



**Diak**

**Tiia Leino**  
**Jemina Lintinen**  
**Vilma Myllymäki**  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosionomi (AMK)  
Varhaiskasvatuksen opettajan virkakelpoisuus  
Opinnäytetyö, 2022

# **TUNNETAITOKASVATUSTA LUONNOSSA KÄPYKAMUN KANSSA**

**Materiaali varhaiskasvatusikäisten lasten tunnetaitokasvatukseen**

---

## TIIVISTELMÄ

Tiia Leino, Jemina Lintinen, Vilma Myllymäki  
Tunnetaitokasvatusta luonnossa Käpykamun kanssa. Materiaali varhaiskasvat-  
usikäisten lasten tunnetaitokasvatukseen  
67 s., 7 liitettä  
Syksy 2022  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosionomi (AMK)  
Varhaiskasvatuksen opettajan virkakelpoisuus

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia uusi materiaali luonnossa toteutettavista varhaiskasvatusikäisten tunnetaitotuokioista. Materiaalissa hyödynnettiin toiminnallisia ja luovia menetelmiä. Tuotetun materiaalin avulla on mahdollista lisätä varhaiskasvatuksen ammattilaisten osaamista luonnossa toteutettavista tunnetaitotuokioista ja materiaalin tavoitteena on kannustaa varhaiskasvatuksen ammattilaisia laajentamaan toimintaympäristöä luontoon ja ulkoilmaympäristöön. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatuksen kanssa. Toiminnallinen osuus koostui neljästä eri tunnetaitotuokiosta, jotka pilotoitiin 3–4-vuotiaiden lasten päiväkotiryhmässä Hyvinkäällä. Tuotettu materiaali, ”Tunnetaitoja luonnossa – Käpykamun matkassa!”, on saatavilla sähköisesti Theseuksesta ja sen voi tulostaa maksutta käyttöön.

Tutkitun tiedon perusteella tunnetaidot tukevat lasten sosiaalisia suhteita, myönteistä minä -käsitystä ja ehkäisevät koulukiusaamista sekä väkivaltaa. Tunnetaidot ovat osa jokaisen yksilöllistä persoonaa, jonka vuoksi niiden tukeminen tuleekin aloittaa jo varhaisessa vaiheessa. Yhteistyökumppanimme kanssa käydyn keskustelun avulla tunnetaitotuokioihin luotiin pedagoginen Käpykamu-hahmo, joka innostaa lapsia opettelemaan tunnetaitoja. Teoriatiedon pohjalta tunnetaitotuokioihin valikoitui vaikeastikin käsiteltäviä tunteita. Tunteet, joita tuokioissa käsiteltiin, olivat ilo, suru ja viha.

Tunnetaitotuokioiden pilotoinnin pohjalta luotu materiaali on helposti käyttöön otettava. Materiaalin käyttäminen varhaiskasvatuksessa ei vaadi varhaiskasvatuksen ammattilaisilta suurta määrää perehtymistä. Materiaalin yksinkertainen visuaalinen ilme tukee sen helppokäyttöisyyttä. Valmiiksi luodut tunnetaitotuokiot ovat helposti muokattavissa lasten ikä- ja taitotasoa vastaaviksi.

Asiasanat: tunnetaidot, varhaiskasvatus, luonto

## ABSTRACT

Tiia Leino, Jemina Lintinen ja Vilma Myllymäki

Emotional skills in nature – Pinecone's adventures!

Material for emotional skills education for children of early childhood education age

67 p., 7 appendices

Spring 2021

Diakonia University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

Bachelor of social services

Kindergarten teacher qualification

The purpose of the thesis was to develop new material for emotional skills sessions for early childhood education in nature. The material used functional and creative methods. The material can be used to increase early childhood education teachers' competence of emotional skills sessions which are carried out in nature and the aim of the material is to encourage early childhood education teachers to extend children's learning environment to nature and to the outdoors. The cooperation partner of this thesis was early childhood education department in the city of Hyvinkää. The work-oriented part of this thesis consisted of four different emotional skills sessions, which were tested with 3–4-year-old children in a kindergarten group in Hyvinkää. The material "Emotional skills in nature – Pinecone's adventures!", is available online in Theseus and it can be downloaded and used for free.

Based on information examined it is shown that emotional skills support children's social relationships and positive self-concept and emotional skills also prevent bullying and violence at school. Emotional skills are part of everyone's individual personality and that is why they need to be supported from an early age. Through a discussion with our cooperation partner, a pedagogical character called "Pinecone" was created to inspire children to learn emotional skills. Based on the theoretical knowledge, emotions that were difficult to deal with, also were selected for the emotion skills sessions. The emotions which were explored in the emotional skills sessions were joy, sadness, and anger.

The material, which is based on the four emotional skills sessions, is easy to use. Using the material in early childhood education and care does not require a lot of familiarity with the material. The simple visual appearance of the material makes it user-friendly. The emotional skills sessions can be easily adapted to the different age and skill levels of children.

Keywords: emotional skills, early childhood education, nature

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	4
2 LAPSEN TUNNETAIDOT KEHITTYVÄT VARHAISVUOSINA.....	6
2.1 Tunteet lapsen kokemuksina .....	6
2.2 Perustunteet ja niiden merkitys lapsen kehityksessä .....	8
2.3 Tunne-elämän kehitys varhaislapsuudessa .....	10
2.4 Itsesäätelyn ja tunnesäätelyn kehitys varhaislapsuudessa .....	12
3 VARHAISKASVATUS TUKENA LAPSEN TUNNETAITOJEN JA SOSIAALISTEN TAIDOJEN KEHITYKSESSÄ.....	16
4 LUONTO JA ULKOILMAYMPÄRISTÖ VAIKUTTAVAT LAPSEN KOKONAISVALTAISEEN KEHITYKSEEN .....	20
4.1 Luonto ja ulkoilma edistävät lapsen kasvua .....	20
4.2 Lapsen luontainen oppimisympäristö on ulkona .....	22
4.3 Monipuoliset oppimisympäristöt kehittävät lapsen tunnetaitoja.....	24
5 TOIMINNALLISUUS JA LEIKKI LAPSEN LUONTAISINA TAPOINA OPPIA26	
5.1 Toiminnalliset menetelmät varhaiskasvatuksessa .....	26
5.2 Luovat menetelmät osana toiminnallisuutta .....	28
5.3 Leikki ja vuorovaikutus toiminnallisuuden tukena.....	30
6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE .....	32
7 TAUSTA JA YHTEISTYÖKUMPPANI.....	33
8 KEHITTÄMISTYÖN PROSESSI JA MENETELMÄT .....	34
8.1 Aiheen määrittely ja valinta yhdessä yksikön kanssa.....	34
8.2 Avoin ryhmähaastattelu menetelmänä.....	35
8.3 Avoimen ryhmähaastattelun toteutus ja tulokset.....	37
9 TUNNETAITOTUOKIOIDEN SUUNNITTELU JA PILOTOINTI.....	39
9.1 Materiaalin esittely opettajatiimille ja tapaamisen palautteet.....	39
9.2 Neljän tunnetaitotuokion pilotointi .....	40
9.2.1 Tuokio 1: Tutustutaan Käpykamuun .....	41

9.2.2 Tuokio 2: Etsitään ja tutkitaan tunteita .....	42
9.2.3 Tuokio 3: Käpykamun ilot ja surut .....	44
9.2.4 Tuokio 4: Käpykamun kiukku .....	46
10 TUNNETAITOTUOKIOIDEN ARVIOINTI .....	48
10.1 Lasten arvio tunnetaitotuokioista .....	48
10.2 Varhaiskasvattajien arvio tunnetaitotuokioista .....	49
10.3 Itsearvio tunnetaitotuokioista .....	51
11 TUNNETAITO-MATERIAALIN KOONTI .....	55
12 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS .....	56
13 POHDINTA .....	58
LÄHTEET .....	61
LIITE 1. Esittelykirje ja suostumuslomake huoltajille .....	68
LIITE 2. Esittelykirje pedagogiseen tiimiin osallistuville henkilöille .....	70
LIITE 3. Toimintatuokioiden suunnittelulomake .....	72
LIITE 4. Toimintatuokioiden havainnointilomake .....	73
LIITE 5. Itsearviointilomake .....	74
LIITE 6. Arviointilomake työntekijöille .....	75
LIITE 7. Tunnetaitoja luonnossa -materiaali .....	77

## 1 JOHDANTO

Tunnetaidot ovat kykyä ilmaista ja säädellä omia tunteita (Kulmala, 2017, s. 8). Ihminen tarvitsee tunnetaitoja läpi elämän oppiakseen ymmärtämään itseään sekä muita, luomaan tärkeitä ihmissuhteita ja hallitsemaan käyttäytymistään (Pöyhönen & Livingston, 2020, s. 5). Lasten tunnetaitojen vahvistaminen on ajan-kohtainen teema, jonka vuoksi päädyimme rajaamaan opinnäytetyömme aiheen tunnetaitokasvatukseen. Tunnetaidot ovat osa jokaisen yksilöllistä persoonaa. Ihminen käyttää tunnetaitojaan joka päivä niin tietoisesti, kuin vaistonomaisestikin. Tunnetaidot ovat tärkeä osa ihmisen sosiaalista käyttäytymistä ja ne ohjaavat ihmisen ajatuksia, päätöksiä ja tekoja. (Haapsalo, 2016, s. 16.)

Luonnossa liikkuminen ja oleilu tutkitusti rauhoittaa mieltä, laskee verenpainetta ja stressitasoa sekä vahvistaa ihmisen vastustuskykyä. Metsässä ja epätasaisessa maastossa liikkuminen vahvistaa kehonhallintaa ja lihakset saavat harjoitusta. Ulkoilma puhdistaa ja virkistää kehoa ja parantaa unenlaatua sekä ruokahalua. Luonnossa toimiminen muiden ihmisten kanssa tukee osallisuutta, sosiaalisia taitoja ja suhteita toisiin ihmisiin. (Karkkulainen ym., 2019, s. 27–28.) Viime vuosina on kirjoitettu useita alle kouluikäisten lasten tunnetaitoihin liittyviä opinnäytetöitä, joten toimme opinnäytetyössämme ilmi uutta näkökulmaa tunnetaitokasvatukseen. Köngäs (2018) on väitöstudkimuksessaan todennut lasten leikkien olevan sisällöltään tunnerikkaita, joiden kautta lasten on helppo harjoitella tunnetaitoja. Opinnäytetyön avulla kannustamme varhaiskasvatuksen ammattilaisia laajentamaan lasten oppimisympäristöä lähiluontoon.

Varhaiskasvatuslain (540/2018) mukaan varhaiskasvatuksella tarkoitetaan lapsen tavoitteellista ja suunnitelmallista kasvatuksen, opetuksen sekä hoidon muodostamaa kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka.

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda uusi materiaali luonnossa toteutettavasta tunnetaitokasvatuksesta varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen ammattilaiset pystyvät hyödyntämään luomaamme tunnetaitomateriaalia luonnossa toteutettavissa tunnetaitotuokioissa. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Hyvinkään kaupungin kanssa. Toiminnallinen osuus koostui

neljästä eri tuokiosta, jotka pilotoimme 3–4-vuotiaiden lasten päiväkotiryhmässä. Tunnetaitotuokioiden pohjalta laadimme sähköisen tunnetaitoja luonnossa -materiaalin varhaiskasvatukseen hyödynnettäväksi.

## 2 LAPSEN TUNNETAIDOT KEHITTYVÄT VARHAISVUOSINA

Tunteet ovat ihmisen kehossa ja mielessä olevia olotiloja. Ne eivät näy ulospäin ennen kuin ihminen reagoi kokemiinsa tunteisiin. Tunteet ovat yksilöllisiä, eivätkä kaikki ihmiset koe samoja tunteita samankaltaisissa tilanteissa tai ympäristöissä. Tunteiden voimakkuus vaihtelee yksilöllisesti, toiset kokevat tunteet vahvempina kuin toiset. (Kulmala, 2017, s. 6.) Tunteet ovat ihmisen elimistön tavoitteellista psykofysiologista toimintaa. Ne ohjaavat ihmisten toimintaa ja suuntaavat elimistön psyykkisiä sekä fyysisiä voimavaroja. (Sandberg, 2021, s. 155.) Tunteet ovat tarkoitettu selviytymiskeinoiksi eri tilanteisiin, jolloin aistit viestivät tunteiden avulla ihmiselle, kuinka ihmisen tulee reagoida (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 74). Tunteet eivät ole pysyviä tiloja, vaan ne vaihtelevat asteittaisesti eri tilanteissa (Nurmi ym., 2018, s. 118).

### 2.1 Tunteet lapsen kokemuksina

Tunnekokemukset heijastuvat käyttäytymiseemme. Tunnekokemukset, arkikielessä tunteet, ovat omakohtaisia ja mielensisäisiä. Ne saattavat olla välittömiä ja tiedostamattomia, jonka vuoksi niitä on hankala kuvailla. Tunnekokemus voi olla myös tietoinen ja reflektiivinen. Mitä tietoisempi ihminen on omista tunteistaan, sitä tarkemmin hän pystyy arvioimaan, vertailemaan, luokittelemaan ja säätelemään niitä. (Kokkonen, 2017, s. 16.) Tunnekokemukset näyttäytyvät lapsilla ulkoisesti eri tavoin ja sanaton viestintä, kuten katsekontakti, kasvojen ilmeet ja eleet ovat merkittävässä roolissa tunteiden ymmärtämisen osalta. Pienillä lapsilla tunnekokemukset välittyvät usein kehollisen kuvauksen avulla, sillä tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen on lapsille haastavaa. Lapsen on helpompaa kuvailla kiukkua siten, että se tuntuu möykkynä mahassa tai kihelmöintinä käsissä. (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 76–77.)

Tunteet vaikuttavat ihmisen elämässä useisiin osa-alueisiin, esimerkiksi havaitsemis- ja ajattelutoimintoihin. (Kokkonen, 2017, s. 12). Muun muassa Keltner ja Haidt (2001) korostavat tunteiden merkitystä ja yhteyttä sosiaalisen elämän



sujuvuuteen. Tunteet ovat sosiaalisten suhteiden ydin ja ilman niitä olisi vaikea kuvitella ihmisten luovan uusia tai ylläpitävän vanhoja ihmissuhteita. (Kokkonen, 2017, s. 13.) Pizzaron (2000) mukaan tunteet ovat tärkeitä moraalisen päätöksenteon kannalta, koska tunteet auttavat ihmisiä erottamaan moraaliset tapahtumat ja keskittymään moraalisten ongelmien selvittämiseen. (Kokkonen, 2017, s. 13.)

Empatia tarkoittaa kykyä havaita, tunnistaa ja samaistua toisen tunteeseen. Se on synnynnäinen ominaisuus, joka muovautuu ja kehittyy kokemusten ohjaamana. Joidenkin lasten on vaikeampaa havaita ja arvostaa toisten tunteita, jolloin he tarvitsevat muita enemmän tukea empatiakyvyn kehittämisessä. Aikuisen kehittyneen ja kypsän empatiajärjestelmän avulla lapsi kykenee eläytymään omiin tunnekokemuksiinsa ja niiden vaihteluihin. (Sajaniemi ym., 2015, s. 95–96).

Hyviin tunnetaitoihin sisältyy kyky tunnistaa ja nimetä erilaisia tunteita itsestään sekä muista ihmisistä. Tunteiden ilmaisu ymmärrettävästi ja turvallisesti ovat tärkeitä osa tunnetaitoja. Tunnetaitoihin kuuluu lisäksi kyky säädellä tunteen voimakkuutta, ymmärtää, mistä tunne johtuu sekä tyydyttää tarve tilanteen ratkaisemisella. (Pöyhönen & Livingston, 2020, s. 34.) Tunnetiloja on satoja erilaisia ja niistä kaikki ovat tärkeitä. Tärkeää on, että lapset oppivat monia erilaisia tunteita. Kehossa tunteet tuntuvat erilaisilta, osa mukavilta ja osa ikäviltä. Toiset tunteet ovat sosiaalisesti hyväksyttävimpiä kuin toiset, mutta haastavilla tunteilla on silti paikkansa. Jokaisen tunteen kanssa tulee oppia elämään ja kyetä hallitsemaan itseään vaikean tunnetilan kuohuissa. (Sandberg, 2021, s. 159.)

Lapsi kokee päivittäin lukuisia eri tunteita. Tunnekokemukset ovat sitä voimakkaampia, mitä pienempi lapsi on. Tunteiden säätely on lapselle usein vaikeaa, jonka vuoksi lapsi voi voimakkaan tunnekokemuksen vallassa käyttäytyä ei-toivotulla tavalla. Aikuisen reagointi on tärkeässä roolissa lapsen tunnesäätelyn kannalta, jonka takia on erityisen tärkeää, että aikuinen kykenee huomioimaan lapsen ei-toivotun käytöksen lisäksi myös toivottua käytöstä ja pyrkii osaltaan vahvistamaan sitä. On tärkeää, että lapsen tunnekokemus ei jää huomiotta. Aikuisen tehtävä on viestittää lapselle, että kaikenlaiset tunteet ovat sallittuja. (Pöyhönen & Livingston, 2020, s. 16–17.) Lapsi tarvitsee tunteidensa käsittelyn avuksi

vanhempansa kykyä eläytyä lapsen tunnetilaan ja jakaa tunnetta lapsen kanssa. Tällöin aikuinen myös kykenee sanoittamaan lapsen tunnetta helpommin. Tämä prosessi edesauttaa lapsen kykyä oppia ymmärtämään ja tunnistamaan tunteitaan. (Tamminen, 2004, s. 87.)

## 2.2 Perustunteet ja niiden merkitys lapsen kehityksessä

Perustunteet ovat universaaleja, eli ne ovat eri kulttuureissa samat. (Sandberg, 2021, s. 159; Kupper & Rohrmann, 2019; Kiviluote, 2019, s. 22.) Psykologi Paul Ekman on luokitellut perustunteet kiukkuun, iloon, pelkoon, inhoon, halveksuntaan, suruun ja hämmästykseen. Nämä edellä mainitut perustunteet tunnistetaan non-verbaalisesti eri kulttuureissa. (Kupper & Rohrmann, 2019.) Myös useat muut tutkijat ovat olleet yksimielisiä siitä, että ihmisellä on kuusi perustunnetta. Nämä tunteet ovat mielihyvä tai ilo, suuttumus tai viha, suru, pelko, inho ja hämmästyminen. (Sandberg, 2021, s. 159; Kiviluote, 2019, s. 22.) Lewisin (2016) mukaan lapsi tunnistaa ja nimeää aluksi perustunteita, jotka ovat ilo, suru, pelko, viha ja inho ja vasta myöhemmin lapsi oppii ymmärtämään, kuinka tunteita voi yhdistellä. (Neitola ym. 2020, s. 30). Muun muassa Hubbard ja Dearing (2004) toteavat, kuinka tunteiden tunnistaminen edellyttää lapselta kykyä havaita tunteisiin liittyvät ilmeet, eleet, äänenpainot, kehon asennot ja että lapsi osaa yhdistää ilmeet sekä tunnetilat toisiinsa (Neitola ym., 2020, s. 29).

Perustunteisiin liittyy myös muita tunteita, jotka vaihtelevat niiden intensiivisyyden mukaan. Perustunteista on esitetty monia eri teorioita, joissa perustunteet vaihtelevat. Esimerkiksi psykologi Izard on luokitellut kymmenen perustunnetta eri voimakkuusasteiden mukaan. Näitä ovat muun muassa kiinnostus – jännitys, nautinto – ilo, hämmästyminen – pelko, huoli – kipu, viha – suuttumus, inho – kammo, halveksunta – väheksyntä, pelko – järkytys, häpeä/ujous – nöyryytys ja syyllisyys – katumus. Tämän lisäksi tunteet voidaan luokitella sen mukaan, ovatko ne yksilön sen hetkisiä tunnetiloja vai yksilön pysyviä ominaisuuksia. (Kupper & Rohrmann, 2019.)

Mielihyvä ja ilo ovat myönteisiä tunnereaktioita. Nämä tunnetilat toimivat keholle palkkioina ja palauttavat elimistöä stressitilasta. On tärkeää, että jokainen lapsi kokisi päivittäin myönteisiä ilon ja mielihyvän tunteita, sillä stressi heikentää lapsen oppimiskykyä. Ilon tunne voi näkyä lapsessa huojennuksen tai helpotuksen tunteena. Lapsi saattaa riehaantua ilosta yllättävästi kesken leikin. Ilon tunne voi ilmentää lapsen onnea tai onnellisuutta. (Sandberg, 2021, s. 160.)

Inho on ihmisen apuväline hylkiessään haitallisia kokemuksia. Sillä on tärkeä tehtävä sosiaalisesti esimerkiksi huonon käyttäytymisen ehkäisemisessä. Tunteena inho pystyy varoittamaan ihmistä poistumaan tilanteesta, esimerkiksi lapsi voi vetää nopeasti kätensä pois koskiessaan epämiellyttävää materiaalia. Inhon tunne voi esiintyä moraalisesti vastenmielisistä asioista. (Sandberg, 2021, s. 160–161.)

Tunnetiloista pelko auttaa ihmistä karttamaan vaaraa sekä pakenemaan sen uhatessa (Sandberg, 2021, s. 161). Pelon tunne saa aikaan lamaantumisen, jolloin aivot saa ikään kuin lisäaikaa arvioidakseen, onko pelko todellinen. Lamaantumisen yhteydessä energia keskittyy aisteihin, jotka valpastuessaan osaavat arvioida pelon aiheuttajaa. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 89.) Pelon tunne käynnistää tarvittaessa taistele ja pakene-reaktion (Sandberg, 2021, s. 161). Pelko voi esiintyä myös huolena tai rauhattomuutena tai lamauttaa ihmisen toiminnan kokonaan. Pelko- ja ahdistustilat voivat edetä liian suuriin mittasuhteisiin, jos pelkojärjestelmä on liian sensitiivinen. Kyseessä voi olla sairaus, kuten ahdistuneisuus- tai paniikkihäiriö. (Sandberg, 2021, s. 161.) Turvan kokemuksella, esimerkiksi rauhoittavilla ajatuksilla ja kehon tuntemusten huomioimisella on mahdollista lievittää pelon tunnetta (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 87).

Surun tunne hidastaa ihmisen tiedonkäsittelyä sekä motorisia järjestelmiä. Se voi esiintyä ikävänä ja ihmisen kaipuuna. Tunnetilana suru näkyy usein mielen apeutena tai täydellisenä kehon voimattomuutena. Lapset saattavat reagoida suruun todella voimakkaasti olemalla itkuisia. Toiset saattavat vaipua omiin ajatuksiinsa ja tuntua poissaolevilta olemalla hiljaa. Surun tunne herättää empatiaa ympäristössä, joka voi edesauttaa avunsaantia. Toisaalta suru voi vahvistaa sosiaalisia suhteita, kuten yhteenkuuluvuuden tunnetta vaikeissakin tilanteissa. (Sandberg, 2021, s. 161.) Surun kokemukset voivat näyttäytyä hyvin eri tavoin lapsille,

eivätkä kaikki lapset ole yhtä paljon tekemisissä surun kokemusten ja niihin liittyvien tunteiden kanssa. Vanhemmilla ja kasvattajilla on tärkeä rooli auttaa lasta käsittelemään surun tunnetta kohtaamalla kyseisen tunteen ja pysähtymällä sen äärelle. (Peltonen & Kullberg-Piilola, 2005, s. 122–123.)

Suuttumuksen ja vihan tunteet aktivoivat, tehostavat sekä ylläpitävät ihmisen toimintavalmiutta. Suuttumuksella pystytään säätelemään ihmisen sosiaalisesti sopimatonta käyttäytymistä. Sillä voidaan myös lopettaa mahdollisesti aggressiivinen käytös. Tunnetilana suuttumus voi olla voimakas ja se vaikuttaa kokonaisvaltaisesti ihmisen mieleen ja kehoon. (Sandberg, 2021, s. 161.) Viha saa kehossa aikaan aktiivisen tilan, jossa se on tarvittaessa valmis pakenemaan, taistelemaan tai ylipäättään puolustautumaan. Vihan fyysisinä reaktioina lihakset jännittyvät, aistit valpastuvat, syke kohoaa ja tällöin ihminen on valmiina toimimaan ripeästi. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 177.) Lapsi voi jäädä suuttumuksen kuohuun ja hänen saattaa olla vaikea rauhoittua. Vihan tunne voi olla kateutta tai pettymystä toista henkilöä kohtaan. (Sandberg, 2021, s. 161.)

Hämmästyttä ei voida jaotella selvästi kielteiseen tai myönteiseen tunteeseen, sillä se voi olla myös neutraali tunnetila. Hämmästyksen tehtävä on aktivoida ihmisen elimistön varoitusjärjestelmä sekä tarvittaessa reagoida. Tunteena hämmästyks viriää, kun tapahtuu jotain odottamatonta. (Sandberg, 2021, s. 161.)

### 2.3 Tunne-elämän kehitys varhaislapsuudessa

Varhaislapsuuden tunne-elämän kehitys liittyy tunteiden tunnistamiseen, tunteiden ilmaisuun, niiden tulkintaan ja sanoittamiseen. Lapsi opettelee omien tunteidensa lisäksi tunnistamaan myös muiden tunteita. Tunteiden tehtävänä on motivoida lasta käyttäytymään tietyllä tavalla ja viestittämään muille tunteiden vireille pistämistä aikomuksistaan. Tunteet syntyvät ja muovaantuvat lapsen ajattelun ja kokemusten kautta. (Pihlaja, 2018 s. 143–144.) Omien tunteiden havainnointi on tunnetaitojen ja itsetuntemuksen perusta. Tunteiden tiedostaminen on edellytys toimiviin vuorovaikutussuhteisiin ja muiden tunteiden hahmottamiseen. Jos ihmisellä on vaikeuksia tunnistaa omia tunteitaan, on hänen myös hankalaa

ymmärtää toisten tunteita. (Suomen mielenterveys ry, i.a.-a,-b.) Raver ja Knitzer (2002) mukaan sosiaalisilla kokemuksilla ja lapsen varhaisilla ihmissuhteilla on suuri merkitys, koska nämä seikat vaikuttavat siihen, miten lapsi osaa säädellä tunteitaan ja impulssejaan (Neitola ym., 2020, s. 26).

Tunteet ovat keskeisessä asemassa vuorovaikutuksellisissa kokemuksissa. Kasvattajan ja lapsen arki sisältää lukuisia kohtaamisia, jossa välitetään tietoa tunteista (Laakso, 2011, s. 60). Lapsen itsesäätelyn ja tunnekokemusten kehittyminen edellyttää kasvattajalta kykyä virittäytyä lapsen tunnetasolle. Lapsen ikä ja persoonallisuus vaikuttavat siihen, kuinka helppoa aikuisen on samaistua ja virittäytyä lapsen tunnekokemuksiin. Etenkin pienemmät lapset vaativat aikuisilta koikaikaista virittäytymistä. Virittäytymisen kannalta on erityisen tärkeää, että ohjaaja havainnoi omia tuntemuksiaan kunkin lapsen kanssa, jotta kukaan lapsi ei jää tavoittamatta. (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 80–81.)

Tunneilmaisu tarkoittaa kykyä ilmaista myönteisiä tunteita ja kykyä kanavoida vaikeita tunteita niin, että ne eivät vahingoita yksilöä. Omien tunteiden säätely muodostaa positiivista minäkuvaa, vahvistaa itseluottamusta ja lisää tavoitteellisen toiminnan mahdollisuuksia. (Suomen mielenterveys ry, i.a., -a.) Lasten tunneilmaisu sekä kyky omien ja toisten tunteiden tulkintaan kehittyvät iän myötä (Nurmi ym., 2018, s. 115).

Lapset pystyvät tunnistamaan eri tunteita paremmin ja heikommin eri ikäkausina. 3–6-vuotiaat lapset tunnistavat parhaiten ilon tunteen ja heikommin pelon ja inhon tunteet. Tunteiden tunnistamisessa on tämän lisäksi sukupuolten välisiä eroavaisuuksia. Tytöt tunnistavat suuttumuksen ja inhon tunteet paremmin kuin pojat. (Kupper & Rohrmann, 2019.) 4–8-vuotiaat lapset kykenevät ymmärtämään ja säätelemään tunteitaan (Kupper & Rohrmann, 2019; Nurmi ym., 2018, s. 118).

Lapset ja nuoret ilmaisevat tunteensa usein hyvin suoraan ja voimakkaasti. Arjessa voi huomata tilanteita, joissa esimerkiksi lapsi alkaa itkemään, koska toinen lapsi on ottanut häneltä lelun tai lapsi on itkukohtauksen vallassa, koska hänen vanhempansa eivät osta hänelle herkkuja. (Kupper & Rohrmann, 2019.)

## 2.4 Itsesäätelyn ja tunnesäätelyn kehitys varhaislapsuudessa

Lapsen itsesäätelyllä tarkoitetaan lapsen kehittyvää kykyä hallita mieltänsä ja lapsen kykyä jarruttaa omaa toimintaansa sellaisissa tilanteissa, jotka saavat aikaan välittömän toiminnan tarpeen. Välittömän toiminnan tarpeita ovat tilanteet, jotka aiheuttavat lapselle esimerkiksi pettymystä, mielipahaa, jännitystä tai turhautumista. Nykypäivänä itsesäätelykyky nähdään muuttuvana ja mukautuvana sekä sitä voidaan kehittää toiminnanohjauksen avulla. Itsesäätely muovautuu aivojen neurobiologisen kehityksen mukana. Toiminnanohjauksen avulla on mahdollista muokata ihmisen sisäistä tasapainoa ja ulkoista käyttäytymistä eri tilanteisiin sopiviksi. (Sainio ym., 2020, s. 27.)

Aivojen otsalohkoilla ja etenkin sen etumaisilla osilla on keskeinen merkitys ihmisen kognitiivisissa toiminnoissa. Samat aivoalueet vaikuttavat myös hermoverkoihin, jotka ovat vastuussa tunteiden kokemisesta ja säätelystä. Aivot toimivat kuitenkin kokonaisuutena, sillä tutkimustulokset ovat osoittaneet, että ihmisen koessa tunteita heidän aivoissansa aktivoituu monet eri osat, kuten aivorunko ja aivokuori. Tunteita ja niiden säätelyä ohjaavat aivorunko, joka vastaa esimerkiksi viireystilasta ja aktivaation säätelystä, limbinen järjestelmä, joka välittää viestejä havaintoihin, muistiin ja tunteisiin sekä aivokuori, jonka tarkoituksena on vastata tarkkaavaisuudesta, havainnoinnista, muistista ja tahdonalaisesta kontrollista. (Aro & Laakso, 2011, s. 31.)

Päiväkodin rutiinit ja säännöt, kaverisuhteiden ristiriidat, vaatimukset ja muut uudet asiat herättävät lapsen reaktiivisuuden. Kun lapsi muuttuu reaktiiviseksi, hän joutuu tunnekaappauksen valtaan. Tunnekaappauksen vallassa lapsen käyttäytyminen voi muuttua levottomaksi, aggressiiviseksi, uhmakkaaksi, vetäytyväksi tai ahdistuneeksi. Lapsen tunnekaappaus aktivoituu helposti, koska lapsen aivojen etuotsalohko on vasta kehittymässä. Lapsen etuotsalohko väsyä helposti ja tämän takia tunnekuohut ovat lapsella yleisiä. Kun aivojen etuotsalohkon jarruttavat toiminnot vaimenevat, ihmisen on vaikea hallita toimintaansa. Lapsen itsesäätelyä tulee tukea ja vahvistaa sekä itsesäätelyn kehitykselle tulee antaa tarpeeksi tilaa. (Sainio ym., 2020, s. 27–28.)

Jouni Veijalainen, Jyrki Reunamo ja Alisa Alijoki (2017) käsittelevät "Children's self-regulation skills in the Finnish day care environment" -tutkimusartikkelissaan lasten itsesäätelytaitoja sekä niiden yhteyttä oppimiseen, sosiaalisiin taitoihin ja erityisen tuen tarpeisiin. Itsesäätelytaidot tarkoittavat yksilön emotionaalisia, kognitiivisia ja behavioraalisia valmiuksia reagoida moniin eri tilanteisiin. Itsesäätelytaidot kehittyvät aina vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Etenkin vanhemman käytöksellä on hyvin merkittävä vaikutus lapsen itsesäätelytaitojen kehitykseen. Murray, Rosanbalm, Christopoulo & Hammoudi (2015) korostavat, kuinka vanhempien empaattisuus ja herkkyys lapsen tarpeille edistävät lapsen itsesäätelytaitojen positiivista kehitystä (Veijalainen ym., 2017, s. 91).

Tunteiden säätely ei tarkoita sitä, että yksilö joutuisi tukahduttamaan tunteensa. Tunteiden säätelyssä on kyse siitä, että yksilön tulisi osata käsitellä tunnetilaa niin, että mielen tasapaino ja toimintakyky säilyisivät mahdollisimman hyvinä. (Nurmi ym., 2018, s. 199; Suomen mielenterveys ry, i.a.-a.) Denhamin ja Weissbergin (2004) mukaan lapsen on hankala valita tehokkaita keinoja tunteiden säätelyyn, jos lapsi ei pysty nimeämään tunteitaan. (Opetushallitus, 2017, s. 7). Lapsen tunne-elämään vaikuttaa positiivisesti se, että aikuinen keskustelee yhdessä lapsen kanssa niin omista, että lapsen tunnekokemuksista. (Nurmi ym., 2018, s. 119.) Tunnetaidot ja itsesäätely ovat tärkeässä roolissa vuorovaikutuksen, oppimisen ja toiminnan suhteen. Usein miellyttäväksi koetut tunteet, kuten innostus ja hauskuus, edistävät oppimista, mutta myös epämiellyttäväksi koetut tunteet, kuten hämmennys, voi olla hyödyksi oppimisprosessissa. Lapsen kehittymisen ja oppimisen kannalta tunteiden säätelytaidot ovat tärkeässä roolissa, sillä kyseinen taito auttaa usein selviytymään haastaviksi koetuista tilanteista. (Kangas ym., 2021, s. 70.) On tunnetiloja, joiden säätelemine ja harjoittelu vie lapselta paljon aikaa. Osa tunnetiloista ovat sellaisia, jotka lapsi oppii nopeammin. Helpot tai myönteiset tunteet lapsi yhdistää usein turvallisuuteen sekä läheisyyteen. Vaikeisiin tilanteisiin lapsi monesti liittyy kielteisiä tunnetiloja ja lapsen voi olla vaikea säädellä itseään tällaisissa tilanteissa. (Sandberg, 2021, s. 159.)

Tunteiden säätelytaidot harjaantuvat ja vuorovaikutustaidot kehittyvät sosiaalisten tilanteiden myötä. Lapsen hyvät sosiaaliset taidot ovat puolestaan yhteydessä kognitiivisiin ja motorisiin taitoihin. Itsesäätelytaidot ovat tiiviisti sidoksissa

positiivisiin kokemuksiin, jolla on suuri merkitys lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja kehitykseen. (Kangas ym., 2021, s. 71.) Lapset oppivat kehittyessään ymmärtämään toisten tunteita ja he oppivat keinoja auttaa spontaanisti sekä lohduttaa toisia. Yksilölliset erot näissä kyvyissä tulevat myös selvemmiksi lapsen kasvaessa. Kolmen vuoden iästä alkaen lapset kehittyvät paremmiksi tunteiden hallitsemisessa, sääntöjen ja ohjeiden noudattamisessa sekä kielletyn käyttäytymisen pidättäytymisessä. Lapset oppivat kehittyessään tehokkaampia strategioita vuorovaikutukseen muiden kanssa ja he ymmärtävät toisten näkemyksiä ja tunteita paremmin. Kolmen vuoden ikäisinä lapset voivat harjoittaa tarkoituksellista auttamista, jakamista ja lohduttamista ja he ovat sisäistäneet käyttäytymisnormit. (Kurki, 2017, s. 29.)

Lapsen ja aikuisen välinen vuorovaikutus on merkittävä tekijä lapsen tunteiden säätelyn kehittämisessä. Tunteiden säätelystä vastaava aivojen otsalohko kehittyy nopealla tahdilla etenkin 6–18 kuukauden iässä. Tunnesäätelykyvyn ja kiintymyssuhteen muodostumisen kannalta on tärkeää, että aikuinen kykenisi havainnoimaan lapsen tunnetilaa sensitiivisesti, viestimään lapselle olevansa saatavilla ja vastaamaan lapsen viesteihin lempeällä ja johdonmukaisella otteella. Tällöin lapsen ja aikuisen välille rakentuu turvallinen kiintymyssuhde, jonka avulla lapsen tunteiden ilmaisu- ja säätelytaidot ovat tiiviisti sidoksissa lapsen hyvinvointiin ja muun muassa mielekkäiden sosiaalisten suhteiden muodostumiseen. (Kokkonen, 2017, s. 86–88.) Foscon ja Grychin (2013) mukaan myönteinen ilmapiiri perheessä vaikuttaa positiivisesti lasten tunteiden säätelykykyyn, kun taas negatiivinen ilmapiiri kielteiseksi koettuja tunneilmaisuja kohtaan aiheuttaa haittaa lasten tunnesäätelyn tasapainoiselle kehitykselle. Tunteiden säätelyn kehitykseen vaikuttaa perheessä vallitsevan ilmapiirin lisäksi myös sisarusten ja ystävien väliset suhteet (Kokkonen, 2017, s. 97.)

Myönteinen sosioemotionaalinen kehitys edistää lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja ehkäisee käyttäytymisen ongelmia (Opetushallitus, 2017, s. 7). Lapset, joilla on haasteita tunteiden säätelyssä, ovat vähemmän suosittuja leikkikavereidensa keskuudessa kuin muut lapset. Alle kouluikäisten lasten hyviksi arvioidut sosioemotionaaliset taidot on havaittu edistävän tulevaisuuden työllistymistä ja terveyttä aikuisiässä. (Opetushallitus, 2017, s. 7–8.) Kaveritaidot ovat sosiaalisia



taitoja, joita tulee harjoitella vauvaikäisestä lähtien. Sosiaalisissa tilanteissa toimiminen helpottuu, mitä nuorempana kaveritaitojen harjoittelu aloitetaan. (Kaveritaidot, i.a.) Vauvaikäinen lapsi harjoittelee sosiaalisia taitoja havainnoimalla, miten toiset ihmiset kohtelevat häntä ja toisia (Livingston & Pöyhönen, 2021). Kaveritaitojen oppimiseen vaikuttaa lapsen oma temperamentti, toisella lapsella voi olla taitavat kaveritaidot, kun taas toinen tarvitsee aikuisen tukea ja apua kaveritaitojen vahvistamisessa. (Kaveritaidot, i.a.) Kaveritaidot kehittyvät tasapainoisissa kaverisuhteissa ja lapsi saa näistä turvallisia kokemuksia kaverisuhteista (Laaksonen, 2022).

### 3 VARHAISKASVATUS TUKENA LAPSEN TUNNETAITOJEN JA SOSIAALISTEN TAITOJEN KEHITYKSESSÄ

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018) korostetaan, kuinka varhaiskasvatuksen tavoitteena on ohjata lapsia hyvinvointia ja terveyttä edistäviin elämäntapoihin. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten tulee antaa lapsille mahdollisuuksia kehittää tunnetaitojaan. Oppimisen lähtökohtina varhaiskasvatuksessa ovat lasten omat kokemukset, heidän mielenkiinnon kohteensa ja osaamisensa. Uusien opittavien asioiden on tärkeää olla yhteydessä lapsen kehittyviin valmiuksiin, kokemusmaailmaan sekä kulttuuriseen taustaan. Lapset oppivat parhaiten, kun kokevat olonsa turvalliseksi ja voivat hyvin. Erityisesti positiiviset tunnekokemukset ja vuorovaikutussuhteet edistävät lasten oppimista. Varhaiskasvatuksen ammattilaiset auttavat lapsia tunneilmaisussa ja itsesäätelyssä. Lasten tunnetaidot kehittyvät, kun heidän kanssaan opetellaan yhdessä havainnoimaan, tiedostamaan ja nimeämään eri tunteita. (Opetushallitus, 2018.) Karreman (2008) ja Kopystynska (2016) korostavat, kuinka kasvattajien reaktiot lasten tunteisiin antavat lapsille tietoa tunteiden kokemisesta ja ilmaisemisesta. Kasvattajien kannustavat reaktiot voivat auttaa lapsia vähentämään heidän negatiivisia tunteitaan sekä ymmärtämään ja hallitsemaan niitä. (Kurki, 2017, s. 33.) Lasten tunteiden sanallistaminen ja vahvistaminen sekä lasten auttaminen ongelmanratkaisussa voivat auttaa lapsia ymmärtämään tunteita ja vähentämään negatiivisia tunteita. Tunteiden hallitseminen haastavissa tilanteissa paranee, kun lapsi saa tukea tunteiden säätelyyn (Kurki, 2017, s. 37–39).

Kasvatuksen tarkoituksena on tarjota lapselle luonnollinen malli erilaisten tunteiden hyväksymiseen, ymmärtämiseen ja niiden suotuisaan ilmaisemiseen. Lapselle tulee antaa varmuus siitä, että tunteet eivät ole pahasta eikä ne satuta, vaan jokaisella tunteella on oma syynsä ja merkityksensä. Lapsen on opittava ilmaisemaan ja käyttämään tunteita oman hyvinvointinsa turvaamiseksi. (Köngäs & Määttä, 2020, s. 542.) Brackettin (2015) mukaan lasten tunnetaitojen toimivuutta tukemalla luodaan puitteet yksilön kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille (Köngäs & Määttä, 2020, s. 542). Muun muassa Brownell ja Kopp (2007) ovat todenneet, kuinka lapsen iän ja tarpeiden mukaan suunniteltu laadukas pedagogiikka,

aikuisen ja lapsen välinen luotettava suhde sekä vakaa lapsiryhmä vahvistavat lapsen sosioemotionaalista hyvinvointia ja tunnetaitoja (Neitola ym., 2020, s. 26). Varhaiskasvatuksen yhtenä tehtävänä on kehittää oppimisympäristöjä niin että varhaiskasvatukselle asetetut tavoitteet saavutetaan ja että ne tukevat lasten itsetuntoa ja sosiaalisten taitojen kehittymistä (Neitola ym., 2020, s. 34). Koivula ja Laakso (2017) korostavat, kuinka vertaisryhmän ja leikin merkitys on tärkeitä lasten tunnetaitojen oppimisen kannalta (Neitola ym. 2020, s. 35).

Tunnetaitokasvatuksella pyritään edistämään lapsen turvallista kasvua ja kehitystä sekä ehkäisemään häirintää, kiusaamista ja väkivaltaa. Tunnetaitokasvatuksen tavoitteena on vahvistaa lapsen itsearvostusta sekä -luottamusta, vahvistaa lapsen sosiaalisia taitoja ja tunnetaitoja. Tunnetaitokasvatusta ei ole vain selviytymiskeinojen opettelua. Se on laaja-alainen kokonaisuus, joka tukee lapsen hyvinvointia sekä kehitystä. (Lajunen ym., 2015, s. 11.) Lasten luoman kulttuurin tarkastelun avulla saadaan tietoa ja ideoita siihen, miten lapsille olisi mahdollista tarjota tunnekasvatusta. Hyväksyvä ilmapiiri ja leikki auttaa lapsia oppimaan tunteiden tunnistamisessa, nimeämisessä ja ymmärtämisessä. (Köngäs & Määttä, 2020, s. 551.) Tunnetaitojen harjoitteluun ja niiden oivaltamiseen sekä ihmetteilyyn tulee lapsen saada tarpeeksi tilaa. Aikuisen tieto ja kyky ohjata lasta edesauttavat lasten tunnesäätelyn kehittymistä. (Köngäs & Määttä, 2020, s. 552.)

Varhaiskasvatuksen työntekijät tukevat merkittävästi lapsen sosioemotionaalista kehitystä varhaisvuosina (Opetushallitus, 2017, s. 8). Noble ja McGrath (2008) korostavat, kuinka varhaiskasvattajat voivat edistää ja tukea lapsen tunnesäätelyä tarjoamalla lapselle riittävästi aikaa ja apua sekä antamalla emotionaalista tukea, välittämistä, empatiaa ja huolenpitoa (Köngäs & Määttä, 2020, s. 553). Lasten sosioemotionaaliset ongelmat ja haasteet tunteiden sekä käyttäytymisen säätelyssä ovat hyvin yleisiä alle kouluikäisillä lapsilla (Opetushallitus, 2017, s. 8). Muuan muassa Prinzin ja Sandersin (2007) mukaan erilaiset sosioemotionaaliset ongelmat, kuten aggressiivinen käyttäytyminen, vaihtelevat noin kymmenen ja kolmenkymmenen prosentin välillä varhaiskasvatusikäisten lasten keskuudessa (Opetushallitus, 2017, s. 8).

Varhaiskasvatuksessa tuetaan tunne- ja itsesäätelytaitoja monien eri pedagogisten menetelmien avulla. Talvio ja Klemola (2017) ovat Furmaniin (2016) viitaten todenneet, että varhaiskasvatuksessa pyritään vahvistamaan tunnetaitoja opettamalla lapsia tunnistamaan ja sanoittamaan tunteita. Varhaiskasvatuksen henkilöstö pystyy opetella tunnetaitoja ja kyseisten taitojen käsittelyä lasten kanssa. Tunne- ja itsesäätelytaitoja voi opetella muun muassa harjoittelemalla rauhoittumista ja läsnäolon taitoa. Varhaiskasvatuksen ammattilaiset voivat ohjata lapsia rauhoittumiseen esimerkiksi oman hengityksen havainnoinnin, tunteiden ja ajatusten tarkkailun avulla. Vain rauhoittumisen avulla lapset kykenevät säätelemään tunteitaan ja sen pohjalta nousutta käytöstään helpommin haastavissa tilanteissa. (Kangas ym., 2021, s. 71.)

Kiviluote (2019, s. 22) korostaa, että tunnetaitojen opettaminen varhaislapsuudesta alkaen on todettu hyödylliseksi useissa eri tutkimuksissa. Tunne-elämään liittyvät ongelmat on yhdistetty muun muassa oppimisvaikeuksiin, jotka vaikuttavat ihmisen minäkäsitykseen ja itsearvostukseen. Tunne-elämän vaikeudet voivat myös esiintyä usein itsetuntoon liittyvinä ongelmina. (Kiviluote, 2019, s. 22.) Varhaiskasvatuksen ammattilaisten on kehitettävä kasvatuksellista toimintaympäristöä. Tunneilmaisujen kehitys edellyttää vakaata ja ennustettavaa toimintaympäristöä, sillä se edistää lapsen turvallisuuden tunnetta ja vahvistaa lapsen itseluottamusta. (Kiviluote, 2019, s. 23–24.) Erittäin tärkeää varhaiskasvatuksessa on emotionaalinen läsnäolo, joka ennustaa lapsen sosiaalista kyvykkyyttä ja turvallisen kiintymyssuhteen muodostumista (Kanninen & Sigfrids, 2012, s. 91). Aikuisella on merkittävä rooli lapsen tunteiden sanoittamisessa. Hyväksymällä kaikki lapsen tunteet, voi aikuinen edistää lapsen tunnetaitojen kehittymistä. Aikuinen voi toimia tunteiden sanoittajana ja hän voi auttaa lasta niiden käsittelyssä. (Laaksonen, 2022.)

Jenningsin ja Greenbergin (2009) tutkimuksessa nousi esille, kuinka taitavat opettajat osaavat kohdata jokaisen lapsen sensitiivisesti, heillä on kyky ottaa lapsen yksilölliset vahvuudet huomioon, ja he auttavat lapsia riitojen ratkaisemisessa (Neitola ym. 2020, s. 35). Opettaja toimii lapsen tunnesäätelyn apuna ja hänen tehtävänä on ohjata lasta harjoittelemaan tunteiden säätelyä. Päiväkotiryhmässä on tärkeää keskustella avoimesti ystävyys-suhteista ja niiden

merkityksestä, toisten auttamisesta, riitatilanteiden ratkaisemisesta ja empatiasta. (Neitola ym. 2020, s. 35.)

Varhaiskasvatuksen arjessa lasten tunnesäätelyn tukeminen voi olla haastavaa. Kasvattajilla tulisi päiväkodin arjessa olla aikaa tarjota lapselle erilaisia keinoja tunnesäätelyä vaativissa tilanteissa. (Köngäs & Määttä, 2020, s. 552). Muun muassa Corsaron (2012) ja Köngäksen (2018) tutkimuksissa nousee esille, kuinka varhaiskasvatuksen työntekijöiden ammattikulttuurin ja lasten vertaiskulttuurin välinen kuilu aiheuttaa haasteita lasten tunnesäätelyn tukemisessa. Lasten vertaiskulttuurin kokonaisvaltainen tarkastelu edesauttaa tunnetaitojen opetuksessa. (Köngäs & Määttä, 2020, s. 552–553.) Erityisesti isoissa päiväkotiryhmissä lasten sosioemotionaaliset taidot ovat koetuksella. Jos lasten sosioemotionaalisia taitoja ei lapsiryhmissä tueta, voi lapsista tulla syrjittyjä, kiusattuja tai heistä voi tulla impulsiivisia ja toisia häiritseviä lapsia. Varhaiskasvatuksen lapsiryhmissä on tukea tarvitsevia lapsia, joka tekee varhaiskasvatuksen työstä haastavaa. Varhaiskasvatusikäisten lasten tuen tarpeiden lisääntymisen takia varhaiskasvatuksen ammattilaisten on saatava tukea tunnekasvatuksen toteuttamiseen päiväkodin toiminnassa. (Opetushallitus, 2017, s. 8.)

## 4 LUONTO JA ULKOILMAYMPÄRISTÖ VAIKUTTAVAT LAPSEN KOKONAISVALTAISEEN KEHITYKSEEN

Lapset ovat pitkään leikkineet ulkona ympäri maailmaa. Varhaiskasvatuksen yksiköissä ulkoilua on pidetty toiminnan perustana. Ulkoilualue on täydellinen oppimisympäristö, joka vastaa lasten kognitiivisiin, kielellisiin, emotionaalisiin, sosiaalisiin ja fyysisiin tarpeisiin. Ulkoilualueen pitäisi olla käytettävissä joka päivä sisätiloissa tapahtuvan opetuksen ohella. Ulkona lapsilla on tilaa, vapautta ja raitista ilmaa. Varhaiskasvatuksen ammattilaiset ovat tietoisia siitä, että useimmiten lapset eivät välitä vallitsevista sääolosuhteista. Satoi tai paistoi, pienet lapset haluavat leikkiä ulkona. Vaikka ulkoilualue olisi huonosti varusteltu ja virikkeitä olisi vähän, lapset haluavat päästä ulos, sillä ulkoilmaympäristö vetää heitä puoleensa. Pienille lapsille luonnollinen oppimis- ja opetusympäristö on ulkona, jossa useimmat lapset tuntevat olonsa turvalliseksi ja kyvykkäiksi. (Bilton, 2010, s. 1.)

### 4.1 Luonto ja ulkoilma edistävät lapsen kasvua

Luonto on kehittävä ja monipuolinen ympäristö, jota hyödynnetään varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa (Suomen latu, i.a). Luonto kehittää lasten fyysistä kehitystä, kuten motorisia taitoja. Luonto myös rauhoittaa lapsen mieltä, etenkin jos kyseessä on tarkkaavuus- tai yliaktiivisuushäiriöstä eli ADHD:sta kärsivä lapsi. (Lyytinen & Reini, 2018, s. 20). Lyytisen ja Reinin (2018) mukaan biofilia-teoria on selitys tunteelle, jossa ihmiset kokevat rakkautta luontoympäristöön kohtaan. Tällöin myös lasten tulisi päästä luontoon, jotta kiintymys ja arvostus luontoa kohtaan kasvaisi. Kaikki lapset eivät kuitenkaan koe luontoa ominaiseksi ympäristöksi, jolloin siihen voi totutella pienin askelin. (Lyytinen & Reini, 2018, s. 22.) Wilsonin (2008) mukaan lasten keskittymiskyvyn ja oppimismotivaation on todistettu paranevan lapsen saadessa leikkiä mahdollisimman luonnonmukaisessa ympäristössä (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 77). Ulkona oleminen auttaa lapsia kehittämään terveen käsityksen itsestään (Bilton, 2010, s. 145).

Gambridgeshire Independent Learning (CINDLE) on tutkinut the Foundation Stage -hankkeessa pienten lasten itsenäisen oppimisen kehittymistä. Tutkimusten mukaan itsenäisyys on pienten lasten keskeinen opittava taito ja tätä taitoa on tuettava lasten oppimisessa. (Bilton, 2010, s. 147.) Williams-Siegfredsen (2005) kertoo, että Tanskan opetussuunnitelmassa itsesäätely nähdään osana lapsen oppimisprosessia, jota opettajien on edistettävä (Bilton, 2010, s. 147). Whitebread ja muut (2005) havaitsivat puolestaan, kuinka lapset ovat kyvykkäitä itsesäätelynsä ohjaamiseen, ja he voivat ottaa vastuun oppimisestaan (Bilton, 2010, s. 147). Näistä tuloksista voidaankin päätellä, että lapsille on annettava runsaasti mahdollisuuksia osallistua mielekkääseen toimintaan, jota he voivat itse hallita (Bilton, 2010, s. 147). Mikäli lapsen itsesäätelyä ei tueta, lapsesta tulee liian riippuvainen aikuisesta, eikä hän pysty toimimaan ilman jatkuvaa aikuisen tukea. Tällöin aikuinen joutuu jatkuvasti reagoimaan erilaisiin ongelmiin, eikä hän pysty toimimaan ennakoivasti opettamis- ja arviointitilanteissa. (Bilton, 2010, s. 148.)

Lasten on opittava olemaan pelkäämättä ulkoilmaympäristöä. Lasten tulee oppia, kuinka ulkoilma on osa elämää. Lapset voivat olla fyysisesti aktiivisempia ulkona, jolloin he myös pysyvät terveimpinä. He pystyvät oppimaan ympäristössä, jonka he kokevat mieleiseksi ja ei-uhkaavaksi. Ulkona lapset oppivat luontaisesti leikin ja liikkeen avulla uusia taitoja. Ulkona oleminen on lasten, ja erityisesti pienten lasten kehityksen kannalta tärkeää. Ihmisen tulisi olla tietoinen siitä, että ulkoilu on osa elämäämme ja se hyödyttää meitä fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. (Bilton, 2010, s. 11.)

Readingin yliopiston professori Derkek Celements-Croome on osoittanut, että monet luokkahuoneet ovat terveydelle haitallisia korkean hiilidioksidipitoisuuden vuoksi. Tutkimuksessa selvisi, että korkeat hiilidioksidipitoisuudet aiheuttavat useita terveysongelmia, kuten päänsärkyä, huimausta, uneliaisuutta ja hengitysvaikeuksia. (Bilton, 2010, s. 17.) Säännöllinen ulkoilu vähentää kyseisiä ongelmia (Bilton, 2010, s. 18). Toinen tärkeä syy ulkona oleskelulle on, että saamme valoa. Ihmiset eivät voi hyvin ilman auringonvaloa ja erityisesti talvikuukausina valon määrä on vähäinen. (Bilton, 2010, s. 19.) Ihmisen kasvu ja kehitys hyötyvät ulkoilmasta. Esimerkiksi lapsen liikkua luonnonvaraisessa ympäristössä,

liikunnan määrä lisääntyy huomaamatta (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 67–68). Liikunnan avulla lapset oppivat hiomaan ja parantamaan motorisia taitojaan sekä kehittämään koordinaatiokykyään, tasapainoaan ja kehotietoisuuttaan (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 66; Bilton, 2010, s. 21).

#### 4.2 Lapsen luontainen oppimisympäristö on ulkona

Ulkoilmaympäristö toimii oppimis- ja opetusympäristönä, eikä ainoastaan liikuntapaikkana. Ulkoilmaympäristö tarjoaa lapselle tilaa liikkua vapaasti ja mahdollistaa lapsen koko kehon hyödyntämisen leikeissä. (Bilton, 2010, s. 31.) Lapselle ei muodostu hyvää suhdetta ympäristöönsä, mikäli hänellä ei ole mahdollisuutta viettää aikaa monipuolisesti eri ympäristöissä (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 66). Lapsen luonnollinen paikka leikkiä ja olla on ulkona. Vaikka koulu tai luokka olisi kuinka hyvä ja osallistava ympäristö tahansa, lapsi saattaa kokea, että luokahuone on opettajan hallitsema tai omistama tila. Ulkoilmaympäristö tukee lasten omatoimista toimintaa, sillä lapset kokevat, että aikuiset eivät hallitse tai omista ulkotilaa. Lapsen pystyvyydentunne on tämänkaltaisissa tilanteissa vahvempi. Kukaan ei omista tai hallitse ulkotilaa, joten lapsi tuntee olonsa vapaaksi ulkona, eikä hänen tarvitse selitellä itseään ja toimintaansa. Ulkotiloissa leikkiminen saattaa paljastaa lapsen todellisen minän. (Bilton, 2010, s. 26.) Useimmat lapset tuntevat vapauden tunteen ulkona. Osa lapsista muuttuu ikään kuin näkyviksi ulkona ollessaan. Lapsella on tällöin kaksi persoonaa – toinen sijoittuu sisälle ja toinen ulos. Lapsen sisätiloissa vallitseva persoona voi olla hiljainen ja mukautuva, lapsi ei halua tulla erityisimmin huomioiduksi ja hän leikkii niillä resursseilla, jotka herättävät vain vähän aikuisen huomiota. Ulkona lapsesta voi tulla puolestaan äänekäs, reipas ja innokas leikkimään muiden lasten ja aikuisten kanssa. (Bilton, 2010, s. 27.)

Bilton (2010, s. 85) on koonnut ”Outdoor Learning in the Early Years – Management and Innovation” -kirjassaan lasten hyödyntämien ulkotilojen 10 eri periaatetta. Nämä periaatteet on koottu kuvioon 1.



1. Sisä- ja ulkotilat on nähtävä yhtenä integroituneena ympäristönä.
2. Sisätilojen ja ulkotilojen on oltava lasten käytettävissä samanaikaisesti.
3. Ulkoilutilojen on sisätilojen kanssa oltava tasavertaisessa asemassa, ja ulkotilojen suunnittelun, arvioinnin, resursoinnin, henkilöstön ja aikuisten vuorovaikutuksen tulisi olla samantasoista kuin sisätiloissa.
4. Ulkoilualueet toimivat sekä opetus- että oppimisympäristöinä.
5. Ulkoilualueiden suunnittelu edellyttää huolellista harkintaa.
6. Ulkoleikit ovat keskeisiä tekijöitä pienten lasten oppimisessa.
7. "Ulkoluokka" tarjoaa lapsille mahdollisuuden hyödyntää tehokkaita oppimistapoja.
8. Lapset tarvitsevat monipuolisia välineitä ja ympäristöjä.
9. Lasten on voitava hallita, muuttaa ja muokata ympäristöään.
10. Henkilökunnan on tuettava ulkoleikkejä.

Kuvio 1. Lasten hyödyntämien ulkoilutilojen 10 periaatetta

Ympäristö vaikuttaa ihmisiin eri tavoin ja jotkut voivat kokea ulkoilmaympäristön mielekkäämmäksi kuin toiset. Jokaisella lapsella on ainutlaatuinen persoonallisuus, oppimistyyli, tarpeet ja taustat. Aikuisten tulee huomioida se, että jotkut lapset oppivat paremmin ulkona, kuin sisällä. (Bilton, 2010, s. 98.)

Aikuisten on tarjottava lapsille tarvittavat resurssit, jonka avulla lapset oppivat kehittämään mielikuvitustaan sekä ajattelemaan ja pohtimaan itsenäisesti. Lapsi ei ole kykenevä kehittämään ajatteluaan, jos hän joutuu aina hyödyntämään vain niitä virikkeitä, jotka aikuinen on lapselle valinnut. Laadukkaat ulkoilukokemukset merkitsevät sitä, että lapsella on monipuolisesti käytössä erilaisia leikkivälineitä. (Bilton, 2010, s. 99.)

Päiväkodin ulkopuolella tapahtuva toiminta, esimerkiksi luontoretket, mahdollistavat lapsille elämyksiä ja kokemuksellista oppimista. Ulkona tapahtuvat retket täydentävät varhaiskasvatuksen tiedollista opetusta. Luonnossa voidaan vahvistaa lasten luontosuhdetta ja siellä voidaan opetella sosiaalisia taitoja.

(Karkkulainen ym., 2019, s. 43.) Luonnossa lapsi kykenee käyttämään kehoaan vapaammin ja tällöin suunnitellun toiminnan ohjaus helpottuu. Lapsilla on myös luontainen kiinnostus asioiden tutkimista ja ympäristöään kohtaan. (Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, 2021.) Ohjaajan tulee suunnitella luontoon tapahtuvat retket perusteellisesti, jotta retkeen osallistujien turvallisuus ei vaarannu. Turvallisuus tulee huomioida myös tilanteissa, joissa luonnosta tuodaan materiaaleja sisätiloihin. Luonnossa tapahtuvassa toiminnassa tulee aina ottaa huomioon ekologisuus, sillä luonnon tasapainoa ja sen rauhaa ei saa vahingoittaa tai häiritä. (Karkkulainen ym., 2019, s. 46.)

Varhaiskasvatuksessa työskentelevän henkilöstön on oltava valmistautunut kohtaamaan kaikenlaiset sääolot. Lapsilta ei tule evätä oikeutta leikkiin ja oppimiseen ulkona vain siksi, että sää ei miellytä kaikkia. (Bilton, 2010, s. 102.) Varhaiskasvatuksen ammattilaisten on tämän lisäksi otettava huomioon päiväkodin turvallisuus, olipa kyseessä sitten sisä- tai ulkotila. Turvallisuus tulee ottaa huomioon erityisen tarkasti ulkona, koska lapset ovat ulkona yleensä aktiivisempia. Työntekijöiden on varmistettava, että lasten käyttämät laitteet ja välineet ovat turvallisia. Aikuisten tulee toimia hyvinä roolimalleina lapsille ja heidän vastuullansa on opettaa lapsille turvallisuuden merkityksestä. Aikuisten tulee pohtia kuinka tukea lasta oppimisessa eri keinoin. (Bilton, 2010, s. 193.)

#### 4.3 Monipuoliset oppimisympäristöt kehittävät lapsen tunnetaitoja

Luonnossa voi harjoitella tunnetaitoja esimerkiksi itsetutkiskelun ja erilaisten läsnäoloharjoitusten avulla. Metsässä kävely ja liikkuminen voidaan yhdistää erilaisten tunteiden tutkiskeluun. Metsässä voi miettiä millaisia tunteita luonto herättää ja aistia, miltä tunteet tuntuvat kehossa. Metsän seesteinen ilmapiiri auttaa tunteiden tunnistamisessa ja tulkitsemisessä. Tunnetta voi tunnustella ja se voi hiljalleen myös hellittää otettaan, kun vie huomionsa esimerkiksi maisemaan, säätilaan tai kasveihin. Metsässä kävelyn lopuksi voi miettiä millaisia tunteita on matkalla käynyt läpi ja millaisia ajatuksia kyseiset tunteet synnyttivät. (Arvonen, 2014, s. 81–82.) Ympäristö herättää yksilössä lukuisia tunteita, esimerkiksi vihaa ja onnellisuutta (Cantell ym., 2020, s. 187). Toimintaympäristöjen monipuolisuus

antaa mahdollisuuksia erilaisille oppimistavoille. Luonnonmukaiset ympäristöt voivat olla terapeuttisia tuottaen samalla hyvää oloa. (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 77.)

Oppimisympäristöjen tulee edistää ja ylläpitää lapsen dialogisuutta. Oppiminen on jatkumo, joka vaatii yksilön käymää vuoropuhelua itsensä, muiden sekä ympäristönsä kanssa. (Kronqvist & Kumpulainen, 2011, s. 50.) On ihmiselle luonteenomaista suuntautua emotionaalisesti ympäristöön sekä arvottaa asioita positiivisten ja negatiivisten tuntemusten avulla. Emootioiden merkitys oppimisessa liittyy yksilön suuntautumiseen oppimisympäristössä. Vastenmielisiltä tuntuvat asiat saavat aikaan negatiivisen vaikutuksen tiedon vastaanottamisessa, miellyttävät asiat sen sijaan edistävät oppimista. (Kronqvist & Kumpulainen, 2011, s. 48.)

Oppimisympäristöt vaikuttavat sosiaalisten suhteiden luomiseen ja lasten väliin vuorovaikutukseen sekä lapsen itseluottamukseen. Varhaiskasvatuksessa fyysiset ympäristöt voivat tuottaa niitä kokemuksia, jotka lujittavat lasten sinnikkyyttä, kyvykkyyttä, minäkuvaa sekä itsetuntoa. Sosiaaliset taidot ja tunteiden sekä käyttäytymisen säätely kehittyvät vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 94–95.) Karila (2017) korostaa, kuinka varhaiskasvatuksessa pedagoginen toiminta tulee sitoa lasten eri toimintaympäristöihin. Pedagogiseen toimintaan vaikuttavat merkityksellisesti tilanteet, jotka tapahtuvat lasten leikeissä, ruokailussa, tuokioilla, ulkona ja siirtymätilanteissa. Pedagogisen toiminnan tavoitteet tulisivat olla tarpeeksi joustavia, jotta ne antavat tilaa lasten osallisuudelle, aktiivisuudelle ja toiminnasta esille tulleiden oppimisen kohteille. (Karila, 2017, s. 10–11.)

Kunnioitus itseään ja luontoa kohtaan kehittyy eri ympäristöissä, jonka myötä lapsi oppii ymmärtämään elämän ainutkertaisuutta. Lapsen kyky tuntea myötätuntoa luontoa kohtaan heikompi, mikäli lapselta puuttuu henkilökohtainen kokemus luonnosta. Lapset ovat luonnostaan herkkiä aistimaan luonnon moninaisuutta ja reagoivat herkästi luonnossa esiintyviin väreihin, tuoksuihin sekä yksityiskohtiin. (Wahlström & Juusola, 2017, s. 11–12.)

## 5 TOIMINNALLISUUS JA LEIKKI LAPSEN LUONTAISINA TAPOINA OPPIA

Ihmisen oppiminen tapahtuu aina kokonaisvaltaisesti ja ihmisen omilla kokemuksilla sekä tunteilla on vahva yhteys oppimiseen (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2020). Lähikehityksen vyöhyke on alue, jossa lapsi tasapainottelee nykyisen ja potentiaalisen osaamisen välillä. Aikuisen tehtävänä on tukea lasta saavuttamaan potentiaalisen taitotasonsa, olemalla läsnä ja auttamalla lasta tarvittaessa (Teräsahjo, 2016.) Lapselle suunnatussa toiminnassa voidaan hyödyntää esimerkiksi draamaa, liikuntaa, piirtämistä, musiikkia, leikkiä ja luovia toteutuksia (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2020; Karkkulainen ym., 2019, s. 10).

### 5.1 Toiminnalliset menetelmät varhaiskasvatuksessa

Toiminnallisia menetelmiä voi hyödyntää, mikäli tarkoituksena on havainnollistaa opittavia asioita, herättää keskustelua, luoda ryhmään rentoa ilmapiiriä tai ryhmäyttää osallistujia. Toiminnallisia menetelmiä ovat muun muassa ryhmätehtävät, joissa opitaan uusia asioita tekemällä yhdessä jotain. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2020.) Toiminnallisia menetelmiä voivat lisäksi olla luonto- ja eläinavusteiset menetelmät (Karkkulainen ym., 2019, s. 10). Toiminnallisissa menetelmissä hyödynnetyllä taidelähtöisyydellä tarkoitetaan kuvataiteen, musiikin, liikunnan, tanssin, teatteritaiteen ja sanataiteen soveltamista asiakkaiden kanssa toimimiseen. Tarkoituksena on nimenomaan taiteen erilaisten toimintatapojen hyödyntämistä toiminnassa, ei itsessään taiteen tuottamista. (Karkkulainen ym., 2019, s. 17.)

Toiminnallisuus ja toiminnalliset menetelmät ovat korostuneet viime vuosina hoitajien, kuten varhaiskasvatuksen lastenhoitajien ja opettajien koulutuksissa. Toiminnallisia ja taidelähtöisiä menetelmiä toteutettaessa ohjaajan ei tarvitse olla esimerkiksi taiteen ammattilainen. Toiminnallisten ja taidelähtöisten menetelmien tärkeimmät elementit ovat läsnäolo, itsen ja toisen kuunteleminen sekä vuorovaikutus. (Karkkulainen ym., 2019, s. 10–11.)

Kehollinen oppiminen on taideoppimisen alakäsite. Se tarkoittaa kokonaisvaltaista oppimista, jota voi toteuttaa fyysisesti liikkumalla tai sisäisellä liikkeellä, kuten kehollisilla aistimuksilla ja kokemuksilla. (Kehollinen oppiminen, 2022.) Tunteiden kehollisuudella tarkoitetaan kehon, mielen ja tunteiden yhteyttä, jonka avulla voidaan vahvistaa kehotietoisuutta. Tunteiden kehollisuuden muutoksia voidaan aistia pohtimalla, millaisia tuntemuksia kehossa liikkuu ja mistä tarpeista ne kertovat. (Mäkelä & Trogen, 2022, s.12.)

Leikillisessä oppimisessa toiminta pohjautuu tarinaan. Lapset saavat tukea toimijuudelleen, kun he toimivat aktiivisessa roolissa tarinan rakentajina. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2021.) Toimijuuden vahvistamisella pyritään kasvattamaan lapsista oman elämänsä aktiivisia toimijoita, jotka kokevat voivansa vaikuttaa omiin asioihinsa (Karila & Lipponen, 2013, s. 161).

Asiantuntijoiden mukaan päiväkotien ryhmäkoolla on väliä. Ryhmän koko ja vaihtuvuus vaikuttaa muun muassa vertais- ja ystävyysuhteiden luomiseen sekä ryhmäprosessien ohjaamisen hankaluuteen. (Järvinen & Mikkola, 2015, s. 29.) Päiväkodissa on jaettu lapsia pienempiin ryhmiin jo pitkään, mutta vasta 2000-luvun alussa alettiin siitä tuli suunnitelmallista ja siitä alettiin kutsua pienryhmätoiminnaksi. Pienryhmätoiminnalla tarkoitetaan suunnitelmallista tapaa toteuttaa lapsiryhmien toimintaa pienemmissä ryhmissä. (Raittila, 2013, s. 74.) Muhonen (2018) korostaa pienryhmätoiminnan tarjoavan lapselle ajan ja paikan, jolloin hän tulee huomioituksi eri tavalla kuin suuressa ryhmässä. Pienryhmätoiminta tarjoaa vastapainoa suurien ryhmien hektisyydelle. (Ståhlberg, 2019, s. 18.)

Pienryhmässä ryhmäläisten aktiivinen osallistuminen on todennäköisempää ja työskentely tuntuu turvallisemmalta (Haapaniemi & Raina, 2014, s. 128). Muhonen (2009) korostaa, että pienryhmissä tapahtuu suurempiin ryhmiin verrattuna enemmän aktiivista osallistumista ja toimintaa (Ståhlberg, 2019, s. 62). Siitä huolimatta olemme yksilöitä, joiden luonne, persoonallisuus ja aiemmat kokemukset määrittävät tavan, miten suhtaudumme uusiin tilanteisiin ja ihmisiin. Jotkut lapset saattavat toimia tarkkailijana seuraten sivusta, kun taas toinen lähtee innokkaasti mukaan toimintaan (Laitinen, 2021, s. 18). Lasten toimintaan varhaiskasvatuksessa vaikuttavat lasten taustat, koska jokainen lapsi käsittelee tunteita eri lailla.

Ryhmässä toimiminen edellyttää jokaiselta lapselta kykyä ilmaista itseään rakentavasti. Aikuinen toimii rohkaisijana ja antaa konkreettista tukea lapsen ilmaisuun. Lapsi tarvitsee kokemuksia onnistumisesta ja myönteinen palaute lapsen toiminnasta on lapsen kehityksen kannalta merkittävää. (Ahonen, 2017, s. 215.)

Toiminnallisia menetelmiä valittaessa on hyvä miettiä, mihin tavoitteeseen tietty menetelmä vastaa, miten kyseinen menetelmä sopii kohderyhmälle ja miten toiminnallinen tehtävä puretaan (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2020). Toiminnan suunnittelussa tulee huomioida asiakkaan toimintakyky, voimavarat ja mielenkiinnon kohteet. Toiminta valitaan aina sen mukaan, mihin toiminnalla pyritään (Karkkulainen ym., 2019, s. 22–25.) Toiminnallisia menetelmiä hyödyntäessä tulee huomioida erilaiset osallistujat. Ennen toiminnallisten menetelmien toteuttamista on tärkeää käydä läpi, mitä harjoituksissa tehdään. Menetelmien tulee olla saavutettavia ja niitä tulee muokata ja soveltaa tarvittaessa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2020.)

## 5.2 Luovat menetelmät osana toiminnallisuutta

Luovuus on erottamaton osa ihmisen jokapäiväistä elämää. Se on ihmisen perustarve, joka voi näyttäytyä esimerkiksi ongelmanratkaisutaitona, kekseliäisyytenä tai kykynä pohtia asioita uusista näkökulmista (Huhtinen-Hildén & Karjalainen, 2019, s. 11). Luova toiminta voi helpottaa tunteiden käsittelyä ja avata väylän yhteiseen vuorovaikutukseen. Sen avulla ihminen voi myös oppia suuntaamaan toimintaa uusiin asioihin, jolloin luova toiminta näyttäytyy terapeuttisena välineenä ja edistää kuntoutumista. (Huhtinen-Hildén & Isola, 2019.) Luova toiminta on psyykkisen hyvinvoinnin kannalta merkityksellistä ja lisää osallisuuden tunnetta (Huhtinen-Hildén & Karjalainen, 2019, s. 13). Huhtinen-Hildén ja Isola (2018) korostavat luovuuden lisäävän aineettomia resursseja, jotka vastaavat ihmisten erilaisiin tarpeisiin ja näin ollen tuottavat osallisuuden ja hyvinvoinnin kokemuksen. (Karjalainen, 2019, s. 14.)

Luovat menetelmät ovat tehokkaita keinoja ihmisen hyvinvoinnin lisäämiseen ja ylläpitämiseen. Luovien menetelmien tukena voidaan hyödyntää erilaisia

toimintoja kuten piirtämistä, kirjoittamista, näyttelemistä, liikkumista. Myös musiikkia ja luontoa voidaan käyttää luovien menetelmien yhteydessä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2021.) Lapsen kehitystä voidaan jakaa eri osa-alueisiin, joiden pohjalta voidaan miettiä, millaisia menetelmiä voidaan hyödyntää kunkin osa-alueen tukemisessa. Luovat menetelmät nivovat usein kehityksen eri osa-alueita yhteen. Esimerkiksi lorujen lukeminen kehittää lapsen kielellistä ja musiikkista oppimista samanaikaisesti. Varhaiskasvatuksessa hyödynnetään usein taideintegraatiota, jossa on kyse eri taidealueiden tietoisesta moniaistillisesta yhdistämisestä. (Saarinen, 2014, s. 36.) Rusasen (2009) mukaan toiminnallisen taideintegraation tavoitteena on lapsen saavuttama moniaistillinen kokemus, ongelmanratkaisun kehittyminen ja erilaisten ilmiöiden ymmärtäminen (Saarinen, 2014, s. 36).

Draaman keinoja hyödyntämällä lasten ajattelu ja oppimisen taidot kehittyvät. Draaman avulla lapset voivat harjoitella monipuolisesti erilaisia ilmaisutapoja, joiden avulla tunteet konkretisoituvat ja tulevat näkyviksi. (Opetushallitus, 2018.) Lapsille tarkoitettut toiminnalliset teatteriesitykset houkuttelevat lapsia aktiivisesti osallistumaan ja lapselle voi esityksen jälkeen muodostua tarve tehdä itse teatteria. Pienten lasten tunteisiin voidaan vaikuttaa draaman keinoin. (Aho, 2017, s. 216–217.) Draaman keinoin on mahdollista päästä käsiksi vaikeisiin ja kipeisiin asioihin. Sadun ja draaman avulla lapsi pystyy käsittelemään ja prosessoimaan sellaisia asioita ja ajatuksia, joista on muutoin vaikeaa puhua. (Kotka, 2011, s. 17.)

Tunnetaitotuokioissa hyödynnämme luovia ja toiminnallisia menetelmiä, jotka pohjautuvat pedagogiseen toimintaan. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2018) määrittelevät, kuinka pedagogista toimintaa varhaiskasvatuksessa tulisi toteuttaa. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää lapsen vuorovaikutustaitoja ja vahvistaa lapsen toimimista vertaisryhmästä. (Opetushallitus, 2018.) Huomiomme toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa 3–4-vuotiaiden kehitystason ja heille soveltuvan toiminnan periaatteet. Lasten kohdalla toiminnallisia menetelmiä suunniteltaessa on otettava huomioon muun muassa lasten motorinen kehitys, kielen kehityksen vaihe, sosiaalisen kehityksen vaihe sekä herkkyysskaudet, vireystaso, turvalliset tilat ja välineet ja temperamentti. (Karkkulainen ym., 2019,

s. 23.) Toiminnalliset menetelmät tarvitsevat aina esteettömät, turvalliset ja käytökelpoiset tilat (Karkkulainen ym., 2019, s. 27).

### 5.3 Leikki ja vuorovaikutus toiminnallisuuden tukena

Lapsi oppii uusia asioita leikkien kautta ja leikki on tärkeä osa lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Leikki motivoi lasta toimimaan ja se tuottaa lapselle mielihyvää. (Karkkulainen ym., 2019, s. 19–20; Opetushallitus 2018.) Brucen (2004) mukaan leikillä on suuri rooli lapsen kokonaiskehityksessä, sillä leikin kautta lapsi saa mahdollisuuden käsitellä tunteitaan ja leikki voi toimia lapselle korjaavana kokemuksena (Opetushallitus, 2016). Hännikäisen (1992) mukaan leikki kehittää lapsen ajattelua, kieltä ja mielikuvitusta sekä leikki on yhteydessä lapsen terveyteen ja hyvinvointiin sekä se vahvistaa lapsen sosiaalisia taitoja ja tunne-elämää (Opetushallitus, 2016).

Leikin merkitys lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle varhaislapsuudessa on suuri. Leikkimisen aikana lapsen sosiaaliset taidot kehittyvät ja leikkiä havainnoimalla saadaan tietoa muun muassa lapsen kielen kehityksestä. (Nurmi ym., 2018, s. 70.) Varhaiskasvatuksen ammattilaisten on olennaista ymmärtää leikin itseisarvo lapselle ja leikin merkitys lapsen oppimisessa, kehityksessä ja hyvinvoinnissa (Opetushallitus, 2018). Lapset oppivat leikin edetessä, mutta he eivät leiki oppiakseen. Kasvattajien tehtävänä on mahdollistaa leikkiminen tarjoamalla lapsille aikaa, tilaa ja turvallisuutta toimintaympäristöissään. (Karkkulainen ym., 2019, s. 20.)

Lapselle lukeminen on tärkeää erityisesti lapsen sanavaraston, keskittymisen ja muistin kannalta. Lukeminen kehittää myös lapsen tunnetaitoja ja mielikuvitusta. Tutkimusten mukaan lapset, joille luetaan enemmän pärjäävät paremmin sosiaalisissa tilanteissa, muun muassa kehittyneen eläytymiskyvyn ansiosta. Yhdessä lukeminen lisää vuorovaikutusta ja ymmärrystä vanhempien ja lasten välille, sillä sen avulla pystyy kuulemaan lapsen ajatuksia kerrotuista tarinoista ja niihin liittyvistä yksityiskohdista. (Jaakkola, 2020.) Lukemisen jälkeinen keskustelu on erottamaton osa yhteistä kokemusta. Keskustelua on helppoa säädellä lasten iän,



keskittymiskyvyn ja luonteen mukaisesti. (Lue lapselle, i.a.) Lapsi harjoittelee vuorovaikutuksessa aikuisen ja lapsen kanssa muun muassa kuuntelua, eri mielipiteiden hyväksyntää ja vuorottelua (Laaksonen, 2022). Sensitiivisen vuorovaikutuksen mahdollistamiseksi kasvattajan tulee ymmärtää lapsen kehitys kokonaisvaltaisesti. Sensitiivinen vuorovaikutus edellyttää tämän lisäksi kuuntelemisen, kuulemisen ja keskustelemisen taitoja lasten kanssa. (Karila, 2017, s. 11.)

Terävä (2018) kirjoittaa, kuinka kuvat toimivat mainiona välineenä lapsen ymmärtämisen tukemisessa. Varhaiskasvatuksessa kuvia on käytetty tukea tarvitsevien lasten kanssa, mutta niitä on alettu hyödyntää kaikkien lasten kanssa. Kuvat helpottavat ymmärtämään paremmin, mitä ja mistä puhutaan, etenkin jos kuulijalla on vaikeuksia ymmärtää puhuttua kieltä. (Terävä, 2018.)

## 6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Kehittämispainotteisen opinnäytetyömme aiheena on tunnetaitokasvatus luonnossa sekä toiminnallisten menetelmien hyödyntäminen luonnossa tapahtuvaan tunnetaitokasvatukseen varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda ja pilotoida uutta materiaalia luonnossa tapahtuvaan tunnetaitokasvatukseen varhaiskasvatuksessa. Tarkoituksenamme oli luoda varhaiskasvatuksen ammattilaisille uusi sähköisessä muodossa oleva tunnetaito-materiaali toiminnallisten menetelmien hyödyntämisestä luonnossa tapahtuvista tunnetaitotuokiosta. Materiaalin tavoitteena on laajentaa varhaiskasvatuksen oppimisympäristöä luontoon ja ulkoilmaympäristöön.

Lasten tunnetaitojen vahvistaminen on ajankohtainen teema, jonka vuoksi päädyimme valitsemaan opinnäytetyömme aiheeksi tunnetaitokasvatuksen. Viime vuosina on kirjoitettu useita alle kouluikäisten lasten tunnetaitoihin liittyviä opinnäytetöitä, joten tahdoimme omassa opinnäytetyössämme tuoda ilmi uutta näkökulmaa tunnetaitokasvatukseen. Yhteistyökumppanimme, Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatuksen yksikön ja oman mielenkiintomme perusteella loimme tunnetaito-materiaalin, joka kannustaa varhaiskasvattajia laajentamaan toimintaympäristöä luontoon ja ulkoilmaympäristöön. Aiheen valinta on ajankohtainen, sillä luonnossa tapahtuvaan tunnetaitokasvatukseen on ennestään vain vähän materiaalia.

Ideoimme ja pohdimme yhdessä yhteistyökumppanimme kanssa opinnäytetyömme tarkoitusta ja tavoitteita. Osallistuimme varhaiskasvatuksen yksikön pedagogiseen tiimin lokakuussa 2021. Pedagoginen tiimi on varhaiskasvatusyksikön kasvattajista koostuva kokoonpano. Kyseisen päiväkodin pedagoginen tiimi kokoontuu joka toinen viikko käsittelemään yksikön sisäisiä ajankohtaisia aiheita. Pedagogisessa tiimissä ideoimme avoimen haastattelun avulla varhaiskasvatuksen opettajien kanssa tunnetaitotuokioiden ja tunnetaito-materiaalin sisältöä.

## 7 TAUSTA JA YHTEISTYÖKUMPPANI

Opinnäytetyömme yhteistyökumppanina oli Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatus. Tarve opinnäytetyön kehittämistyölle ilmeni sähköpostitse käydyissä keskusteluissa. Lähetimme talvella 2021 sähköpostia yhteistyökumppanillemme, jonka jälkeen ajatus opinnäytetyöstämme lähti käyntiin. Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatusyksiköistä valikoituneen päiväkodin pedagogiikka painottuu luontoon, jonka takia valitsimme luonnonympäristön yhdeksi näkökulmaksi kehittämistyöhömme.

Päiväkoti, jonka kanssa opinnäytetyö on toteutettu, hyödyntää luontoa pedagogisena oppimisympäristönä. Luonnon ympäristön lisäksi ympäristötiede ja luonnon monimuotoisuus nivoutuvat päiväkodin arkisiin käytäntöihin, kuten kestävän kehityksen korostamiseen. Kyseisen päiväkodin toiminnassa korostetaan, että sitä mitä voi tehdä sisällä, pystyy usein tekemään myös luonnossa. Yhteistyökumppanin toiveena olikin, että hyödyntäisimme luonnonympäristöä opinnäytetyösämme. Luonnon hyödyntäminen varhaiskasvatusikäisten lasten tunnetaitojen tukemisessa tuo uusia näkökulmia ja työvälineitä tunnetaitokasvatukseen, joka tuo uutuusarvoa opinnäytetyöllemme.

## 8 KEHITTÄMISTYÖN PROSESSI JA MENETELMÄT

Opinnäytetyömme tunnetaitotuokioiden suunnittelussa hyödynsimme yhteiskehittämistä yhteistyökumppanimme kanssa. Tavoitteenamme oli yhdistää meidän opiskelijoiden ja yhteistyökumppanimme tiedot ja taidot tunnetaitotuokioiden ja tunnetaito-materiaalin laatimisessa. Kehittämisprosessi eteni loogisessa järjestyksessä kuvio 2 olevan kaavion mukaan.



Kuvio 2. Kaavio kehittämissprosessin etenemisestä

### 8.1 Aiheen määrittely ja valinta yhdessä yksikön kanssa

Pohdimme ja rajasimme opinnäytetyöllemme aiheen tammikuussa 2021, jonka jälkeen etsimme työelämäyhteistyökumppanin Hyvinkään kaupungilta. Olimme yhteistyökumppaniimme yhteydessä sähköpostin välityksellä. Helmikuussa 2021 esittelimme opinnäytetyömme alustavan idean yhteistyökumppanillemme.

Tapaamisessa idea rajautui selkeämmäksi ja yhteistyökumppanin toive oli yhdistää luonto opinnäytetyömme aiheeseen.

Kesän 2021 aikana työstimme opinnäytetyötä eteenpäin avaamalla lisää opinnäytetyön tärkeimpiä käsitteitä lähdemateriaalien avulla. Keräsimme lähdemateriaalia tunnetaitotuokioita varten, suunnittelimme alustavasti tunnetaitotuokioita ja työstimme opinnäytetyöhön tarvittavia liitteitä. Lokakuussa 2021 haimme tutkimuslupaa opinnäytetyöhömme Hyvinkään kaupungilta. Osallistuimme lokakuussa 2021 päiväkodin pedagogiseen tiimiin, jossa suunnittelimme ja keskustelimme tunnetaitotuokioiden sisällöstä ja toteutuksesta. Pedagogisen tiimin jälkeen lähetimme esittelykirjeen tunnetaitotuokioihin osallistuvien lasten vanhemmille. Esittelykirjeessä kerroimme, keitä olemme ja millaista toimintaa olemme päiväkotiryhmässä toteuttamassa. Kirjeessä pyysimme lasten vanhemmilta suostumusta lapsen osallistumiseksi tunnetaitotuokioihin.

## 8.2 Avoin ryhmähaastattelu menetelmänä

Sovimme yhteistyökumppanimme kanssa elokuussa 2021 osallistumisestamme päiväkodin pedagogiseen tiimiin lokakuussa 2021. Pedagogisen tiimin tapaaminen toteutui Covid-19-tilanteen vuoksi Microsoft Teams-sovelluksen välityksellä. Kokousta varten lähetimme sen osallistujille sähköpostitse PowerPoint-esityksen opinnäytetyömme aiheesta ja toteutuksesta, jotta he saivat mahdollisuuden perehtyä aiheeseen ennen yhteistä tapaamista. Esityksessä kävimme läpi opinnäytetyömme tarkoituksen ja tavoitteen, tiivistelmän opinnäytetyön sisältämästä teoriasta sekä aikataulun. Opettajien pedagogisessa tiimissä toteutettiin avoin ryhmähaastattelu, joka oli luonteeltaan vuorovaikutuksellinen ja keskustelunomainen. Siihen osallistuivat meidän lisäksi alle 3-vuotiaiden päiväkotiryhmän varhaiskasvatuksen opettaja, 1–5-vuotiaiden päiväkotiryhmän varhaiskasvatuksen opettaja, esikoulunopettaja ja varhaiskasvatussyksikön esihenkilö.

Tunnetaitotuokioiden suunnittelu toteutettiin yhteiskehittämällä avoimen ryhmähaastattelun avulla. Yritysmailmassa yhteiskehittäminen liitetään yhteisinnovointiin, jossa eri toimijat kartoittavat uusia innovatiivisia ratkaisuja (Keskitalo &

Vuokila-Oikkonen, 2021, s. 19). Muun muassa Basonin (2010) mukaan yhteiskehittämisen tarkoituksena on, että palvelun tai tuotteen loppukäyttäjät osallistuvat uusien innovaatioiden keksimiseen, toimeenpanoon ja soveltamiseen sekä he antavat kehittämisprosessia varten tietonsa, informaatiossa ja kokemuksensa. (Keskitalo & Vuokila-Oikkonen, 2021, s. 19.) Tunnetaitotuokioiden ja tunnetaitomateriaalin suunnittelussa ja luomisessa halusimme ottaa huomioon tunnetaitomateriaalin käyttäjien kokemukset, tiedot ja taidot. Pyrimme luomaan materiaalin varhaiskasvattajien tarpeista ja toiveista.

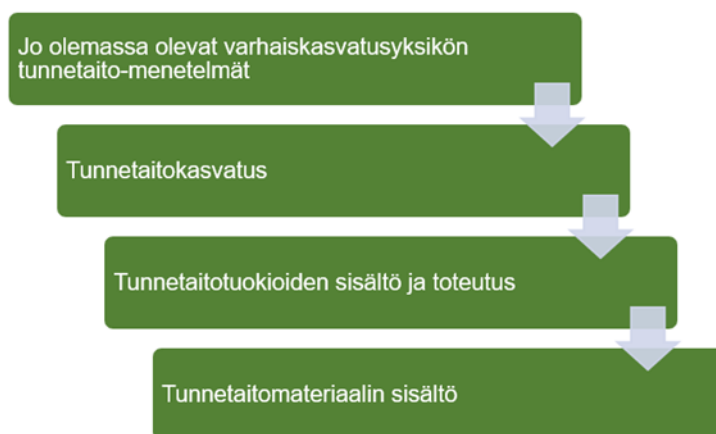
Avoin haastattelu on luonteeltaan joustava ja se muistuttaa enemmän keskustelua kuin haastattelua. Avointa haastattelua voidaan hyödyntää, kun halutaan selvittää mitä ihmiset oikeasti ajattelevat. (Ojasalo ym., 2014, s. 41.) Hirsijärvi & Hurme (2001) ovat Eskola ja Suorantaan (2000) viitaten päätyneet siihen, että avoimessa haastattelussa haastattelija pyrkii luomaan keskustelutilanteesta luontevan ja avoimen. Haastattelussa haastattelijan tarkoituksena on edetä tietyn etukäteen pohditun teeman mukaan, mutta tarkkoja haastattelukysymyksiä ei ole. Haastattelun kulkua ei ole suunniteltu tarkasti ennalta, vaan se on avoin kaikille mahdollisuuksille, kuitenkin haastateltavan teeman puitteissa. (Avoin haastattelu, 2021.)

Ryhmähaastattelussa voi olla useita haastatteliijoita. Ryhmässä on yleensä vetäjä, joka ohjailee keskustelun kulkua. Yksi ryhmäkeskustelu voi kestää noin yhdestä kolmeen tuntiin. Ryhmähaastatteluun voidaan määrittellä tietty fokusryhmä, eli määrittellään ketkä osallistuvat keskusteluun. Fokusryhmä voi olla niin sisäinen tai ulkoinen. Sisäinen fokusryhmä voi olla muun muassa työntekijöiden fokusryhmä, johdon fokusryhmä tai sekaryhmä, jossa on työntekijöitä ja johdon edustajia. (Ojasalo ym., 2015, s. 111–112.) Ryhmähaastatteluun osallistuu yleensä noin 6–12 ihmistä. Ryhmähaastattelussa on tarkoituksena keskustella teemasta, jonka haastattelija tai haastattelijat määrittävät. Ryhmähaastattelua tai ryhmäkeskustelua hyödynnetään etenkin kehittämistyössä, ja ryhmähaastattelun avulla voidaan saada monipuolisia ideoita esimerkiksi palveluiden kehittämiseksi. Ryhmähaastattelu on tehokas, koska sillä saadaan monelta ihmiseltä samanaikaisesti tietoa ja sen avulla on mahdollista päästä aiheeseen syvemmälle käsiksi. Ryhmähaastattelu etuna on, että ryhmän jäsenet voivat tarvittaessa auttaa

muistamaan käsiteltävään teemaan liittyviä asioita. Ryhmähaastattelu mahdollistaa totuudenmukaisempien tietojen saamista, koska ryhmä keskustelee arkikielen avulla luontevasti. (Ojasalo ym., 2014, s. 41–42.)

### 8.3 Avoimen ryhmähaastattelun toteutus ja tulokset

Laadimme avointa ryhmähaastattelua varten teemalistan, jonka mukaan ohjaisimme keskustelua ryhmässä. Teemalistan aiheina olivat jo olemassa olevat varhaiskasvatusyksikön tunnetaito-menetelmät, tunnetaitokasvatus, tunnetaitotuokioiden sisältö ja toteutus ja tunnetaitomateriaalin sisältö. Teemalistan rakenne tulee esiin kuviossa 3.



Kuvio 3. Avoimen ryhmähaastattelun teemalista

Kerätystä aineistostamme nostimme esille päiväkodissa jo käytössä olevia tunnetaitomenetelmiä. Kartoituksen avulla halusimme saada tietoa toimivista 1–5-vuotiaille tarkoitetuista tunnetaitomenetelmistä, jotta pystyimme suunnittelemaan mahdollisimman tehokkaita ja kohdennettuja tunnetaitotuokioita 3–4-vuotiaille lapsille. Tämän lisäksi tunnetaitotuokion suunnittelun kannalta oli tärkeää saada tietoa jo olemassa olevista varhaiskasvatusyksikön tunnetaitomenetelmistä, sillä tavoitteenamme oli luoda jotain uutta tunnetaitotuokioiden sisältöön. Aineistosta ilmeni, että alle 3-vuotiaiden ryhmässä hyödynnetään tunteiden sanoittamista, sillä pienemmät lapset vasta opettelevat omien ja muiden tunteiden nimeämistä. 1–5-vuotiaiden ryhmässä harjoitellaan tunteiden sanoittamisen lisäksi myös ristiriitatilanteiden ratkaisemista keskustelun avulla. Käytössä ovat myös erilaisia

tunnetaitoihin soveltuvia materiaaleja, kuten tunnetaitokortit. 2–5-vuotiaiden ryhmässä puolestaan hyödynnetään kuvakorttien lisäksi pöytäteattereita tunnetaitojen opettelussa. Esikouluryhmässä käytetään monipuolisesti erilaisia tunnetaitomenetelmiä, kuten tunnetaitoihin liittyviä kirjoja, kuvia, lauluja ja kortteja. Esikouluryhmän tiloissa on muun muassa tunnematto, jonka päälle voi mennä seisomaan silloin kuin käsittelee haastavalta tuntuvaa tunnetta.

Ryhmähaastattelussa ilmeni varhaiskasvatusyksikön toiveita ja ehdotuksia tunnetaitotuokioiden sisältöä koskien. Varhaiskasvattajien toiveena oli, että tunnetaitotuokioissa ei hyödynnetä erillisiä leluja, vaan lapset saisivat itse esimerkiksi askarella tunnetaitotuokioissa käytettäviä materiaaleja. Varhaiskasvattajien toiveena oli, että huomioimme säännöt, joiden mukaan he toimivat metsässä. Metsässä toimiessa on rajattava pienemmille lapsille suppeampi alue turvallisuussyistä. Haastattelussa tuli myös ilmi, että Hyvinkään liikuntatoimen kota on käytössämme, jos haluamme sitä mahdollisesti hyödyntää. Yhteistyökumppanimme antoi meille mahdollisuuden käyttää päiväkodissa olevia materiaaleja tunnetaitotuokioiden toteutuksessa.

Haastattelussa kartoitimme varhaiskasvattajien toiveita tunnetaitotuokioiden sisältöihin ja esille nousi etenkin tarinallisuuden merkitys. He ehdottivat, että tunnetaitotuokiot toimivat ikään kuin jatkumona. Tunnetaitotuokiossa voisi seikkailla esimerkiksi jokin hahmo, joka esiteltäisiin lapsille tutustumiskerralla. Varhaiskasvattajat toivoivat tunnetaitotuokioihin yksinkertaista ja toistuvaa rakennetta, jotta lasten olisi helpompi osallistua ja eläytyä tuokioihin. Toiveena oli myös, että jokaisen tunnetaitotuokion aloitus olisi lapsille tuttu, kuten toistuva loru tai laulu. Varhaiskasvattajat korostivat lapsiryhmään etukäteen tutustumisen tärkeyttä sekä, kuinka perusteellisesti laadittu suunnitelma helpottaa toiminnan toteuttamista. Haastateltavat painottivat lasten anonymiteetin tärkeyttä ja sitä, että se ilmoitetaan selkeästi lasten vanhemmille ja huoltajille osoitetussa esittelykirjeessä. Tunnetaitotuokioista on mahdollista ottaa valokuvia, mikäli valokuvaamiseen kysytään lupa etukäteen tunnetaitotuokioihin osallistuvien lasten vanhemmilta. Valokuvista ei tule tunnistaa lasten henkilöllisyyttä, eli esimerkiksi kasvot tai lasten nimet eivät voi näkyä.



## 9 TUNNETAITOTUOKIOIDEN SUUNNITTELU JA PILOTOINTI

Tuokioiden sisältöön saimme ideoita yhteistyökumppaniltamme avoimessa ryhmähaastattelussa, joka toteutettiin lokakuussa 2021. Tarkoituksenamme oli suunnitella tunnetaitotuokioiden sisältö ja rakenne ryhmähaastattelun tulosten perusteella itsenäisesti. Kehittämispainotteisessa opinnäytetyössämme korostui se, ettemme käyttäneet valmiita materiaaleja tai runkoja lapsille suunnatuissa tunnetaitotuokioissa. Suunnittelua varten laadimme tunnetaitotuokioiden suunnittelu -lomakkeen (LIITE 3), jonka suunnittelussa hyödynsimme Varhaiskasvatussuunnitelman perusteita (2018). Kaikki neljä tunnetaitotuokioita suunniteltiin tunnetaitotuokioiden suunnittelu -lomakkeen (LIITE 3) avulla.

### 9.1 Materiaalin esittely opettajatiimille ja tapaamisen palautteet

Tunnetaitotuokioiden suunnitteluun ja niiden toteutukseen varasimme kolme kuukautta aikaa. Aloitimme tunnetaitotuokioiden suunnittelun lokakuun 2021 avoimen ryhmähaastattelun pohjalta. Suunnittelimme toiminnallisia tunnetaitotuokioita lokakuun pedagogisessa tiimissä käytyjen keskustelujen pohjalta. Tunnetaitotuokioissa tahdoimme korostaa toiminnallisuutta. Lisäksi teimme tuokioista lapsilähtöiset niin, että monipuolisesti rakentuva kokonaisuus innostaa lapsia osallistumaan jokaiseen toimintatuokioon. Lapsen kehitys tapahtuu kokonaisvaltaisesti leikin, liikunnan ja monipuolisen ohjatun toiminnan avulla. Tämän ajatuksen pohjalta rakensimme toimintatuokiot.

Yhteistyökumppanimme kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta loimme luontoteemaan sopivan, tunnetaitotuokioissa seikkailevan lapsille sopivan hahmon. Hahmon nimesimme luontoteemaa noudattaen Käpykamuksi. Käpykamun tarkoituksena on auttaa lapsia tunnistamaan, nimeämään ja ilmaisemaan tunteita. Tunnetaitotuokioiden suunnittelussa käytimme toimintatuokioiden suunnittelulomaketta (LIITE 3). Suunnittelulomake luotiin selkeyttämään pedagogisesti toimivia kokonaisuuksia. Suunnittelimme tunnetaitotuokiot monipuolisiksi kokonaisuuksiksi.

Ennen tunnetaitotuokioiden toteutusta tapasimme lapsiryhmän kasvattajat tiimipalaverissa tammikuussa 2022. Tiimipalaverissa esittelimme tunnetaitotuokioiden sisällön, pyysimme siitä palautetta ja keskustelimme käytännön järjestelyistä, kuten askartelutarvikkeiden hankkimisesta. Lapsiryhmän työntekijät, varhaiskasvatuksen opettaja sekä kaksi varhaiskasvatuksen lastenhoitajaa, pitivät toimintatuokioiden sisällöstä ja toteutustavasta. Toimintatuokioiden sisältö oli suunniteltu varhaiskasvatusyksikön toiveet huomioiden, joten palaverissa ei tullut korjausehdotuksia toimintatuokioihin. Kasvattajat muistuttivat kuitenkin lapsiryhmän dynamiikan vaihteluista ja siitä, että lasten mielentilaan ja toimintaan saattavat vaikuttaa monet tekijät. Lapsiryhmän kasvattajat pitivät Käpykamu-hahmosta ja kokivat tärkeänä sen, että Käpykamu on konkreettinen ja luontoon linkittyvä hahmo, joka auttaa lasta integroitumaan toimintatuokioihin.

## 9.2 Neljän tunnetaitotuokion pilotointi

Toiminnallinen osuus toteutettiin yhteistyöpäiväkodin 1–5-vuotiaiden ryhmässä 3–4-vuotiaille lapsille neljän viikon aikana 26.1.-16.2.2022. Tunnetaitotuokioita pidettiin yhteensä neljä ja niihin osallistui 3–7 lasta. Tuokioille varasimme aikaa noin tunnin, josta 20–30 minuuttia oli aktiivista toimintaa. Oleellisinta tuokioiden pituudessa oli se, että lapset jaksoivat keskittyä toimintaan. Esivalmisteluaikaa varasimme noin 20 minuuttia, jotta saimme koottua kaikki tarvittavat materiaalit tuokioita varten. Päätimme yhdessä kasvattajien kanssa toteuttaa tunnetaitotuokiot pienryhmässä.

Tunnetaitotuokioiden toteutuksessa mukana olivat kolme opiskelijaa ja vuorolleen yksi lapsiryhmän työntekijöistä. Tunnetaitotuokioissa ohjaajana toimi jokaisella kerralla sama opiskelija ja havainnoijina toimi kaksi muuta opiskelijaa, jotka arvioivat tuokioita tekemämme havainnointilomakkeen (LIITE 4) avulla. Varhaiskasvattajien kanssa käydyn keskustelun pohjalta koimme, että lasten on helppompaa integroitua toimintaan, kun ohjaajana toimi joka kerta sama opiskelija. Arvioimme tuokioita itsearviointilomakkeella (LIITE 5). Saimme jokaisesta tunnetaitotuokiosta arvion lapsiryhmän työntekijältä. Kolme eri ryhmän työntekijää

arvioivat vuorollaan tunnetaitotuokioita arviointilomakkeen avulla (LIITE 6). Työntekijät lähettivät arviointilomakkeet sähköisesti meidän luettavaksemme.

### 9.2.1 Tuokio 1: Tutustutaan Käpykamuun

Tunnetaitotuokioiden ensimmäinen tuokio oli tarkoitettu tutustumiseen. Tutustumiskerralla saimme mahdollisuuden tutustua lapsiin ja lapset meihin. Tutustumiskerran toisena tavoitteena oli tutustuttaa lapset Käpykamu-hahmoon osallistavan toiminnan avulla. Tutustumiskertaan osallistui lapsiryhmän varhaiskasvatuksen lastenhoitaja ja kuusi 3–4-vuotiasta lasta.

Aloitimme tuokion yhteisellä piirillä, jonka alussa esittelimme lapsille Käpykamun. Opetimme heille Käpykamun alkuloron, jonka toistimme useamman kerran, jotta lapset oppivat sen paremmin. Käpykamun alku- ja loppuloruissa käytimme rytmitystä lorujen tukena. Kerroimme Käpykamun olevan tunteiden mestari ja opettavan lapsille tunteita. Käpykamu on hauska ja innostava pedagoginen hahmo, joka herätti mielenkiintoa lasten keskuudessa. Käpykamun avulla opetimme lapsille tunnetaitoja leikillisen oppimisen pedagogista kaavaa hyödyntäen.

Yhteisen tuokion jälkeen siirryimme toimintavaiheeseen, joka koostui Käpykamun askartelusta. Lapset saivat päättää minkä mallisen ja värisen Käpykamun haluavat askarrella. Askartelun pedagoginen lähtökohta toimintatuokiossamme oli lasten toimijuuden ja osallisuuden vahvistaminen. Käpykamun maalaamisen jälkeen lapset pystyivät ohjaajan avustuksella liimata omalle käpykamulleen silmät.

Askartelun jälkeen siirryimme käytävälle, jota hyödynsimme pedagogisena toimintaympäristönä ja muodostimme lasten kanssa piirin. Kertasimme lasten kanssa Käpykamun aloituslorun. Kerroimme Käpykamun olevan väsynyt ja menevän päivän päätteeksi nukkumaan. Opetimme lapsille Käpykamun loppuloron, jonka toistimme jälleen useamman kerran. Tuokion loputtua kerroimme lapsille Käpykamun tulevan ensi viikolla uudestaan.



Kuva 1. Lasten askartelemat Käpykamu-hahmot

### 9.2.2 Tuokio 2: Etsitään ja tutkitaan tunteita

Toisessa tunnetaitotuokiossa perehdyimme tunteisiin ja niiden ilmaisuun kehoillisen oppimisen kautta. Tunnetaitotuokioon osallistui varhaiskasvatuksen lastenhoitaja sekä seitsemän 3–4-vuotiasta lasta, joista kuusi oli mukana ensimmäisessä tuokiossa. Tunnetaitotuokiossa pohdittiin erilaisten tunteiden ominaisuuksia ja sitä miltä ne tuntuvat. Tunteita konkretisoitiin kehoillistamisen avulla. Toteutimme tunnetaitotuokion päiväkodin vieressä sijaitsevassa metsässä. Hyödynsimme päiväkodin lähimetsää pedagogisena toimintaympäristönä, sillä kyseinen metsä oli lapsille jo ennestään tuttu. Ennen tunnetaitotuokion alkua olimme käyneet piilottamassa kahdeksan Käpykamun tunnetaitokorttia (LIITE 7) lähimetsään. Otimme metsään mukaan lasten tutustumiskerralla askartelemat Käpykamut ja folioalustat, mikäli lapset haluaisivat istua piirillä.

Aloitimme ensimmäisen tunnetaitotuokion yhdessä lasten kanssa pukemalla ulkovaatteet päälle. Pukeutumisen yhteydessä keskustelimme lasten aloitteesta Käpykamusta ja kerroimme Käpykamun sijaitsevan tällä hetkellä päiväkodin lähimetsässä. Ulkovaatteiden pukemisen jälkeen lähdimme jonossa lasten kanssa lumiseen metsään.

Metsässä muodostimme lasten kanssa piirin ja kertasimme yhdessä Käpykamun alkuloron. Alkuloron jälkeen otimme Käpykamun esiin ja alustimme tulevaa toiminnallista osuutta kertomalla Käpykamun hukanneen tunteita metsään.

Kerroimme lapsille Käpykamun tunteita olevan lähiympäristössä ja ne täytyisi löytää. Innostuneet lapset lähtivät etsimään tunnetaitokortteja. Pyrimme varmistamaan, että jokainen lapsi löysi ainakin yhden tunnetaitokortin, jotta jokainen saisi toiminnallisesta tuokiosta kokemuksen onnistumisesta.

Korttien löytymisen jälkeen syvennyimme lasten kanssa kolmeen perustunteeseen: ilo, suru ja viha. Kävimme kolmea perustunnetta läpi Käpykamun avulla tunnetaitokortteja hyödyntäen. Tuokion ohjaajan tavoitteena oli ohjata keskustelua siten, että jokainen lapsi tulisi kuulluksi. Ohjaaja näytti vuorollaan yhtä tunnetaitokorttia ja lapset saivat kertoa mikä tunne kortissa on.

Ensimmäisenä tunteena oli viha, joka oli hieman haastava tunne sanoitettavaksi lapsille. Kysyimme miltä lapset näyttävät, kun he ovat vihaisia. Suurin osa lapsista pistivät kulmat mutruun, hampaat yhteen irvistääkseen ja yksi lapsi elehti näyttääkseen miten hän räjähtää ollessaan vihainen. Seuraavaksi kysyimme milloin lapset ovat vihaisia. Suurin osa lapsista kertoivat konkreettisista epäoikeudenmukaisilta tuntuneista tilanteista, kuten lelun ottamista toisen kädestä. Lopuksi kysyimme haastavimman kysymyksen: missä viha tuntuu? Lapsille oli vaikeaa sanoittaa tunteen kehollisuutta, joten siirryimme seuraavaan tunteeseen.

Vihan tunteen jälkeen käsitelimme surun tunnetta. Kysyimme lapsilta miltä he näyttävät ollessaan surullisia. Suurin osa lapsista väänsivät suupielensä alas ja näyttivät itkuisilta. Seuraavaksi kysyimme lapsilta, milloin he ovat surullisia. Lapsille oli vaikeaa vastata kysymykseen ja heille tuotti myös haastetta sanoittaa tunnetta. Lapset kykenivät paikantamaan surun tunteen sydämen kohdalle rinnan päälle meidän esimerkkimme avustamana.

Ilo oli kolmas tunne, jota käsitelimme. Kysyimme lapsilta miltä he näyttävät, kun ovat iloisia ja suurin osa lapsista hymyilivät ja nauroivat. Lapsille oli selkeästi luontaisempaa ja helpompaa käsitellä ilon tunnetta. Kysyttäessä lapsilta milloin he ovat iloisia, saimme vastaukseksi kavereiden tai sisaruksen kanssa leikkimisen. Eräs lapsi mainitsi iloisuuden lähteekseen isältä saadut pusut ja halit. Lapsille oli myös helppoa paikantaa ilon tunne mahaan ja "pipoon", eli päähän.

Kolmen perustunteen käsittelyn jälkeen jaoimme lapsille heidän tutustumiskerralla askartelemansa Käpykamut. Käpykamujen jakamisen jälkeen lähdimme toteuttamaan toimintatuokiomme liikunnallista osuutta, jonka tarkoituksena oli kehollistaa tunteita. Ensin pohdimme lasten kanssa, miten liikutaan surullisesti ja miltä se näyttää. Muutama lapsista lähti liikkumaan surullisesti, katse kohdistettuna maahan ja suupielet mutrussa. Surullisesti liikkuminen tuotti hieman haasteita suurimmalle osalle lapsista, mutta ohjaajan mallista lapset rohkaistuivat itsekin kulkemaan surullisena.

Surullisen tunteen jälkeen vuorossa oli vihaisesti liikkuminen. Pohdimme lasten kanssa, miltä vihaisesti liikkuminen näyttää. Vihaisesti liikkuminen oli lapsille selkeästi helpompaa, kuin surullisesti liikkuminen. Näytimme esimerkin siitä, kuinka voi liikkua vihaisen näköisesti, kulmat kurtussa ja kädet nyrkissä tömistellen. Osa lapsista seurasi esimerkkiämme ja alkoivat liikkumaan vihaisesti. Muutamalle lapselle vihaisesti liikkuminen tuotti kuitenkin haasteita, eivätkä he liikkuneet aktiivisesti muiden mukana.

Viimeisenä vuorossa oli iloisesti liikkumista. Ensin mietimme, miltä tuntuu liikkua iloisesti ja miltä se näyttää. Lähestulkoon kaikki lapset alkoivat liikkumaan iloisesti hymyillen, nauraen, pomppien ja vilkutellen. Iloisesti liikkuminen oli huomattavasti helpompaa kuin kielteiseksi miellettyjen tunteiden mukaan liikkuminen. Osalle lapsista toiminnallisen tuokion liikunnallinen ja kehollinen osuus oli hieman haastava. Kaikki lapsista eivät lähteneet aktiivisesti liikkumaan tunteiden mukaan, vaan jäivät sivustaseuraajan tarkkailijan rooliin.

Toimintatuokion lopulla muodostimme lasten kanssa piirin ja keräsimme heidän askartelemansa Käpykamut laatikkoon. Sen jälkeen kerroimme Käpykamun olevan hieman väsynyt. Lausuimme jo tutustumiskerralla tutuksi tulleen Käpykamun loppuloron, jonka saattamana laitoimme Käpykamun nukkumaan puun taakse.

### 9.2.3 Tuokio 3: Käpykamun ilot ja surut

Kolmannessa tunnetaitotuokiossa tutustuimme pöytäteatterin (LIITE 7) avulla tunteiden tunnistamiseen, nimeämiseen ja kaveritaitoihin. Tunnetaitotuokioon

osallistui kuusi 3–4-vuotiasta lasta, jotka olivat mukana edelliskerralla sekä varhaiskasvatuksen opettaja. Toimintaympäristönä hyödynsimme päiväkodin vieressä sijaitsevaa leikkipuistoa. Otimme metsään mukaan lasten askartelemien käpykamujen lisäksi itse askartelemamme Käpykamun ja nukketeatteriin tarvittavat materiaalit, eli neljä piirrettyä ja laminoitua Käpy-hahmoa.

Tunnetaitotuokiomme alkoi ulkovaatteiden pukemisella, jonka yhteydessä lapset keskustelivat kanssamme aloitteellisesti Käpykamusta. Eräs lapsista pohdiskeli muun muassa sitä, millaista toimintaa Käpykamu on tällä kertaa keksinyt. Kerroimme Käpykamun olevan läheisessä leikkipuistossa ja pääsevämme hänen luokseen ulkovaatteiden pukemisen jälkeen. Päiväkotiryhmän varhaiskasvatuksen opettaja kertoi, että lapset ovat puhuneet ja kyselleet paljon Käpykamusta. Lapset ovat selkeästi omaksuneet Käpykamun ja assosioivat meidät kyseiseen hahmoon.

Kokoonnuimme lasten kanssa lumiseen leikkipuistoon, jossa kehotimme lapsia istumaan puistonpenkille ja sen edustalle. Jaoimme lapsille heidän omat käpykamunsa. Lausuimme Käpykamun alkuloron, jonka saattamana otimme Käpykamun esiin. Käpykamu kertoi, että seuraavaksi vuorossa on pöytäteatteri, jota lapset pääsevät seuraamaan.

Pöytäteatterissa esiintyi kolme Käpy-hahmoa, joista yksi oli Käpykamu ja kaksi muuta olivat Käpykamun kavereita. Olimme askarrelleet Käpy-hahmot hieman erinäköisiksi, jotta lasten olisi helpompaa erottaa hahmot toisistaan. Pöytäteatterin juoni pohjautui opettavaiseen tarinaan, jossa hahmoilla oli keskinäinen ristiriitatilanne leikkiin liittyvistä rooleista, eivätkä he meinanneet päästä sopuun. Käpykamun tullessa surulliseksi ja alkaessa itkemään, toinen hahmo pyytää anteeksi ja ristiriitatilanne alkaa purkautumaan.

Pöytäteatterin jälkeen kysyimme tarinaan ja Käpy-hahmojen toimintaan liittyviä kysymyksiä ja keskustelimme niistä yhdessä. Pohdimme lasten kanssa, että mitkä olivat sellaisia asioita tarinassa mistä Käpykamu tuli surulliseksi. Tämä oli vaikea kysymys pohdittavaksi, joten ohjasimme hieman keskustelua tiedustelemalla lapsilta, tuleeko heille paha mieli, jos kaveri ottaa lelun kädestä. Suurin osa

lapsista nyökyttelivät tai vastasivat ”kyllä”. Seuraavaksi kysyimme, miten tilanne saatiin ratkaistua ja mitä tapahtui, että Käpykamulle tuli parempi mieli. Eräs lapsista vastasi Käpykamun tulleen iloiseksi siitä, että toinen Käpy-hahmo pyysi Käpykamulta anteeksi. Käpykamun mainittiin tulleen iloiseksi myös siitä, että Käpykamulla oli loppujen lopuksi mahdollisuus omaksua mikä tahansa rooli yhteisessä leikissä.

Kysyimme lapsilta, tuleeko heillä joskus riitaa muiden kanssa. Jotkut lapsista kertoivat riitatilanteista sisarustensa kanssa ja epäreilulta tuntuvista tilanteista, joista tulee paha mieli. Pohdimme myös yhdessä lasten kanssa, mitä voi tehdä, jos kaveri tulee surulliseksi. Eräs lapsista vastasi hetken pohdittuaan, että kaverilta voi pyytää anteeksi, mikäli hän tulee surulliseksi. Tuokion yhtenä tavoitteena oli vahvistaa lasten välisiä sosiaalisia taitoja yhdessä pohtimisen avulla.

Seuraavaksi etenimme tunnetaitotuokion toiminnallisen osuuteen. Esittelimme lapsille ilo- ja suruhipan, jossa hippa ottaa kiinni muita lapsia ja kiinni jääneet lapset muuttuvat surullisiksi. Kiinni jääneet muuttuvat jälleen iloisiksi, kun heidät vapautetaan halaamalla. Ilo- ja suruhippa osoittautui oletettua haastavammaksi leikiksi jo toimintaympäristön määrittelemien tekijöiden vuoksi. Aluetta oli vaikeaa rajata ja lunta oli paljon, mikä teki etenkin pienten lasten liikkumisesta haastavaa. Ohjeistus olisi voinut olla selkeämpi ja olisimme voineet näyttää konkreettisen esimerkin, miten ilo- ja suruhippa käytännössä toimii. Hipan jälkeen kerroimme lapsille Käpykamun olevan väsynyt ja lausuimme Käpykamun loppuloron. Annoimme yhdelle lapsiryhmän lapselle luvan viedä Käpykamu nukkumaan lumi-hankeen.

#### 9.2.4 Tuokio 4: Käpykamun kiukku

Neljännessä tunnetaitotuokiossa käsittelimme erilaisia tunteita kirjoittamalla tarinan (LIITE 7) avulla. Tunnetaitotuokion toiminnallinen osuus nivoutui retkeen, jonka teimme kodalle. Neljänteen tunnetaitotuokioon osallistui kolme jo edellisillä kerroilla mukana ollutta lasta ja yksi varhaiskasvatuksen lastenhoitaja. Toteutimme tunnetaitotuokion kodassa, johon kokoonnuimme istumaan piirimäiseen muodostelmaan lasten kanssa.



Lausuimme ensin Käpykamun alkuloron, jonka saattamana otimme Käpykamun esiin. Sen jälkeen jaoimme lapsille heidän askartelemansa Käpykamunsa, joita he saivat pidellä seuraavan tarinallisen osuuden ajan.

Kerroimme lapsille tarinan, jonka nimi oli “Kun Käpykamua kiukutti”. Tarinassa Käpykamu jo aamulla herätessään tunsi, että päivässä on jotain kummallista ja hän tunsi outoa kihelmöintiä sisällään. Käpykamun maistaessa liian kuumaa puuroa aamulla ja kengännauhojen mennessä solmuun, Käpykamua alkoi kiukuttaa ja hän raivostui äidillensä. Äidin mennessä lohduttamaan Käpykamua ja sanoittaessaan kiukun tunnetta lauseella “Kiukku on normaali tunne ja kaikkia meitä joskus kiukuttaa”, Käpykamu alkoi pikkuhiljaa rauhoittumaan. Käpykamun kiukun tunne laantui hiljalleen kokonaan ja hän pyysi äidiltään anteeksi. Halusimme tuoda tarinassamme ilmi sen, kuinka Käpykamu kykenee turvautumaan äitiinsä vaikeinakin hetkinä, tunnekuohujen vallassa.

Lapset tarkkailivat sadun lukemisen aikana tiiviisti tarinankertojaa, joka esitti tarinan lopussa lapsille kysymyksen: “Onko teitä koskaan kiukuttanut?” Eräs lapsista kertoi, että häntä kiukuttaa mörkö. Toinen lapsista puolestaan kertoi, että häntä alkaa kiukuttamaan, jos kaveri ottaa lelun kädestä. Kerroimme myös oman esimerkin siitä, mitkä asiat meitä mahdollisesti kiukuttavat. Kysyimme lapsilta miltä he näyttävät, kun ovat kiukkuisia tai iloisia, ja lapset ilmeilivät sen mukaisesti. He tunnistivat ilon, surun ja kiukun tunteet, jotka esiintyivät tunnetaitotuokioon valituissa tunnetaitokorteissa. Seuraavaksi kävimme läpi tarkemmin tarinan sisältöä ja siinä käsitellyjä tunteita tunnetaitokortteja apunamme hyödyntäen. Kysyimme lapsilta, mistä Käpykamu tuli surulliseksi, johon lapset vastasivat Käpykamun tullessa surulliseksi huutaessaan äidille. Samassa yhteydessä tiedustelimme lapsilta, mitä äiti teki lohduttaakseen kiukkuista Käpykamua, johon lapset vastasivat äidin halanneen häntä. Seuraavaksi kysyimme lapsilta, mitkä asiat tekevät heistä iloisia. Eräs lapsista vastasi isän halauksen tekevän iloiselle tuulelle. Myös toinen lapsista mainitsi halausten tekevän iloiseksi. Tiedustelimme lapsilta lopuksi sitä, missä kiukun tunne tuntuu. Kiukun tunne sijoittui lapsilla poskiin, varpasiin ja “pipoon”, eli päähän.

Toiminnallisen tuokion jälkeen lausuimme jo tutuksi tulleen Käpykamun loppuorun, jonka lapset osasivat jo ulkoa. Sen jälkeen kerroimme Käpykamun olevan väsynyt ja pyysimme yhtä lapsista viemään Käpykamun nukkumaan.

## 10 TUNNETAITOTUOKIOIDEN ARVIOINTI

Tunnetaitotuokioiden toteutusta arvioimme itsearviointilomakkeella (LIITE 5). Itsearviointilomakkeen (LIITE 5) avulla kartoitimme muun muassa tuokioiden kehittämiskohteita ja toimivuutta. Lapsiryhmän työntekijät arvioivat vuorollaan tunnetaitotuokioita arviointilomakkeella (LIITE 6), jossa pyydettiin kiinnittämään huomiota tuokion ohjaukseen, lasten reagointiin ja tuokion sisältöön. Tunnetaitotuokioihin osallistuvilta lapsilta pyydettiin palaute kolmen eri hymiön avulla.

### 10.1 Lasten arvio tunnetaitotuokioista

Olimme askarrelleet tunnetaitotuokioita varten kolme korttia, joihin olimme piirtäneet hymyilevän naaman vihreälle korttipohjalle, neutraalin naaman keltaiselle pohjalle ja surullisen naaman punaiselle korttipohjalle. Sanoitimme kortteja lapsille kertomalla vihreän kortin tarkoittavan sitä, että lapsen mielestä toiminta oli “todella kivaa”, keltaisen kortin tarkoittavan sitä, että oli “ihan kivaa” ja punaisen kortin tarkoittavan sitä, että oli “todella tylsää”. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018, s. 43–44) mainitaan kuvien käyttö päiväkodin toiminnassa. Varhaiskasvatuksen ammattilaiset ohjaavat ja auttavat lapsia tulkitsemaan ja kertomaan heidän ajatuksistaan liittyen kuvallisiin viesteihin. Kuvien tarkastelussa kiinnitetään erityistä huomiota muun muassa väreihin, muotoihin ja kuvien herättämiin tunteisiin. (Opetushallitus, 2018.)

Ensimmäisestä tuokiosta emme pyytäneet lapsilta palautetta. Toisessa tunnetaitotuokiossa kolme lasta antoi palautteeksi vihreän kortin, kaksi lasta arvioi

toiminnan olleen "ihan kivaa" ja kaksi lasta antoi punaisen kortin. Tiedustelimme lapsilta myös suullisesti, mikä toimintatuokiossa oli kivaa. Eräs lapsi vastasi kaiken olleen kivaa ja toinen vastasi tunnetaitokorttien etsimisen olleen kivaa. Yksi lapsi vastasi, että kaveri oli kivoin asia.

Kolmannessa tunnetaitotuokiossa lapsilta saatu palaute puoliksi vihreisiin ja puoliksi punaisiin hymiöihin, joka kertoi siitä, että osalla lapsista oli ollut todella hauskaa ja osalla todella tylsää. Neljännen tunnetaitotuokion arvostelut jakautuivat yhteen vihreään hymiöön, yhteen keltaiseen hymiöön ja yhteen punaiseen hymiöön.



Kuva 2. Tunnetaitotuokioiden arviointihymiöt lapsille

## 10.2 Varhaiskasvattajien arvio tunnetaitotuokioista

Varhaiskasvatusyksikön lastenhoitaja arvioi tutustumiskertaamme työntekijöille suunnatun arviointilomakkeen (LIITE 6) pohjalta. Ensimmäisen tuokion, jossa Käpykamuun tutustuttiin, lastenhoitaja arvioi tuokiomme sopivan mittaiseksi, sillä lapset kykenivät keskittymään koko ohjatun toiminnan ajan. Toiminnan sisältö oli kyseiselle ikäryhmälle sopivaa, sillä toiminta oli suhteellisen yksinkertaista, mutta sisälsi hieman haastetta. Ohjeet olivat selkeät, sillä lapset ymmärsivät mitä pitää tehdä. Saimme positiivista palautetta toiminnan jakamisesta eri tiloihin, sillä toimintaympäristöjen vaihtelu selkeytti toimintatuokion kulkua. Erityistä kiitosta saimme toiminnan sanoittamisen lisäksi luontevasta tavastamme toimia lasten kanssa ja ohjata lapsiryhmää. Havainnointilomakkeessa tiedustelimme

kehittämisideoita, jossa yhteistyötahomme ehdotti lasten vaatteisiin kirjoitettavia nimilappuja, jotta muistamme lasten nimet helpommin tulevilla toimintatuokioilla.

Toisesta tuokiosta, jossa etsittiin ja tutkittiin tunteita Käpykamun kanssa, saimme positiivista palautetta tuokion selkeästä rakenteesta. Palautteen mukaan tuokiossa käsitellyt tunteet käytiin läpi niin, että lapset olivat innostuneita ja lastenhoitajan havainnoin mukaan lapset ymmärsivät käsitellyt tunteet. Tunnetaitokorttien etsiminen metsästä oli lapsille mieluisaa ja piirillä käytyjen tunteiden esimerkit olivat helposti samaistuttavia. Saimme kehitettävää palautetta liittyen tuokion ohjaukseen. Lastenhoitajan mielestä muidenkin kuin vaan tuokion pääohjan tulisi olla enemmän toiminnassa mukana. Piirillä olisi voinut jakaa aikuiset niin, että he olisivat istuneet eri osassa piiriä ja näyttäneet tai kertoneet omia esimerkkejä enemmän. Tuokion toimintaympäristö eli metsä koettiin innostavana ja toimivana, sillä metsä oli jo ennestään tuttu ja mieleinen paikka kyseisen ryhmän lapsille. Palautteessa nousi esille, kuinka lapset ottivat hyvin kontaktia tuokion aikana. Tuokio herätti lapsissa mielenkiintoa ja lastenhoitajan mielestä oli mukavaa seurata lasten ilmeitä. Käpykamu-hahmo on palautteen mukaan erinomainen keksintö, joka jää lapsille varmasti mieleen.

Kolmannen tuokion, nimeltään Käpykamun ilot ja surut, arvioi lapsiryhmän varhaiskasvatuksen opettaja. Tuokiossa onnistunutta oli sen sopiva pituus, sillä lapset jaksoivat keskittyä tuokioon hienosti. Pöytäteatterin aihe oli lasten maailmasta ja aihe kiinnosti lapsia. Valittu toimintaympäristö, eli puisto, sopi hyvin pöytäteatterin toteutukselle. Saimme rakentavaa palautetta liittyen hippaleikin kehittämiseen. Ilo- ja suru -hippa oli 3–4-vuotiaille lapsille hieman haasteellinen. Puistossa alueen rajaaminen hippaleikkiin oli vaikeaa, koska puistossa oli paljon lunta. Ohjeiden antamiseen pyrittiin kiinnittämään jatkossa enemmän huomiota. Ohjeita annettaessa olisi hyvä antaa yksi ohje kerrallaan ja puheen tukena voisi hyödyntää kuvia tai tukiviittomia. Tuokion yleinen tunnelma oli mukava ja positiivinen ja lapsia huomioitiin yksilöllisesti.

Neljännessä tuokiosta “Käpykamun kiukku”, saimme palautetta lastenhoitajalta. Palautteessa korostettiin, kuinka tarina oli kyseiselle ikäryhmälle sopiva. Tarina koettiin sopivan mittaiseksi, riittävän yksinkertaiseksi ja tarina osattiin kertoa

lapsen tasoisesti. Tarina herätti lapsissa hyvää pohdintaa liittyen lasten omiin tunteisiin. Kehityskohteeksi palautteessa mainittiin kuvien hyödyntäminen lasten kanssa käydyssä keskustelussa. Kuvien avulla voisi olla helpompaa käydä tarinassa tapahtuneita asioita läpi. Kota toimi tarinan kuuntelemiseen hyvin. Tuokiolla oli lapsia hieman vähemmän paikalla, joten kota ei ollut ahdas tila. Lapset pystyivät tuokion aikana helposti seuraamaan ohjaajan näyttämiä tunnekuvia. Lastenhoitajan mukaan lapset pitivät tuokiosta paljon, ja hänen mukaansa materiaali on ikäryhmälle, eli 3–4-vuotiaille sopiva. Tuokiossa käsiteltiin tunteita lapsentasoisesti.

Pidimme varhaiskasvatusyksikön ammattilaisten kanssa viimeisen tapaamisen 8.3.2022 Microsoft Teamsin välityksellä. Tapaamiseen osallistuivat varhaiskasvatusyksikön johtaja, varhaiskasvatuksen opettaja ja lastenhoitaja. Tapaamisessa kävimme läpi tunnetaitokasvatus-materiaaliamme, johon olimme hahmotelleet materiaalin visuaalista ilmettä ja tunnetaitotuokioiden sisältöä. Saimme positiivista palautetta materiaalin selkeydestä ja Käpykamu-hahmon houkuttelevuudesta. Tunnetaitotuokioihin liittyviä toiminnallisia osuuksia, kuten pöytäteatteria ja hippaa, keuhuttiin. Keskustelimme päiväkodin henkilökunnan kanssa siitä, kuinka materiaalimme kannustaa soveltamaan ja muovaamaan toiminnallisia osuuksia eri ympäristöissä lapsiryhmien ikätason mukaisesti. Varhaiskasvatusyksikkö pyrkii hyödyntämään materiaaliamme eri lapsiryhmissä soveltaen ja aikovat lisätä toimintatuokiot lapsiryhmän varhaiskasvatussuunnitelmaan. Yhteistyömme varhaiskasvatusyksikön ammattilaisten ja lapsiryhmän kanssa sujui mutkattomasti koko opinnäytetyöprosessin ajan. Kasvattajat suhtautuivat opinnäytetyöhömme mielenkiinnolla ja olivat halukkaita hyödyntämään kehittämäämme tunnetaitomateriaalia.

### 10.3 Itsearvio tunnetaitotuokioista

Ensimmäinen tunnetaitotuokio ”Tutustutaan Käpykamuun” toteutettiin 26.1.2022. Meidän näkökulmastamme ensimmäinen tunnetaitotuokio toteutui onnistuneesti. Ohjaus toteutettiin laaditun suunnitelman mukaan johdonmukaisesti. Toiminta jaettiin selkeästi eri tiloihin ja siirtymätilanteet olivat hyvin rauhallisia.

Havainnointien perusteella tuokioon osallistuvat lapset innostuivat Käpykamu-hahmosta ja he osallistuivat piirillä keskusteluun sekä Käpykamu-hahmojen askarteluun innokkaasti. Käpykamu-hahmoon tutustuminen onnistui erinomaisesti, sillä lapset osasivat yhdistää meidät tulevilla tuokioilla Käpykamuun. Tuokion pituus oli 3–4-vuotiaille lapsille juuri sopiva, sillä jos tuokio olisi ollut pidempikestoisen, olisi lasten keskittyminen voinut herpaantua.

Tunnetaitotuokiomme oli rakenteeltaan selkeä. Tuokio rakentui kolmesta eri kokonaisuudesta, joka helpotti tunnetaitotuokion kulkua ja ennakointia. Lapsiryhmän suhteellisen pienen koon ansiosta kykenimme ohjaamaan lapsia yksilöllisesti ja kiinnittämään huomiota siihen, että jokainen lapsi tulee kuulluksi tuokion aikana. Kiinnitimme huomiota selkokielisyyteen, esimerkiksi ohjaaja puhui itsensä kolmannessa persoonassa. Olisimme voineet kuitenkin kiinnittää huomiota enemmän itsemme esittelemiseen, sillä kerroimme nimemme vasta tuokion loppupuolella pidetyssä yhteisessä piirissä. Tekemiämme Käpykamun tunnetaitokortteja olisimme voineet hyödyntää jo tutustumiskerralla, sillä ne olisivat toimineet mainiona kuvatukena. Emme muistaneet lasten nimiä ulkoa, joten sovimme kasvattajien kanssa seuraavalla kerralla kiinnittävämme nimilaput lasten vaatteisiin, jotta ohjaaja pystyisi puhuttelemaan lapsia heidän omilla nimillään.

Toinen toimintatuokio, ”Etsitään ja tutkitaan tunteita”, pidettiin 2.2.2022. Tuokio oli kokonaisuudessaan onnistunut ja se herätti lapsissa kiinnostusta ja innostuneisuutta. Tehtyjen havainnointien perusteella lapset olivat omaksuneet Käpykamu-hahmon osaksi päiväkodin toimintaa. Tuokion kulku oli selkeä ja tuokion ohjaaja sanoitti lapsille yksinkertaisesti, mitä ollaan tekemässä. Ohjaaja esitteli tuokion alussa itsensä sekä tuokion havainnoijat. Lapsille oli kasvattajien toimesta laitettu nimet näkyviin, joka helpotti ohjausta sekä kontaktin ottamista lapsiin. Toimintaympäristönä luminen metsä mahdollisti tunnetaitokorttien piilottamisen niin, ettei tunnetaitokortteja tarvinnut piilottaa ikätasolle liian haastavasti. Lisäksi toiminnan sisältö oli helposti toteuttavissa metsässä, sillä siellä oli tarpeeksi tilaa liikkua.

Tuokion toteutus vaatii ohjaajalta perusteellista perehtymistä tuokion sisällöstä ja tarvittavista välineistä. Perehtyminen tuokion ohjaukseen näkyi ohjaajan tavassa

toimia jäsennellysti. Tunnetaitokorttien tunteista keskustellessa lapset osoittivat aktiivisesti haluavansa osallistua keskusteluun. Tunnetaitokortit tukivat ja selkeyttivät ilosta, surusta ja vihasta keskustelemista. Lapset tunnistivat tunteet oikein tunnetaitokorteista ja he osasivat ohjaajan kysymyksien avulla kertoa esimerkiksi, mikä tekee heidät surulliseksi. Tuokio lopetettiin toiminnallisella osuudella, jossa lapset liikkuvat metsässä vihaisen, surullisen ja iloisen oloisesti. Tämä tehtävä aiheutti etenkin ryhmän nuorimmille lapsille hieman haasteita. Kyseistä toimintaa toteutettaessa tulee ohjaajan näyttää selkeää esimerkkiä lapsille. Ohjaajan innostus on toimiva keino kannustamaan lapsia osallistumaan aktiivisesti toimintaan mukaan, joka huomattiin myös toimintatuokion aikana. Tunnetaitotuokiossa olisimme voineet hyödyntää myös enemmän lasten askartelua Käpykamuja, sillä ne olivat vain hyvin pienessä roolissa toiminnallisessa tuokiossamme. Askarrellujen Käpykamujen jakamisen jälkeen olisimme voineet kehittää toimintaa kyseisten tuotosten ympärille.

Kolmas tuokio ”Käpykamun ilot ja surut” toteutettiin 9.2.2022. Tunnetaitotuokio sujui pääosin hyvin, mutta aiheutti joitakin haasteita. Pöytäteatteri toteutettiin läheisessä leikkipuistossa ja kyseinen ympäristö toimi pöytäteatterin toteuttamisessa mainiosti. Tuokiota varten pöytäteatterin vuorosanoja olisi voinut harjoitella enemmän, jotta eläytyminen tarinaan olisi näkynyt esityksessä selkeämmin. Pöytäteatteri esityksen jälkeen ohjaaja aktivoi keskustelua yksinkertaisten kysymysten avulla. Kysymyksiin vastaaminen aiheutti hieman hankaluuksia lapsille. Ohjaaja joutui ohjaamaan keskustelua konkreettisten esimerkkien avulla, jotta lapset pääsivät kiinni keskusteltavaan aiheeseen. Lapset osasivat helposti vastata ohjaajan esittämään kysymykseen siitä, onko lapsille koskaan tullut riitaa jonkun toisen kanssa. Ohjaaja onnistui aktivoimaan lasten osallistumista keskusteluun kertomiensa esimerkkien avulla. Tuokio loppui ilo ja suru -hippaan, joka aiheutti haasteita. Haasteeksi muodostui tuokion toteuttamisympäristö, koska leikkupuisto oli täynnä lunta ja tämä esti liikkumista. Hippa soveltuisi paremmin hieman vanhemmille lapsille, koska 3–4-vuotiaiden lasten oli hankalaa ymmärtää kyseisen hipan sääntöjä ja rooleja. Sääntöjen ymmärtämisen selkeyttämiseksi tulisi ohjaajan näyttää konkreettista esimerkkiä hipan kulusta.

Neljäs tuokio, ”Käpykamun kiukku”, pidettiin 16.2.2022. Tuokio oli yhdistetty osaksi lapsiryhmän retkeä, joten matkaan lähdettiin kaikkien paikalla olleiden lasten kanssa. Tunnetaitotuokion rakenne oli selkeä ja tarpeeksi yksinkertainen. Järjestimme tunnetaitotuokion kodassa, joka oli miellyttävä ympäristö tarinan kerronnalle, sillä tila oli tarpeeksi pieni, eikä siellä ollut aistiärsykeitä. Tuokio oli suhteellisen lyhyt, joten lapset jaksoivat keskittyä hyvin. Tarinan kerronta oli tarpeeksi hidasta ja selkeää, mutta tarinan kerrontaan olisi voinut eläytyä enemmän. Olisimme voineet hyödyntää Käpykamun tunnetaitokortteja tarinaa luettaessa, jotta lapset olisivat pystyneet hahmottamaan tarinassa käytyä tunneskaalaa helpommin. Ohjaaja aktivoi tarinan jälkeistä keskustelua esittämällä lapsille tarinan sisältöön liittyviä kysymyksiä Käpykamun tunnetaitokorttien avulla. Lapset osasivat vastata helposti kysymyksiimme ja osallistuivat aktiivisesti vuorovaikutukseen. Kehollistimme lasten tuntemuksia kysymällä missä ruumiinosissa tietyt tunteet tuntuvat. Lapset osasivat vastata kysymyksiimme konkreettisin esimerkein.



## 11 TUNNETAITO-MATERIAALIN KOONTI

Tunnetaitotuokioiden pilotoinnin jälkeen aloimme koostamaan tunnetaito-materiaalia. Tunnetaito-materiaali on koottu Microsoftin PowerPoint-ohjelmalla ja yksi ryhmäläisistämme on kuvittanut materiaalin. Kokosimme tunnetaito-materiaalin selkeäksi ja jäsennellyksi kokonaisuudeksi, jossa esittelemme materiaalin tarkoituksen ja ohjeet materiaalin käyttöön sekä vinkkejä, kuinka tunnetaitotuokioita voi soveltaa ja rikastuttaa. Materiaali sisältää myös tunnetaitotuokioihin kuuluvat alku- ja loppulorut, Käpykamun tunnetaitokortit ja muut tunnetaitotuokioihin tarvittavat oheismateriaalit. Valmis Tunnetaitoja luonnossa -materiaali löytyy liitteenä (LIITE 7) ja sähköisessä pdf-muodossa Theseuksen nettisivuilta, josta se on mahdollista tulostaa maksutta käyttöön.



Kuvio 4. Materiaalin rakentuminen

## 12 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Kehittämispainotteista opinnäytetyötämme on työstetty tiiviissä yhteistyössä Hyvinkään varhaiskasvatusyksikön kanssa. Vuorovaikutus päiväkodin kanssa on ollut säännöllistä koko opinnäytetyön prosessin ajan. Olemme varmistaneet, että kehittämistyöhön osallistuvat lapset ja heidän huoltajansa tietävät keitä olemme ja mitä teemme. Kysyimme luvan lapsilta sekä heidän huoltajiltaan halukkuudestaan osallistua tunnetaitotuokioiden pilotointiin. Lähettämällä huoltajille suostumuslomakkeen päiväkodin kautta varmistimme sen, ettemme itse käsitelleet kehittämistyön prosessissa tutkittavien henkilöiden henkilötietoja. Suostumuslomakkeet hävitettiin kaikkien tunnetaitotuokioiden pitämisen jälkeen yhteistyökumppanimme toimesta. Lähetimme vanhemmille pilotointivaiheen päätyttyä kirjeen, jossa esittelimme tuloksia sekä kiitimme yhteistyöstä.

Opinnäytetyö nojaa vahvaan teoreettiseen ja tutkimuspohjaiseen tietoon. Käyttämämme teoria on harkittua ja ajankohtaista. Luotettavuutta lisää teorian tiedon monipuolisuus sekä lähteiden kriittinen tarkastelu. Opinnäytetyön edistämiseksi on pohdittu eettisiä periaatteita. Opinnäytetyön eettiset lähtökohdat ovat sensitiivisyys, lapsilähtöisyys ja tutkimukseen osallistujien anonymiteetin varmistaminen. Olemme tuoneet tutkittaville ja heidän huoltajilleen ilmi mihin tarkoitukseen tietoa kerätään ja miten saatua tietoa hyödynnetään opinnäytetyössämme. Kehittämistyöhön osallistuvien henkilöiden tulee saada tietää heidän roolistaan kehitystyön prosessissa. Kehittämistyössä tulee olla tarkka ja huolellinen, sekä tiedon luottamuksellisuus on taattava. (Ojasalo ym., 2014, s. 48–49.) Opinnäytetyö on toteutettu lapsilähtöisesti, kunnioittaen lasten sekä heidän huoltajien ja päiväkodin työntekijöiden anonymiyyttä. Tunnetaitotuokioiden pilotoinnissa huomioimme vaitiolovelvollisuuden. Emme keskustelleet lapsista tunnistettavasti tuokioiden jälkeen. Tuokioissa emme arvioineet yksittäisiä lapsia, vaan suunnittelemamme sisällön toimivuutta. Vanhemmilta ja lapsilta saatu palaute käsiteltiin anonymiyyttä kunnioittaen. Lapsilta saatu palaute oli suullista. Varhaiskasvattajilta kerätty palaute on saatu sähköpostitse ja se on raportoitu opinnäytetyöhömme siten, ettei palautteen antajia voi tunnistaa.

Eettisellä harkinnalla tarkoitetaan ammatilliseen toimintaan liittyviä keinoja, valintoja, kohteita sekä seurauksia ja niiden tutkimista ja käsittelyä. Omaa toimintaa täytyy arvioida kriittisesti useammasta näkökulmasta, joten eettinen harkinta edellyttää yhteistä keskustelua. (Talentia, 2017, s. 25.) Olemme huomioineet eettisyyden ja luotettavuuden periaatteet jokaisessa opinnäytetyön vaiheessa, jota tukevat muun muassa tiimin välinen vuorovaikutus sekä yhteiset keskustelut yhteistyökumppanin kanssa.

## 13 POHDINTA

Tunnetaitojen tärkeyttä on korostettu viime vuosina varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen yksi tärkeimmistä tehtävistä on lapsen tunnekehityksen tukeminen ja tunnetaitojen opettaminen. Kehittämispainotteisessa opinnäytetyössämme painotamme tunnetaitojen merkitystä lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja kehityksen näkökulmasta. Tavoittelemme opinnäytetyössämme varhaiskasvatuksen opettajan virkakelpoisuutta, joka antoi yhteisen suuntauksen opinnäytetyöllemme. Halusimme tunnetaitojen lisäksi painottaa opinnäytetyössämme luontoympäristön näkökulmaa, sillä olimme kiinnostuneita oppimisympäristöjen laajentamisesta ja soveltamisesta varhaiskasvatuksessa. Ryhmän kaikilla jäsenillämme on kokemusta varhaiskasvatuksen työstä ja jaamme yhteisesti kokemuksen siitä, kuinka varhaiskasvatuksen työ on usein kuormittavaa ja hektistä. Päiväkodin alueelta poistuminen koetaan toisinaan raskaaksi ja haastavaksi suurien lapsiryhmien ja käytännön järjestelyiden vuoksi, joten halusimme opinnäytetyömme avulla helpottaa kasvattajien työtä oppimisympäristöjen laajentamisen suhteen.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli suunnitella sekä toteuttaa tunnetaitokasvatusta tukeva materiaali varhaiskasvatukseen. 3–5-vuotiaille suunnattu materiaali pilotoitiin 3–4-vuotiaiden lasten päiväkotiryhmässä. Pilotoinnin tarkoituksena oli kokeilla materiaalin toimivuutta. Pilotoituamme materiaalin, tulimme siihen lopputulokseen, että materiaalia voi soveltaa 3–4-vuotiaiden lisäksi myös 5-vuotiaille. Pilotoinnin avulla saimme tärkeää tietoa menetelmien sekä toimintaympäristön soveltuvuudesta ja toimivuudesta. Pilotoinnista saadun palautteen perusteella toimintatuokiomme olivat onnistuneita.

Suunnittelemamme ja toteuttamamme tunnetaitotuokioiden perusta nojaa vahvasti ajankohtaiseen ja loogisesti jäsennellyyn teorian tietoon. Hyödyntämämme teorian tieto nivoutuu sulavasti lapsen tunnetaitojen kehityksestä sekä oppimisympäristön laajentamisesta luontoympäristöön ja toiminnallisten menetelmien toteuttamiseen. Täsmällinen teorian tieto tukee toiminnallisten tuokioiden sisältöä ja rakennetta. Olemme huomioineet toimintatuokioidessamme varhaiskasvatuksen

pedagogiset tavoitteet ja pyrkineet luomaan leikillisen ympäristön, jossa lapsi kykenee oppimaan ja toteuttamaan itseään esimerkiksi askartelun ja kehollisuuden avulla. Kankaan & Fonsenin (2018) mukaan optimaalinen oppimisympäristö varhaiskasvatuksessa kannustaa lasta leikin kautta oppimiseen, samalla kun kasvattajat rikastuttavat oppimista toiminnallisten aktiviteettien avulla (Kangas ym., 2021, s. 119). Toimintamme toteutui optimaalisessa oppimisympäristössä ja oli pedagogisesti perusteltua jokaisen toimintatuokion osalta.

Koimme, että toimintatuokioidemme teoreettinen perusta konkretisoitui tuokioiden toiminnallisissa osuuksissa. Lasten oppiminen tapahtuu leikin kautta, joten toimintamme pohjautuu kyseiselle oppimiskäsitykselle. Hyödynsimme tunnetaitotuokioissamme lukuisia havainnollistavia keinoja, kuten tunteiden sanoittamista ja kehollistamista. Tunnetaitokorttimme toimivat konkreettisena ja visuaalisena apuvälineenä toimintatuokioissamme. Oppimisympäristöjen laajentaminen konkretisoi lapsille sitä, että oppiminen ei ole sidottu tiettyyn aikaan tai paikkaan.

Sosionomin kompetenssit koostuvat monesta eri kokonaisuudesta. Sosionomi osaa työssään toimia sosiaalialan arvojen ja ammattieettisten periaatteiden mukaisesti. (Diak, i.a.) Olemme opinnäytetyötä työstäessämme ja tunnetaitotuokioita toteuttaessamme pyrkineet eettiseen toimintaan. Yhteistyökumppanimme kanssa pyrimme ylläpitämään avoimet välit, jotta kaikki opinnäytetyöhömmme osallistuvat henkilöt olivat perillä siitä, mitä seuraavaksi teemme. Lasten kanssa työskennellessä on oltava erittäin tarkka siinä, että toiminta on lapsille turvallista ja heidän kehitystään tukevaa. Tunnetaitotuokioiden suunnitteluvaiheessa perehdyimme lasten kehitysvaiheisiin, sillä tieto lasten kehityksestä auttoi meitä suunnittelemaan tuokiot niin, että ne olisivat 3–4-vuotiaille lapsille mahdollisimman toimivat.

Varhaiskasvatuksen työntekijöillä on työssään suuri vastuu lasten hyvinvoinnista ja kehityksestä. Varhaiskasvatuksen opettajan työ vaatii vankkaa tuntemusta niin kasvatuksesta, lapsen kehityksestä ja oppimisesta sekä varhaispedagogiikasta (OAJ, i.a). Tunnetaitotuokioiden suunnittelussa otimme huomioon tuokioiden pedagogisuuden ja pyrimme luomaan tunnetaito-materiaalista mahdollisimman helpokäyttöisen varhaiskasvatuksen ammattilaisille. Varhaiskasvatuksen

opettajilla on päävastuu lapsiryhmän kasvatuksesta, opetuksesta ja ryhmän toiminnan suunnittelusta ja arvioinnista (OAJ, i.a.). Tunnetaitotuokioita varten loimme niin suunnittelu-, havainnointi- ja itsearviointilomakkeet. Havainnoinnin ja itsearvioinnin avulla pystyimme tarkastelemaan niin omaa toimintaamme kuin tuokioissa käytettyjen menetelmien toimivuutta. Varhaiskasvatuksen opettajan työ vaatii jatkuvaa oman toiminnan ja lapsiryhmälle toteutettavan toiminnan arviointia. Arvioinnin avulla toimintaa on helpompi muokata ja kehittää lapsille sopivaksi.

Ammatillisesti olemme mielestämme kasvaneet ja omaksuneet, miten lasten kanssa tulee toimia ja miten heidän kanssaan tulee työskennellä. Lapsille suunnattu toiminta tulee olla perusteellisesti suunniteltua ja ohjattua sekä toiminta tulee toteuttaa lapsilähtöisesti. Kasvattajien tulee luoda lapsille tilanteita, joissa lapset oppivat ja kehittyvät. Kasvattajien tarkoituksena on rikastuttaa oppimisympäristöjä niin, että oppiminen mahdollistuu. Työskentelymme opinnäytetyömme aiheen parissa on antanut meille paljon tietoa varhaiskasvatuksen toiminnan suunnittelusta, toteutuksesta ja arvioinnista, lapsen kokonaisvaltaisesta kasvusta ja kehityksestä sekä lapsen tunnetaitojen tukemisesta. Työmme avulla saimme tietoa luonnon positiivisista vaikutuksista lapsen kehitykselle.

Tunnetaito-materiaalia on hyödynnettävissä ja sovellettavissa niin varhaiskasvatuksessa kuin muussa lasten kanssa tehtävässä työssä kuten lastensuojelussa. Tunnetaito-materiaaliamme ja sen oheismateriaaleja voi käyttää esimerkiksi vammais- tai maahanmuuttajatyössä. Tunnetaitoja luonnossa – Käpykamun matkassa! -materiaalin tavoitteena oli sen monipuolinen hyödynnettävyys, jossa onnistuimme.

## LÄHTEET

- Ahonen, L. (2017). *Vasun käyttöopas*. PS-Kustannus.
- Aro, T., & Laakso, M-L. (toim.). (2011). *Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (1. p.). Niilo Mäki Instituutti.
- Arvonen, S. (2014). *Metsämieli – Luonnollinen menetelmä mielentaitoihin*. Metsäkustannus.
- Avoin haastattelu. (15.12.2021). Teoksessa *KvaliMOTV*. Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. [https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_1.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_1.html)
- Bilton, H. (2010). *Outdoor Learning in the Early years: Management and Innovation* (3rd ed.). Routledge.
- Cantell, H., Aarnio-Linnanvuori E., & Tani, S. (2020). *Ympäristökasvatus: Kestävän tulevaisuuden käsikirja*. PS-kustannus
- Diak. (i.a.). *Osaamisvaatimukset: Sosionomi (AMK)*. Saatavilla 6.6.2022 <https://www.diak.fi/opiskelu/opiskelijan-polku/opintojen-suorittamisen/arviointi/osaamisvaatimukset-sosionomi/>
- Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry. (24.8.2021). *Kehollisuus ja liike lapsen oppimisen välineenä*. <https://www.eslu.fi/uutiset/kehollisuus-ja-liike-lapsen-oppimisen-valineina/>
- Haapaniemi, R., Raina, L. (2014). *Rakenna oppiva ryhmä*. PS-kustannus.
- Huhtinen-Hildén, L., & Isola, A-M. (13.4.2019). Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. *Terveysten ja hyvinvoinnin laitos*. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN\\_ISBN\\_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN_ISBN_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Jaakkola, M. (30.3.2020). *Miksi lapselle kannattaa lukea pelottavia tarinoita?* <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/miksi-lapselle-kannattaa-lukea-pelottavia-tarinoita/#:~:text=Lapsen%20sosiaalisuus%2C%20mielikuvitus%2C%20eläytymiskyky%20ja,oikeudenmukainen%20ja%20pärjää%20hyvin%20porukassa.>
- Järvinen, K., & Mikkola, P. (2015). *Ootko sä meidän kaa? – Näkökulmia osallisuuden ja yhteisöllisyyteen varhaiskasvatuksessa*. Pedatieto.
- Kangas, J., Lastikka A-L., & Karlsson, L. (2021). *Voimauttava varhaiskasvatus: Leikkivä, osallinen ja hyvinvoiva lapsi*. Otava.

- Kanninen, K., & Sigfrids, A. (2012). *Tunne minut: Turva ja tunteet lapsen silmin*. PS-kustannus.
- Karila, K. (2017). Mitä on varhaiskasvatuksen pedagogiikka? Teoksessa Lastentarhanopettajaliitto, *Pedagogiikan aika* (3. p., s. 9–11). Puna-Musta. [https://www.vol.fi/uploads/2019/01/62b0f739-pedagogiikan-aika-3painos\\_nayttis3.pdf](https://www.vol.fi/uploads/2019/01/62b0f739-pedagogiikan-aika-3painos_nayttis3.pdf)
- Karila, K., & Lipponen, L. (toim.). (2013). *Varhaiskasvatuksen pedagogiikka*. Osuuskunta Vastapaino.
- Karjalainen, A-L. (toim.). (2019). *Luovan toiminnan työtavat: Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle*. PS-kustannus.
- Karkkulainen, M., Ala-Vannesluoma, T., Airaksinen, R., Varonen, H., Kastu, R., & Sipi, S. (2019). *Toimii! Hoitajan opas toiminnallisiin menetelmiin* (2. uud. p.). Edita Publishing Oy.
- Kaveritaidot. (i.a.). *Kaveritaidot*. Saatavilla 9.2.2022 <https://kaveritaidot.fi/>
- Kehollinen oppiminen. (17.1.2022). Teoksessa *Ihmis- ja oppimiskäsitykset taideopetuksessa*. Taideyliopiston teatterikorkeakoulu. <https://disco.teak.fi/anttila/6-kehollinen-oppiminen/>
- Keskitalo, E., & Vuokila-Oikkonen, P. (toim.). (2021). *Yhteiskehittämällä ratkaisuja sote-palveluihin: Kansalaiset ja palvelunkäyttäjät mukaan kehittämiseen*. (Diak Työelämä 25). Diakonia-ammattikorkeakoulu. <http://www.urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-392-6>
- Kiviluote, E. (2021). *Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa*. PS-kustannus.
- Kiviluote, J. (2019). *Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa: Tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusohjelman avulla: Varhaiskasvattajan käsikirja* (1.p.). JK-Kustannus ja koulu-tus Oy.
- Kokkonen, M. (2017). *Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet: Opi tunteiden säätelyn taito* (3. uud. p.). PS-kustannus.
- Kotka, R. (2011). *Tarinat tunteiden tulkkina: Toiminnallisia ideoita satujen ja draaman maailmasta*. PS-kustannus.
- Kronqvist, E-L., & Kumpulainen, K. (2011). *Lapsuuden oppimisympäristöt: Eheä polku varhaiskasvatuksesta kouluun*. (1.p.) WSOYpro Oy.
- Kulmala, M. (2017). *Tuttu tunne – tunneopas*. Aivoliitto ry.



- Kupper, K., & Rohrmann, S. (10.12.2019). *Therapeutischer Zugang: Emotionen von Kindern und Jugendlichen*. <https://www.testzentrale.de/thema/therapeutischer-zugang-emotionen-von-kindern-und-jugendlichen>
- Kurki, K. (2017). Young children's emotion and behavior regulation in socio-emotionally challenging situations [Dissertation, University of Oulu]. <http://urn.fi/urn:isbn:9789526216973>
- Köngäs, M., & Määttä, K. (2020). Pienten lasten hyvinvoinnin tukeminen päiväkodissa tunnesäätelyä ohjaamalla. *Kasvatus: Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja*, 51(5), 539–550. [https://lacris.ulapland.fi/ws/portalfiles/portal/16345684/KLK\\_ng\\_s\\_M\\_tt\\_.pdf](https://lacris.ulapland.fi/ws/portalfiles/portal/16345684/KLK_ng_s_M_tt_.pdf)
- Köngäs, M. (2018). ”Eihän lapsil oo ees hermoja” – Etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa. Lapin yliopisto.
- L 540/2018. Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>
- Laakso, M. L. (2011). Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen merkitys lapsen itsesäätelyn kehityksessä. Teoksessa T. Aro, & M. L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 60–79). Niilo Mäki Instituutti.
- Laaksonen, V. (2022). *Kaveritaidot varhaiskasvatuksessa*. PS-Kustannus.
- Laitinen, S. (2021). *Pienten lasten motivaatio*. PS-Kustannus
- Lajunen, K., Andell, M., & Ylenius-Lehtonen, M. (2015). *Tunne- ja turvataitoja lapsille* (1. p.). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Lasinen lapsuus. (i.a.). *Omien tunteiden tunnistaminen*. Saatavilla 2.2.2022 <https://lasinenlapsuus.fi/nuorelle/tietoa-nuorelle/omasta-hyvinvoinnista/omien-tunteiden-tunnistaminen>
- Livingston, H., & Pöyhönen, J. (13.8.2021). *Tue lapsen tunne- ja kaveritaitoja*. <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/artikkelit/tunnejakaveritaidot>
- Lue lapselle (i.a.). *Lue lapselle, tunne lapsesi: Yhteiset lukuhetket ovat koko perheen laatuaikaa*. Saatavilla 1.3.2022 <https://luelapselle.fi/lue-lapselle-tunne-lapsesi/>
- Lyytinen, J., & Reini, A. (2018). *Metsä – hyvää mieltä ja rentoa oloa luonnosta*. Otava.

- Mannerheimin lastensuojeluliitto. (1.10.2020). *Menetelmien valitseminen*.  
<https://www.mll.fi/kouluttajan-opas/menetelmien-valitseminen/#:~:text=Toiminnallisia%20menetelmi%C3%A4%20ovat%20esimerkiksi%20monenlaiset,ratkaisut%20tai%20muut%20luovat%20toteutukset>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. (12.3.2021). *Kurkistus pelilliseen ja leikilliseen oppimiseen*. <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/koulun-kerhotoiminta/kerhoaineistot/kurkistus-pelilliseen-ja-leikilliseen-oppimiseen/>
- Mielenterveystalo. (i.a.). *Tunteet ja keho*. Saatavilla 2.2.2022 [https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-opaat/itsehoito/tyokaluja\\_itsehoito/Pages/Harjoitusnro8Kehonkieli.aspx#:~:text=Miten%20tunteet%20tuntuvat%20kehossa%3F,ja%20nelj%C3%A4nnell%C3%A4%20kurkussa%20ja%20rintakeh%C3%A4ll%C3%A4](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-opaat/itsehoito/tyokaluja_itsehoito/Pages/Harjoitusnro8Kehonkieli.aspx#:~:text=Miten%20tunteet%20tuntuvat%20kehossa%3F,ja%20nelj%C3%A4nnell%C3%A4%20kurkussa%20ja%20rintakeh%C3%A4ll%C3%A4)
- Mäkelä, T., & Trogen, T. (2022). *Tunteita päästä varpasiin – Kehotietoisuus lapsen ja aikuisen tunnetaitojen tukena*. Kirjapaja.
- Neitola, M., & Koivula, M. (2020). Lasten sosiaalisemotionaalinen oppiminen varhaiskasvatuksessa. Teoksessa M. Neitola, J.A. Aerila, & M. Kauppinen (toim.), *Rinnalla – Taide, kerronta ja sosiaalisemotionaalinen oppiminen varhaiskasvatuksessa* (s. 25–40). (Rinnalla-hanke ja Opetushallitus 2018–2020). Rinnalla – Taide, kerronta ja sosiaalisemotionaalinen oppiminen varhaiskasvatuksessa.  
[https://sites.utu.fi/rinnalla/wp-content/uploads/sites/56/2021/01/rinnalla\\_e-kirja.pdf](https://sites.utu.fi/rinnalla/wp-content/uploads/sites/56/2021/01/rinnalla_e-kirja.pdf)
- Nikolajeva, M. (2013). Picturebooks and emotional literacy. *The Reading Teacher*, 67(4), 249–254. <https://doi.org/10.1002/trtr.1229>
- Nuorten mielenterveystalo. (i.a.). *Tunteet haltuun*. Saatavilla 28.2.2022.  
[https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa\\_mielenterveydesta/mielenterveyden\\_vahvistaminen/Pages/tunteet\\_haltuun.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/mielenterveyden_vahvistaminen/Pages/tunteet_haltuun.aspx)
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L., & Ruoppila, I. (2018). *Ihmisen psykologinen kehitys* (7. p.). PS-kustannus.

- Nyyti ry. (i.a.). *Tunteet*. Saatavilla 28.2.2022 <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/tunteet/>
- OAJ. (i.a.). *Opettajana varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa*. Saatavilla 6.6.2022. <https://www.oaj.fi/arjessa/mita-opettajan-tyo-on/opettajana-varhaiskasvatuksessa-ja-esiopetuksessa/#:~:text=Varhaiskasvatuksen%20opettajat%20ovat%20p%C3%A4%C3%A4vas-tuussa%20oman,henkil%C3%B6kohtaisen%20varhaiskasvatussuunnitelman%20laatiminen%20ja%20arviointi.>
- Ojasalo, K., Moilanen T., & Ritalahti, J. (toim.). (2014). *Kehittämistyön menetelmät – Uudenlaista osaamista liiketoimintaan* (3. uud. p.). Sanoma Pro.
- Opetushallitus. (2016). *Leikki esiopetuksessa: Tukimateriaali*. Saatavilla 24.5.2021 [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/leikki\\_esiopetuksessa\\_tukimateriaali\\_0.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/leikki_esiopetuksessa_tukimateriaali_0.pdf)
- Opetushallitus. (2017). *Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa*. Saatavilla [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/lasten\\_sosioemotionaalisten\\_taitojen\\_tukeminen\\_varhaiskasvatuksessa.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/lasten_sosioemotionaalisten_taitojen_tukeminen_varhaiskasvatuksessa.pdf)
- Opetushallitus. (2018). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018*. Helsinki: PunaMusta Oy.
- Parikka-Nihti, M., & Suomela, L. (2014). *Iloa ja ihmettelyä: Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa*. PS-kustannus.
- Peltonen, A., & Kullberg-Piilola, T. (2005). *Tunnetuksi: Tunnetaitoja perheille ja kasvattajille*. Publiva Oy.
- Pihlaja, P. (2018). *Varhaiserityiskasvatus*. Teoksessa P. Pihlaja, & R. Viitala (toim.), *Sosiaalis-emotionaalisen kehityksen ja oppimisen peruskäsitteet* (s. 143–144).
- Pöyhönen, J., & Livingston, H. (2020). *Tunnetaitojen käsikirja: Askeleittain etenevä tunnetaito-ohjelma lapselle ja vanhemmalle*. Kustannus-Mäkelä Oy.
- Raittila, R. (2013). *Pienryhmätoiminta ja leikkialueet: Varhaiskasvatuksen pedagoginen toimintaympäristö rakentuu arkisissa käytännöissä*. Teoksessa K. Karila & L. Lipponen (toim.), *Varhaiskasvatuksen pedagogiikka* (s.69–94). Vastapaino.

- Saarinen, S. (toim.). (2014). *Aistiseikkailu: Elämyksiä ja toimintaa koko vuodeksi*. (Taito-sarja). PS-kustannus.
- Sainio, T., Pajulahti, R., & Sajaniemi, N. (2020). *Näin tuet lapsen itsesäätelyä: Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa*. PS-kustannus.
- Sajaniemi, N., Suhonen, E., Nislin, M., & Mäkelä, J. (2015). *Stressin säätely: Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin*. PS-kustannus.
- Sandberg, E. (2021). *Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa*. PS-kustannus.
- Ståhlberg, L. (2019). *Pienryhmäohjaajan opas*. PS-kustannus.
- Suomen latu (i.a.). *Luonto toimintaympäristönä*. Saatavilla 1.10.2021 <https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/lastentoiminta/luonto-toimintaymparistona.html>
- Suomen mielenterveys ry. (i.a.-a). *Tunnetaitojen perusteet*. Saatavilla 18.5.2021 <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunnetaitojen-perusteet>
- Suomen mielenterveys ry. (i.a.-b). *Tunteet tuovat värit ja sävyt elämään*. Saatavilla 18.5.2021 <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunteet-tuovat-v%C3%A4rit-ja-s%C3%A4vyt-el%C3%A4m%C3%A4n>
- Talentia (2017.) *Arki, arvot ja etiikka*. Saatavilla [https://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia\\_Etiikkaopas\\_2017.pdf](https://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia_Etiikkaopas_2017.pdf)
- Tamminen, T. (2004). *Olipa kerran lapsuus*. WSOY.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (9.4.2021). *Luovat menetelmät vahvistavat osallisuutta*. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luovat-menetelmat-vahvistavat-osallisuutta>
- Teräsahjo, T. (1.2.2016). “Vyöhyketerapiaa” koululaiselle. <https://www.aivo-liitto.fi/verraton/artikkelit/vyohyketerapiaa-koululaiselle/#d3ee516a>
- Terävä, H. (11.3.2018). *Kahvinkeittoakin sujuu kuvien avulla helpommin – kuvat auttavat ymmärtämään ja tukevat muistia*. <https://yle.fi/uutiset/3-10098647>

Veijalainen, J., Reunamo, J., & Alijoki, A. (2017). Children's self-regulation skills in the Finnish day care environment. *Journal of Early Childhood Education Research*. 6(1), 89–107. <http://jecer.org/fi/wp-content/uploads/2017/09/Veijalainen-Reunamo-Alijoki-issue6-1.pdf>

Wahlström, R., & Juusola, M. (2017.) *Vihreä hoiva ja kasvatus*. Artemia.

## LIITE 1. Esittelykirje ja suostumuslomake huoltajille

### TUNNETAITOJA LUONNOSSA

Hei,

olemme kolmen sosionomiopiskelijan tiimi Diakonia-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä yhteistyössä Hyvinkään kaupungin kanssa. Opinnäytetyömme aiheena on tunnetaitokasvustusta luonnossa. Kehitämme ja pilotoimme uutta sähköisessä muodossa olevaa materiaalia luonnossa tapahtuvaan varhaiskasvatusikäisten lasten tunnetaitokasvatukseen.

*Tunnetaitokasvatuksella pyritään edistämään lapsen turvallista kasvua ja kehitystä sekä ehkäisemään häirintää, kiusaamista ja väkivaltaa. Tunnetaitokasvatuksen tavoitteena on vahvistaa lapsen itsearvostusta sekä -luottamusta, vahvistaa lapsen sosiaalisia taitoja sekä tunnetaitoja. Tunnetaitokasvatuksen avulla lapset oppivat taitoja, joilla pystyvät ehkäistä joutumista kiusaamisen, väkivallan sekä häirinnän tilanteisiin. Tunnetaitokasvatus ei ole vain selviytymiskeinojen opettelu. Se on laaja-alaista ja tukee lapsen hyvinvointia sekä kehitystä. (Lajunen ym., 2015, s. 11.)*

Tunnetaitotuokiot pilotoidaan x-ryhmässä. Lokakuun 2021 aikana osallistumme päiväkodin pedagogiseen tiimiin, jossa suunnittelemme toimintatuokioiden sisältöä. Tunnetaitotuokioiden pilotointi tapahtuu tammikuun-helmikuun 2022 aikana. Pidämme neljä erilaista tunnetaitotuokioita, joissa käsitellään muun muassa kaiveritaitoja sekä tunteiden tunnistamista. Tuokioiden tarkoituksena **ei** ole arvioida yksittäistä lasta, vaan menetelmien toimivuutta lapsiryhmässä. Toimintatuokiosta teemme itsearvioinnin sekä pyydämme suullisen palautteen toimintatuokioihin osallistuneilta lapsilta ja kasvattajilta.

Pilotointiin osallistuneet lapset pysyvät opinnäytetyössä anonyymeina, jonka pyrimme varmistamaan siten, ettemme kerro opinnäytetyössämme varhaiskasvatus yksikön tai lapsiryhmän nimeä. Suostumuslomakkeet hävitetään tunnetaitotuokioiden järjestämisen jälkeen.

Lapsemme \_\_\_\_\_ saa \_\_\_\_\_  
ei saa \_\_\_\_\_

**osallistua tunnetaitotuokioiden pilotointiin varhaiskasvatuksessa.**

Huoltajan allekirjoitus \_\_\_\_\_

Mahdolliset kysymykset ja tiedostelut voitte lähettää sähköpostilla allekirjoittaneille. ([etunimi.sukunimi@student.diak.fi](mailto:etunimi.sukunimi@student.diak.fi))

**Yhteistyöterveisin,**

*Tiia Leino, Jemina Lintinen & Vilma Myllymäki*

Tiia Leino, Jemina Lintinen & Vilma Myllymäki  
Diakonia-ammattikorkeakoulu, DIAK Helsinki.

## LIITE 2. Esittelykirje pedagogiseen tiimiin osallistuville henkilöille

Hei,

olemme kolmen sosionomiopiskelijan tiimi Diakonia-ammattikorkeakoulusta Helsingistä. Teemme opinnäytetyötä yhteistyössä päiväkotinne kanssa. Opinnäytetyömme aiheena on tunnetaitokasvatusta luonnossa. Kehitämme ja pilotoimme uutta sähköisessä muodossa olevaa materiaalia luonnossa tapahtuvaan varhaiskasvatusikäisten lasten tunnetaitokasvatukseen.

Tunnetaitotuokiot pilotoidaan päiväkotiryhmässä XXX 3-4-vuotiaille lapsille. 27.10.2021 osallistumme päiväkodin pedatiimiin, jossa suunnittelemme toimintatuokioiden sisältöä. Pedatiimissä hyödynnämme avoimen haastattelun ja ryhmähaastattelun menetelmiä. Nämä menetelmät ovat luonteeltaan keskustelunomainen ja vuorovaikutuksellisia. Pedatiimin tarkoituksena on jakaa kokemuksia lasten tunnetaitojen tukemisesta varhaiskasvatuksen yksikön lapsiryhmissä. Ensimmäisen kymmenen minuutin aikana esittelemme opinnäytetyömme ja sen tarkoituksen, sekä keskustellen jaamme kokemuksia tunnetaitokasvatuksesta ja niihin liittyvästä materiaalista. Käymme läpi päiväkodin valmiita tunnetaitomateriaaleja ja -menetelmiä. Tarkoituksenamme on vapaamuotoisesti keskustella tunnetaidoista varhaiskasvatuksessa ja pohtia, miten tunnetaitokasvatusta voidaan toteuttaa luonnossa. Tämän kysymyksen pohjalta lähdemme yhdessä rakentamaan keskustelua pedatiimin osallistujien kesken ja pohdimme siitä muodostuvia näkökulmia, joita kirjaamme kirjallisesti ylös. Yhteisen keskustelun pohjalta suunnittelemme toimintatuokioiden sisällön. Pedatiimin loppuvaiheessa kartoitamme teidän toiveitanne liittyen sähköisen oppaan rakenteeseen ja visuaalisuuteen.

Tunnetaitotuokioiden pilotointi tapahtuu tammikuun ja helmikuun 2022 aikana. Pidämme kolme erilaista tunnetaitotuokioita, joissa käsitellään muun muassa kaiveritaitoja sekä tunteiden tunnistamista. Tuokioiden tarkoituksena ei ole arvioida yksittäistä lasta, vaan menetelmien toimivuutta lapsiryhmässä. Toimintatuokiosta teemme itsearviointin sekä pyydämme suullisen palautteen toimintatuokioidin osallistuneilta lapsilta ja kasvattajilta. Tunnetaitotuokioiden suunnitteluun osallistuvien työntekijöiden henkilötietoja ei mainita opinnäytetyössä.



**Ennen pedatiimiä toivomme, että tutustutte opinnäytetyömme suunnitelmaan silmäillen. Pohtikaa, mitä tunnetaitokasvatukseen liittyviä menetelmiä teillä on jo käytössä. Mitä voisi parantaa, mikä on jo hyvää? Miten tunnetaitokasvatusta voidaan toteuttaa luonnossa?**

Odotamme innolla tapaamistanne Teams-kokouksessa,

*Tiia Leino, Jemina Lintinen & Vilma Myllymäki*

Diakonia-ammattikorkeakoulu, DIAK Helsinki.

## LIITE 3. Toimintatuokioiden suunnittelulomake

**TOIMINTATUOKIOIDEN SUUNNITTELULOMAKE**

**Lapsiryhmä:** Lapsiryhmän kuvaus? Paljonko lapsia on ryhmässä? Minkäikäisiä lapset ovat? Erityiset huomiot lapsiryhmästä ja lapsista? Miten ohjattua toimintaa toteutetaan (pienryhmät/koko ryhmä/yksilö ohjaus yms.)?

**Aika, paikka, toteutusajankohdat, toiminnan nimi:** Milloin? Kauanko kestää? Missä toteutetaan? Toiminnan nimi?

**Oppimisympäristö:** Millaiset ovat oppimisympäristöt? Montako työntekijää on lapsiryhmässä?

**Aiheen/teeman valinta:** Miten aihe löytyi? Miten lapsilähtöisyyttä korostetaan? Miten osallisuus näkyy toiminnassa?

**Etukäteisjärjestelyt:** Tarvittavat tilat/paikat, aika, materiaalit, etukäteisjärjestelyt, keitä toiminnassa mukana (avustajat, kasvattajat yms.)?

<b>Tunnetaitotuokio</b> Numero ja nimi	<b>Toiminta</b> Kuvaus toiminnasta
Tunnetaitotuokio 1 Tutustumiskerta/Aloituskerta	
Tunnetaitotuokio 2	
Tunnetaitotuokio 3	
Tunnetaitotuokio 4	

## LIITE 4. Toimintatuokioiden havainnointilomake

**TOIMINTATUOKIOIDEN HAVAINNOINTILOMAKE**

Päivämäärä: \_\_\_\_\_

Toimintatuokion numero ja aihe: \_\_\_\_\_

Havainnoijan nimi: \_\_\_\_\_

**Tuokion sisältö** (pedagogisuus, mielekkyys, osallistava yms.)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Tuokion ohjaus** (selkeys, ajankäyttö, johdonmukaisuus yms.)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Lasten reagointi toimintaan** (mielekkyys, selkeys, kiinnostus yms.)

---

---

---

---

---

---

## LIITE 5. Itsearviointilomake

**ITSEARVIOINTILOMAKE**

Toimintatuokion aihe ja nro sekä päivämäärä	Ohjaajan itsearviointi toiminnan toteutuksesta	Ohjauksen arviointi muiden opiskelijoiden näkökulmasta	Lapsiryhmän ja kasvattajien kohtaaminen	Jokaisen lapsen yksilöllinen huomioiminen: materiaalin soveltaminen (selkokielisyys, kuvatuki)	Toimintatuokion onnistuminen: kehittämiskohteet, huomioitavaa

## LIITE 6. Arviointilomake työntekijöille

**ARVIOINTILOMAKE TYÖNTEKIJÄT**

Arviointi kerätään toimintatuokioihin osallistuneilta työntekijältä tuokioiden jälkeen.

**Toimintatuokion aihe, numero ja päivämäärä:**

---

**Mikä tuokioissa onnistui erityisen hyvin, miksi?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Missä on vielä kehitettävää?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Miten valittu toimintaympäristö toimi tunnetaitotuokion toteutuksessa?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Yleistä palautetta/vapaa sana:**

---

---

---

---

---

## LIITE 7. Tunnetaitoja luonnossa -materiaali



Tunnetaitoja luonnossa –materiaali on suunnattu osaksi 3-5-vuotiaiden tunnetaitokasvatusta. Materiaalin avulla on mahdollista lisätä varhaiskasvatuksen ammattilaisten osaamista luonnossa toteutettavista tunnetaitotuokiosta ja materiaalin tavoitteena on kannustaa varhaiskasvatuksen ammattilaisia laajentamaan lasten oppimisympäristöä. Materiaali on sovellettavissa myös muuhun lasten kanssa tehtävään työhön.



Tunnetaitoja luonnossa –materiaalissa seikkaileva Käpykamu innostaa lapsia ja varhaiskasvattajia siirtymään päiväkodin lähiluontoon. Materiaali koostuu neljästä eri tunnetaitotuokiosta ja tuokiossa käytettävistä materiaaleista.

Materiaali on toteutettu yhteistyössä Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatuksen kanssa ja se on osa opinnäytetyötä "Tunnetaitoja luonnossa Käpykamun kanssa - Materiaali varhaiskasvatuskäyden lasten tunnetaitokasvatukseen".

Kiitos Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatus ja erityisesti Käpykamun kanssa seikkailleet lapset!

Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Yhteistyössä Hyvinkään kaupungin kanssa  
Helsingissä 2022

Materiaalin ovat ideoineet ja suunnitelleet  
Tiia Leino, Jemina Lintinen & Vilma Myllymäki  
Kuvitus © Jemina Lintinen


### Käpykamun symbolit

-  Tuokio 1: Tutustutaan Käpykamuun
-  Tuokio 2: Etsitään ja tutkitaan tunteita
-  Tuokio 3: Käpykamun ilot ja surut
-  Tuokio 4: Käpykamun kiukku
-  Käpykamun extra
-  Käpykamun vinkki

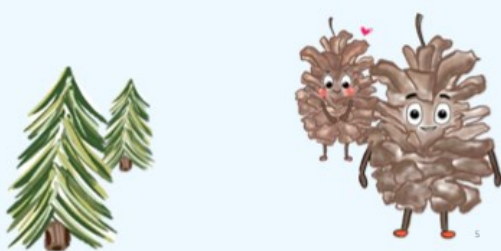
## Tuokioiden alku- ja loppulorut

### Alkuloru

"Käpykamu, Käpykamu,  
Missä olet Käpykamu?  
Tunteita etsitään,  
Tule kanssamme leikkimään."

### Loppuloru

"Heippa hei Käpykamu pian taas tavataan,  
ja yhdessä tunteita tutkitaan."



## Tuokio 1: Tutustutaan Käpykamuun

**Sisältö:** Käpykamun askartelu ja Käpykamuun tutustuminen.

**Kesto:** Askartelun kesto noin 20 minuuttia.  
Käpykamun lorujen opettelu noin 10 minuuttia.

**Esivalmistelut:** Askartele itsellesi Käpykamu, joko kävystä esimerkkikuva sivulla 18 tai voit tulostaa valmiin Käpykamun sivulta 19. Tarvitset lasten kanssa askarteluun käpyjä, askartelusilmiä, maalia, silveltimit ja kuumaliimaa.

### 1) Käpykamuun tutustuminen

Esittele lapsille tulostettu tai itse askarreltu Käpykamu-hahmo. Kerro, että Käpykamu on tunteiden mestari ja hän auttaa lasta tunnistamaan eri tunteita. Voit näyttää ja lukea lapsille sivulla 3 olevan esittelyn Käpykamusta.

### 2) Opetelkaa Käpykamun aloitusloru

Kerro lapsille, että Käpykamu on esimerkiksi nukkumassa/leikkimässä/seikkailmassa ja hänet täytyy kutsua lorun avulla tapaamaan lapsia. Alkulorun löydät materiaalin sivulta 5.

Keskustakaa yhdessä lasten kanssa liikkeet Käpykamun loruihin!



### 3) Käpykamu -askartelu

Aloita askartelu jakamalla lapsille kävyt. Lapset saavat itse valita, minkä värisiksi kävyn haluavat maalata. Maalaamisen jälkeen pyydä lasta osoittamaan, mihin kohtaan silmät liimataan. Anna kuumaliiman kuivua. Kävyt kannattaa askartelun jälkeen säilyttää aina lasten saatavilla, jotta lapset voivat käydä kertomassa kävyille tunteistaan, joita he eivät välttämättä osaa sanoittaa aikuiselle.

### 4) Opetelkaa Käpykamun loppuloru

Kerääntykää lasten kanssa yhteen esimerkiksi piiriin. Kerro, että Käpykamu on väsynyt ja haluaa käydä nukkumaan. Harjoitelkaa yhdessä Käpykamun loppuloru, joka löytyy materiaalin sivulta 5.

Askartelus voi toteutella myös ulkona vaikkapa päiväkodin pihassa!



## Tuokio 2: Etsitään ja tutkitaan tunteita

**Sisältö:** Tutustuminen ilon, surun ja vihan/kiukun tunteisiin.

**Kesto:** 20 minuuttia

**Esivalmistelut:** Tulosta, leikkaa ja laminoi sivuilta 14-17 löytyvät tunnetaitokortit.

**Sijainti:** Tuokion voi pitää useissa eri ympäristöissä esimerkiksi leikkipuistossa tai metsässä.

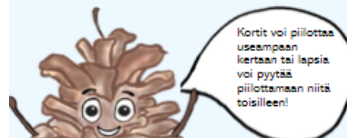
### 1) Käpykamun aloitusloru

Kerro, että näit Käpykamun juuri äsken täällä. Kutsuaksenne Käpykamun luoksenne, lausukaa yhdessä Käpykamun aloitusloru.

### 2) Etsitään tunteita

Piilota Käpykamun -tunnetaitokortit luontoon. Voit käydä piilottamassa kortit etukäteen tai pyytää lapsia sulkemaan silmät tässä vaiheessa. Lapset etsivät kortit ja tuovat ne tuokion ohjaajalle. Etsimisen jälkeen käydään läpi kolme tunnetta: ilo, suru ja viha/kiukku

Kortit voi piilottaa useampaan kertaan tai lapsia voi pyytää piilottamaan niitä toisilleen!





### 3) Tutkitaan tunteita

Esittelle lapsille tunnetaitokortit. Keskustelee näistä kolmesta tunteesta lasten kanssa apukysymysten avulla: **Mikä tunne kortissa esiintyy? Missä tämä tunne sinulla tuntuu? Milloin sinusta on tuntunut tätä?**



### 4) Liikutaan tunteella

Näytä lapsille vuorollaan yhtä korttia. Ohjeista lapsia liikkumaan ympäriinsä kuvan osoittaman tunteen mukaan, esimerkiksi vihaisena tömistellen tai iloisena pomppien. Osallistu ja innosta lapsia liikkumaan omien esimerkkiesi avulla!

### 5) Käpykamun loppuloru

Kerääntykää lasten kanssa piiriin. Kerro, kuinka Käpykamu on väsynyt ja haluaa mennä nukkumaan. Vie itse tai pyydä joku lapsista viemään Käpykamu esimerkiksi puunjuurelle nukkumaan. Lopuksi lausukaa yhdessä Käpykamun loppuloru.

### Tunnepantomii

Näytä lapselle yhtä tunnetaitokorttia ja kerro, että lapsen tehtävänä on esittää kuvassa olevaa tunnetta. Muut lapset yrittävät esityksen avulla arvata, mitä tunnetta lapsi esittää.

#### Etsi pari

Tulosta, leikkaa ja laminoi toiset tunnetaitokortit. Ohjaaja jakaa jokaiselle lapselle yhden kortin niin, etteivät he näe toistensa kortteja. Lapset lähtevät kävelemään kortin esittämän tunteen mukaisesti. Leikin tarkoituksena on löytää samalla tunteella kulkeva kaveri.



## Tuokio 3: Käpykamun ilot ja surut

**Sisältö:** Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen.

**Kesto:** 20 minuuttia

**Esivalmistelut:** Tulosta, leikkaa ja laminoi sivuilta 20-23 löytyvät Käpy-hahmot. Liimaa hahmon taakse jokin tikku esimerkiksi kynä. Tulosta Käpykamun pöytäteatterin sanat sivulta 24.

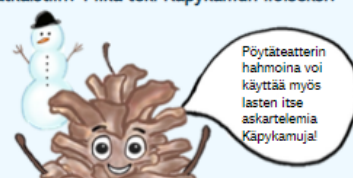
**Sijainti:** Tuokion sijainniksi sopii esimerkiksi metsä tai urheilukenttä.

### 1) Käpykamun aloitusloru

Kerro, että näit Käpykamun juuri äsken täällä. Kutsuaksenne Käpykamun luokseen, lausukaa yhdessä Käpykamun aloitusloru.

### 2) Käpykamun pöytäteatteri

Pöytäteatteria varten tarvitset kolme eri käpy-hahmoa. Pöytäteatterin vuorosanat löytyvät sivulta 23. Esityksen jälkeen kysy lapsilta seuraavat kysymykset: **Mitä tarinassa tapahtui? Miksi Käpykamu tuli surulliseksi? Miten riita ratkaistiin? Mikä teki Käpykamun iloiseksi?**



10

### 3) Ilo ja suru –hippa

Hipassa on yksi kiinniottaja ja yksi pelastaja. Kiinniottajaa kutsutaan suruksi ja pelastajaa kutsutaan iloksi. Kun kiinniottaja ottaa pelaajan kiinni, kiinniotetun tulee näyttää surulliselta. Pelastajan, eli ilon, tehtävänä on käydä pelastamassa kiinniotetut pelaajat. Ilon pelastaessa pelaaja muuttuu iloiseksi. Käyttäkää tarvittaessa eri värisiä hippamerkkejä, jotta lasten on helpompi muista kuka on hippa ja kuka on pelastaja. Hippaa voi muokata lasten ikätasolle sopivalla tavalla esimerkiksi yksinkertaistamalla sääntöjä.

### 4) Käpykamun loppuloru

Kerääntykää lasten kanssa piiriin. Kerro, kuinka Käpykamu on väsynyt ja haluaa mennä nukkumaan. Vie itse tai pyydä joku lapsista viemään Käpykamu esimerkiksi puunjuurelle nukkumaan. Lopuksi lausukaa yhdessä Käpykamun loppuloru.

### Ilo – Suru – Kiukku

Laita paikkamerkit kolmeen eri kohtaan. Yksi merkki on ilo, toinen suru ja kolmas kiukku. Huuda vuorotellen näitä kolmea eri tunnetta. Jokaisen tunteen kohdalla lasten tulee juosta tunteen mukaisella tavalla oikealle merkille, esimerkiksi ilo -sanana huudettua lapsen tulee juosta iloisesti ilo-merkin luo. Paikkamerkeille voit myös asetella Käpykamun tunnetaitokortit. Vanhempien lasten kanssa tunteita voi olla leikkissä enemmän mukana.



11

## Tuokio 4: Käpykamun kiukku

**Sisältö:** Kiukun tunne ja sen käsittely.

**Kesto:** 15 minuuttia

**Esivalmistelut:** Tulosta ja tarvittaessa laminoi sivuilta 25-26 löytyvä Kun Käpykamua kiukutti –tarina. Tarinassa voi hyödyntää Käpykamu-hahmoja ja tunnetaitokortteja.

**Sijainti:** Missä vain!

### 1) Käpykamun aloitusloru

Kerro, että näit Käpykamun juuri äsken täällä. Kutsuaksenne Käpykamun luokseen, lausukaa yhdessä Käpykamun aloitusloru.

### 2) Tarina kun Käpykamua kiukutti

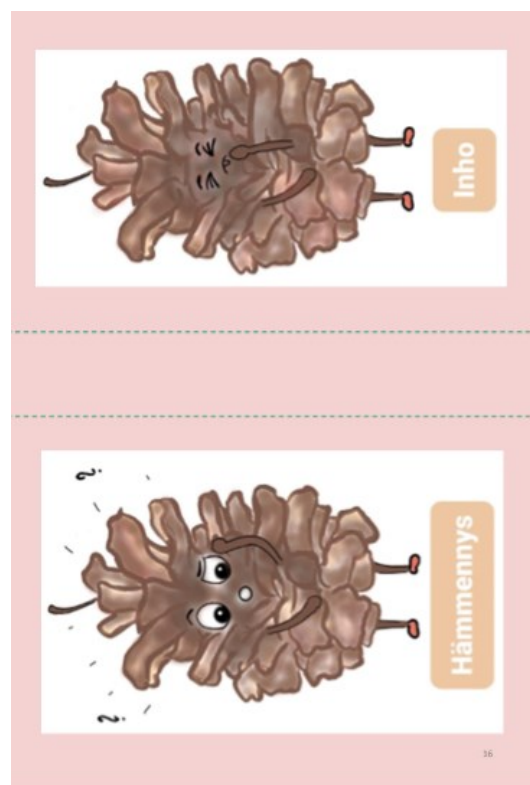
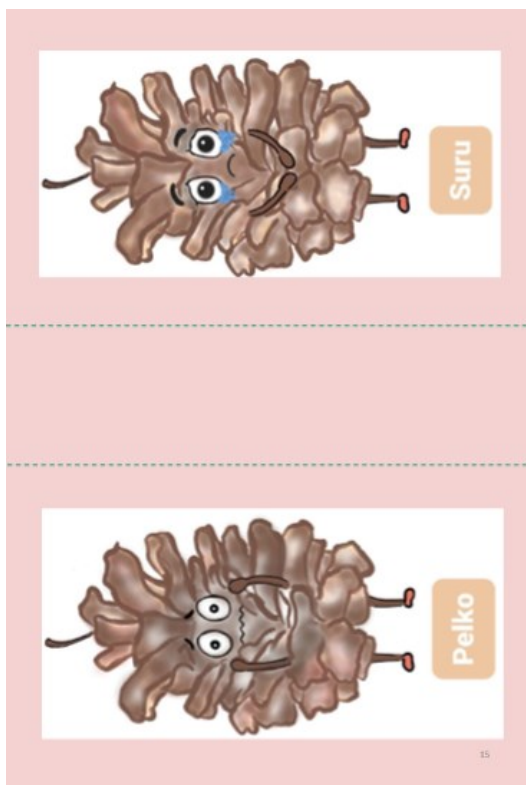
Lue lapsille Kun Käpykamua kiukutti –tarina. Tarinan luettuasi keskustele tarinasta lasten kanssa apukysymyksien avulla: **Mitä tarinassa tapahtui? Mikä oli kihelmöivä tunne Käpykamun sisällä? Käpykamulla kiukku kihelmöi, missä sinulla tuntuu kiukku? Lapsilta voi kysyä muita tarinaan tai kiukun tunteisiin liittyviä kysymyksiä, kuten: Milloin sinua on kiukuttanut? Mikä saa sinun kiukuksi pois?**

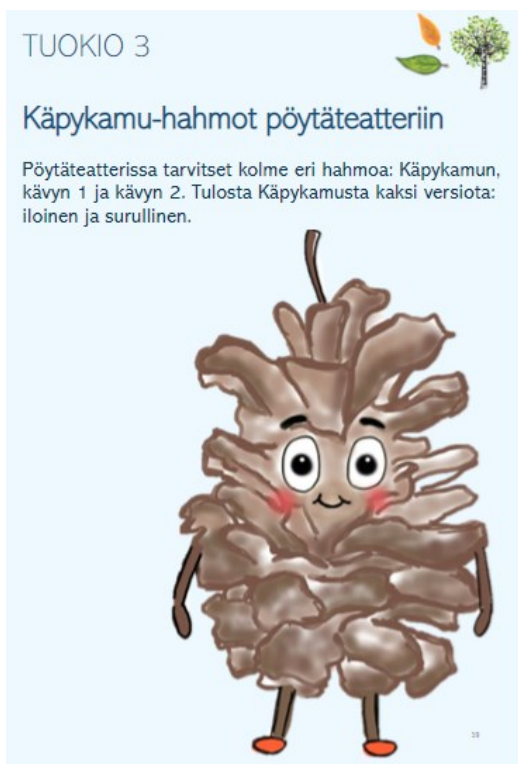
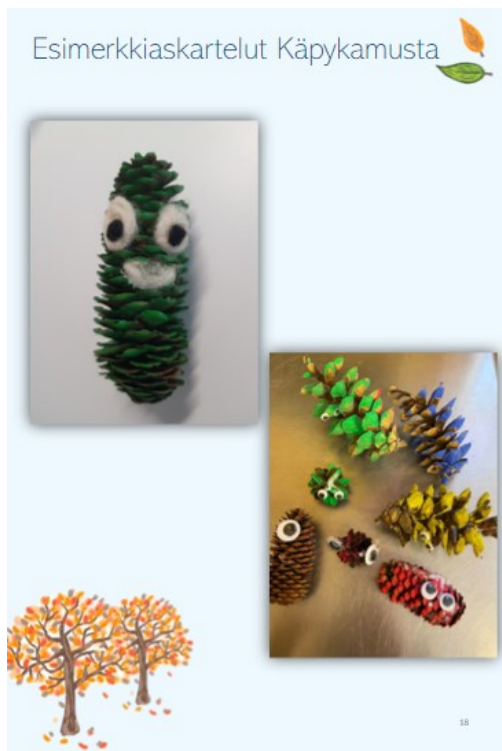
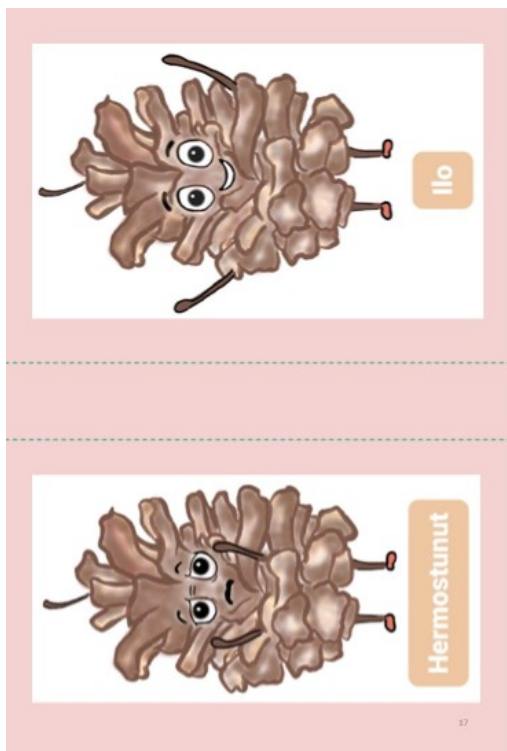
### 3) Käpykamun loppuloru

Kerääntykää lasten kanssa piiriin. Kerro, kuinka Käpykamu on väsynyt ja haluaa mennä nukkumaan. Vie itse tai pyydä joku lapsista viemään Käpykamu esimerkiksi puunjuurelle nukkumaan. Lopuksi lausukaa yhdessä Käpykamun loppuloru.

Yhdistäkää tämä tuokio osaksi retkeä!

10







## KÄPYKAMU

Surullinen



21

## KÄPY 1



22

## KÄPY 2



23

## TUOKIO 3: Käpykamun ilot ja surut –pöytäteatterin vuorosanat



Kävyt ovat kokoontuneet leikkimään.

**Käpy 1:** Leikitään käpyperhettä.

**Käpy 2:** Joo!

**Käpykamu:** Mä haluan olla isokäpy.

**Käpy 1:** Ei, kun mä oon isokäpy. Oo sä pikkukäpy tai koira.

Käpykamu tulee surulliseksi.

**Käpykamu:** -nyyhkyttäen- En halua olla pikkukäpy tai koira. Miksi en itse saa päättää kuka oon?

**Käpy 2:** Kyllä kamu saa olla isokäpy. Te voitte molemmat olla.

**Käpy 1:** Ei käy!! Ei voi olla pelkkiä isokäpyjä. Kuka sitten muka on äiti ja isä? Käpykamu voi olla jompikumpi.

Käpykamu alkaa itkeä ja hetken aikaa kukaan ei puhu mitään.

**Käpy 2:** Huomaatko, kun kamulla on tosi surullinen mieli.

**Käpy 1:** -hiljaisella äänellä- Anteeksi käpykamu, kun määräilin. Voidaan leikkiä niin, että kaikki me ollaan isokäpyjä ja meidän pikkukävyt on mummolassa.

Käpykamu alkaa hymyillä.

**Käpykamu:** Hyvä idea. Mulle tuli tosi iloinen mieli, kun pyysit anteeksi.

**Käpy 2:** Tuliko sinullekin hyvä mieli, kun pyysit anteeksi?

**Käpy 1:** Kyllä tuli.

**Käpykamu:** Mä oon iloinen, kun just te ootte mun kamuja.

24

## TUOKIO 4: Tarina "Kun käpykamaa kiukutti"



Eräänä keväisenä aamuna Käpykamu heräsi ja hän tunsi, että tässä päivässä on jotain kummallista. Käpykamu nousi ja petasi sänkynsä. Hän ei kuitenkaan saanut päiväpeittoaan yksin laitettua. Käpykamu tunsi outoa kihelmöintiä sisällään ja jätti sänkynsä petaamatta.

Käpykamu käveli portaat alas keittiöön.

-Hyvää huomenta, Käpykamun äiti toivotti samalla, kun laittoi lautasille puuroa.

-Huomenta, Käpykamu vastasi ja otti puurolautasensa.

-Varo puuro on kuu..., äiti ehti sanoa, mutta Käpykamu oli jo laittanut ison lusikallisen suuhunsa.

Outo kihelmöinnin tunne kasvoi Käpykamun sisällä. Hän sylkäisi puuron lautaselleen ja joi lasin kylmää vettä. -Puuro ei maistu enää, Käpykamu sanoi, kiitti ja meni huoneeseensa.

-Käpykamu lähdetään puistoon, äiti huusi alakerrasta.

Käpykamu kiirehti alakertaan pukemaan ulkovaatteita. Hän puki ensin takin ja sitten lippiksen. Käpykamun avatessa kenkiensä nauhoja, menivät ne umpisolmuun. Hän yritti saada nauhoja auki, mutta ei siinä onnistunut. Kihelmöinti Käpykamun sisällä kasvoi. Hän tiesi, ettei pysty pitämään tunnetta enää sisällään.

-Voinko auttaa? äiti kysyi Käpykamulta

-EN HALUA APUA! Käpykamu huusi kiukusta punaisena.

25

Käpykamu potkaisi kengät pois jaloistaan ja viskasi takin ja lippiksen huoneen nurkkaan. Hän marssi kiukkuisena huoneeseensa. Äiti jäi hämmentyneenä eteiseen.



Hetken päästä äiti meni koputtamaan käpykamun huoneen ovea.

-Kamu, saanko tulla sisään? äiti kysyi varovasti oven raosta.

-Joo, Käpykamu mumisi hiljaa.

Äiti avasi Käpykamun huoneen oven ja istui tämän viereen sängylle. Hän siilitti Käpykamun selkää. -Miltä sinusta tuntuu nyt, Käpykamu? äiti kysyi.

-Olen vähän rauhoittunut. Sisälläni oli äsken hyvin voimakas tunne ja teki mieli vain huutaa, Käpykamu selitti.

-Huomasin, että olit kiukkuinen. Kiukku on normaali tunne ja kaikkia meitä joskus kiukuttaa. Silloin on hyvä osata rauhoittua, jotta voi kertoa mikä asia oikein kiukuttaa. Kiukku voi rauhoittua ja laantua, jos toinen lohduttaa, äiti selitti Käpykamulle.

-Anteeksi, että huusin, Käpykamu sanoi varovasti äidille.

Kamun sisällä ollut kiukun tunne oli laantunut kokonaan ja nyt oma käytös harmitti Käpykamaa. Hän ei halunnut, että äidillä olisi paha mieli Käpykamun kiukkuisesta käytöksestä.

-Saat anteeksi, äiti sanoi ja halasi Käpykamaa.

26



**Diak**

© Jemina Lintinen