



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Tunnelorupussi päiväkotä Polkuun

Kulonen, Anna-Leena
Turunen, Maria

2017 Laurea





Laurea-ammattikorkeakoulu

LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Tunnelorupussi päiväkoti Polkuun

Anna-Leena Kulonen, Maria Turunen
Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Syyskuu, 2017

Anna-Leena Kulonen, Maria Turunen

Opinnäytetyön nimi

Vuosi 2017 Sivumäärä 52

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää tunnetyön ja lorupussimenetelmän yhdistävä materiaali espoolaiseen päiväkotipolkuun. Tunnelorupussista suunniteltiin varhaiskasvatukseen suunnattu työväline, joka tutustuttaa lapsia perustunteisiin (mm. ilo, suru, pelko, aggressio). Kuvien ja lorujen tunteet valittiin siten, että ne voisivat auttaa lapsia aikuisten ohjauksella ymmärtämään omia tunteitaan. Materiaalilta toivottiin myös helppokäyttöisyyttä. Yhteistyöpäiväkodin arvot ja visuaalinen ilme vaikuttivat osaltaan työn kehittämiseen.

Opinnäytetyön teoriapohjassa keskityttiin lasten tunne-elämän kehitykseen ja tunteiden säätelyn perustaan sekä kasvattajan tehtävään lapsen tunne-elämän kehityksen tukijana. Myös kulttuurinen näkökulma tunne-elämään huomioitiin, sillä se vaikuttaa kasvattajan toimintaan ja sitä kautta tunne-elämän kehitykseen. Koska kehittämisessä haluttiin mukaan myös lasten näkökulma, valikoitui lasten osallisuus yhdeksi osaksi kirjoitettua teoriaa. Materiaalin kehittäminen aloitettiin teoriapohjan kirjoittamisen jälkeen. Tunnelorupussia kehitettiin saatujen toiveiden ja palautteen pohjalta perustuen lasten ideoihin. Toteutusvaiheessa arvioitiin lorujen luettavuutta ja tunteiden tunnistettavuutta. Tehtyjen havaintojen pohjalta materiaalia työstettiin eteenpäin. Valmis materiaali toteutettiin yhteistyöpäiväkodin käyttöön.

Materiaali saatiin toteutettua toiveiden mukaiseksi ja se sopi päiväkotipolun arvoihin ja ilmeeseen. Kortit saatiin onnistumaan siten, että niitä voi hyödyntää yhdessä myös muiden tunnetyömenetelmien kanssa. Materiaalin yhdistäminen lorupussimenetelmään tuo sille tavoitteiden mukaisen helppokäyttöisyyden. Lorupussimenetelmää voisi edelleen kehittää tekemällä tunnelorupussin käyttöarviointia myös muissa päiväkodeissa ja saadun palautteen pohjalta jatkaa materiaalin työstämistä. Materiaalia voisi kehittää myös varhaiskasvatuksessa käytettävän tunnekirjan muotoon.

Asiasanat: tunnetyö, tunne-elämän kehitys, lasten tunteet, lorupussi, varhaiskasvatus

Anna-Leena Kulonen, Maria Turunen

Rhyme bag of emotions for Polku kindergarten

Year	2017	Pages	52
------	------	-------	----

The objective of this functional thesis was to develop a method for Päiväkoti Polku, a kindergarten in Espoo, combining both emotion processing methods and the use of a bag of nursery rhymes. The rhyme bag of emotions was designed to be a tool mainly for early childhood education introducing the basic emotions (i.e. happiness, sadness, fear and aggression) to children. The pictures and rhymes for the bag were chosen to help children to understand their own feelings with adult guidance. The kindergarten's personnel also wanted the method to be easy to use in everyday life. The co-operating kindergarten's values and visual appearance were as well taken into account while making the tool.

The theory for the thesis focused on children's emotional development, the basis of emotional regulation and the role of the educator to support the child's emotional development. The cultural perspective was as well taken into account since it affects the educator's actions and thus the development of children's emotions. The children's perspective was included while developing the method, the participation of children was also a part of the theory. After writing the theoretical background, the material was made. The emotion rhyme bag was continuously improved based on the wishes and feedback received from the kindergarten's personnel and children's ideas. The readability and recognition of the different feelings were evaluated while writing the rhymes. Considering the observations and comments the material was improved and the finalised material was implemented for the use of the co-operating kindergarten.

The material for the rhyme bag of emotions was successfully made according to the wishes of Polku kindergarten and it also was appropriate for reflecting the values and visual appearance of the kindergarten. The cards for the bag are to be used together with other emotional processing methods. Combining the cards with the rhyme bag method allows it the desired easy use in everyday life. This material could be further developed by evaluating the use of it in other kindergartens and collecting their feedback. The material could also be made into an emotion work book for early childhood education.

Keywords: emotion work, the development of emotions, children's emotions, rhyme bag, early childhood education

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Lähtökohta ja tavoitteet.....	7
3	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	8
4	Lapsen tunteet	8
4.1	Mitä tunteet ovat?	8
4.2	Tunteiden tehtävä	10
4.3	Tunteiden säätelyn perusta	11
4.4	Tunteet suhteessa toisiin ihmisiin.....	14
4.5	Aikuisen toiminta ja lapsen tunteet	15
4.6	Lapsen tunteiden kohtaaminen.....	17
4.7	Tunteet ja kulttuuri	18
5	Lasten osallisuus	20
5.1	Lapsilähtöisen ajattelun taustaa	20
5.2	Lasten osallisuuden hyödyt.....	21
6	Runojen ja kuvien käyttäminen tunteiden käsittelyssä	21
6.1	Runot	21
6.2	Kuvat	22
7	Toiminnan kuvaus	23
7.1	Eettisyys opinnäytetyössä	23
7.2	ideointi- ja suunnitelmavaihe.....	23
7.3	Toteutusvaihe.....	25
8	Arviointi.....	27
8.1	Oman oppimisen ja prosessin arviointi	27
8.2	Palaute Päiväkoti Polun henkilökunnalta ja lapsilta	29
8.3	Käyttö päiväkotia Polun arjessa.....	30
8.4	Jatkokehitys.....	32
	Lähteet	33
	Liitteet.....	34

1 Johdanto

Suunnittelemamme opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä yksityisen espoolaisen päiväkotiki Polun kanssa. Idea opinnäytetyöhön saatiin päiväkodilta ja kehitimme sitä eteenpäin yhdessä päiväkodin henkilökunnan kanssa. Ideamme oli toteuttaa toiminnallinen opinnäytetyö, jossa kehitimme helppokäyttöistä materiaalia tunnetyöskentelyyn päiväkodin arjessa. Apuvälineitä tunnetyöskentelyyn on paljon, mutta tunteet ja lorut yhdistävästä lorupussista ei tietojemme mukaan ollut aikaisempia opinnäytetöitä. Kehitimme ja toteutimme materiaalin alusta asti itse keräämämme teorian tiedon pohjalta.

Tunnetyöskentely on ajankohtainen aihe varhaiskasvatuksessa. Tämä näkyy myös uudessa valtakunnallisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa, jossa mainitaan muun muassa lasten tunnetaitojen harjoittelun olevan osa varhaiskasvatuksen tehtävää. Henkilökunnan tulisi auttaa lapsia tunteiden ilmaisussa ja itsesäätelyssä. (Vasu 2016, 32.) Opinnäytetyömme idea vastaa varhaiskasvatussuunnitelman perusteita, sillä suunnittelemamme on toteuttaa materiaali, jonka avulla tunteet tulevat tutuiksi ja joka helpottaa tunneasioiden ottamista mukaan päiväkodin arjen toimintaan.

Teoriapohjaksi valitsimme tietoa muun muassa tunne-elämän ja itsesäätelyn kehityksestä sekä aikuisen toiminnasta lasten tunteiden nimeämisen ja ymmärtämisen tukena. Mielestämme teoriapohja tuki hyvin opinnäytetyömme käytännön toteutusta, koska ymmärtäessämme lasten tunteita, saimme parhaiten kehitettyä uutta materiaalia tunnetyöskentelyä tukemaan.

2 Lähtökohta ja tavoitteet

2.1 Lähtökohta ja tarve

Päiväkoti Polku on pieni yksityinen päiväkotito, jossa on hoidossa noin 15 lasta. Polun tärkeimmät arvot ovat läsnäolo, yksilöllisyys ja osallisuus. Nämä arvot näkyvät arjessa muun muassa lapsilähtöisyytenä ja lasten kuuntelemisena. Myös tunnetyöhön halutaan kiinnittää huomiota ja sitä toteutetaan lapsia kuunnellen. Päiväkodin Internet-sivuilla mainitaan, että lapsen tunteita ja kokemuksia pidetään suuressa arvossa: jokaiselle tunteelle kerrotaan olevan tilaa. Näistä lähtökohdista ja käymiemme keskustelujen pohjalta voidaan havaita, että tunnetyökentelyä pidetään tärkeänä osana päiväkotito Polun toimintaa. Koska tunnetyötä tehdään osana kaikkea arjen toimintaa, henkilökunta havaitsi, että heiltä puuttuu helppokäyttöinen tunnetyömateriaali.

Tunnetyömateriaaleja, joita päiväkodissa on käytetty, ovat esimerkiksi Sipukaisesta kertova Miltä Sipukaisesta tuntuu? - kirja (Huikko, Isoniemi 2006), sekä siihen liittyvä nukke, tunnekorrit ja Satuhieronta - kirja. Päiväkodissa käytetään paljon myös lorupusseja, jotka ovat sekä lasten, että aikuisten saatavilla. Lorupusseja käytetään ajasta ja paikasta riippumatta niin sisällä kuin ulkona. Henkilökunta huomasi, että tunnetyön ja lorupussimenetelmän voisi yhdistää. Koska valmiita tunnelorupusseja ei löytynyt, henkilökunta esitti ideansa sellaisen kehittämiseksi.

2.2 Opinnäytetyön tavoite

Opinnäytetyömme on toiminnallinen opinnäytetyö, jossa ei Vilkan ja Airaksisen (2003) mukaan ole selkeitä tutkimuskysymyksiä (29-30). Meidän tarvitsi kuitenkin asettaa työllemme tavoitteet, jotta sen kohde on selkeä. Vilka ja Airaksinen mainitsevat myös tavoitteiden asettamisen merkityksen toiminnallisen opinnäytetyön sisältöä kuvatessaan. Työmme tavoitteena on suunnitella ja valmistaa tunnetyötä tukeva materiaali yhteistyöpäiväkotitoimme. Tavoitteena on myös, että tuotettu materiaali olisi helppo ottaa käyttöön ja pitää mukana arjessa. Haluamme, että valmiin työn visuaalinen ilme ja sisältö ovat lapsia innostavia sekä päiväkotito Polun ympäristöön ja arvomaailmaan sopiva. Pyrimme siihen, että lorupussi olisi monikäyttöinen ja sitä voisi käyttää yhdessä muiden tunnetyömenetelmien kanssa.

3 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisen opinnäytetyön toteuttamiseen kuuluu aiheeseen liittyvän selvityksen tekeminen. Selvityksen valmistuttua aloitetaan varsinaisen raportin kirjoittaminen. Tämä vaihe alkaa suunnitelman teolla. (Vilka & Airaksinen 2003, 26.) Koska toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on tuotteen toteuttaminen, tulee raportoinnissa esittää konkreettisesti tehdyt työvaiheet. Toiminnallisia menetelmiä käytettäessä on huomioitava valmistuvan tuotteen ja työn kohderyhmä. Tämä on otettava huomioon muun muassa lopullisen tuotteen teksteissä ja ulkoasussa. (Vilka & Airaksinen 2003, 51.)

Raportti on tärkeä osa opinnäytetyötä kun menetelmäksi on valittu toiminnallisuus ja se on muodoltaan kerronnallinen selventäen ajallisessa järjestyksessä työn eri vaiheita. Raporttiin tulee sisällyttää työn aiheen valikoituminen, opinnäytetyön kohderyhmä, tavoite sekä tarkoitus ja muut opinnäytetyötä tehdessä esiin tulleet vaiheet. Vaikka raportti on tärkeä osa opinnäytetyötä, toiminnallisessa työssä olennaisin osa on kuitenkin prosessissa valmistuva tuote. Raportoinnin merkitys on tuoda opinnäytetyön tutkimuksellinen puoli esille. (Vilka & Airaksinen 2003, 82.) Raportin kielen pitää täyttää tutkimusviestinnän vaatimukset, mutta se eroaa esimerkiksi otsikoinniltaan tutkimusraportista. (Vilka & Airaksinen 2003, 84.)

4 Lapsen tunteet

4.1 Mitä tunteet ovat?

Tunteet ovat perusluonteeltaan mielensisäisiä reaktioita. Ne eroavat muista mielen tapahtumista kuten muistin tai ajattelun toiminnasta siten, että tunteet välittyvät usein toisille ihmisille. Tunteet näkyvät lähtökohtaisesti ulospäin. Ihminen voi esimerkiksi havaita toisen ihmisen itkun yhdistettynä kasvojen surulliseen ilmeeseen, joka ilmaisee hänen olevan murheellinen. Kahden ihmisen kokemus samasta tunteesta voi olla erilainen, mutta lähtökohtaisesti ihminen ymmärtää toisen ihmisen tunteen ilmaisusta, minkälainen hänen tunnekokemuksensa on. Ihminen vertaa tätä kokemusta omaan aikaisemmin kokemaansa tunteeseen. (Nummenmaa 2010, 77.) Ihmisten ollessa vuorovaikutuksessa toistensa kanssa ovat tunteet aina läsnä. Ihminen vaistoa ja tulkitsee toisen tunteita ja ilmaisee itse omiansa. (Haapsalo, Kirkkopelto & Repo 2016, 16.)

Tunteisiin liittyy tasoja, joilla ihminen voi kokea tunteita. Keltikangas-Järvinen (2010) nimeää kolme tasoa: elämyksellisen, fysiologisen ja ilmaisullisen tason. Elämyksellisellä tasolla tarkoitetaan sitä, miten tunteet havaitaan ja miten ihminen kokee tunteen. Sen ajatellaan olevan aidoin taso, koska se pitää sisällään ihmisen henkilökohtaisen tunteen tuntemisen. (Kelti-

kangas-Järvinen 2010, 174.) Tunteiden fysiologisella tasolla tarkoitetaan tunteiden ilmene- mistä fysiologisina reaktioina. Esimerkiksi hermostuneen ihmisen kädet saattavat täristä tai jännittynyt ihminen voi reagoida tilanteeseen vatsallaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 179.) Nämä fysiologisella tasolla tapahtuvat muutokset ovat osa tiedostamatonta tunneprosessia. Keho siis reagoi ulkoiseen ärsykkeeseen ennen kuin ihminen itse tiedostaa tunnetta. (Num- menmaa 2010, 16.) Ilmaisun tasolla tarkoitetaan sitä miten tunteita osoitetaan muille ihmisil- le. Niistä voidaan kertoa verbaalisesti tai motorisesti. Tunteiden ilmaisun tapaan ja voimak- kuuteen vaikuttaa kulttuuri, jossa ihminen elää. (Keltikangas-Järvinen 2010, 175.) Ilmaisun tasolla ihminen on jo tietoinen tunnetilastaan (Nummenmaa 2010, 16).

Eri tutkimuksissa jaottelua tunteiden tasojen välillä on tehty eri tavoin. Keltikangas-Järvinen (2010) käyttää mainittuja kolmea tasoa, mutta esimerkiksi Kanninen ja Sigfrids (2012) käyttä- vät yksityiskohtaisempaa jaottelua. Heidän nimeämiään tasoja ovat subjektiivinen tunneko- kemus, fysiologiset tuntemukset, toimintavalmiudet, mielikuvat ja neurokemialliset prosessit. Subjektiivinen kokemus kuvaa jotakin perustunnetta, esimerkiksi iloa tai surua. Fysiologiset tuntemukset liittyvät kehon tuntemuksiin ja voivat olla esimerkiksi tunteita kylmästä, kuu- masta tai puristuksesta. Toimintavalmiudet valmistelevat meidät toimimaan, kuten pelon edessä pakenemaan tai häpeän kohdatessa piiloutumaan. Mielikuvat ovat yksilöllisiä tunteiden pohjalta heränneitä ajatuksia. Neurokemialliset prosessit kertovat muun muassa kokemuksen kuormittavuudesta tai riemullisuudesta. Kaikille tunteille löytyy neurokemiallinen vastaavuus. (Kanninen & Sigfrids 2012, 77.)

Kanninen ja Sigfrids (2012) käyttävät myös jaottelua primaari- ja sekundaaritunteisiin sekä instrumentaalisiin tunteisiin. Primaaritunteet ovat ydintunteita, jotka heräävät nopeasti ku- ten suru menetyksestä tai pelko uhattuna. Näiden tunteiden käsittäminen ja nimeäminen ovat keskeinen osa tunteiden hallintaa. (Kanninen & Sigfrids 2012, 78.) Tiedostamattomina myös ne aiheuttavat erilaisia automaattisesti syntyviä tunneprosesseja. Jos ihminen ei esimerkiksi tiedosta surevansa menetystä tai kieltää surun, keho voi tästä huolimatta reagoida suruun. (Nummenmaa 2010, 16.) Sekundaaritunteet ovat puolustusreaktio primaaritunteisiin. Tämän takia ne ovatkin haastavia, sillä ne voivat hankaloittaa pohjalla olevan primaaritunteen ym- märtämistä. Lapsi voi olla todella vihainen ja raivon vallassa, mutta oikeasti pohjimmiltaan tuntee ahdistusta ja häpeää, joka vain purkautuu ylitsepursuavana kiukkuna. (Kanninen & Sig- frids 2012, 78.)

Instrumentaaliset tunteet ovat tunteita, joita ilmaistaan, koska lapsi tai aikuinen on huomannut muiden reagoivan niihin toivomallaan tavalla. Lapsi voi esimerkiksi alkaa opitun tavan mukaisesti itkeä lohduuttomasti, jotta saisi aikuiset toteuttamaan hänen toiveensa ja tahton- sa. Kasvattajan haasteena on huomata sekundaaristen ja instrumentaalisten tunteiden alla oleva ydintunne ja reagoida siihen. Ydintunteiden kautta kasvattaja voi tavoittaa lapsen sisäi-

set perustarpeet. (Kanninen & Sigfrids 2012, 78-79.) Tunnerehellisyys on lapselle luontaista, mikäli hän on kasvanut ympäristössä, jossa ei ole oppinut piilottamaan tunteitaan (Haapsalo ym. 2016, 17). Tunteet ovat kuitenkin monimutkainen kokonaisuus ihmisen kehossa ja niiden tarkoitus on reagoida, sekä uhkaaviin että mahdollisuuksia tarjoaviin tilanteisiin. Näin ollen jo pieni lapsi voi oppia piilottamaan todellisen tunteensa saavuttaakseen haluamansa mielihyvää tuottavan asian. (Nummenmaa 2010, 20.)

Yksilöt eroavat kyvyissään tavoittaa tunteiden eri tasoja. Pienillä lapsilla ei ole tunnesanastoa, joten kasvattaja on vastuussa tämän itsesäätelyn kehittymisestä. Monet tunteet voivat olla aivan uusia kokemuksia lapselle ja tämän takia kehollisen tason hahmottaminen voikin olla helpointa pienille lapsille. Lapsi voi hyvinkin paikantaa, missä ja miten tunne tuntuu: esimerkiksi kiukun hän voi kuvata puristuksena rinnassa tai kipeytenä vatsassa. Mikäli kasvattaja pystyy keskustelemaan lapsen kanssa tunteista avoimesti ilman häpeän tuottamista, on hänellä tilaisuus antaa nimi tunteelle ja sitä kautta helpotuksen olo. (Kanninen & Sigfrids 2012, 77.)

4.2 Tunteiden tehtävä

Nykyisen tiedon mukaan tunteet vaikuttavat monella tavalla myönteisesti ihmisen elämään. Arkisen kokemuksen mukaan tunteet rikastuttavat elämää, mutta niillä on monia syvempiäkin vaikutuksia. Yksi tunteiden tehtävä on vaikuttaa siihen, mitkä asiat arjessa ihminen kokee tärkeimmiksi. Tätä kautta tunteet ohjaavat ihmistä toimimaan henkilökohtaisen hyvinvointinsa kannalta tärkeysjärjestyksessä. (Kokkonen 2010, 11.) Tunteiden tehtävä on tutkitun tiedon mukaan hyvin monitahoinen. Koska tunteet vaikuttavat moniin asioihin sekä fyysisesti ja psyykkisesti, niiden tutkiminen on hyvin haastava prosessi. Haastavuuteen vaikuttaa se, että yksilötasolla kokemukset tunteista ja niiden tunnistamisesta eroavat suuresti. Tutkimuksissa on kuitenkin todettu tunteiden yhteys muun muassa selviytymiseen vaikeissa tilanteissa ja pyrkimys yksilön hyvinvoinnin lisääntymiseen. (Nummenmaa 2010, 20.)

Tunnekokemus voi vaikuttaa esimerkiksi työtehtäviin tai mukavien ihmisten seuraan hakeutumiseen. Sisäiset tunteet myös suojaavat ihmistä: kokiessaan esimerkiksi pelkoa ihminen havaitsee ympäristössään hyvinvointiaan tai olemassaoloaan uhkaavia tekijöitä. (Kokkonen 2010, 11.) Tunteiden tunnistaminen niitä kokiessa voi olla helppoa, mutta haastavaa on kertoa, millä kokemuksella oikeasti tuntuu ja missä se tuntuu. Tunteen nimeäminen saattaakin usein olla vaikeaa. Sen sijaan, että ihminen tietäisi mistä tunteesta on kyse, hän saattaa esimerkiksi tuntea epämääräistä pahaa oloa. Kertomalla tuntemuksistansa toiselle ihmiselle, ihminen voi saada paremman selvyuden omasta kokemuksestaan ja nimetä oman tunteensa. (Keltikangas-

Järvinen 2010, 219.) Tunteet ovat siis vahvasti läsnä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa (Haapsalo ym. 2016, 16).

Tunteita jakamalla rakennetaan kontakteja muihin. Ihmisiä yhdistävät kulttuurista riippumattomat perustunteet suru, viha, ilo, hämmästyks, inho ja häpeä. Samankaltaisuutensa takia perustunteet liittävät ihmisiä yhteen ja auttavat yksilöä jäsentämään sisäistä kaaostaan. (Kanninen & Sigfrids 2012, 76.) Noin 90 % ihmisistä on tutkittu tunnistavan nämä perustunteet toisen ihmisen kasvoilta. On myös todettu, että sokeatkin lapset ilmaisevat näitä tunteita kasvoillansa samalla tavalla. He eivät ole voineet oppia näköhavainnon kautta tunteen ilmaisua, joten kyvyn tuottaa näitä perusilmeitä täytyy olla peräisin perimästä. (Nummenmaa 2010, 85.) Perustunteita vieläkin ”syvällisempiä” ja perustavanlaatuisia ovat suuntaavat emootiot. Suuntaavat emootiot ovat aivojen reagoitua sisäisiin tai ulkoihin ärsykkeisiin ja niistä seuraavia tulkintoja siitä, onko aiemmin saatu signaali ”hyvä” vai ”huono”. Suuntaavan emotionin avulla mieli ja keho valmistautuvat toimimaan tunteiden kautta. (Kanninen & Sigfrids 2012, 76.)

4.3 Tunteiden säätelyn perusta

Tunteiden säätelyn kehitys alkaa jo sikiövaiheessa. Tuolloin toteutuvat ensimmäiset kehitysvaiheet äidin ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Koska aivot ja niiden toiminnot kehittyvät voimakkaasti kohdussa, jo näillä ensimmäisillä hetkillä on merkitystä lapsen tunne-elämän kehityksen kannalta. Kohdussa oleva vauva kokee liikkeit, äidin sykkivän sydämen ja kuulee kohtuun laulu- ja puheääntä ulkopuolelta. Kaikki nämä tukevat lapsen keskushermoston kehitystä, joka vaikuttaa myöhemmin tunteiden säätelyyn. Riskitekijänä tälle kehitykselle voi olla esimerkiksi odottavan äidin tupakoiminen, päihteet tai stressi. (Kokkonen 2010, 79.) Lapsen aivot muovautuvat jo ensi hetkistä lähtien vuorovaikutuksessa ja ottavat vaikutteita ympäröivästä ilmapiiristä (Kanninen & Sigfrids 2012, 27).

Ihmisaivojen kehitys jatkuu aina varhaiseen aikuisuuteen asti, kuitenkin muovautuvimmillaan aivot ovat ensimmäisten kymmenen elinvuoden aikana. Tunteiden säätelyn kehityksen kannalta erityisen tärkeä ikävaihe ihmisellä on noin 6-18 kuukauden ikäisenä. (Kokkonen 2010, 80.) Itsesäätelyn perustana tässä vaiheessa on vanhemmilta saatu malli. Ollessaan kahdenkeskisesä turvallisessa vuorovaikutuksessa vanhempansa kanssa sekä mielen, että ruumiin osalta, itsesäätely kehittyy normaalisti. (Siltala 2015, 247.) Tässä iässä kehittyvät erityisesti otsalohko ja aivojen kuorikerros, jotka vaikuttavat tunteiden säätelyyn myöhemmin. Turvallinen vuorovaikutus edistää näiden aivojen osien kehittymistä. Esimerkiksi rauhallisen kosketuksen on tutkittu vaikuttavan stressiä vähentävästi ja toistuvana tämä kokemus vaikuttaa myös myöhemmässä iässä parempaan stressin säätelykykyyn. (Kokkonen 2010, 80.)

Lapsi alkaa ilmaista perustunteita jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Lapsi oppii esimerkiksi mielihyvää ilmaisevan hymyn jo muutaman kuukauden iässä. Pieni vauva osaa ilmaista myös pelkoa esimerkiksi itkemällä vieraan henkilön ottaessa hänet syliinsä. Myös muiden perustunteiden ilmaisu kehittyy yleensä jo varhain. (Nummenmaa 2010, 172.) Perustunteiden ilmaisu pohjalle rakentuu vauvan ja vanhemman välinen vuorovaikutus, joka perustuu lapsen tunteiden ilmaisuun ja vanhemman reagointiin (Kokkonen 2010, 81).

Sinkkonen (2012) kuvaa äidin ja vauvan välisen vuorovaikutuksen olevan parhaimmillaan psykologista tanssia. Tässä tanssissa kumpikaan osapuoli ei parhaassa tapauksessa astu toisen varpaille liian usein, eli kun äiti havaitsee lapsen tunnetilan ja reagoi siihen, vahvistuu lapsen positiivinen kokemus. Jos lapsi on virkeä ja vastaanottavainen, vanhempi voi esimerkiksi leikkiä hänen kanssaan siten, että saa tämän nauramaan. Lapsen nauru taas voi saada aikaan myös vanhemmassa naurua. Tällöin vuorovaikutus tuottaa iloa kummallekin osapuolelle. Sensitiivinen vanhempi havaitsee myös hetket, jolloin lapsi tarvitsee rauhoittumista ja lepoa sosiaalisista tilanteista. (Sinkkonen 2012, 70.)

Kun vanhemman lapsen välinen vuorovaikutus tapahtuu toistuvasti jollain tapaa, syntyy heidän välilleen tunnesuhde, jota kutsutaan kiintymyssuhteeksi. Kiintymyssuhteella on tutkitusti vaikutusta tunteiden säätelyyn myöhemmällä iällä. (Kokkonen 2010, 81-82.) Kiintymyssuhte-teorioiden keskeinen asia on se, että kiintymyssuhde voi olla turvallinen tai turvaton. Vastuu kiintymyssuhteen kehittymisestä on aina aikuisella. Kyse on siitä, miten aikuinen reagoi lapsen viesteihin. Tärkeässä osassa kiintymyssuhteen kehittymisessä on johdonmukaisuus. (Rusanen 2011, 58.) Turvallisesti kiintynyt lapsi oppii luottamaan myös muihin ihmisiin ja voi käyttää sosiaalista tukiverkkoaan myöhemmällä iällä tunteidensa säätelyyn (Kokkonen 2010, 82).

Kun lapsi kasvaa, tunnekehitykseen alkavat vaikuttaa yhä enemmän vanhempien lisäksi myös muut hänen ympärillään olevat ihmiset: sisarukset, varhaiskasvatuksen aikuiset, sukulaiset ja ystävät (Kanninen & Sigfrids 2012, 27). Tässä vaiheessa kehitystä lapsen tunnemaalima vahvistuu ja selkeytyy (Siltala 2015, 248). Päivähoidon aikuisilla on myös tärkeä tehtävä olla olemista, käyttäytymistä ja oppimista säätelevänä sekä jäsentävinä kasvun avustajina. Erilaisten ja eri rooleissa olevien aikuisten kanssa tekemisissä olemisen auttaa lasta kehittämään kykyään hallita omia tunteita ja toimintaa erilaisissa tilanteissa. (Isokorpi 2004, 127.)

Kiintymyssuhteen rakentumisen jälkeen normaalissa tunne-elämän kehityksessä seuraa taaperoiän vaihe, jossa lapsi alkaa vähitellen ymmärtää omia tunnereaktioitaan. Lapsi alkaa myös ilmaista monimutkaisempia tunteita, kuten häpeää, ylpeyttä, ujostelua tai kateutta. Noin yhden ja kahden ikävuoden välillä alkaa myös vaihe, jossa lapsi osoittaa voimakkaasti häntä itsenäisyyteen valmistavaa suuttumuksen tunnetta. Kaksivuotias lapsi kykenee jo nimeämään

joitain tunteitaan. Tässä kehitysvaiheessa lapsella tulee enemmän yhteenottoja läheisten kanssa, mikä auttaa ymmärryksen lisääntymistä itseä ja muita kohtaan. (Kokkonen 2010, 83.) Tunteiden säätelyn taito tässä iässä on vielä kehittymässä. Turhautuessaan lapsi saattaa esimerkiksi lyödä tai purra, mutta voimakkaat fyysisestikin reaktiot ovat kehitykselle tyyppillisiä. (Sinkkonen & Korhonen 2015, 182.)

Taaperovaiheen jälkeen pahin uhma jää taakse tunteiden säätelyn taidon kehittyessä (Sinkkonen & Korhonen 2015, 183). Lapsen tunne-elämän kehitys etenee: lapsi oppii jo leikissä hyödyntämään myös toisenlaisia tunteita kuin mitä itse sillä hetkellä kokee. Lapsi alkaa ymmärtää, että voi näyttää esimerkiksi valheellisella ilmeellä, että tuntisi asian toisella tavalla kuin todellisuudessa kokee. Kielellisen ilmaisun monipuolistuminen auttaa tunteiden säätelyssä: lapsi kykenee vähitellen kertomaan yhä monipuolisemmin tuntemastaan. Myös ymmärrys toisten tunteista lisääntyy entisestään vuorovaikutuksessa toisten kanssa. (Kokkonen 2010, 83.)

Leikki-ikäinen lapsi tarvitsee vielä paljon aikuisten tukea tunteiden säätelyssä. Hän esimerkiksi pahoittaa mielensä herkästi. Aikuinen tarjoaa näissä tilanteissa lohdutusta ja turvaa. (Sinkkonen & Korhonen 2015, 184.) Ennen esikouluikää lapsi osaa jo melko hyvin ikätovereidensa seurassa esittää tyyntä ulkokuorta. Luottamus omiin ratkaisukykyihin ongelmatilanteissa lisääntyy. Omien ja toisten tunteiden ymmärtämisessä ja niihin reagoinnissa lasta auttavat sosiaaliset taidot. Tässä kehitysvaiheessa lapsi myös omaksuu kulttuuriin liittyviä tunne-elämään liittyviä sääntöjä. (Kokkonen 2010, 84.)

Tunteiden säätely on taito, jota edellytetään erilaisissa ympäristöissä toimiessa. Ihmiselle luontaista on tavoitella tilaa, jossa hänellä on tasapainoinen olo. Jos epämiellyttävä tunnetila jatkuu pitkään, järkyttää se tasapainon tunnetta ja kuormittaa elimistöä niin psyykkisesti kuin fysiologisesti. Myös positiiviset tunteet voivat järkyttää tasapainoista tilaa, sillä esimerkiksi ilon jatkuessa liian kauan riehumisena, muuttuukin se ihmistä kuormittavaksi tunteeksi. (Kaninen & Sigfrids 2012, 82.) Myös Kokkonen (2010) mukaan sekä miellyttäväksi, että epämiellyttäväksi koetut tunteet kuormittavat pitkäkestoisesti jatkuessaan. Kun tunteiden säätely on tasapainoista, pystyy ihminen toimimaan tilanteen edellyttämällä tavalla sopivan voimakkaan tunnekokemuksen tuntien. Ihmisen elämänpiirissä on paljon tietoa, joka vaikuttaa tunteisiin. Tavoitetilassa tätä tietoa voi kokea niin, että se ei kuormita liikaa. Ihmisen tulisi myös ymmärtää, omien tunteiden vaikutus ympärillä oleviin ja elää ympärillä olevien ihmisten kanssa myötäeläen sopivassa määrin heidän tunteissaan. Tunteiden kohdalla tarvitaan siis itsesäätelyä, jotta tunteet eivät hallitsisi liikaa ihmisen elämää. (Kokkonen 2010, 19-20.)

Jotta tämä tasapaino on mahdollinen, on lapsuuden itsesäätelyn kehittymisellä suuri merkitys. Tästä johtuen on tärkeää oppia hillitsemään tunteita ja korvaamaan negatiivisia tunteita ja ajatuksia positiivisilla. Onnistuneen tunnesäätelykyvyn tavoittaminen auttaa voimaan hy-

vin, kehittämään parempaa itsetuntoa ja edistää tasapainoisen tunne-elämän syntymistä. Tunteiden säätely auttaa säätelemään sitä, miten käyttäytyy, sillä tunteilla on laaja-alainen vaikutus toimintaamme. (Kanninen & Sigfrids 2012, 82.)

4.4 Tunteet suhteessa toisiin ihmisiin

Jo pieni vauva alkaa peilaamalla harjoitella toisten ihmisten tunnetilojen lukemista ja niiden ymmärtämistä. Vartalon liikkeiden tekeminen on mukavaa jäljittelyn avulla ja erilaisten liikkeiden hallinta auttaa koko kehon hallinnan syntyemisessä. Peilausjärjestelmä auttaa vauvaa oppimaan paljon sellaisia toimintoja, joita hän tarvitsee vanhempana. (Mäkelä, Nislin, Sajaniemi & Suhonen 2015, 94.) Kyky empatiaan ja sen harjoitteluun on siis synnynnäinen ja se kehittyy kokemusten ohjaamana. Empatiakyvyn kehittymisen automaattisesta valmiudesta huolimatta ovat kehitysedellytykset yksilölliset: joidenkin ihmisten on helpompaa tunnistaa ja eläytyä toisen tunteisiin kuin toisten. (Peltonen & Kullberg-Piilola 2005, 76.)

Aikuinen pystyy mukautumaan lapsen tunteiden vaihteluun hyvin, mikäli lapsena hänen oma empatiakehityksensä on edennyt suotuisasti. Hyvät tunnetaidot omaava aikuinen pystyy huomioimaan lapsen tunteiden vaihtelut, mukauttaa omaa tunneviestintäänsä niiden mukaan ja näin osoittaa, että lapsen tunteet ovat tulleet huomioiduiksi. Hyvässä vuorovaikutuksessa aikuinen huomioi lapsen tunteita esimerkiksi äänellään, liikeradoillaan ja kehon asennollaan. (Mäkelä ym. 2015, 95.) Ensimmäiset tunnetaidot lapsi oppii kotona vanhemmiltaan. Vanhemmat mallintavat tunteiden hyväksymistä, ilmaisemista ja hallintaa. (Haapsalo 2016, 16.)

Kehon liikekieleen mukautuminen tuo lapselle tunteen, että hänen tunteensa on huomattu. Tämä taas antaa viestin turvallisuuden tunteesta ja auttaa lasta säätelemään stressireaktiotaan. Kun lapsi jatkuvasti saa positiivisia kokemuksia vuorovaikutustilanteista ilahtuu hän jatkossakin muista ihmisistä sekä kiinnostuu ympäröivästä maailmasta. Aikuinen antaa näin myös esimerkin toisten tunteiden ymmärtämisestä ja myötäelämisestä. (Mäkelä ym. 2015, 95-96.)

Aikuisen ja lapsen välisten kohtaamisien lisäksi positiiviset vuorovaikutushetket vertaisten kanssa vahvistavat mielihyvän kokemuksia ja empatiataitojen kehittymistä. Yhteisten leikkien aikana lapset kokevat mielihyvän tunteita ja kokevat iloa hetken jakamisesta vertaisensa kanssa. Ryhmässä lapset tulkitsevat tunnevihteitä ja vastaavat niihin tunteilla. (Haapsalo ym. 2016, 17.) Vertaisryhmillä on mahdollisuus tukea lapsen sosiaalista ja emotionaalista kokemusta etenkin lapsen ollessa suosittu leikkikaveri. Ryhmä mahdollistaa itsensä ymmärtämisen suhteessa toisiin. Kun lasten väliset sosiaaliset suhteet ovat tasavertaisia, oppivat lapset toisiltaan toisen huomioon ottamisen, kuuntelun ja auttamisen taitoja. Lapset toimivat toisilleen

kannustimina ja vertailukohteina. Aikuisen ja lapsen välisissä suhteissa saman tavoittaminen on hankalaa, sillä suhde on lähtökohtaisesti eriarvoinen. (Mäkelä ym. 2015 146-147.)

4.5 Aikuisen toiminta ja lapsen tunteet

Kasvattajan päätavoite on taata lapsen tunne perusturvallisuudesta. Kasvattajan tulisi kyetä lukemaan ja auttaa säätämään lapsen erilaisia tunnetiloja sekä ymmärtää tämän yksilöllistä tapaa kokea asioita. Hyvä kasvattaja huomaa lapsen primääriset ydintunteet reagoinnin alta ja kykenee seuraamaan lapsen muuttuvaa mielentilaa. Lapsen olisi tärkeää huomata, että hän voi turvautua toisiin ihmisiin myös tunteisiin liittyvissä asioissa ja saada lohdutusta sekä apua omien tunteidensa ymmärtämisessä. Kasvattajan tehtävänä on auttaa lasta arvostamaan omia tunteitaan ja saada aikaan tunne, että lapsi tulee ymmärretyksi omalla tavallaan ilmaista tunteita. (Kanninen & Sigfrids 2012, 80.)

Erityisen tärkeää on, että kasvattaja ei kiellä lapselta myöskään negatiivisiksi luokiteltuja tunteita. Jos kielteinen tunne ei ole sallittu, voi se aiheuttaa lapsessa syyllistymistä ja ahdistumista. On siis välttämätöntä, että tunteet saa ilmaista, mutta oleellista on se, miten tunteita ilmaistaan. Esimerkiksi toisen satuttaminen tunteiden purkautuessa ei ole luvallista. (Koivunen & Lehtinen 2015, 143.) Aikuinen auttaa jakamaan isot tunnemöykyt ymmärrettäväksi nipuiksi: pahan olon voi eritellä esimerkiksi suruksi, kateudeksi, ikäväksi ja pettymykseksi. (Kanninen & Sigfrids 2012, 80). Lasta siis autetaan ja ohjataan omien tunteiden tunnistamiseen ja ilmaisemiseen sekä voimakkaiden tunteiden kanssa selviytymiseen (Koivunen & Lehtinen 2015, 143).

Edellä mainittu toiminta edellyttää aikuisen virittäytymistä lapsen tunteisiin. Virittäytyminen antaa lapselle hyvinolontunteen, sillä silloin hän kokee tullessa kuulluksi, nähdyksi, ymmärretyksi ja kohdatuksi. Pienet lapset tarvitsevat kokoaikaista virittäytymistä, sillä he tarvitsevat jatkuvan mahdollisuuden peilata itseään toiseen ihmiseen. Kasvattajan täytyy olla lapsen tunteisiin virittäytyessään tarkkana, sillä toisten lasten kohdalla virittäytyminen on helpompaa. Esimerkiksi lapsen ikä ja persoonallisuus vaikuttavat virittäytymisen helppouteen. Tämän takia aikuisten pitää tarkastella omia sisäisiä tuntemuksiaan suhteessa eri lapsiin. (Kanninen & Sigfrids 2012, 81.)

Kasvattajan tulisi myös pohtia omaa asennoitumistaan eri tunteisiin, sillä toimintatavat vaihtelevat omien tunnekäsitysten mukaan. Kasvattajan oma arvomaailma ja lapsuuden kokemukset vaikuttavat pedagogiikan ja lapsista itsestään nousevan toimintakulttuurin rinnalla siihen, miten hän toimii kunkin tunteen kohdalla. (Kanninen & Sigfrids 2012, 82.) Kasvattajan tulisi toimia tunnerehellisesti. Aikuisen kohdalla tämä tarkoittaa sitä, että hän ilmaisee tunteitaan,

mutta hallitsee tunnereaktioitaan. Näin lapsi oppii luottamaan siihen, mitä aikuinen sanoo. Lapsi joka tapauksessa lukee aikuisen tunteita. Jos ne ovat ristiriidassa hänen sanomisiensa kanssa, lapsi havaitsee tämän. (Haapsalo ym. 2016, 17.)

Lapset oppivat tunnetaitoja aikuisten kanssa tapahtuvan tunteiden jakamisen avulla: katso-
malla, samaistumalla ja kokemalla. Lapset pitävät silmällä, miten aikuinen ilmaisee ja käsittelee erilaisia tunteita ja tarvitsee mallia esimerkiksi sille, miten vihan tunne kanavoidaan hyväksyttävällä tavalla. Yhdessä aikuisen kanssa on turvallista keskustella, miten lapsi ja aikuinen itse tunteet kokevat. (Isokorpi 2004, 129.) Tällainen tunteiden tasolla saatavilla oleva aikuinen ei puhu lapsen päälle tai keskeytä leikkiä. Hän osaa kunnioittaa lapsen omia yrityksiä ratkoa tilanteita, esittää omia vaihtoehtojaan, kyselee lapsen kokemuksia eikä rajaa tarpeet-
tomasti fyysisesti. Jos kasvattaja huomioi lasta tämän ikään ja kehitystasoon sopivalla tavalla sekä ohjaa, säätelee sekä opettaa tunteiden kanssa toimimista tunkeilemattomasti, tukee hän lapsen hyvän itsetunnon, onnistumisen kokemuksien ja tunnetaitojen kehittymistä. Leikin avulla aikuisen on helppo tulla lähelle lapsen maailmaa ja rakentaa yhteistä vuorovaikutusta. (Kanninen & Sigfrids 2012, 95-97.)

Lapset havainnoivat paljon aikuisten ilmeitä, eleitä ja tunnetiloja. He hakevat aikuisen reaktioista vahvistusta omille kokemuksilleen. Niinpä on tärkeää, että kasvattaja olisikin sensitiivinen ja pystyisi ilmaisemaan esimerkiksi aitoja positiivisia tunteitaan lapselle. Tämän lisäksi aikuisen täytyy myös näyttää lapselle, että pystyy hillitsemään negatiivisia tunteitaan. (Kanninen & Sigfrids 2012, 92.) Aikuinenkin saa olla vihainen, mutta siten, että hallitsee tunteensa. Näin käyttäytyessään hän antaa esimerkin tunteiden säätelystä. (Haapsalo ym. 2016, 17.) Toistuva kasvattajan oma kiukun näyttäminen tunteita hallitsematta lapsen edessä voi vahingoittaa tämän tunnesäätelyn kehitystä. Mikäli aikuisen oma itsehillintä on kuitenkin pettänyt ja hän on suuttunut avoimesti lapselle, täytyy tilanne purkaa ja selittää tälle. Kasvattaja kertoo, ettei olisi saanut suuttua ja olla pelottava, mutta ettei lapsikaan saa esimerkiksi jatkaa vahingollista toimintaa. (Kanninen & Sigfrids 2012, 92-93.)

Kasvattajan omilla opituilla tavoilla on paljon vaikutusta siihen, miten hän itse siirtää tunnetaitojaan eteenpäin. Aikuinen toistaa helposti itse omaksumiaan ja kokemiaan tunnesäätöjä. Mikäli esimerkiksi viha ja pettymys herättävät kasvattajan ahdistuksen, pyrkii hän helposti tukahduttamaan lapsen tunteen käskemällä tätä vaikkapa poistumaan. Tällaisessa tilanteessa aikuisella ei ole tilaa vastaanottaa lapsen voimakasta tunnereagointia, joten hän tukahduttaa sen. Tämän toimintamallin oppiessaan lapsi ajattelee, että kiukku, viha ja aggressio ovat tilapäisiä häiriöitä, joiden kokeminen on epänormaalia. (Isokorpi 2004, 131.) Lapsen tulisi kuitenkin oppia myös näyttämään erilaisia tunteitaan hillitsemisen lisäksi (Isokorpi, 129).

Ennen kaikkea aikuisen läsnäolo ja saatavuus tunteiden opetteluun suhteen on lapselle tärkeää, mutta kasvattajan tulisi huomioida myös oma toimintansa eri tilanteissa (Kanninen & Sigfrids 92). Kasvattajan tulee muunnella toimintatapaansa tilanteen vaatimalla tavalla eri lasten kanssa. Tällainen mahdollistuu vain jos aikuisen ja lapsen välille muodostuu tunneside. Aikuisen tulee huomata miten juuri kyseisen lapsen kanssa on hedelmällistä toimia ja miten tämän kanssa tehdä yhteistyötä. (Isokorpi 2004, 130.)

Ilman tietoista opettamistakin tunteet kuuluvat lapsen maailmaan. Lapselle voi kuitenkin opettaa, että eri ihmiset tuntevat ja kokevat eri tavalla. Toisten tunteiden hyväksymistä opetellessa on tärkeää ensin osata hyväksyä omat tunteensa. (Isokorpi 2004, 134.) Rehellisesti tunteita ilmaiseva lapsi tuntee itsensä hyvin sekä tietää vahvuutensa ja heikkoutensa. Tällainen lapsi tulee toimeen myös ahneuden, laiskuuden ja itsekkyyden kaltaisten hankalien tunteiden ja ominaisuuksien kanssa. (Isokorpi 2004, 135.) Kasvattajan käsitys itsestään ja hänen minäkuvansa välittyvät tunnetaitojen vastavuoroisessa oppimisessa automaattisesti lapselle. Niinpä aikuisen on tärkeää tutustua itseensä ja olla tietoinen omista ajatuksistaan. (Isokorpi 2004, 134.)

4.6 Lapsen tunteiden kohtaaminen

Sigfrids ja Kanninen (2012, 83) esittelevät kirjassaan menetelmän etenkin lapsen voimakkaiden tunteiden kohtaamiseen. Menetelmässä tulee ilmi paljon hyviä seikkoja siitä, miten aikuinen voi olla mukana lapsen tunteissa ja virittäytyä niihin. Erityisen tärkeää on, että aikuinen on saatavilla ja ottamassa askelia yhdessä lapsen kanssa. Emme käy askeleita läpi tässä perusteellisesti, vaan olemme poimineet niiden tärkeimmät pääasiat liittyen aikuisen toimintaan suhteessa lapsen tunteisiin.

Sigfridsin ja Kannisen (2012) mukaan ensiaskel tunteiden kohtaamiseen on astuminen tarkkailemaan niitä tietoisesti. Lapsen havainnointi auttaa aikuista ymmärtämään tämän tapaa ilmaista itseään. Ilmeiden, kehon asentojen, liikkeiden ja äänen sävyjen tarkkailu auttaa ymmärtämään lasta. Kasvattajan tulisi hyväksyä lapsen kaikenlaiset tunteet, myös voimakkaat, ilman niiden välttelemistä ja mitätöimistä. Erityisesti juuri voimakkaat tunteet ovat välttämättömiä rauhoittumaan oppimisen kannalta. Tärkeää on ymmärtää, että ristiriitatilanteet mahdollistavat läheisyyden ja ohjaamisen hetkiä. Arvokas asia tunteiden kohtaamisessa on lapsen eläytyvä kuunteleminen. Tällöin aikuinen keskittyy täydellisesti lapseen sekä osoittaa kunnioitusta ja empatiaa lasta kohtaan. Puhumalla kasvattaja peilaa lapselle takaisin mitä ja miten hän on kuullut ja ymmärtänyt sekä opastaa lasta tunteiden nimeämisessä. (Kanninen & Sigfrids 2012, 83-85.) Mikäli varhaiskasvatuksessa kesken toiminnan joku lapsista esittää voimakkaita negatiivisia tunteita, on muu toiminta keskeytettävä ja hoidettava syntynyt vahin-

gollinen tilanne kuntoon. Tällainen valppaus edellyttää aikuiselta henkilökohtaista, persoonallista läsnäoloa ja eläytyvää kuulemista. (Isokorpi 2004, 128.)

Aikuisen on hyvä välillä yrittää asettaa itsensä lapsen asemaan ja siitä käsin auttaa lasta nimeämään tunteitaan. Tällainen toimintatapa on tärkeää, sillä nimeäminen vaikuttaa esimerkiksi rauhoittavasti lapsen aivotointoihin. Nimeäminen auttaa ennen kaikkea lasta jäsentämään tunteitaan, kokoamaan ajatuksiaan sekä rauhoittumaan. Kasvattajan tehtävänä on auttaa lasta ymmärtämään, että ihmisellä voi olla monta tunnetta yhtä aikaa ja että ne vaihtelevat ja voivat muuttuakin ajan kuluessa. Lasta autetaan oivaltamaan, että eri ihmiset tuntevat eri tavalla samassakin tilanteessa. Niinpä kasvattajan ei tulisi vain kertoa, mikä tunne lapsella pitäisi olla. (Kanninen & Sigfrids 2012, 85.)

Tärkeää voimakkaiden ja negatiivisten tunteiden vallassa olevan lapsen kanssa toimiessa on kertoa hänelle, että tilanteen tunteet eivät ole ongelma, vaan se millä tavalla toimii niiden takia. Tällaisessa tilanteessa lasta tulisi auttaa tunnistamaan tunteensa. Hänelle tulisi asettaa selkeät rajat ja selittää, miksi kyseinen käyttäytyminen ei ole hyväksyttävää. Lasta autetaan itse pohtimaan tilannetta ja miettimään, millainen käyttäytyminen olisi toivottavaa. (Kanninen & Sigfrids 2012, 86.) Pienillä lapsilla tulisi olla mahdollisuus kertoa niistäkin tunteista, jotka saattavat loukata aikuista, koska he eivät vielä kykene mielikuvissaan käsittelemään tunteitaan ja ovat vielä opettelemassa tunnistamaan tunteitaan. Lapselle luo turvaa se, että aikuiset ovat vahvoja ja kestävät silloinkin kun lapsi itse ei hallitse tunnettaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 219.)

Voimakkaiden negatiivisten tunteiden lisäksi on erittäin tärkeää, että kasvattajat huomioivat myös positiiviset tunteet ja auttavat lapsia niiden säätelyssä. Positiivisten mielikuvien hyödyntäminen on yhteydessä ihmisen hyvinvointiin, sillä ahdistavan tilanteen kohdatessa niiden avulla voi hakea tukea rauhoittumiseen. Positiiviset tunteet lisäksi edistävät joustavaa ja luovaa ajattelua, oppimista sekä ongelmanratkaisukykyä. Kasvattajan olisi tärkeää löytää edes lyhyt yhteinen hetki jokaisen lapsen kanssa päivän aikana. Hetkelle tärkeää on jaettu ilo ja se, että lapselle välittyy kokemus omasta ainutlaatuisuudesta sekä siitä, että yhdessäolo aikuisen kanssa on mukavaa. Tunnetasolla taidokkaan hoitajan ryhmän lapset ovat enemmän vuorovaikutuksessa myös keskenään. (Kanninen & Sigfrids 2012, 88-89.) Työntekijän tehtävä on tiedostaa roolinsa tunnekasvattajana. Tunteita ei voi vain opettaa vaan niitä opitaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa. (Haapsalo ym. 2016, 17.)

4.7 Tunteet ja kulttuuri

Koska kasvattajan malli tunteiden käsittelyssä siirtyy eteenpäin, on kasvattajan tärkeä ymmärtää myös tunteiden periytymistä kulttuurillisesta näkökulmasta. Vaikka tunteisiin ja tunneilmaisuun vaikuttaa biologinen temperamentti, on kulttuurillisen näkökulman tutkittu vaikuttavan nykyaikaisessa yhteiskunnassa hyvin ratkaisevasti tunneilmaisun voimakkuuteen. (Keltikangas-Järvinen 2010, 165.) Suomalaiseen kulttuuriin yhdistetään usein pidättyväisyys, joka on seurannut sukupolvelta toiselle. Tähän ovat omalta osaltaan vaikuttaneet sota-ajat. Aikuisilla oli paljon tehtävää ja lapsia oli paljon. Aikuiset saattoivat itkeä hiljaisuudessa vaikeaa tilannetta, mutta tunteista ei puhuttu julkisesti. Lasten ei ollut sopivaa näyttää negatiivisia tunteita ja esimerkiksi vihastumisesta saattoi saada vitsaa. Näin periytyi malli siitä, ettei tunteiden voimakas ilmaisu ole sopivaa. (Nurmi 2013, 17.)

Nykyaikaisessa länsimaisessa yhteiskunnassa käyttäytymiskulttuuri ohjaa ilmaisemaan tunteita ennen kaikkea verbaalisesti. Samalla tunteiden fysiologiset reaktiot ovat menettäneet merkitystään alkuperäisessä tarkoituksessaan. Käyttäytymiskulttuuri on esimerkiksi vaikuttanut siihen, että olemassaolosta ei tarvitse taistella samalla tavalla kuin mihin tunteiden fysiologinen käsittely on aikanaan ihmistä ohjannut. (Keltikangas-Järvinen 2010, 181.) Verbaalisen ilmaisun tavoittelu saattaa ajaa ihmistä myös siihen, ettei tunteiden kokeminen ole oikeutettua. Jokaisen tulisi kyetä analysoimaan oma tunnetilansa ja sitten jakaa tämä analyysi toiselle. Keltikangas-Järvinen (2010, 184) kärjistääkin tämän toimintamallin kuvaten sitä, miten ihmisen tulisi rauhallisesti kertoa esimerkiksi olevansa tänään vihaisempi kuin koskaan ilman että tunneilmaisu näkyy hänestä muuten.

Keltikangas-Järvinen (2010, 191) kiinnittää huomiota myös siihen, että tunteista puhumisesta ei tulisi tulla pakkoa. Kun tunteista kertominen on vapaaehtoista, se voi auttaa ihmistä jäsentämään ajatuksiaan. Ihminen voi myös kokea tarpeen kertoa tunteistaan, jolloin hän saa selvyyttä omiin ajatuksiinsa. Keltikangas-Järvinen kuitenkin painottaa sitä, että on eri asia, että ihminen omasta tahdostaan haluaa kertoa kuin että hänen velvoitetaan kertovan. Puhumista ei hänen mukaansa saisi nostaa muiden tunteiden ilmaisutapojen yläpuolelle. Jos ajatellaan tunne-elämän kehitystä, lapsuus on siis luontevaa aikaa opetella tunteiden ilmaisun moninaisuutta ja sallittavuutta (Cacciatore 2014, 16).

Vaikka tunteiden verbaalinen ilmaisu on nykyaikana tavoiteltu toimintamalli, suomalaisessa kulttuurissa vaikuttaa jossain määrin vaikenemisen ihanne, joka ei kannusta tunteista puhumiseen. Tässä tavassa ajatellaan, että ongelmia ei synny, kun hillitsee itsensä ja on hiljaa. (Keltikangas-Järvinen 2010, 178.) Tunteista puhumisen ja kasvattajan osoittaman tunneilmaisun hyväksyttävyyden avulla voidaan kiellettyjen tunteiden kulttuurillista jatkumoa katkaista. Jos aikuinen ei tiedosta omaa toimintamalliaan, siirtyy tunteista puhumattomuuden ja kiellettyjen tunteiden malli eteenpäin. Lapsen tunteita voidaan esimerkiksi vähätellä tai todeta lapsen olevan vaikea, jos hän vihastuu. Usein juuri negatiivisiksi koetut tunteet ovat helpoiten

niitä, joita vähätellään ja joiden ilmaisua ei pidetä sopivana. (Nurmi 2013,17.) Siksi on tärkeää, että erityisesti niihin kiinnitetään huomiota.

5 Lasten osallisuus

5.1 Lapsilähtöisen ajattelun taustaa

Lapsuutta tutkittaessa on todettu, että lapsilla on ideoita ja tietoa, joita aikuisilla ei ole. Tästä syystä lapset on haluttu ottaa yhä enenevässä määrin mukaan tiedon tuottajiksi. (Karlsson & Karimäki 2011, 9.) Lapsilähtöisyydellä tarkoitetaan usein lapsen tarpeiden huomioimista ja lapsen oman aktiivisuuden mukaan ottamista toimintaan (Karlsson & Karimäki 2011, 22). Lapsilähtöisen ajattelutavan perustan katsotaan juontavan juurensa jo 1700-luvulle ja yhdistyvän 1900-luvun reformipedagogiikkaan (Karlsson & Karimäki 2011, 21).

Suomalaisen varhaiskasvatuksen pedagoginen ajattelu pohjautuu fröbeliläiseen lastentarhatraditioon. Kyseisessä tavassa aikuinen toimii johtajana, mutta myös lasten luovalle leikille annetaan mahdollisuus. Kun lapsi leikkii itsenäisesti, aikuinen havainnoi tämän toimintaa ja kuuntelee siis samalla lasta ja miettii hänen tarpeitansa. 1970-luvulta eteenpäin alkoi tämän tradition vähittäinen muutos. Aikuisjohtoisuus näkyi yhä selvemmin erilaisten toimintatuokioiden muodossa. 1990-luvulla pedagoginen keskustelu on lisääntynyt ja samalla ajattelussa aikuisen ja lasten suhteesta on ollut painetta muutokseen. (Turja 2012, 43.)

Lapsilähtöisyyden juuret ovat siis kaukana menneisyydessä ja lapsilähtöisyys on vahvasti mukana nykyaikaisessa pedagogisessa ajattelutavassa. Suomessa lasten omaan ääneen ja ajatteluun perustuva tutkimus on lisääntynyt selvästi 1990-luvulta eteenpäin tultaessa. 1990-luvulla kuntien ilmoittamista noin sadasta päivähoiton kehittämisen- ja tutkimushankkeesta vain muutamassa korostettiin lasten näkemyksiä. (Karlsson & Karimäki 2011, 29.) 2000-luvulle tultaessa lapsinäkökulmaisen tutkimuksen määrä on ollut jatkuvassa kasvussa. (Karlsson & Karimäki 2011, 35). Tämä suuntaus on ollut tiedostettua ja tutkimus- ja kehittämishankkeiden päämääränä on ollut kasvatusajattelun muutos (Turja 2012, 43).

Lapsilähtöisyys näkyy myös uudessa valtakunnallisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa. Yksi viidestä laaja-alaisen osaamisen osa-alueesta on osallistuminen ja vaikuttaminen. Tähän osa-alueeseen kuuluu lasten kuuleminen ja heidän mielipiteensä huomioiminen ikätason mahdollistamalla tavalla. (Vasu 2016, 24.) Suunnitelmassa kerrotaan esimerkiksi lasten ymmärryksen yhteisöstä, oikeuksista, vastuusta ja valintojen seurauksista kehittyvän osallisuuden kautta (Vasu 2016, 30). Vasun mukaisesti lapset ottavat osaa työtapojen suunnitteluun ja valintaan omien edellytyksiensä mukaisesti (Vasu 2016, 38). Myös YK:n lasten oikeuksien julistuksessa

puhutaan lapsen oikeudesta mielipiteensä ilmaisuun häntä koskevissa asioissa (YK:n lapsen oikeuksien sopimus 2017).

Päiväkodin arjessa lasten osallisuudelle tarjoutuu myös spontaaneja tilaisuuksia. Aikuiset voivat tarttua lasten ehdotuksiin ja mahdollistaa lasten osallisuuden. Usein lasten vaikutusmahdollisuudet ulottuvat enimmäkseen pieniin yksityiskohtiin, kuten siihen mitä lapsi juo ja paljonko hän syö. Vapaassa leikissä lapsen mahdollisuudet vaikuttaa ovat tavallisesti suurimmillaan, mikäli aikuinen mahdollistaa leikkiin riittävän vapauden. (Turja 2012, 50.)

5.2 Lasten osallisuuden hyödyt

Mahdollistamalla lasten osallisuus heitä kohtaan osoitetaan luottamusta. Luottamuksen vahvistuessa vahvistuu myös lasten itseluottamus. Lisäksi lasten kyky ajatella omaa ajatteluaan lisääntyy. Kun lapset saavat vaikuttaa toimintaan, he ovat motivoituneempia tekemään toivottua tavalla. Lasten osallisuuden edut ovat tulleet selkeästi esille tutkimuksissa. (Turja 2012, 52.)

Itseluottamuksen lisäksi saadessaan vaikuttaa, lapset kasvavat vastuuseen. Tämä nähdään myös syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä. Osallisuuden avulla lasten kannalta mielekäs tekeminen voi toteutua. Toteutuessaan lapsilähtöisyys myös lisää yhteisöllisyyttä. Jokin asia ei ole vain aikuisten suunnittelema, vaan yhdessä suunniteltu. (Järvinen & Mikkola 2015, 14.) Koska lapsilähtöisyyden edut ovat selvät, lasten kanssa työskentelevien yksi perustehtävä tulisi olla lasten ajatusten ja toimintatapojen selvittäminen (Karlsson & Karinmäki 2011, 276).

Lasten osallisuuden suurin este onkin aikuisten ajattelussa. Tutkittaessa aikuisten ajatuksia lasten osallisuudesta on tullut ilmi, että aikuiset kokevat osallistavan ajattelun toisinaan ylimääräisiä resursseja vaativana asiana. Jotta lasten osallisuus voisi lisääntyä, tulisi muutoksen alkaa aikuisten tiedosta ja ymmärryksestä. Toiminnan kehittämisen käytännössä tulisi siis alkaa asenteiden muutoksesta ja sitä kautta uudenlaisen toimintakulttuurin rakentamisesta. (Turja 2012, 53.)

6 Runojen ja kuvien käyttäminen tunteiden käsittelyssä

6.1 Runot

Lorut ja runot ovat opettaneet jo kauan lapsia puhumaan ja siirtämään perinteitä eteenpäin, mutta sen lisäksi ne ovat olleet apuna tilanteissa kun lasta pelottaa tai kiukuttaa (Karjalainen

& Suojala 2001, 114). Karjalainen ja Suojala (2001, 80) korostavat erityisesti satujen ja runojen lukuhetkien aikuisen läsnäoloa ja yhdessä vietetyn ajan tärkeyttä. Runot voivat olla avuksi monenlaisissa sosiaalisissa tilanteissa, esimerkiksi toiseen tutustumisessa, sillä ne ovat hyvä itseilmaisun väline (Aguilar 2013). Niinpä niitä voidaan luontevasti käyttää myös tunnekasvatuksessa.

Monet runot pitävät sisällään vahvoja tunneilmauksia ja antavat mahdollisuuden myös niiden kirjoittajalle, lukijalle tai kuulijalle ilmaista omia tunteitaan (Aguilar 2013). Juuri itseilmaisua ja kokemusten jakaminen ovatkin luovien menetelmien keskeisiä tehtäviä. Runot tarjoavat kanavan, jonka avulla purkaa impulsseja ja näin kehittävät lapsen suhdetta maailmaan. (Pääjoki 2011, 112.) Runo voi välittää uuden lähestymistavan tai näkökulman arkeen ja jopa kannustaa, sillä ne tarjoavat samaistumisen kohteita. Runoista tekee erityisen niiden rytmillisuus, johon pienimpienkin lasten on helppo kiinnittää huomiota, vaikka he eivät ymmärtäisi sanojen merkityksiä. Ne opettavat kuuntelemaan, esiintymään ja jakamaan jotain yhteisössä. (Aguilar 2013.)

6.2 Kuvat

Aikuisen maailmankuvan ja ympäristön kokemisen pohjalla on usein suuri määrä tietoa ja aikaisempia kokemuksia. Lapsella tällaista pohjaa ei ole, joten hänen täytyy turvautua enemmän aisteihinsa. Niinpä taiteellisten menetelmien käyttö on erittäin lapsilähtöinen näkökulma. Esimerkiksi juuri kuvien käyttö voi tarjota mahdollisuuksia vuorovaikutukselle, joka perustuu lapsen tapaan olla suhteessa ympäristöönsä ja ihmisiin. (Pääjoki 2011, 111.) Perinteinen yhdistelmä tekstiä ja kuvia ovat kuvakirjat sekä sadut, jotka sisältävät kuvia. Satujen avulla on pyritty vaikuttamaan lapsen tunteisiin ja tällaisten teosten kautta on pystytty myös käsittelemään vaikeita ja ahdistaviakin asioita. Sadut, tarinat ja lorut liikuttavat, naurattavat, pelottavat jännittävällä ja ihanasti mieltä kiihottavalla tavalla. Lapsella on mahdollisuus samaistua kuviin: prinsessaan on näin tilaisuus rakastua tai tarinan noitaa todella pelätä. (Karjalainen & Suojala 2001, 152.)

Kuvat vetoavat lapsen aisteihin sekä havainnointi- ja eläytymiskykyyn (Karjalainen & Suojala 2001, 155). Kuvien tutkiminen yhdessä on vuorovaikutusta, jossa ajatuksilla ja mielikuvituksella on lupa lentää. Tällainen läheisyys auttaa lapsen identiteetin kehittymisessä, sillä lapselle osoitetaan hänen tärkeytensä ja kuulluksi tulemisensa. Läheinen vuorovaikutus mahdollistaa lapsen rohkaistumisen kehittämällä omia satuja sekä muita teoksia ja tuoda tunteitaan esiin myös kuvan keinoin. (Karjalainen & Suojala 2001, 161.)

7 Toiminnan kuvaus

7.1 Eettisyys opinnäytetyössä

Opinnäytetyötä tehdessä on syytä ennen kaikkea muistaa, että tekijöillä on vastuu tekemästään tutkimuksesta (Vilka 2015, 49). Niinpä tutkimuseettisten kysymysten pohtiminen kuuluu olennaisena osana jokaisen tutkimuksen tekoon. Vilkan (2015, 41-42) mukaan tutkimusetiikalla tarkoitetaan yleisesti sovittuja sääntöjä suhteessa kollegoihin, tutkimuskohteeseen, rahoittajiin, toimeksiantajiin ja suureen yleisöön. Hyvän tieteellisen käytännön mukaan tutkijoiden täytyy noudattaa eettisesti kestäviä tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä, jotka ovat yleisesti tiedeyhteisön hyväksymiä. Tieteellinen käytäntö tiedonhankinnassa edellyttää, että tutkija perustaa tiedonlähteensä oman alan tieteellisen kirjallisuuden tuntemukseen, muihin asianmukaisiin tietolähteisiin, havaintoihin ja oman tutkimuksensa analysointiin. Tutkijan tulee hallita käyttämänsä tutkimusmenetelmä, tiedonhankinta ja saamansa tutkimustulokset johdonmukaisesti. Tutkimustulosten on täytettävä tieteelliselle tutkimukselle asetetut ehdot ja esimerkiksi tuotettava uutta tietoa tai näytettävä miten vanhaa tietoa voidaan käyttää uudella tavalla. Tutkijan on työtä tehdessään oltava huolellinen, rehellinen ja tarkka niin tutkimustyössään kuin tulosten esittämisessä.

Jokainen tutkimus on suunniteltava, toteutettava ja raportoitava huolellisesti sekä laadukkaasti. Koko tutkimus on tehtävä myös teoreettisen toistettavuuden periaatteen mukaan eli niin, että sen lukija pystyy tarkalleen seuraamaan tutkimussuunnitelmassa ja tutkimuksessa olevaa kuvausta tai ymmärtämään sen sisällön. (Vilka 2015, 45.) Tutkimuksen pitää olla myös avoin ja samalla kontrolloitu. Avoimuus tarkoittaa, että tutkimustekstissä tulevat ilmi tutkimuksen rahoituslähteet, sisältöä koskevien tietojen salassapitovelvollisuus ja vaitiolovelvollisuus. Tutkittavia ja toimeksiantajia on varjeltava koko tutkimuksen teon ajan eikä heidän nimiä saa mainita tutkimustekstissä ilman pyydettyä lupaa. Avoimuutta osoittaa myös se, että tutkimuksesta ilmenee tutkimusryhmän jäsenten suhde tutkittavaan asiaan ja toimeksiantajiin. Tutkijan on pohdittava millaisessa valossa hän esittää tutkimustuloksensa ja muun tutkitavilta saamansa tiedon. Tutkimuksen ei tule saattaa tutkittavia vihan, pilan tai halveksunnan kohteeksi. (Vilka 2015, 46.)

7.2 Ideointi- ja suunnitelmavaihe

Aloitimme opinnäytetyömme ideoinnin syksyllä 2015. Pohdimme aihetta ja aluksi pohdimme leikkiin liittyvää aihetta. Saimme kuitenkin idean yhteistyöpäiväkodissamme harjoittelussa

olleelta opiskelutoveriltamme. Hän kertoi, että päiväkodin henkilökunta toivoisi saavansa käyttöön materiaalin, joka tukisi lasten tunne-elämän kehitystä, mutta olisi tyypiltään lorupussien tapaan helppokäyttöinen. Tunteisiin liittyvät asiat ovat hyvin ajankohtaisia, joten ajattelimme idean olevan mielenkiintoinen ja tarpeellinen. Aloitimme suunnittelun ottamalla yhteyttä päiväkotiin ja sovimme tapaamisen, jossa kehitimme ideaa eteenpäin yhteistyössä henkilökunnan kanssa. Päädyimme aloittamaan tiedonkeruun tunne-elämän kehitykseen liittyvästä teoriasta.

Sovimme päiväkodin kanssa tapaamisen, jossa pohdimme heidän tarvettaan tarkemmin. Kun henkilökunnan toiveet ja meidän suunnitelmamme vastasivat toisiaan, teimme opinnäytetyösopimuksen ja sovimme asioista ohjaavan opettajamme kanssa. Pyysimme myös tutkimusluvan toiminnallista opinnäytetyötämme varten. Lisäksi toimitimme vanhemmille tiedotteen (liite 3) ja kysyimme lupaa heidän lastensa osallistumiseen työn toteuttamisvaiheessa (liite 4).

Aloitimme teoriapohjan kokoamisen tekemällä tiedonhakuja. Otimme selvää myös erilaisista tunnetyöskentelymenetelmistä. Teimme tiedonhakuja aiheesta tehdyistä tutkimuksista ja opinnäytetöistä. Pohdimme aluksi että kirjoitamme teoriapohjaa myös kielenkehityksestä, mutta totesimme sen olevan aiheenrajauksemme ulkopuolella. Löysimme paljon tunnekortteista tehtyjä opinnäytetöitä ja erilaisia tunnetyöskentelyyn suunnattuja materiaaleja.

Totesimme, että tunne-elämän tukemiseen käytettävää materiaalia on paljon, mutta emme löytäneet täysin samankaltaista menetelmää kuin ideoimamme tunnelorupussi. Löysimme muun muassa *Tunteet tutuiksi tunnelorukortit* (Österberg & Tuomola 2015). Totesimme, että ideamme ja päiväkodin toivomus materiaalista oli erilainen kuin kyseisten korttien idea. Toteuttamamme kortit ovat pienempiä ja ne ovat pussissa, jota lapset voivat käyttää aikuisjohdoisesta sekä itsenäisesti. Myöhemmin toteutusvaiheessa löysimme myös 7-15-vuotiaille suunnatut *Onnikonnan tunnelorukortit*, joissa idea on lähempänä omaa toteutustamme. Ne on kuitenkin suunnattu vanhemmille lapsille kuin meidän kohderyhmämme.

Tunnetyöskentelyyn on tehty myös monia kirjoja, joihin löytyy käyttöohjemateriaalia. Löysimme muun muassa Katri Kirkkopellon kirjat *Molli* (2013) ja *Piki* (2016) sekä näihin liittyvät oppaat. Myös Anne Peltosen ja Tarja Kullberg-Piilolan *Tunnemuksu* kirjaan. Kirjan aiheista on tehty myös *Tunnemuksu* ja *Mututoukka* tunnetaito-ohjelma. (Peltonen & Kullberg-Piilola 2005, 197.) Totesimme, että haluamme monikäyttöisyyden näkyvän siten, että toteuttamaamme materiaalia voidaan hyödyntää myös esimerkiksi mainittuja kirjoja luettaessa tai muihin mainittuihin materiaaleihin yhdistäen.

Halusimme opinnäytetyöllemme aiheen, joka olisi ajankohtainen. Toteutusajankohtamme osuikin mielenkiintoiseen vaiheeseen, koska uusi varhaiskasvatussuunnitelma ilmestyi opin-

näytetyömme toteutusaikana. Siksi käytimme myös uutta varhaiskasvatussuunnitelmaa teoriapohjanamme ja pohdimme toteutuksen yhteyttä suunnitelmaan. Jouduimme myös pohtimaan uuden varhaiskasvatussuunnitelman käyttöönoton vaikutusta pitkään työstettyyn projektiimme.

Päädyimme yhdessä päiväkodin henkilökunnan kanssa eläinteemaiseen tunnelorupussiin. Päiväkotipolun viralliseen visuaaliseen ilmeeseen kuuluu metsän eläimiä. Henkilökunta toivoi, että eläinten lisäksi mukana olisi myös visuaalisessa ilmeessä mukana oleva keiju. Sopimiemme alkujärjestelyiden jälkeen aloitimme suunnitelman kirjoituksen. Päädyimme kirjoittamaan teoriapohjaa lasten tunne-elämän kehityksestä. Etsimme erilaisia lähteitä ja suoritimme lisää tiedonhakua, joihin perustuen kirjoitimme suunnitelmamme valmiiksi. Teoriaa kirjoittaessamme saatoimme todeta materiaalin tukevan tunne-elämän kehitystä tavoitteidemme mukaan.

Esitimme kirjoittamamme opinnäytetyösuunnitelman koululla opinnäytetyöpäivänä. Saimme ideoita suunnitelman muokkaamiseen ja laajentamiseen joiltain osin. Muokkasimme suunnitelmaa ja lähetimme korjatun version opinnäytetyötä ohjaavalle opettajalle. Saatuaamme hyväksynnän pääsimme aloittamaan käytännön toteutusvaihetta.

7.3 Toteutusvaihe

Aloitimme toteutusvaiheen suunnitellusti ja kävimme päiväkodilla haastattelemassa lapsia ja kyselemässä heiltä ideoita henkilö- ja eläinhahmoiksi ja nimiksi. Saimme lapsilta joitain ideoita, mutta osaa läsnäolomme ujostutti. Henkilökunta jatkoikin haastattelua myöhemmin ja saimme lisää lasten ehdotuksia ja ajatuksia eläimistä ja niiden nimistä. Halusimme ottaa lapset osallisiksi jo tässä vaiheessa ja siten motivoida lapsia myös tulevaan materiaaliin. Kuten lasten osallisuudesta kirjoittamassamme teoriassa ilmeni osallisuus lisää lasten kuulluksi tulemisen tunnetta. Halusimme, että korteissa näkyvät lasten omat ajatukset.

Käydessämme läpi lasten ehdotuksia (liite 6) jouduimme tekemään jossain määrin karsimista. Poistimme esimerkiksi nimistä suorat Disney-viittaukset. Olimme varautuneet tähän mahdollisuuteen jo suunnitelmavaiheessa. Olimme huomioineet myös sen, että vaikka jouduimme poistamaan joitain osia, saimme hyödynnettyä eri yhdistelmiä nimistä ja eläimistä. Tämän yhdistelyn avulla saimme kaikki eläimet ja nimet lasten ehdotuksista ja lisäsimme joukkoon henkilökunnan toivoman keijun. Yhdistelimme teoriaan perustuen lasten tavallisimmin kokeimia tunteita lasten ehdottamien metsän eläinten ja nimien kanssa. Teimme loruja ja kuvia muun muassa perustunteista: suru, viha, ilo, hämmästyminen, inho ja häpeä. Lisäksi käytimme

muita varhaiskasvatusikäisten lasten elämässä ajankohtaisista tunteista kuten ikävä, riemu ja yksinäisyys.

Halusimme huomioida myös sen, että emme valitsisi eläinten tunteita ensimmäisen eläimestä tulevan mielikuvan mukaan. Esimerkiksi jäniksestä tuli rohkea, perhosesta surullinen ja haukasta pelokas. Tällä tietoisella valinnalla halusimme myös rohkaista siihen, että kuka vaan voi kokea mitä vaan. Ei tarvitse käyttäytyä ennako-oletusten mukaisesti. Hahmojen selkiytyttyä aloitimme materiaalin käytännön toteutuksen. Puolet korteista aloitettiin lorulla ja puolet kuvalla. Lähetimme näin syntyneet luonnokset toisillemme ja kirjoitimme loput runot ja piirsimme loput kuvat toistemme aloitusten pohjalta.

Lorujen (liite 1) toteutuksessa ajatuksena oli se, että kyseinen tunne ei tule ainoana ja suoraan lorusta esille. Loru haastaa pohtimaan ja toisaalta aikuisen keskusteluun lasten kanssa. Kuka koki ja mitä koki? Toisaalta yhdessä runon päähenkilön kuvan kanssa runo avautuu jo enemmän. Tunne-elämän ja empatiakyvyn kehityksen kannalta onkin hyvä joutua pohtimaan omien tunteiden lisäksi tunteita. Myös tämän otimme huomioon materiaalia toteuttaessamme. Materiaalin ei ole tarkoitus antaa liian valmiita vastauksia. Ikäryhmä huomioiden korteista voidaan saada esille erilaisia tunteita.

Kuvien (liite 2) toteutuksessa erityistä huomioita täytyi kiinnittää ilmeiden selkeyteen ja mahdollisuuteen tunnistaa tunne kortista. Eläinten luonnolliset ilmeet ja tavat osoittaa tunteita ovat erilaisia ihmisiin verrattuna, joten kortteihin valikoitui hiukan sarjakuvamainen tyyli, jotta eläimet olisivat inhimillisempiä. Toisaalta kuvat ovat myös monitulkintaisia ja herättävät varmasti pohdintaa siitä, että joku toinen osoittaakin esimerkiksi pelokkuuttaan aivan toisella tavalla. Kuvat on toteutettu vesiväritöinä Päiväkoti Polun visuaalista ilmettä mukailleen. Tutustuimme muun muassa päiväkodin internetsivuihin ottaessamme tarkemmin selvää päiväkodin virallisesta visuaalisesta ilmeestä.

Lähetimme jo alkuvaiheessa luonnoksia päiväkodille ja pyysimme palautetta. Saamaamme palautteeseen perustuen jatkoimme materiaalin kehittämistä. Lorujen kohdalla teimme myös luettavuuden arviointia. Pyysimme henkilön, joka ei aiemmin ollut nähnyt loruja lukemaan niitä. Vieraan lukijan lukiessa pystyimme arvioimaan, kuinka helposti lorut ovat luettavissa. Loruihin tehtiin muutoksia (liite 7). Muutama loru tehtiin myös kokonaan uudestaan, koska luettaessa tuli ilmi lorun toimimattomuus.

Loppuvaiheessa lähetimme vielä mielestämme valmiin version sähköisenä päiväkodille arvioitavaksi ja pyysimme palautetta lapsilta ja aikuisilta. Vasta tämän palautteen jälkeen työstimme materiaalin valmiiksi. Teimme materiaalin liitteeksi myös lyhyen käyttöohjeen (liite 8). Ideanamme oli materiaali yhdisteltävyys muihin tunnetymateriaaleihin ja tästä syystä

emme halunneet tehdä korteille laajaa käyttöohjekirjaa. Tämän valinnan tehdessämme pidimme mielessämme myös suunnitelman materiaalin helppokäyttöisyydestä. Voi olla helpompia ottaa kortit käyttöön nopeasti, kun ensimmäisenä mielessä ei ole käyttöohjeiden lukeminen. Toteutimme materiaalin laminoituna, jotta kuvista tulisi päiväkodin henkilökunnan toiveiden mukaisesti sään kestäviä.

Materiaalin valmistuttua kirjoitimme vielä tiivistelmän, toiminnan kuvauksen ja arvioinnin saamaamme palautteeseen perustuen. Kävimme läpi koko tekstin ja kokosimme opinnäytetyömme valmiiksi. Laminoimme korteista päiväkodille oman version. Kävimme viemässä valmiit kortit päiväkodille ja pääsimme seuraamaan hetkeä, jossa työntekijä luki lapsille korttien loruja. Lapset saivat vuorollaan valita luettavan kortin ja päiväkodin työntekijä luki sen heille. Jätimme kortit heidän käyttöönsä ja pyysimme heitä vastaamaan kortteihin tutustumisen jälkeen arviointikysymyksiimme.

8 Arviointi

8.1 Oman oppimisen ja prosessin arviointi

Kokoamamme teoriapohja tuki hyvin tunnelorukorttien tekoprosessia ja oli mielestämme sopivan laaja sekä aihealueeseen liittyvä. Toisaalta teoria oli myös hyvin rajattu ja se pysyi tunnelorukorttien alueella. Teoria auttoi meitä huomioimaan tunnetyössä tärkeitä asioita ja oli apuna esimerkiksi valittaessa mitkä tunteet tulevat mukaan kortteihin. Teoriaan tutustuessamme opimme paljon uutta ja saimme tietää monista jo valmiista tunnetyön menetelmistä.

Saimme toteutusvaiheen aloitettua suunnitelmamme mukaisesti lapsia haastattelella. Haastattelun toteutuksessa ilmeni kuitenkin joitain ongelmia, koska lapsia oli paikalla odotettua vähemmän ja osa lapsista ujosteli läsnäoloamme. Lasten haastattelun onnistumisen kannalta oleellista oli, että saimme ratkaistua tämän syntyneen ongelman sopimalla henkilökunnan kanssa heidän jatkavan haastattelua myöhemmin ja toimittamalla meille lasten ideat. Oli hyvä, että olimme jo etukäteen huomioineet sen, että lasten ehdotuksista voi nousta esille teemoja, joita emme voi hyödyntää esimerkiksi suorat viittaukset animaatiohahmoihin. Koemme hyvänä myös sen, että päädyimme ottamaan lasten näkökulman esille toiminnallisen opinnäytetyömme suunnittelussa ja toteutuksessa. Tämän näkökulman huomioiminen oli ajankohtainen teema.

Toteutus onnistui suunnitelmamme mukaan henkilökunnan ja lasten ideoita kuunnellen. Epäonnistuimme kuitenkin työmme aikataulutuksessa. Alkuperäisenä suunnitelmana oli saada työ valmiiksi jo vuotta aikaisemmin. Tämä tulee ilmi muun muassa opinnäytetyösopimuksestamme.

me. Työssäkäynti opinnäytetyötä tehdessä hidastutti toteutusprosessia. Työn hidastuminen aiheutti lisätystä myös joiltain osin teoriapohjan suhteen. Olimme aloittaneet materiaalin hankinnan jo syksyllä 2015. Ehdimme myös kirjoittaa suunnitelmaamme varhaiskasvatussuunnitelmaluonnoksesta. Toteutuksen hidastuessa luonnos ehti vaihtua jo ilmestyneeksi ja käyttönotetuksi varhaiskasvatussuunnitelmaksi.

Vaikka aikataulumme pitkittyi, yhteistyömme päiväkodin kanssa sujui hyvin. Pidimme henkilökunnan ajan tasalla työn edetessä. Keskustelimme päiväkodin henkilökunnan kanssa ja pyysimme palautetta luonnosten valmistuttua. Olimme avoimia päiväkodista tuleville ajatuksille ja muokkasimme sekä ideoimme niitä itse eteenpäin. Onnistuimme mielestämme hyvin kuulemaan päiväkodin toiveet valmiin työn suhteen. Palautteen kysely sekä kehittämisprosessi olivat onnistuneita aikataulutuksen ongelmat pois lukien.

Valmis materiaali onnistui suunnitelmiamme mukaan. Mielestämme onnistuimme toteuttamaan haluamamme ja asiakkaan toivoman helppokäyttöisen tunnelorupussin tukemaan arkista kasvatustyötä. Tunnetyön menetelmiä ja lorupussin yhdistäviä välineitä ei tiedonhakumme mukaan ole kovin paljon ja toteuttamamme tunnelorukortit sopivat juuri Päiväkoti Polkuun ja sen tarpeisiin. Pidimme koko ajan mielessä Päiväkoti Polun toiveet tunnelorupussin suhteen, joten sen lisäksi, että työssä näkyy meidän kädenjälki, ovat mukana suuressa osassa myös päiväkodin omat ideat ja tarpeet. Mietimme korttien visuaalisen ilmeen ja sisällön suunnitellusti lapsia innostaviksi sekä päiväkotia Polun ympäristöön ja arvomaailmaan sopiviksi. Olemme yllpeitä kortteja varten itse tehdyistä runoista ja maalatuista kuvista. Korteilla on myös taiteellinen puoli, sillä niiden taiteelliseen ilmeeseen on nähty vaivaa. Kuvia ja runoja tehdessä teimme myös itsearviointia. Tarkistimme luettavuutta ja mietimme kuvien tunnistettavuutta. Tämä kehittämisprosessi osoittautui toimivaksi.

Opinnäytetyötä tehdessä opimme etenkin tunnetyön tekemisestä varhaiskasvatuksessa ja siitä, kuinka tärkeä osa-alue se on ottaa huomioon. Meillä on aiempaa suurempi tietopohja tunteisiin liittyvästä teoriasta ja se kasvoi asteittain opinnäytetyötä tehdessä. Saimme aineistoa hakiessamme tutustua moniin käytännön työmenetelmiin, esimerkiksi erilaisiin tunnekortteihin, joista on meille apua lasten parissa työskennellessä. Opimme myös lasten tunne-elämän kehityksestä ja tunteiden säätelyn taidon merkityksestä ihmisen kokonaiskehityksessä.

Opimme lisäksi työskentelemään asiakkaan kanssa ja kehittämään työkalua henkilökunnan toiveiden mukaan. Saimme myös uutta tietoa varhaiskasvatussuunnitelman laaja-alaiseen osaamiseen lasten näkökulman huomioimisesta. Samalla kun kirjoitimme teoriapohjaa ja etsimme työhömmme liittyviä asioita, tuli uusi varhaiskasvatussuunnitelma tutummaksi. Tästä on hyötyä työssämme lastentarhanopettajina. Projektityöskentelyn työtavat tulivat meille tutuiksi ja löysimme oman tapamme tehdä tämän tyyppisiä tehtäviä.

Jos aloittaisimme opinnäytetyömme nyt, kiinnittäisimme huomattavasti enemmän huomiota aikataulutukseen. Sopisimme tarkat päivät ja pitäisimme kiinni siitä, että sovitut aikataulut menevät töissä käynnin edelle. Jos aikaa olisi ollut enemmän, olisi lasten osallisuus ollut mielenkiintoista ottaa mukaan vielä laajemmin. Alkusuunnittelussa mietimme muun muassa tunnelorupussin julkaisua ja erilaisia teemapäiviä pussia kehitettäessä. Aikataulun kiireellisyys ja omat työt päiväkodeissa pakottivat meidät luopumaan näistä suunnitelmista. Oli kuitenkin mielenkiintoista päästä seuraamaan hetkeä, jolloin lapset saivat ensimmäistä kertaa nähdä nimeämiänsä ja keksimiänsä eläinhahmoja. Lasten ilosta ja halusta saada kuulla samakin loru useampaan kertaan saimme vahvistuksen sille, että kehittämämme materiaali on onnistunut.

Materiaalin kehitysprosessi aikataulutuksen ongelmia lukuun ottamatta oli onnistunut, mutta olisimme mielellämme liittäneet opinnäytetyöhömmö myös laajemman käyttökokemuksen kuvauksen. Nyt materiaali valmistui sen verran myöhään, että jouduimme keskittymään arviointikysymyksissä ensivaikutelmaan ja siihen, miten henkilökunta uskoo korttien tulevan käyttöön. Myös korteissa esiintyvien tunteiden kattavuudesta ja ymmärrettävyydestä olisi mielenkiintoista kuulla palautetta pidemmältä ajanjaksolta.

8.2 Palaute Päiväkoti Polun henkilökunnalta ja lapsilta

Vieraillessamme päiväkodilla saimme kuulla ja nähdä lasten ja aikuisten spontaanin palautteen valmiista korteista. Lapset tunnistivat korteissa olevat tunteet hyvin. Oli mielenkiintoista huomata, miten pienin lapsista halusi katsella ja kuulla pelosta kertovaa korttia uudestaan ja uudestaan. Muutaman lukukerran jälkeen lapset alkoivat jo muistaa korttien runoja. Eriikäisten lasten suhtautuminen esimerkiksi korttien uudestaan lukemiseen oli erilaista. Isompia harmitti kuulla sama loru uudestaan, koska he olisivat jo halunneet siirtyä uuteen korttiin.

Samassa tilanteessa saimme myös kuulla ensimmäisen kerran, kuinka korttien luettavuus toimi käytännössä henkilökunnan lukiessa. Runot ja kuvat toimivat hyvin yhteen tässä tilanteessa tekemämme arvion perusteella. Henkilökunnalta korttien luovutushetkellä saatu suullinen palaute oli positiivista. He kiittelivät korttien hahmoja ja kertoivat myös omista ideoistaan lorupussin käytössä ja kysyivät mahdollisuudesta esitellä kortteja tunnetaitokoulutuksessa.

Spontaanin palautteen lisäksi pyysimme henkilökunnalta ja lapsilta kirjallisena vastauksen muutamiin esittämiimme kysymyksiin (liite 5). Kirjallisena saamassamme palautteessa henkilökunnan edustaja piti korttien kuvia kauniina ja selkeinä, sekä mainitsi kuvien tukevan loru-

jen tunnelmaa ja viestiä. Hän myös arvioi ulkoasun kiinnostavan ja kutsuvan lapsia. Valitsemaamme kokoa korteille pidettiin hyvänä. Kysymykseen siitä uskooko henkilökunta tulevansa hyödyntämään kortteja tulevaisuudessa saimme vastauksen, että he tulevat hyödyntämään kortteja varmasti.

Henkilökunnan edustaja kertoi omia ideoitaan, miten voivat hyödyntää uutta lorupussia siirtymätilanteissa ja hetkissä, joissa on odottelua. Hän myös arvioi, että korttien ympärille voisi rakentaa tunnetuokion tai yhdistää laulutuokioihin, joissa teemana olisivat esimerkiksi eläimet. Tarvetta korttien kehittämiseksi ensimmäisten kokemusten jälkeen henkilökunnan edustaja ei keksinyt. Hän kuitenkin kirjoitti, että jos jotain olisi pakko keksiä, voisi kuvien väriä vahvistaa.

Toiseksi viimeisessä kysymyksessä kysimme valittujen tunteiden riittävyttä. Tähän saimme vastauksen siitä, että valinnat olivat hyviä. Henkilökunnan edustaja arvioi erityisen hyväksi sen, että korteissa käsitellään myös vaikeampia tunteita. Hän myös kirjoitti, että oli hyvä että olimme yhdistäneet eläimet ja tunteet vastoin ennako-oletuksia, esimerkiksi surullinen perhonen. Kokonaispalautteena vastauksena viimeiseen kysymykseen, jossa kysyttiin sitä vastasivatko kortit odotuksia, saimme arvion korttien ylittäneen odotukset.

Lapsille esitettyihin kirjallisiin kysymyksiin saimme henkilökunnan haastattelemina vastaukset kolmelta lapselta. Suosikeikseen korteista lapset valitsivat ”äkäkeijun”, Viivi-hiiren ja perhosen. Kuvien lapset kommentoivat näyttävän eläimiltä, eri olennoilta ja ”en osaa sanoa”. Runojen palaute näiltä lapsilta oli osittain kriittistä: runot kuulostivat lasten mielestä tylsältä surulliselta ja ”emmä muista”. Koemme kuitenkin kokonaisuutena saadun palautteen olevan positiivista ja olisi ollut mielenkiintoista kuulla lisää lasten kommentteja ja kehitysehdotuksia.

8.3 Käyttö päiväkotia Polun arjessa

Keskustelimme Päiväkoti Polun kanssa suullisesti muutamista eri ideoista miten tunnelorupussia voisi käyttää päiväkodin toiminnassa. Tunnelorupussia pääasiallisesti käytetään tavallisen lorupussin tavoin, jolloin esimerkiksi lauletaan ensin laulu, annetaan lapsen nostaa pussista lorukortti, jonka aikuinen lukee lapsen katsellessa kuvaa. Näin menetelmä on todella yksinkertainen ja luonteva käyttää muun muassa aamutuokioilla tai muskarin osana.

Tunnelorupussin kortteja voi käyttää myös pelkinä kuvina tai loruina, jolloin niiden kuvastamia tunteita voi arvuutella. Pääasia ei ole, että tunne arvataan ”oikein” vaan se, että herätellään lasten kesken keskustelua ja pohdintaa tunteista. Tällä tavalla korttien tarkastelu sopii eri-ikäisille lapsille, kun otetaan huomioon heidän ikätasollensa mahdollinen tapa käsitellä

tunteita. Kuvia voi pohtia myös miettimällä lapsen kanssa, mikä kuva on mukavin, mikä inho-tavin, mikä olen minä ja mikä kaveri ja niin edelleen.

Tunteet on helppo liittää lasten vahvuuksiin ja kehumiseen. Tunnelorupussin korttien avulla voi pohtia lapsen kanssa, mitkä tunteet ovat hänen vahvuuksiaan. Korttien avulla on myös helppo käydä läpi lapsen kuulumisia ja sitä miltä hänestä tuntuu. Tunnelorupussi voi olla apu-na tilanteissa, joissa lapsi tarvitsee aikuisen tukea tunteidensa nimeämiseen. Korttien avulla tunteen voi tuoda näkymättömästä asiasta näkyväksi ja antaa sille yhdessä aikuisen kanssa nimen. Lapsen voi olla helpompi puhua siitä, että Milja-Oravalla ei ole ystävää kuin siitä että hänellä itsellään ei ole ystävää.

Korttien ei ole pakko olla pussissa tai toimia erityisen aikuislähtöisesti. Tunnelorupussin kortit voi levittää lapsille tarkasteltavaksi ja antaa ne pohjaksi lasten keskinäiselle avoimelle kes-kustelulle. Aikuisen voi auttaa keskustelun syntymisessä kysymällä kysymyksiä, mikäli se on tarpeen. Lapset voivat myös keksiä tunteista satuja ja kasvattaja voi käyttää tunnelorupussia sadutuksen apuvälineenä. Yhdessä voidaan pohtia miten lorun tarina voisi jatkua, mitä sitä ennen on tapahtunut tai vaikka minkälaisia muita asioita tai eläimiä loruun voisi liittyä. Sa-dutuksen lisäksi tunnelorupussin kuviin ja niistä herääviin ajatuksiin voi liittää esimerkiksi maalaamista tai musisointia.

Tunnelorupussin korteilla voi leikkiä myös kim-leikkiä (tehtävänä tunnistaa, mikä kuva puut-tuu) tai muita muistileikkejä. Kim-leikkiä leikkiessä puuttuvan kuvan lorun voi lukea ääneen, jolloin visuaalisen puolen lisäksi mukana on tunteesta kertova runo. Lapsi voi myös luokitella ja lajitella kortteja eri tavoilla esimerkiksi värien mukaan tai kysymällä mitkä kortit ovat mu-kavia tai missä korteissa on kivoimmat lorut. Kuten aiemmin on jo todettu, menetelmä on mahdollista yhdistää mielikuvitusta käyttäen muihin olemassa oleviin tunnetyön menetelmiin. Aina lapsille tunteista puhuttaessa mukaan voi helposti liittää tunnelorupussin kuvan, lorun tai molemmat.

Toiminnallisen opinnäytetyömme tuloksena päiväkotipolku saa käyttöönsä heidän tarpeensa huomioiden kehitetyn tunnelorukorttipussin. Henkilökunta voi hyödyntää kehitettyä materiaa-lia myös muun muassa heillä käytössä olevan Huikon ja Isoniemen (2006) Sipukaisesta kerto-van kirjan yhteydessä. Kirjan kanssa käytettäessä henkilökunta voi esimerkiksi lukea kirjaa ja pyytää lapsia valitsemaan korteista eläinhahmoja, joilla on sama tunnetila kuin Sipukaisella. Onnistuimme siis kehittelemään materiaalista tavoitteidemme mukaisesti helppokäyttöisen ja yhdisteltävän. Myös visuaalinen ilme ja korttien arvot sopivat suunnitellusti päiväkotipolun arvoihin.

8.4 Jatkokehitys

Mahdollisia jatkokehityksiä olisi tutkia korttien käytettävyyttä pidemmällä ajanjaksolla. Tällä hetkellä arviointimme rajoittuu ensikokemuksiin, joten olisi mielenkiintoista tietää esimerkiksi miten materiaali soveltuu arkeen pidemmällä aikavälillä sekä tuleeko sitä käytettyä päiväkodin arjessa alkuinnostuksen jälkeen. Mukaan kokeiluun voitaisiin ottaa myös toisia päiväkotiteja ja testata korttien toimivuutta erilaisissa ympäristöissä ja erilaisissa ryhmissä. Useamman päiväkodin käyttökokemukset mahdollistaisivat laajemman näkemyksen tunnelorupussin toimivuudesta.

Päiväkoti Polun lapset ovat eri-ikäisiä, mutta kattavamman tuloksen materiaalin toimivuudesta eri ikäisillä lapsilla saisi testaamalla tunnelorupussin toimivuutta monessa ryhmässä, joissa ikä vaihtelisi laajalla välillä. Koska saimme nyt lapsilta melko pienen otannan palautteessa, olisi mielenkiintoista tutkia korttien käytettävyyttä ja toimivuutta täysin lapsilähtöisesti esimerkiksi pitämällä lapsille tuokioita, joiden pohjalta lapset saisivat kertoa mielipiteitään ja antaa ideoitaan jatkokehitystä ajatellen.

Eri päiväkodeista lapsilta ja aikuisilta saadun palautteen jälkeen korteista voisi kehittää esimerkiksi tunnemetsä satukirjan. Näin materiaalia pystyisi käyttämään jo lähtökohtaisesti kahdella eri tavalla: runokirjana ja lorupussina. Kirjan ja lorupussin toimivuutta olisi mahdollista myös vertailla keskenään.

Korttien yhdisteltävyyttä muiden tunnettyömateriaalien kanssa olisi myös mielenkiintoista tutkia. Tästä aiheesta voisi kehittää esimerkiksi ideaohjeistuksen, jota testattaisiin käytännössä ja todettaisiin minkälaiset menetelmät parhaiten toimivat yhdessä näiden korttien kanssa. Tämä vaatisi vielä laajempaa tutustumista eri tunnettyön menetelmiin. Riimikirpun Onnikonna - tunnelorupussin 7-15 vuotiaille lapsille tarkoitettuja runoja voisi myös vertailla meidän tekemään tunnelorupussiin ja mahdollisesti kokeilla näiden menetelmien yhdistämistä. Erityisesti olisi mielenkiintoista tutkia tunnistavatko päiväkotikäiset lapset yhtä hyvin tunteita oppinnytetyömme lorupussista ja vanhemmille lapsille suunnatusta lorupussista.

Jatkotutkimusta varten voisi tehdä tunnelorupussista version, jossa kaikki kuvien hahmot ovat ihmisiä tai toisaalta abstrakteja kuten hymiöitä. Eri versioita kuvista tehdessä myös loruja täytyisi muuttaa niihin sopiviksi. Eri versioita ja niiden toimivuutta voisi kokeilla ensin samalla lapsiryhmällä ja sitten eri päiväkodeissa eri ryhmillä.

Lähteet

- Cacciatore, R. 2014. Kiukkukirja. 5. painos. Helsinki: Väestöliitto
- Haapsalo, T; Kirkkopelto, K & Repo, L. 2016. Mun ja sun juttu. Lasten sosiaalisten taitojen vahvistaminen kiusaamisen ehkäisyssä. Helsinki: Lasten keskus.
- Huikko, E & Isoniemi, E. 2006. Miltä Sipukaisesta tuntuu? Jyväskylä: Psykologien kustannus Oy.
- Isokorpi, T. 2004. Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen. Juva: PS-kustannus.
- Järvinen, K & Mikkola, P. 2015. Oletko sä meidän kaa? Näkökulmia osallisuuteen ja yhteisöllisyyteen varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Pedatieta Oy.
- Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Juva: PS-kustannus.
- Karlsson, L & Karimäki, R. 2012. Sukelluksia lapsinäkökulmaiseen tutkimukseen ja toimintaan. Jyväskylä: Suomen kasvatustieteellinen seura ry.
- Kirkkopelto, K. Molli. 2013. Helsinki: Lasten keskus.
- Kirkkopelto, K. Piki. 2016. Helsinki: Lasten keskus
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. 9.painos. Tunne itsesi, suomalainen. Helsinki: WSOY.
- Koivunen, P-L & Lehtinen, T. 2015. Kasvu kiikarissa. Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille. Juva: PS-kustannus.
- Kokkonen, M. 2010. Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet. Juva: PS-kustannus.
- Mäkelä, J. Nislin, M. Sajaniemi, N. Suhonen, E. Stressin säätely. Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin. 2015. Juva: PS-kustannus.
- Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Tammi
- Nurmi, P. 2013. Lupa tunteisiin. Teoksessa Nurmi, P. toim. Lapsen ja nuoren viha. Jyväskylä: Ps-kustannus. 15-24.
- Peltonen, A & Kullberg-Piilola, T. 2005. Tunnemuksu. Helsinki: Lastenkeskus.
- Pääjoki, T. 2011. Lasten taiteellinen toimijuus. Teoksessa E. Hujala, L. Turja (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus. 109-121.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Finn Lectura.
- Siltala, P. 2015. Kahden- ja kolmenkeskeisyys - toisiaan täydentävät vuorovaikutustapahtumat. Teoksessa Mankkinen, K; Jokinen, I; Lintu, R & Schulman, M. 2015. Pikkulapsesta koulu-laiseksi. Psykodynaaminen näkökulma tunne-elämän ja ihmisushteiden kehitykseen. Helsinki: Therapiea-säätiö. 245-256.
- Sinkkonen, J. 2012. Lapsen puolesta. Helsinki: WSOY.
- Sinkkonen, J & Korhonen, L. Pulassa lapsen kanssa. Helsinki: Duodecim.
- Turja, L. 2012. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Hujala, E & Turja, L (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. 2. painos. Jyväskylä: Ps-kustannus. 41-53
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016. Helsinki: opetushallitus.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Juva: PS-kustannus.
- Österberg Anne, Tuomola Laura. 2015. Tunteet tutuiksi - tehtäväkortit. 2.painos. Jyväskylä: Ps-kustannus.
- Elena Aguilar. 2013. Five reasons why we need poetry in schools.
<http://www.edutopia.org/blog/five-reasons-poetry-needed-schools-elena-aguilar> Luettu 16.9.2016.
- YK:n lapsen oikeuksien sopimus. Lapsen oikeuksien sopimus lyhennettynä.
<https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-lyhennettyna/> luettu 13.8.2017.

Liitteet

Liite 1: Tunnelorupussin runot.....	35
Liite 2 Tunnelorupussin kuvat	40
Liite 3 Tiedote vanhemmille	46
Liite 4 kyselylomake vanhemmille	47
Liite 5 arviointikysymykset päiväkodille	48
Liite 6 Lasten alkuperäiset ideat.....	49
Liite 7 Esimerkkejä runojen luettavuuden arvioinnin yhteydessä tehdyistä muutoksista...	50
Liite 8 Lorupussin käyttöohjeet	52

Liite 1: Tunnelorupussin runot

Metsän läpi kuiske kiiri
sinne oli muuttanut uusi hiiri.
Hiiren nimi oli kuulemma Viivi
Ja lempiruokansa tietenkin kiivi.
Miten hämmästyikään hiiri pieni
kun nimensä tiesi myös kärpässieni.

Pöllö huu, kotinansa puu.
Kurjalla mielellä istuskeli
ja yksiksensä valitteli.
Oli sillä surteet rinnassa
ikävä tuntu nojakyhä rinnassa.
Pöllö kaipas kovin ystäväänsä
jonka olkaan saisi nojata pänsä.

Palkki-siili murheissansa kulki
ei poistunut suru, vaikka silmät sulki.
Siili tiesi tehneensä väärin
ja siksi sitä kaivatti suurin määrin.
Palkki runasti sanoilystävälle
ja aiheutti kurjan mielen tälle.
Se mietti palaanko ystävän luo
ja pyydän anteeksi sanat nuo.

Metsän siimeksessä karhun pesä.
Linnut lauloj, oli kesä.
Karhuemponi poikasiaan kantoj,
välillä heijattasi ja teimiä antoi.
Kovin onnellinen oli silloin karhuperhe.
Onni toisille levisi, ei se ollut erhe.

Pupu Silja pelkäsi pimeää,
jos sen kanssa ei ollut ystävää.
Mutta kerran se päätti kurkistaa
pimeään koloon vanhan tammen taa.
Kolosta se löysi perkkarherkkua
ja sen jälkeen rohkaisi pikkuserkkua:
minäkin tulon rohkeaksi
kun kohtasin pelkoni kerran tai kaksi.

Pikku-Maija oli tonttu soma
jolla kannon kolossa oli koti oma.
Sieltä hän tarkkaili metsän väkeä
varsinkin naapurin tuttua käkeä.
Häntä myös kiinnostivat muiden jutut
sillä kaikki olivat metsässä tutut.
Uteliias oli Pikku-Maijan luonne
siks vilahteli tonttulakki sinne, tänne, tuonne.

Susi Jouka kulki kotiansa kohti
kuun valossa metsä hohti.
Siinä samalla Jouka-susi mietti
kuinka mielellään aikaa metsässä vietti.
Yön valossa kaikki tutut näytti
Joukan mielestä uhallisuus täytti.
Oli turvallinen olo kuutamon valossa
kun uninen tuhina kuului joka talossa.

Metsässä asui myös Liisa leppäkerttu
ja äitinsä nimeltään Marja-Terttu.
Marja-Terttu lentämään opetti Liisaa:
"Vaikka metsässä vaarojakin piisaa,
hyvä on omiin siipiin luottaa,
luottamus myös rohkeutta tuottaa.
Pienillä siivillä voi jo mennä
Liisa-kulta lennä, lennä.."

Etana Keino oli ihan poikki
pupuystävä vierellä loikki.
Keino ei voinut yhtä nopeasti kulkea
sen teki mieli levätä, silmät sulkea.
"Olen kotiin väsynyt
kumpi voisi nukkua nyt."
Näin se kertoi ystävälle ja
heti idea tuli pupulle tälle:
"Jospa minä sinua kannan,
pehmeällä turkillä nukkua annan."

Yksi asia inhotti Lola-keijua,
joka rakasti niityllä leijua:
Lolan saajuuus oli että
hän yli laakerin siivettä.
Jos satoi, hän lensi piiloon tuttuun,
koska muuten olisi mennyt ruttuun.

Metsänpeikko Saana, vilkas tapaus.
Tärkeintä sille oli vapaus.
Se rakasti kulkea pitkin metsiä
Uusia jänniä seikkailuita etsiä
Kotimetsässä oli rauhallista
siksi Saana vain söi puurokauhallista.
"Kujeita keksä kiittää alkaa"
se tuumi ja venytti jalkaa.
Niin pitkästynyt se oli metsän menoon,
että yhteyttä otti menevään enoon.

Kerran keväällä huhtikuussa
Ailakki-lintu lauleli puussa.
Se lauloi metsän asukeille
ihan jokaiselle heille.
Samalla nautti niiden suruja ja iloja.
Oli metsässä paljon mielentiloja.
Se tahtoi ymmärtää jokaista niitä,
vaikka sanat eivät aina riitä.
Myötätunto valtasi Ailakin mielen
ja liverrykseen avasi sen kielen.

Kutte-käärme söi aamuvelliä
mielessänsä ajatuksia helliä.
Kutella oli niin paljon voimia,
että vaikea sen oli hellästi toimia.
Siksi metsän väkijoukko pölyön juoksi
oli Kutte suruttomien sen vuoksi.
Vaan ratkaisun keksi hirvi Kalle:
"Kutella pitäisi olla pehmonalle."
Lujiakin haleja nalle kestää
se Kuttea meitä satuttamasta estää.

Laleh oli metsän perhonen,
joka tänään ei ollut iloinen.
Sillä oli kovin surullinen mieli
ja alaspäin painui sen suupieli.
Perhosenkin etarää mahtuu surua,
murhetta ja vähän mahan purua.

Ampiainen Lili kokeili sen siipiä,
se oli niin innoissaan, ettei voinut hiipiä.
Innokas tulinä metsän täytti.
Mesi tuoksu, kukat harrilta näytti.
Lili lenteli kukasta kukkaan
ei yhtään mettä saanut mennä hukkaan.

Varpushaukka Ruusu pelkäsi kesää,
se ei halunnut rakentaa pesää.
Sitä pelotti lentää korkealla
ja se toivoi asuvansa kullisen alla.
Se pelkäsi myös paljon muuta:
tähtiä taivaan ja puolikuuta.

Maukua suututti niin että sihisi.
Sen korvissa vinkui ja vatsassa kihisi.
Se oli vihainen kuin ampiainen,
joka tosin oli aika toisella lailla.
Mauku oli niin vihainen,
koska joku oli rikkonut sen kukkasen.

Orava Milja oli metsän asukki uusi
sen kotina oli suuri kuusi.
Vaan yksinäistä oli Miljan olo
kun tyhjä oli pesäkolo.
Muut metsästä olivat vieraita
niin surullinen oli asioiden laita.
Yksin Milja kuljeskeli
ja ystävien saamista odotteli.

Lotta ankalla oli onnellinen päivä
poissa oli huolen häivä.
Onkohan tämä edes totta
tuumaili henkua Lotta
Se pääsisi illalla oikeaan puistoon
metsän taakse joen suistoon.
Ei riemua oikein kuvailla saata
kun tuskin jalatkaan koskevat maata.

Kotka Perhoa hävetti niin
se oli unohtunut mietteisiin
ja lentänyt vahingossa puuta päin.
Miten tässä nyt kävi näin?
Kotkan luonto oli suljes ja vakaa.
Taitavasti lensi edestä ja takaa.
Perho häpesi, ettei osannut taitoa,
jota ilman siitä ei tulisi kotkaa aitoa.

Karhunpentu Aila oli kuullut juttuja,
että onni oli suosinut sen ankkatuttua.
Vesipuistoon pääsisi tuo anka
ja se oli Ailalle uutinen rankka.
Sinne se itsensä olisi halunnut mennä,
mutta ei karhun siivillä niin kauas lennä.
Siivetkin olivat nyt kateuden aihe
se oli Ailalle vaikea vaihe.

Molli-koira oli iloinen
niin hyvin olivat asiat sen.
Se hyppeli ymäläi suurta puuta
välillä pysähtyijä näkensä luuta.
Iloisesti haukkui se kavereille
sen ilo tarttui myöskin heille.

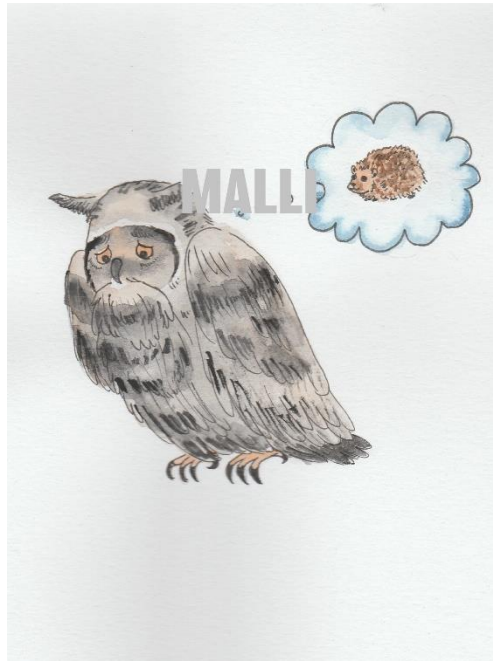
Eliisa oli melko ujo kettu,
jonka herkkua oli metsälettu.
Sitä ujostutti kovin puhua muille,
mutta joskus se jutteli kukille ja puille.
Jokainen on erinäinen,
tiesi metsän väki
kettukin sai ujostella
sen muutkin näki.

Metsässä punarinta Sateenkaari
jonka oksalta näkyi hehtaari
ihan rauhallista uskeli
ja metsän nimenä kuunteli
Ei sillä ollut kiire ei hoppu
oli niin tyyntä myrskykin loppu

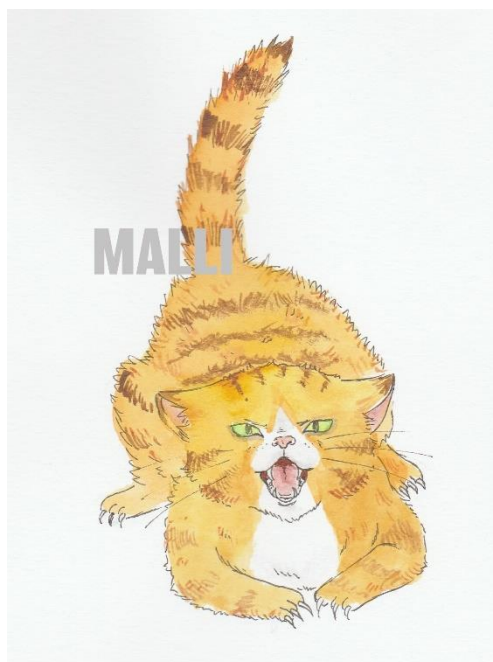
Liite 2 Tunnelorupussin kuvat













Liite 3 Tiedote vanhemmille

Hei!

Olemme Laurea -ammattikorkeakoulun Otaniemen toimipisteen sosionomiopiskelijoita. Toteutamme kevään 2016 aikana opinnäytetyöhömmme liittyvän kehittämishankkeen päiväkodin Polussa. Tavoitteenamme on valmistaa tunnelorupussi, joka tulee käyttöön päiväkodin arjessa. Kehittämisvaiheessa pyydämme päiväkodin henkilökunnalta ja lapsilta arviointia materiaalin toimivuudesta. Toivoisimmekin saavamme teiltä luvan, että lapsenne saa olla osallisena materiaalin arvioinnissa.

Ystävällisin terveisin

Anna-Leena Kulonen ja Maria Turunen

Liite 5 arviointikysymykset päiväkodille

Kysymykset henkilökunnalle

1. Miltä kortit vaikuttavat? (ulkoasu, luottavuus, käytettävyys jne.)
2. Uskotko, että tulet hyödyntämään kortteja työssäsi?
3. Mitä muuttaisit korteissa?
4. Mitä mieltä olet kortteihin valituista tunteista? Ovatko ne riittävät?
5. Vastaavatko tunnelorukortit odotuksianne?

Kysymykset lapsille

1. Mikä on suosikkisi korteista?
2. Miltä korttien kuvat näyttävät?
3. Miltä korttien runot kuulostavat?

Liite 6 Lasten alkuperäiset ideat

Leppäkerttu Liisa
Ampiainen Lili
Metsänpeikko Saana
Pupu Silja
Hiiri Viivi
Talitiainen Ailakki
Punarinta Sateenkaari
Karhunpentu Aila
Keiju Lola
Orava Milja
Koiria Molli
Koiria Joppe
Kettu Eliisa
Norsu Tatu
Leijona Palkki
Kirahvi Patu
Hevonen Emilia
Perhonen Laleh
Käärme Olaf
Tonttu Kristof
Pöllö Anna
Karhuemo Elsa
Vihainen Kissa Mauku
Kilpikonna Huu
Dinosaurius Petri
Sarvikuono Petra
Siili Hans
Etana Keino
Varpushaukka Ruusu
Kotka Perho
Tipu Pikku-Maija
Ankka Lotta
Panda Kielo
Sydän Noel
Lokki Mira
Mäyräkoira (pentu) Toira
Mustekala Lumikello
Merenneito Lumi
Papukaija Ruusunpuna
Apina Baba
Hirviö Maman
Krokotiili Hooha
Mäyräkoira Jouka

Liite 7 Esimerkkejä runojen luettavuuden arvioinnin yhteydessä tehdyistä muutoksista

Lyhennettyjen sanojen poisto

Metsässä asui myös Liisa leppäkerttu ja äitinsä nimeltään Marja-Terttu.
Marja-Terttu lentämään opetti liisaa: "Vaikka metsässä vaarojakin piisaa,
hyvä on omiin siipiin luottaa, luottamus myös rohkeutta tuottaa.
Pienilläkin siivillä voi jo mennä, siks Liisani pieni lennä, lennä.."

Metsässä asui myös Liisa leppäkerttu ja äitinsä nimeltään Marja-Terttu.
Marja-Terttu lentämään opetti Liisaa: "Vaikka metsässä vaarojakin piisaa,
hyvä on omiin siipiin luottaa, luottamus myös rohkeutta tuottaa.
Pienillä siivillä voi jo mennä, Liisa-kulta lennä, lennä.."

Täytesanojen vähentäminen, lauseiden lyhentäminen

Etana Keino oli ihan poikki, pupuystävä vierellä loikki.
Keino ei voinut yhtä nopeasti kulkea, sen teki mieli levätä silmät sulkea.
"Olen niin kovin väsynyt, kumpa vaan voisin nukkua nyt."
Näin se kertoi ystävälle ja heti idea tuli pupulle tälle:
"Jospa minä sinua eteenpäin kannan ja pehmeässä turkissani nukkua annan."

Etana Keino oli ihan poikki, pupuystävä vierellä loikki.
Keino ei voinut yhtä nopeasti kulkea, sen teki mieli levätä, silmät sulkea.
"Olen kovin väsynyt, kumpa voisin nukkua nyt."
Näin se kertoi ystävälle ja heti idea tuli pupulle tälle:
"Jospa minä sinua kannan, pehmeällä turkilla nukkua annan."

Koko runon uudelleen kirjoitus

Pöllön ystävä Palkki Siili,
oli lähtenyt matkalle kainalossa hiili.
Hiilen pala oli pöllön aarre oma,
vaan se oli Palkinkin mielestä ollut kovin soma.
Siks palkki hiilen oli ottanut matkaan,
vaan nyt ei enää pystynyt matkaansa jatkaan.
Niin paljon sitä kadutti siellä metsätiellä, että pöllön luo se palasi ja kertoi: en tekoani kiellä.

Palkki-siili murheissansa kulki, ei poistunut suru, vaikka silmät sulki.

Siili tiesi tehneensä väärin ja siksi sitä kadutti suurin määrin.
Palkki rumasti sanoi ystävälle, ja aiheutti kurjan mielen tälle.
Se mietti palaanko ystävän luo, ja pyydän anteeksi sanat nuo.

Lauserakenteen muutos

Yksi asia inhotti Lola-keijua, joka rakasti lehtien keskellä leijua:
Se oli hänen salaisuutensa että, hän yli kaiken inhosi vettä.
Aina jos satoi, hän meni ihan ruttuun, siks piiloon lensi kivenkoloon tuttuun.

Yksi asia inhotti Lola-keijua, joka rakasti niityllä leijua:
Lolan salaisuus oli että, hän yli kaiken inhosi vettä.
Jos satoi, hän lensi piiloon tuttuun, koska muuten olisi mennyt ruttuun.

Liite 8 Lorupussin käyttöohjeet

Tunnelorukorttipussin käyttöohje

Tervetuloa käyttämään tunnelorukorttipussia!

Tunnelorukortit toimivat esimerkiksi perinteisen lorupussin tavoin: lapset saavat vuorotellen nostaa pussista lorun, jonka aikuinen lukee. Lapset voivat myös itse katsella korttien kuvia. Kuvien ja runojen avulla erilaiset tunteet tulevat tutuiksi vaikka niitä ei laajemmin käsiteltäisi. Menetelmä onkin helppokäyttöisyytensä takia yksinkertainen ottaa mukaan arkeen. Laminoituina kortit ovat kestävätkin ja niitä on mahdollista käyttää ulkona tai antaa lapsille keskenään tutkailtaviksi.

Halutessasi kortteja voi käyttää myös muilla tavoin, esimerkiksi yhdistäen muihin tunnetyömateriaaleihin. Näin toimiessa kortit voivat olla osana laajempaa tunteiden käsittelyteemaa.

Korttien eläimet ja tunteet

Ilo: koira Molli	Ikävä: pöllö Huu
Suru: perhonen Laleh	Katumus: siili Palkki
Viha: kissa Mauku	Onni: karhuemo Lumi
Pelko: varpushaukka Ruusu	Rohkeus: pupu Silja
Ujous: kettu Eliisa	Turvallisuus: susi Jouka
Riemu: anka Lotta	Luottamus: leppäkerttu Liisa
Kateus: karhunpentu Aila	Uteliaisuus: tonttu Pikku-Maija
Yksinäisyys: orava Milja	Väsymys: etana Keino
Into: ampiainen Lili	Inho: keiju Lola
Häpeä: kotka Perho	Pitkästyneisyys: metsänpeikko Saana
Hellyys: käärme Kutte	Myötätunto: talitiainen Ailakki
Hämmästyys: hiiri Viivi	Rauhallisuus: punarinta Sateenkaari