



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Linnéa Hautala & Maiju Meriläinen

TUNNETAIDOT TUTUKSI: TOIMINNALLINEN
OPINNÄYTETYÖ 4-5-VUOTIAILLE
SUUNNATUISTA TUNNETAITOTUOKIOISTA
PUNAHILKAN PÄIVÄKODISSA

Sosiaali- ja terveysala
2022

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Linnéa Hautala ja Maiju Meriläinen
Opinnäytetyön nimi	Tunnetaidot tutuksi: toiminnallinen opinnäytetyö 4–5-vuotiaille lapsille suunnatuista tunnetaitotuokiosta Punahilkan päiväkodissa.
Vuosi	2022
Kieli	suomi
Sivumäärä	56 + 2 liitettä
Ohjaaja	Tiina Järvelä

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tutkimme tunnetaitokasvatusta ja tunnetaitoja. Tutkimuksemme tarkoituksena oli lisätä ymmärrystä siitä, miten voimme tulevina varhaiskasvatuksen opettajina tukea lasten tunnetaitokasvatusta toiminnallisilla keinoilla. Opinnäytetyön toiminnallinen osuus oli neljä pedagogista tunnetaitotuokiota, joiden aikana havainnoimme, miten lasten tunnetaidot näkyvät tuokioiden aikana, ja miten suunnittelemamme tuokit tukevat lasten tunnetaitokasvatusta.

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä kuvaillaan lasten tunnetaitoihin ja tunnetaitokasvatukseen liittyviä käsitteitä. Lisäksi viitekehyksessä kerrotaan varhaiskasvatuksesta yleisesti. Teoriaosuudessa avaamme myös, mitä tunnetaidot tarkoittavat ja miksi niitä tarvitaan.

Tutkimus oli kvalitatiivinen eli laadullinen. Havainnointimenetelmänä käytettiin osallistavaa havainnointia. Jokaisen tuokion jälkeen kirjattiin päiväkirjamaisesti havainnointeja, joita oli tehty tuokion aikana. Keskeisenä työvälineenä tuokioiden olivat tunnetaitokortit, joita käytettiin jokaisessa tuokioiden aikana. Tunnetaitoja käytiin läpi dialogisen keskustelun, luovuuden ja visuaalisten kuvien avulla.

Avainsanat tunnetaidot, tunnetaitokasvatus, varhaiskasvatus, tunteet

VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Sosiaaliala

ABSTRACT

Author	Linnéa Hautala and Maiju Meriläinen
Title	Getting to Know Emotional skills: A Practice-Based Thesis on Emotional Skills Session for 4-5-Year-Old Children in Puna-hilkka kindergarten
Year	2022
Language	Finnish
Pages	56 + 2 Appendices
Name of Supervisor	Tiina Järvelä

The purpose of this practice-based bachelor's thesis was to study emotional skills education and children's emotional skills. The aim of this study was to increase understanding and knowledge about how we could support children's emotional skills as future teachers in early childhood education. The practice-based part of the bachelor's thesis was four pedagogical emotional skills sessions during which we observed how children's emotional skills appear in the sessions and how the sessions we organized support children's emotional skills education.

The theoretical part of the bachelor's thesis discusses theories about children's emotional skills and emotional skills education. In addition also early childhood education in general is dealt with. Emotional skills education is an essential part of early childhood education, and in the theoretical part the following topics are dealt with: what emotional skills mean and why they are needed.

The thesis was qualitative. The used research method of these emotional skills sessions was participating observation. After each organized session the observations made during the sessions were documented in diary like notes. Each session had its own theme. Visual emotional skills cards were used as a key tool in every session. Emotions were explored using dialogical discussions, literature, creativity and visual aid.

Keywords	emotional skills, emotional skills education, early childhood education, emotions
----------	---

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	8
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	10
3	TUNNETAIDOT	11
	3.1 Sosiaalisten taitojen kehitys	13
	3.2 Lapsen sosiaalisemotionaalinen kehitys.....	15
	3.3 Lapsen itsesäätelytaidot ja niiden tukeminen	16
	3.4 Temperamentti	17
	3.5 Tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen	19
	3.6 Tunneäly.....	21
	3.7 Tunne-elämä kehityksessä.....	22
4	TUNNETAITOKASVATUS VARHAISKASVATUKSESSA.....	24
	4.1 Varhaiskasvatus	24
	4.2 Tunneilmapiiri varhaiskasvatuksessa	26
	4.3 Dialogisuus lapsen kanssa	28
5	TUNNETAITOJEN KEHITTYMINEN JOHN BOWLBYN KIINTYMYSSUHDETEORIAN MUKAAN	31
	5.1 Kiintymyssuhdeteoria	31
	5.2 Tunneristiriidat.....	33
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	34
	6.1 Tutkimusmenetelmät.....	34
	6.2 Kohderyhmän ja toiminnan kuvaus	35
	6.3 Tunnetaitotuokioiden suunnittelu.....	36
	6.4 Tunnetaitotuokioiden toteutus	36

6.5	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	37
7	TUNNETAIDOT TUTUKSI LAPSILLE	39
7.1.1	Tunnetaitotuokioiden suunnittelu	39
7.2	Tuokio 1.....	40
7.2.1	Suunnittelu.....	40
7.2.2	Toteutus.....	40
7.2.3	Arviointi.....	44
7.3	Tuokio 2.....	45
7.3.1	Suunnittelu.....	45
7.3.2	Toteutus.....	45
7.3.3	Arviointi.....	48
7.4	Tuokio 3.....	48
7.4.1	Suunnittelu.....	48
7.4.2	Toteutus.....	48
7.4.3	Arviointi.....	50
7.5	Tuokio 4.....	50
7.5.1	Suunnittelu.....	50
7.5.2	Toteutus.....	51
7.5.3	Arviointi.....	51
8	YHTEENVETO	53
9	POHDINTA.....	54
9.1	Pohdintaa kiintymyssuhdeteorian näkökulmasta	54
9.2	Pohdintaa tunnetaitokasvatuksen näkökulmasta	54
9.3	Jatkotutkimusaiheet	55
9.4	Lopuksi	56
	LÄHTEET	57

KUVIOLUETTELO

Kuvio 1. Tunnekäsittelyn neliaskeleinen polku. (Livingston & Pöyhönen, 2021)..13

Kuvio 2. Varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan viitekehys (Opetushallitus 2016)26

LIITELUETTELO

LIITE 1. Tiedote lapsiryhmän vanhemmille

LIITE 2. Kaveritaitokortit

1 JOHDANTO

Valitsimme tämän aiheen opinnäytetyöhömmme, koska tunnetaidot ovat mielestämme elämän tärkeimpiä taitoja. Ne ovat osa jokapäiväistä elämäämme ja ne määrittävät paljon sitä, miten toimimme ja millaisia olemme. Viime vuosina tunnetaitojen merkitys on korostunut varhaiskasvatuksessa, ja niiden opettaminen kuuluu jokapäiväiseen arkeen. Kiinnostuksemme tunnetaitokasvatukseen on lähitöisin siitä, että olemme työskennelleet varhaiskasvatuksen parissa. Valitsimme opinnäytetyömme kohteeksi varhaiskasvatuksen ja lapset, sillä haluamme tehdä töitä varhaiskasvatuksen opettajina.

Tunnetaidot liittyvät ihmisen kokonaisvaltaiseen kehitykseen monin eri tavoin. Niillä on vaikutusta esimerkiksi sosiaaliseen kyvykkyyteen, empatiakykyyn, auttamistaitoon, ratkaisukeskeisyyteen, väkivallattomuuteen, sekä kykyyn keskustella tunne-elämän pulmista. Lapsen perhe ja muu ympäristö muokkaavat lapsen tunne-elämän kehitystä ja vaikuttavat paljolti siihen, millainen lapsesta kasvaa. Tunnetaitojen oppiminen tukee lapsen itsetuntoa, tekee arjesta sujuvaa, auttaa lasta oppimaan paremmin, auttaa lasta muodostamaan ihmissuhteita, sekä tukee psyykkistä ja fyysistä terveyttä. (Opetushallitus 2021)

Yksi keskeisimpiä tunnetaitojen opetusmenetelmiä varhaiskasvatuksessa on leikki. Jo pienten lasten keskinäisessä vuorovaikutuksessa tulee tilanteita, jossa lasta ohjaamalla voidaan harjoitella tunnetaitoja. Esimerkiksi jos toista lasta kiukuttaa, voi aikuinen auttaa yhdessä lapsen kanssa pohtimalla, mistä kiukku johtuu ja miten siitä pääsisi yli. Näin voi toimia myös muiden tunteiden kohdalla, kuten pelko, häpeä, innostus ja ihastus. Ilman aikuisen ohjausta lapsiryhmässä voi muodostua ongelmia tunnetaitojen kehityksessä, ja tämän seurauksena jostain lapsesta voi tulla passiivinen ja toisesta määräilevä. (Opetushallitus 2021)

Kaikilla lapsuuden tunnekokemuksilla on vaikutusta aivojen toimintaan ja tunneratojen muotoutumiseen. Nämä emotionaaliset tapahtumat vaikuttavat myös

persoonallisuuden muokkaantumiseen. Jo kolmen ensimmäisen elinvuoden aikana muodostuu suurin osa aivojen hermosoluyhteyksistä ja niiden kehittyminen jatkuu hidastuen noin 13-vuotiaaksi asti. Tunnekokemukset vaikuttavat tunneainvojen alueeseen. Toistuvat ja voimakkaat tunne-elämän kokemukset jättävät lapsen kehitykseen pysyvät jäljet. (Jalovaara 2006, 19)

Tunnetaitoja voidaan tutkia monien eri teorioiden avulla. Valitsimme teoriaksi John Bowlbyn kiintymyssuhdeteorian, sillä sen mukaan kasvattajan ja lapsen välisellä kiintymyssuhteella on suuri vaikutus lapsen tunnetaitojen kehitykseen. John Bowlbyn (1979) kiintymyssuhdeteoria perustuu lapsen varhaisiin kokemuksiin turvasta, hoivasta ja vastavuoroisuudesta hänen itsensä ja vanhempansa välillä. Kiintymyssuhdeteorian mukaan kiintymyssuhteet voidaan jakaa neljään eri malliin: turvalliseen, välttelevään, ristiriitaiseen ja kaoottiseen kiintymyssuhteeseen. Lapsen ja vanhemman välinen kiintymyssuhde luo perustaa sille, millaisia suhteita lapsi luo myöhemmin elämässään. (Sinkkonen 2018, 46–47)

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aiheena on 4–5-vuotiaiden lasten tunnetaitojen tukeminen ja vahvistaminen pienryhmissä toteutettavien tuokioiden avulla. Idea aiheelle tuli omista kokemuksistamme varhaiskasvatuksessa ja se vastasi yhteistyöpäiväkotimme Punahilkkan tarpeita. Kiinnostuimme aiheesta ja halusimme tutkia sitä lisää, koska emme olleet aikaisemmin ohjanneet tai havainnoineet tunnetaitotuokioita. Tutustuttuamme aiheeseen meille vahvistui se, miten tärkeästä aihealueesta on kyse.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa kuvataan tunteita, tunnetaitoja ja niiden kehittymistä, tunnetaitokasvatusta, sekä itsesäätelytaitoja. Tässä osuudessa käsittelemme myös tunnetaitoihin liittyvää tieteellistä teoriapohjaa.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyömme tarkoituksena on lisätä ymmärrystä siitä, miten voimme varhaiskasvatuksen opettajina tukea ja kehittää lasten tunnetaitoja. Haluamme oppia, miten voisimme kehittää lasten tunnetaitoja toiminnallisilla keinoilla, ja millaisilla keinoilla ja menetelmillä se olisi tehokkainta ja pitkäjänteisintä.

Tavoitteenamme on peilata toiminnallisia tunnetaitotuokioita ja niistä tekiä havaintoja teoriapohjaan. Varhaiskasvatuksen ammattilaisina haluamme toimia lapsen parhaaksi ja olla lapselle turvallinen aikuinen, joka näkee sekä kuulee lapsen kaikki erilaiset tunteet. Haluamme oppia ymmärtämään erilaisten lasten käytöstä ja tunne-elämää sekä nähdä lapsi niin yksilönä kuin ryhmän jäsenenä. Kiintymyssuhdeteoriaan tutustuminen mahdollistaa syvemmän ja laajemman ymmärryksen siitä, miten lapsi käyttäytyy sosiaalisissa tilanteissa.

Opinnäytetyömme tarkoitus on perehtyä siihen, millaiset toiminnalliset tunnetaitotuokiot tukevat tietyn ikäisten lasten tunnetaitoja. Koemme, että opinnäytetyömme on tarpeellinen, koska ajattelemme, että tunnetaitokasvatuksen merkitys on lisääntynyt ja tunnetaitoihin liittyvät ongelmat yleistyneet.

Opinnäytetyömme tavoitteena on suunnitella, toteuttaa ja havainnoida neljä pedagogista tunnetaitotuokiota valitsemallemme yhteistyöpäiväkodille. Valitsemamme aihealue on lähtöisin omista kokemuksistamme työskennellessämme varhaiskasvatuksessa. Mielestämme lasten tunnetaitojen kehittäminen ja tukeminen on tärkeää, ja haluamme saada myös itsellemme siihen liittyvää materiaalia tulevaa ammattiamme silmällä pitäen. Haluamme kehittyä monipuolisten tunnetaitotuokioiden suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa.

3 TUNNETAIDOT

Tunnetaidot ovat opittavia ja opetettavissa olevia taitoja, joita ihminen tarvitsee luodakseen tasapainoisen ja tarkoituksenmukaisesti toimivan tunne-elämän. Hyvinvoinnin kannalta tärkeimpiä tunnetaitoja ovat tunteiden tunnistamisen ja tiedostamisen taito, tunteiden avoin ja selkeä ilmaisutaito sekä taito säädellä tunnekokemuksia ja -ilmaisuja. Lapsuuden ihmissuhteilla on näihin taitoihin keskeinen merkitys. Tärkeimpänä ovat lapsuudenkodin ihmissuhteet, mutta myös ammattikasvattajat osallistuvat tunnetaitojen opettamiseen lapsuudessa. (Kokkonen 2018)

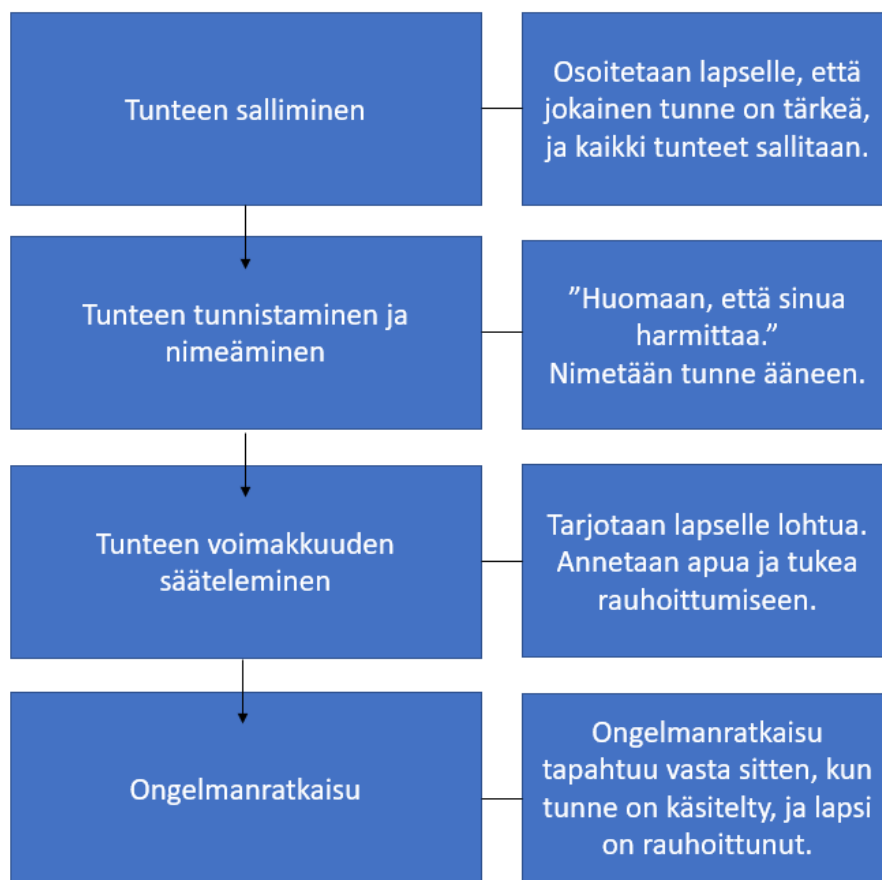
Useissa tutkimuksissa on todettu, että tunnetaitojen opetteleminen jo varhaislapsuudesta lähtien on hyödyllistä. Tunne-elämään liittyvät ongelmat voidaan usein liittää esimerkiksi oppimisvaikeuksiin. Niillä on vaikutus ihmisen itsearvotukseen, minäkäsitykseen ja näkyvät ne usein itsetunto-ongelmina. Tutkimuksissa on käynyt ilmi myös, että kun lapsi osaa tunnistaa erilaisia tunteisiin liittyviä ilmauksia, riski väkivaltaiseen käyttäytymiseen ja päihteiden käyttöön vähenee. Myös sosiaalinen kyvykkyys, kuten itsehillintä, aloitteellisuus ja yhteistyökyky sujuvat helpommin. (Kiviluote 2019, 22-23)

Jalovaaran (2006) mukaan tunnetaidot ovat rinnastettavissa tunnelukutaitoihin. Sillä tarkoitetaan kykyä tunnistaa itsessään ja muissa tunteita ja nimetä niitä, ymmärtää tunteiden alkuperä ja vaikuttaa siihen, miten tunteet ilmenevät eli toisin sanoen tunnekäyttäytymiseen. Tunnetaidoilla tarkoitetaan myös ongelmien ja aggressionsietokykyä, turhautumisen sietoa, kykyä hallita mielijohteita ja käsitellä aggressioita. Tunnetaitoihin kuuluu myös kyky suvaita ja kohdata ihmisiä aidosti. (Jalovaara 2006, 95–98)

Lasten kehitykseen ja vanhemmuuden tukemiseen erikoistuneet psykologit Livingston ja Pöyhönen (2021) kuvailevat tunnetaitoja turvallisuuden tarpeeksi, tarpeeksi olla yhteydessä muihin ihmisiin sekä tulla hyväksytyksi ja arvostetuksi sekä

tarpeeksi toteuttaa itseään ja ideoitaan. Tunteet ovat viestejä, jotka kertovat ihmisen erilaisista tarpeista ja niiden tyydyttämisestä. Esimerkiksi lapsi, joka on peiloissaan, tarvitsee turvallisuuden tunnetta, ja tämä täyttyy lapsen päästessä aikuisen syliin. (Livingston & Pöyhönen 2021, 32)

Syntyessään lapsi ei tiedä, mitä tunteet ovat, miten niitä nimetään tai miten tunteiden kanssa tulisi toimia. Tämän takia tunnetaitoja tulee harjoitella kuten mitä tahansa muitakin ihmisen tarvitsemia taitoja. Ollessaan vuorovaikutuksessa muiden kanssa lapsi oppii tunnetaitoja, ja tässä aikuisella on merkittävä rooli. Aikuisen avulla lapsi oppii hyväksymään, tunnistamaan ja nimeämään sekä itsessään että muissa heräviä erilaisia tunteita, sekä myös ilmaisemaan niitä ymmärrettävästi ja turvallisesti. Lapsi oppii myös tunnetaitojen kehittyessä hahmottamaan, miksi ja millaisissa tilanteissa erilaisia tunteita herää, ja miten niiden voimakkuutta tulisi säädellä. Lapsi alkaa myös ymmärtää, millaisista tarpeista herää tietynlaisia tunnereaktioita. Onnistunut tunnekäsittely etenee neliaskelisen polun mukaan, joka pitää sisällään tunteen sallimisen, tunteen tunnistamisen ja nimeämisen, tunteen voimakkuuden säätelämisen sekä ongelmanratkaisun. (Livingston & Pöyhönen 2021, 33)



Kuvio 1. Tunnekäsittelyn neliaskeleinen polku. (Livingston & Pöyhönen, 2021)

Tunnetaitoja opettelemalla voi tukea lapsen itsetuntoa, auttaa lasta muodostamaan sekä ylläpitämään ihmissuhteita, tehdä lapsen arjesta sujuvampaa, auttaa lasta oppimaan sekä tukea lapsen psyykkistä ja fyysistä terveyttä. (Livingston & Pöyhönen 2021, 33)

3.1 Sosiaalisten taitojen kehitys

Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan esimerkiksi kykyä ryhmässä toimimiseen sekä yhteistyökykyä. Itsensä arvostaminen, itseä koskevat käsitykset, sosiaaliset aiheet ja sosiaalinen ymmärtäminen kuuluvat sosiokognitiivisiin taitoihin. Kun puhutaan sosiaalisesti kyvykkästä lapsesta, tarkoitetaan sillä myönteisesti käyttäytyvää lasta, joka ei reagoi yhtä herkästi provosointiin. Tunnetaidot ja sosiaaliset taidot

ovat kytköksissä toisiinsa siten, että kun osaa tunnistaa ja tiedostaa omat tunteensa, osaa myös huomioida muut sosiaalisissa tilanteissa ja ryhmissä. (Hentilä 2019)

Sosiaaliseen kehitykseen kuuluu myös kiinnostus muita ihmisiä kohtaan. Lapsilla se ilmenee usein uteliaisuutena ja aktiivisena tuttavuuden tekemisenä muita kohtaan. Sosiaalinen lapsi on yleensä kiinnostunut jokaisesta uudesta ihmisestä. Hän katselee uteliaasti uusia ihmisiä ja tutustuu oma-aloitteisesti sekä ryhtyy keskustelemaan helpommin. (Keltikangas-Järvinen 2010)

Keskeisessä roolissa lapsen sosiaalisessa kehityksessä on yhteys toisiin ryhmän jäseniin, hyväksytyksi tuleminen, maine sekä valta-asema. Vertaisryhmässä lapsen on mahdollista solmia ystävyyssuhteita, joilla on yhteys lapsen kognitiivisten ja sosiokognitiivisten taitojen kehittymiseen. Ystävyyssuhteet varhaiskasvatuksessa ovat suuressa roolissa ja niitä tulisi tukea, sillä ne suojaavat lasta negatiivisilta emotionaalisilta kokemuksilta ja torjutuksi sekä kiusatuksi tulemiselta. Tärkeää on, että aikuinen on tietoinen lasten välisten ystävyyssuhteiden luonnosta, jotta voidaan välttyä alistamiselta ja dominoivalta käyttäytymiseltä lasten välillä. (Hentilä 2019)

Keskeisessä asemassa lapsen sosiaalisten taitojen kehityksessä on lapsen rooli päiväkotiryhmässä, koska se voidaan yhdistää esimerkiksi sosiaaliseen pätevyYTEEN. Sosiaalisella pätevyydellä tarkoitetaan esimerkiksi taitoa olla ystävyyssuhteessa ja käyttäytyä niissä reilusti ja ystävällisesti. Sosiaalinen pätevyys tarkoittaa myös hyviä sosiaalisia ja sosiokognitiivisia taitoja. Oppiakseen sosiaalisia taitoja lapsi tarvitsee aikuisen tukea, eivätkä pelkät leikit ja sadut riitä kehityksen toteutumiseen. Aikuisen tulee olla sensitiivinen ja läsnä oleva, joka on lapsen saatavilla tämän ko-kiessa erilaisia tunteita. (Hentilä 2019)

4–5-vuotias lapsi on jo kykenevä ottamaan huomioon paremmin muiden tunteita ja toiveita. Tässä iässä itsekeskeisyys yleensä vähenee. Lapsi osaa osoittaa myötätuntoa, lohduttaa ja houkuttaa muita paremmalle tuulelle. Tämän ikäinen lapsi

nauttii muiden samanikäisten lasten seurasta. Tunteita on kuitenkin usein haastavaa hallita, ja leikeissä voi nousta esille esimerkiksi aggressiivisuutta. Riitojen ratkaisemiseen lapsi kuitenkin alkaa tässä iässä käyttää jo enemmän kielellistä kommunikointia, ja lapsen neuvottelutaidot kehittyvät. (MLL 2017)

4–5-vuotiaana lapsi alkaa arvioida omia kykyjään ja vertailemaan itseään muihin. Lapsen itsetunnolle on suuri merkitys sillä, miten hän pärjää muiden samanikäisten joukossa. Tässä sosiaalisen kehityksen vaiheessa lapsi alkaa kokea ensimmäistä kertaa huonommuuden tunteita, mikäli hän kokee olevansa esimerkiksi muita hitaampi. Lapsi tarvitsee rohkaisua ja lohdutusta aikuiselta sekä hänen taitojensa ja kykyjensä esiin nostamista. (MLL 2017)

Sosiaaliseen kehitykseen kuuluu myös moraalikäsitteiden muuttuminen. Tässä vaiheessa lapsi alkaa pohtia oikean ja väärän sekä hyvän ja pahan eroja. Hän tekee kannanottoja siihen, mikä on oikeudenmukaista. Vilkas mielikuvitus voi johdattaa lasta myös kertomaan epätodellisia asioita. Tällöin on harvoin kyse valehtelusta, lapsi kaippaa vain aikuista kertomaan, missä menee todellisuuden ja sadun raja. (MLL 2017)

3.2 Lapsen sosiaalisemotionaalinen kehitys

Sosiaalisemotionaalinen kehitys pitää sisällään laajan joukon erilaisia taitoja, joita lapsi tarvitsee kyetäkseen käsittelemään tunteitaan ja siten toimimaan sosiaalisesti rakentavalla tavalla. Sosiaalinen ja emotionaalinen kehitys ovat tiiviisti yhteydessä toisiinsa, ja niihin liittyvä tuen tarve on vakiintunut varhaiskasvatukseen. Niillä viitataan esimerkiksi lapsen kykyyn ilmaista ja käsitellä tunteitaan sekä tapaan, millä tavalla lapsi on vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. (Ahonen 2017, 16)

Lapsen sosiaalisemotionaalinen kehitys tapahtuu lapsen ja häntä ympäröivän sosiaalisen todellisuuden vuorovaikutuksen kanssa. Sosiaalisemotionaalinen kehitys alkaa jo vauvana suhteessa häntä hoivaaviin aikuisiin, ja myöhemmin kehitykseen

mukaan tulevat muut lapset sekä kasvatusympäristöt. Myös lapsen geneettinen perimä vaikuttaa sosiaalisemotionaalisten taitojen kehitykseen. Tähän kuuluvat esimerkiksi temperamentti- ja persoonallisuuspiirteet, joita ei kasvatuksella voi muuttaa toislaiseksi. Kasvatuksellisia keinoja voidaan kuitenkin tukea sosiaalisemotionaalisten taitojen kehitystä siten, että lapsi oppii huomioimaan toiset ja ilmaisemaan itseään sosiaalisesti suotuisalla tavalla. (Ahonen 2017, 17)

3.3 Lapsen itsesäätelytaidot ja niiden tukeminen

Itsesäätelyn määritelmänä voidaan pitää ihmisen kykyä säädellä omaa käyttäytymistään, tunteitaan ja tiedostamistaan positiivisesti huomioiden ympärillä olevat ihmiset sekä omat halut ja tavoitteet. Itsesäätelyn kehittymiseen liittyy myös yksilön synnynnäiset kyvyt ja tarpeet, sosiaalinen kanssakäyminen sekä hermoston kehitys ja siihen liittyvät mahdollisuudet tietoiseen kehitykseen. Itsesäätely mahdollistaa kyvyn keskittyä ja ratkaista ongelmia. Ilman itsesäätelykykyä lapsi ei pysty kommunikoida muiden kanssa rakentavasti. Itsesäätelytaitojen kehittyessä lapsi alkaa ymmärtää, mikä on asianmukaista käytöstä missäkin tilanteissa. (Laitinen & Lamponen 2020)

Emotionaalinen itsesäätely voidaan määritellä tietoiseksi tai tiedostamattomaksi kyvyksi tai taidoksi muokata, estää tai kasvattaa emotionaalisia kokemuksia. Kognitiivinen itsesäätely määritellään kyvyksi suunnitella ja säädellä kognitiivisia prosesseja, kuten ajattelua ja toiminnanohjausta niin, että se mahdollistaa esimerkiksi tarkkaavaisuuden. Itsesäätely auttaa lasta esimerkiksi kykenemään herättämään itsessään ilon ja uteliaisuuden tunnetiloja vastoinkäymisistä huolimatta. (Veijalainen 2020)

Lapsen kyky säädellä omia tunteitaan vaihtelevat kodin ja varhaiskasvatuksen välillä. Haastavat ja kuormittavat elämäntilanteet vaikuttavat lapsen itsesäätelyyn. Levolla ja ravinnolla on keskeinen merkitys lapsen itsesäätelyn kehitykseen. Itsesäätelyn intensiivisin kehityskausi sijoittuu varhaislapsuuteen, ja kehittyminen

tarvitsee suotuisat kasvuolosuhteet ja vuorovaikutuksen muihin. (Veijalainen 2020)

Virikkeitä tarjoava vuorovaikutus vanhemman ja lapsen välillä sekä turvallinen kiintymyssuhde edistävät itsesäätelytaitojen kehittymistä. Myös ympäristöllä on vaikutus siihen, miten lapsi säätelee omia tunteitaan. Se, miten lapsi on vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa, vaikuttaa siihen, miten lapsi voi säädellä itseään ja toimintojaan. Kannustava aikuinen lisää lapsen kykyä kehittää itsesäätelykykyä lapsen pyrkiessä laajentamaan ympäristöään ja itsenäistymään. Varhaiskasvatusiässä itsesäätelytaidot kehittyvät nopeasti, mikäli lapsi saa harjoitella niitä hänelle sopivien taitojen avulla ja aikuinen tukena. (Laitinen & Lamponen 2020) Varhaiskasvatuksessa lapsen itsesäätely kehittyy esimerkiksi siirtymätilanteissa. Siirtymätilanteet vahvistavat ja koettelevat lapsen itsesäätelyä monin tavoin. Tähän sisältyy esimerkiksi oman vuoron odottaminen ja ympäristön havainnointikyky. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 96)

Aikuisen tuella on merkittävä rooli lapsen itsesäätelytaitojen kehittämisessä. Aikuisen on tärkeää sietää lapsen tunteita hermostumatta, oli lapsi millaisessa tunnekuohussa tahansa. Tunnekuohun vallassa oleva lapsi hyötyy esimerkiksi siitä, että aikuinen rauhoittelee ottamalla lapsen esimerkiksi syliin ja kiinnittää huomiota rauhoittavaan äänensävyyn. Tällaisessa tilanteessa aikuiselta odotetaan itsehillintää, jotta lapsi kokee voivansa näyttää kaikki tunteensa aikuiselle. (Sainio ym. 2020, 41) Lapsen kasvatuksessa itsesäätelytaitojen harjoittelu on keskeistä, sillä itsesäätelytaidot vaikuttavat lapsen kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Lapsen itsesäätelytaitojen ollessa vahvat, vaikuttavat ne tutkijoiden mukaan lapsen terveyteen ja hyvinvointiin. (Sainio ym. 2020, 24)

3.4 Temperamentti

Temperamentilla tarkoitetaan yksilölle tyypillistä reagointi- ja käyttäytymistyyliä, joka erottaa hänet muista. Temperamentin syntyyn vaikuttavat perinnölliset ja

biologiset tekijät sekä piirteiden ilmeneminen varhaisessa vaiheessa. Temperamentti on joukko taipumuksia, ei valmis käyttäytymismalli. Temperamentti määrittää, kuinka helposti ihminen suuttuu, muttei sitä, millä tavalla hän käyttäytyy suuttuessaan. (Huttunen & Istermaa 2015)

Keltikangas-Järvinen (2011) toteaa, että temperamentti ei ole yhteydessä älykkyyteen, kykyihin eikä toimintastrategioihin, mutta vaikuttaa siihen, miten lapsi suhtautuu ylipäänsä oppimiseen sekä millaiset oppimistyyliä ovat hänelle luontevia. Temperamentti on pysyvä taipumus. Se viittaa tyyliin, jolla ihminen toimii, muttei kerro ihmisen motiivia tietyllä tavalla toimimiseen eikä kerro sitä, miten hyvin tai huonosti hän toimii. Temperamentti viittaa ihmisen yksilölliseen reagoitumiseen. Se ei tarkoita voimakasta luonnetta, vaan myös rauhallisuus ja hitaus ovat yhtä lailla temperamenttia, ei sen puutetta. Temperamentti on joukko taipumuksia tai valmiuksia, jotka varmistavat sen, että ihmiset tulkitsevat ja reagoivat eri tavoin heissä herääviä emotionaalisia ja fysiologisia tiloja. (Keltikangas-Järvinen 2011, 10)

Temperamentti selittää, miksi sama asia voi olla toiselle yksiköille jännittävä haaste, ja toiselle ahdistuksen lähde, muttei selitä miten ihmiset näissä tilanteissa toimivat. Se selittää siis kokemuksen tai tunteen, muttei ratkaisua. Temperamentti selittää myös sen, miksi toinen ihminen tekee asiat nopeasti ja äänekkäästi, kun taas toinen hiljaisesti ja rauhallisesti, sekä sen, miksi toinen on jatkuvasti huonotuulinen ja toisen sietokyky on loputon. Se määrää, miten herkästi ihminen tulee kärsimättömäksi, muttei määrää sitä, millä tavalla henkilö toimii kärsimättömyyden seurauksena. (Keltikangas-Järvinen 2011)

Lapsen temperamentin tunteminen auttaa vanhempaa tai kasvattajaa ymmärtämään ja kunnioittamaan lasta ja tämän yksilöllisiä tarpeita. Kun lapsen temperamentti on aikuiselle tuttu, pystyy hän tukemaan ja auttamaan lasta kasvussa ja kehityksessä parhaalla mahdollisella tavalla. Synnynnäisellä temperamentilla on vaikutus lapsen kasvuun, mutta temperamentti voi myös kasvun, kehityksen ja kokemusten myötä tuoda esiin aivan uudenlaisiakin piirteitä. (MLL 2021)

Temperamenttityypit jaetaan kolmeen eri ryhmään: helppoihin, haastaviin ja hitaasti lämpeneviin. Kullakin temperamenttityypillä on omat vahvuutensa ja haasteensa. Lasta ei esimerkiksi voi temperamenttityypinsä perusteella leimata tietynlaiseksi tai verrata muihin. Erilaiset temperamenttityypit saattavat näyttäytyä eri tavoin eri ihmisille eri tilanteissa. (MLL 2021)

Lapsen temperamentti vaikuttaa hänen toimintatapoihinsa ja siihen, millaista palautetta hän saa ympäristöltään. Lapsen kehitykselle keskeisessä roolissa on se, miten hänen temperamenttinsa ja käyttäytymistyylinsä yhteensopivat vanhemman temperamenttityylin kanssa. Vanhemman tulisi osata tarjota lapselle sellaista huolenpitoa ja kasvun tukea, mitä lapsi tarvitsee. Näissä tilanteissa on hyvä tunnistaa tilanteet, joissa oman lapsen temperamentti tuntuu haastavalta, ja hakea kasvatustyöhön apua ja tukea. (MLL 2021)

3.5 Tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen

Tunteiden tunnistaminen on ensimmäinen askel tunnetaitojen kehittämisessä. Kun osaa tunnistaa omia tunteitaan, on helpompaa tulkita ja ymmärtää myös muiden tunteita. Jos omien tunteiden tunnistaminen tuottaa hankaluuksia, on vaikea ymmärtää myös omia tunteita. Tyypillisiä tärkeitä tunnistettavia ovat pelko, suru, pettymys, syyllisyys, häpeä, loukkaantuminen ja kateus. Tarpeellista on myös tunnistaa myönteisiä tunteita, kuten tyytyväisyyttä, iloa, uteliaisuutta ja ylpeyttä. Erilaisten eleiden, ilmeiden, äänensävyjen ja kehonkielen avulla pystyy arvioimaan ihmisen tunteita. (Peltokorpi & Saarela 2019)

Lapset tarvitsevat apua ja tukea tunteiden tunnistamisessa ja sanoittamisessa, jotta he eivät pura tunteitaan esimerkiksi fyysisesti satuttamalla toista. Kasvattajan tulisi rohkaista lasta käyttämään sanojaan selittääkseen tunteitaan ja niihin liittyviä tarpeita, sekä tarjota lapselle konkreettisia keinoja tunteiden purkamiseen. Kasvattajat voivat edesauttaa lapsen taitoa tunnistaa ja sanoittaa tunteita selittä-

mällä niitä eri tilanteissa. Kun lapselle annetaan apua negatiivisten tunteiden säätelyssä, voi lapsi näin välttyä vääränlaisesta toiminnansäätelystä tunnekuohutilanteissa. (Ahn 2006)

Aikuista tarvitaan tunteiden tunnistamisessa ja sanoittamisessa. Aikuinen auttaa lasta nimeämään ja tunnistamaan eri tunteita, niiden syitä ja niistä johtuvia seurauksia. Tunteista keskustellessa lapsi oppii sanoja, joita hän voi käyttää kuvatessaan omia tunnetilojaan. Tämä edesauttaa myös muiden tunteiden ymmärtämistä, joka kehittää empatiakykyä ja sosiaalisia taitoja. On myös tärkeää, että aikuinen kertoo ja selittää ääneen omista tunnetiloistaan. Tämä voi myös olla asia, jota kasvattajan täytyy itse harjoitella. Täytyy huomioida se, miten lapsi reagoi aikuisen tunnetiloihin ja pyrkiä tunteen hetkelläkin selittämään lapselle, mitä tunnetta aikuinen kokee ja miksi. Lapsen kanssa voidaan myös pohtia, miten toisen ihmisen tunteisiin voi reagoida ja miten toisen tunnetta voisi helpottaa. Samalla on tärkeää myös havainnoida ääneen lapsen tunteita, esimerkiksi ”minusta näyttää siltä, että olet surullinen” tms. (Neuvokas perhe 2020)

Tunteiden tunnistamisessa oman kehon tarkkailusta on usein hyötyä. Esimerkiksi negatiiviset tunteet kuten viha ja pelko ovat usein sellaisia, joiden reaktioita kehossa on syytä tarkkailla. Tunteilla on usein yhteys fyysiseen olemukseen, ja kun kohdataan voimakkaita tunteita, voi se näkyä esimerkiksi lihasjännityksenä, sykkeen nousuna tai muina fyysisinä oireina. Nämä fyysiset muutokset ovat kuitenkin yksilöllisiä, ja tunteiden aiheuttamat reaktiot vaihtelevat. (Niemi 2013, 191)

Tunteiden tunnistaminen voi olla joskus kuitenkin haastavaa. Sitä hankaloittaa se, että monia eri tunteita voi olla yhtä aikaa. Samaan tunnekuuhuun voi sisältyä esimerkiksi pelkoa, häpeää, kiukkua, onnistumisen kokemusta ja niin edelleen. (Niemi 2014, 60)

3.6 Tunneäly

”Lapsia usein ohjeistetaan, mitä saa tehdä ja mitä ei saa tehdä, mutta yhtä merkittävää olisi sanoittaa lapselle, miksi lapsi toimii kuten toimii ja mitä se mahdollisesti aiheuttaa muissa ympärillä olevissa.” (Köngäs, 2019)

Tunneälyllä tarkoitetaan tunteiden hyväksi käyttämistä ja niiden hallintaa. Sillä tarkoitetaan myös kykyä tuntea kaikkia tunteita ja käyttää hyväkseen tunteiden tuoma informaatiota, mutta myös taitoa ottaa omiin tunteisiinsa etäisyyttä ja ymmärtää, ettei jokaiseen tunteeseen ole pakko reagoida. (Coleman 2008, 11)

Tunneälytaidot voidaan jakaa eri osioihin. Jokaisella osiolla on oma syvyytensä, jotka muuttuvat lapsuudessa opituista yksinkertaisista taidoista iän myötä yhä syvemmiksi taidoiksi. Tästä esimerkkinä voidaan pitää kykyä havaita perustunteita, kuten iloa ja surua ilmeiden ja äänenpainon avulla. (Köngäs 2018)

Tunteiden oikeanlainen tunnistaminen ja hallitseminen ovat tunneälykkyydessä avainasemassa (Köngäs, 2018). Tunneälykkyyttä on omien tunteiden tiedostaminen, itsensä motivoiminen, muiden ihmisten tunteiden havaitseminen sekä kyky hoitaa ihmissuhteita. Omien tunteiden tiedostamisella tarkoitetaan taitoa havaita kaikki omat heräävät tunteensa sekä taitoa ymmärtää syitä, mitkä ovat herättäneet tunteet. Tunteiden hallitseminen on osa tunneälykkyyttä. Sillä tarkoitetaan esimerkiksi turhautumisen sietoa, kiukun hillitsemistä sekä kiukun ilmaisemista soveliaasti. Myös hyvä stressinsieto ja kyky pidättäytyä itsetuhoisesta käytöksestä ovat osa tunneälykkyyttä. (Haaranen, Mätäsjärvi & Rauas 2012)

Sosiaalinen älykkyys on tunneälykkyyden osa-alue. Sillä tarkoitetaan tietoisuutta toisen ihmisen tunteista sekä taitoa oikeanlaiseen reagointiin koskien toisen ihmisen tunnetiloja. Tietoisuus ja havainnointi toisen ihmisen tunteista vaatii empatiaa ja kykyä asettua toisen ihmisen asemaan ja havaita myös nonverbaalista viestintää. Sosiaaliseen älykkyyteen kuuluu myös toisten tarpeista välittäminen sekä läsnäoleva ja keskittynyt kuunteleminen. (Haaranen ym. 2012)

Tunneäly on ihmisen ominaisuus, jota on mahdollista kehittää ja oppia. Tunneälytaitojen oppiminen on yksilöllinen prosessi, joka alkaa itsensä havainnoimisesta ja reflektoinnista. Tunneälykäs ihminen osaa tunnistaa, hallita sekä nimetä tunteita. Hänellä on myös järki ja tunne tasapainossa. Tunneälytaitoja opetellessa myös itsetunto ja elämäntuntokäky kehittyvät. Tunneälyn avulla voidaan ratkaista asioita tasapainoisesti. (Haaranen ym. 2012)

3.7 Tunne-elämä kehityksessä

Usein lasten kanssa toimiessa saattaa unohtua se, kuinka kesken lasten kehitys oikeasti on, etenkin silloin, kun lapsi kokee suuria tunteita. Suurin osa aivojen hermosoluyhteyksistä muodostuu ensimmäisten kolmen elinvuoden aikana, jonka jälkeen muodostuminen jatkuu hidastuen 13 ikävuoteen saakka. Sen sijaan aivokuori ja etuotsalohkot, jotka kontrolloivat toimintaamme ja rauhoittavat meitä, jatkavat kehittymistään aikuisuuteen asti. On siis täysin normaalia, että lasten tunteet tulevat puuskittain ja ovat usein hallitsemattomia. Tunnekokemukset jättävät jäljet tunneaivojen alueelle sekä muokkaavat pitkälti lapsen persoonallisuutta. Toistuvat ja voimakkaat tunteet jättävät lapseen pysyvän jäljen. (Jalovaara 2006) Tällainen toistuva ja voimakas tunne saattaa valitettavan usein olla sellainen, joka vaikuttaa lapsen tunne-elämän kehitykseen negatiivisesti, kuten esimerkiksi häpeän tunne.

Terve häpeän tunne suojaa ja ohjaa ihmistä niin, että hän haluaa noudattaa eettisiä normeja ja välttää haitallista näkyvyyttä. Toisenlainen, negatiivinen häpeän tunne on sellainen, joka alentaa ihmisen itsetuntoa ja saa hänet häpeämään omaa itseään. Häpeä on yksi perustunteista, mutta kun lapsi kokee sen toistuvasti esimerkiksi hylkäämiskokemusten ja torjutuksi tulemisten seurauksena, saattaa hän alkaa hävetä itseään ja kokea esimerkiksi itseinhon tunteita myöhemmällä iällä. Tämän takia on tärkeää, että lapsen annetaan kokea kaikenlaisia tunteita ilman, että niistä aiheutuu häpeän kokemusta, sillä näin lapsi oppii hyväksymään kaikki tunteensa. Tämä ei tarkoita sitä, että lapsi ei saisi kokea häpeää, vaan sitä, että

lapselle ei aiheuteta häpeää, eikä häpeää käytetä esimerkiksi rangaistuksena. Häpeä on yhtä tärkeä tunne, kuin muutkin tunteet ja aikuisen tulee olla lapsen apuna sanoittamassa ja tunnistamassa tätäkin tunnetta. (Jalovaara 2006)

4 TUNNETAITOKASVATUS VARHAISKASVATUKSESSA

4.1 Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatus koostuu lapsen kasvatuksesta, opetuksesta ja hoidosta, joka on suunnitelmallista ja tavoitteellista. Siinä painotetaan pedagogiikkaa, joka tukee lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista. Sen avulla ehkäistään syrjintää, sekä edistään lasten välistä yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa. Sen tavoitteena on edistää lapsen yleistä hyvinvointia, ja varhaiskasvatukseen osallistumisesta päättää lapsen huoltaja, sillä päivähoito toimii huoltajan apuna lapsen kasvatuksessa, sekä mahdollistaa huoltajan osallistumisen työelämään tai opiskeluun. Se on suunnattu 0–6-vuotiaille lapsille, päiväkodin ja perhepäivätoiminnan lisäksi varhaiskasvatusta on myös erilaiset leikki- ja kerhotoiminnot. (Opetushallitus 2021)

Varhaiskasvatuksen sisältöä ohjaa varhaiskasvatussuunnitelma, joka koostuu kolmesta osasta. Perusteista, paikallisesta suunnitelmasta, sekä lapsen henkilökohtaisesta suunnitelmasta. Perusteet ohjaavat ja tukevat varhaiskasvatuksen järjestämistä, kehittämistä ja toteuttamista, niin, että sitä voidaan toteuttaa laadukkaasti ja yhdenvertaisesti koko maassa. Perusteiden pohjalta tehdään paikallinen suunnitelma, joka määrittelee, tukee ja ohjaa paikallista varhaiskasvatuksen järjestämistä. Nämä varhaiskasvatussuunnitelmat ohjaavat lapsen henkilökohtaista varhaiskasvatussuunnitelmaa, joka laaditaan erikseen jokaiselle lapselle päiväkodissa tai perhepäivähoidossa. Suunnitelma tehdään yhdessä lapsen ja hänen huoltajiensa kanssa, sillä se tehdään ennen kaikkea lapsen edun ja tarpeiden mukaisesti, niin, että se on lapselle pedagogisesti tavoitteellista. Varhaiskasvatuksessa lapsiryhmän toiminta suunnitellaan ja toteutetaan niin, että lasten omat tavoitteet toteutuvat. Lasten henkilökohtaisia varhaiskasvatussuunnitelmia tarkennetaan vähintään kerran vuodessa, jotta varhaiskasvatuksen tavoitteellisuus säilyy myös lapsen kasvaessa ja kehittyessä. (Opetushallitus 2018)

Varhaiskasvatussuunnitelman arvoperustan mukaan jokaisen lapsen vuorovaikutus- ja tunnetaitoja on edistettävä. Lapsella on oikeus tulla kuulluksi ja nähdyksi

omana itsenään, yksilönä, sekä ryhmän jäsenenä. Lapsia ohjataan toimimaan sivistyneesti niin, että heillä on taito keskustella arvoista ja ihanteista, kun taas rasismia, kiusaamista tai väkivaltaa ei hyväksytä missään tilanteessa. Lapsilla on oikeus saada kannustavaa palautetta, sekä arvostavaa kohtelua niin, että hän voi kokea itsensä, sekä perheensä arvokkaiksi. Lapsella on varhaiskasvatuksessa oltava mahdollisuus kehittää tunnetaitojaan, käsitystä itsestään, identiteetistään ja maailmankuvastaan omien ajatustensa mukaisesti. (Opetushallitus 2018)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018) kuvaillaan tunnetaitoja seuraavasti: lasten tunnetaidot vahvistuvat, kun heidän kanssaan opetellaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita. (Opetushallitus 2018)



Kuvio 2. Varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan viitekehys (Opetushallitus 2016)

4.2 Tunneilmapiiri varhaiskasvatuksessa

”Lapset unohtavat, mitä heille sanot. Lapset unohtavat, mitä heille opetat. Lapset eivät unohda, mitä sait heidät tuntemaan.” (Uusitalo & Vuorinen 2016)

Varhaiskasvatuksessa tunneilmapiiri on keskeisessä roolissa, sillä päivähoito on yleensä ensimmäinen kerta lapsen elämässä, kun hän on pidempään poissa kotoaan ja huoltajiensa luota. Se on siis suuri erokokemus niin lapselle kuin hänen huoltajalleen. Kun lapsi tulee ensimmäisiä kertoja päiväkotiin, tuntee hän olonsa turvattomaksi ja kaipaa turvaa aikuiselta. Myöhemmin, kun päivähoitopaikka, ja sen lapset ja aikuiset tulevat lapselle tutuiksi, vähenee turvallisuuden hakeminen aikuiselta ja lapsi uskaltaa rohkeammin hakeutua muiden lasten seuraan. Jokainen

lapsi kuitenkin sopeutuu päivähoidon omaan tahtiinsa, sillä lapsen luonteen lisäksi siihen vaikuttaa paljolti lapsen kotoa sisäistetyt kiintymysmallit, sekä perheen tuki lapsen kasvua kohtaan.

Päivähoidon aloituksesta on puhuttava lapsen kanssa ja on suotavaa, että lapsi pääsee etukäteen vierailemaan tulevassa päivähoidopaikassaan, jotta lapsi tietää mitä on tulossa. Kun päivähoido alkaa olisi lapsen sopeutumisen kannalta ensiarvoisen tärkeää, että vanhempi voisi olla hetken päivähoidopaikassa lapsen kanssa niin, että lapsi voi turvallisesti tutustua uuteen ympäristöön. Kun vanhempi tuo lapsen hoitoon, on kiinnitettävä huomiota siihen, että erotilanne hoidetaan lapsen kannalta hyvin. Vanhemmalla ei saa olla kiire ja hänen pitää pystyä keskittymään tilanteessa lapseen. Tärkeää on myös se, että päivähoidopaikalla on vastassa tuttu aikuinen. Huoltaja ei saa kadota paikalta lapsen huomaamatta, vaan hänen täytyy hyvästellä lapsi ja ennakoida päivän kulkua lapselle, kertomalla esimerkiksi milloin on tulossa hakemaan lapsen. (Sinkkonen 2018, 69–73)

Kun lapsi aloittaa päivähoidon, etsii hän sieltä luotettavalta vaikuttavan aikuisen ja hakee turvaa häneltä. Tällöin uusi aikuinen on lapsen kiintymyksen kohteena, kun oma huoltaja ei ole saatavilla. Lapsen kannalta turvallinen ja luotettava aikuinen, on sellainen, joka on herkkä hänen tunteilleen ja vastaa hänen tarpeisiinsa. Professori Thomas Weisnerin mukaan keskeistä ei ole se, että lapsen ja huoltajan välille syntyy turvallinen kiintymyssuhde, vaan se, että lapsi oppii luottamaan ympäröivään maailmaan. Tällaisen luottamuksen lapsi voi saavuttaa, kun hänellä on jo varhain muutamia aikuisia elämässään, joihin hänellä on turvallinen suhde. Näin lapsi oppii luottamaan, ja luomaan suhteita ihmisiin, jotta hän voi olla sosiaalinen ja aktiivinen lapsi. (Sinkkonen 2020, 226–227)

Varhaiskasvatuksen kiintymyssuhteet ja tunneilmapiiri näyttäytyvät erityisen keskeisessä roolissa lapsilla, joiden huoltajilla on mielenterveysongelmia, kuten masennusta. Tällöin lapset eivät saa kotonaan vanhemmalta tarvitsemaansa vuorovaikutusta ja vastausta tunteisiinsa. Tällöin on huomioitava, että lapsella on päivä-

hoidossa mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa, joka kykenee antamaan huomiota lapselle ja vastaamaan hänen tarpeisiinsa ja tunteisiinsa. Myös yhteisleikki aikuisen ja muiden lasten kanssa opettaa lapselle vuorovaikutus- ja tunnetaitoja, joita hän ei välttämättä kotona saa. Esimerkiksi viisivuotias lapsi oppii pitkälti leikin kautta ja jäljittelemällä muita, siksi on tärkeää, että vuorovaikutus ja leikki on monipuolista ja rikasta, eikä pelkkää yksin leikkimistä kotona, vanhemman ollessa liian väsynyt leikkimään lapsensa kanssa. (Sinkkonen 2020, 228–229)

Jotta lapsi voi kokea tunneilmapiirin turvalliseksi, tarvitsee hän aikuiselta läsnäoloa ja yhteistä aikaa, läheisyyttä sekä säännöllistä rytmiä arkeen. Nämä ovat päivähoidon tärkeitä ominaisuuksia, jotka saattavat puuttua kodista, jossa esimerkiksi aikuisen jaksaminen on koetuksella. Tämän takia on lapsella tulisi olla aikuisista koostuva turvaverkko, johon kuuluu muitakin aikuisia kuin omat huoltajat. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015 46-47)

4.3 Dialogisuus lapsen kanssa

”Oppiminen tapahtuu dialogissa, ei monologissa.” (Trogen 2021)

Tilanteissa, jossa olemme vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa, huomioimme toisen ihmisen puheen lisäksi hänen nonverbaalista viestintäänsä, eli ilmeitä, eleitä ja äänensävyä. Mitä pienemmästä lapsesta on kyse, sitä enemmän hän ottaa huomioon nonverbaalista viestintää. Pieni vauva kokee toisen tunteet ominaan, sillä hänellä ei ole kykyä erottaa kenen tunteesta on kyse, isompi lapsi taas näkee puheen ja kehollisen viestinnän kokonaisuutena, kuten aikuisetkin. Lapsen kehitys rakentuu pitkälti hänen ympäristönsä ja vuorovaikutussuhteiden pohjalta, ja siksi sosiaalinen kanssakäyminen on tärkeää, koska vuorovaikutuksen kautta lapsi pääsee osalliseksi sosiaaliseen ympäristöön ja yhteisöihin. (Ahonen 2017, 59-60)

Kun pyritään dialogiin lapsen kanssa, täytyy kasvattajan siis huomioida erityisesti nonverbaalista viestintäänsä. On todettu, että vuorovaikutustilanteessa suunnitteen kaksi kolmasosaa viestinnästä tapahtuu nonverbaalisti, ja hankalissa tilanteissa huomio menee vielä enemmän kehollista kieltä kohti. Tilanteessa, jossa kasvattaja käy vuorovaikutteista kanssakäymistä lapsen kanssa, kasvattajan tulee miettiä viittä eri osaa kehollisesta viestinnästään: tilankäyttöä, kehollista liikehdintää, kasvojen ilmeitä, katseen käyttöä ja suuntaamista, sekä äänen voimakkuutta ja sananpainotuksia. (Hurme & Kyllönen 2014, 78–79)

Lapsen ja aikuisen välisessä kanssakäymisessä aikuinen on usein se, joka johtaa ja vie tilannetta eteenpäin, sillä lapsella ei ole vielä tarvittavia vuorovaikutustaitoja. Tärkeää lasten kanssa toimiessa on hyvän tunneilmapiirin saavuttaminen, sillä näin lapsi saadaan avoimeksi oppimiselle ja vuorovaikutustilanteen kokemiselle, sillä pienetkin vuorovaikutteiset kommunikoinnit ovat tärkeitä lapsen kehityksen kannalta. Keskittyneen ja läsnäolevan mielentilan saavuttaminen on aikuisen vastuulla, ja haastetta tuo lapset, joille tällaisen mielentilan saavuttaminen on haastavaa. Tähän voi vaikuttaa lapsen neurologiset haasteet, mutta myös muutokset lapsen kehityksessä, sekä muutokset lapsen ympäristössä ja arjessa. Myös koetut ihmissuhteet vaikuttavat lapsen vuorovaikutukseen, esimerkiksi päiväkodissa lapsen suhtautumiseen kasvattajaansa kohtaan vaikuttaa huoltajan ja kasvattajan välinen suhde. Ulkoinen oppimisympäristö on myös keskeinen osa, sillä se joko antaa lapselle rauhan keskittyä tai sitten se vie lapsen keskittymisen tai tuo turvattuutta. (Hurme & Kyllönen 2014, 75–76)

Vaikka aikuinen johtaa tilanteita niin, että vuorovaikutus on miellyttävää ja kehittävästä lapselle, vievät lapset kuitenkin käytöksellään kommunikointia eteenpäin. Tämä näkyy esimerkiksi silloin, kun aletaan rakentaa uutta vuorovaikutussuhdetta ja lapsilla on usein tapana ”testata” uutta aikuista. Käytöksellään testaaminen on lapsen tapa ottaa selvää, miten uusi aikuinen reagoi hänen käytökseensä, ja siksi onkin tärkeää, että aikuisella on valmiuksia muuttaa toimintatapaansa lapsesta

riippuen. Esimerkiksi aran lapsen kohdalla aikuinen ymmärtää pysyä etäällä ja puhua lapselle ystävällisesti, jotta lapsi huomaa, että kyseinen aikuinen ja tilanne kokonaisuudessaan on turvallinen. Vilkkaan lapsen kohdalla aikuinen taas on ystävällisestä lähestymistavastaan huolimatta jämäkkä ja kehuu aina tilanteen tullen, näin aikuinen tuo tilanteeseen turvallisuutta asettamalla rajat, mutta osoittamalla kuitenkin, että hän tahtoo lapselle vain hyvää. Näin voidaan nähdä siis aikuisen johtavan kanssakäymistä, vaikka lapsi periaatteessa määrittää tilanteen luonnetta. (Hurme & Kyllönen 2014, 79-81)

5 TUNNETAITOJEN KEHITTYMINEN JOHN BOWLBYN KIINTYMYS- SUHDETEORIAN MUKAAN

John Bowlbyn kehittämä kiintymyssuhdeteoria tutkii ihmisten taipumusta luoda vahvoja suhteita muihin ihmisiin, sekä näiden suhteiden muutoksista aiheutuvia reaktioita ihmisissä. Jo pienellä lapsella on tarve turvautua hoivaavaan aikuiseen, ja erokokemukset aiheuttavat heissä ahdistusta ja stressiä, jolla voi olla kauaskantoisia vaikutuksia. Vaikka Bowlbyn teoriaa on kritisoitu, on sen pohjalta luotu monia teorioita ja sitä on alettu hyödyntämään laajemmin terapiamenetelmissä, sekä lastensuojelussa. (Sinkkonen 2004)

5.1 Kiintymyssuhdeteoria

John Bowlbyn kiintymyssuhdeteorian pohjalta kiintymyssuhteet voidaan jakaa neljään eri kiintymyssuhdemalliin: turvalliseen, ristiriitaiseen (turvattomaan), välttelevään (turvattomaan), sekä kaoottiseen malliin. Tutkija Mary Ainsworth on havainnoinut tavallisten äitien ja vauvojen välistä suhdetta, näiden tutkimusten pohjalta hän löysi kolme erilaista kiintymyssuhdemallia, ja neljäs kiintymyssuhdemalli, kaoottinen (organisoiutumaton), huomioitiin myöhemmissä Mary Mainin tutkimuksissa, kun osaa tutkittavista lapsista ei voitu yhdistää mihinkään aiemmista kolmesta kategoriasta. (Sinkkonen 2018 45, 126)

Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi luottaa siihen, ettei tule hylätyksi, vaikka hän näyttäisi millaisia tunteita tahansa. Hän myös odottaa, että hänet kuullaan ja häntä autetaan tarvittaessa, eli hän on vuorovaikutuksessa muihin ihmisiin. Lapsella on näin mahdollisuus käyttää voimavaransa ulkopuoliseen maailmaan, sillä hänellä on tukenaan turvallinen ja luotettava huoltaja, joka ei yllätä käytöksellään. On todettu, että turvallinen kiintymyssuhde edesauttaa sosiaalisten ja tiedollisten valmiuksien kehittymistä, jolloin lapsi oppii vuorovaikutustilanteissa käyttämään niin tunteitaan, kuin kognitiivisia taitojaan. (Sinkkonen 2018 45–46 & Duodecim, 2020)

Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa huoltajan käytös on epäjohdonmukaista, eikä lapsi osaa ennalta arvata, miten huoltaja tulee käyttäytymään. Aikuinen on joko poissaoleva tai sitten hän vastaa lapsen käytökseen vahvoilla reaktioilla, hetkestä riippuen. Lapsi joutuu keskittymään siihen, miten aikuinen tulee reagoimaan ja millaisessa mielentilassa hän juuri nyt on. Lapsi voi alkaa varomaan omaa käyttötään, mutta toisaalta hän saattaa hakea huomiota suurentelemalla tunneilmaisuuksiaan. Vuorovaikutus on näin ollen jatkuvasti riitaisaa ja tunnepitoista. Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa kasvava lapsi alkaa tarkkailemaan muiden käytöstä, eikä hän näytä omia tunteitaan välttääkseen konflikteja. (Duodecim 2020 & Sinkkonen 2018, 46-47)

Välttelevässä kiintymyssuhteessa huoltaja ei vastaa lapsen tunnekokemuksiin, varsinkaan silloin, kun ne ovat negatiivisia. Huoltaja ei lohduta lasta, eikä auta häntä selviytymään tunnekuohuistaan, ja lapsi huomaa, että hänen negatiiviset tunnekokemuksensa etäännyttävät huoltajan, niinpä hän alkaa säätelemään tunteitaan ja pyrkii käytöksellään miellyttämään muita. Lapsi alkaa sivuuttamaan omia tunnekokemuksiaan ja tarkkailemaan sitä, millainen käytös miellyttää muita ihmisiä. (Duodecim 2020 & Sinkkonen 2018, 46)

Kaoottinen, eli organisoitumaton tai jäsentymätön kiintymyssuhdemalli syntyy useimmiten perheessä, jossa huoltajilla on esimerkiksi alkoholi- tai mielenterveysongelmia. Suuressa osassa kaoottisista kiintymyssuhteista lapsi on saattanut kokea jonkin trauman tai hän on tullut kaltoinkohdelluksi tai laiminlyödyksi, jonka seurauksena lapsi ei luota aikuisiin. Tutkimuksissa on huomioitu lasten käytöksen vaihtelevuus, käytös on epäloogista ja päämäärätöntä, myös lapsen kehollisessa ilmaisussa on omituisia ja ristiriitaisia piirteitä. Kaoottinen kiintymyssuhdemalli aiheuttaa paljon negatiivisia seurauksia lapselle, kuten stressiherkkyyttä, neurobiologisia häiriöitä tai traumaperäisen stressireaktion. Myöhemmän iän kiintymyssuhteita ja vuorovaikutustaitoja ei voi määrittää. (Duodecim 2020 & Sinkkonen 2018, 126-127)

5.2 Tunneristiriidat

Tunneristiriitoja koetaan jo varhaisella iällä, ja syy siihen saattaa olla nykyajan stressaavassa ja kiireisessä elämäntavassa. Tunneristiriita syntyy, kun koetaan erilaisia tunteita samanaikaisesti, mutta tunteiden välille ei löydetä harmoniaa, koska aivot ovat stressitilassa. Tunneristiriidat vaikeuttavat järkevää ajattelua, sekä vaikeuttavat tunteiden ja tekojen hallitsemista. (Jalovaara 2006, 30-31) Tämän takia esimerkiksi monet eroperheiden lapset oireilevat. Lapsi kokee erilaisia tunneristiriitoja perheen sisäisten muutosten takia, kahden kodin välisten erojen takia, sekä huomioidessaan muutoksia siinä, miten perheenjäsenet kommunikoivat keskenään. Esimerkiksi, jos perheen sisällä on riitoja ja lapsi kokee, että hänen tulisi pitää toisen vanhemman puolia riitatilanteissa.

Lapset kokevat tunneristiriitoja saadessaan esimerkiksi kiukkupuuskaa. Lapsi kokee suurta kiukkua ja jopa vihaa, rakasta ja turvallista huoltajaansa kohtaan. Lapsi pelkää tunnetaan ja miettii, mitä hänen suuresta vihastaan aiheutuu, mutta samalla hänen on saatava näyttää vihaisuutensa. Tällöin aikuinen ottaa vihan vastaan ja saattaa hermostua itsekin, mutta viha ei ota hänestä yliotetta, ja hän kykenee kanoivoimaan tunteitaan niin, ettei tunneristiriita aiheuta hänessä kuitenkaan hallitsemattomia tekoja. Lasten tunneristiriitoihin vaikuttaa myös se, että lapsen tunteet ovat hänen egoonsa verrattuna niin suuria, ja tunnetaidot niin riittämättömiä, että hyvin pienetkin asiat saavat lapsen pois raiteiltaan. (Sinkkonen 1995, 84-85)

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

6.1 Tutkimusmenetelmät

Tutkimusmenetelmänä käytämme kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää. Kvalitatiivinen tutkimus on kokonaisvaltaista tiedonhankintaa. Sen tarkoituksena on kuvailla todellista elämää, ja siinä pyritään enemmänkin löytämään tai paljastamaan tosiasioita, kuin todentamaan olemassa olevia väitteitä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157) Keskeistä kvalitatiivisessa tutkimusmenetelmässä on tavoite saada käsitystä ja ymmärrystä siitä, mitä ihmisten toiminnan taustalla on. Laadullisessa tutkimuksessa havainnoinnilla on keskeinen merkitys. Laadullinen tutkimusmenetelmä sopii hyvin toiminnalliseen opinnäytetyöhön, kun tarkoituksena on kerätä näkemyksiä ja kokemuksia kohderyhmästä ja sen toiminnasta.

Meille kvalitatiivinen lähestymistapa opinnäytetyössämme tarkoittaa ymmärryksen lisäämistä siitä, miten lasten tunteet vaikuttavat heidän eri käytösmalleihinsa, ja miten tunnetaitoja voitaisiin kehittää toiminnallisilla menetelmin varhaiskasvatuksessa. Haluamme perehtyä siihen, millaisia tunteisiin liittyviä prosesseja lapset käyvät pedagogisten tuokioiden aikana läpi. Pyrimme saamaan käsitystä siitä, miten tunteet vaikuttavat lasten toimintaan. Tarkoituksenamme on myös kerätä näkemyksiä ja kokemuksia siitä, miten lasten tunnetaidot ilmenevät toiminnallisten tunnetaitotuokioiden aikana.

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena ammatillisessa ympäristössä on käytännön toiminnan ohjeistaminen, opastaminen tai toiminnan järjestäminen. Se voi esimerkiksi olla ammatilliseen käyttöön suunnattu ohje tai opas. Se voi olla myös jonkin tapahtuman toteuttaminen ja järjestäminen. Ammattikorkeakoulun toiminnallisessa opinnäytetyössä korostuu käytännön toteutuksen tärkeys. Ja sen tulee olla työelämälähtöinen ja ammatillisesti pätevä. (Airaksinen & Vilka 2003, 9–10)

Opinnäytetyömme toiminnallinen osuus oli neljän pedagogisen tunnetaitotuokion ohjaaminen 4–5-vuotiaille päiväkodin ryhmäläisille.

Valitsimme ensisijaiseksi havainnointimenetelmäksi osallistuvan havainnoinnin, sillä osallistumme itse aktiivisena osana toimintatuokioon. Lisäksi ryhmän varhaiskasvatuksen opettajat tai lastenhoitajat ovat aktiivisina havainnoijina tuokioissa. Kirjoitamme tuokioiden havaintojen pohjalta vapaamuotoiset, päiväkirjamaiset raportit.

6.2 Kohderyhmän ja toiminnan kuvaus

Valitsimme kohderyhmäksemme 4–5-vuotiaat lapset, koska heillä on jo riittävästi taitoa kommunikointiin ja keskusteluun. 4-vuotias osaa jo kuunnella pitkiäkin tarinoita, pohtii asioita syvällisemmin ja tykkää keskustella aikuisen kanssa. Puhe on kieliopillisesti jo lähes oikeaa, ja mielikuvitus mahdollistaa asioiden yhdistämisen. Vilkkaan mielikuvituksen takia 4-vuotias saattaa huijata tai valehdella, jolloin lapsi tarvitsee aikuisen apua, kun pohditaan, milloin huijaaminen on hauskaa ja milloin se ei ole sopivaa. 4-vuotiaan moraalikäsitys kehittyy voimakkaasti, lapselle keskeistä on hyvän ja pahan sekä oikean ja väärän erot. 4-vuotiaan on vielä melko haastavaa hallita tunteitaan, ja riitatilanteissa lapsi saattaa olla aggressiivinen tai huutaa, mutta tämän ikäisten neuvottelutaidot alkavat kehittyä ja näin ollen riitoja selvitetään yhä enemmän puhumalla. (MLL 2017)

5-vuotias lapsi on entistä enemmän kiinnostunut erilaisten asioiden syistä ja kyselee siksi paljon. Hän uskoo kaikkiin asioihin olevan vastaus, ja saa mielihyvää asioiden oivaltamisesta. Kysymykset saattavat olla syvällisempiä ja koskea esimerkiksi elämän tarkoitusta ja kuolemaa. Hermostuessaan 5-vuotias saattaa olla hyvinkin tuhtunut, ja tuoda sen esille verbaalisesti. Tällöin on tärkeää pohtia lapsen suurta tunnetta ja sitä, millainen vaikutus esimerkiksi haukkumasanoilla on. (MLL, 2017)

5-vuotiaalle kaverit ovat hyvin tärkeitä, ja esimerkiksi päiväkodissa hyvät ystävät erottuvat jo selkeästi. 5-vuotias osaa neuvotella ja pukea tunteitaan sanoiksi. Riitaa ei synny enää niin helposti, ja puhetta voidaan käyttää siihen, että lapsi yrittää tehdä vaikutuksen kavereihinsa. Lapsi osaa puhua jo selkeästi ja kieliopillisesti oikein. 5-vuotiaan moraalinen käsitys on kehittynyt. Lapsi pohtii koko ajan hyvän ja pahan eroa, ja kaipaa vahvistusta ajatuksilleen. Lapsi löytää moraalisia kysymyksiä arjesta ja saattaa suuttua kovasti, jos häntä kohdellaan epäreilusti. Ristiriitatilanteissa lasta kiinnostaa teon lopputulos, eikä tarkoitus. (MLL 2017)

6.3 Tunnetaitotuokioiden suunnittelu

Opinnäytetyömme yhteistyöpäiväkodiksi valitsimme Vaasan kaupungin Punahilkan vuoropäiväkodin. Paikan ja ryhmän valitsimme siksi, koska toinen meistä oli ollut edellisen kesän kyseisessä päiväkodissa varhaiskasvatuksen opettajan sijaisena, joten päiväkotit ja ryhmän lapset ovat osittain tuttuja. Tämä toi luottamusta niin ryhmän aikuisille, kuin lapsillekin ja auttoi siinä, että pystyimme saamaan lapsilta mahdollisimman luontevia ja rehellisiä tuloksia tutkimukseen. Kysyimme kyseisen ryhmän varhaiskasvatuksen opettajalta, olisiko meidän mahdollista toteuttaa opinnäytetyömme tähän ryhmään, ja saimme suostumuksen. Ryhmässä on 18 4–5-vuotiasta lasta.

6.4 Tunnetaitotuokioiden toteutus

Toteutimme tunnetaitotuokiot pienryhmittäin, sillä koimme, että näin sekä me että lapset saamme niistä enemmän irti. Tuokioiden toteutuksessa toinen ohjasi tuokiota ja toinen kirjasi tapahtumia ylös ja toimi enemmän avustajan roolissa, jotta pystyimme tuokioiden aikana ottamaan huomioon ja kuulemaan jokaista lasta.

Halusimme, että jokainen tunnetaitotuokio alkaa samalla tavalla, jotta tuokio näyttäytyisi lapselle tuttuna ympäristönä, jossa on turvallista keskustella tunteista.

Näin lapset muistavat millaisista tuokioista on kyse ja saavat rohkeutta, kun tietävät mitä tekevät. Ennen jokaista tuokiota levitimme tunnetaitokortteja lattialle. Ensin otimme itse kortin, näytimme ja kerroimme, miksi valitsimme juuri sen tunteen, jotta lapset saisivat mallin ja oppisivat yhdistämään kortteja eri tunnetiloihin. Kysyimme lapsilta yksitellen, mikä korteista kuvaa heidän sen päivän ja sen hetken tunnetilaa. Lapsen ei ollut pakko perustella valintaansa, vaan sai tehdä niin halutessaan. Tämän jälkeen kokosimme ajatuksia ja keskustelimme tunteiden hyväksymisestä.

Arvelimme etukäteen, että ensimmäiset tunnetaitotuokiot saattavat olla lapsille haastavia, sillä uusi tilanne ja uudet aikuiset voivat tuntua lapsista jännittäviltä. Halusimme kuitenkin luoda mahdollisimman turvalliset kuvat itsestämme ja tilanteesta, jotta lapsilla olisi mahdollisimman helppo sopeutua tilanteeseen ja että he kokisivat, että meille voi avoimesti puhua.

6.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen eettisyys huomioitiin tiedottamalla osallistuvien lasten huoltajia tutkimuksesta ja sen sisällöstä. Varmistimme, että lasten huoltajilta ei tarvita kirjallista suostumusta lapsen osallistumisesta, mutta lasten huoltajilla oli kuitenkin mahdollisuus olla yhteydessä meihin tai päiväkotiin tutkimukseen liittyvistä asioista. Huomioimme lapsiin liittyen eettisyyden siten, että annoimme lapsille mahdollisuuden itse päättää haluavatko he osallistua tuokioihin, ja he saivat osallistua sen verran, mikä tuntui heistä itsestään miellyttävältä. Koska emme koe, että tutkimuksesta ilmenisi haittaa lapsille tutkimushetkellä tai myöhemmin, arvioimme, että lapsilta ei tarvitse kysyä suostumusta osallistumiseen, vaan pelkkä ulkoinen havainnointi riittää kertomaan sen, jos lapsi ei halua osallistua. (Olli 2019, 105-107)

Huolehdimme lasten yksityisyydestä siten, että he osallistuivat tutkimukseen anonyymisti, lapsia ei kuvattu, tai heidän puhettaan ei nauhoitettu. Tämä tiedotettiin

myös lasten vanhemmille tiedotteessa, joka heille jaettiin hyvissä ajoin ennen tunnetaitotuokioiden pitämistä (ks. liite 1.) Muistiinpanot tunnetaitotuokioista teimme kirjallisesti, lasten nimiä mainitsematta.

Vaikka tutkimuksen tuloksiin vaikuttaa se, että tutkimuksessa huomioidaan vain yhden päiväkotiryhmän lapsia, tiettyinä ajankohtana, hyödyllistä on kuitenkin se, että tuokioihin osallistuvat lapset vaihtelivat. Vaikka muutamat lapset osallistuivatkin useampaan eri tuokioon, ei ryhmän kokoonpano ollut millään kerralla täysin sama. Tämä oli hyödyllistä siksi, että pystyimme saamaan eri tuloksia eri kerroilla, ja huomioimaan lasten välisiä eroja, joten tulokset olivat näin hieman laajempia.

Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttava suuri tekijä on se, että tutkimuksen tekijöitä on kaksi, jolloin pystyimme tulkitsemaan tilanteita laajemmin ja huomioimaan molempien näkemyksiä. Pyrimme kirjaamaan suunnitteluvaiheen tarkkaan ja tekemään muistiinpanoja tuokioiden aikana, jolloin saimme mahdollisimman tarkkoja tuloksia tuokioista. Tuokioissa oli mukana myös lastenhoitajia, joilta olimme tarvittaessa pystyneet myös kysymään näkemyksiä tuokioiden kulusta. Onnistuimme kuitenkin järjestämään tuokiot niin, että toinen pystyi kirjaamaan toisen pitäessä tuokiota. Luotettavuutta lisäsi myös se, että teimme hyvin samankaltaisia tulkintoja tuokioista, jolloin tuokioiden analysoinneissa ei syntynyt epäselvyyksiä lopullisen kirjoittamisen hetkellä.

7 TUNNETAIDOT TUTUKSI LAPSILLE

Halusimme, että jokainen tunnetaitotuokiota samalla tavalla, jotta lapset tietäisivät mitä odottaa ja tilanne tulisi heille jokseenkin tutuksi. Emme olleet ennestään lapsille tuttuja, joten esittelimme itsemme hyvin ja tutustuimme lapsiin ja opettelimme heidän nimiään. Ennen tunnetaitotuokioita laadimme myös ryhmän vanhemmille tiedotteen, jossa kerroimme tuokioista, niiden tarkoituksesta ja opinäytetyöstämme. (Liite 1)

Ennen jokaista tunnetaitotuokiota levitimme tunnetaitokortteja esille kaikkien lasten nähtäville. Näistä korteista lapset saivat valita sen kortin, joka kuvasti heidän sen päivän ja hetken tunnetta. Valitsimme aluksi myös itse tunnetaitokortin, ja perustelimme, miksi valitsimme juuri tämän tunteen. Myös ryhmän työntekijät saivat osallistua tähän. Tähän ratkaisuun päädyimme, sillä halusimme tunnetaitotuokioiden olevan lapsille mahdollisimman mukavia ja luontevia tilanteita. Koimme, että kun mukaan saavat tulla myös heille tutut ja turvalliset ryhmän aikuiset, voivat lapset saada siitä rohkaisua tuokioihin, ja esimerkiksi omista tunteista kertomiseen. Perusteluna valitsemallemme kortille saattoi olla esimerkiksi jokin sinä päivänä tapahtunut asia, tai joku muu perustelu sille tunteelle. Kerroimme lapsille, että omaa tunnekorttiaan ei kuitenkaan tarvitse välttämättä perustella, vain halutessaan.

7.1.1 Tunnetaitotuokioiden suunnittelu

Suunnittelimme, että otamme kolmeen ensimmäiseen tuokioon kahdeksan lasta. Määrän päätimme sillä perusteella, jotta ryhmän koko pysyisi pienenä, mutta se ei tuntuisi kuitenkaan lapsista liian pieneltä, ja he kokisivat tilanteen turvallisena ja saisivat ryhmästä tukea ja rohkeutta. 4–5-vuotiailla lapsilla suhdeluku on 7 yhteen kasvattajaan nähden, koimme, että tämä olisi parhaiten järjestettävissä, jotta ryhmästä vain yhden opettajan tarvitsisi olla valvomassa lapsia. Suunnittelemamme määrä ei kuitenkaan toteutunut, sillä lapsia oli tunnetaitotuokioiden aikana poissa paljon.

7.2 Tuokio 1

7.2.1 Suunnittelu

Ensimmäisen tunnetaitotuokion teemana oli tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen tunnetaitokorttien avulla. Tuokiossa mukana oli kuusi lasta, eli ryhmäkoko oli suunniteltua pienempi. Tuokiossa välineenä käytimme vain Tunteikas Tornado-tunnetaitokortteja. Valitsimme tämän tuokion, koska se oli mielestämme helpoin suunnittelemistamme tuokioista, ja siitä oli helpoin aloittaa. Tässä tuokiossa kehtää lasta ei nosteta juurikaan esille, ja voimme rauhassa tutustua lapsiin ja jutella tunnetaidoista. Tämän tuokion aikana saimme myös käsityksen lasten tunnetaitosaamisesta, ja tämän perusteella pystyimme suunnitella myös seuraavat tuokiomme. Valitsimme tämän tuokion koska tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen on tärkeä taito 4–5-vuotiaalle.

7.2.2 Toteutus

Ensimmäinen tunnetaitotuokio pidettiin ryhmän omassa tilassa. Esittäydyimme lapsille ja kerroimme, minkä takia olemme tulleet päiväkodille. Lapset saivat myös kertoa omat nimensä, ennen kuin aloitimme varsinaista tuokiota. Tunnetaitotuokiossa mukana oli varhaiskasvatuksen resurssiopettaja sekä ryhmän varhaiskasvatuksen lastenhoitaja. Tuokioon osallistui varhaiskasvatuksen resurssiopettaja.

Aloitimme tunnetaitotuokion samalla tavalla, kuin aloitimme kaikki neljä tuokiota. Levitimme lasten eteen monta erilaista tunnekorttia. Näin saimme hyvin aluksi kartoitettua, mitä tunteita lapset tunnistavat, ja miten hyvin he osaavat yhdistää niitä eri tilanteisiin. Ohjeistimme lapsia valitsemaan korteista sen, joka kuvasti parhaiten heidän tämän päivän tai tämän hetken tunnettaan. Esimerkkinä aloitimme itse valitsemalla kortit ja perustelemalla, miksi koimme sen kortin vastaavan omaa päiväämme, ja mietimme yhdessä, mikä tunne kortissa esiintyy. Osaa lapsista piti osallistaa enemmän, koska tilanne oli heille selkeästi uusi ja jännittävä. Heitä ei

pakotettu vastaamaan tai kertomaan omasta kortistaan. Aikuisen avulla osallistimme näitä lapsia niin, että he saivat osoittaa haluamaansa korttia sormella. Yksi lapsi ei osallistunut tuokioon juurikaan, koska hän oli niin innostunut siitä, kun vanha tuttu aikuinen oli tullut pitkästä aikaa paikalle. Hän kuitenkin osasi nimetä tunteita, kun häneltä niitä kysyttiin.

Lapset valitsivat omat korttinsa, ja kävimme yhdessä läpi, mikä tunne kortissa on ja lapsi sai halutessaan kertoa, miksi oli valinnut tämän kortin. Lapset osasivat selkeästi tunnistaa parhaiten tunnetaitokorteista seuraavat tunteet: iloinen, surullinen, kiukkuinen, vihainen. Haastavampia tunteita lapsille oli tunnistaa seuraavat tunteet: häpeä, hämmentynyt, innostunut. Lapset yleensä yhdistivät esimerkiksi innostuneisuuden tunteen iloisuuteen, ja häpeän siihen, että on pahoillaan. Lapset osasivat kuitenkin hyvin valita ja perustella tunnekorttejaan, ja he tiesivät jo paljon tunteisiin liittyvää sanastoa entuudestaan. He osasivat myös taitavasti perustella, miksi valitsivat minkäkin tunnekortin.

”Jännittää, kun tuli uusia aikuisia.”

”Olen pirteä ja iloinen koska olimme ulkona ja nukuin hyvin.”

Osassa käyttämistämme tunnekorteista näkyi jotain muutakin kuin ilme, esimerkiksi joku tekeminen, kuten osoittaminen ja pelaaminen. Joitain lapsia se hämmentä, ja he valitsivat kortin sen perusteella, että siinä oli esimerkiksi pelaamista, ja esitimme tarkentavan kysymyksen, ”miksi valitsit tämän kortin ja tunteen”, lapsi vastasi ”koska haluan pelata myöhemmin”. Sen jälkeen mietimme yhdessä, mikä tunne voisi liittyä pelaamiseen, joka selkeytti lapsille sitä, miten yhdistetään tunteita tiettyihin tilanteisiin.

Kerroimme lapsille kahdeksan heille todennäköisesti tuttua arkipäivän tilannetta. Jokaisen tilanteen kohdalla levitimme lasten eteen kolme selkeästi erilaista tunnetaitokorttia. Kysyimme lapsilta, osaisiko joku kertoa, mikä näistä korteista sopisi

parhaiten edellä mainittuun tilanteeseen. Lapset saivat valita yksi kerrallaan korteista sopivimman. Pohdimme yhdessä lasten kanssa, miksi juuri tämä kortti oli tilanteeseen sopiva, ja mikä tunne kortissa esiintyy. Tämän jälkeen kävimme lyhyen keskustelun yhdessä kaikkien kanssa, jossa pohdimme, missä muissa tilanteissa lapsilla on ollut tällainen tunne ja autamme kertomalla esimerkiksi omia kokemuksiaamme.

Valitsimme tilanteiksi mahdollisimman yksinkertaisia arkipäivän tilanteita, jotka ovat lasten ikätasoon sopivia, ja ne olisi helppo yhdistää tiettyyn tunteeseen. Lapset saivat vastata vuorotellen viittaamalla. Valitsimme seuraavat tilanteet:

1. Kaveri vei minulta lelun kädestä. (Kiukku)
2. Kaveri pyytää minua mukaan kivaan leikkiin. (Iloinen)
3. Päiväkodissa on mielestäni pahaa ruokaa, enkä haluaisi syödä. (Kiukku)
4. Minulla on tänään syntymäpäivät. (Innostus)
5. Rikoin vahingossa päiväkodin lelun, ja aikuinen huomasi. (Häpeä)
6. Kaaduin ja minuun sattui. (Suru)
7. Menen ensimmäistä kertaa hammaslääkəriin. (Jännitys, pelko)
8. Päiväkodissa on ollut kiva päivä. (Kiva, hyväntuulinen)

Ensimmäisessä tilanteessa ”Kaveri vei minulta lelun kädestä” tunnekorttivaihtoehtoina olivat kiukku, ilo ja leikkisä. Lapset osasivat heti nimetä, että kiukku on tilanteeseen sopiva tunne. He perustelivat tunnetta sanoin: ”*Jos kaveri vie kivan lelun kädestä, se ärsyttää*”. Tämä oli selkeästi kaikille lapsille tuttu tilanne, ja kiukun tunne erottui heille selvästi kahdesta muusta tunnevaihtoehdosta.

Toisessa tilanteessa ”Kaveri pyytää minua mukaan kivaan leikkiin” tunnekortti-vaihtoehdot olivat ilo, suru ja hölmistynyt. Lapset valitsivat ensin iloisen tunnekortin, koska tiesivät, että se ilahduttaa, jos kaveri pyytää mukaan leikkiin. Yksi lapsi valitsi kuitenkin tunteeksi myös surun ja perusteli valintaansa sillä, että ”*Jos haluaa olla rauhassa, niin voi tulla surulliseksi*”. Toinen lapsi yhtyi tähän valintaan ja sanoi, että ”*Voi myös tulla surulliseksi, jos kaveri huijaa, minulle on kerran käynyt niin*”.

Kolmannessa tilanteessa ”Päiväkodissa on mielestäni pahaa ruokaa, enkä halua syödä sitä” tunnekorttivaihtoehdot olivat kiukku, hölmistynyt ja tyytyväinen. Tämä oli lapsille selkeästi vaikeampi tilanne, mutta suurin osa lapsista päätyi kuitenkin valitsemaan tunnekorteista kiukun, koska heitä harmittaa, jos on pahaa ruokaa. Yksi lapsista valitsi hölmistyneen kortin, muttei osannut perustella tunnetta itse. Autoimme tilanteessa ja ehdotimme, että voisiko tunne johtua siitä, jos yleensä ruoka maistuu, mutta yllättäen ei maistukaan. Lapsi oli tästä samaa mieltä.

Neljäs tilanne oli lapsille selkeä, koska syntymäpäivä on heille usein merkittävä ja mieleenpainuva hetki, joka on helppo yhdistää tunteeseen. Tässä tilanteessa tunnekorttivaihtoehdot olivat innostus, suru sekä kiukku. Lapset valitsivat heti kortteista innostuneisuuden, koska he kokivat, että syntymäpäivä on asia, josta on syytä olla innoissaan.

Viides tilanne ”rikoin vahingossa päiväkodin lelun, ja aikuinen huomasi” oli lapsille myös melko selkeä. Tässä tilanteessa annoimme lapsille tunnekorttivaihtoehdoiksi häpeän, vihan sekä ilon. Lapset osasivat valita vaihtoehdoista kortin, joka kuvasti häpeän tunnetta. Heillä oli kuitenkin haasteita nimetä häpeän tunnetta, ja he nimesivät sen ”*kun on pahoillaan*”. Kerroimme lapsille, että tämän tunteen voi nimetä häpeäksi, ja että tällaisessa tilanteessa saattaa hävetä. Yksi lapsi osasi heti kertoa, että häpeä on ikävä ja surullinen tunne.

Kuudennessa tilanteessa ”kaaduin, ja minuun sattui” tunnekorttivaihtoehdot olivat surullinen, hölmistynyt ja keskittynyt. Lapset osasivat valita kortista surullisen. Kortti oli selkeä ja helppo valita, sillä hahmo kortissa itki, ja lapset osasivat

yhdistää itkemisen siihen, että kaatuessa sattuu. *”Kaatuminen sattuu ja alkaa itkettää, niin tulee surulliseksi”*. Surullinen -tunnekortti oli lapsille selkeästi helpoiten tunnistettavissa oleva kortti ilon lisäksi.

Seitsemänteen tilanteeseen ”menen ensimmäistä kertaa hammaslääkəriin” annoimme tunnekorttivaihtoehtoiksi jännityksen, leikkisän sekä innostuneisuuden. Lapset tiesivät, että kun menee ensimmäistä kertaa hammaslääkəriin ja uuteen paikkaan, se jännittää ja pelottaa.

Viimeisenä tilanteena oli ”päiväkodissa on ollut kiva päivä”. Tunnekorttivaihtoehtoina oli tyytyväisyys, häpeä ja utelias. Tämä oli lapsille selkeä tilanne, ja he valitsivat heti tyytyväisen tunnekortin ja kuvasivat sitä sanoilla iloinen ja kiva.

7.2.3 Arviointi

Yhteenvedona tuokiosta totesimme ryhmän varhaiskasvatuksen lastenhoitajan kanssa, että lapset osallistuivat ensimmäiseen tuokioon hienosti ja olivat siitä innoissaan. Toiminta oli sellaista, johon myös ujommat lapset uskalsivat osallistua ja vaikka osaa lapsista jännitti aluksi, rohkaistuivat he kuitenkin nopeasti niin, että kykenivät osallistumaan.

Lapsille tunnesanasto oli jo ennestään tuttua ja tunteiden nimeäminen sekä tunnistaminen eri tilanteissa oli heille melko helppoa. Tämä näkyi myös siinä, että vaikka lapset osasivat valita selkeimmin tilanteeseen sopivan tunteen, alkoivat he myös soveltamaan muita tunnekortteja tilanteeseen. Lapset myös hyväksyivät sen, että he valitsivat välillä eri tunnetiloja tiettyihin tilanteisiin, eivätkä siis kokee neet, että kuhunkin tilanteeseen olisi vain yksi oikea vastaus. Totesimme myös, että tällä kertaa tuokiossa ei ollut mukana lapsia, joilla olisi esimerkiksi kielellisiä vaikeuksia, joten tunnesanastoa oli helppo harjoitella ja siitä oli myös mahdollista keskustella heidän kanssaan.

Kehittämiskohteena ensimmäiselle tuokiolle totesimme, että olisimme voineet valita haastavampia tilanteita sekä tunnetaitokortteja lapsille valittavaksi. Halusimme valita ensimmäiseen tuokioon mahdollisimman selkeät ja helposti valittavat kortit, koska emme olleet tietoisia siitä, millä tasolla lasten tunnetaidot ovat. Tehtävän helppous kuitenkin rohkaisi kaikkia osallistumaan ja myös ujomprien lasten oli hyvä osallistua, kun he selkeästi ymmärsivät tehtävän ja tiesivät mitä vastata. Totesimme kuitenkin ensimmäisen tuokion jälkeen, että lasten tunnetaidot ovat sillä tasolla, että voimme seuraaviin tuokioihin valita lapsille haastavampia tehtäviä.

7.3 Tuokio 2

7.3.1 Suunnittelu

Toisen tuokion teemaksi valitsimme lapsille jo ennestään varmasti tutun Lorupussi-leikin. Tässä tuokiossa lapsia oli mukana neljä. Välineenä käytimme Tunteikas Tornado -tunnetaitokortteja ja lorupussia. Valitsimme tämän tuokion, sillä Lorupussi-leikki on todella perinteinen ja lapsille tuttu. Lasten on helppo tuoda itseään esille tilanteissa, jotka he kokevat tutuiksi ja turvallisiksi. Tässä tuokiossa tärkeää oli myös mielestämme se, että lapset oppivat yhdistämään tunteita heidän kokemiin tilanteisiin, ja siitä olisi heille hyötyä myös tulevaisuudessa vastaavia tilanteita varten.

7.3.2 Toteutus

Tuokion aloitimme jo viime kerrasta tutulla aloituksella, jolla aloitimme kaikki tunnetaitotuokiot. Tuokiossa paikalla meidän lisäksi oli yksi varhaiskasvatuksen resurssiopettaja sekä kaksi varhaiskasvatuksen lastenhoitajaa. He eivät osallistuneet tuokioon. Levitimme jälleen lasten eteen erilaisia tunnetaitokortteja, joista lapset saivat valita itselleen kortin, joka parhaiten kuvasti heidän päiväänsä. Tuokiossa oli mukana myös uusia lapsia, joten esittelimme heille itsemme. Tällä kertaa mukana oli myös yksi S2 lapsi, eli lapsi, jolla on suomi toisena kielenä. Hänen kanssaan

käytimme selkeämpää kommunikointitapaa ja helpompaa tunnesanastoa. Suurin osa lapsista kertoi avoimesti valitsemastaan kortista ja perustelivat sen myös, kun taas jotkut vaativat enemmän osallistamista. Lapset kertoivat esimerkiksi olevansa iloisia koska tuli taas päivä, kun pidämme tunnetaitotuokion heille.

”Iloinen ja pirteä, kun tuli taas tämä päivä.”

Lorupussileikki oli kaikille tuttu ennestään, ja kaikki osasivat laulaa siihen liittyvän laulun hyvin, ja vaikka lapsia olikin paikalla vaan neljä, he lähtivät tuokioon mukaan rohkeasti ja avoimin mielin.

Lorupussiin valitsimme kaikista selkeimmät ja tutuimmat tunnetaitokortit, joita olimme käyneet läpi jo viime kerralla. Olimme kuitenkin viime kerralla todenneet, että olisimme voineet valita haastavampiakin tunnetaitokortteja. Otimme mukaan siis myös sellaisia, esimerkiksi ahdistunut -tunnetaitokortin. Leikimme perinteistä lorupussia, eli ”kuka saa, kuka saa, lorupussiin kurkistaa, tillin tallin tömpsis... (Lapsen nimi) saa, (lapsen nimi) saa lorupussiin kurkistaa, tillin tallin tömpsis”. Kaikki lapset saivat vuorotellen nostaa pussista kortin. Jokaisen kortin jälkeen keskustelimme, mikä tunne kortissa oli, ja missä tilanteessa tällainen tunne voisi tulla. Kortin nostanut lapsi sai itse kertoa, jos hän on ollut tilanteessa, jossa tällainen tunne on esiintynyt. Autoimme lapsia kertomalla jälleen omia kokemuksia ja esimerkkejä.

Ensimmäisenä pussista nostettiin kortti, jossa tunteena oli ilo. Lapset tunnistivat tämän tunteen heti ja se oli heille yksi selkeimmistä tunnetaitokorteista. Mietimme yhdessä, missä tilanteessa tällaista tunnetta voisi tuntea. Lapset kertoivat esimerkeiksi, että silloin kun menee mummolaan, silloin kun pääsee kotiin ja silloin kun pääsee äidin luo.

Toisena pussista nostettiin ahdistunut -tunnekortti, joka oli lapsille vaikeampi tunnistaa. Mietimme yhdessä, millainen ilme hahmolla oli kortissa ja mitä muita

merkkejä (kuten hikipisara otsalla) näemme siinä. Lapset nimesivät kortin jännitykseksi ja peloksi, ja antoivat esimerkin, että silloin kun äidin auto ei käynnisty, ja silloin kun on rikkonut päiväkodissa lelun. Autoimme lapsia nimeämään kortin myös ahdistuneisuudeksi. Tämän kortin yhteydessä yksi lapsista kertoi, että joskus kun häntä jännittää ja pelottaa paljon, tunnekuuhu ei meinaa millään loppua. Lapsi kertoi, että tunteet vaihtuvat nopeasti, ensin on jännittynyt, sitten vihainen ja sitten surullinen. Hän kertoi, että tunteet eivät joskus meinaa loppua, ja itkuisuus jatkuu. Kerroimme lapsille, että joskus tunteita voi olla niin paljon ja ne voivat olla niin voimakkaita, että voi mennä aikaa, että niistä pääsee yli.

Kolmantena nostettiin kortti, jossa tunteena oli viha. Se oli selvästi selkein kortti lapsille ja jokainen lapsi tunnisti sen heti. Yhdellä lapsella tuli heti mieleen, että hän on vihainen silloin, jos vanhempi suuttuu hänelle, kun hän ei siivoa huonettaan. Muut lapset olivat tästä samaa mieltä, eikä muita esimerkkejä noussut esille. Selvästi lapset tunnistivat heti tilanteen, jossa koetaan molemminpuolista suuttumusta, he ovat vihaisia silloin, kun vanhemmat ovat vihaisia. Esille ei noussut selkeä tilannetta, jossa lapsi kokisi vain itse olevansa vihainen. Pohdimme siis yhdessä, että vihaisuus johtuu usein siitä, kun tulee riitaa jonkun kanssa.

Viimeisenä korttina oli suru. Se oli lapsille myös selkeä tunne ja heillä tuli heti paljon esimerkkejä mieleen. Tämä kortti oli selvästi selkeä siksi, että lapset huomasivat heti, että kuvan hahmo itkee, jolloin tunnistettavissa oli heti selkeä ulkoinen merkki surusta. Lapsilla oli tähän liittyen paljon tilanteita mielessä, esimerkiksi, kun tulee riitaa äidin kanssa, kun kaveri ei leiki, tai kun satuttaa itsensä. Surun tunteen kohdalla lapsilla nousi esiin myös tarve kertoa kokemuksistaan tarkemmin, kuin muiden tunteiden kohdalla. Lapset kertoivat esimerkiksi, että *”silloin voi tulla surulliseksi, jos karkkipäivä peruuntuu”* tai *”kun raastaa porkkanaa tai juustoa raastimella ja siitä tulee haava”*. Surun tunne on selkeästi vahva ja mieleenpainuva, joten annoimme lasten rauhassa kertoa kokemuksistaan.

7.3.3 Arviointi

Emme kokeneet, että tuokiossa olisi ollut juurikaan kehittämiskohteita, koska tuokio onnistui hyvin lasten aktiivisen osallistumisen ansioista. Ollisimme ainoastaan toivonut, että lapsia olisi ollut enemmän, niin kuin olimme ennakkoon suunnitelleet. Toki pienemmässä ryhmässä lapset pääsivät enemmän ääneen, ja he selkeästi kokivat sen tärkeäksi. Kaikki lapset kommentoivat, että tuokiossa oli heidän mielestään kivaa.

7.4 Tuokio 3

7.4.1 Suunnittelu

Kolmannen tuokion teemaksi valitsimme kaveritilanteiden ratkaisemisen. Tässä tuokiossa käytimme Mieli Ry:n (2014) varhaiskasvatukseen tarkoitettuja kaveritaitokortteja (liite 2). Korteissa on eri arkipäiväisiä vuorovaikutustilanteita kaverin kanssa. Tuokiossa oli mukana kuusi lasta. Valitsimme tämän tuokion siksi, koska kaveritaitoja tarvitaan, jotta lapsi voi ylläpitää kaverisuhteita ja viihtyä muiden lasten seurassa. Pienten lasten parissa näkyy kiusaamista, joten on tärkeää, että lasta ohjataan kohtaamaan toiset lapset myönteisesti. (MLL 2019) 4–5- vuotiaiden päiväkotikäisten lasten kaveritaitoihin sisältyy kyky toimia muiden kanssa sekä huomioida muita ja ilmaista itseään, kykyä tunnistaa omia sekä muiden tunteita ja kokea empatiaa sekä taitoja liittyä leikkiin ja tutustua toisiin. (MLL 2017) Valitsimme tämän tuokion myös sen takia, jotta lapset pystyisivät itse ratkaisemaan kaveritilanteita ja ristiriitoja.

7.4.2 Toteutus

Näytimme kaveritilannekortteista (ks. liite 2) yhden kerrallaan ja kysyimme lapsilta esimerkiksi: Mitä tilanteessa tapahtuu? Onko lapsilla omia kokemuksia tällaisesta tilanteesta? Miltä näistä kuvan lapsista tuntuu? Miten tilanteen voisi ratkaista?

Ensimmäisenä oli tilanne (ks. liite 2), jossa lapsi kiusaa toista lasta, koskematta kuitenkaan fyysisesti. Tämän tilanteen tapahtumista lapset eivät osanneet kertoa ilman apukysymyksiä. Lapset huomioivat, että tilanteessa toinen lapsi oli vihainen ja toinen surullinen, ja päättelivät, että näin voi käydä, jos toinen esimerkiksi vie lelun toiselta.

Toisessa tilannekuvassa (ks. liite 2) yksi lapsi oli jätetty pelin ulkopuolelle. Tämän tilanteen lapset tunnistivat heti ja tiesivät, että ulkopuolelle jätetty on varmasti surullinen. Lapset osasivat myös ratkaista tilanteen siten, että ulkopuolelle jätetty lapsi otetaan myös mukaan peliin.

Kolmannessa tilannekuvassa (ks. liite 2) toinen lapsi tönäisee toista. Tämäkin kuva oli lasten mielestä selkeä ja he osasivat heti nimetä, että tönäisevä lapsi on vihainen ja toinen on pelästynyt. Tilanne osattiin myös ratkaista ilman apua. Lasten mielestä tässä tilanteessa mennään heti kertomaan aikuiselle, ja tönivä lapsi pyytää anteeksi.

Seuraavassa kuvassa oli tilanne, jossa lapsi tulee pyytämään toista lasta mukaan peliin (ks. liite 2). Tilanne oli lasten mielestä melko selkeä ja he tiesivät, että kuvassa lapset ovat iloisia. Lapsia kuitenkin mietitytti se, että ehkä toinen lapsi ei haluakaan lähteä mukaan peliin, vaan leikkii mieluummin yksin.

Viidennessä tilannekuvassa (ks. liite 2) lapsi näyttää kieltä toiselle lapselle. Tässä tilanteessa lapsille oli melko epäselvää, mitä kuvassa tapahtuu. He arvelivat, että ehkä toinen sylkee tai purskauttaa vettä toisen päälle, ja toinen lapsi pelkää. Apukysymysten avulla lapset kuitenkin pystyivät toteamaan, että tällainen tilanne ei tuntuisi hyvältä ja siitä voisi tulla surulliseksi. Ratkaisuksi lapset ehdottivat tässäkin aikuiselle kertomista ja anteeksipyyntöä.

Viimeisessä kuvassa oli tilanne, jossa kaksi lasta pitää toisiaan käsistä kiinni (ks. liite 2). Tämän tilanteen tunnelma oli lasten mielestä selkeä, vaikka kuvassa ei tapahtukaan paljoa. Lapset sanoivat heti, että kuvan lapset ovat iloisia, pitävät käsistä kiinni ja ehkä he tanssivat.

7.4.3 Arviointi

Tuokion pohjalta voi todeta, että lasten oli helpompi ymmärtää negatiivisia tilanteita silloin, kun niissä tapahtuu jotain konkreettista ja fyysistä. Lasten oli vaikeampi tulkita vihaisia tai surullisia ilmeitä silloin, kun tilanteessa ei tapahtunut mitään tai kun he eivät pystyneet heti tulkitsemaan, mitä tilanteessa on tapahtunut. Positiivisissa tilanteissa lapset taas helpommin hyväksyivät sen, että mitään ei tapahtu, vaan kaikki vaan ovat tyytyväisiä. Heille oli siis hankalampaa yhdistää positiivisia tunteita ja toisen ilahduttamista erilaisiin tilanteisiin. Kehitettävää tässä tuokiossa ei juurikaan ollut, mutta tämän pohjalta olisi voinut pitää tuokion, jossa kuvien tilalta näytetään videoita kaveritilanteista. Näyttämällä lapsille videoita voitaisiin tutkia, onko lapsille niin sanotut passiiviset tilanteet selkeämpiä kuin pelkät kuvat, kun nähtävissä olisivat kasvojen ilmeiden lisäksi myös kehonkieli ja eleet.

7.5 Tuokio 4

7.5.1 Suunnittelu

Viimeisen tuokion teemaksi valitsimme tunnetaitojen piirtämisen ja sadutuksen. Sadutus on menetelmä, jota käytetään paljon varhaiskasvatuksessa. Se on yhteisöllisyyteen, kuuntelemiseen ja vuorovaikutukseen perustuva menetelmä, jonka tarkoituksena on saada lapsen ääntä kuuluviin. Sadutus rohkaisee lasta, ja sen avulla aikuinen voi tutustua lapseen paremmin. Tähän tuokioon osallistui kuusi lasta. Tuokion aikana paikalla oli varhaiskasvatuksen opettaja sekä varhaiskasvatuksen lastenhoitaja. Välineenä käytimme Fanni -sarjan tunnetaitokirjaa nimeltä ”Fanni ja liian jännittävä yö” (Livingston & Pöyhönen, 2020) sekä piirustusvälineitä. Valitsimme tämän teeman tuokiolle, koska piirtäminen sekä sadun kuunteleminen

on ryhmän lapsille mielekästä tekemistä. Tässä lapset pääsivät käyttämään luovuuttaan, ja myös ne lapset, jotka ovat enemmän introvertteja, pystyivät hyvin osallistumaan ilman että heidän pitäisi jännittää.

7.5.2 Toteutus

Aluksi kertosimme lasten kanssa edellisillä kerroilla opittuja tunteita. Näytimme myös vielä tunnetaitokortteja esimerkkeinä ja pohdimme, mitä tunteita lapset muistavat. Jaoimme jokaiselle piirustusvälineet. Pohdimme yhdessä, miten erilaisia tunteita voisi piirtää, esimerkiksi käyttämällä erilaisia värejä ja piirtämällä eri ilmeitä. Lapset totesivat, että esimerkiksi jännittyneisyyden tunteeseen sopisi sininen ja harmaa väri.

Luimme Fanni -kirjasarjan kirjan melko hidastempoisesti ja mahdollisimman selkeästi, jotta lapsilla oli aikaa kuunnella ja keskittyä kirjassa esiintyviin tunteisiin. Esiitimme välillä välikysymyksiä, jos joku tunne nousi sadussa esille selkeästi, jotta lapset huomasivat, että tästä voisi piirtää. Lapset kuuntelivat satua ja saivat omaan tahtiin piirtää sen pohjalta omaa luovuutta käyttäen. Lopuksi tarkastelemme yhdessä piirustuksia ja mietimme, mitä tunteita niissä esiintyy ja missä kirjan kohdassa ne nousivat esille.

Lasten piirustuksissa he olivat piirtäneet esimerkiksi kasvoja, joilla esiintyi erilaisia ilmeitä. Esimerkiksi jännitys, ilo ja suru olivat tunteita, joita lapset osasivat piirtää hyvin. Oli piirretty myös kaksi hirviötä, jotka kuvasivat jännityksen tunnetta, ja sitä mikä luo pelkoa ja jännitystä. Osalle lapsista tuokio oli liian haastava, ja he alkoivat piirtää paperilleen muita juttuja.

7.5.3 Arviointi

Tässä tuokiossa kehityskohteeksemme pystymme todeta, että tehtävä oli lasten ikä- ja kehitystasoon nähden liian haastava. Lasten oli haastavaa hahmottaa, millä tavalla erilaisia tunteita voisi piirtää. Kehittävänä ideana pohdimme, että tähänkin

olisi voinut ottaa mukaan tunnetaitokortit, joiden avulla lapset olisivat voineet piirtää, ja kopioida korteissa näkyviä ilmeitä ja eleitä.

8 YHTEENVETO

Yhteenvetona opinnäytetyöstämme voimme todeta, sen onnistuneen kokonaisuudessaan hyvin. Yhteistyömme sujui hyvin, ja meillä oli selkeä työnjako koko prosessin ajan. Lähtökohtamme sekä tavoitteemme olivat samankaltaisia, ja koska teemme molemmat varhaiskasvatuksen opettajan pätevyyttä, aihe oli meille mieluinen. Työmme tarkoituksena oli lisätä omaa ymmärrystämme siitä, miten voimme tulevana varhaiskasvatuksen opettajina tukea ja kehittää lasten tunnetaitoja.

Koemme, että opimme toiminnallisia keinoja tunnetaitokasvatukseen liittyen ja uskomme, että voimme ottaa nämä keinot käyttöön työelämässä. Prosessin aikana meille ennalta melko vieras teoriapohja selkiytyi käytäntöön ja teimme molemmat hyviä havaintoja sen pohjalta. Onnistuimme tavoitteessamme oppia ymmärtämään paremmin lasten käytöstä ja tunne-elämää, sekä pystymme nyt näkemään paremmin lapsen, niin yksilönä, kuin ryhmän jäsenenä.

Tarkoituksenamme oli perehtyä siihen, millaiset toiminnalliset tunnetaitotuokiot tukevat 4–5-vuotiaiden lasten tunnetaitoja. Totesimme, että suunnittelemamme ja toteuttamamme pedagogiset tunnetaitotuokiot vastasivat tämän ikäryhmän tunnetaitotasoa. Opinnäytetyömme myötä saimme lisättyä omaa osaamistamme tunnetaitokasvatuksesta ja siihen liittyvän toiminnan suunnittelusta, toteutuksesta ja arvioinnista.

Opinnäytetyömme suunniteltu aikataulu ei täysin toteutunut. Viivästykseen vaikutti muun muassa koronapandemiatilanne, sekä omat aikataululliset ristiriitamme. Kaiken kaikkiaan opinnäytetyömme toiminnallinen osuus viivästyi suunnilleen kahdella kuukaudella, olimme tästä tietoisia ja koimme, että se ei vaikuttanut kuitenkaan opinnäytetyöhömmö negatiivisesti. Olemme kokonaisuudessaan tyytyväisiä toteutukseen sekä lopputulokseen.

9 POHDINTA

9.1 Pohdintaa kiintymyssuhdeteorian näkökulmasta

Teimme huomioita tunnetaitotuokioiden aikana ja totesimme, että suurin osa ryhmän lapsista puhui tunteista avoimesti, sekä osasi nimetä monia eri tunteita. Moni myös kertoi, että he olivat opetelleet tunnetaitoja kotona perheensä kanssa. Tästä pystyimme päättämään sen, että todennäköisesti lapsilla, jotka olivat opetelleet tunnetaitoja kotona, on kokemus turvallisesta kiintymyssuhteesta. Kuten Sinkkonen (2018) toteaa, tämä tarkoittaa sitä, että lapsi luottaa siihen, ettei hän tule hylätyksi, vaikka hän näyttäisi millaisia tunteita tahansa.

Turvallinen kiintymyssuhde myös edesauttaa sosiaalisten valmiuksien kehittymistä, jolloin lapsi oppii käyttämään tunteitaan myös vuorovaikutustilanteissa. Myös tämän pystyimme toteamaan tunnetaitotuokioiden aikana, kun lapset käsitelivät avoimesti tunteisiin liittyviä asioita. Osa lapsista myös toi esiin tilanteita, joissa vanhempi on esimerkiksi vihainen ja lapsi itse koki tämän takia tiettyjä tunteita. Tästä voi päätellä, että lasten kanssa on kotona oltu avoimia tunteista ja lapsille on selitetty tunteiden syitä ja sitä, miten tunteita tulisi käsitellä oikealla tavalla.

9.2 Pohdintaa tunnetaitokasvatuksen näkökulmasta

Kuten varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018) käy ilmi lasten tunnetaidot vahvistuvat, kun heidän kanssaan opetellaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita. Koemme, että tunnetaitotuokioidemme avulla pystyimme edesauttamaan näiden edellä mainittujen tärkeiden taitojen kehittymistä. Tuokioiden myötä koimme, kuinka tärkeää tunnetaitokasvatus on varhaiskasvatuksessa ja mielestämme siihen tulisi kiinnittää entistä enemmän huomiota. Myös lasten mielestä tunnetaitotuokiot olivat innostavia ja he olivat aktiivisesti mukana tuokioidessa, koska tunnetaitotuokioidessa käytetyt menetelmät olivat lapsille mieluisia.

Koimme tunnetaitotuokioiden vahvuudeksi sen, että tuokiot alkoivat aina samantyyppisellä, tutulla ja turvallisella tavalla. Tämän avulla lapset olivat tuokion aikana avoimempia ja rohkeampia osallistumaan. Uskomme, että tähän vaikutti paljon se, että heti alussa lapset huomasivat, että tuokioissa ei ole väärää vastauksia ja ilmapiiri on avoin.

9.3 Jatkotutkimusaiheet

Tunnetaidot ovat tärkeä ja ajankohtainen aihe, sillä ne ovat tärkeimpiä ja kauaskantoisimpia taitoja, joita ihmisellä kehittyy elämänsä aikana. Tunnetaidot vaikuttavat kaikkiin elämän eri osa-alueisiin, joka tekee niistä mielenkiintoisen ja monipuolisen tutkimusaiheen. Tunnetaitojen kehittämisestä on paljon hyötyä, ja lapsena opetellut tunnetaidot vaikuttavat myös koko loppu elämään.

Jatkotutkimusaiheina voisi olla esimerkiksi eri ikäisten lasten tunnetaitojen vertailu pidemmällä aikavälillä. Tämä näyttäisi sen, miten tunnetaidot kehittyvät lapsen iän myötä. Tutkimuskohteena voisi olla myös se, miten tunnetaidot eroavat samana aikana, samalla alueella asuvien, eri ikäisten lasten kohdalla.

Toisena jatkotutkimusaiheena voisi olla myös pitkän tähtäimen tutkimus lasten tunnetaitojen kehittymisestä. Tutkimuksessa voitaisiin tutkia tiettyjen lasten tunnetaitojen kehittymistä vuoden välein, pidemmällä aikatähällällä, esimerkiksi päiväkodista kouluikään asti. Siinä voitaisiin verrata tiettyjä lapsiryhmiä, kuten eroperheiden lapsia ja ydinperheissä kasvaneita lapsia, heidän tunne- ja vuorovaikutustaitojaan, tunneristiriitoja, sekä koettuja kiintymyssuhteita.

Kolmantena jatkotutkimusaiheena voisi olla myös vanhempien näkökulma tunnetaitokasvatukseen, sekä vanhempien omien tunnetaitojen vaikutus lapsiin. Tässä tutkimuksessa vanhempia voitaisiin haastatella ja selvittää, minkälaista tunnetaitokasvatus on ollut heidän lapsuudessaan, ja näkykö se tavassa kasvattaa heidän omia lapsiaan. Tässä voitaisiin myös kysyä vanhempien toiveita lasten tunnetaito-

kasvatusta koskien. Näin saataisiin ajankohtaista tietoa siitä, millaista tunnetaitoihin liittyvää kasvatusta ja toimintaa vanhemmat haluaisivat varhaiskasvatukseen, ja näin nykyistä toimintaa voitaisiin kehittää vanhempia osallistavammaksi ja kasvatuskumppanuuden huomioivammaksi.

Neljäs jatkotutkimusaihe voisi olla oppaan tekeminen varhaiskasvatukseen koskien tunnetaitoja. Oppaassa voisi olla esimerkiksi erilaisia tunnetaitotuokioita, tunnetaitokasvatukseen liittyvää informaatiota sekä materiaaleja. Tämän oppaan avulla tuotaisiin esiin tunnetaitojen tärkeyttä sekä tapoja, miten tunnetaitokasvatusta voitaisiin toteuttaa käytännössä varhaiskasvatuksessa.

9.4 Lopuksi

Opinnäytetyöprosessi on ollut kaiken kaikkiaan opettavainen, taitojamme haastava sekä innostava. Olemme oppineet miten suunnitella, arvioida ja toteuttaa suurempaa projektia. Opimme paljon itsestämme ja toisistamme, ja prosessi vaati meiltä molemmilta joustavuutta, yhteistyötaitoja sekä pitkäjänteisyyttä. Prosessi oli miellyttävä tehdä ja toteuttaa, ja koemme, että se sujui helposti oman motivaatiomme ja kiinnostuksemme ansiosta. Opinnäytetyömme vahvuutena koemme sen käytännönläheisyyden. Pystymme ottamaan prosessistamme mukaan tapoja sekä välineitä, joita hyödyntää työelämässä tulevana varhaiskasvatuksen opettajina.

Olemme tyytyväisiä siihen, miten hyvin opinnäytetyömme toiminnallinen osuus toteutui. Tästä suuri kiitos kuuluu yhteistyökumppanillemme Punahilkan päiväkölle sekä erityisesti Kauris -ryhmän lapsille ja henkilökunnalle. Koemme, että yhteistyö sujui mutkattomasti ja molemmat osapuolet hyötyivät siitä. Kiitämme myös opinnäytetyömme ohjaajaa, lehtori Tiina Järvelää, joka on ollut prosessin ajan kannustava, motivoiva sekä suurena apuna ja tukena.

LÄHTEET

Ahn H. J. 2006. Child care teachers' strategies in childrens' socialization of emotion. Taylor & Francis Online.

Ahonen, L. 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. 16- ,59-60 Jyväskylä. PS-kustannus.

Haaranen, M., Mätäsjärvi, T. & Rauas M. 2012. Tunneäly tutuksi – harjoitteita tunneälyn kehittämiseksi. Ammatillisen opettajakoulutuksen kehittämishanke. Tampereen ammattikorkeakoulu. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/41035/Haaranen_Matasjarvi_Rauas.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Hannukkala, M., Kosonen, S., Marjamäki, E. & Törrönen, S. 2015. Lapsen mieli – Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan, 46-47. Tampere. Juvenes Print – Suomen yliopistopaino Oy.

Hentilä, R. 2019. Tunnetaitoja opettelemassa – toiminnallinen opinnäytetyö viisivuotiaille lapsille suunnatuista tunnetaitotutuksista. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/226465/VALMIS%20OPINN%c3%84YTETY%c3%96.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki. Tammi.

Huttunen, I. & Istermaa K. 2015. Alle kouluikäisen lapsen temperamentti piirteet. Opinnäytetyö. Lahden ammattikorkeakoulu. <https://core.ac.uk/download/pdf/38127039.pdf>

Hurme, K. & Kyllönen, T. 2014. Turvassa! Vahvasta lapsen turvallisuuden tunnetta ja varaudu vaaratilanteisiin, 75-81. Jyväskylä. PS-kustannus.

Jalovaara, E. 2006. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa, 19-21. Tampere. Pilot-kustannus Oy.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki. WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2011. Temperamentti ja koulumenestys. Helsinki. WSOY.

Kiviluote, J. 2019. Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusohjelman avulla. Varhaiskasvattajan käsikirja. 22–23. Turku. JK-Kustannus ja koulutus Oy.

Kokkonen, M. 2018. Tunnetaidot varhais- ja keskilapsuudessa. Mediataide kasvattaa. Viitattu 28.9.2021. <https://mediataidekasvattaa.fi/oppimateriaalit/milta-tuntuu/artikkeli-marja-kokkonen-tunnetaidot-varhais-ja-keskilapsuudessa/>

Köngäs, M. 2018. ”Eihän lapsil oo ees hermoja”. Etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa. Akateeminen väitöskirja. Lapin yliopisto. https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63145/K%c3%b6ng%c3%a4s_Mirja_ActaE_235pdfA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

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

Laitinen, H. & Lemponen H. 2020. Lapsen itsesäätelyn tukeminen varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyö. LAB-ammattikorkeakoulu. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/343574/Laitinen_Harri.pdf.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Lantieri, L. & Coleman, D. 2008. Tunneälyn ja sisäisen vahvuuden kehittäminen. Keinoja tukea keskittymiskykyä ja rauhoittumisen taitoa. Kasvattajan opas. 11. Parainen. Samsaraa Tasapaino-oppaat.

Livingston, H. & Pöyhönen, J. 2020. Fanni ja liian jännittävä yö. 1–29. Jyväskylä. Kumma-kustannus.

Livingston, H. & Pöyhönen, J. 2020. Fanni ja suuri tunnemöykky. Jyväskylä. Kumma-kustannus.

Livingston, H. & Pöyhönen, J. 2021. Fanni ja kiukkuiset kaksoiset. 32–33. Jyväskylä. Kumma-kustannus.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2017. 4–5-vuotiaan lapsen sosiaalinen kehitys. Viitattu 8.10.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2017. 4–5-vuotiaan älyllinen kehitys. Viitattu 21.11.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-alyllinen-kehitys/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2021. Lapsen ja nuoren temperamentti. Viitattu 8.10.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-nuoren-temperamentti/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2019. Lapsen kaverisuhteet. Viitattu 6.1.2022. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapsen-kaverisuhteet/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2017. Päiväkoti-ikäisen lapsen kaverisuhteet. Viitattu 6.1.2022. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/paivakoti-ikaisen-lapsen-kaverisuhteet/>

Mieli Ry. 2014. Kaveritaitokortit varhaiskasvatukseen. <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/kaveritaitokortit-varhaiskasvatukseen/>

Neuvokas perhe -tiimi. 2019. Meidän perheen tunnetaidot. Viitattu 12.10.2021. <https://neuvokasperhe.fi/artikkeli/meidan-perheen-tunnetaidot/>

Niemi, P. 2013. Resuinen ja rikas. Itsetunto, identiteetti, tunteet, tahto. Hämeenlinna. Päivä-osakeyhtiö.

Niemi, P. 2014. Hyvää mieltä & tunteita. Hämeenlinna. Päivä-osakeyhtiö.

Olli, J. 2019. Tutkimuseettisistä sääntelyistä elettyyn kohtaamiseen. Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka II. https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/lasten_ja_nuorten_tutkimuksen_etiikka_ii_web.pdf

Opetushallitus. 2021. Tunnetaitoja oppii harjoittelemalla. Viitattu 21.9.2021. <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/3-tunnetaitoja-oppii-harjoittelemalla>

Opetushallitus. 2018. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Viitattu 19.10.2021. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf

Peltokorpi, J. & Saarela, I. 2019. Tunnetaidoista hyvinvointia. Tunnetaito-opas. Viitattu 1.10.2021. Diakonia-ammattikorkeakoulu. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/168169/TUNNETAITO-OPAS%20%28e-versio%29%20.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

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

Sinkkonen, J. 2018. Kiintymyssuhteet elämänkaareissa, 45–47, 126–127. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria – tutkimus löydöksistä käytännön sovelukseen. 1866. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim. https://www.hameenkesayliopisto.fi/wp-content/uploads/2018/09/sinkkonen_2004.pdf

Sinkkonen, J. 2020. Onnellinen lapsi, 226-229. Helsinki. Werner Söderström osakeyhtiö

Tunteikas Tornado -visuaaliset tunnetaitokortit. 2021. GLWmax.

Trogen, T. 2021. Positiivinen kasvatus. Jyväskylä. PS-kustannus.

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2016. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa. Jyväskylä. PS-kustannus.

Veijalainen, J. 2020. Mitä on lapsen itsesäätely ja mitä sen kehittyminen edellyttää? Tutkittua varhaiskasvatuksesta. Viitattu 28.9.2021. <https://tutkittuavarhaiskasvatuksesta.com/2020/02/07/mita-on-lapsen-itsesaately-ja-mita-sen-kehittyminen-edellyttaa/>

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki. Tammi.

Liite 1. Tiedote lapsiryhmän vanhemmille

Hei kaikki Kauriiden vanhemmat!

Olemme viimeisen vuoden sosionomiopiskelijoita Vaasan ammattikorkeakoulussa, ja teemme varhaiskasvatuksen opettajan pätevyyttä. Teemme tällä hetkellä opinnäytetyötämme, jonka aiheena on **”Tunnetaidot tutuksi: toiminnallinen opinnäytetyö 4–5-vuotiaille lapsille suunnatuista tunnetaitotuokiosta Punahilkan päiväkodissa”**. Teemme opinnäytetyömme Kauris-ryhmään.

Suunnitelmamme mukaan tulemme pitämään Kaurisiin neljä pedagogista tunnetaitotuokiota joulutammikuussa. Tuokioiden käsittelemme erilaisia tunteita, niiden tunnistamista ja sanoittamista, sekä harjoittelemmekin tunnetaitoja. Tuokioiden tavoitteena on lasten tunnetaitojen kehittyminen toiminnallisina keinoina, sekä oman ammatillisuutemme vahvistuminen tulevana varhaiskasvatuksen opettajina.

Opinnäytetyössämme lasten henkilöllisyydet eivät tule ilmi millään tavalla, tuokioita ei kuvata eikä nauhoiteta. Opinnäytetyömme eettisyys on hyväksytty opinnäytetyöohjaajamme (Tiina Järvelä, sosiaalialan lehtori) sekä päiväkodin puolesta. Tuokiot järjestetään pienryhmissä, jossa lapset pääsevät yhdessä kivan tekemisen kautta harjoittelemaan tunnetaitoja 😊 Osallistuminen ei myöskään ole pakollista.

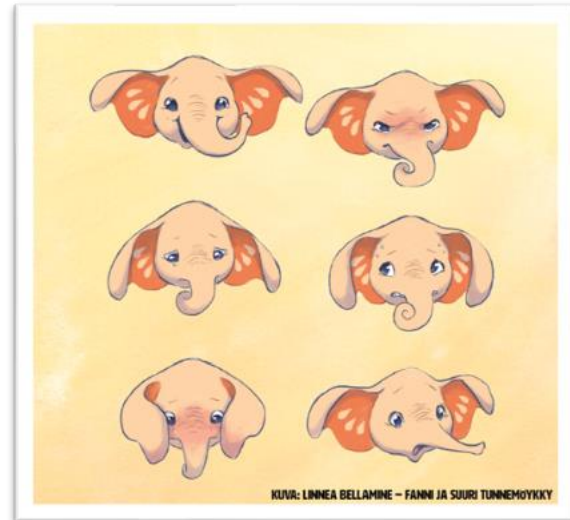
Lopullisen opinnäytetyömme julkaisemme keväällä 2022, ja se on silloin saatavilla kaikille.

Odotamme innolla yhteistyötä! Mikäli teillä herää kysymyksiä liittyen opinnäytetyöhömmme, meihin saa olla yhteydessä sähköpostitse.

linneatthautala@gmail.com

merilinenmajju@gmail.com

Ystävällisin terveisin, Linnéa Hautala & Maiju Meriläinen



Liite 2. Kolmannen tuokion kaveritaitokortit (Mieli Ry, 2014)



Tilanne 1.



Tilanne 2.



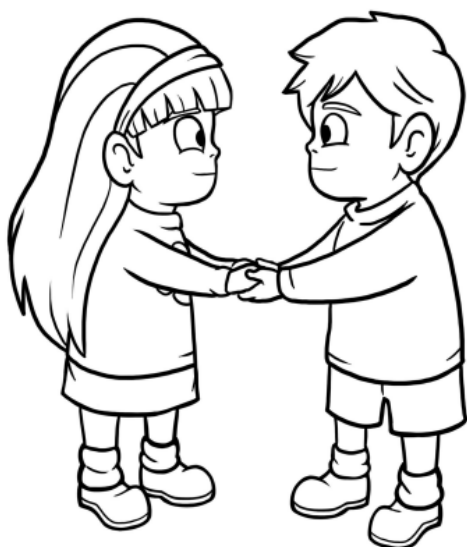
Tilanne 3.



Tilanne 4.



Tilanne 5.



Tilanne 6.