

TUNNETAIDOT JA SOSIOEMOTIONAALINEN KEHITYS VARHAISKASVATUSIKÄISILLÄ LAPSILLA

Vanhempien näkemyksiä tunnekasvatuksesta



Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö
Sosionomikoulutus, Hämeenlinnan korkeakoulukeskus

Kevät 2022

Jenna Holm

Miselle Niemenmaa

Sosionomikoulutus

Tiivistelmä

Tekijä Jenna Holm, Miselle Niemenmaa

Vuosi 2022

Työn nimi Tunnetaidot ja sosioemotionaalinen kehitys varhaiskasvatusikäisillä lapsilla –
Vanhempien näkemyksiä tunnekasvatuksesta

Ohjaaja Jana Vyborna-Turunen

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää varhaiskasvatusikäisten lasten vanhempien näkemyksiä tunnetaidoista. Sen lisäksi opinnäytetyössä tutkittiin vanhempien valmiuksia ja tuen tarpeita tunnetaitojen opettamisesta lapsille. Vastauksien pohjalta koottiin menetelmäkansio tunnetaitojen harjoittelun tueksi. Työn tilaajana toimi Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osasto.

Tutkimuksen teoriapohja muodostui tunnetaidoista, sosioemotionaalisuudesta sekä lapsen ja vanhemman välisestä vuorovaikutuksesta. Kuluneina vuosina tunne- ja vuorovaikutustaitojen tärkeys onkin tunnistettu, ja näitä taitoja on pyritty edistämään jopa kansalaisaloitteella.

Aineistonhankintamenetelmänä käytettiin kyselylomaketta, ja vastauksia saatiin 30. Avoimet kysymykset analysoitiin teemoittelemalla. Monivalinta- ja sekamuotoiset kysymykset analysoitiin puolestaan määrällisesti lukumääriä ja prosenttiosuuksia tarkastelemalla.

Vanhemmat pitivät tunnetaitoja tärkeinä ja kokivat lapsensa hyötyvän tunnekasvatuksesta. Vanhempien tunnetaitovalmiudet vaihtelivat, ja tunnetaitojen opettamisen tueksi kaivattiin tunnetaito-oppaita sekä koulutuksia aiheesta. Näiden lisäksi vanhemmat toivoivat myös vinkkejä satuihin, loruihin ja lauluihin. Tunnetaitoja pitäisi edistää ja tietoisuutta niistä lisätä, sillä ne vaikuttavat ja kehittyvät läpi elämän.

Avainsanat tunnetaidot, sosioemotionaalisuus, vuorovaikutus, varhaiskasvatus

Sivut 46 sivua ja liitteitä 13 sivua

Authors Jenna Holm, Miselle Niemenmaa Year 2022
 Subject Emotional skills and social-emotional development in lives of children at the age of early childhood education – Parents’ opinions about emotional skills
 Supervisors Jana Vyborna-Turunen

ABSTRACT

The aim of this thesis was to examine parents’ views on social and emotional skills in children at the early childhood education age. In addition, the aim was also to examine parents’ abilities and needs of support regarding teaching the emotional skills to their children. Based on the thesis results, a collection of different methods to improve emotional skills was compiled. The Mannerheim league for child welfare was the commissioner of this thesis.

The theoretical background of the thesis consists of emotional and social-emotional skills and the interaction between a child and a parent. The importance of emotional and communication skills has been acknowledged during the past years. There have even been citizens’ initiatives to improve these skills.

The thesis was both qualitative and quantitative. The data were collected with a paper survey and an electronic Webropol survey. There were 30 answers in total. The results were analyzed by thematizing and with quantitative methods.

Based on the results of this thesis, parents acknowledged the importance of emotional skills and thought their children would benefit from social emotional learning. The parents’ knowledge of emotional skills varied and they longed for training and a parents’ guide on how to teach emotional skills to their children. In addition, the parents also wished for tips on children’s tales, rhymes and songs. Emotional skills should be promoted and knowledge of them increased, as they have an impact and develop throughout life.

Keywords emotional skills, social-emotional, interaction, early childhood education
 Pages 46 pages and appendices 13 pages

Sisälllys

1	Johdanto	5
2	Opinnäytetyön lähtökohdat	7
2.1	Opinnäytetyön työelämäyhteys.....	7
2.2	Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus	9
3	Tietoperusta	9
3.1	Tunnetaitojen kehittyminen	10
3.2	Kiintymyssuhteen merkitys emotionaalisessa kehityksessä.....	10
3.3	Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys mentalisaatiokyvyn kehittymiselle...	12
3.4	Sosioemotionaalinen kehitys ikävaiheittain	13
3.5	Varhaiskasvatus.....	14
3.6	Leikki tunteiden säätelyn tukena	15
3.7	Lapsen itsesäätelyn kehittyminen ja tukeminen	15
4	Aikaisemmat tutkimukset.....	17
5	Tutkimustehtävä ja -menetelmä	20
5.1	Tutkimuskysymykset	21
5.2	Tutkimusmenetelmät.....	21
5.2.1	Aineiston hankinta	21
5.2.2	Aineiston analyysi.....	23
6	Tulokset	25
6.1	Näkemykset.....	26
6.2	Valmiudet.....	29
6.3	Tuen tarve	34
7	Johtopäätökset	38
8	Menetelmäkansion toteutus.....	40
9	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	42
10	Pohdinta	44
	Lähteet.....	47

Kuvat ja taulukot

Kuva 1 Teemoittelukartta	25
Kuva 2 Vanhempien näkemyksiä tunnekasvatuksen hyödyllisyydestä lapsen vuorovaikutustaitojen kehityksen kannalta.	27
Kuva 3 Vanhempien näkemyksiä siitä, hyödyttäisikö tunnekasvatus heidän lastaan. ...	28
Kuva 4 Vanhempien näkemys tunnekasvatuksen lisäämisestä MLL:n toimintaan.....	29
Kuva 5 Mitä menetelmiä vanhemmat ovat käyttäneet tunnekasvatuksen apuna?	30
Kuva 6 Mitä valmiita menetelmiä vanhemmat ovat käyttäneet?.....	31
Kuva 7 Minkälaista tukea vanhemmat kaipasivat tunnetaitojen opettamiseen?	35
Taulukko 1 Omilta vanhemmilta opitut tunnetaidot.	32
Taulukko 2 Kokemukset.....	34
Taulukko 3 Toiveita tunnekasvatukseen.	37
Taulukko 4 Kanavia tunnetaitojen oppetteluun.....	38

Liitteet

Liite 1	Aineistonhallintasuunnitelma
Liite 2	Kyselylomake
Liite 3	Menetelmäkansio

1 Johdanto

Tunnetaidoille rakentuu pohja jo lapsuudessa. Koska kyseessä ovat taidot, ne ovat opittavissa ja kehitettävissä läpi elämän. Tunnetaidoissa on kyse tietoisuudesta, jonka avulla yksilö havaitsee, säätelee ja tunnistaa omia sekä muiden tunteita ja toimii tietoisesti niiden kanssa. Hyvän mielenterveyden ja itsetuntemuksen perustana ovat tunnetaidot. (YTHS, n.d.) Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia vanhempien näkemyksiä sekä kokemuksia siitä, minkälaisia välineitä heidän mukaansa tarvitaan tunnetaitojen opettamiseen, sillä nämä taidot vaikuttavat lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Tutkimus selvittää myös heidän valmiuksiaan tunnetaitojen opettamiseen. Tämän opinnäytetyön tilaajana toimii Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osasto.

Tunne- ja vuorovaikutustaitoja kehittämällä voidaan ennaltaehkäistä kiusaamista (Jyväskylän yliopisto, 2021). Kuluneen vuoden aikana kiusaaminen on puhuttanut yhteiskunnallisessa keskustelussa erityisesti Koskelan teinmurhan jälkeen (Kirsi, 2021). Tunnekasvatuksen yhteiskunnallinen merkitys on massiivinen sekä globaali. Sen ulottuvuus on hyvin laaja, ja sen avulla lienee mahdollista vähentää kiusaamista ja edelleen mielenterveysongelmia sekä itsemurhatapauksia. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen kirjaamiseksi perusopetuslakiin on ollut vireillä kaksi erillistä kansalaisaloitetta vuosina 2020 ja 2021 (kansalaisaloite.fi, 2020 & 2021).

Vuodesta 2010 lähtien itsemurhatapauksien lukumäärät Suomessa ovat vaihdelleet sekä miehillä että naisilla. Toisin sanoen luvut ovat välillä kasvaneet ja välillä puolestaan laskeneet. Viimeisimpien tilastoitujen vuosien mukaan tapaukset ovat olleet laskusuhdanteisia kummallakin ryhmällä – miehillä kahden viimeisen ja naisilla kolmen viimeisen vuoden ajan. (Tilastokeskus, n.d.) Vuonna 2005 varhaiskasvatuksessa ja kouluissa otettiin käyttöön psykologi Arja Sigfridsin Suomeen tuoma Askeleittain-ohjelma, jonka tarkoituksena on edistää lasten sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja (Kasvun tuki, 2020). Mahtaako tällä ohjelmalla olla vaikutusta siihen, että itsemurhatilastojen luvut ovat ainakin

osittain laskemaan päin? Tulevaisuudessa, kun tunnetaitojen opettamista lapsille toivottavasti lisätään, luvut saattavat laskea yhä enemmän.

Osana sosionomin kompetenssia on kriittinen sekä osallistava yhteiskuntaosaaminen, joka puuttuu epäkohtiin ja pyrkii vaikuttamaan niihin yhteiskunnallisella tasolla. Kompetenssi rakentuu syrjäytymisen ehkäisystä ja sosiaalisen osallisuuden sekä hyvinvoinnin edistämistä (Suomen ammattikorkeakoulujen sosiaalialan koulutuksen verkosto, n.d.) Edellä mainitut kompetenssit näyttäytyvät erityisen tärkeinä sosionomin työssä ja juuri tunnekasvatukseen liittyen. Sosionomin on tärkeää puuttua työssään erilaisiin epäkohtiin ja etenkin ennaltaehkäisevällä työotteella, jollaisena tunnekasvatustakin pidetään. Varhaisessa vaiheessa aloitetulla tunnekasvatuksella voi olla kauaskantoiset vaikutukset esimerkiksi kiusaamisen vähentymisenä.

Kiinnostuimme aiheesta sen monipuolisuuden vuoksi. Aihe käsittää eri ikäryhmät ja yhdistää sekä varhaiskasvatuksen että aikuissosiaalityön. Tutkimuksella on annettavaa niin lasten kanssa työskenteleville kuin heidän vanhemmilleenkin. Työkokemuksemme perusteella olemme huomanneet tunnekasvatukselle olevan kysyntää sekä varhaiskasvatuksen että lastensuojelunkin puolella. Tunneälykyys on mielestämme tärkeässä roolissa tulevaisuuden sosionomin työssämme. On tärkeää tunnistaa tunteet ja ottaa ne huomioon, jolloin ne muodostavat asiakastyölle eräänlaisen viitekehyksen.

Opinnäytetyön tavoitteena on nostaa esiin vanhempien kokemuksia siitä, minkälaista tukea he näkemyksensä mukaan tarvitsevat tunnekasvatuksessa. Tutkimuksen tulosten pohjalta on tarkoituksena koota tuloksia tukeva menetelmäkansio kasvattajien sekä vanhempien tueksi jo olemassa olevista harjoituksista ja menetelmistä. Valmiita menetelmiä on olemassa jo paljon, mutta lasten vanhemmat eivät välttämättä ole tietoisia niistä, joten tälle olisi todennäköisesti kysyntää.

Menetelmiä on jo olemassa paljon ja onkin mielenkiintoista selvittää, minkä verran tutkimukseen osallistuvat lasten vanhemmat niitä tietoisesti hyödyntävät sekä minkälaisia toiveita tai tarpeita heillä olisi taitojen opettamiseen liittyen. Ovatko nykyiset tunnetaito-

oppaat saavuttaneet vanhemmat? Tarvitaanko tukea, aikaa, johdonmukaisuutta tai koulutuksia, jotta menetelmät otettaisiin käytäntöön?

2 Opinnäytetyön lähtökohdat

Tämä luku käsittelee opinnäytetyötä työelämäyhteistyön näkökulmasta. Luvussa avataan opinnäytetyön tilaajan Mannerheimin lastensuojeluliiton toimintaa ja erityisesti lapsi- ja perhetyötä, jonka puitteissa tutkimuksen aineisto on hankittu. Lisäksi luvussa käsitellään opinnäytetyön tavoitetta ja tarkoitusta.

2.1 Opinnäytetyön työelämäyhteys

Opinnäytetyön työelämäyhteydeksi valikoitui Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osasto sen monipuolisen työkentän vuoksi. Mannerheimin lastensuojeluliitto on kolmannen sektorin toimija: kansalaisjärjestö, jonka tarkoituksena on edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Se on perustettu 4.10.1920 sisällissodan jälkeen tukemaan heikossa asemassa olevia perheitä, joilta puuttui toimeentulo tai toinen vanhempi. Tänä päivänä Mannerheimin lastensuojeluliitto koostuu keskusjärjestöstä, piirijärjestöistä sekä paikallisyhdistyksistä, jotka kaikki ovat rekisteröityjä yhdistyksiä ja näin ollen päättävät itse hallinnostaan ja taloudestaan. (MLL, 2017 & MLL, n.d.-a.)

MLL:n tarkoitusta – siis lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin edistämistä – ohjaavat liiton arvot ja periaatteet. Lapsen ja lapsuuden arvostus sekä yhteisvastuu ovat heidän arvojaan, kuten myös inhimillisyys ja yhdenvertaisuuskin. Arjen arvostus, ilo, kumppanuus, avoimuus ja osallisuus ovat puolestaan heidän periaatteitaan. Arvojen ja periaatteiden lisäksi toiminnan taustalla vaikuttavat vahvasti myös liiton perustamisjulistus, sen säännöt, MLL:n Suunta 2024 -strategia sekä YK:n lapsen oikeuksien sopimus. Nämä kaikki ovat taustalla järjestön toiminnassa, jonka tehtävänä on puolustaa lasten oikeuksia sekä rakentaa lapsiystävällistä ja lapsuutta arvostavaa yhteiskuntaa. ”MLL korostaa, että jokaisella lapsella on oikeus onnelliseen lapsuuteen ja oikeus olla lapsi.” (MLL, 2017)

Tutkimus toteutettiin erilaisissa lapsille ja perheille suunnatuissa ryhmissä, kuten perhekahviloissa ja päiväkerhoissa. Perhekahvilat ovat avoimia kohtaamispaikkoja, joista vanhemmat voivat löytää juttuseuraa vertaisistaan ja joissa lapset pääsevät leikkimään muiden lasten kanssa. Päiväkerhot puolestaan ovat avoimen varhaiskasvatuksen kerhoja, joissa järjestetään säännöllistä ryhmätoimintaa lapsille, jotka eivät kuitenkaan tarvitse päivähoitoa. (MLL, n.d.-b; MLL, n.d.-c.) Tutkittavia ovat MLL:n toimintaan osallistuvat vanhemmat ja huoltajat.

Päiväkoti on yleinen paikka, jossa lapsille opetetaan tunteita kodin lisäksi. Mannerheimin lastensuojeluliiton toiminnassa on usein perheitä, jotka eivät välttämättä käytä varhaiskasvatuksen palveluista päivähoitoa tai perhepäivähoitoa esimerkiksi lasten nuoren iän vuoksi. MLL:n toiminnassa – kuten heidän järjestämässään avoimessa varhaiskasvatuksessa – on myös usein mukana tuoreita perheitä, jotka ovat saaneet ensimmäisen lapsensa ja joille lapsiarki on vielä uutta ja tuntematonta. (Vanhanen, henkilökohtainen tiedonanto, 26.10.2021) Tämän vuoksi on tärkeää, että tutkimustietoa tunnekasvatukseen liittyen kerätään nimenomaan vanhemmilta, jotka ovat monella tapaa uuden edessä.

Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osasto järjestää monenlaista tunnetaitokasvatusta ja -toimintaa. Nuorille suunnatut toiminnat ovat tunne- ja ihmissuhdetyöpajat sekä tukioppilas- ja tutorkoulutukset. Tukioppilas- ja tutorkoulutuksien sisältöihin kuuluvat tunne- ja vuorovaikutustaidot. Lisäksi tutorkoulutus sisältää myös sosiaalisia taitoja sekä ristiriita- ja ongelmatilanteiden käsittelyä ja niissä nousevia tunteita. Tunne- ja ihmissuhdetyöpajoja järjestetään pääosin toiminnallisina oppitunteina niin alakoulun ylimmille luokille, yläkoululaisille kuin toisen asteen opiskelijoillekin. Tuntuuko?-tuntien sisältöön kuuluu muun muassa itsetuntemuksen vahvistamista sekä tunteiden tunnistamista ja nimeämistä. Ihmissuhteiden palapeli -tuntien tarkoituksena puolestaan on vahvistaa kaveri- ja empatiataitoja. (MLL, n.d.-d; MLL, n.d.-e.)

Vanhemmille suunnattua tunnetaitotoimintaa MLL:n Tampereen osasto järjestää tunnepysäkkien ja vanhempainiltojen muodossa. Tunnepysäkeillä käsitellään erilaisia perheen ja parisuhteen tunneasioihin liittyviä aiheita, kuten kiukun tunnetta, sen hallintaa ja

lapsen kiukkuun reagoimista. Pysäkkitoiminta järjestetään yhteistyössä Tampereen kaupungin Perhepiste Nopean kanssa ja niitä järjestetään esimerkiksi kirjastoissa, avoimen varhaiskasvatuksen kerhoissa ja kauppakeskuksissa. Vanhempainiltoja järjestetään muun muassa kouluilla ja MLL:n omissa tiloissa. Niiden tarkoituksena on tarjota vanhemmille tietoa tunnetaidoista sekä lisätä heidän ymmärrystään omia tunnetaitojaan kohtaan, sillä kodin ja vanhempien merkitys tunnetaitojen kehityksessä on hyvin tärkeä. Lisäksi MLL:n nettisivuilta löytyy tunnetaitoharjoitusmateriaalia. (MLL, n.d.-f; MLL, n.d.-g; MLL, n.d.-h.)

Tutkimus selvittää vanhempien käsityksiä ja tuen tarpeita tunnekasvatukseen liittyen, jolloin myös Mannerheimin lastensuojeluliitto yhteistyökumppanina saa tietoa, jonka pohjalta voi suunnitella ja kehittää tulevaisuuden toimintaansa asiakkaiden toiveiden mukaisiksi.

2.2 Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa tunnetaitojen opettamisesta varhaiskasvatusikäisten lasten vanhempien tarpeiden näkökulmasta. Tutkimusaineisto kerätään kyselylomakkeella, joka muodostetaan Webropol-alustalle. Webropol-nettikyselyn lisäksi aineistoa kerätään myös paperisella kyselylomakkeella, jonka vastaukset siirretään myös verkkoon.

Tarkoituksena on hyödyntää kyselylomakkeen pohjalta nousseita tarpeita ja koota tunnekasvatuksen tueksi harjoituksia jo olemassa olevista materiaaleista menetelmäkansioksi. Kansion tarkoituksena on lisätä vanhempien sekä heidän lastensa tunnetaitovalmiuksia. Kyseisiä harjoituksia ammattilaiset ja vanhemmat voivat hyödyntää työssään sekä arjessaan lasten kanssa.

3 Tietoperusta

Tämän opinnäytetyön teorian viitekehikseksi on rajattu tunnetaitoja sekä tunnekasvatusta käsittelevät käsitteet. Seuraavassa luvussa avataan tutkimuksen kannalta keskeisiä käsitteitä emotionaalisen kehityksen näkökulmasta: tunnetaidot, kiintymyssuhde, mentalisaatio,

sosioemotionaalisuus sekä varhaiskasvatus ja leikki. Tässä osiossa käsitellään lapsen tunteiden säätelyn kehittymistä ja tukemista.

3.1 Tunnetaitojen kehittyminen

Tunnetaidoilla tässä opinnäytetyössä viitataan kykyyn havaita, ilmaista sekä säädellä tunteitaan. Omien tunteiden hahmottaminen auttaa myös ymmärtämään toisten tunteita, mikä on oleellista vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Kiintymyssuhde puolestaan vaikuttaa siihen, kuinka ymmärrämme omia sekä muiden tunteita. Jalovaaran mukaan professori Matti Bergström pitää lapsuutta otollisena aikana tunnetaitojen harjoittelemiselle (Jalovaara, 2005, ss. 48–49).

Tunnetaitojen oppiminen tapahtuu arjessa. Aluksi lapsella on kaksi ääripäätä, ilo ja suru, ja hän oppii tunnetaitoja havainnoimalla sekä jäljittelemällä perheenjäseniään. Kehittyessään lapsi oppii muita tunteiden sävyjä ja alkaa ilmaisemaan arastelua, tyytyväisyyttä sekä pelkoa. Myöhemmin tunnetaitoja tietoisesti harjoiteltaessa pyritään nimeämään tunteita, kuvaamaan niitä sekä pohtimaan niiden ilmentymistä ja ilmaisua. Lapsi oppii tunnetaitoja perheessään, leikin kautta erilaisissa ympäristöissä, päiväkodissa ja koulussa ryhmätoiminnan kautta. Lapsi tarvitsee kuitenkin aikuisen ohjausta tunnetaitojen harjoittelemisessa. (OPH, 2021a)

Tunteet ilmenevät ilmeinä, eleinä, äänenpainoina, käyttäytymisessä sekä kehon reaktioina. Harjoittelemisen tukena on hyvä olla konkretiaa esimerkiksi kuvan tai värin muodossa tunteiden ollessa abstrakteja, käsitteellisiä ja näin ollen myös vaikeasti ymmärrettävissä. Tunnetaitojen opetteleminen on kirjattu opetussuunnitelmaan ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin. (OPH, 2021a & OPH, 2018)

3.2 Kiintymyssuhteen merkitys emotionaalisessa kehityksessä

Kiintymyssuhde muodostaa perustan lapsen kyvylle luottaa toisiin ihmisiin sekä myöhemmin kyvyn toimia muiden ihmisten kanssa (Keltikangas-Järvinen, 2012, s. 1). Kiintymyksellä tarkoitetaan suhdetta, joka lapsella on vanhempansa (Hughes, 2011, s. 25). Turvallinen

kiintymyssuhde antaa pohjan tunnistaa, säädellä ja puhua erilaisista tunnetiloista – niin omista kuin muidenkin. (Hughes, 2011, s. 143). Kun ymmärretään, millainen vanhemman ja lapsen suhde on sekä mikä merkitys kiintymyksellä suhteeseen on, voidaan havaita, miten se vaikuttaa lapsen emotionaaliseen, kognitiiviseen sekä sosiaaliseen kehitykseen. Mary Ainsworth ja John Bolwby ovat kehittäneet kiintymyssuhdeteorian, jolle keskeistä turvallisuuden tunnetta käsitellään kuuden osatekijän kautta. (Hughes, 2011, s. 19)

Hughes käsittelee kiintymyssuhdetta laajempänä kokonaisuutena kuin Mary Ainsworth sekä John Bolwby. Aivotutkimus on kehittynyt, ja sen myötä nykyisin ajatellaan tunteiden sekä niiden välittymisen ihmisten välillä säätelevän aivojen kehittymistä (Hughes, 2011, s. 20). Tämän havaitsemisen jälkeen on alettu tiedostaa enemmän impulssien merkitystä. Aiemmin vanhemman tuli rajoittaa impulsiivista toimintaa ja nykyään puolestaan lapsen katsotaan tarvitsevan subjektiivisten impulssikokemusten jakamista vanhemman tai aikuisen kanssa. Vanhemman tulisi olla läsnä lasten tunnekokemuksissa ja kulkea heidän rinnallaan auttaen käsittelemään impulsseja. Kommunikaatio nähdään tärkeänä kaikissa kehitysvaiheissa: ensin se näyttäytyy non-verbaalisena, ja myöhemmin se saa sanat rinnalleen. (Hughes 2011, s. 23)

Turvallisen kiintymyksen kannalta on tärkeää, että vanhempi kykenee reagoimaan lapsen sisäisestä maailmasta kertoviin signaaleihin eli kommunikoimaan lapsen kanssa sanattomasti. Sanaton kahden ihmisen välinen kommunikaatio tukee emotionaalisten, kognitiivisten, sosiaalisten sekä moraalisten kykyjen kehittymistä. Lapsen aivojen otsalohkossa sijaitsevat tärkeät osat kehittyvät ja organisoituvat, kun vauva ja vanhempi käyvät intersubjektiivista sanatonta viestintää. Yksin ollessaan lapsi ei pääse kehittämään näitä aivojen osa-alueita, jotka vaikuttavat ratkaisevasti keskeisiin toimintoihin, kuten tunteiden säätelyyn, sosiaaliseen kognitioon (tajunnan sisältö), empatiaan, reagoinnin joustavuuteen sekä itsensä tiedostamiseen. (Hughes 2011, s. 24) Vanhempi jakaa oman sisäisen maailmansa ja muistonsa lapsen kanssa, mikä tukee lapsen omaa kykyä pohtia sisäistä maailmaansa. Vanhemman ollessa läsnä lapsen sisäisessä maailmassa lapsi kykenee säätelämään omia tunteitaan ja ymmärtämään tapahtumia, jotka ovat saaneet tuntemaan hankalia tunteita. (Hughes, 2011 s. 25)

Tunteet ilmenevät useimmiten ensimmäiseksi affektiivisesti eli sanattomasti. Affektit ovat näkyvinä kasvojen ilmeissä, eleissä, kehon asennoissa sekä äänen sävyssä, tempossa, korkeudessa, vaihteluissa sekä voimakkuudessa. Tutkittaessa aivojen toimintaa sekä oppimista ja kehittymistä on havaittu tiettyjä ydinperiaatteita, joita voidaan soveltaa kaikkiin ikäryhmiin. Turvallinen kiintymyssuhde antaa pohjan tunnistaa, säädellä ja puhua erilaisista tunnetiloista, niin omista kuin muidenkin. Vuorovaikutuksen emotionaalinen puoli välittyy yleisesti non-verbaalisesti ja informaation osuus verbaalisesti. Näiden ollessa ristiriidassa lapsi ei enää kykene tunnistamaan omia eikä toisten tunteita. (Hughes, 2011, ss. 26, 29, 143, 147)

3.3 Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys mentalisaatiokyvyn kehittymiselle

Mentalisaatiossa on kyse sisäisestä ja ulkoisesta maailmasta sekä kyvystä pitää niin oma kuin toisenkin mieli mielessä. Mentalisaatioteorian mukaan itsesäätelykyky ei ole kerran saavutettava kehitystehtävä, vaan se on jatkuva prosessi. Mentalisaatioteorian ymmärtäminen auttaa hahmottamaan mielen toimintaa. 1600-luvulla René Descartes perusteli olemassaoloa kyvyllä hahmottaa omaa ajatteluaan. Nykyisen käsityksen mukaan järki ei toimi irrallisena tunteista, mutta näin ajateltiin vielä 1990-luvulle asti, ennen kuin tietotekniikan kehitys mahdollisti tutkia ja tarkastella aivotoimintaa ja tunteiden yhteyksiä. Tätä ennen tieteellisissä tutkimuksissa tarkasteltiin dualistisesti ihmisen järkeä ja kykyä pohtia irrallisina kehollisista toiminnoista, joissa tunnekokemukset syntyvät. Tunnekokemusten kehollista puolta pidetään perustana, jonka ylle rakentuu vähitellen ihmisen kyky ymmärtää itseään. (Kauppi & Takalo, 2014, ss. 8, 9, 13)

Mentalisaatioteoria on kehittynyt kiintymyssuhdeteorian näkemysten pohjalta: siinä missä kiintymyssuhdeteoria tarkastelee käyttäytymistä ulkoisesti, mentalisaatioteoria tarkastelee mielen sisäistä sekä ulkoista vuorovaikutusta. Yhteistä mentalisaatioteorialle sekä kiintymyssuhdeteorialle on näkemys siitä, että mieli rakentuu vuorovaikutuksessa. (Kauppi & Takalo, 2014, s. 17) Mentalisaatioteorian mukaan ihmisen sisäinen maailma, joka koostuu muun muassa peloista, unelmista ja henkilökohtaisista tulkinnoistamme, ei välttämättä vastaa ulkoista todellisuutta (Kauppi & Takalo, 2014, s. 20).

Mielen kehityksen kannalta mielikuvitusmoodin tavoittaminen on lapselle tärkeää, sillä se luo luovuutta sekä mahdollisuuden vetäytyä omaan maailmaan. Mielikuvitusmoodissa lapsi voi harjoitella erilaisten tunteiden kohtaamista leikin keinoin sekä luoda suojaavia myönteisiä mielikuvia itsestään. (Kauppi & Takalo, 2014, s. 22) Aikuisetkin käsittelevät itseä ja suhdetta elämän vaikeisiin kokemuksiin kuvittelun tilassa. Aikuisilla se muuttuu ongelmaksi, jos mielikuvitus hallitsee käsitystä itsestämme, jolloin eheän minäkuvan muodostaminen hankaloituu. (Kauppi & Takalo, 2014, s. 23)

Taipumus tulkita muiden sekä oman mielen maisemia väärin johtaa mentalisaatiokyvyn puutteeseen. Mentalisaatiokyvyn puute taas tuottaa sosiaalisia ongelmia. Vanhemman tulkinnat lapsen käyttäytymisestä voivat vääristyä esimerkiksi niin, että lapsen itku aiheuttaa vanhemmassa tulkintoja, joiden mukaan lapsi kiusaa vanhempaa itkullaan. Vanhempi voi myös mennä lapsen kokemukseen mukaan lapsen ollessa hätäntynyt. Tällöin vanhempikin hätäntyy, jolloin hän on kykenemätön auttamaan lasta tunteen säätelyssä sekä tarjoamaan turvaa. Väärä tulkinta voi johtaa myös lapsen kokemuksen sivuuttamiseen, jolloin vanhempi pysyy tiukasti omassa todellisuudessaan sen sijaan, että vanhemman mielessä pysyisi samanaikaisesti lapsen mieli sekä se, miten oma mieli vaikuttaa lapseen. Vanhempi ei tarjoa lapselle peiliä, josta lapsen olisi mahdollista tunnistaa itsensä sekä kokemuksensa. Lapsi jää yksin kokemuksensa kanssa ja oppii, ettei tunnekokemuksia voi jakaa eikä toinen voi ymmärtää, miltä itsestä tuntuu. (Kalland, 2014, ss. 34–35)

3.4 Sosioemotionaalinen kehitys ikävaiheittain

Tässä tutkimuksessa sosioemotionaalisuudella tarkoitetaan tunneilmaisun sosiaalista luonnetta, ja sen kaksi tärkeintä tehtävää ovat tunteiden säätely ja tunteisiin liittyvä käyttäytyminen. Sosioemotionaalisiin taitoihin voidaan luokitella itsetuntemus, kuten omien vahvuuksien, puuttuvien taitojen ja tunteiden tunnistaminen sekä kyky solmia ja ylläpitää kaverisuhteita. Sosioemotionaalisiin taitoihin kuuluvat myös sosiaalisten sääntöjen ymmärtäminen ja muiden tunteissa myötäeläminen. (Neitola, n.d., ss. 1–2) Ne auttavat selviytymään stressistä, ahdistuksesta ja ristiriitatilanteista (Pathways, n.d.).

Noin vuoden ikäinen lapsi alkaa näyttää merkkejä itsenäisyydestään esimerkiksi irrottautumalla hieman vanhemmastaan ja tutkimalla ympäristöään. Lapsi nauttii muiden ihmisten matkimisesta leikissä. Hän myös toistaa ääniä ja eleitä saadakseen muiden huomion. 1–2-vuotias lapsi alkaa uhmakkuuden kautta harjoittelemaan lisää itsenäisyyttä. Hän nauttii muiden lasten läsnäolosta, mutta harjoittelee vielä jakamista. Hän ei myöskään vielä ymmärrä omien ja toisten ajatusten erillisyyttä. 2–3-vuotias lapsi matkii muita vaikeammassa toiminnoissa, kuten siivoamisessa ja ruuanlaitossa. Hän alkaa näyttämään yhä useampia tunteita ja kiintyy kavereihinsa. Muutokset rutiineissa aiheuttavat tämän ikäisessä lapsessa levottomuutta ja huolestuneisuutta. 3–4-vuotiaana lapsen sosioemotionaalisuus näkyy leikissä yhteistyönä muiden lasten kanssa muun muassa lelujen jakamisena. Lapsi alkaa yhä enemmän ilmaista tarpeitaan sanallisesti sen sijaan, että huutaisi tai tarttuisi toiseen. Hän alkaa olemaan entistä itsenäisempi arjen toiminnoissa esimerkiksi valitsemalla itse haluamansa vaatteet. 4–5-vuotias lapsi on herkkä muiden tunteille ja ymmärtää jo niitä. Ystävyyssuhteet kehittyvät, ja lapsella saattaa jo olla paras kaveri. Lapsi on yhä yhteistyökykyisempi sääntöjen suhteen. Siitä huolimatta hänen suhtautumisensa erilaisiin tilanteisiin vaihtelee – toisinaan hän on myös vaativa. Sellaiset lapset, joilla on hyvät sosioemotionaaliset taidot, menestyvät muita todennäköisemmin hyvin koulussa, työssä ja elämässä ylipäänsä. (Pathways, n.d.)

3.5 Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatusta, opetusta ja hoitoa, joissa kaikissa painottuu pedagogiikka. ”Varhaiskasvatus tukee lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista sekä edistää hyvinvointia”. Varhaiskasvatus on jokaisen alle kouluikäisen lapsen oikeus, eli se käsittää ikävuodet 0–6. Varhaiskasvatus voidaan järjestää joko päiväkodissa, (ryhmä)perhepäivähoidossa tai avoimessa varhaiskasvatuksessa. Avoimeksi varhaiskasvatukseksi luokitellaan esimerkiksi erilaiset kerho- ja leikkitoiminnot. (OPH, 2021b; OPH, 2022; Tampereen kaupunki, n.d.)

Varhaiskasvatuksen toteutusta ohjaa opetushallituksen laatima

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, jonka tarkoituksena on ”tukea ja ohjata varhaiskasvatuksen järjestämistä, toteuttamista ja kehittämistä sekä edistää laadukkaan ja

yhdenvertaisen varhaiskasvatuksen toteutumista koko maassa.”

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on varhaiskasvatuksen järjestäjiä velvoittava määräys, ja sen pohjalta laaditaan niin paikalliset kuin lastenkin varhaiskasvatussuunnitelmat sekä toteutetaan varhaiskasvatusta. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteita ohjaa varhaiskasvatuslaki. (Opetushallitus, 2018, ss. 7–8)

3.6 Leikki tunteiden säätelyn tukena

Leikillä on monia positiivisia vaikutuksia lapsen kokonaisvaltaiseen kehitykseen eli myös tunteiden ja tunnetaitojen kehitykseen. Lisäksi leikki on hyödyksi lapsen oppimiselle ja hyvinvoinnille (Opetushallitus, 2018, s. 38). Psykoterapeutti Pia Penttalan mukaan ei ole turhaa väittää, että leikki on lapsen työtä (Oppi & Ilo, n.d.). Leikkiessään ”lapset rakentavat käsitystä itsestään ja muista ihmisistä”, ja he myös luovat sosiaalisia suhteita (OPH, 2018, s. 39).

Erilaiset tunteita ja kiinnostusta herättävät kokemukset johdattavat lapsia leikkeihin, ja leikkiessään he voivat käsitellä vaikeita asioita ja kokemuksia. ”Leikissä on turvallista kokeilla, yrittää ja erehtyä”. Muiden kanssa leikkiessään lapset oppivat tunteiden ja oman tahtonsa säätelyä sekä huomaamaan toisten ihmisten näkökulmat. Leikki lisää yhteisöllisyyttä, ja se puolestaan luo myönteistä tunneilmapiiriä. (Opetushallitus, 2018, ss. 38–39) ”Myönteiset tunnekokemukset ja vuorovaikutussuhteet edistävät oppimista” (Opetushallitus, 2018, s. 22).

3.7 Lapsen itsesäätelyn kehittyminen ja tukeminen

Lapsen itsesäätelyä voidaan tukea positiivisella palautteella, myönteisillä tunteilla ja johdonmukaisuudella sääntöjen asettamisessa. Lapsen kasvuympäristön ollessa turvallinen ja sisältäessä lämpimiä ihmissuhteita lapsi oppii tunnetaitoja ja osaa nimetä tunteita itsessään ja muissa sekä valita toimivia toimintatapoja. Kielen kehitys on jo itsessään tunteiden säätelyn väline. Sanojen löytäminen tunteille on jo rauhoittavaa, sillä kielellisestä jäsentelystä vastaavat aivoalueet aktivoituessaan vähentävät kuohuntaa niissä aivojen alueissa, jotka osallistuvat tunteiden käsittelyyn. Lapsen tunnesanastoa voi kasvattaa

arkisissa tilanteissa nimeämällä tunteita sekä arvailemalla, miltä toisesta tuntuu.

(Kärkkäinen, 2017, ss. 19, 21, 38)

Ihmislajin säilymisen kannalta on ollut olennaista kyetä havaitsemaan vaaratilanteita ja reagoimaan niihin nopeasti. Ihmisen pelkoreaktio on niin voimakas, että se pysäyttää sen hetkisen toiminnan ja käynnistää taistele, pakene tai jähmety -reaktion. Ihmisajilla on edelleen alkukantainen reaktio koodistossamme ohjelmoituna eloonjäämiseksi. Kielteiset havainnot muodostuvat tämän takia ympäristöä havainnoidessa sekä asioiden puimisessa oman pään sisällä. Niin sanotusti negatiiviset tunteet muodostuvat ihmistä suojaamaan ja positiivisuuden eteen täytyy nähdä vaivaa. Perhe-elämässä on tärkeää luoda tila positiivisille tunteille, sillä oppiminenkin on tehokkaampaa myönteisissä tunnetiloissa. (Kärkkäinen, 2017, ss. 39–40)

Tunteiden säätelyä opitaan aidossa ja inhimillisessä vuorovaikutuksessa (Puura, 2019, s. 140). Mitä pienempi lapsi on kyseessä, sitä enemmän vanhempi auttaa lastaan tunteiden säätelyssä sekä arvailee ääneen lapsen tunnekokemuksia. Tunteiden säätelemisen ei ole vanhemmallekaan aina helppoa niissä tilanteissa, joissa lapsi on voimakkaan tunnekuohun vallassa, jolloin vanhemman tehtävänä olisi auttaa lasta säätelemään tämän tunteita. Vanhempi voi pyrkiä helpottamaan omaa itsesäätelyään muistuttamalla itselleen, että lapsi vasta harjoittelee haastavien tunteiden kanssa toimeentulemistä. Mitä pienempi lapsi on kyseessä, sitä enemmän hän tarvitsee vanhempaa tunteiden säätelyn tueksi. Pikkuhiljaa varttuessaan lapsi oppii keinoja säädellä tunteitaan eikä tarvitse aktiivisesti vanhemman apua säätelyssä. (Puura, 2019, s. 143) Kehityspsykologian näkökulmasta tunteita voidaan kuvata mielen moottorina, joka kehittyy ennen aivokuorella sijaitsevia jarruja. Aivojen kehityksessä tunteita käsittelevät alueet kehittyvät aiemmassa vaiheessa kuin ne aivokuoren alueet, jotka osallistuvat tunteiden säätelyyn. (Puura, 2019, ss. 138–139)

Vanhempana lapsen tunteen säätelyä voidaan tukea ilmaisemalla sekä vahvistamalla lapsen kokemaa tunnetta eli soinnuttamalla sitä samaan suuntaan. Samaan suuntaan soinnuttamista tapahtuu useimmiten lapsen kokiessa mielihyvää, onnea ja onnistumisia vuorovaikutuksessa tai leikissä. Yhtä lailla lapsen tunteita soinnutetaan vastakkaiseen suuntaan eli autetaan lasta lievittämään tunnekokemusta. Vastakkaiseen suuntaan soinnuttamista tapahtuu yleisesti negatiivisten tunteiden, kuten surun, pettymyksen ja kiukun, kohdalla. (Puura, 2019, ss. 143–144, 157)

4 Aikaisemmat tutkimukset

Aikaisemmissa tutkimuksissa on tutkittu lähinnä lasten tunnetaitoja, mutta aikuisten kokemuksista on vielä vain vähän tietoa. Esimerkkejä lasten tunnetaitoja käsittelevistä tutkimuksista ovat Surakan (2013) pro gradu -tutkielma, Laitisen ja Valtasen (2014) opinnäytetyö sekä Pulkkisen (2020) opinnäytetyö. Aikuisten näkökulmaa on myös tutkittu, mutta silloinkin varsinaisena tutkimuksen kohteena ovat olleet suurimmaksi osaksi heidän lapsensa eivätkä he itse, kuten Ahon ja Viljakaisen (2013) opinnäytetyössä, joka käsittelee vuorohoidossa olevien lasten sosioemotionaalista hyvinvointia. Tähtinen (2011) on kuitenkin tutkinut aikuisten itsensä sosioemotionaalisia taitoja opinnäytetyössään.

Uusihauta (2021, ss. 22–24) puolestaan on opinnäytetyössään selvittänyt varhaiskasvattajien ajatuksia tunnekasvatuksesta. Varsinaisesti vanhempien ajatuksia tunnekasvatuksesta ei ole aiemmin tutkittu, mutta Uusihauta on tehnyt selvityksen varhaiskasvattajien näkemyksistä. Uusihaudan opinnäytetyön mukaan vastaajilla oli melko hyvät taidot ja tietämys tunnekasvatuksesta, mutta he toivoivat myös koulutuksia tunnetaidoista sekä keinoja lasten voimakkaiden tunteiden kohtaamiseen.

Tähtisen (2011, ss. 22, 41) tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella aikuisten sosioemotionaalisia taitoja erilaisissa arjen muuttuvissa tilanteissa sekä sitä, kuinka niissä huomioimme muut ihmiset ympärillä. Tutkimuksessa sosioemotionaalisia taitoja tutkittiin tunteiden säätelyn, ongelmanratkaisun sekä empatiataidon kautta. Tutkimustulosten mukaan tutkittavat kokivat hallitsevansa empatiakyvyn parhaiten sosiaaliemotionaalisista taidoista.

Tuloksissa eroja löytyi hieman säätely- sekä ongelmanratkaisukyvyissä. Tunteiden säätelyssä ja erityisesti aggressiivisuuteen liittyen vastaajat erosivat toisistaan. Suurin osa tutkittavista pystyi hillitsemään aggressiivisuuden tunteen esimerkiksi liikunnan tai omiin oloihin vetäytymisen keinoin, jolloin tunne ei johtanut aggressiiviseen toimintaan. Pieni osa vastaajista koki, että tunnekuohun vallassa heidän tarvitsi etsiä rauhoittumiskeinoja toden

teolla. Heilläkään tunnekuohut eivät kuitenkaan johtaneet aggressiivisiin tekoihin. (Tähtinen, 2011, s. 41)

Ongelmanratkaisukykyihin liittyen tutkittavien taidoissa oli enemmän hajontaa. Sosiaaliisiin tilanteisiin liittyvissä ongelmanratkaisutilanteissa vastaajat kokivat pystyvänsä ratkaisemaan tilanteen hyvin ollessaan ryhmässä ja hakiessaan tukea muilta, mutta yksin ollessa kokemukset vaihtelivat. Esimerkiksi kun kyseessä oli uuteen ihmiseen tutustuminen, yli puolet lähestyi henkilöä joko spontaanisti tai ystävän kanssa, ja vastaavasti hieman alle puolet jättivät lähestymättä kokonaan. Sukupuoli, ikä tai ammatti eivät kuitenkaan vaikuttaneet eroavaisuuksiin. (Tähtinen, 2011, ss. 35, 42–43) Tähtisen aikuisten sosioemotionaalaisia taitoja tutkiva tutkimus on ainut laatuaan (Tähtinen, 2011, s. 41), ja onkin kiinnostavaa selvittää, millä tavoin tunnetaidot korreloivat taidon kanssa opettaa taitoja toisille, kuten lapsille.

Surakka (2013, ss. 1–2) on tutkinut 5-vuotiaiden lasten tunnetaitoja varhaiskasvatuksessa sekä sitä, miten taitoja on mahdollista tukea Tunnemuksu ja Mututoukka -tunnetaito-ohjelman avulla. Aineisto kerättiin havainnoimalla sekä haastatteleamalla lapsia puolistrukturoiduilla teemahaastatteluilla (Surakka, 2013, ss. 29 & 33). Tutkimustulosten perusteella tunnetaitojen käyttäminen erosi lasten ja aikuisten sekä lasten keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Aikuisten kanssa lapset nimesivät enemmän eri tunteita, joita he omaksuivat aikuisen puheesta. Lasten välisessä vuorovaikutuksessa tunneilmaisuna toimivat ilmeet, eleet sekä äänneet. Tutkimuksesta kävi ilmi, ettei aikuisen ja lasten välinen verbaalinen tunneilmaisuus siirtynyt lasten maailmaan. (Surakka, 2013, s. 84) Tämä tutkimus keskittyi tarkastelemaan tunnetaitojen verbaalista ilmenemismuotoa, mutta tuloksista kävi kuitenkin ilmi, että suurin osa lasten tunneilmaisusta oli non-verbaalista (Surakka, 2013, s. 90).

Laitisen ja Valtasen (2014, s. 15) toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli edistää tunnetaitoja koulun 2.-luokkalaisilla. Tavoitteena olivat niin aktiivinen osallistuminen ryhmätoimintaan, kaikkien äänen kuuluviin saaminen kuin erilaisten tunteiden tunnistaminen. Tunnekasvatus toteutettiin ohjaustuokioina, jollaiset pidettiin jokaiselle

Veromäen koulun toiselle luokalle. Ohjaustuokioissa hyödynnettiin yhteistoiminnallisia menetelmiä.

Tavoite osallistumisesta toteutui hyvin, ja lapset omaksuivat leikin kautta erilaisia tunnetiloja. Kaikkien äänet eivät kuitenkaan tulleet kuulluiksi. Ryhmässä oli lapsia, jotka olivat enemmän äänessä, ja lisäksi osa lapsista oli haluttomia osallistumaan tiettyyn tehtävään. Tunteiden nimeämisen tavoite toteutui osittain. Tunteita nimettiin ryhmässä yhteisesti, mutta yksittäisillä lapsilla oli haasteita tunteiden nimeämisessä. (Laitinen & Valtanen, 2014, s. 25) Tutkijoiden omien arvioiden lisäksi tavoitteita arvioitiin myös oppilailta saadun palautteen avulla. Suurin osa oppilaista oli sitä mieltä, että ryhmässä oli helppo puhua ja että ryhmäleikkiin oli helppo osallistua. Ryhmäleikkejä pidettiin myös mukavina. Tunteiden nimeämisen osalta tuloksissa oli ristiriitaa tutkijoiden ja oppilaiden välillä. Vaikka tutkijoiden mielestä lapsilla oli myös haasteita tunteiden nimeämisessä, lasten vastauksien perusteella suurin osa oppilaista koki osaavansa nimetä tunteita ja koki myös, että tunteet tulivat tutummiksi. (Laitinen & Valtanen, 2014, ss. 27–28) Tunnekasvatus onkin tarpeellista kouluissa (Laitinen & Valtanen, 2014, s. 3). Nähdäksemme tunnekasvatukselle olisi kysyntää myös varhaiskasvatuksessa.

Pulkkinen (2020, s. 9) toiminnallisessa opinnäytetyössä tavoitteena oli esiopetusikäisten lasten tunnetaitojen vahvistaminen eli tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen. Lisäksi tarkoituksena oli auttaa lapsia ymmärtämään tunteiden vaikutusta omaan kehoon, mieleen ja käyttäytymiseen. Tunnetaitojen vahvistamiseksi kehitettiin tunnekasvatusmalli, jossa hyödynnettiin luovia ja toiminnallisia menetelmiä. Tutkimuksen kohteena oli seitsemän esikouluikäistä lasta.

Tutkija arvioi kehittämänsä tunnekasvatusmallia erilaisten kriteereiden kautta, joita olivat: lasten osallistuminen toimintaan (mielellään), monipuolinen erilaisten menetelmien hyödyntäminen ja tunnekasvatusmallin käyttäminen jatkossa. Kriteerit toteutuivat, sillä lapset olivat innokkaita osallistujia ja päiväkodin työntekijät suunnittelivat käyttävänsä menetelmää jatkossa myös muiden lasten kanssa. Lisäksi ohjauskerroilla käytettiin erilaisia menetelmiä, kuten leikkejä, tunnemaalausta, tunnekortteja, satua sekä sorminukketeatteria. (Pulkinen, 2019, s. 43–44)

Aikaisempien tunnekasvatukseen liittyvien tutkimusten lisäksi on myös tehty paljon erilaisia tunnekasvatusmenetelmiä ja -harjoituksia, joista yksi on universaali Askeleittain-ohjelma. Se on ennaltaehkäisevä ohjelma, joka pohjautuu Second step -ohjelmaan, joka puolestaan pohjautuu aggressiivisten käytösmallien ehkäisyyn lapsilla, nuorilla sekä aikuisilla. Askeleittain-ohjelma painottaa sosioemotionaalaisia taitoja sekä itsesäätelykeinojen merkitystä kouluvalmiuksien tukemisessa. Askeleittain-ohjelman peruseriaatteena on toteuttaa viikoittain tuokioita, joissa harjoitellaan aluksi oppimistaitoja ja sen jälkeen syvennyttään itse aiheeseen eli sosioemotionaalisiin taitoihin. Askeleittain-ohjelman sisältöjä harjoitellaan koulun lisäksi myös kotona yhdessä vanhempien kanssa. (Kasvun tuki, 2020)

Askeleittain-ohjelman lisäksi on julkaistu Pienin askelin -ohjelma, joka on suunnattu 3–5-vuotiaille lapsille. Ohjelman tarkoituksena on valmistaa lapsia kouluun opettelemalla tunne-, itsesäätely- sekä sosiaalisia taitoja. Pienin askelin -ohjelmassa opetettavia taitoja omaksunut lapsi pärjää paremmin esikoulussa. Pitkittäistutkimuksessa on todettu viihtyvyyden ryhmissä lisääntyneen sekä kiusaamisen ja väkivallan vähentyneen. Tämän lisäksi on havaittu lapsilla lisääntyneitä myönteistä sosiaalista käyttäytymistä myös ahdistuneiden, masentuneiden sekä vetäytyvien lasten keskuudessa. (Hogrefe Psykologien Kustannus Oy, n.d.)

5 Tutkimustehtävä ja -menetelmä

Tutkimus on luonteeltaan kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, sillä sen tavoitteena on lisätä ymmärrystä tutkittavasta asiasta. Tarkoituksena ei ole yleistää tulosten pohjalta asioita, vaan tarkastella tiettyä tilannetta tietyssä kontekstissa. (Eskola & Suoranta, 2014, s. 66). Tutkimus on myös kvantitatiivinen eli määrällinen kyselylomakkeen osalta, sillä se sisältää monivalinta- ja sekamuotoisia kysymyksiä, jotka analysoidaan määrällisesti lukumääriä ja prosenttiosuuksia tarkastellen. Kvalitatiivista ja kvantitatiivista lähestymistapaa on vaikea erottaa toisistaan käytännön työssä, sillä niiden tarkoituksena ei ole kilpailla keskenään, vaan niitä hyödynnetään tutkimuksissa toisiaan täydentävinä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 1997, s. 136). Seuraavissa alaluvuissa käsitellään tutkimuskysymyksiä sekä tutkimusmenetelmiä.

5.1 Tutkimuskysymykset

Seuraavien kysymysten avulla kerätään tietoa asenteista tunnekasvatusta kohtaan sekä siitä, kuinka tuttua tunnekasvatus vanhemmille on. Vastausten pohjalta kootaan valmiita tunnekasvatusharjoituksia ja -tehtäviä yhtenäiseksi paketiksi vanhemmille ja ammattilaisille. Tutkimuskysymyksissä ja tässä tutkimuksessa ylipäätään käytetään käsitettä vanhempi, mutta se sisältää myös käsitteen huoltaja.

1. Mitä varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmat ajattelevat tunnekasvatuksesta?
2. Minkälaisia valmiuksia varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmilla on tunnetaitojen opettamiseen lapsille?
3. Minkälaisia apukeinoja varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmat kaipaavat tunnetaitojen opettamiseen lapsille?

5.2 Tutkimusmenetelmät

Seuraavissa alaluvuissa käsitellään tutkimuksen aineistonhankinta- ja aineistonkeruumenetelmää. Aineistonhankintamenetelmäksi valikoitui kyselylomake ja analyysimenetelmäksi teemoittelu. Lisäksi alaluvuissa käsitellään sekä aineistonhankinnan että analyysin luotettavuutta.

5.2.1 Aineiston hankinta

Tämän tutkimuksen aineisto kerättiin paperisella sekä sähköisellä kyselylomakkeella. Keräsimme aineistoa Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osaston perhekahviloissa paikan päällä yhteensä kolmena eri toimintakertana. Tutkijoiden läsnäolon aineistonkeruutilanteessa tiedetään olevan hyödyksi vastausprosentin kannalta. Vastaajat voivat kysyä tarvittaessa, mikäli eivät ymmärrä kysymysten sisältöä. Tutkijan on myös mahdollista havainnoida vastaajia ja tarjota apuaan, mikäli huomaa, että joku vastaajista epäröi tai jättää vastaamatta kysymykseen. (Valli, 2018. ss. 97–98)

Lisäksi aineistonkeruun aikana sähköinen kyselylomake oli auki Webropol-alustalla. Sähköisen kyselylomakkeen linkkiä jaettiin Mannerheimin lastensuojeluliiton avoimeen varhaiskasvatustoimintaan osallistuvien lasten vanhemmille. Paperisille lomakkeille kerättyt vastaukset siirrettiin käsin Webropol-alustalle.

Kyselylomaketta testattiin ennen varsinaista aineiston hankintaa, jotta tutkimuksen luotettavuutta saatiin lisättyä. Testauksen yhteydessä lomakkeesta saatiin palautetta esimerkiksi kysymysten ymmärrettävyyteen liittyen. On tärkeää, että niin tutkittavat kuin tutkijatkin ymmärtävät kysymykset samalla tavalla, jotta epäselvyydet eivät väärennä tuloksia. Jos kysymykset ovat vaikeasti ymmärrettäviä, tutkimukseen osallistuva henkilö saattaa jättää kysymykseen vastaamatta, jolloin tutkijoilta saattaa jäädä jotakin hyvin oleellista tietoa saamatta. Tämän vuoksi on tärkeää, että vastausvaihtoehdot ovat toisensa poissulkevia ja että tutkimuskysymyksissä kysytään vain yhtä asiaa kerrallaan (Vilka, 2007, s. 71).

Tutkimuksen luotettavuuden kannalta on myös tärkeää, että kyselylomakkeen saatesanoissa on riittävästi tietoa tutkimuksesta, jotta tutkittavat tietävät, mihin päättävät tai eivät päätä osallistua (Vilka, 2007, s. 65). Saatesanoissa tuodaan esille, että tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Koska kyselylomakkeessa kysytään myös vastaajien henkilötietoja – ikää ja sukupuolta – taustatietoina, tulee vastaajia informoida heidän anonymiteetistään. Kaikkea tutkimuksen aineistoa säilytetään luottamuksellisesti, ja myöhemmin tuloksia esiteltäessä vastauksia käsitellään yleisellä tasolla niin, ettei yhtäkään vastaajaa voi niistä tunnistaa.

Kyselylomakkeessa käytettiin monivalintakysymyksiä, joissa on ennalta määrätyt vastausvaihtoehdot, sekä sekamuotoisia kysymyksiä. Sekamuotoisissa kysymyksissä on sekä monivalintakysymyksiä että yksi tai useampi avoin kysymys. (Vilka, 2007, s. 62) Tutkimuksessa käytettiin sekamuotoisia kysymyksiä sen vuoksi, että kysymyksissä on useita eri vastausmahdollisuuksia, joita ei kaikkia ole mahdollista tietää (Vilka, 2007, s. 69). On esimerkiksi olemassa niin monia erilaisia tunnekasvatusmateriaaleja, ettei niitä kaikkia ole tarkoituksenmukaista laittaa vastausvaihtoehdoiksi, vaan ainoastaan muutamat tunnetuimmat tai yleisimmät. Tähän osioon haluttiin myös jättää avoimelle vastaukselle tilaa

siitä syystä, että tunnekasvatusmateriaaleja on runsaasti tarjolla. Näkyvyyteen sekä ajankohtaisuuteen perustuen vastausvaihtoehdoiksi valittiin Pomenian tunnetaitosarjan tunnuseikkailukortit, Fanni-tunnetaitosarja sekä Pienin askelin -ohjelma. Monivalinta- ja sekakysymysten lisäksi lomakkeessa on myös avoimia kysymyksiä, sillä ne saattavat olla sellaisia kysymyksiä, joiden vastauksista nousevat tutkimuksen tuloksien kannalta olennaisimmat tai hedelmällisimmät asiat.

5.2.2 Aineiston analyysi

Aineiston analysointi aloitettiin lokakuussa, ja analysoinnissa käytettiin erilaisia analyysimenetelmiä kysymystyyppistä riippuen. Kyselylomakkeen strukturoituja, monivalintaisia kysymyksiä analysoitiin kvantitatiivisella menetelmällä ja avoimia kysymyksiä puolestaan kvalitatiivisella menetelmällä. Tutkimuksen suhteellisen pienen vastausmäärän vuoksi analyysissä ei kuitenkaan käytetty mitään erillistä kvantitatiivista menetelmää tai ohjelmaa vaan hyödynnettiin Webropolin tarjoamaa tilastotietoa, kuten prosenttiosuuksia ja diagrammeja. Niiden avulla analysoitiin sitä, kuinka yleisiä tietyt vastaukset olivat. Kvalitatiiviseksi analyysimenetelmäksi valikoitui teemoittelu.

Teemoittelussa on kyse aineiston pilkkomisesta osiin, jotta vastauksia on helpompi tulkita. Sen tarkoituksena on vertailla eri teemojen esiintymistä ja ilmenemistä aineistossa. Aineisto käydään läpi järjestelmällisesti, ja sieltä on mahdollista poimia teemoja, jotka ovat oleellisia tutkimusongelman kannalta. (Eskola & Suoranta, 2014, ss. 156–157, 175) Tämän tutkimuksen analyysissä lähdettiin liikkeelle nimenomaan teemoista, joiden mukaan kyselylomakekin on jaettu kolmeen eri osioon. Vastaukset jaoteltiin teemojen – tunnetaidot, tuen tarve ja tunnekasvatusvalmiudet – mukaan.

Analyysivaiheessa vastauksia käsiteltiin yksi kerrallaan. Aineistoa lukiessa siihen merkittiin kunkin teeman numerot, ja sen jälkeen tekstistä poimittiin kaikki kohdat, jotka käsittelivät kyseistä teemaa. Teemat on mahdollista poimia joko käsin tai tietokoneella. (Eskola & Suoranta, 2014, s. 155) Tässä tutkimuksessa teemat kirjattiin käsin Post it -lapuille, jotta ne havainnollistivat tuloksia paremmin, kun niitä voitiin siirrellä konkreettisesti esimerkiksi seinällä.

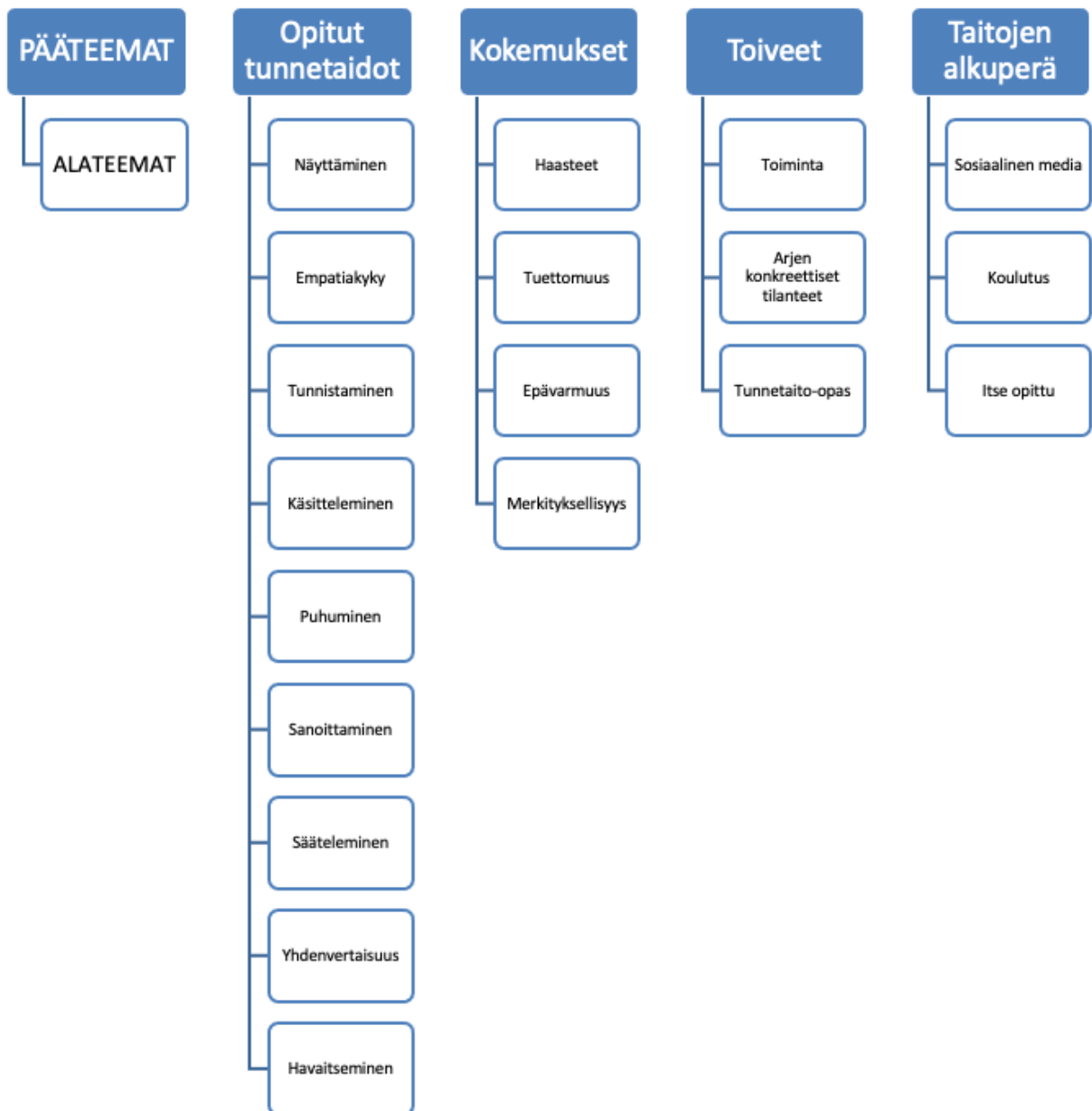
Alun ryhmittelyn jälkeen jaottelut voivat muuttua vielä moneen kertaan. Alkuperäistä teemoittelua voi muokata joustavasti tutkimuksen edetessä, ja aineistoa voi myös ryhmitellä uudelleen. Teemoittelu elää ja täydentyy prosessin aikana, ennen kuin sille löytyy lopullinen muoto. Mitään laadullista aineistoa ei voi koskaan saada analysoitua läpikotaisin, sillä aina on mahdollista löytää uusia tulkintoja ja näkökulmia. Tulkintoihin vaikuttavat niin tutkijan mielentila kuin hänen valmistautumisensakin. Myös aika voi vaikuttaa tutkijan tulkintoihin, sillä aikaisempi tulkinta voi olla myöhemmin toisenlainen. Lisähaastetta teemoittelulle tuo se, jos tutkijoita on useampia ja etenkin jos eri henkilöt ryhmittelevät aineistoa erikseen esimerkiksi niin, että toinen teemoittelee alkuosan aineistosta ja toinen loppuosan. (Eskola & Suoranta, 2014, ss. 156–158) Tässä tutkimuksessa teemoitteluvaihe toteutettiin yhteistyössä, jotta tulkinat olisivat mahdollisimman yhteneväisiä, mikä lisää myös tutkimuksen luotettavuutta.

Aineiston analysoinnin jälkeen seurasi opinnäytetyön toiminnallinen osuus, jonka tarkoituksena oli koota kyselyn vastausten perusteella jo entuudestaan tuttuja tunnetaitoharjoituksia avuksi tunnetaitojen opettamiseen lapsille.

Tässä tutkimuksessa teemoittelua käytettiin analyysimenetelmänä kahdessa avoimessa kysymyksessä. Kumpikin kysymys analysoitiin erikseen. Analysointi aloitettiin lukemalla aineistoa vastaus kerrallaan. Vastauksissa ilmeni yhtäläisyyksiä, jotka poimittiin yliviivaamalla toisiinsa liittyvät ilmaukset. Yhtäläisyyksiä vastauksissa oli erityyppisiä, joita yliviivattiin eri värein. Tämän jälkeen tekstipätkät siirrettiin yliviivattuja värejä vastaaville Post it -lapuille, jotka kiinnitettiin seinälle. Vastauksia liikuteltiin seinällä, minkä jälkeen niistä muodostettiin alateemat, joille puolestaan muovautui niille sopiva, kaikkia yhdistävä pääteema.

Kuva 1 havainnollistaa teemoittelun muodostumista tutkimuksen avointen kysymysten osalta. Vasemmalla reunalla ohjeelliset pääteemat ja alateemat ovat lukijan apuna kartan hahmottamisessa. Molemmista avoimista kysymyksistä muodostui kaksi pääteemaa, jotka ovat teemoittelukarttaan ryhmitelty vierekkäin niin, että vasemmalla on ensimmäisen avoimen kysymyksen teemat ja oikealla toisen.

Kuva 1 Teemoittelukartta



6 Tulokset

Tässä luvussa esitellään tutkimuksen tuloksia ja johtopäätöksiä luvussa 7. Tulokset käydään läpi osio kerrallaan, joita on yhteensä kolme: näkemykset, valmiudet sekä tuen tarve. Osiot ovat muuten samat kuin kyselylomakkeessa, mutta ensimmäinen osio, tunnetaidot, muutettiin tutkimusraporttiin näkemyksiksi, sillä kysymysten avulla selvitettiin nimenomaan vanhempien mielipiteitä tunnetaidoista.

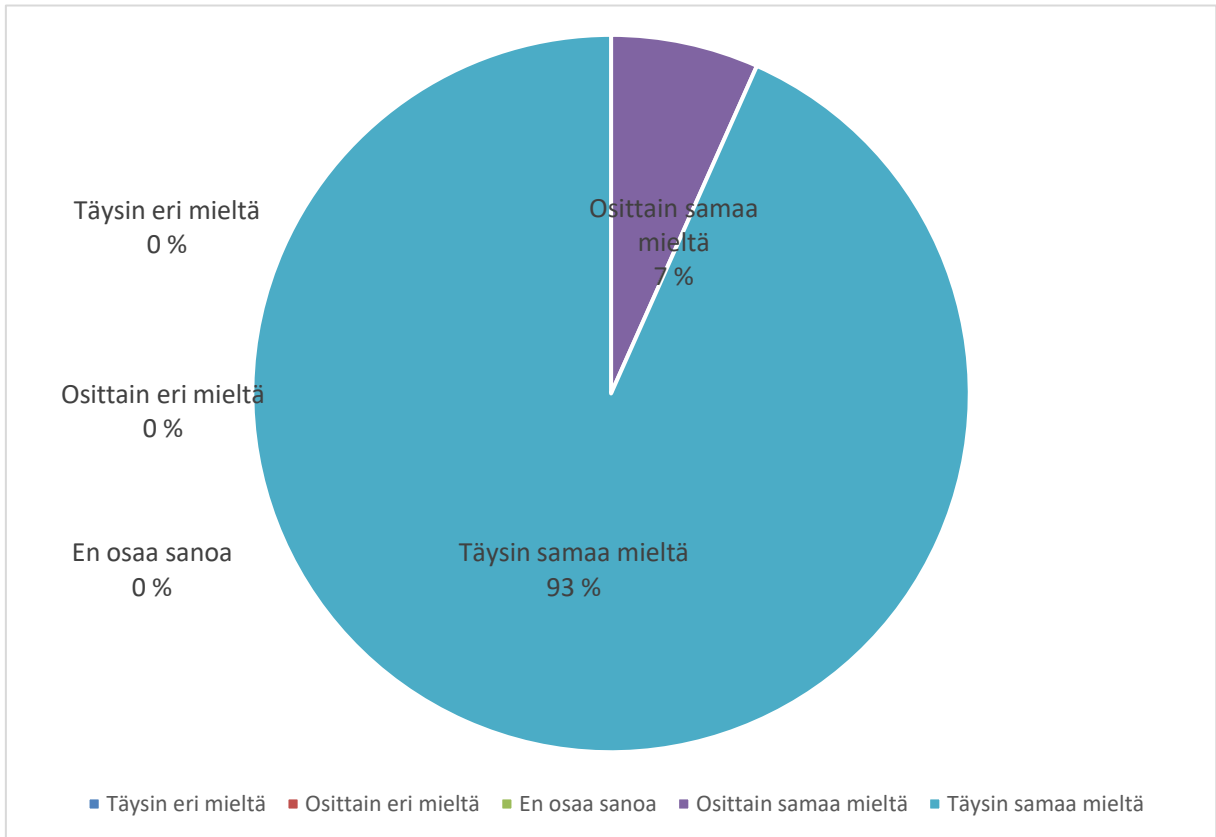
Tutkimuksen aineisto kerättiin kyselylomakkeella, jolla saatiin yhteensä 30 vastausta. Yli puolet vastaajista (63 %) vastasi paperisella kyselylomakkeella MLL:n Tampereen osaston perhekahviloissa, ja loput (37 %) vastasivat sähköisesti Webropolissa. Vastaajista 93 % oli naisia ja 7 % miehiä. Suurin osa vastaajista (60 %) oli 31–40-vuotiaita. Vastaajista 26–30-vuotiaita oli 17 %, 41–50-vuotiaita 13 % ja 18–25-vuotiaita 10 %.

6.1 Näkemykset

Kyselylomakkeessa vastaajien näkemyksiä tunnekasvatuksesta kysyttiin kolmella kysymyksellä, joissa kaikissa käytettiin Likertin asteikkoa (1 = Täysin eri mieltä, 2 = Osittain eri mieltä, 3 = En osaa sanoa, 4 = Osittain samaa mieltä, 5 = Täysin samaa mieltä).

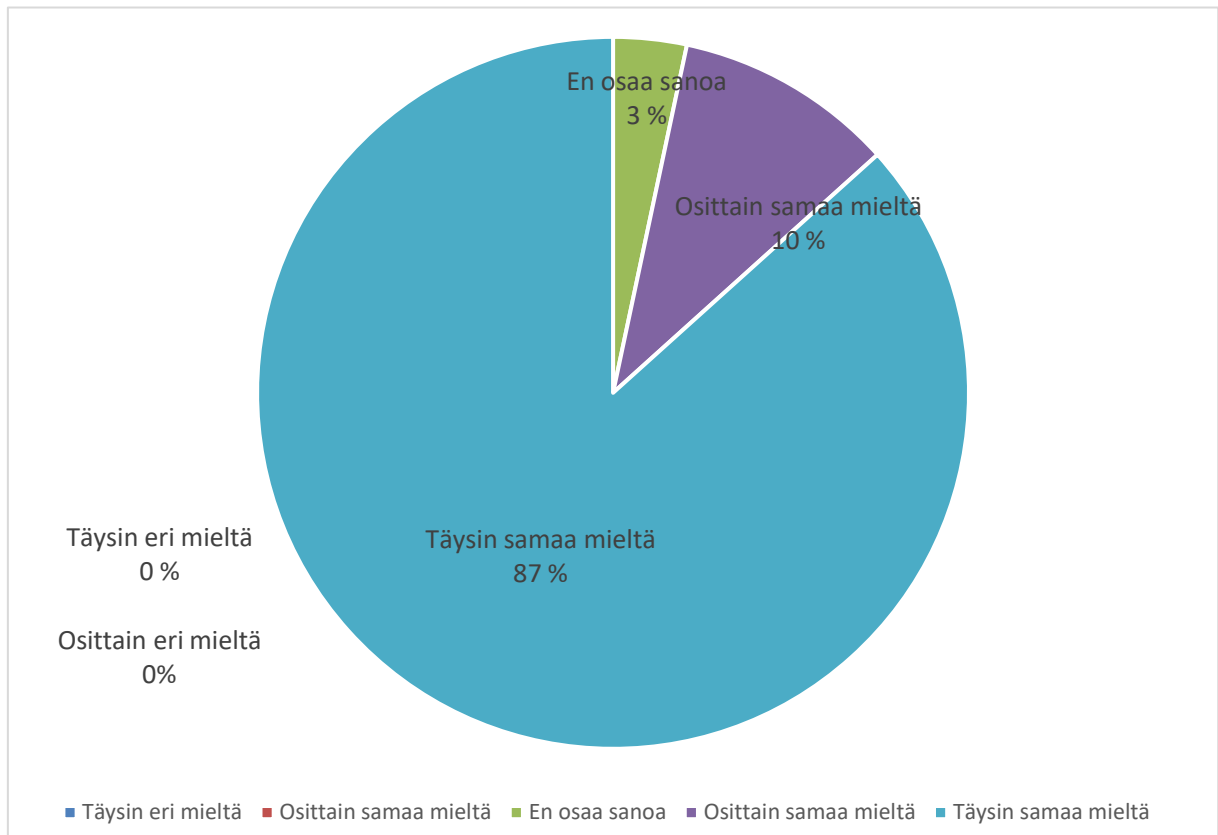
Selvitettäessä tunnekasvatuksen hyödyllisyyttä lapsen vuorovaikutustaitojen kehityksen kannalta lähes kaikki vastanneista (93 %) pitivät sitä tärkeänä ja loput vastanneista (7 %) melko tärkeänä (Kuva 2).

Kuva 2 Vanhempien näkemyksiä tunnekasvatuksen hyödyllisyydestä lapsen vuorovaikutustaitojen kehityksen kannalta.



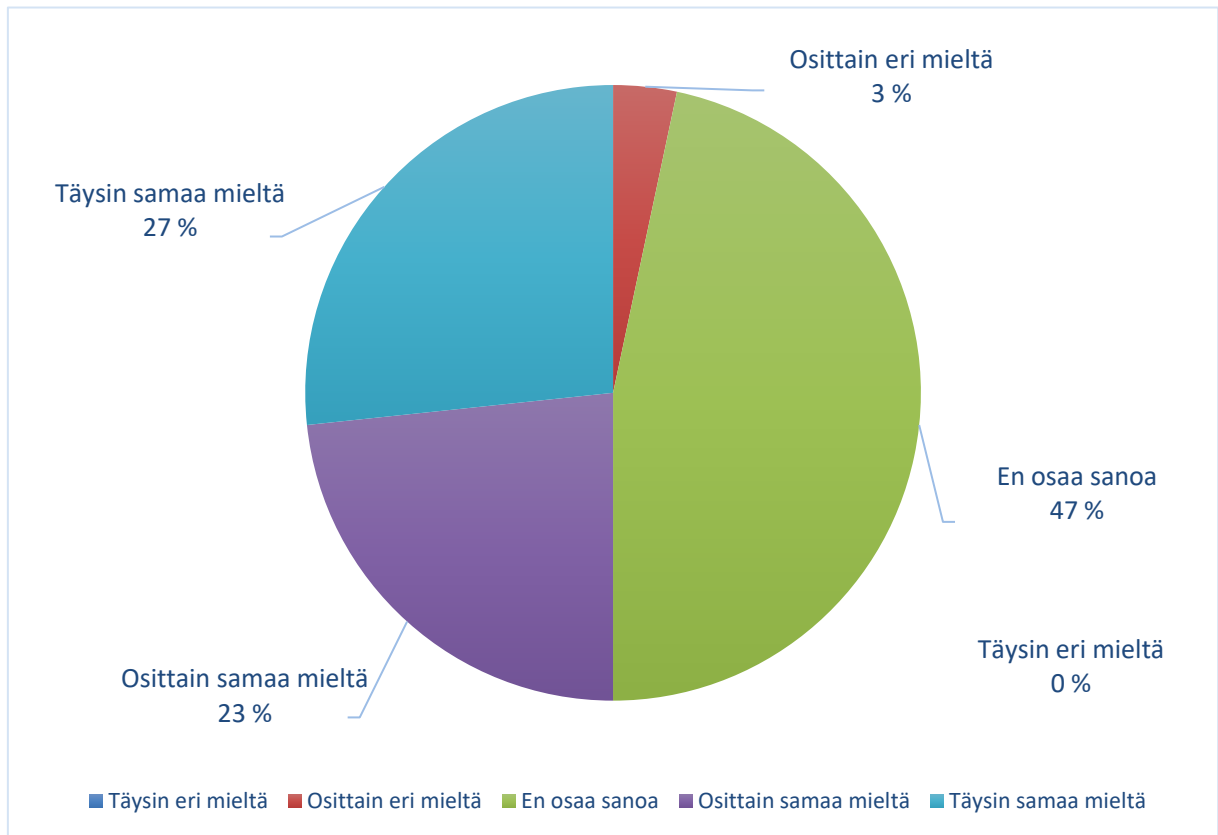
Enemmistö (87 %) kyselyyn osallistuneista vastasi, että heidän lapsensa hyötyisi tunnekasvatuksesta. Osittain samaa mieltä väitteen ”Lapseni hyötyisi tunnekasvatuksesta” kanssa oli 10 % vastaajista, kun taas 3 % ei osannut sanoa sen hyödyllisyydestä lapselleen. (Kuva 3)

Kuva 3 Vanhempien näkemyksiä siitä, hyödyttäisikö tunnekasvatus heidän lastaan.



Ensimmäisen osion kolmannessa kysymyksessä selvitettiin vanhempien mielipiteitä tunnekasvatuksen määrästä MLL:n toiminnassa. Lähes puolet vastaajista (47 %) ei osannut sanoa, kaipaisiko enemmän tunnekasvatusta. Puolet vastaajista toivoi tunnekasvatusta MLL:n toimintaan enemmän: 27 % vastaajista oli väitteen kanssa täysin samaa mieltä ja 23 % osittain samaa mieltä. Osittain eri mieltä oli 3 % vastaajista eli heidän mielestään MLL:n toiminta ei juurikaan kaivannut lisää tunnekasvatusta. Vastaajista kukaan ei ollut täysin eri mieltä. (Kuva 4)

Kuva 4 Vanhempien näkemys tunnekasvatuksen lisäämisestä MLL:n toimintaan.



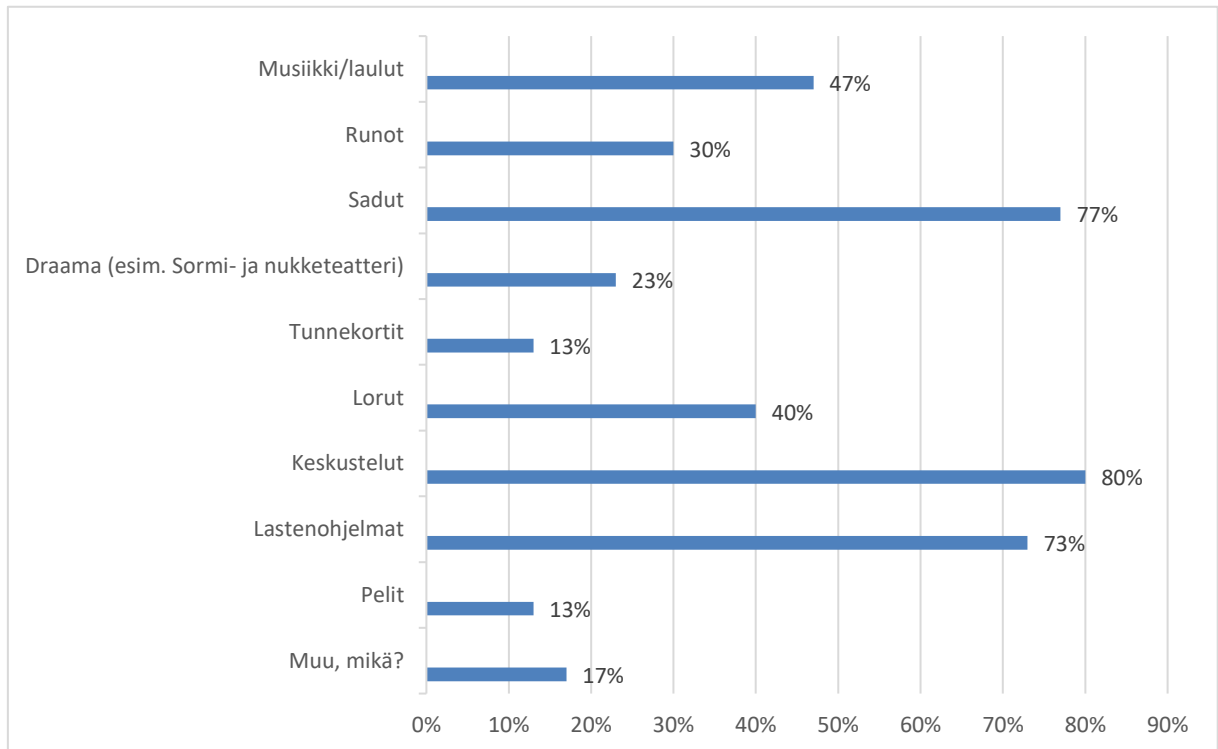
6.2 Valmiudet

Kyselylomakkeen toisessa osiossa selvitettiin vanhempien tunnetaito- ja valmiuksia. Valmiuksia selvitettiin kysymällä vanhempien tietämystä tunnetaitoihin ja valmiisiin tunnetaitomenetelmiin liittyen. Ensimmäisen kysymyksen tarkoituksena oli toimia herättelevänä ja aiheeseen johdattelevana kysymyksenä. Vastausvaihtoehdot olivat yksinkertaisia ja useimpien lapsiarkeen kuuluvia, jotta vastaajat huomasivat, että tunnetaitoja tulee harjoiteltua tavallisissa arjen tilanteissa.

Vastauksista selvisi, että tutkimuksen kohderyhmä eli vanhemmat käsittelivät tunnetaitoja lastensa kanssa erilaisten toimintojen kautta. Eniten tunnekasvatuksen apuna oli käytetty keskustelua (80 %), satuja (77 %) ja lastenohjelmia (73 %). Toiseksi eniten käytettyjä keinoja olivat musiikki/laulut (47 %), lorut (40 %) ja runot (30 %). Vähiten käytettyjä olivat draama

(23 %), tunnekortit (13 %) ja pelit (13 %). Vastaajista 17 % käytti tunnekasvatuksen apuna muita keinoja. Näitä olivat kuvat, kuvakirjat, leikki, meditaatiotarinat ja KIVA-koulumateriaali. (Kuva 5)

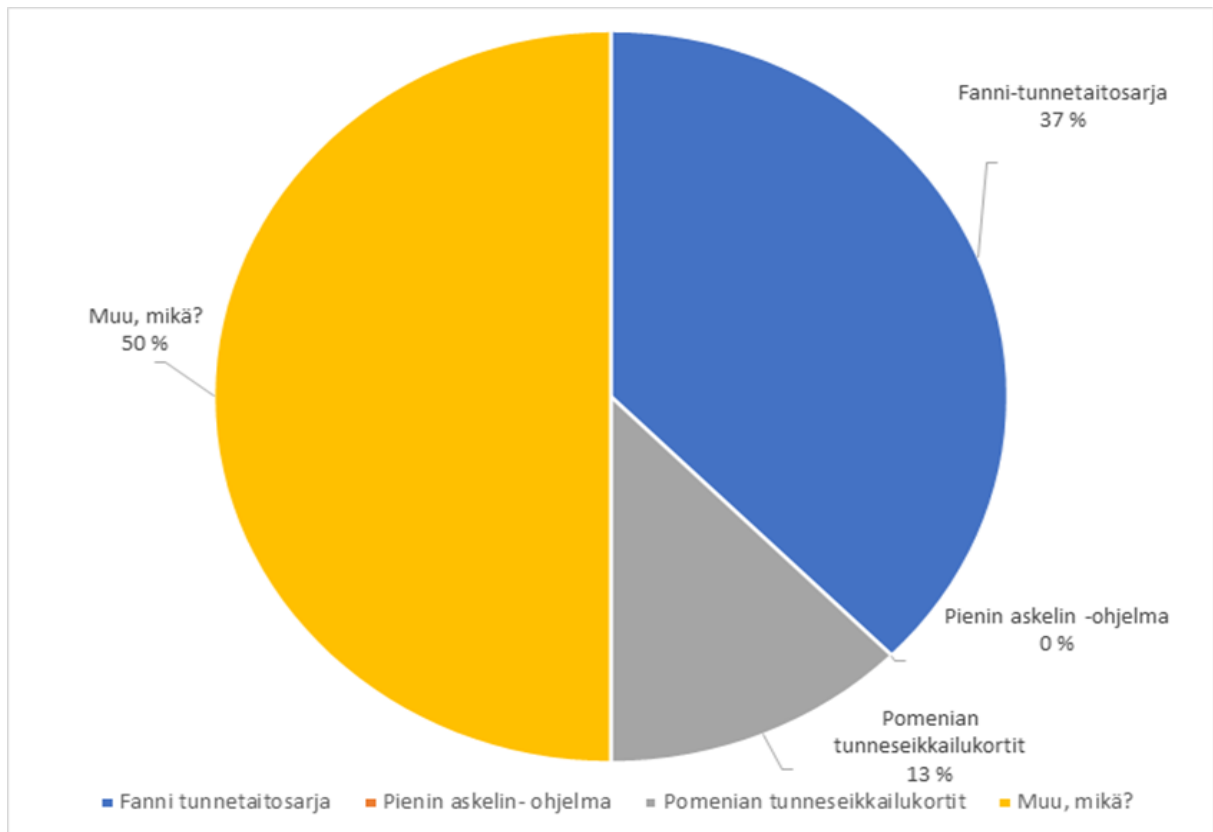
Kuva 5 Mitä menetelmiä vanhemmat ovat käyttäneet tunnekasvatuksen apuna?



Seuraavaksi lomakkeessa kysyttiin, ovatko vanhemmat käyttäneet valmiita tunnekasvatusmenetelmiä ja jos ovat, niin mitä. Vastaajista 17 % oli käyttänyt ja 83 % ei ollut.

Valmiita menetelmiä käyttäneiden kesken vastaukset jakoutuivat seuraavasti: 13 % oli käyttänyt Pomenian tunneseikkailukortteja, 37 % Fanni-tunnetaitosarjaa ja puolet vastaajista (50 %) muita menetelmiä. Muita menetelmiä, joita mainittiin, olivat Pikkuli, Hidasta elämää - tunnetaitomuistipeli, Piki sekä KIVA-koulu. Kukaan vastaajista (0 %) ei ollut käyttänyt Pienin askelin -ohjelmaa. (Kuva 6)

Kuva 6 Mitä valmiita menetelmiä vanhemmat ovat käyttäneet?



Kyselylomakkeen toinen osio sisälsi monivalinta- ja sekamuotoisten kysymysten lisäksi myös yhden avoimen kysymyksen. Avoimella kysymyksellä haettiin vastausta siihen, millaisia tunnetaitoja varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmat ovat omilta vanhemmiltaan oppineet. Kysymykseen vastasi 76 % kaikista kyselyyn osallistuneista. Kysymyksen analysoinnissa käytettiin teemoittelua, ja sen seurauksena syntyi kaksi yläteemaa: opitut tunnetaidot ja kokemukset.

Opituille tunnetaidoille muodostui yhdeksän alateemaa, joihin poimittiin ainoastaan myönteisiä tekijöitä, joita vastaajat olivat oppineet omilta vanhemmiltaan, koska oppiminen yleisesti nähdään positiivisena. Vastaajat kertoivat myös tunnetaitoihin liittyvistä haasteista ja puutteista. Näitä käsitellään myöhemmin taulukossa 2. Myönteisten opittujen taitojen esiintymistä aineistossa havainnollistetaan taulukossa 1. Eniten mainintoja (6) aineistossa sai tunteiden näyttäminen ja toiseksi eniten (5) empatiakyky. Tunteiden tunnistaminen, käsitteleminen ja puhuminen saivat toisiinsa nähden yhtä paljon (3) mainintoja. Vähiten

mainintoja aineistossa saivat tunteiden sanottaminen ja sääteleminen (2) sekä hyväksyminen ja havaitseminen (1). (Taulukko 1)

Itkut, naurut, vihat ja surut ovat olleet aina sallittuja – –.

Ja aina voi kysyä mikä toisella on hätänä.

– – hyväksytään lähelle puutteista huolimatta.

Ensimmäinen sitaatti kuvaa tunteiden näyttämistä ja toinen ja kolmas puolestaan empatiaa. Tunteiden näyttämistä kuvattiin sanojen näyttäminen sekä salliminen avulla. Yhdeksän alateeman lisäksi aineistosta nousi esiin muitakin opittuja taitoja, joita ei kuitenkaan luokiteltu mihinkään alateemaan, sillä niiden ei nähty suoraan liittyvän tunnetaitoihin. Tällaisia olivat oikean ja väärän oppiminen, tasa-arvoisuus sisarusten kesken sekä se, ettei turhasta suututa.

Nähdäksemme suuttuminen ei ole turhaa, sillä jokainen tunne on kokijalle aina aito ja todellinen. Suuttuminen saattaa tuntua toisesta ihmisestä turhalta esimerkiksi, jos hän on tarkoittanut jonkin asian vitsiksi, mutta vastaanottaja ei koe sitä samalla tavalla ja suuttuu. Vastaanottaja voi kokea vitsin loukkaavana, jolloin hän ei suutu turhasta, vaan aiheesta. Toisaalta suuttuminen voidaan nähdä turhana silloin, kun se ilmaistaan epätoivotulla tavalla. Suuttumisen aihe ei siis itsessään ole turha, vaan kokijalle todellinen, mutta jos henkilö purkaa sen esimerkiksi johonkin ulkopuoliseen henkilöön, sen voidaan ajatella olevan turhaa. Ei ole esimerkiksi suotavaa, jos henkilö on suuttunut kotona jostakin asiasta ja sitten kauppaan mennessään purkaa suuttumistaan tuntemattomaan asiakaspalvelijaan.

Taulukko 1 Omilta vanhemmilta opitut tunnetaidot.

Yläteema: Opitut tunnetaidot (9)	Lukumäärä (26)
Näyttäminen	6
Empatiakyky	5
Tunnistaminen	3
Käsitleminen	3
Puhuminen	3
Sanoittaminen	2
Sääteleminen	2
Yhdenvertaisuus	1

Havaitseminen	1
---------------	---

Kysymyksen ”Millaisia tunnetaitoja olette oppineet omilta vanhemmiltanne?” vastauksissa mainittiin opittujen taitojen lisäksi myös erilaisia kokemuksia, jotka koskivat puutteita tunnetaitovalmiuksissa. Alateemoja muodostui yhteensä neljä, ja ne ovat haasteet, tuettomuus, epävarmuus ja merkityksellisyys.

Eniten (11) kuvauksia ilmeni alateemassa haasteet. Erilaisiksi haasteiksi vastauksissa mainittiin esimerkiksi tunteiden käsittelemisen tai harjoittelemisen vähyyys ja tunteiden piilottaminen. Kuvauksia tuettomuudesta (3), epävarmuudesta ja merkityksellisyydestä (2) esiintyi huomattavasti vähemmän kuin haasteita. (Taulukko 2)

Koen oppineeni aika vähän – –.

– – ei ole mitenkään hirveän paljon puhuttu tunteista enemmän tapahtumista.

– – kotoa opitut tunnetaidot ovat jääneet vähäisiksi.

Omassa lapsuudessa ei tunnetaitoja juurikaan harjoiteltu.

– – vanhemmilla haasteita, kuin myös minulla.

Edellä mainitut sitaatit kuvaavat haasteita. Haasteita vastauksissa kuvattiin määrää kuvaavin ilmauksin: aika vähän, hieman ja ei mitään. Toisessa alateemassa vastaajat kuvasivat jääneensä ilman tukea erilaisissa tilanteissa.

Hankalissa tilanteissa jäänyt yksin.

– – lapsuudessani vanhemmat erosivat riitaisesti eikä asiasta saanut puhua.

Tunteita on pidetty enemmänkin piilossa kuin näytetty.

Epävarmuus-alateeman vastaukset viittasivat siihen, että vastaaja ei osannut sanoa tai hänellä ei ollut muistikuvia vanhemmiltaan oppimista tunnetaidoista. Merkityksellisyyden

alateemassa puolestaan kuvattiin tunnetaitojen opettelemisen tärkeyttä yhdessä lapsen kanssa, koska tunnetaidot olivat jääneet vähäisiksi omassa lapsuudessa. Vastauksista ilmeni merkityksellisyyden lisäksi myös päinvastaista suhtautumista tunnetaitoihin. Vastauksessa pidettiin tunteisiin liittyviä asioita turhina, mikä ilmeni seuraavasti:

Olen syntynyt- 70 luvulla joten tällaiset tunne jutut ovat mielestäni hojoijaa juttuja.

Taulukko 2 Kokemukset.

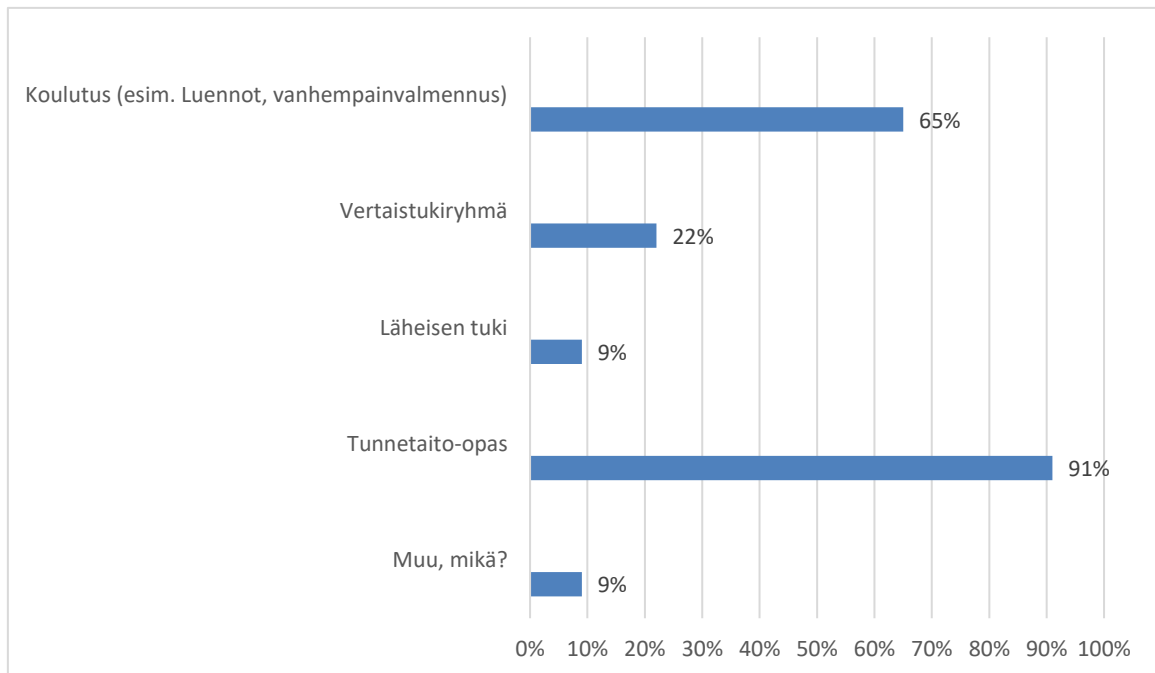
Pääteema: Kokemukset (4)	Lukumäärä (18)
Haasteet	11
Tuettomuus	3
Epävarmuus	2
Merkityksellisyys	2

6.3 Tuen tarve

Kolmannessa osiossa selvitettiin vanhempien tuen tarvetta tunnetaitojen harjoitteluun yhdessä lapsensa kanssa sekä millaisia tukitoimia vanhemmat kaipaavat taitojen opettamiseen. Tämän lisäksi selvitettiin myös vanhempien halukkuutta tukitoimien vastaanottamiseen.

Vastaajista 77 % kaipasi tukea tunnetaitojen harjoitteluun lapsensa kanssa ja 23 % puolestaan ei. Ne, jotka kaipasivat, toivoivat eniten (91 %) tunnetaito-oppaita ja toiseksi eniten (65 %) koulutusta aiheesta. Vertaistukiryhmiä toivoi 22 % vastaajista ja läheisen tukea 9 %. Vastaajista 9 % toivoi muunlaista tukea, kuten vinkkejä lauluihin ja lorutteluun sekä materiaalia esimerkiksi satuihin tai yhdessä katsottaviin teatteriesityksiin. Vastaajista 90 % ottaisi tukea vastaan, jos sitä olisi tarjolla, ja 10 % puolestaan ei. Kielteinen vastausvaihtoehto sisälsi myös tarkentavan kysymyksen (miksi?), johon vastattiin, ettei tuelle ollut tarvetta ja ettei ollut varma, ottaisiko tukea vastaan. (Kuva 7)

Kuva 7 Minkälaista tukea vanhemmat kaipasivat tunnetaitojen opettamiseen?



Kyselylomakkeen viimeiseen avoimeen kysymykseen ”Haluaisitteko kertoa jotain muuta aiheeseen liittyen?” vastasi 12 kyselyyn osallistuneista, ja vastauksista muodostui kaksi pääteemaa – toiveet ja taitojen alkuperä – joista ensimmäistä käsitellään ensin ja jälkimmäistä myöhemmin taulukossa 4. Teeman kolme alateemaa ovat toiminta, arjen konkreettiset tilanteet ja tunnetaito-opas. Eniten (10) toivottiin erilaisia palveluita tai toimintoja, joissa tunnetaitoja käsiteltäisiin yhdessä. Vastauksissa mainittiin (vertaistuki)ryhmät, koulutukset, luennot ja neuvola sekä perhekahvilat ja -kerhot. (Taulukko 3)

– – olisi kyllä varmasti mukavaa ja tarpeellista saada tukea tunnekasvatukseen esim. juuri näissä perhekahviloissa.

Opas ja sen laaja esiin tuominen perhekerhojen & esim. neuvolan kautta on varmasti tarpeen.

Ehkä eniten juuri tuollaiset vertaistukiryhmät tms. kiinnostaisivat.

Neuvolasta ei saa mitään apua eikä ”ennakkotietoa” –.

Useammassa vastauksessa mainittiin, että neuvolassa ei käsitellä tunnetaitoja lainkaan. Vastauksista ilmeni myös, että tukea sekä tietoa tunnetaitoihin sekä kasvatukseen kaivattiin juuri neuvolasta. Neuvola on monesti ensimmäinen sosiaali- ja terveyspalveluiden kontakti perheille vauvan synnyttyä, jolloin olisi hyvin tärkeää, että perheet saisivat sieltä tarvitsemaansa ja kaipaamaansa tukea.

Sosiaali- ja terveysministeriön lastenneuvolaoppaassa yhdeksi neuvolan tehtäväksi mainitaan lapsen tunne-elämän kehityksen tukeminen sekä sen seuraaminen. Neuvolassa työskentelevien tulisi olla tietoisia lapsiperhetyötä tekevästä järjestöistä ja niiden tarjoamista palveluista ja näin ollen ohjata myös niiden pariin. Mannerheimin lastensuojeluliitto on yksi tällaisista järjestöistä. Siitä huolimatta, että oppaassa on mainittu neuvolan tehtäväksi lapsen tunne-elämän kehityksen tukeminen, opas ei ole velvoittava, vaan pikemminkin kannustava julkaisu. Kuntien tehtävänä on huolehtia, että neuvolat tarjoavat laadukasta ja tarpeellista palvelua lapsiperheille. (STM, 2004, ss. 9, 10, 21, 49) Ennen nykyistä julkaisua vastaava on laadittu vuonna 1990 (STM, 2004, s. 19), ja nykyinenkin on jo melkein kaksikymmentä vuotta vanha. Tutkimuksesta saatujen vastausten perusteella vanhemmat eivät kokeneet saaneensa tukea tunnetaitoihin liittyen neuvolasta, mikä puoltaisi sitä näkökulmaa, ettei oppaan suosituksia ole otettu käytäntöön riittävässä määrin. Olisikin syytä pohtia neuvolaoppaan velvoittavuutta tulevaisuudessa.

Toiseksi eniten mainintoja (8) oli alateemassa arjen konkreettiset tilanteet. Vastauksissa toivottiin sellaisia neuvoja, joissa käsiteltäisiin konkreettisia arjen tilanteita, jolloin ne olisivat helposti sovellettavissa eteen tulevilla hetkissä ja haasteissa. Vastauksissa toivottiin vinkkejä esimerkiksi uhman, kiukun ja surun käsittelyyn lasten kanssa. Vastauksista ilmeni, että vanhemmat kaipasivat tukea omien tunteidensa hillitsemiseen, kuten rauhallisena pysymiseen. Tärkeänä pidettiin siis sitä, että kiinnitettäisiin huomiota lasten tunnetaitojen lisäksi myös vanhempien tunteisiin, sillä lapset mallioppivat. Tämän lisäksi tulisi kiinnittää huomiota vanhempien parisuhteeseen sekä heidän jaksamiseensa ja osaamiseensa, sillä lapsen paras harvoin toteutuu ilman vanhempia ja ”lapsen hyvinvointi riippuu koko perheen hyvinvoinnista” (STM, 2004, s. 22).

Olisi hyvä, jos otettaisiin huomioon myös vanhempien tunteet ja niissä reagoiminen, ei aina vain lasten.

– – kun lapsi huutaa ja kiukuttelee, ettei itse hermostu niin tähän olisi monen hyvä saada apuja.

Luennolle voisi tulla mukaan kuuntelemaan, jos käsiteltäisiin arjen konkreettisia tilanteita, eikä vain tyylillä ”näin voisi tapahtua” ja ylimalkaisesti mitä pitäisi tehdä.

Esim. kiukku tai suru voi kestää hysterisenä parikin tuntia. Tällaisiin tilanteisiin kaipaailisin apuja, eväitä, kun syli eikä mikään muukaan tunnu tehoavan.

– – ”pika-opas”, joka madaltaisi kynnystä alkaa toteuttamaan TUNNEKASVATUSTA vaan se tarttuisi arkisiin asioihin ja tilanteisiin ja ohjaisi näkemään niissä mahdollisuuksia.

Kolmanteen alateemaan tunnetaito-opas mainintoja tuli yhteensä neljä (4). Vastauksissa toivottiin sekä uusia tunnetaito-oppaita että jo olemassa olevien tunnetaito-oppaiden yhdessä tutkimista. Niitä toivottiin käytävän läpi yhdessä muun muassa neuvoloissa ja perhekahviloissa.

Noita oppaita on tällä hetkellä sen verran paljon, että myös niitä olisi kiva tutkia tai saada sellainen yksinkertainen ”pika-opas” – –.

Taulukko 3 Toiveita tunnekasvatukseen.

Pääteema: Toiveet (3)	Lukumäärä (22)
Toiminta	10
Arjen konkreettiset tilanteet	8
Tunnetaito-opas	4

Avoimesta kysymyksestä, johon vastaajien oli mahdollista kertoa lisää ajatuksiaan tunnekasvatuksesta, muodostui toinen pääteema taitojen alkuperä. Teema kertoo, mistä

vanhemmat ovat oppineet tunnetaitoja. Eniten (4) mainitoja sai sosiaalinen media, toiseksi eniten (2) koulutus tai ammatti ja vähiten (1) itseoppiminen. (Taulukko 4)

Taulukko 4 Kanavia tunnetaitojen oppetteluun.

Pääteema: Taitojen alkuperä (3)	Lukumäärä (7)
Sosiaalinen media	4
Koulutus	2
Itseoppiminen	1

7 Johtopäätökset

Tämän tutkimuksen tutkimuskysymykset olivat seuraavanlaiset: mitä varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmat ajattelevat tunnekasvatuksesta, minkälaisia valmiuksia varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmilla on tunnetaitojen opettamiseen lapsille ja minkälaisia apukeinoja varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmat kaipaavat tunnetaitojen opettamiseen lapsille. Tässä luvussa havainnollistetaan sitä, miten tulokset vastasivat tutkimuskysymyksiin.

Tutkimuksen tulosten perusteella voidaan todeta, että lasten vanhemmat pitävät tunnekasvatusta tärkeänä lapsen vuorovaikutustaitojen kehityksen kannalta. Myös aiemmat tutkimukset ja tietoperusta tukevat tätä johtopäätöstä. Vastaajien valmiudet tunnetaidoissa ja niiden opettamisessa lapsille vaihtelivat. Kaikki olivat käyttäneet vähintään yhtä keinoa – kuten satuja, musiikkia tai tunnekortteja – tunnekasvatuksen apuna, mutta monet olivat käyttäneet useampia keinoja. Voidaan väittää, että iso osa vastaajista oli käyttänyt monenlaisia keinoja, koska vastausten lukumäärä oli nelinkertainen vastaajien määrään nähden. Satujen hyödyntämisen tunnekasvatuksen apuna tiedetään olevan hyödyllinen keino, sillä niiden avulla aikuinen voi yhdessä lapsen kanssa tutkia ja tarkastella kuvitteellisten hahmojen tunteita ja toimintatapoja (Kärkkäinen, 2017, ss. 38, 43). Osa vastaajista oli käyttänyt apuna valmiita tunnekasvatusmenetelmiä ja osa puolestaan ei.

Vastausten perusteella vastaajat kokivat oppineensa omilta vanhemmiltaan tunnetaitovalmiuksia vaihtelevasti – sekä hyvin että puutteellisesti. Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että kokemukset olivat sekä positiivisia että negatiivisia. Vastaajat olivat oppineet myönteisistä taidoista esimerkiksi tunteiden näyttämistä,

sanoittamista ja tunnistamista. Kärkkäisen (2017, s. 21) mukaan tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen ovat tärkeitä taitoja, jotta kykenee toimimaan erilaisissa tilanteissa rakentavasti. Tunteiden nimeämistä voidaan harjoitella arkisissa tilanteissa sanoittamalla lapselle omia tunnekokemuksia sekä pohtimalla ääneen lapsen mahdollisia tunteita (Kärkkäinen, 2017, s. 38).

Tunteiden säätelemisen osalta mainintoja vastauksissa oli verrattain vähän. Puuran (2019, s. 140) mukaan tunteiden säätelyä opitaan aidossa ja inhimillisessä vuorovaikutuksessa. Tunteiden sääteleminen ei ole vanhemmallekaan aina helppoa niissä tilanteissa, joissa lapsi on voimakkaan tunnekuohun vallassa, jolloin vanhemman tehtävänä olisi auttaa lasta säätelemään tämän tunteita. Vanhempi voi pyrkiä helpottamaan omaa itsesäätelyään muistuttamalla itselleen, että lapsi vasta harjoittelee haastavien tunteiden kanssa toimeentulemistä. Tämän taidon harjoittelusta voi pyrkiä mieltämään mielessään samalla tavalla kuin jonkin muun taidon, kuten kävelemisen. (Puura, 2019, s. 157) Tämän tutkimuksen tuloksista käy ilmi, että tunteiden säätelyä oli omassa lapsuudessa opittu vähän ja tähän kaivattiin myös tukea omassa vanhemmuudessa. Voidaan todeta tämän aineiston sisällä puutteiden ja toiveiden siis korreloivan keskenään. Tunnetaidot karttuvat kuitenkin läpi elämän, ja niitä opitaan myös muissa vuorovaikutussuhteissa.

Tähtinen (2011) tutki aikuisten sosioemotionaalaisia taitoja tutkimuksessaan. Hänen tutkimuksessaan sosioemotionaaliset taidot erosivat kohderyhmän sisällä. Pieni osa tutkittavista koki tarvitsevansa merkittävästi rauhoittumiskeinoja ollessaan tunnekuohun vallassa. Tältä osin tutkimusten tulokset ovat yhteneväisiä, sillä niiden valossa tunteiden säätely ei ole aikuisilla yleisin hallussa oleva tunnetaito. Tähtisen tutkimustulosten mukaan aikuiset myös hallitsivat sosioemotionaalisista taidoista parhaiten empatian. Myös tämän tutkimuksen tuloksissa opituissa tunnetaidoissa empatiakyvyn osalta mainintoja oli toiseksi eniten. Nämä tulokset siis tukevat toisiaan.

Kuten vastaajien valmiudet tunnetaitojen opettamisessa myös tuen tarve vaihteli tämän tutkimuksen vastausten perusteella. Tulosten mukaan vanhemmat tai huoltajat kaipasivat tukea tunnetaitojen harjoitteluun yhdessä lapsensa kanssa. Osa vastaajista ei kuitenkaan kokenut tarvitsevansa tukea tunnetaitojen harjoittelussa. Tuen tarpeen

tunnistaneet vanhemmat tai huoltajat kaipasivat eniten tunnetaito-oppaita ja koulutuksia. Vanhempien näkemyksiä ei ole aiemmin tutkittu, mutta varhaiskasvatuksen työntekijöiden näkökulmia tunnekasvatuksesta puolestaan on, kuten Julia Uusihauta (2021) opinnäytetyössään *Tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa – Tunnekasvatus varhaiskasvattajan näkökulmasta*. Uusihaudan opinnäytetyön mukaan vastaajilla oli melko hyvät taidot ja tietämys tunnekasvatuksesta, mutta he toivoivat myös koulutuksia tunnetaidoista (2021, ss. 22–24). Tältä osin aikuisten tuen tarpeet ovat samankaltaisia tunnetaitojen opettelemiseen liittyen. Niin varhaiskasvattajat kuin tämänkin tutkimuksen vastaajat kaipasivat keinoja lasten voimakkaiden tunteiden kohtaamiseen (Uusihauta, 2021, s. 22). Tunnetaito-oppaita on tarjolla runsaasti, ja tutkimuksen vastaukset puoltavat ajatusta siitä, että oppaat eivät ole tavoittaneet tämän tutkimuksen kohderyhmää.

Vanhemman toimintatavoilla on merkitystä etenkin haastavissa tilanteissa, sillä lapset oppivat mallintamalla vanhempiaan. On tärkeää, että vanhempi asennoituu rakentavasti kohtaamaansa haasteeseen. Aikuinen näyttää esimerkillään, että erehtyminen on sallittua, sen jälkeen pyydetään anteeksi ja tarpeen tullen hyvitetään tekoa muuten. Vaikeistakin tilanteista voi oppia eikä niistä tarvitse selviytyä yksin. Aikuinen voi näyttää esimerkillään lapselle, että apua tarvitessaan on suotavaa pyytää apua ja ottaa sitä vastaan. (Kärkkäinen, 2017, ss. 41, 43) Tämän tutkimuksen tuloksista nousi myös yhtenä mainintana esiin, että vanhempien tunteet tulisi ottaa huomioon siksi, että lapset mallioppivat. Siitä huolimatta, että lasten mallioppiminen mainittiin ainoastaan yhdessä vastauksessa, halusimme korostaa tätä näkökulmaa tärkeänä lähtökohtana tunnetaitoja harjoiteltaessa. Myös muissa vastauksissa mainittiin vanhempien tunteiden huomioimisen tärkeys.

8 Menetelmäkansion toteutus

Tutkimuksen tuloksista käy ilmi, että monet lasten vanhemmista kaipaavat tukea tunnetaitojen opettamiseen lapsille. Valmiiden vastausvaihtoehtojen lisäksi he mainitsivat omiksi toiveikseen kohtaan “muu, mikä?” vinkit lauluihin, loruihin, satuihin ja teatteriesityksiin. Näiden vastausten pohjalta koottiin menetelmäkansio (Liite 3), johon poimittiin harjoituksia jo olemassa olevista oppaista ja materiaaleista, sillä niitä on paljon ja vastauksien perusteella myös sellaisten käsittelyä kaivattiin. Menetelmäkansioon valittiin

laulut, lorut ja sadut, jotta ne olisivat mahdollisimman monen hyödynnettävissä ja jotta ne vastaisivat opinnäytetyön tilaajan MLL:n tarpeita. Vinkit teatteriesityksiin päätettiin jättää menetelmäkansion ulkopuolelle, sillä teatteriesitykset vaihtuvat suhteellisen usein eivätkä näin ollen toisi kansioon ajallisesti kovinkaan pitkäkestoisesti hyödynnettävää materiaalia. Teatteriesitykset ovat usein myös maksullisia, joten tasapuolisuuden ja saavutettavuuden vuoksi niitä ei otettu mukaan kansioon.

Kansioon valitut sadut, lorut ja laulut on pyritty valitsemaan mahdollisimman hyvin tutkimukseen vastanneiden vanhempien toiveiden ja tarpeiden perusteella. Materiaaleja ja tarjontaa käytiin ensin läpi yleiskatsauksen saamiseksi, ja sen jälkeen niistä valittiin mahdollisimman hyvin kohderyhmää palvelevat vaihtoehdot. Saduiksi valikoitui kirjoja niin pienemmille kuin hieman vanhemmillekin lapsille.

Nuoremmille valittiin yksinkertaisia ja kuvapainotteisia kirjoja, joissa harjoittelun kohteena ovat tunteiden tunnistaminen, nimeäminen ja ilmaiseminen. Vanhemmille lapsille suunnatuissa kirjoissa käsitellään tunteiden tunnistamista ja nimeämistä, pelkoja, ujoutta ja jännitystä sekä rentoutumisen harjoittelemista. Lisäksi ne sisältävät myös kiukun käsittelyä sekä stressin ja tunteiden säätelyä. Kiukun käsittely ja tunteiden säätely valittiin aiheiksi erityisesti siksi, koska tutkimuksen toisesta avoimesta kysymyksestä nousi esiin tarve niille. Vanhemmille lapsille valittiin erilaisia Fanni-kirjasarjan kirjoja (suositusikä 4+), jotka sisältävät lapsen kanssa luettavan sadun lisäksi myös muuta materiaalia, kuten yleistä tietoa tunnetaidoista, tarkempaa tietoa kirjan teemasta sekä erilaisia tehtäviä niin yhdessä lapsen kanssa tehtäväksi kuin aikuiselle itsenäisesti. Myös toisessa pienten lasten kirjassa oli lyhyt tunteita käsittelevä info-osuus aikuiselle.

Kansioon valitut lorut käsittelevät niin ikään tunteiden nimeämistä, käsittelyä ja säätelyä. Jotta niitä saisi hyödynnettyä mahdollisimman kattavasti ja lapsille havainnollistaen, loruiksi valittiin sellaiset, joiden tukena on myös kuvia. Kolmen kansioon valitun lorun lisäksi siihen lisättiin myös Lastu-projektin tuotoksena syntynyt tunnetaito-opas, jossa on muuan muassa erilaisia tunneloruja sekä tunnetarina, jonka yhteydessä on myös tukiviittomat (Antinaho & Litmanen, 2016–2018). Lauluiksi valittiin Kielinupun “Miltä tuntuu nallesta?” ja “Kiukun

kesytys”. Ne käsittelevät tunteiden nimeämistä, tunnistamista ja säätelyä. Videoissa on sekä tekstitykset että tukiviittomat, jotka helpottavat laulamista yhdessä lapsen kanssa. Ne myös helpottavat sisällön ymmärtämistä ja muistamista erityisesti lapsen näkökulmasta.

Tunnelaulu on todettu oman kokemuksen perusteella toimivaksi lauluksi myös pienempien lasten kanssa.

Kuten edellä mainittiin, yhtenä tekijänä satujen, lorujen ja laulujen valitsemiseen vaikutti siis niiden saavutettavuus. Sen vuoksi kansioon valitut kirjat ovat sellaisia, jotka löytyvät ainakin Pirkanmaan alueen PIKI-kirjastoista. Laulut löytyvät YouTubesta, jolloin lähes kaikilla on niihin pääsy. Vaikka MLL:n toiminnassa hyödynnetään jo paljon satuja, loruja ja lauluja, niiden nähtiin olevan myös heille hyödyllisiä, sillä menetelmäkansiosta he voivat saada uusia ideoita toimintaansa.

9 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tässä tutkimuksessa sitouduttiin noudattamaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan eettisiä periaatteita ihmiseen kohdistuvassa tutkimuksessa. Eettisiä periaatteita sovelletaan tutkimuksessa, jossa pyritään ymmärtämään ihmistä ja ihmisluonnon inhimillistä toimintaa. Osallistujien itsemääräämisoikeutta kunnioitettiin tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuudella sekä anonymiteetillä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2019, ss. 5, 7) Aineistonhallintasuunnitelmassa (Liite 1) käsitellään tarkemmin aineiston säilyttämiseen ja hallinnointiin liittyviä periaatteita.

Tutkimuksen validiteettia tarkasteltaessa keskitytään siihen, miten tutkimuksessa käytetyt menetelmät ovat toimineet tutkittavan aiheen mittaamisessa. Etenkin silloin, kun kyseessä on laadullinen tutkimus, validiteetilla tarkoitetaan myös tutkimuksen pätevyyttä ja uskottavuutta – sitä, onko tutkimus perusteellisesti tehty. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuuden kannalta on tärkeää, että tutkimuksen toteuttaminen ja prosessin eteneminen on kuvailtu mahdollisimman tarkasti. Tässä tutkimuksessa tuloksia havainnollistetaan sitaateilla, kuvilla ja taulukoilla, mikä lisää lukijan ymmärrystä siitä, mihin analyysin tulkinnat perustuvat. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 1997, ss. 231–233; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2006)

Tässä tutkimuksessa käytetty aineistonhankintamenetelmä eli kyselylomake oli toimiva ratkaisu, sillä sen avulla saatiin vastaukset kaikkiin tutkimuksen kolmeen tutkimuskysymykseen. Aineistoa kerättiin sekä paperisella että sähköisellä kyselylomakkeella. Sähköinen lomake oli Webropol-alustalla, jonne myös paperisilla lomakkeilla kerätyt vastaukset siirrettiin. Kyselylomakkeiden on tärkeää olla selkeitä, eikä yhdessä kysymyksessä tule kysyä kahta tai useampaa asiaa. Lisäksi “vastausvaihtoehtojen tulee olla toisensa poissulkevia” (Vilkkä, 2007, s. 71). Oletamme, että nämä periaatteet toteutuivat tässä tutkimuksessa pääsääntöisesti hyvin, sillä kyselylomakkeen vastauksissa ei ollut tulkinnanvaraisuutta monivalinta- ja sekamuotoisten kysymysten osalta yhtä poikkeusta lukuun ottamatta. Kyselylomakkeen lopussa oli myös avoin kysymys “Haluaisitteko kertoa jotain muuta aiheeseen liittyen?”, johon vastaajien oli mahdollista halutessaan tarkentaa aikaisempia vastauksiaan. Yhdessä – juuri edellä mainitussa poikkeustapauksessa – vastauksessa näin oli tehtykin. Vastaaja oli avoimessa kysymyksessä perustellut sekamuotoisen kysymyksen vastaustaan. Aluksi sekamuotoinen kysymys aiheutti hieman epäselvyyttä, mutta vastaus tarkentui lopulta kuitenkin avoimen kysymyksen avulla.

Noin 2/3 kaikista tutkimukseen tulleista vastauksista saatiin paperisella kyselylomakkeella tutkijoiden ollessa konkreettisesti läsnä ja paikan päällä aineistonkeruuhetkellä, joten vastaajilla oli myös mahdollisuus kysyä tarpeen tullen. Tämä kysymisen mahdollisuus osoittautui tarpeelliseksi, sillä vastaajat hyödynsivät sitä. Tällöin lienee oleellista pohtia, olisiko kyselylomake voinut olla vielä tarkempi, jotta se ei olisi aiheuttanut epävarmuutta vastaajissa. Toisaalta kyselylomaketta testattiin ennen varsinaista aineistonkeruuta usealla henkilöllä – niin sosiaalialalla työskentelevillä kuin aiheeseen perehtymättömilläkin, jotta saataisiin mahdollisimman laaja käsitys lomakkeen toimivuudesta ja ymmärrettävyydestä. Kyselylomaketta muokattiin saadun palautteen pohjalta. Kokonaisuudessaan lomaketta testaamalla siis lisättiin tutkimuksen luotettavuutta (Vilkkä, 2007, s. 78).

Tutkimuksen analyysimenetelmäksi valikoitui teemoittelu, jonka avulla saatiin tämän tutkimuksen avoimia kysymyksiä koskevat tulokset. Koska avoimet kysymykset ovat luonteeltaan laadullisia, niistä on mahdotonta saada koskaan täysin tyhjentävää

lopputulosta. Vastauksia voisi analysoida loputtomiin ja löytää uusia näkökulmia, sillä aika on yksi tutkijan tulkintoihin vaikuttava tekijä. Teemoitteluun vaikuttaa myös se, jos tutkijoita on useampi tekemässä tulkintoja. (Eskola & Suoranta, 2014, ss. 156–158) Voisi ajatella, että useamman tutkijan olisi toisinaan haastavaa löytää yhteneväinen näkemys ja ymmärrys asiasta, mutta oman kokemuksemme mukaan tämä ei aiheuttanut haasteita. Näkemykset olivat samankaltaisia, ja yhdessä pohtimalla ymmärrys käsillä olevasta aiheesta kasvoi. Kahden tai useamman tutkijan yhteistyön voidaan myös nähdä lisäävän tutkimuksen luotettavuutta erityisesti tulosten analysoinnissa ja tulkitsemisessa. Tällöin kyseessä on tutkijatriangulaatio. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 1997, s. 233)

10 Pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia varhaiskasvatusikäisten lasten vanhempien näkemyksiä, kokemuksia ja valmiuksia tunnetaidoista sekä niiden opettamisesta lapsilleen. Tutkimuksen tarkoituksena oli koota tulosten pohjalta vanhempien tuen tarpeita tukeva kansio menetelmistä, joissa tunnetaitoja harjoitellaan. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tarkastella tiettyä rajattua tilannetta tietyssä kontekstissa, ei niinkään yleistää asioita tulosten pohjalta (Eskola & Suoranta, 2014, s. 66).

Tutkimustulosten mukaan tunnetaitoja pidettiin tärkeinä. Osa vastaajista kaipasi tukea taitojen harjoitteluun yhdessä lapsensa kanssa ja osa vastaajista ei. Tuen tarve kohdistui oppaisiin ja koulutuksiin. Vastauksissa oli myös useampi maininta neuvolasta saadun tiedon ja tuen puutteesta. Vanhemmat kokivat oppineensa tunnetaitoja omilta vanhemmiltaan hyvin vaihtelevasti. Osa koki saaneensa hyvät valmiudet, ja osa vastaajista koki oppineensa vähän tai ei juuri ollenkaan. Vanhemmat refleктоivat myös vastauksissaan harjoitelleensa tunnetaitoja aikuisena sekä toivat esiin osa-alueita, joissa heillä oli vielä opittavaa. Tutkimustulosten luotettavuuden kannalta vanhempien valmiuksia tarkasteltaessa olisi ollut hyödyllistä tarkastella vielä tarkemmin heidän tämänhetkisiä valmiuksiaan. Tutkimus tuotti kuitenkin mielenkiintoista tietoa siitä aikakaudesta, jolloin tutkittavat itse olivat lapsia, sekä siitä, miten tämän päivän tiedon mukaan vastaajat pystyivät jäsentämään oppimiaan valmiuksia.

Tutkimuksen tekijät vaikuttavat valinnoillaan tutkimuksen tietoperustan muodostumiseen, ja valinnat muodostavat tietyn näkökulman. Jo tutkimusaiheen valitseminen syntyy tutkijoiden valinnoista ja mieltymyksistä lähtöisin. MLL:n omia aineistoja olisi voitu hyödyntää vielä laajemminkin opinnäytetyön teoriapohjassa. Kuitenkin tutkimuksen luotettavuuden kannalta on tärkeää, että teoriapohjassa hyödynnetään eri lähteitä ja näkökulmia, jolloin ne muodostavat yhdessä kokonaiskuvan ilmiöstä. Aiheesta on paljon tietoa saatavilla, ja siihen olisi voinut perehtyä vielä laajemminkin, mutta toisaalta on tärkeää myös rajata opinnäytetyötä eikä siinä voi käsitellä kaikkea aiheeseen liittyvää tietoa.

Tutkimus toteutettiin parityönä. Opinnäytetyötä tehtiin sekä etäyhteyksin että tapaamalla kasvokkain. Suurin osa opinnäytetyön työskentelystä tapahtui yhteistyössä, ja vain hyvin vähän tehtäviä jaettiin niin sanotusti itsenäisesti tehtäviksi. Tämä osaltaan myös vei paljon aikaa opinnäytetyöprosessin aikana, mutta mahdollisti yhteneväisen tekstin ja näkemyksen muodostumisen. Haasteita opinnäytetyöprosessiin toivat päällekkäin kulkevat työharjoittelujaksot, jolloin yhteistä aikaa opinnäytetyön tekemiselle oli välillä vaikeaa löytää. Opinnäytetyön eri työvaiheita olisi voitu jakaa tasaisemmin suhteessa muihin opintoihin, kuten harjoitteluihin, jotta kuormitus olisi ollut tasaisempaa eikä kasaantunut tiettyihin ajanjaksoihin.

Muistiinpanojen säilyttämisen järjestelmällisyyteen olisi voitu kiinnittää vielä enemmän huomiota. Oli hyvä, että prosessin aikana käytettiin sekä Word Online -tiedostoa että WhatsApp-keskusteluita, mutta WhatsAppissa olisi ollut hyvä keskittyä vain yhteen keskusteluun. Nyt muistiinpanot jakautuivat kahteen eri keskusteluun, joista niitä oli välillä hieman haastavaa nopeasti löytää tarvittaessa. Parityöskentelyssä on hyvä hyödyntää Word onlinea näkemysten ja muistiinpanojen tallentamiseksi, mutta varsinaisen raportin siirtäminen suoraan Wordin työpöytäsovellukseen aiheuttaa lisätyötä, sillä muotoilut ovat erilaiset. Tekemistä hankaloitti myös jonkin verran se, että Online- ja työpöytäversio Wordista eivät toimineet keskenään kovin hyvin, vaan uusimpia versioita lähetettiin aina puolin ja toisin sähköpostitse.

Aiempiä tutkimuksia tästä näkökulmasta ei ole tehty, mikä osoittaa, että tämä tutkimus tuottaa uutta tutkimustietoa vanhempien näkemyksistä, valmiuksista sekä tuen tarpeista.

Vastausten perusteella vanhemmat pitivät tutkimuksen toteuttamista tärkeänä, koska vanhemmat tunnistivat lasten mallioppivan. Olisikin tärkeää vastata vanhempien tuen tarpeisiin tämän havainnon kannalta, ja mallioppiminen oli myös yksi tämän tutkimuksen taustalla kulkeva ajatus. Miten vanhempi voisi opettaa lapselleen jotain sellaisia taitoja, joita ei itse täysin hallitse? Siinä mielessä ollaan asian ytimessä, ja osaltaan ajatus mallioppimisesta myös kiteyttää opinnäytetyön perimmäisen ajatuksen prosessiin ryhdyttäessä. Tästä syystä oli mielenkiintoista tehdä tutkimus nimenomaan lasten vanhempien näkökulmasta. Tämän tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää laajasti yhteistyötahon toiminnassa sekä sen kehittämisessä ja muissa sosiaali- ja terveysalan toimipaikoissa sekä opetusallalla.

Koska vanhempien näkökulmia ei ole juurikaan tutkittu, aihetta olisi tulevaisuudessa hyvä tutkia enemmän sekä laajemmalla otannalla. Tämän tutkimuksen tuloksia voitaisiin hyödyntää uuden, erillisen tunnetaito-oppaan tai menetelmän kehittämisessä. Siinä voisi olla arjen haastaviin tilanteisiin ratkaisuehdotuksia sekä keinoja. Esimerkiksi terveysalan opiskelija voisi tutkia neuvolan tehtävää tunnetaitojen osalta, sillä useampi vastaaja koki sieltä saatavan tuen ja tiedon puutteelliseksi. Jatkotutkimuksen voisi tehdä myös vanhempien tunnetaitojen sekä valmiuksien korreloinnista taitojen opettamisessa.

Tuen tarpeesta saatujen tutkimustulosten perusteella toteutettiin toiminnallinen osa opinnäytetyötä, joka oli menetelmäkansio. Erilaisia tunnetaitoihin liittyviä materiaaleja on paljon, mutta tämän opinnäytetyön menetelmäkansioon on koottu vain hyvin pieni murto-osa. Niiden avulla pyrittiin vastaamaan vanhempien tarpeisiin ja toiveisiin. Vastaavanlaisen kansion voisi toteuttaa myös paljon laajemmassakin mittakaavassa, jolloin yksiin kansiin olisi koottu laaja ja kattava arkisto erilaisia menetelmiä ja harjoituksia.

Lopuksi tutkijat haluavat kiittää tutkimukseen osallistuneita vanhempia, toimeksiantaja Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osastoa, opinnäytetyön ohjaajaa sekä muita, jotka ovat tavalla tai toisella tukeneet opinnäytetyöprosessin aikana.

Lähteet

- Aho, M. & Viljakainen, A. (2013). *Vanhempien käsitys lastensa sosioemotionaalista hyvinvoinnista ja yhteistyöstä vuorohoidon kanssa*. [Opinnäytetyö, Jyväskylän ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013121220994>
- Eskola, J. & Suoranta, J. (2014). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Vastapaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (1997). *Tutki ja kirjoita*. Tammi.
- Hogrefe Psykologien Kustannus Oy. (n.d.). *Mikä on pienin askelin?* Pienin askelin - päiväkotia ja esikoulu. Oppimista, sosiaalista kehitystä ja tunteita tukeva opetusohjelma. <https://www.hogrefe.fi/tuotteet/pienin-askelin/>
- Hughes, D. (2011). *Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Toimivuutta kasvatukseen*. PT-kustannus.
- Jalovaara, E. (2005). *Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa*. Pilot-kustannus.
- Jyväskylän Yliopisto. (2021). *Kiusaamista voidaan ehkäistä tunne- ja vuorovaikutustaitoja kehittämällä*. <https://www.jyu.fi/fi/ajankohtaista/arkisto/2021/06/kiusaamista-voidaan-ehkaista-tunne-ja-vuorovaikutustaitoja-kehittamalla-2013-hanke-vahvistaa-tunnetaitoja-ja-osallisuutta-varhaiskasvatuksessa>
- Kalland, M. (2014). Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa A., Viinikka (toim.), *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa* (ss. 26– 38). Mannerheimin lastensuojeluliitto.
- Kansalaisaloite.fi. (2020). Vuorovaikutus- ja tunnetaitojen oppiaineen lisäys peruskoulun opetussuunnitelmaan. Oikeusministeriö. <https://www.kansalaisaloite.fi/fi/aloite/6032>
- Kansalaisaloite.fi. (2021). Tunne- ja vuorovaikutustaidot -oppiaineen kirjaaminen perusopetuslakiin. Oikeusministeriö. <https://www.kansalaisaloite.fi/fi/aloite/8354>
- Kasvun tuki. (2020). *Askeleittain / Pienin askelin*. <https://kasvuntuki.fi/menetelmat/askeleittain/>

Kauppi, A. & Takalo, A. (2014). Mentalisaation psykoanalyttiset juuret. Teoksessa A., Viinikka (toim.), *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa* (ss. 8–25). Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Keltikangas-Järvinen, L. (2012). *Pienen lapsen sosiaalisuus*. WSOY.

Kirsi, K. (27.1.2021). *Koskelan murhatutkinta valmistui: 16-vuotiaat epäilty pitivät sadistisesti hauskaa uhrin kustannuksella – uhria pahoinpideltiin samassa paikassa useana perjantaina*. Yle. <https://yle.fi/uutiset/3-11758033>

Kärkkäinen, K. (2017). *Vahvista lasta*. Kustannus Oy Duodecim.

Laitinen, P. & Valtanen, C. (2014). *Tunnetaitojen äärellä – Tunnekasvatusta 2.luokkalaisille* [Opinnäytetyö, Laurea-ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014102114876>

MLL. (n.d.-a). *Tutustu MLL:n historiaan*. <https://www.mll.fi/historia/>

MLL. (n.d.-b). *Lasten päiväkerhot*. <https://tampere.mll.fi/lapsetjaperheet/lasten-paivakerhot/>

MLL. (n.d.-c). *Perhekahvilat*. <https://tampere.mll.fi/lapsetjaperheet/perhekahvila-ja-perhekerho/>

MLL. (n.d.-d). *Tutor- ja tukioppilaskoulutukset*. <https://tampere.mll.fi/nuoret/tutor-ja-tukioppilaskoulutukset/>

MLL. (n.d.-e). *Tunne- ja ihmissuhdetaitokoulutukset*. <https://tampere.mll.fi/nuoret/tunne-ja-ihmissuhdetaitokoulutukset/>

MLL. (n.d.-f). *Tunnepysäkkitoiminta*. <https://tampere.mll.fi/nuoret/tunnepysakkitoiminta/>

MLL. (n.d.-g). *Vanhempainillat*. <https://tampere.mll.fi/nuoret/vanhempainillat/>

MLL. (n.d.-h). *Tunnetaitoharjoituksia*. <https://tampere.mll.fi/nuoret/tunnetaitoharjoituksia/>

MLL. (7.8.2017). *MLL:n strategia*. <https://www.mll.fi/tietoa-mllsta/organisaatio/mlln-strategia/>

Neitola, M. (n.d.). *Sosioemotionaaliset taidot*.

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Sosiaalisemontionaaliset%20taidot_ar_tikkeli_Marita%20Neitola.pdf

OPH. (2018). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet*.

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

OPH. (2021a). *Tunteesta tunteeseen – ihmismielen tarina kuvin ja sanoin*.

<https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/3-tunnetaitoja-oppii-harjoittelemalla>

OPH. (2021b). *Mitä on varhaiskasvatus?* <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/mita-varhaiskasvatus>

OPH. (2022). *Varhaiskasvatus*. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/varhaiskasvatus>

Oppi&Ilo. (n.d.). *Täytyykö lapsen kanssa leikkiä?* Sanoma Pro.

<https://www.oppijailo.fi/taytyyko-lapsen-kanssa-leikkia/>

Pathways.org. (n.d.). *Social-Emotional*. <https://pathways.org/topics-of-development/social-emotional/>

Pulkinen, P. (2020). *Esiopetusikäisten lasten tunnetaitojen vahvistaminen*

varhaiskasvatuksessa. [Opinnäytetyö, Laurea-

ammattikorkeakoulu] <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202002062126>

Puura, K. (2019). *Näin kasvatat lapsestasi mukavan aikuisen*. WSOY.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006). *Validiteetti*. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto.

https://www.fsd.tuni.fi/metelmaopetus/kvali/L3_3_1.html

STM. (2004). *Lastenneuvola lapsiperheiden tukena: Opas työntekijöille.*

<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201504227303>

Suomen ammattikorkeakoulujen sosiaalialan koulutuksen verkosto. (n.d.). *Sosiaalialan*

tutkinnot ja kompetenssit. <https://www.sosiaalialanamverkosto.fi/sosiaalialan-tutkinnot-ja-kompetenssit/>

Surakka, A-K. (2013). *Lasten tunnetaidot päiväkodissa. 5-vuotiaat ja Tunnemuksu-*

ohjelma. [pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto]. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-201312162809>

Tampereen kaupunki. (n.d.). *Varhaiskasvatus.* [https://www.tampere.fi/varhaiskasvatus-ja-](https://www.tampere.fi/varhaiskasvatus-ja-koulutus/varhaiskasvatus.html)

[koulutus/varhaiskasvatus.html](https://www.tampere.fi/varhaiskasvatus-ja-koulutus/varhaiskasvatus.html)

Tilastokeskus. (10.12.2021). *Itsemurhat, taulukko.* Findikaattori.

<https://findikaattori.fi/fi/table/10>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa.*

https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Tähtinen, S. (2011). *Aikuisikäisten sosioemotionaaliset taidot arjen eri*

tilanteissa. [Opinnäytetyö, Vaasan ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2011120417091>

Uusihauta, J. (2021). *Tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa – Tunnekasvatus*

varhaiskasvattajan näkökulmasta. [Opinnäytetyö, Vaasan ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021112221164>

Valli, R. (2018). Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa R., Valli (toim.), *Ikkunoita*

tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle (ss. 92–116). PS-kustannus.

Vilka, H. (2007). *Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet.* Tammi.

YTHS. (n.d.). *Tunnetaidot*. <https://www.yths.fi/terveystieto/mielenterveys/tunnetaidot/>

Liite 1: Aineistohallintasuunnitelma

Opinnäytetyön nimi: Tunnetaidot ja sosioemotionaalinen kehitys varhaiskasvatusikäisillä lapsilla – Vanhempien näkemyksiä tunnekasvatuksesta

Opinnäytetyön tekijät: Miselle Niemenmaa, Jenna Holm

AINEISTONHALLINTASUUNNITELMA

Tämän opinnäytetyön aineistohallintasuunnitelma sisältää kuvauksen aineiston keruusta, hallinnasta sekä sen säilyttämisestä. Näiden avulla varmistetaan aineiston hallinnan suunnitelmallisuus sekä vastuullisuus koko opinnäytetyöprosessin aikana.

Aineistohallintasuunnitelman tarkoituksena on varmistaa opinnäytetyön tekijöiden perehtyneen tutkimuseettisiin periaatteisiin sekä noudattavan niitä.

Aineistohallintasuunnitelma tulee valmiin opinnäytetyön liitteeksi. Tutkijoina ja opinnäytetyön tekijöinä olemme sitoutuneet noudattamaan ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettisiä periaatteita sekä noudattamaan hyvää tieteellistä käytäntöä.

1 AINEISTON HANKINNAN MENETELMÄT JA AINEISTON MUOTO

Tutkimuksen aineisto kerätään sähköisellä sekä paperisella kyselylomakkeella Tampereen Mannerheimin Lastensuojeluliiton toimintaan osallistuvilta vanhemmilta. Tutkimuksen kohderyhmänä ovat vanhemmat, jotka osallistuvat MLL:n perhekahviloihin yhdessä lastensa kanssa. Lisäksi kyselyyn pyydetään vastausta vanhemmilta, joiden lapset osallistuvat MLL:n avoimeen varhaiskasvatukseen. Aineisto analysoidaan kirjallisessa muodossa.

Opinnäytetyön aineistossa kerätään seuraavat henkilötiedot: ikä, sukupuoli. Tietoja kerätään, jotta saadaan tietoa eri tekijöiden vaikuttavuudesta vastauksiin. Onko vastaajien sukupuolella tai iällä eroa kokemuksiin tunnetaidoista sekä tuen tarpeessa tunnetaitoihin liittyen? Tutkittavia informoidaan henkilötietojen keräämisestä ennen aineistonkeruuta, ja lisäksi tehdään tietosuojailmoitus.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, mistä informoidaan tutkimukseen osallistujaa kyselylomakkeen saatekirjeessä.

2 AINEISTOJEN SÄILYTYS OPINNÄYTETYÖPROSESSIN AIKANA

Aineistoa kerätään Webropol-kyselylomakkeella sekä paperisella kyselylomakkeella. Aineistot säilytetään Webropolin alustalla opinnäytetyön aineistonkeruun aikana – sähköiset vastaukset siirtyvät säilytykseen välittömästi ja paperiset puolestaan siirretään Webropol-järjestelmään mahdollisimman pian aineistonkeruun jälkeen. Ennen kuin paperisten kyselylomakkeiden sisällöt siirretään digitaalisiksi, niitä säilytetään tarkasti ja luottamuksellisesti niin, etteivät ulkopuoliset pääse niitä näkemään. Webropoliin siirtämisen jälkeen paperiset kyselylomakkeet silputaan ja hävitetään paperinkeräyksen mukana.

Aineistonkeruun jälkeen vastaukset siirretään tutkijoiden omien tietokoneiden P-asemille sekä lisäksi vielä ulkoiselle kovalevyllä.

Salassa pidettävät henkilötiedot kerätään ja säilytetään anonyymisti. Vastaajien henkilötietoja käsitellään luottamuksellisesti, ja tulokset ilmoitetaan siten, ettei yksittäinen vastaaja ole niistä tunnistettavissa.

3 AINEISTOJEN KÄSITTELY OPINNÄYTETYÖN VALMISTUTTUA

Aineistoa ei säilytetä jatkokäyttöä varten, vaan se tuhotaan vuoden kuluttua opinnäytetyön valmistumisesta Hämeen ammattikorkeakoulun yleisiä ohjeita noudattaen. Tähän asti aineistoa säilytetään tutkijoiden henkilökohtaisten tietokoneiden P-asemilla sekä ulkoisella kovalevyllä. Ainoastaan tutkimusta tekevillä on pääsy aineistoon.

Liite 2: Kyselylomake

VANHEMPIEN NÄKEMYKSIÄ TUNNEKASVATUKSESTA

Hyvä vanhempi!

Olemme Miselle Niemenmaa ja Jenna Holm. Opiskelemme Hämeen ammattikorkeakoulussa sosionomeiksi. Teemme opinnäytetyömme yhteistyössä Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osaston kanssa.

Tutkimuksemme tavoitteena on saada tietoa vanhempien näkemyksistä, valmiuksista ja tuen tarpeista tunnetaitojen ja tunnekasvatuksen näkökulmasta. Tässä tutkimuksessa tunnetaidoilla tarkoitetaan kykyä havaita ja tunnistaa omia sekä muiden tunteita. Tunnetaitoihin kuuluu myös kyky säädellä omia tunteita sekä vanhempana tukea lasta tunteidensäätelyssä. Opinnäytetyön tarkoituksena on saada teiltä tietoa, jonka avulla voidaan koota tunnetaito-opas teidän tarpeistanne lähtöisin.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista eikä teitä voida tunnistaa vastauksistanne. Vastaukset säilytetään luottamuksellisesti, ja ne hävitetään vuoden kuluttua tutkimuksen valmistumisesta. Tutkimus valmistuu tammikuussa 2022 ja sen jälkeen siihen voi käydä tutustumassa Theseus-tekstitietokannassa.

Kyselyyn vastaaminen vie noin 5 minuuttia.

Sukupuoli

Nainen

Mies

Muu

En halua sanoa

Ikä

Alle 18

18–25

26–30

31–40

41–50

Yli 50 vuotta

OSIO I TUNNETAIDOT

1 = Täysin eri mieltä, 2 = Osittain eri mieltä, 3 = En osaa sanoa, 4 = Osittain samaa mieltä, 5 = Täysin samaa mieltä

1. Tunnekasvatus on mielestäni hyödyllistä lapsen vuorovaikutustaitojen kehityksen kannalta.

Täysin eri mieltä 1 2 3 4 5 Täysin samaa mieltä

2. Lapseni hyötyisi tunnekasvatuksesta.

Täysin eri mieltä 1 2 3 4 5 Täysin samaa mieltä

3. Toivoisin, että tunnekasvatusta olisi nykyistä enemmän MLL:n toiminnassa.

Täysin eri mieltä 1

2

3

4

5

Täysin samaa mieltä

OSIO II TUNNEKASVATUSVALMIUDET

4. Mitä seuraavista olette käyttäneet tunnekasvatuksen apuna? Voitte valita useamman vaihtoehdon.

- a. Musiikki
- b. Runot
- c. Sadut
- d. Draama (esim. sormi- ja nukketeatteri)
- e. Tunnekortit
- f. Lorut
- g. Keskustelut
- h. Lastenohjelmat
- i. Pelit
- j. Muu, mikä? _____

5. Oletteko käyttäneet valmiita menetelmiä tunnekasvatuksen tukena? Oletteko käyttäneet valmiita menetelmiä tunnekasvatuksen tukena?

- a. Kyllä (jos vastasitte kyllä, siirtykää kysymykseen nro. 6)
- b. Ei (jos vastasitte ei, siirtykää kysymykseen nro. 7)

6. Mitä valmiita menetelmiä olette käyttäneet? Voitte valita useamman vaihtoehdon.

- a. Fanni-tunnetaitosarja
- b. Pienin askelin -ohjelma
- c. Pomenian tunneseikkailukortit
- d. Muu, mikä? _____

7. Millaisia tunnetaitoja olette oppineet omilta vanhemmiltanne?

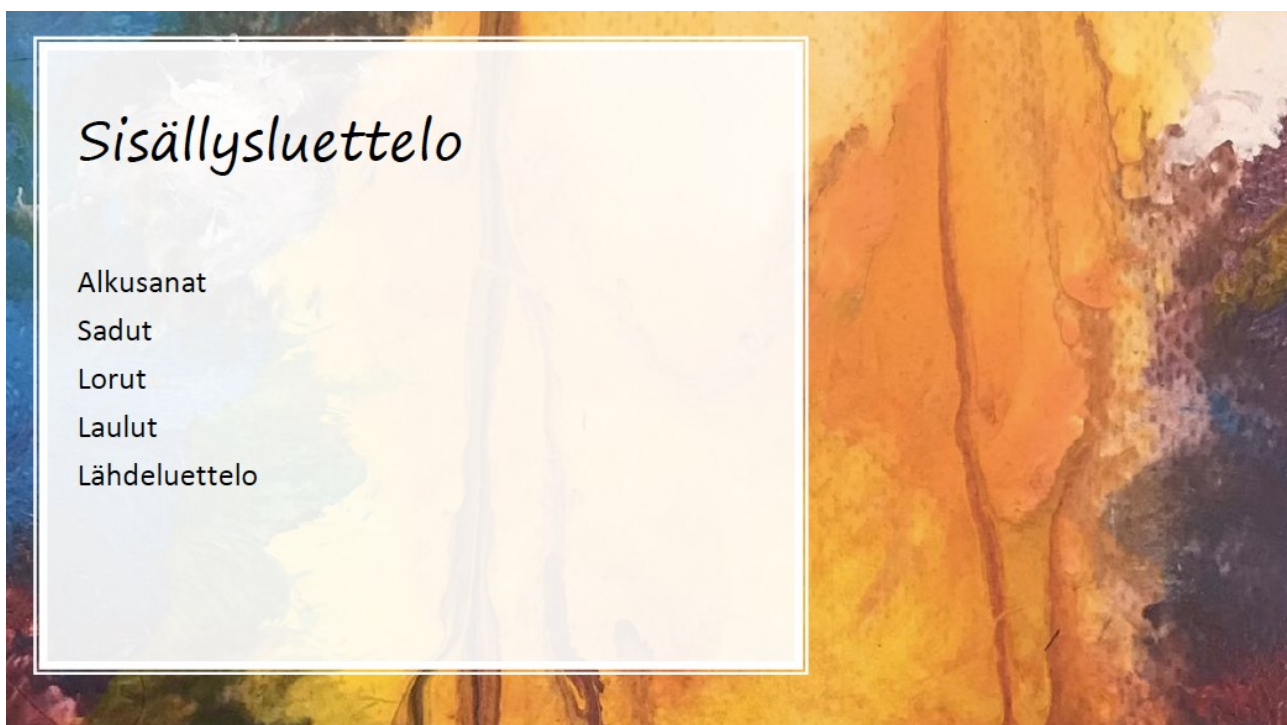
- Tunnetaidot: kyky havaita, tunnistaa sekä säädellä tunteita.

OSIO III TUEN TARVE

8. Kaipaisitteko tukea tunnetaitojen harjoitteluun yhdessä lapsenne kanssa?
- Kyllä (jos vastasitte kyllä, siirtykää kysymykseen nro. 9)
 - Ei (jos vastasitte ei, siirtykää kysymykseen nro. 10)
9. Minkälaisista tukista kaipaisitte tunnetaitojen opettamiseen? Voitte valita useamman vaihtoehdon.
- Koulutus (esim. luennot, vanhempainvalmennus)
 - Vertaistukiryhmä
 - Läheisen tuki
 - Tunnetaito-opas
 - Muu, mikä? _____
10. Jos edellä mainittuja tukitoimia olisi tarjolla, ottaisitteko niitä vastaan?
- Kyllä
 - Ei, miksi? _____
11. Haluaisitteko kertoa jotain muuta aiheeseen liittyen?

Lämmin kiitos kyselyyn osallistumisesta!

Liite 3: Menetelmäkansio



Alkusanat

Tämän kokoelman tunnetaitoharjoitukset on koottu opinnäytetyön *Tunnetaidot ja sosioemotionaalinen kehitys varhaiskasvatuksikäisillä lapsilla – Vanhempien näkemyksiä tunnekasvatuksesta* tulosten pohjalta.

Tutkimukseen vastanneet varhaiskasvatuksikäisten lasten vanhemmat kaipasivat tunnetaitojen harjoittamisen tueksi vinkkejä lauluihin, loruihin ja satuihin sekä tunteiden säätelyyn.

Tämän kokoelman tarkoituksena on koota yhteen tunnetaitoharjoituksia, joita vanhemmat voivat hyödyntää yhdessä lastensa kanssa.



Sadut

- **Aada ja kiukkuleijona**
 - Satukirja **tunteiden säätelyn** tueksi. Kirja sisältää kuvitetun sadun, jossa **Aada** harjoittelee **kiukun** sietämistä. Lisäksi kirjassa on vanhemmalle luettavaksi paljon tietoa tunnesäätelytaitojen edistämisestä sekä kiukunsiedon työkalupakki.
- **Fanni ja ihmeellinen tunnelämpömittari**
 - Kirja käsittelee **tunnesäätelyä**. Lapsen kanssa luettavan sadun lisäksi se sisältää tietoa tunnetaidoista. Kirjassa esitellään tunnetaitomittari, jonka avulla lapsen kanssa voi puhua tunnesäätelystä. Kirjassa pohditaan aikuisen roolia lapsen tunnesäätelyn tukijana sekä aikuisen omaa tunnesäätelyä. Kirja sisältää tehtäviä aikuiselle itsenäisesti sekä lapsen kanssa tehtäviksi.
- **Fanni ja suuri tunnemöykky**
 - Kirjassa keskitytään **tunteiden tunnistamiseen ja nimeämiseen**. Sisältää niin sadun yhdessä lapsen kanssa luettavaksi, tietoa tunnetaidoista, kuin tehtäviä yhdessä lapsen kanssa tehtäviksi ja aikuiselle itselleen.

- **Fanni ja liian jännittävä yö**
 - Kirja käsittelee **pelkoja** ja niiden voittamisen harjoittelemista. Se sisältää lapsen kanssa luettavan sadun, tietoa tunnetaidoista, aikuiselle vinkkejä **aputunnesäätelijänä** toimimiseen sekä tehtäviä aikuiselle itselleen ja lapsen kanssa tehtäviksi.
- **Fanni ja rento laiskainen**
 - Kirja käsittelee **stressin säätelyä** sekä **rentoutumisen harjoittelemista**. Lapsen kanssa luettavan sadun lisäksi se sisältää tietoa tunnetaidoista yleensä sekä lapsen ja aikuisen stressistä. Lopussa on tehtäviä – kuten rentoutusharjoituksia – sekä lapsen kanssa tehtäviksi että aikuiselle itselleen.



- Pelokas Pingviini YLITTÄÄ ITSENSÄ
 - Tarinassa käsitellään **ujoutta** ja **jännitystä** seuraamalla Pingviinin matkaa läpi jännittävän matkan. Kirjassa on erilaisia kysymyksiä tunteisiin liittyen, joita voi pohtia yhdessä lapsen kanssa.
- Pieni kirja TUNTEISTA
 - Kirjan alussa on aikuiselle pieni alustus tunteisiin liittyen. Kirja itsessään on kuvapainotteinen ja pienemmille lapsille suunnattu. Se sisältää pieniä loruja ja havainnollistavia kuvia. Keskittyy **tunteiden nimeämiseen** ja **tunnistamiseen**.
- Kiukuttaa
 - Kuvakirja pienille lapsille havainnollistaa **tunteiden tunnistamista** ja **ilmaisemista**.

Kaikki listan kirjat on löydettävissä Pirkanmaan PIKI-kirjastoista!

Lorut

Äkäpussi

Kuka minua lohduttaisi, kuka minut syliin saisi?

Äkäpussin äkeän, parkujan pahaäänisen, sääriluiden sätkyttäjän?

Äiti minut syliin saa, äitikulta lohduttaa
pienen pientä parkujaa.

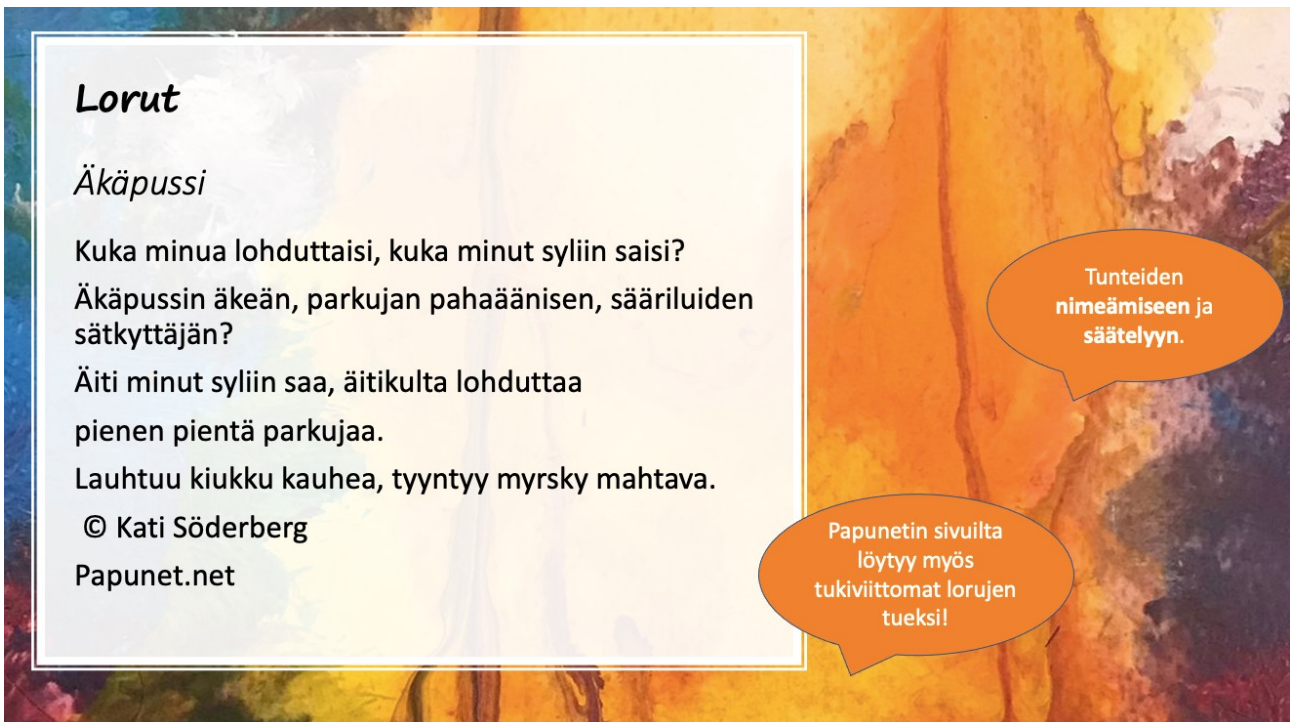
Lauhtuu kiukku kauhea, tyyntyy myrsky mahtava.

© Kati Söderberg

Papunet.net

Tunteiden nimeämiseen ja säätelyyn.

Papunetin sivuilta löytyy myös tukiviittomat loruja tueksi!



Tunnemyrskyä

Sää tiedotus ennustaa: epävakaalta vaikuttaa.

Tulossa tunnemyrskyjä, hilpeitä, hurjia hyrskyjä.

Tyrmääviä tyrskyjä: ilon ipanoita, surun sepeleitä,

rakkauten raketteja, pahan mielen paketteja.

Onnen onkia, vihan viikatteita,

kaipuun kyneleitä, tyytyväisyyden tyrnimarjoja.

© Kati Söderberg, Papunet.net

Tunteiden
nimeämiseen.

Papunetin sivuilta
löytyy myös
tukiviittomat lorujen
tueksi!

Räyhäpäivä

Tänään on minulla räyhäpäivä,
ei viihdy huulilla hymynhäivä.

Suusta kuuluu vain murinaa,
laulutkin turhaa lurinaa.

Kuka vei ilon ja naurun?

Ilo lähti lipettiin, nauru kaarsi korkeuksiin.

Harmi tilalle hyppäsi, kiukku syliin kiipesi.

Kuka vei ilon ja naurun?

Raskasta on rähistä, kurkku käheänä kähistä.

Tulispa takaisin hymynhäivä,

olisipa huomenna hyvä päivä.


Tule takaisin ilo ja nauru!

© Kati Söderberg
Papunet.net

Tunteiden
nimeämiseen ja
käsittelyyn.

Papunetin sivuilta
löytyy myös
tukiviittomat lorujen
tueksi!

Antinaho ja Litmanen ovat toteuttaneet opinnäytetyönään tunnetaito-oppaan yhteistyössä Savon vammaisasuntosäätiön hallinnoiman Lastu-projektin kanssa. Oppaassa seikkailevat Rossi- ja Viima-nimiset hahmot. Oppaasta löytyy loruja sekä tunnetarina, jossa on myös tukiviittomat mukana.



Tunnetaito-oppas on nettijulkaisu ja linkki tähän löytyy lähdeluettelosta!



Laulut

- Tunnelaulu tunteiden nimeämisen ja tunnistamisen tueksi:
 - Kielinappu – Miltä tuntuu nallesta? <https://www.youtube.com/watch?v=JFDAoFN2ndY>
- Tunnelaulu tunteiden tunnistamisen ja säätelyn tueksi:
 - Kielinappu – Kiukun kesytys <https://www.youtube.com/watch?v=Ohiivvu4aVo>

Lähdeluettelo:

- Antinaho, V. & Litmanen, I. (2018). *Rossi ja Viima tunnetaitoja opettelemassa – menetelmäopas alle kouluikäisten lasten tunnetaitojen harjoittelemiseksi*. [Opinnäytetyö, Humanistinen ammattikorkeakoulu] <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2018053111596>
- Holm, J. & Niemenmaa, M. (2022). *Tunnetaidot ja sosioemotionaalinen kehitys varhaiskasvatus ikäisillä lapsilla – Vanhempien näkemyksiä tunnekasvatuksesta*. [Opinnäytetyö, Hämeen ammattikorkeakoulu].
- Kielinappu. (1.6.2021). *Kiukun kesytys* [video]. <https://www.youtube.com/watch?v=0hiivvu4aVo>
- Kielinappu. (20.5.2019). *Miltä tuntuu nallesta?* [video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=JFDAoFN2ndY>
- Kuusela, A-M. (2019). *Pelokas Pingviini YLITTÄÄ ITSENSÄ*. Kustannus-Mäkelä Oy.
- Kuusela, A-M. (2019). *Pieni kirja TUNTEISTA*. Kustannus-Mäkelä Oy.

- Papunet.net. (n.d.). *Räyhäpäivä*. <https://papunet.net/kuva/lorut/tunnelorut/rayhapaiva>
- Papunet.net. (n.d.). *Tunnemyrskyä*. <https://papunet.net/kuva/lorut/tunnelorut/tunnemyrskya>
- Papunet.net. (n.d.). *Äkäpussi*. <https://papunet.net/kuva/lorut/tunnelorut/akapussi>
- Patricelli, L. (2020). *Kiukuttaa*. Lastenkeskus.
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. (2019). *Fanni ja ihmeellinen tunnelämpömittari – tunnesäätelyn harjoittelu*. Kumma-kustannus.
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. (2020). *Fanni ja liian jännittävä yö – pelkojen voittamisen harjoittelu*. Kumma-kustannus.



- Pöyhönen, J. & Livingston, H. (2019). *Fanni ja rento laiskiainen – stressin säätelyn ja rentoutumisen harjoittaminen*. Kumma-kustannus.
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. (2019). *Fanni ja suuri tunnemöykky – tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen harjoittaminen*. Kumma-kustannus.
- Riihonen, R. & Suokas, K. (2020). *Aada ja kiukkuleijona*. Kumma-kustannus.
- Taustakuva © Miselle Niemenmaa, 2021

