



Kaisa Granat
Maarit-Katariina Kivinen
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK) -diakoniatyö
Opinnäytetyö, 2022

LASTEN TUNNE- JA TURVATAIDOT

Tuokioita Aunelan koulun iltapäivätoiminnassa



TIIVISTELMÄ

Kaisa Granat ja Maarit-Katariina Kivinen
Lasten tunne- ja turvataidot - Tuokioita Aunelan koulun iltapäivätoiminnassa
41 s, 6 liitettä
Kevät 2022
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK) diakoniatyö

Opinnäytetyön tarkoitus oli tutustuttaa iltapäivätoiminnan ohjaajia Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisemaan tunne- ja turvataitokasvatuksen oppaaseen. Mallintamalla oppaan materiaalin käyttöä lapsiryhmässä, pyrittiin lisäämään kasvatusalan ammattilaisten kiinnostusta ja mahdollisuuksia materiaalin hyödyntämiseen sekä vahvistamaan lasten tunne- ja turvataitoja. Tavoitteena oli, että iltapäivätoiminnan omat ohjaajat hyödyntäisivät jatkossa aktiivisemmin kasvun ja kehityksen tueksi laadittua materiaalia lasten kanssa työskennellessään. Iltapäivätoiminnalla on hyvät edellytykset lasten tunne- ja turvataitojen vahvistamiseen, koska toiminta tavoittaa lapset säännöllisesti vakiintuneessa ryhmässä.

Tunteiden ja turvan käsitteisiin tutustuttiin muun muassa keskeisen lainsäädännön, kirkon turvallisuusohjeiden sekä Opetushallituksen ja Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön julkaisujen avulla. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaalin lisäksi esiteltiin muutamia käytössä olevia menetelmiä lasten hyvinvoinnin tukemiseen. Kehittämissosassa toteutettiin yhteistyössä Turun Aunelan iltapäivätoiminnan kanssa lapsille neljän tuokion kokonaisuus tunne- ja turvataidoista. Tuokiot toteutettiin peräkkäisinä viikkoina ja niiden aiheet liittyivät tunteiden tunnistamiseen ja hallintaan, ystävyyteen ja yhdessä olemiseen sekä hyvään oloon ja mielen hyvinvointiin.

Toteutusten jälkeen lapsilta kerättiin palautetta. Sekä lasten kirjallinen, että välittömän palautteen tuokioissa oli pääosin positiivista. Tuokioissa lapsista välittyi motivoituminen ja innostus. Iltapäivätoiminnan työntekijät toimivat aktiivisesti lasten ohjaamisessa tuokioiden eri vaiheissa. He pitivät tuokioita hyvinä ja aiheita tärkeinä. Tuokiot toimivat ohjaajille muistutuksena heidän roolistaan lasten tukena. Ulkopuolisten ohjaamassa tilanteessa heillä oli mahdollisuus tarkkailla ryhmää ja tehdä sen toiminnasta havaintoja. Tuokioiden suunnitelmat ja toteutuksessa mukana ollut maskotti jätettiin Aunelan iltapäivätoiminnan käyttöön. Suunnitelmat jaettiin myös muille Turun kaupungin iltapäivätoimijoille.

Asiasanat: iltapäivätoiminta, katsomuskasvatus, tunne-elämän kehitys, tunnekasvatus, turvallisuus

ABSTRACT

Kaisa Granat and Maarit-Katariina Kivinen

Children's emotional and safety skills – Learning sessions in the afternoon activities of a school

41 p., 6 appendices

Spring 2022

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree in Social Services

Option in Diaconal Work

Bachelor of Social Services

The purpose of the thesis was to acquaint the instructors of children's afternoon activities with the teaching material on emotional and safety skills education published by the Finnish Institute for Health and Welfare. By modelling the use of guide material in a group of children, the aim was to increase the interest and opportunities of educational professionals to utilise the material and to strengthen children's emotional and safety skills. The aim was for the afternoon activities' own instructors to make more active use of the material prepared to support growth and development when working with children in the future. Afternoon activities are well placed to strengthen children's emotional and safety skills, as the activities regularly reach children in an established group.

The concepts of emotion and safety were explored through, among other things, key legislation, church safety guidelines and publications by the Finnish National Agency for Education and the Ministry of Social Affairs and Health. In addition to the teaching material for emotional and safety skills education, a few existing methods for supporting the well-being of children were presented. In the development part, in cooperation with the afternoon activities of Aunela school in Turku, a set of four sessions on emotional and safety skills for children was implemented. The sessions took place during consecutive weeks and their topics were related to identifying and managing emotions, friendship and being together, and well-being and mental well-being.

After the learning sessions, feedback was collected from the children. Both the children's written and immediate feedback during the sessions was largely positive. During the sessions, the children were motivated and enthusiastic. The staff were active in guiding the children at different stages of the sessions. They considered the sessions to be good and the topics important. The sessions served as a reminder to the instructors of their role in supporting children. In a situation where someone else was leading the activities, they had the opportunity to observe the group and the activities. The plans for the sessions and the mascot involved in the implementation were left for Aunela School's afternoon activities. The plans were also shared with other afternoon activity organizers in the city of Turku.

Keywords: afternoon activities, spectator education, emotional development, emotional education, safety

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 LÄHTÖKOHTIA LASTEN TURVALLISUUTEEN	5
2.1 Lapsen oikeus turvaan	5
2.2 Turvataidot kasvun tukena	6
2.3 Turvallisuus kirkon työn lähtökohtana	8
3 TUNTEIDEN TUNNISTAMISEN JA SÄÄTELYN VAIKUTTAVUUS	11
3.1 Tunnetaidot kasvun tukena	11
3.2 Tunteet katsomuskasvatuksessa	13
4 MENETELMIÄ LASTEN HYVINVOINNIN TUKEMISEEN	15
4.1 Tunne- ja turvataito-oppaan materiaali.....	15
4.2 Muita Aunelan koulussa käytössä olevia menetelmiä	16
4.3 Toimenpiteitä yhteiskuntatasolla	18
4.4 Toimenpiteitä kunta- ja järjestötasolla	19
4.5 Turun kaupungin koululaisten iltapäivätoiminta.....	20
6 TOTEUTUS	24
6.1 Menetelmät	24
6.2 Tunne- ja turvataitotuokiot.....	26
6.3 Palautteet.....	31
6.4 Eettiset näkökohdat.....	32
7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	34
LÄHTEET	38
LIITE 1. Ensimmäinen tuokio	42
LIITE 2. Toinen tuokio	44
LIITE 3. Kolmas tuokio	46
LIITE 4. Neljäs tuokio	47
LIITE 5. Lapsille 5.4.2022 tehty kysely tuokioista	48
LIITE 6. Turre-turvakoira	49

1 JOHDANTO

Tunne- ja turvataitojen merkitys lasten kanssa toimittaessa on huomioitu kasvatus- ja koulutoimen sisällön suunnittelussa ja toteutuksessa ja ne ovat osa opetussuunnitelmaa. Varhaiskasvatuksella ja perusopetuksella on tärkeä rooli lasten tunne- ja turvataitojen vahvistamisessa. Lasten lähtökohdista, ominaisuuksista ja temperamentista johtuvat erot eivät saa sulkea ketään asioiden käsittelyn ja kohtaamisen ulkopuolelle. Lasten kotona saama kasvatus ja tuki vaihtelevat perheiden välillä paljon ja on toisinaan riittämätöntä, jopa vahingollista. Päiväkodissa, koulussa, lastensuojelussa sekä koululaisten aamu- ja iltapäivätoiminnassa työskenteleminen on näyttänyt, miten suuri merkitys näillä taidoilla on tasapainoisen kehityksen ja oppimisen tukena. Taitojen omaksuminen vaikuttaa positiivisesti vuorovaikutustaitoihin sekä kykyyn kohdata erilaisia, haastaviakin tilanteita. Ymmärryksen mukaan taitojen varhainen omaksuminen vaikuttaa lapsen elämään kauaskantoisesti ja antaa vankan pohjan myös tasapainoiseen aikuisuuteen.

Työn tavoitteena on vahvistaa tunne- ja turvataitojen tukemisen malleja ja konkretiaa lasten kanssa toimiville aikuisille erityisesti koulun iltapäivätoiminnassa. Hyvätkin menetelmät ja toimintamallit jäävät unohduksiin, jos niitä ei toisteta ja mallinneta aktiivisesti osaksi normaalia ja luontevaa käytäntöä. Asiaa taustoitetaan tutustumalla tunteiden ja turvan käsitteisiin. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemiseen liittyviä asioita tarkastellaan yhteiskunta-, yhdistys- ja kuntatasolla Turun kaupungin alueella. Työhön etsitään näkökulmia aiheeseen liittyvän kirjallisuuden, tutkimuksen, lainsäädännön sekä haastattelujen kautta. Diakoniopiskelijoina mielenkiinto on myös evankelis-luterilaisen kirkon näkökulmassa. Työn toiminnallisen osan pohjana käytettiin Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Tunne- ja turvataitoja lapsille -oppaan materiaalia. Lasten kanssa käsiteltiin neljässä Turun Aunelan koulun iltapäivätoiminnassa toteutetussa tuokioissa oppaasta valikoituja materiaaleja.

2 LÄHTÖKOHTIA LASTEN TURVALLISUUTEEN

2.1 Lapsen oikeus turvaan

Lapsen oikeuksia ja asemaa vahvistamassa ja turvaamassa on Suomen yhteiskunnassa useita lakeja, asetuksia ja kansainvälisiä sopimuksia. Kaikkien niiden sisältö ja tavoitteet kertovat lapsen erityislaatuudesta asemasta sekä suojelun ja tuen tarpeesta, mutta myös aikuisen velvoittavasta vastuusta suhteessaan lapseen. Huoltajan hoiva- ja kasvatustuun lisäksi yhteiskunnalla on paljon lakien määrittämiä velvollisuuksia lapsen turvallisen ja häiriöttömän elämän takaamiseen.

Yhdistyneiden kansakuntien eli YK:n sopimusvaltioita velvoittava Kansalaisoikeuksia ja poliittisia oikeuksia koskeva yleissopimus (24. artikla) määrittelee lasten oikeudet seuraavasti: *"Jokaisella lapsella on ilman rotuun, ihonväriin, sukupuoleen, kieleen, uskontoon, kansalliseen tai yhteiskunnalliseen alkuperään, omaisuuteen tai syntyperään perustuvaa syrjintää oikeus alaikäisyytensä edellyttämään suojeluun perheensä, yhteiskunnan ja valtion taholta"*. (Kansalaisoikeuksia ja poliittisia oikeuksia koskeva kansainvälinen yleissopimus, 1966).

YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen lähtökohta on saman suuntainen. Sopimuksessa (2. artikla) mainitaan, että lasta tulee suojella syrjinnältä ja rangaistukselta, jotka perustuvat hänen vanhempiensa, laillisten huoltajiensa tai muiden perheenjäsentensä asemaan, toimintaan, mielipiteisiin tai vakaumuksiin. Sopimusvaltiot huolehtivat (3. artikla) lainsäädäntö- ja hallintotoimilla lapsen välttämättömän suojelun ja hyvinvoinnin toteutumisesta sekä lapsen edun ensisijaisesta huomioimisesta kaikissa häneen liittyvissä toimissa. Sopimus huomioi (3. ja 18. artikla) lapsen vanhempien, laillisten huoltajien tai muiden hänestä oikeudellisessa vastuussa olevien henkilöiden vastuun, oikeudet ja velvollisuudet, koska heillä katsotaan olevan ensisijainen vastuu lapsen kasvatuksesta ja kehityksestä. Sopimuksen mukaan (6., 13. ja 14. artikla) lapsella on muun muassa synnynnäinen oikeus elämään, ajatuksen-, omantunnon- ja

uskonnonvapauteen sekä vapaaseen mielipiteen ilmaisuun. Sopimus tunnustaa (28. ja 29. artikla) lapsen oikeuden opetukseen, jossa tulee kehittää lapsen persoonallisuutta, lahjoja ja valmiuksia mahdollisimman hyvin. (Yleissopimus lapsen oikeuksista, 1989.)

Lastensuojelulain (L 417/2007) tarkoitus on taata lapselle turvallinen kasvuympäristö, tasapainoinen kehitys ja oikeus erityiseen suojeluun (1. §). Laki määrittelee lasten vanhemmat ja muut huoltajat ensisijaisiksi kasvatusvastuullisiksi, velvoittaen viranomaiset tarjoamaan heille tehtävässä tarvittavaa tukea ja apua sekä mahdollistamaan perheille lastensuojelun tukitoimet (2. §). Laki velvoittaa (9. §) kunnat tukemaan koulupsykologien ja -kuraattorien palveluin lasten koulunkäyntiä ja kehitystä sosiaalisten ja psyykkisten vaikeuksien poistamiseksi ja ehkäisemiseksi. Tuen tarkoitus on kehittää samalla myös koulun ja kodin välistä yhteistyötä.

Oppivelvollisuuslain (1214/2020 1. §) tavoitteena on varmistaa kaikille mahdollisuudet perusosaamiseen ja sivistykseen sekä itsensä kehittämiseen. Lähtökohtana on koulutuksellinen yhdenvertaisuus sekä lasten ja nuorten tasa-arvon ja hyvinvoinnin lisääminen. Oppilas- ja opiskelijahuoltolain (1287/2013 2. §) tarkoitus on muun muassa edistää oppimista, terveyttä, hyvinvointia, osallisuutta sekä turvallisuutta niin yksilö-, yhteisö, kuin ympäristötasolla. Lain pyrkimyksenä on varmistaa tuen saatavuus ja laatu sekä toteutus ja johtaminen monialaisena yhteistyönä toiminnallisena kokonaisuutena.

2.2 Turvataidot kasvun tukena

Turvataidot vahvistavat lapsen itsetuntoa ja itseluottamusta. Turvataitojen vahvistuessa lapsi oppii käsittämään omat rajansa ja oikeutensa turvaan. Taitojen kautta hän saa keinoja tunnistaa vaaratilanteita ja osaa toimia niissä itseään puolustaen. Samalla hän oppii puolustamaan myös toisia ihmisiä ja kohtelevaan heitä kunnioittavasti. Turvataitojen vahvistaminen tukee lapsen mielenterveyttä, elämäntaitoja ja hänen mahdollisuuksiaan myönteisiin ihmissuhteisiin. (Kalland, 2019, s. 141.) Turvalliset ihmissuhteet, joita sosioemotio-

naaliset taidot auttavat muodostamaan, suojaavat lasta haitallisilta suhteilta. Ihmissuhdetaitoihin kuuluu kyky muodostaa ja ylläpitää suhteita, tehdä yhteistyötä ja kommunikoida toisten kanssa taitavasti. Lapsen sosioemotionaalisen kehityksen yksi osa on tietoisuus, joka merkitsee kykyä tunnistaa tunteitaan, ajatuksiaan ja tavoitteitaan sekä ymmärtää niiden vaikutuksia omaan käyttäytymiseen. Kyky säädellä tunteita, asettaa tavoitteita ja pyrkiä niihin, merkitsee itsehallintaa, johon kuuluu myös stressinhallintakyky. Kyky asettua toisen asemaan, osoittaa empatiaa sekä kunnioitusta, on sosiaalista tietoisuutta. Sosioemotionaalisiin taitoihin kuuluu myös vastuullinen päätöksenteko, joka vaatii onnistuakseen syy-seuraussuhteiden ymmärtämistä sekä ongelmanratkaisu- ja reflektointitaitoja. (Karjalainen, 2019, s. 141–142.)

Sosioemotionaalisten taitojen kehittymiseen vaikuttavat lapsen omat ominaisuudet ja kasvuympäristö, johon kuuluu muun muassa perhe, varhaiskasvatus, koulu sekä vapaa-ajan ympäristöt. Perhe on lapsen pysyvin sosiaalinen kasvuympäristö, jolloin vanhempien ja huoltajien merkitys kasvatuksessa on ensisijainen, mutta myös koululla ja varhaiskasvatuksella on merkittävä rooli sosioemotionaalisten taitojen tukemisessa ja opettamisessa. Yksittäiset menetelmät eivät riitä tukemaan lasten sosiaalisia taitoja, vaan lapset harjoittelevat ja oppivat niitä kaikessa kanssakäymisessä. Siksi aikuisten tulee huomioida ja vahvistaa lapsen taitoja konkreettisesti arjen vuorovaikutustilanteissa. (Karjalainen, 2019, s. 143, s. 146.)

Lapsi tarvitsee identiteettinsä määrittämiseen sosiaalisia sidoksia. Lapsen turvallisuus lisääntyy, kun hän pystyy kokemaan elinympäristönsä ja sosiaaliset suhteensa sellaisina, joissa hänellä on lupa puhua avoimesti mieltään askarruttavista asioista ja joissa hän uskaltaa ilmaista tunteitaan. Osallisuus lisää myös turvallisuutta. Kun uhkaavista ja epäoikeudenmukaisista kokemuksista keskustellaan, opitaan ymmärtämään erilaisuutta, joka voi vähentää konflikteja, kuten koulukiusaamista. Asioiden jatkuva sanoittaminen on tärkeää, että ajan mukana muuttuvat syrjinnän ja väkivallan muodot saadaan mahdollisimman nopeasti näkyviin, avoimuudella pystytään myös tukemaan väkivaltaa kokeneiden uskallusta kertoa asioistaan. Osallisuus tarkoittaa, että lapsella on oikeus elää elämäänsä omien kiinnostustensa, arvostuksensa ja taipumustensa perusteella. Lapsen aineellinen ja aineeton perusturva on osallisuuden

edellytys. Lapsi tarvitsee hyväksyntää ja myönteistä palautetta ryhmässä toimimisesta sekä kannattelevan aikuisen tukea. Osallisuuteen liittyy olennaisesti myös, että lapsi voi vaikuttaa asioihin. (Isola, 2019, s. 114–117.)

2.3 Turvallisuus kirkon työn lähtökohtana

Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kaiken toiminnan lähtökohtana on fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen turvallisuus. Sen julkaisemassa, eri yhteistyötahojen kanssa laaditussa *Turvallinen seurakunta* -ohjeistuksessa annetaan kirkon työntekijöille välineitä toimimiseen ja arviointiin turvallisuuden lisäämiseksi erilaisissa tilanteissa. Turvallisuus kietoutuu vahvasti kirkon arvoihin; uskoon, toivoon ja rakkauteen, mutta kirkon toimintaa säätelevät myös monet yhteiskunnan lait, kuten lastensuojelulaki tai riskien ja vaarojen osalta erityisesti kuluttajasuoja- ja perustuslaki. (Suomen ev.lut. kirkko, 2019, s. 6–7.)

Kirkossa arvioidaan päätöksentekoa ja toimintaa lapsen edun näkökulmasta LAVA-työkalun avulla. Arviointi perustuu YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen sekä kirkon omaan ymmärrykseen ja pyrkii lasten hyvinvointia tukeviin ratkaisuihin valinnoissa ja toiminnassa. Asioiden lapsivaikutuksia arvioidaan menetelmän avulla lapsiryhminä huomioiden kuitenkin yksilöiden erilaisuus ja yhdenvertaisuus. Välittömiin vaikutuksiin kuuluvat vaikutukset terveyteen, ihmissuhteisiin, asumiseen, liikkumiseen, osallisuuteen ja osallistumiseen sekä tasa-arvoon. Välillisesti arvioidaan vaikutuksia perheiden talouteen ja palveluihin, yhteisöön ja alueeseen sekä sosiaalisiin suhteisiin. Jeesuksen kehoitus ”Sallikaa lasten tulla, älkääkä estäkö heitä”, on viesti, johon kirkko haluaa sitouttaa ammattilaisensa ja päätöksentekijänsä. Lasten salliminen merkitsee lapselle lupaa olla kokonainen, tulla, olla ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin, kokea merkitystä ja saada kasvulleen tukea aikuisilta. Jeesus korosti opetuksissaan lapsista huolehtimista. Raamatun mukaan lapsilla on aivan erityinen näkökyky, joka aikuisilta puuttuu. Lapsiin liittyvät Raamatun opetuksissa lisäksi toivo ja lupaukset, mutta myös voimattomuus ja suojattomuus, josta johdetaan, että he tarvitsevat aikuisen huolenpitoa. Huolehtiessaan lapsista kirkko

toteuttaa omaa lähetyskäskyyn pohjautuvaa teologista tehtäväänsä. Osallisuus sekä nähdyksi ja kuulluksi tuleminen vahvistavat lapsen kasvua ja terveen minäkuvan kehitystä. (Suomen ev.lut. kirkko, 2015, s. 4–8, s. 14.)

Kirkon työntekijällä on velvollisuus ilmoittaa kunnan sosiaaliviranomaisille, jos hänellä herää huoli toimintaan osallistuvan lapsen turvallisuudesta. Lastensuojelun tarve tulee selvittää, jos lapsen hoito ja huolenpito, kehitystä vaarantavat olosuhteet tai lapsen oma käyttäytyminen sitä edellyttävät. Työntekijän on osattava tunnistaa tilanteet, joissa lapsi saattaa kokea henkistä, hengellistä, ruumiillista tai seksuaalista väkivaltaa tai sen uhkaa. Merkkejä väkivallasta voivat olla muun muassa jäljet pahoinpitelystä, haluttomuus mennä kotiin, muuttanut käyttäytyminen tai vanhemman aggressiivinen käytös. Huolen herätessä asiaan pitää reagoida heti. Useimmiten asiasta on hyvä keskustella ensin lapsen kanssa. Keskustelutilanteessa tulee säilyttää rohkaiseva ilmapiiri ilman painostusta ja johdattelua. Lapsen tulee kokea olevansa turvassa aikuisen kanssa ja saavansa apua. Lapselle puhuttaessa käytetään mahdollisimman suoria ilmaisuja väärinkäsitysten välttämiseksi. Huolen puheeksi oton tilanteissa lapsen ja perheen tukemiseksi, on hyvä jakaa vastuuta työyhteisössä ja tehdä yhteistyötä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten kanssa. On tärkeää, että erityisesti seurakunnan kasvatustyössä olevat tutustuvat huolellisesti toimintaohjeisiin lastensuojelun näkökulmasta ja luovat jo ennakoivasti suhteita merkityksellisiin yhteistyötahoihin. (Suomen ev.lut. kirkko, 2019, s. 30–32.)

Hengellisenä yhteisönä seurakunnan turvallisuus muodostuu vuorovaikutusprosessissa, kohtaamisissa ja siinä ilmapiirissä, jossa kaikki perustuu vapaaehtoisuuteen. Kohtaaminen perustuu ihmisarvon kunnioitukseen ja itsemääräämisoikeuteen henkilön taustasta ja vakaumuksesta riippumatta. Henkistä turvallisuutta seurakunnassa vahvistaa myös toiminnan luottamuksellisuus ja ennakoitavuus. Kiusaamista pyritään ehkäisemään näyttämällä seurakunnassa hyvää esimerkkiä ja rohkaisemalla osallistujia vastuuntuntoon, mikä näkyy kaikessa toiminnassa toisten huomioimisena, auttamisena ja heikompien puolustamisena. Kiusaamiseen puututaan, eikä sitä hyväksytä. Lapsia rohkaistaan kertomaan kiusaamisesta aikuiselle ja heille kerrotaan esimerkkien avulla, miten kiusaamistilanteissa voisi itse toimia. Aikuinen ottaa aina vastuun asian selvittämisestä ja käsittelystä. (Suomen ev.lut. kirkko, 2019, s. 34–35, 40.)

Seurakunnissa on kiinnitetty huomiota lasten ja nuorten seksuaalisen turvallisuuden vahvistamiseen. Häirintä, syrjintä ja hyväksikäyttö ovat vallankäytön välineitä. Tällaista lapsen ja nuoren kehitykselle vahingollista vallan väärinkäyttöä voi esiintyä työntekijän, tai aikuisen vapaaehtoisen ja alaikäisen välillä. Häirintää voi esiintyä myös lasten ja nuorten keskinäisissä suhteissa. Häirinnän kokeminen ja määrittely on hyvin yksilöllistä riippuen aiemmista kokemuksista, tilanteesta ja vuorovaikutuksesta. Se on aina kuitenkin kokijalleen loukkaus, joka kohdistuu yksilönvapauteen ja itsemääräämisoikeuteen. Alaikäisen seksuaaliturvallisuutta vahvistetaan seurakunnissa luomalla toimivat käytännöt asioiden käsittelemiseen, vahvistamalla häirintää ehkäisevää ilmapiiriä, luomalla selkeät käytännöt alaikäisten kanssa toimivien rekrytointiin, lisäämällä toiminnan läpinäkyvyyttä sekä kouluttamalla vapaaehtoisia ja keräämällä palautetta. Vastuu häirinnän ja hyväksikäytön tapauksissakin asioiden hoitamisessa on yksin aikuisilla. (Suomen ev.lut. kirkko, 2019, s. 50–52.)

Kirkon julkisoikeudellinen asema edellyttää siltä yhdenvertaisuuden edistämistä, syrjinnän ehkäisemistä sekä syrjinnän kohteeksi joutuneen oikeusturvan tehostamista. Seurakuntien tulee olla turvallisia tiloja kaikille riippumattomistaan henkilöön liittyvästä syystä. Turvallisen tilan tarjoamisen periaate ja lähtökohta auttavat seurakunnissa myös ymmärtämään helpommin, mitkä asiat aiheuttavat ihmisille pelkoa, paha oloa ja turvattomuutta. Turvallista yhteisöä voi edistää käymällä hyväksyvää dialogia osapuolten kanssa. Hengellistä turvallisuutta vahvistetaan sensitiivisyydellä, asettumalla rinnalle ja välttämällä viestiä tuomiosta ja hylätyksi tulemisesta. Turvallinen hengellisyys tarkoittaa, että kaikki ovat yhtä tervetulleita. Perinteet ja asioiden tuttuus tuovat monille turvallisuutta seurakunnan toiminnassa, mutta on tärkeää, että asioita kuvaillaan osallistujille etukäteen riittävästi, jotta tavoista vähemmän perillä olevatkin voivat tuntea olonsa tilaisuuksissa turvalliseksi. (Suomen ev.lut. kirkko, 2019, s. 42–43.)

3 TUNTEIDEN TUNNISTAMISEN JA SÄÄTELYN VAIKUTTAUVUUS

3.1 Tunnetaidot kasvun tukena

Tunteet ohjaavat ihmisten toimintaa ja vaikuttavat kaikkeen vuorovaikutukseen, siinä tapahtuvaan viestintään ja tulkintoihin. Lapsen tunne-elämä ja kyky ottaa toiset huomioon rakentuvat yksilöllisesti ja asteittain. Tasapainoisen kehityksen perusta on luotettava suhde läheiseen aikuiseen. Jos lapsella on mahdollisuus harjoitella turvallisesti tunteiden kohtaamista, hän oppii puhumaan, käsittelemään ja hallitsemaan niitä. Aikuisen antama malli ja tunteista puhuminen lapsen kanssa niiden oikeilla nimillä, auttaa lasta tunnistamaan omia tunteitaan. Tunne-elämän haasteet tulevat usein näkyviin vuorovaikutustilanteissa. Lasta ei tule koskaan syyllistää tai leimata vaikean käytöksensä vuoksi hankalaksi. Ongelma on nähtävä laajemmin ja haastavissa tilanteissa on pyrittävä vaikuttamaan aina myös siihen ympäristöön, jossa vuorovaikutus tapahtuu. Puutteelliset tunteidenkäsittelytaidot voivat näkyä lapsessa näennäisenä tunteettomuutena, riehumisena, vetäytymisenä tai kyvyttömyytenä toimia yhdessä toisten lasten kanssa. Lapsi saattaa joutua haasteidensa vuoksi myös kiusatuksi. (Opetushallitus, 2022.)

Tunteita ei ole perusteltua jaotella kielteisiin ja myönteisiin tai oikeisiin ja väärisiin, koska ne ovat aina yksilöllisiä kokemuksia, eivätkä niiden seuraukset ole yksiselitteisiä. Esimerkiksi pahalta ja kielteiseltä tuntuvat tunteet, kuten pelko ja viha voivat kuitenkin johtaa ihmisen hyvinvoinnin kannalta tärkeisiin lopputuloksiin. Ihminen kohtaa päivittäin monenlaisia tunteita, jotka tulevat ja menevät kuten ajatuksetkin. Toiset tunteet ovat voimakkaampia, kuin toiset ja kestävät pidempään, toisia on vaikea edes huomata. Pitkäkestoista tunnetilaa kutsutaan mielialaksi. Tunteita ja niiden säätelyä voi oppia vain tuntemalla ja harjoittelemalla. Lapset kohtaavat harjoittelumahdollisuuksia normaalisti perhepiirissä, koulussa, kavereiden kanssa toimiessa ja muissa päivittäisissä toiminnoissa. (Opetushallitus, 2022.)

Tunteet auttavat ihmistä selviytymisessä virittämällä elimistöä ja ohjaamalla toimimaan tilanteen mukaan. Tunteet sijaitsevat ihmisen koko kehossa, mielessä ja ajatuksissa ja ihminen kokee niitä kaikkien aistiensa kautta. Keho reagoi tunteisiin monin tavoin, joka voi näkyä ulospäin ilmeinä, eleinä, asentoina ja käyttäytymisen kautta. Tunteilla on myös iso merkitys oppimiseen, toimintaan ja työntekoon. Vaikeitakin asioita ja ongelmia on helpompi ratkaista, jos asenne on innostunut ja myönteinen; onnellisuus vapauttaa luovaa energiaa. Tunteiden tasapaino helpottaa toisten huomioon ottamista ja oppimista. (Opetushallitus, 2022.) Puolimatka (2011, s. 24) toteaa, että tunteet ovat keskeinen itsetiedostuksen muoto, eikä ihminen voi tuntea itseään, jos hän ei ole kosketuksissa tunteisiinsa. Tästä johtuu, että myös toisten ymmärtäminen perustuu omien tunteiden kohtaamiseen ja kokemiseen sekä niiden ymmärtämiseen.

Perusopetuksen opetussuunnitelma määrittelee koulun tehtäväksi muun muassa lasten sosiaalisten taitojen, tunnetaitojen sekä myönteisen minäkuvan tukemisen, osallisuuden, yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon vahvistamisen. Lapsuus nähdään itsearvoisena, jonka perusteella jokaista lasta pyritään tukemaan täyteen mittaansa niin yksilönä kuin yhteiskunnan jäsenenä. Aktiivisena toimijana lapsi oppii hyväksyvässä ilmapiirissä tiedon karttumisen lisäksi refleктоimaan kokemuksiaan ja tunteitaan. (Opetushallitus, 2014, s. 14–17.) Positiiviset, sosiaalista ja emotionaalista tukea antavat oppilas–opettajasuhteet vaikuttavat lapsen sosiaalisen osaamisen kehittymiseen. Opettajan positiivinen toiminta, jossa vältetään kriittisiä kommentteja ja rangaistuksia, edistää sosiaalista osaamista sekä sitoutuneisuutta opiskeluun. Tukevalle, ristiriidattomalle oppilas-opettajasuhteelle on ominaista lämpö, herkkyys, avoin tuki, yhteistyökyky ja sitoutuneisuus. Itsesääätelytaitojen kehittymiseen vaikuttavat koulussa myös ryhmän toiminta, ikätovereiden toiminta, vertaistuki ja ryhmädynamiikka sekä opettajan johtamistyyli. (Bierman ym., 2021, s. 16.)

Rautanen (2016) lainaa Pro gradu tutkielmassaan lähteitä, joiden kautta hän kiinnittää huomiota sosioemotionaaliseen kompetenssiin ja sen vahvistamisen merkitykseen koulumaailmassa. Sosioemotionaalinen kompetenssi on osaa-misalueiden kokonaisuus, tietynlainen kyvykkyys, joka mahdollistaa hyvän vuorovaikutuksen sekä toisten ihmisten, että itsensä kanssa. Kompetenssia

vahvistamalla vaikutetaan oman toiminnan tiedostamisen, tavoitteiden asettamisen ja mahdollisuuksien monipuolisen hyödyntämisen kautta ihmisen kykyyn kokea elämänhallintaa ja onnellisuutta. Tutkimuksissa hyviksi todettuja keinoja kompetenssin vahvistamiseen koulumaailmassa ovat välittävän ja yhteisöllisen ilmapiirin luominen sekä tunteiden tunnistamisen, itsesäätelyn ja sosiaalisten ongelmanratkaisutaitojen opettaminen ja harjoittelu. On myös todistettu, että jos tuki on lyhytkestoista ja irrallista, jäävät vaikutuksetkin väliaikaisiksi. (Rautanen, 2016, s. 4–7, s. 13–14.)

3.2 Tunteet katsomuskasvatuksessa

Tunnekasvatus voidaan nähdä osana uskonnollista kasvatusta. Puolimatkan mukaan Jumalasta ja hänen ominaisuuksistaan pystytään saamaan teoreettinen käsitys järjellisen päättelyn ja tiedon avulla. Koska kuitenkin tiedon saamisen mahdollisuuksissa ja älyllisissä kyvyissä on suuria eroja, olisi ihmisillä pelkän älyllisen tiedon varassa hyvin eriarvoiset mahdollisuudet saada ymmärrystä Jumalasta. Niinpä, jos tieto Jumalasta välittyy myös tunteen ja kokemuksen kautta, voidaan saavuttaa tasapuolisemmat mahdollisuudet ymmärtää Jumalaa ja kokea muun muassa hänen rakkautensa läsnäoloa. Jos siis esimerkiksi kaiken saatavissa olevan tiedon hunajasta hallitseva oppinut, ei ole maistanut koskaan hunajaa, tietää hän siitä kokemuksena paljon vähemmän kuin sitä kerran maistanut pieni oppimaton lapsi. (Puolimatka, 2011, s. 347–349.)

Kokonaan tunteiden varaan ei voi perustaa, sillä tunteet voivat johtaa ihmisen myös harhaan niin, että todellisuus ei enää näyttäyty oikeanlaisena. Tunteiden vaikutuksia voidaan arvioida sen perusteella, ovatko ne rakentavia vai tuhoavia. Puolimatkan mukaan kristillisen kulttuurimme historia, mukaan lukien taide, kertoo meille Jumalasta ja hengellisen todellisuuden voimasta. Lapsella on jo varhain kyky tunnistaa ja kokea häntä kohtaan osoitettua rakkautta. Koko kristillinen arvomaailmamme perustuu juuri rakkauteen. Se, että lapsi tutustetaan uskonnolliseen tai maailmankatsomukselliseen perinteeseen, ei ole vallinnanvapauden pois sulkemista, vaan mahdollisuuksien tarjoamista. Lapsi tarvitsee katsomuksellisen viitekehyksen voidakseen kokea syvimmit tun-

teensa merkityksellisiksi ja saadakseen perusteluja kiintymyssuhteissa muodostuneille arvotunteilleen; avoimuudelle, myötätunnolle ja rakkaudelle. (Puolimatka, 2011, s. 44, s. 46, s. 295.)

Suomen evankelis-luterilainen kirkko ja kustannusosakeyhtiö Teos järjestivät keväällä 2021 kilpailun, johon pyydettiin runoja sanoittamaan maailmaa sekä elämään ja ihmisyyteen kuuluvia katsomuksellisia asioita lapsen näkökulmasta. Runoilijat kirjoittivat tekstejä, joiden avulla lasta voidaan auttaa ihmettelemään ja ymmärtämään omaa ja toisen näköalaa ennakkoluulottomasti ja pelkäämättä. (Tahvanainen, 2022, s. 8.) Kaisa Raittilan runo, Tämä on tutkimista vailla, on yksi kilpailussa palkituista.

Tämä on tutkimista vailla:
 Miltä maistuu siunaus?
 Tuntuuko rauha ihossa?
 Jääkö pyhästä jälki?
 Mistä tehdään toivo?
 Miten suuri kysymys voi olla?
 Putoaako uni tiedon raosta?
 Tuoko terveisiä tähti?
 Shh shh,
 hiljaisuus hiljaa laulaa.
 Kuuntelen maailman karttaa

Tämä on tutkimista vailla:
 Miten pilkotaan pelko?
 Tuleeko vieraasta tuttu?
 Osaako kaunis kasvaa?
 Tarttuuko hyvä?
 Missä on rohkeuden pesä?
 Sattuuko rakastaa toista?
 Taipuuko sovinnon mieli?
 Shh shh,
 hiljaisuus hiljaa laulaa.
 Kuuntelen maailman karttaa.

(Raittila, 2022.)

4 MENETELMIÄ LASTEN HYVINVOINNIN TUKEMISEEN

4.1 Tunne- ja turvataito-oppaan materiaali

Vuonna 2005 Stakes julkaisi ensimmäisen Turvataitoja lapsille -oppaan, jolle tuli käytännön tarvetta useiden eripuolilla Suomea esiin tulleiden lapsiin kohdistuneiden seksuaalisten hyväksikäyttötapausten myötä. Oppaan tarkoituksena on antaa 5–11-vuotiaille lapsille valmiuksia suojata itseään kaikenlaisissa häirinnän, kiusaamisen ja väkivallan tilanteissa. Ideoinnin pohjana käytettiin jo olemassa olevia lasten ja nuorten ohjaukseen tarkoitettuja turvakasvatusmateriaaleja. Oppaan tavoitteena on antaa päiväkotien ja koulujen henkilökunnalle valmista oppimateriaalia ja työtapoja lapsiin ja nuoriin kohdistuvan häirinnän, kiusaamisen ja väkivallan tilanteisiin ja niiden ehkäisyyn. (Lajunen ym., 2016, s. 9.) Vuonna 2012 THL julkaisi yläasteikäisille ja toisen asteen opiskelijoille suunnatun Turvataitoja nuorille -oppaan täydentämään Turvataitoja lapsille -opasta (Aaltonen, 2012, s. 12).

Vuonna 2015 oppaasta tehtiin uudistettu painos osana sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön rahoittamaa ja Jyväskylän ammattikorkeakoulun organisoimaa 2012–2014 Tunne- ja turvataidot osaamiseksi (TuTa) -hanketta. Hankeen myötä sitä päivitettiin vastaamaan lasten arkeen kuuluviin haasteisiin kuten älylaitteiden myötä tulleet kiusaamisen, häirinnän ja väkivallan uudet ulottuvuudet. Oppaaseen tehtiin myös lisäyksiä kuten huolen puheeksi otto -ohjeistus lasten kanssa työskenteleville. Uudistetussa painoksessa huomioidaan edeltäjänsä paremmin myös monikulttuurisuus, erilaisuuden hyväksyminen, syrjäytymisen ehkäisy ja yhteisöllisyys. (Loijas, 2016, s. 3–10.) Lisäksi opasta on päivitetty ja siihen on tehty lisäyksiä vuonna 2019 (Mirja Ylenius-Lehtonen, henkilökohtainen tiedonanto, Tunne- ja turvataitoja lapsille oppaan kirjoittaja, 17.3.2022.) Korona-aikana turvallisuuden tunteen ja yhteisöllisyyden vahvistaminen sekä syrjäytymisen ehkäisyn merkitykset lasten ja nuorten hyvinvoinnille ovat nousseet entistäkin merkityksellisemmäksi.

Opas sisältää kolme toisiinsa liittyvää aihealuetta, joissa on yhteensä 35 teemaa: Minä olen arvokas ja ainutlaatuinen, Olemme hyviä kavereita ja Kyllä

minä pärjään -osiot. Opasta voi käyttää joko sellaisenaan tai kulloiseenkin tilanteeseen sopivalla tavalla soveltaen. Oppaan tavoitteita ovat häirinnän, kiusaamisen ja väkivallan ehkäisy, tunne- ja turvataitojen vahvistamisen kautta lasten ja nuorten turvallisen kasvun edistäminen ja aikuisten välisen yhteistyön parantaminen. Lapsen näkökulmasta katsottuna tavoitteita ovat esimerkiksi kyky tunnistaa ja toimia uhkaavissa tilanteissa, laaja-alainen tuen saaminen hyvinvointiin ja kehitykseen, itsetuntemuksen ja sosiaalisten taitojen parantaminen. Tärkeää on koko ajan muistaa, että vastuu lapsen hyvinvoinnista on aina aikuisella. Opas pohjautuu voimavarakeskeiseen työskentelyyn, jossa huomio on enemmän tulevaisuudessa, turvan ja toivon luomisessa, eikä niinkään menneisyydessä. Oppaan sisältöjä, kuten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen, käsitellään myös alaluokkien ympäristöopin tunneilla (Lajunen ym., 2016, s. 3, s. 11, s. 24.)

4.2 Muita Aunelan koulussa käytössä olevia menetelmiä

Tunne- ja turvataito-oppaan lisäksi muita Aunelan koulussa käytössä olevia tunne- ja turvataitoihin liittyviä menetelmiä ovat KiVa Koulu, Yhteispeli ja Koulutus Elämään Säätiön pitämät tuokiot. Vuonna 2013 toteutetun tiedonkeruun perusteella KiVa Koulu on yleisin peruskouluissamme käytössä oleva oppilaiden tunne- ja vuorovaikutustaitojen ja mielenterveyden edistämistä koskeva menetelmä. Tutkimuksen aikana se oli käytössä 87 %:lla vastanneista kouluista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2015.) KiVa Koulu on Turun yliopistossa kehitetty ohjelma, jonka vaikuttavuus ja toiminta perustuvat kiusaamisen ennaltaehkäisyyn, tehokkaaseen puuttumiseen ja jatkuvaan seurantaan. Ohjelman mukaisten lukuvuoden aikana toteutettavien oppituntien kautta pyritään vaikuttamaan ryhmien normeihin ja oppilaiden tapoihin toimia kiusaamistilanteissa. Ohjelman onnistuminen vaatii koulun aikuisilta vahvaa viestiä siitä, että kiusaaminen ei ole hyväksyttyä ja siihen puututaan aina, sekä koko kouluyhteisön sitoutumista tavoitteeseen kaikille turvallisen oppimisympäristön saavuttamiseksi. (KiVa Koulu. i.a.-a.) KiVa-oppitunnit ja -teemat sisältävät opettajien käyttöön valmiita materiaaleja, muun muassa keskusteluja, ryhmätöitä, lyhytfilmejä ja rooliharjoituksia esimerkiksi siitä millainen merkitys kunnioituk-

sella on ihmissuhteissa tai miten ryhmädynamiikka vaikuttaa kiusaamisen yläpitämiseen ja lopettamiseen. Kiusaamisen vastaisten pelien avulla voidaan myös harjoitella toimimista erilaisissa tilanteissa. (KiVa Koulu. i.a.-b.)

Yhteispeli-oppaan kehittämisessä on hyödynnetty sekä suomalaista että kansainvälistä tietoa ja tutkimusta koskien alakouluikäisten lasten tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistamista. Oppaassa on viisi osiota; työskentely luokassa, kodin ja koulun yhteistyö, koulun kehittäminen, työyhteisön toiminta sekä esi- ja alkuopetuksen yhteistyö. Kehittelyvaiheessa opasta on testattu ja muokattu kolmessa Ylöjärven alakoulussa yhteistyössä esiopetuksen ja vanhempien kanssa. Lisäksi neljä koulua Raisiossa ja Vantaalla osallistui arviointitutkimukseen, jonka pohjalta Yhteispeli -oppaan kehittämistä jatkettiin. (Kampman ym., 2015.) Yhteispeli-opas on hyvä ja kattava, mutta vahvasti koulutoimintaan sisällytettäväksi suunniteltu, eikä täten sovellu esimerkiksi ilta- tai päivätoiminnassa käytettäväksi sellaisenaan. Oppaasta löytyy osioita, joita voi hyödyntää muuallakin kuin kouluissa lasten kanssa työskentelevät, kuten ohjeistusta ja neuvoja palautteen antamiseen lapsille, ja aikuisen oman esimerkin merkityksestä sosiaalisten taitojen opettelussa. Oppaassa esitellään 11 tunne- ja vuorovaikutustaitoa, jotka ovat osin samoja kuin tunne- ja turvataitoja lapsille -oppaassa esitetyt. Esimerkiksi tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen ja avun pyytäminen.

Koulutus elämään säätiön omat koulutetut ohjaajat kiertävät kouluissa pitämässä tuokioita, jotka pohjautuvat 1960-luvulla Australiassa kehitettyyn Life education-opetusohjelmaan, joka sittemmin on levinnyt 14 eri maahan ja tullut Suomeen Englannista vuonna 2001. Ohjelma on suunniteltu 3–13-vuotiaiden lasten kanssa käytettäväksi ja se painottaa ehkäisevää ja suunnitelmallista terveys- ja päihdekasvatusta tavoitteenaan vastata suomalaisten lasten viime vuosikymmeninä lisääntyneisiin terveysongelmiin, kuten ylipaino ja masennus. (Koulutus elämään säätiö, i.a.) 1. ja 2. luokan oppilaille pidettävissä tuokioissa yhteneväisyyttä tunne- ja turvataitoja lapsille -oppaan kanssa on tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen sekä niiden säätely ja myönteisen ajattelun merkitys hyvinvoinnille. Eroavaisuutta on vahva terveystavoitteinen opetus kuten aivojen ja keuhkojen toiminnan pohtiminen yhdessä lasten kanssa erilaisia op-

pimateriaaleja hyödyntäen. Ohjelma on hyvä lisä tukemaan koulujen opetusohjelmaa, mutta se ei sellaisenaan ole käytettävissä vakituisen henkilökunnan työmenetelmänä.

4.3 Toimenpiteitä yhteiskuntatasolla

Perusta hyvälle mielenterveydelle rakentuu lapsuudessa ja nuoruudessa. Hyvä kasvu- ja opiskeluympäristö tukee lapsen mielenterveyden positiivista kehittymistä. Yhteiskunnan eriarvoistuminen, ongelmien kasautuminen ja ylisukupolvisuus lisäävät lasten ja nuorten lähtökohtien eriarvoisuutta hyvän mielenterveyden rakentumiselle. Mielenterveyttä edistävien kasvuolosuhteiden vahvistamiseen voidaan yhteiskuntatasolla vaikuttaa luomalla edellytykset turvalliseen kasvuympäristölle sekä turvaamalla jokaiselle lapselle oppimisen ja onnistumisen kokemuksia tukemalla mielenterveystaitojen kehittymistä, ehkäisemällä lapsiperheköyhyyttä ja syrjäytymistä, mahdollistamalla kaikille lapsille ja nuorille mahdollisuus harrastuksiin ja turvaamalla heikoimmassa asemassa olevien oikeudet. (Vorma ym., 2020, s. 21.)

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos aloitti helmikuussa 2020 vuoden 2030 loppuun asti kestävänsä Kansallinen mielenterveysstrategia hankkeen, jonka tavoitteena on turvata mielenterveystyön jatkuvuus ja tavoitteellisuus. Mielenterveysstrategiaa ja itsemurhien ehkäisyohjelmaa on ollut suunnittelemassa laaja-alainen työryhmä, jotta yhteiskunnan eri tasot ja toimijat tulevat huomioiduksi kokonaisvaltaisesti suunnittelussa. Mielenterveysstrategia 2020–2030 on jatkoa vuosina 2009–2015 olleelle Mielenterveys- ja päihdesuunnitelmalle. Hankkeen lähtökohtana on turvata kaikille oikeus hyvinvointiin ja antaa tukea ja riittävät palvelut mielenterveyspalveluita tarvitseville. Mielenterveys vaikuttaa yksilö ja perhetason lisäksi yhteiskunnan vakauteen ja kustannuksiin eri sektoreilla. Suomessa mielenterveyden ongelmat mukaan lukien päihderiippuvuudet ovat huomattava yhteiskunnallinen haaste aiheuttaen esimerkiksi ennenaikaisia kuolemia, itsemurhia, työkyvyttömyyttä, pitkiä sairauspoissaoloja ja syrjäytymistä. Arvion mukaan vuonna 2015 mielenterveysongelmien sisältäen päihdeongelmat suorat ja epäsuorat kokonaiskustannukset Suomessa ovat 11

140 miljoonaa euroa, joka on 5,32 prosenttia bruttokansantuotteesta. (Vorma ym., 2020, s. 9, s. 13, s. 46, s. 71.)

Yksi viidestä mielenterveysstrategian painopisteistä on mielenterveysosaamisen ja -taitojen lisääminen varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa sekä erilaisin hankkein että opetussuunnitelmia kehittämällä. Tavoitteena on tukea lasten ja nuorten mielenterveystaitoja ja hyvän itsetunnon kehittymistä samalla suojaten heitä kielteisiltä ilmiöiltä kuten kiusaamiselta, päihteiltä ja sosiaalisen median sisältämiltä haitallisilta vaikutuksilta. (Vorma ym., 2020, s. 20–21.)

Esimerkki kansainvälisestä lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemisesta on Australiassa vuonna 2017 julkaistu pilottitutkimus tunne-elämän hyvinvoinnin tukemisesta kouluissa lasten ahdistus- ja masennusoireiden vähentämiseksi mindfulnessin avulla. Ohjelmassa tutkittiin lasten antamien palautteiden kautta mindfulness tuokioiden käytön vaikutusta lasten tunne-elämän häiriöiden vähentämiseen. Tuloksissa mindfulness taitojen hallinnalla voitiin nähdä selvä vaikutus tunne-elämän häiriöitä; kuten ahdistusta, sosiaalisten tilanteiden pelkoa ja masennusta vähentävänä ja ehkäisevänä tekijänä. Ohjelman sisältö oli lyhyesti esitettyä seuraava: kerran viikossa järjestettiin tunnin mittainen tuokio, jossa yhdistyi aktiivisuus, mindfulness ja psyyketietoisuutta lisäävä opetus. Jokaisella keralla oli oma teemansa, kuten keho, mieli, tunteet ja ihmissuhteet. Jokainen kerta sisälsi koko ryhmälle suunnattua opetusta ja työskentelyä 3–5 oppilaan pienryhmissä. Jokainen kerta alkoi ja päättyi lyhyeen mindfulness -harjoitukseen. (Costello & Dove, 2017, s. 172–182.)

4.4 Toimenpiteitä kunta- ja järjestötasolla

Turun kaupungin kesäkuussa 2015 julkaisemassa Lastensuojelun arviointi -raportissa painotetaan ennaltaehkäisevän työn merkitystä lastensuojelun asiakkuuksien muodostumisen vähentämiseksi ja ehkäisemiseksi. Raportissa tuodaan esiin yhteistyö varhaiskasvatuksen, koulujen ja oppilaitosten kanssa, ja lapsiperheille muilla tavoin kohdistettava ennaltaehkäisevä työ. Ennaltaehkäisevän työn toteutuksessa tulee varhaisen puuttumisen lisäksi huomioida

lapsen etu ja vanhempien ja huoltajien tukeminen. Lain mukaan ehkäisevää lastensuojelua (3 a §) on lapsen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin tukeminen ja turvaaminen samalla tukien vanhemmuutta. (Turun kaupunki, 2015.)

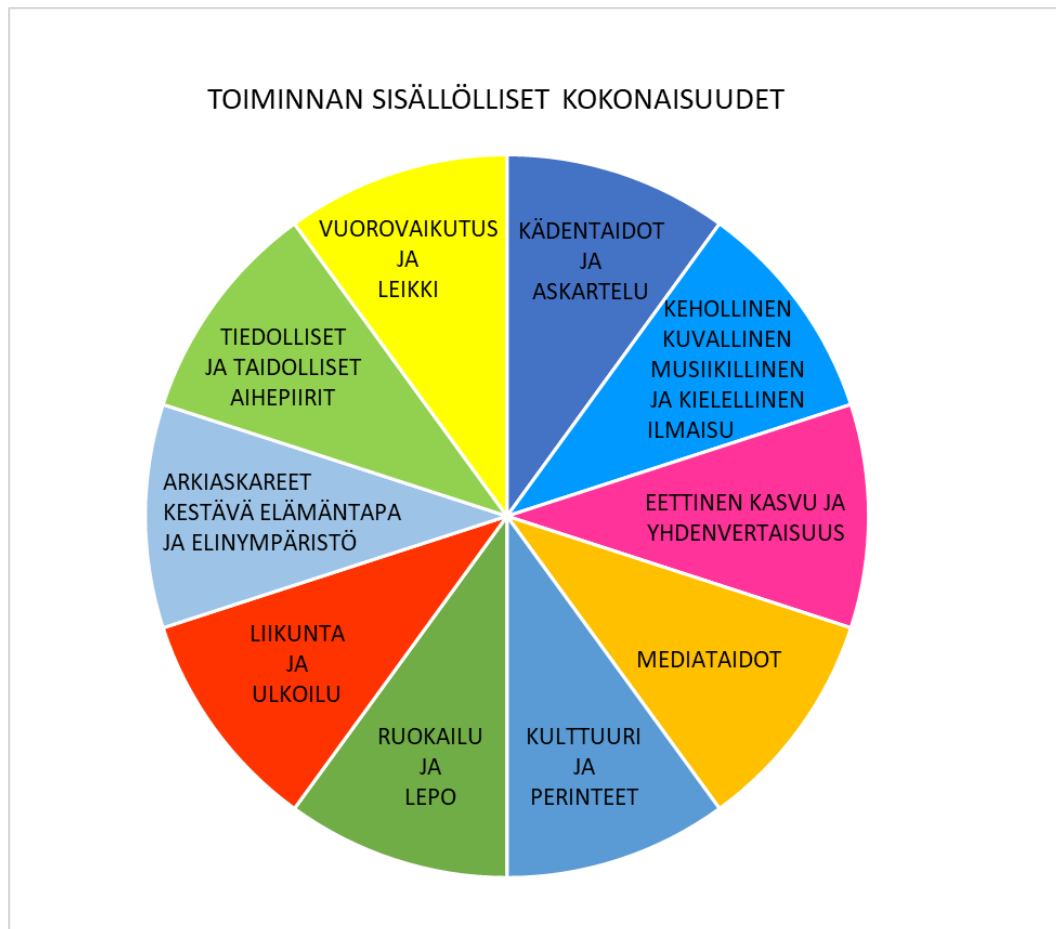
Huhtikuussa 2021 Turun kaupungin sosiaali- ja terveyslautakunnan moniammatillisena yhteistyönä tehdyn pöytäkirjan mukaan koronapandemia ja siitä johtuvat rajoitustoimenpiteet ovat erityisesti vaikuttaneet lasten ja nuorten mielen hyvinvointiin sitä alentavasti lisäten entisestään psyykkistä oireilua ja niiden hoidon tarvetta Turussa. Lasten ja nuorten tilanteen parantamiseksi Turun kaupunki on lisännyt henkilöstöä esimerkiksi erikoissairaanhoidon, nuorisotyöhön sekä oppilas- ja kouluterveydenhuoltoon. (Turun kaupunki, 2021.)

Minkä nuorena oppii, se voi pelastaa aikuisena on otsikko, joka löytyy mieli.fi sivustolta. MIELI Suomen Mielenterveys ry on yksi maailman vanhimmista mielenterveysalan kansalaisjärjestöistä ja se viettää tänä vuonna toimintansa 125 juhlavuotta. Sen lisäksi heillä tulee täyteen 20 vuotta lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen ja mielenterveystaitojen vahvistamisen eteen tehtyä työtä. Heidän tämän vuoden keskeisin teemansa on ennaltaehkäisevä työ lasten ja nuorten parissa, ja he tuovat koulutuksissa, esitteissä ja omassa työssään esiin mielen hyvinvoinnin tukemisen merkityksellisyyden jo ennen ongelmien alkamista. (MIELI Suomen mielenterveys ry, i.a.)

4.5 Turun kaupungin koululaisten iltapäivätoiminta

Turun kaupungin järjestämä aamu- ja iltapäivätoiminta perustuu sekä Turun kaupungin 2018 julkaisemaan toimintasuunnitelmaan, että opetushallituksen 2011 julkaisemaan perusopetuslakiin pohjautuviin perusopetuksen aamu- ja iltapäivätoiminnan perusteisiin. Niiden mukaan aamu- ja iltapäivätoiminnan arvoja ovat demokratia, ihmisoikeudet, monikulttuurisuuden hyväksyminen, tasa-arvo sekä luonnon monimuotoisuuden ja ympäristön elinkelpoisuuden säilyttäminen. Toiminnan tulee sisällöltään ja toteutustavoiltaan olla sellaista, että se edistää vastuullisuutta, yhteisöllisyyttä ja yksilön oikeuksien ja vapauksien kunnioittamista. Toiminnan keskeisimpiä tavoitteita ovat kodin ja koulun

kasvatustyön tukeminen, eettisen kasvun, hyvinvoinnin, tunne-elämän ja sosiaalisen kehityksen tukeminen ja osallisuuden, yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistäminen sekä sosiaalinen vahvistaminen. Kuviossa 1. esitellään Turun kaupungin määrittelemät iltapäivätoiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa huomioitavat sisällölliset kokonaisuudet. (Opetushallitus, 2011; Turun kaupunki, 2018.)



Kuvio 1. Turun kaupungin iltapäivätoiminnan sisällölliset kokonaisuudet

Näiden lisäksi aamu- ja iltapäivätoiminnan järjestäjien tulee tehdä tarkemmat toimintasuunnitelmat sisällöllisistä kokonaisuuksista toimipistekohtaisesti. Sisällön suunnittelussa tulee ottaa huomioon lasten tarpeet ja toiveet, paikalliset olosuhteet ja kulttuuritekijät, vuodenaikojen vaihteluiden tarjoamat mahdollisuudet, ohjaajien vahvuudet ja yhteistyö muiden toimijoiden kanssa. Toiminnan järjestelyjä suunniteltaessa yhteistyö kodin ja koulun kanssa on erityisen tärkeää. Aamu- ja iltapäivätoiminnalla pyritään vähentämään lasten yksinäistä aikaa ilman turvallisen aikuisen läsnäoloa ja ohjausta ennen ja jälkeen koulu-

päivän. Toimintaympäristön tulee olla turvallinen ja estää lasta joutumasta häirinnän, kiusaamisen ja väkivallan kohteeksi. (Opetushallitus, 2011, s.7, s. 13, s. 17.)

Turun Pahaniemen kaupunginosassa sijaitsevan Aunelan alakoulun yhteydessä järjestetään iltapäivätoimintaa, jota kutsutaan puhekielessä turkulaisittain Ippeksi. Iltapäivätoiminta on tarkoitettu 1. ja 2. vuosiluokkien oppilaiden lisäksi 3. luokalla oleville erityisen tuen oppilaille. Toiminta-aika on arkisin kello 11–17 ja lukuvuonna 2021–2022 toimintaan osallistuu 31 lasta. (Turun kaupunki, i.a. -a.) Yksi lapsista on valmo-oppilas eli hän opiskelee suomea sekä muita tarvittavia taitoja yksilöidysti ja pienryhmässä ennen suurluokkaopetukseen siirtymistä. (Turun kaupunki, i.a. -b). Aunelan koulun oppilaat, ja sen kautta iltapäivätoimintaan osallistuvat 1.–2. luokkalaiset lapset tulevat Härkämäen, Jyrkkälän, Pahaniemen ja Vienolan kaupunginosista. (Turun kaupunki, i.a. -c). Alueen asukkaat muodostavat erittäin heterogeenisen ryhmän, jolloin myös lapset tulevat hyvin erilaisista lähtökohdista. Iltapäivätoiminnan järjestämiseen osallistuu kolme vakinaista ohjaajaa, joista yksi työskentelee myös koulun puolella. Keväällä 2022 toiminnassa on mukana lisäksi aamu- ja iltapäivätoiminnan ohjaajaksi opiskeleva harjoittelija. (Jere Wiss, vastuuhjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 31.1.2022.)

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Työn tarkoitus oli esitellä tunne- ja turvataito-oppaan materiaaleja iltapäivätoiminnan ohjaajille. Tavoitteena oli, että malliksi toteutettujen tuokioiden avulla saadaan ohjaajat kiinnostumaan vastaavasta työskentelystä sekä jatkamaan aiheen aktiivista käsittelyä työssään lasten kanssa. Aunelan iltapäivätoiminnan vastuuhjaaja Jere Wissin kanssa (henkilökohtainen tiedonanto, 31.1.2022) keskustelussa tuli ilmi, että tunne- ja turvataito-oppaan sisältöä on osin jo juurtunut osaksi heidän päivittäistä toimintaansa. Opas on sisällöllisesti laaja ja tavoitteena oli esitellä siitä erityisesti osia, jotka ei vielä ole käytössä Aunelassa, mutta jotka siellä koetaan hyödyllisiksi.

Iltapäivätoiminnan ohjaajien aika ja resurssit ovat rajallisia, eikä suunnittelua ja valmistautumista vaativaa toimintaa ole yksinkertaista järjestää arjen rytmittämisen ohella, vaikka tahtoa siihen olisikin. Siksi tekemällä taustatyötä ja toteuttamalla tunne- ja turvataitotuokioita malliksi, pyrittiin innostamaan ja lisäämään työntekijöiden kiinnostusta vastaavan toiminnan järjestämiseen. Aunelan koulun iltapäivätoiminnan vastuuhjaaja Wissin mukaan heidän toiminnassaan painottuvat yhteistyö ja sosiaaliset taidot. Muutaman vuoden takainen tunne- ja turvataitokoulutus vahvisti Wissin omaa, käytössä olevaa tapaa toimia lasten kanssa ja lisäsi tietoisuutta tunne- ja turvataitojen merkityksellisyydestä. Työn toiminnallisen osuuden kautta hän toivoi saavansa vinkkejä ja materiaalia myöhemmin käytettäväksi sekä näkevänsä lasten suhtautumista tämän kaltaiseen toimintaan ylipäätään. (henkilökohtainen tiedonanto, 31.1.2022.)

Tuokioiden tarkoitus oli Aunelan iltapäivätoiminnassa mukana olevien lasten näkökulmasta tunne- ja turvataitojen vahvistaminen heille tutussa ryhmässä ja tuttujen aikuisten läsnä ollessa. Lapsia rohkaistiin tuokioissa aikuisen esimerkillä ja osoittamalla heille, että keskusteleminen auttaa ymmärtämään sekä itseä että muita paremmin. Lapsille pyrittiin antamaan kokemus, että asioista puhuminen toisten kanssa auttaa huomaamaan, että muillakin on samanlaisia ajatuksia, toiveita, tarpeita ja pelkoja – myös aikuisilla, eikä niiden kanssa tarvitse olla yksin. Tavoitteena oli vahvistaa lasten kokemusta omasta

arvostaan kohtaamalla heidät kunnioittavasti sekä kannustamalla heitä olemaan aktiivisia osallistujia tuokioissa, joissa käsiteltiin heille tärkeitä asioita. Aunelan iltapäivätoiminnan painotukset; yhteistyö ja sosiaaliset taidot, sopivat työn sisältöön ja tavoitteisiin hyvin. Yhteistyön mahdollisuuksia hyödynnettiin lasten sosiaalisten valmiuksien ja mielen hyvinvoinnin tukemiseen ja samalla saatiin aiheesta ammatillisesti arvokasta tietoa ja kokemusta.

6 TOTEUTUS

6.1 Menetelmät

Toiminnallisessa osuudessa toteutettiin tunne- ja turvataitotuokioita Aunelan koulun iltapäivätoiminnan lapsille. Lasten koteihin lähetettiin ennen tuokioiden toteuttamista tiedote, jossa kerrottiin lyhyesti, opinnäytetyöstä ja lasten kanssa toteutettavista tuokioista. Tuokioiden kerrottiin olevan osa kyseisten päivien toimintaa, jolloin niihin ei tarvinnut erikseen ilmoittautua. Asiasta sovittiin iltapäivätoiminnan vastuuohjaajan Wissin kanssa. Tuokioissa käsiteltävät aihepiirit valittiin yhdessä vastuuohjaajan kanssa oppaan sisältöön perehtymisen jälkeen. Lasten annettiin tehdä ja oivaltaa tuokioissa mahdollisimman paljon itse, heille tarjottiin siihen välineitä ja turvalliset rajat aikuisten ohjauksessa. Tuokiot suunniteltiin etukäteen huolellisesti (LIITTEET 1–4) ja toteutusten jälkeen havainnoista refleктоitiin ja tehtiin muistiinpanoja.

Tärkeä osa prosessia oli lapsilta kerättävä palaute, johon käytettiin Tunne- ja turvataito-oppaan valmista kyselyä (LIITE 5). Palautetta ja kokemuksia saatiin lapsilta myös välittömässä vuorovaikutuksessa. Palautetta pyydettiin lisäksi iltapäivätoiminnan ohjaajilta. Aihepiirin ymmärtämiseen saatiin lisää syvyyttä haastattelemalla tunne- ja turvataito -oppaan tekijää ja kouluttajaa Mirja Ylenius-Lehtosta. Kokemuksia materiaalin käytöstä kysyttiin myös sitä hyödyntäneeltä Lounais-Suomen Marttojen Urheilupuiston iltapäivätoiminnan vastaavalta ohjaajalta Heli Tulimetsältä.

Muutaman lapsen poisjääntiä lukuun ottamatta iltapäivätoimintaan osallistuvien lasten ryhmä oli Aunelassa pysynyt syksystä 2021 muuttumattomana, joten he olivat jo tutustuneet toisiinsa hyvin vuorovaikutuksen kautta. Lasten osallisuutta ryhmämuotoisessa toiminnassa huomioitiin antamalla heille mahdollisuus kertoa omia näkemyksiään tai halutessaan olla kertomatta ja suhtautumalla heihin hyväksyvästi ja arvostusta osoittaen unohtamatta rajoja, joita ryhmässä toimiminen vaatii. Osallisuutta ja lapsen huomioivaa toimintaa olivat myös aikuisten ja lasten esittelyt sekä aikataulujen ja tuokioiden sisällön kertominen lapsille ennakoon. Osallisuuden merkitystä ja vastavuoroisuutta vahvistettiin kiittämällä tuokion lopuksi lapsia yhteiseen hetkeen osallistumisesta. Lapsen osallisuutta käsittelevään teoriatietoon perehdyttiin muun muassa Pelastakaa Lapset ry:n julkaiseman Kohti lapsen näköistä osallisuutta -kirjan lukemisella ennen tuokioiden toteuttamista.

Iltapäivätoiminnan vastuuhjaajan kanssa rajattiin suunnittelun alkuvaiheessa toteutusten ulkopuolelle ne aiheet oppaasta, joita käsitellään toiminnassa muutenkin. Näitä olivat; huomaa hyvä toisessa, lapsen oikeudet, nettipelaaminen sekä kiusaaminen. Lisäksi todettiin yhdessä, että turvallinen koti -aihekonaisuus on tärkeä, mutta se tulisi toteuttaa pienemissä ryhmissä, ja sen käsitteelyyn tulisi varata enemmän kuin yksi kerta. Tuokioissa käytettyjen videoiden ja äänitteiden valintaan vaikutti niiden lyhyt kesto ja sisällön sopivuus suunniteltuun tuokioon. Kaikki tuokiot pidettiin välipalan jälkeen alkaen kello 14 ja päätettiin viimeistään kello 15, jotta mahdollisimman moni lapsi pääsi osallistumaan. Tuokiot toteutettiin neljänä peräkkäisenä viikkona maalishuhtikuussa. Mirja Ylenius-Lehtosen haastattelu toteutettiin ensimmäisen tuokion jälkeen kasvotusten, jolloin käytännön kysymykset olivat ajankohtaisia ja Heli Tulimetsän haastattelu puhelimitse kaikkien toteutusten jälkeen, jolloin oli relevanttia verrata hänen kokemuksiin aiheeseen liittyen.

Yhteistyöstä sovittiin Aunelan koulun iltapäivätoiminnan kanssa ja valmistavaa työtä tehtiin jo edellisenä keväänä ennen kevään 2022 toteutusta. Covid-19 pandemian aiheuttamat jatkuvasti muuttuvat suositukset ja rajoitukset toivat epävarmuutta tuokioiden toteutumiseen. Tilanteeseen, jossa tuokiot olisi toteutettu etäyhteyden välityksellä varauduttiin, jos iltapäivätoiminnassa ei olisi

ollut mahdollisuutta vierailta. Tällöin tuokioiden onnistumisessa olisi ollut toiminnan omilla työntekijöillä isompi rooli. Tilanteeseen, jossa opinnäytetyön tekijät sairastuisivat itse suunnitellun aikataulun aikana, ei huomattu varautua etukäteen. Ensimmäisen tuokion lähestyessä kuitenkin toinen sairastui. Sairastuminen ei muuttanut sovittua aikataulua, vaan lyhyen harkinnan jälkeen ja kaikkien osallisten toiveesta, alkuperäistä aikataulua noudatettiin ja ensimmäinen tuokio toteutettiin yhdellä ohjaajalla. Vastaavasti toinen ohjaaja toteutti kolmannen tuokion ilman paria.

Toteutusten jälkeen tunne- ja turvataitoja ja niiden pohjalta suunniteltuja tuokioita esiteltiin Turun kaupungin aamu- ja iltapäivätoiminnan ohjaajille tarkoitettussa etäpalaverissa 5.4.2022. Ennen palaveria valmistettiin PowerPoint -esitys, joka alkoi koosteella Tunne- ja turvataito -oppaan idean syntyisestä ja kehittelystä tähän mennessä sekä yleisesti oppaan sisällöstä kertomisella. Ennen tuokioiden esittelyä kerrottiin, mitä rajattiin toteutuksen ulkopuolelle ja miksi. Esityksen jälkeen eri puolilla Turkuä toimivat ohjaajat kertoivat omista kokemuksistaan ja tavoistaan huomioida työssään tunne- ja turvataitoja sekä millaisia materiaaleja he ovat käyttäneet työmenetelmissään. Lisäksi sovittiin perusopetuksen aamu- ja iltapäivätoiminnan palvelupäällikkö Sari Nummila-Piispasen kanssa, että hänelle lähetetään sähköpostilla tuokioiden suunnitelmat lähteineen, jotta ne voidaan jakaa kaikkien Turun aamu- ja iltapäivätoimijoiden käytettäväksi.

6.2 Tunne- ja turvataitotuokiot

Lapsia oli valmisteltu etukäteen tuokioiden alkamiseen. Iltapäivätoiminnan ohjaajien puheista ilmeni, että heitä oli leikkimielisesti kovisteltu kehotuksilla hyvään käytökseen. Ennen ensimmäistä tuokiota olisi ollut hyvä puhua hetki aikuisten kanssa ja selvittää tilan käytännöllisiä haasteita ja sovitusta poikennutta aikataulua, joka selvisi vasta aloittaessa. Ensimmäisen kerran poikkeava aikataulu johtui viikonpäivästä, joka oli eri kuin muilla kerroilla. Haastetta to osan lapsista saapuminen kesken tuokion samaan tilaan välipalalle ja osan lähtiessä kotiin. Tuokion aloitusta ei ollut mahdollista eikä mielekästä siirtää,

koska lapset olivat asettautuneet aloilleen ja vaikuttivat innokkailta ja odottavilta ja lopetuksen aikataulusta oli pidettävä kiinni. Iltapäivätoiminnan tila oli epäkäytännöllinen ja ahdas tuokioiden toteuttamiseen 19 lapsen kanssa. Kaikilla ei ollut yhdenvertaista tilaa asettua, vaan osa lapsista istui sohvalla, osa irrallisilla tuoleilla, osa pöydän ääressä ja osa oli lattialla ehkä jopa toisten katveessa. Kolmas kokoontuminen pidettiin tuokioon paremmin soveltuvassa kirjaston ryhmätilassa.

Tuokiot toteutettiin joka kerta rakenteeltaan samanlaisina. Ensimmäisellä kerralla käytettiin enemmän aikaa tutustumiseen, itsestä kertomiseen ja esittelyyn alkujännityksen vähentämiseksi. Lapset kysyivät spontaanisti myös ohjaajilta lasten ja eläinten nimiä sekä muita heille mieleen tulleita kysymyksiä. Lapsille tehtiin selväksi, että ohjaajille on tärkeää kuulla jokaisen nimi, että he tietävät keiden kanssa ovat tekemisissä. Lapset ja ryhmän aikuiset esittäytyivät Turreturvakoiran (Liite 6) kiertäessä vuorollaan jokaisella. Aunelan tuokioiden Turre oli pieni itse valmistettu pehmokoira, joka kulki tuokioissa mukana ja osallistui vuorovaikutukseen. Turren idea on tunne- ja turvataito-oppaasta ja sen tarkoitus on helpottaa lapsen osallistumista tuokioihin ja vähentää jännitystä. Aunelan Turren tarina alkoi syntymästä maalla Satakunnassa ja jatkuu edelleen Aunelan ohjaajien tuella iltpäivätoiminnan lapsiin tutustuen.

Jokaisen tuokion alussa ohjaajat kertoivat nimensä uudelleen ja jotain omasta sen hetkisestä mielialastaan. Lasten kuulumisia ja heidän ajatuksiaan edellisestä kerrasta kyseltiin vapaamuotoisesti ja heille kerrottiin kyseisen tuokion sisällöstä. Aiheen esittelyn ja tuokion kulun kertomisen jälkeen lasten kanssa rauhoituttiin valmiin rentoutumisäänitteen avulla. Näin päästiin aloittamaan asioihin tutustuminen rauhallisessa ilmapiirissä, jolloin oli helpompi keskittyä kuuntelemaan ja kertomaan omia ajatuksia. Tuokioiden loppupuolella lasten kanssa tehtiin toiminnallisia harjoituksia pareittain ja heille ohjattiin ryhmäleikkejä. Tuokiot päättyivät aina kiitoksiin ja seuraavan tuokion aiheen kertomiseen.

Ensimmäisellä kerralla nimettiin tunteita tunnekorttien avulla. Lapset saivat kertoa tilanteita, joissa kyseistä tunnetta voi tuntea. Lasten esimerkit olivat monipuolisia ja oivaltavia. Eräs lapsi käytti lottoarvontaa vakiovastauksenaan ja

samasta asiasta löytyikin pienen pohdinnan jälkeen yllättäen näkökulma moneen eri tunteeseen. Vaikka tunne kortissa tuntui aluksi helpolta ja selkeältä, sen esittäminen toisille osoittautui yllättävän vaikeaksi. Lapset olivat aktiivisia ja jaksoivat suurimman osan aikaa keskittyä hyvin. Leikkien valinnassa lasten äänet jakautuivat 9–10. Koska aikaa oli hyvin jäljellä, päätettiin leikkiä molempia. Kaikki vaikuttivat olevan innokkaasti mukana molemmissa leikeissä huolimatta siitä, kumpaa olivat itse äänestäneet.

Tunteiden ilmaiseminen liikkuen ja elehtien sai tilanteen pienessä tilassa isolla porukalla hieman kaoottiseksi. Lapset rauhoittuivat tässä tehokkaammin tuttu-
jen ohjaajiensa rajauksella. Lapsille olisi ollut hyvä selvittää etukäteen, että kaveriin ei kosketa oman liikehdinnän aikana ja ääntä ei kannata käyttää koko aikaa yhtä voimakkaasti tunteesta riippumatta. Tilanne olisi tullut rauhoittaa tehokkaammin ja antaa selkeät ohjeet ja rajat heti sen mentyä rauhottomaksi. Lopussa kuitenkin rajaus tehtiin ja lapsille kerrottiin, että jos aikuinen olisi pelokas hiiri, hän ei huutaisi äänekkäästi ja riehuisi, vaan yrittäisi olla mahdollisimman näkymätön, liikkumatta ja hiljaa. Tilannetta olisi mahdollisesti rauhoittanut, jos jokaisen tunteen kohdalla olisi mietitty ensin yhdessä, miten liikkuisi esimerkiksi säikähtänyt sammakko ja lähdetty sitten toteuttamaan tunnetta kukin omalla tavalla. Kun tuli viimeisen tunnehahmon aika ja lapsille sanottiin: näyttäkää, miten liikkuu ja elehtii vahva minä, lapset jähmettyivät täysin paikoilleen hämmentyneen oloisina. Heitä kannustettiin aikuisen kehonkielen esimerkin avulla näyttämään kuinka vahvoja he ovat. Tästä huolimatta suurin osa lapsista jäi seisomaan paikoilleen kädet roikkuen vartalon sivuilla. Vain muutama poika innostui näyttämään hauistaan tyytyväisen oloisena ja liikkumaan vähän. Tämä jäi hämmentämään.

Toisella kerralla lapset odottivat tuokion alkamista jo viisitoista minuuttia ennen sovittua aloitusaikaa. Koska toinen ohjaaja ei ollut vielä saapunut sovittiin, että lapset saavat hetken leikkiä, jonka jälkeen aloitetaan sovitus kello 14. Yksi lapsista saapui ryhmään aloituksen jälkeen, ja söi välipalaa alkuosion ajan. Ulkopuolisuudentunteen välttämiseksi kesken tuokion saapumisesta, hänelle kerrottiin lyhyesti mitä oli keskusteltu ja todettiin, että hän voi syödä rauhassa samalla kun ryhmä keskustelee.

Lapset näyttivät pitävän erityisesti, kun aikuiset esittivät heille lyhyen näytelmän, jossa käsiteltiin lasten välistä riitatilannetta. Ryhmän oma ohjaaja osallistui näytelmään prinsessaksi pukeutuneena. Tunnelma oli positiivisen kiihkeä. Näytelmän jälkeen keskustelussa tuli esiin, että kolmen lapsen välillä oli ollut koulupäivän aikana samankaltainen tilanne kuin näytelmässä. Siinä hetkessä tilanteesta keskusteltiin sen verran kuin asianomaiset itse halusivat kertoa ja riitatilanteiden käsittelyä jatkettiin yleisellä tasolla. Lapset osasivat kertoa hyvin, millaisissa tilanteissa tulee riitaa ja miten riitoja voi sopia. Pareittain tehty anteeksi pyytämisen ja antamisen harjoitus oli osalle lapsista haastava, jopa hieman ahdistava. Toisilta tuokio sujui mallikkaasti paria silmiin katsoen ja reippaasti osia keskenään vaihtaen.

Kesken patsasleikin, jota leikittiin pareittain, eräs lapsi totesi: "Tää on kivempää, ku luulin." Patsaat olivatkin monimuotoisia ja niille annetut nimet vaihtelevia kuten; rakkaus, sotilas ja tanssija. Leikkiä voisi vielä jatkaa myöhemmin ottamalla lasten muodostamista patsaista kuvia ja järjestämällä niistä valokuvanäyttely, jonka teokset olisivat nimettyjä. Teosten ja nimien mieleen tuomista tunteista ja ajatuksista voisi keskustella yhdessä. Toisen tuokion loppuksi leikittiin Mitä tiedät ystävästäni? -leikkiä, joka oli lapsille ennestään tuntematon. Moni ajatteli sen olevan sama kuin Vettä kengässä -leikki. Lapset pitivät leikistä, vaikka tarvitsivat paljon aikuisen ohjausta kysymysten asettelussa. He halusivat leikkiä sitä myös seuraavien tuokioiden loppuissa.

Kolmas kerta alkoi vastuuohjaajan ehdotuksesta siirtymisellä läheisen kirjaston ryhmätilaan, joka soveltuu paremmin tuokioiden pitämiseen. Ennen tuokion aloittamista pidettiin lyhyt kooste aiemmista kerroista. Yksi lapsista sanoi, että viime kerralla ollut näytelmä oli kiva, ja osa lapsista nyökytteli ilmaisten olevansa samaa mieltä. Alkuun kuunneltiin Rikkinäinen automaatti äänite, jonka aikana osa lapsista makasi, osa istui. Lapset osasivat kertoa hyvin äänitteessä kuvatuista tunteista kuten turhautuminen, kiukku, harmistus ja jano. Kaksi lasta saapui tuokioon vasta sen alettua, ja heille kerrottiin lyhyesti, mitä siihen asti oli käsitelty, että heidän olisi mukavampi liittyä ryhmään. Kiukkuilmeiden ja -asentojen näyttäminen vieruskaverille aiheutti hetkeksi yleistä levottomuutta, joka saatiin tasaantumaan aikuisten ohjauksella. Koko tuokion

ajan lapset olivat tavallista liikkuvaisempia, mutta myös seurasivat ja osallistuivat aktiivisesti. He osasivat kertoa hyvin, miten käyttäytyvät kiukkuisena, mitä voi ja mitä ei pitäisi tehdä kiukkuisena ja miten kiukkua voi eri tavoin vähentää. Tuokion pitämiseen meni aikaa 25 minuuttia, jonka jälkeen leikittiin 15 minuuttia Mitä tiedät ystävästäni -leikkiä. Lopuksi vastuuohjaaja keskusteli lasten kanssa kiukun käsittelystä ja sen näkymisestä iltapäivätoiminnassa.

Viimeisellä kerralla vastuuohjaaja ehdotti taas kirjaston ryhmätilan käyttöä, mutta koska siellä ei ollut mahdollista heijastaa kuvaa seinälle, tuokio pidettiin iltapäivätoiminnan tilassa. Tuokio aloitettiin keskustelemalla aiemmasta aiheesta, kiukun kesyttämisestä, ja Turre kertoi kuulumisiaan. Sen jälkeen kuunneltiin 4,5 minuutin mindfulness-harjoitus. Lapset keskittyivät siihen hyvin. Osa lapsista kertoi kokeneensa olonsa rauhalliseksi sen jälkeen. Jälkeenpäin ajateltuna olisi voinut olla parempi lopettaa tuokio äänitteen kuunteluun sillä aloittamisen sijaan. Toimivalta vaihtoehdolta kuulostaa myös Urheilupuiston iltapäivätoiminnan ohjaaja Tulimetsän tapa päättää tuokiot loppupiiriin, jossa lapset saavat vuorollaan soittaa metallista lyömäsoitinta. Hän kertoi lasten rauhoittuvan hyvin sen meditatiivisen soinnin äärelle ja jaksavan kuunnella jokaisen soiton vuorollaan. (henkilökohtainen tiedonanto 7.4.2022.) Äänitteen jälkeen keskusteltiin asioista, joista tulee hyvä mieli. Lapset kertoivat paljon ulkoiluun ja pelaamiseen liittyviä asioita. Seinälle heijastettiin Mieli ry:n sivustolta löytyvä mielenterveyden käsi ja käsiteltiin sen avulla mielen hyvinvointiin liittyviä asioita sormi kerrallaan.

Lapsilta tuli paljon pelaamiseen liittyviä kommentteja. Muutama lapsista näytti hämmästyneiltä, kun heille kerrottiin, että pelitkin voivat olla luovaa toimintaa. He alkoivat kuitenkin ymmärtää, mitä tarkoitettiin, kun esimerkiksi otettiin muutama lasten suosima peli, joissa suunnitellaan ja rakennellaan. Oli ilahduttavaa huomata, että lähes kaikilla lapsilla oli joku harrastus. Tärkeistä ihmisistä puhuttaessa vanhemmat tulivat vastauksena useilta, jonka lisäksi mainittiin sisarusia, kavereita ja hetken pohdinnan jälkeen koulun ja iltapäivätoiminnan henkilökuntaa. Tuokion lopuksi lapset ottivat itselleen parin ja kertoivat toisistaan jonkin kivan asian. Suurin osa osasi helposti kertoa kivan asian parilleen. Ohjaajista Jere oli yhden pari, koska lapsia oli pariton määrä. Ennen viimeisiä

kiitoksia ja heippoja Turre lahjoitettiin Aunelan iltapäivätoiminnalle käytettäväksi tulevissa tunne- ja turvataitotuokioissa tai tarpeen ja tilanteen mukaan soveltaen. Osa lapsista ilahtui Turren turkulaistumisesta kovasti.

6.3 Palautteet

Tuokioihin osallistuneilta lapsilta kerättiin palautetta 5.4.2022. Palautteen keräämiseen käytettiin Tunne- ja turvataitoja lapsille oppaasta löytyvää valmista kyselyä (LIITE 5). Kyselyn käytännön toteutuksen hoiti iltapäivätoiminnan vakituinen henkilökunta, ja lapset vastasivat siihen nimettömästi. Vastauksia saatiin 19. Vastanneista neljä oli valinnut kyselyn alussa olleen Turren mielialaa kuvaavan kuvan, muut olivat jättäneet kohdan merkitsemättä. Ymmärtämisen helpottamiseksi kyselyyn olisi hyvä lisätä sanallinen ohje: ”Ympyröi itsellesi sopivin vaihtoehto”, että kohta ei jää huomaamatta osana kyselyä. Yksi neljästä vastanneesta oli rastittanut kaikki Turren mielialaa kuvaavat kohdat ja sitten ympyröinyt ensimmäisen vaihtoehdon. Yksi vastanneista oli piirtänyt omia lisäyksiä jokaiseen kohtaan ja lisännyt vielä ”ei mitään” vaihtoehdon. 16 vastanneen mukaan tuokioita oli sopivasti, kahden mielestä liikaa ja yhden mielestä sekä sopivasti että liian vähän. Yhdeksän vastanneista ilmoitti osanneensa asiat jo aiemmin. Yhdeksän ilmoitti oppineensa jonkin verran tai paljon uutta. Yksi vastanneista oli valinnut kaikki vaihtoehdot.

Vastanneista jokainen ilmoitti pitäneensä tuokioista. 11 perusteli pitäneensä tuokioista, koska oppi uutta. Kuitenkin kolme näin vastanneista oli aikaisemmin vastannut osanneensa asiat jo aiemmin. Kolme perusteli pitäneensä tuokioista, koska ne olivat kivoja ja kaksi ilmoitti pitävänsä koulusta. Neljäs kysymys oli avoin ja siinä tuli vastata mitkä asiat ovat olleet tärkeitä. Tässä kohdassa vastauksissa oli hajontaa ja toisaalta osan vastaajista voi olettaa vastanneen samoin kuin vieruskaveri, koska vastaukset ovat täysin samanlaiset. Neljä vastasi, koska kaverit ovat kivoja. Neljä oli jättänyt kohdan tyhjäksi. Muita vastauksia olivat esimerkiksi kiusaaminen, ei saa koskea, perhe ja ystävät, ilo ja onnellisuus, hauskanpito ja ystävät ja jumppa. Viidennessä kohdassa tiedusteltiin olisiko jostain asiasta halunnut puhua vielä enemmän tai jäikö jokin asia kesken tai puhumatta. Tähän kysymykseen saatiin kolme vastausta; ”kiukun

kesyttäminen”, ”ei saa potkia ja lyödä” ja ”ei”, 14 lasta jätti kokonaan vastaamatta. Viimeisessä avoimessa kysymyksessä kysyttiin, mitkä ovat kolme tärkeintä asiaa, jotka olen oppinut? Yhdeksän jätti kohdan tyhjäksi. Saatuja vastauksia olivat; kaikki, ystävällisyys, kiukun kesyttäminen, leikkiminen, älä lyö, kiusaaminen, puhutaan kauniisti, huijaaminen, tunteet ja tunteiden hallitseminen.

Iltapäivätoiminnan ohjaajat kertoivat palautteessaan tuokioiden olleen hyviä. He totesivat valittujen aiheiden olleen heille tärkeitä ja pyrkivänsä jatkamaan itsekin niiden käsittelyä lasten kanssa. Palautteessa huomioitiin, että ennestään tuntemattoman leikin sujuvuuden kannalta olisi ollut hyvä kysyä neuvoa leikin aloittajan valintaan heiltä, lasten omilta ohjaajilta, koska he tuntevat lasten taitotason ja erilaiset ominaisuudet. Valitsemalla aloitukseen lapsi, jonka on helppo ymmärtää leikin kulku, pääsevät muutkin esimerkin avulla mukaan paremmin. Palautteessa kiinnitettiin huomiota myös siihen, miten tärkeää on kohdata lapset uskottavasti ja aliarvioimatta heidän kykyjään. Esimerkiksi lasten kohtelemisen ikätasoaan pienempinä, voi aiheuttaa ryhmässä levottomuutta. Iltapäivätoiminnan ohjaajat pitivät tuokioita hyvänä muistutuksena omasta tärkeästä roolistaan lasten tunne- ja turvataitojen tukemisessa. Heidän näkemyksensä oli, ettei asioista voi puhua koskaan liikaa.

6.4 Eettiset näkökohdat

Tunne- ja turvataitokasvatus lasten kehityksen tukemiseksi on yhteiskunnallisesti merkittävää. Opinnäytetyön aihe valittiin lasten osallisuuden ja sosiaalisen hyvinvoinnin vahvistamisen tarpeesta. Käytännön toteutuksessa päädyttiin tuokioita järjestämällä tukemaan lasten kanssa vakituisesti toimivien ohjaajien menetelmiä työssään. Aiheen käsittelyn tarkoituksena oli, että siitä hyötyvät ensisijaisesti ohjaajat, mutta tietysti myös lapset, jotka osallistuvat tuokioihin. Pidempikestoisen hyöty lasten kasvun tukemiseen tulee esimerkkituokioiden jälkeen iltapäivätoiminnan ohjaajien kautta, jos tunne- ja turvataitojen käsittely jatkuu toiminnassa aktiivisena. Tämä voi tapahtua erikseen mietittyinä tuokioina, leikkeinä ja tehtävinä, mutta erityisesti kaikissa arjen kohtaamisissa.

Lähtökohtana työn tekemiseen oli vakuuttuminen tunne- ja turvataitomateriaalista ja sen toimivuudesta sekä hyödyntämismahdollisuuksista.

Tuokioiden järjestäminen iltapäivätoiminnassa oli perusteltua, koska lapset olivat toisilleen tuttuja, tilat heidän päivittäisessä käytössään turvalliset ja tutut aikuiset olivat mukana varmistamassa luotettavuutta. Lasten vanhempia tiedotettiin viestillä aikatauluista ja lapsille kerrottiin tuokioiden pitämisestä etukäteen. Asioita sovittiin ja valmisteltiin yhdessä yhteistyökumppanin kanssa. Sovittuja asioita ja aikatauluja noudatettiin olosuhteiden mukaisesti ja muutoksista ilmoitettiin asianosaisille.

Aunelan iltapäivätoiminnan suuri ryhmäkoko haastoi tasavertaisen kuulluksi ja huomioiduksi tulemisen. Aktiivisimmat lapset pääsivät esille hyvin nopeutensa ja rohkeutensa vuoksi. Osallisuuden kokemuksen tuottamiseksi mahdollisimman monelle, tehtäviin valittiin lapsia, jotka eivät olleet vielä päässeet osallistumaan ja kysyttiin välillä heiltäkin, jotka eivät ehkä rohjenneet viitata. Tuokioiden ei käsitelty lasten yksityisyyttä vaarantavia asioita tai kerätty heitä yksilöiviä tietoja. Palautekyselyt toteutettiin nimettöminä niin, että vain omat ohjaajat olivat läsnä. Lasten itsemääräämisoikeutta ja koskemattomuutta kunnioitettiin, eikä ketään painostettu osallistumaan. Tulosten raportoinnissa oltiin mahdollisimman rehellisiä ja pyrittiin myös oppimaan asioista, joissa oli parannettavaa.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Lasten oikeudet aikuisten mahdollistamaan tukeen, turvaan, osallisuuteen ja oppimiseen ovat suomalaisen yhteiskunnan perusasioita, jotka on määritelty tarkkaan laeissa ja asetuksissa. Tunne- ja turvataitojen opettaminen lapsille tukee heidän kasvuaan ja kehitystään monella tapaa vahvemiksi ja osallistuvimmiksi toimijoiksi sekä sosiaalisissa ryhmissä että itsenäisesti. Varhaisella tuella ja puuttumisella voidaan vaikuttaa välittömästi yksilön mahdollisuuksiin, mutta myös vähentää yhteiskunnallisesti mielenterveysongelmien ja syrjäytymisen tuomia haittoja ja kustannuksia. Lasten tukemista huomioidaan yhteiskunnassa monella eri tasolla ja erilaisin menetelmin, joista Tunne- ja turvataitoja lapsille -opas on yksi hyvin toimiva ja testattu materiaali. Tunne- ja turvataitojen opettaminen lapsille iltapäivätoiminnassa tukee hyvin toiminnalle asetettuja sisällöllisiä tavoitteita.

Myös kirkko on omassa kasvatustehtävässään ja lasten kanssa toimiessaan yhteiskunnan lakien ja säädösten alainen. Seurakunnan toiminta perustuu kristinuskon lähtökohdissa ehdottoman turvan ja hyväksynnän tarjoamiseen. Kirkon opetus lasten erityisestä asemasta tulee Raamatusta ja Jeesuksen hyväksyvistä suhtautumisesta lapsiin. Ehkä tunnetuin ja eniten käytetty kohta Raamatussa, jolla perustellaan Jeesuksen asennoitumista lapsiin, löytyy sekä Luukkaan (Raamattu, 1992, Luukkaan evankeliumi 17: 15–17) että Markuksen evankeliumista. *Jeesuksen luo tuotiin lapsia, jotta hän koskisi heihin. Opetuslapset moittivat tuojia, mutta sen huomattessaan Jeesus närkästyi ja sanoi heille: "Sallikaa lasten tulla minun luokseni, älkää estäkö heitä. Heidän kaltaistensa on Jumalan valtakunta. Totisesti: joka ei ota Jumalan valtakuntaa vastaan niin kuin lapsi, hän ei sinne pääse." Hän otti lapset syliinsä, pani kätensä heidän päälleen ja siunasi heitä.* (Raamattu, 1992, Markuksen evankeliumi 9: 13–16.)

Hengellisten yhteisöjen etuoikeutena on tarjota lapsille myös katsomuksellista kasvatusta, joka ottaa ihmisen huomioon kokonaisuutena tiedostavana ja tuntevana olentona. Kirkon tehtävä hengellisyyden tukemisessa on aivan erityinen, mutta on hyvä, että sen toimintaperiaatteet eivät myöskään ole ristiriidassa

yhteiskunnan muiden toimijoiden tekemän kasvatustyön kanssa. Niinpä myös seurakuntien lapsityöhön, leireille ja kerhotoimintaan voisi hyvin sisällyttää sopivin osin soveltaen myös tunne- ja turvataito-oppaan materiaaleja. Aiheen näkökulma tukee kirkon opetusta lapsen erityisestä asemasta ja suojelun tarpeesta ja sen käsittelyyn on helppo löytää tukea, kertomuksia ja esimerkkejä Raamatusta.

Toteutetuissa tunne- ja turvataitotuokioissa erityisesti ryhmän oman vastuunohjaajan aktiivinen rooli merkitsi positiivista tukea työn tarkoituksen ja tavoitteiden toteutumiseen niin lasten, iltapäivätoiminnan ohjaajien kuin opinnäytetyön tekijöidenkin kannalta. Yhteistyö oli tärkeää ja antoi tuokioille sen merkityksen, jota toivoimme asioiden sujuvuuden ja jatkuvuuden kannalta. Lapsilta ja iltapäivätoiminnan ohjaajilta saamamme palaute oli positiivista, kannustavaa sekä myös rakentavaa ja auttoi peilaamaan omaa toimintaamme ja asemaamme ryhmän ulkopuolisina toimijoina. Vakituksella henkilökunnalla oli mahdollisuus tarkkailla ja tehdä havaintoja lapsista eri tavoin kuin tilanteissa, joissa he itse toteuttavat sisältöä. Ohjaajien aktiivinen osallistuminen kertoi halusta ja ymmärryksestä tukea lapsia. Omat ohjaajat ovat niitä aikuisia, jotka pysyvät lasten arjessa, tuntevat heidän taitojaan ja keskinäisiä suhteitaan. Tuokioiden aikana omat ohjaajat huomioivat lapsia, pitivät yllä järjestystä ja puuttuivat ja tai ohjasivat lapsia tilanteisiin sopivaksi katsomallaan tavalla. Ajustusta toiminnan jatkuvuudesta vahvasti palautteen lisäksi myös ohjaajien kiinnostus toteuttaa lasten kanssa myöhemmin tunne- ja turvataitoihin liittyvä kuvakollaasi ”Tällainen minä olen”, johon toimitimme heille ohjeet.

Jos lapsiryhmä olisi ollut pienempi, olisi tutustuminen ollut helpompaa ja työskentely lasten kannalta antoisampaa. Tuokioiden pituus, 45 minuuttia vaikutti tässä sopivalta, mutta lyhyempi aika saattaisi toimia vielä paremmin näin suuren ryhmän kanssa. Toisaalta Urheilupuiston iltapäivätoiminnassa tuokioita järjestävä Heli Tulimetsä (henkilökohtainen tiedonanto 7.4.2022) kertoi pitävänsä 1,5 tunnin mittaisia tuokioita ja kokevansa ne tutun lapsiryhmän kanssa sopivan mittaisiksi. Heidän toiminnassaan lapsille järjestetään 1,5 tunnin mittaisia toimintahetkiä säännöllisesti ryhmä kerrallaan, jolloin käytettävä aika rajautuu luonnollisesti. Urheilupuiston toiminnassa lapsia on mukana päivittäin 50–60 jaettuna kolmeen ryhmään, jolloin tuokioihin osallistuu suunnilleen

sama määrä kerrallaan kuin Aunelassa. Myös tunne- ja turvataitomateriaalin laatijan ja kouluttajan Mirja Ylenius-Lehtosen (henkilökohtainen tiedonanto 17.3.2022) lähtökohta oli, että tuokioiden järjestäjän on tärkeää olla lapsille tuttu ja luotettava aikuinen. Lasten ikä- ja kehitystason huomioiminen onnistuu itsestään heidän kanssaan vakituisesti työskenteleviltä aikuisilta.

Säännöllisenä jatkuvana toimintana tuokiot voisivat olla lyhyempiä, koska toistuvuus takaisi, että asioita voidaan käsitellä monipuolisesti. Iltapäivätoiminnassa lyhyempiä osia on helpompi toteuttaa arjessa normaalin päivärytmin sisällä. Ylenius-Lehtonen (henkilökohtainen tiedonanto 17.3.2022) totesi, etteivät mitkään yksittäiset menetelmät riitä lasten tunne- ja turvataitokasvatuksessa, vaan asioiden on oltava jatkuvasti läsnä lapsen ja aikuisen välisessä vuorovaikutuksessa. Niinpä tunne- ja turvataitokasvatusta ovat myös kaikki tavalliset yhteiset hetket ja keskustelut, joissa aikuiset ovat lasten tukena. Ammatillisesti valveutuneet iltapäivätoiminnan ohjaajat osaavat toimia työssään vastuullisesti ja ohjata lapsia heitä koskevien asioiden käsittelyssä. Tueksi kasvatustyössä toimiville aikuisille on olemassa valmis ja helposti käyttöön otettava tunne- ja turvataitomateriaali, jota voi soveltaa lasten kanssa monin eri tavoin.

Koimme opinnäytetyömme toiminnallisen osuuden palkitsevana ja mielekkäänä. Hyviä oppimiskokemuksia saimme myös niiden puutteiden ja haasteiden avulla, joita tuli esimerkiksi epäkäytännöllisen tilan ja suuren ryhmäkoon vuoksi. Kummallakin on aiempaa kokemusta monen ikäisten lasten kanssa työskentelystä muun muassa varhaiskasvatuksessa, koulussa ja lastenkodissa. Koska olemme joutuneet miettimään paljon lasten kasvatukseen ja kehitykseen liittyviä haasteita, pidämme erityisen tärkeänä, että lapset saavat mahdollisimman johdonmukaista ja luotettavaa tukea kaikissa kehitysvaiheissaan. Tätä tukea voi parhaiten saada aikuisen tuella luotettavissa pitkäaikaisissa suhteissa ja hyväksyvissä arjen toimintaympäristöissä sekä yhteisöissä. Ilahduimme Aunelan iltapäivätoiminnan lasten kiinnostuksesta ja halusta osallistua heille järjestettyyn toimintaan. Vaikka ryhmän lasten taidot, kehitystaso, aktiivisuus ja kyky ilmaista itseään vaihteli paljon, minkäänlaista kiusaamista tai toiminnan tahallista häiritsemistä ei ollut näkyvissä.

Turun alueella on myös uutisoitu viime aikoina erilaisista nuorten tekemistä väkivalta- ja nöyryyttämistapauksista, jotka koskettavat ainakin välillisesti myös kohderyhmämme ikäisiä lapsia. Lasten vahvistaminen ja tukeminen toimimaan itseään ja toisia suojelevasti kaikenlaisissa tilanteissa on tästäkin syystä erityisen ajankohtaista. Aunelan iltapäivätoimintaan osallistuvilta lapsilla oli tunne- ja turvataitoasioista paljon hyviä ajatuksia, joiden ääneen kertomisen ryhmässä uskomme auttaneen erityisesti niitä lapsia, joille asiat eivät ole yhtä selkeitä. Vaikka emme tulisikaan työskentelemään jatkossa lasten kanssa, saimme ammatillisesti arvokasta tietoa ja kokemusta asiasta, josta on hyötyä kaiken ikäisten ihmisten kohtaamisessa ja huomioon ottamisessa sosiaalialan laajalla työkentällä.

LÄHTEET

- (A8/1976) Kansalaisoikeuksia ja poliittisia oikeuksia koskeva kansainvälinen yleissopimus 1976/A8. https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sops-teksti/1976/19760008/19760008_2
- Aaltonen, J. (2012). *Turvataitoja nuorille Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas_21%20verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bierman, Karen, L., Sanders, & Michael, T. (2021). *Teaching Explicit Social-Emotional Skills With Contextual Supports for Students With Intensive Intervention Needs*. Article. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1063426620957623>
- Costello, S., & Dove, S. (2017). Supporting emotional well-being in schools: a pilot study into the efficacy of a mindfulness-based group intervention on anxious and depressive symptoms in children. *Advances in Mental Health; Maleny*, vol 15., iss. 2, p. 172–182. <https://www.proquest.com/docview/1934941079?accountid=27043>
- Isola, A.-M. (2019). Turvataitokasvatus. Teoksessa U. Korpilahti, H. Kettunen, E. Nuotio, S. Jokela, V. M. Nummi, & P. Lillsunde (toim.) *Väkivallaton lapsuus – toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025* (s. 111–122). Sosiaali- ja terveysministeriö. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161899/STM_2019_27_J.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Kalland, M. (2019). Turvataitokasvatus. Teoksessa U. Korpilahti, H. Kettunen, E. Nuotio, S. Jokela, V. M. Nummi, P. Lillsunde (toim.) *Väkivallaton lapsuus – toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025* (s. 140–178). Sosiaali- ja terveysministeriö. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161899/STM_2019_27_J.pdf?sequence=4&isAllowed=y

- Kampman, M., Solantausta, T., Anttila, N., Ojala, T., Santalahti, P. ja Yhteispeli-työryhmä. (2015). *Yhteispeli koulussa opas hyvinvoinnin ja vuorovaikutuksen vahvistamiseen*. Suomen Yliopistopaino Oy. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129900/URN_ISBN_978-952-302-586-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kansalaisoikeuksia ja poliittisia oikeuksia koskeva kansainvälinen yleissopimus, 16.12.1966. <https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsviite/1976/19760007#idm45237816457760>
- Karjalainen, P. (2019). *Turvataitokasvatus*. Teoksessa U. Korpilahti, H. Kettunen, E. Nuotio, S. Jokela, V. M. Nummi, P. Lillsunde (toim.) *Väkivallaton lapsuus – toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025* (s. 140–178). Sosiaali- ja terveysministeriö. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161899/STM_2019_27_J.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- KiVa Koulu. (i.a.-a). Mikä kiva on? Saatavilla 5.2.2022. <https://www.kiva-koulu.fi/kivaohjelmasta/>
- KiVa Koulu. (i.a.-b). Mukaan ohjelmaan. Saatavilla 5.2.2022. <https://www.kivakoulu.fi/mukaankivaan/>
- Koulutus elämään säätö. (i.a.). Opetusohjelman tausta. Saatavilla 20.1.2022. <http://koulutuselamaan.fi/fi/opettajille/opetusohjelman-tausta/>
- L1214/2020. Oppivelvollisuuslaki 30.12.2020/1214. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2020/20201214>
- L1287/2013. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 30.12.2013/1287. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2013/20131287>
- L417/2007. Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2007/20070417>
- Lajunen, K., Andell, M., & Ylenius-Lehtonen. (2016). *Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Loijas, E. (2016). *Huolestuin, mitä teen. Lapsen liittyvän huolen puheeksiotto huoltajan kanssa lähityöntekijän näkökulmasta*. Jyväskylän

- ammattikorkeakoulu. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/114221/Loijas%20Eveliina.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- MIELI Suomen mielenterveys ry. (i.a.). *MIELI Suomen Mielenterveys ry 125 vuotta: mielenterveys on kaikkien oikeus*. Saatavilla 16.2.2022 <https://koululaisen.mieli.fi/mieli-suomen-mielenterveys-ry-125-vuotta-mielenterveys-on-kaikkien-oikeus/>
- Opetushallitus. (2022). *Tunteesta tunteeseen – ihmismielen tarina kuvin ja sanoin, opettajan aineisto*. [Tunteesta tunteeseen | Opetushallitus \(oph.fi\)](https://www.opetushallitus.fi/tunteesta-tunteeseen)
- Opetushallitus. (2014). Perusopetuksen suunnitelman perusteet 2014. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf
- Opetushallitus. (2011). Perusopetuksen aamu- ja iltapäivätoiminnan perusteet 2011. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/131412_po_aamu_ja_iltapaivatoiminnan_perusteet_2011.pdf
- Puolimatka, T. (2011). *Kasvatus, arvot ja tunteet*. Suunta-kirjat.
- Raamattu*. (1992). Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Kirjapaja.
- Raittila, K. (2022). Tämä on tutkimista vailla. Teoksessa I. Tahvanainen (toim.), *Maailmanpyörässä* (s. 28). Teos.
- Rautanen, P. (2016). *Sosioemotionaalisen kompetenssin tukeminen koulussa: systemaattinen kirjallisuuskatsaus suomalaiseen tutkimukseen*. [Pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto]. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100470/GRADU-1484211593.pdf?sequence=1>
- Suomen ev.lut. kirkko. (2019). Turvallinen seurakunta. Kirkkohallitus. <https://evl.fi/documents/1327140/39461555/Turvallinen+seurakunta+-ohjeistus.pdf/d7914fda-53ac-7c79-a85f-c7d6768c7776?t=1554885485000>
- Suomen ev.lut. kirkko. (2015). Lapsivaikutusten arviointi suomen evankelis-luterilaisessa kirkossa. Kirkkohallitus. <https://evl.fi/documents/1327140/39461555/LAVA-ohjeistus.pdf/9308d811-9e19-0cbe-b82e-560082043d97?t=1557230310000>

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2015). Mielenterveyden ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen edistämisen menetelmät ja käytännöt peruskouluissa. [Tutkimustiivistelmä]. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125821/URN_ISBN_978-952-302-038-2.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Turun kaupunki. (2.6.2015). Lastensuojelun arviointi Turun kaupungin tarkastuslautakunta [Raportti]. https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/2014_lastensuojelun_arviointi_tarkastuslautakunta_2.6.2015.pdf
- Turun kaupunki. (28.4.2021). Lasten ja nuorten sekä heidän perheidensä jakamisen ja mielenterveyden tukeminen sekä mielenterveyshäiriöiden hoidon saatavuuden parantaminen [Sosiaali- ja terveyslautakunta esityslista/pöytäkirja]. <https://ah.turku.fi/sos-terla/2021/0428007x/4355867.htm>
- Turun kaupunki. (2018). Perusopetuksen aamu- ja iltapäivätoiminnan toimintasuunnitelma 2018. https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/turun_kaupungin_apip-toiminnan_toimintasuunnitelma.pdf
- Turun kaupunki. (i.a.-a). Perusopetuksen aamu- ja iltapäivätoiminta Saatavilla 30.1.2022 <https://www.turku.fi/paivahoito-ja-koulutus/perusopetus/iltapaivatoiminta/koululaisten-aamu-ja-iltapaivatoiminta>
- Turun kaupunki. (i.a.-b). Valmistava opetus (VALMO) Saatavilla 1.2.2022 <https://www.turku.fi/services/valmistava-opetus-valmo>
- Turun kaupunki. (i.a.-c). Aunelan koulu Saatavilla 30.1.2022 <https://blog.edu.turku.fi/aunela/>
- Vorma, H., Rotko, T., Larivaara, M., & Kosloff, A. (2020). Kansallinen mielen-terveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Sosiaali- ja terveysministeriö. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162053/STM_2020_6.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Yleissopimus lapsen oikeuksista, 20.11.1989. https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsviite/1991/19910059?sopviite_id=19910059

LIITE 1. Ensimmäinen tuokio

Harjoitellaan tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja ilmaisua 17.3.2022

Ippessä on makuualustoja ja peittoja, jotka olemme valmiiksi laittaneet lattialle. Lasten tullessa välipalalta kello 14 pyydämme heitä asettumaan alustoille istumaan niin, että on tilaa käydä myös makuulle hetken kuluttua. Aloitamme tuokion esittelemällä itsemme ja kertomalla lyhyesti tuokioista, jonka jälkeen lapset saavat esitellä itsensä meille. Lapsille kerrotaan, että jokaisen tuokion alussa katsotaan lyhyt video tai kuunnellaan äänite, jonka jälkeen kerromme erikseen mitä kulloisellakin kerralla tehdään, ja että lopetamme viimeistään kello 15. Vastaamme lasten esittämiin mahdollisiin kysymyksiin koskien itseämme ja tai tuokioita. Tämän jälkeen pyydämme lapsia käymään lattialle makuulle ja ottamaan mukavan asennon. Sen jälkeen kuuntelemme Rentoutus lapselle -videon (Neuvokasperhe, i.a. -a). Videon loputtua pyydämme lapsia nousemaan istumaan.

Iltapäivätoiminnan ohjaaja on valmiiksi kopioinut ja laminoinut oppaasta löytyvät tunnekortit, joissa on yhteensä 18 erilaista tunnetta yksi jokaista korttia kohden. (Lajunen ym., 2016, s.60–62). Käymme jokaisen tunnekortin yhdessä lasten kanssa läpi, jonka jälkeen lapset saavat valita leikitäänkö Arvaa, mikä tunne? -leikkiä vai käydäänkö tunnetilojen ilmaisua läpi luovasti liikkuen. Jälkimmäinen vaihtoehto osallistaa lapsia enemmän ja sopii etenkin silloin käytettäväksi, kun ryhmässä levottomuutta.

Arvaa, mikä tunne -leikissä yksi lapsista ottaa korttipakasta tunnekortin, ja hän esittää kuvassa olevaa tunnetta. Oikein tunteen arvannut saa seuraavan kortin esitettäväkseen. Ennen seuraavan tunnekortin ottamista korttipakasta keskustellaan siitä, millaisessa tilanteessa kyseistä tunnetta voisi tuntea. Leikin avulla harjoitellaan tunteiden ilmaisemista ja toisten tunteiden tunnistamista. Jälkimmäisessä vaihtoehdossa erilaisia tunnetiloja voidaan ilmaista liikkuen ja elehtien. Rooleina voi olla esimerkiksi rakastunut norsu, iloinen lintu, hämmästyntä hevonen, raivostunut härkä, säikähtänyt sammakko, riemastunut koira, pelokas hiiri, vihainen viljakäärme, surullinen susi, innostunut kissa, onnellinen orava ja vahva minä. Ennen kello kolmea ilmoitamme, että otamme vielä kaksi korttia, joiden jälkeen lopetamme tältä kerralta. Kiitämme kaikkia ja pyydämme

kaikkia osallistumaan alustojen viemiseen takaisin paikalleen. Jonka jälkeen sanotaan "Heippa", toivotetaan "Mukavaa loppu viikkoa ja nähdään maanantaina".

LIITE 2. Toinen tuokio

Ystävyys ja yhdessä olo, kun leikki ei suju 21.3.2022

Ohjataan lapset istumaan tuoleille. Tervehtiminen, itsemme esittely. Lyhyesti keskustelua aiemmasta kerrasta ja tämän kerran sisällöstä kertominen. Kuunnellaan Oivamieli sivustolta löytyvä Linnunpesä äänite (Oivamieli, i.a. -a). Äänitteen jälkeen esitämme pantomiimina tunne- ja turvataitoja lapsille oppaasta löytyvän Prinsessaleikit -tarinan (Lajunen ym., 2016, s. 248), niin että me ja yksi ohjaajista olemme prinsessoja ja yksi ohjaajista lukee tarinan.

Prinsessaleikit

– Et sä voi aina päättää, mitä leikitään etkä olla prinsessa! Me ei olla oltu vielä koskaan! Tiia, Jasmin ja Helmi olivat kavereita ja leikkivät usein kolmissin. Helmi halusi leikkiä usein prinsessaleikkiä ja määräsi Tiian ja Jasminin silloin palvelijoiksi. Nyt Tiiaa ja Jasminia oli alkanut Helmin määräily ottaa päähän. – Ette te voi olla prinsessoita, kun teillä ei oo näin pitkää tukkaa. Mä oon kaikista kaunein ja prinsessan on oltava kaunis! Tiia ja Jasmin tuijottivat silmät pyöreinä ystävänsä! – Vai niin! Me ollaan sitten rumia vai?! Etkä sä mikään kaunis ole! Leuhka ja määräilijä sä oot! Tiia ja Jasmin lähtivät ja jättivät Helmin yksin. Helmiä harmitti. Vai oli hän leuhka ja määräilijä! Mistä ne oikein suuttuivat? Helmi mietti ja tajusi sitten, että kyllä hänkin oli tainnut sanoa kavereilleen aika tyhmästi. Itsekin sellaisesta voisi suuttua. Ja Tiia ja Jasmin olivat kuitenkin hänen parhaat ystävänsä!

Keskustellaan tarinasta, ja pohditaan yhdessä keinoja siihen, miten tarinan tytöt voisivat saada riidan sovituksi, niin että kaikilla olisi hyvä mieli. Keskustelua siitä millaisissa tilanteissa voisi tulla riitaa ja mistä asioista. Kerrotaan, että riidat kuuluvat elämään, ja meillä jokaisella on oikeus omiin mielipiteisiin, mutta riidankaan hetkellä ketään ei saa satuttaa eikä sanoa toiselle ilkeästi. Keskustelua siitä miksi riidat on aina hyvä sopia, ja anteeksi pyytämisestä ja antamisesta, vaikka se voi joskus tuntua vaikealta. Otetaan parit ja harjoitellaan anteeksi pyytämistä ja antamista.

Lopuksi leikitään patsasleikkiä (Lajunen ym., 2016, s.234), jossa toinen leikkijöistä on taiteilija ja toinen on muovailtavaa materiaalia, esimerkiksi savea. Taiteilija muovaa savea haluamallaan tavalla ja asettelee muovailtavana olevan lapsen patsaaksi. Patsaalle annetaan nimi. Sitten rooleja vaihdetaan. Tässä leikissä opitaan myös sopivaa ja toista kunnioittavaa kosketusta. Ennen leikin

aloittamista näytämme esimerkkiä, millainen kosketus on toista kunnioittava. Jos aikaa jää, niin voidaan vielä leikkiä Mitä tiedät ystävästäni? -leikkiä. (Lajunen ym., 2016, s.234) Leikissä valitaan yksi lapsi, joka menee huoneen ulkopuolelle. Muut lapset valitsevat hänelle ystävän. Lapsi tulee takaisin ja yrittää arvuutella kysymyksiin, kuka hänen ystävänsä on. Kysymyksiin saa vastata vain kyllä tai ei. Lopuksi kiitämme kaikkia ja toivotamme kaikille ”Mukavaa alkavaa viikkoa, nähdään ensi maanantaina”.

LIITE 3. Kolmas tuokio

Tunteiden hallinta, kiukun kesytys 28.3.2022

Kuunnellaan Oivamieli sivustolta löytyvä Rikkinäinen automaatti -äänite (Oivamieli, i.a. -b). Kysytään mikä tunne äänitteessä mainitaan? Annetaan lasten kertoa vapaasti äänitteen mieleen tuomista asioista. Pohditaan, millainen on kiukkuilme ja missä kiukku tuntuu. Lapset saavat näyttää omia kiukkuilmeitään ja asentojaan. Mietitään mistä tietää, että itse on kiukkuinen ja miten tunnistaa toisessa kiukun. Millaisissa tilanteissa kiukun tunteesta on hyötyä ja mitä silloin kannattaa tehdä? Entä kun kiukku saa liian paljon valtaa, mitä silloin voi tapahtua? Miten kiukun voi kesyttää? Aikuinen kertoo esimerkin siitä, miten itse kesyttää kiukkuja. Annetaan lasten kertoa esimerkkejä kiukun kesyttämisen keinoista.

Harjoitellaan yhdessä seuraavia kiukun kesyttämisen keinoja:

Sulje silmät ja laske olkapäät alas.

Hengitä syvään ja anna kiukun hitaasti puhalluksen myötä laantua ja tulla pois, jos se on tullakseen.

Laske hitaasti kymmeneen ja takaisin.

Sano itsellesi, että tämä on kiukkuja.

Puhu jollekin siitä, mikä sinua kiukuttaa.

Sano mielipiteesi ja ajatuksesi selkeästi.

Pyydä apua ajoissa.

Keksi itsellesi jokin mukava mielikuva, jota alat miettiä kiukun ensimerkkien ilmaantuessa. (Lajunen ym., 2016, s.73)

Kerrotaan lapsille, ettei kiukun kesytys aina onnistu, mutta silloin voi pyytää anteeksi tai pyrkiä korjaamaan asian tilanteeseen sopivalla tavalla. Ja onnistuneesta kiukun kesyttamisestä kannattaa muistaa kehua itseään, sillä taidon oppiminen on vaikeaa ja aikuisetkin harjoittelevat sitä. Lopuksi kuunnellaan Mieli ry:n nettisivuilta löytyvä Valtameri -hengitysharjoitus, jonka jälkeen kiitetään ja toivotetaan hyvää alkavaa viikkoa ja onnea kiukun kesytykseen, jos ja kun sellaisia tilanteita tulee.

LIITE 4. Neljäs tuokio

Hyvä olo/ mieli. Huomaa hyvä itsessäsi ja muissa 4.4.2022

Aloitetaan YouTubesta löytyvällä Mindfulness-harjoitus lapselle ja aikuiselle -videolla (Neuvokasperhe, i.a. -b). Kysytään mitä kuuluu ja onko viikon aikana ollut tilanteita, joissa on käyttänyt kiukun kesyttämistä ja miten tilanteet ovat menneet. Kehutaan onnistumisista ja rohkaistaan epäonnistumisista huolimatta jatkamaan harjoittelua. Kysytään miltä onnistumiset ovat tuntuneet. Jos kukaan lapsista ei tuo esiin, että tulee hyvä mieli, niin aikuinen johdattelevasti kysyy, tuleeko siitä hyvä mieli. Aletaan pohtia muita asioita, joista tulee hyvä mieli. Annetaan lasten kertoa vapaasti mieleen tulleita asioita. Kerrotaan lapsille, että aikuisen tehtävä on huolehtia lapsen hyvinvoinnista, mutta lapset voivat itsekin vaikuttaa omaan hyvinvointiinsa. Heijastetaan näytölle mielen-terveyden käsi (Lajunen ym., 2016, s.109) ja käsitellään sen avulla hyvinvoin-tiin vaikuttavia asioita.

Lopuksi kerrotaan, että kehumisesta, siitä että sanoo kivoja asioita toiselle, tulee myös hyvä mieli. On kiva kuulla missä on hyvä tai taitava. Ohjataan lapsia ottamaan itselleen pari ja kertomaan toisistaan jonkin kivan asian. Kiitetään ja toivotetaan aurinkoista kevättä kaikille.

Näihin voit itse vaikuttaa

MIELENTERVEYDEN KÄSI

IHMISSUHTEET JA TUNTEET

- Ketä tapasit tänään?
- Mitä teit perheen kanssa?
- Millainen mielialasi oli päivän aikana?
- Kerroitko jollekin tunteitasi?
- Jaksoitko kuunnella ystävää?
- Mistä olit iloinen tai surullinen?

LIIKUNTA JA YHDESSÄ LIIKKUMINEN

- Miten liikut päivän aikana?
- Liikuitko jonkun kanssa?
- Millainen liikunta on parasta?
- Millaisen olon liikunta saa sinussa aikaan?

RAVINTO JA RUOKAILU

- Mitä söit päivän aikana?
- Muistitko syödä välipaloja?
- Kenen kanssa söit?
- Söitkö rauhassa vai oliko kiire?

UNI JA LEPO

- Mihin aikaan menit nukkumaan?
- Nukuitko tarpeeksi?
- Nukuitko hyvin?
- Heräsitkö pirteänä?
- Oliko päivässäsi mukavia oleskeluhetkiä?
- Ehditkö rentoutua ja levätä?

HARRASTUKSET JA LUOVUUS

- Mitä hauskaa teit?
- Teitkö jotain uuvaa?
- Millaisesta tekemisestä saat mahtavan tunteen?
- Mikä on sinusta kaunista?
- Paljonko olit tietokoneella tai katsoit televisiota?
- Kenen kanssa harrastit?

PÄIVÄN RYTMİ

ARVOT JA PÄIVITTÄISET VALINNAT


- Millaisia hyvää mieltä tuovia valintoja teit päivän aikana?
- Mitä arvostat ja pidät tärkeänä elämässäsi?

mieli
Suomen Mielen-terveysseura

© Mielen-terveys- ja kasvatustieteiden tutkimuskeskus, Suomen Mielen-terveysseura
mielen-terveysseura.fi • mielen-terveysseura.fi/kehittamistoiminta

MIELENTERVEYSTAIDOT
KASVUUN

LIITE 5. Lapsille 5.4.2022 tehty kysely tuokioista

 TURVALLISESTI ETEENPÄIN

MITÄ MIELTÄ OLET?



1. Tunne- ja turvataitotunteja on ollut mielestäni
 - liikaa
 - sopivasti
 - liian vähän
2. Onko tunteista ollut sinulle apua? Jos, niin millaista?
 - Olen oppinut paljon uutta.
 - Olen oppinut jonkin verran uutta.
 - Olen osannut asiat jo aiemmin.
3. Mieltäni turvataitotunneista:
 - pidän Mikä ei pidä? _____
 - en pidä Mikä ei en pidä? _____
4. Kerro, mitkä asiat tunne- ja turvataitotunneilla ovat olleet sinulle tärkeitä.

5. Mietä olisit halunnut puhua vielä enemmän ja jäikö jokin asia puhumatta tai keiken?

6. Mitkä ovat kolme tärkeintä asiaa, jotka olen oppinut?



LIITE 6. Turre-turvakoira

