

## OPINNÄYTETYÖ

### Tunnetaito-opetusmateriaali 1.-3.-luokkalaisille

Oona Grof

Yhteisöpedagogi  
Järjestö- ja nuorisotyö  
210 op

Arvioitavaksi jättämisaika  
2/2026

# TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu  
Yhteisöpedagogi järjestö- ja nuorisotyö

---

Tekijät: Oona Grof  
Opinnäytetyön nimi: Tunnetaito-opetusmateriaali 1.-3.-luokkalaisille  
Sivumäärä: 42 ja 15 liitesivua  
Työn ohjaaja: Juha Nikkilä  
Työn tilaaja: Nivan koulu

---

Tämä opinnäytetyö tarkastelee, miten tunnetaitoja tulisi opettaa 1.–3.-luokkalaisille osana perusopetusta. Tunnetaidot ovat viime vuosina nousseet merkittäväksi osaksi kasvatuksellista ja yhteiskunnallista keskustelua. Tunnetaidoilla tarkoitetaan kykyä tunnistaa, nimetä ja säädellä omia tunteita sekä ottaa huomioon toisten tunteet. Perusopetuksen opetussuunnitelma (POPS 2014) sisällyttää tunnetaidot osaksi laaja-alaista osaamista, mutta niiden käytännön toteutus kouluissa vaihtelee.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää lapsilähtöinen tunnetaito-opetusmateriaali sekä sen ympärille rakennettu opetustuokio. Opetusmateriaali laadittiin kolmen lähdeteoksen pohjalta, ja sen suunnittelussa huomioitiin ajankohtaiset ja käyttökelpoiset tavat opetella tunnetaitoja. Opetusmateriaaliin laadittiin pedagogisesti toisistaan poikkeavia tehtäviä ja niissä huomioitiin lapsille ominaiset tavat oppia.

Opinnäytetyössä tuotettu tunnetaito-opetusmateriaali rakentuu tunnetarinasta, info-osuudesta sekä viidestä tehtävästä, joista jokaisella on ennalta asetetut tavoitteet. Materiaali ja opetustuokio suunniteltiin niin, että ne ovat linjassa opetussuunnitelman ja ennaltaehkäisevän työn periaatteiden kanssa. Opetustuokion vuorovaikutus perustuu dialogiseen oppimiseen ja ohjauksessa hyödynnetään myönteisen tunnistamisen työotetta. Opetustuokio toteutettiin kahdessa eri luokassa, ja sen aikana kerättiin aineistoa sekä opetuksen toimivuudesta, että siitä, miten tehtävät tavoittivat oppilaat. Kehittämismenetelminä käytettiin osallistuvaa ja avointa havainnointia, tunnetaitotehtäviä sekä strukturoituja fokusryhmä- ja yksilöhaastatteluja. Aineistoa analysoitiin sekä laadullisesti, että määrällisesti. Aineisto kerättiin neljän päivän aikana.

---

Asiasanat: tunnetaidot, tunteet, tunneäly, perusopetus, oppiminen

# ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences  
Bachelor's degree in NGO and youth work, community educator (BH)

---

Author: Oona Grof  
Title: Emotional skills learning material for grades 1-3  
Number of Pages: 42 and 15 attachment pages  
Supervisor(s): Juha Nikkilä  
Commissioned by: Nivan koulu

---

This bachelor's thesis examines how emotional skills should be taught to pupils in grades 1–3 as part of basic education. In recent years, emotional skills have become a significant topic in educational and societal discourse. Emotional skills refer to the ability to recognize, name, and regulate one's own emotions, as well as to take others emotions into account. The national core curriculum for basic education (2014) includes emotional skills as part of transversal competence; however, their practical implementation varies between schools.

The aim of this thesis was to develop child-centered emotional skills teaching material and a lesson built around it. The teaching material was developed based on three source publications, and its design took into account current and practical approaches to learning emotional skills. The material includes pedagogically diverse tasks that consider children's characteristic ways of learning.

The emotional skills teaching material produced in this thesis consists of a story of emotions, an informational section, and five tasks, each with predefined objectives. The material and the lesson were designed to align with the national curriculum and the principles of preventive work. Interaction during the lesson is based on dialogical learning, and the guidance approach utilizes positive recognition. The lesson was implemented in two different classes, during which data were collected on both the functionality of the teaching and how effectively the tasks engaged the pupils. The research methods included participatory and open observation, emotional skills tasks, and structured focus group and individual interviews. The data were analyzed using both qualitative and quantitative methods. Data collection was conducted over a four-day period.

---

Keywords: emotional skills, emotions, emotional intelligence, primary and lower secondary education, learning

# SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO .....	6
2	OPINNÄYTETYÖN TILAAJA JA TARVE .....	7
3	TUNNEÄLY .....	10
	3.1 Tunneäly oppimisen pohjana .....	10
	3.2 Tunneälyn varhainen tutkimushistoria.....	10
	3.3 Tunnetaidot tänään.....	11
	3.4 Tekoälyn synteesi aiheesta.....	12
4	KESKEISET KÄSITTEET .....	14
	4.1 Tunteet ja perustunteet.....	14
	4.2 Tunnetaidot ja tunnesäätely .....	15
	4.3 Kertomukset ja dialogisuus oppimisessa .....	16
	4.4 Myönteinen tunnistaminen .....	16
	4.5 Ennaltaehkäisevä työ .....	17
5	OPETUSTUOKION SUUNNITTELU .....	18
	5.1 Opetusmateriaalin tausta ja rakenne .....	18
	5.2 Opetustuokion ilmapiiri .....	19
	5.3 Opetusmateriaalin tehtävät.....	19
6	KEHITTÄMISMENETELMÄT .....	22
	6.1 Lähestymistapa .....	22
	6.2 Aineiston keräämisen menetelmät .....	22
	6.3 Aineiston analysointitavat.....	24

6.4	Etiikka .....	25
7	TULOKSET JA ANALYYSI.....	27
7.1	Opetustuokioiden tulokset ja analyysi .....	27
7.2	Tunnetaitotehtävien tulokset ja analyysi.....	31
7.3	Haastattelujen tulokset ja analyysi.....	33
7.4	Yhteenveto .....	36
8	TUOTOKSET JA JATKOKEHITTÄMINEN .....	38
8.1	Tuotos – tunnetaito-opetusmateriaali ja opetustuokio .....	38
8.2	Jatkokehittäminen .....	39
8.3	Arviointi, pohdinta ja tulosten jalkauttaminen .....	40
8.4	Tekoäly .....	42
	LÄHTEET .....	43
	LIITTEET .....	46

# 1 JOHDANTO

Viime vuosina tunnetaidot ovat nousseet yhä vahvemmin osaksi yhteiskunnallista keskustelua. Tunnetaitoihin liittyviä sisältöjä voidaan nähdä niin kirjallisuudessa, lastenohjelmissa ja opetuksessakin. Tunnetaidoilla tarkoitetaan ihmisen kykyä tunnistaa, nimetä ja säädellä omia tunteitaan. Myös toisten tunteiden huomiointi ja niihin rakentavasti reagointi kuuluvat tunnetaitoihin. Elämämme perustuu vuorovaikutukseen ja tunteet ovat aina mukana. Elämäämme mahtuu paljon tapahtumia, joissa tunnetaidoista on hyötyä. (Mieli, n.d.). Tunnetaidoista puhuttaessa voidaankin puhua jo ilmiöstä. Ilmiöllä tarkoitetaan havaittua asiaa, joka voidaan jollainlailla selittää. Sen taustalla vaikuttaa useita eri tekijöitä, jotka eivät ole suoraan riippuvaisia toisistaan. (Sitra, n.d.). Ilmiö siis näkyy ja kuuluu. Siitä puhutaan ja se aiheuttaa ympäristössä muutosta. Ajankohtainen ilmiö tarvitsee ympärilleen kehittäjiä muutoksen toteutumiseksi.

Tämä opinnäytetyö tarkastelee sitä, miten tunnetaitoja tulisi opettaa 1.-3.-luokkalaisille osana perusopetusta. Työskentelen koulunkäynninohjaajana Kiuruvedellä Nivan alakoululla ja näin ollen opinnäytetyö tuntuikin luontevalta toteuttaa alakoululle. Opinnäytetyössä luotiin kolmen eri lähdeteoksen pohjalta tunnetaito-opetusmateriaali, jonka ympärille suunniteltiin opetustuokio. Opetustuokio toteutettiin kahdessa eri luokassa Nivan alakoululla. Opetusmateriaalissa on korostettu taito -näkökulmaa, sillä tunnetaidot ovat opeteltavissa oleva asia (Sadeniemi ym., 2024, s. 11) siinä, missä vaikkapa matematiikkakin on. Näkisin myös, että koulutaipaleensa aloittanut lapsi on motivoitunut oppimaan uusia asioita ja näin ollen koulu on otollinen ympäristö tunnetaitojen opiskeluun.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TILAAJA JA TARVE

Opinnäytetyön tilaajana toimii Nivan koulu, joka sijaitsee Pohjois-Savossa Kiuruvedellä. Nivan koululla opiskelee noin 360 oppilasta ja opetusta toteutetaan useammassa toimipisteessä. Nivan alakoulussa opetetaan vuosiluokkia 1.-6. sekä esikoululaisia, joilla ei ole päivähoidon tarvetta. Tämä opinnäytetyö toteutettiin neljän päivän aikana Nivan yksikössä ja siihen osallistui 2.-luokkalaisia ja pienluokkalaisia.

Tunnetaitokasvatus on tärkeää, sillä se edistää lasten eheän itsetunnon kehittymistä ja sosiaalisia taitoja. Kaveritaidot kehittyvät, mikä taas voidaan nähdä ennaltaehkäisevänä tekijänä kiusaamisasioissa. Tunnetaitojen opetteleminen edistää myös lasten mielenterveyttä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2025). Kun tunnetaitoja opetellaan jo lapsena, ne jäävät pysyvästi osaksi yksilön minä- ja maailmankuvaa. Käytännössä tämä voi tarkoittaa sitä, että tunnepuhe tulee osaksi arkea niin koulussa, kuin kotonakin. Yksilötasolla se on myös sitä, että tunteiden tunnistaminen ja niiden kuunteleminen tulee luontevaksi osaksi jokaisen omaa toimintaa. Kehittämistyössä tuotetun tunnetaito-opetusmateriaalin kohderyhmäksi valikoitui 1.-3.-luokkalaiset siksi, että koulutyön aloittaminen ja kasvaminen koululaiseksi on lapselle kuormittavaa aikaa. Uudet vaatimukset ja kaverisuhteissa toimiminen lisäävät itsesääntelyn tarvetta. Tässä iässä lapset alkavat myös muodostaa pysyviä ajatus- ja toimintamalleja. (Positiivinenkasvatus.fi, 2026). Onnistunut tunnetaito-opetus tässä vaiheessa auttaa lasta näissä askelissa, tukee lasten tämänhetkistä hyvinvointia ja vaikuttaa myönteisesti myös heidän tulevaisuuteensa.

Koulun keskeisenä tehtävänä on tukea oppilaita ihmisyyteen kasvamisessa ja toimimaan eettisesti vastuullisesti yhteiskunnan jäsenenä. (Opetushallitus 2014, s. 15) Tähän kokonaisuuteen nojaten tunnetaidot ovat tulleet vähitellen myös osaksi pedagogiikkaa. Vuonna 2016 voimaan astunut uusi perusopetuksen suunnitelma POPS 2014 sisällytti tunnetaidot tavoitteelliseksi osaksi ohjausta ja kasvatusta. Tunnetaidot kuuluvat laaja-alaisen osaamisen kokonaisuuteen. Kohdassa L2 – Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu tunnetaitokasvatusta kuvataan näin: "Oppilas oppii ilmaisemaan itseään ja tunteitaan rakentavasti sekä toimimaan vastuullisesti ja vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Oppilasta ohjataan tunnistamaan omia vahvuuksiaan ja kehittämään empatiakykyä, itsetuntemusta ja tunnetaitoja." (Opetushallitus 2014, s. 21). Tunnetaitoja käsitellään esimerkiksi uskonnon, äidinkielen ja ympäristöopin opetuksi-

sällöissä. Näkisin että Tunnetaitojen opettamista olisi hyvä toteuttaa myös erillisillä, niihin keskittyvillä oppitunneilla, sillä tutkimusnäyttö osoittaa systemaattisen ja suunnitelmallisen tunnetaitojen opetuksen tuottavan selkeää hyötyä.

Tunnetaitojen opetus edistää lasten oppimista ja koulutaitoja. Daniela Maree Ashdown ja Michael E. Bernard tutkivat lapsille suunnattua systemaattista sosiaalisten- ja tunnetaitojen opettamista katolilaisessa alakoulussa Melbournessa vuonna 2011. You Can Do It! Early Childhood Education Program (YCDI) -ohjelman tutkimukseen osallistui 99 5-7 vuotiasta lasta, joista puolet saivat sosiaalisten- ja tunnetaitojen opetusta ohjelman mukaisesti kymmenen viikon ajan ja verrokkiryhmän lapset eivät saaneet opetusta ollenkaan. YCDI-ohjelmaan osallistuneet lapset kehittyivät työskentelytaidoissa, itsesäätelyssä ja sosiaalisissa taidoissa huomattavasti enemmän, verrattuna verrokkiryhmään. Myös käyttäytymisongelmat vähenivät ja heikomman lukutaidon omaavien oppilaiden lukutaito kehittyi tilastollisesti merkittävästi. (Ashdown, 2011, s. 4-11).

Näyttöä tunnetaitojen opetuksen positiivisista vaikutuksista löytyy myös Oulusta. Kaukovainion koulun opettajien mukaan muutos näkyy oppilaiden käytöksessä. Jo useamman lukuvuoden aikana toteutetun tunne- ja turvataito-opetuksen myötä oppilaiden resilienssi, eli yksilöllinen sietokyky, on kasvanut. Oppilaat osaavat myös ratkaista riitatilanteita paremmin, he sanoittavat tunteitaan ja osaavat myös rauhoittaa itseään. (Fränti, 2025).

Helsinki osallistui vuonna 2019 OECD:n Survey on Social and Emotional Skills (SSES) -tutkimukseen, joka kartoitti 10-15-vuotiaiden sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja sekä sitä, miten taidot liittyvät koulumenestykseen ja hyvinvointiin. Tutkimuksen mukaan näiden taitojen opetelemisella on yhteys parempaan koulumenestykseen. Tutkimuksessa nousi esiin, että oppimistulosten kannalta keskeisiä taitoja ovat uteliaisuus, sinnikkyys, itsevarmuus ja luottamus muihin. Helsingissä nämä taidot ennustivat parhaiten 15-vuotiaiden koulumenestystä lukemisessa, matematiikassa ja taideaineissa. (OECD, 2021, s. 2-10).

Lasten tunnetaitokasvatus on myös ennaltaehkäisevää mielenterveys- ja päihdetyötä. THL:n toteuttamien kouluterveyskyselyiden perusteella vuonna 2023 noin joka kolmas tyttö ja joka viides poika koki toimintakykyyn vaikuttavaa ahdistuneisuutta tai masennusta. (Åström ym., 2024). Ilmiö näkyy ja kuuluu yhteiskunnassa muutoinkin kuin tilastoissa. Mielenterveyspalveluiden kysyntä on kasvanut ja jonot palveluiden äärelle ovat pitkiä. Koululaisten keskuudessa

mielenterveyspuhe on lisääntynyt ja diagnooseista puhumisesta on tullut arkipäiväistä. Koulu-  
maailmassa mielenterveyden haasteet voivat näyttäytyä lisääntyneinä poissaoloina ja levottomuuksina niin luokkatiloissa, kuin välitunneilla.

Yhteenvetona voidaan siis todeta, että tunnetaitojen opetus alakoulussa ei ole vain lasten hyvinvoinnin tukemista, vaan se edistää myös lasten koulumenestystä ja oppimista. Tunnetaitojen opetuksesta löytyy myös ennaltaehkäisevän työn näkökulma ja se edistää lasten mielenterveyttä. Tunnetaitojen opettaminen on näin ollen olennainen osa laadukasta perusopetusta.

## 3 TUNNEÄLY

Jotta pystymme ymmärtämään tunnetaitoja, tulee meidän ymmärtää tunneälyn käsite, johon tunnetaito-opetus nykyisellään perustuu. Näissä alaluvuissa käydään läpi tunneälyn tutkimuksen varhaista historiaa ja keskeisiä tutkijoita, joiden työ loi perustan nykyiselle käsitykselle tunneälystä. Lisäksi käydään läpi, kuinka tunnetaidot tulivat osaksi perusopetusta Suomessa. Tunneäly yksinkertaisimmillaan on ajattelun ajattelua, jota psykologian tohtori Daniel Goleman nimittää itsetuntemukseksi (Goleman, 1997, s. 69). Psykiatrian erikoislääkäri ja psykoterapeutti Minna Sadeniemi ja hänen yhteistyökumppaninsa kutsuvat tätä viisaaksi mieleksi teoksessaan *Viisas mieli*, joka käsittelee tunnesäätelyasioita (Sadeniemi ym., 2024, s. 10-11). Saman kyvyn ympärille on sittemmin kehittynyt useita eri käsitteitä, esimerkiksi metakognitio, joka tarkoittaa oman ajattelun tietoista tarkastelua ja hallintaa (Tieteen termipankki, 2026).

### 3.1 Tunneäly oppimisen pohjana

Pohja yksilön tunnetaidoille ja tunneälylle muodostuu jo ennen kouluikää ja sen kehitys jatkuu koulun ajan aina aikuisuuteen saakka. Lapsuudessa viritetty pohja vaikuttaa paljon siihen, millaiset valmiudet lapsella on kouluiässä oppimiseen, muiden kanssa toimeen tulemiseen ja itsehillintään. Myös lapsen itsevarmuus ja kyky ilmaista omia tarpeita liittyvät tähän tunneälyn kokonaisuuteen. Tunneäly voidaan nähdä omanlaisena viisautenansa, niin sanotun järkimielen vastaparina. Voidaan ajatella, että ihminen, joka elää pelkän järjen varassa jää ehkä jostain paitsi sosiaalisessa elämässä. Myöskään pelkän tunteet varassa tehdyt päätökset eivät nekään johda välttämättä aina parhaisiin mahdollisiin lopputuloksiin. (Goleman, 1997, s. 26). Tunneäly on siis jonkinlaista kypsyyttä ja henkistä pääomaa. Siihen liittyy omien tunteiden havainnoinnin lisäksi myös kyky havainnoida muiden tunteita ja ottaa ne huomioon. Tunneälystä on hyötyä yksilötasolla ja sitä voi käyttää työkaluna oman hyvinvoinnin lisäämiseen. Tunneälystä on myös hyötyä vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Tunneäly luo siis hyvät valmiudet elämälle ja oppimiselle.

### 3.2 Tunneälyn varhainen tutkimushistoria

Tämän tiedon valossa tunnetaitojen opettaminen koulussa vaikuttaa tarpeelliselta ja ajankohtaiselta. Tunneälyn varhaisimpana tutkijana voidaan pitää Edward Thorndikea, joka tutki ihmisen sosiaalista älykkyyttä 1920 luvulla. Thorndike pyrki tutkimuksellaan ymmärtämään ihmisen käytöstä ja tämän avulla oppia miten käyttäytyä viisaasti ihmissuhteissa. (Socialigence,

n.d.) Thorndikea seuranneet teoreetikot ja tutkijat niin ikään jatkoivat sosiaalisen älyn määrittelyä seuraavilla vuosikymmenillä. George Washingtonin yliopistotutkijat Fred Moss ja Thelma Hunt tunnistivat ensimmäisinä tarpeen kehittää työnantajille ja kouluttajille testin sosiaalisesta älykkyydestä. (National museum of American history, n.d.). Jo tuolloin löydettiin siis yhteys ihmisen taitavan sosiaalisen toiminnan ja työelämässä menestymisen välillä.

Seuraavien vuosikymmenien saatossa tunneäly lopulta jalostui omaksi tieteen haarakseen 1990-luvulla kun amerikkalaiset psykologit Peter Salovey ja John Mayer käyttivät ensimmäisenä käsitettä tunneäly. Saloveyn ja Mayerin mukaan tunneäly oli sosiaalisen älykkyyden yksi muoto, joka koostui kyvystä tarkkailla sekä omia, että toisten tunteita. Tämän lisäksi tuli pystyä erottamaan tunteet toisistaan ja hyödyntämään tätä tietoa oman ajattelun ja toiminnanohjauksessa. (Salovey ym., 1990, s. 185-211).

Tunneäly käsitteen lopulta popularisoi Daniel Goleman teoksellaan *Tunneäly* vuonna 1997. Goleman nimittää tunteiden objektiivista tarkkailua itsetuntemukseksi. Se, että tunteen hetkellä pystyy ikään kuin sivusta tarkkailemaan koettua tunnetta sitä arvottamatta, on hyvän itsetuntemuksen perusta. Goleman tarkensi häntä edeltävien teoreetikkojen tutkimusta sosiaalisesta- ja tunneällystä ja näki, että ihmisen oleminen perustuu kahteen eri ajattelutapaan: järkevään ja tuntevaan mieleen. Golemanin mukaan järkimieli ja tunnemieli ovat toisistaan erillisiä kokonaisuuksia, jotka tekevät yhteistyötä keskenään. Siinä missä järki tarvitsee välillä apua tunteilta, vaikuttavat tunteet myös välillä järjenjuoksuun. Toisinaan taas käy niin, että jompikumpi näistä mielistä ottaa täysin vallan ja ihminen saattaa vaikkapa voimakkaan tunteen vallassa tehdä jotain peruuttamatonta. Goleman tutki myös tunteiden biologiaa ja löysi yhteyksiä tunteiden tarkoitukselle evoluution näkökulmasta. Eri tunteilla on oma biologinen tarkoitus ja esimerkiksi pelon tarkoitus on kivikaudella ollut yksinkertainen: pitää meidät hengissä. Pelko onkin eräs voimakkaimmin tuntuista tunteista. Goleman esitti myös, että perinteisen ÄO-testin rinnalle tulisi kehittää uusi tunneälyä mittaava testi. (Goleman, 1997, s. 26, 41, 70).

### 3.3 Tunnetaidot tänään

Vaikka nämä tutkimukset tapahtuivat jo vuosikymmeniä sitten, perustuvat monet nykypäivän tunnetaitosisällöt samoihin oppeihin. Suomessa kouluissa alettiin opettamaan tunnetaitoja ensimmäisen kerran osana terveystiedon tunteja vuonna 2001. Terveystiedon tuntien odotettiin tukevan nuorten hyvinvointia ja ehkäisevän koulukiusaamista, syrjäytymistä sekä päihteisiin

liittyviä ongelmia. (Sommar, 2014). Vuonna 2016 astui voimaan uusi perusopetuksen suunnitelma, mikä sisällytti tunnetaidot osaksi perusopetusta (Lajunen ym., 2019, s. 3). Tämä mahdollisti kohdennettujen sisältöjen luomisen ammattilaisille, jotka työskentelevät lasten parissa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos loi vuonna 2019 5-11-vuotiaille suunnatun kasvatusmallin, jonka avulla pienet lapset oppivat tunnistamaan, säätelemään ja ilmaisemaan tunteitaan, sekä puolustamaan rajojaan turvallisuutta uhkaavissa tilanteissa. Lasten tunne- ja turvataitokasvatuksella on tarkoitus tukea ja vahvistaa lasten omien voimavarojen ja selviytymiskeinoja laajalaisesti. Kasvatusmalli sisältää myös digiturvallisuuden näkökulman. Opas itsessään tarjoaa myös lukuisia käytännön tehtäviä ja harjoitteita, joilla tunne- ja turvataitoja voidaan opettaa lapsille. (Lajunen ym., 2019, s. 11-12).

Oulun kaupunkia voidaan pitää edelläkävijänä tunne- ja turvataitojen opettamisessa ja kehittämisessä. Oulun kaupungin jokaisessa peruskoulussa on nimetty tunne- ja turvataitovastaava. Kaukovainion koulun luokan opettajat Emilia Nurmela ja Alexia Remes ovat laatineet tunne- ja turvataitojen opetusmateriaalit luokka-asteille 1-9. Materiaalit ovat kaikille saatavilla verkossa ja ne sisältävät materiaaleja oppitunneille, sekä kotitehtäviä. Materiaalia on Oulussa hyödynnetty myös lastensuojeluyksiköissä. Vaikka tunne- ja turvataitokasvatus on osa perusopetuksen opetussuunnitelmaa, sille ei ole määrätty tiettyä tuntimäärää. Jokaisen oppilaitoksen tulee itse suunnitella, kuinka tunnetaito-opetus toteutuu koulussa, jotta opetussuunnitelman tavoitteet tulevat toteutetuksi. Kaukovainion koulussa joka luokka-asteella opetetaan tunne- ja turvataitoja kerran kuukaudessa. (Fränti, 2025).

Myös Helsingissä tunnetaitoja opetetaan jokaisessa peruskoulussa. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetus toteutuu kouluissa eri tavoin. Niitä voidaan sisällyttää joihinkin oppiaineisiin tai opettaa omana kokonaisuutena. On siis koulun vastuulla, miten tunnetaitoja opetetaan. (Helsingin kaupunki, 2025).

### **3.4 Tekoälyn synteesi aiheesta**

Historian ja nykytutkimuksen valossa voidaan nähdä, että tunnetaitojen opetus on hiljainen signaali siitä, että ihmisen älykkyys kehittyy ja uudistuu. Kyseessä on laaja-alainen muutos, missä on löydetty uusia peruspilareita elämässä menestymiseen. Kun tekoälyltä kysyttiin ”Mitä tunnetaitojen opetus kertoo ihmisen älykkyuden kehittymisestä?” se vastasi näin: Tunnetaitojen opetuksen korostuminen heijastaa laajentunutta käsitystä älykkyydestä kokonaisvaltaisena il-

miönä. Perinteisen kognitiivisen näkemyksen rinnalle on noussut ymmärrys siitä, että kyky tunnistaa, säädellä ja hyödyntää tunteita on olennainen osa älykkyyttä. Tunnetaitojen harjoittelu tukee metakognitiivista tietoisuutta, eli yksilön kykyä havainnoida omia ajattelu- ja tunnereaktioitaan, mikä puolestaan edistää oppimista, keskittymistä ja stressinsäätelyä. Lisäksi sosiaalisen älykkyyden merkitys on korostunut nyky-yhteiskunnassa, jossa vuorovaikutus ja yhteistyö ovat keskeisiä taitoja. Tunnetaitojen opetus valmistaa yksilöitä toimimaan osana yhteisöjä ja ymmärtämään sosiaalisia suhteita. Se myös vahvistaa käsitystä älykkyydestä muovautuvana ominaisuutena, joka kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa eikä ole ainoastaan synnynäinen. Emotionaalisten taitojen oppiminen liittyy aivojen plastisuuteen ja kokemusten merkitykseen kehityksessä. Kokonaisuutena tunnetaitojen opetus ilmentää näkemystä ihmisestä kokonaisena olentona, jossa ajattelu, tunteet ja käyttäytyminen ovat erottamattomasti yhteydessä toisiinsa. (OpenAI, 2026).

## 4 KESKEISET KÄSITTEET

Seuraavissa alaluvuissa puretaan auki kehittämistyön keskeiset ja sitä ohjaavat käsitteet. Tunnetaitojen oppimisen kannalta on olennaista ymmärtää mitä tunteet itseasiassa ovat, miksi ne ovat ihmisellä ja miten ne viriävät. Vasta tämän jälkeen pystytään ymmärtämään tunnetaitojen kokonaisuus, johon läheisesti liittyy myös tunnesäätelyn käsite. Tunnetaito-opetusmateriaalin info-osuudet nojaavat tässä opinnäytetyössä esitettyyn tietoperustaan, sekä kolmeen eri lähde- teokseen. Tunnetaito-opetusmateriaalin tunnetaitotehtävät on tuotettu kehittämistyön tietope- rustan ja kolmen eri lähde- teoksen pohjalta. Opetustuokion avaavassa tunnetarinassa hyödyn- nettiin kertomuksellisuutta oppimisessa ja sen avulla pyrittiin avaamaan dialoginen oppimisil- mapiiri. Opetustuokiassa tehtävien ja teorian rinnalla pidettiin yhtä tärkeänä dialogisen ja tur- vallisen ilmapiirin rakentamista ja sen ylläpitämistä. Tavoitteen saavuttamiseksi ryhmän oh- jauksessa hyödynnettiin myönteisen tunnistamisen työotetta. Kehittämistyössä tuotettu tunne- taito-opetusmateriaali ja sen ympärille rakennettu tunnetaito-opetustuokio on suunniteltu en- naltaehkäisevän työn hengessä. Tunnetaito-opetus edustaa ennaltaehkäisevää työtä parhaim- millaan, jossa lasten nykyistä hyvinvointia vahvistamalla pyritään ehkäisemään tulevien haas- teiden syntyä.

### 4.1 Tunteet ja perustunteet

Tunteet ovat keskeinen osa ihmisen toimintaa ja ne ohjaavat käyttäytymistämme sekä päätök- sentekoamme. Ne välittävät viestejä tarpeista, kiinnostuksen kohteista sekä siitä, mikä koetaan oikeaksi tai vääräksi. Tunteet ilmenevät kehollisina reaktioina ja näkyvät usein myös ulospäin esimerkiksi ilmeiden ja eleiden kautta. Tunteiden tehtävänä on ohjata meitä toimintaan ja saada keho konkreettisesti liikkeelle. Selkein esimerkki tästä on taistele tai pakene -reaktio, jossa pelko käynnistää adrenaliinin erityksen ja ohjaa verenkiertoa suuriin lihaksiin. Tällaisessa ti- lanteessa manteliumake tekee nopean päätöksen järkevän mielen puolesta ja valmistelee kehon joko pakenemaan tai puolustautumaan. (Goleman, 1997, s. 23, 36). Viha puolestaan viestii rajojen rikkoutumisesta ja auttaa puolustamaan itseä ja itselle tärkeitä asioita, vaikka sen taus- talla voi usein olla myös muita tunteita, kuten surua tai avuttomuutta. Ilo syntyy, kun yksilö saavuttaa jotakin itselleen merkityksellistä, ja se vahvistaa halua toistaa mielihyvää tuottavaa toimintaa sekä edistää kehon rentoutumista. Tunteet toimivat yhteistyössä järjen kanssa: järki perustuu tosiasioihin ja loogiseen ajatteluun, kun taas tunteet vaikuttavat siihen, miten yksilö kokee ja tulkitsee ympäröivää maailmaa. Esimerkiksi surullisena tai vihaisena ihminen saattaa

kokea arjen tilanteet raskaampina, kun taas iloisena samat asiat voivat tuntua helpommilta. (OpenAI, 2026).

Perustunteilla tarkoitetaan tunnekokemuksia, jotka ovat yleisesti tunnistettavissa eri kulttuureissa ja ihmisryhmissä. Näihin kuuluvat ilo, viha, suru, pelko, hämmästys ja inho. Vaikka perustunteet voidaan nimetä selkeästi, ne eivät ole yksiselitteisiä, vaan ilmenevät monenlaisina tunnetiloina, jotka vaihtelevat voimakkuudeltaan ja kestoltaan. Perustunteille on tyypillistä, että ne liittyvät usein johonkin havaittuun tapahtumaan, joka tapahtuu tässä ja nyt. Tunnekokemus aktivoituu nopeasti sekä psyykkisesti että kehollisesti. Perustunteiden rinnalla ihmisen tunne-elämään kuuluu laaja kirjo muita tunteita, pidempikestoisia mielialoja sekä erilaisten tunteiden yhdistelmiä, jotka muovaavat yksilön kokemusta itsestään ja ympäröivästä maailmasta. (Mielenterveystalo, n.d.).

## 4.2 Tunnetaidot ja tunnesäätely

Tunnetaidot ovat opittavissa oleva kokonaisuus, joka voidaan jakaa neljään eri osa-alueeseen. Tunteen salliminen on näistä ensimmäinen ja siihen liittyy esimerkiksi se, ettei yritä sivuuttaa herännyttä tunnetta vaan sallii sen olemassaolon nykyhetkessä. Se että osaa tunnistaa ja nimetä läsnä olevan tunteen, on tunnetaitojen seuraava osa-alue. Tunnesäätely on tunnetaitojen kolmas osa-alue, missä tunnetaitoinen osaa säädellä tunteen voimakkuutta ja kestoja. Neljännessä vaiheessa osataan päästää tunteesta irti ja siirtymään eteenpäin. Tunnetaitojen neljättä kohtaa voisi luonnehtia ongelmanratkaisuksi. Tunnetaitoihin kuuluu myös ymmärrys siitä, että tunteet kertovat omista tarpeista ja että ne ovat myös kehollisia reaktioita. Tunteet välittävät siis aina tietoa siitä, mikä meille on tärkeää tai mitä tarvitsemme. (Pöyhönen, 2021, s. 32-33). Tunteilla on siis biologinen ja evolutiivinen tausta.

Tunnesäätely on yksi tunnetaitojen kokonaisuuteen liittyvistä osa-alueista ja sillä tarkoitetaan ihmisen kykyä säädellä tunteeseen liittyvää reaktiota. Tunnesäätely voi olla tietoista tai automaattista. Tietoista tunnesäätelyä voi harjoitella ja se voi harjoitusten myötä myös muuttua automaattiseksi. (Sadeniemi ym., 2024, s. 18). Tunteeseen liittyvä reaktio voi esimerkiksi olla se, että suuttuessa kokee tarpeen heitellä tavaroita. Tietoisen tunnesäätelyn keinoin voidaan oppia olemaan toimimatta impulssin mukaisesti, niin ettei heitäkään tavaroita. Myös tunteen voimakkuuden ja keston säätely liittyy tunnesäätelyyn. Ihminen voi lieventää ja rauhoittaa oloaan

useilla erilaisilla tunnesäätelykeinoilla, esimerkiksi hengitys- tai mielikuvaharjoituksilla. (Pöyhönen, 2021, s. 34).

### 4.3 Kertomukset ja dialogisuus oppimisessa

Kertomukset tukevat oppilaiden tunnetaitojen kehittymistä erityisesti silloin, kun tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen on vaikeaa. Fiktiivisiin hahmoihin eläytyminen tarjoaa turvallisen tavan harjoitella tunnesanastoa, mielikuvitusta ja myötätuntoa. Kertomusten avulla oppilaat oppivat ilmaisemaan tunteita ja saavat välineitä omien tunteiden käsittelyyn ja itsereflektioon. Oppimista tukee myös toiminnallinen ja kehollinen työskentely, joka vahvistaa ryhmän yhteistä tunneilmapiiriä ja luo turvallisen pohjan yhteiselle työskentelylle. (Tomperi ym., 2022, s. 28).

Tunnetaitojen opettamisen dialogisuus tarkoittaa vuorovaikutteista ja kuuntelevaa tapaa opettaa ja kohdata oppilaat. Dialogisessa opetuksessa opettaja ei ainoastaan ohjaa tai selitä, vaan antaa tilaa lasten kokemuksille, ajatuksille ja tunteille sekä arvostaa niitä. Tavoitteena on luoda turvallinen ilmapiiri, jossa tunteiden ilmaiseminen on sallittua ja jossa oppilaat oppivat ymmärtämään sekä omia että toisten tunteita yhteisen keskustelun kautta. Dialoginen kohtaaminen perustuu ihmisen kohtaamiseen ihmisenä. (Tomperi ym., 2022, s. 9-13).

### 4.4 Myönteinen tunnistaminen

Myönteinen tunnistaminen on kehitetty Tampereen yliopiston Tilan ja poliittisen toimijuuden tutkimusryhmässä (SPARG) yhteistyössä eri alojen osaajien kanssa. Kyseessä on tutkimusperustainen työote, jonka tavoitteena on edistää lasten ja nuorten hyvinvointia ja toimijuutta. Perinteisessä asetelmassa ohjattava lapsi tai nuori on usein alisteisessa asemassa ohjaajaan nähden ja myönteisen tunnistamisen työote heilauttaa tätä järjestystä. Myönteisen tunnistamisen tavoitteena on vertaisuuden luominen dialogiin ja se, että ammatillisissa käytännöissä ihmiset kohtaavat toisiaan yhdenvertaisina, jokainen omine vahvuuksineen, tarpeineen ja puutteineen (Tampereen yliopisto, n.d.). Kaikessa yksinkertaisuudessaan kohdataan ihminen ihmisenä, eikä jonkin toimenpiteen kohteena. Myönteisen tunnistamisen keinot edesauttavat ohjattavien nähdä ja kuulla tulemisen kokemusta, jonka seurauksena syntyy keskinäistä arvostusta. Ohjattavat yleensä ottavat vastaan ohjausta ja kehoitteita paremmin arvostamiltaan aikuisilta, verrattuna niihin, jotka lähestyvät heitä pelkän ammatillisen pätevyyden kautta (Häkli & Kallio, 2015, s. 84-86).

## 4.5 Ennaltaehkäisevä työ

Ennaltaehkäisevällä mielenterveys- ja päihdetyöllä tarkoitetaan toimia, joilla pyritään vahvistamaan väestön hyvinvointia, sekä ehkäisemään mielenterveyden häiriöitä ja päihdeongelmia jo ennen niiden syntymistä. Ennaltaehkäisevän työn lähtökohtana on ymmärrys siitä, että mielenterveyteen vaikuttavat monet yksilölliset, sosiaaliset ja ympäristölliset tekijät. Ennaltaehkäisevän työn viitekehykseen kuuluu suojaavien tekijöiden tunnistaminen ja vahvistaminen. Suojaavia tekijöitä ovat mm. turvallisuuden tunne, itseluottamusta vahvistavat tekijät ja sosiaalinen tuki. Toimintaan sisältyy sekä mielenterveyden edistäminen arkiympäristöissä, esimerkiksi kouluissa. Ennaltaehkäisevä työ on kannattavaa, sillä mielenterveyden haasteet ja riippuvuudet aiheuttavat laajaa kuormitusta ja kustannuksia niin yksilölle kuin yhteiskunnalle. (Aluehallintovirasto, 2021).

## 5 OPETUSTUOKION SUUNNITTELU

### 5.1 Opetusmateriaalin tausta ja rakenne

Tunnetaitokasvatukseen liittyviä materiaaleja löytyy jo paljon. Niitä ovat tuottaneet THL:n sekä Oulun ja Helsingin kaupunkien lisäksi esimerkiksi Mieli ry ja Väriaudit. Tunnetaitoja voidaan opettaa lapsille eri keinoin, esimerkiksi itsehavainnoinnin, draaman tai keskustelujen avulla. (Opetushallitus, n.d.-b). Tämän opinnäytetyön opetusmateriaalin suunnittelussa huomiointiin lapselle ominaiset tavat oppia asioita. Näitä ovat esimerkiksi piirtäminen, tarinoiden kuunteleminen ja niihin eläytyminen sekä erilaisten kuvien ja symbolien hyödyntäminen. (Lajunen, 2019, s. 19). Opetusmateriaali on luotu lapsilähtöisesti visuaalisesti houkuttelevaksi. Opetusmateriaali suunniteltiin myös niin, että siinä on erilaisia tehtävätyyppejä, joiden avulla selvitetään, millaiset toimivat parhaiten.

Opetusmateriaali suunniteltiin niin, että sen avulla opetustuokio jäsenyi kolmeen eri kokonaisuuteen. Opetusmateriaalin ensimmäinen osuus on tunnetarina, joka johdattelee aiheen äärelle. Toisena on kaksisivuinen info-osuus, missä kerrotaan tunteiden biologiasta ja tarkoituksesta sekä siitä, mitä tunnetaidot ovat. Kolmantena on tehtäväosuus, mikä koostuu viidestä eri tehtävästä. Jokaisella tehtävällä on oma teoreettinen taustansa ja selkeä oppimistavoite. Tehtävät kohdistuvat tunnetaitojen eri osa-alueisiin, joista jokainen on omanlaisensa ja tärkeä. Opetusmateriaali suunniteltiin myös niin, että se on linjassa laaja-alaisen osaamisen kokonaisuuden, sekä ennaltaehkäisevän työn periaatteiden kanssa.

Opetusmateriaali koostettiin kolmen eri teoksen pohjalta, joista keskeisintä roolia näyttelee Duodecim Oy Viisas mieli -kirja. Teos on ensimmäinen suomalainen dialektisen käyttäytymisterapian opas. Dialektinen käyttäytymisterapia on psykoterapiamenetelmä, joka on saanut alkunsa Yhdysvalloissa. Tieteellisten tutkimusten myötä on myöhemmin todettu, että DKT-taitoja voidaan hyödyntää myös tunnesäätelytaitojen opettelemisessa. (Sadeniemi ym., 2024, s. 5, 11-12). Lisäksi hyödynnettiin Daniel Golemanin teosta Tunneäly, sekä Kumma Kustannus Oy:n julkaisemaa kirjaa Fanni ja kiukkuiset kaksoset. Opetushallituksen tuottamaa tunnelistaa (Opetushallitus, n.d.-c) hyödynnettiin myös yhdessä tehtävässä.

## 5.2 Opetustuokion ilmapiiri

Opetustuokion ohjauksessa hyödynnetään dialogisuutta oppimisessa. Tavoitteena on tietoisesti luoda turvallinen ja avoimeen keskusteluun kannustava ilmapiiri. Pelkän tiedon välittämisen sijaan asioita käsitellään omien esimerkkien kautta, minkä tavoitteena on vahvistaa vertaisuuden kokemusta ja rohkaista osallistujia jakamaan näkemyksiään. Myönteisen tunnistamisen keinoja hyödynnetään tässä myös. Sen mukaan ohjaustyössä aikuisen uskottavuutta lisää se, ettei lähesty asiaa pelkästään ammatillisen pätevyyden kautta, vaan uskaltaa laittaa myös itsensä likoon. Tällä tavoin ohjaaja paljastaa oman ihmisyytensä ja on helpommin lähestyttävä. (Häkli & Kallio, 2015, s. 84-86). Käytännössä tämä toteutetaan niin, että opetustuokio avataan kertomalla jokin arkinen esimerkki itsestä. Esimerkiksi se, että uuden työn aloittaminen on joskus jännittänyt.

Aikuisen tulee tunnetaitoja opettaessaan olla aktiivinen kuuntelija ja rohkaisija. Lasten kokemusten validointi on myös tärkeää. (Lajunen, 2019, s. 18). Tämän tuodaan esiin myös opetustuokion ryhmänvetäjän roolissa. Käytännössä tämä toteutetaan niin, että kun lapset kertovat kokemuksistaan, niiden äärelle pysähdytään ja ne käydään läpi. Opetustuokiossa keskusteleva ja kuunteleva ilmapiiri tukee myös lasten osallisuuden kokemuksia. Pienten lasten osallisuuden kokemukset tapahtuvat vuorovaikutustilanteissa ja lähtevät rakentumaan siten, että he saavat kokemuksen kuulluksi tulemisesta ja myös siitä, että he voivat vaikuttaa itselleen tärkeisiin asioihin. (Lajunen, 2019, s. 18).

## 5.3 Opetusmateriaalin tehtävät

Opetusmateriaali on suunniteltu niin, että jokainen sivu sisältää oman opetuskokonaisuutensa. Opetusmateriaalissa on yhteensä kahdeksan sivua. Tunnetaito-opetusmateriaali alkaa Tunteet kylässä -tunnearinalla, jonka teoreettisena pohjana toimii Fanni ja kiukkuiset kaksoset -kirjan näkemys siitä, että tunteet ovat viestintuojia. Tarinan tarkoitus on johdatella oppilaat aiheen äärelle ja samalla opettaa se, että tunnekokemukset eivät ole pitkäkestoisia. Tarinassa kuvailaan myös sitä, kuinka tunteet näkyvät ulospäin. Eräänä perusajatuksena on myös se, että kaikenlaiset tunteet ovat sallittuja ja että ne kuuluvat elämään. Tunnetaito-opetustuokion ohjaaja lukee tunnetaitotarinan opetustuokion alussa ääneen tuokioon osallistujille ja avaa tämän jälkeen keskustelun kuulemalla oppilaiden mielipiteitä tarinasta. Tarinalla pyritään avaamaan dialoginen oppimisilmapiiri.

Tunnetaitojen info-osuus on koostettu kolmen eri teoksen pohjalta, jotka ovat Tunneäly, Viisas mieli ja Fanni ja kiukkuiset kaksoiset. Info-osuuden ensimmäisessä osassa on korostettu tunteiden biologista perustaa. Siinä käsitellään eri tunteiden tarkoitusta ja sitä, kuinka ne ilmenevät kehossa fyysisinä reaktioina. Info-osuuden toinen osuus käsittelee tunnetaitoja. Tunnetaidot on tässä jaettu neljään eri osioon ja ne käydään läpi pettymyksen tunteen ja lapsilähtöisen esimerkin kautta. Keskeisenä näkökulmana tässä on myös se, ettei lapsen tarvitse vielä osata tehdä kaikkea itse, vaan että aikuinen auttaa häntä. Taito-näkökulma on info-osuuden punainen lanka. Info-osuus käydään läpi taululla ja keskustellen tunnetarinan jälkeen.

Ensimmäisen tehtävän otsikolla Millainen olet? tarkoituksena on se, että lapsi pääsee kertomaan itsestään turvalliselle aikuiselle. Haaveista ja toiveista keskustelu on lapselle tärkeää. Jos hänellä ei ole ketään, jolle kertoa asioista mistä hän pitää tai missä hän on hyvä, voi hänen omat elämän tavoitteet jäädä etäisiksi. (Sadaniemi, 2024, s. 36). Tehtävän tarkoitus on siis olla lapselle väylä kertoa itsestään ja sitä kautta tukea hänen elämän tavoitteiden hahmottamista. Tehtävä tehdään itsenäisesti.

Toinen tehtävä Hyvän mielen tekemisiä on visuaalinen esitys ilmaisista tai edullisista keinoista, joilla voi tuottaa itselle hyvää mieltä. Samalla tavoin, kun keho tarvitsee vettä ja ruokaa, tarvitsee myös mieli ”ravintoa” jaksakseen (Sadaniemi, 2024, s. 175). Tehtävän tarkoitus on opettaa lapsia lisäämään itse miellyttäviä tunteita elämäänsä. Esityksen lopussa on lyhyt tehtävä, jonka tavoitteena on rohkaista lasta tunnistamaan jokin asia, joka tuottaa hänelle mielihyvää jo nyt. Tehtävä käydään läpi keskustellen.

Kolmannen tehtävän Tunteet tuntuvat kehossa tavoitteena on auttaa lapsia huomaamaan, missä kohtaa kehoa eri tunteet tuntuvat. Tunteet ovat kehon fyysisiä reaktioita, jotka vaikuttavat kasvonilmeisiin ja kehon asentoihin. Tunteet todella saavat meidät liikkeelle ja toimimaan tietyllä tavalla. Häpeän tunne esimerkiksi saa meidät noudattamaan sosiaalisia normeja ja näin ollen suojaa meitä hylätyksi tulemisen kokemukselta. (Sadaniemi, 2024, s. 122). Sivun lopussa väri-tystehtävän jälkeen on lyhyt tehtävä, jonka avulla lapsi voi miettiä tilannetta, jossa hän on kokenut voimakkaan tunteen. Tällainen kokemusten läpikäynti on hyödyllinen keino oppia tunteiden tunnistamista (Sadaniemi, 2024, s. 127). Tehtävä käydään läpi yhdessä ja vetäjä palaa info-osuudessa käytyihin esimerkkeihin siitä, mikä jokaisen tunteen tarkoitus on ja miten ne voivat tuntua kehossa. Tämän orientoimisen jälkeen osallistujat voivat tehdä tehtävän itsenäisesti.

Neljäs tehtävä Yli sata tunnetta on koostettu Opetushallituksen 104 tunnetta aakkosjärjestyksessä -listan (Opetushallitus, n.d.-c) pohjalta. Tehtävään on listattu erilaisia tunteita ja yhteinen pohdintatehtävä siitä, millaisia ajatuksia eri tunteet herättävät. Vaikeiden tunteiden kohdalla jo niiden nimeäminen voi vähentää tunteen voimakkuutta. On siis tunnesäätelyn oppimisen kannalta tarpeellista oppia löytämään tunteille nimet. On myös havaittu, että tunnesanojen tarkastelu ja niiden reflektointi ovat hyvä tapa opetella tunnetaitoja. (Sadeniemi, 2024, s. 127). Sivusisältää vielä toisen tehtävän siitä, voiko kokea kahta erilaista tunnetta yhtä aikaa. Tehtävän tarkoitus on osoittaa, etteivät tunnekokemukset ole aina yksinkertaisia. Molemmat tehtävät käydään läpi yhdessä keskustellen.

Viimeinen tehtävä Miltä voisi tuntua? esittää kuusi eri skenaariota, joissa tarkoitus on otsikon mukaisesti pohtia, miltä niissä voisi tuntua. Skenaariot on luotu niin, että niissä tavoitellaan vastaukseksi kuutta tärkeää tunnistettavaa tunnetta. Tunteet on valittu Viisasmieli -teoksessa esitetystä viidentoista keskeisen tunnistettavan tunteen kokonaisuudesta. Tunteista puolet ovat myönteisiä ja puolet kielteisiä. Tunteet tehtävän numerjärjestyksessä ovat: 1. pettymys/suru, 2. loukkaantuminen, 3. ylpeys/ilo, 4. syyllisyys, 5. uteliaisuus, 6. helpotus/tyytyväisyys. Todennäköisten tunteiden päättely on yksi tapa opetella tunnetaitoja. (Sadeniemi, 2024, s. 127). Tehtävässä toteutuva ”Mitä jos” -tyyppinen ajattelu on myös linjassa opetussuunnitelman draamakasvatuksen periaatteiden kanssa. Draamaopetus perustuu kuvitteellisiin tilanteisiin, joissa oppilaat toimivat sekä rooleissa että omana itsenään, ilman ulkopuolista yleisöä. Draaman keskeisiä oppimisen kohteita ovat ilmaisutaitojen, vuorovaikutus- ja sosiaalisten taitojen sekä tunnetaitojen kehittäminen. (Opetushallitus n.d.-a). Tehtävä tehdään itsenäisesti.

## 6 KEHITTÄMISMENETELMÄT

### 6.1 Lähestymistapa

Tässä opinnäytetyössä käytettiin lähestymistapana konstruktivistista tutkimusta. Konstruktivistinen tutkimus tuottaa käytännöllisen ratkaisun tunnistettuun ongelmaan. Lopputulos voi olla aineellinen tai aineeton, kuten malli, suunnitelma, rakenne tai palvelu. Konstruktivistinen tutkimus on luonteeltaan tapauskohtaista ja siinä syntyvä tuotos vastaa kehitettävän kohteen yksilöllisiin tarpeisiin. Lähestymistapa on luonteeltaan ratkaisukeskeinen ja se perustuu jo olemassa olevaan tutkimustietoon. Kehittämistyö toteutetaan vuorovaikutuksessa kohdeorganisaation kanssa. Kehittäjällä on osallistuva rooli, jossa työskentely tapahtuu pääosin käytännön toimintaympäristössä. Menetelmällisesti tutkimus hyödyntää monipuolisia ja usein toiminnallisia keinoja, kuten työpajoja ja kokeiluja, joiden tuloksia arvioidaan kriittisesti. Koska kehittämistyö etenee käytännön toiminnan kautta, tapahtumien huolellinen dokumentointi on tärkeää. (Humanistinen ammattikorkeakoulu, n.d.-a). Tämä opinnäytetyö tarkastelee, miten tunnetaitoja tulisi opettaa 1.-3.-luokkalaisille. Laajan tietoperustan pohjalta luotiin konkreettinen tunnetaito-opetusmateriaali 1.-3.-luokkalaisille ja opetustuokio sen ympärille. Opetusmateriaali luotiin aikaisempaan tutkimustietoon nojaten. Opetustuokio järjestettiin ja opetusmateriaalia testattiin kahdessa eri luokassa, 2.-luokassa ja pienluokassa. Opinnäytetyössä tarkastellaan, miten tunnetaitoja tulisi opettaa, sekä miten opetusmateriaalin tehtävät tavoittavat oppilaat. Työssä analysoidaan muodollista opetusta ja arvioidaan, miten tehtävät toimivat ja vastaavat niille asetettuihin tavoitteisiin.

### 6.2 Aineiston keräämisen menetelmät

Tässä opinnäytetyössä aineistoa kerättiin laadullisilla ja määrällisillä menetelmillä. Menetelmiä oli yhteensä kolme, joista ensimmäinen oli osallistuva- ja avoin havainnointi. Havainnointia hyödynnettiin eniten muodollisen opetuksen tarkastelussa. Havainnointi tuotti opinnäytetyölle laadullista aineistoa.

Havainnointi menetelmänä on tarkoituksenmukaista tilanteen seuraamista. Sitä käytetään erityisesti lasten ja vuorovaikutuksen tutkimisessa. Tässä opinnäytetyössä käytettiin avointa ja osallistuvaa havainnointia. Tällä tarkoitetaan sitä, että havainnoitsija on itse tilanteessa mukana

ja että havainnoinnin kohderyhmä on tietoinen havainnoinnista. (Humanistinen ammattikorkeakoulu, n.d.-b). Havainnoinnin avulla tarkasteltiin muodollista opetusta, eli sitä, miten oppitunnit kannattaisi rakentaa ja miten sisällöt tulisi käydä läpi. Havainnoinnin avulla tarkasteltiin myös opetustuokioiden ilmapiiriä ja sitä, mitä ryhmänvetäjän rooli pitää sisällään.

Opinnäytetyössä osallistuva ja avoin havainnointi valittiin menetelmäksi, koska tuotettu tunnetaito-opetusmateriaali oli uutta ja sitä testattiin ensimmäistä kertaa kohderyhmällä. Opetustuokion toteutukselle ja siihen liittyvien tehtävien suorittamiselle oli ennalta määritelty rakenteelliset raamit ja tavoitteet. Havainnoinnin avulla pystyttiin seuraamaan, miten suunniteltu opetus käytännössä toteutui. Havainnoinnin avulla pystyttiin myös huomaamaan sellaista käyttäytymistä, jota ihmiset eivät itse tule kertoneeksi tai edes tiedostaneeksi. (Humanistinen ammattikorkeakoulu, n.d.-b).

Käytännössä aineistonkeruu havainnoinnin kautta toteutui niin, että samalla kun opetettiin, tehtiin muistiinpanoja tilanteesta. Laajat muistiinpanot kirjoitettiin heti tuntien jälkeen myös tietokoneelle, missä käytiin läpi tunnetaito-opetustuokion kulku. Tunnetaito-opetustuokio järjestettiin kaksi kertaa ja ensimmäinen toteutus tapahtui 2. luokassa. Tässä huomioitavaa on se, että tutkimuslupa saatiin yhdeltätoista oppilaalta. Toisen kerran tunnetaito-opetustuokio järjestettiin pienluokassa, jossa tutkimuslupa saatiin neljältä oppilaalta. Kaiken kaikkiaan tutkimuslupa saatiin viideltätoista oppilaalta ja tässä opinnäytetyössä esitetyt asiat perustuvat vain heidän kokemuksiinsa ja vastauksiinsa.

Toisena menetelmänä opinnäytetyössä aineistoa tuottivat tunnetaitotehtävät. Tunnetaitotehtävillä oli ennalta määritetyt tavoitteet ja vastauksien perusteella tarkastellaan sitä, kuinka tavoitteisiin on ylletty. Tunnetaitotehtävien vastauksia tarkastellaan laadullisesti ja määrällisesti.

Kolmantena menetelmänä käytettiin strukturoitua fokusryhmä- ja yksilöhaastattelua. Haastattelujen tarkoitus oli syventää ymmärrystä tunnetaito-opetustuokion sisällöistä. Strukturoitu haastattelu perustuu ennalta laadittuihin kysymyksiin, jotka esitetään haastateltaville samassa järjestyksessä. Tämä menetelmä valittiin myös sen perusteella, että haastattelua yleisesti käytetään täydentämään havainnointia. (Humanistinen ammattikorkeakoulu, n.d.-b). Kohderyhmän kuuleminen tunnetaito-opetuksen ja -tehtävien sisällöistä oli keskeistä, sillä ilman heidän näkemyksiään päätelmät olisivat perustuneet ainoastaan omiin havaintoihini, sekä tehtävien tuloksiin. Haastattelut tässä tapauksessa antoivat sekä määrällistä että laadullista aineistoa. Fokusryhmähaastattelua käytettiin ensimmäisen tunnetaito-opetustuokion lapsilla, sillä heitä oli

niin paljon. Toisen opetustuokion oppilaita oli vähemmän, joten tässä kontekstissa yksilöhaastattelut toimivat paremmin. Tavoitteena oli myös tarkastella ryhmä- ja yksilöhaastattelujen menetelmällisiä eroja. Haastattelujen avulla pystyi myös kuulemaan kohderyhmän mielipiteitä siitä, miten tunnetaidot tulisi olla osa perusopetusta. Haastattelut menetelmänä tukivat myös lasten osallisuuden kokemuksia. Lasten osallisuus on keskeinen osa laadukasta tunnetaito-opetusta. (Lajunen, 2019, s. 18).

Huomioitavaa on myös se, että laadullisten ja määrällisten menetelmien rajat eivät ole tässä kontekstissa täysin kiveen hakattuja, vaan ne menetelmät, joita perinteisesti pidetään laadullisina esimerkiksi haastattelut, tuottivat tässä opinnäytetyössä myös määrällistä aineistoa. Myös tunnetaitotehtäviä analysoidaan tässä opinnäytetyössä laadullisesti. (Humanistinen ammattikorkeakoulu n.d.-b).

Aineisto kerättiin tässä opinnäytetyössä neljän päivän aikana. Ensimmäisenä päivänä toteutettiin opetustuokio 2.-luokassa, toisena päivänä haastateltiin oppilaat. Kolmantena päivänä opetustuokio järjestettiin pienluokassa, ja neljäntenä päivänä haastateltiin pienluokan oppilaat. Se, että opetustuokio järjestettiin kaksi kertaa, voidaan myös nähdä eräänlaisena menetelmänä. Ensimmäinen kokeilu tuotti sellaista aineistoa, jonka avulla pystyttiin kehittämään seuraavaa opetustuokiota.

### 6.3 Aineiston analysointitavat

Tässä opinnäytetyössä analysoidaan tuloksia laadullisesti ja määrällisesti. Analysoidaan kolme eri kokonaisuutta, joista ensimmäinen on tunnetaito-opetustuokioiden rakenne ja muodollinen opetus luokkaympäristössä. Tämän kokonaisuuden analyysi perustuu havainnointiin ja niiden pohjalta tehtyihin muistiinpanoihin. Molempia opetustuokioita analysoidaan erikseen ja vertaillaan keskenään. Tunnetaito-opetustuokioiden analyysissä käytetään sisältöanalyysin ja teemoittelun keinoja. Laadullinen sisällönanalyysi on tutkimusmenetelmä, jonka avulla tarkastellaan, millaisia merkityksiä, teemoja ja aiheita tutkimusaineistossa esiintyy. Menetelmässä huomio kohdistuu siihen, mitä aineisto kertoo tutkittavasta ilmiöstä ja sen tavoitteena on kuvata ilmiötä tutkimuskysymyksen näkökulmasta. (Tietoarkisto, n.d.). Tässä tapauksessa tulkitaan siis sitä, miten tunnetaitojen muodollinen opetus tulisi luokkaympäristössä toteuttaa ja miten näitä tehtäviä tulisi käydä läpi tuloksekkaalla tavalla.

Toisena kokonaisuutena on oppilaiden tekemät tunnetaitotehtävät. Niiden analysointiin käytetään sisältöanalyysin ja teemoittelun lisäksi myös määrällisiä keinoja. Tilastollisilla menetelmillä aineiston analyysi perustuu havaintojen määrään ja jakaumaan. Tilastolliset menetelmät mahdollistavat tulosten esittämisen tiivistetyssä ja systemaattisessa muodossa tunnuslukujen, taulukoiden tai kuvioiden avulla. (Opinkirjo kehittämiskeskus, n.d.) Tässä opinnäytetyössä aineistoa tuottava perusjoukko oli 1.-3.-luokkalaisten ja otanta perustuu 15 kohderyhmän edustajaan. Tuloksia analysoidaan tämän ryhmän perusteella.

Kolmantena kokonaisuutena on oppilaiden antamat haastattelut. Haastattelut täydentävät kahta ensimmäistä kokonaisuutta ja niiden avulla kerättiin aineistoa opetustuokioista kyllä tai ei tyyppisten kysymysten avulla. Haastatteluaineiston analyysissä hyödynnetään teemoittelua sekä määrällisiä tarkastelutapoja.

## 6.4 Etiikka

Opinnäytetyön etiikka perustuu hyvään tieteelliseen käytäntöön ja ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettisiin periaatteisiin. HTK-ohjeistusta hyödynnetään Suomessa kaikilla tieteenaloilla. Ohjeistuksen mukaan toimiminen takaa eettisesti, moraalisesti ja lainsäädännöllisesti luotettavan työn. (Arene, 2020, s. 8-9). Opinnäytetyötä varten tehtiin aineistohallintasuunnitelma, mikä kuvaa, millaista aineistoa opinnäytetyössä kerätään, miten sitä käsitellään, säilytetään ja suojataan sekä mitä aineistolle tapahtuu opinnäytetyön valmistuttua. Suunnitelmassa määritellään myös tutkimuksen eettiset periaatteet, henkilötietojen käsittelyyn liittyvät vastuut sekä aineiston käyttöoikeudet.

Koska opinnäytetyössä kohderyhmänä oli alaikäiset lapset, tuli tutkimuslupa kysyä lasten lisäksi myös huoltajilta. Tutkimuslupa pyydettiin tämän vuoksi myös kohdeorganisaatiolta. Tämä toteutettiin käytännössä niin, että jokaiselle oppilaalle annettiin kirjekuoressa tiedote tutkimukseen osallistumisesta ja informaatio henkilötietojen käsittelystä opinnäytetyön aikana. Huoltajia pyydettiin lähettämään lomakkeet allekirjoitettuna takaisin, mikäli lupa annettiin. Tutkimustiedote sisältää kuvauksen tutkimuksen tarkoituksesta, toteutuksesta ja vastuuhenkilöistä. Siinä kerrotaan tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuudesta, osallistujan oikeudesta keskeyttää tutkimus sekä tutkimuksen kestosta. Lisäksi tiedotteessa esitetään, miten tutkimustuloksia hyödynnetään ja raportoidaan. Tutkimustiedotteeseen sisältyy myös tietosuojaseloste, jossa kuvataan henkilötietojen käsittely, suojaaminen, säilytysaika ja hävittäminen sekä osallistujan oikeudet ja yhteystiedot lisätietojen saamiseksi.

Opinnäytetyötä ohjaa useampi laki ja niitä noudatetaan kauttaaltaan. Tietosuojalain piiriin kuuluu mm. henkilötietojen käsittely ja yksityisyyden suoja. Henkilörekisteri tässä opinnäytetyössä syntyi haastattelujen nauhoittamisen myötä. Tunnetaito-opetustuokioissa kerrottiin, että heitä havainnoidaan ja että havainnot, sekä tunnetaitotehtävien vastauksia hyödynnetään opinnäytetyössä, eikä ketään pysty tunnistamaan vastauksista. Myös haastattelutilanteissa haastateltaville kerrottiin, että vastauksia kuuntelee ainoastaan opinnäytetyöntekijä ja ettei vastauksia pysty yhdistämään haastateltaviin. Seloste henkilötietojen käsittelytoimista sisältää tiedot siitä, mitä henkilötietoja opinnäytetyössä käsitellään, mihin tarkoitukseen ja millä oikeusperusteella. Lisäksi selosteessa määritellään rekisterinpitäjä, tietojen suojaaminen, säilytysaika, aineiston hävittäminen sekä rekisteröidyn oikeudet. Tekijänoikeuslaki huomioidaan mm. oikeilla lähdeviitauksilla. Tekijänoikeuslakia on noudatettu myös kehittämistyön tuotoksessa, eli tunnetaito-opetustuokion materiaalissa. Oman ammattialan eettinen normisto, avoimen tieteen toimintamalli ja saavutettavuus huomioidaan myös kehittämistyön etiikassa. (Humanistinen ammattikorkeakoulu, n.d.-a).

## 7 TULOKSET JA ANALYYSI

### 7.1 Opetustuokioiden tulokset ja analyysi

Opetustuokio toteutettiin ensin 2.luokassa. Tässä huomioitavaa on se, että tutkimuslupa saatiin yhdeltätoista oppilaalta ja havainnot perustuvat vain heidän kokemuksiin ja vastauksiin. Alkuperäisen suunnitelman mukaan tuokio kestäisi yhden oppitunnin verran eli 45 minuuttia. Kuitenkin tehtävien laatimisvaiheessa kävi jo ilmi, ettei sisältöjä pysty mahduttamaan kyseiseen aikaraamiin. Opettajayhteistyön ansiosta aikaa saatiin käyttää kuitenkin niin paljon kuin tarvitsi, joten opetustuokiot kestivät 2x 45min molempina kertoina. Toisen kerran opetustuokio järjestettiin pienluokassa, jossa tutkimuslupa saatiin neljältä oppilaalta. Ensimmäisen opetuskerran havaintojen perusteella opetustuokiota kehitettiin ja siihen tehtiin pieniä muutoksia, mikä paransi sen toimivuutta pienluokassa. Seuraavaksi käydään läpi keskeisiä teemoja ja sisältöjä, mitä havaintojen perusteella tunnetaito-opetustuokioissa nousi esiin.

Ilmapiirin merkitys opetuksessa on ensimmäinen käsiteltävä teema. Opetustuokion avaaminen tunnetaitotarinalla toimi molemmissa luokissa. Oppilaat olivat vilpittömän ilahtuneita tarinasta ja se herätti kommentteja siitä, kuinka heidän aamunsa ovat ihan samanlaisia. Oppilaat halusivat kertoa omia kokemuksiaan aamujensa parissa. Tunteet kylässä -tarina pääsi tavoitteisiinsa, sillä se toimi suunnitelman mukaisesti jäänmurtajana ja avasi keskusteluyhteyden. Opetustuokion yhtenä tavoitteena oli dialogiin perustuva opetus (Tomperi ym., 2022, s. 9-13) ja vertaisuuteen perustuva ilmapiiri (Häkli & Kallio, 2015, s. 84-86). Tarinan avulla tämä onnistui heti. Tarinan onnistuminen tukee myös kertomuksellista oppimista koskevaa teoriaa (Tomperi ym., 2022, s. 28) sillä fiktiiviseen hahmoon eläytyminen rohkaisi oppilaita jakamaan omia tunnekokemuksiin.

Opetustuokioiden rakenteelliset haasteet oli seuraava löydetty teema. Alkuperäisen suunnitelman mukaan oli tarkoitus käydä läpi info-osuudet ensimmäisen 45 minuutin aikana ja käyttää toinen tunti tehtäviin. Tämä ei kuitenkaan käytännössä onnistunut, sillä sisältöä oli liikaa ja ne olivat liian laajoja. Vaikutti myös sille, ettei tämän ikäiset lapset pystyneet keskittymään näin suuriin tietomääriin kerralla. Suunnitelmaa oli tämän vuoksi muutettava heti ensimmäisellä opetustuokiolla. Tarina ja sen herättämä dialogi, ja kaksi ensimmäistä saraketta info-osuudesta toimivat yhtenä kokonaisuutena. Niiden jatkeeksi sopi vihreällä pohjalla olevat perustunteet: pelko, viha ja ilo. Nämä käytiin taululla läpi. Sen jälkeen oppilaat tekivät kaksi ensimmäistä

tehtävää, mitkä olivat Millainen olet ja Hyvän mielen tekemisiä. Realistinen ajankäyttö ja selkeästi rajatut kokonaisuudet liittyivät tähän teemaan keskeisesti ja näiden havaintojen perusteella opetusta täytyi supistaa ja yksinkertaistaa paljon jo ensimmäisessä opetustuokiossa. Opetustuokion keskeinen tavoite oli luoda ja ylläpitää dialogista ilmapiiriä. Dialogisessa opetuksessa opettaja ei ainoastaan ohjaa tai selitä, vaan antaa tilaa lasten kokemuksille, ajatuksille ja tunteille sekä arvostaa niitä (Tomperi ym., 2022, s. 9-13). Jotta tähän tavoitteeseen päästiin, täytyi infosisältöjä supistaa merkittävästi. Myös oppituntien rakenteeseen täytyi tehdä muutoksia, ja näin ensimmäinen tunti sisälsi info-osuuden ensimmäisen sivun ja kaksi ensimmäistä tehtävää ja toinen tunti loput tehtävistä ja info-osuuden tunnetaitoja käsittelevän osuuden. Tätä rajausta käytettiin myös seuraavassa opetustuokiossa.

Tehtävien vaativuus ja niiden opettaminen ovat kolmas löydetty teema. Alkuperäisen suunnitelman mukaan tavoitteena oli ohjata oppilaat vaiheittain jokaisen tehtävän läpi siten, että dialoginen vuorovaikutus säilyisi sekä tehtävien alussa, että niiden aikana. Keskusteleva ja kiireetön ilmapiiri ensimmäisessä opetustuokiossa 2. luokkalaisten parissa kuitenkin kärsi jonkin verran, sillä oppilaat etenivät tehtävissä eri tahtiin. Tämän vuoksi kaikkia tehtäviä ei keretty käydä läpi, mikä johti siihen, ettei tehtäviä ymmärretty tai ne tehtiin oman ymmärryksen mukaisesti. Osa tehtävänannoista osottautui myös epäselväksi, esimerkiksi Hyvän mielen tekemisiä tehtävässä palloja oli ruksittu tehtävään vastaamisen sijasta. Tämä toisaalta osottautui ihan hyväksi kehittämisehdotukseksi ja se otettiin käyttöön vaihtoehtoisena vastaustapana seuraavassa opetustuokiossa pienluokassa.

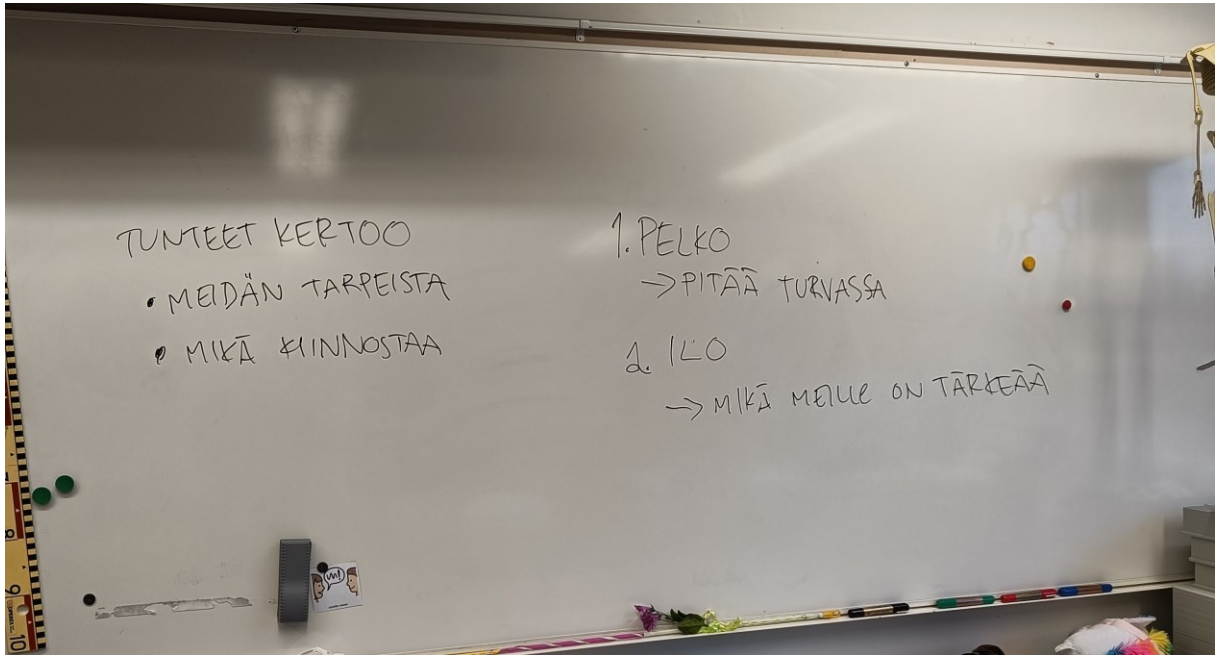
Tehtävä Yli sata tunnetta, missä hyödynnettiin Opetushallituksen 104 tunnetta aakkosjärjestyksessä -listaa, oli myös suunniteltu yhdessä keskusteltavaksi. Tarkoitus oli yhdessä tarkastella tunnesanoja ja miettiä mitä mielikuvia ne herättävät (Sadeniemi, 2024, s. 127). Koska oppilaat etenivät eri tahtiin ja aika kävi vähiin, tehtävää ei keretty yhdessä käymään läpi. Tämän vuoksi tehtävä jäi irralliseksi ja vaille ymmärrystä. Tehtävän Yli sata tunnetta toista kysymystä ei oikein ymmärretty ja vaikutti että se ei vastannut ikätasoa.

Tehtävistä taitotasoa vastaavat ja tavoitteisiinsa yltäneet olivat havaintojen perusteella Millainen olet, Tunteet tuntuvat kehossa ja Miltä voisi tuntua. Tunteet tuntuvat kehossa -tehtävä herätti paljon keskustelua ja sen avulla pystyi ylläpitämään dialogista ilmapiiriä. Värittäminen tehtävämuotona vastasi oppilaiden taitotasoa ja on linjassa teorian kanssa, jonka mukaan piirittäminen on lapsille luontainen tapa työskennellä (Lajunen, 2019, s. 19). Miltä voisi tuntua -tehtävä toimi itsenäisesti tehtävänä, joskin vei paljon aikaa, sillä kohderyhmän edustajat eivät

vielä osanneet lukea nopeasti. Tämä huomioitiin seuraavassa opetustuokiassa niin, että tehtävän tilanteet luettiin oppilaille ääneen. Kaiken kaikkiaan oppilaat olivat ensimmäisen opetustuokion aikana avoimia tunneilmaisussaan ja juttelivat mielellään tunteistaan. He osallistuivat ja tekivät tehtäviä tunnollisesti.

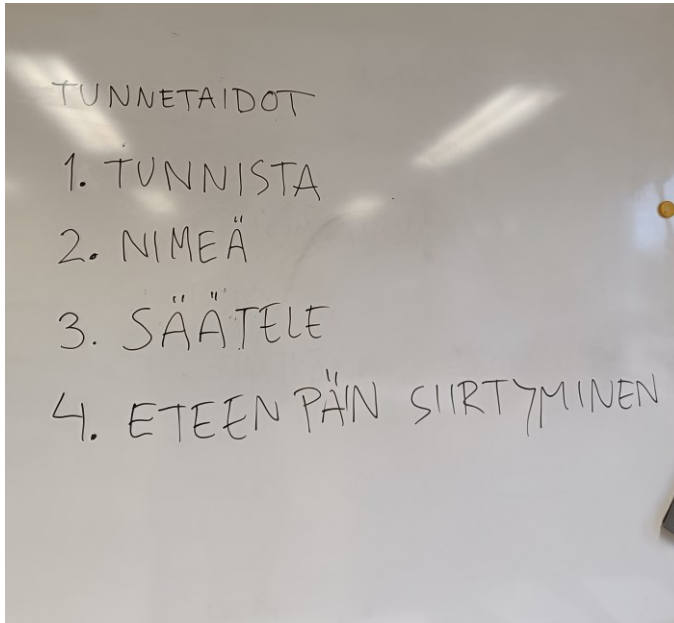
Toiseen opetustuokioon pienluokassa tehtiin rakenteellisia ja sisällöllisiä muutoksia ensimmäisen opetustuokion havaintojen perusteella. Oppitunnit jaettiin suoraan niin, että ensimmäinen oppitunti sisälsi tunnetarinan, ensimmäisen info-osuuden tunteista supistettuna taululla ja tehtävät Miltä voisi tuntua sekä Tunteet tuntuvat kehossa. Toinen tunti käsitteli tunnetaitoja ja tehtävät Millainen olet, Hyvän mielen tekemisiä ja Yli sata tunnetta. Tehtäväjärjestystä vaihdettiin, ja oppilaiden tehtävänipusta poistettiin kokonaan tunnetarina ja info-osuudet, niin että oppilaille jäi pelkät tehtävät. Tehtävänipun laajuus herätti oppilaissa hämmennystä ja turhautumista ensimmäisen opetustuokion aikana. Rakenteellisten muutosten avulla opetustuokio jäsentyi toimivaksi kokonaisuudeksi, missä pystyttiin ylläpitämään dialoginen ilmapiiri. Tämän avulla pystyttiin myös käymään jokainen tehtävä omana kokonaisuutena, yhdessä keskustellen läpi.

Ensimmäinen oppitunti aloitettiin tunnetarinalla ja se avasi toistamiseen onnistuneesti dialogisen ilmapiirin. Tämän jälkeen käytiin läpi taululla supistettu versio siitä, mitä tunteet ovat. Miltä voisi tuntua sopi ensimmäiseksi tehtäväksi, sillä oppilaat olivat hyvin orientoituneita tarinan ja sen herättämän dialogin jälkeen. Tehtävä toimi paremmin niin, että skenaariot luettiin ääneen vetäjän toimesta, jolloin oppilaille jäi tehtäväksi ainoastaan vastauksen kirjoittaminen. Tällä tavoin pystyi myös vetäjän roolissa eläytymään tilanteisiin ja hyödyntämään kertomuksellisuutta opettamisessa paremmin (Tomperi ym., 2022, s. 28). Tarinallisen alkuopetuksen ja ensimmäisen tehtävän jälkeen oppilaat keskittyivät hyvin Tunteet tuntuvat kehossa väriyštehtävään, jonka aikana dialoginen ilmapiiriä pystyi myös ylläpitämään onnistuneesti. Lisäksi pienempi ryhmäkoko edisti keskustelemaa ja luottamuksellista ilmapiiriä. Tehtäväjärjestyksen muutoksilla säästettiin myös aikaa esimerkiksi niin, että Tunteet tuntuvat kehossa käytiin läpi ensimmäisen tunnin lopussa, sillä värittäminen osoittautui aikaa vieväksi ensimmäisellä opetustuokiolla. Havaintojen perusteella eniten aikaa vievät tehtävät olivat Tunteet tuntuvat kehossa, Yli sata tunnetta ja Miltä voisi tuntua. Alla olevassa kuvassa pienluokassa järjestetyn opetustuokion ensimmäisen tunnin info-osuuden supistettu runko taululla.



Kuva 1 Tunnetaito-opetuksen ensimmäisen tunnin asiasisältö taululla pienluokassa

Toinen oppitunti käsitteli tunnetaitoja ja siinä käytiin läpi info-osuuden ensimmäinen sarake ja vihreällä pohjalla olevat tunnetaidot taululla läpi opettaen. Taululle koottiin yksinkertaistettu malli tunnetaidoista ja opettamalla käytiin läpi vihreällä pohjalla olevat asiasisällöt. Tämän jälkeen oppilaat tekivät tehtävät, Millainen olet, Hyvän mielen tekemisiä ja Yli sata tunnetta. Tehtäväjärjestyksen selkeyttäminen ja sisällön supistaminen mahdollisti rauhallisemman etenemisen ja riittävän ajan tehtävien käsittelyyn. Tämä tuki oppilaiden mukana pysymistä ja mahdollisti tehtävien läpikäymisen vaiheittain suunnitellulla tavalla. Esimerkiksi tehtävä Yli sata tunnetta pystyttiin käymään tuloksetta tavalla läpi yhdessä keskustellen, jolloin se pääsi tavoitteisiinsa. Tunnesanojen läpikäyminen osana tunnetaito-opetusta voidaan nähdä tarpeelliseksi (Sadeniemi, 2024, s. 127), sillä tehtävän Yli sata tunnetta kohdalla molemmissa luokissa kysyttiin mitä tunne ”ivallinen” tarkoittaa. Yli sata tunnetta tehtävän toinen kohta ei tässäkään opetustuokiossa avautunut oppilaille ja vaikutti siltä, etteivät he sitä täysin ymmärtäneet. Alla olevassa kuvassa toisen tunnin info-osuus supistettuna taululla.



Kuva 2 Tunnetaito-opetuksen toisen tunnin asiasisältö taululla pienluokassa

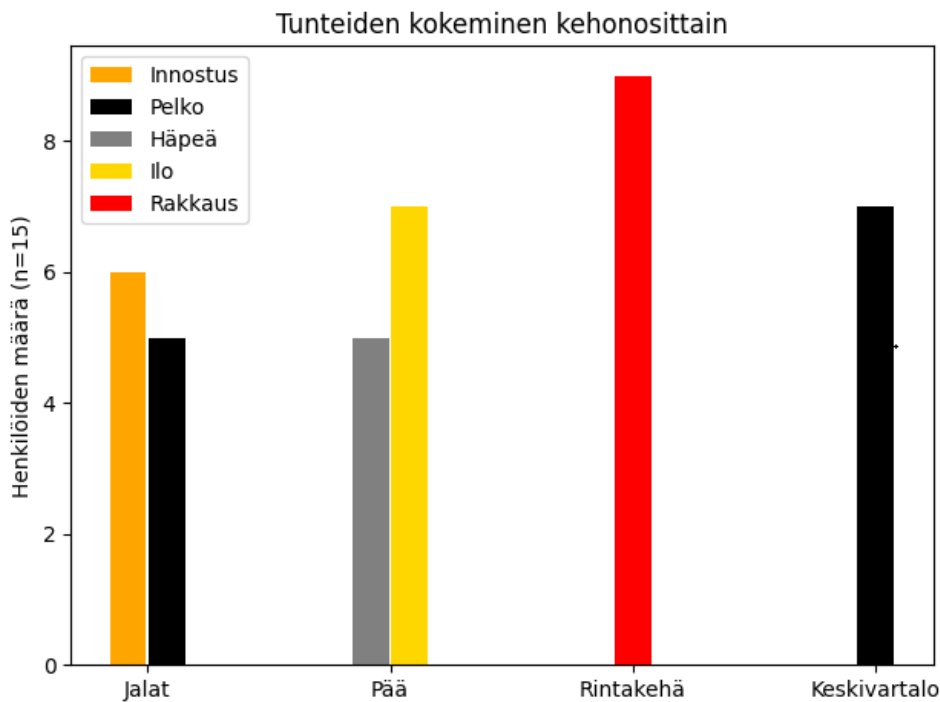
## 7.2 Tunnetaitotehtävien tulokset ja analyysi

Tunnetaitotehtävien osalta ensimmäinen löydetty teema on visuaalisuus oppimisessa. Kolmessa tehtävässä viidestä oppilaat olivat vastanneet visuaalisesti sellaisiin tehtävänantoihin, joissa oli pyydetty vastaus kirjallisena. Esimerkiksi tehtävässä Millainen olet 4/15 oppilaasta oli vastannut kysymyksiin piirtämällä. Tehtävässä Hyvän mielen tekemisiä 8/15 oppilaasta oli vastannut tehtävänantoon rastimalla kuvasta valmiita vaihtoehtoja. Tehtävässä Yli sata tunnetta 5/15 oppilaasta on värittänyt tunnesanoja tehtävänannosta. Tämä tukee teoriaa siitä, että lapsille yksi luontainen tapa oppia asioita on piirtäminen ja että he hyötyvät kuvien ja symbolien käytämisestä opetuksessa (Lajunen, 2019, s. 19).

Toisena löydettyä teemana on perustunteet ja niiden tunnistaminen. Toisin sanoen se, että tämän ikäisillä lapsilla tunnesanasto on vielä aika suppea ja hienosyisempiä tunnekokemuksia ei välttämättä osata vielä sanoittaa. Perustunteilla tarkoitetaan kuutta yleisesti ihmisten ja kulttuurien keskuudessa tunnistettavaa tunnetta, jotka ovat ilo, viha, suru, pelko, hämmästyminen ja inho. (Mielenterveystalo, n.d.). Esimerkiksi tehtävässä Miltä voisi tuntua toisessa kysymyksessä haettiin vastaukseksi loukkaantumisen tunnetta. Kuitenkin 12/15 oppilaista vastasi joko paha olo tai suru. Myös pettymyksen ja syyllisyyden tunteita kuvattiin samankaltaisilla vastauksilla. Vastaavasti myös positiivisten tunteiden kuvaaminen tapahtui useimmiten sanoilla hyvä tunne

tai ilo. Esimerkiksi tehtävässä Millainen olet sanat hyvä tai kiva toistuivat usean oppilaan vastauksissa. Useissa vastauksissa oli myös käytetty superlatiiveja, mikä voidaan tulkita niin, että vastaajat ovat pyrkineet löytämään tiettyä tunnetilaa kuvaavan sanan. Kun täsmällistä ilmaisua ei ole löytynyt, tunne on kuvattu esimerkiksi ilmauksilla ”tosi hyvä” tai ”hirveen huono”. Tämä löydös tukee teoriaa siitä, että lasten tunnetaitojen opettamisessa keskeistä on tunteiden nimien opetteleminen (Sadaniemi, 2024, s. 127). Tunnesanaston suppeus tässä ikävaiheessa tukee myös Golemanin teoriaa siitä, että tunneäly on vaiheittain kehittyvä prosessi (Goleman, 1997, s. 26).

Perustunteiden tunnistamisen teemaa havainnollisti myös tehtävä Tunteet tuntuvat kehossa, jossa tunnistetuimmiksi ja samoihin kehonosiin sijoitetuiksi tunteiksi nousivat pelko, rakkaus ja ilo. Tehtävässä oli annettu kymmenen eri tunnetta ja niille värikoodit. Alla oleva taulukko havainnollistaa eniten tunnistetut ja samoihin paikkoihin sijoitetut tunteet.



Kuvio 1 Pylväsdiagrammi, joka näyttää tunteiden kokemisen kehonosittain Tunteet tuntuvat kehossa -tehtävän perusteella

Tunteet tuntuvat kehossa tehtävässä rakkaus nousi tunnistetuimmaksi tunteeksi. 9/15 oppilaasta on sijoittanut rakkauden rintakehän alueelle. Seuraavaksi eniten tunnistetut tunteet ovat pelko ja ilo, missä molemmissa 7/15 oppilasta on sijoittanut ilon tunteen kokemisen pään seudulle ja

pelon keskivartaloon. Huomionarvoista tässä on myös se, että pelon tunne tuli tunnistetuksi ja sijoitetuksi myös jalkoihin viidellä oppilaalla. Pelon laaja tunnistaminen ja sen sijoittaminen keskivartalon ja jalkojen alueelle vahvistaa teoriaa siitä, että pelko on primitiivinen ja yksi voimakkaimmin tuntuista tunteista. Pelon sijoittuminen kehon alaosiin tukee käsitystä sen evoluutiivisesta tarkoituksesta selviytymistä edistävänä tunteena. Taistele tai pakene -järjestelmän aktivoituminen ohjaa kehon valmiustilaan, jossa toimintaan liittyvät kehonosat korostuvat. (Goleman, 1997, s. 23, 36). Tehtävä pääsi tavoitteisiinsa ja se herätti paljon keskustelua siitä, kuinka esimerkiksi suru voi tuntua silmissä tai pelko menee jalkoihin. Oppilaat osasivat eläytyä hyvin tunteiden paikantamiseen kehossa. Tämä löydös tukee teoriaa siitä, että tämän ikäiset oppilaat hyötyvät kehollisesta työskentelystä tunnetaitojen opettelemisessa (Tomperi ym., 2022, s. 28).

Muita keskeisesti esiin nousseita tunteita olivat ilo ja häpeä, joita yhdisti niiden paikantuminen pään alueelle. Tämä havainto tukee näkemystä näiden tunteiden kognitiivisesta ja sosiaalisesta luonteesta. Häpeän tehtävänä on säädellä toimintaa sosiaalisissa tilanteissa ja ehkäistä hylätyksi tulemisen kokemusta, kun taas ilo saa hakeutumaan uudelleen mielihyvää tuottavien kokemusten äärelle. (Sadeniemi, 2024, s. 122).

### 7.3 Haastattelujen tulokset ja analyysi

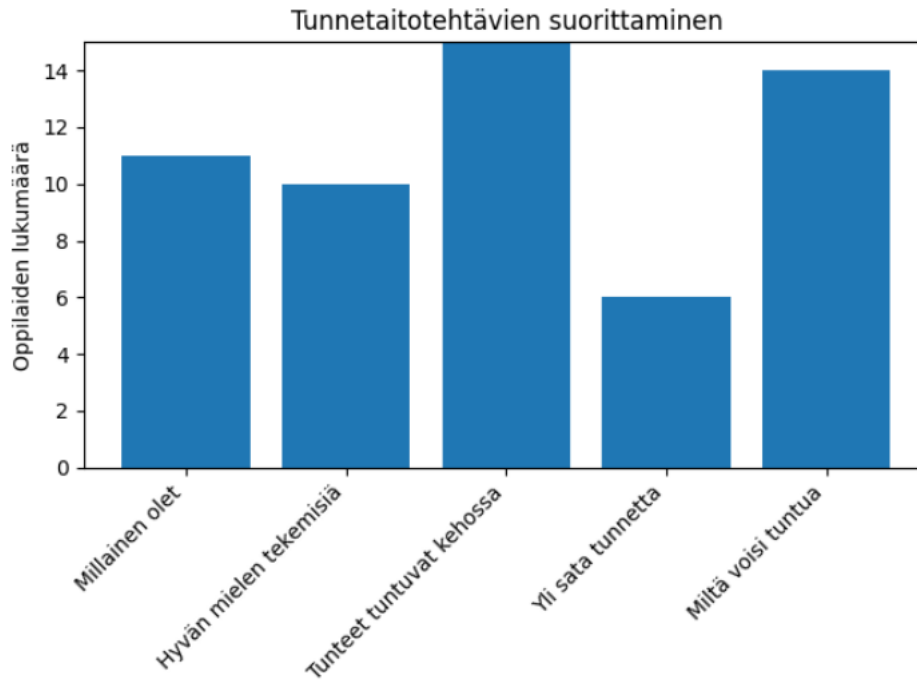
Opinnäytetyön haastattelut toteutettiin 2.-luokassa strukturoituna fokusryhmähaastatteluina ja pienluokassa strukturoituna yksilöhaastatteluina. Haastattelut nauhoitettiin ja litteroitiin, ja ne koostuivat kyllä–ei-tyyppisistä kysymyksistä, jotka käsittelivät tunnetaito-opetustuokioiden sisältöä sekä tunnetaitojen opettamista yleisesti.

Ensimmäisenä käsiteltävänä teemana on opetustuokioiden vastaanotto. Kaksikolmasosaa oppilaista koki tunnetaito-oppitunnin myönteisesti. Kysymykseen “Mille luokassa pidetty tunnetaito-oppitunti tuntui” 10/15 vastasi sen tuntuneen hyvältä. Vastaukset tukevat havaintojen perusteella tehtyä tulkintaa siitä, että oppilaat osallistuivat opetustuokioon mielellään, jakoivat kokemuksiaan ja suorittivat tehtävät huolellisesti. Tämä viittaa siihen, että tunnetaito-opetus koetaan pääosin myönteisenä. Kysymykseen mille tuntui puhua tunteista 7/15 vastasi hyvälle tai kivalle, 4/15 vastasi, ettei tiedä. Kolmen vastaus jäi epäselväksi. Kukaan vastaajista ei vastannut kuitenkaan ei. Vastausten jakautuminen voidaan tulkita niin, että tunteista puhuminen,

erityisesti kouluympäristössä, voi olla osalle vielä uutta ja vierasta. Luokassa tehtyjen havaintojen perusteella lapset olivat avoimia tunneilmaisussaan, mutta samalla oli havaittavissa, että aihe oli heille uusi. Tätä epävarmuutta voi myös selittää se, että tämän ikäisten lasten tunneily ja tunnesäätely ovat vasta kehittymässä ja kyky reflektoida omia tunteita voi olla senkin osalta vielä vaikeaa. Tunneilyn ja tunnesäätelyn kehitys on prosessi, joka alkaa varhaislapsuudessa ja kehittyy vähitellen kouluvuosien aikana. (Goleman, 1997, s. 26).

Toisessa teemassa käsitellään tunnetaito-opetusta osana koulutyötä. Haastattelun perusteella selkeä enemmistö (12/15) oli sitä mieltä, että tämän tapaista opetusta tulisi olla enemmän koulussa. Vastauksissa nousi esiin myös erilaisia näkemyksiä tunnetaito-opetuksen määrästä. Osa vastaajista koki, että esimerkiksi kerran kuukaudessa tai muutamia kertoja vuodessa olisi sopiva määrä. Toisaalta taas osa koki, että tunnetaito-opetusta tulisi olla huomattavasti enemmän, jopa jokaisella oppitunnilla. Onkin koulun vastuulla päättää, miten tunnetaito-opetus järjestetään osana perusopetusta. Kaukovainion koulussa Oulussa tunnetaitoja opetetaan kerran kuukaudessa erillisellä oppitunnilla. (Fränti, 2025).

Kolmannessa teemassa käydään läpi, miten tehtävät ja opetus koettiin tunnetaito-opetustuokioissa. Oppilaiden mielipiteet opetustyylistä jakautuivat melko tasaisesti. 6/15 piti eniten tehtävien teosta, 5/15 koki yhdessä keskustelun ja opetuksen kuuntelemisen mieluisampana, loput 4/15 olivat sitä mieltä, että molemmat olivat yhtä hyviä. Tehtävistä parhaimmaksi koettiin Tunteet tuntuvat kehossa jossa 13/15 nimesi sen mieluisimmaksi. Haastatteluissa nousi myös esiin mielipiteitä siitä, että opetuksessa voisi olla enemmän piirustustehtäviä. Vaikeimmiksi tehtäviksi nimettiin Yli sata tunnetta ja Hyvän mielen tekemisiä. Tehtävien suoritusastetta tarkasteltaessa, eli kuinka moni oppilas on tehnyt tehtävän ja kuinka monella se on jäänyt tyhjäksi, voidaan todeta tulosten olevan linjassa haastattelukysymysten kanssa. Tulokset ovat yhteneväiset myös havaintojen perusteella todetuiksi, taitotasoa vastaaviksi tehtäviksi. Havaintojen perusteella tavoitteisiin päässeet tehtävät olivat, Millainen olet, Tunteet tuntuvat kehossa ja Miltä voisi tuntua. Tehtävien suoritusasteen tulokset ovat linjassa haastattelutulosten kanssa, sillä sekä tehtävät Yli sata tunnetta että Hyvän mielen tekemisiä koettiin kaikkein vaikeimmiksi.



*Kuvio 2 Pylväsdiagrammi, joka näyttää tunnetaitotehtävien suoritusasteen*

Haastatteluissa lasten kanssa tulee myös ottaa huomioon valtasuhteet haastattelutilanteessa ja niiden vaikutus vastauksiin. Kun aikuinen haastattelee lasta, hän toimii väistämättä aikuisen roolissa ja tässä kontekstissa myös työntekijän statuksella. Vastauksissa on aina mahdollisuus siihen, että haastateltavat tämän vuoksi sanovat, mitä olettavat aikuisen haluavan kuulla. (Kallinen, 2022, s. 134). Näitä valtasuhteita pyrittiin liudentamaan vertaisuuden rakentamisella kohtaamiseen. Erityisesti kouluikäiset lapset hyötyvät siitä, että heitä puhutellaan ja kohdellaan tasavertaisesti (Kallinen, 2022, s. 136). Käytännössä tämä toteutettiin niin, että ennen haastattelun nauhoitusta oppilailta kysyttiin ovatko he ennen olleet haastateltavina ja että jännittääkö tilanne heitä. Vertaisuutta pystyi myös luomaan myös myönteisen tunnistamisen työotteesta käsin niin, että peilasi omia kokemuksiaan aikuisen roolista käsin oppilaiden vastauksiin. Valtasuhteita liudennettiin myös 2.-luokkalaisten haastatteluissa niin, että istuin itse lattialla ja lapset istuivat hivenen ylempänä minua matalalla penkillä. Ryhmähaastattelut toimivat paremmin, sillä lapset saivat toisistaan tukea jännittävässä tilanteessa. Yksilöhaastattelut olivat selvästi jännittävämpiä osallistujille ja tämä jännitys on saattanut myös vaikuttaa vastauksiin pienluokkalaisten parissa.

## 7.4 Yhteenveto

Tulosten perusteella tunnetaito-opetus koettiin oppilaiden keskuudessa pääosin myönteisenä. Vaikka aihe oli osalle oppilaista uusi, se otettiin silti vastaan hyvin. Sekä havainnot, haastattelut ja tehtävätulokset osoittavat, että oppilaat osallistuivat opetustuokioihin mielellään. Oppilaat jakoivat kokemuksiaan avoimesti ja työskentelivät tehtävien parissa huolellisesti. Opinnäytetyön tulokset osoittavat, että turvallinen, dialoginen ja vertaisuuteen perustuva ilmapiiri on keskeinen edellytys onnistuneelle tunnetaito-opetukselle (Opetushallitus, n.d.-b). Opetustuokio avattiin tunnetaitotarinalla, jonka avulla tämä pystyttiin luomaan heti. Tunteet kylässä -tunnearina ylsi tavoitteisiinsa ja sitä voidaan pitää osana onnistunutta tunnetaito-opetusta.

Tunnetaitoja ei ole hyvä opettaa ainoastaan tiedollisena sisältönä, vaan ohjaajan olisi hyvä uskaltaa laittaa myös itsensä likoon. Kun opetustuokiossa ryhmänvetäjän roolissa oli aidosti läsnä, kuunteli ja jakoi omia kokemuksiaan, oppilaat puhuivat avoimemmin myös omista kokemuksistaan. Tulokset linjaavat myös myönteisen tunnistamisen teorian kanssa, missä aikuisen uskottavuutta lisää se, ettei käsiteltävää asiaa lähestytä ainoastaan ammatillisen pätevyyden kautta. Tällä tavoin ohjaaja paljastaa oman ihmisyytensä ja on helpommin lähestyttävä. (Häkli & Kallio, 2015, s. 84-86). Osana onnistunutta tunnetaito-opetusta voidaan siis pitää sitä, että ohjaaja osaa heittäytyä ja antaa itsestään myös jotain.

Tunnetaidot ovat laaja aihealue ja niiden opettamisessa tulee käyttää selkeästi rajattuja kokonaisuuksia. Tunnetaito-opetus vaatii rauhallisen etenemistahdin ja selkeän rakenteen, jotta oppilailla on mahdollisuus pysyä mukana ja että dialogista ilmapiiriä pystytään ylläpitämään. Liian suuria asiasisältöjä ei ole hyödyllistä käydä läpi samalla opetuskerralla. Opetustuokioiden toimivuus parani selvästi, kun asiasisältöjä supistettiin, tehtäväjärjestystä muutettiin ja aikaa varattiin riittävästi yhteiseen käsittelyyn. Pienempi ryhmäkoko on myös selkeä etu tunnetaitojen opettamisessa. Se mahdollistaa rauhallisemman etenemisen ja oppilaiden paremman osallistumisen.

Tunnetaitotehtävissä tulisi painottaa perustunteiden tunnistamista ja nimeämistä, visuaalisuutta ja kehollisuutta. Hienosyisten tunnekokemusten erottelukyky on tässä ikävaiheessa vasta kehittymässä (Goleman, 1997, s. 26), joten opetuksen painopisteen tulisi olla perustunteissa (Mielenterveystalo, n.d). Mikäli opetuksessa käsitellään useampia tunteita, tehtävien tueksi voisi olla tarpeellista käyttää esimerkiksi tunnelistoja. Oppilaat hyödynsivät myös piirtämistä, värittämistä ja symbolien käyttöä myös silloin, kun tehtävänanto edellytti kirjallista vastaamista.

Myös haastatteluissa nousi piirtäminen mieleisenä tehtävämuotona useasti esiin. Suosituimmaksi tehtäväksi nousi Tunteet tuntuvat kehossa. Tunteet tuntuvat kehossa ylsi tavoitteisiinsa, sillä se herätti keskustelua ja mahdollisti tunteiden tarkastelun konkreettisella ja ikätasoon sopivalla tavalla. Näiden jälkeen suosituimmiksi tehtäviksi nousi Miltä voisi tuntua ja Millainen olet. Tehtävistä Yli sata tunnetta ja Hyvän mielen tekemisiä osoittautuivat vaikeimmiksi.

Tunnetaitoja opetellaan mielellään omana kokonaisuutensa. Tulosten perusteella tämän tapaista opetusta tulisi olla enemmän koulussa. Opetustahti jakoi mielipiteitä, mutta voidaan todeta, että tunnetaitoja tulisi opettaa systemaattisesti. Opinnäytetyön tulosten perusteella voidaan todeta, että tunnetaitoja tulisi opettaa 1.-3.-luokkalaisille selkeästi jäsennellyissä ja ikätasoon sopivissa kokonaisuuksissa. Opetuksen tulee olla dialogista ja turvallista. Visuaalisista ja kehollisista keinoista on hyötyä tehtävänannoissa.

Tulokset vahvistavat käsitystä siitä, että tunnetaito-opetus on oppilaiden hyvinvoinnin tukemista ja olennainen osa laaja-alaista osaamista sekä perusopetuksen perustehtävää. Tunnetaito-opetus voidaan nähdä sijoituksena lasten mielenterveyteen sekä tulevaisuudessa yhteiskunnalliseen toimijuuteen.

## 8 TUOTOKSET JA JATKOKEHITTÄMINEN

### 8.1 Tuotos – tunnetaito-opetusmateriaali ja opetustuokio

Tämä opinnäytetyö tarkasteli sitä, miten tunnetaitoja tulisi opettaa 1.-3.-luokkalaisille osana perusopetusta. Opinnäytetyön tuotoksena on tunnetaito-opetusmateriaali ja sen ympärille rakennettu opetustuokio. Tunnetaito-opetusmateriaali on liitteenä tämän opinnäytetyön lopussa. Opinnäytetyössä tarkasteltiin miten tunnetaitojen muodollinen opetus tulisi luokkaympäristössä toteuttaa ja miten näitä tehtäviä tulisi käydä läpi tuloksekkaalla tavalla. Tunnetaito-opetustuokio järjestettiin kaksi kertaa ja sitä kehitettiin ensimmäisen opetuskerran jälkeen.

Tunnetaito-opetusmateriaalin lisäksi tämä opinnäytetyö tuotti aineettoman mallin siihen, miten tätä opetusmateriaalia olisi tarkoituksenmukaista käyttää. Tätä opetusmateriaalia pystytään hyödyntämään 1.-3.-luokkalaisille 2 x 45min pituisilla oppitunneilla. Ensimmäinen oppitunti keskittyy tunteisiin ja toinen tunnetaitoihin.

Ensimmäinen oppitunti avataan tunnetaitotarinalla, jonka avulla pyritään dialogiseen ilmapiiriin. Tarina ja sen herättämä dialogi ja kaksi ensimmäistä saraketta info-osuudesta toimivat yhtenä kokonaisuutena. Niiden jatkeeksi käydään läpi vihreällä pohjalla olevat perustunteet: pelko, viha ja ilo taululla yhdessä keskustellen läpi. Tämän jälkeen oppilaat tekevät tehtävät Miltä voisi tuntua ja Tunteet tuntuvat kehossa. Ensimmäisessä tehtävässä opetustuokion vetäjä lukee tilanteet ääneen.

Toinen oppitunti käsittelee tunnetaitoja. Oppitunnilla käydään läpi info-osuuden toiselta sivulta ensimmäinen sarake ja vihreän pohjan kokonaisuus taululla läpi opettaen. Tämän jälkeen käydään läpi tehtävät, Millainen olet, Hyvän mielen tekemisiä ja Yli sata tunnetta. Ensimmäisen tehtävän voi tehdä itsenäisesti, kaksi viimeistä käydään läpi yhdessä keskustellen.

Tunnetaito-opetusmateriaali tulisi jakaa niin, että siinä on ryhmänvetäjän materiaali ja oppilaiden materiaali erikseen. Ryhmänvetäjän materiaaliin olisi tarpeellista myös lisätä tämän opinnäytetyön luvut 5.2 ja 5.3 tulostettuna, jotta ryhmänvetäjä tulee tietoisiksi roolistaan, tavoittelavasta ilmapiiristä, sekä tehtävien tavoitteista.

## 8.2 Jatkokehittäminen

Tunnetaitotehtävillä oli ennalta asetetut tavoitteet, osa tehtävistä ylsi tavoitteisiinsa ja osassa löytyi kehitettävää. Seuraavaksi esitetään, millaisia muutoksia tehtäviin olisi tarpeellista lisätä, jotta ne yltaisivat tavoitteisiinsa paremmin. Tehtävään Miltä voisi tuntua olisi tarpeellista lisätä tunnelista, jotta vastauksiin saataisiin enemmän kirjoa. Opetushallituksen 104 tunnetta aakkosjärjestyksessä -lista (Opetushallitus, n.d.-c) käy tähän tarkoitukseen hyvin. Tehtävässä Tunteet tuntuvat kehossa olisi tarpeellista rajata paikannettavat tunteet kuuteen perustunteeseen, mitkä ovat ilo, viha, suru, pelko, hämmästys ja inho (Mielenterveystalo, n.d.). Tehtävässä Millainen olet tulisi lisätä piirtäminen vastausvaihtoehdoksi. Tehtävään Hyvän mielen tekemisiä tulisi lisätä rastiminen kuvasta vastausvaihtoehdoksi. Tehtävä Yli sata tunnetta tulisi muokata niin, että 2. kysymys poistettaisiin kokonaan ja sen tilalle laitettaisiin tehtävä, missä oppilaat värittävät kuvasta tunnepisaroita, mitä ovat kokeneet. Tunnetaito-opetustuokion kokonaisuudessa täysin onnistuneena voidaan pitää tunteet kylässä tarinaa, joka pääsi tavoitteisiinsa odotuksia paremmin jo ensimmäisellä opetustuokiolla.

Tunnetaito-opetuksen kehittämistyössä ensimmäinen opetustuokio toi esiin kehittämistarpeita, jotka toisessa opetustuokiassa pystyttiin huomioimaan, mikä johti onnistuneeseen lopputulokseen. Tästä huolimatta tunnetaidot ovat laaja kokonaisuus ja tämän kehittämistyön toteuttamisen myötä, voidaan todeta, että liian suurien asiakokonaisuuksien mahduttaminen lyhyeen aikaan ei ole hyödyllistä. Tuloksekkaamman oppimisen kannalta esitän, että tämä opetusmateriaali olisi hyödyllisempää käydä läpi pidemmällä aikavälillä niin, että jokaisen tehtävän ympärille rakennettaisiin oma oppimiskokonaisuus. Tällä tavoin pystytään luomaan ja ylläpitämään dialoginen ja vertaisuuteen perustuva ilmapiiri, joka on tässä kontekstissa tärkeämpää, kuin tehtävien ja tiedon määrä. Tämä oppimismateriaali voitaisiin esimerkiksi jakaa viiteen 45 minuutin mittaiseen oppituntiin, jotka käytäisiin läpi kerran kuukaudessa viiden kuukauden aikana. Oppitunnin aikana käsiteltäisiin yksi asiakokonaisuus ja siihen liittyvä tehtävä. Esimerkiksi ensimmäisestä info-osuudesta käsiteltäisiin tunteiden biologia ja tarkoitus ja sen parina tehtävä Tunteet tuntuvat kehossa. Myös tehtävä Yli sata tunnetta toimisi hyvin omana kokonaisuutena. Vaihtoehtoisesti sisältöjä voisi käsitellä osana muita oppitunteja, kuten äidinkielen, ympäristöopin tai uskonnon tunneilla, joissa tunnetaitoja käsitellään jo opetussuunnitelman mukaisesti.

Tässä opinnäytetyössä liitteenä oleva tunnetaito-opetusmateriaali on käyttökelpoista ja ajan-kohtaisiin lähteisiin perustuvaa, mutta siihen olisi myös hyödyllistä tehdä tässä kehittämistyössä tulosten perusteella esitetyjä muutoksia. Jää ryhmänvetäjän vastuulle, miten ja millälaisissa kokonaisuuksissa opetusmateriaalia hyödynnetään.

Tunnetaito-opetus hakee paikkaansa perusopetuksessa ja mahdollisuudet sen toteuttamiseen ovat monipuoliset. Näkisin että yksi keskeisimpiä elementtejä onnistuneessa tunnetaito-opetuksessa on ryhmänvetäjän rooli ja sen avulla luotu ilmapiiri. Tunnetaito-opetuksessa laadukkainkaan sisältö ei välity samalla tavalla, ellei ryhmänvetäjä ole aidosti läsnä ja kuuntele, sekä anna itsestään jotain. Erityisesti koulussa tällainen perinteinen opettaja - oppilas asetelman liikauttaminen voi olla haastavaa, mutta tässä kontekstissa tärkeää. Yhteiskunnallisesti näkisin tarpeellisenä tunnetaito-opetuksen yhdenmukaistamisen. Koska tunnetaito-opetukselle ei ole ennalta määriteltyä tuntimäärää tai sisältöjä, koulujen välille jää eroja siihen, kuinka usein ja millä tavoin tunnetaito-opetus järjestetään. Tutkimusten mukaan tunnetaito-opetuksella on kiistattomia myönteisiä vaikutuksia sekä koulumenestykseen että sosiaalisten taitojen kehittymiseen. Elämässä tarvitaan muutakin kuin pelkkää kirjatieta ja nykyisen maailmantilanteen valossa on selvää, että tunneälylle on tulevaisuudessa entistä suurempi tarve. Kun lapsi oppii nuorena tunnetaitoja, hän vie mukanaan ainakin osan niistä aikuisuuteen. Tunne-elämältään vakaa ja taitava aikuinen on myös varmasti hyvä kollega, johtaja ja vanhempi.

### **8.3 Arviointi, pohdinta ja tulosten jalkauttaminen**

Opinnäytetyön kannalta aihe oli laaja. Jo itsessään tutkimus kysymys ”miten tunnetaitoja tulisi opettaa 1.-3.-luokkalaisille” osoittautui monta näkökulmaa sisältäväksi kysymykseksi. Tutkimuskysymys avasi monta mielenkiintoista aihealuetta, joista oli vaikeaa valita, mihin syventyä. Lopputuloksen kannalta olisi ehkä ollut tarpeellista rajata aihetta, mutta en oikein osannut valita mistä sitä rajaisi ja opinnäytetyöhön valikoitui sellaiset aiheet, jotka minua itseäni kiinnosti ja jotka koin aiheen kannalta merkityksellisiksi. Aiheen rajaus olisi pitänyt tehdä jo tehtävien laatimisvaiheessa, missä olisi keskitytty esimerkiksi pelkästään tunnetaitoihin tai tunteiden tarkoitukseen, ja liitteeksi 1-2 tehtävää.

Menetelmät opinnäytetyössä sisälsivät myös haasteita, esimerkiksi havainnoinnin sijaan olisi ollut järkevämpää käyttää opetustuokioiden videotointia. Havainnointi menetelmänä oli haastava, sillä muistiinpanojen tekeminen kesken opetuksen pysäytti opetustuokion ja oman ajatuskulun.

Havainnointiin liittyi myös rajoite, sillä ensimmäisessä opetustuokiassa oli mahdollista huomioida ainoastaan 11 oppilaan vastaukset. Samoin pienluokassa pystyttiin huomioimaan ainoastaan 4 oppilaan vastaukset. Tämä toteutui kuitenkin eettisesti, sillä oppilaat olivat minulle entuudestaan tuttuja ja tutkimuslupahakemusten perusteella osasin jättää huomiotta ne oppilaat, joilla tutkimuslupaa ei ollut. Opinnäytetyössä kaikki oppilaat osallistuivat opetustuokioihin ja tekivät tunnetaitotehtävät. Oppilaiden vastauksia, joilta tutkimuslupaa ei ollut saatu, ei tarkasteltu lainkaan.

Tunnetaitotehtävien analyysi oli työläs, sillä käsiteltävänä oli 75 tehtäväsivua. Tunnetaitotehtävät tuottivat onnistuneesti uutta ja mielenkiintoista tietoa, sekä sellaista mikä nojasi jo olemassa olevaan tutkittuun tietoon. Opinnäytetyöntekijänä tehtävien analyysi oli palkitsevaa ja siinä pääsin tutkimuksellisen kehittämistyön ytimeen. Tehtävien tulosten perusteella oli antoisaa keksiä kehittämissuhteita tehtäviin ja sain onnistumisen kokemuksia. Tunnetaitotehtävien, havainnoinnin ja haastattelun tuloksia oli antoisaa analysoida ja löytää niistä yhtymäkohtia.

Haastatteluissa olisi pitänyt kysyä jotain Tunteet kylässä -tarinasta, sillä se oli tunnetaito-opetustuokiassa havaintojen perusteella onnistunein elementti. Haastattelujen eettisyys varmistettiin kertomalla osallistujille, että vain opinnäytetyön tekijä kuuntelee haastattelutallenteet. Etiikka tässä huomioitiin myös niin, että tutkimuslupa oli haettu oppilaiden huoltajien lisäksi myös tilaajaorganisaatiolta.

Aiheen laajuuden myötä opinnäytetyön tietoperusta jäi osaltaan irralliseksi, sillä mielestäni se vastasi tunneälyn osalta enemmän kysymykseen ”miksi tunnetaitoja tulisi opettaa 1.-3.-luokkalaisille”. Toisaalta tunneälyn avaaminen ja sen liittyminen laajempaan asiayhteyteen oli mielestäni tärkeä asia, jonka halusin avata lukijalle. Pedagoginen osaaminen ja sen tuominen tietoperustaan laajemmin olisi vastannut alkuperäiseen tutkimuskysymykseen paremmin. Toisaalta olen tyytyväinen siihen, että sain myönteisen tunnustamisen näkökulman ja dialogisuuden oppimisessa sisällytettyä työhön, sillä tunnetaitojen opetuksessa juuri tällainen kohtaamistyö on yhtä tärkeää kuin pedagoginen osaaminen. Olen tyytyväinen siihen, että sain oman ammattialani kompetenssit yhdistettyä pedagogiseen viitekehykseen ja tämän myötä tuotettua uutta tietoa ammattialalle tunnetaitojen opettamisesta. Yhteistyössä opettajan pedagogisen osaamisen kanssa tästä olisi mahdollista rakentaa toimiva ja innovatiivinen kokonaisuus, jossa pedagogiikka ja ammatillinen kohtaamistyö yhdistyvät ja luovat uudenlaisen tavan oppia asioita.

Luotettavuuden osalta tässä opinnäytetyössä tuotettu opetusmateriaali nojaa tutkittuun ja ajan-kohtaiseen tietoon. Luotettavuutta voitaisiin lisätä vertaisarvioimalla tuotos opetuksen ja psykiatrian ammattilaisilla.

Opinnäytetyö oli itselle antoisa, palkitseva ja haastava kokemus. Kokonaisuudessaan prosessi kesti noin 8 kuukautta. Aloitin kesällä 2025 aiheeseen perehtymisen lukemalla kolme tunnetaito-opetusmateriaalissa mainittua lähdeteosta ja tekemällä niistä laajat muistiinpanot. Näiden perusteella tein ajatustyötä rauhassa tehtävien ja opetustuokion suhteen. Ajatustyön rooli oli merkittävä. Minulle oli alusta asti selvää, että haluan opetustuokiolle keskustelevan ilmapiirin ja koin että tunnetarinan ja ohjaustyölin avulla tämä voisi onnistua. Tunteiden kylässä käymisen konseptin keksin kerran automatkalla, kun oma lapseni oli voimakkaan tunteen vallassa ja yritin sanoittaa hänelle tunnekokemusta. Idea tunteesta ”tyyppinä, joka käy kylässä” tuntui olevan ymmärrettävä idea 3- ja 4-vuotiaalle. Info-osuudet rakentuivat loogisesti avaamalla ensin tunteiden tarkoitus ja vasta sen jälkeen tunnetaidot. Tehtävät syntyivät pääosin Viisas mieli -kirjan pohjalta ja pääsin hyödyntämään niissä kuvataidetaustaani. Opetushallituksen tunnelista oli mielestäni niin kiinnostava lisä, etten malttanut jättää sitä pois ja tehtävä sen ympärille syntyi Viisas mieli -kirjan pohjalta.

Tulosten jalkauttamisen mahdollisuuksia on käyty esimiehen kanssa läpi ja yhtenä esimerkkinä on noussut se, että alkaisin itse ohjaamaan tunnetaito-oppitunteja Nivan koululla. Opinnäytetyöprosessi on kehittänyt osaamistani ja tuottanut laajan tietopohjan, jonka pohjalta tunnetaitojen opettaminen olisi luonteva jatkumo sekä tämän opinnäytetyön että muiden materiaalien avulla.

## 8.4 Tekoäly

Tekoälyä hyödynnettiin tässä opinnäytetyössä ja sen käyttämisessä huomioitiin Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry:n antamaa ohjeistusta (Arene, 2023). Chat Gpt 5.2 avulla lauseita uudelleen muotoiltiin ja haettiin sanoille synonyymejä. Tekoälyä hyödynnettiin myös tekstinmuotoilussa. Esimerkiksi kappaleessa 4.1 Tunteet, tekoälyä on hyödynnetty niin, että sille on annettu osia tunnetaito-opetusmateriaalin ensimmäisestä info-osuudesta ja pyydetty tiivistämään sitä. Varsinainen teoreettinen sisältö perustuu käytettyyn lähdekirjallisuuteen ja sen pohjalta tuotettuun materiaaliin. Tekoälyn rooli on rajoittunut ainoastaan tekstin tiivistämiseen, eikä se ole tuottanut uutta sisältöä. Sisältö on myös tarkistettu ja todettu asianmukaiseksi. Tekoäly on myös tuottanut visuaaliset tilastot opinnäytetyöhön.

## LÄHTEET

- Aluehallintovirasto. (2021). *Ennaltaehkäisevä mielenterveys- ja päihdetyö on kannattavaa*. Haettu 23.11.2025 osoitteesta <https://avi.fi/-/ennaltaehkaiseva-mielenterveys-ja-paihde-tyo-on-kannattavaa>
- Arene. (2020). *Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset*. Haettu 20.9.2025 osoitteesta [AMMATTIKORKEAKOULUJEN OPINNÄYTETÖIDEN EETTISET SUOSITUKSET 2020.pdf](#)
- Arene. (2023). <https://arene.fi/wp-content/uploads/PDF/2023/AI-Arene-suositukset.pdf?t=1686309593>
- Ashdown, D & Bernard, M. (2011). *Can Explicit Instruction in Social and Emotional Learning Skills Benefit the Social-Emotional Development, Well-being, and Academic Achievement of Young Children?* Early Childhood Education Journal. ISSN 1082-3301. Haettu 2.9.2025 osoitteesta <https://thebernardgroup.com.au/wp-content/uploads/2025/11/2012-Ashdown-Bernard-ECEJ-Can-Explicit-Instruction-in-SEL-skills.pdf>
- Fränti, S. (2025). *Tunne- ja turvataidot tukevat oppimista ja hyvinvointia: Turvataito-opet näyttävät mallia myös somessa*. Haettu 15.11.2025 osoitteesta <https://www.munoulu.fi/koulutus/tunne-ja-turvataidot-tukevat-oppimista-ja-hyvinvointia-turvataito-opet-nayttavat-mallia-myos-somessa/>
- Goleman, D. (1997). *Tunneäly – Lahjakkuuden koko kuva*. (6. painos, J. Kankaanpää, suom.). Otavan kirjapaino. Keuruu 1998.
- Helsingin kaupunki. (2025). *Helsinki opettaa tunne- ja vuorovaikutustaitoja nyt kaikissa kouluissa*. Haettu 16.11.2025 osoitteesta <https://www.hel.fi/fi/uutiset/helsinki-opettaa-tunne-ja-vuorovaikutustaitoja-nyt-kaikissa-kouluissa>
- Humanistinen ammattikorkeakoulu. (n.d.-a). Tutkimuksellisen kehittämistyön lähestymistavat KAOP1-3002 [Ei julkaistu].
- Humanistinen ammattikorkeakoulu. (n.d.-b). Tutkimuksellisen kehittämistyön menetelmät KAOP2-3002 [Ei julkaistu].
- Häkli, J. & Kallio, K.P. (2015). Tutustuminen myönteisen tunnistamisen ulottuvuutena. Teoksessa R. Korkiamäki (Toim.), *Myönteinen tunnistaminen*. (ss.84-86). Nuorisotutkimusverkoston Kenttä-sarjan julkaisuja. Helsinki: NTV.
- Kallinen, K., & Pirskanen, H. (2022). *Lasten ja nuorten tutkimushaastattelu*. Gaudeamus.
- Lajunen, K., Andell, M., & Ylenius-Lehtonen, M. (2019). *Tunne- ja turvataitokasvatuksen perusteita ja periaatteita*. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Haettu 15.10.2025 osoitteesta [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille\\_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Mieli. (n.d.). *Tunteet suuntaavat ajatuksia ja toimintaa*. Haettu 26.10.2025 osoitteesta <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/tunteet-ja-tunnetaidot/tunteet-suuntaavat-ajatuk-sia-ja-toimintaa/>

- Mielenterveystalo. (n.d.). *Mitä tunteet ovat?* Haettu 6.1.2026 osoitteesta <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/ahdistus/mita-tunteet-ovat>
- National museum of American history. (n.d.). *Psychological test, social intelligence test.* Haettu 3.10.2025 osoitteesta [https://americanhistory.si.edu/collections/object/nmah\\_692403](https://americanhistory.si.edu/collections/object/nmah_692403)
- OECD. (2021). *Survey on Social and Emotional Skills (SSES): Helsinki (Finland).* Haettu 16.9.2025 osoitteesta <https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/about/programmes/edu/survey-on-social-and-emotional-skills/site-reports-20218/sses-helsinki-report.pdf>
- OpenAI. (2026). ChatGPT (Maaliskuu 14 versio) [Suurikielimalli]. Saatavissa <https://chat.openai.com/chat>. Viitattu 15.1.2026
- Opetushallitus. (n.d.-a). *Draaman opettamisesta.* Haettu 29.11.2025 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/draaman-opettamisesta>
- Opetushallitus. (2014). *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.* Haettu 28.10.2025 osoitteesta [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf)
- Opetushallitus (n.d.-b). *Tunnetaidot koulussa.* Haettu 27.12.2025 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/tunnetaidot-koulussa>
- Opetushallitus. (n.d.-c). *104 tunnetta aakkosjärjestyksessä* Haettu 1.12.2025 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/104-tunnetta-aakkosjarjestyksessa>
- Opinkirjo Kehittämiskeskus. (n.d). *Aineiston analysointi ja tulosten visualisointi.* Haettu 29.12.2025 osoitteesta <https://opinkirjo.fi/tutkimuksen-perusteet/aineiston-analysointi/>
- Positiivinen kasvatus. (n.d.). *Tunnetaitojen opettelu lapsen eri ikäkausina.* Haettu 31.1.2026 osoitteesta <https://positiivinenkasvatus.fi/tunnetaitojen-opettelu-eri-ikakausina/>
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. (2021). *Fanni ja kiukkuiset kaksoset: Rakentavan riitelyn harjoittaminen.* (2.painos). Kumma kustannus.
- Riihonen, R. & Koskinen, M. (2020). *Kuinka kiukku kesytetään: Lasten aggressiokasvatus.* Santalahti-kustannus.
- Sadeniemi, M., Häkkinen M., Koivisto M., Ryhänen T. & Tsokkinen A. (2024). *Vüisas mieli: Opas tunnesäätelyvaikeuksista kärsiville.* (1.-12. painos). Kustannus Oy Duodecim.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). *Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality.* Haettu 27.11.2026 osoitteesta <https://journals.sagepub.com/doi/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Sitra. (n.d.). *Tulevaisuussanasto.* Haettu 26.10.2025 osoitteesta <https://www.sitra.fi/tulevaisuussanasto/ilmio/>
- Socialigence. (n.d). *'Social Intelligence' in Research.* Haettu 3.10.2025 osoitteesta <https://www.socialigence.net/blog/social-intelligence-in-research/>

Sommar, H. (2014). *Tunnetaidot rantautuivat opetukseen*. Yle. Haettu 31.1.2026 osoitteesta <https://yle.fi/a/20-118155>

Tampereen yliopisto. (n.d.). *Myönteinen tunnistaminen*. Haettu 1.1.2026 osoitteesta <https://research.tuni.fi/mytu/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2025). *Mielenterveyden edistäminen päiväkodeissa, kouluissa ja oppilaitoksissa*. Haettu 3.10.2025 osoitteesta [https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/lasten-ja-nuorten-mielen-hyvinvointi/mielenterveyden-edistaminen-paivakodeissa-ja-kouluissa?utm\\_source=chatgpt.com](https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/lasten-ja-nuorten-mielen-hyvinvointi/mielenterveyden-edistaminen-paivakodeissa-ja-kouluissa?utm_source=chatgpt.com)

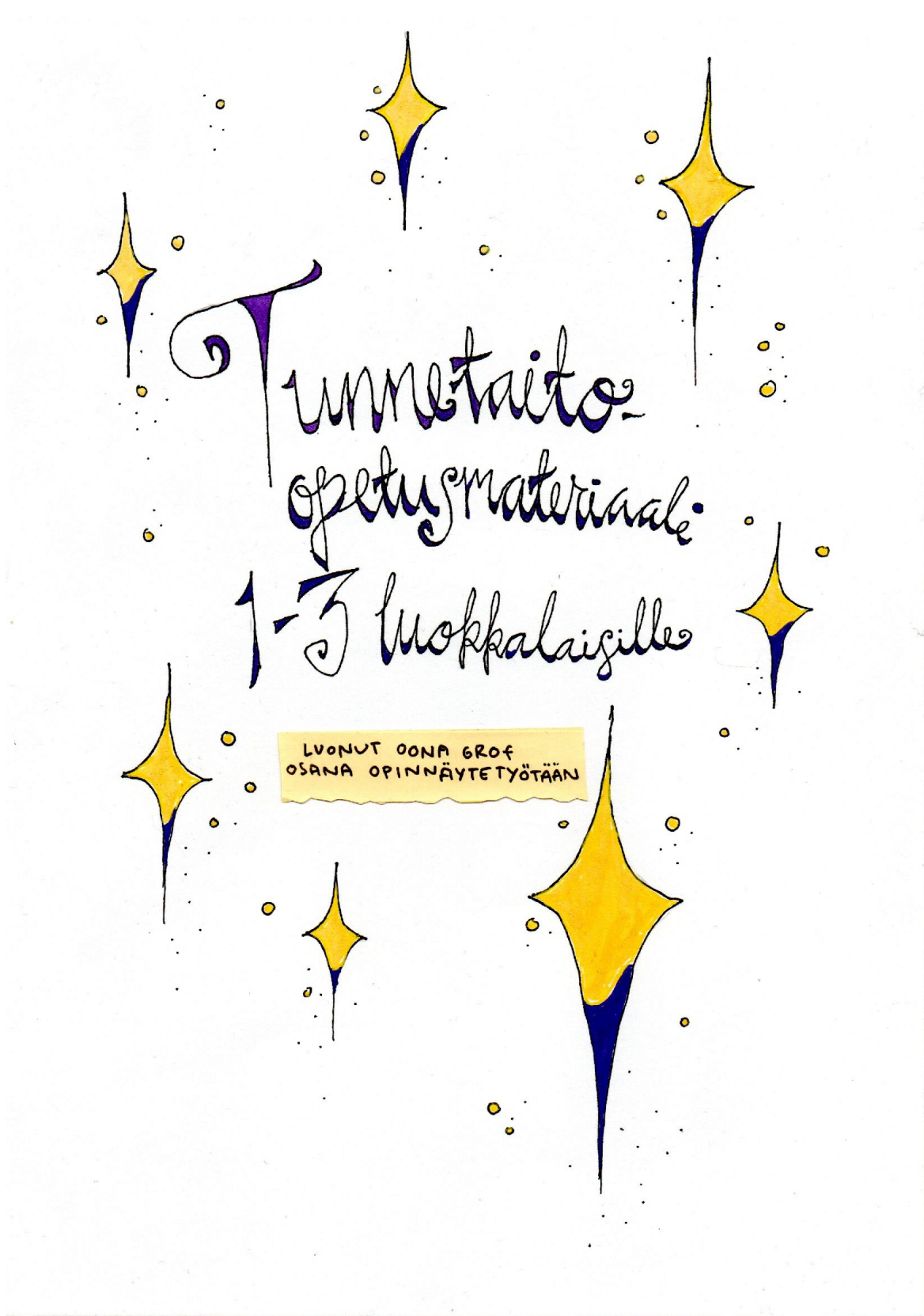
Tieteen termipankki. (2026). *Metakognitio*. Haettu 31.1.2026 osoitteesta <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kasvatustieteet:metakognitio>

Tietoarkisto. (n.d.). *Laadullinen sisällönanalyysi*. Haettu 29.12.2025 osoitteesta <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/laadullinen-sisallanalyysi/>

Tomperi, T., Hanki, K., Hämeenniemi, K., Hämäri, S., Isopahkala, S., Rissanen, I. & Saurama, A. (2022). *Dialogi- ja tunnetaidot opetuksessa*. Opetushallitus. Haettu 3.2.2026 osoitteesta [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Dialogi- ja\\_tunnetaidot\\_opetuksessa.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Dialogi- ja_tunnetaidot_opetuksessa.pdf)

Åström, M., Nurmilaakso, T. & Kyllönen, T. (2024). *Nuorten mielenterveysongelmat ovat räjähtämässä käsiin, mutta ilmiössä on myös toivo*. Yle. Haettu 3.2.2026 osoitteesta <https://yle.fi/a/20-10006638>

## LIITTEET



Kuva 3 Tunnetaito-opetusmateriaalin kansilehti

### Tunteet kylässä

On syksyinen aamu. Ilma on vähän viileä ja aamulla pimeää, kun pitää herätä. Äiti, isi, Mea ja Lea ovat puuhastelemassa arki-aamun parissa. Arki-aamu on tässä perheessä sellainen, että ennen työhön, kouluun ja päiväkotiin lähtöä pitää ensin herätä, sitten katsoa vähän piirrettyjä, pukea päälle, ottaa d-vitamiinit ja pestä hampaat. Mehua saa myös juoda. Se on illalla laitettu valmiiksi jääkaappiin juomapulloihin odottamaan. Tällä välin, kun lapset suorittavat näitä arki-aamun tärkeitä rutiineja, isi juo kahvia ja äiti meikkaa. Kissat syövät aamupalaa ja pesevät sitten itseään kädellä. Kaikenlaista hyörimistä ja pyörimistä mahtuu tähän pieneen hetkeen pimeässä aamussa kello kuuden ja seitsemän välissä.

Kun neljä ihmistä, joista kaksi on vielä aika pieniä, tekee näin mahdollisesti paljon asioita niin lyhyessä ajassa, on todennäköistä, että jotakuta saattaa alkaa vähän harmittamaan. Se tapahtuu yleensä siinä kohtaa arki-aamua, kun ollaan alakerrassa laittamassa päälle ulkovaatteita. On vähän kiireen tuntua ilmassa. Äiti sanoo, että kohta myöhästytään töistä. Isi ei löydä autonavaimia. Mealla on jo ulkovaatteet päällä ja tuntuu kuumalta. Kaikki törmäilevät toisiinsa pienessä eteisessä ja joltain on hanska hukassa. Silloin Lea kajauttaa ”EN HALUA PUKEA ULKOVAATTEITA!” ja heittäytyy lattialle meritähdiksi. Hetkeksi kaikki pysähtyy ja katseet käyvät pikku Leassa. Sitten hyöriminen ja pyöriminen jatkuu. Lea on vetelä kuin keitetty makaroni, kun äiti yrittää nostaa häntä lattialta. Vaikuttaisi että tämä alkaa ärsyttämään Leaa entisestään. Pieni ääni menee ihan kiivaaksi ja kiukkuiseksi ja kasvot menevät ruttuun. ”EN LAITA!” Lea myrskyää äitille, kun tämä yrittää laittaa sämpylän kokoisia lenkkareita hänen alati kiemurteleviin jalkoihin. Tässä kohtaa Mea ja isi näkevät parhaaksi poistua vähin äänin käynnistämään autoa. Ilma on ihanan raikas ja se tuntuu kylmältä nenässä ja keuhkoissa. Ikkunat ovat jo hennon jääkeroksen alla, mikä ei lähde pyyhkimällä pois. Pitää vähän raaputtaa tuulilasaa. Hengitys höyryää.

Menee vähän aikaa ja sitten Lea ja äiti kävelevät autolle. Lealla on naama ihan punainen ja märeät silmät. Äitin suu on mennyt viivaksi ja kulmat ovat kurtussa. Askeleet käyvät kiivaina. Auton ovi aukeaa ja äiti laittaa Lean turvaistuimeen. Lea vähän nyyhkii ja räkä valuu nenästä. Äiti istuu etupenkille ja pamauttaa auton oven kiinni vähän liian kovasti. Äiti huokaisee. Isi käynnistää auton. Sitten ajetaan autolla kymmenen kilometriä ihan liian kapeaa tietä. Tien molemmin puolin pelto on kääriytynyt paksuun sumupeittoon. Kultaiset auringonsäteet osuu ylämpiin keltaisiin koivun lehtiin. Joutsenet ovat tulleet pelloille päivystämään. Se on varma syksyn merkki.

Isi laittaa auton lämmityksen hurisemaan ja sanoo ”Lealla taisi tulla harmitus kylään”. Kaikki ovat hiljaa, kunnes isompi Mea kysyy uteliaana ”Onko se vieläkin kylässä?”. Lea ei sano mitään, murjottaa vaan. Äiti katselee auton ikkunasta ulos. ”Äitilläkin taitaa vielä olla vähän harmitus kylässä” isi sanoo ja töytäisee äitiä kynärpäällä leikkillisesti. Äiti vähän hymyilyttää. ”Onneksi se ei yleensä viivy pitkään. Käy vain kääntymässä, sanoo sanottavansa ja jatkaa sitten matkansa.” Pikku Lean ryhti kohenee. Suu topakkana viivana ja silmät itsevarmuutta huokuen hän toteaa ”Kyllä, minulle tuli harmitus kylään!”. Isompi Mea on silminnähden kiinnostunut asiasta ja kurottelee kasvoillaan isää. ”Miksi se tuli kylään?”. Isi laittaa auton lämmitystä vähän pienemmälle, niin että hurina vaimenee. ”Harmitus voi kertoa siitä, että omia rajoja on ylitetty ja jokin asia tuntuu liian isolta siinä hetkessä. Tänä aamuna oli aika kiireistä ja sattui kaikenlaista. Lealle taisi tulla tunne, että nyt tapahtuu ihan liikaa asioita ja pukeminen tuntui liian vaikealta siinä hulinaa.” Sitten äiti kääntyy takapenkille ja sanoo ”Minullekin tuli harmitus kylään, vaikka oikeasti olin vain huolissani siitä, että myöhästytään koko porukka töistä ja päiväkodista ja koulusta”. Tunnelma on jo hivenen keventynyt autossa ja ulkona on valoisa. Auton vilkku naksuttaa, kun isi kääntyy liikennepyörästä kylälle. Auton lasit huurustuvat sisältä päin. ”Nyt se lähti pois” pikku Lea lopulta toteaa takapenkillä. ”Onpa mukava kuulla. Sen jälkeen yleensä kylään tulee tyytyväisyys. Tyytyväisyys tuo mukanaan rentoutumisen ja hyvän olon tunteen ja se auttaa näkemään asiat iloisemmassa valossa. Se on vähän mukavampi vieras.” isi sanoo ja pyyhkii auton ikkunaa lapanen kädessään. ”Kaikki tunteet tuovat mukanaan tärkeää tietoa sinusta itsestäsi, ne ovat vähän niin kuin viestintuojia. Seuraavan kerran kun jokin tunne tulee kylään, istahda sen kanssa hetkeksi alas ja kuuntele mitä sillä on kerrottavana. Ja muista, että ne vain käyvät kylässä, tuskin jäävät asumaan luoksesi.”

Isi pysäyttää auton koulun vieressä. Mea hyppää ensimmäisenä ulos autosta ja lähtee jatkamaan arkipäiväänsä koulussa. Hän pyöryyttää ison näköisen repun selkäänsä ja koputtaa vielä äitiin ikkunaan. Äiti rullaa ikkunan alas. ”Tuti ikävä kylään” Mea sanoo. ”Se kertoo siitä, että välittää kovasti toisesta” vastaa äiti ja antaa suikon poskelle. Kaikki vilkuttaa ja hymyilee. Arki-aamu jatkuu ja muuttuu myöhemmin arkipäiväksi. Ja kaikilla on ihan hyvä päivä.

### Mitä tunteet ovat?

-Tunteet valmistavat meitä toimintaan ja saavat meidät liikkeelle.

-Tunteet tuovat viestin ja kertovat meille meidän omista tarpeista. Tunteet kertovat mikä meitä kiinnostaa, mitä haluamme ja tarvitsemme. Tunteet kertovat, mikä tuntuu oikealta ja mikä vääraltä.

- Tunteet tapahtuvat kehossa ja ne näkyvät myös ulospäin. Esimerkiksi kun hämmästyimme, silmämme avautuvat suuriksi ja pysähdymme hetkeksi. Tai jos petymme, koko keho saattaa lysähtää ja kasvojen ilme valahtaa.

-Pelon tarkoitus on pitää meidät turvassa. Pelon tunne herää silloin, kun koemme että meitä uhkaa vaara. Kun pelästymme, sydämen syke kiihtyy ja keho saattaa jähmettyä. Meille tulee tarve joko taistella tai paeta tilanteesta. Pelko on yksi voimakkaimmin tuntuvista tunteista ja esimerkiksi kivikaudella se on auttanut meitä selviytymään hengissä.

- Viha taas kertoo meille sen, että omia rajoja on rikottu. Viha auttaa puolustamaan itseään ja itselle tärkeitä asioita. Vihan tunne on myös sellainen, että sen taakse voi kätkeytyä jokin muu tunne, esimerkiksi suru tai avuttomuus. Eli vihan tunne osaa naamioida taustalla olevan oikean tunteen. Tämän takia kunnan kiukun jälkeen tulee yleensä paha mieli tai itku.

-Ilon tunne syntyy silloin, kun olemme saaneet jotain, mikä on meille tärkeää. Ilon tunne saa meidät tavoittelemaan hyvää oloa tuottanutta asiaa enemmän. Ilon tunne saattaa herätä esimerkiksi silloin, kun sanot jotain hauskaa ja saat kaverisi nauramaan. Ilon tunne saa suomme hymyilemään ja kehomme rentoutumaan.

-Tunteet tarvitsevat kaverikseen järjen. Järki tekee päätöksiä, jotka perustuvat tosiasioihin. Järjen avulla tiedämme, miten laskea matikan laskuja ja miten kirjoitetaan oikein.

-Tunteet vaikuttavat käytökseemme ja siihen, miten maailman näemme. Esimerkiksi ollessamme surullisia, kaikki asiat näyttävät harmaina eikä mikään oikein innosta. Tai jos olemme vihaisia, asiat voivat ärsyttää meitä tavanomaista enemmän. Ollessamme iloisia, päivä sujuu leikiten ja asiat tuntuvat helpoilta.

*Kuva 5 Tunnetaito-opetusmateriaalin ensimmäinen info-osuus*

### Mitä tunnetaidot ovat?

Meillä jokaisella on tunteet ja jokainen voi oppia tunnetaitoja. Se että on taitava tunteiden kanssa tarkoittaa, että osaa tunnistaa omia tunteitaan, nimetä niitä, säädellä niiden voimakkuutta ja siirtyä lopulta eteenpäin. Aikuinen voi auttaa sinua tunteiden kanssa ja joissain tilanteissa voit jo itse osata käydä näitä vaiheita läpi.

**1. Tunnista** Ajatellaan tätä esimerkin kautta, missä menet kauppaan ja huomaat että lempi karkkipussisi ovat loppuneet. Havaitset että sinua alkaa harmittamaan. Pohdit asiaa hetken ja ymmärrät olevasi nyt tosi pettynyt. Myös aikuinen voi auttaa sinua löytämään ja sanoittamaan tunnettasi. Tunnetaitoinen osaa tunteen herätessä huomata heränneen tunteen ja tarkastella sitä. Tunnetaitoinen uskaltaa pysähtyä hetkeksi tunteen äärelle. Tunnetaitoinen osaa myös hyväksyä kokemansa tunteen.

**2. Nimeä** Tunteen voi sanoa itselleen ajatuksissa tai todeta ääneen ”Olen nyt tosi pettynyt”. Jo pelkkä tunteen nimeäminen usein helpottaa tunnekokemusta. Tunnetaitoinen osaa näyttää tunteensa ja tietää miten ilmaista niitä viisaasti. Sinä saat olla pettynyt ja se saa näkyä vaikkapa kasvoissasi pettyneenä ilmeenä. Asiaa voi myös harmitella ääneen ja siitä voi jutella aikuisen kanssa.

**3. Säättele** Tunnetaitoinen osaa säädellä tunteen voimakkuutta ja rauhoittaa itseään. Joidenkin tunteiden kohdalla saatat osata tämän jo itse ja joidenkin kohdalla aikuinen voi auttaa sinua. Hyvää tunnesäätelyä tässä tilanteessa voisi olla se, että pettymys karkkipussin loppumisesta käytäisiin läpi aikuisen kanssa, sen sijaan että heittäydettäisiin kaupan lattialle huutamaan. Voit harjoitella tunteen säätelyä itse sanomalla mielessäsi ”On ihan ymmärrettävää, että olen pettynyt. Odotin niin kovasti karkkipussin ostamista ja syömistä”.

**4. Eteenpäin siirtyminen** Tunnetaitoinen osaa päästää tunteesta lopulta irti ja keksiä keinon päästä eteenpäin. Tunnetaitojen neljännessä vaiheessa tarvitaan hieman ongelmanratkaisua. Tässä tilanteessa eteenpäin voisi siirtyä esimerkiksi hyväksymällä sen, että karkkipussit ovat loppuneet ja lähtemällä kotiin. Toisena vaihtoehtona voisi valita jonkin toisen karkkipussin.

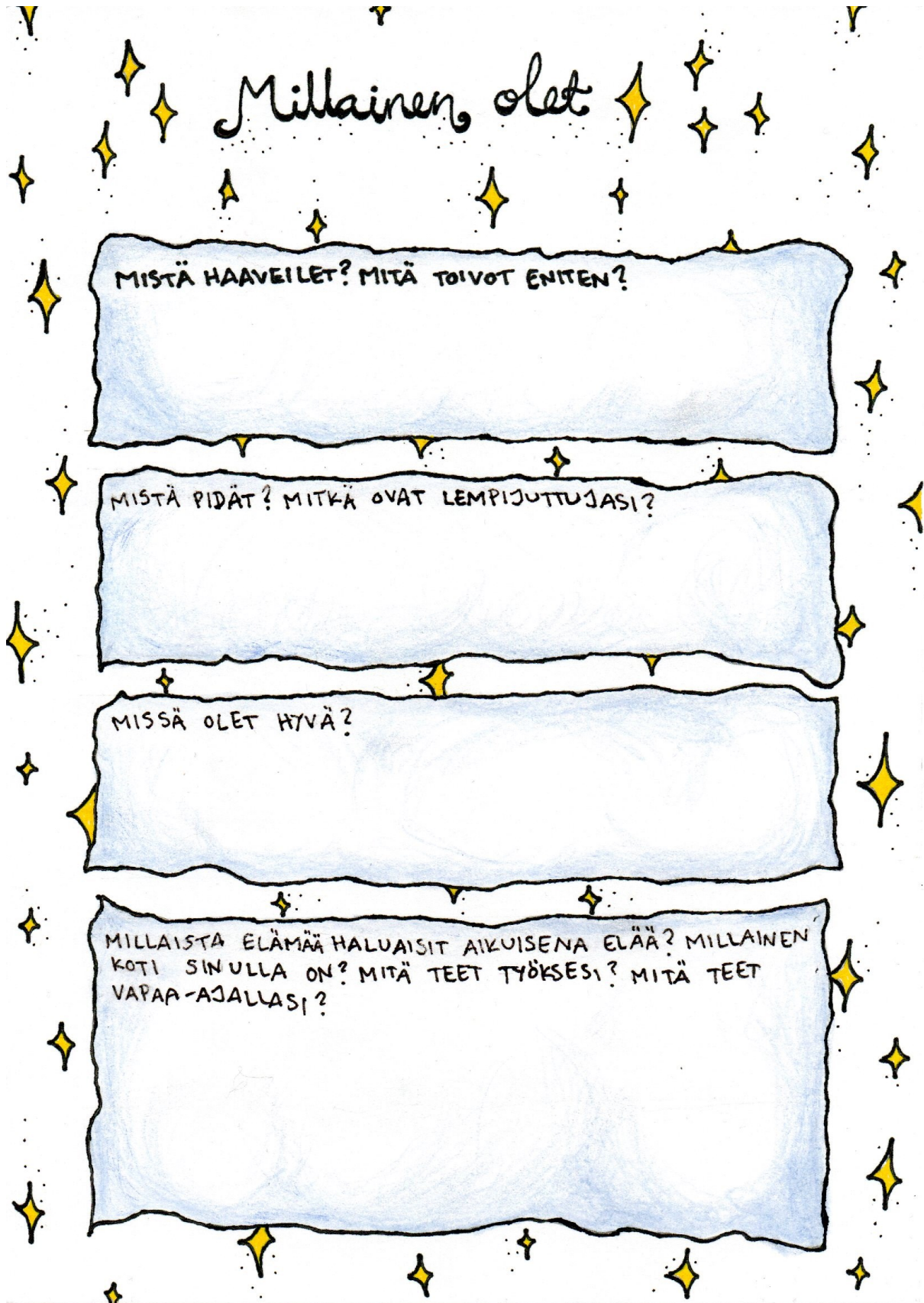
-Olet tunteiden taitaja, jos osaat havaita ja ottaa huomioon myös muiden tunteita. Mitä paremmin ymmärtää omia tunteita, sitä paremmin osaa ottaa huomioon myös muiden tunteet.

-Olet tunteiden taitaja, jos ymmärrät sen, että tunteet tulevat ja ne menevät. Ne eivät yleensä viivy pitkään kylässä.

-Olet tunteiden taitaja, kun tiedät ettei kenenkään tarvitse olla tunteidensa vietävissä.

-Olet tunteiden taitaja, kun tiedät että jokainen on vastuussa omista tunteistaan.

Lähteet: Duodecim Oy, Viisas mieli, 2024. Kumma kustannus, Kumma-kustannus, Fanni ja kiukkuiset kaksoset, 2023. Otava, Tunneäly – Lahjakuuden koko kuva, 1995.



Kuva 7 Tunnetaitotehtävä Millainen olet?

# Hyvän mielen tekemisiä

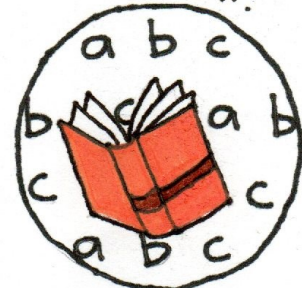
LAITA SADEVAATTEET  
PÄÄLLE JA KÄY KÄVELYLLÄ  
VESISATEESSA!



MENE KAVERIN LUO  
YÖKYLÄÄN!



LUE JÄNNITTÄVÄÄ  
KIRJAA!



RAKENNA MADA!



KÄY AIKUISEN KANSSA  
SIENIMETSÄSSÄ!



LEIKI KISSAN KANSSA!



LAULA!



KÄY UIMAHALLISSA!



KOKOA EVÄSRETKI!



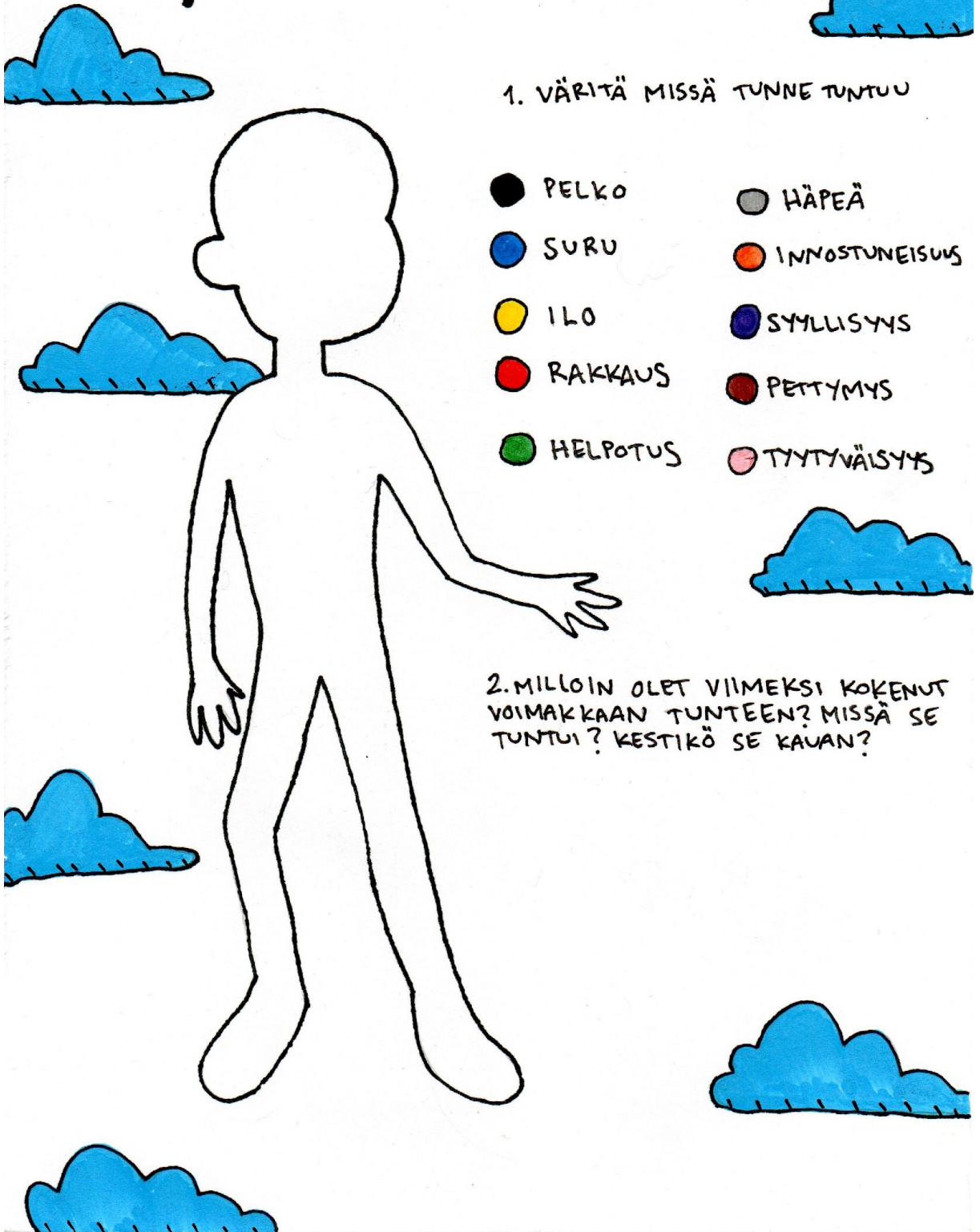
ON ASIOITA JOITA VOIT TEHDÄ  
TUOTTAAKSESI ITSELLESI HYVÄÄ  
MIELTÄ. SAMALLA TAVOIN KUN  
KEHOSI TARVITSEE RUOKAA,  
TARVITSEE MYÖS MIELESI "RAVIN-  
TOA". KUN TEKEE MUKAVIA  
ASIOITA, NIIN JAKSAA PAREM-  
MIN.

TEHTÄVÄ:

1. MIKÄ TEKEMINEN TUOTTAA  
SINULLE HYVÄÄ MIELTÄ?

Kuva 8 Tunnetaitotehtävä Hyvän mielen tekemisiä

# Tunteet tuntuvat kehossa



## 1. VÄRITÄ MISSÄ TUNNE TUNTUU

- |            |                  |
|------------|------------------|
| ● PELKO    | ● HÄPEÄ          |
| ● SURU     | ● INNOSTUNEISUUS |
| ● ILO      | ● SYLLISYYS      |
| ● RAKKAUS  | ● PETTYMYS       |
| ● HELPOTUS | ● TYYTYVÄISYYS   |

2. MILLOIN OLET VIIMEKSI KOKENUT VOIMAKKAAN TUNTEEN? MISSÄ SE TUNTUI? KESTIKÖ SE KAUAN?

Kuva 9 Tunnetaitotehtävä Tunteet tuntuvat kehossa

**Yli sata tunnetta**

OPETUSHALLITUS ON LISTANNUT NETTISIVUILLEEN YHTEENSÄ 104 TUNNETTA. SIINÄ ON JO PIKÄ PALJON TUNNETTAVAA! TÄLLÄ SIVULLA ON NIISTÄ MUUTAMIA JOIHIN VOIT TUTUSTUA!

IVALLISUUS  
TURVALLISUUS  
PELKO  
IKÄVÄ  
SURU  
RENTOUS  
ONNI  
UJOUS  
LEVOTOMUUS  
KIINNOSTUS  
RIEHAKKUUS  
SÄIKÄHDYS  
VIHA  
PAAHOLO  
HELPOTUNEISUUS  
ROHKEUS  
RIEMU  
SISUKUUS  
KATEUS  
TURVALLISUUS  
LUOTTAMUS  
NALOUS  
HUOLETUNEISUUS  
KIITOLLISUUS  
HYVÄOLO  
ARKKUUS  
HÄPEÄ  
VARMUUS  
RAKKAUS  
INHO  
KATUMUS  
ILO  
SÄÄLI  
KIINNOSTUS  
KAHU  
HAIKEUS  
HELLYYS  
KUNNIOTUS  
YKSINÄISYYS  
AHDISTUS  
HYVÄKSYNTÄ

1. KESKUSTELLAAN YHDESSÄ, MITÄ MIELIKUVIA NÄMÄ TUNTEET HERÄTTÄVÄT
2. ONKO MAHDOLLISTA TUNTEA KAHTA KESKENÄÄN ERI LAISTA TUNNETTA YHTÄ AIKAA? KIRJOITA VASTAUKSESI

Kuva 10 Tunnetaitotehtävä Yli sata tunnetta

# Miltä voisi tuntua?

ALLE ON KUVAILTU ERILAISIA TILANTEITA. TEHTÄVÄSI ON POHTIÄ MILTÄ SINUSTA VOISI TUNTUA, JOS JOUTUISIT TÄLLÄISEEN TILANTEeseen. VOIT VASTATA YHDellä TAI USEAMMALLA TUNTEELLA.

1. OLET KAUPASSA VANHEMPIESI KANSSA JA NÄET LELOSASTOLLA HIENON LEIVON. HALVAISIT SEN KOVASTI, MUTTA VANHEMPASIT EIVÄT SUOSTU OSTAMAAN SITÄ. MILTÄ TÄMÄ VOISI TUNTUA?

4. ÄITI ON OSTANUT VIKKONLOPUKSI PUSSILLISEN IRTOKARKKIA JA SANOO ETTÄ MITÄ SAA SYÖDÄ VASTA VIKKONLOPPUNA. ON KESKIVIKKO JA SINUN TEKEE MIELI SYÖDÄ KARKKIA JO NYT, JOTEN KÄYT SALAA VIEMÄSSÄ PUSSISTA MUUTAMAN KARKIN. MILTÄ SINUSTA MAHTAISIT TUNTUA TÄSSÄ TILANTEESSA?

2. OLET KEKSINUT MAHTAVAN UUDEN LEIKIN JA KERROT SIITÄ VÄLITUNNILLA KAVERILLESIT. KAVERISIT INNOSTUU TÄSTÄ JA ETSITTE LUOKKAKAVERINNE, JOTTA VOITTE PORUKALLA KOKEILLA UUTTA LEIKKIÄ. LUOKKAKAVERIT LÖYDETTYÄNNE KAVERISIT OMII IDEASIT UUDESTA LEIKISTÄ JA VÄITÄÄ, ETTÄ HÄN ONKIN ITSE KEKSINUT TÄMÄN MAHTAVAN UUDEN LEIKIN. LUOKKAKAVERIT OVAT INNOISSAAN JA KEHUVAT KAVERIASIT PALJON UDESTA LEIKISTÄ. MILTÄ TÄMÄ SINUSTA TUNTUU?

4. OLET VÄLITUNNILLA JA NÄET, ETTÄ JOUKKO OPPILASIT ON KERTYNYT YHTEEN JA HE OSOITTELEVAT JOTAIN MITÄ ET NÄE. KAIKILLA ON HÄMMÄSTYNYT ILME. MITÄ TUNTEITA SINULLE VOISI HERÄTÄ TÄLLÄISESSÄ TILANTEESSÄ?

3. LUIT KOVASTI MATEKAN KOKEESEEN JA SAIT SIITÄ KYMPIN. MILTÄ SINUSTA TUNTUU?

6. ESILINNYT KOULUSIT JOULUJUHLASSA JA SINUA JÄNNITÄÄ. JÄNNITYKSESTÄ HUOLIMATTA ESITYS MENEE HYVIN JA YLEISÖ TARUTTAA. MITÄ TUNNET?



Kuva 11 Tunnetaitotehtävä Miltä voisi tuntua?

## Haastattelukysymykset

1. Mille luokassa pidetty tunnetaito-oppitunti tuntui?
2. Mille tunteista puhuminen tuntui?
3. Pitäisikö koulussa olla enemmän sellaisia oppitunteja?
4. Mikä tehtävä oli paras?
5. Tuntuiko joku tehtävistä vaikealle?
6. Kumpi tuntui paremmalle se, että minä opetin ja juteltiin yhdessä vai tehtävien tekeminen?
7. Tuntuuko teistä, että koulussa pystyy näyttämään kaikenlaisia tunteita?

## TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

### Tunnetaito opetusmateriaali 1.-3.-luokkalaisille.

#### Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan tunnetaitojen opettamista 1.-3.-luokkalaisille. Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska lapsenne sopii kohderyhmään. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Perehdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

#### Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta kohteluunne.

Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen, teistä keskeyttämiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa. Mikäli peruutatte suostumuksen, teistä jo kerättyjä henkilötietoja, näytteitä ja muita tietoja ei voida käsitellä enää osana tutkimusta, vaan ne hävitetään, mikäli niiden poistaminen aineistosta on edelleen mahdollista.

#### Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on opettaa tunnetaitoja 1.-3.-luokkalaisille.

#### Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimus kuuluu osaksi Oona Grofin yhteisöpedagogiopintoja oppilaitoksessa Humanistinen ammattikorkeakoulu. Tutkimuksen toimeksiantaja on Nivan koulu.

#### Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Tutkimus järjestetään Nivan koululla osana koulupäivää. Tutkittava saa osallistua tunnetaitojen opetustuokioon ja osallistuminen kestää noin tunnin.

Tutkimus toteutetaan siten, että oppilaat osallistuvat tunnetaitojen opetustuokioon. Opetus pitää sisällään tietoa tunnetaidoista, tunnetaitotarinan ja tunnetaitotehtäviä. Opetustuokion aikana osallistujia havainnoidaan ja tämän perusteella arvioidaan opetusmateriaalin toimivuutta. Osallistujat tekevät tunnetaitotehtäviä ja niiden tuloksia hyödynnetään opinnäytetyössä anonymisti. Opetustuokion jälkeen osallistujia haastatellaan ja heidän mielipiteitään kuullaan opetustuokion sisällöstä. Haastattelu nauhoitetaan ja sitä hyödyntää ainoastaan Oona Grof opinnäytetyössään. Haastattelunauhoitetta ei julkaista missään.

#### Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

**Tutkimustuloksista tiedottaminen**

Tutkimustuloksia hyödynnetään anonyymisti Oona Grofin opinnäytetyössä "Tunnetaito- opetusmateriaali 1.-3.-luokkalaisille". Opinnäytetyö on avoimesti nähtävissä Theseus-tietokannassa.

**Tutkimuksen päättäminen**

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen, mikäli osallistujia ei ole tarpeeksi. Tutkimuksen päätyttyä tuloksia hyödynnetään Oona Grofin opinnäytetyössä. Mikäli tutkimuksen aikana löytyy tutkittavan kannalta merkittäviä tietoja tai sivulöydöksiä, näistä ilmoitetaan tutkittavalle.

**Tutkimuksen aineistojen hävittäminen**

Kaikki tutkimukseen liittyvä aineisto hävitetään 15.02.2026 mennessä.

**Lisätiedot**

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkijalle/tutkimuksesta vastaavalle henkilölle.

**Tutkijoiden yhteystiedot**

Tutkija / opinnäytetyötekijä  
Nimi: Oona Grof  
Puh. XXX-XXXXXXX  
Sähköposti: oona.grof@humak.fi

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaaja  
Titteli: Lehtori, tutkintovastaava, Järjestö- ja nuorisotyö  
Nimi: Juha Nikkilä  
Humanistinen ammattikorkeakoulu  
Puh. XXX-XXXXXXX  
Sähköposti: juha.nikkila@humak.fi

## Tutkimuksen tietosuojaseloste: Henkilötietojen käsittely tutkimuksessa

Tässä tutkimuksessa käsitellään teitä koskevia henkilötietoja voimassa olevan tietosuojalainsäädännön (EU:n yleinen tietosuoja-astus, 679/2016, ja voimassa oleva kansallinen lainsäädäntö) mukaisesti. Seuraavassa kuvataan henkilötietojen käsittelyyn liittyvät asiat.

### Tutkimuksen rekisterinpitäjä

Rekisterinpitäjällä tarkoitetaan tahoa, joka yksin tai yhdessä toisten kanssa määrittelee henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset ja keinot. Rekisterinpitäjä voi olla korkeakoulu, toimeksiantaja, muu yhteistyötaho, opinnäytetyöntekijä tai jotkut edellä mainituista yhdessä (esim. korkeakoulu ja opinnäytetyöntekijä yhdessä).

Tässä tutkimuksessa henkilötietojen rekisterinpitäjä on

Korkeakoulu	<input type="checkbox"/>	
Toimeksiantaja	<input type="checkbox"/>	Toimeksiantajan nimi:
Muu yhteistyötaho	<input type="checkbox"/>	Yhteistyötahon nimi:
Opinnäytetyöntekijä	<input checked="" type="checkbox"/>	

### Voitte kysyä lisätietoja henkilötietojenne käsittelystä rekisterinpitäjän yhteyshenkilöltä

Rekisterinpitäjän yhteyshenkilön nimi: Oona Grof  
 Organisaatio: Humanistinen ammattikorkeakoulu  
 Puh. XXX-XXXXXXX  
 Sähköposti: oona.grof@humak.fi

### Tutkimuksessa teistä kerätään seuraavia henkilötietoja

Henkilötietojen käsittely on oikeutettua ainoastaan silloin, kun se on tutkimukselle välttämätöntä. Kerättävät henkilötiedot on minimoitava, niitä ei saa kerätä tarpeettomasti tai varmuuden vuoksi.

Henkilötietorekisteri syntyy aina, kun ihmisiä haastatellaan ja haastattelu nauhoitetaan. Tässä tapauksessa myös tutkimuksiin osallistuvien nimilista velvoittaa henkilörekisterin tekemisen. Henkilötietoja ei julkaista missään.

Teillä ei ole sopimukseen tai lakisääteiseen tehtävään perustuvaa velvollisuutta toimittaa henkilötietojanne vaan osallistuminen on täysin vapaaehtoista.

**Tutkimuksessa kerätään henkilötietojanne myös seuraavista lähteistä**  
Tutkimuksessa ei kerätä henkilötietojanne muista lähteistä.

### **Henkilötietojenne suojausperiaatteet**

Henkilötietoja syntyy, kun kerätään tutkimukseen osallistuvien nimet listalle. Listaa säilytetään Oona Grofin opinnäytetyökansiossa. Henkilötietoja syntyy, kun haastattelu nauhoitetaan. Nauhoitetta säilytetään Oona Grofin puhelimesta ja se poistetaan kun opinnäytetyö on valmis, eli viimeistään 15.02.2026.

### **Henkilötietojenne käsittelyn tarkoitus**

Henkilötietojenne käsittelyn tarkoitus on nimilistan avulla varmistaa kaikkien osallistujien osallistuminen tunnetaito opetustuokioon. Opinnäytetyötä varten tarvitaan tietoa tunnetaito opetusmateriaalin toimivuudesta ja tämän vuoksi kohderyhmän haastattelu on tärkeää.

### **Henkilötietojenne käsittelyperuste**

Opinnäytetyössä käsittelyperuste on tutkittavan suostumus.

### **Tutkimuksen kesto aika (henkilötietojenne käsittelyaika)**

Nimilistaa ja haastattelunauhoitetta säilytetään korkeintaan 15.02.2026 saakka, jonka jälkeen nimilista hävitetään ja haastattelunauhoite poistetaan.

### **Mitä henkilötiedoillenne tapahtuu tutkimuksen päätyttyä?**

Nimilista hävitetään ja haastattelunauhoite poistetaan. Tietoja ei luovuteta eteenpäin ja niitä hyödyntää ainoastaan Oona Grof opinnäytetyössään anonymisti.

### **Tietojen luovuttaminen tutkimusrekisteristä**

Tietoja ei luovuteta eteenpäin ja niitä hyödyntää ainoastaan Oona Grof opinnäytetyössään anonymisti.

### **Henkilötietojenne mahdollinen siirto EU:n tai ETA-alueen ulkopuolelle**

Tietojanne ei siirretä EU:n tai ETA-alueen ulkopuolelle.

### **Rekisteröitynä teillä on oikeus**

Koska henkilötietojanne käsitellään tässä tutkimuksessa, niin olette rekisteröity tutkimuksen aikana muodostuvassa henkilörekisterissä. Rekisteröitynä teillä on oikeus:

- saada informaatiota henkilötietojen käsittelystä
- tarkastaa itseänne koskevat tiedot
- oikaista tietojanne
- poistaa tietonne (esim. jos peruutatte antamanne suostumuksen)
- peruuttaa antamanne henkilötietojen käsittelyä koskeva suostumus

- rajoittaa tietojen käsittelyä
- rekisterinpitäjän ilmoitusvelvollisuus henkilötietojen oikaisusta, poistosta tai käsittelyn rajoittamisesta
- siirtää tietonne järjestelmästä toiseen
- sallia automaattinen päätöksenteko nimenomaisella suostumuksella
- tehdä valitus tietosuojavaltuutetun toimistoon, jos katsotte, että henkilötietojenne on käsitelty tietosuojalainsäädännön vastaisesti

Jos henkilötietojen käsittely tutkimuksessa ei edellytä rekisteröidyn tunnistamista ilman lisätietoja eikä rekisterinpitäjä pysty tunnistamaan rekisteröityä, niin oikeutta tietojen tarkastamiseen, oikaisuun, poistoon, käsittelyn rajoittamiseen, ilmoitusvelvollisuuteen ja siirtämiseen ei sovelleta.

Voitte käyttää oikeuksianne ottamalla yhteyttä rekisterinpitäjään.

### **Tutkimuksessa kerättyjä henkilötietoja ei käytetä profilointiin tai automaattiseen päätöksentekoon.**

### **Henkilötietojen käsittely aineistoa analysoitaessa ja tutkimuksen tuloksia raportoitaessa**

Teistä kerättyä tietoa ja tutkimusaineistoa käsitellään luottamuksellisesti lainsäädännön edellyttämällä tavalla. Yksittäisille tutkittavalle annetaan tunnus-koodi ja häntä koskevat tiedot säilytetään koodattuina tutkimusaineistossa. Aineisto analysoidaan koodattuna ja tulokset raportoidaan ryhmätasolla, jolloin yksittäinen henkilö ei ole tunnistettavissa ilman koodiavainta. Koodiavainta, jonka avulla yksittäisen tutkittavan tiedot ja tulokset voidaan tunnistaa, säilytetään Oona Grof 15.02.2026 asti eikä tietoja anneta tutkimuksen ulkopuolisille henkilöille. Lopulliset tutkimustulokset raportoidaan ryhmätasolla eikä yksittäisten tutkittavien tunnistaminen ole mahdollista.

Tutkimusaineistoa ja tutkimuksen yhteydessä kerättyjä näytteitä säilytetään Oona Grofin opinnäytetyökansiossa ja puhelimessa 15.02.2026 asti, jonka jälkeen nimilista tuhoaan paperisilppurissa ja haastattelunauhoite poistetaan.