

Jenna Piispanen

Tiia Sistonen

**APUA TUNTEIDEN ILMAISUUN  
VARHAISKASVATUKSESSA**  
Tunne-julisteet

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi

2022



**Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sosionomi (AMK)
Tekijät	Jenna Piispanen & Tiia Sistonen
Työn nimi	Apua tunteiden ilmaisuun varhaiskasvatuksessa – Tunne-julisteet
Toimeksiantaja	Laukaan kunnan varhaiskasvatus
Vuosi	2022
Sivut	42 sivua, liitteitä 9 sivua
Työn ohjaaja	Virve Jussila

## TIIVISTELMÄ

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa tunnejulisteet varhaiskasvatusryhmän lasten ja varhaiskasvattajien jokapäiväiseen käyttöön tunnekasvatuksen ja lasten tunteiden ilmaisemisen tukemiseen. Tavoitteena opinnäytetyössä oli kehittää varhaiskasvatuksen tunnekasvatusta tunteiden ilmaisuun liittyen. Tunnetaitojen avulla lapset selviytyvät erilaisista tunteista ja oppivat olemaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Tunnetaidot vahvistuvat, kun lapsia opetetaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita. Toimeksiantajana opinnäytetyössä on Laukaan kunnan varhaiskasvatus. Opinnäytetyö tehtiin erääseen kunnan varhaiskasvatuksen yksikön lapsiryhmään.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa tarkastellaan tunteiden käsittelyä, varhaiskasvatuksen tunnekasvatusta sekä tunnekasvatuksen merkitystä lapsien tunteiden tunnistamisen ja ilmaisemisen kehittymisessä. Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa selvitettiin varhaiskasvattajien ajatuksia ja ideoita tunnekasvatuksesta ryhmäteemahaastattelulla. Haastattelun tuloksia käytettiin teoriaosuuden tukena sekä pohjana tunnejulisteiden sisällöille. Haastattelussa nousi tärkeimpänä asiana esiin tunteista puhuminen ja niiden käsitteleminen arjessa. Varhaiskasvattajat toivoivat, että tunnejulisteiden avulla tunteista puhuminen ja tunnekasvatus saataisiin paremmin mukaan varhaiskasvatuksen arkeen, jotta lapset oppisivat rohkeasti ilmaisemaan kaikkia tunteitaan. Lapsien ajatuksia ja toiveita tunnejulisteiden visuaalisesta ilmeestä kerättiin piirrosideapajan avulla. Lapsille järjestettiin piirrosideapaja, jossa lapset jaettiin neljään ryhmään. Jokaisessa ryhmässä käsiteltiin yhtä seuraavista tunteista: ilo, viha, suru ja pelko. Lapset saivat tuoda esiin oman näkemyksensä tunteesta piirtäen. Piirroksia käytettiin tunnejulisteiden visuaalisessa ilmeessä.

Opinnäytetyön tuotoksena on tunnejulisteet, joiden avulla lapset yhdessä varhaiskasvattajan kanssa harjoittelevat tunteiden tunnistamista ja ilmaisemista. Tunnejulisteiden käytössä voidaan hyödyntää tyhjää tilaa, johon lapset saavat itse piirtää omat tunnekuvat. Lasten osallistaminen julisteiden käyttöön tukee julisteiden käyttöönottamista ja juurruttamista arkeen. Tämän opinnäytetyön jatkotutkimusideana voisi tehdä tutkimusta siitä, miten tunnejulisteiden käyttö on vaikuttanut tunteiden ilmaisemiseen varhaiskasvatuksessa.

**Asiasanat:** varhaiskasvatus, tunnekasvatus, tunteiden ilmaiseminen, tunteet, tunnejulisteet

Degree	Bachelor of Social Services
Authors	Jenna Piispanen & Tiia Sistonen
Thesis title	Help in expressing emotions in early childhood education – Emotion posters
Commissioned by	Early childhood education in Laukaa municipality
Time	2022
Pages	42 pages, 9 pages of appendices
Supervisor	Virve Jussila

## ABSTRACT

The purpose of this functional thesis was to produce emotion posters for educators and children of early childhood education groups to support the children in expressing their feelings and to help emotional education on a daily basis. The goal was to improve emotional education in this respect. With the help of emotional education children will learn to cope with different feelings and interact with other people. The children's emotional skills improve when they are taught to notice become aware and name feelings. This study was commissioned by the early childhood education unit of the municipality of Laukaa. The study was conducted on a specific group of children at an early childhood education center in Laukaa.

The theoretical part of this thesis covers handling feelings, emotional education in early childhood education and the significance of emotional education in identifying children's emotions and expressing them. The functional part of the thesis included a group interview which examined the thoughts and ideas that early childhood educators have about emotional skills in education. The results of the interview were used to support the theoretical part and to form a basis for the emotion posters. The most important subjects raised in the interview were talking about emotions and how to handle them daily. The early childhood educators wished that with the help of the emotion posters, talking about feelings and emotional education would be included better in early childhood education, so that children would learn to express all their feelings without hesitation. The visual appearance of the emotion posters was designed with the children by organizing a workshop including four groups, each of which had a different emotion to cover (happiness, hate, sadness, fear).

As a result of the thesis, emotion posters were created which help children recognize feelings and learn how to express them with educators. The empty space in the posters can be used to allow children to draw their own pictures depicting emotions. Encouraging the children to participate in the process helps to include the posters in daily use. As a follow-up study to this thesis, it would be useful to study how using the emotion posters has made an impact on expressing feelings in early childhood education.

**Keywords:** early childhood education, emotion education, expressing emotions, emotions, emotion posters

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	VARHAISKASVATUS.....	8
2.1	Varhaiskasvatuksen määritelmä ja arvoperusta .....	8
2.2	Tunnekasvatuksen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa.....	8
3	TUNNEKASVATUS .....	10
3.1	Tunteet ja tunteiden tarkoitus .....	10
3.2	Tunteiden ilmaisu.....	11
3.3	Tunnetaitojen hyödyt .....	12
3.4	Tunnetaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa .....	13
3.5	Laukaan varhaiskasvatussuunnitelma .....	14
4	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE .....	15
5	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	15
5.1	Opinnäytetyön osallistujat, kohde ja hyödynsaajat .....	15
5.2	Tuotekehitys ja laadullinen tutkimus .....	16
5.3	Aineistonkeruumenetelmät .....	16
5.4	Aineiston analysointi ja tulokset.....	17
5.5	Julisteiden toteuttaminen .....	21
6	ARVIOINTI JA JUURUTTAMINEN.....	24
6.1	Arviointi.....	24
6.2	Juuruttaminen.....	25
7	OPINNÄYTETYÖN VAIHEET JA AIKATAULU .....	25
8	POHDINTA .....	27
	LÄHTEET.....	31
	LIITTEET	

Liite 1. Teemahaastattelun runko ja ideapaja

Liite 2. Tutkimustiedote varhaiskasvattajille

Liite 3. Suostumus opinnäytetyöhön osallistumisesta

Liite 4. Tutkimustiedote lasten vanhemmille

Liite 5. Vanhemman suostumus lapsen osallistumisesta opinnäytetyöhön

Liite 6. Ilo-juliste

Liite 7. Pelko-juliste

Liite 8. Viha-juliste

Liite 9. Suru-juliste

## 1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa tunnejulisteet varhaiskasvatusryhmän lasten ja varhaiskasvattajien jokapäiväiseen käyttöön tunnekasvatuksen ja lasten tunteiden ilmaisemisen tukemiseen. Tavoitteena opinnäytetyössä oli kehittää varhaiskasvatuksen tunnekasvatusta tunteiden ilmaisuun liittyen.

Aloimme kehittää ideaamme opinnäytetyöstämme lasten tunnetaitojen tukemisen pohjalta. Aihe kiinnostaa meitä molempia ja se on mielestämme ajankohtainen koska tunnekasvatuksen tärkeydestä, siihen liittyvistä haasteista sekä tunnekasvatusmateriaaleista keskustellaan paljon nykypäivänä. Olemme molemmat tehneet sijaisuuksia varhaiskasvatuksessa ja käyttäneet joitakin tunnetaitoja kehittäviä materiaaleja lasten kanssa. Niille kaikille yhteistä oli se, että niitä käytettiin vain tietyllä hetkellä strukturoiduissa tilanteissa. Tavoitteenamme oli tuottaa jokin arjessa koko ajan mukana oleva materiaali keräämällä varhaiskasvattajilta ja lapsilta ajatuksia tunnekasvatuksesta ja tunteista heidän arjessaan. Keräsimme aineistoa ryhmäteemahaastattelulla ja piirrosideapajalla.

Uusihaudan (2021, 2, 23) opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää varhaiskasvattajien ajatuksia tunnekasvatuksesta varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyössä selvisi, että varhaiskasvattajat kokevat tunnetaitojen näkyvän monipuolisesti varhaiskasvatuksen arjessa niin lasten tunteiden purkauksien yhteydessä kuin erillisinä tunnetaitojen opetushetkinä. Mielestämme julisteemme vastaavat hyvin arjen tarpeisiin, niitä voidaan käyttää lasten tunteen purkauksien yhteydessä sekä tunnetaitojen opetushetkissä.

Toimeksiantajanamme opinnäytetyössämme on Laukaan kunta. Teimme opinnäytetyömme erään päiväkodin 5–6-vuotiaiden lasten ryhmään. Kehittämistyömme prosessin alkuvaiheessa syyskuussa 2021 pidimme ryhmän varhaiskasvattajien kanssa Teams-palaverin, jossa keskustelimme opinnäytetyömme aiheesta. Keräsimme pohjatietoa heidän ajatuksistaan ja kokemuksista tunnekasvatukseen liittyen. Heillä ei ollut erityisiä toiveita opinnäytetyömme

suhteen, joten toimme esille halumme tuottaa tunnekasvatusmateriaalia joka-päiväiseen toimintaan päiväkodissa.

Aihe oli myös varhaiskasvattajien mielestä tärkeä ja ajankohtainen. Aiheesta keskusteltuamme varhaiskasvattaja toi ilmi, etteivät lapset aina osaa näyttää tunteitaan varhaiskasvatuksessa. He saattavat jännittää sitä, miten muut reagoivat heidän tunteisiinsa tai onko tunteiden näyttäminen ylipäättään sallittua. Tähän haluamme tunnejulisteiden tuovan muutoksen. Anttila (2015, 63) tuo omassa pro gradu -tutkielmassaan esille, että varhaiskasvattajan on tärkeää opettaa lapsille, että tunteet ovat sallittuja sekä ohjaamaan tunteiden itsesääntelyssä ja hallinnassa.

Omien kokemusten, varhaiskasvattajien esiin tuomien tilanteiden sekä aiempien tutkimusten ja ajankohtaisuuden vuoksi halusimme perehtyä aiheeseen vielä lisää. Mielestämme tämä kehittämistyö toi uusia näkökulmia ja toimintatapoja tunnekasvatuksesta ja lasten kanssa työskentelystä. Kun lapsi osaa ilmaista tunteitaan, varhaiskasvattaja pystyy tukemaan lasta tunteiden tuomien tilanteiden kanssa paremmin. Kangas ym. (2021, 70) toteavat tunnetaitojen olevan tärkeitä lapsen oppimisen ja kehittymisen kannalta. Tunnetaidot auttavat lasta selviytymään haastavista tunteista ja tilanteista. Lasten tunnetaidot vahvistuvat, kun heitä opetetaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita.

## **2 VARHAISKASVATUS**

### **2.1 Varhaiskasvatuksen määritelmä ja arvoperusta**

Varhaiskasvatuslain 540/2018 mukaan varhaiskasvatus on kokonaisuus, joka muodostuu lapsen suunnitelmallisesta ja tavoitteellisesta kasvatuksesta, opetuksesta ja hoidosta, jossa painottuu pedagogiikka. Varhaiskasvatukseen tulee edistää lapsen kasvua, kehitystä ja hyvinvointia sekä mahdollistaa myönteisiä oppimiskokemuksia. Varhaiskasvatuksessa kehitetään lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja sekä tasa-arvoista ja toisia kunnioittavaa käytöstä. Lapsella on oikeus varhaiskasvatukseen, ja kunta on velvollinen järjestämään sitä lapsen edun sekä kunnassa esiintyvän tarpeen mukaan. (varhaiskasvatuslaki 540/2018.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa varhaiskasvatuksen arvoperustaan kuuluu lapsen oikeudet. Lapsella on oikeus tulla kuulluksi, ilmaista itseään sekä käsitellä tunteita ja oppia uutta. Varhaiskasvatuksessa lapsen tunnetaitojen kehittämiseen tarjotaan paljon mahdollisuuksia. Varhaiskasvatusta toteutetaan laaja-alaisesti eri oppimisen alueilla. Oppimisen alueet sisältävät keskeisiä varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan tavoitteita. Ilmaisun monet muodot -oppimisen alueella harjoitellaan mm. lapsen sanallista ja kehollista viestintää ja ilmaisemista. Viestinnän harjoittelu tukee samalla myös tunnetaitojen kehittymistä ja tunteiden ilmaisemista. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 21, 40, 44.)

### **2.2 Tunnekasvatuksen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa**

Varhaiskasvatus pohjautuu kasvatustieteeseen. Pedagogiikalla tarkoitetaan niitä menetelmiä ja periaatteita, joilla varhaiskasvatusta järjestetään, ja se on aina suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa. Tunnetaidot ja sosiaaliset taidot ovat osa sosioemotionaalista kompetenssia. Sosioemotionaalinen kompetenssi tarkoittaa käytännössä lapsen sosiaalista pätevyyttä, eli mm. taitoja tuntea, sanoittaa ja hallita omia tunteitaan sekä kyvykkyyttä empatiaan. Jos lapsen vuorovaikutustaidot ovat heikompia, toiset lapset saattavat syrjiä häntä ja jättää leikin ulkopuolelle. Lapsi ei silloin koe yhteenkuuluvuuden tunnetta ja sosiaalinen osallisuus voi jäädä vähäiseksi. (Sandberg 2021, 17–18, 168–169.)

Ojalan (2015, 49) mukaan yksi keino opettaa lapsille sosiaalisia taitoja on yhteisöllinen oppiminen. Käytännössä tämä tarkoittaa, että koko lapsiryhmä harjoittelee yhdessä. Yhteisöllisen oppimisen myötä sosiaalisten taitojen kehittämistä tarvitsevat lapset tuntevat kuuluvansa ryhmään eivätkä tunne olevansa yksin ongelman kanssa. Tukea tarvitsevat lapset myös oppivat käyttäytymismalleja muilta lapsilta.

Hujalan ja Turjan (2017, 10–12) mukaan tulevaisuuden Suomessa teknologialla on suuri vaikutus ihmisten elämään, niin työssä kuin arjessakin, ja sen vastapainoksi tarvitaan vuorovaikutusta ja empatiaa. Tunnekasvatus vahvistaa ja kehittää niitä molempia. Hujala ja Turja kertovat, että opetushallituksen 2010 valmistuneessa raportissa mainitaan tulevaisuuden haasteeksi työskentelemisen taidot, johon kuuluu yhteistyö ja kommunikointi toisten kanssa.

Valitettavasti Suomessa lasten mielenterveyshäiriöt ovat yleisiä (Lasten mielenterveys ja mielenterveyden häiriöt 2020). Suomessa on hyviä varhaisen tuen palveluita, mutta kokemuksemme perusteella valitettavan usein perhe, joka avusta hyötyisi, ei ota sitä vastaan. Koemme tunnekasvatuksen erittäin tärkeäksi osaksi varhaiskasvatuksen pedagogiikkaa, koska tunnekasvatusta tulisi tarjota jokaiselle lapselle varhaiskasvatuksen piirissä.

Tunnetaidot ovat yksi tärkeimmistä mielenterveydentaidoista. Tunnetaitoja ovat mm. tunteiden tunnistaminen ja niiden ilmaisu. Kun tunnetaidot vahvistuvat, omia tunteitaan ja reaktioitaan pystyy ymmärtämään ja käsittelemään paremmin. Tunnetaitojen vahvistuessa myös empatia kasvaa, kun ymmärrämme omia tunteitamme, pystymme paremmin ymmärtämään toisten tunteita. (Mielenterveyden vahvistaminen s.a.) Mielenterveysongelmat ovat yleensä monen eri tekijän summa, mutta mielestämme laadukkaalla varhaiskasvatuksella sekä erityisesti laadukkaalla tunnekasvatuksella pystytään edistämään lasten hyvinvointia.

### 3 TUNNEKASVATUS

#### 3.1 Tunteet ja tunteiden tarkoitus

Ihmiset kokevat tunteita joka päivä. Perustunteita ovat ilo, suru, pelko, viha, inho ja hämmästyminen. Muut tunteet syntyvät näiden perustunteiden yhdistelystä. Tunteet vaikuttavat ihmiseen sekä fyysisesti, henkisesti että sosiaalisesti. Ne kertovat esimerkiksi, mistä ihminen pitää tai ei pidä ja mikä on hänelle tärkeää. Tunteet ohjaavat ihmistä toimimaan tilanteissa oman hyvinvoinnin ja turvallisuuden kannalta parhaalla mahdollisella tavalla. Joskus tunteet voivat kuitenkin ohjata harhaan ja ihminen voi tehdä tunteista vääriä tulkintoja. Tunteiden käsittelemiseen ja tunnistamiseen ihminen tarvitseekin siis tunteita. (Pöyhönen & Livingston 2020, 13–14; Seppänen 2021, 15–17.)

Tunteet suojaavat ihmistä. Tunteet voivat mm. varoittaa tai ne voivat auttaa päätöksen teossa. Tunteiden tärkein tehtävä on säädellä keskus- ja ääreishermoston tilaa sekä ihmisen käyttäytymistä. Tunteiden syntyyn ei siis voi vaikuttaa, mutta tunteiden ilmaisua ja säätelyä on mahdollista harjoitella. Lapset eivät vielä osaa säädellä tunteitaan, eikä sitä voi heiltä olettaa. Kasvattajan tulee kuitenkin auttaa ja ohjata heitä siinä. Tunteet voivat tulla ja mennä nopeasti, tai ne voivat jäädä vaikuttamaan pitkäksi aikaa. Tunteita ei voi saada ns. pois päältä. Ihminen tuntee koko ajan jotakin tunnetta, mutta ei vain välttämättä huomaa sitä. Jotkut tunteet ovat melko huomaamattomia ja toiset tunteet voivat jopa lamauttaa ihmisen. (Sandberg 2021, 155–156.)

Tunteet ovat pohjimmiltaan yllykkeitä toimintaan. Tämä tarkoittaa sitä, että ihmiselle voi tulla esimerkiksi taistele tai pakene -reaktio ja se on täysin normaalia. Tunteemme ovat tärkeitä ja ne ovat varmasti joskus pelastaneet esisiemmemme hengen. Nykyään ei kuitenkaan tarvita enää niin vahvoja fyysisiä reaktioita tunteiden näyttämiseen kuin ennen oli tarpeen selviytymisen kannalta. (Köngäs 2019, 63.) Se ei kuitenkaan tarkoita, etteivätkö tunteemme olisi tarpeellisia. Tunnereaktiomme ovat yhteydessä päätöksentekoon, joten jos tunteita ei kuunnella, ei pystytä tekemään järkeviä päätöksiä (Köngäs 2019, 74). Zautran (2003, 4) mukaan tunteiden tunnistamiseen liittyy myös aikaisempi tieto siitä, miten tietyissä tilanteissa tulisi toimia. Esimerkiksi karhun nähdessään ihminen pelkää ja juoksee pakoon, koska hänellä on tieto siitä, että karhut ovat vaarallisia.

Jos lapset eivät hallitse tai osaa ilmaista omia tunteitaan, he saattavat ns. jähmettyä. Eli jos lapsi ei tiedä, miten hän voisi ilmaista tunteitaan tulematta torjuttuksi niistä, hän saattaa kääntää tunteet sisäänsä. Jotkut lapset saattavat näyttää tunteensa vahvojen reaktioiden avulla ja jotkut lapset eivät näytä tunteitaan ollenkaan. (Köngäs 2019, 78, 84). Omasta kokemuksestamme sekä varhaiskasvattajien ryhmähaastattelusta nousi esiin, että yleensä huolestutaan ja huomioidaan paremmin näkyvät tunteen purkaukset kuin tunteiden tukahduttaminen. Näkyvät tunteen purkaukset voivat olla esim. aggressiivista käytöstä, johon reagoidaan herkästi. Tunteiden tukahduttamista kasvattajan on vaikeampi huomioida.

### **3.2 Tunteiden ilmaisu**

Tunteet tarttuvat helposti toisiin ihmisiin ja niiden ilmaisuun vaikuttavat monet asiat. Toisten ihmisten on helppo tunnistaa ja ilmaista tunteitaan, kun taas toisille ihmisille se on haastavaa. Näлкä, stressi ja väsymys esimerkiksi vaikuttavat tunteiden ilmaisemiseen ja tunnistamiseen. Silloin voi olla vaikea hallita omia tunteita tai tunnistaa toisten tunnetiloja. (Seppänen 2021, 49.)

Tunneilmausten avulla tunteet tulevat esille toisten ihmisten nähtävälle ja kuuluvulle. Tunteita voidaankin ilmaista sanattomasti sekä sanallisesti. Ihmiset voivat sanoittaa tunteitaan ja viestiä niistä toisille puheella. Äänen avulla tapahtuva tunneviestintä on haastavaa, koska se vaatii ihmiseltä omien tunteiden tunnistamista ja tunnetilojen nimeämistä eli hyviä tunnetaitoja. (Nummenmaa 2010, 76–77, 82.)

Aikuisen on tärkeää auttaa lasta nimeämään ja sanoittamaan lapsen tunteita. Tunteiden nimeäminen ja yhdistäminen sen hetkiseen tilanteeseen auttaa lasta hahmottamaan tunnereaktiotaan ja tunnistamaan tunteita myöhemmin itse. (Pöyhönen & Livingston 2020, 20–21.) Tunteet näkyvät myös ihmisen ilmeissä ja kehon eleissä melko automaattisesti. Kasvojen ilmeet kertovat ihmisen kokemista tunteista hyvin helposti ja se onkin ihmiselle tyypillisin ja nopein tunneviestinnän keino. Eri ilmeet viestivät erilaisista tunteista, esimerkiksi hymyileminen voi kertoa siitä, että ihminen on iloinen. (Nummenmaa 2010, 77, 83–85, 92.)

### 3.3 Tunnetaitojen hyödyt

Tunteet sekä empatia eli toisten ihmisten tunteiden huomioiminen liittyvät vahvasti tunnetaitoihin. Hyvät tunnetaidot ja hyvät sosiaaliset taidot kulkevat myös rinnakkain. Sosiaalisen vuorovaikutuksen onnistuminen on riippuvaista tunteiden havaitsemisesta ja normien ymmärtämisestä. (Köngäs 2019, 69.) Tunnetaidoista on siis hyötyä sosiaalisissa tilanteissa. Vastavuoroinen ja empaattinen kohtaaminen mahdollistaa ihmissuhteiden luomista sekä niiden ylläpitämistä. Tunnetaidoiltaan vahva lapsi ymmärtää helpommin muiden tunteita ja osaa ottaa muut lapset paremmin huomioon. Näillä lapsilla on myös paremmat sosiaaliset taidot. Myönteiset tunteet vaikuttavat lapsen kehitykseen positiivisesti. Ne vaikuttavat uuden oppimiseen, muistamiseen, keskittymiseen ja luovaan ongelmanratkaisuun. Mielestämme onkin tärkeää käsitellä niin positiivisia kuin negatiivisiakin tunteita. (Sandberg 2021, 149–150.) Tunnetaitojen hallitseminen auttaa lasta ymmärtämään, miksi hän kokee jotakin tunnetta ja mikä se tunne on. Lapsi oppii ilmaisemaan ja säätelemään tunteensa voimakkuutta siten, ettei tunteen kokeminen ole liian kuormittavaa. (Pöyhönen & Livingston 2020, 14.)

Tunnetaitojen heikko osaaminen voi näkyä myös kiusaamisena varhaiskasvatuksessa, mutta tunnetaitojen osaaminen ja tunnerikkaus voi vähentää kiusaamista. Könkään (2019, 142–143) mukaan niin kiusatulla kuin kiusaajalla voi olla haasteita tunteiden ilmaisemisessa ja ymmärtämisessä. Lapsi, jolla on haasteita tunnetaidoissa, ei ymmärrä miksi hänen seuransa ei ole toivottua. Lapsi saattaa kokea olonsa kiusatuksi, vaikka itse kiusaisikin muita. Lapsi ei myöskään välttämättä ymmärrä tekevänsä väärin, jos toinen lapsi ei näytä tunteitaan. Repo (2015, 52–53) on väitöskirjassaan tutkinut kiusaamista ja sen ehkäisyä varhaiskasvatuksessa. Hänen mielestään kiusaaminen vähentyisi, jos lapset harjoittelisivat varhaiskasvatuksessa vuorovaikutustaitojaan ja itsesäätelykykyään. He oppivat ja harjoittelevat taitojaan jokapäiväisissä tilanteissa varhaiskasvatuksessa ja nämä ennalta ehkäisevät kiusaamista.

Tunnetaitomme määrittelevät, miten suhtaudumme itsessämme ja ympärillemme tapahtuviin asioihin. Tunnetaidot vaikuttavat henkiseen ja fyysiseen terveyteen sekä tukevat itsetunnon kehittymistä. Hyvät tunnetaidot auttavat selviytymään elämässä eteen tuleviin vastoinkäymisiin. Tunnetaidoilla

tarkoitetaan tunteiden tunnistamista, sietämistä, säätelyä, ilmaisua, käsittelyä ja purkamista sekä tunteista voimaantumista, kun tietoisuus ja taidot kasvavat. Tunnetaidot voivat kehittyä ihmisen koko elämänkaaren ajan, joten lasten tunnetaitojen kehittyminen on vasta alkuvaiheessa. Lapset tarvitsevat tukea aikuisilta, jotta heidän tunnetaitonsa voivat kehittyä. Heidän voi olla vaikea tunnistaa, ilmaista ja säädellä tunteitaan. (Jääskinen 2017, 34–36.) Tunnetaitojen määrittämiseen liittyvät sekä omien, että toisten tunteiden tunnistaminen ja havaitseminen. Jotta kykenee havaitsemaan ja ilmaisemaan tunteita, ne täytyy ensin hyväksyä ja sallia. Tunteiden torjumisesta seuraa tunnetaitojen ja tunteiden havaitsemisen heikkenemistä. (Seppänen 2021, 44.)

### **3.4 Tunnetaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa**

Varhaislapsuus on kriittinen aika lapsen tunnekehitykselle. Lapsi oppii mm. ymmärtämään tunteita, säätelämään tunteitaan ja sosiaalisia taitoja. Hyvät tunnetaidot antavat lapselle paremmat mahdollisuudet mm. selvitä pettymyksistä, ilmaista tunteitaan sosiaalisesti hyväksytyillä keinoilla ja luoda sosiaalisia suhteita toisiin lapsiin. (Dereli 2016, 1.)

Jääskisen (2017, 77) mukaan lapsen tunnetaidot voivat kehittyä parhaimmalla mahdollisella tavalla, kun hän saa ilmaista itseään. Kasvattaja ohjaa ja sanoittaa lapsen tunnekokemuksia sekä auttaa tunteiden säätelyssä. Tarkoituksena ei ole, että kasvattaja kertoo lapselle, kuinka hänen tulee tuntee, vaan auttaa ja opastaa tunteiden ilmaisussa ja käsittelyssä. Jokaisen lapsen tulee tuntee itsensä hyväksytyksi sellaisena kuin hän on. Sandbergin (2021, 151) mukaan kasvattajan on erittäin tärkeää nähdä lapsen käyttäytymisen taakse. Lapsi voi toimia väärin, mutta se ei tarkoita, että lapsi toimisi tahallaan väärin, hän ei vain osaa toimia muulla tavalla. Lapset tarvitsevat tunnetaitojen harjoitteluun systemaattista tukea.

Lapset oppivat tunnetaitoja ympäristöstään niin toisilta lapsilta kuin aikuisiltaan. Lapset oppivat tunnetaitoja kokemuksen ja mallin kautta, joten esimerkiksi tunteiden näyttäminen on tärkeää. Myös kasvattajan on hyvä harjoitella ja reflektoida omia tunnetaitojaan, jos kasvattajalla on haasteita ilmaista omia tunteitaan, voi se hankaloittaa lasten tunnetaitojen oppimista. Kun kasvattaja tai muu aikuinen ottaa vastuun teoistaan ja sanoistaan, lapsi oppii siitä. Lapsi

oppii myös, että väärässä olo on hyväksyttyä ja kaikkea ei tarvitse heti osata. Lapset eivät opi kerrasta, joten toistojen määrän tulee olla riittävä. (Jääskinen 2017, 47.) Köngäs (2019, 80) painottaa kasvattajan ja lapsen aitoa kohtaamista. Vaikka kasvattaja ei haluaisi näyttää lapselle esim. stressiä, lapset yleensä huomaavat sen. Syntyy ristiriitaista viestintää, kun kasvattaja yrittää piilottaa omat tunteensa lapselta, kun lapselle pyritään opettamaan, että tunteet ovat hyväksytyjä.

Erityisesti lapset tarvitsevat kasvattajan apua tunteiden kanssa toimimiseen ja niiden ilmaisussa. Kasvattaja saattaa vahingossa kieltää lapsen tunteiden ilmaisun esim. kieltämällä lasta heittämästä leluja, jolloin lapsi saattaa ajatella, ettei hän saa tuntea niin. Lasta tulee tällaisissa tilanteissa ohjata esimerkiksi sanomalla ”ymmärrän, että sinua harmittaa ja se on sallittua, mutta leluja ei saa heitellä, jotteivat ne mene rikki tai osu kaveriin”. Lapselle sanoitetaan tunne sekä ilmaistaan hänelle tunteen olevan sallittu. Kun tilanne on rauhoittunut, voidaan lapsen kanssa käydä läpi muita tapoja purkaa tunteitaan. (Jääskinen 2017, 106–107.) Tavoitteenamme on, että tunnejulisteet auttavat ja helpottavat tunteiden ilmaisua tämän kaltaisissa tilanteissa.

### **3.5 Laukaan varhaiskasvatussuunnitelma**

Laukaan kunnan varhaiskasvatussuunnitelma pohjautuu yleisiin varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin. Laukaan kunnan varhaiskasvatuksessa tärkeää on huomioida perheen ja lapsen arvostava kohtaaminen sekä laadukas pedagoginen toiminta. Lapsen äänen esiin tuominen ja kuuleminen on tärkeä painopiste Laukaan kunnan vasussa eli varhaiskasvatussuunnitelmassa. Laukaan vasussa painottuu myös pienryhmätoiminta, liikunta- ja luontokasvatus. Pienryhmätoiminnan avulla pystytään tarjoamaan lapsille rauhallisempi kasvuympäristö, jolloin on helpompaa opetella uusia asioita kuten tunne- ja vuorovaikutustaitoja, jotka ovat tärkeitä varhaiskasvatuksessa ja pedagogiikassa. (Laukaan kunnan varhaiskasvatussuunnitelma 2021, 2–3.)

Opinnäytetyössämme huomioimme hyvin Laukaan kunnan varhaiskasvatussuunnitelman. Halusimme mahdollistaa lasten äänen kuulemisen ja lasten oman näkemyksen esiin tuomisen työssämme. Lasten osallisuutta ja itsemääräämistä painotetaan niin Lasten oikeuksien sopimuksessa kuin

varhaiskasvatuslaissa. Varhaiskasvatuksessa lapsella on oltava mahdollisuus osallistua itseään koskeviin asioihin ja toimintaan, sekä myös kieltäytyä osallistumasta. (Hujala & Turja 2017, 41.) Opinnäytetyössämme lapset saivat osallistua tai olla osallistumatta julisteiden suunnitteluun ja toteutukseen.

Osallisuutta ei kuitenkaan ole pelkkä osallistuminen. Osallisuudella tarkoitetaan myös sitä, että lapsi tuntee kuuluvansa ryhmän toimintaan positiivisella tavalla. (Hujala & Turja 2017, 45.) Lapsen osallisuuden vahvistamisella pyritään edistämään lapsen itseilmaisua ja sen kehittymistä. Lapsen oman mielipiteen sanominen kehittyä ja rohkaistuu osallisuuden kokemuksen myötä. Lapsen osallisuutta vahvistaa se, että lapsi otetaan mukaan päätöksentekoon ja lapsen ideoita sekä ajatuksia kuunnellaan aidosti ja kiinnostuneesti. (Niemi 2020, 2–3.)

#### **4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE**

Opinnäytetyömme on toiminnallinen kehittämistyö, jonka tarkoituksena oli tuottaa tunnejulisteet varhaiskasvatuksen seinille lasten ja varhaiskasvattajien jokapäiväiseen käyttöön tunnekasvatukseen ja lasten tunteiden ilmaisemisen tukemiseen. Meidän opinnäytetyömme tavoitteena oli kehittää varhaiskasvatuksen tunnekasvatusta tunteiden ilmaisuun liittyen. Lapset oppivat ilmaisemaan tunteita hyväksytysti ja huomaamaan, että kaikki tunteet on sallittuja näyttää. Varhaiskasvattajille tuotoksemme toi uuden välineen tunnekasvatukseen helpottamaan lasten tunteiden ilmaisuun liittyviä haasteita. Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on yleensä tuottaa jokin konkreettinen tuotos käytännön toiminnan ohjeistamiseksi tai järjestämiseksi, esimerkiksi ohje tai jonkun tapahtuman tuottaminen (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9).

#### **5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS**

##### **5.1 Opinnäytetyön osallistujat, kohde ja hyödynsaajat**

Kehittämistyömme tekemiseen osallistui meidän lisäksi toimeksiantajamme varhaiskasvatusryhmä. Saimme heiltä pohjatietoa, toiveita ja ajatuksia tuotoksen tekemiseen ja tarpeellisuuteen liittyen. Varhaiskasvatusryhmässä työskentelee neljä varhaiskasvatuksen työntekijää, joista kaksi on varhaiskasvatuksen opettajia, yksi varhaiskasvatuksen lastenhoitaja sekä yksi

ryhmäavustaja. Lapsia ryhmässä on 20. Työmme pääkohderyhmänä oli tämä kyseinen varhaiskasvatuksen ryhmä. Lapset saavat työstämme rohkeutta tunteiden ilmaisuun. Varhaiskasvattajat puolestaan uuden keinon tunnekasvatukseen ja lapsien tunteiden ilmaisun tukemiseen. Opinnäytetyömme tuotoksen on tarkoitus tuottaa hyötyä varhaiskasvatusryhmän lapsille ja työntekijöille.

## **5.2 Tuotekehitys ja laadullinen tutkimus**

Kehittämisen menetelmiä on monenlaisia ja niillä tarkoitetaan käytännön keinoja ja työskentelytapoja, joilla päästään haluttuun toiminnan tavoitteeseen (Salonen ym. 2017, 55). Kehittämistyömme lähestymistapana oli tuotekehitys. Tuotekehityksessä toiminnan avulla kehitetään jokin uusi tuote tai edelleen kehitetään ja parannellaan jotakin vanhaa tuotetta (Jokinen 2010, 9). Tuotekehitys sopi työskentelyymme, koska suunnittelimme uuden tunnekasvatusmateriaalin varhaiskasvatuksen käyttöön. Tuotoksen kehittämisessä hyödynsimme toimeksiantajan ajatuksia tunnekasvatukseen ja tunteiden ilmaisuun liittyvässä kasvatuksessa heidän lapsiryhmässään.

Laadullinen tutkimus on tulkintaan perustuva tutkimustapa ja sen avulla pyrimme ymmärtämään ihmisten kokemuksia. Halusimme tuoda ilmi varhaiskasvattajien ja lasten kokemusmaailmaa varhaiskasvatuksesta sekä pureu-  
duimme heidän arkipäivissään koettuihin tilanteisiin. Laadullista tutkimusta tehdessämme haastattelimme ja nauhoitimme varhaiskasvattajien ajatuksia tunnekasvatuksesta heidän ryhmässään, sekä keräsimme lapsilta piirrosideoita julisteiden visuaaliseen ilmeeseen. Tämä sopi hyvin laadulliseen tutkimukseen. Asiakasymmärryksen toteutumiseksi meidän tuli ymmärtää haastateltavien kokemusmaailmaa. Dialoginen keskustelu aineiston kanssa tuli tässä keskiöön. Keskeinen ajatus oli lukea ja tutkia aineistoa niin kauan, että ymmärrämme tutkimuskohteiden ajatuksia, eli saavuttaa hermeneuttinen tulkinta. (ks. Vilkka 2021, 17–22.)

## **5.3 Aineistonkeruumenetelmät**

Aloimme työstämään opinnäytetyön toteutusvaihetta varhaiskasvattajien ryhmäteemahaastattelulla. Kehittämistehtävänä oli aluksi selvittää varhaiskasvattajien ajatuksia tunnekasvatuksesta heidän ryhmänsä toiminnassa.

Varhaiskasvattajien haastattelussa kerättiin tietoa siitä, miten varhaiskasvattajien mielestä lasten tunteita on hyväksyttävää näyttää juuri heidän ryhmässään.

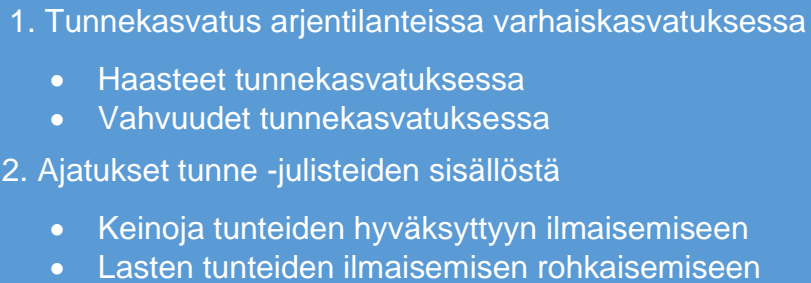
Teemahaastattelu on tiettyihin teemoihin kohdistettu tutkimushaastattelu. Haastattelijä päättää ennen haastattelua teemat mistä keskustellaan yhdessä. (Kananen 2014, 87.) Päädyimme pitämään teemahaastattelun ryhmähaastatteluna, koska koimme varhaiskasvatuksen ryhmässä olevan hyvä ryhmädynamiikka, joka vaikuttaa keskusteluun positiivisesti. Varhaiskasvattajat ovat tehneet yhteistyötä pitkään ja he tuntevat toisensa hyvin. (Kananen 2014, 92.) Kartoitimme varhaiskasvattajien haastattelulla pääteemat osaksi julisteiden sisältöä. Nauhoitimme teemahaastattelun, jotta pystyimme varmistamaan aidon vuorovaikutuksen säilymisen. (Kananen 2014, 97.)

Roos (2015, 42) kertoo väitöskirjassaan, että piirtäminen on lapselle luontainen tapa kertoa mielipiteitään ja osallistua. Lapsen voi olla vaikeaa esimerkiksi sanoin ilmaista itseään. Piirtäessä lapsella on aikaa rauhassa ajatella ja keskittyä aiheeseen. Seuraavaksi pidimmekin ryhmän lapsille piirrosideapaajan, jossa jokainen lapsi sai tuottaa oman näkemyksensä ja ajatuksensa tunteista. Lapset jaettiin neljään pienryhmään, joissa jokaisessa oli oma tunne: ilo, suru, pelko, viha. Lapset saivat rauhassa tuottaa piirtäen oman näkemyksensä käsiteltävästä tunteesta, mitä heille siitä tunteesta tuli mieleen, ja millaisena he näkevät kyseisen tunteen. Lasten tuottamat piirroksot tulivat osaksi julisteiden visuaalista ilmettä, jolloin lapset pääsivät konkreettisesti osalliseksi julisteiden suunnittelua.

#### **5.4 Aineiston analysointi ja tulokset**

Kuvassa 1 on haastattelumme runko ja teemat, joiden mukaan teimme teemahaastattelun. Teemahaastattelun nauhoitus litteroitiin eli kirjoitettiin tekstimuotoiseksi (Kananen 2014, 105–106). Seuraavaksi analysoimme varhaiskasvattajilta saamamme aineiston teemoittelun avulla. Haastattelussa nousseet ajatukset kerättiin teemoittelussa teemojen alle. Teemat voivat olla samoja kuin haastattelussa, tai haastattelusta voi nousta uusia teemoja. (Kananen 2014, 111.) Halusimme varmistua varhaiskasvattajien teemahaastattelun aineiston luotettavuudesta, joten luetuimme saamamme aineiston haastateltavilla.

Haastatellut pystyivät ilmaisemaan mielipiteensä haastattelun teemoittelun oikeellisuudesta, sen puutteista tai korjaamisesta. Tällä keinolla varmistimme, ettemme ole tulkinneet asioita väärin. (Kananen 2019, 33–34.)

- 
1. Tunnekasvatus arjenteilanteissa varhaiskasvatuksessa
    - Haasteet tunnekasvatuksessa
    - Vahvuudet tunnekasvatuksessa
  2. Ajatukset tunne -julisteen sisällöstä
    - Keinoja tunteiden hyväksyttävyyden ilmaisemiseen
    - Lasten tunteiden ilmaisemisen rohkaisemiseen

Kuva 1. Haastattelurunko

Varhaiskasvattajien ryhmäteemahaastattelusta saatujen tulosten pohjalta teimme suunnitelmia julisteen sisällöstä. Taulukossa 1 on esitettyä työmme teemoittelua. Pääteemana haastatteluista nousi ”tunteista puhuminen ja niiden käsitteleminen arjessa”. Kaksi alateemaa oli ”kaikkien tunteiden näyttäminen” ja ”tunnekasvatus enemmän mukana arjessa”. Näiden teemojen kautta pohdimme, minkälaista sisältöä julisteissa olisi hyvä olla.

Haastatteluaineistoa	Alateemat	Pääteema
<i>"että puhuu niistä tunteista, ihan sama on niinku suru vai ilo vai mikä vaan ni kertoo toiselle"</i>	Kaikkien tunteiden näyttäminen	Tunteista puhuminen ja niiden käsitteleminen arjessa
<i>"uskaltaa näyttää"</i>		
<i>"kaikkia tunteita saa näyttää ja olla mutta sitte kumminkaan ei saa satuttaa ketään"</i>		
<i>"Mää uskon jotenkin et mitä enemmän näitä tehään niin sitä helpompaa niiden lasten on puhuakkin niistä tunteista, kun ne rupee saamaan kiinni mitä sillä tunteella tarkotetaan."</i>	Tunnekasvatus enemmän mukana arjessa	
<i>"jatketaan tunnetaito ja kavertaito juttuja"</i>		
<i>"mitä enemmän niitä tilanteita tulee, niin opitaan minkäkin lapsen kohalla et mikä se keino saattais olla et pystyis ehkä ennakoimaan jotakin."</i>		

Taulukko 1. Teemoittelu

Varhaiskasvattajien ryhmäteemahaastattelussa nousi esille, että kaikki lapset eivät aina näytä tunteitaan päiväkodissa ja suuressa ryhmässä on haastava havainnoida lasten tunteiden ilmaisua. Alla sitaatteja ryhmäteemahaastattelusta tunteista puhumisen tärkeydestä varhaiskasvatuksessa.

"Niinku sit saattaa jo olla tilanne, että sitten se räjähtää siinä hakutilanteessa tai sitten viimestään kotona. Vanhemmilta kuulee et täälä sinnitellään ja et on ollu pahamieli tästä asiasta mutta meille ei oo kertonut."

”Se on haastavaa et on se iso ryhmä et miten sää jokasen kohdalla huomaat sanoo et hei tuu sanoo jos sulla on paha mieli mutta ei ne tuu”.

”Yhtenä esimerkkinä yks eskari tyttö täällä, hyvin seesteinen ja kaikki sujuu eikä ikinä vois kuvitella, että mistään tulis paha mieli tai ei ainakaan tuu sanomaan et on paha mieli, et aina hyvin tasanen. Ja sit kun oli tunnekasvatusta ja piti laittaa hymynaamoja tai väärinpäin tai viiva et joku asia mikä harmittaa päiväkodissa tai jossain. Niin sillä tuli eniten siitä porukasta niitä harmituksia ja me ei olla ikinä nähty siitä, että sitä täällä mikään harmittais”

Varhaiskasvattajien ryhmäteemahaastattelussa nousi myös esiin aihe tunteiden ilmaisemisen vaikutuksista vuorovaikutukseen ja kaverisuhteisiin. Alla oleva sitaatti haastattelusta havainnollistaa tunteiden ja tunnekasvatuksen käsittelemisen tärkeyttä varhaiskasvatuksen arjessa.

”Et tää onki se lähtökohta lasten kaverisuhteille ja semmosille. Et se onki si eritilanne, kun oot kotona tai päiväkodissa isossa porukassa niin kyllähän täällä on hyvä kavereiden kanssa tulla juttuun ja saaha ne leikit sujumaan. Se onkin sit hyvä perusta tälle meidän toiminnallemme, että ryhmä toimii mukavasti, kun kaikki otetaan huomioon ja kaikkien kanssa pärjällään ”.

Varhaiskasvattajien ryhmäteemahaastattelussa keskusteltiin myös, miten kasvattajien näyttämä malli tunteiden ilmaisemisessa ja tunnistamisessa vaikuttaa lapsiin. Alla oleva sitaatti haastattelusta tukee alateemaa kaikkien tunteiden näyttämisen sekä kasvattajien näyttämän mallin tärkeydestä tunnekasvatuksessa.

”Et meistähän se tosissaan se esimerkki lähtee. Ja mun mielestä myös ihan hyväkin asia, et ne lapset näkee niitä erilaisia tunteita, et me ei mihinkään milläänlailla reagoida, et ollaan ku robotit. Et ei sekään oo hyvä. Et siinähän ne oppii. Ymmärtää et miten erilaisissa tilanteissa mihinkin suhtaudutaan”.

Varhaiskasvattajien ryhmäteemahaastattelusta nousi esiin tunnekasvatuksen tärkeys varhaiskasvatuksen arjessa. Seuraava haastattelusta nostettu sitaatti havainnollistaa tunnekasvatuksen merkitystä arjessa.

”Mut varmaan ainakin se et me jatketaan sitä tunnetaito ja kaveritaito juttuja, et kokoonnutaan porukalla ja jutellaan niistä asioista. Varmaan mitä enemmän niitä käsitellään ja otetaan tähä arkeen ja käytäntöön sitä paremmin ne ehkä sujuu.”

Haastatteluaineisto säilytettiin vain opinnäytetyön tekijöiden hallinnassa. Digitaalisen aineiston säilytettiin tietokoneella ja äylaitteella, jotka oli suojattu pääsykoodilla. Paperisena olleet tutkimusluvut ja muu aineisto säilytettiin lukollisessa kaapissa. Opinnäytetyöprosessimme jälkeen kaikki aineistot hävitettiin. Kirjalliset aineistot silputtiin ja digitaalisessa muodossa olevat poistettiin tiedostoista. Emme keränneet haastatteluissa mitään henkilötietoja, joten kenenkään henkilöllisyys ei ole voinut paljastua. Emme myöskään mainitse toimeskiantajamme organisaatiota, jolloin ei voida päätellä, mistä varhaiskasvatuksen ryhmästä on kyse.

## **5.5 Julisteiden toteuttaminen**

Kehittämistehtävän toiminnallisena osuutena oli tuottaa tunnejulisteet tunteiden ilmaisemisen tueksi. Toteutimme julisteiden tekemisen Canva-nimisellä ilmaisohjelmalla internetissä. Ajatuksenamme oli tuottaa tunteita kuvaavat julisteet, joissa olisi tunnetta kuvaava väri sekä tunnekuva. Julisteiden pohjavärit päätimme yhdessä lasten kanssa. Kysyimme lapsilta piirrosideapajan yhteydessä mikä väri heille tulee kyseisestä tunteesta mieleen. Kirjasimme väri vaihtoehtot ylös ja eniten vastauksia saanut väri valittiin tunteen pohjaväriksi. Julisteiden tunnekuvat valitsimme lasten piirroksista. Ohjekuvat tunteiden ilmaisuun piirsimme itse. Ohjekuvat ovat kuvitettuja tapoja, miten kyseisen tunteen voi näyttää ja tuoda esiin hyväksytyllä ja turvallisella tavalla. Varhaiskasvatujilta tuli haastattelussa toive, että julisteessa näkyisi kuvitettuin keinoja, miten lapset voisivat ilmaista tunteitaan. Erityisesti he nostivat esiin, että olisi tärkeää tuoda lapsille näkyväksi se, että aina saa ja pitää tulla kertomaan aikuiselle, jos jokin asia mietityttää oli tunne mikä tahansa. Siksi jokaisessa julisteessa on kerro aikuiselle-kuva.

Tunnejulisteita voidaan käyttää varhaiskasvatuksen arjessa aina tilanteen ja tarpeen tullen. Julisteiden avulla voidaan auttaa lasta nimeämään ja käsittelemään tunnetta hyväksytysti. Varhaiskasvatijat ja lapsi voivat yhdessä tutkia

julisteita ja miettiä tunteen ilmaisun keinoja lapsen tunnereaktion aikana tai sen jälkeen. Lapsi voi myös omatoimisesti hakeutua julisteiden luo ja harjoitella tunteiden ilmaisemista kuvien avulla. Julisteet ovat koko ajan esillä ja niiden jatkuva saatavilla olo juurruttaa julisteiden käyttöä arjessa. Lasten ja kasvattajien on helppo palata niiden ääreen tarvittaessa arjen tilanteissa.

Lähetimme sähköpostilla kuvat valmiista julisteista varhaiskasvatuksen ryhmään ja heidän mielestään ne olivat juuri sellaiset kuin ajateltiin. He tulostivat julisteet siellä A3 kokoisiksi. Tuotosten valmistuttua pidimme ryhmälle tuokion, jossa esittelimme valmiit julisteet sekä kerroimme miten julisteita voi käyttää. Tuokiolla kävimme jokaisen julisteiden erikseen läpi siten, että lapset saivat kertoa ajatuksiaan julisteiden visuaalisesta ilmeestä ja työskentelystä. Keskustelimme tunteista ja siitä, miten niitä voidaan ilmaista hyödyntäen tunteijulisteita. Alla kuvat valmiista julisteista.



Kuva 2. Ilo

Kuva 3. Pelko



Kuva 4. Viha

Kuva 5. Suru



Kuva 6. Julisteet käytössä

Julisteeseen jätettiin tyhjää tilaa, jotta myös muut lapsiryhmät pystyvät hyödyntämään julisteiden käyttöä omassa arjessaan myöhemminkin. Julisteen yläosan on tarkoitus olla aina samanlainen ja alaosan tyhjä tila jää jokaisen lapsiryhmän itse hyödynnettäväksi. Lapsi piirtää kuvan, joka hänen mielestään kuvastaa esim. vihan tunnetta ja se kiinnitetään julisteeseen. Lasten itse tekemät kuvat julisteisiin auttavat heitä motivoitumaan tunteiden ilmaisemisen harjoitteluun ja julisteiden käyttämiseen.

## 6 ARVIOINTI JA JUURUTTAMINEN

### 6.1 Arviointi

Arvioimme tuotostamme, jotta varmistuimme sen toimivuudesta ja tarpeellisuudesta. Arvioimme työskentelyämme sekä tuotosta keräämällä palautetta työskentelyn aikana ja sen jälkeen. Arviointimenetelmänä oli suullinen palaute, jonka keräsimme kaksi kertaa työskentelyämme aikana. Ensimmäisen palautteen keräsimme haastattelun ja piirrosideapajan jälkeen. Välipalautteesta saimme lapsilta hyvää palautetta ja lapset pitivät piirtämisestä. Varhaiskasvattajilta saimme palautetta aiheen tärkeydestä ja ajankohtaisuudesta, mutta he olivat huolissaan julisteiden juurtumisesta käytäntöön. Sovimme tulevamme esittelemään ja tukemaan julisteiden käyttöönottoa ennen kesää. Pidimme loppuarviointikeskustelun julisteiden esittelyn ja käyttöönoton jälkeen varhaiskasvattajilta sekä keräsimme työskentelystä palautetta lapsilta. Lapset pitivät työskentelystä ja olivat innoissaan, kun he olivat saaneet vaikuttaa julisteiden ulkoasuun. Varhaiskasvattajat olivat tyytyväisiä julisteiden visuaaliseen ilmeeseen ja julisteiden helppokäyttöisyyteen.

Arvioimme myös laadullisen osuutemme luotettavuutta eli reliabiliteettia ja pätevyyttä eli validiteettia. Reliabiliteetin ja validiteetin arviointi on laadullisessa tutkimuksessa haasteellisempää kuin määrällisessä tutkimuksessa. Haastattelutilanteiden videoiminen tai nauhoittaminen lisää luotettavuutta, koska ne voidaan tarkistaa myöhemmin. Halusimme nauhoittaa haastattelun, jotta pystyimme tarkistamaan sen sisällön useaan kertaan. Pätevyyttä voidaan arvioida esimerkiksi siinä, miten totuudenmukaisesti tutkija on ymmärtänyt ja tuottanut tutkittavien ajatukset esiin. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Tarkka dokumentaatio prosessin etenemisestä ja tulosten analysoinnista on yksi edellytys luotettavuuden arvioinnille (Kananen 2014, 134). Kirjoitimme tuotoksemme toteutuksen sekä haastattelun analysoinnin mahdollisimman tarkasti ja ymmärrettävästi. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija on mukana tutkimusprosessissa ja prosessin luotettavuutta arvioidaankin kokonaisuutena (Eskola & Suoranta 2014, 211). Toiminnallisessa opinnäytetyössä laadullisesti kerättyä tutkimustietoa ei ole välttämätöntä tarkastella niin järjestelmällisesti kuin määrällisessä eli kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Laadullista tietoa

käytetään toiminnallisessa opinnäytetyössä usein teoreettisen tiedon tukena muun lähdeaineiston tavoin. Tällainen tieto lisää luotettavuutta teoriaosuuteen ja näin ollen myös koko työhön. (Vilka & Airaksinen 2003, 58.) Opinnäytetyössämme varhaiskasvattajien haastattelussa keräämämme tutkimustietoa on käytetty teoriatiedon tukena. Näin saimme työhömmme lisää luotettavuutta.

## **6.2 Juurruttaminen**

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotoksen juurruttaminen käytäntöön vaatii käyttäjien osallisuutta toiminnalliseen osuuteen. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on usein toiveena käytännön hyöty tuotoksen käyttäjille. Silloin on hyvä ottaa asiakkaat prosessiin mukaan esimerkiksi palautteen antajiksi tai tiedon tuottajiksi. (Vilka 2021, 32–34.) Meidän opinnäytetyömme tuotoksen juurruttaminen käytäntöön vaatii varhaiskasvattajilta ja lapsiryhmältä julisteiden käyttämistä aktiivisesti varsinkin työskentelyn alussa, jotta julisteet tulevat tutuiksi. Julisteiden esittelytuokion tarkoituksena oli saada julisteet juurrutettua varhaiskasvatuksen käyttöön, jotta julisteet tulisivat osaksi arkea.

Otimme varhaiskasvattajat sekä lapset mukaan tuotoksen kehittämiseen. Lapset saivat osallistua julisteiden visuaalisen ilmeen ideointiin, jolloin he tutustuivat julisteiden aiheeseen jo niiden suunnitteluvaiheessa. Varhaiskasvattajilta keräsimme pohjatietoa julisteiden konkreettista käyttöä varten, jolloin varhaiskasvattajat olivat myös osallisina julisteiden tuottamisessa ja suunnittelussa. Keräsimme lapsilta ja varhaiskasvattajilta palautetta tuotoksesta, jolloin he olivat osallisina prosessin loppuvaiheessa. Julisteiden esittelytuokiolla lapset pääsivät myös konkreettisesti kokeilemaan julisteiden käyttöä. Lapset piirsivät haluamiinsa tunteisiin omat tunnekuvat, jotka laitettiin sinitarralla julisteen alalaidassa olevaan tyhjään kohtaan. Näiden asioiden avulla pyrimme juurruttamaan tuotoksemme käytäntöön.

## **7 OPINNÄTETYÖN VAIHEET JA AIKATAULU**

Tuotekehitysprosessi jakautuu useaan eri vaiheeseen. Ensimmäisenä tunnistimme kehittämistarpeet ja sen jälkeen ideoimme ja suunnittelimme kehitettävää asiaa. Toteutusvaiheessa kehitimme varsinaisen tuotoksen, minkä jälkeen oli prosessin ja tuotoksen arviointivaihe sekä tuotoksen juurruttaminen käytäntöön. Tuotekehitysprosessi ei aina välttämättä etene näin systemaattisesti,

vaan vaiheet voivat edetä jossain kohtaa samanaikaisesti ja mennä päällekkäin. (Jokinen 2010, 14; Salonen ym. 2017, 52.) Tuotekehitysprosessimme eteni suunnitelman mukaan ja saimme kehitettyä tunnejulisteet aikataulussa. Taulukossa 2 on tiivistettynä opinnäytetyöprosessimme eteneminen.

	<b>Opinnäytetyöprosessin eteneminen</b>
<b>Syyskuu 2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opinnäytetyön ideointi ja aihe-ehdotuksen lähettäminen</li> </ul>
<b>Lokakuu 2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ohjaustapaaminen opinnäytetyön ohjaajan kanssa</li> <li>• Teams-palaveri toimeksiantajan kanssa → Opinnäytetyön aiheen tarkentuminen</li> </ul>
<b>Marraskuu 2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opinnäytetyösuunnitelman aloittaminen</li> </ul>
<b>Joulukuu 2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opinnäytetyösuunnitelman kirjoittaminen</li> <li>• Yhteydenotto toimeksiantajaan sähköpostilla, jossa tilannekartoitus kevään aikatauluista</li> </ul>
<b>Tammikuu 2022</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. pienryhmäohjaustapaaminen → Suunnitelman ja aiheen tarkentaminen</li> <li>• 2. pienryhmäohjaustapaaminen → Suunnitelman hyväksyminen</li> </ul>
<b>Helmikuu 2022</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutkimuslupien ja suostumusten hakeminen</li> <li>• Varhaiskasvattajien ryhmäteemahaastattelu</li> <li>• Lasten piirrosideapaja</li> <li>• Välipalautteiden kerääminen</li> </ul>
<b>Maaliskuu 2022</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aineiston analysointi, litterointi, teemoittelu</li> <li>• Julisteiden tekeminen</li> </ul>
<b>Huhtikuu 2022</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teorian kirjoittaminen</li> <li>• Julisteiden lähettäminen varhaiskasvatusryhmän kommentoitavaksi</li> </ul>
<b>Toukokuu 2022</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valmiiden julisteiden esittäminen varhaiskasvatusryhmässä</li> <li>• Loppupalautteiden kerääminen</li> </ul>
<b>Kesäkuu – Heinäkuu 2022</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raportin kirjoittaminen</li> </ul>
<b>Syyskuu – Lokakuu 2022</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ohjaustapaaminen ohjaavan opettajan kanssa → Työn muokkaaminen palautteen pohjalta</li> <li>• Työn lähettäminen kielenopettajien kommentoitavaksi → Työn muokkaaminen palautteiden pohjalta</li> <li>• Valmiin työn lähettäminen arvioitavaksi</li> <li>• Valmiin työn esittäminen esitysseminaarissa 13.10.2022</li> </ul>

Taulukko 2. Opinnäytetyöprosessi

Opinnäytetyömme prosessille oli varattu aikaa noin vuosi, syksystä 2021 syksyyn 2022. Aloitimme opinnäytetyöprosessimme ideointi ja suunnitteluvaiheen syys-lokakuussa 2021 aihe-ehdotuksen hyväksynnän jälkeen, sopimalla toimeksiantajamme kanssa Teams-palaverin työmme aiheesta. Palaverissa oli mukana allekirjoittaneet sekä kaksi varhaiskasvatuksenopettajaa. Tämän jälkeen marras-joulukuussa 2021 aloimme kirjoittamaan opinnäytetyömme suunnitelmaa Wordin online-versioon. Ennen joululomaa lähetimme toimeksiantajallemme sähköpostiviestin siitä, missä vaiheessa opinnäytetyöprosessia mennään ja millainen aikataulu vuoden vaihteen jälkeen tulisi olemaan.

Tammikuussa 2022 osallistuimme kahteen pienryhmäohjaustapaamiseen. Suunnitelman hyväksynnän jälkeen saimme hakea työllemme tutkimuslupaa. Tammikuussa sovimme ajankohdan varhaiskasvattajien ryhmähaastattelulle sekä lasten piirrosideapajalle helmikuun puoleen väliin. Tarvitsimme opinnäytetyömme toteutuksessa haastattelun osalta suostumusluvut varhaiskasvattajilta ja varhaiskasvatusryhmän lasten vanhemmilta luvan lasten piirrosten käyttämiseen julisteissa. Teimme opinnäytetyöstämme informointikirjeen, jonka lähetimme kaikille ryhmän lasten vanhemmille sekä varhaiskasvattajille. Ks. liitteet 2–5. Haastattelussa oli mukana kaikki ryhmän varhaiskasvattajat sekä me haastattelijoina. Teimme haastattelurungon, jonka pohjalta teemahaastattelu käytiin. Haastattelu nauhoitettiin kahden eri puhelimen sanelimeen, jotta varmistuimme, että kaikkien äänet kuuluivat selkeästi.

Lapsille pidimme piirrosideapajan saman päivän aikana. Tämän jälkeen aloitimme työstämään toteutusvaihetta, jossa kirjoitimme työmme teoriaosuutta, litteroimme ja analysoimme haastattelun teemoittelun avulla sekä suunnitelimme julisteet toukokuun aikana. Kävimme pitämässä julisteiden esittelytuokion päiväkodilla toukokuun lopulla. Touko-kesäkuussa kirjoitimme opinnäytetyömme toteutuksen sekä arvioinnin pohdintaa. Heinä-elokuussa viimeistelimme työtämme, jotta saimme sen syys-lokakuussa lopulta valmiiksi.

## **8 POHDINTA**

Kumpikaan meistä ei ole aikaisemmin kirjoittanut opinnäytetyötä, joten kokemus oli molemmille aivan uusi. Olimme varanneet reilusti aikaa opinnäytetyöprosessiin ja mielestämme prosessi pysyi hyvin aikataulussa. Hieman

vaikeuksia aikataulullisesti tuotti julisteiden esittely ja juurruttaminen ryhmään, koska suurin osa lapsista jäi kesälomalle toukokuussa. Saimme kuitenkin aikataulumme kohtaamaan lapsiryhmän kanssa ja onnistuimme pitämään prosessin aikataulussa. Mielestämme opinnäytetyömme onnistui suunnitellusti ja julisteisteeet olivat varhaiskasvattajien mielestä hyvät.

Opinnäytetyön luotettavuuden ja eettisen hyväksyttävyyden kannalta on tärkeää, että tutkimus on toteutettu noudattaen hyvän tieteellisen käytännön edellyttämiä tapoja. Tutkimuksen toteuttamisessa, tutkimustulosten käsittelyssä sekä raportoinnissa tulee olla rehellinen ja huolellinen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2002, 3.) Tutkimuksessa tulee myös huomioida ihmisen perusoikeudet kuten itsemääräämisoikeus, yksityisyydensuoja sekä sananvapaus (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 5–6). Huomioimme opinnäytetyössämme eettiset periaatteet siten, että emme keränneet henkilötietoja emmekä käyttäneet opinnäytetyössämme päiväkodin nimeä tai muita tunnistettavia tietoja. Kohtasimme lapset sekä varhaiskasvattajat kunnioittavasti ja heidän toiveensa, sekä päiväkodin tavat huomioon ottaen.

Suunnitelmavaiheessa olimme ajatelleet pitää myös lapsille teemahaastattelun tunteista. Suunnitelman ohjauskeskustelussa saamamme palautteen pohjalta rajasimme kuitenkin työtämme ja jätimme lasten teemahaastattelun pois. Tilalle päätimme toteuttaa piirrosideapajan. Olimme iloisia, että olimme rajanneet aiheita, koska varhaiskasvattajien ryhmäteemahaastattelun litterointi ja teemoittelu oli aikaa vievää. Teemahaastattelu selvensi julisteiden sisältöä sekä käyttötarkoitusta. Saimme haastattelusta paljon lisätietoa teoriatiedon sekä julisteiden tekemisen tueksi.

Julisteiden tavoitteena on tuoda tunnekasvatusta enemmän näkyväksi varhaiskasvatuksen arkeen. Haastattelussa nousi tärkeimmäksi tavoitteeksi tehdä tunnekasvatuksesta rutiininomaista toimintaa arkeen, jotta lapset oppivat ilmaisemaan ja käsittelemään kaikkia tunteita. Haastattelusta nousi myös esiin, että lapsilla on hyvin erilaisia keinoja näyttää tunteitaan, tämän vuoksi julisteisiin piirrettiin monia erilaisia tapoja tunteiden ilmaisemiseen. Haastattelussa tuli ilmi, että kaikki lapset eivät näytä tunteitaan päiväkodissa. Tämän vuoksi koemme erittäin tärkeäksi opettaa kaikkia lapsia tunnistamaan ja

nimeämään tunteitaan, hyväksymään ne ja opettamaan niiden hyväksyttävistä ilmaisusta sosiaalisten normien valossa.

Opinnäytetyö vahvisti käsitystämme, että tunnetaitojen harjoittelusta hyötyvät kaikki lapset, eivät vain aggressiivisesti käyttäytyvät lapset. Uusihaudan (2021, 2 & 23) opinnäytetyö selvitti varhaiskasvattajien ajatuksia tunnekasvatuksesta. Työ toi esiin, että tunnekasvatus näkyy monipuolisesti varhaiskasvatuksessa. Meidän opinnäytetyössämme tuli ilmi, että tunnekasvatus näkyy varhaiskasvatuksessa, mutta sitä tulisi tuoda enemmän arkeen, eikä vain yksittäisiin tunnetaitohetkiin. Jos olisi ollut mahdollista, olisimme halunneet tehdä seurannan siitä, ovatko julisteet juurtuneet varhaiskasvatuksen arkeen ja onko niiden käytöstä ollut hyötyä tunnekasvatuksessa. Valitettavasti aika ja opinnäytetyön laajuuden rajallisuus eivät antaneet meille mahdollisuutta toteuttaa tätä. Tämän työn pohjalta voisi tehdä jatkotutkimuksen julisteiden toimivuudesta varhaiskasvatuksen tunnekasvatuksessa.

Tunteet havaitaan ja näytetään ilmeillä ja eleillä. Korona-aikana kasvomaskien käyttäminen varhaiskasvatuksessa on vaikeuttanut lapsia tunnistamaan aikuisten ilmeitä ja eleitä maskien takaa. Pohdimmekin, että kuinka paljon kasvomaskien käytön vaikutus näkyy tulevaisuudessa lapsilla, jotka ovat eläneet korona-aikaa eivätkä ole voineet tunnistaa ja tulkita aikuisten ilmeitä. Tällä voi olla myös vaikutusta lasten tunteiden ilmaisemisessa. Siksi koemme, että tunnekasvatus on myös erittäin tärkeää nyt niillä lapsien ikäryhmillä, jotka ovat eläneet korona-ajan alkuvaihetta varhaiskasvatuksessa. Aiheesta olisi mielenkiintoista tehdä myös tutkimuksia esimerkiksi opinnäytetyönä.

Tulevina varhaiskasvatuksenopettajina ajattelimme hyödyntää julisteita omassa työssämme tunnekasvatuksessa. Aloitimme molemmat syksyllä varhaiskasvatuksenopettajina uusissa lapsiryhmissä, ja julisteet olisi hyvä ottaa käyttöön heti toimintakauden alussa, jotta ne juurtuvat ryhmän käyttöön. Mielestämme tämä opinnäytetyö antoi meille uusia näkökulmia ja toimintatapoja tunnekasvatuksesta ja lasten kanssa työskentelystä varhaiskasvatuksessa tulevaisuuden varhaiskasvatuksen opettajina sekä sosiaalialan ammattilaisina. Varhaiskasvattajat saivat opinnäytetyöstämme tukea tunnekasvatukseen ja lasten tunteiden ilmaisemisen tukemiseen. Lapsille julisteet toivat uudenlaiset

tunnemateriaalit tukemaan tunteiden ilmaisemista ja harjoitteluun tunne-  
kasvatusta.

## LÄHTEET

- Anttila, S-M. 2015. Lastentarhanopettajien käsityksiä emotionaalisesta työstä varhaiskasvatuksen muuttuvissa ympäristöissä. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden pro gradu -tutkielma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/98339/GRADU-1451909277.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 24.01.2022].
- Dereli, E. 2016. Prediction of Emotional Understanding and Emotion Regulation Skills of 4-5 Age Group Children with Parent-Child Relations. Journal of Education and Practice. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1109436.pdf> [viitattu 19.07.2022].
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10. painos. Tampere: Vastapaino.
- Hujala, E. & Turja, L. (toim.) 2017. Varhaiskasvatuksen käsikirja. 4. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jokinen, T. 2010. Tuotekehitys. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://lib.tkk.fi/Reports/2010/isbn9789526033204.pdf> [viitattu 25.11.2021].
- Jääskinen, A-M. 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja Oy.
- Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona: miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? E-kirja. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 24.11.2021].
- Kananen, J. 2019. Opinnäytetyön ja pro gradun pikaopas: avain opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittamiseen. E-kirja. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 25.11.2021].
- Kangas, J., Karlsson, L. & Lastikka, A-L. 2021. Voimauttava varhaiskasvatus. Leikkivä, osallinen ja hyvinvoiva lapsi. Helsinki: Otava.
- Köngäs, M. 2019. Tunneäly varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Laukaan kunnan varhaiskasvatussuunnitelma. 2021. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://peda.net/laukaa/paivahoito/vasu/varhaiskasvatussuunnitelma-2021:file/download/ddd1db9ca50e4de872277dd2fa8941d7d67f9f88/Laukaan%20varhaiskasvatussuunnitelma%201.8.2021%20alkaen.pdf> [viitattu 23.1.2022].
- Lasten mielenterveys ja mielenterveyden häiriöt. 2020. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/lasten-mielenterveys-ja-mielenterveyden-hairiot> [viitattu 08.07.2022].
- Mielenterveyden vahvistaminen – Tunteet haltuun. Mielenterveystalo. Saatavissa: [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) [viitattu 08.07.2022].

- Niemi, N. 2020. Lasten osallisuus projektityöskentelyssä. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/341076/Opas%20lasten%20osallisuutta%20tukevaan%20projekti%C3%B6skentelyyn%20varhaiskasvatuksessa.pdf?sequence=3&isAlloved=y> [viitattu 7.9.2022].
- Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Tammi.
- Ojala, M. 2015. Varhaiskasvatus, esiopetus ja koulun alku lapsen oppimisen ja kehittymisen näkökulmasta. Opettajankoulutuslaitos. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. Helsinki: Unigrafia Oy.
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. 2020. Tunnetaitojen käsikirja – Askeleittain etenevä tunnetaito-ohjelma lapselle ja vanhemmalle. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy.
- Repo, L. 2015. Bullying and its prevention in early childhood education. Helsingin yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Väitöskirja. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/154445> [viitattu 14.12.2021].
- Roos, P. 2015. Lasten kerrontaa päiväkotiarjesta. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden akateeminen väitöskirja. PDF-dokumentti. Tampere: Juvenes Print. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/96477/978-951-44-9691-2.pdf> [viitattu 13.09.2022].
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/index.html> [viitattu 25.11.2021].
- Salonen, K., Eloranta, S., Hautala, T. & Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Oppimateriaaleja 108. PDF-dokumentti. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf> [viitattu 24.11.2021].
- Sandberg, E. 2021. Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Seppänen, M. 2021. Tunnetaidot voimavarana – Opas sosiaali- ja terveystieteille. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2002. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsitteleminen. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Hyva\\_Tieteellinen\\_FIN.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Hyva_Tieteellinen_FIN.pdf) [viitattu 7.9.2022].
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/EETTISET%20PERIAATTEET\\_TENKIN%20HYV%C3%84KSYM%C3%84%20LUONNOS\\_7.5..pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/EETTISET%20PERIAATTEET_TENKIN%20HYV%C3%84KSYM%C3%84%20LUONNOS_7.5..pdf) [viitattu 7.9.2022].

Uusihauta, J. 2021. Tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa. Tunnekasvatus varhaiskasvattajan näkökulmasta. Opinnäytetyö. Vaasan Ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/508005/Opinn%c3%a4ytety%c3%b6%20-%20Tunnekasvatus%20varhaiskasvatuk- sessa%5eJ%20p%c3%a4iv%c3%a4koti%20Lepp%c3%a4kerttu.pdf?sequence=2&isAllowed=y> [viitattu 24.02.2022].

Varhaiskasvatuslaki 540/2018.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2018. Määräykset ja ohjeet. Opetushallitus. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf) [viitattu 11.7.2022].

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

Vilka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä: ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Zautra, A. J. 2003. Emotions, Stress, and Health. USA: Oxford university press. E-kirja. Saatavissa: [https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=qPXB4s3AHa4C&oi=fnd&pg=PA3&ots=fX5a6C1iKv&sig=TKG5gx9fGbqzSYAWuZQ31KUP2Do&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=qPXB4s3AHa4C&oi=fnd&pg=PA3&ots=fX5a6C1iKv&sig=TKG5gx9fGbqzSYAWuZQ31KUP2Do&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false) [viitattu 14.12.2021].

## **TEEMAHAASTATTELUN RUNKO JA IDEAPAJA**

Varhaiskasvatuksen työntekijöiden ryhmäteemahaastattelun runko

### 1. Tunnekasvatus arjentalanteissa varhaiskasvatuksessa

- Haasteet tunnekasvatuksessa
- Vahvuudet tunnekasvatuksessa

### 2. Ajatukset tunne -julisteiden sisällöstä

- Keinoja tunteiden hyväksytyyn ilmaisemiseen
- Lasten tunteiden ilmaisemisen rohkaisemiseen

Lasten piirrosideapajan sisältö

### 1. Ideat julisteiden ulkoasusta

- Värit
- Kuvat

## TUTKIMUSTIEDOTE VARHAISKASVATTAJILLE

### Apua tunteiden ilmaisuun varhaiskasvatuksessa - Tunne -julisteet

#### Opinnäytetyöntekijät

Jenna Piispanen ja Tiia Sistonen

Yhteyshenkilö tutkimukseen liittyvissä kysymyksissä:

Tiia Sistonen, Puh. +358 400 686590, [btisi001@edu.xamk.fi](mailto:btisi001@edu.xamk.fi)

Jenna Piispanen, Puh +358 50 5622294, [ajepi007@edu.xamk.fi](mailto:ajepi007@edu.xamk.fi)

#### Opinnäytetyön tarkoitus

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tunnejulisteet varhaiskasvatuksen seinille varhaiskasvattajien ja lasten jokapäiväiseen käyttöön tunnekasvatukseen ja lasten tunteiden ilmaisemisen tukemiseen. Julisteiden avulla lapset oppivat ja rohkaistuvat näyttämään tunteitaan hyväksytyllä tavalla. Varhaiskasvattajille julisteet tuovat arjessa koko ajan saatavilla olevan materiaalin, jonka avulla voi tukea lasten tunteiden ilmaisemista ja tunnereaktioiden käsittelyä.

Lasten visuaaliset ideat ja ajatukset siitä, miltä tunteet heidän mielestään näyttävät auttavat heitä omaksumaan julisteiden käyttöä ja motivoitumaan tunteiden ilmaisemisen harjoitteluun julisteiden avulla, kun heidän oma kädenjälkensä on niissä esillä. Lasten ideat kerätään piirrosideapajan avulla, jossa lapset saavat tuottaa piirtäen oman näkemyksensä käsiteltävästä tunteesta.

Varhaiskasvattajien ajatukset ryhmän tunnekasvatuksesta ja tunteiden ilmaisemisen keinoista auttavat lapsiryhmää sopimaan juuri heille sopivat toimintamallit julisteiden käyttämiseen. Varhaiskasvattajien ajatukset kerätään ryhmäteemahaastattelulla, joka nauhoitetaan.

#### Pyyntö osallistua opinnäytetyöhön

Pyydämme sinua osallistumaan tähän opinnäytetyöhön. Sinulla on mahdollisuus tehdä kysymyksiä opinnäytetyöstä, kun olet perehtynyt tähän tiedotteeseen. Tämän jälkeen sinulta pyydetään suostumus opinnäytetyöhön osallistumisesta.

#### Vapaaehtoisuus

Osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja voit keskeyttää osallistumisesi koska tahansa. Mikäli keskeytät osallistumisen tai peruutat suostumuksen, keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

#### Tutkimustuloksista tiedottaminen

Kerättyä aineistoa voidaan käyttää ja hyödyntää sellaisessa muodossa, jossa yksittäistä tutkittavaa ei voida tunnistaa. Opinnäytetyössä kerättävää aineistoa käytetään ainoastaan tämän opinnäytetyön tekemiseen. Aineistoissa ei kerätä henkilötietoja, joten kenenkään henkilöllisyys ei ole tiedossa, eikä voi paljastua. Varhaiskasvattajien haastattelu lähetetään haastateltaville tarkistettavaksi aineiston analysoinnin jälkeen.

**SUOSTUMUS****OPINNÄYTETYÖHÖN OSALLISTUMISESTA****Apua tunteiden ilmaisuun varhaiskasvatuksessa – Tunne -julisteet****Laukaan varhaiskasvatus****Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu, sosiaaliala****Jenna Piispanen ja Tiia Sistonen**

Olen lukenut ja ymmärtänyt saamani tutkimustiedotteen.

Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen opinnäytetyöstä. Ymmärrän, että tietojani käsitellään luottamuksellisesti. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin opinnäytetyötä koskeviin kysymyksiini.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani opinnäytetyöhön. Olen saanut riittävät tiedot oikeuksistani, opinnäytetyön tarkoituksesta ja sen toteutuksesta sekä opinnäytetyön hyödyistä ja riskeistä. Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan opinnäytetyöhön.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin peruuttaa tämän suostumukseni koska tahansa syytä ilmoittamatta. Olen tietoinen siitä, että mikäli keskeytän tutkimuksen tai peruutan suostumuksen, minusta keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Allekirjoituksellani vahvistan, että annan suostumukseni opinnäytetyöhön osallistumiseen.

---

Päiväys ja paikka

Tutkittavan allekirjoitus

Tutkittavan nimenselvennös

## TUTKIMUSTIEDOTE LASTEN VANHEMMILLE

### Apua tunteiden ilmaisuun varhaiskasvatuksessa - Tunne -julisteet

#### Opinnäytetyöntekijät

Jenna Piispanen ja Tiia Sistonon

Yhteyshenkilö tutkimukseen liittyvissä kysymyksissä:

Tiia Sistonon, Puh. +358 400 686590, [btisi001@edu.xamk.fi](mailto:btisi001@edu.xamk.fi)

Jenna Piispanen, Puh +358 50 5622294, [ajepi007@edu.xamk.fi](mailto:ajepi007@edu.xamk.fi)

#### Opinnäytetyön tarkoitus

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tunnejulisteet varhaiskasvatuksen seinille varhaiskasvattajien ja lasten jokapäiväiseen käyttöön tunnekasvatukseen ja lasten tunteiden ilmaisemisen tukemiseen. Julisteiden avulla lapset oppivat ja rohkaistuvat näyttämään tunteitaan hyväksytyllä tavalla. Varhaiskasvattajille julisteet tuovat arjessa koko ajan saatavilla olevan materiaalin, jonka avulla voi tukea lasten tunteiden ilmaisemista ja tunnereaktioiden käsittelyä varhaiskasvatuksessa.

Lasten visuaaliset ideat ja ajatukset siitä, miltä tunteet heidän mielestään näyttävät auttavat heitä omaksumaan julisteiden käyttöä ja motivoitumaan tunteiden ilmaisemisen harjoitteluun julisteiden avulla, kun heidän oma kädenjälkensä on niissä esillä. Lasten ideat kerätään piirrosideapajan avulla, jossa lapset saavat tuottaa piirtäen oman näkemyksensä käsiteltävästä tunteesta. Lasten piirtämiä kuvia hyödynnetään julisteiden visuaalisessa ilmeessä.

Varhaiskasvattajien ajatukset ryhmän tunnekasvatuksesta ja tunteiden ilmaisemisen keinoista auttavat lapsiryhmää sopimaan juuri heille sopivat toimintamallit julisteiden käyttämiseen. Varhaiskasvattajien ajatukset kerätään ryhmäteemahaastattelulla, joka nauhoitetaan.

#### Pyyntö osallistua opinnäytetyöhön

Pyydämme lastasi osallistumaan tähän opinnäytetyöhön. Lapsesi osallistuminen opinnäytetyöhön tarkoittaa sitä, että saamme käyttää lapsen piirtämiä kuvia tunnejulisteissa. Sinulla ja lapsellasi on mahdollisuus tehdä kysymyksiä opinnäytetyöstä, kun olette perehtyneet tähän tiedotteeseen. Tämän jälkeen sinulta pyydetään suostumus lapsesi osallistumisesta tähän opinnäytetyöhön.

#### Vapaaehtoisuus

Osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja lapsesi voi keskeyttää osallistumisen koska tahansa. Mikäli hän keskeyttää osallistumisen tai te peruutatte suostumuksen, keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana opinnäytetyötä.

#### Tutkimustuloksista tiedottaminen

Kerättyä aineistoa voidaan käyttää ja hyödyntää sellaisessa muodossa, jossa yksittäistä tutkittavaa ei voida tunnistaa. Opinnäytetyössä kerättävää aineistoa käytetään ainoastaan tämän opinnäytetyön tekemiseen. Aineistoissa ei kerätä henkilötietoja, joten kenenkään henkilöllisyys ei ole tiedossa, eikä voi paljastua. Lasten piirroksiin ei kerätä nimiä, joten kenenkään henkilöllisyys ei voi silläkään tavoin paljastua.

**VANHEMMAN SUOSTUMUS LAPSEN  
OSALLISTUMISESTA OPINNÄYTETYÖHÖN**

**Apuja tunteiden ilmaisuun varhaiskasvatuksessa – Tunne -julisteet**

**Laukaan varhaiskasvatus**

**Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu, sosiaaliala**

**Jenna Piispanen ja Tiia Sistonen**

Olen lukenut ja ymmärtänyt saamani tutkimustiedotteen.

Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen opinnäytetyöstä. Ymmärrän, että tietojani käsitellään luottamuksellisesti. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin opinnäytetyötä koskeviin kysymyksiini.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani opinnäytetyöhön. Olen saanut riittävät tiedot oikeuksistani, opinnäytetyön tarkoituksesta ja sen toteutuksesta sekä opinnäytetyön hyödyistä ja riskeistä. Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan opinnäytetyöhön.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin peruuttaa tämän suostumukseni koska tahansa syytä ilmoittamatta. Olen tietoinen siitä, että mikäli keskeytän tutkimuksen tai peruutan suostumuksen, minusta keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Allekirjoituksellani vahvistan, että annan suostumukseni opinnäytetyöhön osallistumiseen.

---

Päiväys ja paikka

---

Tutkittavan lapsen nimi

---

Tutkittavan lapsen vanhemman allekirjoitus

---

Tutkittavan lapsen vanhemman nimenselvennös

## ILO-JULISTE

# ILO

## NÄYTÄ TUNTEESI

HYMYILE

KERRO  
AIKUISELLETEE JOTAIN  
KIVAAJAA ILOA  
MUILLE**TÄLTÄ ILO NÄYTTÄÄ**

## PELKO-JULISTE

# PELKO

NÄYTÄ TUNTEESI



TURVA

KERRO  
AIKUISELLE

SYLI

HALAA

**TÄLTÄ PELKO NÄYTTÄÄ**

## VIHA-JULISTE

# VIHA

## NÄYTÄ TUNTEESI

PURA KIUKKU  
SATUTTAMATTA  
KETÄÄN



SYLI



HUUDA  
KIUKKUTYYNYYN



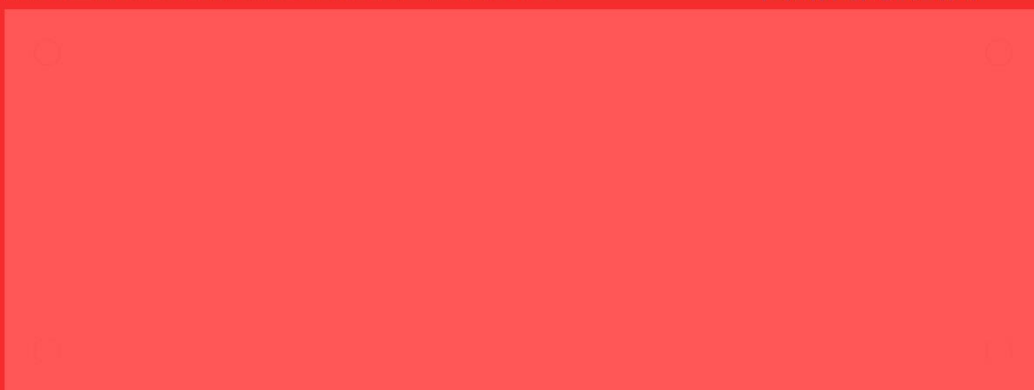
MENE  
RAUHOITTUMIS-  
PAIKKAAN



KERRO  
AIKUISELLE



**TÄLTÄ VIHA NÄYTTÄÄ**



## SURU-JULISTE

# SURU

## NÄYTÄ TUNTEESI

ITKE

KERRO  
AIKUISELLE

SYLI



HALAA



TURVA

**TÄLTÄ SURU NÄYTTÄÄ**