetti ja reliabiliteetti. Validiteetti käsitteenä tarkoittaa oikeiden asioiden tutkimista sekä niistä tehtyjen johtopäätöksiä, tulkintojen ja selitysten paikkansa pitävyyttä. Validiteetti voidaan jakaa

erikseen vielä sisäiseen ja ulkoiseen validiteettiin. Sisäinen validiteetti tarkoittaa lyhyesti käsitteiden ja tulkinnan virheettömyyttä. Lisäksi se tarkoittaa sitä, että tutkiiko tutkija juuri sitä, mitä luulee tutkivansa. Ulkoinen validiteetti puolestaan tarkoittaa tulosten yleistettävyyttä muihin vastaaviin tutkimukseen. Reliabiliteetti puolestaan tarkoittaa sitä, että tulokset pysyvät samanlaisina riippumatta siitä, kuka niitä tulkitsee. (Kananen 2008, 123.)

Tutkimuksemme luotettavuus perustui kyselyyn vastaajien lukumäärään, kyselylomakkeen selkeyteen ja ymmärrettävyyteen. Luotettavuuteen vaikutti myös se, että jokainen vastaaja on varhaiskasvatuksen ammattilainen. Näin varmistamme asiantuntevat vastaukset. Luotettavuutta lisää myös se, että toimme vastaukset opinnäytetyöhömmme esiin sellaisenaan emme muuttanut niitä eikä niistä ei voi päätellä vastaajaa. Vastaukset saimme koko päiväkodin henkilöstöltä, joten saimme luotettavan kuvan päiväkodin tilanteesta. Lisäksi luotettavuutta lisää se, että teoriatietomme vastaa kyselylomakkeesta nousseisiin asioihin.

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuus perustuu taas riittävään dokumentointiin, aikaisempiin tutkimuksiin, saturaatioita ja vahvistettavuutta. Riittävän dokumentoimisella valmistetaan ratkaisujen jäljittämisen ja arvioinnin. Omien tutkimustulosten luotettavuutta voidaan tutkia hakemalla tietoa aiemmista tutkimuksista. Saturaatio tarkoittaa eri lähteistä saatavien tutkimustulosten toimistumista. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta tutkitaan myös eri lähteistä tehdyllä tiedonkeruulla ja vertailulla. (Kananen 2017, 175–179.) Lisäksi kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuteen saattavat vaikuttaa tutkijoiden omat henkilökohtaiset kokemukset ja mietteet tutkimuksen aiheesta. Tämän takia pyrimme tarkastelemaan ja ilmaisemaan vastaukset juuri sellaisenaan ilman muokkaamista.

4.3 Tutkimuksen etiikka ja sen arviointi

Tutkimuksessamme etiikka jaetaan kolmeen osa-alueeseen. Ensimmäinen osa-alue on tutkivan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen. Tämä pitää sisällään osallistumisen vapaaehtoisuuden, itsemääräämisoikeudet alaikäisten tutkimisessa, itsemääräämisenikärajat, tutkittavien oikeaoppinen informointi ja tieto poikkeukset tietoon perustavissa suostumuksista. Toinen osa-alue on vahingoittamisen välttäminen. Se pitää sisällään henkisten haittojen välttämisen, taloudellisten ja sosiaalisten haittojen välttäminen ja tiedot haittariskejä sisältävistä tutkimuksista. Kolmas osa-alue on yksityisyys ja tietosuojat. Tämä pitää sisällään tutkimusaineiston suojaamisen ja luottamuksen,

tutkimusaineiston säilytyksen tai hävittämisen ja yksityisyyden suojan tutkimusjulkaisussa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009.)

Opinnäytetyömme eettisyyttä halusimme—korostaa koko tutkimuksen ajan. Olemme saaneet yhteistyökumppanimme suostumuksen ja hyväksynnän opinnäytetyön tekemiseen Koivurinteen päiväkodissa. Painotimme tutkimuksessa tutkittavien itsemääräämisoikeutta. Halusimme korostaa vastaajille sitä, että vastaaminen on vapaaehtoista ja anonyymia. Kenenkään henkilötietoja ei tutkimuksessamme tulisi esille. Opinnäytetyössämme emme aikonut tutkia kenenkään lapsen henkilökohtaisia tunteita, joten emme tarvinneet vanhempien suostumuksia opinnäytetyöhömmme. Informoimme vastaajia tutkimuksen aiheesta ja tarkoituksesta. Ohjeistimme vastaajia avoimeen kyselylomakkeeseen vastaamisessa, ja annoimme selkeät ohjeet siitä, kuinka kauan siihen kuluu aikaa ja mikä on sen lopullinen käyttötarkoitus.

Avoin kyselylomake toteutettiin paperisena, joten yksityisyyden ja tietosuojan turvaamiseksi avoimet kyselylomakkeet hävitetään oikeaoppisesti. Tällöin varmistamme, etteivät ne päädy väärin käsiin. Lomakkeet eivät kuitenkaan tule pitämään sisällään kenenkään ihmisen henkilötietoja. Pyysimme virallisilla lomakkeilla lupaa opinnäytetyön julkaisemisesta Kokkolan kaupungin varhaiskasvatuspalveluilta sekä Koivurinteen päiväkodilta. Opinnäytetyötä kirjoittaessamme pidimme huolen toisten töiden kunnioittamisesta oikeaoppisilla lähdeviittauksilla ja lähdeluettelon tarkalla laatimisella. Arvioimme jokaisen lähtemme kriittisesti ennen kuin käytimme sitä.

5 TULOKSET

Opinnäytetyömme käsitteli eri ikäisten lasten tunnekasvatusta varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyömme keskittyi 3–5-vuotiaiden lasten tunnekasvatukseen yleisesti, siihen käytettäviin erilaisiin toimintamalleihin ja Koivurinteen päiväkodin varhaiskasvattajien ajatuksiin ja mielipiteisiin. Vastaajina toimi kolme varhaiskasvatuksen opettajaa ja neljä varhaiskasvatuksen lastenhoitajaa. Teimme saamistamme vastauksista yhteenvetona sisällönanalyysin (TAULUKKO1.).

5.1 Teema 1. Tunnetaitojen tärkeys

Ensimmäisenä teemana avoimessa kyselylomakkeessa (LIITE 1.) meillä oli tunnetaitojen tärkeys. Pyysimme varhaiskasvattajia kertomaan omin sanoin tunnetaitojen tärkeydestä. Jokaisella varhaiskasvattajalla ja tiimillä oli pitkälti samalainen näkemys tunnetaitojen tärkeydestä ja sen opettamisesta lapsille. Yhdistävä luokka tässä teemassa oli analysoinnin pohjalta se, että tunnetaidot ovat tärkeitä, ja niiden harjoittelu auttaa toimimaan erilaisissa vuorovaikutustilanteissa.

Kyky tunnistaa ja nimetä omia tunteita sekä kykyä säädellä tunteita.

Se on omien ja muiden ihmisten tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja ilmaisemista. Se on myös tunnereaktioiden säätelyn opettelemista ja niihin liittyvien erilaisten säätelykeinojen harjoittamista. Sekä toisen ihmisen tilanteeseen asettumista, eli empatiakykyä.

Tunnetaitojen opettaminen on erittäin tärkeää kaikenikäisille lapsille. Lapsen tunnetaidot alkavat kehittyä vauvaiästä lähtien.

Erittäin tärkeänä. Tunnetaidot ohjaavat vuorovaikutustilanteita ja käyttäytymistä. On hyvä oppia tunnistamaan, näyttämään ja säätämään omia tunteitaan ja tämän kautta hahmottamaan myös toisten tunteita. Näin on helpompi toimia toisten kanssa.

Koemme tunnetaitojen opettamisen erittäin tärkeänä. Kun lapsi oppii tunnistamaan, nimeämään sekä säätämään omia tunteitaan, se auttaa lasta päivittäisissä sosiaalisissa tilanteissa. Lapsi oppii myös tunnetaitojen avulla ymmärtämään toisten lasten tunteita esimerkiksi riitatilanteissa.

Tunnetaidot ovat mielestämme tärkeä osa hyvää mielenterveyttä. Ne vaikuttavat lapsen minäkuvaan ja parantavat itseluottamusta sekä auttavat sosiaalistensuhteiden luomista.

5.2 Teema 2. Tunnetaitojen kehitys

Toinen teema oli tunnetaitojen kehitys. Halusimme varhaiskasvattajien näkemyksen siitä, kuinka heidän mielestään lasten tunnetaidot kehittyvät. Varhaiskasvattajat olivat sitä mieltä, että tunnetaidot kehittyvät lasten kasvaessa ja vaikuttavat lapsen minäkuvaan. He pitivät myös erittäin tärkeänä aikuisen roolina tunnetaitojen oppimisen kannalta. Teeman 2 yhdistävä luokka analysoinnin jälkeen oli, että tunnetaitojen kehitykseen vaikuttaa moni eri tekijä muun muassa aikuisen malli, leikkiminen ja lapsen persoonallisuus.

Tunnetaidot kehittyvät lapsen kasvaessa. Tunteille pitää antaa nimi eli aikuisen tehtävä on sanoittaa lapselle. Täytyy muistaa, että kaikki tunteet ovat sallittuja, eikä niitä tarvitse pelätä.

Tärkeintä tunteiden opettelussa on aikuisen tuki ja esimerkki. Tunnetaitojen oppiminen vaikuttaa lapsen itsetuntoon, minäkuvaan ja sosiaaliintaitoihin. Voisimme sanoa, että tunnetaidot vaikuttavat melko kokonaisvaltaisesti lapset kehitykseen.

Tunnetaitojen kehitykseen vaikuttavat ikä ja kehitystaso ja ne täytyy huomioida. Ympäristö sekä sosiaaliset suhteet vaikuttavat suuresti oppimiseen. Aikuisen sensitiivisyys, esimerkki ja tuki ovat tärkeitä osia oppimisen kannalta.

Leikki on tärkeässä roolissa tunnetaitojen kehittymiselle. Leikin avulla voi ilmaista piilossakin olevia tunteita.

Lapsen ja vanhemman (aikuisen) välisen vuorovaikutussuhteen laatu merkitsee paljon. Lapsella lupa tuntea kaikenlaisia tunteita. Lapsen kaikki tunteet hyväksytään.

Myös lapsen ikä, motivaatio, aiemmat elämäkokemukset ja tietenkin lapsen luonne ja temperamentti vaikuttavat lapsen tunnetaitojen kehitykseen.

5.3 Teema 3. Kasvattaja tunnetaitojen tukijana

Kolmas teema oli kasvattaja tunnetaitojen tukijana. Halusimme tietää varhaiskasvattajien näkemyksensä siitä, millainen on heidän mielestään hyvä tunnekasvattaja. Halusimme myös tietää, saako tunnetaitoihin riittävästi koulutusta. Vastauksista voi huomata, että vastaajamme ovat alan ammattilaisia, koska heillä oli samanlainen näkemys hyvästä tunnekasvattajasta ja siitä, millaisia ominaisuuksia hyvällä kasvattajalla on. Analysoinnin pohjalta tämän koko teema 3 yhdistävä luokka oli, että hyvän

tunnetaitokasvattajan piirteisiin kuuluu empatiakyky ja tunteiden sanoittaminen ja säätely lapsen kanssa yhdessä.

Halusimme nostaa esille erikseen kysymys 7: *Annetaanko tunnetaidoista mielestänne riittävästi koulutusta?* Seitsemänten kysymykseen saatujen vastausten pohjalta voimme analyysin yhteenvedona todeta, että tunnetaitojen tärkeys näkyy lisääntyneissä koulutuksissa ja monipuolisessa materiaalisissa, mutta kuitenkin sen tärkeyttä ei voi liikaa korostaa ja tuoda tietoisuuteen, ja koulutuksia voisi olla enemmän. Koulutusasia toi siis vähän hajontaa vastauksiin. Osa varhaiskasvattajista koki, että koulutuksia ja materiaaleja on saatavilla hyvin, kun toiset olivat taas sitä mieltä, että tunnetaitoihin ei kouluteta tarpeeksi.

Hyvä kasvattaja tunnistaa sekä itsessään että lapsissa näkyvät tunteet. Hän on empaattinen ja sensitiivinen ja sietää lapsen erilaisia tunteita riemusta raivokohtauksiin. Aikuinen kyselee lapsen tunnetiloista, sanoittaa niitä yhdessä hänen kanssaan. Hyvä kasvattaja osoittaa lapselle, että kaikki tunteet ovat sallittuja.

Hyvä tunnekasvattaja osaa lukea lasta, tunnistaa ja hyväksyy lapsen eri tunnetilat. Ohjaa ja opastaa lasta lempeästi ja turvallisesti tunnistamaan ja säätämään erilaisia tunteita.

Tänä päivänä on tunnetaitomateriaalia hyvin saatavilla. On lapsille suunnattua kirjallisuutta ja toimintakortteja sekä aikuisille uutta tietokirjallisuutta aiheesta. Tarjontaa tuntuu olevan. Päiväkodistamme on osallistuttu ainakin kahteen eri koulutukseen viimeisen vuoden aikana.

Viime vuosien aikana tähän asiaan on herätty toden teolla. On saatavilla monenlaista materiaalia ja koulutuksia. Sitä ei kuitenkaan voi olla koskaan liikaa.

Tunnetaidot ovat tärkeä asia ja niistä pitäisi saada enemmän koulutuksia.

Ei. Moni ei ole edes tietoinen tunnetaitojen tärkeydestä.

5.4 Teema 4. Menetelmät tunnetaitojen oppimisessa

Viimeinen teema käsitteli menetelmiä tunnetaitojen oppimisessa. Jokaisella tiimillä oli omia hyviä keinoja ja tottumuksia tunnetaitojen opettamisesta oman ryhmän lapsilleen. Erilaiset kirjat ja sadut nousivat esille. Myös leikin merkitystä ja tärkeyttä korostettiin tunnetaitojen opettamisessa. Myös aikuisen rooli ja esimerkki toimii osana lasten tunnetaitojen opettelua. Varhaiskasvattajat kokivat, että materiaaleja saisi olla vielä enemmän lapsen ikätasoa huomioiden. 4. teeman yhdistävä luokka oli, että leikkimisellä ja erilaisilla sosiaalisilla tilanteilla on oppimateriaalin lisäksi tärkeä rooli tunnetaitojen oppimisessa.

Tässä teemassa halusimme nostaa erikseen esille kysymyksen 10: *Miten mielestänne tunnekasvatusta tukevia menetelmiä voisi kehittää varhaiskasvatuksessa?* Vastausten pohjalta analysoinnin jälkeen yhteenvetona voi todeta, että kasvattajat haluaisivat enemmän tietoa tunnetaitoihin liittyen ja erilaista materiaalia lisää huomioiden kaikenikäiset lapset.

Leikki ja sen havainnointi on hyvä menetelmä. Jos lapsi ei pysty tai halua leikkiä, lapsi otetaan lähelle, jutellaan hänen kanssaan. Yritetään samalla selvittää, mikä lapsen mieltä painaa niin, ettei halua leikkiä. Sensitiivinen ja empaattinen ilmapiiri saa yleensä jotain aikaan ja asia lähtee selviämään. Ikävä on monesti kaiken takana.

Leikki- ja sosiaaliset tilanteet ovat merkittävässä osassa tunnetaitojen oppimista. Tukea saadaan hyvin kirjoista ja kuvista.

Nimeämällä tunteita ja keskustelemassa. Aikuinen myös omalla esimerkillään tukee tunnetaitojen oppimista. Käytössä on myös erilaisia opetusmateriaaleja, kuvia, kirjoja ja lauluja.

Enemmän materiaaleja eri ikätasoisille tunnetaitojen opetteluun. Kasvattajille enemmän tietoa tunnetaitojen merkityksestä sekä tukemisesta.

Jokaisen kasvattajan tulisi käydä tunnetaitoihin liittyvä koulutus!

6 POHDINTA

Tässä luvussa pohdimme kriittisesti ja reflektoiden opinnäyteprojektiamme ja omaa oppimistamme. Opinnäytetyöprosessimme alkoi joulukuussa 2020 opinnäytetyön aiheen valinnalla ja tutkimussuunnitelman tekemisellä. Aiheen valinta muodostui meille omien mielenkiinnon kohteidemme myötä, sillä meitä molempia kiinnostivat tunnetaidot ja niihin liittyvät asiat. Olimme molemmat myös sitä mieltä, että tunnetaidoista puhutaan liian vähän siihen nähden, kuinka pinnalla ne kuitenkin ovat tänä päivänä. Lisäksi halusimme opinnäytetyöhömmme kokemuksia varhaiskasvattajilta, joten avoimen kyselylomakkeen luominen oli hyvä tapa saada kattavaa tietoa tunnetaidoista. Toinen meistä työskenteli kyseissä päiväkodissa silloin kun aloitimme opinnäytetyömme suunnitellun. Tämän takia aiheen valinta oli helppo, sillä se oli myös vahvasti työelämälähtöinen. Tutkimussuunnitelmamme hyväksyttiin helmikuussa 2021, minkä jälkeen laitoimme avoimet kyselylomakkeet päiväkotiin ja aloitimme opinnäytetyömme kirjoittamisen.

Opinnäytetyömme tarkoitus oli selvittää varhaiskasvattajien näkemyksiä ja kokemuksia tunnetaidoista päiväkotikäikäisten lasten kanssa. Halusimme saada tietoa siitä, kuinka varhaiskasvattajat itse kokevat nykypäivänä tunnetaitojen opettamisen ja kuinka he niitä työssään käyttävät. Lisäksi halusimme saada kerättyä itsellemme lisää tietotaitoa liittyen tunnetaitoihin. Loimme avoimen kyselylomakkeen, johon saimme konkreettiset vastaukset varhaiskasvattajilta ja heidän näkemyksistään tunnetaitoihin liittyen. Saimme valtavasti myös itse uutta tietoa ja ideoita siihen, kuinka voimme itse hyödyntää tunnetaitojen opettamista ja käsittelyä omassa työssämme varhaiskasvatuksessa.

Opinnäytetyömme aikana saimme itsellemme paljon teoretietoa tunteista, tunnetaidoista ja tunnekasvatuksesta. Koemme, että kaikkea saamaamme tietoa voimme hyödyntää omassa työssämme varhaiskasvatuksessa rikastuttamaan omaa ammatillista osaamistamme. Lisäksi perehdyimme opinnäytetyötä tehdessämme varhaiskasvatuslakiin (540/2018) ja valtakunnalliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan (2018). Varhaiskasvatuslaki ja valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma toimivat niin sanottuna kivijalkana jokapäiväisessä työssämme varhaiskasvattajina, joten niihin perehtyminen oli tärkeä asia niin opinnäytetyön kuin meidän ammattiosaamisemme kannalta.

Opinnäytetyössämme suuressa roolissa oli avoin kyselylomake, johon varhaiskasvattajat vastasivat tiiminsä kanssa. Alun perin olisimme halunneet päästä toteuttamaan ryhmähaastattelut päiväkodille,

jolloin olisimme voineet saada laajempia ja vielä monipuolisempia vastauksia varhaiskasvattajilta. Lisäksi olisimme halunneet päästä konkreettisesti keskustelemaan varhaiskasvattajien kanssa tunnetaidoista. Jouduimme kuitenkin muuttamaan suunnitelmiamme Covid-19- pandemian takia, sillä kaikki ylimääräiset vierailut päiväkoteihin oli kielletty. Tästä huolimatta saimme varhaiskasvattajilta avoimen kyselylomakkeen avulla hyviä ja laajoja vastauksia, joista pystyi huomaamaan vastaajien vahvan ammattitaidon. Opimme vastauksien avulla paljon uutta tunnetaidoista, ja niiden avulla saimme hyvän käsityksen siitä, millaista tunnekasvatus konkreettisesti varhaiskasvatuksessa on. Yhteistyö päiväkodin kanssa sujui hyvin, ja saimme avoimet kyselylomakkeet täytettynä ajoissa takaisin, vaikka riskinä oli, ettemme saisi yhtään vastausta tai niiden palautuminen olisi kestänyt kauan.

Tämän opinnäytetyön kautta saimme ja opimme paljon uutta tietoa, jota pystymme tulevaisuudessa hyödyntämään. Avoimen kyselylomakkeen vastauksista nousi myös paljon tärkeitä huomioita, joiden avulla pystymme kehittämään itseämme ja omaa työtämme. Opinnäytetyömme myötä myös varhaiskasvattajat hyötyivät siitä. He saivat avoimeen kyselylomakkeeseen vastatessaan jutella ja jakaa yhdessä ajatuksia liittyen tunnetaitoihin. Lisäksi he saivat valmiin tuotoksen myötä tietoa siitä, että mitä pitäisi parantaa, jotta tunnekasvatus toteutuisi laadukkaasti heidän yksikössään.

Olemme tulleet siihen tulokseen, että tunnetaidot ovat tärkeä osa lapsen kasvua ja kehitystä jo pienestä pitäen. Tämän takia mielestämme olisi tärkeää, että tunnetaidot ja tunnekasvatus olisivat osana arkea päivittäin varhaiskasvatuksessa. Koemme, että on tärkeää hakeutua tunnetaitoja käsitteleviin koulutuksiin ja sitä kautta kehittyä tunnekasvattajina. Ajattelimme opinnäytetyötä aloittaessamme, että materiaalia liittyen tunnetaitoihin ja tunnekasvatukseen ei ole vielä kovin paljon, koska se on vielä niin sanotusti kehittyvä osa-alue. Huomasimme kuitenkin prosessin edetessä, että materiaaleja ilmestyy jatkuvasti lisää, sillä tunnetaitoihin kiinnitetään paljon huomiota tänä päivänä. Tämän myötä haluamme olla itse parempia tunnekasvattajia ja panostaa tunnetaitoihin tulevaisuudessa varhaiskasvatuksen opettajina.

LÄHTEET

Cacciatore, R. 2008. *Kiukkukirja: Aggressiokasvattajan käsikirja – vauvasta kouluikään*. Toimittanut Hurme, V. Helsinki: Väestöliitto.

Fanni-tunnetaitosarja. 2021. Saatavissa: <https://fannitunnetaitosarja.fi/> .Viitattu 2.5. 2021.

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

Jalovaara, E. 2005. *Tunnetaidot tiedon rinnalla kasvatuksessa*. Pilot- Kustannus Oy.

Jääskinen, A. & Pelliccioni, S. 2020. *Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen*. 3. uudistettu painos. Helsinki: Lasten keskus ja kirjapaja OY.

Kananen, J. 2008. *Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet*. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kananen, J. 2017. *Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä*. Jyväskylä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://www-booky-fi.ezproxy.centria.fi/lainaa/1246> Viitattu 21.5.2021.

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

Leinonen, R. 2018. *Sisällönanalyysi*. Saatavissa: <https://spoken.fi/sisallonanalyysi/> Viitattu 21.5.2021.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2021. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/5-6-v/5-6-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/> Viitattu 2.4.2021.

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

Opetushallitus.2021a. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/1-tunteet-mita-ne-ovat> Viitattu 10.2.2021.

Opetushallitus.2021b. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/3-tunnetaitoja-oppii-harjoittelemalla> Viitattu 11.2.2021.

Opetushallitus. 2018. *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018*. Helsinki: Grano Oy. Saatavissa: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf Viitattu 11.2.2020.

Piki-toimintamalli. Saatavissa: <http://www.pikitoimintamalli.fi/> Viitattu 21.5. 2021

Pöyhönen, J. & Livingston, H. 2019. *Fanni ja ihmeellinen tunnelämpömittari*. Jyväskylä: Kumma-kustannus.

Riihonen, R. & Koskinen, M. 2020. *Kuinka kiukku kesytetään?* Jyväskylä: PS- kustannus.

Suomen mielenterveys Ry. *Tunnetaitojen perusteet*. Saatavissa: <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunnetaitojen-perusteet> Viitattu 2.5.2021.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2009. Saatavissa: <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/ihmistieteiden-eettisen-ennakkoarvioinnin-ohje> Viitattu 15.8.2021.

Varhaiskasvatuslaki. 540/2018. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540> Viitattu 12.2.2021.

Kyselylomake:

Teema 1: Tunnetaitojen tärkeys

1. Mitä ymmärrätte käsitteellä tunnetaidot?
2. Kuinka tärkeänä koette tunnetaitojen opettamisen 3–5-vuotiaille lapsille varhaiskasvatuksessa?

Teema 2: Tunnetaitojen kehitys

3. Miten mielestänne 3–5-vuotias lapsi oppii parhaiten tunnetaitoja?
4. Miten tunnetaitojen oppiminen vaikuttaa mielestänne lapsen kehitykseen?
5. Mitkä eri tekijät vaikuttavat mielestänne lapsen tunnetaitojen oppimiseen?

Teema 3: Kasvattaja tunnetaitojen tukijana

6. Millainen on mielestänne hyvä tunnekasvattaja?
7. Annetaanko tunnetaidoista mielestänne riittävästi koulutusta?

Teema 4: Menetelmät tunnetaitojen oppimisessa

8. Miten tunnetaitoja opetellaan 3–5-vuotiaiden lasten kanssa teidän ryhmässänne?
9. Mitä menetelmiä käytätte tukemaan lapsen tunnetaitojen oppimista? (nouseeko leikki, sosiaaliset taidot, tarinat, sadutus yms.)
10. Miten mielestänne tunnekasvatusta tukevia menetelmiä voisi kehittää varhaiskasvatuksessa?

Tutkimusteema tai kysymys	Alkuperäinen ilmaus	Pelkistetty ilmaus	Yhdistävä luokka
TEEMA 1. Tunnetaitojen tärkeys	<i>Kyky tunnistaa ja nimetä omia tunteita sekä kykyä säädellä tunteita.</i>	Tunteiden tunnistamista ja säatelemästä.	Tunnetaidot ovat tärkeitä, ja niiden harjoittelu auttaa toimimaan erilaisissa vuorovaikutustilanteissa
	<i>Se on omien ja muiden ihmisten tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja ilmaisemista. Se on myös tunnereaktioiden säätelyn opettelemista ja niihin liittyvien erilaisten säätelykeinojen harjoittamista. Sekä toisen ihmisen tilanteeseen asettumista, eli empatiakykyä.</i>	Monipuolista tunnetaitojen opettelua, johon liittyy myös säätelykeinojen ja empatiankyvyn harjoittelua.	
	<i>Tunnetaitojen opettaminen on erittäin tärkeää kaikenikäisille lapsille. Lapsen tunnetaidot alkavat kehittyä vauvaiästä lähtien</i>	Tunnetaitojen kehittäminen on elinikäinen prosessi.	
	<i>Erittäin tärkeänä. Tunnetaidot ohjaavat vuorovaikutustilanteita ja käyttäytymistä. On hyvä oppia tunnistamaan, näyttämään ja säatelemään omia tunteitaan ja tämän kautta hahmottamaan myös toisten tunteita. Näin on helpompi toimia toisten kanssa</i>	Tunnetaidot ovat läsnä kaikissa vuorovaikutustilanteissa, ja niillä on niissä iso merkitys.	
	<i>Koemme tunnetaitojen opettamisen erittäin</i>	Tunnetaitojen avulla lapsi oppii ilmaisemaan ja säatelemään	

	<p><i>tärkeänä. Kun lapsi oppii tunnistamaan, nimeämään sekä säätämään omia tunteitaan, se auttaa lasta päivittäisissä sosiaalisissa tilanteissa. Lapsi oppii myös tunteita oppien avulla ymmärtämään toisten lasten tunteita esimerkiksi riitatilanteissa.</i></p>	<p>tunteitaan, joka auttaa häntä esimerkiksi riitatilanteissa.</p>	
	<p><i>Tunnetaidot ovat mielestämme tärkeä osa hyvää mielenterveyttä. Ne vaikuttavat lapsen minäkuvaan ja parantavat itsetuntoa sekä auttavat sosiaalisten suhteiden luomista</i></p>	<p>Tunnetaidot ovat vahvasti osana hyvää mielenterveyttä.</p>	
<p>TEEMA 2. Tunnetaitojen kehitys</p>	<p><i>Tunnetaidot kehittyvät lapsen kasvaessa. Tunteille pitää antaa nimi eli aikuisen tehtävä on sanoittaa lapselle. Täytyy muistaa, että kaikki tunteet ovat sallittuja, eikä niitä tarvitse pelätä</i></p>	<p>Aikuisen tehtävä on sanoittaa lapselle tunteita, jotta ne pystyvät kehittyä lapsen kasvaessa.</p>	<p>Tunnetaitojen kehitykseen vaikuttaa moni eri tekijä muun muassa aikuisen malli, leikkiminen ja lapsen persoonallisuus.</p>
	<p><i>Tärkeintä tunteiden opettelussa on aikuisen tuki ja esimerkki. Tunnetaitojen oppiminen vaikuttaa lapsen itsetuntoon, minäkuvaan ja sosiaalisiin taitoihin. Voisimme sanoa, että</i></p>	<p>Aikuisen tuki on isossa roolissa tunnetaitojen opettelussa.</p>	

	<i>tunnetaidot vaikuttavat melko kokonaisvaltaisesti lapset kehitykseen.</i>		
	<i>Tunnetaitojen kehitykseen vaikuttavat ikä ja kehitystaso ja ne täytyy huomioida. Ympäristö sekä sosiaaliset suhteet vaikuttavat suuresti oppimiseen. Aikuisen sensitiivisyys, esimerkki ja tuki ovat tärkeitä osia oppimisen kannalta.</i>	Tunnetaitojen kehitykseen vaikuttaa lapsen ikä, kehitystaso, ympäristö ja sosiaaliset suhteet.	
	<i>Leikki on tärkeässä roolissa tunnetaitojen kehittymiselle. Leikin avulla voi ilmaista piilossakin olevia tunteita.</i>	Leikillä on suuri merkitys lapsen tunnetaitojen kehitykseen.	
	<i>Lapsen ja vanhemman (aikuisen) välisen vuorovaikutussuhteen laatu merkitsee paljon. Lapsella lupa tuntea kaikenlaisia tunteita. Lapsen kaikki tunteet hyväksytään.</i>	Lapsen vuorovaikutussuhteilla on iso merkitys lapsen tunnetaitojen kehittymisessä.	
	<i>Myös lapsen ikä, motivaatio, aiemmat elämäkokemukset ja tietenkin lapsen luonne ja temperamentti vaikuttavat lapsen tunnetaitojen kehitykseen.</i>	Lapsen persoonallisuudella ja luonteella on iso rooli tunnetaitojen kehitykseen.	
	<i>Hyvä kasvattaja tunnistaa sekä</i>		Hyvän tunnetaitokasvattajan

TEEMA 3. Kasvattaja tunnetaitojen tukijana	<i>itsessään että lapsissa näkyvät tunteet. Hän on empaattinen ja sensitiivinen ja sietää lapsen erilaisia tunteita riemusta raivokohtauksiin. Aikuinen kyselee lapsen tunnetiloista, sanoittaa niitä yhdessä hänen kanssaan. Hyvä kasvattaja osoittaa lapselle, että kaikki tunteet ovat sallittuja.</i>	Hyvä kasvattaja on empatiakykyinen, ja pyrkii sanoittamaan erilaisia tunnetiloja lapsen kanssa.	piirteisiin kuuluu empatiakyky ja tunteiden sanoittaminen ja säätely lapsen kanssa yhdessä.
	<i>Hyvä tunnekasvattaja osaa lukea lasta, tunnistaa ja hyväksyy lapsen eri tunnetilat. Ohjaa ja opastaa lasta lempeästi ja turvallisesti tunnistamaan ja säätämään erilaisia tunteita.</i>	Hyvä tunnekasvattaja on lapsen tukena erilaisten tunteiden säätelyssä ja tunnistamisessa	
	<i>Tänä päivänä on tunnetaitomateriaalia hyvin saatavilla. On lapsille suunnattua kirjallisuutta ja toimintakortteja sekä aikuisille uutta tietokirjallisuutta aiheesta. Tarjontaa tuntuu olevan. Päiväkodistamme on osallistuttu ainakin kahteen eri koulutukseen viimeisen vuoden aikana.</i>	Tällä hetkellä tunnetaitomateriaalia löytyy hyvin niin lapsille kuin aikuisille suunnattuna.	

Teema 4. Menetelmät tunnetaitojen oppimisessa	<i>Leikki ja sen havainnointi on hyvä menetelmä. Jos lapsi ei pysty tai halua leikkiä, lapsi otetaan lähelle, jutellaan hänen kanssaan. Yritetään samalla selvittää, mikä lapsen mieltä painaa niin, ettei halua leikkiä. Sensitiivinen ja empaattinen ilmapiiri saa yleensä jotain aikaan ja asia lähtee selviämään. Ikävä on monesti kaiken takana.</i>	<p>Leikkiminen on tärkeä asia tunnetaitojen oppimisessa. Lapsen leikin havainnoin avulla voi saada paljon tietoa lapsen asioista.</p>	<p>Leikkimisellä ja erilaisilla sosiaalisilla tilanteilla on oppimateriaalin lisäksi tärkeä rooli tunnetaitojen oppimisessa.</p>
	<i>Leikki- ja sosiaaliset tilanteet ovat merkittävässä osassa tunnetaitojen oppimista. Tukea saadaan hyvin kirjoista ja kuvista.</i>	<p>Erilaiset sosiaaliset tilanteet ovat isossa osassa tunnetaitojen opetellussa.</p>	
	<i>Nimeämällä tunteita ja keskustelemassa. Aikuinen myös omalla esimerkillään tukee tunnetaitojen oppimista. Käytössä on myös erilaisia opetusmateriaaleja, kuvia, kirjoja ja lauluja</i>	<p>Keskustelu ja nimeämisen lisäksi erilaiset opetusmateriaalit, laulut, kirjat jne. ovat tärkeitä työkaluja.</p>	
YKSITTÄISTEN KYSYMYSTEN ANALYSOINTI	<i>Viime vuosien aikana tähän asiaan on herätty toden teolla. On saatavilla monenlaista materiaalia ja koulutuksia. Sitä ei kuitenkaan voi olla koskaan liikaa.</i>	<p>Tunnetaitojen merkitys on lisääntynyt viime vuosien aikana, jonka myötä materiaalia ja koulutuksia on tullut lisää.</p>	<p>Tunnetaitojen tärkeys näkyy lisääntyneissä koulutuksissa ja monipuolisessa materiaalissa, kuitenkin sen tärkeyttä ei voi liikaa</p>
Kysymys 7. Annetaanko tunnetaidoista mielestänne	<i>Tunnetaidot ovat tärkeä asia ja niistä pitäisi saada</i>	<p>Tunnetaidot ovat tärkeä asia, jonka takia koulutuksia pitäisi olla enemmän.</p>	

<p>riittävästi koulutusta?</p>	<p><i>enemmän koulutuksia.</i></p>		<p>korostaa ja tuoda tietoisuuteen.</p>
	<p><i>Ei. Moni ei ole edes tietoinen tunnetaitojen tärkeydestä.</i></p>	<p>Tunnetaitojen tärkeys ei ole vielä kaikkien tietoisuudessa.</p>	
<p>Kysymys 10. Miten mielestänne tunnekasvatusta tukevia menetelmiä voisi kehittää varhaiskasvatuksessa?</p>	<p><i>Enemmän materiaaleja eri ikätasolle tunnetaitojen opetteluun. Kasvattajille enemmän tietoa tunnetaitojen merkityksestä sekä tukemisesta.</i></p>	<p>Materiaaleja tulisi olla enemmän eri ikätaasoja huomioiden.</p>	<p>Kasvattajat haluavat enemmän tietoa tunnetaitoihin liittyen ja erilaista materiaalia lisää huomioiden kaikenikäiset lapset.</p>
	<p><i>Jokaisen kasvattajan tulisi käydä tunnetaitoihin liittyvä koulutus!</i></p>	<p>Jokaisen varhaiskasvattajan tulisi käydä tunnetaitoihin liittyvä koulutus.</p>	