

Susanna Qvick

**SATUKIRJOISTA TUKEA
LASTEN TUNNETAITOJEN
VAHVISTAMISEEN**

Opinnäytetyö
Sosiaalialan koulutusohjelma

2017



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tekijä/Tekijät	Tutkinto	Aika
Susanna Qvick	Sosionomi (AMK)	Toukokuu
Opinnäytetyön nimi		50 sivua 8 liitesivua
Satukirjoista tukea lasten tunnetaitojen vahvistamiseen		
Toimeksiantaja		
Ohjaaja		
Virve Jussila		
Tiivistelmä		
<p>Opinnäytetyö on toteutettu toiminnallisena kehittämistyönä, jonka kehittämistehtävänä oli tuottaa menetelmäkansio lasten tunnetaitojen vahvistamiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen.</p> <p>Opinnäytetyön toiminnallinen osuus koostuu kolmesta eri osiosta: toimintatuokioiden toteuttamisesta pienelle lapsiryhmälle, menetelmäkansion kehittämisestä sekä raportti osiosta. Raportti osio sisältää teoreettista viitekehystä muun muassa tunteista, vuorovaikutuksesta, kiintymyssuhteesta, saduista ja lasten hyvinvoinnista sekä menetelmäkansion tuottamisprosessista.</p> <p>Menetelmäkansio sisältää kuvailuja erilaisista satukirjoista, joilla voidaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä sekä leikki ja toimintatuokioita, joita voidaan hyödyntää lasten kanssa toimiessa.</p> <p>Lasten tunnekasvatus on ennaltaehkäisevää toimintaa, jolla voidaan vaikuttaa lasten hyvinvointiin, tulevaisuuteen ja vastuulliseksi aikuiseksi kasvamiseen. Lasten tunnetaidot vahvistuvat, kun heidän kanssaan opetellaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita sekä ohjataan heitä kunnioittamaan ja suojelemaan omaa ja toisen kehoa. Vastuu lapsen tunnekasvatuksesta on vanhempien lisäksi kaikilla lasten kanssa tekemisissä olevilla aikuisilla. Aikuisella on keskeinen rooli lapsen tunteiden säätelyn ja tunnetaitojen kehityksessä.</p>		
Asiasanat		
Tunnetaitojen tukeminen, minäkuvan rakentuminen, itsetunto ja hyvinvointi		

Author (authors)	Degree	Time
Susanna Qvick	Bachelor of Social Services	May 2017
Thesis Title		50 pages 8 pages of appendices
Story's support to strengthen children's emotional skills		
Commissioned by		
Supervisor		
Virve Jussila		
Abstract		
<p>This thesis is a functional development work and development task was to produce a folder on strengthening children's emotional skills and promoting welfare.</p> <p>The functional part of my thesis consists of three different sections: The implementation of a functional sessions for a small group of children, the development of a method folder and the report. The report includes a theoretical framework discussing e.g. feelings, interaction, attachment with, fairy tales and children's welfare, as well as the productization process of a method folder.</p> <p>The method folder contains descriptions of various storybooks that can support the development of children's emotional skills, as well as play and functional sessions for children.</p> <p>Children's emotional education is preventive action, which may affect their welfare, future and growth into a responsible adult. The child's emotional skills are strengthened, when they learn how to observe, recognise and name feelings and when they are guided to respect and protect their own and other's body. The responsibility for the child's emotional education lies with the parents and all adults dealing with children. An adult has an important role in the regulation of emotions and in the child's emotional development.</p>		
Keywords		
Supporting your emotional skills, building of own opinion of self, ego and Welfare		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	8
3	LAPSEN HYVINVOINTI.....	9
3.1	Hyvinvoinnin merkitys lapsen kasvussa ja kehityksessä	9
3.2	Lapsen kehitykseen vaikuttavia tekijöitä	10
3.3	Lapsen hyvinvoinnin tukeminen.....	11
4	TUNTEET	12
4.1	Tunteiden oppiminen ja niiden hallinta.....	13
4.2	Tunteiden kehittyminen.....	14
5	TUNTEIDEN KEHITTYMINEN MAHLERIN KEHITYSTEORIAN MUKAAN.....	15
5.1	Autismivaihe	16
5.2	Symbioosivaihe.....	17
5.3	Eriytymisvaihe.....	19
5.4	Yksilöllisyyden vaihe	20
6	TUNNETAIDOT	22
6.1	Tunnetaidot ja vuorovaikutus	23
6.2	Kiintymyssuhde.....	23
7	TUNNETAITOJEN KEHITTYMINEN	25
7.1	Tunnetaitojen tukeminen	26
7.2	Aistit tunnetaitojen tukena.....	28
8	SADUT JA TARINAT	30
8.1	Sadut tunteiden tukena	32
8.2	Leikki satujen rinnalla	33
8.3	Kirjasto ja satukirjat tunnetaitojen tukena	34
9	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ.....	34
10	POHDINTA.....	45
	LÄHTEET.....	48

LIITTEET

Liite 1. Tunneboxi

Liite 2. Kysely 1. Menetelmäkansio

Liite 3. Kysely 2. Menetelmäkansio

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni on toiminnallinen kehittämistyö, jonka tavoitteena on tuottaa menetelmäkansio ja siihen liitettävä tunneboxi. Menetelmäkansioon on koottu satukirjoja, joilla voidaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä sekä kirjoihin liitettäviä tunnetaitoja tukevia leikkejä ja muita toiminnallisia ideoita. Menetelmäkansion tarkoituksena on tuoda ideoita ja toiminta esimerkkejä satukirjoihin liitettäviin tunnekasvatustuokioihin sekä toimia yhtenä toimintamallina lasten tunnetaitojen tukemisessa, joka ei vaatisi erityistä koulutusta tai suuria taloudellisia resursseja. Tämän ei ole tarkoitus kumota mitään jo valmiina olevia tai kaupallisilta markkinoilta saatavia menetelmäpaketteja vaan tarkoitus on herättää ajatusta, että tunnetaitoja voidaan kehittää ihan arkisissa toiminnoissa ja lapsen tukijana voi olla vanhempi tai muu lapsesta huolehtiva aikuinen kotioloissa, päivähoitossa, kerhoissa tai muussa ryhmätoiminnassa.

Menetelmäkansio on rakentunut teoreettiseen viitekehykseen perehtymisen sekä toiminnallisten ohjaustuokioiden toteuttamisen ja niiden arvioinnin myötä. Menetelmäkansion rakenteeseen on vaikuttanut myös oma kohtaiset työkokemukset varhaiskasvatuksesta lähes kahden kymmenen vuoden ajalta. Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä käsitellään lasten tunne-elämätaitojen tukemiseen, minäkäsityksen muodostumiseen ja niiden vaikutuksesta yksilön hyvinvointiin liittyviä aiheita. Toiminnallinen osuus koostuu tunnetuokioiden toteuttamisesta pienelle lapsiryhmälle, havainnoinnista, menetelmäkansion sekä tunneboxin kokoamisesta, perehtyen erilaisiin satukirjoihin ja tunnetaitoa tukeviin leikkeihin.

Perehtyessäni teoreettiseen viitekehyksen kautta muihin opinnäytetöihin sekä tutkimustuloksiin, en havainnut vastaavanlaista opinnäytetyötä. Opinnäytetöitä tästä aiheesta oli muutoinkin varsin vähäisesti. Tähän opinnäytetyöhön verrattavana työnä Pesäpuu Ry:lle valmistettu pienryhmätoimintamalli, jossa toteutetaan tunnekasvatusta pienryhmälle yhden satukirja mukaan. Tämä ohjaajan opas on saatavilla Pesäpuu Ry:n verkkosivustoilla. Muutoin opinnäytetyöt olivat tutkimuksellisia, joissa tarkasteltiin kouluikäisten lasten tunnekasvatusta satukirjojen avulla.

Tämän päivän lapsiperheiden arjen ja työn tai työttömyyden yhteen sovittaminen on melko haastavaa. Nämä vaikuttavat helposti perheiden ja perheen jäsenten hyvinvointiin. Jo varhaislapsuudessa luodaan pohja aikuisiän hyvinvoinnille ja tähän vaikuttavat vanhempien hyvinvoinnin lisäksi kasvuympäristö, perimä sekä sosiaaliset ja kulttuurilliset tekijät. Jo varhain sikiöaikana saaduista altistuksista on vaikutuksia ihmisen myöhemmälle psyykkiselle terveydelle, stressinsäätelykyvylle sekä somaattisille oireiluille. Myönteisillä ja turvallisilla ihmissuhteilla sekä erilaisilla tukimenetelmillä voidaan tukea ja ennaltaehkäistä lasten eriarvoisuuden ja syrjäytymisen riskiä. (THL 21.4.2016.)

Tunteet ovat hankalasti kuvattavia käsitteellisiä asioita, mutta satujen ja kuvien avulla tunteita on mahdollista tehdä näkyväksi ja konkreettiseksi. (Kallio, Kerola & Kujanpää 2012.) Toiminnallisten menetelmien soveltaminen tunnekasvatuksessa tukee lapsen oppimista. Humanistiseen psykologiaan pohjautuva kokemuksellinen oppiminen perustuu henkilön yksilöllisiin kokemuksiin ja kykyyn arvioida omaa oppimistaan (jamk 2017). Lapsen tunnetaidot vahvistuvat, kun heidän kanssaan opetellaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita sekä ohjataan heitä kunnioittamaan ja suojelemaan omaa ja toisen kehoa. (VASU 2016.) Tunnekasvatuksella ja tunnetaitojen tukemisella on suuri merkitys lapsen hyvän kasvun ja kehityksen saavuttamiseen sekä hyvinvoinnin kehittymiseen. Kiinnittämällä huomio lapsen tunnetaitojen kehittymiseen voidaan saavuttaa yksilön hyvä hyvinvointi ja tasapainoinen elämä. Tällä on vaikutusta yksilön työllistymiseen ja sosiaali- ja terveystalouden tarpeiden määrään. Ihmisen kokonaisvaltaisella hyvinvoinnilla on suuri merkitys hänen tulevaisuudelleen ja taloudelliselle tilanteelleen.

Menetelmäkansion toteuttamisesta kiinnostui Toenperä kirjaston kirjastonhoitaja, joka pyysi lupaa julkaista opinnäytetyö Toenperän kirjaston verkkosivuilta. Tämän ajatuksen myötä lähdin laajentamaan näkökulmaa varhaiskasvatuksen näkökulmasta, pienten lasten kasvattajan näkökulmaan ja Toenperän kirjaston kirjastohoitajasta muodostui opinnäytetyölleni yhteistyökumppani. Vaikkakin tekstin sisältö rakentuukin pääsääntöisesti kasvattajan ja ammattikasvattajan näkökulmaan peilaten toivon kuitenkin mahdollisimman monen saavan tästä hyötyä ja tukea omaan toimintaansa lasten kanssa. Menetelmäkansio löytyy toenperä kirjastojen verkkosivulta nimellä Tunnekasvatusta yhdessäolon hetkillä.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Opinnäytetyön aihe on muodostunut omasta kiinnostuksestani lasten tunne-elämäntaitojen tukemiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen sekä yksilön minäkäsityksen muodostumiseen ja sen vaikutuksesta hyvinvoinnille. Kiinnostukseni aiheeseen on kehittynyt vuosien saatossa työskennellessäni päivähoitossa. Omien havaintojeni mukaan lasten tunnetaidot jäävät usein arkisten toimintojen varjoon. Tämän vuoksi heräsi ajatus lisätä esimerkiksi varhaiskasvatuksen ja lapsiperheiden arkisiin toimintoihin syvällisyyttä tunnekasvatuksen osalta. Arkisten rutiinien sisältöä voidaan vahvistaa pedagogisella suunnittelulla ja toiminnalla mm. niin, että lasten lukuhetkille valitaan tietoisesti lasten kirjoja, jotka tukevat ryhmässä olevien lasten kehitystä ja käsittelevät tunnetaitoja tukevia asioita. Aiheet voivat kulkea ryhmätoiminnan tai muun arkitoiminnan mukana useamman viikonkin ajan ja sadusta saatuja aiheita voidaan liittää lasten arkitoimintoihin kuten esimerkiksi leikkeihin, lauluihin, liikuntatuokioihin. Varhaiskasvatuksessa pedagogiikalla tarkoitetaan tietoista toimintaa lapsen kasvatuksen, oppimisen ja hyvinvoinnin toteuttamisessa.

Lapsiperheiden hyvinvointitutkimuksessa 2014 todetaan, että samaan aikaan kuin suuren enemmistön hyvinvointi on lisääntynyt, on kuitenkin myös kasvavan vähemmistön pahoinvointikin lisääntynyt. Tutkimuksessa on todettu, että lapsiperheiden tulo-, terveys- ja hyvinvointierot sekä köyhyys, työelämän vaativuus, päihteet, yksinäisyys ja sosiaali- ja terveyspalveluiden toimimattomuus vaikuttavat siihen, että lasten oikeudet toteutuvat vain osittain Suomessa. (THL 2014.) Lapsiperheiden hyvinvointi tutkimusraportissa (2014) todetaan myös, että alle kolmevuotiaiden lasten perheissä köyhyysriski on suuri ja pitkittyvästä köyhyydestä kärsivät eniten teini-ikäisten ja leikki-ikäisten lasten perheet. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 102.)

Perheen taloudelliset vaikeudet heijastavat mm. lapsen ja koko perheen hyvinvointiin, lapsen oppimiskykyyn, käyttäytymiseen, eriarvoisuuteen, ulkopuolisuuden tunteeseen, häpeän tunteeseen sekä koulutuksen loppuun saattamiseen (THL 21.4.2016). Lasten tunnetaitojen tukemisella voidaan vaikuttaa näihin edellä mainittuihin osa-alueisiin, kiinnittämällä huomiota lapsen oman kehon ja mielen tietoisuuteen. Tarkoittaen tällä sitä, että opetetaan lasta tuntemaan itseään ja omia vahvuuksiaan, joiden avulla lapsi voi oppia vaikutta-

maan tekemiinsä päätöksiin ja valintoihin. Tavallisia koululaisten terveysongelmiä ovat mielenterveys häiriöt. Näiden taustatietojen pohjalta on tärkeää ja ajankohtaista kiinnittää huomio lasten hyvinvointiin, ei pelkästään hoitoon ja hoivaan vaan myös psyykkiseen kehitykseen ja henkiseen hyvinvointiin.

Kasvatustehtävässä aikuisen on tärkeää ohjata lapsia tuntemaan itsensä, omat vahvuutensa ja oman kehonsa hahmottaminen sekä kehon rajojen tunnistaminen. Kun ihminen tulee tietoiseksi omasta itsestään, on hänen helpompaa hallita ja kontrolloida itseään ja näin vaikuttaa parhaiten omaan hyvinvointiin. Jo varhain lapsi on kykenevä tutustumaan itseensä ja 4–6 vuotias osaa tehdä päätöksiä ja valintoja oman hyvän olon saavuttamiseksi. Kun lapsi tulee tietoiseksi itsestään ja omasta kehostaan, hän alkaa tehdä itseään ja hyvään oloonsa koskevia päätöksiä, joiden avulla vahvistuu samalla hänen hyvinvointinsa ja elämänlaatu paranee. Tämä johtaa hyvinvoivaan aikuisuuteen ja työllistymiseen sekä muutoin elämässä pärjäämiseen. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2016 määritellään varhaiskasvatuksen tehtäväksi mm. vahvistaa lasten hyvinvointiin ja turvallisuuteen liittyviä taitoja, auttaa lasta tunteiden ilmaisussa ja niiden säätelyssä sekä oppimisessa ja tunnetaitojen vahvistamisessa.

3 LAPSEN HYVINVOINTI

Lapsuudessa luodaan perusta aikuisuuden hyvinvoinnille. Jo raskauden aikainen psyykinen kuormitus vaikuttaa lapsen myöhempään stressin säätelykykyyn sekä psyykkiseen ja somaattiseen oireiluun. Erityisesti varhaislapsuudessa koetut vaikeudet lisäävät ongelmien ilmenemisen riskiä myöhemmässä kehitysvaiheessa. Varhainen vuorovaikutus muokkaa voimakkaasti kehittyvää hermostoa ja vaikuttaa ajattelutoimintojen ja tunteiden säätelykyvyn kehittymiseen. (THL 21.4.2016.)

3.1 Hyvinvoinnin merkitys lapsen kasvussa ja kehityksessä

Tämän päivän lapset voivat pääsääntöisesti hyvin ja elävät parempaa lapsuutta kuin mikään aikaisemmista sukupolvista. Kuitenkin merkittävä osa suomalaisista lapsista voi huonosti ja kärsii kasautuvista ongelmista. (THL 21.9.2014.) Nykylapset elävät jatkuvasti muuttuvassa ympäristössä, jossa yh-

teisekunnalliset muutokset koskettavat lasten elämää mm. vanhemprien työelämän ja hyvinvoinnin kautta. Tutkimusraportti lapsi perheiden hyvinvointi 2014 osoittaa, että lapsuuden perheiden vaikeudet periytyvät sukupolvelta toiselle. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 21.)

Yhteisekunnalliset muutokset ja perheiden taloudelliset tilanteet eivät voi olla vaikuttamatta lapsen kasvuun ja kehitykseen, sillä ihmisen psykologinen kehitys alkaa jo kohdussa (Nurmiranta ym. 2009, 9). Lapsi ja nuori kehittyy elinympäristössään ja vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 187). Kehitykseen vaikuttavia tekijöitä ovat perimä, ympäristö, yksilön oma aktiivisuus sekä sosiaaliset ja kulttuurilliset tekijät. Perimä vaikuttaa osaltaan siihen, millaisia yksilöitä ihmisistä kehittyy. Fyysinen ympäristö sekä sosiaaliset ja kulttuurilliset tekijät vaikuttavat ihmisen kehitykseen myös voimakkaasti. Fyysisen ympäristön vaikuttavia tekijöitä ovat mm. koti, asuinpaikka, leikkipaikka ja leikkivälineet. Fyysiseen ympäristöön katsotaan kuuluvan myös perhe, päivähoito, koulu, kaverit ja harrastukset. Vanhemprien persoonallisuus, perheen arvot, ja uskomukset, perheen vuorovaikutus- ja kasvatustallit sekä sukupolvelta toiselle siirtyvät tarinat vaikuttavat myös merkittävästi lapsen persoonallisuuden kehittymiseen. Fyysiseen ympäristöön katsotaan myös kuuluvan taloudellinen ja poliittinen rakenne, sosiaaliset olot ja kansalliset tavat. (Nurmiranta ym. 2009, 9.)

Mielenterveys on hyvinvoinnin perusta, joka syntyy hyvinvoinnin ja tasapainon kokemuksesta ja sisältää tietoa ja taitoa, jolla ihminen ohjaa omaa elämäänsä. Mielenterveys ja mielensairaus ovat eriasioita. Mielenterveyden käsitteellä tarkoitetaan mielenterveyden ymmärtämistä voimavarana, jonka avulla ihminen selviytyy arjessa, kykenee oppimaan uutta ja voimaan hyvin. Hyvän mielenterveyden avulla ihminen kykenee hallitsemaan myös ajoittaista ahdistusta sekä kohtaamaan elämän tuomia haasteita. (Marjamäki ym. 2015, 12.)

3.2 Lapsen kehitykseen vaikuttavia tekijöitä

Lapsuuden kehityksellisiä riskejä ovat esim. väkivallan näkeminen ja kokeminen, taloudelliset ongelmat, vanhemprien työttömyys, mielenterveys- ja päihdeongelmat sekä aviolliset ristiriidat (Nurmiranta ym. 2009, 11). Riskitekijöitä ovat myös äidin raskaudenaikainen päihteiden käyttö, vanhemman mielenter-

veys- ja päihdeongelmat, lapsen laiminlyönti, kaltoinkohtelu, kuormittavat elämäntapahtumat, pitkäaikaissairaudet, lukivaikeudet ja kiusaamiskokemukset (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 188).

Mielenterveyden suojaavia tekijöitä ovat mm. turvallinen varhainen vuorovaikutus, kiintymyssuhde, myönteinen lapsi-vanhempi suhde, suotuisat kasvatuskäytännöt, yksilön kokemus vaikutusmahdollisuudesta ja osallisuudesta sekä hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot. Lapsi voi kasvaa vahvaksi ja elämässään hyvin selviytyväksi nuoreksi ja aikuiseksi heikoissakin olosuhteissa saadessaan myönteisiä ja positiivisia kokemuksia lähiaikuiselta (Hujala & Turja 2011, 24).

Lapsuudessa ja nuoruusiässä saavutettu hyvä mielenterveys antaa edellytykset oppimiselle, ihmissuhteissa pärjäämiselle sekä hyvien elämäntapojen omaksumiselle. Mielenterveyshäiriöt taas vaarantavat sosiaalisten taitojen oppimista ja heikentävät lapsen ja nuoren kasvua, kehitystä ja oppimista. Tällöin lapsen ja nuoren käsitys itsestään vääristyy ja toimintakyky heikkenee. Toimintakyvyn saavuttaminen ikätasoiseksi kestää kauemmin kuin oireilusta toipuminen. Heikko itse käsitys vaikuttaa haitallisesti lapsen ja nuoren teemiin valintoihin ja tulevaisuuden näkymiin. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, 184.)

3.3 Lapsen hyvinvoinnin tukeminen

Hyvän mielenterveyden saavuttamiseksi voidaan vaikuttaa lasta tukemalla tunnetaidoissa, sosiaalisissa taidoissa sekä oman minän oppimisessa ja hahmottamisessa. Varhainen tuki on merkittävää tälläkin osa-alueella. Lapsella on kyky vastaanottaa tietoa ja oppia ympäristöstään oman kehityksensä mukaisesti. Kun aikuinen on tietoinen lapsen kehityksen vaiheista, on hänellä mahdollisuus tukea lasta oikeanaikaisesti mm. oman minäkuvan kehittymisessä ja tunnetaitojen vahvistamisessa. Tunteiden perustehtävänä on edistää ihmisen hyvinvointia ja ne toimivat kehityksemme perustana. Hyvinvointimme perustuu tunteisiin sekä niiden tunnistamiseen. Tunteiden tunnistaminen taas johtaa empatian kehittymiseen. Empatia tarkoittaa toisen ihmisen tunteiden tunnistamista, eläytymistä toisen tunteisiin sekä myötätunnon osoituksiin. (Nummenmaa 2010, 187; Nurmiraanta ym. 2009, 53–55.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin 2016 on kirjattu ”lapsella on oikeus ilmaista itseään, mielipiteitään ja ajatuksiaan sekä tulla ymmärretyksi niillä ilmaisukeinoilla, joita hänellä on. Jokaisella lapsella on oikeus hyvään opetukseen, huolenpitoon ja kannustavaan palautteeseen. Lapsella on oikeus leikkiä, oppia leikkien ja iloita oppimastaan sekä rakentaa käsitystä itsestään, identiteetistään ja maailmasta omien lähtökohtiensa mukaisesti. Lapsella on oikeus yhteisöllisyyteen ja ryhmään kuulumiseen. Lapsella on oikeus saada tietoa monipuolisesti, käsitellä tunteita ja ristiriitoja sekä kokeilla ja opetella uusia asioita”. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2016, 19.)

Lapsen hyvinvoinnin tukemisessa tulee kiinnittää huomiota myös lapsen kasvuympäristön ilmapiireihin, esimerkiksi kotona ja päivähoitossa. Vapaassa ja turvallisessa ilmapiirissä lapsen on helppo olla avoin ja vastaanottavainen kaikille tunteille, tuntemuksille ja uuden oppimiselle. Varhaiskasvatuksessa lasten kanssa toimiessa tulisi huomioida varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaisesti lapsuuden merkityksen ymmärtäminen, tietämys lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen merkityksestä sekä lapsen yksilöllinen kehitys. Vanhemmuuden ei tule olla suorittamista tai ammattikasvattamista, mutta hyvä on kuitenkin olla tietoinen lapsuuden aikaisten tapahtumien merkityksestä lapsen kasvuun ja kehitykselle sekä myöhemmälle hyvinvoinnille.

4 TUNTEET

Emootiot eli tunteet ovat mukana kaikessa meidän toiminnassamme, ajatuksissamme, valinnoissamme ja päätöksen teoissa. Ne rikastuttavat elämäämme opettamalla meitä tuntemaan oma itsemme ja antamalla asioille merkityksen. Tunteet ovat turvaamassa arjessa selviytymistä. Ne aktivoivat elimistöä ja ohjaavat toimimaan tilanteiden mukaan. Tunteet ohjaavat meitä tekemään valintoja ja päätöksiä, jotka johtavat mielihyvää tuottaviin asioihin ja tilanteisiin, auttavat tiedon prosessoinnissa, tarkkaavuuden suuntaamisessa sekä valmistavat motorisiin suorituksiin. Ne ovat välttämättömiä sosiaalisen käyttäytymisen muovaamisessa ja niiden säätelyssä. (Sinkkonen 2008, 88.) Ne ovat pohja kaikelle ihmisten väliselle vuorovaikutukselle, ihmissuhteille ja viestinnälle (Kerola, ym. 2016). Tämän vuoksi voidaan todeta tunteiden olevan tär-

keä osa ihmisen elämää. Tunteiden tunnistaminen liittyy itsetuntemukseen ja oman elämän hallintaan.

Puolimatka (2010, 329) mainitsee eri tutkimusteorioiden perusteella tunteiden olevan sisäisesti koettuja tuntemuksia. Tuntemus voi olla miellyttävä tai epämiellyttävä tietoisuus ruumiillisista muutoksista tai tietoisuus mielentiloista ja mielessä tapahtuvista muutoksista kuten esimerkiksi saatuamme tietoa läheisen sairastumisesta, tulemme surullisiksi. Näitä edeltävät ihmisen tekemät havainnot häntä koskettavista tosiasioista. Puolimatka (2010, 24) toteaa tunteiden olevan keskeinen itsetiedostuksen muoto, ihminen ei voi tuntea itseään, mikäli hän ei ole kosketuksessa omiin tunteisiinsa. Jos ihminen ei kykene tuntemaan itseään ja omia tunteitaan on hänen mahdotonta tuntea toista ihmistä, koska ihmisten ymmärtäminen perustuu kykyyn tuntea inhimillisiä tunteita. Tunteilla on vahva merkitys ihmissuhteissa, onnellisuudessa ja oppimisessa. Tunnekokemukset välittyvät toiselle ihmiselle mm. erilaisten kasvon ilmeiden kautta. Kasvonilmeiden perusteella toisten on helpompi havaita miltä toisesta tuntuu ja mitä aiomme tehdä seuraavaksi. Näin tunteiden ilmaiseminen lisää käyttäytymisemme ennustettavuutta. Ilmeiden lisäksi myös puheääni, kehon asennot ja liikkeet säätelevät vuorovaikutuksen kulkua. (Kokkonen 2010, 13–14.)

4.1 Tunteiden oppiminen ja niiden hallinta

Tunteiden hallinnan säätely kehittyy oppimisen seurauksena. Kun lapsi oppii nimeämään tunteitaan ja käyttämään niitä aktiivisessa sanvarastossaan ei hänen enää tarvitse ilmaista tunteitaan aggressiivisella käyttäytymisellään, vaan hän voi tuottaa tunnetilojaan verbaalisesti eli puheellaan ja selvitä haastavasta tilanteesta keskustelemalla. (Laine 20015, 67.) Lapsen tunteiden hallinnan säätelyyn vaikuttavat mm. neurologisen hermoston kehittyminen, psykologinen kehitysvaihe, persoonallisuus ja temperamentti, vanhempien kasvatustyyli sekä muut lapsen kanssa toimivat henkilöt. Lapsen tunteiden ilmaamiseen vaikuttavat kotoa opitut mallit tunteista puhumiseen ja niiden ilmaamiseen. Kotona opittujen mallien merkitys korostuu lapsen käyttäytymisessä, koska lapsi peilaa omaa toimintaansa lähiaikuiseen. Aikuiseen, jonka kanssa hänelle on syntynyt jo varhaisessa vauvavaiheessa kiintymys- ja vuorovaikutussuhde.

Lapset oppivat puhumaan omista ja toisten tunteista sekä oppivat ymmärtämään toisten tunteita ja niiden syntyjä, mikäli heidän kanssaan on näistä keskusteltu ja opetettu lapsia selviytymään omien tunteidensa kanssa. Aikuisen suhtautuminen tunteita kohtaan on olennaista silloin, kun työskennellään tai ollaan muutoin tekemisissä lasten ja nuorten kanssa. Aikuiset peilaavat omaa asennettaan lapsille ja ovat esimerkkinä tunteiden käsittelyssä ja hallinnassa. (Laine 2005, 68.)

Lapsi muodostaa minäkuvansa eli käsityksen itsestään peilaamalla itseään vanhempiensa reaktioista. Lapsi poimii vanhempiensa reaktioista ominaisuuksia joita liittyy itseensä ja tekee niistä päätelmiä omasta itsestään, onko hän hyvä sellaisenaan kuin on. Positiiviset tunteet, jotka tuottavat mukavan ja miellyttävän oloa edistävät luottamusta ja yhteenkuuluvuutta. Erilaisten tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen, on hyödyllinen taito. Sitä mitä ei ymmärrä eikä pysty puhumaan, on mahdotonta myös hallita täysin. On siis todella tärkeää opettaa lasta puhumaan ja tunnistamaan tunteitaan. Tähän lapset tarvitsevat aikuisen apua. (Cacciatore 2008. 8–10.)

4.2 Tunteiden kehittyminen

Tunteiden kehittyminen kestää koko elämän ajan, alkaen jo heti syntymästään ja jatkuu läpi lapsuuden aikuisuuteen asti erilaisissa vuorovaikutus tilanteissa. (Laine 2005, 66) Lapsen tunteet ja empatia kyky rakentuu vaiheittain olleessaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa (Kerola, Kujanpää & Kallio 2016). Ihmismielen kehittyminen alkaa jo varhain vauva vaiheessa. Vauva alkaa jo alusta asti rakentamaan aktiivisesti ihmissuhteitaan. Vaikkakin vauva toimii aluksi vaistojen ohjaamana, oppii hän melko pian vuorovaikutuksen ensi askeleet. (Sinkkonen 2008, 77.) Jo varhaisessa vauvaiässä lapsi oppii tunne-elämän taitoja lähiaikuisen kanssa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa (Kokkonen 2010, 80). Läheisyys ja sosiaalinen vuorovaikutus ovat välttämättömiä lasten varhaiselle kehitymiselle (Nummenmaa 2010, 179). Lapsen tiedollinen kehitys edellyttää motivaatiota, tunnesuhteita ja turvallisuuden kokemuksia (Sinkkonen 2008,88).

Psykoanalytikko Margaret Mahlerin kehitysteorian mukaan lapsi ei ole syntyessään vielä psykologisesti olemassa. Hänellä on kyllä suuri määrä valmiuksia mutta hänellä ei ole vielä persoonallisuuden osaa eli minuutta, jonka avulla hän voisi toimia, tehdä päätöksiä tai ratkaisuja asioista. Psykologinen minuus alkaa rakentua vaiheittain lapsen ja häntä hoitavan aikuisen välisessä vuorovaikutuksessa. Lapsen kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana saavutetaan psykologinen syntymä eli psyykinen kasvu, jolloin lapsi irtautuu hoitajastaan ja kasvaa erilliseksi omaksi yksilöksi. (Keltikangas-Järvinen 2010, 118.)

5 TUNTEIDEN KEHITTYMINEN MAHLERIN KEHITYSTEORIAN MUKAAN

Mahlerin mukaan lapsen syntymästä neljään ikävuoteen mennessä lapsi käy läpi neljä erilaista kehitysvaihetta rakentaessaan minuuttaan. Lapsi käy nämä vaiheet syntymästä kolmeen ikävuoteen mennessä. Mahlerin mukaan lapsuuden minuuden kehitysvaiheet ovat autistinen vaihe, symbioosivaihe, eriytymisvaihe ja yksilöllisyyden vaihe. Näiden kehitysvaiheiden kautta lapsi saavuttaa minuuden kehittymisen ja rakentaa itsetuntoa sekä oman minäkuvan itsensä.

Psykologi Liisa Keltikangas-Järvinen toteaa kirjassaan *Tunne itsesi*, suomalainen (2001) ”Elämänhallinta alkaa itsensä tuntemisesta”. Ihmisen ”minä” sisältää minäkuvan ja itsetunnon. Minäkäsitys eli minäkuva rakentuu niistä kokemuksista, joissa hän saa käsityksen omasta itsestään, millainen hän on, mitkä ovat hänen vahvuutensa ja heikkoutensa, mitkä ovat hänen osaamisen alueet, arvostuksen ja kiinnostuksen kohteet ja elämän tavoitteet. Minäkuva vaikuttaa yksilön tekemiin valintoihin ja päätöksiin, kuten esim. ammatinvalintaan tai puolison valintaan. (Keltikangas-Järvinen 2001, 17.) Itsetunto on osa ihmisen minäkuvaa, ihmisen käsitys itsestään onko hän hyvä vai huono. Mitä enemmän ihminen löytää itsestään hyviä piirteitä, sitä parempi itsetunto hänellä on. Itsetunto on subjektiivinen, oma käsitys itsestään ja omasta hyvyydestään. Itsetunto ei ole suoritusten ja menestysten todenmukainen arvio. Kun taas minäkuva rakentuu ulkoisesti saatujen palautteiden perusteella. (Keltikangas-Järvinen 2001, 101–102.)

5.1 Autismivaihe

Syntymästä noin kahden kuukauden ikään tullessa lapsi käy normaalin autismin vaihetta, jolloin hän seuraa kiinteästi hoitajaansa mutta ei osoita kiintymystä tätä kohtaan. Mahlerin mukaan lapselle ei tällöin vielä ole merkitystä, kuka hänen tarpeensa tyydyttää. Tässä tapauksessa ei tarkoiteta autismi oireyhtymälle tyypillistä omaan maailmaansa sulkeutumista vaan lapsi ei vielä pysty ymmärtämään mitä hänen ympärillään tapahtuvat asiat tarkoittavat. Lapsi seuraa aktiivisesti ympäristöään. Hän näkee, kuulee ja tuntee mutta hän ei osaa vielä tulkita havaintojaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 119.)

Nykytutkimusten mukaan kuitenkin on osoitettu, että vastasyntynyt kykenee erottamaan oman äitinsä maidon maku- ja hajuaistinsa avulla, joista vauva on saanut jo sikiö aikana aistikokemuksia lapsiveden kautta saaduista aistimuksista. Nämä erittyvät lapsiveteen äidin syömien ruokien kautta. Muun muassa aivotutkija Minna Huotilainen on todennut kirjassaan *tunne aivosi 2017*, ranskalaisten tutkijoiden selvittäneen tutkimuksissaan, että vaikka äidinmaitokorvikkeita saanut vauva ei saakaan syntymän jälkeen enää näitä lapsivedestä aikaisemmin saatuja aistikokemuksia, oppii hän silti tunnistamaan oman äitinsä haju- ja kuuloaistien kautta saatujen kokemusten perusteella. (Huotilainen & Peltonen 2017, 15.) Näiden saatujen aistikokemusten perusteella vauva hakeutuu mieluiten tuttujen hajujen, makujen ja äänien luo, osoittamalla tyytyväisyyttä ja rauhallisuutta päästyään näiden aistimusten äärelle. Tutkimuksissa on todettu vauvan rauhoittuvan itkustaan vasta päästyään oman äidin syliin, jossa hän voi taas aistia tuttuja aistituntemuksia. Tällöin vauva saa ensimmäisiä tunnekokemuksia, joilla on vaikutusta myöhemmän vaiheen itsetunnon kehittymiselle.

Vauvan itsetunto lähtee kehittymään samoista aineksista kuin perusluottamus ja hallinnantunne. Varhaisen itsetunnon kehityksen yleisohje on niin paljon hellimistä kuin mahdollista ja mahdollisimman vähän tilanteita joissa hän joutuu itkemään hätäänsä liian kauan. Tutkimukset osoittavat, että välinpitämätön ja lapsen tarpeet huomioon ottamaton hoito sekä toistuvat hylätyksi tulemisen kokemukset ensimmäisen ikävuoden aikana ovat yhteydessä itsetunnonkehityksen ongelmiin myöhemminä vuosina. (Keltikangas 2001, 125.)

5.2 Symbioosivaihe

Mahler käytti kehitysteoriansa toisesta minuuden kehitysvaiheesta (2–5kk) nimitystä symbioottinen vaihe, jolloin vauvan on katsottu kokevan olevansa yhtä hoitajansa kanssa. Koska hän ei kykene erottamaan itseään hoitajastaan, eikä hänellä ole vielä kykyä muutenkaan eritellä asioita toisistaan, kokee hän kokonaisvaltaista hyvää oloa silloin, kun hänellä on kaikki hyvin. Tässä iässä vauva kykenee kuitenkin erittelemään hyvänolon ja pahanolon toisistaan. Tällöin alkaa kehittymään vauvan psyykkisen kehityksen perusta, johon merkittävästi vaikuttaa se, kuinka vauvaa hoidetaan. Koska vauva kokee kaikeksi olevan yhtä hoitajansa kanssa, kokee hän pahanolon tullessaan itsensä pahaksi. Näin ollen on tärkeää, ettei vauva joudu odottamaan hoitoaan liian kauan. Hoitoa liian pitkään odottavan on todettu aiheuttavan jo puolivuotiaassa vauvassa aggressiivista käyttäytymistä, jotka ilmenevät mm. äärimmäisen kiukun osoituksina ja raivokkaina potkimisina. Tällöin vauva voi oppia väärän käyttäytymisen mallin tarpeidensa tyydyttämiseen. (Keltikangas-Järvinen 2010, 120–121.)

Kun vauvan tarpeet tyydytetään, kokee hän taas itsensä hyväksi ja tämä herättää hänessä tunteita, jolloin hän kokee olevansa arvokas. Lapselle alkaa muodostua perusluottamus, jolla on keksinen merkitys myöhemmälle itsetunnon kehittymiselle. Nämä tunnekokemukset mahdollistavat kiintymyksen rakentumisen häntä hoitavaan aikuiseen. Tämä on ensimmäinen askel lapsen sosiaalisesti kasvamisessa ja myöhempien ihmissuhteiden rakentumisessa. Ihmissuhteiden perusoppia vauva oppii saadessaan kokea rauhoittumista hoitajan sylissä ollessaan, tällöin hänelle välittyy viesti, että ”toisen ihmisen avulla voi helpottaa omaa pahaa oloaan”. (Keltikangas-Järvinen 2010, 120–121.)

Mahlerin kehitysteoria jatkuu niin, että viiden kuukauden ja kahden ikävuoden välillä vauva alkaa eriytyä hoitajastaan ja löytää oman fyysisen olemuksensa. Hän alkaa tehdä havaintoja rajoistaan ja niiden liikkeistä, aluksi ymmärtämättä niiden olevan osa itseään. Nämä havainnot rakentavat lapselle kehonkaavan muodostumisen ja myöhemmin mielikuvan omasta kehostaan, kehon rajoista ja ulkonäöstä. Psyykkinen itsenäistyminen ei ole mahdollista ilman oman fyysisen erillisyyden tunnetta. Häiriintyneen kehonkaavan muodostuminen voi ilmetä myöhemmin mm. terveydentilan liioiteltuna huolena sekä sai-

rauden oireiden liioitteluna. (Keltikangas-Järvinen 2010, 122–123.) Yhden ja kahden ikävuoden välillä lapsi kasvaa vauva vaiheesta pikkulapsi vaiheeseen ja tällöin hänestä käytetään nimitystä ”lapsi” vauvan sijaan.

Lähempänä yhden vuoden ikää lapsi ajattelee voivansa vaikuttaa ajatuksillaan hoitajaansa ja luulee kykenevänsä ohjailemaan häntä. Tämä harhakuvitelma rakentuu lapselle osittain myös siitä, että hoitaja toimii lapsen puolesta ja toteuttaa lapsen toiveet huolehtimalla hänen tarpeistaan. Tätä vaihetta kutsutaan lapsuuden omnipotenssiksi eli lapsuuden kaikkivoipaisuudeksi. Tämä vaihe on myös tärkeä vaihe lapsen kehityksen kannalta, sillä jos tämä vaihe jää käymättä voi ihmisellä ilmetä aikuisena harhainen käsitys omasta kaikkivoipaisuudestaan. Vanhemman alkaessa ohjaamaan lapsen toimintaa suojelakseen lasta ja opettaakseen sosiaalista käytöstä lapsen kaikkivoipaisuuden tunne häviää. Tällöin lapsi saavuttaa jo kolmatta ikävuootta. Epäjohdon mukainen rajoittaminen mahdollistaa lapselle vääristyneen mielikuvan kaikkivoipaisuudestaan, joka vaikuttaa lapsen terveen itsetunnon kehittymiseen häiritsevästi ja esiintyy mm. riippuvuutena toisista ihmisistä ja kykenemättömyytenä tehdä itsenäisiä ratkaisuja. (Keltikangas-Järvinen 2010, 124.)

Itsetunto vaikuttaa ihmisen tekemiin ratkaisuihin. Tiedetään, että hyvä itsetunto auttaa ihmistä ottamaan vastuuta omasta elämästään, rohkaisee ihmistä asettamaan itselleen korkean vaatimustason, joista hän voisi saavuttaa onnistumisen kokemuksia, jotka lisäävät itsetuntoa. Heikko itsetunto ja vähäinen itseluottamus tekevät ihmisestä alisuoriutujan, jolloin ihminen toimii alle oman suoritustason. Itsetunto ja koulumenestys ovat kiinteästi yhteydessä toisiinsa. Lapsen oppimisen motivaatioon vaikuttavat kotitausta, itsetunto ja halu menestyä koulussa ja elämässä. (Keltikangas 2001, 113.)

Tässä ikävaiheessa lapsi voi aloittaa jo päivähoidon. Päivähoidon aloittaminen voi olla lapselle pelottava kokemus. Tällöin aikuisen tulee ymmärtää lapsen kehitysvaiheet ja huomioida nämä kohdatessaan pieni arka lapsi, joka ei vielä osaa käsittää asioiden sisältöjä eikä pysty pitämään mielessään mielikuvia esimerkiksi vanhemmistaan kovinkaan pitkiä aikoja. Lapselle jokainen hoitopäivän aloittaminen on uhka vanhemman hylkäämisestä. Siinä vaiheessa, kun lapsi kykenee säilyttämään muistikuvan vanhemmastaan kokohoitopäivän ajan helpottaa tämä lapsen oloa ja lapsi voi luottaa, että vanhempi tulee häntä

hakemaan ja rakastaa häntä, vaikka onkin poissa pitkään lapsen luota. Tässä tilanteessa lapsen hoitopäivää voidaan helpottaa mm. omalla tutulla turvalelulla, jonka lapsi tuo mukanaan päivittäin hoitoon tultaessa sekä vanhempien valokuva hoitopaikassa auttaa lasta palauttamaan mieleen vanhemman läsnäolon. Näillä pienillä toiminnoilla voidaan luoda lapselle turvallisuuden tunne ja tukea hyvää kasvua ja kehitystä.

5.3 Eriytymisvaihe

Mahlerin kehitysteorian kolmannessa vaiheessa eli eriytymisvaiheessa (5kk–3v) rakentuu pohja lapsen minäkäsitykselle ja identiteetille. Eriytymisvaiheen aikana lapsi kokee mm. ahdistuksen tunnetta esimerkiksi vierastamisen vaiheessa. Lapsen ymmärtäessään olevansa erillinen yksilö, aiheuttaa tämä hänessä voimakasta hylätyksi tulemisen pelkoa. Kahden vuoden ikävaiheessa lapsella esiintyy voimakas ”minä itse” vaihe, jolloin hän harjoittelee omaa toimintaa haluamalla tehdä kaiken itse. Tällöin lapsi tarvitsee rajattomasti ihailua, onnistumisen kokemuksia, hyväksyntää ja tunnetta olla paras. Näiden tunteusten ja kokemusten avulla lapselle luodaan pohja hyvän itsetunnon kehittymiselle, joka taas vaikuttaa myöhemmällä iällä itsensä hyväkymiseen puutteineen sekä itsensä arvostamiseen puutteista huolimatta. (Keltikangas-Järvinen 2010, 128–129.)

Kolmen ikävuoden paikkeilla lapsi oppii tulkitsemaan muiden tunteita ja ymmärtää niitä, oppii ennakoimaan ja kykenee selittämään itselleen toisen käyttäytymisen. Tässä ikävaiheessa on tärkeää sanoittaa lapselle tunteita, puhua niistä ja nimetä tunteita niiden oikeilla nimillä. (Laine 2005, 66–67.) Myöhemmällä iällä havaitut itsetunto-ongelmat saattavat johtua tässä ikävaiheessa syntyneistä kehitysvaiheen häiriöistä. Lapsi on tässä kehitysvaiheessa äärimmäisen herkkä ja itsetunto haavoittuvainen. Lapsi alkaa kontrolloida itse käyttöstään ja turvautuu erilaisiin psyykkisiin puolustusmekanismeihin esimerkiksi kieltämällä tosiasioiden olemassaolon, jotka tuottavat hänelle ahdistusta.

Lapsi on eriytynyt hoitajastaan silloin, kun hän kykenee rakentamaan pysyvän mielikuvan hoitajastaan ja säilyttämään sen mielessään hoitajan poissa ollessaan. Tällöin lapsi kykenee selviytymään mm. hoitopäivästään ilman hoitajaansa (äitiä). Hoitajan palatessa lapsen luo esim. hakemaan hoidosta, lapsi

purkaa kiukkunsa ja yksinjäämisen pettymyksensä hoitajaansa. Hoitaja/äidin kestäessä lapsen kiukkuja hermostumattaan antaa hän lapselleen turvallisuudentunteen itsestään, sekä auttaa lasta psyykkisen itsesäätelyn kehittämisessä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 131–132.)

Kun lapset oppivat puhumaan ja ymmärtämään kieltä, oppivat he samalla käsittelemään omia ja toisten tunteita kielellisesti. Jo varhain lapset kykenevät pääättelemään, millaisia tapahtumia erilaiset tunteet aiheuttavat toisissa ihmisissä. Kun lapsi oppii ymmärtämään, millaisia tunteita erilaiset tapahtumat ihmisissä aiheuttavat, voi hän oppia myös vaikuttamaan toisten tunteisiin oma käyttäytymisensä avulla. (Nummenmaa 2010, 174). Keskustelu tunteista, niiden tunnistamisesta ja nimeämisestä sekä missä tunne tuntuu, opettavat lasta tutustumaan niihin ja omaan itseensä. Lapsen tunteiden tulkitseminen edellyttää aikuiselta mentalisaatio kykyä. Mentalisaatiokyvyllä tarkoitetaan kykyä ymmärtää oman ja toisen ihmisen käyttäytymistä ja niiden taustalla olevia mielentiloja. (Sinkkonen 2008, 109.)

5.4 Yksilöllisyyden vaihe

Mahlerin mukaan neljännessä kehitysvaiheessa lapsi käy läpi individuaation eli yksilöllisyyden lujittumisen vaiheen. Lähestyessään neljää ikävuotta lapsi ymmärtää itsensä itsenäiseksi yksilöksi, jolloin minäkuvan muodostuminen alkaa. Minäkuvan muodostuminen on pitkä kehitystapahtuma, joissa erityisen tärkeitä ikävuosia ovat 4–6 vuotta, murrosikä sekä varhainen aikuisuus. (Keltikangas-Järvinen 2010, 137.) Lapsella ei ole vielä todellista käsitystä siitä, millainen hän on. Lapsi rakentaa käsityksen itsestään vanhempien osoittamista näkemyksistä kuten esimerkiksi vanhempien kertoessa neuvolassa, että lapsi on arka ja pelokas niin, että lapsi kuulee asian. Tämän seurauksena lapsi alkaa ohjata omaa käyttäytymistään tämän tiedon mukaisesti. Tällöin puhutaan peilisuhteesta, joka alkaa jo lapsen ollessa 6kk:n ikäinen. Peilisuhte jatkuu nuoruusiän loppuun asti kullekin ikävaiheelle kuuluvalla tavalla ja vaikuttaa minäkuvan kokoaikaiseen kehittymiseen. Vanhempien rooli lapsen itsetunnon kehittäjänä ja peilisuhteen tarjoajana on merkittävä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 147.)

Tässä ikävaiheessa lapsi opettelee yhdistämään hyvän ja pahan samassa kohteessa ja lapselle kehittyy tunnekohteiden pysyvyys. Lapsi oppii näkemään itsessään hyviä ja huonoja ominaisuuksia sekä kykenee sietämään ristiriitaisia tunteita toista ihmistä kohtaan. Nämä kuitenkin edellyttävät, että kiintymyssuhde on alkanut rakentua ja se on kestänyt riittävän pitkään sekä varmuuden siitä, että hoitajan rakkaus häntä kohtaa säilyy, vaikka hoitaja olisi poissa välillä. Terveen itsetunnon kehittymisen edellytys on ehjä minäkuvan rakentuminen sekä kyky vastaanottaa arvostelua omasta itsestään tuntematta ahdistusta tai aggressioita. (Keltikangas-Järvinen 2010, 138.)

Näissä aikaisemmissa kehitysvaiheissa lapsi on toiminut hyvin itsekkeskeisesti ja omien tarpeiden mukaisesti. Viidenteen ikävuoteen tultaessa lapsen itsekkyys häviää ja hän alkaa ottaa enemmän muita huomioon. Lapsen omatoimisuus lisääntyy ja mielikuva hoitavasta aikuisesta on jo vahva, jolloin hän kykenee pärjäämään jo hyvin pitkiäkin aikoja ilman omaa lähiaikuistaan. Hän luottaa rakastetuksi tulemisen kokemukseen. Tässä ikä vaiheessa lapsi voi olla hyvinkin huomaavainen ja toiset huomioon ottava. Lapselle on kehittynyt empatia kyky ja hän kokee ihastumisen ja mustasukkaisuuden tunteita. Lapsi tarvitsee aikuista vielä paljon. Syli ja lohdutus tuovat lapselle tunnekokemuksen siitä, että hän on rakastettu ja tärkeä kaikkine tunteineen ja vajavuuksineen. Tämän ikäiselle lapselle on tärkeää saada kokea aikuisen asettamat määrätietoiset rajat. Lapselle on kehittynyt voimakas mielikuvitus ja häviäminen on hänelle vaikeaa. Hän on herkässä ikävaiheessa, jolloin hän pahoittaa mielensä helposti ja häntä ei saa saattaa naurunalaiseksi. (MLL 2017.)

Kuusivuotias saattaa olla tunteiltaan ailahtelevainen. Kaverisuhteiden merkitys korostuu. Tämän ikäiselle lapselle kavereiden mielipiteet ovat merkittäviä ja lapsi samaistuu omanikäisiin lapsiin sekä alkaa ihailia itseään vanhempia lapsi ja nuoria. Vaikka lapsi on jo varsin omatoiminen toiminnoissaan, tarvitsee hän silti paljon syliä ja hellyyttä. Varhaisemmissa kehitysvaiheissa lapsi on elänyt ”hetkessä”, jolloin kaikki mitä hän kuulee, näkee ja tuntee, on aina totta. Eikä hänellä ole kykyä ajatella, että asiassa voi olla useita eri sävyjä. Kuusi vuotias lapsi erottaa aiempaa paremmin totuuden ja mielikuvan, hyvän ja pahan, oikean ja väärän eroja sekä nauttii vitsailusta ja sanaleikeistä. Roolileikit ovat mieluisia, joissa hänellä on oiva mahdollisuus mallintaa itselleen tärkeiden aikuisten toimintoja. Hän nauttii saduista ja kertomuksista ja tuottaa niitä mie-

lellään itsekin. Lapsi saattaa olla itsekriittinen ja hänen luottamus omiin kykyihinsä on ailahtelevaa. Hän voi kokea epäonnistumisen pelkoa. Lapsen luonteen piirteet ja persoonallisuus tulevat selkeämmin esille. Lapsi alkaa samaistua samaa sukupuolta olevaan aikuiseen ja peilaa itseään häneen peilisuhteiden avulla. (MLL 2017.) Tässä ikävaiheessa lapsi osaa perustunteiden tunnistamisen ja nimeämisen, joita hän voi käyttää hyödyksi sosiaalisissa tilanteissa.

Näin voidaan nähdä, että varhaislapsuuden kehitysvaiheet ovat äärimmäisen tärkeitä vaiheita ihmisen kokonaisvaltaiselle kehitykselle. Ihmisen kehityksen kannalta oleellisia vaiheita ovat lapsen ensimmäiset elinvuodet, jolloin rakennetaan pohja itsetunnon ja tunteiden kehittymiselle, minäkuvan rakentumiselle, oman kehon hahmottamiseen sekä mielikuvien syntymiselle. Lapsen hyvän ja turvallisen kehityksen saavuttamiseksi edellytetään lapsen mielikuvan rakentumista häntä hoitavasta aikuisesta, turvallinen kiintymyssuhde lapsen ja häntä hoitavan aikuisen välillä sekä perusturvan luominen lapselle.

6 TUNNETAIDOT

Tunnetaidot vaikuttavat ihmisen hyvinvointiin. Tunnetaidoilla tarkoitetaan kykyä havaita ja tiedostaa omia tunteitaan (Kallio, Kerola & Kujanpää 2016). Tunnetaidot vaikuttavat mm. empatiakykyyn, minäkuvan rakentumiseen, ongelmanratkaisukykyyn kehittymiseen, koulusuoriutumiseen, terveyteen, työuran kehittymiseen ja myöhemmin aikuisiällä päihteiden käytön ja väkivallan käytön suhtautumiseen. (Kallio, Kerola & Kujanpää 2016; Mieli 2017.) Näin ollen hyvät tunnetaidot voivat toimia suojaavana tekijänä sosiaalista syrjäytymistä vastaan.

Hyvät tunnetaidot parantavat sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja lisäävät ikätovereiden hyväksyntää (Kallio, Kerola & Kujanpää 2016). Vuorovaikutustaidot alkavat kehittyä jo heti syntymän jälkeen aikuisten ollessa sosiaalisessa kontaktissa vauvan kanssa. Vuorovaikutus vauvan ja aikuisen välillä tapahtuu tahdon alaisesti mutta myös vaistomaisesti. Vauvalla on sisäsyntyinen tarve hakea turvaa ja ravintoa aikuiselta, johon aikuinen vastaa tyydyttämällä vauvan tarpeet. (Papunet 2017.)

6.1 Tunnetaidot ja vuorovaikutus

Vuorovaikutus on kahden tai useamman ihmisen välistä vastavuoroista kommunikointia. Kommunikoinnilla tarkoitetaan ihmisten välistä keskustelua ja kuuntelua sekä toisen huomioon ottamista. Ilmeet, eleet, kosketus, ääntelyt ja katseet kuuluvat myös kommunikointiin ja vuorovaikutukseen. Nämä kuuluvat tiedostamattoman vuorovaikutuksen elementteihin. Vuorovaikutuksessa tärkeää on toisen aktiivinen kuuntelu. Vuorovaikutuksessa pyrkimyksenä on aina viestittää jotakin toiselle henkilölle. Kommunikointi ihmisten välillä tapahtuu aina eri aistien avulla. Kaikilla eri aistitoiminnoilla on oma tärkeä merkityksensä vuorovaikutuksessa. (Papunet 2017.) Varhainen vuorovaikutus muuttuu tietoiseksi kommunikoinniksi noin yhden vuoden ikäisenä, jolloin lapsi oppi jakamaan tietoisesti huomionsa kohteen toisen ihmisen kanssa esimerkiksi halutessaan hyllyltä jonkin tietyn lelun hän osoittaa lelua sormellaan ja hakee katseellaan aikuiseen katsekontaktia varmistaakseen, että aikuinen ymmärtää hänen viestinsä. Kun aikuinen tulkitsee lapsen toimintaa ja vastaa niihin, tulee lapsi vähitellen tietoiseksi omasta roolistaan ja vaikutusmahdollisuuksistaan. Tässä vaiheessa aikuisella on tärkeä roolin puheen ja kommunikoinnin mallittamisessa lapselle. On tärkeää nimetä lapsille erilaisia esineitä, ihmisiä ja tekemisiä ja tunteita, joita lapsi lähtee pikkuhiljaa matkimaan. Tässä vaiheessa saa myös lapsen kielenkehitys uuden askeleen eteenpäin. (Papunet 2017.)

Vuorovaikutustaidot voivat kehittyä ainoastaan ihmisen ollessaan kontaktissa toiseen ihmiseen ja toimiessaan yhdessä toisten kanssa. Vauvan ja vanhemman välille alkaa kehittyä kiintymyssuhde, joka luo turvallisen ympäristön. Tämä turvallinen ympäristö luo mahdollisuuden vauvan sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen kehittymiselle. (Papunet 2017.) Psykiatri John Bowlbyn kiintymyssuhdeteorian mukaan kiintymyksellä viitataan tunnesiteeseen, joka muodostuu lapsen ja häntä hoitavan aikuisen välille päivittäisten hoito ja vuorovaikutustilanteiden kautta (Rusanen 2011, 27).

6.2 Kiintymyssuhde

Lapsella on synnynnäinen tarve kiintyä toiseen ihmiseen. Luonnollinen kiintyminen tapahtuu lasta eniten hoitavaan aikuiseen. Tällä ei ole merkitystä onko aikuinen biologinen vanhempi vai joku muu. Oleellista kiintymykseen ja kiintymyssuhteen rakentumiselle on, että lapsella on aikuinen, joka huolehtii hä-

nen päivittäisistä tarpeistaan ja vastaa hänen tarpeisiinsa. Lapsen saama kokemus hyväksytyksi tulemisesta, välittämisestä, tunteiden osoittamisesta sekä päivittäisten tarpeiden tyydyttämisestä riittää kiinnittymään lähiaikuiseen ja synnyttämään kiintymyssuhteen lapsen ja aikuisen välille. (Nurmiranta, ym. 2009, 48.)

Monissa asiaa tarkasteltavissa lähteissä onkin todettu, että lapsen kasvun ja kehityksen riittää turvaamaan yksikin turvallinen aikuinen. Näin ollen voidaan ajatella, että mm. päivähoidon työntekijät voivat olla joidenkin lasten kohdalla erittäin merkittävässä roolissa lapsen kokonaistilannetta ajatellen. Aikuisen avulla lapsi oppii säätelemään sisäistä maailmaansa, tunteitaan, tarpeitaan sekä ilmaisemaan itseään. Kiintymyssuhteen avulla lapsi oppii rakentamaan käsitystä itsestään ja muista. Varhaisen kiintymyssuhteen kokemukset ovat merkittäviä lapsen myöhemmälle kehitykselle. (Nurmiranta, ym. 2009, 48.)

Lapsen ensimmäinen tunnesuhde aikuiseen kehittyy ensimmäisen ikävuoden aikana, jolloin lapsi saa toistuvasti herkkiin kosketuksiin ja turvallisiin vuorovaikutuksiin perustuvia kokemuksia. Lasten oikea-aikainen huomioiminen ja hoivaaminen sekä aikuisen saatavilla olo turvaa tunnesuhteen syntymisen. (Kokkonen 2010, 81–82). Bowlbyn mukaan lapsen hyvä kehitys edellyttää pysyviä aikuissuhteita. Tällöin aikuisen tulisi olla aidosti läsnä ja lähellä lasta tämän päivittäisessä elämässä. (Rusanen 2011, 27).

Erinäisten tutkimusten mukaan edellä mainitun Mahlerin kehitysteorian mukaiset kehitystapahtumat ovat merkittäviä myös kiintymyssuhteen rakentumisen kannalta. Mikäli jokin kehitystapahtuma ei pääse etenemään asiamukaisessa iässä syntyy lapsen kehityksessä puutetta, jota on vaikea korjata myöhemmässä kehitysvaiheessa. Jokainen kehitysvaihe asettaa uudet vaatimukset lapsen kasvulle ja kehitykselle. Tällöin edellisen kehitysvaiheen paikkaaminen haittaa uuden kehitysvaiheen etenemistä. Nämä vaikuttavat taas puolestaan lapsen turvallisuuden tunteeseen, itsetunnon- ja minäkuvan kehittymiseen sekä yliminän rakentumiseen.

Tunnetaitojen kehitys alkaa jo varhaisessa lapsuuden vaiheessa. Ne ovat osa käyttäytymistämme, jotka ilmenevät mm. vuorovaikutus tilanteissa ilmeinä, eleinä, äänen painona ja käytöksenä. Tunnetaitoja opitaan kokemusten

ja esimerkkien kautta. Vastuu lapsen tunnekasvatuksesta on vanhempien lisäksi kaikilla lasten kanssa tekemisissä olevilla aikuisilla. Tunnetaidot ovat taitoja, jotka ovat meidän päivittäisessä käytössämme tietoisella ja tiedostamattomalla tasolla. Ne ovat osa sosiaalista käyttäytymistämme ja ohjaavat osaltaan tekojamme, päätöksiämme, ajatuksiamme ja unelmiamme. (Peltonen 2005, 12). Lapsen kasvaessa hän oppii ymmärtämään, mikä on kiellettyä ja mikä sallittua, hän opettelee ymmärtämään, miltä hänestä tuntuu. Lapsi opettelee tunneilmaisua päivittäisissä toiminnoissaan, leikeissään ja vertaisryhmissään.

7 TUNNETAITOJEN KEHITTYMINEN

Itsehillinnän ja tunteidensäätelyn taidot liittyvät tunnetaitoihin. Tunteiden säätely taitoon kuuluu myös käyttäytymisen säätely. Tunteiden ilmaiseminen ja niiden säateleminen ovat tunnetaitojen perustaa. Tunteiden ilmaisemisella tarkoitetaan lapsen kykyä nimetä ja ilmaista verbaalisesti eli sanallisesti omia tunteitaan sekä näyttää tunteita ilmeillä, eleillä ja käytöksellä. Tunnetaitoihin kuuluvat myös omien tarpeiden kuuntelu, itsearvostus ja luottamus sekä kyky määritellä omat suojarajat ja pitää niistä kiinni. Näillä suojarajoilla tarkoitetaan henkisiä ja fyysisiä rajoja, millä määritellään mikä on itselleen hyväksi ja mikä ei. Kun lapsi oppii pitämään kiinni omista suojarajoistaan, kykenee hän puolustautumaan mm. häntä loukkaavissa tilanteissa. (Mieli 2017.)

Muutaman ensimmäisen kuukauden aikana syntymästään, vauva säatelee tunteitaan imemällä ja kääntämällä katsettaan kohti tai pois päin tilanteista, joka tuottaa hänelle tunnetta. Noin neljän kuukauden ikäisen vauvan vuorovaikutustaidot alkavat kehittyä. Aluksi hänen vuorovaikutuksensa aikuisen kanssa on tunneilmausten varassa, joka mahdollistaa myöhempien tunteiden säätelykyvyn rakentumisen. 3–6 kk:n ikäinen vauva osaa kohdistaa tarkkaavaisuutensa itselleen mielihyvää tuottavaan kohteeseen ja jättää huomiotta kielteisiä tunteita herättäviä asioita. Tässä ikävaiheessa vauva kykenee tarkastelemaan aikuisen kasvoniilmeitä ja käyttämään niitä apunaan itselleen epäselvissä tilanteissa. Vauvan sosiaaliset taidot kehittyvät. Tässä ikävaiheessa sosiaaliset ja vuorottelu leikit tukevat kiintymyssuhteen rakentumista. (Kokkonen 2010, 83.)

Vauvan aivot ovat kehittyneet tunteiden säätelylle mahdolliseksi noin yhden ikä vuoden paikkeilla. Lapsi kykenee jo osoittamaan häpeän, ylpeyden, ujostelun ja kateellisuuden tunteita saavuttuaan kahteen ikävuoteen. Tällöin voidaan todeta lapsen itsetietoisuuden ja itsearvioinnin kehittyminen. Tässä ikävaiheessa lapsen tietoisuus omista tunnereaktioista kehittyy ja lapsi oppii nimeämään joitakin perustunteita sekä kykenee jonkin verran erottelemaan toisten tunteita ja niiden tarkoitusta. (Kokkonen 2010, 83.)

2–5 vuotiaan tunnetaidot kehittyvät kasvun ja kehityksen myötä hänen ollessaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Tällöin lapsi alkaa kiinnostua myös toisten tunteista. Vihan säätely kyky pääsee kehittymään siinä vaiheessa, kun lapsi alkaa tuntea syyllisyyden ja häpeän tunteita. Tässä vaiheessa aikuisen malli tunteiden nimeämisessä ja hallinnassa on merkityksellinen lapsen kehityksessä. Lapsi mallittaa aikuisen tunnereaktioita ja muuttaa ne omiksi taidoiksi ja ajatteluiksi. (Kokkonen 2010, 83–92.) Lapsen ja aikuisen välisessä varhaisessa vuorovaikutuksessa kehittyy lapsen tunteiden säätelytaidot. Lapsi saa erilaisia kokemuksia, jotka vaikuttavat aivojen ja aivotoiminnan kehittymiseen. Ilman näitä kokemuksia lapsen aivot eivät voi kehittyä ja tunteiden säätely hankaloituu. (Kokkonen 2010, 79.)

7.1 Tunnetaitojen tukeminen

Tunnetaitojen kehittymisen tukemisessa on tärkeää vahvistaa lapsen itsetutkiskelua, jolloin lapsi oppii tunnistamaan omat vahvuutensa, omat rajansa sekä kehonreaktiot eri tilanteissa. Kun lapsi tulee tietoiseksi omista tunteistaan ja kyvystä tuntea on hänen helpompaa rakentaa omaa minäkuvaansa ja oppia selviytymään arjen haastavista tilanteista. Lapsi oppii jo pikkulapsivaiheessa tunnetaitoja jäljittelemällä ja havainnoimalla muita perheen jäseniään. Lapsi peilaa vanhempien asenteita ja arvoja omassa mielikuvitusmaailmassaan ja leikeissään. Kuitenkin lapsi tarvitsee aikuista sanoittamaan tunteita ja konkretisoimaan lapselle syy-seuraussuhteita, kuten esimerkiksi aikuinen voi sanoittaa lapselle ”Minusta näyttää, että sinä tykkäät kotileikistä”. Tällöin lapsi oppii, että hän itse kokee ja hallitsee omia tunteitaan. Lapselle on tärkeää oppia myös sietämään pettymyksiä ja hyväksymään, että kaikki hänen mielihalunsa ja toiveensa eivät toteudu. Leikki on oivallinen paikka ohjata lasta harjoittele-

maan tunnetaitojaan. Leikin ja kaverisuhteiden aikana lapsi voi kokea monenlaisia tunteita, joihin aikuisen on hyvä osallistua ohjaamalla, nimeämällä tunteita ja antamalla tunteille merkityksen. (Kerola, ym. 2016.)

Lapsen tunnetaitojen tukemisessa on tärkeää myös, että käytetään tunteista oikeita nimiä ja sanoitetaan tunteita rehellisesti. Esimerkiksi, jos lapsi käyttäytyy huonosti, on hänelle kerrottava siitä kiertoilmaisuja käyttämättä. Tunteiden nimeäminen auttaa lasta ymmärtämään sisällään vellovaa tunnekuohua ja tukee lasta niiden hallitsemisessa. (Sinkkonen 2008, 104.) Lapsen tunnetaitoja voidaan tukea lisäämällä hän itsetietoisuuttaan ja tukemalla hänen minäkuuvan kehittymistään sekä itsetunnon vahvistamista esimerkiksi erilaisilla leikki-toiminnoilla ja yhdessäolon hetkillä tapahtuvalla vuorovaikutuksella. Lapsen tiedollinen kehitys edellyttää motivaatiota, tunnesuhteita ja turvallisuuden kokemuksia (Sinkkonen 2008, 88).

Itsetuntoa voidaan tukea osoittamalla mm. hyväksyntää, kiitosta ja hoivaa ilman, että ihmisen tarvitsee omailla suorituksillaan vaikuttaa sen saamiseen. Lapsen itsetunto kehittyy sen varassa, miten hyväksytyksi lapsi tuntee itsensä ja miten paljon hänestä pidetään. Hyvään itsetuntoon vaikuttaa läpi elämän ajan hyväksytyksi ja arvostetuksi tuleminen tunteesta. (Keltikangas 2001, 123.)

Tunnetaitojen harjoittelussa kuvien käyttämisen merkitys korostuu, koska niiden avulla voidaan selkiyttää tunteita, tunnetiloja ja niihin liittyviä ilmeitä ja eleitä. Muutoin tunnekäsite on hyvin abstrakti ja vaikeasti ymmärrettävä käsite. Tunnetaitojen harjoittelu kuuluu jokapäiväiseen toimintaan. Lasten kanssa tunnetaitojen harjoittelussa voidaan käyttää apuna erilaisia tunnekasvatukseen kehitettyjä menetelmiä kuten esimerkiksi askeleittain- ja pienten askeleittain ohjelmia, mututoukkaa, tunnemuksua, tunteiden tuuli menetelmää sekä muita saman kaltaisia menetelmiä. Internetissä on myös tarjolla erilaisia menetelmiä ja kuvamateriaaleja tunteiden havainnollistamiseksi. Tunnekuvia voi tulostaa mm. Suomen mielenterveysseuran, Papunetin, Pesäpuun sekä tunteesta tunteeseen sivustoilla. Näille sivustoille on mahdollista päästä internetin hakuohjelmien kautta kuten esimerkiksi googlen kautta.

Lisäksi hakuohjelmien kautta on saatavilla erilaisia mm. opinnäytetyönä kehitettyjä tunnetaitojen tukemiseen liittyviä oppaita tai ohjelmia, kuten esimerkiksi tämän opinnäytetyön tuloksena kehitetty menetelmäkansio, jonka tarkoituksena on satukirjojen avulla tukea lasten turvallisen tunne-elämän kehittymistä. On kuitenkin tärkeää muistaa, että mikään yksittäinen menetelmä tai opas ei riitä yksistään sellaisenaan lapsen turvallisen tunne-elämän kehittymisen saavuttamiseen, vaan tähän tarvitaan myös aikuisen apua sanoittamaan, nimeämään ja ohjaamaan lasta tunneteiden oppimisessa sekä olemaan läsnä lapsen arjessa ja osoittamaan kiinnostusta lasta kohtaan. Tunnetaitojen oppiminen on myös jatkuva prosessi, niin kuin on minäkuvan rakentuminenkin. Tunnetaitojen harjoitusten avulla voidaan lisätä lapsen itsetietoisuuden ja itsehallinnan tunnetta. (Kerola, Kujanpää & Kallio 2016.)

Aisteilla on myös suuri merkitys tunteiden syntymisessä ja kokemisessa. Aistien avulla lapsi alkaa muodostaa käsitystä ympäristöstään, joka mahdollistaa vuorovaikutuksen ympäristönsä kanssa. Aistien kautta tulevat ärsykkeet hermostolle ja aivoihin johtavat tunnekokemukseen. Tunnekokemus syntyy, kun saamme aistiärsyksen, joka johtaa kehon fyysiseen muutokseen esim. sydämen sykkeen nousuun, tämä johtaa käyttäytymisen muutokseen esim. pelkoreaktioon ja tästä seuraa tietoisuus tunteesta. (Nummenmaa 2010, 21.)

7.2 Aistit tunnetaitojen tukena

Aistitoimintojärjestelmä alkaa kehittyä jo raskauden ensimmäisten kuukausien aikana ja syntymän jälkeen ne jatkavat kehittymistään vauvan kasvun, kehityksen ja vuorovaikutuksen tuloksena. Syntymän jälkeen vauva reagoi erilaisiin ärsykkeisiin kokonaisvaltaisesti sen mukaan, kuinka voimakkaita tunteita ne herättävät hänessä. Pikkulapsella on valmiudet tutustua omaan kehoon, josta lapselle alkaa kehittyä kehonkuva. Aistijärjestelmän kehittyminen on välttämätöntä keskushermoston normaalille kehitymiselle. Sikiöaikaisten aistien kautta välittyvästä informaatiosta on katsottu olevan merkitystä myös muistin ja oppimisen sekä sosiaalisen kehityksen kannalta. Vastasyntynyt kykenee tunnistamaan oman lähiaikuisen jo kohdussa saatujen aistikokemusten avulla. Aistien avulla vauva pystyy erittelemään ja ymmärtämään ympäristöään. Vauva reagoi erilaisiin aistiärsykkeisiin kokonaisvaltaisesti sen mukaan, kuinka

voimakkaita tunteita ne herättävät hänessä. Vauva aistii kodin tunneilmapiiriä. (MLL 2017.)

Tuntoaisti

Ensimmäisenä kehittyy tuntoaisti, ihon aistisolujen alkaessa muodostua. Sikiö saa tuntemuksia kohdussa ollessaan esimerkiksi omien raajojen kosketuksesta. (Huotilainen & Peltonen 2017, 15.) Tuntoaistisolujen kehittyttyä sikiöllä alkaa myös motoriikan kehittyminen. Syntymän jälkeen vauva ja lapsi tarvitsee stimulaatioita eli aistiärsyksiä kehittääkseen aisteja, hermostoa ja motoriikkaansa. (Hämäläinen ym. 2006, 141.) Vauvaikäiset ovat herkkiä kosketukselle. Ihokontakti, syli, pajaaminen ja helliminen ovat vauvalle ensiarvoisen tärkeitä kokemuksia. Nämä auttavat vauvaa hahmottamaan omaa kehoaan ja luomaan turvallisuuden tunnetta sekä kokemusta siitä, että hän on rakastettu ja tärkeä.

Haju ja makuaisti

Haju ja makuaistit ovat kehittyessään ensin sekoittuneena toisiinsa. Äidin syömien ruokien maukuja ja hajuja siirtyy lapsiveteen, joista sikiö saa aistimuksia jo kohdussa ollessaan. (Huotilainen & Peltonen 2017, 15.) ”Ensimmäiset makuaistisolut ovat toimintakykyisiä jo kahdeksannella raskausviikolla ja viimeisimmät kehittyvät vielä murrosikäisenä”. (Hämäläinen ym. 2006, 142.) Hajuaistin avulla vauva oppii tunnistamaan omat vanhempansa ihon tuoksun silloin kun saa olla sylissä ja lähellä vanhempiaan. Jo vastasyntynyt vauva aistii perusmaut, kuten suolaisen, makean, happaman ja karvaan. (MLL 2017.)

Kuuloaisti

Erilaisten tutkimusten perusteella on voitu havaita, että jo 33 raskausviikon jälkeen sikiön kuuloaistijärjestelmä aktivoituu äänille. Sikiö kuulee parhaiten äidin tuottamat äänet, sillä ne tulevat sisältäpäin. Kuuloaistin kehittyminen tukee muistitoimintojen kehittymistä. Tutkimuksissa on voitu osoittaa, että sikiöllä on loppuraskaudessa lyhytkestoinen kuulomuisti. Sikiö pystyy muistamaan vuorokauden ajan toistuvasti kuullutta ääniärsykyttä. Syntyessään vauvalla on jo varsin hyvä kuuloaisti. (Hämäläinen ym. 2006, 143.) Vauvaa rauhoittavat äänet, jotka ovat hänelle tuttuja jo kohdussa olon ajalta esim. äidin puheääni

tai musiikin ääni. Jo 1kk:n ikäinen pystyy kääntämään katseensa äänen suuntaan.

Näköaisti

Näköaistin kehittyminen alkaa varsinaisesti vasta syntymän jälkeen. Tutkimusten mukaan sikiö aikaisen näköaistin kehittymistä vaikeuttaa kohdussa oleva pimeys. Sikiö voi saada joitakin näköaisti kokemuksia äidin ollessaan aurinkoisella päivällä pikineissä rannalla, jolloin aurinko voi päästä vapaasti ihon läpi kajastamaan kohtuun. (Huotilainen & Peltonen 2017, 15–17.) Vastasyntynyt pystyy näkemään noin 20–24 cm päähän. Hän katselee mielellään kasvoja ja ilmeitä. Aluksi vauva kiinnostuu musta valkoisista kuvioista sekä ympyrä ja neliö muodoista. Jo 3kk:n ikäinen pystyy seuraamaan katseellaan esineitä ja tarkastelemaan omia käsiään. 5–6kk:n ikäinen voi jo siirtää katsettaan esineestä toiseen.

Asento-, liike- ja tasapainoaisti

Asentoaistin avulla ihminen kykenee hahmottamaan oman kehonsa, hallitsee kehon asentoa ja säätelee eri kehon osien liikettä. Liike- ja tasapainoaistin avulla saamme tietoa kehomme liikkeistä, suunnista ja nopeudesta. Pään ja kehon asennosta aistivat sisäkorvan aistisolut. Näiden avulla kykenemme esim. korjaamaan asentoamme horjahtaessa sekä pitämään yllä lihasjännitystä tarvittaessa. Nämä aistien osa-alueet kehittyvät lapsen ollessa vuorovaikutuksessa toisten kanssa esimerkiksi, kun lapset liikkuvat ja kiikkuvat eri korkeuksilla tai kun aikuinen nostelee ja liikuttelee lasta eri asennoissa sylissä. Lapsen liikkeessään paljon ja saadessa erilaisia asento-, liike- ja tasapainokokemuksia hänen itsevarmuus kehittyy. Tämä lisää lapsen oman kehon hallintaa ja turvallisuuden tunnetta. Lapsen ollessa vuorovaikutuksessa toisten kanssa näiden aistitoimintojen merkitys näkyy esim. kykyä asettua oikealle keskusteluetäisyydelle sekä kykyä mukauttaa omaa toimintaa tilanteiden mukaan. (Asento-, liike- ja tasapainoaisti 2017.)

8 SADUT JA TARINAT

Satujen avulla on mahdollista kehittää lasten tunnetaitoja. Satujen avulla lapsi voi käydä turvallisesti läpi erilaisia tunteita ja tunnetiloja, jolloin käsiteltävät asiat voivat olla vaikeitakin asioita kuten jotkin negatiiviset tunteet. Sadut vahvistavat mielikuvitusta ja eläytymisen taitoa, ne kasvattavat ihmisyyttä, em-

paattisuutta, nöyryyttä ja lisäävät aistien herkkyyttä. Satujen avulla lapsi oppii myös kuuntelemisen taidon, joka on tärkeää sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa. Sadut mahdollistavat myös kokemuksen omasta tunne-elämästä. (Marjamäki, ym. 2015, 15; Lummelahti 2001, 118–119.)

Kasvatustieteiden tohtori ja satujen tutkija Hilikka Ylösen mukaan sadut ovat kertomuksia, joissa on useita kohtauksia ja todellisuudesta poikkeavia, ylittäviä kokemuksellisia tapahtumia. Ylösen kirjoittamassa kirjassa *Loihditut Linnut* määritellään satujen olevan kirjoituksia, jotka perustuvat mielikuvituksiin ja myytteihin tai kansan uskomuksiin. (Ylönen 2000, 9.) Saduissa on yleensä sama rakenne, jolloin kertomuksien alussa esiintyy ongelma tai jokin haastava tehtävä, jota yleensä tarinan päähenkilö alkaa ratkaista. Tarinan edetessä päähenkilön tavoitteeseen pääsemistä estää yleensä jokin paha, kuten noita tai muu paha henkilö. Sadun edetessä päähenkilö selviytyy pahasta ja oppii jotain vaikeuksissa ollessaan, esimerkiksi hän huomaa tarvitsevänsä apua ja pyytäessään voi saada apua ja että itsekin voi antaa apua toiselle. Päähenkilö oppii mm. luottamuksen merkityksen. Saduissa viesti on yleensä niin, että hyvydestä palkitaan ja pahuudesta rangaistaan. (Ylönen 2000, 14.)

Bettelheimin mukaan satujen tulisi olla hauskoja, uteliaisuutta ja mielikuvitusta herättäviä. Niiden tulisi kehittää lapsen persoonallisuutta, selventää lapsen tunteita, kehittää älyä, vahvistaa lapsen sisäisiä voimavaroja ja vastata lapsen pelkoihin sekä auttaa lasta sen hetkisissä ongelmissa. Satujen tulisi olla kaikin puolin kosketuksessa lapsen persoonaan sekä luoda uskoa tulevaisuuteen. (Bettelheim 1984, 10–13.) Lapsen elämässä tunteet ovat olennaisia, joten satujen avulla voidaan tukea lapsen maailmaa ja kehitystä. (Ylönen 2000, 33.)

Ylösen mukaan lapsi on parhaassa satuiässä silloin, kun hän osoittaa kiinnostusta satuja kohtaa. Tähän vaikuttaa mm. lapsen oma kehitystaso ja elämäntilanne. Lapsille on luettu satuja lasten viihdyttämiseksi, lohduttamiseksi, rohkaistamiseksi, sekä käyttäytymisen ja moraalien opettamiseksi. Satujen avulla voidaan edistää oppimista ja keskeisenä saduissa on ollut tunne-elämään vaikuttaminen. (Ylönen 2000, 7.)

8.1 Sadut tunteiden tukena

Lapset kohtaavat monia tunteita herättäviä elämänmuutoksia ja kriisejä, joita kohdatessaan tarvitsevat apua. Tällöin sadut voivat olla yhtenä keinona käsitellä asiaa ja pyrkiä vähentämään tunne-elämän ongelmia. Sadut on kirjoitettu lapsille ja ne sisältävät asioita joiden ajatellaan koskettavan lasten tunteita. Saduissa esiintyy samankaltaisia ongelmia ja ne sisältävät ongelmaan ratkaisuja, joita lapsen on helpompi käsitellä. Satujen ongelmat ovat lapsen tunnistettavissa mutta ne eivät kosketa kuitenkaan suoraan lasta itseään. Tämä auttaa lasta käsittelemään asiaa ja helpottaa lapsen oloa. (Ylönen 2007, 7–9.) Sadun valinnoissa tulee ottaa huomioon lapsen ikä, kehitystaso, elämäntilanne ja lapsen mielenkiinnon kohteet. Satuja voidaan käyttää myös draaman keinoihin. Lapselle tutuiksi tulleita satuja voidaan lukemisen sijaan esitellä esimerkiksi pöytäteatterina, nukketheaterina tai näytelmänä. (Ylönen 2000, 93–99.)

Päivi Heikkilä-Halttusen (2015) mukaan lapsella, joka on varhaislapsuudesta asti saanut hoivaa ja huolenpitoa on paremmat edellytykset normaaliin kielenkehitykseen kuin lapsella joka on jäänyt vaille hyvää hoitoa ja huolenpitoa. Hyvän kielenkehityksen saavuttanut lapsi oppii helpommin ongelmanratkaisua, loogista päättelyä sekä käsitteiden muodostamista. Heikkilä-Halttunen toteaa yhtenä vanhempien tärkeimpänä tehtävänä olevan perheen jäsenten välisen tunnekielen vaaliminen. Tällä tarkoitetaan perheen jäsenten välistä vuorovaikutusta, joka sisältää ilmeitä, eleitä ja tunteita. Perheen jäsenten keskinäinen vuorovaikutus edistää kokoperheen hyvinvointia ja perheen yhteisillä kirjalluilla hetkillä voidaan tukea näiden elementtien olemassaoloa. Lapsi rakastaa vanhempien puheen kuulemistä. Nämä ovat tulleet hänelle tutuksi jo kohdussa ollessaan. (Heikkilä-Halttunen 2015, 11–13.)

Lastenkirjoilla on nähty olevan iso merkitys lasten tunteiden tunnistamisen opettelussa. Ammattikasvattajien keskuudessa on puhuttanut viime aikoina aiempaa enemmän lasten vaikeudet eläytyä toisten tunteisiin sekä lapsen heikkoutta tunnistaa omia tunteitaan. Lasten kirjojen on todettu tukevan näitä haasteita. Heikkilä-Halttunen toteaa kirjassaan *Lue lapselle!* (2015)

2 Tutkimustulokset todistavat, että varhaislapsuuden lukuharrastus lisää lapsen sanavalmiutta ja taitoa tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa.” Kirjojen

lukeminen vahvistaa tunnesanastoa ja empatiakykyä. Lastenkirjoista onkin tullut suosittu teema tunnekasvatuksessa. (Heikkilä-Halttunen 2015, 49.)

Satujen rinnalla voidaan käyttää leikkiä tunteiden tunnistamiseen sekä tunnetaitojen vahvistamiseen. Leikin avulla lapsi pääsee konkreettisesti kokemaan erilaisia tuntemuksia ja tunteita sekä laajentamaan näkökulmia satukirjoissa tapahtuneista asioista. Leikki vahvistaa myös mielikuvitusta ja rikastuttaa kieltä. Leikin avulla lapsi voi turvallisesti kokeilla arkipäivän asioita ja tunteita asettumalla roolihahmoon. Näin ollen nämä ongelmatilanteet ja erilaiset tunteet pysyvät vielä erillisenä hänestä itsestään.

8.2 Leikki satujen rinnalla

Leikki on oleellinen osa lapsen kehitystä. Lapsi käsittelee erilaisia asioita ja tunteita, harjoittelee arjen tilanteita ja erilaisia rooleja, kerää tietoa ja kokemuksia todellisuudesta leikin avulla. (Tiainen & Välimäki 2015, 13.) Lasten leikkiessä kehittyvät kieli, syy-seuraussuhteen ymmärtäminen ja ajattelu, luovuus, ongelmanratkaisutaidot sekä kyky erotella mielikuvitus ja todellisuus toisistaan. Lapsi oppii myös erilaisia toimintatapoja, yhteistoimintaa, sääntöjä, tunteiden säätelyä ja esineiden käsittelyä sekä ymmärtämään sosiaalista vuorovaikutusta, moraalialia, arvoja ja empatiaa. (MLL 2017.)

Leikissä asiat voivat mennä pieleen tuottamatta suurta pettymystä ja leikissä ongelmista selvittää. Näiden vuoksi leikki on tärkeää lapsen emotionaalille, sosiaaliselle, kognitiiviselle ja motoriselle kehitykselle. Leikki voi olla vapaaehtoista tai aikuisen ohjaamana tavoitteelliseksi rakennettua. Tällöin aikuinen mahdollistaa leikin rakenteen ja asettaa tavoitteet sekä ohjaa leikkiä tavoitteiden suuntaan. Leikkiessään lapsi ei suunnittele opettelevansa jotakin asiaa vaan mielekkään ja motivoivan toiminnan tuloksena syntyy oppimista. (Tiainen & Välimäki 2015, 13.)

Kunnan kirjastoissa on saatavilla kattava valikoima kirjallisuutta kaikille kansalaisille mm. ikätaso, kulttuuritausta, kiinnostuksen kohteet sekä erityistarpeet huomioon ottaen.

8.3 Kirjasto ja satukirjat tunnetaitojen tukena

Kirjastot ovat kunnan julkisia, kuntalaisille maksuttomia palveluja, joissa voi lainata kirjoja, lehtiä, musiikkia ja videoita. Ne mahdollistavat kaikille kansalaisille tasavertaisen ja monipuolisen vapaan käytön ja mahdollisuuden päästä tiedon lähteille. Kirjastossa voi käyttää myös tietokoneita ja muita elektronisia laitteita. Kunnan taloudesta kirjastot ovat hyvin pieni menoerä, kustannukset ovat noin yhden prosentin luokkaa. Kuitenkin kirjastojen rooli yhteiskunnassamme ovat merkittävät, sillä nämä mahdollistavat kuntalaisten hyvinvointiin ja elinvoimaisuuteen liittyvien tavoitteiden toteutumisen. (Kietäväinen 2017.)

Tänä päivänä kirjasto on kohtaamispaikka ja kulttuurikeskus, joka on tarkoitettu kaiken ikäisille kansalaisille sukupuoleen, rotuun, kulttuuriin, taustaan, ammattiin ja taloudelliseen tilanteeseen katsomatta. Kirjastossa voi lukemisen ja kirjojen lainaamisen lisäksi viettää aikaa, tavata ystäviä ja osallistua tapahtumiin. Kirjastoissa järjestetään monenlaisia tapahtumia kaikenikäisille. Lapsille on järjestetty mm. satutunteja, joita on ohjannut erilaiset kasvatusalan ammattilaiset kuten esimerkiksi musiikkipedagogi. Kirjastoissa on järjestetty myös mm. kirjallisuusiltoja, näyttelyitä, konsertteja ja esitelmiä.

Joissakin kunnissa on vielä käytössä myös kirjastoauto. Kirjastoauto on bussi johon, on koottu kirjaston aineistoa. Kirjastoauto kulkee taajama-alueen ulkopuolella esimerkiksi maaseudunalueella. Tällä mahdollistetaan myös näiden ihmisten kirjasto palveluiden saatavuus.

9 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Toiminnallisen kehittämistyön tavoitteena on kehittää käytännön toimintaa työelämässä. Kehittämistyönä voi olla esimerkiksi kirjan, oppaan, näyttelyn, messuosaston tai jonkun muun produktin tai projektin tuottaminen. (Vilka & Airaksinen 2003.) Opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli tuottaa menetelmäkansio, jonka avulla voidaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä satujen ja leikkitoimintojen avulla. Tunnetaidot ovat merkittävä osa ihmisen kehittymiselle ja hyvinvoinnin rakentamiselle. Hyvät tunnetaidot tukevat hyvää mielenterveyttä ja mahdollistavat mm. oppimisen, työllistymisen ja arjen haasteista selviytymistä.

Toiminnallinen opinnäytetyö koostuu kahdesta tai useammasta kokonaisuudesta sisältäen toiminnallisen osuuden eli produktin, raportin eli opinnäytetyön prosessin dokumentoinnin sekä arvioinnin. Työn raporttiosuuden tulee pohjautua ammattiteorialle ja sen tuntemukselle. (Vilkkä, Airaksinen 2003.) Tämän opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa on tuotettu menetelmäkansio, joka on nimeltään Tunnekasvatusta yhdessäolon hetkillä. Menetelmäkansio on rakentunut teoreettiseen viitekehykseen perehtymisen sekä toiminnallisten ohjaustuokioiden toteuttamisen ja niiden arvioinnin myötä. Menetelmäkansion rakenteeseen on vaikuttanut myös oma kohtaiset työkokemukset varhaiskasvatuksesta lähes kahden kymmenen vuoden ajalta. Raportti osuus rakentuu teoreettisesta viitekehyksestä sekä toiminnallisen osuuden prosessivaiheiden raportoinnista ja arvioinnista. Arviointi koostuu toimintatuokioiden videohavainnoinnista sekä suullisista palautteista menetelmäkansiosta, joita olen saanut eri tahoilta.

Kehittämistehtävä

Kehittämistehtäväksi muodostui menetelmäkansio, jonka avulla voidaan tukea lasten tunnetaitoja satukirjojen ja leikkituokioiden avulla. Kehittämistehtävä eteni lähestulkoon aikataulun mukaisesti. Idea rakentui omasta kiinnostuksesta pienten lasten tunnetaitojen tukemiseen ja niiden vahvistamiseen, opinnäytetyötä ohjaavan opettajan ja Toenperä kirjasto kirjastohoitajan kanssa käytyjen keskustelujen myötä.

Menetelmäkansion valmistamisen tukena on käytetty Jämsän ja Mannisen (2000) osaamisen tuotteistamisprosessia, joka etenee uuden tuotteen valmistamisessa kolmivaiheisesti. Prosessin etenemiseen kuuluvat kehittämisen tarpeen tunnistaminen, tuotteistamisprosessi sekä valmis tuote. Kehittämistarpeena voi esiintyä palvelun tai tuotteen kehittäminen asiakkaalle tai asiakasryhmälle heidän tarpeiden mukaisesti. Kehittämistarpeen tunnistaminen edellyttää ongelman laajuuden ja esiintymisolosuhteiden selvittämistä. (Jämsä & Manninen 2000, 28–31.)

Asiakasta palvelee parhaiten tuote, jonka kehittämisessä ja suunnittelussa on huomioitu asiakkaan tarpeet ja kyvyt. (Jämsä & Manninen 2000, 45–55).

Lasten tunnekasvatus on ennaltaehkäisevää toimintaa, jolla voidaan vaikuttaa lasten tulevaisuuteen ja vastuulliseksi aikuiseksi kasvamiseen. Lapsen tunte-
taidot vahvistuvat, kun heidän kanssaan opetellaan havaitsemaan, tiedosta-
maa ja nimeämään tunteita sekä ohjataan heitä kunnioittamaan ja suojele-
maan omaa ja toisen kehoa. (VASU 2016.) Opinnäytetyön tuloksena rakentu-
neen menetelmäkansion myötä voidaan mahdollistaa tunnekasvatusta myös
muualla, kuin varhaiskasvatuksessa. Tämä menetelmäkansio on saatavilla
mm. Toenperä kirjaston verkkosivuilta, joista sen saatavuus mahdollistuu kai-
kille asiasta kiinnostuneille.

Kehittämistarpeen tunnistaminen

Työskennellessäni varhaiskasvatuksessa olen havainnut lisääntyntä lasten
tunnetaitojen vahvistamisen tarvetta. Tätä samaista aihetta on viime aikoina
käsitelty myös muun muassa julkisessa mediassa. Varhaiskasvatuksessa on
kiinnitetty huomiota ammattihenkilöstön täydennyskoulutuksiin lasten emotio-
naalisen hyvinvoinnin kehittämisessä. Varhaiskasvatussuunnitelman perus-
teissa kiinnitetään myös huomioita lasten emotionaaliseen kehitykseen muun
kasvun ja kehityksen tukemisen rinnalla.

Lapsi on vastaanottavaisimmillaan tunnekasvatusta varhaislapsuuden aikana
(Kemppinen 2000, 3). Toiminnallisten menetelmien soveltaminen tunnekasva-
tuksessa tukee lapsen oppimista. Lapsi tarvitsee kokemuksen ja tunteen toi-
minnasta, jolloin lapsen kiinnostus herää ja oppiminen alkaa. Humanistiseen
psykologiaan pohjautuva kokemuksellinen oppiminen perustuu henkilön yksi-
löllisiin kokemuksiin ja kykyyn arvioida omaa oppimistaan (jamk 2017).

Kehitystarvetta tunnistettaessa perehdyin teoreettiseen viitekehykseen lapsen
kasvun ja kehityksen osa-alueilta sekä lapsiperheiden hyvinvointiin liittyvään
kirjallisuuteen ja suomen mielenterveysliiton verkkosivustoihin sekä muihin
lasten hyvinvointia koskeviin artikkeleihin.

Tuotteistamisprosessi

Kun kehittämisen tarve on tunnistettu, voidaan käynnistää ideointiprosessi.
Ideavaiheessa pyritään selvittämään ongelma, joka on todettu kehittämistar-
peen tunnistamisvaiheessa. Kun ideoita on syntynyt riittävä määrä, voidaan
siirtyä ideavaiheesta toteuttamisprosessin vaiheeseen. (Jämsä & Manninen
2000, 35.) Ideaa pohtiessa ja keskustellessa aiheesta ohjaajien kanssa, pää-

dyin kehittämään menetelmäkansion, joka sisältää useita satukirja- ja leikki-tuokio esimerkkejä, joita voidaan käyttää lasten kanssa työskennellessä, ajatuksena lasten tunnetaitojen vahvistaminen.

Tuotteistamisprosessi etenee valittujen ratkaisujen ja rajausten mukaan. Vaihe sisältää esitestausta ja arviointitiedon hankintaa, jonka kautta etsitään ratkaisuja kehittämistä vaativille asioille. (Jämsä & Manninen 2000, 45–55).

Tuotekehityksen esitestaamiseen valikoitui Molli-satukirja, jonka toimintatuokiot toteutin itse suunnitteleminen tuokiokokonaisuuksien mukaan. Molli on kuvataiteilija Katri Kirkkopellon kirjoittama ja kuvittaman satukirja lapsille, jossa käsitellään erilaisia tunteita tarinan mukaisesti. Tuokiot on toteutettu eräässä Etelä-Savon alueella sijaitsevassa esikouluryhmässä. Tässä ryhmässä tuokiot nimettiin Molli-tuokioiksi, joka merkattiin viikko-ohjelmaan koko ryhmän nähtäväksi. Tuokiot on toteutettu lähestulkoon aina samana viikonpäivänä, jolloin lapset oppivat tunnistamaan ja ennakoimaan tulevan tapahtuman. Koska toimintatuokiot nimettiin Molli-tuokioiksi, on selkeämpää tässäkin raportissa käyttää toimintatuokioista nimitystä Molli-tuokiot.

Toteuttamisprosessin vaiheet

Idean syntymisen jälkeen valikoitui satukirja, jonka mukaan on toteutettu tunnekasvatusta sisältäviä Molli-tuokioita. Toimintatuokioiden sisältö on rakennettu satukirja Mollin sisältämien tunteiden ympärille, huomioiden lasten kasvun ja kehityksen vaiheet sekä yksilölliset tarpeet. Molli-tuokioiden ohjaustoiminnassa ja sen suunnittelussa on huomioitu teoreettisen viitekehityksen lisäksi myös valtakunnallisen esiopetuksen opetussuunnitelmaa sekä varhaiskasvatussuunnitelman perusteita.

Toimintatuokiot rakentuivat viidestä eri vaiheesta.

1. Alkulaulu
2. Kirjan aukeaman lukeminen
3. Keskustelu kirjan tarinasta, tunteesta ja tuntemuksista
4. Leikki
5. Loppuloru

Tuokiot noudattivat aina samaa struktuuria, jossa ensimmäisenä tuokio aloitettiin yhdessä laulamalla Risto Järvenpään sanoittama ja säveltämä laulun ”Mitä mulle vastaat?” ensimmäinen säkeistö. Seuraavaksi luimme Molli-kirjasta yh-

den aukeaman, josta kävimme tämän jälkeen yhteiskeskustelua kirjan aukeamaan liittyvästä aiheesta ja tunteesta. Keskustelun jälkeen leikimme tunnetaitoja vahvistavaa leikkiä ja lopuksi lausuiimme yhdessä loppuloron.

MITÄ MULLE VASTAAT?

Mitä mulle vastaat, ystäväni,

jos sua suoraan silmiin katsoisin?

Minä kierrän pientä ympyrääni.

Lähtisitkö kanssani jonnekin?

Tietysti ja tottakai, vastaan sulle näin:

”Sinun kanssas lähtisin mä vaikka väärinpäin.”

Molli-tuokioon osallistuvat lapset valikoituivat yhteistyössä varhaiskasvatukseen erityisopettajan ja ryhmän lastentarhaopettajan kanssa käydyn yhteiskeskustelun sekä vanhemmilta kysytyn kirjallisen luvan myötä. Vanhemmille osoitetun lupalomakkeen liitteenä oli tiedotuslomake, jossa kerroin toimintatuokion sisältöä ja sen tarkoituksesta. Toimintaympäristöksi valikoitui esikoulun ryhmätila, jonka saimme käyttöömmekerran viikossa aamupäiväulkoilun ajaksi. Tila valinnassa on otettu huomioon lasten ikä ja kehitysvaiheet. Tässä tilassa lapsille oli riittävästi liikkumatilaa leikkituokioita varten.

Toimintatuokioita varten lapsille varattiin omat istuin alustat. Alustat olivat numerolaattoja, jotka kuuluivat esikoulun välineistöön. Ensimmäisellä tuokiolla valittiin jokaiselle lapselle oma istumalaatan numero arpakuutiota heittämällä. Tämä istuma laatan määrittämisellä oli tarkoitus osittaa jokaiselle lapselle ihan oma paikka, joka on vain häntä varten. Tämä luo lapselle turvallisuuden tunnetta ja vähentää epävarmuutta sekä levottomuutta uutta odotellessa. Toimintatuokioiden samana toistuvalla struktuurilla oli myös tarkoituksena luoda turvallisuuden tunnetta ja vähentää levottomuutta sekä epävarmuutta tuokion sisällöstä. Struktuurilla tarkoitetaan toiminnan tai tilanteen järjestystä tai rakennetta.

Ohjausvälineeksi on tämän opinnäytetyön myötä rakentunut menetelmäkansion rinnalle tunneboxi, joka sisältää materiaalia tunnetuokioiden toteuttamisen tueksi. Materiaali kustannukset eivät ole suuret, mikä olikin yksi lähtökohta tälle menetelmäkansion kehittämiseksi. Tunneboxin kehittämisen tarkoituksena on koota tunnetuokiolla tarvittavia materiaaleja yhteen, josta nämä ovat helposti saatavilla sopivan tilanteen tulleen. Tunneboxin sisältö on koottu materi-

aaleista, jotka eivät tuota taloudellista haastetta ja päivittäminen on vapaaehtoista. Tämän opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa rakentuneessa tunneboxissa sisältönä ovat itse neulomani Molli-tuokioihin liitettävä pehmohahmo, ilmekuvia tunteista, tilannekuvia, kehonkuva, erilaisia aisti materiaaleja, käsipeili ja piparirasia.

Pehmohahmon tarkoituksena on luoda toimintatuokioille rauhallinen ja rentouttava ilmapiiri. Pehmohahmon tehtävänä oli myös huomioida toimintatuokioiden aikana jokaisen lapsen yksilöllinen osallisuus jakamalla puheenvuoroja ja antamalla lapselle mahdollisuus osoittaa omia tunteitaan. Omia tunteitaan lapsi saa kertoa pehmohahmolle tämän kysellessä lapsilta esimerkiksi kirjassa käsitellyn tunteen mukaisia kysymyksiä, joita on kuvattu menetelmäkansiossa Tunnekasvatusta yhdessäolon hetkillä.

Pehmohahmon neuloin tietoisesti muistuttamaan Mollin ulkomuotoa tavoitteena näin tuoda hahmoa ja hänen tunteita lähemmäksi lasta. Hahmon muistuttaessaan kirjassa seikkailevaa hahmoa on lapsen helpompi samaistaa kirjan hahmon tunteet pehmohahmolle ja näin saada ne itselleen lähemmäksi ja käsin kosketeltavaksi. Kun tunnetila voidaan konkretisoida, voidaan näin paremmin vaikuttaa lapsen tunnetilan hahmottamiseen ja oppimiseen. Kuten aiemmin mainitussa kappaleessa tunteet Kerola ym. kuvaavat tunteiden olevan hankalasti käsiteltäviä asioita, mutta tehtyään tunteet näkyviksi ja konkreettisiksi on lapsen helpompi hahmottaa ja ymmärtää niitä. Lapset nimesivätkin pehmohahmon Molliksi.

Lapset kokivat Mollin merkittäväksi osaksi tuokioita. Tämän päätelmän voi rakentaa havainnoimalla lapsia tuokioiden aikana tapahtuvista tilanteista, joita voi nähdä myös videohavainnoinnin kautta. Havainnoimalla lapsia saatiin nähdä lasten kiintymyksen Molliin mm. heidän huolehtiessaan, että hahmo on aina mukana ja omalla paikallaan piirin keskellä. Lapsilla oli mielipiteitä hahmon tunnetiloista tämän tullessaan piirin keskelle toimintatuokion alussa. Lapset osoittivat tunteitaan Mollille mm. empatian tunnetta tilanteissa, joissa Molli koki pelkäävänsä tai olevansa surullinen. Toimintatuokioiden aikana Molli osoitti tunteitaan lapsille mm. tilanteissa, joissa lapset kertoivat rohkeita ja uskaliaita temppujaan tai ukkossäästä puhuttaessa. Lapset halusivat myös viedä Mollin omaan kotiin vierailemaan ja näyttämään tälle omaa kotia ja perhet-

tään. Tähän lapsilta syntyneeseen ajatukseen oli helppo mukautua. Näin ollen lapset saivat halutessaan viedä Mollin vuorotelleen omaan kotiin yhden yön ajaksi toimintatuokion jälkeen. Lapsen osallisuutta hyödyntäen annoin lasten itse sopia kenen kotiin Molli lähtisi kunkin tuokion jälkeen. Seuraavana päivänä kävin lapsen kanssa keskustelua siitä, kuinka vierailu sujui ja lapsen halutessaan, kirjasin asioita ylös, joihin palattiin seuraavalla toimintatuokio kerralla.

Molli-tuokiot aloitettiin aina samalla tavalla, alkulaululla. Alkulaulun tarkoituksena on aloittaa tuokio ja rauhoittaa lapset tilanteeseen. Se on merkki tuokion aloittamisesta ja osoittaa lapselle, että häneltä edellytetään sen hetkisessä tilanteessa mm. toiminnan mukaan tulemistä, keskittymistä, tarkkaavaisuuden suuntaamista toimintaan ja oman toiminnan hallintaan. Lauluksi valikoitui laulu, jonka lapset ovat aikaisemmin jo kuulleet ja sanoituksen sanoma sisältyy esikouluikäisten lasten kehitysvaiheeseen liittyvään ystäväsuhteiden rakentamiseen ja vuorovaikutukseen. Nämä osa-alueet ovat merkityksellisiä lasten tunnetaitojen kehittämisessä. Esikouluikäisten lasten ystävyyssuhteiden tärkeydestä ja merkityksestä on kuvattu aiemmin tässä raportissa kappaleessa tunteiden kehittyminen.

Alkulaulun jälkeen on luettu kirjaa. Kirjan luvussa on edetty yksiaukeama kerrallaan niin, että aukeama määrittelee tuokion sisällön. Kirjan jokaisella aukeamalla on havaittavissa jokin tunne tarinan sisällöstä. Tämä tunne määrittelee kyseisessä Molli-tuokiossa käsiteltävää tunnetta sekä siihen liittyviä leikkejä ja muita toimintoja. Esimerkkinä kirjan ensimmäisellä aukeamalla voidaan havaita uteliaisuuden tunnetta. Molli-tuokiolla luettuaan aukeamalla oleva tarinan osan jälkeen käydään keskustelua esiintyneestä tunteesta. Keskustelussa voidaan käyttää apuna avoimia kysymyksiä, jotka antavat lapselle mahdollisuuden vastata omien tuntemusten ja kokemusten mukaisesti. Tällöin merkitykselliseksi nousee lapsen oma näkemys tunteesta ja sen esiintyvyydestä. Viitaten Kerolan ym. toteamaan tunteiden konkretisoimisen merkityksestä on keskustelujen yhteydessä nimetty tunteita ja tuotu niitä esille konkreettisesti esimerkiksi kuvien, esineiden ja arkitilanteissa esiintyvien esimerkkien avulla. Kuvaesimerkkejä on nähtävissä tämän raporttiosion liitteissä sekä menetelmäkansion loppuosassa.

Tunnekuvia apuna käyttäen on esimerkiksi mietitty mikä tunne esiintyy tarinan osassa, miltä tunne tuntuu, missä tunne tuntuu, olenko kokenut vastaavaa tunnetta sekä miten tilanteesta voi selvitä? Keskustelun yhteydessä lapset pyrkivät osallistumaan keskusteluun mahdollisuuksien mukaan. Keskustelun apuna lapsilla oli käytössä erilaisia tunne- ja tilanne kuvia tukemassa lapsen kerrontaa, muistia ja tunteen hahmottamista.

Tuokioita arvioitaessa saattoi havaita, että jos tunne oli lapselle tuttu, oli hänen helppo keskustella aiheesta ja tällöin hänen oli myös mahdollista hallita oman kehontoiminta sekä suunnata tarkkaavaisuutensa kyseessä olevaan asiaan. Mutta, jos kyseessä oli lapselle vieraampi tunne, näkyi tämä helposti lapsen kehon motorisessa toiminnassa niin, että lapsi haki normaalia enemmän liikeaistimuksen tuntemuksia mm. heilumalla puolelta toiselle ja vaihtamalla usein asentoa. Tällaisessa tilanteessa joku lapsista keksi liioitella tai hauskuutella asioilla, joka sai helposti myös muut ryhmän jäsenet mukaan hauskutteluun. Tämä esiintyi helposti siinä vaiheessa, kun kävimme keskustelua siitä missä tunne tuntuu. Tässä kohtaa jokaiselle lapselle on oma kehokuvan kuva-alusta, johon heidän tulisi laittaa hymiökuvat sille kohtaa kehoa missä lapsen mielestä kyseinen tunne tuntuu. Esimerkiksi jos keskustelimme tunteesta uteliaisuus ja kysymyksenä on missä tunne tuntuu. Saattoi joku lapsista laittaa hymynaaman kuvan kehon intiimialueen kohdalle ja tehdä tilanteesta hauskan. Tällöin kyseiset lapset ei yleensä myöskään osallistunut varsinaiseen keskusteluun vaan huomio kiinnittyi omaan toimintaan. Kun taas havainnoimalla voidaan havaita tunteet, jotka olivat lapsille tuttuja, osallistuivat lapset ahkerasti keskusteluun, eikä heillä esiintynyt tarvetta hauskuutella tilanteissa tai muuten kiinnittää huomiota muihin ympärillä oleviin asioihin.

Esikouluikäiset lapset osaavat jo nimetä perustunteita (ilo, suru, viha ja pelko), joita hän voi hyödyntää ollessaan vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Tässä ikävaiheessa lapselle on kehittynyt myös empatia kyky ja hän voi olla hyvinkin huomaavainen toisia kohtaan. (MLL 2017.)

Molli-tuokio leikkeihin on valikoitu leikkejä, jotka tukevat ystävyysuhteiden rakentumista, oman kehon tunnistamista sekä tunteiden nimeämistä ja tunnistamista. Tuokioilla käytettyjä leikkejä on kirjattu menetelmäkansioon satukirjojen yhteyteen leikki ideoiksi. Leikit on koottu lapsuudessa opituista leikeistä,

työssä kohdatuista leikkitahtumista sekä itse keksimistä leikeistä. Leikkejä on muokattu tunnetaitoja vahvistavaksi leikeiksi. Leikkien alkuperäisyyttä on tässä opinnäytetyössä haasteellista osoittaa, koska nämä koostuvat vuosien varrelta kerätyistä leikkikokemuksista ja laululeikeistä joita on mukailtu tunnekasvatukseen sopivaksi.

Ensimmäisellä Molli-tuokiolla käsitelimme tunteen ”utelaisuus” rinnalla myös aisteja. Tällöin pohdimme, millaisia eri aisteja ihmisellä on sekä missä ja miten niitä käytämme. Toimintavälineenä käytössä olivat aistipurkit (6 purkkia), jotka sisälsivät eri aisteja aktivoivia materiaaleja (Näkö: pienet led-valot, Kuulo: kili-kello, Maku: sipsiä, Haju: tuoretta lakritsaa, Tunto: Play Doh muovailuvahaa, Ajattelu: rasian pohjalla on pohtivan Aku Ankan kuva). Ajattelu ei sinänsä ole aisti toiminto mutta tässä tuokiossa se on haluttu liittää aistitoimintojen yhteyteen hahmottaakseen lapsille ajattelun merkityksen toiminnassa ja oppimisessa. Tämän tarkoituksena on viestittää lapsille ajattelun liittyvän vahvasti oman kehon ja tunteiden hallintaan. Kuten kappaleessa tunteet, on Puolimatkan (2010) todettu mainitsevan eri tutkimusteorioiden perusteella tunteiden olevan sisäisesti koettuja tuntemuksia. Tällöin tunteet voidaan kokea tuntemuksina kehossa, jotka esiintyvät ihmisen käytöksessä. Kun lapsi tulee tietoiseksi omasta kehostaan ja tunteiden kokemisestaan, on hänellä mahdollisuus oppia vaikuttamaan omien tunteiden hallintaan sekä säätelemään omaa kehoaan ja käytöstään.

Oheessa joitakin esimerkkejä Molli-tuokioissa käytettävistä leikeistä ja niiden tavoitteista. Ensimmäisellä Molli-tuokiolla on käytetty, kosketa kaveria- ja etsitään ystävä leikkejä. (Menetelmäkansio 2017, 19, 36.) Näissä leikeissä lapset ovat kosketuksessa toisiinsa. Leikit tukevat mm. aistitoimintojen – ja kehon hahmottamisen lisäksi ystävyys suhteiden rakentumista. Leikeillä tuetaan myös keskustelujen myötä tunteiden ja tuntemusten nimeämistä ja hahmottamista. Satukirjan toisen aukeaman mukaisessa tunteessa ”utelaisuus/jännitys” leikkinä leikittiin vahtikoira-leikkiä sekä tunteiden kim-leikkiä. Näissä leikeissä voidaan kuvata uteliaisuuden ja jännityksen tunteita esimerkiksi siinä vaiheessa, kun vahtikoira etsii kelloaan tai kun Kim-leikissä halutaan onnistua oikean tunteen löytymisessä. Satukirjan viidennellä aukeamalla voidaan havaita yksinäisyyden tunnetta. Täällä Leikiksi on valikoitunut mitä tiedät ystävästäni-leikki.

Jotta leikeistä saadaan tunnetaitoja vahvistavia leikkejä, tulee aikuisen olla tietoinen leikin tarkoituksesta sekä sen tavoitteesta. On tärkeää, että leikin aikana sanoitetaan tunteita ja tuodaan lapsille esimerkkejä erilaisista arjentilanteista. Tällöin voidaan kartuttaa lapsen tunnesanavarastoa ja mielikuvitusta sekä muutoin vahvistaa tunnetaitojen kehittymistä.

Loppuloron tarkoituksena on rauhoittaa lapset tuokion päätökseen. Näiden Molli-tuokioiden loppuloruksi valikoitui loru ”Ollaan kavereita jookos”. Lorusssa riimitellään ystävistä ja sen tärkeydestä. Esikouluikäiselle sanaleikit, riimitelyt ja lorut ovat mieluisia. Näiden avulla voidaan myös käsitellä erilaisia tunteita ja pohtia lorujen sanomaa. Lorusssa mainitaan yhteisestä piparin syömisestä, joka johdatteli myös Molli-tuokiot päättymään yhteiseen pipari hetkeen. Ruoka herättää tunteita, tämän tutun toteamuksen myötä myös tässä piparin tarkoituksena on luoda hyvinolontunne lapsille Molli-tuokion päätteeksi.

LOPPULORU

*Ollaan kavereita jookos,
olla ananas ja kookos,
olla rypäle ja rusina
syödään pipareita tusina.
Olet mulle tosi tärkeä,
ei kukaan saa sydäntäsi särkeä.*

Havainnot toimintatuokioista

Menetelmäkansion esitestaamisvaiheen toimintatuokiot on kuvattu videokameralla havainnointia varten. Tuokioiden videokuvaamiseen on saatu lupa lasten vanhemmilta. Tuokioiden videokuvaaminen on esitestaamisvaiheen oleellinen apuväline työskennellessään yksin opinnäytetyön parissa. Tämä mahdollistaa tuokioiden täysipainoisen ohjaamisen ja osallistumisen. Havainnointi pohjautuu teoreettiseen viitekehykseen ja opinnäytetyön tavoitteisiin, jotka määrittelevät mitä havainnoidaan ja miksi havainnoidaan. Havainnoinnin tarkoituksena on antaa tietoa toiminnan sujuvuudesta sekä menetelmän kehittämisestä.

Videokameran läsnäolo voi provosoida joidenkin lasten epätavallista käyttäytymistä. Toisaalta, kun lapset tulevat tietoisiksi kuvaamisesta ja sen tarkoituk-

sesta ja toimintatuokion sisältö on rakennettu lasta kiinnostavaksi, on hänen helppo unohtaa hetkeksi videokameran läsnäolo. Näissä Molli-tuokioissa videokamera on asetettu aina samaan paikkaan ennen toimintatuokion alkamista. Tämä antaa lapsille tietoisuuden kameran läsnäolosta mutta, koska kameraa ei käsitellä toiminnan aikana ei se myöskään herätä kiinnostusta enempää ja antaa lapsille rauhan keskittyä tuokiossa käsiteltäviin asioihin.

Tuotteen viimeistely

Tuotteen valmistuessa eri vaiheiden jälkeen, voidaan käynnistää tuotteen viimeistely vaihe. Tässä vaiheessa voidaan vielä tarkentaa tuotteen yksityiskoh-
tia ja tekemään tarvittavia parannuksia. (Jämsä & Manninen 2000, 80.) Tavoitteenani oli luoda menetelmäkansio, joka tavoittaisi mahdollisimman monta aikuista, joka on kiinnostunut lasten tunnetaidoista ja niiden kehittämisen tukemisesta. Menetelmäkansion mahdollisuudesta saada laajaan käyttötarkoitukseen vaatii se markkinointia ja tuotteenesittelyä. Nyt tämän prosessin aikana menetelmäkansio on ollut nähtävillä ja esitettävänä Etelä-Savon alueen neljässä päiväkodissa ja yhdessä ryhmäperhepäiväkodissa sekä muutamilla yksittäisillä henkilöillä tutustuttavana.

Menetelmäkansion sisällön on koottu ikävaiheittain eteneväksi kokonaisuudeksi, rajaten tämän kuitenkin varhaiskasvatus ikäisiin lapsiin kohdistuvaksi sekä tunteisiin ja tunnetaitoja tukevaksi materiaaliksi. Menetelmäkansion on pyritty rakentamaan selkeäksi ja helppolukuiseksi, jota voisi käyttää sellaisenaan. Opinnäytetyön raporttiosuuden tarkoituksena on täydentää menetelmäkansion sisältöä niin, että menetelmäkansio ei ole riippuvainen raporttiosuudesta. Raporttiosuudesta voi kuitenkin saada lisäinfoa eri ikäkausiin liittyvistä kehitysvaiheista. Menetelmäkansion helppolukuisuutta on huomioitu käyttämällä satukirjoissa värillisiä mallikuvia, teksteissä erikokoisia fontteja, kappalejakoja ja kursivointia. Hyvällä havainnollistamisella oli pyrkimyksenä myös tehdä menetelmäkansiosta kiinnostava ja houkutteleva. Saamani palautteen mukaan ainakin näillä tahoilla, jotka menetelmäkansiota kokeilivat ja tarkaste-
livat, kokemus oli positiivinen.

10 POHDINTA

Menetelmäkansion kehittäminen, toimintatuokion toteuttaminen kaikkine velvoitteineen ja raporttiosuuden tuottaminen on ollut melko suuri kokonaisuus. Työn etenemistä ja sujuvuutta helpotti kuitenkin jo työelämästä saavutettu kokemus varhaiskasvatustyöstä ja sen periaatteista. Toiminnan ohjauksesta ja siihen liittyvästä suunnitelmallisuudesta, raportoinnista ja havainnoinnista on kertynyt myös kokemusta työelämästä. Haastavimmaksi osuudeksi osoittautui raporttiosuuden kokoaminen.

Toimintatuokioita toteuttaessa ja havainnoidessa voidaan todeta, että toimiesamme lasten kanssa on tärkeää, että meillä on erilaisia toimintavälineitä ja menetelmiä, joita voidaan hyödyntää lasten kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin tukemisessa. Lapset tarvitsevat monipuolista, kokonaisvaltaista, fyysistä ja psyykkistä aktiviteettia, jotta he voisivat kehittyä tasapainoisesti. Kasvatustehävä on vaativaa ja haastavaa mikäli pyrkimyksenä on saavuttaa tasapainoinen ja hyvinvoiva lapsi. Kaikesta huolimatta lapsen kanssa toimiminen on antoisa, rikastuttava, kasvattava ja iloinen tapahtuma ihmisen elämänkaaressa.

Teoreettiseen viitekehykseen perehtyessä on havaittavissa, että saduilla voidaan tukea lapsen kielenkehittymistä ja sanavaraston lisääntymistä, sosiaalisia taitoja, minäkuvan rakentumista ja oman kehon hahmottamista ja tuntemista. Näillä toiminnoilla voidaan tukea kokonaisvaltaisesti lapsen kasvua ja kehitystä. Lapsen kokonaisvaltainen kasvun ja kehityksen ymmärtäminen on merkittävässä roolissa silloin, kun halutaan tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä ja rakentaa hyvinvointia.

Esikouluikäinen lapsi kykenee nimeämään perustunteita sekä hahmottamaan tuntemukset omassa kehossaan. Vaikeudet tunteiden hallitsemisessa ja niiden säätelyssä voi johtaa aggressiiviseen käyttäytymiseen, joka näkyy lapsen vaikeutena hallita voimankäyttöä, äänenkäyttöä, tunnereaktioita tilanteissa joissa hän kokee esim. epätasa-arvoa.

Molli-tuokioita varten valmistettu pehmohahmo osoittautui lasten suosikiksi. Pehmohahmo oli mukana kaikilla tuokioilla ja lapset saivat pitää sitä sylissä, rapsutella tai silitellä tuokion aikana. Pehmohahmosta tulikin yksi ryhmän jä-

sen. Lapset halusivat käyttää pehmohahmoa kotonaan ja kertoa hahmosta oman perheen jäsenille halutessaan. Pehmohahmo selkeästi motivoi lapsia tuokiolla tunteiden käsittelemiseen ja niistä puhumiseen. Lapsen oli helppo siirtää omat tunteet pehmohahmontunteiksi ja antaa tälle vinkkejä, kuinka voisi toimia hankalassa tilanteessa.

Molliryhmän lapset keskustelivat mielellään tunteista. Lapset joille asia oli verbaalisella tasolla uusi tai vähän vieraampi, pystyivät ymmärtämään asian antamani esimerkin kautta. Verbaalisuudella tarkoitetaan joko puhuttua tai kirjoitettua sanallista viestintää. Esimerkit lapsille annoin omista kokemistani tilanteista, jotka ovat herättäneet minussa kyseisiä tunteita. Tämä herätti lapsissa kovaa keskustelua ja välillä ihmettelyä ”voiko aikuistakin pelottaa?”, ”voiko aikuinen haluta leikkiä lasten leluilla?”

Menetelmäkansioista saatu suullinen palaute on ollut hyvin positiivista ja ihmiset ovat olleet erittäin tyytyväisiä menetelmäkansion toimintaideaan sekä käyttötarkoitukseen. Monet kertovat yllättyneensä tästä ideasta. He kertoivat olevansa tietoisia kaupallisilla markkinoilla olevista menetelmistä, mutta he eivät olleet tulleet ajatelleeksikaan, että tunnetaitojen tukemista voisi toteuttaa myös tällä menetelmäkansion mukaisella periaatteella. Kaiken kaikkiaan minulle jäi kokemus, että menetelmäkansio luo varhaiskasvatukseen uusia ideoita toteuttaa tunnekasvatusta lapsille. Toivon idean saavuttavan myös muita lasten kanssa toimivia alkuisia ja tuovan heille iloa ja ideoita lasten tunnetaitojen vahvistamiseen.

Luotettavuuden näkökulmasta tämän opinnäytetyön toiminnallisen osuuden esitestaaminen jäi hyvin suppeaksi, koska päiväkodit joissa menetelmäkansio on ollut tarkasteltavana eivät ole voineet ottaa kansion sisältöä käyttöön arkisten toimintojen ohelle. Toiminnallisen osuuden esitestausta ja siitä syntyvät havainnot ja arviot jäivät vain oma kohtaisiksi. Menetelmäkansion kirjallisten palautteiden saaminen jäi myös suullisen palautteen tasolle. Suulliset palautteet ovat olleet sitä, että idea on hyvä, aihe tärkeä ja ajankohtainen. Ihmiset ovat esittäneet halukkuutta saada menetelmäkansio omaan käyttöön mahdollisimman pian. Nämä ovat tietysti ristiriidassa sen käytännön kokemuksen kanssa jolloin menetelmäkansio on ollut ihmisten käsillä jo esitestaussvaiheessa. Toi-

saalta tämän menetelmäkansion markkinointia ja esittelyä oli voinut tehostaa enemmän.

Jatkokehittämisen aiheena tuli mieleen tunneleikkien kokoaminen yhtenäiseksi kirjaksi tai oppaaksi. Tällä voitaisiin helpottaa tunnekasvatukseen liittyvien toimintatuokioiden suunnittelua ja toteuttamista. Toisena aiheena voisi olla tutkimuksellinen opinnäytetyö, jossa tutkimuksellisenä aiheena olisi lasten satukirjojen käyttövaikutukset tunnekasvatuksessa.

LÄHTEET

Asento-, liike- ja tasapainoistit vuorovaikutuksessa 2017.PDF-tiedosto. Saatavilla: <http://papunet.net/tietoa/asento-liike-ja-tasapainoistit-vuorovaikutuksessa> [viitattu 12.4.2017]

Bettelheim, B. 1984. Satujen lumous, merkitys ja arvo. Porvoo: WSOY.

Cacciatore, R. 2008. Kiukkukirja, Aggressio kasvattajan käsikirja- vaivasta kouluikään. Helsinki: Priimuspaino Oy.

Heikkilä-Halttunen, P. 2015. Lue lapselle! Opas lasten kirjallisuus kasvatukseen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy

Hujala, E. & Turja, L 2011. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Huotilainen, M., Peltonen, L. 2017. Tunne aivosi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Hämäläinen, H., Laine, M., Aaltonen, O., Revonsuo, A 2006. Mieli ja aivot, Kognitiivisen neurotieteen oppikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. WWW-dokumentti. Saatavilla: <http://oppimateriaalit.jamk.fi/oppimiskasitykset/oppimiskasitykset/humanistinen-kokemuksellinen-oppiminen/>. [viitattu 11.3.2017]

Jämsä, K. & Manninen, E. 2000. Osaamisen tuotteistaminen Sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.

Keltikangas, L. 2001. Tunne itsesi, suomalainen. Kolmas panos. Helsinki: WSOY.

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

Kemppinen, P. 2000. Lasten ja nuorten tunne-elämän häiriöt. Vantaa: Kannustusvalmennus P. & K. Oy.

Kerola, K., Kujanpää, S. & Kallio, A. 2016. Tunnetaitoja oppi harjoittelemalla. Tunteesta tunteeseen, ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin. [WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen/tunnetaitoja_oppii_harjoittelemalla](http://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen/tunnetaitoja_oppii_harjoittelemalla). Ei päivitystietoa. [viitattu 31.1.2017]

- Kietäväinen, T. 2017. Kirjastojen rooli elinvoimaisessa kunnassa. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://vaikuttavuus.kirjastot.fi/esipuhe.html#.WPNRn7glGW8>. [viitattu: 16.4.2017]
- Kokkonen, M., 2010. Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Laine, K. 2005 Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. Keuruu: Otavan painopaikka.
- Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2014.
- Lummelahti, L. 2001. Yksilöllinen esiopetus. Helsinki: Tammi.
- Marjamäki, E., Kosonen, S., Törrönen, S., Hannukkala, M. 2015. Lapsen mieli Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. 2 painos. Tampere: Juvenes Print.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017. Tietokulma. Lapsen kasvu ja kehitys, aineistot. PDF-tiedosto. Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/aineistot/ [viitattu 30.4.2017]
- MIELI. Suomen mielenterveysseura 2017. Tunnetaitojen perusteet. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunnetaitojen-perusteet> [viitattu 13.4.2017]
- Nurmiranta, H. Leppämäki, P. Horppu, S. 2009. Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.
- Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Pajulo, M., Salo, S., Pyykkönen, N. 2015. Mentalisaatio ihmistä suojaavana tekijänä. *Duodecim* 7, 1050-1057.
- Papunet 2017. Tietoa vuorovaikutuksesta. PDF-tiedosto. Saatavissa: papunet.net/tietoa/fileadmin/muut/vuorovaikutus/Vuorovaikutus_110609.pdf [viitattu 14.4.2017]
- Puolimatka, T. 2011. Kasvatus, arvot ja tunteet. Toinen painos. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Peltonen, A., Kullberg-Piilola, T. 2005. Tunnemuksu, tunnetaitoja perheille ja kasvattajille. Helsinki: Lasten Keskus.

Rusanen, E. 2011. Hoiva, Kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Oy Finn Lectura Ab

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016. Hyvinvointi ja terveyserot. WWW-dokumentti. Päivitetty 21.4.2016. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/elamankulku/lapset-ja-perheet> [viitattu 16.10.2016]

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014. Ajankohtaista. WWW-dokumentti. Päivitetty 12.9.2014. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/-/lapsiperheiden-hyvinvointi-2014-lasten-oikeudet-toteutuvat-suomessa-vain-osittain> [viitattu 16.10.2016]

Tiainen, T., Välimäki, V. 2015. Lukuja liikkuen, tavuja touhuten. Toinen painos. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Ylönen, H. 2000. Loihditut linnut. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Tammi

Varhaiskasvatuslaki 36/1973. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>. [viitattu 16.10.2016]

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016. PDF-tiedosto. Saatavissa: www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf [viitattu 15.4.2017]

Vilka, H., Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. 1-2 painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

TUNNEBOXI

Tunneboxi on tarvikkekokoelma, jota voidaan helposti käyttää toimintatuokioiden tukena. Tähän kokoon esimerkkejä tarvikkeista, joita voidaan tunneboxiin kerätä. Tavoitteena on kerätä sopivan kokoiseen kannelliseen laatikkoon tai kansioon tarvikkeita, jotka ovat monikäyttöisiä, helposti saatavilla ja eivätkä vaadi erillistä koulutusta tai suuria kustannuksia käyttäjälle.

Tunnekuvat



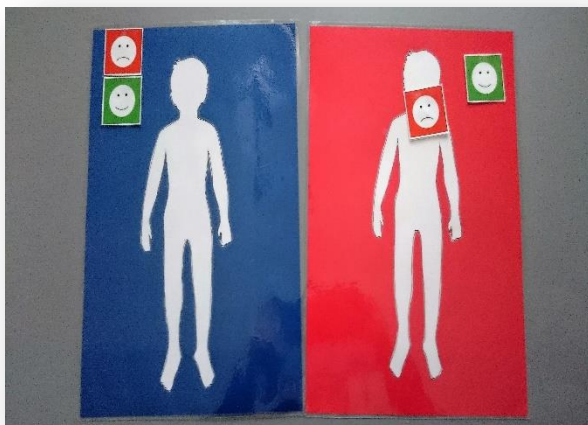
Tunnekuvina voidaan käyttää esim. lehdistä leikattuja kasvojen ilmekuvia tai tulostaa Papunetin kuvatyökalu -ohjelmasta erilaisia kasvo- ja tunnekuvia. Nämä kuvat on leikattu aikakauslehdistä, liimattu kartongille ja lopuksi laminoitu, jotta ne kestävät lasten käsittelyä. Laminoinnin voi korvata kontaktimuovilla.

Tilannekuvia



Tilannekuvina voidaan käyttää esim. lehdistä leikattuja kuvia, joissa esiintyy erilaisia arkisia tapahtumia. Tärkeää on, että kuvissa on nähtävissä selkeitä tilanteisiin liittyviä ilmeitä ja tunnetiloja. Nämä kuvat on leikattu aikakauslehdistä, liimattu kartongille ja lopuksi laminoitu, jotta ne kestävät lasten käsittelyä. Laminoinnin voi korvata kontaktimuovilla.

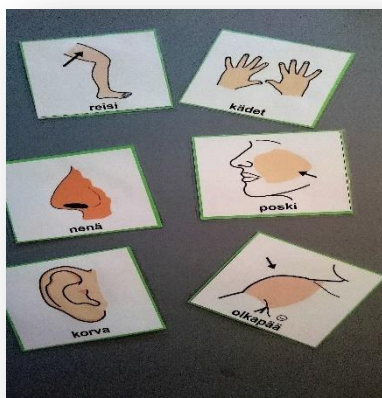
Kokokehonkuva



Kokokehonkuvan voit myös löytää lehdistä, vanhoista koulukirjoista, väritys- ja tehtäväkirjoista tai papunetistä hakusanalla "vartalo". Nämä kehonkuvat olen valmistanut samalla periaatteella kuin tunnekuvat ja tilannekuvat. Ilmekuvat olen tulostanut papunetistä hakusanalla "hyvä ja huono". Ilmekuvan lapsi voi asettaa siihen kohtaan kehoa,

jossa hän tunnistaa keskustelujen yhteydessä käytyä tunnetta omassa kehossaan.

kehonosa- ja kosketuskuvat

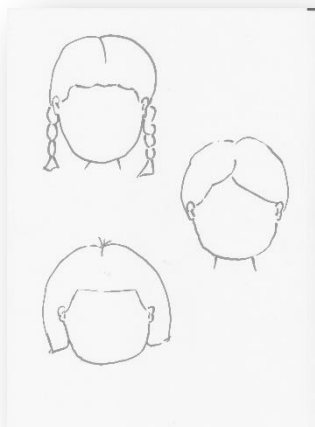


Kehonosakuvat olen tulostanut papunetin kuvatyökalusivulta.

Kosketuskuvat olen tulostanut papunetin kuvatyökalusivulta.



kasvokuvat



Voit piirtää tyhjälle paperille kasvoja, joilla ei ole vielä ilmeitä. Tällöin lapset voivat itse piirtää kasvoille ilmeitä keskustelun aiheena olleesta tunteesta.



Tunnustelupussi



Tunnustelupussi on valmistettu kangaspalasta, joka on ommeltu pussinmuotoon. Tunnustelupussia voidaan käyttää moniin eri tarkoituksiin, kuten esim. esineiden tunnusteluun, jolloin aktivoidaan tuntoaistia. Pussiin voidaan kerätä myös erilaisia ääniä tuottavia esineitä, joita tunnustellaan pussin päältä, kokeillaan ääntä ja arvataan mistä esineestä on kyse.

Tunnenoppa



Tunnenoppa on valmistettu kahdesta litran maitopurkin pohjasta. Mittaa maitopurkin pohjasta 7 cm purkin yläosaan. Merkkää ja leikkaa pohja irti 7cm:n korkeudelta pohjasta. Seuraavaksi aseta maitopurkit sisäkkäin niin, että avonaiset/ leikatut päät tulevat vastakkain. Näin saat kuution valmiiksi. Kuution voit päällystää paperilla tai maalata askartelumaalilla. Tulosta esim. papunetistä tunnekuvia, jotka liimaat kuution sivuille. Tunnenoppa on valmis.

Peili

Peilin avulla lapsi voi tutustua kasvoihinsa, ilmeisiinsä ja rakentaa omaa minäkuvaansa yhdessä aistien ja tunnetaitojen kehittämisen kanssa. Peiliksi riittää käsipeili, joka mahtuu lapsen käteen ja jota hän jaksaa itse kannatella. Peilin voi ostaa päivittäistavarakaupasta.

Kello

Helistin tai muu kello, jota voidaan käyttää kuuloaistin aktivoimisessa.

Taskulamppu

Taskulamppu näköaistin aktivoimiseen.

Purkit



Purkit voi valmistaa esim. pienistä jogurtti-juomapurkeista tai pienistä pringelspurkeista. Purkeista voidaan tehdä esim. tuoksupurkkeja laittamalla purkkien sisälle erilaisia mausteita tai ruoka-aineita jotka poistetaan leikin jälkeen pilaantumisen estämiseksi. Samanlaisia purkkeja voidaan käyttää äänipurkkien valmistamiseen, jolloin purkkien sisälle laitetaan pieniä esineitä jotka tuottavat selkeän äänen.

Pumpulipallot



Pumpulipalloja voidaan käyttää hyvin monipuolisesti tunnetaitoja tukevien leikkien ja toimintojen yhteydessä. Pumpulipalloja voidaan käyttää mm. aistien aktivoimiseen piilottelemalla ja koskettelamalla lasta eri kehonosissa tai musiikkimaalauksessa yhtenä maalausvälineenä jolloin jälki on erilainen kuin pensselillä maalatessa. Tällöin voidaan aktivoida esimerkiksi tuntoaistia, kun pumpulipallolla käden motoriikka ja maalausote ovat erilaiset kuin pensselillä maalatessa, sa-

moin tuntoaistimus on erilainen, kun pumpulipallo kastuu. Pumpulipallosta syntyvä maalausjälki on myös, joka puolestaan aktivoi näköaistimusta.

Pehmohahmo



Pehmohahmon tarkoituksena on luoda toimintatuokioille rauhallinen ja rentouttava ilmapiiri. Tämän tehtävänä oli myös huomioida toimintatuokioiden aikana jokaisen lapsen yksilöllinen osallisuus jakamalla puheenvuoroja ja antamalla lapselle mahdollisuus osoittaa omia tunteitaan.

Piparirasia



Ruoka herättää tunteita, tämän tutun toteamuksen myötä myös tähän menetelmäkansioon kootun tunneboxin sisältöön on otettu mukaan lapsille tarjottava herkkupala. Piparin tarkoituksena on luoda hyvinolontunne lapsille toimintatuokion päätteeksi. Tämä on ehdottoman vapaaehtoista ja sovellettavissa oleva elementti. Herkkupala ei ole oleellinen osa tätä menetelmäkansion kokonaisuutta, vaan yksi lisä elementti herättämään tunteita ja antamaan tunnekokemuksia toimintatuokioista.

Aistipurkit



Aistipurkkeihin on koottu erilaisia aisteja aktivoivia materiaaleja. Aistipurkkien tavoitteena on tukea aistien hahmottamista ja niiden toiminnan merkitystä arkipäiväisissä tilanteissa. Aistien avulla saamme tietoa ympäristöstämme ja rakennamme päätelmiä erilaisista tilanteista. Tähän tunneboxiin on koottu aistipurkki materiaaleiksi näköaistille pienet led-valot, kuuloaistille kilikello, makuaistille sipsiä, hajuaistille tuoretta lakritsaa, tuntoaistille Play Doh muovailuvahaa, Ajatteluun rasian pohjalla on Aku Ankan kuva.

Mitä mulle vastaat?

Mitä mulle vastaat ystäväni, jos
sua suoraan silmiin katsoisin.
Minä kierrän pientä ympyrääni,
lähtisitkö kanssain jonnekkin?

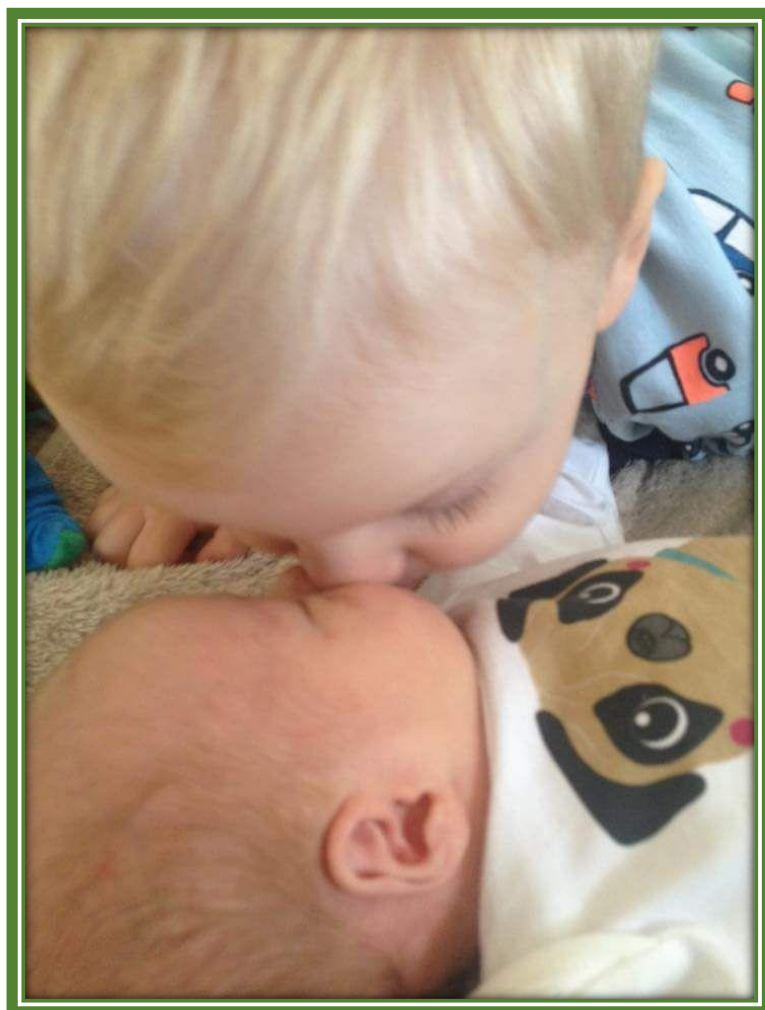
„, Tietysti ja tottakai, vastaan
sulle näin: Sinun kanssas lähtisin
mä vaikka väärinpäin. „,

Mitä mulle vastaat ystäväni, jos
sua suoraan silmiin katsoisin.
Minä kierrän pientä ympyrääni,
lähtisitkö kanssain kaupunkiin?

„, Tietysti ja tottakai, vastaan
sulle näin: sinun kanssas lähtisin
mä vaikka väärinpäin.„,

Mitä mulle vastaat
ystäväni, jos sua suo-
raan silmiin katsoisin.
Minä kierrän pientä
ympyrääni, lähtisitkö
kanssain tanssihin?

„, Tietysti ja tottakai,
vastaan sulle näin: si-
nun kanssas lähtisin
mä vaikka väärinpäin.„,



RUNO KAVERUUDESTA

Ollaan kavereita jookos,
ollaan ananas ja kookos,
ollaan rypäle ja rusina
syödään pipareita tusina
olet mulle tosi tärkeä
ei kukaan saa sydäntäsi särkeä.

Eppu Nuotio



Hei.

Olet saanut sosionomiopintoihini liittyvä opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden tuotoksen. Tuotos on menetelmäkansio, jonka tarkoituksena on tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä satukirjojen ja leikkituokioiden avulla. Tunnetaidot ovat meidän päivittäisessä käytössämme tietoisella ja tiedostamattomalla tasolla. Ne ovat osa sosiaalista käyttäytymistämme ja ohjaavat osaltaan tekojamme ja päätöksiämme, ajatuksiamme ja unelmiamme. Ne ilmenevät mm. vuorovaikutus tilanteissa. Tunnetaitoja opitaan kokemusten ja esimerkkien kautta. Vastuu lapsen tunnekasvatuksesta on vanhempien lisäksi kaikilla lasten kanssa tekemisissä olevilla aikuisilla. Lapsi opettelee tunneilmaisua päivittäisissä toiminnoissaan, leikeissään ja vertaisryhmissään. Tunnetaidot vaikuttavat ihmisen hyvinvointiin. Hyvät tunnetaidot parantavat sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja lisäävät ikätovereiden hyväksyntää. Ne vaikuttavat mm. empatiakykyyn, kouluasuoriutumiseen, terveyteen ja myöhemmin aikuisiällä päihteiden käyttöön. Näin ollen hyvät tunnetaidot voivat toimia suojaavanatekijänä sosiaalista syrjäytymistä vastaan.

Toivoisin sinulta kommenttia tai mielipidettä oppaan toimivuudesta ja käyttökelpoisuudesta. Olisin iloinen, jos vastaisit näihin alla oleviin kysymyksiin.

1. Mitä mieltä olet menetelmäkansion ulkoasusta ja sisällöstä?
2. Voitko hyödyntää kansion sisältöä toimiessasi lasten kanssa?
3. Millaisena koet lastenkirja valikoiman? (Onko kirjoja liikaa, vastaavatko kirjat tarkoitusta?)
4. Ovatko leikit selkeitä ja ymmärrettäviä?
5. Voitko suositella menetelmäkansion käyttöä toisillekin?
6. Mitä haluaisit muuttaa oppaassa?

Hei.

Sinulla on edessäsi sosionomiopintoihini liittyvä opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden tuotos. Toiminnallisen opinnäytetyöni tavoitteena on tuottaa opas, jolla voidaan tukea pienten lasten tunnetaitoja satukirjoja ja tarinoita hyödyntäen. Tunnetaidot ovat meidän päivittäisessä käytössämme tietoisella ja tiedostamattomalla tasolla. Ne ovat osa sosiaalista käyttäytymistämme ja ohjaavat osaltaan tekojamme ja päätöksiämme, ajatuksiamme ja unelmiamme. Ne ilmenevät mm. vuorovaikutus tilanteissa. Tunnetaitoja opitaan kokemusten ja esimerkkien kautta. Vastuu lapsen tunnekasvatuksesta on vanhempien lisäksi kaikilla lasten kanssa tekemisissä olevilla aikuisilla. Lapsi opettelee tunneilmaisua päivittäisissä toiminnoissaan, leikeissään ja vertaisryhmissään. Tunnetaidot vaikuttavat ihmisen hyvinvointiin. Hyvät tunnetaidot parantavat sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja lisäävät ikätovereiden hyväksyntää. Ne vaikuttavat mm. empatiakykyyn, kouluasuoriutumiseen, terveyteen ja myöhemmin aikuisiällä päihteiden käyttöön. Näin ollen hyvät tunnetaidot voivat toimia suojaavanatekijänä sosiaalista syrjäytymistä vastaan.

Toivoisin sinulta kommenttia tai mielipidettä oppaan toimivuudesta ja käyttökelpoisuudesta. Olisin iloinen, jos vastaisit näihin alla oleviin kysymyksiin.

7. Mitä mieltä olet oppaan ulkoasusta ja sisällöstä?

8. Voitko hyödyntää opasta toimiessasi lasten kanssa?

9. Mitä haluaisit muuttaa oppaassa?

Kiitos vastauksistasi!

Susanna Qvick

TUNNEKASVATUSTA YHDESSÄOLON HETKILLÄ



Susanna Qvick 2017

SISÄLLYS

1	ALLE 1 -VUOTIAIDEN LASTEN TUNNETAITOJEN TUKEMINEN.	5
1.1	Alle 1 -vuotiaalle satukirjoja ja tunnekasvatusleikkejä.....	6
2	1–3 -VUOTIAIDEN LASTEN TUNNETAIDOT	9
2.1	1–3 -vuotiaalle satukirjoja ja tunnekasvatusta tukevia leikkejä.....	10
3	3–5 -VUOTIAIDEN LASTEN TUNNETAIDOT	19
3.1	3–5 -vuotiaalle satukirjoja ja tunnekasvatusta tukevia leikkejä.....	20
4	YLI 5 -VUOTIAIDEN LASTEN TUNNEKASVATUKSEN TUKEMINEN.....	29
4.1	yli 5 -vuotiaalle satukirjoja ja tunnekasvatusleikkejä	30
5	TUNNEBOXI.....	50
	LÄHTEET.....	57

KUVALUETTELO

Kuva 1 Tangram

LIITTEET

Liite 1. Tunteiden vuosiympyrä

JOHDANTO

Tämä menetelmäkansio on muodostunut sosionomiopintojen opinnäytetyön tuloksena keväällä 2017. Menetelmäkansion tarkoituksena on herättää ideoita ja ajatuksia lasten tunnetaitojen tukemiseen satukirjojen avulla. Kansio sisältää joitakin varhaiskasvatusikäisten lasten satukirjoja sekä leikki- ja toimintaideoita, joilla voidaan tukea lasten tunne-elämän kehittymistä. Menetelmäkansio on tarkoitettu kaikille lasten kanssa toimiville aikuisille, joilla on halu tukea lasten tunne-elämän kehittymistä. Kansion tavoitteet ja tarkoitus korostuvat opinnäytetyön raporttiosuuden teoreettisessa viitekehyksessä.

Pienten lasten kasvatuksessa arjen tilanteet ovat tärkeitä kasvatuksellisia tilanteita, joita on hyvä käyttää hyödyksi aikuisen ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteen rakentamiseen. Arjessa tapahtuva tunnekasvatus on merkityksellistä, koska tällöin kohdataan paljon erilaisia tilanteita, joissa voidaan saavuttaa tunnekokemuksia. Varhaisessa vauvavaiheessa luodaan jo pohja tunnetaidoille, jotka kehittyvät vuorovaikutuksessa lapsen ja aikuisen välillä.

Tähän menetelmäkansioon olen koonnut erilaisia kirjaideoita lasten kirjoista, joita voidaan hyödyntää lasten tunnetaitojen tukemisessa ja tunnetuokioiden yhteydessä. Ilokseni olen havainnut, että meillä on saatavilla mm. kirjastoissa todella paljon erilaisia lastenkirjoja, joita voidaan hyödyntää lasten hyvän ja turvallisen kasvun ja kehityksen tukemisessa. Lastenkirjoilla, saduilla ja tarinoilla voidaan tukea mm. lapsen hyvän minäkuvan ja itsetunnon kehittymistä, kehon hahmottamista, aistien ja tunteiden tunnistamista. Näillä voidaan tukea lasten tunnetaitojen, vuorovaikutuksen ja sosiaalisten taitojen kehittymistä, jotka taas tukevat lapsen turvallista hyvää kasvua ja kehitystä aikuisuuteen ja hyvään elämänhallintaan.

Toivon, että saavuttaisitte tämän menetelmäkansion avulla uusia erilaisia yhdessäolon kokemuksia lapsenne kanssa ja että nämä kokemukset lähentäisivät teitä ja vahvistaisivat lapsen ja aikuisen välistä kiintymyssuhdetta.

1 MENETELMÄKANSION LÄHTÖKOHDAT

Menetelmäkansion aihe on muodostunut omasta kiinnostuksestani lasten tunne-elämäntaitojen tukemiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen sekä yksilön minäkäsityksen muodostumiseen ja sen vaikutuksesta hyvinvoinnille. Kiinnostukseni aiheeseen on kehittynyt vuosien saatossa työskennellessäni päivähoitossa. Tutkimusten mukaan lasten ja lapsiperheiden hyvinvointi on heikentynyt ja vaikuttaa merkittävästi lasten kasvuun ja kehitykseen. Omien havaintojeni mukaan

lasten tunnetaidot jäävät usein arkisten toimintojen varjoon. Tämän vuoksi heräsi ajatus lisätä esimerkiksi varhaiskasvatuksen ja lapsiperheiden arkisiin toimintoihin syvällisyyttä tunnekasvatuksen osalta. Arkisten rutiinien sisältöä voidaan vahvistaa pedagogisella suunnittelulla ja toiminnalla mm. niin, että lasten lukuhetkille valitaan tietoisesti lasten kirjoja, jotka tukevat ryhmässä olevien lasten kehitystä ja käsittelevät tunnetaitoja tukevia asioita. Aiheet voivat kulkea ryhmätoiminnan tai muun arkitoiminnan mukana useamman viikonkin ajan ja sadusta saatuja aiheita voidaan liittää lasten arkitoimintoihin kuten esimerkiksi leikkeihin, lauluihin, liikuntatuokioihin. Varhaiskasvatuksessa pedagogiikalla tarkoitetaan tietoista toimintaa lapsen kasvatuksen, oppimisen ja hyvinvoinnin toteuttamisessa.

Kasvatustehtävässä aikuisen on tärkeää ohjata lapsia tuntemaan itsensä, omat vahvuutensa ja oman kehonsa hahmottaminen sekä kehon rajojen tunnistaminen. Kun ihminen tulee tietoiseksi omasta itsestään, on hänen helpompi hallita ja kontrolloida itseään ja näin vaikuttaa parhaiten omaan hyvinvointiin. Jo varhain lapsi on kykenevä tutustumaan itseensä ja 4–6 vuotias osaa tehdä päätöksiä ja valintoja oman hyvän olon saavuttamiseksi. Kun lapsi tulee tietoiseksi itsestään ja omasta kehostaan, hän alkaa tehdä itseään ja hyvään oloonsa koskevia päätöksiä, joiden avulla vahvistuu samalla hänen hyvinvointinsa ja elämänlaatu paranee. Tämä johtaa hyvinvoivaan aikuisuuteen ja työllistymiseen sekä muutoin elämässä pärjäämiseen. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2016 määritellään varhaiskasvatuksen tehtäväksi mm. vahvistaa lasten hyvinvointiin ja turvallisuuteen liittyviä taitoja, auttaa lasta tunteiden ilmaisussa ja niiden säätelyssä sekä oppimisessa ja tunnetaitojen vahvistamisessa.

1 ALLE 1 VUOTIAIDEN LASTEN TUNNETAITOJEN TUKEMINEN.

Ensimmäisen elinvuoden aikana lapsi opettelee läheisyyttä ja hän on avuton tunteidensa ja tuntemuksiensa kanssa. Hän tarvitsee tunteidensa hallintaan aikuisen apua. Aikuinen rauhoittaa lasta ja osoittaa lapselle, että kaikki on hyvin pitämällä tätä sylissä ja puhumalla rauhallisesti. Herkkinä tunne- ja itsetunnonkehityksen alkuvaiheina vauva tarvitsee jaksavia, sitoutuneita ja pysyviä ihmissuhteita. (Cacciatore 2008, 48–49.)

Alle yksi vuotiaan tunnetaitoja voidaan tukea rakentamalla hyvää turvallista kiintymyssuhdetta ja vuorovaikutussuhdetta vauvaan. Kiintymyssuhde on kahden ihmisen välinen tunneside, joka kehittyy vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa. Aikuisen tehtävänä on rakentaa Kiintymyssuhde vauvaan. Hyvä vuorovaikutus syntyy, kun aikuinen ymmärtää vauvan ilmaisemat tunteet ja reagoi niihin. Vuorovaikutus rakentuu päivittäisissä arjen tilanteissa, joissa lapsi kokee tulleensa rakastetuksi ja arvostetuksi. (Salo & Tuomi 2008, 9.)

Jotta vauva voi kokea kaikkia tunteita ja turvallisuutta, hän tarvitsee sylissä pitoa, puhumista, laulua ja loruttelua. Fyysinen läheisyys ja katsekontaktit ovat tärkeitä lapsen itsetunnon kehitykselle. Erityisesti kosketuksella on suuri merkitys tunteiden hallinnassa, itsesäätelyssä ja itsetunnon kehityksessä. Ensimmäisen elinvuoden aikana lapsi oppii myös tulkitsemaan toisten ilmeitä ja tunnistaa niistä joitakin tunteita, kuten vihan, pelon, ilon ja surun. Hän oppii tunnistamaan tunteita myös äänensävyistä ja kosketuksesta. (Cacciatore 2008, 48–51). Ensimmäisen ikävuoden aikana syntynyt turvallisuudentunne heijastuu myöhempiin elämänvaiheisiin. Lapsi kokee jo ensimmäisien elinkuukausien aikana eri aistien välityksellä voimakkaasti sen turvan, jonka häntä hoitava aikuinen hänelle antaa. (Jarasto & Sinervo 1997, 28.)

Pienen vauvan leikkipaikka on aikuisen sylissä, jolloin parasta leikkiä vauvalle on silloin, kun aikuinen on vuorovaikutuksessa vauvan kanssa. Vuorovaikutustilanteet muodostuvat tavallisista hoitotilanteista ja yhteisistä hetkistä, joissa aikuinen silittelee, pajaa ja hellii vauvaa sekä loruttelee, juttelee ja lauleskelee vauvalle. Nämä päivittäiset hoitotilanteet ja yhteiset leikkihetket, joissa tapahtuu vuorovaikutusta aikuisen ja vauvan välillä, voidaan katsoa olevan tunnetaitoja tukevia tilanteita. Vauva nauttii nähdessään aikuisen kasvot ja ilmeet sekä tuntiessaan aikuisen hellän ja rauhallisen kosketuksen.

Aistien avulla vauva pystyy erittelemään ja ymmärtämään ympäristöään. Vauva reagoi erilaisiin aistiärsykkeisiin kokonaisvaltaisesti sen mukaan, kuinka voimakkaita tunteita ne herättävät hänessä. Vauva aistii aikuisen ja kodin tunneilmapiiriä. (MLL 2017.) Koska ihmisten väliset vuorovaikutustilanteet perustuvat aistien välityksellä välittyviin tunteisiin ja kokemuksiin, on tärkeää, että vauvan aistitoimintoja huomioidaan aikuisen ja vauvan välisissä vuorovaikutustilanteissa.

1.1 Alle 1 vuotiaalle satukirjoja ja tunnekasvatusleikkejä.

Tammen **Koti ja Koulu** -kirjasarja on suomalaisten lastentarhanopettajien ja opettajien tekemä pedagoginen kirjasarja. Näiden lastenkirjojen avulla voidaan tukea lasten oman kehon ja aistitoimintojen hahmottamista sekä vahvistaa itsetunnon kehittymistä. Kirjoissa on suuret selkeät kuvat ja vahvat värit, jotka herättävät pienen lapsen kiinnostuksen ja motivoivat lasta oppimaan. Kirjojen aukeamilla on lorun, tarinan tai pienen laulun lisäksi leikkivinkkejä, joita aikuinen voi toteuttaa pienen vauvan kanssa kirjaa lukiessa tai muissa yhdessäolon hetkissä.



Syli -kirjasarja on tarkoitettu 0–2 vuotiaalle vauvoille. Leikkiohjeiden avulla viritetään aisteja ja tutkitaan maailmaa yhdessä. Sarjan kirjoilla tuetaan varhaisen vuorovaikutuksen kehittämistä. (Pertamo, K. 2010).

Syli -kirjasarjan kirjoja: Lapsosen lähellä, Lapsosen leikit, Lapsosen loruja, Loruttele sylitellen.



Vaukirja -sarja sisältää paljon erilaisia lastenkirjoja. Sandviks kirjakauppa tarjoaa myös tukea vanhemmuuteen Vau.fi verkkopalvelussa. Vaukirja.fi auttaa lapsia ja vanhempia kehittymään yhdessä. (Sandviks kirjakauppa 2016.) Kultaseni kirjassa todetaan, että lapset, joille on luettu kirjoja jo heti syntymästä lähtien, ymmärtävät sanoja enemmän yhden vuoden ikäisenä kuin lapset, joille ei ole luettu kirjoja (Kultaseni 2015).

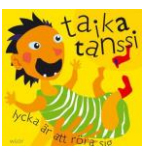
Kultaseni kirja on laaja kokoelma loruja, tarinoita, lauluja ja riimejä. Kirjassa on yli 70 kuvitettua sivua, joissa on paljon katseltavaa, luettavaa ja tekemistä lapselle ja aikuiselle yhdessä.

Pikku Eetu -kirjasarjan kirjoja: Missä on Eetun nenä, Kukkuluuruu, tule esiin, Hei, nähdään taas, Eetu osaa -osaatko sinäkin, aurinko ja sade, 1,2,3, Eetun eläinkirja, Haleja ja suukkoja, Miltä tämä tuntuu, ym. Pikku Eetu

-kirjasarjan avulla voidaan viettää mukavia, rauhallisia yhdessäolon hetkiä aikuisen ja lapsen kanssa. Kirjoissa on lapsen kiinnostusta herättäviä kuvia ja kurkistusluukkuja. Kirjan kuvasivujen avulla voidaan käydä keskustelua arkisista asioista sekä nimetä lapsen arkeen liittyviä asioita. Kirjasarja vahvistaa mm. lapsen sanavarastoa, vuorovaikutustaitoja sekä kiintymyssuhdetta aikuiseen.



Isokokoinen luukkukirja **Haleja ja suukkoja** sopii hyvin vuorovaikutuksen vahvistamiseen. Kirjaa lukiessa voidaan leikkiä kuurupiilola lapsen kanssa.



Taikatanssi tukee vauvan motorista kehitystä ja varhaista vuorovaikutusta. Kuvien muodot ja värit tarjoavat vauvalle hauskaa ja haastavaa katseltavaa. Kuvat on erityisesti suunniteltu vauvaa kiinnostaviksi, perustuen vauvan näköutkimukseen ja kehityspsykologiaan. Kirjan teksti kannustaa aikuista liikkumaan vauvan kanssa. Lisää

tietoa Raisa Cacciatoren vauvakirjoista löydät linkistä <http://www.raisacacciatore.fi/38>



Oppi & Ilo on monipuolinen tietoa ja taitoa kehittävä tuotesarja lapsille. Sarja perustuu lapsen tekemiseen, viihtymiseen ja oivaltamiseen. Vauvan kanssa -kirja on ollut vuoden 2015 äitiyspakkauksen kirja. Kirjassa on jokaisella aukeamalla iso selkeä kuva vauvan katseltavaksi, loruja aikuisen luettavaksi sekä vinkkejä vauvan kosketukseen ja vuorovaikutukseen.



Oppi & Ilo verkkokaupassa on saatavilla Vauvan kanssa

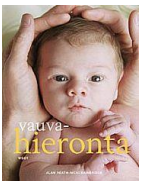
-puuhakortit, joissa on lapsen luontaisia kehitysvaiheita tukevaa puuhaa ja vinkkejä kaikille aisteille sekä kehontuntemuksen vahvistamiselle ja puheenkehitykselle. Oppi & Ilo -tuotteita löydät linkistä <https://verkkokauppa.oppijailo.fi/vauvakirjat/331/dg>

VAUVAHIERONTA

Vauvan hoitotilanteissa ja muissa yhteisissä hetkissä voi silitellä ja paijata vauvaa, vauvahieronnan tavoin. Hieronta ja koskettelu tuottavat vauvalle mielihyvän tunnetta sekä auttaa häntä hahmottamaan oman kehonsa ääriviivat.

Vauvahieronta rauhoittaa ja tuottaa mielihyvää vauvalle ja aikuiselle sekä vahvistaa heidän välistä vuorovaikutussuhdetta. Vauvahieronnassa on tärkeää huomioida, että liikkeet tehdään oikein, riittävän hitaasti ja rauhallisesti. Vauvahieronta perustuu kosketukseen, jonka tulee olla koko kämmenen laajuinen, varmaotteinen sekä tasaista, rytmikästä sivelyä. (Roiha & Saarijärvi 2012, 10.) Vauva nauttii kosketusta ja ääntä yhdistävistä leikeistä. Asettuessasi vauvaa kasvotusten ja ollessasi ilmeikäs äänellä ja ilmeillä voit herättää vauvan kiinnostuksen. (Salo & Tuomi 2008, 36.)

Lisää tietoa vauvahieronnasta voit katsoa mm. täältä <https://www.youtube.com/watch?v=XTB1pP30dsg>



Vauvahieronta vahvistaa lapsen ja vanhemman välistä sidettä erilaisilla hierontatekniikoilla. Vauvahieronta-kirja opettaa havainnollisesti helpot perusliikkeet, joilla lapsi voidaan hieroa päästä varpasiin. Vauvahieronnan aikana voidaan lauleskella ja lorutella vauvalle vahvistaen samalla vuorovaikutustaitoja.

TÄMÄ PIKKU POSSU

Vauva voi olla joko lattialla, hoitoalustalla tai sylissä aikuisen lorutuksessa. Silittle vauvan varpaita vuoron perään kevyellä pinsettiotteella aloittaen pottivarpaasta. Tullessasi lorun viimeiselle lauseelle voit "kävellä" sormenpäillä vauvan jalkaa pitkin ylöspäin, kohti keskivartaloa.

*Tämä pikku possu meni ostamaan ruokaa
Tämä pikku possu sanoi "syökää ja juokaa
Tämä pikku possu huusi "perunoita tuokaa"
Tämä pikku possu nälissänsä huokaa
Tämä pikku possu itkee suruisasti ui, ui, ui
koko matkan kotiin asti*

METROLLA MUMMOLAAN

*Limpsin, lampsin jalkapatikalla, patikalla juu.
(Vauva istuu sylissä)
Köröttelen, köröttelen kymppin ratikalla, ratikalla juu.
(nostele polvia ylös vuorotellen)
Limpsin, lampsin jalkapatikalla, patikalla juu.
Köröttelen, köröttelen kymppin ratikalla, ratikalla juu.
Soitan kelloa, painan nappia, (Kosketa vauvaa nenästä ja mahasta)
tällä pysäkillä pois. (Nosta vauvan kädet ylös)
Liukuportailta metroon (liu'uta vauva jalkojasi pitkin jalkapöydälle)
ja metrolla mummolaan. (Vauva istuu jalkapöydillä, nosta jalkojasi ylös ja alas)*

TONTTU KIERTÄÄ KARTANOAA

*Tonttu kiertää kartanoa (piirretään ympyrä vauvan kasvojen ympärille)
Tonttu kiertää kartanoa (piirretään ympyrä vastakkaiseen suuntaan)
Tirkistelee, kurkistelee (piirretään ympyrä vauvan silmien ympärille vuorotellen)
Kuulostelee, kuulostelee (silitetään vauvan korvanlehtiä)
Soittaa kelloa (painetaan kevyesti vauvan nenää)
Pyyhkii jalkansa (pyyhittää vauvan nenän alta)
ja astuu sisään (piirretään ympyrä vauvan suun ympärille)*

2 1–3 VUOTIAIDEN LASTEN TUNNETAIDOT

Tässä ikävaiheessa lasten tunteet voivat vaihdella nopeastikin ja hän ilmaisee niitä voimakkaasti. Lapsi alkaa osoittaa tunteenpurkauksiaan mm. tilanteissa, joissa aikuinen joutuu rajoittamaan häntä. (MLL 2016.) Hän ei osaa vielä kuitenkaan hallita suruaan, pettymystään ja pelästyy helposti erilaisia asioita. Lapsi on avuton omien tunteiden hallinnassaan. Tunteenpurkaukset ovat kuitenkin välttämätön osa lapsen kehitystä. Sen avulla lapsi irtautuu pienin askelin vanhemmistaan. (Cacciatore 2008, 46–52.) Vaikeiden tunteiden jakaminen ja hyväksytyksi tuleminen lapsen ollessa kiukkuinen ovat tärkeitä kokemuksia lapselle. Lapsen mahdollisuus saada lohtua ja syyliä kiukkuisena ollessaan antaa lapselle tunteen, että hän on vanhemmille rakas kiukkuisenakin. Lapsella pitää olla lupa tunteisiin. (MLL 2016.)

Kolmen vuoden paikkeilla lapsen aivoissa kehittyvät voimakkaiden tunteiden alueet. Tällöin lapsi toimii enemmän tunnelähtöisesti kuin järkipäisesti. Lapsi tarvitsee tällöin aggressiokasvatusta, jolloin lasta rajoitetaan ja osoitetaan millä tavoin puoliaan saa pitää. (Cacciatore 2008, 56.) 1–3 vuotiaan tunnetaitoja voidaan tukea parhaiten ymmärtämällä lapsen tunteita ja opettaa lasta tunnistamaan omia tunteitaan sanoittamalla niitä hänelle mm. ”Sinä pelästyt kovaa ääntä. Mikä siellä paukahti niin kovasti?” (MLL 2016.) Lapsi oppii tunnetaitoja mallittamalla vanhempiaan. Lapsi tarvitsee aikuisen apua tunteidensa hallintaan. Lohdutus ja toiminnan ohjaaminen toisaalle auttavat myös lasta hillitsemään tunteen purkaustaan. (Cacciatore 2008, 52–57.)

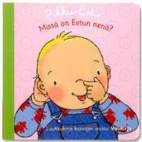
1–3 vuotiaiden lasten tunnetaitojen tukemiseen voidaan käyttää samoja lasten kirjoja kuin alle 1 vuotiaidenkin kanssa. Pienelle lapselle on tärkeää saada olla aikuisen lähellä ja sylissä. Pieni lapsi nauttii kuullessaan aikuisen äänen ja mallittaa kuulemiaan sanoja. 1–3 vuotias kerää tietoa edelleen aistihavaintojen kautta (Jarasto & Sinervo 1997,33). Pienten lasten tunnetaitojen tukeminen rakentuu laululeikkien ja loruttelujen muodossa. Lapsille voidaan lukea tunneaiheisia satuja ja näistä voidaan rakentaa pöytä- ja nukketeatteria sekä näytelmiä. Lapsen ikä huomioon ottaen voidaan lapsia myös osallistuttaa mm. näihin draaman keinoin järjestettäviin leikkituokioihin.

Pienen lapsen tunnetaitoja voidaan tukea ihan arkisissa tilanteissa kuten esimerkiksi pukemis- ja leikitilanteissa tai vaipanvaihdon yhteydessä, ruokaillessa sekä illan rauhoittumisen aikana. Erillisiä järjestettyjä ja ennalta suunniteltuja toimintatuokioita ei vielä välttämättä tarvita. Päivähoidon toimintasuunnitelmaan sisältyvät etukäteen suunnitellut tuokiot mutta kotioloissa se ei ole tarpeellista. Tärkeintä on, että aikuinen ymmärtää leikin ja tunnetaitojen merkityksen lapsen kasvussa. Tällöin aikuinen voi ottaa päivittäiseksi toimintatavaksi lorutella, lauleskella ja leikitellä lapsen kanssa.

2.1 1–3 vuotiaalle satukirjoja ja tunnekasvatusta tukevia leikkejä

Tunnekasvatusta tukevia leikkejä voidaan leikkiä pienten lasten kanssa erilaisten arkiaskareiden lomassa. Laululeikit ja lorut ovat pienille lapsille mieluinen tapa oppia erilaisia asioita. Alla esimerkkejä lasten kirjoista ja niihin soveltuvista leikeistä. Lapsen saavuttua lähemmäksi kolmea ikävuotta voidaan lapsen ikä ja kehitystaso huomioon ottaen valita lastenkirjoista jo haastavampiakin kirjoja, esimerkiksi kirjoja joissa on pieni tarina ja sanoma.

Pikku-Eetu -kirjasarja tukee mm. lapsen sanavaraston kertymistä, tuttujen arjen tilanteiden tunnistamista ja isot, vahvat kurkistusluukut motivoivat lasta lukemaan kirjaa uudestaan ja uudestaan. Osoita lapselle kuvia ja niiden yksityiskohtia. Nimeä kuvista asioita ja esineitä, juttele lapselle kuvien tapahtumista sekä peilaa tapahtumia lapsen omaan elämään.



Kirjassa Pikku-Eetu, Missä on Eetun nenä, Eetu menee piiloon erilaisten esineiden taakse. Lapsen kurkisteltaessa luukuista hän löytää Eetun silmät, nenän, suun ja korvat. Kirjan lukemisen lomassa on kiva etsiä myös omaa nenää ja suuta.

PIIOLEIKKI

Pienen lapsen kanssa leikitään piiloleikkiä niin, että aikuinen menee piiloon esimerkiksi nurkan taakse ja alkaa kutsua lasta nimellä. Aikuinen voi sanoittaa vielä muita piiloleikkiin sopivia lauseita esimerkiksi "Rico, missä äiti on? Äiti on piilossa! Ei näy...!" Kun lapsi tulee aikuisen ääntä kohti voi hän löytää aikuisen helpommin. Kun lapsi löytää aikuisen, ollaan iloisia ja hurrataan, keuhutaan lasta. Aikuinen voi sanoittaa lapselle "Täällä äiti on, äiti löytyi!" ja leikki jatkuu niin, että aikuinen menee uudestaan piiloon. Tässä leikissä on tärkeää, että aikuinen on helposti löydettävissä, eikä lapsen etsimisen aika saa kestää liian kauan. Aikuisen piilot voivat olla lapsen iästä ja kehitystasosta riippuen korkeintaan yhden kulman takana. Mitä pienempi lapsi on kyseessä, sitä lähempänä aikuisen tulee olla lasta.

Leikkiä voidaan leikkiä niinkin, että aikuinen menee piiloon esim. oven taakse ja sanoittaa lapselle "Missä Rico on?" aikuinen kurkistaa piilostaan ja sanoittaa "Siellä Rico on..." Tällöin lapsi alkaa oivaltaa piiloutumisen merkityksen ja opettelee itsekin piiloutumaan ja kurkistamaan.

SILMÄ, NENÄ, SUU...

Silitellään kevyesti lorun mukaisia keho-osia. Viimeisen lauseen kohdalla halataan ja suukotellaan lasta.

Silmä, silmä, nenä, suu... poski, poski, leukaluu.

Käsi, käsi, massu ja napa... jalka, jalka ja varpaat!

Silmä, silmä, nenä, suu... siunua äiti/isä rakastuu!

TUNTOLEIKKI

Lapsi istuu lattialla tai aikuisen sylissä. Pyydä lasta laittamaan silmät kiinni. Aikuinen koskettaa lasta pehmeällä pumpulipallolla ja pyytää lasta kertomaan tai osoittamaan sormellaan mihin aikuinen kosketti lasta pumpulipallolla.

Leikkiä voidaan leikkiä niinkin, että aikuinen piilottaa pumpulipallon johonkin lapsen kehoosaan tai vaatteiden alle, kuitenkin niin, että lapsella on mahdollisuus löytää pumpulipallo. Leikkiä voidaan leikkiä

useamman lapsen kanssa lapsia osallistamalla niin, että lapset asettuvat pareittain, joista toinen sulkee silmät ja toinen koskettaa tai piilottaa pumpulipallon lapsen keholla.



Mikäs ääni tuo oli? on kirja lapselle tutuista inhimillisistä äänistä. Kirjassa pikkupossu röyhtäisee, norsunpoika aivastaa, krokotiilivauva viheltää... Kirjan avulla voidaan aktivoida lapsen kuuloaistia ja saada häntä kiinnostumaan erilaisten äänien tuottamisesta ja niiden kuulemisesta. Kirjan tekstityksen on suomeksi riimitellyt Ritva

Brander.

ÄÄNIPURKIT

Valmistellaan äänipurkit esimerkiksi pienistä jogurttijuomapurkeista tai muusta vastaavista pienikokoisista purkeista, joihin saa hyvin kiinni pysyvän kannen. Purkit voidaan koristella päältäpäin esim. värillisellä paperilla. Laita valmiiden purkkien sisään erilaisia esineitä joista saadaan erilaisia ääniä aikaan esimerkiksi kulkunen, pieni pallo, kivi, riisiä, herneitä...

Äänipurkeista voidaan tehdä myös muistipeli niin, että tehdään samanlaisia purkkeja kaksi kappaletta. Muistipeliä pelataan perinteisen muistipelin tavoin mutta parit etsitään ravistelemalla purkkeja ja muistelemalla missä oli saman ääninen purkki.

PÄÄTTELE ÄÄNEN PERUSTEELLA

Annetaan lapsille 1–2 äänipurkkia. Asetetaan vastaavanlaiset äänipurkit toiselle puolelle huonetta. Lapset hakevat omaan äänipurkkiin sopivan äänipurkin sovitulla liikkumistavalla (kierimällä, korppaamalla, kuperkeikoilla, jne.) ja vertaavat ääniä ravistamalla niitä. Jos äänet ovat samat, lapsi voi pitää purkit, mutta jos äänet ovat erilaiset palautetaan purkki ja otetaan uusi niin kauan kuin omat äänipurkit löytyvät. Leikki päättyy, kun kaikki ovat löytäneet omat äänipurkkinsa.



Kirjassa **Mikä ÄÄNI tuo on?** Tomi etsii siskoansa Liisaa. Seuraa tarinan mukaan ääniä ja auta Tomia löytämään Liisa. Kirjassa on äänipaneeli, jonka nappeja painamalla kuulet erilaisia kehon ääniä. Tarina ja äänet kiehtovat lapsia ja innostavat lasta uudelleen ja uudelleen tarinan äärelle. Kirjan avulla voidaan aktivoida kuuloaistia ja pohtia kehonääniä sekä kokeilla niitä itsekin.

KUULEN ÄÄNEN

Lapset istuvat lattialla silmät suljettuna. Aikuinen tuottaa erilaisia ääniä eripuolelta huonetta. Lasten tulee osoittaa kädellään suuntaan, josta kuulee äänen tulevan ja kertovat minkä esineen tai soittimen äänen kuuli. Lasten silmät voidaan myös peittää liinalla. Äänen tuottamiseen voidaan valita mitä tahansa esineitä joista saadaan selkeä ääni aikaiseksi. Esineinä voidaan käyttää esim. sählypalloa, tennispalloa, saksia, silkkipaperia, kulkusia, jne.

TIPPUVAT ESINEET

Lapset istuvat piiriin selkä keskustaan päin. Aikuinen seisoo keskellä ja pudottaa lattialle esineen. Piirissä istujien tulee arvata äänen perusteella, mikä esine pudotettiin. Isompien lasten kanssa voidaan pudottaa useampi esine peräkkäin, jolloin lapsen tulee muistella äänen perusteella missä järjestyksessä esineet pudotettiin.



Mistä tuo haju lähtee? -kirja kertoo erilaisista hajuista ja ohjaa pohtimaan, mistä hajut tulevat? Kirja on hauska tekstitetty ja aukeamalla olevat kurkistusluukut innostavat lasta kurkkimaan ja tutkimaan erilaisia asioita. Sadun avulla voidaan tutustua hajuaistiin ja leikkien avulla voidaan aktivoida omaa hajuaistia.

HYVÄ VAI PAHA?

Valmistetaan tuoksupurkit. Asetetaan pöydälle 4–7 purkkia. Laitetaan purkkeihin hyvän tuoksuisia asioita (piparia, lakritsaa, hajuvettä, minttua, eukalyptusta) ja pahalle tuoksuvia asioita (likainen sukka, vahva pesuaine, voimakas mauste). Lapset saavat haistaa hajuja vuorotellen silmät suljettuina ja arvata mitä purkissa on. Sitten keskustellaan siitä mikä oli hyvän tuoksuinen ja mikä oli pahan tuoksuinen. Keskustellaan, myös omista lempituoksuista ja hajukokemuksista.

MYRKKYRUSINA

Laitetaan 10 rusinaa pöydän päälle. Valitaan rusinan metsästäjä. Rusinan metsästäjä sulkee silmänsä ja muut valitsevat sillä aikaa rusinoiden joukosta yhden rusinan, joka nimetään myrkkyrusinaksi. Tämän jälkeen rusinan metsästäjä saa avata silmänsä ja alkaa syödä rusinoita. Muut pelaajat laskevat ääneen metsästäjän syömät rusinat. Kun metsästäjä koskettaa valittua rusinaa, niin muut pelaajat huutavat yhteen ääneen "MYRKKYRUSINA!". Tällöin metsästäjä lopettaa rusinoiden syömisen ja palaa omalle paikalleen. Leikki voi alkaa uudestaan.

HAJU- JA MAKUAISTIEN TUNNUSTELEMINEN

Maistellaan ja haistellaan erilaisia ruoka-aineita. Nimetään ruoka-aineet sekä niiden herättämät makutunteukset. Keskustellaan miltä jokin maistuu suussa, miltä se tuntuu suussa. Keskustelussa voidaan käyttää tukeja tuntekuvia.



Kirjassa **Kani karkuteillä** Apila on perheensä pienin kaninpoikanen. Joskus hänestä tuntuu siltä, ettei kukaan huomaa sitä. Kani päättää etsiä uuden perheen. Pian Apila kuitenkin ymmärtää, että oma koti on kullan kallis. Kirjan eläimet on tehty kohokuvioiseksi ja silitettäviksi. Sadun yhteydessä lapset voivat kosketella eläimiä ja niiden pehmeää turkkia, joka puolestaan aktivoi lapsen tuntoaistia käsissä ja sormenpäissä.

KOSKETUS LEIKKI

Leikkiin otetaan kuvia kehonosista ja erilaista kosketustavoista. Laitetaan kuvat pöydälle tai lattialle kuvapuoli alaspäin erilleen toisistaan. Lapset ottavat vuorotellen kummastakin korteista yhden kortin ja kääntää ne oikein päin (Kortteihin on laitettu erisävyiset taustat esim. tummanvihreä ja vaalean

vihreä). Tämän jälkeen kaikkien lasten tulee koskettaa toista kortin osittamalla tavalla, kortin osoittamaan kehonosaan. sitten kortit palautetaan omille paikoilleen. Leikkiä jatketaan niin kauan, että kaikki ovat saaneet kääntää kortit.

Leikkiin voidaan ottaa mukaan musiikki ja vapaa kävely musiikin aikana. Kun musiikki lakkaa nostetaan kortit ja tehdään kosketus.

KOSKETUSPUSSI

Kerätään pussiin (esim. kangaspussiin) erilaisilta tuntuvia materiaaleja. Pussissa voi olla esim. erilaisia kangkaita (silkkiä, karvaa, samettia) tai esineitä (pikkuauto, pallo, pieni nalle) jne. Lapset voivat kosketella pussissa olevia esineitä ja asioita katsomatta pussin sisälle. Keskustellaan tuntemuksista ja lapsi voi arvailla mitä pussissa on. Lopuksi voidaan katsoa yhdessä mitä pussin sisältä löytyi.



Silitä ja paijaa pehmeitä eläimiä -kirjan pehmeät kosketuspinnat ja kontrastivärit kiehtovat pieniä lukijoita. Pehmomateriaalit herättävät uteliaisuuden. Värit helpottavat hahmottamisessa.

KIVEN KAATO

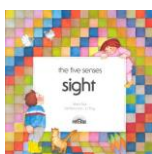
Lapset ovat pareittain. Toinen asettuu kortalleen (kivi) ja toinen asettuu viereen ja yrittää työntämällä tai vetämällä kaataa kiveä. Kun kaikki kivet on kaadettu, kannetaan tai muuten siirretään ne yhdessä sovittuun paikkaan esim. patjalle.

MATKIAPINA

Lapset näyttävät vuorotellen haluamiaan asentoja ja muut matkivat niitä. Apuna voidaan käyttää kehokuvia ja tunnekuvia. Verrataan omaa asentoa esittäjän asentoon ja korjataan tarvittaessa asento samanlaiseksi. Asentojen lisäksi voidaan käyttää myös ilmeitä.

VEDETÄÄN POIS

Laitetaan lattialle pieni alue (n. 1m x 1m) tai hulavaan. Lapset toimivat pareittain niin, että toinen asettuu rajatun alueen sisäpuolelle ja toinen ulkopuolelle. Ulkopuolella oleva alkaa vetää alueen sisäpuolella olevaa pois alueelta ja alueen sisäpuolella oleva pyrkii pysymään mahdollisimman pitkään alueellaan. Kun lapsi on saatu pois alueelta, vaihdetaan paikkoja.



Näkö on alle kouluikäisille tarkoitettu tietokirja, jossa on selkeät kuvat. Kirja sisältää jokaisella aukeamalla kuvan ja pienen lausekokonaisuuden näöstä. Kirjan avulla voidaan herättää ajatusta ja keskustelua siitä, mitä voidaan nähdä.

AISTIPURKIT

Edellä mainittuja purkkeja voidaan valmistaa myös muille aisteille. Näköaistille voidaan purkin pohjalle asettaa esineitä joita lapsen tulisi tunnistaa ja nimetä. Tällä herätellään näköaistin aktivoitumista.

Makuaistille voidaan asettaa erilaisia ruoka-aineita, jotka eivät sotke tai pilaannu helposti esimerkiksi, näkkileipä palanen, sokerin palanen, suolakeksin pala, jne. Tällöin herätellään makuaistin aktivoitumista. Hajuaistille voidaan laittaa purkkiin erilaisia mausteita, joita haistelemalla herätellään hajuaistin aktivoitumista. Tuntoaistille voidaan valita purkkeihin erilaisia kangasmateriaaleja esim. villaa, samettia, karvaa, pieni kylmägeelipussi, joka on juuri otettu kylmästä, hiekkapaperia, kynsiharja, jne. Vain mielikuvitus ja lapsen turvallisuuden huomioiminen ovat rajana.

OTA VALO KIINNI

Taskulampulla osoitetaan lattiaan niin, että lapsella on mahdollisuus nähdä se. Valoa liikutetaan rauhallisesti niin, että lapsi koettaa saada valon kiinni. Lapsen saadessa valon kiinni voidaan vaihtaa osia niin, että aikuinen yrittää ottaa kiinni lapsen osoittaman valon. Tällä voidaan vahvistaa näköaistia, katseen kohdistamista ja tarkkaavaisuutta.



Vauva ja ilmeet -kirja on pienille suunnattu ilmeiden ja tunteiden kuvaamista osoittava kurkistuskirja. Kirjasta voi nähdä ilmeiden ja tunteiden lisäksi monelle pienelle lapselle tuttuja leluja, joita voidaan nimetä kirjaa lukiessa.

OMA KUVA

Otetaan lapsista valokuvia erilaisissa arjen tilanteissa, joissa on nähtävissä lapsen omia ilmeitä. Kuvat voidaan laminoida tai päällystää kontaktimuovilla. Asetetaan kuvat lapsen silmien korkeudelle esimerkiksi seinälle, kaapin oveen tai paikkaan, josta lapsi voi ne ottaa aina halutessaan. Keskustellaan lapsen ilmeistä ja mahdollisesta tunnetilasta. Tässä ikävaiheessa aikuisen tulee sanoittaa lapselle erilaisia tunteita ja tunnetiloja, jotta lapsi oppii kuulemaan niitä ja tutustumaan niihin pikkuhiljaa.

MINUN JA TOISTEN TUNTEET

Lapsen silmien korkeudelle voidaan asettaa lasten ja aikuisten kasvokuvia perustunteista sekä lapsen omia kuvia erilaisissa tunnetiloissa. Perustunteita ovat ilo, suru, viha ja pelko. Ihän pienelle lapselle riittää tunteet ilo ja suru. Kasvokuvia voidaan leikata myös aikakausilehdistä ja laminoida tai päällystää kontaktimuovilla. Tällöin ne kestävät paremmin pienen lapsen käsittelyn. Keskustellaan lapsen kanssa ilmeistä ja tunteista.



Millainen minä? -kirja kertoo erilaisista tunteista ja tuntemuksista. Kirjassa on selkeät isot kuvat ja lyhyet lauseet tunteesta ja tuntemuksista. Kirjan avulla voidaan harjoitella tunteiden tunnistamista omassa kehossa.

TAIKAJÄLJET

Rasvataan lapsen jalkapohjat tai kämmenet käsivoiteella. Painetaan jäljet tummalle kartongille. Aikuinen "taikoo" jäljet esiin talkin avulla, sirottelemalla rasvajäljen päälle talkkia. Tarkastellaan yhdessä lopputulosta. Työ laitetaan paikkaan, josta lapsi voi nähdä sen ja palata muistelevaan työhön.

valmistamista. Lapsen kanssa voidaan samalla keskustella tunteista ”miltä rasva tuntui?”, ”miltä työn tekeminen tuntui?”, ”Miltä tuntui, kun yllätys paljastui?”.

KUKA MINÄ OLEN?

Keskustellaan lapsen kanssa hänestä itsestään. Lapsen kanssa katsellaan valokuvia hänestä itsestään, perheenjäsenistä sekä muista lapselle tärkeistä henkilöistä. Lapsen kanssa voidaan käydä keskustelua tämän omista tunteista, tunnekuvia apuna käyttäen. Aikuisen auttaa tarvittaessa lasta sanoittamaan tunteita ja tilanteita joissa lapsen tunteet esiintyvät esim. aikuinen voi kertoa lapselle ”Sinä olet aina iloinen, kun isi tulee kotiin”, ”Sinä et tykkää pukeutumisesta”, jne.



Arvaa kuka olen? -kirja on kasvatustieteen ammattilaisten ja kuvittajan yhteistyöllä valmistunut kirja. Kirjan avulla voidaan tukea lapsen kielen, tunteiden, mielikuvituksen ja keskittymiskyvyn kehittymistä.

KUKA SIELLÄ KURKISTAA?

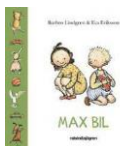
Asetetaan peilejä lapsen tasolle, jotta pieni lapsi voi katsella itseään peilin kautta. Aikuisen voi sanoittaa lapselle erilaisia ilmeitä ja näyttää omia ilmeitä peilin kautta. Lapsi yrittää matkia aikuisen ilmeitä. Pieni lapsi oppii uusia asioita tarkkailemalla muita ihmisiä ja jäljittelemällä muiden toimintoja.

ROOLILEIKKEJÄ

Lapset tykkäävät erilaisista roolileikeistä, joissa he voivat käyttää esimerkiksi erilaisia roolivaatteita. Roolileikeissä lapsi voi asettua toisen henkilön tai hahmon rooliin. Tämä mahdollistaa lapsen mielikuvituksen kehittymisen ja omien rajojen ylittämisen. Esimerkiksi kotileikissä lapsi voi toimia isänä tai äitinä, jolloin hänellä on mahdollisuus mallittaa omien vanhempien toimintaa, kuten arkisten asioiden suorittamista, toisen henkilön hallintaa, itse määräämistä, jne.

VAHTIKOIRA

Lapset istuvat piirissä. Yksi leikkijöistä valitaan ”vahtikoiraksi” piiriin keskelle. Vahtikoira menee kyyryyn ja sulkee silmänsä. Tällä välin joku lapsista valitaan kellon piilottajaksi ja kaikki lapset laittavat kädet selän taakse. Kun kello piilotettu (lapsi pitää kelloa selän takana niin, ettei vahtikoira sitä huomaa ja soittaa kelloa välillä) kaikki lapset lausuvat yhteen ääneen lorua ”vahtikoira, vahtikoira kellosi on kadonnut” Koira alkaa kiertää lapsia ringissä haukkuen jokaiselle leikkijälle vuorotellen. Kun koira tulee lapsen kohdalle ja haukkuu tällöin lapsi paljastaa käteensä. Hän, jolla kello on, on seuraava vahtikoira.



Oskari ja auto kertoo pienen tarinan Oskari-pojasta, joka harjoittelee jakamista ja omistamista. Oskarilla on auto, jolla hän on leikkimässä. Liisa, Oskarin ystävä, tulee paikalle ja haluaa myös leikkiä autolla. Oskari ei halua antaa autoa Liisalle ja syntyy riita.

SANOMALEHTISOTA

Revitään sanomalehtisivuja ja rutistetaan niistä palloja. Leikitään leikkiä lumisodan tavoin.

LEHTINYRKKEILY

Otetaan sanomalehtiä, joista otetaan sivut erilleen. Aikuisen pitää yhtä sivua/aukeamaa lapsen korkeudella käsiensä välissä tiukalla. Lapsi saa lyödä sivun keskelle kaikkiin voimiin kuitenkin niihin, ettei satuta ketään.



Kirjassa **Pahalla päällä** mäyrä herää aamulla ollessaan pahalla päällä. Mäyrä käyttäytyy epäkohteliaasti toisia kohtaan ja saa pahan mielen tarttumaan ystäviinsä. Oman kiukkunsa laannuttua mäyrä huomaa toisten olevan kiukkuisia. Mäyrä päättää korjata tilanteen.

PIKKUINEN MÖRÖTTÄJÄ

Leikkiä leikitään hajan tapaan. Valitaan yksi lapsi "Möröttäjäksi". Möröttäjä asetetaan huoneen reunalle "murjottamaan". Muut lapset liikkuvat rauhallisesti huoneessa. Aikuisen sanoo "Möröttäjä tulee", tällöin möröttäjä lähtee jahtaamaan toisia lapsia, jolloin toisten on juostava häntä karkuun. Kun Möröttäjä saa jonkun lapsista kiinni tulee tästä uusi Möröttäjä ja leikki alkaa uudestaan.

SANOMALEHTISADE

Tarvitaan pino sanomalehtiä. Aikuisen näyttää mallia, kuinka voidaan sanomalehtiä repiä pieniksi palasiksi ja annetaan niiden tippua lattialle. Kun sanomalehtiä on revitty riittävästi tai kun lapsi alkaa kyllästyä aloitetaan heittelemään sanomalehtisilppua ilmaan samalla huutaen "sadetta, sadetta". Lehtien heittelyn yhteydessä voidaan laulua myös laulua "lehdet lentää".



Sammakko on surullinen –kirjassa sammakko herää surullisena. Sammakko on niin surullinen, että haluaisi itkeä mutta hän ei tiedä syytä miksi hän on surullinen. Ystävät ovat huolissaan ja yrittävät ilahduttaa sammakkoa. Sadun avulla voidaan pohtia erilaisia tunteiden muutoksia ja tunteiden voimakkuutta.

LIKUTAAN TUNTEILLA

Tunteita voidaan ilmaista liikkuen ja elehtien. Leikki leikitään roolileikkinä niin, että roolihahmoina käytetään esimerkiksi eläinhahmoja tai kuvitteellisia hahmoja kuten pelottava mörkö, utelias pupu, pelokas hiiri, vahva karhu jne. Apuna voidaan käyttää erilaisia soittimia tai musiikkia sekä kuvia tunteista ja hahmoista.

MILTÄ TUNNE NÄYTTÄÄ

Lapset seisovat piirissä. Aikuisen nimeää tunteen ja lapset saavat ilmaista tunnetta kehollaan, omalla haluamallaan tavalla.

PEUKUTUS

Laitetaan tilannekuvia esille niin, että kaikkien on helppo nähdä ne. Aikuisen valitsee kuvista jonkun kuvan mutta ei kerro siitä lapsille. Sitten aikuisen alkaa kuvailemaan kuvan tapahtumaa, jolloin lasten tulee arvata mistä kuvasta on kyse. Tämän jälkeen nimetään yhdessä kuvan tunteita ja keskustellaan tilanteista, onko toiminta oikein vai väärin. Lapset ilmaisevat mielipiteensä nostamalla peukalon pystyyn tai laskemalla alas.

Laululeikkeinä voidaan pienten lasten kanssa leikkiä mm. seuraavia laululeikkejä:

- *Köro, köro kirkkoon*
- *Jumppalaulu (pää, olkapää...)*
- *Taputa (Fröbelin palikat)*
- *Kaikulaulu (Lattiaa mä tömistän...)*
- *Missä on peukalo*
- *Aistit (Fröbelin palikat)*
- *Soo soo sormet (Fröbelin palikat)*
- *Sormitaputus (Fröbelin palikat)*
- *Tanssivarpaat (Leikkitunti)*
- *Sormi on liinun laulupuu (Leikkitunti)*

Satuhieronta



Satuhieronta on Sanna Tuovisen kehittämä menetelmä, jossa yhdistyvät satujen kertominen, kosketus ja hieronta. Nämä ovat oleellisia asioita lapsen kasvun ja kehityksen kannalta. Satuhieronta on rentoutumista ja rauhoittumista, jonka avulla voidaan vahvistaa lapsen itsetuntemusta, motoriikkaa, sosiaalisia taitoja, lievittää stressiä sekä auttaa rauhoittumisessa ja rentoutumisessa. (Kasvuntaika 2017.)

Satuhieronnassa kuvitetaan tarinaa hierottavan keholle kosketuksen avulla. Tarinaa kuvitetaan koskettamalla, maalaamalla ja piirtämällä käsillä hierottavan keholle. Kun tarinaa kerrotaan ja samalla hierotaan tarinaa keholle, saatetaan tarina hierottavalle kahden eri aistikanavan, kuulo- ja tuntoaistin, kautta. Tällöin hierottavan on helpompi keskittyä hetkeen ja saavuttaa läsnäolon tunne sekä rakentaa läheistä suhdetta toiseen. Läsnäolon hetkessä syntyy luottamuksellinen yhteys toiseen ihmiseen. (Tuovinen 2014.)

Satuhieronta on lapsilähtöistä, luovaa ja helposti arjessa toteutettavaa toimintaa, jonka avulla lapset ja aikuiset saavat positiivista vahvistusta kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille sekä tavan rentoutua ja olla yhdessä. Satuhieronnalla on vaikutuksia psyykkiseen hyvinvointiin, se mahdollistaa myönteisen kosketuksen, voimaannuttavien satujen kautta luottamuksellisten ja kiintymyssuhteiden rakentumisen, ennaltaehkäisee stressiperäisiä oireita, tukee itsetunnon ja oman arvokkuuden kehittymistä, ennaltaehkäisee mielenterveysongelmia, tukee oppimista, purkaa traumaattisia kokemuksia, tukee tunteiden oppimista sekä mahdollistaa jakamattoman huomion hetkiä. Tällä tuetaan lasten sosiaalisten taitojen oppimista, empatiakyvyn kehittymistä sekä oman itsensä ja toisen arvostamista. (Tuovinen, S 2014.)

Lapsen kasvaessa vauva vaiheesta pikkulapsi vaiheeseen voidaan sujuvasti siirtyä vauvahieronnasta satuhierontaan.

Lisää tietoa saat satuhieronnasta mm. alla olevista linkeistä sekä oman alueesi satuhierontaohjaajalta.

<http://kasvuntaika.fi/kurssit/satuhieronta/>

<http://satuhieronta.fi/tuokiot/>

3 3–5 VUOTIAIDEN LASTEN TUNNETAIDOT

Tässä ikävaiheessa lapset ovat luonnostaan uteliaita, vauhdikkaita ja kysymyksiä täynnä, mutta kiukkua ja harmitustakin ilmenee vaikkakin lapsi osaa jo hieman hallita tunteitaan (Cacciatore 2008, 60). Lapsi alkaa jo ymmärtää paremmin perusteluja ja pystyy tekemään kompromissejakin (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017). Lapsi osaa käyttää jo monimutkaisempia keinoja tunteidensa ilmaisuun sekä tahtonsa saavuttamiseen (Cacciatore 2008, 60). Lasten uhmakaudella on tärkeä merkitys lapsen tunnetaitojen kehittymiselle, itsenäistymiselle ja oman persoonallisuuden rakentumiselle. Tällöin aikuisen tulee asettaa lapselle turvalliset rajat sekä mahdollistaa lapselle erilaisten tunteiden ilmaisut ja tahtomisen harjoittelemisen. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017.)

Tässä 3–5 vuoden ikävaiheessa lapselle alkaa kehittyä minäkuva, hän tulee tietoiseksi omista taidoistaan sekä oppii ymmärtämään mikä on hyväksyttyä ja oikein. Hyvän itsetunnon kehittymistä voidaan tukea rohkaisemalla, kiittämällä ja kehumalla lasta hänen tekemisistään. Lapsi on määrätietoisuudestaan ja avoimuudestaan huolimatta hyvin herkkä ja pahoittaa mielensä helposti. Hyväksytyksi tuleminen kiukuista ja muista tunteistaan huolimatta vahvistaa lapsen itsetuntoa, minäkuvaa sekä kiintymyssuhdetta aikuisen ja lapsen välille. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017.)

Tunteiden nimeäminen on tärkeää. Parhaiten lapsen tunne-elämän taitoja voidaan tukea niin, että vanhempi kykenee ymmärtämään lapsen tunnetiloja ja opettaa lastakin tunnistamaan tunteitaan. Lasta voi opettaa tunnistamaan omat tunteensa nimeämällä ne lapselle ja sanoittamalla lapselle tunnetilat esimerkiksi, kun lasta kiukututtaa se, ettei saa sukkaa jalkaansa voi aikuinen sanoittaa ”Huomaan, että sinua suututtaa, kun et saa sitä sukkaa jalkaasi. Voisinko minä auttaa sinua?” Tällöin lapsi saa tunteelleen nimen ja oppii käyttämään sitä itsekin. (Cacciatore 2008, 60-61.)

Lapsen vilkas mielikuvitus voi herättää erilaisia tunteita kuten esimerkiksi kaikkivoipasuutta, uhkarohkeutta, menettämisen pelkoa. Lapsi myös samaistuu erilaisiin roolihahmoihin ja kaipaa aikuisilta jatkuvaa todistelua siitä, että hän on hyvä ja taitava. Tällöin lapsi rakentaa vahvasti omaa minäkuvaansa. Jos lapsi kokee, ettei saa riittävästi huomiota, hän alkaa hakea sitä negatiivisin keinoin. (Cacciatore 2008, 63.)

Neljän ikävuoden paikkeilla lapsi alkaa huomioida toisia enemmän ja itsekeskeisyys lievenee. Hän osaa osoittaa myötätuntoa, lohduttaa ja houkutella muita paremmalle tuulelle. Lapsen moraaliset käsitykset kehittyvät voimakkaasti, jolloin hän pohtii hyvän ja pahan sekä oikean ja väärän eroja. Mieluisimpia leikkejä ovat erilaiset yksinkertaiset sääntöleikit ja -pelit, vaikkakin häviäminen on vielä vaikeaa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017.)

3.1 3–5 vuotiaille satukirjoja ja tunnekasvatusta tukevia leikkejä

Kolmevuotiaille ja sitä vanhemmille lapsille voidaan järjestää ennalta suunniteltuja tunnekasvatusta tukevia leikkihetkiä. Lapsen ikä ja kehitystaso huomioon ottaen lapselle voidaan rakentaa ohjattuja leikkikokonaisuuksia, jotka voivat pitää sisällään erilaisia toiminnallisia hetkiä. Leikkituokioita voidaan rakentaa niin, että luetaan lastenkirja, joka sisältää mm. lapsen arkeen, minuuteen, tunteisiin, kehoon ja kehon hahmottamiseen liittyviä aiheita. Kirjan lukemisen jälkeen leikitään tunnetaitoa tukeva leikki ja lauletaan yksi laululeikki.

Leikkituokioon voidaan rakentaa esimerkiksi alla olevan rungon mukaan.

1. *Luetaan kirja*
2. *Keskustellaan lapsen/lasten kanssa kirjan aiheesta.*
3. *Leikitään leikki*
4. *Lauletaan laulu*

Esimerkkejä lasten kirjoista, leikkituokiosta ja laululeikeistä:



Kuvitettu tietokirja **Minä päästä varpasiin** kertoo hauskaasti ja todenmukaisesti lapselle ihmiskehosta ja aisteista sekä niiden toiminnoista ja toimintatarkoituksista.

Esimerkki leikkituokiosta:

1. *Luetaan kirjaa*
2. *Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aiheesta.*
Etsitään itsestä ja toisista kehonosia ja pohditaan niiden merkitystä. Lapselle voidaan esittää erilaisia kysymyksiä kehonosista, ilmeistä ja aisteista. Keskustelussa voidaan käyttää mukana liitteen mukaisia kehonkuvia, ilmekuvia, suujumppakuvia ja tunnekuvia.
 - Missä on kasvot?
 - Mitä kasvoista löytyy?
 - Mitä ovat ilmeet?
 - jne...
3. *Leikitään leikki*

KOSKETA KAVERIA

Lapset toimivat pareittain. Toinen lapsi istuu lattialle ja toinen asettuu istujan selän taakse. Takana seisovan lapsen tehtävänä on koskettaa istuvaa lasta niin, että istuva lapsi voi tunnistaa kosketuksen. Pohditaan yhdessä, millä

tavalla lapsi koskettaa istuvaa lasta? Keskustelua voidaan avata antamalla vaihtoehtoja esim. kosketus on "kiusaava-ystävällinen", kosketus on "hepvoimakas". Lopuksi keskustellaan "mikä oli vaikeinta?", "miltä kosketus tuntui?" Keskustelun tukena voidaan käyttää tunnekortteja sekä kortteja erilaisista kosketuksista ja kehon osista. Kuvat löydät liitteestä.

TUNNISTETAAN KAVERI

Seistään piirissä. Yksi lapsi valitaan keskelle ja peitetään hänen silmänsä. Sovitaan äännettömästi, sormella osoittamalla kuka lapsista valitaan tunnistettavaksi kaveriksi. Kun kaveri on valittu, alkaa tämä lapsi toistaa lausetta "Minä olen ystäväsi". Sokon tulisi tunnistaa lapsi äänestä ja etsiä hänet piiristä. Muut piirissä olevat seisovat hiljaa paikallaan. Tunnistetusta kavereista tulee uusi sokko.

OMA KUVA



Kuva 1 Tangram

Otetaan lapsista oma kuva kokoa A5–A4. Laminoidaan tai päällystetään kontaktimuovilla. Leikataan kuva esim. tangram muotoon. Kuvalle voidaan tehdä myös alusta johon lapsen on helpompi kuva rakentaa. Alusta saa olla hieman suurempi kuin lapsen oma kuva. Alustaksi voit

leikata kartongista sopivan kokoisen palan ja päällystää sen laminoimalla tai kontaktimuovilla.

Laululeikkeinä voidaan lasten kanssa leikkiä mm. seuraavia laululeikkejä:

- *Huugi-guugi*
- *Puupääpöopee*
- *7-leikki (Fröbelin palikat)*
- *YXI (Fröbelin palikat)*
- *Sutsisatsi*
- *Peikkojumppa (lystitunti)*
- *Peikko jumppaa (Fröbelin palikat)*
- *Konkkis (Fröbelin palikat)*
- *Honky Tonk (Fröbelin palikat)*
- *Kärpänen istui polvella*
- *Missähän ne korvat on (Leikkitunti)*
- *Leikkilaulu (Leikkitunti)*



Kirjassa **Rakastatko minua jos...** Pikku Karhu pohtii, rakastaako äiti häntä aina. Hän kohtaa elämän suuret kysymykset turvallisesti äitikarhun läheisyydessä ja huomaa, ettei äidin rakkaus lopu.

Esimerkki leikkituokiosta:

1. Luetaan kirja

2. *Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aiheesta.* Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Mitä rakkaus voi tarkoittaa?
- Miltä rakkaus voi tuntua?
- Missä rakkaus voi tuntua?
- Mistä tietää, että rakastaa toista?
- Mistä sinä tiedät, että sinua rakastetaan?

Pikku Karhu kysyi äidiltä erilaisia asioita, joihin äiti Karhu kertoi reagoivansa erilaisilla tunteillaan. Lapsen/lasten kanssa voidaan keskustella myös äidin osoittamista tunteista (vihasta, pettymyksestä, harmista ja surusta) mm. yllä mainittujen kysymysten tapaan.

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia, ilmekuvia ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

HALUAN SINUN TIETÄVÄN

Lapsi istuu aikuisen sylissä hajareisinä. Lapsi voi istua myös lattialla kasvotusten aikuisen kanssa. Aikuisen sanoo "Haluan sinun tietävän kaikki ne erityiset asiat, joista sinussa pidän" "Pidän sinun silmistäsi, kun ne säihkyvät ollessasi iloinen", "Pidän sinun käsistäsi, kun ne tarttuvat käteeni", "Pidän sinun jaloistasi, kun niillä teputtelet luokseni", "Pidän sinun suustasi, kun suukottelet kanssani", voit keksiä itse erilaisia tykkäämisen aiheita, joita kerrot lapselle, samalla silittellen ja kosketellen lasta kyseisistä kehonosista.

Laululeikkeinä voidaan lasten kanssa leikkiä mm. seuraavia laululeikkejä:

- *Tule ystäväksi*
- *Kaksi on paatissa soutajaa*
- *Mitä mulle vastaat?*
- *Liinälaulu*
- *Ojennan käteni (kenelle, kenelle ojennan käteni...)*



Sammakolla on kummallinen tunne kirjassa **Rakastunut sammakko**. Ihmetellessään tunnetta jänis toteaa sammakon olevan rakastunut. Mutta keneen hän voisi olla rakastunut.

Esimerkki leikkituokiosta:

1. *Luetaan kirja*

2. *Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aiheesta.* Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- **Mitä rakkaus voi tarkoittaa?**
- **Miltä rakkaus voi tuntua?**
- **Missä rakkaus voi tuntua?**
- **Mistä tietää, että rakastaa toista?**
- **Mistä sinä tiedät, että sinua rakastetaan?**

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia, ilmekuvia ja tunnekuvia.

3. *Leikitään leikki*

KÄSIVARSIRANGAS

Aikuisen asettuu pienen matkan päähän lapsesta (n. 3m) joko seisen tai polvilleen. Aikuisen tekee eteensä renkaan käsistään. Aikuisen antaa lapselle luvan lähteä liikkeelle esimerkiksi sanomalla "tule NYT" lapsi tulee aikuisen luo ja pujahtaa renkaan sisälle alakautta. Aikuisen ottaa lapsen halaukseen. Halauksen jälkeen lapsi palaa takaisin lähtöpaikkaan. Aikuisen voi määrittellä millä tavalla lapsi liikkuu aikuisen luo.

Laululeikkeinä voidaan pienten lasten kanssa leikkiä mm. seuraavia laululeikkejä:

- *Jänis istui maassa*
- *Karhunpoika sairastaa*
- *Ystäväni, tuttavani*
- *Peikkoäidin kehtolaulu*



Kotka joka pelkää lentämistä –kirjan Konsta-kotka haaveilee lentämisestä, mutta hän ei kuitenkaan uskalla lentää, koska pelkää korkeita paikkoja. Pikkulintu Hippiäinen houkuttelee hänet kiipeämään ylös puunlatvaan ja käskee hyppäämään alas luottaen, että kotka lähtee lentämään. Konsta pelkää paljon mutta luottaa kuitenkin Hippiäiseen.

Esimerkki leikkituokiosta:

1. *Luetaan kirja*

2. *Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aiheesta.* Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

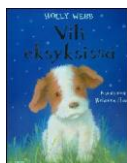
- Miltä pelko/jännittäminen tuntuu?
- Missä pelko/jännittäminen voi tuntua?
- Mitkä asiat voivat pelottaa/jännittää?
- Onko sinua pelottanut/jännittänyt?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia ja tunnekuvia.

3. *Leikitään leikki*

MINUN TURVA

Lapset valitsevat pehmolelun. Pehmolelu voi olla lapsen mieluisin unikaveri tai muu itselle mieluinen pehmolelu. Pehmolelut nimetään turvaleluksi ja asetetaan huoneen seinustalle tai hyllyn päälle lapsen ulottuville. Musiikin soidessa lapset liikkuvat vapaasti tai aikuisen määrittelemällä tavalla tilassa. Kun aikuinen pysäyttää musiikin ja huutaa ”turva” lasten tulee juosta pehmolelunsa luokse ja asetetaan piiriin ja tehdään ryhmä hali.



Vili pieni koiranpentu eksyy puistosta omille teilleen kirjassa **Vili eksyksissä**. Tulee ilta, miten ihmeessä se löytäisi takaisin kotiin. Ehkäpä uusi ystävä voi auttaa? Eksyksissä ollessaan Vili kohtaa erilaisia tunteita herättäviä tilanteita.

Esimerkki leikkituokiosta:

4. Luetaan kirja

5. *Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aiheesta.* Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä pelko tuntuu?
- Missä pelko voi tuntua?
- Mitkä asiat voivat pelottaa?
- Mitä silloin voi tehdä, kun pelottaa?
- Ouko sinua pelottanut?
- Mitä sinä olet tehnyt silloin, kun sinua on pelottanut?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia ja tunnekuvia.

6. Leikitään leikki

TÄÄLLÄ TAAS TAVATAAN

Tätä lorua voidaan leikkiä lapsen kanssa niin, että lapsi on sylissä tai niin, että lapsi seisoo itse lattialla ja yrittää tehdä perässä.

Täällä taas tavataan, täällä taas tavataan,

kädet saavat taputtaa. (Taputetaan käsiä)

Jalat rytmin tömistää, (Tömistetään jaloilla)

kuunnellaan, katsellaan. (Laitetaan kädet korville ja silmille)

Yhdessä taas leikitään/lauletaan. (Taputellaan käsillä jalkoihin)

Laululeikkeinä voidaan pienten lasten kanssa leikkiä mm. seuraavia laululeikkejä:

- *Aran sam sam*
- *Karhu nukkuu*
- *Muksis*
- *Hinajalaulu*
- *Kapteeni koukku*



Arkajalka Artturi ei uskalla leikkiä muiden kanssa. Artturi ei suostunut tekemään mitään kavereiden kanssa, koska se pelkäsi aivan liikaa. Pian Artturi huomasi jäävänsä yksin, kaverit eivät enää pyytäneet häntä mukaan leikkiin.

Esimerkki leikkituokiosta:

1. Luetaan kirja

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa ujoudesta, arkuudesta ja rohkeudesta sekä itsensä voittamisesta.

- Miltä ujous/arkuus tuntuu?
- Missä ujous/arkuus tuntuu?
- Milloin sinä olet ollut ujo tai arka?
- Miten voitit itsesi?
- Oletko ollut joskus yksin?
- Miltä tuntuu olla yksin?
- Mikä voi helpottaa yksinäisyyden tunnetta?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia, ilmekuvia ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

TEMPPURATA

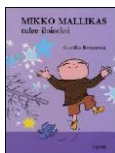
Rakennetaan lapselle tilaan sopiva temppurata, jossa lapsi voi turvallisesti aikuisen läsnä ollessa kokeilla rajojaan ja ylittää itseään. Temppuradassa voi olla esimerkiksi tuolien ylittämistä ja alittamista, pöydälle kiipeämistä, sängyn tai sohvan alta ryömmimistä. Aikuisen voi keiottaa lasta lakanalla. Temppuradassa voidaan ryömiä peitolla pimenetyön tuolijonon ali tai astella erilaisilla materiaaleilla täytettyihin laatikoihin (kaupoista saa hyviä irtokarkkilaatikoita), jne. Vain mielikuvitus ja lapsen turvallisuus ovat rajana.

JÄHMETTYNEET TUNTEET

Musiikin soidessa lapset kävelevät ympäri huonetta. Kun musiikki pysäytetään, aikuinen sanoo jonkin tunteen (voidaan myös näyttää tunnekorteilla). Lapset jähmettyvät paikoilleen ja esittävät kyseistä tunnetta.

Laululeikkeinä voidaan pienten lasten kanssa leikkiä mm. seuraavia laululeikkejä:

- *Kissa ja Jättiläinen*
(hiivi hiljaa varpailla...)
- *Ding ding ding*
- *Minusta tulee isona*
- *Tule ystäväksi*
- *Mörkö se lähti piiriin*



Mikko Mallikas on ikävissään, kirjassa **Mikko Mallikas tulee iloiseksi**. Joululoma alkaa olla ohi ja huomenna pitäisi lähteä taas päivähoidon. Mikon isoäiti on taas hyvällä tuulella. Äkkiä päivä muuttuukin jännittäväksi, mitäköhän seuraavaksi tapahtuu. Ovikello soi, Mikon paras kaveri tulee kylään ja hauskanpito voi alkaa. Kirjan avulla voidaan puhtia tunteiden vaihtelevuutta ja niiden vaikutusta motivaatioon.

Esimerkki leikkituokiosta:

1. Luetaan kirja

2. *Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aiheesta.* Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä tuntuu, kun on tylsää?
- Milloin sinulla on ollut tylsää?
- Mitä voi tehdä, että tilanne muuttuisi?
- Mikä tekee sinut iloiseksi?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia, ilmekuvia ja tunnekuvia.

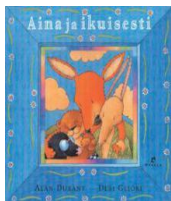
3. Leikitään leikki

MILTÄ SINUSTA TÄNÄÄN TUNTUU?

Lapset asettuvat piiriin tai riviin. Valitaan yksi lapsi, joka menee oven taakse piiloon. Silla aikaa muille lapsille annetaan tunnekortit. Lapset tarkastelevat tunnekorttiaan ja miettivät kuinka sitä tunnetta voisi esittää. Kun lapset ovat varmoja tunteensa esittämisestä kutsutaan oven takana oleva lapsi takaisin. Lapsi tulee toisen lapsen luokse ja kysyy "Miltä sinusta tänään tuntuu?" Tunnekortin saanut lapsi alkaa esittämään tunnettaan ja oven takana ollut lapsi yrittää arvata mistä tunteesta on kyse. Mikäli kysyjä arvaa oikein siirtyy hän seuraavan lapsen luo. Mutta mikäli kysyjä arvaa oikein pitää hänen silittää tai halata esittäjää ja sanoa "en tunnista tunnettasi". Lopuksi keskustellaan, kuinka monta kertaa kysyjä tunnisti tunteet? Oliko se vaikeaa? Mikä tunne oli helppo tunnistaa? Mikä tunne oli vaikeinta tunnistaa?

Laululeikkeinä voidaan pienten lasten kanssa leikkiä mm. seuraavia laululeikkejä:

- *Vanha kissa nukkuu*
- *Lystileikki (Lystitunti)*
- *Leikkilaulu (Taikapeitto)*
- *On kiva soittaa orkesterissa*
- *Nyt pitää tehdä piiri*



Aina ja ikuisesti –kirjassa Saukko, Myyrä, Kettu ja jänis ovat kaveruksia, jotka asuvat yhdessä. Ystävykset kohtaavat surun ja menetyksen. Kirja käsittelee rakkaan menetystä, surua ja surusta toipumisesta.

Esimerkki leikkituokiosta:

1. Luetaan kirja

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aiheesta. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä suru tuntuu?
- Missä suru tuntuu?
- Milloin sinä olet ollut surullinen?
- Mikä sinua auttaa, kun olet surullinen?
- Kenelle voit kertoa surustasi?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia, ilmekuvia ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

MITÄ ILMEET KERTO VAT?

Katsellaan yhdessä tunnekuvia ja keskustellaan niistä. Tässä tehtävässä voidaan käyttää esimerkiksi lehdistä leikattuja tunne- ja tilannekuvia. Käydään keskustelua mm. mitä kuvassa tapahtuu? Miltä ihmisistä tuntuu? Onko sinulle tapahtunut, jostain vastaavaa? Miltä sinusta tuntui silloin? Miten sinä näytät omat tunteesi? Tämän jälkeen lapset piirtävät erilaisia ilmeitä joko tyhjälle paperille tai valmiiseen tyhjään kasvokuvaan.

TUNTEIDEN PYYKKINARU

Ripustetaan huoneeseen pyykkinaru, jossa on kaikille omat nimellä varustetut pyykkipojat. Jokainen voi laittaa oman pyykkipojan kohdalle oman sen hetkisen tunteen, josta voidaan keskustella yhdessä aikuisen kanssa. Tunnekuvan voi vaihtaa päivän aikana.

Laululeikkeinä voidaan lasten kanssa leikkiä mm. seuraavia laululeikkejä:

- *Miten voit sua koskettaa (Lasten huoneen laulukirja)*
- *Takuulla! (Lasten huoneen laulukirja)*
- *Pikku päästäinen (Lasten huoneen laulukirja)*
- *Nalle pieni nappisilmä*

4 YLI 5 -VUOTIAIDEN LASTEN TUNNEKASVATUKSEN TUKEMINEN

Viisi vuotta täyttänyt lapsi on energinen ja saattaa olla jopa rauhaton. Hän on tunteiltaan ailahtelevainen ja tarvitsee päivittäin aikuisen huolenpitoa ja hellyyttä, vaikka taidoiltaan vaikuttaakin olevan iso ja omatoiminen lapsi. Tässä vaiheessa aikuisen tulee tukea lapsen kaveripiirin syntymistä, itsenäistä liikkumista sekä moraalien kehittymistä. Lapsi kaipaa edelleenkin aikuiselta rohkaisua ja kiitosta tekemiinsä asioihin. Viisi vuotta täyttänyt lapsi alkaa olla itsekköinen ja tämä voi aiheuttaa hänelle epäonnistumisen pelkoa. Rohkaisu, kannustaminen ja vahvuksien huomioiminen ovat erittäin tärkeitä. (MLL 2017.) Lapsi tarvitsee aikuisen tukea uskaltaakseen kokeilla rajojaan. Tällöin aikuisen on hyvä huomata lapsen lähikehityksen vyöhykkeet.

Lapsi alkaa erottamaan totuuden mielikuvituksesta ja nauttii sanaleikeistä sekä vitsailuista, mutta ei itse tahdo olla vitsailun kohteena. Pelit ja sääntöleikit ovat mieluisia vaikkakin häviäminen on vielä vaikeaa. Roolileikeissä lapsi samaistuu itselleen tärkeään aikuiseen. Tämän ikäiselle lapselle kaverit ovat jo tärkeitä. Aikuisen on tärkeää tukea lasta kaverisuhteiden solmimisessa ja kannustaa lasta tilanteisiin, joissa hän voi kohdata muita ikäisiään lapsia. Aikuisen tulee tukea ja vahvistaa lapsen sosiaalisten taitojen kehittymistä. Yhteisleikit ja neuvottelutaidot ovat kehittyneet jo melko hyväksi. Leuhkiminen ja mahtailu ovat tavanomaista viisi vuotta täyttäneille lapsille. He nauttivat myös saduista ja kertomuksista ja pystyy seuraamaan monimutkaisiakin juonia.

Tässä ikävaiheessa lapsen luonteenpiirteet ja persoonallisuus tulevat selvimmin esille. Lapsi on tavallisesti iloinen ja auttavainen, mutta kiukkua ja jopa aggressiivistakin käyttäytymistä voi esiintyä. Aikuisen on tärkeää antaa lapsen tunteille tilaa sekä mahdollisuuksia tunteiden purkautumiseen. Tunnetaitojen tukemiseksi aikuisen tulee sanoittaa edelleenkin lapselle hänen tunnetilojaan, mutta voi myös kysyä, mikä lasta suututtaa, sillä viisi vuotta täyttäneet lapset osaavat jo jonkin verran sanoittaa itsekin mistä kiukku johtuu. Aikuinen voi kysyä lapselta ”Huomaan, että sinä olet vihainen. Kertoisitko minulle mikä sinua suututtaa?” Lapsen rauhoituttua hänen kanssaan voidaan käydä asiaa läpi keskustelemalla. Lapselle on tärkeää kertoa, että tunteet ovat sallittuja mutta ketään ei saa satuttaa ja mitään ei saa rikkoa. Tässä ikävaiheessa lapsi ymmärtää jo oikean ja väärän eron ja hänen moraaliset käsityksensä kehittyvät merkittävästi. Lapsi pohtii voimakkaasti hyvän ja pahan eroja ja hakee aikuisilta vahvistusta omille ajatuksilleen.

4.1 yli 5 -vuotiaalle satukirjoja ja tunnekasvatusleikkejä

Lapsi alkaa erottamaan totuuden mielikuvituksesta ja nauttii sanaleikeistä sekä vitsailuista, mutta ei itse tahdo olla vitsailun kohteena. Pelit ja sääntöleikit ovat mieluisia vaikkakin häviäminen on vielä vaikeaa. Roolileikeissä lapsi samaistuu itselleen tärkeään aikuiseen. Tämän ikäiselle lapselle kaverit ovat jo tärkeitä.

Kolmevuotiaille ja sitä vanhemmille lapsille voidaan järjestää ennalta suunniteltuja tunnekasvatusta tukevia leikkihetkiä. Lapsen ikä ja kehitystaso huomioon ottaen lapselle voidaan rakentaa ohjattuja leikkikokonaisuuksia, jotka voivat pitää sisällään erilaisia toiminnallisia hetkiä. Leikkituokioita voidaan rakentaa niin, että luetaan lasten kirja, joka sisältää mm. lapsen arkeen, minuuteen, tunteisiin, kehoon ja kehon hahmottamiseen liittyviä aiheita. Kirjan lukemisen jälkeen leikitään tunnetaitoa tukeva leikki ja lauletaan yksi laululeikki.

Esimerkki leikkituokiosta:

1. Luetaan kirja
2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa kirjan aiheesta ja tunnetiloista
3. Leikitään leikki
4. Päätetään leikkituokio lauluun tai loruun

Vesta-Linnea on Tove Appelgrenin kirjoittama ja Salla Savolaisen kuvittama kirjasarja, jossa kerrotaan lapsiperheen elämästä ja tilanteista pienen tytön arjessa. Kirjaa käyttäessä tunnetaitojen vahvistamiseen, voidaan kirjan sisältö jakaa osiin. Kirjasta voidaan poimia tarinan sisältämät tunnetilat, joihin liitetään tunnetaitoja tukevia leikkihetkiä. Tällöin kirjaa ei lueta kerralla vaan pienissä osissa esim. useamman päivän aikana. Tuokioiden aikana syvennytään tunteisiin ja harjoitellaan tunnistamaan kyseisiä tunteita itsessään ja ympäristössämme. Tuokioissa on tärkeää säilyttää aina sama rytmi ja toimintarunko. Samana toistuvat asiat tuovat lapselle turvallisuutta ja ennakoitavuutta. Tuokio voidaan päättää joko aina samana toistuvaan lauluun tai loruun.



Vesta-Linnea ja hirviöäiti -kirjassa Vesta-Linnea on pahalla tuulella. Hän ei halua pukea sukkahousuja jalkaansa ja äiti alkaa hermostua. Tilanne kärjistyy kaikille lapsiperheille tutulla tavalla. Tilanteessa näkyy erilaisia tunteita, kuten esim. kiukkua, suuttumusta, vihaa ja anteeksi antoa.

Esimerkki leikkituokio 1 (KIUKKU)

1. Luetaan kirjan kaksi ensimmäistä aukeamaa
2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Mikä tunne esiintyi aukeamilla?
- Miltä kiukku tuntuu?
- Missä kiukku tuntuu?
- Milloin sinä olet ollut kiukkuinen?
-

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia, ilmekuvia ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

TUNTEET TUTUKSI

Leikkiä voidaan leikkiä esimerkiksi pantomiimi leikkinä. Leikissä käytetään tunnekuvia. Käydään aluksi lasten kanssa kuvat läpi keskustellen. Tämän jälkeen kuvat asetetaan pöydälle tai lattialle kuvapuoli alaspäin (muistikorttipelin tapaisesti). Valitaan yksi lapsi, joka nostaa yhden tunnekortin, näyttää sen aikuiselle. Tämän jälkeen lapsi alkaa esittää tunnetta, joka oli kortissa. Muut lapset koettavat arvata mistä tunteesta on kyse. Lapsi, joka arvaa oikein saa nostaa seuraavan kortin.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 2 (VÄLINPITÄMÄTTÖMYYS)

1. Luetaan kirjan kaksi seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Mikä tunne esiintyi aukeamilla? (Ei välitä toisesta)
- Miltä välinpitämättömyys tuntuu?
- Missä se tuntuu?
- Oletko sinä koskaan suuttunut kovasti toiselle?
- Oletko sinä ajatellut koskaan, ettet välitä toisesta, vaikka oikeasti tykkäät?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

TIEDÄN TUNTEEN

Levitetään lattialle tai pöydän päälle tilannekuvia, jotka sisältävät tunteen. Katsellaan hetki kuvia ja nimetään tunteet tarvittaessa. Aikuinen alkaa kertoa lausetta "Perhe on lomamatkalla kylpylässä. Äiti ja Neea laskevat vesiliukumäestä..." Lapsi poimii kuvan, joka hänen mielestään sopii lauseeseen. Yhdessä voidaan keskustella kuvasta ja mahdollisesti jatkaa kuvan tarinaa.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 3 (MINÄ ITSE)

1. Luetaan kirjan kaksi seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Mikä tunne esiintyi Vesta-Linjealla?
- Miltä itsenäisyys tuntuu?
- Oletko sinä koskaan kokenut tunnetta, että pärjät yksin?
- Minäkälaisissa asioissa osaat toimia itsenäisesti?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

MINÄ OSAAN

Kerätään lehdistä ja internetistä valmiita vahvuutta osoittavia kuvia. Tulostetaan lapsen oma kuva. Käydään lasten kanssa keskustelua siitä mitä kuvat osoittavat. Jokainen lapsi saa valita 1-3 vahvuutta tai osaamista osoittavaa kuvaa, jotka lapsen omasta mielestä kuvaavat häntä itseään. Liimataan isommalle paperille tai kartongille lapsen oma kuva sekä hänen vahvuutta tai osaamista osoittavat kuvat. Kirjoitetaan paperiin tai kartonkiin lapsen nimi sekä vahvuudet tai osaamisen taidot. Keskustellaan lasten kanssa vielä vahvuuksista ja osaamisista. Asetetaan kuvat sellaiseen paikkaan esille, josta lapsen on helppo ne nähdä, paikkaan jossa ne voivat olla mahdollisimman pitkään tai aina. Tällöin lapsen kanssa on helppo palata asiaan aina kun hän haluaa.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 4 (SURULLINEN)

1. Luetaan kirjan kaksi seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Mikä tunne esiintyi aukeamilla?
- Miltä suru tuntuu?
- Missä suru tuntuu?
- Mikä tekee sinut surulliseksi
- Mikä sinua auttaa, kun olet surullinen?
- Kenelle voit kertoa tunteestasi?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

TUNNEKULMAT

Asetetaan huoneen nurkkiin erilaisia tunnekuvia, yksi kuva kuhunkin nurkkaan. Aikuinen sanoo "Miltä sinusta tuntuu, kun sinulla on syntymäpäivät?", "Miltä sinusta tuntuu, kun sinun rakkain lelusi on kadonnut?", jne. Aikuisen esitettyään kysymyksen lapsi asettuu sen tunnekuvan luokse, jota hän kokee tuntevansa kyseisen tilanteen aikana. Aikuinen voi myös määritellä liikkumistavan, jolla lapset liikkuvat tunnekuvien luokse.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 5 (SUUTTUMUS-VIHA)

1. Luetaan kirjan kolme seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Mikä tunne esiintyi aukeamilla?
- Miltä vihan tunne tuntuu?
- Missä se tuntuu?
- Mikä tekee sinut vihaiseksi?
- Mikä sinua auttaa, kun olet vihainen?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvia ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

PAHANMIELEN PORTAAT

Lapselle annetaan paperi esim. A4, josta hän repii neljä suikaletta. Lapset asettuvat piiriin. Jokainen laittaa lattialle eteensä yhden suikaleen piiriin keskustaan päin. Jokainen suikaleen laittanut kertoo vuorollaan mikä auttaa tai mitä voi tehdä, kun on kiukkuinen ja haluaa päästä siitä eroon. Tämän jälkeen astutaan tälle ”portaalle”, kun kaikki suikaleet on asetettu ja ollaan lähellä piiriin keskellä, pohditaan etäisyyttä ja sen vertauskuvaa kiukulle. Kun olemme kiukkuisia, olemme tunnetasolla etäällä muista ihmisistä. Emme halua lähelle toisia ja kaikki tuntuu vain pahalle, kun käsittelemme kiukkuamme ja mietimme asioita niin yleensä kiukku alkaa laantua ja näin olemme ottaneet askeleen eteenpäin pahanmielen portailla ja pääsemme myös lähemmäksi muita ihmisiä. Kun kaikki ovat viimeisellä portaalla ollaan ihan lähellä, annetaan ryhmähalaus ja voimme todeta, että olemme selviytyneet kiukun myllerryksestä.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 6 (PETTYMYS)

1. Luetaan kirjan kolme seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Mikä tunne esiintyi aukeamilla?
- Miltä pettymys tuntuu?
- Missä se tuntuu?
- Milloin sinä olet ollut pettynyt?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

KAPTEENI KÄSKEE, MINÄ KUINTELEN

Leikitään "kapteeni käskee" leikin tavoin, kuitenkin niin, että käskijä tekee mallin eri tavalla kuin sanoo. Mutta lasten tulee toimia käsketyt ohjeen mukaisesti. Esimerkiksi aikuinen sanoo "Laita kädet polviin ja laittaakin itse kädet pään päälle". Mikäli lapsi toimii aikuisen näyttämän mallin mukaan eikä käsketyt ohjeen mukaan putoaa hän pois pelistä. Voittaja on se joka jää viimeiseksi noudattamaan kapteenin käskyjä.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 7 (SOVINTO)

1. Luetaan kirjan kolme seuraavaa aukeamaa
2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;
 - Mikä tunne esiintyi aukeamilla?
 - Miksi on tärkeää tehdä sovinto riidan jälkeen?
 - Miltä tuntuu, kun on tehnyt sovinnon toisen kanssa?

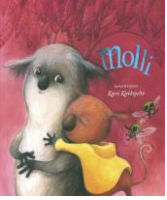
Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

TERVEHDYS

Laitetaan soimaan musiikkia ja lapset lähtevät liikkumaan tilassa vapaasti. Musiikin soittaja voi halutessaan määritellä kuinka lasten tulee liikkua. Sitten musiikki pysäytetään ja musiikin soittaja määrittelee millä tavalla tervehditään toista lasta esim. "tervehditään pikkurilleillä", "tervehditään kätteleillä", "tervehditään nostamalla käsi lippaan" jne. Ja sitten laitetaan taas musiikki soimaan ja leikki jatkuu näin... (Pienten lasten kanssa leikkiessä aikuiset voivat osallistua leikkiin näyttäen mallia)

4. Loppulaulu tai loru



Molli on pieni kärttöisä otus, joka asuu yksin talossaan. Kun eräänä päivänä ovelta kuului koputus, oli Molli hämillään. Tällaista ei ole koskaan aikaisemmin tapahtunut. Ovella oli pikku Sisu. Molli häätää Sisun pois mutta tämän jälkeen Mollille jää kaipauksen tunne. Hänelle kasvaa suuri haave. Haave saada ystävä.

Esimerkki leikkituokio 1 (UTELIAISUUS)

1. Luetaan kirjan kaksi ensimmäistä aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä Sisusta tuntui?
- Saako toisten pihaan mennä ilman lupaa?
- Miltä tuntuu, jos tekee jotain sellaista mitä ei saisi?
- Oletko tehnyt joskus jotain kiellettyä? Mitä?
- Miltä sinusta tuntuu, kun olet tehnyt kiellettyä?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

ETSITÄÄN YSTÄVÄ

Lapset seisovat piirissä. Yksi lapsi valitaan keskelle. Keskellä olevan lapsen silmät sidotaan liinalla. Keskellä olijaa pyöritetään itsensä ympäri pari kertaa ja tämän jälkeen hän alkaa tunnustelemaan piirissä olijoita ja yrittää tunnistaa lapsen. Onnistuessaan tunnistamaan oikean lapsen vaihtuu keskellä olija lapsi niin, että tunnistetusta lapsesta tulee tunnustelija. Piirissä olijoiden tulee olla ihan hiljaa.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 2 (JÄNNITYS)

1. Luetaan kirjan 1-2 seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä Mollista tuntui, kun kuuli koputuksen?
- Missä jännitys tuntuu?
- Onko sinua jännittänyt joskus?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

TUNTEIDEN KIM-LEIKKI

Leikkiin otetaan tunnekuvat tai pieniä hahmoja joilla on ilmeitä (esim. kindermunan hahmoja). Katsellaan kuvia tai esineitä ja nimetään niiden tunne. Laitetaan kuvien tai esineiden päälle liina ja lapset sulkevat silmänsä. Tällä välin aikuinen ottaa yhden kuvan tai esineen ja sanoo, että "saa katsoa". Lapset arvaavat mikä kuva tai esine puuttuu. Kun puuttuva kuva tai esine on arvattu, palautetaan se takaisin paikoilleen ja liina niiden päälle. Oikein arvanut pääsee seuraavaksi ottamaan liinan alta kuvan tai esineen.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 3 (EPÄKOHTELIAS)

1. Luetaan kirjan 1-2 seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Onko Molli vihainen, säikähtänyt, yllättynyt vai pelokas?
- Miltä Sisusta tuntui, kun Molli oli epäkohtelias?
- Milloin sinä olet ollut kiukkuinen toiselle?
- Mitä teet, kun olet kiukkuinen?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

MUURI

Lapset ovat piirissä käsistä kiinni pitäen. Yksi leikkijöistä jää piirin ulkopuolelle. Hänen tehtävänä on pyrkiä piirin sisäpuolelle jostakin kolosta. Piirissä olijat estävät leikkijän tulemasta piirin sisäpuolelle tiivistämällä piiriä ja kohtaa josta leikkijä pyrkii sisään. Kun leikkijä on päässyt sisään, vaihdetaan lasta. Ja leikki jatkuu niin kauan, että kaikki halukkaat lapset ovat saaneet olla piirin ulkopuolella olevan leikkijän roolissa. Lopuksi käydään keskustelua siitä miltä tuntui yrittää päästä mukaan? Miltä tuntui olla estämässä toista tulemasta piiriin mukaan.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 4 (KATUMUS/HARMI)

1. Luetaan kirjan 1-2 seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä Mollista tuntuu nyt?
- Miltä Katumus tuntuu?
- Missä se tuntuu?
- Milloin sinua on kaduttanut/harmittanut jokin asia?
- Mikä sinua on kaduttanut/harmittanut?
- Miten tunne helpottui?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

TUNTEIDEN TUNNISTAMINEN

Asetetaan lehdistä ja internetistä kerättyjä tilannekuvia pöydälle. Pohditaan missä kuvassa tulisi tuntea katumusta? miksi? kenen tulisi tuntea katumusta? miksi?

Mitä voisi tehdä toisin? Miten asioita voidaan muuttaa?

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 5 (YKSINÄISYYS)

1. Luetaan kirjan 1-2 seuraavaa aukeamaa
2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;
 - Miltä yksinäisyys tuntuu?
 - Missä se tuntuu?
 - Oletko sinä ollut joskus yksinäinen?
 - Mitä teet, kun olet yksinäinen?
 - Miten tunne helpottui?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

MITÄ TIEDÄT YSTÄVÄSTÄNI?

Valitaan yksi lapsi, joka menee huoneen ulkopuolelle. Toiset lapset valitsevat hänelle ystävän. Lapsi kutsutaan takaisin ja hänen tehtävänä on mennä yhden lapsen luo kerrallaan ja esittää erilaisia kysymyksiä ystävästä sekä arvuutella kuka on hänen ystävänsä. Kysymyksiin saa vastata vai kyllä tai ei.

Kysyjä voi kysyä esimerkiksi "tykkääkö hän hevosista" toinen lapsi vastaa "Kyllä/ ei", sitten kysyjä siirtyy seuraavan lapsen luokse ja esittää uuden kysymyksen. Kysymyksiä esitetään niin kauan, kuin kysyjä arvaa kuka on hänen ystävänsä.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 6 (KAIPAUS)

1. Luetaan kirjan 1-2 seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä ikävä tuntuu?
- Missä se tuntuu?
- Oletko sinä ikävöinyt joskus jotakin?
- Mitä teet, kun sinulla on ikävä?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

TUNTEEN ÄÄNIÄ

Otetaan erilaisia soittimia ja tunnekuvat. Keskustellaan millaisia ääniä voisi liittyä kortin osoittamiin tunteisiin. Soitetaan erilaisia rytmejä, eri voimakkuuksilla tunnekuvan mukaan esimerkiksi iloinen: Soitetaan triangelia nopeassa tahdissa. Vihainen: Soitetaan tamburiinia voimakkaasti ja reippaasti. Pelko: soitetaan kapuloita rauhallisesti. Suru: Soitetaan rytmimunia rauhallisesti.

Leikkijät voivat itse sopia mitä soitinta käytetään kullekin tunteelle.

Tätä leikkiä voidaan jatkaa tunteiden orkesteriksi, jolloin valitaan joku kapellimestariksi. Kapellimestari nostaa tunnekuvan kaikkien näkyville ja muut soittavat tunnetta.

Samaa leikkiä voidaan leikkiä ilman soittimia niin, että käytetään kehonsoittimia, taputellaan käsiä yhteen, jalkoihin, rinnaan, vatsaan ja tömistellään jalkoja jne.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 7 (YSTÄVÄLLINEN)

1. Luetaan kirjan 1-2 seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä tuntuu, kun haluaisit osata jotain mitä et vielä osaa?
- Mitä teet, kun haluaisit oppia jotain?
- Mistä tiedät, että olet oppinut jotain uutta?
- Miltä tuntuu, kun huomaat osaavasi jotain uutta?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

MINÄ ITSE

Kerätään lehdistä ja internetistä valmiita kuvia, jotka osoittavat ulkonäköä, vahvuuksia, heikkouksia ja tunnetiloja. Tulostetaan lapsen oma kuva. Käydään lasten kanssa keskustelua siitä mitä kuvat osoittavat. Jokainen lapsi saa valita kuvia, jotka osittavat omasta mielestään piirteitä hänestä itsestään. Liimataan kuvat isommalle kartongille, josta rakennetaan kollaasi. Lisätään tähän myös lapsen oma kuva. Kirjoitetaan paperiin tai kartonkiin lapsen nimi. Keskustellaan lasten kanssa vielä ominaisuuksista, joita lapset ovat valinneet kuvaamaan itseään sekä lasten yksilöllisistä eroista. Toiset lapset voivat kertoa mitä heille tulee mieleen kuvista ja miten ne heidän mielestä muistuttaa kyseistä lasta.

Tällä toiminnalla tuetaan mm. lapsen minäkäsityksen rakentumista sekä itsetunnon vahvistumista.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 8 (KIUKKU)

1. Luetaan kirjan 1-2 seuraavaa aukeamaa
2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä kiukku tuntuu?
- Missä se tuntuu?
- Millainen on hyvä kiukku ja paha kiukku?
- Milloin sinua on kiukuttanut? miksi?
- Miten olet saanut kiukun pois?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

MUSIIKKIMAALAU

Valitaan lapsille mahdollisimman isot maalausalueet (isot vesiväripaperit tai rullapaperia lattialle). Lapset voivat maalata vapaasti musiikin tahdissa omaa kiukun tunnetta.

Musiikki vaihtoehtoja: Beethoven's 5th Symphony, Prokofjev: Romeo and Juliet, Mussorgsky: Night On Blad Mountain.

4. Loppulaulu tai loru

Esimerkki leikkituokio 9 (YSTÄVYYS)

1. Luetaan kirjan 1-2 seuraavaa aukeamaa

2. Keskustellaan lapsen/lasten kanssa aukeamilla esiintyvistä tunnetiloista. Lapselle voidaan esittää kysymyksiä;

- Miltä ystävyys tuntuu?
- Missä se tuntuu?
- Millainen on hyvä ystävä?

Keskustelussa voidaan käyttää mukana tunneboxin mukaisia kehonkuvaa ja tunnekuvia.

3. Leikitään leikki

HYVÄ YSTÄVÄ

Lapset ovat piirissä. Piirissä kuljetetaan hernepussia kaverilta toiselle ja sanotaan "millainen on hyvä ystävä" ja toisella kierroksella käydään keskustelua "mikä ei kuulu hyvään ystävyyteen". Lisäksi voidaan käydä kierrosta, jolloin sanotaan kaverille "Olet hyvä kaveri, koska... "

4. Loppulaulu tai loru

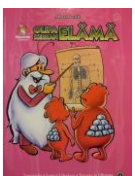
Muita lastenkirjoja, joita voidaan käyttää edellä mainitulla tavalla.



Meidän ja muiden tunteet -kirjan avulla voidaan pohtia omia tunteita, miltä ne tuntuvat, miltä ne näyttävät ja kuinka toimia, kun tulee tunne. Kirjan avulla voidaan käydä erilaisia keskusteluja tunteista ja niiden vaikutuksista ihmiseen.



Kirjan **Meidän ja muiden kehot** avulla voidaan tutustua kehoon, ihmisen kasvuun ja kehittymiseen, erilaisuuteen, oppimiseen, aisteihin, perheisiin... jne. Kirja kertoo kattavasti lapsen kielellä ihmisen elämään kasvuun ja kehittymiseen liittyvistä asioista. Asiatieto on lyhyesti kerrottu niin, että lapsen on helppo ymmärtää asian sanoma.



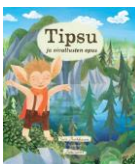
Olipa kerran elämä -kirjasarja, on lasten kestopopulaari. Kirjasarja liittyy ranskalaisen Albert Barille'n ohjaamaan animaatio-sarjaan. Sarja tutustuttaa lapset ja aikuisetkin kehon toimintaan. Oman kehon toiminnan tuntemus auttaa lapsia ymmärtämään ja tunnistamaan myös omia tunteitaan.



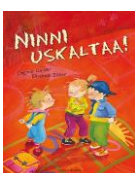
Piki haluaa muiden mukaan leikkimään puumajaan. Piki on pukeutunut salamansankarin asuun, jolloin hän on kaikkein nopein ja rohkein. Mutta miten kävikään? Ovi läimäytettiin nenän edestä kiinni. Onneksi on Iso, jolla on lämmin syli.



Sipsukainen, pieni peikko, kokee erilaisia tunteita lapsille tutuissa arkisissa tilanteissa. Kirja **Miltä Sipsukaisesta tuntuu?** on tarkoitettu kasvattajille, jotka haluavat tukea lapsen tunnetaitojen kehittymistä.



Tipsu on pieni otus, jolla on iloa ja murheita, pelkoja ja seikkailuja sekä elämän pieniä ja suuria kysymyksiä. Tipsun tarinat kirjassa **Tipsu ja oivallusten opus** auttavat lapsia ymmärtämään, miten kohdata tunteensa ja kuinka ikävistäkin tunteista voi selvitä.



Aina ei ole helppoa luottaa itseensä ja olla rohkea. Ninni kokee kiusaamista, mutta opettajan loistava ajatus aarrearkusta antaa Ninnille voimaa ja rohkeutta löytää omat aarteensa ja vahvuutensa. Ninnistä kerrotaan kirjassa **Ninni uskaltaa**.



Emma -kirjasarja kertoo Emma-tytöstä, joka kohtaa erilaisia tunteita kuten esimerkiksi pettymyksiä, iloa, hämmennystä, pahaa mieltä, häviämistä ja erilaisuutta. Emma pohtii ympäristössään tekemiään havaintoja ja keskustelee niistä vanhempiansa kanssa. Kirjan lopussa on kysymyksiä, joiden avulla voidaan pohtia aihetta yhdessä lapsen kanssa.



Pikku korppi- raitasukka -kirjasarjassa kohdataan myös erilaisia tunteita erilaisissa tilanteissa. Pikku korppi on kekseliäs ja hyvin puuhakas korppi, joka puuhastellessaan joutuu monenlaisiin tilanteisiin. Kiperistä tilanteista selviydytään aina pikku korpin kekseliäisyyden ansiosta mm. sarjan osassa **Kaikki riidoissa**.



Kerttuli on leppäkerttu, jolla ei ole pilkkuja, hän lähtee seikkailemaan puutarhaan. Puutarhassa hän kohtaa muita puutarhan asukkaita. Puutarhan asukit huomauttelevat hänelle hänen erilaisuudestaan. **Leppäkerttu ilman pilkkuja** kirjan tarinaa voi kuunnella myös musiikkisatuna invalidiliiton sivuilta. <https://www.invalidiliitto.fi/leppakerttu>.



Minä hävisin -kirjassa kaverukset Hanhiliini ja Pikku Kili olivat ystävänsä Mäyrän syntymäpäivillä. Hanhiliini häviää kaikki kisat, kun taas Pikku Kili voittaa kaikki. Kirja käsittelee molempien tunteita erikseen omasta näkökulmastaan. Kirjassa on kaksi etukantta ja molemmat tarinat päättyvät kivasti kirjan keskiaukeamalle, jossa kohdataan tarinoiden onnellinen loppu.



Viivi Villava on pieni lammas, joka tahtoo päästä kerittäväksi mutta hänelle ei ole kasvanut tarpeeksi villaa. Villan kasvamista odotellessa hänen käsityksensä onnellisuudesta on muuttunut itsekkyydeksi. Viivi ihailee oma kiharoitaa ja unohtaa käytöstavat ja toisten huomioimisen.



Tunteet-kirjan sisältämät riimirunot auttavat nimeämään tunnetiloja ja kertomaan miltä tunne tuntuu. Kirja rohkaisee lukijaa luottamaan omiin tunteisiin.

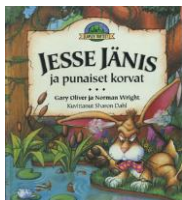


Metsäkylän kaverukset kamppailevat omien tunteidensa kanssa. **Tunteiden aakkoset** -kirja ohjaa tarinoiden myötä lasta pohtimaan omia tunteitaan ja tunnetaitojaan. Lapsi oppii tunnistamaan, miten eri tunteet vaikuttavat hänen omaan kehoonsa ja kuinka itseään voi rauhoittaa.

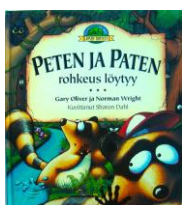


Kissa Killin kiukkupussi -kirja kertoo pienestä kissan pojasta, joka herää aamulla kiukkuisena. Kiukutellessaan hän äksyilee äidille sekä potkii ja heittelee tavaroita Siivouskomerosta pujahtaa esiin pikkuinen ukko, joka antaa taskustaan pussin ja sanoo ”kiukku pussiin puhalla, sitten pam-pam-pamauta!”

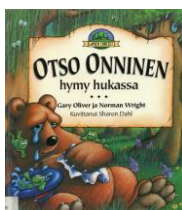
Lapsen tunteet -kirjasarjan avulla lasta voidaan opettaa ymmärtämään erilaisia tunteita. Kirjojen selkeä ja vahva kuvitus herättää lapsen kiinnostuksen kirjoihin ja rikastuttaa heidän mielikuvitusta. Kirjat auttavat myös aikuisia tukemaan lapsen tasapainoista tunne-elämän kehittymistä. Kirjasarjan ovat luoneet perheterapeutti ja luennoitsija Norman Wright, psykologi ja opettaja Gary Oliver sekä taiteilija Sharon Dahl. Jokaisen kirjan takana on vinkkejä, joilla voidaan herätellä keskustelua kirjan aiheesta ja tunnetiloista.



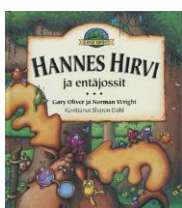
Jesse jänis ja punaiset korvat kuuluvat kirjasarjaan lapsen tunteet. Kirja kertoo metsän hauskimmasta pupujussista, jolla on vaikeuksia hallita vihantunnettaan mutta onneksi Jesse jänis saa hyvän neuvon ystävältä Niina närheltä.



Pesukarhuveljeksien **Peten ja Paten rohkeus löytyy**, kun he lähtevät tutkimusmatkalle ja kohtaavat pelon hyvät ja huonot puolet. Pesukarhujen koulussa opetettu laulu ”*pelko tulee vihollisena taikka ystävänä*” auttaa veljeksiä kohtaamaan kaikki jännittävät ja pelkoakin herättävät tilanteet.



Otso Onninen hymy hukassa kertoo karhusta, joka on surullinen. Otsoa ei kiinnosta leikkiminen eikä mikään muukaan. Ystävät koittavat auttaa Otsoa. He kehottavat Otsoa puhumaan pahasta mielestään heille. Otson kerrottuaan pahasta mielestään, alkoivat kaikki pohtia kuinka tilannetta voisi parantaa.



Hannes Hirvi ja entäjossit. Hannes Hirvi on huolestunut, koska häntä vaivaa entäjossit, jotka estävät Hannesta leikkimästä ystäviensä kanssa Ikimetsässä.

5 TUNNEBOXI

Tunneboxi on tarvikeselema, jota voidaan helposti käyttää toimintatuokioiden tukena. Tähän kokoa esimerkkejä tarvikkeista, joita voidaan tunneboxiin kerätä. Tavoitteena on kerätä sopivan kokoiseen kannelliseen laatikkoon tai kansioon tarvikkeita, jotka ovat monikäyttöisiä, helposti saatavilla ja eivätkä vaadi erillistä koulutusta tai suuria kustannuksia käyttäjälle.

Tunnekuvat



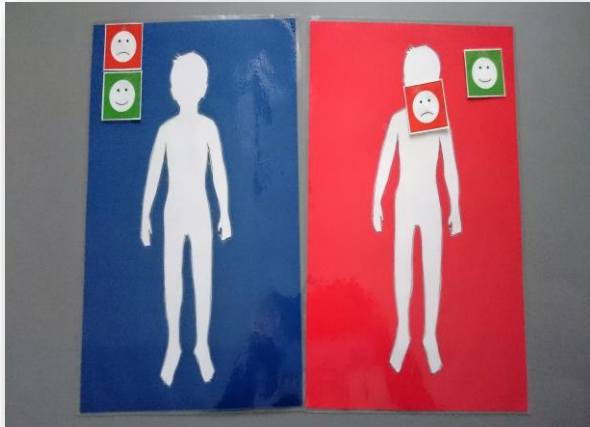
Tunnekuvina voidaan käyttää esim. lehdistä leikattuja kasvojen ilmekuvia tai tulostaa Papunetin kuvatyökalu -ohjelmasta erilaisia kasvo- ja tunnekuvia. Nämä kuvat on leikattu aikakauslehdistä, liimattu kartongille ja lopuksi laminoitu, jotta ne kestävät lasten käsittelyä. Laminoinnin voi korvata kontaktimuovilla.

Tilannekuvia



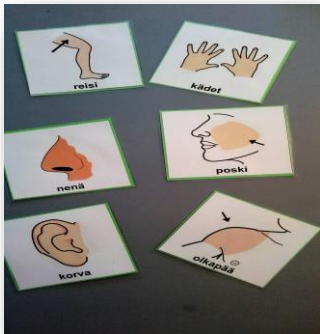
Tilannekuvina voidaan käyttää esim. lehdistä leikattuja kuvia, joissa esiintyy erilaisia arkisia tapahtumia. Tärkeää on, että kuvissa on nähtävissä selkeitä tilanteisiin liittyviä ilmeitä ja tunnetiloja. Nämä kuvat on leikattu aikakauslehdistä, liimattu kartongille ja lopuksi laminoitu, jotta ne kestävät lasten käsittelyä. Laminoinnin voi korvata kontaktimuovilla.

Kokokehonkuvat



Kokokehonkuvan voit myös löytää lehdistä, vanhoista koulukirjoista, väritys- ja tehtäväkirjoista tai papunetistä hakusanalla "vartalo". Nämä kehonkuvat olen valmistanut samalla periaatteella kuin tunnekuvat ja tilannekuvat. Ilmekuvat olen tulostanut papunetistä hakusanalla "hyvä ja huono". Ilmekuvan lapsi voi asettaa siihen kohtaan kehoa, jossa hän tunnistaa keskustelujen yhteydessä käytyä tunnetta omassa kehossaan.

kehonosa- ja kosketuskuvat

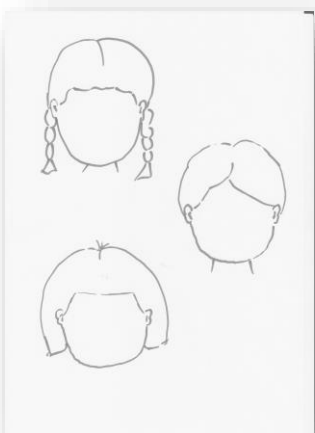


Kehonosakuvat olen tulostanut papunetin kuvatyökälusivulta.

Kosketuskuvat olen tulostanut papunetin kuvatyökälusivulta.



kasvokuvat



Voit piirtää tyhjälle paperille kasvoja, joilla ei ole vielä ilmeitä. Tällöin lapset voivat itse piirtää kasvoille ilmeitä keskustelun aiheena olleesta tunteesta.



Tunnustelupussi



Tunnustelupussi on valmistettu kangaspalasta, joka on ommeltu pussinmuotoon. Tunnustelupussia voidaan käyttää moniin eri tarkoituksiin, kuten esim. esineiden tunnusteluun, jolloin aktivoidaan tuntoaistia. Pussiin voidaan kerätä myös erilaisia ääniä tuottavia esineitä, joita tunnustellaan pussin päältä, kokeillaan ääntä ja arvataan mistä esineestä on kyse.

Tunnenoppa



Tunnenoppa on valmistettu kahdesta litran maitopurkin pohjasta. Mittaa maitopurkin pohjasta 7 cm purkin yläosaan. Merkkää ja leikkaa pohja irti 7cm:n korkeudelta pohjasta. Seuraavaksi aseta maitopurkit sisäkkäin niin, että avonaiset/ leikatut päät tulevat vastakkain. Näin saat kuution valmiiksi. Kuution voit päällystää paperilla tai maalata askartelumaalilla. Tulosta esim. papunetistä tunnekuvia, jotka liimaat kuution sivuille. Tunnenoppa on valmis.

Peili



Peilin avulla lapsi voi tutustua kasvoihinsa, ilmeisiinsä ja rakentaa omaa minäkuvaansa yhdessä aistien ja tunnetaitojen kehittämisen kanssa. Peiliksi riittää käsipeili, joka mahtuu lapsen käteen ja jota hän jaksaa itse kannatella. Peilin voi ostaa päivittäistavarakaupasta.

Kello



Helistin tai muu kello, jota voidaan käyttää kuuloaistin aktivoimisessa.

Taskulamppu



Taskulamppu näköaistin aktivoimiseen.

Purkit



Purkit voi valmistaa esim. pienistä jogurttijuomapurkeista tai pienistä pringelspurkeista. Purkeista voidaan tehdä esim. tuoksupurkkeja laittamalla purkkien sisälle erilaisia mausteita tai ruoka-aineita jotka poistetaan leikin jälkeen pilaantumisen estämiseksi. Samanlaisia purkkeja voidaan käyttää äänipurkkien valmistamiseen, jolloin purkkien sisälle laitetaan pieniä esineitä jotka tuottavat selkeän äänen.

Pumpulipallot



Pumpulipalloja voidaan käyttää hyvin monipuolisesti tunnetaitoja tukevien leikkien ja toimintojen yhteydessä. Pumpulipalloja voidaan käyttää mm. aistien aktivoimiseen piilottelemalla ja koskettelemalla lasta eri kehonosissa tai musiikkimaalauksessa yhtenä maalausvälineenä jolloin jälki on erilainen kuin pensselillä maalatessa. Tällöin voidaan aktivoida esimerkiksi tuntoaistia, kun pumpulipallolla käden motoriikka ja maalausote ovat erilaiset kuin pensselillä maalatessa, samoin tuntoaistimus on erilainen, kun pumpulipallo kastuu. Pumpulipallosta syntyvä maalausjälki on myös, joka puolestaan aktivoi näköaistimusta.

Pehmohahmo



Pehmohahmon tarkoituksena on luoda toimintatuokioille rauhallinen ja rentouttava ilmapiiri. Tämän tehtävänä oli myös huomioida toimintatuokioiden aikana jokaisen lapsen yksilöllinen osallisuus jakamalla puheenvuoroja ja antamalla lapselle mahdollisuus osoittaa omia tunteitaan.

Piparirasia



Ruoka herättää tunteita, tämän tutun toteamuksen myötä myös tähän menetelmäkansioon kootun tunneboxin sisältöön on otettu mukaan lapsille tarjottava herkkupala. Piparin tarkoituksena on luoda hyvinolontunne lapsille toimintatuokion päätteeksi. Tämä on ehdottoman vapaaehtoista ja sovellettavissa oleva elementti. Herkkupala ei ole oleellinen osa tätä menetelmäkansion kokonaisuutta, vaan yksi lisä elementti herättämään tunteita ja antamaan tunnekokemuksia toimintatuokioista.

Aistipurkit



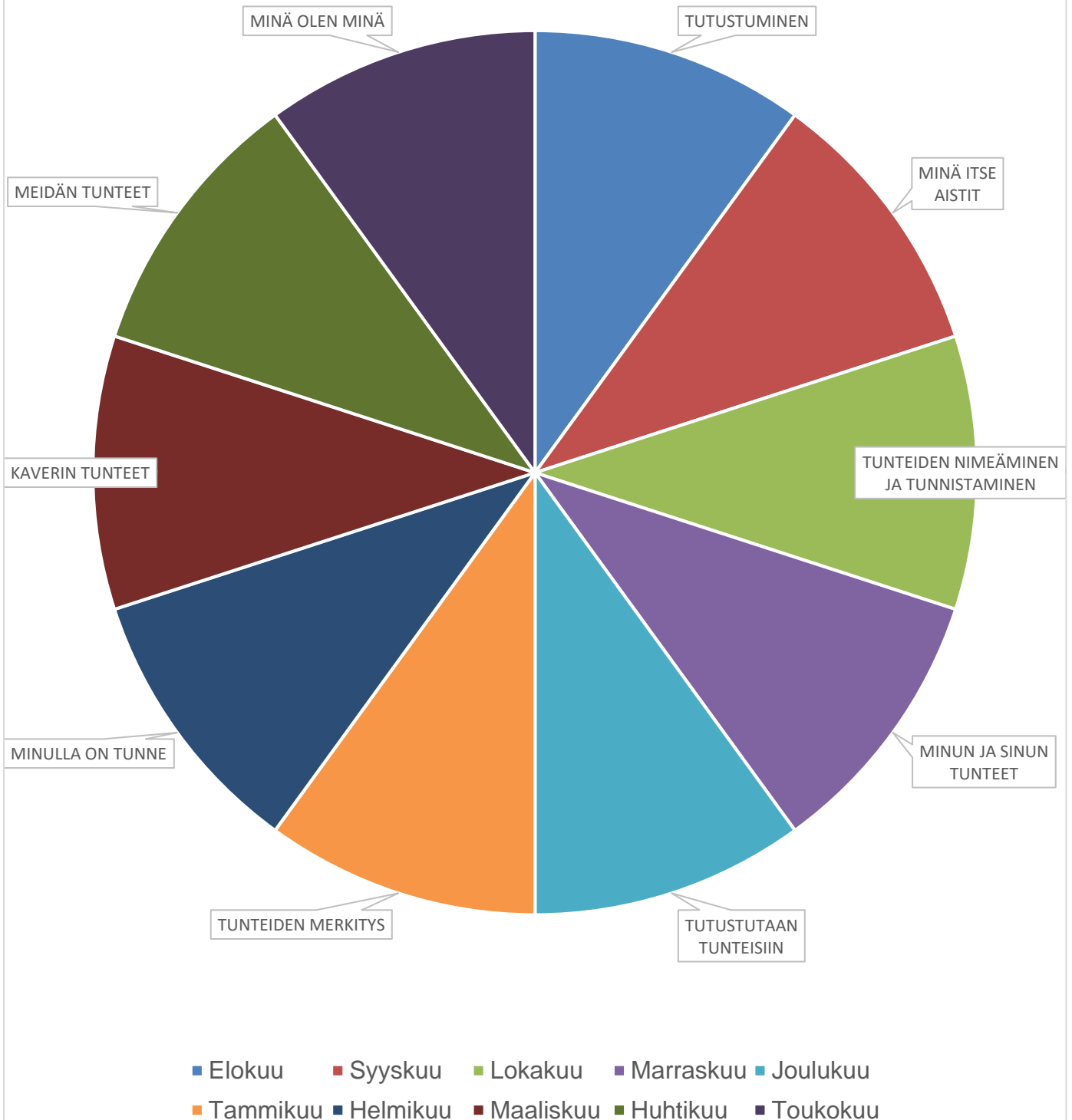
Aistipurkkeihin on koottu erilaisia aisteja aktivoivia materiaaleja. Aistipurkkien tavoitteena on tukea aistien hahmottamista ja niiden toiminnan merkitystä arkipäiväisissä tilanteissa. Aistien avulla saamme tietoa ympäristöstämme ja rakennamme päätelmiä erilaisista tilanteista. Tähän tunneboxiin on koottu aistipurkki materiaaleiksi näköaistille pienet led-valot, kuuloaistille kilikello, makuaistille sipsiä, hajuaistille tuoretta lakritsaa, tuntoaistille Play Doh muovailuvahaa, Ajatteluun rasian pohjalla on Aku Ankan kuva.

LINKKEJÄ, JOISTA VOIT TULOSTAA TUNNEKUVIA JA MUITA TUNNETAITOJA TUKEVIA KUVIA:

Suomen mielenterveysseuran verkkosivustolla ”Mieli” on kattava valikoima tietoa ja materiaalia erilaisiin arjen tilanteisiin. Suomen mielenterveysseura julkaisee myös maksuttomia materiaaleja mm. tunnekuvia ja kaverikortteja, joita voi tulostaa omaan käyttöön. <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/materiaalit>

Papunet on verkkosivusto, jossa on kattavaa tietoa puhevammaisuudesta, vuorovaikutuksesta, erilaisista kommunikaatiokeinoista, kommunikoinnin välineistä ja puheen tukemisen apuvälineistä. Papunet -sivuston materiaaleista löytyy kuvatyökaluohjelma, josta voi tulostaa valmiiseen ruudukkopohjaan itse valitsemiaan kuvia valmiista kuvahausta. www.papunet.fi
<http://papunet.net/kuvatyokalu/fi>

Tunnetaitojen vuosikello



Tunnetaitojen harjoittelussa voidaan hyödyntää vuosikelloa, jonka avulla voidaan jakaa tunnetuokiot systemaattisesti eteneväksi kokonaisuudeksi. Tunnetaitoja voidaan harjoitella lapsen kanssa aina, sillä lapsi kehittyy kaiken aikaa kasvaessaan. Lapsi on avoin oppimaan uutta ja oppii leikkiessään jatkuvasti uusia asioita ja syventää jo aikaisemmin opittua.

LÄHTEET

Cacciatore, R. 2008. Kiukkukirja, Aggressiokasvattajan käsikirja. Helsinki: Priimuspaino Oy

Jarasto, P., Sinervo, N. 1997. Alle kouluikäisen lapsen maailma. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Salo, S., Tuomi, K. 2008. Hoivaa ja leikki. Vauvan ja vanhemman vuorovaikutus. Psykologien kustannus Oy.

Cacciatore, R. 2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.raisacacciatore.fi/38> [viitattu 16.2.2017]

Kasvuntaika. Satuhieronta 2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://kasvuntaika.fi/kurssit/satuhieronta/> [viitattu 16.2.2017]

Papunet. Aistit vuorovaikutuksessa 2015. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://papunet.net/tietoa/nakoaisesti-vuorovaikutuksessa> [viitattu 16.2.2017]

Roiha, A., Saarijärvi, L. 2012. Vauvahieronta varhaisen vuorovaikutuksen tukijana. Vauvahierontaopas vanhemmille. Tampereen ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.theseus.fi/search?scope=10024%2F13&query=vauvahieronta+&rpp=10&sort_by=0&order=DESC&submit=Hae [viitattu 1.3.2017]

Vanhempainnetti 2017. Mannerheimin lastensuojeluliitto, Tietokulma, Lapsen kasvu ja kehitys. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/ [viitattu 12.1.2017]

Lasten kirjat:

- Appelgren, T., Savolainen, S. Vesta-Linnea ja hirviö äiti. Helsinki: Tammi
- Abedi, I., Neuendorf, S. 2006 Harmi, minä hävisin. Jippii! minä voitin. Lasten parhaat kirjat
- Barille´, A. Olipa kerran elämä.
- Bell, N., ym. 2016. Leppäkerttu ilman pilkkuja. Tampere: Invalidiliitto
- Bergström, G. 2009. Mikko Mallikas tulee iloiseksi. Helsinki: Tammi
- Buckingham, M. 2014. Artturi arkajalka. Karkkila: Kustannus Mäkelä Oy
- Cacciatore, R., ym. 2004. Taikatanssi. Helsinki: WSOY.
- Deneux, Xavier. 2015. Silitä ja pajaa pehmeitä eläimiä. Vaukirja.
- Durant, A., Gilroi, D. 2004. Aina ja ikuisesti. Karkkila: Kustannus Mäkelä Oy
- Erkintalo, J. 2016. Millainen minä? Helsinki: Etana editions
- Geisler, D., Zöller, E. 2011. Ninni uskaltaa. Helsinki: Lasten keskus
- Harper, P. 2007. Kani karkuteillä. Helsinki: Egmont kustannus Oy Ab/Kirjalito
- Harainen, P. Lumme, L., 2008 Emma ja erilainen perhe. Porvoo: Bookwell OY
- Heath, A., Bainbridge, N. 2007. Vauvahieronta. Helsinki: WSOY
- Hoffman, M., Asquith, R 2013. Meidän ja muiden tunteet. Helsinki: Lasten keskus
- Hoffman, M. Asquith, R. 2016. Meidän ja muiden kehot. Helsinki: Lasten keskus
- Huikko, E., Isoniemi, E. 2006. Miltä Sipsukaisesta tuntuu? Jyväskylä: Gummerus kirjapaino
- Huovi, H., ym. 2016. Lastenhuoneen laulukirja. Helsinki: Tammi
- Juusola, M., Koski, J. 2015. Tunteiden aakkoset. Espoo: Painotalo Origos Oy
- Jones, R., Walden, L. 2016. Tunteet. Helsinki: Lasten keskus
- Klingting, L., 2014. Kotka, joka pelkäsi lentämistä. Rabe´n & Sjögrenin julkaisema erikoispainos.
- Korolainen, T., Rönns, C. 2007. Kissa Killin kiukkupussi. Helsinki: Tammin
- Lindgren, B. 1996. Oskari ja auto. Unkari: Tammi
- Leblac, C. 2012. Rakastatko minua jos. Helsinki: Lasten Keskus Oy
- Markkanen, S., Qvist, M. 2013. Tipsu ja oivallusten opas. Helsinki: Basam books
- Moost, N., Schober, M. 2003. Mikäs tuo ääni oli? Helsinki: Sley-kirjat
- Moost, N., Rudolph, A. 2001. Se on ihan totta! Helsinki: Sley-kirjat
- Moost, N., Rudolph, A. 2004. Kaikki riidoissa. Helsinki: Sley-kirjat
- Nascimbeni, B., 2003. Viivi ja uusi vauva. Karkkila: Kustannus-Mäkelä
- Oliver, G., Wright, N. 1998. Hannes Hirvi ja entäjossit. Tampere: Kirjatoimi
- Oliver, G., Wright, N. 1998. Jesse Jänis ja punaiset korvat. Tampere: Kirjatoimi
- Oliver, G., Wright, N. 1998. Otso Onninen hymy hukassa. Tampere: Kirjatoimi
- Oliver, G., Wright, N. 1998. Peten ja Paten rohkeus löytyy. Tampere: Kirjatoimi
- Parramo´n, J.M., Rius, M. 1988. Näkö. Helsinki: Lasten Keskus Oy
- Pertamo, K., Suvilehto, P. 2010. Syli. Lapsosen lähellä. Helsinki: Tammi
- Petz, M., Jackowski, A. 2005. Pahalla päällä. Helsinki: Lasten Keskus
- Sande, H. 2000. Pikku-Eetu, Missä on Eetun nenä. Vaukirja
- Sirett, D. 2011. Vauva ja ilmeet. Helsinki: Otava
- Slegers, L. 2009. Arvaa kuka olen?
- Sopanen, S., Kaikkonen, M. 2001. Leikkিতunti. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Sopanen, S., Kaikkonen, M. 2006. Lystitunti. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Sopanen, S., Kaikkonen, M. 2008. Taikapeitto. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Tharlet, E., Savolainen, M. 2009. Viivi Villava. Helsinki: Lasten keskus
- Velthuijs, M., 2004. Sammakko on surullinen. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy
- Velthuijs, M., 2002. Rakastunut sammakko. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy
- Webb, H., 2015. Vili eksyksissä. Hämeenlinna: Karisto Oy
- Winters, P., Lindenhuisen, E. 2011. Minä päästä varpaisiin. Helsinki: Lasten Keskus Oy
- Vaukirja 2015.
- Vaukirja 2000. Mikä ääni tuo on?
- Vaukirja 2000. Mistä tuo haju lähtee?