

VARHAISKASVATTAJAN TUNNETAIDOT
Kokemuksia Askeleittain-opetusohjelman käytöstä

Heidi Aho ja Sirpa Tuomainen

VARHAISKASVATTAJAN TUNNETAIDOT
Kokemuksia Askeleittain-opetusohjelman käytöstä

Heidi Aho ja Sirpa Tuomainen
Opinnäytetyö, kevät 2013
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi (AMK)
+ lastentarhanopettajan kelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Aho, Heidi & Tuomainen, Sirpa. Varhaiskasvattajan tunnetaidot. Diak Etelä, Helsinki, kevät 2013, 84 s, 7 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK) + lastentarhanopettajan virkakelpoisuus.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli kuvailla varhaiskasvattajien kokemuksia tunnekasvatuksesta silloin, kun he käyttivät Askeleittain-opetusohjelmaa tunnekasvatuksen tukena. Olimme kiinnostuneita siitä, onko Askeleittain-opetusohjelmalla vaikutusta varhaiskasvattajien ammatillisuuteen. Askeleittain-opetusohjelman avulla varhaiskasvattajat tukevat lapsen sosiaalista kehitystä ja tunteita, ja se on tarkoitettu kaikille yli neljävuotiaille lapsille.

Tähän tutkimukseen osallistui yhdeksän varhaiskasvattajaa viideltä eri paikkakunnalta. Se toteutettiin lokakuun 2012 ja tammikuun 2013 välisenä aikana. Aineisto kerättiin reflektiivisen kirjoittamisen ja teemahaastattelujen avulla. Seitsemän varhaiskasvattajaa kirjoitti kokemuksistaan noin kahden kuukauden ajan. Heille lähetettiin sähköpostitse kirjoitusprosessia tukevia kysymyksiä kolme kertaa. Teemahaastattelu oli parihaastattelu, joka toteutettiin helmikuussa 2013. Aineistoa kertyi yhteensä 31 sivua.

Opinnäytetyö on kvalitatiivinen tutkimus, jonka aineistosta tehtiin sisällönanalyysi. Sen pääteemoiksi muodostuivat varhaiskasvattajan itsetuntemus ja ammatillisuus, vuorovaikutus työyhteisössä ja vanhempien kanssa, lapsen hyvinvoinnin, kehityksen ja oppimisen tukeminen sekä varhaiskasvattajien kokemukset Askeleittain-opetusohjelmasta.

Varhaiskasvattajat havainnoivat ja refleктоivat omia tunteitaan paljon. Tunteiden nimeäminen oli tullut osaksi arjen toimintaa. Kasvattajat toimivat lapsille malliesimerkkeinä vuorovaikutustilanteissa. Omien tunteiden kontrollointia pidettiin merkityksellisenä erityisesti ammatillisesti haasteellisissa tilanteissa. Varhaiskasvattajat kuvasivat useita erilaisia tapoja omien tunteidensa käsittelyssä. Tunnekasvatuksen toivottiin olevan osa varhaiskasvattajien ammatillista opetusta. Askeleittain-opetusohjelmaa pidettiin hyvänä ja käyttökelpoisena ohjelmana tunneopetuksessa. Varhaiskasvattajat saivat ohjelmasta ideoita kasvatustyöhönsä ja sovelsivat niitä oman ryhmänsä tarpeisiin. Ammatillinen sitoutuminen kasvatustyöhön korostui tuokioilla opittujen taitojen siirtämisessä arkeen.

Tämän opinnäytetyön mukaan omien tunteiden reflektointi muokkasi varhaiskasvattajien vuorovaikutustaitoja ja paransi itsetuntemusta. Reflektiivinen ammatillisuuden pohtiminen vaikutti varhaiskasvattajan sitoutumiseen työhön ja omaan työhyvinvointiin.

Asiasanat: varhaiskasvatus, Askeleittain-opetusohjelma, tunteet, reflektio, ammatillisuus, kvalitatiivinen tutkimus.

ABSTRACT

Aho, Heidi and Tuomainen, Sirpa

Pedagogues and emotions. Experiences of Second Step program.

84 p., 7 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2013.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Social Services and Education. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of our thesis was to describe early childhood pedagogues' experiences while they taught the Second Step program. We were interested in the Second Step program's influence on pedagogues' own social as well as emotional skills and interaction. We wanted to uncover the Second Step program's influence on professionalism. The Second step program is a preventive program which improves social and emotional skills

Material for this study was collected from nine pedagogues while they were teaching Second Step program. Seven pedagogues reported in writing and two pedagogues were interviewed. Pedagogues who made written reporting used reflective writing. Open questions were sent to the pedagogues asking about their emotions concerning their work. The interviews were based on the same questions. Thesis is the qualitative study and the material was analyzed using content analysis.

Results showed that pedagogues were interested in reflection. They recognized and named their feelings easily. Pedagogues reflected on interaction in professional communication. They reported that increased self knowledge made their interaction better. Pedagogues acquired much information from observing the interaction between children, colleagues and parents.

Conclusion was that interaction had an important role in professionalism. The pedagogues who used the Second Step program reflected in a higher degree on how they interacted and which working methods they used. Perception of feelings had a positive effect on the ability to self-regulate. Results of the study showed also a growth in self knowledge.

Keywords: early childhood pedagogue, the Second Step, emotions, reflection, professionalism.

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITEET	8
3 VARHAISKASVATTAJA JA TUNNETAIDOT	10
3.1 Varhaiskasvattaja ja kasvatustyö	10
3.2 Tunnetaidot	12
3.3 Tunnetaidot varhaiskasvatuksessa	15
3.4 Varhaiskasvattajan ammatillisuus	17
3.5 Ammatillinen kehittyminen ja reflektiivisyys	18
4 ASKELEITTAIN-OPETUSOHJELMA	22
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN JA MENETELMÄLLISET VALINNAT ...	26
5.1 Hermeneuttinen kehä ja kokemus	26
5.2 Tutkimusprosessin kuvaus	27
5.2.1 Tutkimukseen osallistujat	28
5.2.2 Reflektiivinen kirjoittaminen ja teemahaastattelu	29
5.2.3 Aineiston keruu	31
5.3 Sisällönanalyysi	32
6 TUTKIMUSTULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	39
6.1 Varhaiskasvattajan itsetuntemus ja ammatillisuus	39
6.1.1 Omien tunteiden tunnistaminen ja itsereflektio	40
6.1.2 Itsesäätely	42
6.1.3 Tunteiden ilmaisu	44
6.2 Vuorovaikutus työyhteisössä ja vanhempien kanssa	46
6.2.1 Työyhteisö	46
6.2.2 Kasvatuskumppanuus	49
6.3 Lapsen hyvinvoinnin, kehityksen ja oppimisen tukeminen	51
6.3.1 Varhaiskasvattajassa tunteita herättäviä tilanteita	52
6.3.2 Lapsen tunteiden tunnistaminen	53
6.3.3 Lasten tunteiden tulkkina	54

6.4 Varhaiskasvattajien kokemuksia ja arvioita Askeleittain-opetusohjelmasta ja sen toteuttamisesta	56
6.4.1 Askeleittain materiaali	58
6.4.2 Toimintatuokit	59
6.4.3 Ohjelman soveltaminen arkeen	60
6.5 Johtopäätöksiä	62
7 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	64
8 POHDINTA	67
8.1 Ammatillinen kehittyminen opinnäytetyöprosessin aikana.....	67
8.2 Tulevaisuuden näkymiä.....	69
LÄHTEET.....	70
LIITE 1: Sähköposti. Haetaan osallistujia tutkimukseen.....	77
LIITE 2: Tutkimukseen osallistujien suostumus	78
LIITE 3: Ohjeistus 1.	79
LIITE 4: Ohjeistus 2.	80
LIITE 5: Ohjeistus 3.	81
LIITE 6: Välikirje.....	82
LIITE 7: Teemahaastattelu runko.....	83

1 JOHDANTO

Työssäni joudun kaikenlaisten tilanteiden eteen - iloa, surua, sääliä, ärtymystä... Kun on työssään "täysillä" mukana on myös kaikki tunteetkin mukana.

Hyvällä varhaiskasvatuksella edistetään lapsen kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja hyvinvointia sekä tuetaan perheen ensisijaista kasvatusvastuuta lapsesta. Varhaiskasvatus on kasvatuksellista vuorovaikutusta lapsen eri elämäntilanteissa. Sen tavoitteena on edistää lapsen hyvinvointia ja tukea lapsen sosiaalista ja tunne-elämän kehitystä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 29.) Lapsen kehityksen tuntemus sekä kehityksen tukeminen ovat osa varhaiskasvattajan ammatillista osaamista ja kuuluvat valtakunnallisiin linjauksiin. Varhaiskasvatuksen laatu on riippuvainen varhaiskasvattajien osaamisesta. Sosiaali- ja terveysministeriön vision, Varhaiskasvatus vuoteen 2020, mukaan varhaiskasvatushenkilökunnan osaamisen kehittäminen on yksi Varhaiskasvatuksen neuvottelukunnan vision painopisteistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 21, 65.)

Oma motivaatiomme työhön on herännyt seurattessamme mediassa käytävää keskustelua varhaiskasvatuksen laadusta sekä omista kokemuksistamme päivähoiton kasvatustyössä. Viimeisin opinnäytetyömme kannalta merkittävä tutkimus julkaistiin alkuvuodesta 2013, ja sitä käsiteltiin mediassa runsaasti. Tämä Väestöliiton julkaisu "Ammattikasvattajan kielletyt tunteet" (2013) käsitteli kasvattajien omia tunteita työssään.

Mielestämme tunnekasvatus on jäänyt vähälle huomiolle varhaiskasvatuksen piirissä, ja sen vuoksi haluamme opinnäytetyöllämme kiinnittää huomion varhaiskasvattajan tunnetaitoihin ja tunnekasvatuksen tärkeään osaan lapsen hyvinvoinnissa. Tunnekasvatus on jäänyt muiden taitojen opettamisen varjoon, koska tunnetaitoja on pidetty itsestään selvänä osaamisena. Näin ei kuitenkaan ole, ja tämän vuoksi kiinnostuimme tutkimaan varhaiskasvattajien omia kokemuksia tunnetaitojen opettamisesta sekä niiden vaikutuksista ammatillisuuteen.

Olemme rajanneet tutkimuksen käsittämään varhaiskasvattajia, jotka käyttävät tällä hetkellä Askeleittain-opetusohjelmaa tunnetaitojen opetuksen tukena. Sitä esitellään Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen raportissa lasten sosiaalisia ongelmia ennaltaehkäisevänä menetelmänä. (Laajasalo & Pirkola 2012, 31, 34).

Tässä tutkimuksessa tarkastelemme varhaiskasvattajien henkilökohtaisia kokemuksia tunnekasvatuksesta. Tutkimustehtävänä on kerätä tietoa siitä, millaisia kokemuksia varhaiskasvattajilla on omien tunnetaitojensa kehittymisestä käyttäessään Askeleittain-opetusohjelmaa. Tässä tutkimuksessa käytämme rinnakkain varhaiskasvattaja- ja kasvattaja-termejä tarkoittaessamme varhaiskasvatuksen ammattilaista. Tässä työssä tiedostetaan lapsen kasvun ja kehityksen tukemisen tärkeys, erityisesti tunne-elämän alueella, ja varhaiskasvattajan ammatillisuuden vaikutus tähän osa-alueeseen.

2 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITEET

Tutkimuksen lähtökohtana on tunnekasvatuksen merkityksen esiin nostaminen erityisesti varhaiskasvatuksen kontekstissa. Tutkimus keskittyy askeleittain opetusohjelmaa käyttävien varhaiskasvattajien henkilökohtaisiin tunnekokemuksiin sekä heidän työhönsä liittyviin ammatillisiin kokemuksiin. Tunnekasvatuksen kehittämiseksi on tärkeää selvittää varhaiskasvattajien omia kokemuksia, silloin kun tunnekasvatuksen apuna käytetään toiminnallista menetelmää. Tutkimuksen tarkoitus on herättää lisäksi keskustelua tunnekasvatuksesta, ammatillisuuden tärkeydestä ja laadukkaan varhaiskasvatuksen kehittämismahdollisuuksista.

Tutkimuskysymykset:

- 1 Millaisia kokemuksia varhaiskasvattajilla on
 - Omien tunteiden tunnistamisesta?
 - Omien tunteiden nimeämisestä?
 - Itsesäätelystä?

- 2 Millaisia kokemuksia varhaiskasvattajilla on omien tunnetaitojen kehittämisestä?

- 3 Varhaiskasvattajien arvioita Askeleittain-opetusohjelmasta.

Tunnelukutaidoksi voidaan määritellä omien tunteiden tunnistamisen taito, taito tunnistaa muiden tunteita, kyky nimetä tunteita, ymmärrys, mistä tunteet tulevat sekä taito säädellä tunteiden ilmaisua. Omien tunteiden tunnistaminen helpottaa sisäisten voimavarojen löytämistä ja lisää ymmärrystä siitä, että ihmiset voivat ilmaista tunteitaan eri tavalla kuin itse. Se helpottaa hyväksymään erilaisuutta, mikä on edellytys ihmisen moraalien kehittymiselle. Varhaiskasvattajan kannustava asenne lapseen ja hänen ominaisuuksiinsa motivoivat myös lasta yrittämään parhaansa. (Jalovaara 2006, 7, 29, 107; Aho 1997, 143.) Varhaiskasvat-

tajan ammatillinen kehittyminen tunnekasvatuksen osa-alueella on varhaiskasvatuksen laatua parantavaa. Vahva ammatillisuus vaikuttaa myös lapsiin, perheisiin ja työyhteisöön.

Tunnetaitojen ja tunteiden säätelyn oppimisella on vaikutusta varhaiskasvattajan työssä jaksamiseen. Työntekijöiden tulisi säädellä tunteitaan vuorovaikutustilanteessa sekä lasten että työtovereiden kanssa. Tämä lisäisi työssä jaksamista, sekä ehkäisisi työpaikkakiusaamista. (Kokkonen 2010, 110–111.) Työhyvinvoinnista huolehtiminen on tärkeää, jotta varhaiskasvatustyö näyttäytyisi työmarkkinoilla vetovoimaisena alana.

Opetusohjelmaa on tutkittu jonkin verran lapsen näkökulmasta, mutta varhaiskasvattajan kokemusten kuvaaminen on ollut vähäistä. Mielestämme varhaiskasvattajien kokemuksiin omista tunnetaidoista on mielenkiintoista syventyä, koska kasvattajan työ perustuu vuorovaikutustaitoihin ja niissä ovat aina mukana tunteet.

Ammatilliseen kehitykseen tutkimus tuo uusia näkökulmia siihen, miten voimme kehittää itseämme varhaiskasvatustyössä ja tunnekasvatuksessa. Reflektiivisen työtöteen avulla uskomme oman ammatillisuutemme kehittyvän ja vahvistuvan. Teoriatiedon lisäksi tutkimus antaa meille oppia kokemusten tutkimisesta ja itsereflektion taidosta.

3 VARHAISKASVATTAJA JA TUNNETAIDOT

3.1 Varhaiskasvattaja ja kasvatustyö

Sosiaali- ja terveysministeriön Varhaiskasvatuksen perusteet (2005) määrittelee varhaiskasvatukselle kolme kasvatuspäämäärää. Ensimmäinen on lapsen henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen, mikä tarkoittaa lapsen yksilöllisyyden kunnioittamista. Lapsi saa toimia ja kehittyä omana persoonanaan. Toisena päämääränä mainitaan toiset huomioon ottavien käyttäytymismuotojen vahvistaminen. Sillä tarkoitetaan sitä, että lapsi suhtautuu myönteisesti itseensä ja oppii välittämään muista ja huomioimaan muut ihmiset. Viimeisenä kasvatuspäämääränä todetaan lapsen itsenäisyyden asteittainen lisääminen. Se tarkoittaa, että lasta autetaan kasvamaan itsenäiseksi aikuiseksi, joka pystyy huolehtimaan itsestään ja läheisistään. Kasvattajan tehtävänä on huolehtia siitä, että nämä päämäärät voivat toteutua varhaiskasvatuksessa. (Stakes 2005, 13.)

Varhaiskasvattajan keskeisenä tehtävänä on lapsen ihmiseksi kasvun tukeminen niin, että lapsi kykenee myöhemmin selviytymään elämässä vastaan tulevista muutoksista ja haasteista. Varhaiskasvattaja tukee lapsen persoonallista kasvua ohjauksen ja auttamisen avulla. Ahon ja Laineen (1997) mielestä toista ihmistä ei voi opettaa; häntä voi ainoastaan ohjata oppimaan. Varhaiskasvattajan oman itsetunnon tulisi olla vahva, koska se näkyy myös lapsen itsetunnossa. Hyvän itsetunnon omaava kasvattaja kykenee ohjaamaan lasta ja asettumaan katsomaan maailmaa lapsen silmin. Hän luottaa lapsen mahdollisuuksiin itsetunnon kehitymisessä ja tukee sen kehitystä. Varhaiskasvattajan tulee tiedostaa oman ihmiskäsityksensä ja sen näkyväksi tekemisen tärkeyden omassa arkipäivän toiminnassaan. (Aho & Laine 1997, 8–9, 48.)

Varhaiskasvattaja toimii oman ryhmänsä emotionaalisen johtajana. Hänen tulisi huomata yksilöiden ja ryhmän muuttuvat tunnereaktiot ja ohjata niitä oikeaan suuntaan. Tämän avulla hänen oma sekä ryhmän hyvinvointi säilyvät hyvänä. Kasvattajan olisi myös muistettava, että ihmisestä välittäminen on tärkeämpää kuin suoritukset. (Isokorpi 2004, 74–75.) Avoimessa ja sallivassa ilmapiirissä

lapsi tuntee olevansa hyväksyty ja arvostettu ryhmän jäsen. Kasvattajan rooli positiivisen ilmapiirin luomisessa on ensisijaisen tärkeä. Itsensä tunteva ja arvostava kasvattaja pystyy joustavuuteen ja hän on kiinnostunut ryhmän sosiaalisten suhteiden kehittamisestä. Kasvattaja kykenee eettiseen herkkyyteen, ja hänellä on korkea moraalit. Hän ohjaa lapsia sosiaalisissa suhteissa ja tukee lapsen itsetuntoa. Varhaiskasvattajan oma käytös ja esimerkkinä olo vaikuttavat ilmapiiriin laatuun. Myönteisessä ilmapiirissä kasvattaja ja lapset voivat yhdessä pohtia, millainen käytös edistää positiivisen ilmapiirin kehittymistä ja kaikkien hyvinvointia ryhmässä. (Aho 1997, 41–42, 51.)

Varhaiskasvattajat ja lapset yhdessä muodostavat ryhmän ilmapiirin ja heidän kaikkien kokemukset ja tuntemukset kehittävät sen laatua. Välittömän palautteen anto toiminnasta varmistaa ilmapiirin tuoreuden, ja esille tulevat asiat käsitellään heti avoimessa ja turvallisessa ilmapiirissä. Lapsi kokee, että häneen liittyvät asiat ovat merkityksellisiä ja niillä on vaikutusta ryhmän yhteiseen toimintaan. Ihmisten välisissä kanssakäymisissä muotoutuva sisältö on merkityksellisempää kuin mitkään valmiit oppisisällöt. (Reunamo 2007, 106.)

Vuorovaikutustaidot ovat yksi tärkeimmistä varhaiskasvattajan työtaidoista. Kiesiläinen (2001) jakaa ihmissuhteet yksityisiksi ja ammatillisiksi. Yksityisissä ihmissuhteissa ei ole tavoitteita ja niistä voi päästä eroon niiden muuttuessa huonoiksi. Ammatilliseen ihmissuhteeseen kuuluu tavoitteellisuus, johon pyritään vuorovaikutuksella. Asiakassuhteita ja työtovereita ei yleensä voi valita ja ammatillisella työotteella kasvattaja pystyy dialogiseen kanssakäymiseen. Vastuu asiakassuhteen vuorovaikutuksesta on kasvattajalla, hän on vastuussa omasta toiminnastaan. Työtovereiden kesken vuorovaikutusvastuu jakautuu kaikille työyhteisössä ja heidän kaikkien tehtävänä on huolehtia vuorovaikutuksen laadusta. Kasvattaja voi kuitenkin olla vastuussa vain omasta osuudestaan, ja joskus hän myös epäonnistuu vuorovaikutustilanteessa. Kiesiläisen (2001) mukaan epäonnistumisia tulisi käsitellä oppimisen ja kehittymisen perspektiivistä. Turvalisessa työyhteisössä epäonnistumisia voi tarkastella yhdessä ja niistä voi oppia jokainen jotain uutta. (Kiesiläinen 2001, 254–259.)

Hyvän vuorovaikutuksen edellytyksinä on Kiesiläisen (2001) mukaan viisi eri elementtiä. Ensimmäisenä hän mainitsee, että kasvattajalla on oltava hyvää tahtoa asian hoitamiseen, myös haastavassa vuorovaikutustilanteessa. Hän jaksaa kommunikoida, vaikka on suuttunut ja loukkaantunut. Toisena edellytyksenä on kasvattajan vastuunotto omista ajatuksistaan, tunteistaan ja teoistaan. Ne yhdessä vaikuttavat päätöksien tekoon. Kolmas piirre hyvässä vuorovaikutuksessa on toisen osapuolen kunnioittaminen, sen avulla kasvattajalla on mahdollisuus luoda vuorovaikutussuhde myös hankalassa tilanteessa. Neljännä asiana Kiesiläinen (2001) mainitsee kasvattajan taidon kuulla aidosti toista osapuolta. Sen mahdollistaa asian todellisen ymmärtämisen. Viimeisenä edellytyksenä hyvälle vuorovaikutukselle on puheeksi otto, kasvattaja on rohkea aloittamaan keskustelun myös vaikeista asioista. Kiesiläisen (2001) mukaan vuorovaikutus on prosessi ja se on kuin taiteen tekemistä, sen lopputuloksesta ei ole varmuutta. Hän kehottaa kasvattajia olemaan rohkeita uusien haasteiden edessä, ja näiden edellä mainittujen hyvän vuorovaikutuksen edellytysten sisäistäminen auttaa kasvattajaa ohjaamaan vuorovaikutustilannetta ammatillisessa kohtaamisessa. (Kiesiläinen 2001, 268.)

3.2 Tunnetaidot

Tunteet voidaan jaotella perustunteisiin sekä sosiaalisiin tunteisiin. Perustunteet ovat universaaleja evoluution synnyttämiä mielentiloja, joiden tieteellinen määrittely on moninaista. Yleensä perustunteiksi kuitenkin mainitaan pelko, suru, viha ja mielihyvä. Perustunteen voi tunnistaa ihmisen kasvon ilmeistä tietämättä, mihin asiayhteyteen ilme kuuluu. (Pulkkinen 2002, 69.)

Tunneteorioita on useita ja tutkijat kiistelevät siitä, onko esimerkiksi perustunteita olemassa ja miten niitä voidaan luokitella. Tässä työssä tarkastelemme tunnetaitoja kognitiivisen tunneteorian viitekehyksessä. Sen mukaan tunne määritellään kokemukselliseksi mielenliikkeeksi, johon liittyvät ajatukset, ihmisen psykologiset ja fysiologiset tilat sekä reaktioita käyttäytymisessä. Tunnereaktiosta voidaan eritellä kolme osaa. Fysiologisella tasolla tarkoitetaan tunteeseen liittyviä fysiologisia muutoksia, esimerkiksi suuttumuksen aiheuttamaa äänen vä-

rinää. Kokemuksellisella tasolla tarkoitetaan tunteiden aistimista, ihmisen kokemusta tunteesta. Tunteiden ilmaisun tasolla käsitetään sitä, miten ihminen ilmaisee tunteensa muille. (Goleman 2000, 341; Nummenmaa 2010, 20–21; Keltikangas-Järvinen 2000, 174–179.)

Tunnereaktioita on kahdenlaisia, nopeita ja hitaita. Nopeat eli automaattiset tunnereaktiot syntyvät tiedostamattomasti esimerkiksi silloin, kun joku vaara uhkaa ja ihminen on tilanteessa, jossa hänen täytyy toimia nopeasti. Automaattisen tunnereaktion väitetään toimivan nopeammin kuin järki, ihminen muuttaa käyttäytymistä vaaran uhatessa heti. Nopea tunnereaktio on lyhykestoinen tila, se kestää muutamasta sekunnista tuntiin, ja se voi aktivoitua uudelleen. Hitaat eli tietoiset tunnereaktiot syntyvät ihmisen ajatuksissa vähitellen. Tunnekokemuksen pohjalta tilanne tiedostetaan ja se pyritään ratkaisemaan tahdonalaisesti säätelemällä. Hitaat tunnereaktiot antavat tilanteesta tarkempaa tietoa synnyttäen tunnereaktion, joka johtaa jäsentyneeseen ajatusketjuun. Mielialalla kuvataan usein pidempiaikaista tilaa, johon vaikuttaa useampi tunnekokemus. (Goleman 2000, 342–345; Nummenmaa 2010, 16, 18–19, 33.)

Sosiaaliset tunteet ovat monimutkaisia kulttuurisidonnaisia tunneprosesseja, joita opitaan ympäristöstä. Ne syntyvät perustunteiden kokemuksia yhdistelemällä. Niitä voidaan muotoilla oppimisen ja kokemusten avulla ja ne hienosäätävät ihmisen toimintaa esimerkiksi rajoittamalla sosiaalisesti negatiivista käytöstä. Sosiaaliset tunteet auttavat ihmistä sopeutumaan ryhmään ja yhteiskuntaan sekä omaksumaan niiden arvot ja normit. Sosiaalisista tunteista mainitaan esimerkkeinä nolostuminen, häpeä ja ylpeys. Lapsen sosiaalisten tunteiden kehittyminen alkaa ensimmäisen ikävuoden jälkeen ja se jatkuu koko leikki-iän. (Nummenmaa 2010, 36–37, 173; Kokkonen 2010, 15–16.)

Itsesäätely

Itsesäätely ihmisen mielen hallintakeino, joka suuntaa mielen tasapainoon. Ihminen pyrkii käsittelemään tunteitaan niin, että ne eivät hallitse hänen toimintaansa. Tunteiden itsesäätelyä ja taitoa tehdä kompromisseja tarvitaan silloin,

kun ollaan vuorovaikutuksessa muiden kanssa, koska sen avulla säädellään käytöstä ja hillitään tunteita. Itsesäätelyn avulla ihmisen tunne-elämä pysyy joustavana ja avoimena. Tunteiden säätelyn avulla ihminen pyrkii pitämään toimintakykynsä mahdollisimman hyvänä. Itsesäätelyllä pyritään vaikuttamaan sekä ulospäin näkyviin tunteisiin, kuten aggressiivisuuteen, että sisäisiin tunteisiin, esimerkiksi mielipahan tunteeseen. (Kokkonen 2010, 19–21; Keltikangas-Järvinen 2000, 214–215; Pulkkinen 2002, 69.)

Sisäisellä eli omien tunteiden säätelyllä tarkoitetaan tilaa, missä ihminen pyrkii eroon mielipahasta ja tavoittelee tasapainoa, hän pyrkii esimerkiksi torjumaan huolet. Sen avulla hän voi säilyttää sosiaaliset suhteensa, vaikka toiminnan tavoitteena onkin oma etu. Kyky sisäiseen tunteiden säätelyyn mahdollistaa myös empatian tuntemisen. (Kokkonen 2010, 26–27.)

Itsesäätely tapahtuu psyykkisen työn avulla. Siinä muokataan mielikuvia omien havaintojen pohjalta. Esimerkkinä mainitaan, että ihminen voi rakentaa mieleen oman kuvan toisesta ihmisestä, joka on erilainen kuin todellisuus. Jos ihminen kykenee psyykkiseen työhön, hänellä on mahdollisuus elämänhallintaan. (Keltikangas-Järvinen 2000, 84–86; Jalovaara 2006, 57.)

Sosioemotionaalisiin taitoihin kuuluvat itsetietous, sosiaalinen tietous, kyky tehdä päätöksiä, itsehallinta ja ihmissuhdetaidot. Nämä taidot ovat verrannollisia tunteiden säätelytaitoihin, joita voidaan oppia ja niitä voidaan opettaa. (Kokkonen 2010, 45; Keltikangas-Järvinen 2000, 43–44.)

Empatia

Ihmisen empatiakyky pohjautuu hänen itsetuntemukseensa. Mitä paremmin hän tuntee itsensä, sitä empaattisempi hän on. Toisen ihmisen tunteiden havainnoinnissa on tärkeää havainnoida sekä puhetta että kehon sanattomia viestejä. Äänenpainolla, lyhyillä ilmeillä viestitetään lisää tietoa tunteesta. Goleman (2000) kirjoittaa, että Tichenerin teorian mukaan silloin, kun ihminen kykenee jäljittelemään toisen ihmisen ahdingossa olon tunnetta, hän kokee empatiaa.

Ihminen pystyy tuntemaan sitä silloin, kun hän on rauhallinen havaitsemaan toisen ihmisen tunnetilan ja on kykenevä vastaamaan siihen. Tunteen tunteminen yhdessä on ihmisestä välittämistä. Lapsi pystyy tuntemaan empatiaa jo taaperoiässä. (Goleman 2000, 127–138.)

3.3 Tunnetaidot varhaiskasvatuksessa

Lapsi oppii tunnetaitoja sekä kotona että päivähoitossa. Aikuisen tehtävänä on tukea lasta tunteiden tunnistamisessa ja kokemisessa sekä toimia itse esimerkkinä lapselle. Lapsi peilaa aikuisen näyttämien tunteiden avulla omaa olemistaan, oppimistaan ja käytöstään, siksi lapsella tulisi olla mahdollisuus vuorovaikutukseen erilaisten aikuisten kanssa. (Isokorpi 2004, 127.)

Varhaiskasvattajilla on työssään vastuu myös tunnetaitojen opettamisesta. Tunnetaitojen oppimisella on vaikutusta myös toisen ihmisen ymmärtämiseen ja ne ovat osa elämän taitoja. (Jalovaara 2006, 55.) Yhdenkin kasvattajan innostus tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetukseen on merkityksellistä. Kasvattajan sitoutuminen tunnekasvatukseen ja aktiivisuus toteuttaa sitä vaikuttavat lasten tunnetaitojen kehittymiseen. (Kokkonen 2010, 106.) Koska tunteet tarttuvat, kasvattajan aito innostus tarttuu lapseen ja oppimiskokemuksesta muodostuu innoittava kokemus. Lapsi voi näin löytää oman sisäisen motivaationsa. Tunnekasvatuksen avulla kasvattajalla on mahdollisuus myös löytää omat sisäiset voimavaransa, jotka vähentävät työn kuormittavuutta ja työuupumusta. (Jalovaara 2006, 28; Kokkonen 2010, 110.)

Tunnetaitojen oppiminen on mahdollista vain silloin kun varhaiskasvattaja on aidosti läsnä lapsen arkimaailmassa. Silloin aikuisella on mahdollisuus mallintaa lapselle muiden ihmisten kunnioitusta ja yhteisvastuullisuutta. Aikuinen nimeää lapselle tunteet ja he yhdessä pohtivat miltä ne kehossa tuntuvat. Näin lapsi harjaantuu tunnistamaan tunteiden syitä ja hänellä on mahdollisuus oppia säätelämään tunteitaan. (Isokorpi 2004, 128–129.) Tunteiden ilmaisun harjoittaminen edistää lapsen käsitystä siitä, että ihmiset voivat kokea ja ilmaista tunteen eri tavalla kuin lapsi itse. Kasvattajan oma esimerkki avoimesta ja rakentavasta

tunneilmaisusta mahdollistaa myös lapsen tunneilmaisun harjoittamisen. (Aho 1997, 52–53.)

Aikuisen oma säädely tunnereagointi auttaa lasta hyväksymään erilaiset tunteet. Varhaiskasvattaja voi helpottaa lapsen tunnekuormaa lohduttamalla ja iloittamalla lapsen kanssa, koska kasvattaja osaa säädellä omaa toimintaansa erilaisten lasten kanssa toimiessaan. (Isokorpi 2004, 130.) Varhaiskasvattajan huomattava lapsen tukeutuvan usein puolustusmekanismeihin, esimerkiksi vetäytymiseen, kasvattajan tulisi pyrkiä toiminnallaan vähentämään lapsen ahdistusta. Tilanteen tarkka havainnointi, mikä tilanteessa ahdistaa, sekä tilanteen ennakkoinnin opettaminen voivat helpottaa lapsen ahdistusta. Kasvattajan avoin ja lämmin suhde lapseen on tärkeää, koska silloin lapsi voi tulla kertomaan luottamuksellisesti häntä ahdistavista tunteista. Varhaiskasvattaja voi siten auttaa lasta ennakoimaan ja tulkitsemaan tilannetta, ja opettaa selviytymiskeinoja lapselle, niin että hän myöhemmin selviytyy tilanteesta itse. (Aho 1997, 38.)

Kaikki tunteet ovat sallittuja, mutta niistä johtuvat teot eivät aina ole hyväksyttävissä. Vienolan (2012) mukaan varhaiskasvattajat voivat kokea vaikeaksi sen miten esimerkiksi vihan tai pelon tunteiden käsittelyä opetetaan. Kasvattajan on havainnoitava sitä millaista kasvatusta kukin lapsi tarvitsee. Tunnekasvatuksessa on oltava herkkä lapsen reagoinnille. Vienolan (2012) mielestä epäsuoria menetelmiä pidetään parempina kuin suoria käsittelytapoja. Epäsuoria tunteiden käsittelymenetelmiä ovat esimerkiksi kirjojen tai draaman käyttö. (Vienola 2012, 168–171.)

Tunneäly on yläkäsite aikuisen ihmisen tunnetaidolle. Teorian mukaan ensimmäisenä ja perustavana käsitteenä on omien tunteiden tunnistaminen, niiden arvioiminen sekä tunteiden ilmaisu. Ihmisen kyky tunnistaa tunteitaan edistää hänen elämän hallintaansa. Seuraava taito on tunteiden hallinnan käyttäminen ajattelun apuna, esimerkkinä ongelman ratkaisutaito. Ihminen, joka kykenee hallitsemaan tunteitaan, pystyy toipumaan vastoinkäymisistä nopeammin kuin henkilö, joka ei hallitse niitä. Kolmantena tasona on itsensä motivoimisen taito ja kyky analysoida ja ymmärtää tunneperäistä tietoa. Esimerkkinä voidaan mainita syy- seuraussuhteiden ymmärtäminen sekä taito ohjata tunteita tavoitteen

saavuttamiseksi. Neljäntenä tasona mainitaan toisen ihmisen tunteiden tunnistaminen eli empatia. Viidentenä tasona on kyky tunteiden hallintaan ja säätelyyn, sekä omien että muiden. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi ihmissuhteissa tarvittavaa toisen ihmisen tunteiden hallinnan taitoa. (Kokkonen 2010, 38–39; Pulkkinen 2002, 82–84.)

Kaikenlaiset tunteet ovat kasvattajalle sallittuja. Olennaista on miten tunteita käsitellään ja miten sekä missä määrin ne tuodaan esiin. Omista tavoista toimia eri tunnetiloissa on hyvä olla tietoinen. Kasvattaja toimii esimerkkinä lapselle siinä, miten hän ilmaisee omia tunteitaan ja miten hän on vastuussa niiden aiheuttamasta reaktiosta. Ammattimaisessa toiminnassa siviilielämän herättämät tunteet eivät saisi liikaa näkyä työelämässä. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 27.)

3.4 Varhaiskasvattajan ammatillisuus

Varhaiskasvatuksessa ammatillisuutta on toimia lapsen parhaaksi mahdollisimman hyvin. Tarvitaan tilanneherkkyyttä, tilanteisiin tarttumista ja tietoa, mitä tekee ja miksi. Kasvattajan tehtävänä on huolehtia lapsen emotionaalisesta hyvinvoinnista, turvallisuudesta ja huolehtia kasvatuksesta, joka sisältää sosialisointia, kehityksen ja oppimisen. Aikuisen ja lapsen välinen vuorovaikutus on keskeisessä roolissa. Tarvitaan omiin tunteisiin luottamista, vastuullisuutta ja kykyä lukea toisen ajatuksia, käsityksiä sekä tunteita. Työssä kasvattajana on oltava vaativa itselle, hänen on pohdittava omaa ymmärrystä, tietoja ja intuitioita sekä oltava jatkuvassa dialogissa kollegojen kanssa. (Kalliala 2008, 23, 30–31.)

Laadukkaan varhaiskasvatuksen yhtenä tunnuspiirteenä on kasvattajan sitoutuneisuus kasvatustyöhön. Kasvattajan ja lapsen välinen vuorovaikutus on lämmintä ja kasvattaja arvostaa lasta ainutlaatuisena yksilönä. Kasvattaja tukee lasta positiivisen palautteen avulla ja hän on aidosti kiinnostunut lapsesta. Varhaiskasvattajalla on hänelle itselleen ominainen tapa toimia, oma tyyli. Kalliala (2008) kirjoittaa että Leaversin mukaan omaan toimintamalliin kuuluvat stimulaation, sensitiivisyyden ja autonomian käsitteet. Stimulaatiolla tarkoitetaan kas-

vattajan taitoa saada lapsi virittäytymään ja kiinnittymään toimintaan. Kasvattaja huomaa lapsen kiinnostuksen kohteet ja osaa hyödyntää niitä uuden taidon oppimisessa. Sensitiivisyyden käsitteellä tarkoitetaan kasvattajan herkkyyttä tunnistaa lapsen tunteita sekä kunnioittaa häntä tasa-arvoisesti. Autonomialla tarkoitetaan kasvattajan taitoa tunnistaa lapsen kehitykselliset tarpeet. Kasvattaja osaa säädellä lapsen vapauksia huomioiden hänen kehityksellisen tarpeensa. Kalliala haluaa lisätä sensitiivisyyden käsitteeseen vielä kasvattajan kyvyn tunnistaa lapsen sanalliset ja sanattomat viestit, joiden avulla hän pääättelee oman toimintansa suunnan. (Kalliala 2008, 67–69.)

Tutkimuksen (Rouvinen 2007) mukaan lastentarhanopettajat pitävät itseään lapsia ja aikuisia arvostavina toimijoina, jotka työskentelevät kutsumusammattissa. Lastentarhanopettajien mukaan lapset ovat muuttuneet vuosien myötä haasteellisimmiksi, etenkin sosioemotionaaliset vaikeudet ovat lisääntyneet. Väitöskirjan tutkimuskysymyksenä oli, millaisia käsityksiä lastentarhanopettajilla oli oman toimintansa perusteista, lapsista, pedagogiikasta, kasvatuksesta ja vanhemmista. Tutkimuksessa tuotiin esiin lastentarhanopettajien pohdintaa sosiaalisten taitojen opettamisen riittämättömyydestä päiväkodissa. (Rouvinen 2007, iii, 2, 191–194.) Varhaiskasvattajat toivat esiin toiminnan suunnittelun tärkeyden, koska sen avulla lapsen sosiaalisia taitoja tuetaan leikissä ja vuorovaikutustilanteissa päivittäin. Pedagogisena toimintamenetelmänä tutkimuksessa otettiin esille mallista oppiminen. Mallioppiminen on tehokas tapa oppia sosiaalisia taitoja, koska lapsen on vuorovaikutustilanteessa helppo jäljitellä aikuisen toimintaa. Lapsissa piilee myös voimavara, he voivat opettaa myös toinen toisistaan. (Rouvinen 2007, 136–141.)

3.5 Ammatillinen kehittyminen ja reflektiivisyys

Työntekijän ammatillista kehittymistä tapahtuu, kun hän työtilanteissaan osaa perustella toimintaansa. Työssä heränneiden kokemusten analysointi edistää ammatillista kasvua. Omaan työskentelyyn on kehittävää ottaa tutkiva työote. Tietojen ja kokemuksen lisääntyessä ammatillinen kehittyminen mahdollistuu, ja se on mahdollista läpi koko työuran. Varhaiskasvattajan on tärkeä käydä työti-

lanteista rakentavaa keskustelua työtovereiden sekä asiakkaiden kanssa. Yhteistyötaidot ovat tärkeä osa ammatillisuutta, johon merkittävänä osina kuuluvat omien ja muiden tunteiden tunnistaminen sekä tunteista keskusteleminen. Rakentava ammatillinen vuorovaikutus kehittää myös ryhmän toimintaa. (Janhonen & Vanhanen-Nuutinen 2005, 13–17, 25.)

Ruohotie (2000) kirjoittaa, että Kolbin mukaan kokemuksesta oppiminen vaatii ihmiseltä halua ja sitoutumista uusiin kokemuksiin sekä taitoa havainnoida ja reflektoida omia kokemuksia. Lisäksi tarvitaan kykyä käsitteellistää havainnot sekä saada hyödynnettyä nämä havainnot ja ideat käytäntöön. Ihmiset osaavat eri tavoin ottaa oppia kokemuksistaan. Hyvistä kokemuksista oppiminen on helppoa, kun taas virheistä oppiminen vaatii enemmän. Kaikki eivät ole valmiita tai halukkaita oppimaan epäonnistumiskokemuksistaan. Uuden oppiminen vaatii uskaltautumista itselle tuntemattomalle alueelle. Defensiivisyys eli pyrkimys pysyä tutuilla mukavuusalueilla on kuitenkin meille luontevampaa käyttäytymistä. Vaikeita tunteita pyritään välttämään. Ongelmalliset tilanteet toimivat kuitenkin hyvinä oppimisen ja ammatillisen kehittymisen mahdollisuuksina. (Ruohotie 2000, 53, 62, 138–139, 225.)

Itsereflektiossa tulisi tarkkailla omaa toimintaa sisältäpäin sekä etäältä. Itsereflektion taito ja sen kehittäminen on tärkeää ammatillisen kehittymisen kannalta. Kehittymistä ja oppimista edistää omien kokemusten havainnointi ja analysointi, eli reflektointi. Teorian ja kokemuksen tukiessa toisiaan, voidaan puhua oppimisprosessin syklisyydestä. David Baudin työryhmän alkuperäinen malli kokemuksesta oppimisesta, koostui kokemuksen mieleen palauttamisesta ja läpikäymisestä, kokemukseen liittyvien tunteiden tarkastelusta sekä kokemuksen uudelleen arvioinnista. Kun kokemuksiin palataan tarkoituksella, puhutaan toiminnan jälkeisestä reflektiosta. Yhtenä tällaisena menetelmänä voidaan käyttää päiväkirjan kirjoittamista. Kent Seibert on kritisoinut toiminnan jälkeistä reflektiota siitä, että se ei ole enää asiayhteydessä tapahtuvaa, ja että se on kapea-alaista ja aikaa vievää. (Ruohotie 2000, 72, 137, 141–142, 148–149.)

Rouvisen (2007) tutkimuksen mukaan varhaiskasvattajien mielestä työn reflektiivinen arviointi on tiiviisti yhteydessä siihen, mitä he ajattelevat ammatistaan.

Reflektiolla tarkoitetaan tapahtumaan palaamista ja sen uudelleen arviointia. Reflektoinnissa kokemus saa uusia ulottuvuuksia, jotka muuttavat tulevaa toimintaa. Ammatilliseen kehittymiseen kuuluvat ammattitaidon ylläpito ja sen lisääminen. Ammatillisuuden lisääntyessä varhaiskasvattajan kokee varmuutta ja luottamuksen tunnetta työtaitoihinsa. Työ kasvattaa lastentarhanopettajaa, ja se antaa samalla mahdollisuuden moniulotteiseen ammatilliseen kasvuun. Erityisesti haastavat vuorovaikutustilanteet ovat ammatillisesti kasvattaneet tutkimukseen osallistuneita lastentarhanopettajia. (Rouvinen 2007, 80–81.)

Omaa kehittymistä tarkkaileva refleктоiva keskustelu jää helposti tekemättä arjen tapahtumien, puheluiden, poissaolojen, palavereiden ja koulutuksen viedessä huomion. Refleктоivan työotteen käyttäminen vaatii aikaa ja käytännön järjestelyitä. Työyhteisössä olisi järjestettävä aikaa kokemusten yhdessä jakamiseen ja tuen saamiseen työtovereilta. Lapsille tarkoitettua aikaa ei siihen saisi käyttää. (Mäkitalo, Nevanen, Ojala, Tast, Venninen & Vilpas 2011, 17, 25, 154.)

Työssä jaksamista ja työhyvinvointia lisäävät se, että työntekijän työlle sekä itselleen asettamat tavoitteet, haasteet ja odotukset ovat mahdollisia toteuttaa. Työntekijän ammatillisuuden kasvu vaikuttaa yhteisöön, samoin kuin yhteisön kasvu työntekijään. Työympäristöllä on merkitystä työntekijän ammatillisen kehittymisen mahdollistajana tai ehkäisijänä. Vaikuttamassa ovat organisaatioympäristö, työjärjestelyt, esimies-alais-suhde, työpaikan ilmapiiri ja ihmissuhteet. Työympäristön tuki vaikuttaa siihen, tuleeko koulutuksissa saatu oppi työyhteisön käyttöön ja hyödyksi. (Janhonen & Vanhanen-Nuutinen 2005, 21, 31; Ruohotie 2000, 59, 66.)

Työelämän muutokset vaativat ammatillista kehittymistä. Tavoiteltavaa olisi, että jo rekrytointivaiheessa työntekijän haluun ja motivaatioon ammatillisen kehityksen suhteen kiinnitettäisiin huomiota. Ihannetilanne on, että työntekijä kokee positiiviseksi mahdollisuudeksi kehittää itseään ammatillisesti ja että tämä mahdollistuu hänelle työssä. Mikäli jossain vaiheessa työntekijä kokee, ettei ammatillista kehittymistä enää tapahdu, seuraa motivaatiopula ja rutinoituminen. Työntekijän oma motivaatio itsensä kehittämiseen sekä ammattitaidon ylläpitämiseen ja päivittämiseen kertovat taustalla olevasta ajatuksesta, että uuden

oppiminen on mahdollista. Vahvuuksien ja heikkouksien tunteminen on olennaista tavoitteiden asettamisessa. Tavoitteiden saavuttamisen aikaansaamat onnistumisen kokemukset vahvistavat ammatti identiteettiä ja työhön sitoutumista. Työelämässä tarvitaan ammatilliseen kasvuun sitoutuneita työntekijöitä. (Ruohotie 2000, 49–50, 55–56, 65.)

4 ASKELEITTAIN-OPETUSOHJELMA

Askeleittain opetusohjelma perustuu yhdysvaltalaiseen Second Step -ohjelmaan ja se on tarkoitettu sosioemotionaalisia ongelmia ennaltaehkäiseväksi ohjelmaksi neljästä kahteentoista vuotiaalle lapsille. Askeleittain ohjelman toi Suomeen psykologi Arja Sigfrids 2000-luvun alussa, ja sen pilottiversio otettiin käyttöön vuonna 2004 Vaasan seudulla. Ohjelman tavoitteina ovat lasten sosiaalisten taitojen sekä tunnetaitojen vahvistaminen sekä sosioemotionaalisten ongelmien, esimerkiksi aggressiivisuuden, vähentäminen. Opetusohjelman teoriapohjana ovat Kendallin kognitiivinen käyttäytymismalli, Banduran sosiaalisen oppimisen teoria, Crickin ja Dodgen sosiaalisen tiedon käsittely sekä Lurian kielellisen itsesäätelyn tutkimus. Näiden näkökantojen yhteisenä, keskeisenä ytimenä pidetään sitä, että ihmisen tunteet, hänen ajatuksensa ja käytös ovat yhteydessä toisiinsa. (Askeleittain 2005, 9–10.)

Askeleittain-opetusohjelman keskeisinä sisältöalueina ovat empatiataitojen, tunteiden säätelyn sekä ongelmanratkaisutaitojen harjoittelu. Ensimmäisenä ovat empatiataidot, joiden avulla lapsi oppii tunnistamaan omia ja muiden tunteita ja ymmärtämään niiden vaikutukset käyttökseen sekä suhtautumaan toisiin ihmisiin empaattisesti. Empatiajakso sopii kaikille yli neljävuotiaalle lapsille. Empatiajaksoon kuuluvilla tuokioilla käsitellään ilon, surun, kiukun, hämmästyksen, pelon, inhon ja ahdistuksen tunteita. Toinen jakso käsittelee tunteiden säätelyä, voimakkaiden tunteiden tunnistamista ja rauhoittumiskeinoja. Erityisesti huomioidaan keinot hallita suuttumusta. Osa tämän jakson tuokioista voidaan liittää empatiajaksoon, jos ryhmässä on alle esikouluikäisiä lapsia. Kolmannessa jaksossa käsitellään ongelmanratkaisutaitoja, jossa lapsi tutustuu kolmivaiheeseen ongelmanratkaisuprosessiin. Tämä jakso on tarkoitettu esikouluikäisille lapsille, ja sitä nuoremmille tuokiot voidaan yksinkertaistaa. (Askeleittain 2005, 29; Askeleittain 2005 a.)

Opetustuokioihin osallistuvat kaikki ryhmän lapset, ja niiden avulla pyritään ennaltaehkäisemään pulmia vuorovaikutustilanteissa sekä vahvistamaan lapsen sosiaalista kompetenssia. Jokaiseen tuokioon kuuluu tuokiokortti, jonka avulla

kasvattaja ohjaa tuokion kulkua. Toimintatuokioilla on tietty järjestys, koska tuokioissa käsiteltävät aiheet perustuvat edellä opittuun. Tuokioilla kasvattaja mallintaa erilaisia tilanteita esimerkiksi käsinukkejen avulla tai kertoen omakohtaisista tunteistaan ja erilaisista tapahtumista. Tuokioiden jälkeen varhaiskasvattaja vahvistaa lapsen uutta taitoa myönteisellä huomioinnilla arkipäivän tilanteissa. Taitojen juurruttaminen lapsen toimintaan vaatii kasvattajalta läsnäoloa ja lapsen ohjausta ja tukea hankalissa tilanteissa. Uusien taitojen mallintamista jatketaan kasvattajan näyttämällä omalla esimerkillään mallia sosioemotionaalisista taidoistaan. Kasvattaja pyrkii luomaan ja positiivisesti vahvistamaan tilanteita, missä lapsi voi harjoitella uutta taitoa, sekä ohjaamaan siihen liittyviä hetkiä. (Askeleittain 2005, 18, 51, 58.)

Askeleittain-opetusohjelmaa toteutetaan sekä opetustuokioiden että opitun arkeen siirtämisen avulla. Tuokioilla opittuja asioita sovelletaan arkeen neljällä eri tavalla. Kasvattaja mallintaa käsiteltyjä asioita omalla esimerkillään arjen toimissa ja hän luo lapsille tilanteita, joissa lapset saavat opetella uutta taitoa. Kolmantena soveltamistapana kasvattaja vahvistaa lapsen uutta toimintatapaa positiivisella palautteella, ja viimeisenä soveltamistapana käytetään arjen opetavaisia hetkiä vahvistamaan lapsen uutta taitoa. Lapsen oppiessa uusia taitoja hänen täytyy ensimmäisenä ymmärtää uudet käsitteet, esimerkiksi tunteiden nimeämisen. Seuraavaksi hän oppii niiden käytön. Arkipäivän tilanteissa harjoittelun ja myönteisen palautteen avulla lapsi oppii käyttämään uutta taitoa myös ollessaan tunnekuohussa. (Askeleittain 2005, 10–18, 20.)

Ohjelman tuokioilla käytettävissä tuokiokorteissa on oma osio varhaiskasvattajalle. Annettujen vihjeiden avulla varhaiskasvattaja voi harjaannuttaa omia Askeleittain-tuokiolla opittuja taitojaan ja hän voi reflektoida omia tuntemuksiaan. Esimerkiksi kortissa numero seitsemän varhaiskasvattajaa ohjataan kirjoittamaan viisi minuuttia omista tunteistaan. Ohjelman mukaan kirjoittamalla voidaan vahvistaa miellyttäviä tunteita tai lieventää ahdistavia tuntemuksia. (Askeleittain 2005b; Askeleittain 2005, 28.)

Askeleittain-ohjelman avulla pyritään oppimaan omien ja muiden tunteiden tunnistamista ja niiden ilmaisua sosiaalisesti hyväksyttävästi. Samalla tavoitellaan

ihmisen prososiaalisen käytöksen vahvistamista. Prososiaalisella käytöksellä tarkoitetaan käyttäytymistä, jolla on positiivisia seurauksia ihmisen psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Siihen kuuluvia piirteitä ovat esimerkiksi yhdessäolo, toisista välittäminen, huolenpito ja auttaminen. Prososiaalinen käytös on vasta-
voroista ja se edistää ihmisen hyvinvointia. Se on tyypillistä läheisissä ystävyys-
suhteissa. (Askeleittain 2005, 10; YSA i.a.; Laine 1997, 165; ks. Neitola 2013, 132.)

Yhdysvalloissa tehtiin vuosina 1999–2003 pitkittäistutkimus Second Step -
ohjelman vaikutuksista oppilaiden sosioemotionaalisiin asenteisiin (Neace &
Munoz 2012). Tutkimukseen osallistui kaksi tuhatta alakoulun oppilasta. Tutki-
muksen tulos osoitti, että oppilaiden tietämys ja taidot väkivallan ehkäisyssä
paranivat, etenkin jos kodin, koulun ja lapsen lähiympäristön yhteistyö oli suju-
vaa. Myös opettajan positiivinen asenne sosio-emotionaalisten taitojen opetta-
miseen oli merkittävää. Tutkimuksen mukaan käytettävien ohjelmien tulisi olla
pitkäkestoisia, noin kahden vuoden pituisilla ohjelmilla on vaikutusta lapsen so-
sio-emotionaalisiin asenteisiin. (Neace & Munoz 2012.)

Askeleittain-opetusohjelman käyttöä tunnekasvatuksessa on suomalaisissa tut-
kimuksissa tarkasteltu lapsen näkökulmasta enemmän kuin varhaiskasvattajan
(Mäntynen 2007; Nordman 2011). Osassa tutkimuksista pohditaan tunnekasvat-
tajan roolia ja yhdistetään kasvattajan näkökulmaa tunnekasvatukseen. Tutki-
muksien mukaan kasvattajan omat asenteet ja toimintatavat ovat merkittävässä
asemassa tunnekasvatuksessa. (Astikainen & Tikka 2011; Paunonen 2011;
Hyvärinen & Sankala 2010.) Tutkimusten tuloksina on ollut, että tunnekasvatus
vaikuttaa positiivisesti lasten hyvinvointiin. Tutkimuksiin osallistuneet kasvattajat
pitivät tunnetaitojen opettamista tärkeänä osa-alueena työssään. On kuitenkin
muistettava, että tutkimuksiin osallistuneet varhaiskasvattajat ovat itse olleet
kiinnostuneet aiheesta.

Ruotsalaisen tutkimuksen mukaan kasvattajat ovat kokeneet kehittyvänsä am-
matissaan käyttäessään Askeleittain-opetusohjelmaa. Kvantitatiivinen kysely-
tutkimus toteutettiin vuonna 2008. Kysely lähetettiin 182 kasvattajalle, jotka oli-
vat olleet noin kolme vuotta aikaisemmin Askeleittain-koulutuksessa. Tutkimuk-

sen mukaan kasvattajat arvioivat Askeleittain-opetusohjelman täydentävän heidän omaa arvomaailmaansa sekä tuottavan onnistumisen iloa työssä. Tutkimuksen tuloksen mukaan ennalta suunniteltua ohjelmaa käytettäessä organisaation ja työyhteisön tuella on merkittävä osuus työn onnistumisessa. Kasvattajien vastausten mukaan toimintatuokioiden positiivinen ilmapiiri, motivoituneet työntekijät sekä myönteinen palaute perheiltä koettiin Askeleittain-ohjelman toteuttamista. Tutkimuksen luotettavuutta laskee vastaajien määrä, vain 32 prosenttia vastasi tehtyyn kyselyyn. (Wiklund & Öhlund 2008.)

Askeleittain-opetusohjelmaan kuuluvaa opettajan itsearviointia ei ole hyödynnetty suomalaisissa tutkimuksissa, vaikka kiinnostus sen vaikutukseen kasvattajan tunnetaitoihin on nostettu esiin tutkimuksessa vuonna 2004 (Pylkkä 2004, 59–60).

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN JA MENETELMÄLLISET VALINNAT

Tarkastelemme tutkimuksessa päiväkodeissa työskentelevien varhaiskasvattajien kokemuksia Askeleittain opetusohjelmasta. Erityisenä kiinnostuksen kohteena on varhaiskasvattajien omiin tunteisiin liittyvät kokemukset sekä heidän ammatillisuutensa

Tutkimus on laadullinen ja tutkimusmenetelmänä toimii reflektiivinen kirjoittaminen, jonka avulla kasvattajat kuvasivat kokemuksiaan. Sisällönanalyysiä käyttäen aineistosta nostettiin esiin vastauksia tutkimuskysymyksiin.

5.1 Hermeneuttinen kehä ja kokemus

Tutkimuksessa hyödynnettiin hermeneuttista tutkimusotetta, jossa tutkimus etenee tutkimusprosessin ajan kehämäisesti lisäten tietoa jo olemassa olevalle tietopohjalle.

Hermeneuttisella kehällä tarkoitetaan koko tutkimuksen ajan vaikuttavaa kehämäistä liikettä, jossa tutkimusaineisto ja tutkija ovat jatkuvassa dialogisessa suhteessa. Sen tavoitteena on löytää oletettavin tulkinta, mitä aineiston kirjoittanut henkilö on tarkoittanut. Laine (2007) kirjoittaa, että tutkijan on käsitettävä aineiston olevan jonkun ihmisen ajatuksia, jonka kanssa tutkija voi olla vuoropuhelussa. Dialogin tarkoituksena on avoimen asenteen synnyttäminen tutkijan ja aineiston välille, jonka ansiosta voi muodostua uutta tietoa. Hermeneuttisessa kehässä tutkija korjaa ja syventää tietoaan peilaten sitä aineistoon. Ihannetilanteessa aineisto muokkaa tutkijan käsitystä häivyttäen tutkijan omaa esiymmärrystä aiheesta. (Laine 2007, 36–37.)

Kokemus koostuu kokijasta, tajunnallisuuden suuntautumisesta ja sen kohteesta. Kokemuksen aiheuttaja voi olla subjektille tiedostettu tai tiedostamaton. Kokemuksesta voidaan kutsua merkityssuhteeksi. Kokemus voidaan kokea elävästi, mutta tietoisuus voi vaihdella aivan kuin merkityssuhteen voimakkuus. Eri ko-

kemuslaadut voidaan jakaa tunteeseen, intuitioon, tietoon ja uskoon. Kokemusten analysointi lisää ymmärrystä ja kokemuksesta oppimista. Kokemukset joille annamme merkityksen, vaikuttaa oppimaamme ja näin ammatilliseen kehitykseen. Merkityksellisten tapahtumien menetelmää voidaan käyttää ja hyödyntää asiantuntijuuden sekä työyhteisön kehittämiseen. (Perttula 116–119, 123; Janhonen & Vanhanen-Nuutinen 2005, 116, 122; Ruohotie 2000, 11).

Kertomusten luominen kokemuksista edesauttaa oppimista. Kertomuksien luomisessa voidaan päätyä kertomaan vain positiivisia kokemuksia ja jättää epäonnistumiset pimentoon. Oppimista edistää myös negatiivisten kokemusten kertominen. Kyseenalaistaa voidaan myös, voiko todellisia tutkittavan tunteita ja asioille antamia merkityksiä saada tutkimuksessa näkyväksi. (Janhonen & Vanhanen-Nuutinen 2005, 75–78, 87–88; Tuomi & Sarajärvi 2009, 72.)

5.2 Tutkimusprosessin kuvaus

Laadullisessa tutkimuksessa voidaan pyrkiä kuvaavaan, ymmärtämään tai tulkitsemaan esimerkiksi jotain ilmiötä, tapahtumaa tai toimintaa. Tutkimusaineistoa voidaan kerätä luonnollisissa tilanteissa ja pyrkiä saamaan tutkittavien oma näkökulma näkyviin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85, 125.)

Tutkimukseen osallistui yhdeksän varhaiskasvattajaa viidestä eri kunnasta, jotka olivat halukkaita osallistumaan tutkimukseen. Tutkimusmenetelmänä käytettiin reflektiivistä kirjoittamista ja teemahaastattelua parihaastatteluna. Osallistujat kirjoittivat sähköpostitse ja vihkoon varhaiskasvatustyössään kokemistaan tunnekokemuksista keskimäärin kahden kuukauden ajan. Osallistujien kirjoittamista kokemuksista tehtiin sisällönanalyysi. Aineiston analyysivaiheeseen sovitettiin mahdollisuus tutkimukseen osallistujien haastatteluun, mikäli aineiston täydentäminen sitä vaatisi.

5.2.1 Tutkimukseen osallistujat

Tähän tutkimukseen haettiin varhaiskasvattajia, jotka työskentelevät päivähoitossa ja käyttivät Askeleittain-opetusohjelman tutkimusprosessin aikana. Kohderyhmää valittaessa kiinnitimme huomiota siihen, että Askeleittain-opetusohjelmaa käytettiin tutkimuksen aikana ja että osallistuja oli halukas reflektiivisesti kirjoittamaan kokemuksistaan.

Tutkimukseen osallistujien etsimisessä käytimme lumipallo-otantaa. Psykologi Arja Sigfridsin ja omien työelämän ja yksityistenkontaktien kautta lähdimme sähköpostitse lähestymään opetusohjelman koulutuksen yhteyshenkilöitä, kaupunkien varhaiskasvatusjohtajia, päiväkotien johtajia ja varhaiskasvattajia. Sähköpostissa kerroimme tutkimuksesta ja tiedustelimme Askeleittain-opetusohjelmaa käyttäviä varhaiskasvattajia sekä heidän kiinnostustaan lähteä mukaan tutkimukseen (Liite 1). Tutkimukseen osallistujia etsimme eri puolilta Suomea. Otimme yhteyttä 17 kuntaan. Tutkimukseen osallistui yhdeksän varhaiskasvattajaa viidestä kunnasta. Haimme tutkimusluvut kunnista, joissa varhaiskasvattajat työskentelivät.

Tiedostimme tutkimuksen tekoon liittyvät aika- ja resurssirajoitteet sekä tutkimuksen tarkoitukseen soveltuvien osallistujien hankintaprosessin haasteellisuuden. Tärkeää on huomioida, että tutkittaviksi valitaan henkilöt, joilla on tutkimuksessa tarvittavaa tietoa. On myös huomioitava, että tutkittavat ovat mahdollisimman hyvin tutkimukseen sopivia henkilöitä. Tutkittavien valinnassa aineistonkeruumenetelmän ollessa yksityinen dokumentti, oli lisäksi kiinnitettävä huomiota tutkittavien kykyyn tuottaa kirjallista materiaalia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 84–86.)

Aloitimme tutkimukseen osallistujien haun syyskuussa 2012. Tutkimukseen osallistujia tuli tutkimukseen mukaan lokakuun 2012 ja tammikuu 2013 välisenä aikana. Varauduimme siihen, että tutkimuksen aikana joku tutkimukseen osallistujista voi jättäytyä jostain syystä pois tutkimuksesta tai joku osallistuja voi tuottaa tutkimustarkoitukseen nähden liian niukan aineiston. Osa tutkimuksesta kiinnostuneista varhaiskasvatusjohtajista ja varhaiskasvattajista, eivät voineet

ottaa osaa tutkimukseen, koska Askeleittain-opetusohjelma ei ollut juuri tutkimuksen aikana käytössä. Yksi tutkimuksesta kiinnostunut varhaiskasvattaja pidättäytyi osallistumasta työkiireiden vuoksi.

5.2.2 Reflektiivinen kirjoittaminen ja teemahaastattelu

Tietoisuus tutkimuksen asetelmasta ja tutkimusmenetelmästä vaikuttavat tutkimusprosessiin ja tutkittaviin. Tutkittavien rehellisen informoimisen ja esimerkiksi selkeiden ohjeiden avulla on mahdollista lisätä tutkimushenkilöiden halukkuutta osallistua tutkimukseen ja tuottaa tutkimustehtävän kannalta monipuolista aineistoa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71.) Tutkimusaineistona yksityinen dokumentti voi olla muun muassa päiväkirja, kirje, essee tai eläytymismenetelmä. Tutkimusaineistoon vaikuttaa tutkittavien taidot tuottaa tutkimuksen kannalta laadukasta kirjallista materiaalia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 84, 71; Hirsjärvi 2000, 214.)

Reflektiivinen kirjoittaminen on vapaamuotoista elettyyn elämään palaamista, jossa henkilöllä on mahdollisuus reflektoida menneitä tapahtumia. Karjalaisen (2013) mukaan se on kirjoittajalle turvallista, koska kirjoittaessaan hänellä on aikaa harkita, mitä ja miten hän kirjoittaa kokemuksistaan. Kirjoittamisen avulla varhaiskasvattajan itsetuntemus paranee, mikä rakentaa hänen ammatillista kehittymistään. Reflektiolla tarkoitetaan ihmisen mielen sisällä tapahtuvaa toimintaa, jossa ensin palautetaan mieleen elettyjä kokemuksia. Näistä kokemuksista muokataan ja jäsennellään uutta tietoa. Reflektiiviseen ajatteluun kuuluvat epävarmuuden tunne, kyseenalaistaminen ja ihmettely, eikä sen avulla välttämättä päästä suoraan johtopäätöksiin. Se on myös identiteettityötä, koska itsestään kertomisen avulla kirjoittajan itsetuntemus lisääntyy, ja sen avulla kirjoittaja voi löytää uusia voimavaroja itsestään. (Karjalainen 2012, 17, 31,33, 240, 253; Karjalainen 2013.)

Tässä tutkimuksessa lähtökohtana oli, tutkimukseen osallistumisen ohella, tarjota reflektiivisen kirjoittamisen avulla myös mahdollisuus pohtia ammatillisuutta ja ammatillista kehittymistä, erityisesti tunnekasvatuksen alueella. Reflektiivisen

kirjoittamisen koimme luontevaksi, joustavaksi ja vaivattomaksi aineiston keruumenetelmäksi, minkä avulla varhaiskasvattaja voi kertoa kokemuksistaan pidemmällä aikavälillä.

Reflektiivisen kirjoittamisen lisäksi käytimme teemahaastattelua täydentämään aineistoa. Haastattelu on joustava ja antaa mahdollisuuden tarkentaa tarvittaessa tutkittavalle, mitä tutkija odottaa häneltä tutkimuksessa. Haastatteluun osallistuminen kertoo usein tutkittavan sitoutumisesta tutkimukseen. Haastattelua ennen on hyvä antaa haastateltavan tutustua kysymyksiin tai haastattelun teemoihin. Haastattelu aineistonkeräysmenetelmänä voi viedä paljon aikaa ja rahaa sekä menetelmän käyttö vaatii tutkijalta taitoa ja kokemusta. Haastattelussa tutkittava voi myös ryhtyä myötäilemään haastattelijaa ja antaa toivotuksi oletamia vastauksia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 72–74; Hirsjärvi & Hurme 2008, 35.) Hylkäsimme haastattelun käyttämisen ensisijaisena aineistonkeruumenetelmänä, koska varhaiskasvattajien arjen työssä haastatteluajkojen sopiminen ja niiden toteutuminen voi olla vaikeaa. Aineistoa täydensimme haastattelemalla kahta varhaiskasvattajaa. Haastattelu toteutettiin parihaastatteluna varhaiskasvattajien työpaikalla.

Teemahaastattelussa eli puolistrukturoidussa haastattelussa keskitytään käymään läpi ennalta sovittuja teemoja. Kysymykset ja haastattelun eteneminen ei ole ennalta suunniteltua, vaan muotoutuu haastattelun kuluessa. Se mahdollistaa myös joustavan ja keskustelunomaisen vuorovaikutuksen haastattelija ja haastateltavan välillä. Haastattelut voidaan toteuttaa yksilö-, pari tai ryhmähaastatteluina. Pari- ja ryhmähaastatteluissa haastateltavat saattavat jakaa kokemuksiaan vapautuneemmin, mutta toisaalta joku/jotkut haastateltavista saattavat dominoina haastattelussa ja ehkäistä näin toisten haastateltavien mahdollisuuksia. (Metsämuuronen 2008, 41; ks. Tuomi & Sarajärvi 2002; ks. Hirsjärvi 2000, 204–206.)

5.2.3 Aineiston keruu

Aineiston keruun aloitimme porrastetusti sen mukaan, kun tutkimukseen osallistujat olivat aloittaneet Askeleittain-opetusohjelman käytön päiväkodin lapsiryhmän kanssa. Ensimmäiset osallistujat aloittivat reflektiivisen kirjoittamisen marraskuussa 2012 ja viimeiset tutkimukseen osallistujat aloittivat kirjoittamisen tammikuussa 2013. Tutkimusaineisto oli kerätty reflektiivisten kirjoitusten osalta helmikuussa 2013. (Taulukko 2.)

TAULUKKO 2: Opinnäytetyön hallinta

TUTK. OS.	VIHKO TOIM.	1. OHJE	2. OHJE	3. OHJE	HAAS-TATTELU	VALMIS TOIM. TUTK.OS	VALMIS TOIM. KUNTA
1		1.11	14.12.12	31.1.13			
2	X	1.11	14.12.12	31.1.13			
3	X	1.11	14.12.12	31.1.13			
4		13.11 (28.11)	12.12.12	31.1.13			
5		22.11 (11.12)	12.12.12	31.1.13			
6		17.11	12.12.12	31.1.13			
7		7.1.13	31.1.13	12.2.13			
8		7.1.13	31.1.13	12.2.13	21.2.13		
9		7.1.13	31.1.13	12.2.13	21.2.13		

Aineiston keräämistä ja analysointia voi tehdä myös osaksi samanaikaisesti (Metsämuuronen 2008, 48). Aineiston analyysin aloittamisvaiheessa yksi tutkimukseen osallistujista ei ollut vielä aloittanut kirjoittamista, johon liittyen saimme idean ohjaavalta opettajalta kerätä aineisto häneltä sekä täydentää aineistoa haastattelun avulla. Haastattelun saimme sovittua parihaastatteluksi, johon osallistui kaksi Askeleittain-opetusohjelmaa käyttävää varhaiskasvattajaa samasta päiväkodista. Teemahaastattelu parihaastatteluna tehtiin heidän työpäivällä helmikuussa 2013. (Taulukko 2.)

Tutkimuksen aikana lähetimme varhaiskasvattajille kirjoittamista tukevia kysymyksiä kolme kertaa sähköpostitse. Kirjoittamista tukevat kysymykset arvioitimme opinnäytetyötä ohjaavalla opettajalla ja psykologi Arja Sigfridsillä. Palautteen perusteella muokkasimme ja lisäsimme muutamia kysymyksiä. (Liite 3, 4 ja 5.) Tammikuussa 2013 lähetimme sähköpostin osalle kirjoittajista ja muistutimme tutkimuksesta. (Liite 6). Teemahaastatteluun osallistuville varhaiskasvattajille lähetimme taustatiedoksi samat kysymykset kuin kirjoittajille. Teemahaastatteluun otimme teemoiksi tutkimusaiheitamme syventäviä aiheita. (Liite 7.)

Kolme varhaiskasvattajaa kirjoitti kokemuksiaan vihkoon ja neljä kirjoitti kokemuksiaan sähköpostin välityksellä. Dokumenttiaineistoa kertyi 24 sivua, fontti Arial 12, riviväli 1,5. Haastattelusta litteroitua tekstiä kertyi seitsemän sivua, fontti Arial 12, riviväli 1,5. Yhteensä aineistoa kertyi 31 sivua.

5.3 Sisällönanalyysi

Lähdimme tekemään aineiston analyysia aineistolähtöisesti. Huomioimme kuitenkin aikaisemman teoriatietomme, ja kuudennessa kappaleessa käsittelemme aiempaa teoriatietoamme ja ennakkokäsityksiämme. Koko aineistoon tutustumisen jälkeen lähdimme analysoimaan aineistoa järjestelmällisesti ja etsimään teemoja tutkimuskysymykseemme aineistosta käsin. Aineiston analyysiksi valitsimme sisällönanalyysin Syrjäläisen (Metsämuuronen 2008) mukaan. Sovelsimme sisällönanalyysiä tutkimuksemme tarpeen mukaiseksi.

Laadullisessa analyysissä ei etsitä eroavaisuuksia vaan yhtäläisyyksiä, jotka ovat sopusoinnussa tulkinnan kanssa. Sisältöanalyysissä päätetään mikä aineistossa kiinnostaa, aineisto käydään läpi etsien kyseiset kohdat, löytyneet asiat kerätään yhteen ja lopuksi luokitellaan, teemoitellaan tai tyypitellään sekä kirjoitetaan yhteenveto. (Alasuutari 2011, 38–39; Tuomi & Sarajärvi 2009, 92.) Aineisto voi olla runsas ja siinä voi esiintyä useita kiinnostavia asioita ja näin tutkimuksen tarkoituksen mukaisten aiheisiin tarkentaminen voi olla haasteellista. Sisällönanalyysissä pyritään analysoimaan dokumentteja järjestelmällisesti

ja objektiivisesti. Tutkijan pyrkimyksenä on saada aineistosta tiivistettyjä ja yleisiä johtopäätöksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 94, 105).

Aineistolähtöisessä analyysissä tutkimusaineistosta etsitään tutkimuskysymyksen vastausta ilman että analyysiin olisi vaikuttamassa aiempi teoria tai tieto. Objektiivisuuden mahdollisuutta tutkimuksessa voidaan kuitenkin kyseenalaisistaa. Tutkijan tietoisuus ja omien ennakkokäsitysten kertominen voi pienentää tätä ongelmaa. Aiemman tiedon vaikuttaminen tutkimukseen hyväksytään teoriaohjaavassa analyysissä. Teoriaohjaavassa analyysissä tutkimusaineistosta nostetaan esiin analyysiyksiköt, mutta tukena voidaan käyttää aiempia teorioita. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95–96.)

Syrjäläisen mukaan sisällön analyysi etenee seuraavasti:

1. Tutkijan herkistyminen
2. Aineiston sisäistäminen ja teoretisointi
3. Aineiston karkea luokittelu, keskeisimmät luokat/ teemat
4. Tutkimustehtävän täsmennys, käsitteiden täsmennys
5. Ilmiöiden esiintymistiheyden toteaminen, poikkeusten toteaminen, uusi luokittelu
6. Ristiinvalidointi. Saatujen luokkien puoltaminen ja horjuttaminen aineiston avulla
7. Johtopäätökset ja tulkinta

(Metsämuuronen 2008, 50; vrt. Tuomi & Sarajärvi 2002, 110–111, 116.)

Tutkimusaineisto tulee tarkistaa ennen analyysiä. On tarkistettava löytyykö selviä virheitä tai puuttuuko tietoja. Aineistoa voidaan tarvittaessa täydentää. (Hirsjärvi 2000, 217.) Aineisto tulee järjestää analysoitavaan muotoon. Haastattelu, joka on taltioitu nauhalle, on litteroitava eli kirjoitettava tekstimuotoon. (Metsämuuronen 2008, 48.) Ensimmäiseksi tarkistimme aineiston mahdollisten puutteiden tai tutkimukseen sopimattomuuden osalta. Aineistosta ei löytynyt puutteita tai tutkimukseen soveltumatonta materiaalia, joten koko aineisto otettiin käyttöön sisällönanalyysiin. Seuraavaksi litteroimme parihaastattelun ja kirjoitimme

vihkoihin kirjoitetut tekstit tekstinkäsittelyohjelmaan sekä järjestimme aineiston tutkimuksessa esitettyjen kysymysteemojen mukaisesti.

Sisällönanalyysi toteutettiin kummankin tutkijan toimesta ensin erikseen lisätäksemme tutkimuksen luotettavuutta eli reliabiliteettia ja saadaksemme mahdollisimman kattavan kuvan aineistosta. Luimme useaan otteeseen ja sisäistimme aineistoa molemmat tutkijat tahoillamme. Aluksi merkitsimme aineistoon kommentteilla aineistossa esiintyviä aiheita. Muodostimme molemmat tahoillamme aineistosta teemat, joiden alla keräsimme teemoja käsittelevät ilmaukset.

KUVIO 1: Tutkija 1. teemat

TEEMA
Työntekijän vuorovaikutuskokemuksia lapsiryhmän kanssa, oma toiminta
Työntekijän havaintoja lapsiryhmästä
Miten työntekijä tunnistaa lapsen tunteet
Työntekijän omat tunteet
Miten työntekijä käsittelee tunteita lapsen kanssa
Vuorovaikutustilanteet työntekijän ja vanhempien välillä
Työntekijän havainnot
Työntekijän toiminta
Vuorovaikutustilanteet työyhteisössä
Askeleittain opetusohjelma

KUVIO 2: Tutkija 2. teemat ja alakategoriat

TEEMA	ALAKATEGORIA
Tunteita herättävät tilanteet päivähoidossa	<ul style="list-style-type: none"> • Kohtaamiset • Kasvatuskumppanuus • Haasteet lapsen kanssa • Lapsiryhmä • Lasten väliset • Moniammatillisuus • Toiminta
Tunteet tilanteissa	<ul style="list-style-type: none"> • Ilo, huoli, suru, sääli, turhautuminen, kiukku, ärtymys, viha ja ylpeys
Tunteiden tunnistaminen	<ul style="list-style-type: none"> • Lapsi • Omat tunteet • Työtoveri • Vanhempi
Tunteiden käsittely ja tunneilmaisu	<ul style="list-style-type: none"> • Lapset • Omat • Työtoveri • Vanhemmat
Tunteiden säätely	<ul style="list-style-type: none"> • Aikalisä, harjoittelu, hengitys, keskustelu, kontrolli, laskeminen, liikunta, laulu, reflektio, toiminta, välttely
Ammatillisuus	
Askeleittain	

Teemoittelun jälkeen lähdimme yhdessä ristiinvalidoimaan teemoja ja alakategorioita. Käytimme aineiston ja tehtyjen teemojen hahmottamisen apuna käsitekarttaa. Käsitekartan avulla voi selventää aineistoa kokonaisuudessaan ja saada helpommin esiin asioiden yhteyksiä ja merkityksiä (Metsämuuronen 2008, 51).

KUVIO 3. Ristiinvalidointi

TEEMA	ALAKATEGORIA
Kasvattajan omat tunteet ja ammatillisuus	<ul style="list-style-type: none"> • Tunteiden tunnistaminen • Tunteiden säätely • Tunteiden ilmaisu
Kasvattajan ammatillisuus ja lapsi	<ul style="list-style-type: none"> • Tunteita herättävät tilanteet lapsen kanssa • Lapsen tunteiden tunnistaminen • Lapsen tunteiden käsittely • Havainnointi lapsi ryhmässä
Kasvatuskumppanuus	<ul style="list-style-type: none"> • Tunteita herättävät tilanteet vanhempien kanssa • Vanhempien tunteiden tunnistaminen • Vanhempien tunteiden käsittely
Työyhteisö	<ul style="list-style-type: none"> • Tunteita herättävät tilanteet työyhteisössä • Tunteiden tunnistaminen työyhteisössä • Työyhteisössä nousseiden tunteiden käsittely
Askeleittain-opetusohjelma	<ul style="list-style-type: none"> • Tunteita herättäneitä tilanteita opetusohjelman käytön ajalta • Materiaali • Tuokiot

Yhdessä muodostettuja teemoja ja alakategorioita lähdimme vielä puoltamaan ja horjuttamaan, pitäen esillä tutkimuskysymyksiä. Yhdessä pohdimme, perustelimme ja teimme valintoja. Lopuksi muodostimme lopulliset teemat ja alakategoriat.

KUVIO 4. Teemat ja alakategoriat

TEEMA	ALAKATEGORIA
Varhaiskasvattajan itsetuntemus ja ammatillisuus	<ul style="list-style-type: none"> • Tunteiden tunnistaminen • Itsesääätely • Tunteiden ilmaisu
Vuorovaikutus työyhteisössä ja vanhempien kanssa	<ul style="list-style-type: none"> • Työyhteisö • Kasvatuskumppanuus
Lapsen hyvinvoinnin, kehityksen ja oppimisen tukeminen	<ul style="list-style-type: none"> • Varhaiskasvattajassa tunteita herättäviä tilanteita • Miten varhaiskasvattaja tunnistaa lapsen tunteen • Lapsen tunteiden tulkinta
Varhaiskasvattajan kokemuksia Askeleittain-opetusohjelma	<ul style="list-style-type: none"> • Askeleittain materiaali • Toimintatuokiot • Ohjelman soveltaminen arkeen

Teemojen ja alakategorioiden mukaiset ilmaukset kerättiin vielä yhteen ja käytiin koko aineisto läpi varmistaaksemme, ettei mitään ilmauksia jää ulkopuolelle.

KUVIO 5. Esimerkki teeman ” Varhaiskasvattajan itsetuntemus ja ammatillisuus” alakategorian ilmauksista.

ALAKATERORIA Tunteiden tunnistaminen	
Työssäni joudun kaikenlaisten tilanteiden eteen - iloa, surua, sääliä, ärtymystä... Kun on työssään "täysillä" mukana on myös kaikki tunteetkin mukana.	KAIKKI TUNTEET
Pitäisi pohtia tarkkaan mitä oli ennen ja mitä nyt. Oliko ennen eri tavalla kuin nyt. Ehkä sitä nopeammin/herkemmin kuin ennen nimeää/tiedostaa/ilmaisee/hallitsee tunteita. Se että tunteita ajattelee enemmän tietoisesti niin ne tulee myös osaksi omaa käytöstä/tapaa toimia.	HAVAINNOINTI
Sitä tarkkailee ja tutkiskelee omia tunnetilojaan aika usein.	HAVAINNOINTI
Ehkä sitä on alkanut myös itseään tutkimaan ja aistimaan eri tunnetiloja.	HAVAINNOINTI
Kyllä se on saanut minussa aikana paljon pohdintoja "Mikä tunne nyt on" ja ongelmanratkaisuun aineksia... pysähdyn joissain tilanteissa ihan nimeämään mitä eri vaihtoehtoja on olemassa, ja sitten kunkin vaihtoehdon mahdollisia seuraamuksia.	HAVAINNOINTI
Sitä väkisinkin vähän väliä pysähtyy pohtimaan ja nimeämään omia tunteitaan.	HAVAINNOINTI
Asiat on myös helpompi ottaa puheeksi (ratkaisukeskeisesti) kun huomioi tuntemukset ja ajatukset ja tiedostaa, mistä ne johtuvat.	PUHEEKSI OTTAMINEN
On helpompi elää tunteita herättävissä tilanteissa kun tiedostaa reaktiot. Esim. levottomuus, hermostuneisuus, innostus jne.	TILANTEISSA OLEMINEN
Ehkä sitä nopeammin/herkemmin kuin ennen nimeää/tiedostaa/ilmaisee/hallitsee tunteita. Se että tunteita ajattelee enemmän tietoisesti niin ne tulee myös osaksi omaa käytöstä/tapaa toimia.	HERKKYYTTÄ TUNNISTAA
Millainen tuntija minä olen? Se on varmaan kans tuolta Askeleittain matskusta tullu. Oonks mä semmonen helposti syttyvä. Mä oon aika nopee syklinen. Osaaks mä olla kärsivällinen? Osaanko mä laskea oikeasti kymmeneen, niin kun siinä sanotaan. Varmasti sellaista harkintaa ja pohdintaa se on tuonut.	HERKKYYTTÄ TUNNISTAA
Omien tunteiden tunnistaminen on samoissa asioissa... kehonkieli, ilme, ele, ääni sekä myös joskus saattaa aiheuttaa sydämen sykkeen nousua.	ILME, ELE, ÄÄNI
...oman kehon merkit ovat suuri apu. Ja esimerkiksi vatsakipu on jännittämissessä ja vatsataudissa ihan erilaista, sen tunnistan :)	KEHO
Tiedostan kehon merkeistä tunteen, ja yleensä siis huomioin sen tunteen mikä sisälläni on, enkä yritä esittää muuta.	KEHO
... huomaa itessään sen kuinka nopeesti tulee semmoseks kärsimättömäksi. Sen tunnistaa itsessään.	KÄRSIMÄTTÖMYYS
Omia tunteita tunnistan mielialan vaihtelulla, ahdistuksena ja väsymyksenä. Kun hyvin sujuu, olo on yllättävän kevyt ja virkeä.	MIELIALAN VAIHTELU
Työssä opettelen hyväksymään negatiivisetkin tunteet lapsia ja vanhempia kohtaan. Hyväksyminen helpottaa etenemään asiassa eikä vain vatvomaan sitä omassa mielessä. on helpompi löytää ratkaisuja hankaliin tilanteisiin kun hyväksyy kiukun, inhon, raivon, pelon.	NEG. TUNT. HYVÄKSYMINEEN
Jos keho ilmoittaa muuttuvasta tunteesta, olen tosi herkkä reagoimaan.	REAGOINTI
Vaikeinta on ehkä tunnistaa / hyväksyä omia tunteita.	HYVÄKSYMINEEN

6 TUTKIMUSTULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

6.1 Varhaiskasvattajan itsetuntemus ja ammatillisuus

Varhaiskasvattajat kuvasivat kohtaavansa arjen työssä useita erilaisia tunteita herättäviä tilanteita. Tilanteita koettiin vuorovaikutustilanteissa lasten ja vanhempien kanssa sekä työyhteisön toiminnassa. Varhaiskasvattajat kuvasivat kokevansa työssä iloa, riemua, surua, kiukkua, ärtymystä, sääliä, ylpeyttä, pettymystä, turhautuneisuutta ja huolta.

Väestönlitto julkaisi tammikuussa 2013 tutkimuksen ammattikasvattajien työssään kokemista tunteista. Tutkimukseen osallistui 200 työntekijää ympäri Suomea. Ammattikasvattajista suurin osa koki vaikeita tunteita työssään. (Oulasmaa & Riihonen 2013, iii.) Väestönliton tutkimuksessa (2013) kasvattajat kokivat vaikeiden tunteiden liittyvän ennen kaikkea varhaiskasvatuksen resurssipuulaan ja työpaikan ilmapiiriin. Jos työtään joutuu tekemään kiireellä eikä sitä voi tehdä niin hyvin kuin osaisi, seuraa siitä turhautumisen ja vihan tunteita. Tämä ei ole hyväksi ammatilliselle itsetunnolle eikä työssä jaksamiselle. (Riihonen & Tuukkanen 2013, 75.) Kaikenlaiset tunteet ovat varhaiskasvattajille sallittuja, olennaista on kuinka tunteita käsitellään ja kuinka ne tuodaan esiin (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 27).

Työssäni joudun kaikenlaisten tilanteiden eteen - iloa, surua, sääliä, ärtymystä... Kun on työssään "täysillä" mukana on myös kaikki tunteetkin mukana.

Melkeinpä kaikki tunteet tulevat esiin työssäni paitsi parisuhteeseen liittyvä rakkaus.

Tässä tutkimuksessa mukana olleet varhaiskasvattajat kuvasivat kokevansa työssään eniten ilon tunteita. Kiukun ja huolen tuntemuksia heräsi myös arjen työssä. Muutama varhaiskasvattajaa kertoi turhautumisen tunteestaan.

...johdonmukaisuus tuo työmotivaatiota, ja suuren ilon... Tämän tilanteen tunteita: iloisuus, tyytyväisyys, työmotivaation kasvu/ innostus, onnistuminen, yllättyminen.

Tämä aiheuttaa hämmästyä, kiukkua, pettymystä, ärtymystä...

...hoitajalle tulee huoli etteivät lapsen sosiaaliset taidot kehity.

Meidän tunteet sitä meidän työtä/ tehtävää kohtaan, turhautuneisuutta. Kun on niillä työntekijöilläkin tunteet.

6.1.1 Omien tunteiden tunnistaminen ja itsereflektio

Varhaiskasvattajan itsereflektio ja sen kehittäminen ovat yhteydessä ammatilliseen kehittämiseen. Omia tunteitaan varhaiskasvattajat kertoivat tunnistavansa kehon merkeistä, mikä oli tutkimusaineistossa eniten esiintyvä keino tunnistaa omia tunteita. Muita merkkejä, mistä omia tunteita havainnoitiin, olivat ilmeet, eleet, äänenpaino ja sydämensyke. Eräs kasvattajista kuvasi myös tunnistavansa tunteitaan mielialan vaihtelusta ja vireystilastaan.

...oman kehon merkit ovat suuri apu. Ja esimerkiksi vatsakipu on jännittämisessä ja vatsataudissa ihan erilaista, sen tunnistan :)

Omien tunteiden tunnistaminen on samoissa asioissa... kehonkieli, ilme, ele, ääni sekä myös joskus saattaa aiheuttaa sydämen sykkeen nousua.

Omia tunteita tunnistan mielialan vaihtelulla, ahdistuksena ja väsymyksenä. Kun hyvin sujuu, olo on yllättävän kevyt ja virkeä.

Omien tunteiden havainnoinnista ja reflektoinnista kertoivat lähes kaikki varhaiskasvattajat. Vaikeaksi tunteiden tunnistamisen ja hyväksymisen kertoi kokevansa eräs kasvattaja.

Sitä tarkkailee ja tutkiskelee omia tunnetilojaan aika usein.

Vaikeinta on ehkä tunnistaa / hyväksyä omia tunteita.

Omien tunteiden havainnoinnin ja reflektoinnin lisääntymisestä kertoivat lähes kaikki varhaiskasvattajat. Osa heistä kertoi taitojensa ehkä lisääntyneen. Koke-

muksesta oppimiseen tarvitaan halua oppia sekä taitoa havainnoida ja reflektoida kokemuksia (Ruohotie 2000, 53).

Kyllä se on saanut minussa aikaan paljon pohdintoja "Mikä tunne nyt on" ja ongelmanratkaisuun aineksia... pysähdyn joissain tilanteissa ihan nimeämään mitä eri vaihtoehtoja on olemassa, ja sitten kunkin vaihtoehdon mahdollisia seuraamuksia.

Millainen tuntija minä olen? Se on varmaan kans tuolta Askeleittain matskusta tullu. Oonks mä semmonen helposti syttyvä. Mä oon aika nopee syklinen. Osaaks mä olla kärsivällinen? Osaanko mä laskea oikeasti kymmeneen, niin kun siinä sanotaan. Varmasti sellaista harkintaa ja pohdintaa se on tuonut.

Ehkä sitä nopeammin/herkemmin kuin ennen nimeää/tiedostaa/ilmaisee/hallitsee tunteita. Se että tunteita ajattelee enemmän tietoisesti niin ne tulee myös osaksi omaa käytöstä/tapaa toimia.

Muutama varhaiskasvattajista kertoi tunteiden tunnistamisen helpottavan tunteita herättävissä tilanteissa olemista sekä helpottavan asioiden puheeksi ottamista. Negatiivisten tunteiden hyväksyminen ja sen opetteluun tärkeys tuotiin myös esiin. Vaikeita tunteita voidaan pyrkiä välttämään, vaikkakin ongelmalliset tilanteet voivat toimia hyvinä oppimisen ja ammatillisen kehittymisen paikkoina (Ruohotie 2000, 53, 62, 138–139, 225).

On helpompi elää tunteita herättävissä tilanteissa kun tiedostaa reaktiot. Esim. levottomuus, hermostuneisuus, innostus jne.

Asiat on myös helpompi ottaa puheeksi (ratkaisukeskeisesti) kun huomioi tuntemukset ja ajatukset ja tiedostaa, mistä ne johtuvat.

Työssä opettelen hyväksymään negatiivisetkin tunteet lapsia ja vanhempia kohtaan. Hyväksyminen helpottaa etenemään asiassa eikä vain vatvomaan sitä omassa mielessä. On helpompi löytää ratkaisuja hankaliin tilanteisiin kun hyväksyy kiukun, inhon, raivon, pelon.

6.1.2 Itsesäätely

Varhaiskasvattajat kuvasivat useita erilaisia tapoja säädellä ja käsitellä omia tunteitaan. Kuvauksissa esiintyi eniten käytettynä itsesäätelykeinona tunteita herättävästä tilanteesta poistuminen eli aikalisä. Tunteita herättävään asiaan pyrittiin palaamaan tarvittaessa. Itsesäätelyn avulla pyritään mielen tasapainoon niin, että tunteet eivät hallitsisi toimintaa. (Pulkkinen 2002, 69).

Kun oikein koville ottaa niin yritän päästä tauolle, jossa rauhoittua.

Aina ei jaksa ajatella sitä positiivista vaihtoehtoa. Mieluummin menee vaikka hetkeks nurkan taa.

Jos tilanne kumminkin vaatii palaan asiaan myöhemmin uudelleen.

Itsesäätelyn ja kontrollin peittämyyden lähes kaikki varhaiskasvattajat kuvasivat kuuluvan tärkeänä osana ammatillisuuteen. Varhaiskasvattajat kertoivat haluavansa keskustella jälkepäin voimakkaita tunteita herättäneistä tilanteista jonkun kanssa. Osa kasvattajista käsitteli omia tunnekokemuksiaan itsekseen pohdiskelemalla.

Jos kysymyksessä on voimakkaita tunteita herättävä asia, oma kontrolli ei saa koskaan pettää (töissä) eli pyrin pitämään itseni rauhallisena. Ammatillisuus pitää aina muistaa.

Vaikka kuinka joku tilanne nostattaisi esim. vihan tunnetta minussa, sanotan tunteeni tai tarvittaessa piilotan tunteeni, jotta ammatillisuus säilyy jokaisessa tilanteessa.

Jos on oikein ahdistavaa mielessä, niin haluan keskustella jonkun kanssa, keskustelu useimmiten helpottaa tilannetta.

Ammatillista kasvua edistää työssä heränneiden kokemusten reflektointi ja rakentava keskustelu työyhteisössä (Janhonen & Vanhanen-Nuutinen 2005, 13). Työyhteisöllä ja sillä kuinka avoimesti tunteita herättävistä tilanteista voidaan puhua, on merkitystä työhyvinvointiin (Riihonen & Tuukkanen 2013, 76).

Itsesäätelykeinoista hengitystekniikat olivat yksiä eniten käytetyistä menetelmistä. Yksi kasvattajista kertoi oppineensa oman hengitysmenetelmänsä Askeleittain-opetusohjelmasta.

Siinähan sanotaan että -Kun jumittaa, niin hengitä syvään. Tämä pallea hengitys. Sen mä oon ottanu muuallakin kun mua välillä jumittaa. Mä muistan, hengitä. Se oikeesti auttaa.

Varhaiskasvattajien käyttämiä itsesäätely ja tunteiden käsittelykeinoja, joita oli useammin kuin kerran mainittu, olivat laskeminen, liikunta, ennakointi eli välttäminen ja positiivinen ajattelu. Kerran mainittuja itsesäätelyn keinoja olivat empatia, itkeminen, laulu ja vähättely. Tunnetaidot ja positiivinen ajattelu auttavat pääsemään hankalien tilanteiden yli (Jalovaara 2006, 47).

Pyrin ymmärtämään/ ajattelemaan asian toisenkin puolen.

... itselleni itkeminen on kyllä helpottavaa! Joskus oikein odottaa, että saisi itkun tulemaan ;)

Mulla oli ... Ebessä musiikin opettajana. Hän sano että jos sulla alkaa vaikka ärsyttään esim. joku pukemistilanne niin älä sano, että tuo nyt ne kengät tänne (vihaisella ja kireällä äänellä) vaan laula Tuo kengät tänne (laulua). Sä et voi laulaa vihaisesti.

Voi olla että välillä sitä pyrkii vähätellä tilanteen merkitystä eikä halua ajatella asiaa ja jättää asian taakseen.

Itsesäätelystä muutama varhaiskasvattaja toi esiin iän ja työvuosien positiivisen vaikutuksen taitojen karttumiseen.

Ihmettelen itsekin kuinka pystyn heittäytymään tunteesta toiseen. Varmaan tämä vuosien kokemus.

Iän myötä tämäkin taito paranee ja tunnistaa oman kehonsa mikä on siihen hyvää ja mitä kannattaisi välttää.

Varhaiskasvattajista osa kertoi myös harjoittelevansa tietoisesti itsesäätelyä ja uusia harjoitteita oltiin myös valmiita ottamaan vastaan.

Itse lyhytpinnaisena ja kärsimättömänä/impulsiivisena ihmisenä teen tämän opetusohjelman myötä jatkuvaa työtä sen eteen, että hallitsisin kiukun tunteeni paremmin...

Ottaisin mielelläni uusia harjoitteita vastaan.

Varhaiskasvattajat kertoivat toimivien itsesäätely ja tunteiden säätely keinojen helpottavan tunteita herättävissä tilanteissa olemista sekä eteenpäin pääsemistä. Ammatillinen kehitys lisää varmuuden tunnetta nopeasti vaihtuvissa vuorovaikutustilanteissa (Rouvinen 2007, 81).

On helpompi kohdata/ hyväksyä työssä esiin tulevia tunteita. Ikään kun on keinoja käsitellä niitä ja päästä niistä eroon.

6.1.3 Tunteiden ilmaisu

Varhaiskasvattajista lähes kaikki kertovat ilmaisevansa tunteita nimeämällä eli kertomalla ääneen kokemiaan tunteita. Omia tunteita nimetään lapsille sekä aikuisille. Aikuisien kohdalla mainittiin tilannesidonnaisuus eli tilanteen luonne vaikutti siihen pystyttiinkö omia tunteita ilmaisemaan ääneen.

Lapsille sitä tulee usein sanottua eli nimeämällä tunnetta, että nyt olen vihainen, pettynyt, iloinen jne.

Olen yrittänyt sanoa asiasta, mikä hallitsee ajatuksiani työtovereilleni... On paljon helpompi toimia kun on saanut kerrottua toisille mieltä vaivaavan/mielen täyttävän asian, koska vasta sen jälkeen pystyy olemaan "täysillä läsnä". Keskustelemalla tilanteista jälkikäteen työkavereiden kanssa saa paljon eväitä tulevaan.

Aikuisille sitä tullee myös käytettyä sitä, että sanoo olevansa iloinen, surullinen jne. Jos asia on sellainen ja ympäristötollinen keskustelulle.

Yksi varhaiskasvattajista kertoi, ettei koe osaavansa nimetä tunteita. Hän myös muisteli, ettei omassa lapsuudessa tunteita nimetty. Varhaiskasvattajan oma elämänkokemus ja lapsuuden kokemukset ovat mukana kasvatustilanteissa. Tärkeää on, että varhaiskasvattaja käsittelee oman historiansa tunnekokemukset ja huomioi ne työssään. (Riihonen 2013, 45.)

...en kyllä osaa nimetä tunteitani.

En muista että omassa lapsuudessa olisi tunteista puhuttu niiden nimillä... ja yhdistelty tunnesanoja ja koettuja tilanteita.

Varhaiskasvattajista osa kirjoitti siitä, kuinka Askeleittain-opetusohjelman käyttäminen on tuonut tunteiden nimeämisen arkeen osaksi omaa toimintamallia.

Askeleittain ohjelma on opettanut tai tuonut tunteet arkeen, joten tunteiden nimeäminen on tullut osaksi arkea. Ennen tunne sanoja käytti epämääräisesti silloin tällöin, nykyisin herkemmin sanoittaa omia tunteitaan ääneen esim. olen iloinen kun noin reippaasti. Tietenkin aina voi oppia enemmän eli vielä on opittavaa.

Malliesimerkkinä toimimisen, lapsille tunteiden ilmaisemisessa, kerrottiin olevan ammatillisesti tärkeä tehtävä. Varhaiskasvattajan tunteiden ilmaisu ja tunnereaktioista vastuunottaminen toimii esimerkkinä lapsille (Kalliola ym. 2010, 27). Kasvattajan toiminen malliesimerkkinä avoimesta ja rakentavasta tunneilmaisussa on tärkeää lapselle hänen harjoittellessaan omaa tunneilmaisua (Aho 1997, 52–53).

Itse kun näitä taitoja opetan lapsille, olen työpaikalla lähes velvoitettu olemaan hyvä esimerkki. Ja jos/kun joudun suuttua/ sanomaan tiukemmin, niin senkin tunteen sitten selitän lapsille, että "olen vihainen, koska..."

... -Mene pois kun et osaa olla häiritsemättä (kiukkuisella äänellä). Se vallankäyttö. Minkälaisina malliesimerkkeinä me silloin toimitaan? Et meitä ravisteltaisiin. Haloo! Me ollaan malleja tässä tunneilmastossa.

Tässä tutkimuksessa kasvattajat kertoivat myös jossain tilanteissa haluavansa piilottaa tunteensa, etenkin negatiiviset tunteensa. Riihonen esittää "Ammattikasvattajien kielletyt tunteet" – julkaisussa (2013) muun muassa, että olisiko parempi että varhaiskasvattaja pyrkisi käsittelemään tunteensa työtovereidensa kanssa tai työnohjauksessa. (Riihonen 2013, 42, vrt. Keltikangas-Järvinen 2010, 190–192, 194–195.)

Etenkin työssä negatiiviset omat tunteet haluaisi pitää pois.

6.2 Vuorovaikutus työyhteisössä ja vanhempien kanssa

Ruotsalaisen tutkimuksen mukaan kasvattajat kokivat kehittyneensä työssään käyttäessään Askeleittain-opetusohjelmaa. Opetusohjelma oli myös varhaiskasvattajien kokemusten mukaan vaikuttanut heidän omaan arvomaailmaansa ja lisännyt onnistumisen iloa työssä. Työyhteisön tuki nähtiin tärkeäksi Askeleittain-opetusohjelman onnistuneessa käytössä. Lisäksi motivoituneet työntekijät ja positiivinen palaute perheeltä tukivat ohjelman toteuttamista. (Wiklund & Öhlund 2008.)

6.2.1 Työyhteisö

Työyhteisössä positiivisia tunteita herättäviksi tilanteiksi varhaiskasvattajat kuvasivat tiimin yhteistyön toimivuuden johdosta aikaansaatuja onnistumisen tilanteita. Työyhteisön toimivuuden kasvattajat kertoivat vaikuttavan työntekijöiden työmotivaation lisäksi lapsien hyvinvointiin. Ilmapiirin tärkeydestä kertoi usea varhaiskasvattaja. Väestönliiton tutkimuksen (2013) mukaan työniloa ja työssä jaksamista edesauttavat toimiva tiimityöskentely sekä positiiviset hetket lasten kanssa (Tuukkanen 2013,19).

Olen ollut aloittamassa uutta yksikköä... Olemme saaneet homman toimimaan yllättävän hyvin. Parasta palautetta oli... kun totesimme että meillä valitetaan tosi vähän!

Suurimmaksi osaksi tiimimme ansiota... johdonmukaisuus tuo työmotivaatiota, ja suuren ilon huomata rauhattomissakin lapsissa sen, että he todellakin jaksavat keskittyä ja ovat tyytyväisiä.

Kiireen kertoi muutama varhaiskasvattaja olevan positiivista ilmapiiriä heikentävä tekijä ja vaikuttavan toimintaan lasten kanssa. Ilmapiirin kireys näkyi myös yhden kasvattajan kertoman mukaan työtoverin toiminnassa lapsien kanssa.

Päivähoidossa on kiire. Suunnittelee monipuolista toimintaa, mutta aika ei riitä, eikä ole tilaa (rauhallista huonetta jossa voisi toteuttaa) tulee tunne, ettei ole kerinnyt kaikkia lapsia huomioimaan tasavertaisesti.

Työtovereiden tunteet näkyvät hänen käyttäytymisellään, eleillään, puheillaan heidän otteillaan lasta kohtaan. Puhetyylillä, jos on kireä tunnelma/ilmapiiiri, niin ei ole välttämättä toivottavaa käyttäytymistä lasta kohtaan.

Varhaiskasvattajat kertoivat työyhteisössä tunteista keskustelun ja kuuntelun tapahtuvan työn lomassa. Työkavereiden tuki koettiin tärkeäksi. Esimiehelle työssä heränneistä tunteista kertoi puhuvansa osa varhaiskasvattajista. Esiin tuotiin keskusteluaajan puute työpäivän aikana. Työasioiden käsittelyä osa jatkoi työajan jälkeen vapaa-ajallaan. Refleктоiva keskustelu voi jäädä arjessa teke-mättä. Kokemuksien jakamiseen tulisi työyhteisössä järjestää aikaa, niin että sitä ei otettaisi pois lasten kanssa tapahtuvasta toiminnasta. (Mäkitalo ym. 2011, 17, 25, 154.)

Osa omista ja toisten kokemista tunteista on sellaisia, että niitä joutuu käsitellä pitkään, ja siihen itse ainakin tarvin ystäviä, juttukavereita, ymmärrystä. Töistä(kin) niitä onneksi löytyy. Aikaa tosin työpäivän aikana ei pahemmin ole ja lasten aikana ei kaikista aikuisten asioista voi puhua.

Meillä on hyvä johtaja jolle voi aina äristä ja murista.

Usein tulee pohdittua työpäivän tapahtumia ja omia tuntemuksia matkalla töistä kotiin.

Nokat vastakkain... joskus soitetaan toisillemme illalla ja jatketaan. Tai lähetetään tekstiviesti.

Varhaiskasvattaja voi hyvissä ajoin havaita tarvitsevänsä työtoverinsa tukea vaikeita tunteita herättävässä tilanteessa ja pyytää apua (Riihonen 2013, 43). Työtovereilta kerrottiin saatavan apua tunteita herättävissä tilanteissa ja havainnoimalla työtovereita pyrittiin havaitsemaan toisen tuen tarve. Yksi varhaiskasvattajista kertoi heidän tiiminsä sopineen toistensa auttamiseksi toiminta mallin, minkä olivat ottaneet Askeleittain-opetusohjelmasta.

... me otettiin semmonen koodikieli, sekin me poimittiin sieltä matkusta. Että jos sä oot jo selvästi törmäyskurssilla jonkun lapsen kanssa ja kolleega huomaa että oho nyt kohta salamoii oikein kunnolla, niin tämä on oiva kapistus (puhelin) –sulle on puhelu. Toinen ottaa sen puhelun ja poistuu.

Tiimin toimintakulttuurilla voidaan Oppaan (2013) mukaan vaikuttaa kasvattajan ammatilliseen kasvuun. Tiimin jäsenet voivat lähikontrolloida ja lähitukea toistensa toimintaa. Lähikontrollilla tarkoitetaan sitä, että työntekijät havainnoivat ja pyrkivät välttämään mahdollisia negatiivisia tapahtumia sekä he ohjaavat toisiaan toimimaan ennalta sovittujen ohjeiden mukaisesti. Lähituki määritellään yhteiseksi keskusteluksi vaikeasta tilanteesta, jossa työtoverit tukevat toisiaan pääsemään haasteellisen asian yli. Työntekijät voivat etukäteen sopia yhteisen koodin, minkä avulla tilanne katkaistaan jos huomataan työtoverin toimivan vastoin perustehtävää tai lapsen edun vastaisesti. Koodin avulla tilanne saadaan keskeytetyksi vaurioittamatta kasvattajan ja lapsen välistä suhdetta. (Opas 2013, 153–154.)

Kasvattajista suurin osa toi esiin ympäristön seuraamisen tärkeyden, jotta muiden ihmisten tunnetilojen havaitseminen mahdollistuisi. Yksi kasvattajista kertoi myös kuinka tärkeää on tarkkuus havainnoinnissa, jotta vääriä havainnoilta vältyttäisiin.

Toisten ihmisten tunteiden tunnistaminen vaatii tarkkaavaisuutta ja ympäristön seuraamista (toiset ihmisethän näyttävät herkemmin tunteitaan kuin toiset). Ne "tunteet", jotka näkyvät naamasta voinko varmuudella sanoa onko ihminen vihainen tai oikeasti vain ihmisen perusilme, joka voi olla vihaisen näköinen. Ilmeet ja eleet tietenkin paljastavat paljon ihmisestä, mutta vaativat myös osaltaan ettei tule vääriä tulkintoja.

Työnohjaus on ulkopuolisen työnohjaajan avulla tapahtuvaa oman työn reflektointia ja kehittämistä. Väestönliiton tutkimuksen (2013) mukaan työnohjaus olisi tarpeellinen työhyvinvoinnin kannalta ja sen saatavuus on liian vähäistä. (Riihonen 2013, 90.) Reflektion avulla kokemuksesta löytyy uusia ulottuvuuksia ja tuleva toiminta voi muuttua. Ammatillisen kehittymisen myötä varhaiskasvattajan varmuus ja luottamus omiin taitoihin vahvistuu. (Rouvinen 2007, 80–81.) Työnohjauksen tarpeellisuuden toi esiin myös tutkimuksessamme muutama varhaiskasvattaja. Eräs heistä pohti voisiko Askeleittain-opetusohjelmaa hyödyntää jonkin muotoisena työnohjauksena.

Työnohjausta kaipaisin – auttaisi myös tunnekasvattajana kehittymisessä!

... olisikohan tästä hyötyä työyhteisöissä, joissa on ristiriitoja... uskaltaisiko työntekijät kertoa työhön liittyviä tunteitaan ja ongelmanratkaisua... vai pelkäisivätkö asioiden menevän huonommiksi, kun tilanteita nimettäisiin ja käsiteltäisiin... Tavallaan siis työnohjauksen muotona mietin.

Tunnekasvatuksen toivottiin kuuluvan jo varhaiskasvattajien peruskoulutukseen. Yksi varhaiskasvattajista kertoi kehitettävää tunnekasvatuksessa olevan sen osalta, että lähes koko henkilökunta olisi saanut koulutuksen ja kaikki olisivat sitoutuneita. Sosiaalisten taitojen opettamisen riittämättömyyden päivähoitossa ovat lastentarhanopettajat tuoneet esiin aiemmissä tutkimuksissa (Rouvinen 2007, 136–137). Koulutuksissa saadun opin saattamisessa koko työyhteisön käyttöön tarvitaan työympäristön tukea (Janhonen & Vanhanen-Nuutinen 2005, 21, 31; Ruohotie 2000, 59, 66, ks. Wiklund & Öhlund 2008.).

Toivoisin että tunnekasvatus sisältyisi päivähoiton työntekijöiden koulutukseen ja se tulisi näin luontevasti kaikkien työntekijöiden työvälineeksi. Mielestäni lasten/ vanhempien tunnetilojen aistiminen on ammatillisesti on kaiken a ja o. Helpottaa huomattavasti työntekoa.

Kehittämisessä pitäisi ehkä myös ajatella, että koko/ suurinosa henkilökunnasta olisi saanut koulutuksen, niin kaikilla olisi sama tieto käytettävissä ja kaikki sitoutuisivat samalla tavalla asiaan, että se olisi koko tiimin juttu.

Tunnekasvatus vaatii varhaiskasvattajalta ammattitaitoa. Varhaiskasvattajien peruskoulutuksessa tulee huomioida tunne- ja sosiaalisten taitojen opetus. Työelämässä tulisi olla mahdollisuus kehittää omia tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä saada täydennyskoulutusta tunnekasvatukseen. (Jalovaara 2006, 95.)

6.2.2 Kasvatuskumppanuus

Varhaiskasvattajista muutama kertoi kokevansa tunteita herättäviä tilanteita vanhempien kanssa silloin, kun arvo- ja kasvatuskäsitteet eroavat varhaiskasvattajien ja vanhempien kesken.

Kasvatuskumppanuudessa keskiössä on lapsi, mutta hänen perheensä pyritään ottamaan huomioon. Perheen ja varhaiskasvattajien tieto ja taidot yhdistetään palvelemaan lapsen etua. Luottamuksen luominen on tärkeä osa kasvatuskumppanuutta. (Laru, Riihonen & Tuukkanen 2013, 47.)

Me törmätään aivan älyttömän usein siihen että lasten vanhemmat eivät puutu millään lailla sellaseen käytökseen mitä me yritään poistaa tai muuttaa.

Negatiivisia tunteita herättäviä tilanteita olivat myös useampien varhaiskasvattajien mielestä kommunikaatio-ongelmista johtuvat sekä tilanteet, missä luottamuksellista suhdetta vanhempien kanssa ei ollut onnistuttu muodostamaan. Positiiviset tilanteet useiden varhaiskasvattajien kertoman mukaan liittyivät luottamuksen saavuttamiseen vanhempien kanssa. Väestöliiton tutkimuksen (2013) mukaan usea varhaiskasvattaja koki kielteisiä tunteita vuorovaikutuksessa vanhempien kanssa. Joka kolmas piti yhteydenpitoa eniten kielteisiä tunteita herättävänä asiana. (Laru ym. 2013, 47.)

Perhe, jossa asiat menevät aina vaan huonosti. Tulee väärinymmärryksiä, ... kipuilee omassa elämässään selviytymisen kanssa, tarvitaan tukea vanhemmuuteen, elämä on ihan oikeasti vaikeata.

Vanhemman luottamus. esim. vanhemmat antavat ohjeita ihan perus asioissa kuinka lasta hoidetaan.

Ihana lapsen halaus ja sanat "oot kiva" ja vanhemman luottamus saavutettu.

Vuorovaikutuksen tärkeyden kasvatuskumppanuudessa toi esiin suurin osa varhaiskasvattajista. Luottamuksen rakentaminen, sensitiivisyys ja molemmin puoleinen arvostus koettiin tärkeiksi elementeiksi kasvatuskumppanuudessa. Kasvatuskumppanuutta pyrittiin rakentamaan arjen tuonti- ja hakutilanteissa.

Kasvatuskumppanuus olis oikeesti semmonen kumppanuus jossa jaetaan asiat ja arvostetaan toinen toisiamme.

Vanhempien kanssa on ollut luontevaa keskustella tänäkin vuonna, moni on tuonti-/ hakutilanteessa kertonut isoistakin asioista, kokemuksistaan ja silloin sitä kyllä haluaa antaa aikaa keskustelulle, ja

mieltä samalla sitten tilannetta heidän lapsen näkökulmasta, että onko vaikutuksia.

Yksi varhaiskasvattajista koki tärkeäksi kuulla vanhempaa myös huolissa, jotka eivät suoraan liity lapseen. Väestönliton tutkimuksessa (2013) osa ammattikasvattajista piti tärkeänä että vanhempia kuullaan ja heidän kanssaan käydään keskustelua ajan kanssa perheen vaikeuksista. (Laru ym. 2013, 55.) Resurssipula heikentää kasvatuskumppanuutta, kun aikaa vanhempien kohtaamiseen ei ole riittävästi (Riihonen & Tuukkanen 2013, 73).

Me voidaan olla aina olla se iso korva. Jollain voi olla tosi hätä jostain asiasta. Sen ei tarvi liittyä lapseen tai päivähoitoon.

Yksi varhaiskasvattajista kertoi kasvatuskumppanuuskoulutuksen antaneen keinoja ja rohkeutta ottaa puheeksi asioita vanhempien kanssa. Väestönliton tutkimuksen (2013) mukaan moni varhaiskasvattaja koki kasvatuskumppanuuskoulutuksen lisänneen heidän tunnekäsittelytaitoja (Riihonen 2013, 45).

Mä olen käynyt kasvatuskumppanuus koulutuksen ja mun mielestä se oli hyvä. Se antaa voimia ja rohkeutta ottaa asiat puheeksi. Ei välttämättä huolia, se voi olla hyväkin asia tai tavallinen juttu.

6.3 Lapsen hyvinvoinnin, kehityksen ja oppimisen tukeminen

Varhaiskasvattajan perustehtävään kuuluu olennaisena osana lapsen hyvinvoinnin, kehityksen ja oppimisen tukeminen ja edistäminen. Hänen on osattava tunnistaa lapsen hyvinvointia edistävät ja estävät tilanteet sekä toimia pulmatilanteissa lasta tukien. Tutkimukseen osallistuneiden kasvattajien mukaan kaikkien tunteiden hyväksyminen oli tärkeää, ja heidän oli osattava ottaa vastaan myös negatiivinen tunne. Tunteita herättävät tilanteet olivat hyvin arkipäiväisiä, arkeen kuuluvia pieniä tapahtumia. Kasvattajien kokemuksista ilmeni, että päiväkodissa jaettiin ja koettiin koko tunteiden kirjo, joskus vaan tunteeseen liittyvät teot eivät olleet hyväksyttäviä.

Minä negatiolla ja positiolla tähtään samaan päämäärään, mutta kuinka paljon enemmän mä rakennan sitä lasta, ihan oikeesti, jos

mä onnistun löytämään position kostit ja jälkeinpäin sen lapsen kanssa puhuis et siihen tilanteeseen toi käytös ei ollu ihan se juttu.

Normalisoidaan nää tunteet, se ei oo mikään möykky kun mä vihaan niin et kynnet irto. Kaikillaiset tunteet on sallittuja, teot on vääriä. Mä lähtisin kehittämään sieltä lähtötasolta.

Väestönliton tutkimuksen (2013) mukaan kasvattajat eivät aina ehdi työssään olla vuorovaikutuksessa lapsen kanssa, lasta ei kuulla eikä tukea anneta. Läsnaolon puute heijastuu lapsiin ja heidän käytökseensä. (Riihonen & Tuukkanen 2013, 70–71.)

6.3.1 Varhaiskasvattajassa tunteita herättäviä tilanteita

Tutkimusaineistostamme tuli esiin, että varhaiskasvattajissa eniten tunteita herättäneet tilanteet liittyivät lapsen kasvun, kehityksen tai oppimisen pulmiin tai lapsen arjen iloiseihin tilanteisiin. He huolestuvat esimerkiksi siitä, että lapsella ei ole ystävää tai siitä että lapsen sosiaaliset taidot eivät kehity.

Toisaalta myös tilanteita, ettei lapsi osaa leikkiä toisten kanssa ettei aina leikki loppuisi riitaan. Tai hoitaja joutuu keskeyttämään leikin ja rauhoittamaan tilannetta. Huoli lapsen kehityksen edistymisestä.

Lapsi rakentaa sosiaalista kompetenssiaan vertaisryhmässä. Neitola (2013) kirjoittaa, että varhaiskasvatuksen ammattilaisilta voi jäädä huomaamatta lapsen ongelmakäyttäytymisen tausta, koska he huomaavat herkemmin haasteet vuorovaikutustilanteissa ja keskittyvät niihin. Neitolan (2013) mukaan kasvattajien tulisi huomioida lapsen sosiaalisen kompetenssin eri puolet ja kiinnittää erityistä huomiota lapsen toverisuhteisiin keskustelemalla sekä lapsen että vanhempien kanssa tilanteesta. (Neitola 2013, 133.)

Ilon kokemuksista varhaiskasvattajat kertoivat yhtä paljon kuin huolista. He ilahutuivat esimerkiksi lapsen onnistumisesta pitkän harjoittelun jälkeen. Eräs tutkimukseen osallistunut kasvattaja kertoi iloinneensa siitä, miten lasten välisissä ystävyysuhteissa oli tapahtunut muutos myönteiseen suuntaan. Kasvattajat

kokivat iloa lapsen antamasta positiivisesta palautteesta ja siitä miten lapsen innostus tarttuu myös kasvattajaan.

Pitkän harjoittelun myötä lapsen suorituksen onnistuminen ja ilon tunne. Ihana lapsen halaus ja sanat ”oot kiva.

Hetken päätteeksi olen oikeastaan iloinen lapset pääsivät mukaan asiaan Olivat hyvin innokkaita. Se tarttui minuun. Sain olla henkilö joka kuunteli heitä, jaettiin/ juteltiin tunteita.

Väestönlähtöisen tutkimuksen (2013) mukaan ammattikasvattajat kokivat ilon tunteita lasten onnistumisista, lasten hyväntuulisuudesta heidän tullessa päivähoitoon ja luottamuksellisen suhteen rakentumisesta. Monet kasvattajat tuntevat iloa työstään lasten kanssa ja haluaa tehdä parhaansa lapsen hyvän kasvun ja kehityksen eteen (Riihonen 2013, 89; Tuukkanen 2013, 20.).

6.3.2 Lapsen tunteiden tunnistaminen

Varhaiskasvattajien mukaan lapsen tunnetilan tunnistaminen vaatii heiltä aidon läsnäolon taitoa. Hänen oli oltava fyysisesti ja psyykkisesti läsnä, lähellä lasta. Kasvattajan oli huomattava muuttuvat tilanteet nopeasti ja tartuttava niihin.

Hyvin pitkälle lasten hyvinvointi perustuu siihen miten työntekijä aistii lasten tunnetiloja (osaa lohduttaa, kannustaa, tukea kohtaamaan rajut tunteet jne.)

Kronqvistin (2012) mukaan myös lapsilla on joskus stressin tunnetta, jonka aiheuttaa erotilanne äidistä tai ensisijaisesta hoitajasta. Tätä tunnetta voidaan lieventää hyvälaatuisella varhaiskasvatuksella, jossa lapsesta huolehtivalla kasvattajalla on lapseen hyvä, luottamuksellinen suhde. Hän osaa huomioida lapsen tunnetilan ja auttaa niiden säätelyssä. (Kronqvist 2012, 25.)

Kasvattajat tunnistivat lapsen tunteita useimmiten havainnoimalla lasta. Kasvattajat tunsivat ryhmän lapset ja he kykenivät pohtimaan myös voimakkaita tunteita aiheuttavia tilanteita lapsen näkökulmasta. Lapsen temperamentti vaikutti

hänen tunneilmaisuuksensa, kasvattajien mukaan vaikeampi oli huomioida vetäytyvän lapsen kuin nopeasti reagoivan lapsen tunnetta.

Ne ihmiset, jotka reagoivat "äkkipikaisesti" yleensä syy-seuraus suhde selviää nopeasti, kun taas vetäytyvän lapsen tunnetta on joskus vaikeampi lukea/havaita sekä saattavat vaatia oman aikansa. Joten kun on korva tarkkana ja silmät seuraa huoma ehkä, mitä ympärillä tapahtuu.

Päivähoidossa pysyvät ja luottamukselliset ihmissuhteet mahdollistavat lapselle turvallisen sosioemotionaalisten taitojen harjoittelun. Kasvattaja tuntee lapsen ja osaa näin huomioida lapsen tunnetiloja. Hän kykenee myös havainnoimalla lasta auttamaan mahdollisissa pulmatilanteissa. Kasvattajan aito läsnäolo ja kiinnostus lapsesta antavat lapselle turvallisen paikan käsitellä tunteitaan. (Hyvärinen & Sankala 2010, 29–30.)

6.3.3 Lasten tunteiden tulkkina

Varhaiskasvattajien kertomusten mukaan he tarkastelivat lasten tunnetiloja keskustellen yhdessä lasten kanssa. Kasvattajat ilmaisivat kiinnostuksensa asiaan kyselemällä ja pohtimalla tilanteen taustaa yhdessä lapsen kanssa. Lasta rohkaistiin kertomaan mieltä painava asia painostamatta häntä.

Puhumalla asiasta käsitellään tunteita niin paljon kun lapsi on halukas tilanteessa keskustelemaan.

Lapsi harjoittelee tunteiden käsittely taitojaan ja hän tarvitsee aikuisen tukea selvittääkseen tunteidensa kanssa. Se, kuinka lapsen käyttäytymisen takana olevat tunteet ja viestit kuullaan ja käsitellään, on kasvattajasta kiinni. Ideaali tilanne olisi että lapsen tunteet sanoitetaan, käsitellään ja etsitään ratkaisuja. Tunteita on hyvä työstää lapsen kanssa toiminnan kautta. (Cacciatore, Riihonen & Tuukkanen 2013, 21–22.)

Varhaiskasvattajalla on Ahon (1997) mukaan muutamia menetelmiä minkä avulla hän voi edistää, tukea ja ohjata lapsen moraalista käyttäytymistä. Ensimmäi-

senä hän mainitsee keskustelun lasten kanssa. Keskustelun tulee tapahtua avoimessa ja turvallisessa ilmapiirissä, jossa lapsella on mahdollisuus pohtia ja ilmaista oma mielipiteensä. Ongelman näkökulmaa pohditaan monesta näkökulmasta. Tämä on mahdollista silloin kun kasvattaja on valmis luopumaan auktoriteettiasemastaan ja kuulemaan lasta häntä arvostaen. (Aho 1997, 140–141.)

Muutama varhaiskasvattajaa mainitsi leikkivänsä lapsen kanssa, koska heidän mukaan leikin avulla tunteiden ilmaiseminen ja käsittely helpottuu.

Leikin lapsen kanssa. Leikin kautta pystyy tunteita käsittelemään hyvin ja paljon.

Varhaiskasvattaja voi rakentaa vuorovaikutusta lapseen leikkimällä hänen kanssa. Kasvattaja toimii leikissä lapsen ehdoilla, hienovaraisesti myötäillen lapsen ajatuksia. Näin toimiessaan varhaiskasvattaja osoittaa lapselle kunnioitusta ja arvostusta, ja lapsi kokee olevansa arvokas ja merkityksellinen. Kasvattajan ammatillisuuteen kuuluu huomata ne pienet hetket arkipäivän tilanteissa, jolloin hänellä on hetki aikaa keskustella lapsen kanssa tämän ollessa myöntyvä keskusteluun. Yhteisissä rupatteluhetkissä kasvattaja ja lapsi lujittavat yhteenkuuluvuuden tunnetta ja heidän yhteistyönsä tulevaisuudessa helpottuu. Holkeri- Rinkinen kirjoittaa, että Huttusen mukaan laadukkaan varhaiskasvatuksen avulla lapselle on mahdollista muodostua vahva, pystyvä minäkäsitys, joka on Huttusen mukaan pysyvä ilmiö. Kasvattajan asenteella on vaikutus lapsen minäkäsitykseen. (Holkeri-Rinkinen 2009, 215, 218–221.)

Kasvattajien kokemuksen mukaan kuvallinen ilmaisu oli hyvä keino lapsen tunteiden läpikäymiseen. Lapsen kanssa esimerkiksi sarjakuvan piirtäminen voi tuoda hänelle uusia oivalluksia tapahtumiin. Klassisten satujen avulla kasvattaja oli pohtinut lapsiryhmän kanssa sankarin erilaisia tunteita. Tunteiden nimeäminen ja sanoittaminen mainittiin myös keinoksi käsitellä tunteita.

Lapset, jotka eivät osaa sanallisesti ilmaista itseään, voivat piirtäen sarjakuvaa tapahtumista, itsekkin oivaltaa tapahtumista uutta. Miksi kävi näin.

Myös Vienolan (2010) tekemän selvityksen mukaan kasvattajat kokivat ongelmalliseksi negatiivisten tunteiden käsittelyn. Kasvattajat tarttuvat tilanteeseen selvittäen sitä sanallisesti ja opettamalla lasta pyytämään anteeksi ja antamaan anteeksi. Vienolan (2012) mukaan kaikille lapsille tunteiden sanoittaminen ei ole kuitenkaan toimiva ratkaisu, vaan heitä voitaisiin auttaa tilanteen hahmottamisessa esimerkiksi piirtämällä sarjakuvaa siitä. Siinä tarkastellaan ensin syntynyttä riitaa, sitten sen seurauksia ja lopuksi ratkaisua. (Vienola 2012, 162, 169.) Lapsen tunneilmaisua voi vahvistaa piirtämisen ja satujen avulla. Muita keinoja voi olla myös musiikki ja liikunta. (Jalovaara 2006, 69.)

6.4 Varhaiskasvattajien kokemuksia ja arvioita Askeleittain-opetusohjelmasta ja sen toteuttamisesta

Varhaiskasvattajien mukaan Askeleittain-opetusohjelma koettiin helppokäyttöiseksi ja toimivaksi materiaaliksi tunnekasvatuksessa. Valmiin paketin käyttö oli vaivatonta, koska siinä oli huomioitu tunnekasvatuksen eri osa-alueet helposti opetettaviksi kokonaisuuksiksi.

Askeleittain-opetusohjelma on tuonut mielestäni tärkeät asiat arkeen, jota on helppo valmiin paketin ansiosta käyttää ja opettaa lapsille. Kyllähän sitä kävisi monia asioita lasten kanssa läpi ilman valmista pakettia, mutta valmiin paketin avulla ainakin systemaattisesti kaikki lapset saavat samat opit/tiedot/taidot.

Yhden varhaiskasvattajan mielestä ohjelman käyttöön ei tarvittu pitkää koulutusta. Kuitenkin toisen kasvattajan mielestä ohjelmaa oli käytävä läpi kolme kertaa, että sen sisällön pystyi hahmottamaan. Hänen mielestään osa ohjelman sisällöstä vaikutti olevan lapselle liian abstraktia ja vaikeaa. Hän myös pohti sitä, miksi ohjelmassa painotettiin negatiivisten tunteiden käsittelyä.

Jos sä oisit ensimmäisen kerran jälkeen kysynyt multa et saitko tosta jotain niin, mä oisin varmaan sanonut et en mittään. Mulla on sellanen olo, et ekalla kerralla se matsku ei aukee vaan tyyliin kolmannella kerralla mä saan irti sen mitä mä läksin hakemaan.

Samansuuntaisia kokemuksia on esitetty toisessa tutkimuksessa. Astikaisen ja Tikan (2011) mukaan varhaiskasvattajat kokivat, että tuokioiden suunnittelu oli aikaa vievää, koska käsiteltävään aiheeseen oli paneuduttava tarkasti. Heidän mukaan ohjelman sisältö aukeaa vasta sen jälkeen kun on ohjannut tuokioita lapsille. Pelkkä koulutus ja pakettiin tutustuminen ei riittävästi avannut sitä heille. Toisaalta, alkuun päästyään kasvattajat kertoivat ohjelman olevan tehokas keino opettaa tunne- ja sosiaalisia taitoja, heidän mukaan lapset omaksuivat ohjelman sisällön vaivattomasti ja hauskasti sekä lasten väliset riitatilanteet vähenivät päiväkodissa. (Astikainen & Tikka 2011, 53–54.)

Kaikki varhaiskasvattajat käyttivät ohjelmasta ensimmäistä ja toista ohjelmajaksoa. Ne käsittelevät empatiataitoja ja tunteiden tunnistamista ja säätelyä. Kolmas jakso käsittelee tunteiden hallintaa ja ongelman ratkaisutaitoja, ja se on tarkoitettu lähinnä esikouluikäisille lapsille. Kasvattajien mukaan kolmas jakso jäi vähemmälle huomiolle, mutta sen toimintamallit olivat silti kasvattajan mielessä.

Olen työskennellyt 4-5v ryhmässä viime vuodet, joten Askeleittain-tuokiot on rajoittunu lähinnä empatiajaksoon ja tunneiden säätelyjakson alkutuokioihin... mutta silti tunteidenhallinnan asiat ja ongelmanratkaisumallit ovat mielessäni

Askeleittain-opetusohjelmaan kuuluvassa Opettajan oppaassa (2005) kerrotaan, että ensimmäinen jakso, joka käsittelee empatiataitoja, sopii kaikille yli neljävuotiaille lapsille. Seuraavista, eli tunteiden säätelyä ja ongelmanratkaisutaitoja käsittelevistä jaksoista, varhaiskasvattaja voi soveltaa osia ryhmän käyttöön. Varhaiskasvattaja tuntee oman ryhmänsä tarpeet ja hän pystyy mukauttamaan tuokioita käsittelemään kahden muun jakson sisältöä. (Askeleittain Opettajan opas 2005, 29.)

6.4.1 Askeleittain materiaali

Ensimmäistä kertaa ohjelmaa käytettäessä tuokiokorttien kuvat olivat muuttaman tutkimuksessa mukana olleen varhaiskasvattajan mielestä ikävystyttäviä ja vaikeasti hahmotettavia. Kasvattajien mukaan myös lapset olivat ihmetelleet mustavalkoisia kuvia. Käsinuket olivat varhaiskasvattajien mukaan hyvin käyttökelpoisia välineitä tuokion aikana, koska lapset pitivät niistä ja niistä muodostui lapsille uudet ”ystävät”. Eräs kasvattaja kertoi, että lapset toivoisivat käsinukkien olevan eläviä ja toisen kasvattajan mukaan lapset kutsuivat käsinuket mukaan joulujuhlaan. Puheenvuoropupu koettiin tärkeäksi, ja sen roolia tuokioilla korostettiin.

Viimeinen tuokio oli loistava. Puhuttiin auttamisesta ja lohduttamisesta. Ja kaikki oikeasti keskittyi ja puhui järkeviä. Lopuksi käsinuket lauloi lapsille joulutervehdyksen ja toivotti hyvää joulua. Lapset pyysivät käsinuket joulujuhlaan vieraaksi.

Joku lapsi saattaa olla Askeleittain-tuokiolla tosi paljon rauhallisempi kuin muilla tuokioilla...johtuisikohn siitä, että istumme lattialla, ja mm. puheenvuoropupun roolia korostan joka kerta... Se puhuu kella pupu on...

Askeleittain-tuokioilla käytettävät käsinuket ja ”Puheenvuoropupu” ovat tärkeitä tunteiden välittäjiä. ”Puheenvuoropupu” on yleensä päiväkodista hankittu pehmoeläin ja sen tehtävän on näyttää tuokiolla kenellä on vuoro puhua. ”Villi Pentu” ja ”Herkkäkorvainen Etana” edustavat temperamenteiltaan erilaisia eläimiä. Toinen on innokas ja villi ja toinen on arka ja herkkä. (Nordman 2011, 10.)

Varhaiskasvattajien mielestä Askeleittain-opetusohjelma sopi kaikille lapsille. Se rohkaisi arkoja lapsia ja rauhoitti vilkkaita. Kasvattajat saivat käyttökelpoisia toimintamalleja omaan työhönsä Askeleittain-opetusohjelmasta. Eräs varhaiskasvattaja pohti sitä, että toimintatuokioiden ovat hänen mielestään lähellä tapakasvatusta ja että hänen tekemänsä työ oli lähellä ennaltaehkäisevää työtä. Varhaiskasvatuksessa voitaisiin tutkimusten mukaan parhaiten ennaltaehkäistä koulukiusaamista ohjaamalla lasten käyttäytymismalleja toivottuun suuntaan (Cacciatore ym. 2013, 37).

Askeleittain opetusohjelman avulla pystyn antamaan lapsille konkreettisia keinoja kohtaamaan esim. kiusaamista ja selviämään niistä. Pitkälti ohjelma on myös tapakasvatusta, ohjeita elämiseen. Ohjelman avulla koen tekeväni erittäin tärkeitä, miltei ennalta ehkäisevää työtä melko pienellä vaivalla.

Joskus sitä menee lähes sanattomaksi, kun lapsi kertoo vaikeista asioista tuokiolla... on siis asioita, joihin palaamme jopa vanhempien kanssa jutellen.

Väestönliiton tutkimuksen (2013) mukaan ujut ja vetäytyvät lapset jäävät helposti vaille huomiota ja tukea, silloin kun resurssit päivähoitossa ovat tiukat. Aikuisen tuella, rauhallisessa tilanteessa ja ajan kanssa lapsi kehittyy itsensä ilmaisussa. Tämä mahdollistaa sen että lapsi ei jää yksin omien tunteidensa kanssa, vaan saa ilmaista tunteitaan ja tulee kuulluksi. (Cacciatore ym. 2013, 33.)

6.4.2 Toimintatuokioiden

Varhaiskasvattajat sovelsivat toimintatuokioiden kulkua sopivaksi omalle ryhmälleen. Jokainen ryhmä oli erilainen ja kasvattajat muuntelivat tuokioiden kulkua tuntemalleen lapsiryhmälle sopivaksi kokonaisuudeksi. Tuokioiden ollessa mukavia yhdessäolon hetkiä, joissa lapsia kuultiin ja he olivat mukana toiminnassa, kasvattajat kertoivat kokevansa onnistumisen iloa ja oppivansa yhdessä lasten kanssa. Kasvattajan sitoutuminen ohjelman toteuttamiseen koettiin tärkeäksi asiaksi. Varhaiskasvattajat pohtivat sitä, että onko kasvattajan omalla asenteella ja persoonalla vaikutusta tuokioiden onnistumiseen. Erään kasvattajan mukaan ihmisellä on oltava heittäytymisen taitoa onnistuakseen toimintatuokioiden ohjauksessa.

Kaikkein parhaimpia askeleittain tuokioissa on ne harjoitteet, eli harjoitellaan leikin kautta, niin lapsi kuin myös ohjaajalle tulee ahaa elämys, ”elikkä näinhän me teemme, ja opimme.

Olen ollut erityisen iloinen, että suuren ja haastavan lapsiryhmän lapsille tulee edes kerran tämän Askeleittain tuokion aikana olo, et-

tä HEITÄ OIKEASTI KUUNNELLAAN. Olen lähentynyt lasten kanssa.

Tuokioiden suunnittelu vaatii varhaiskasvattajalta kykyä rakentaa toiminta sel-laiseksi että lapset hyötyvät siitä. Kasvattajan innostuessa tunnekasvatuksesta, lapsetkin kiinnostuvat aiheesta, joka taas lisää kasvattajan intoa kehittyä työs-sään. Heittäytymällä aiheeseen kasvattajassa syttyy halu kokeilla uusia toimin-tatapoja, ja hän on valmis ottamaan myös riskejä suunnittelussa ja toteutukses-sa. Hän kokee mielihyvää huomattaessaan että tunnekasvatus vaikuttaa positiivi-esti esimerkiksi lasten leikkeihin. (Paunonen 2011, 32–34.)

6.4.3 Ohjelman soveltaminen arkeen

Askeleittain-opetusohjelma koostuu sekä toimintatuokioista että tuokioilla opittu-jen asioiden harjoittelusta arjen toimissa. Varhaiskasvattajien mukaan tuokioi-den oppien siirtäminen vaati kasvattajalta tilannetajua ja läsnäoloa. He kertoi-vat, että he olivat harjaantuneet tunnistamaan tunteita tilanteissa ja tarttumaan hetkeen.

Kun lapset leikkii ja hänelle on tullut jokin ”kina tai riita” leikistä tai lelusta. Niin olen tarttunut tilaisuuteen ja ohjannut lasta asian tilan-teeseen, eli mitäs me olemmekaan oppineet askeleittain ryhmässä. Lapsi huomaa myös itse tilanteen, miettii ja hallitsee tunteensa pa-remmin. ”Tätähän me olemme harjoitelleet”. Kaikkein parhaiten op-pii suoraan arkitilanteissa, kun ne vain huomaa ja tarttuu tilantee-seen heti.

Varhaiskasvattajat kertoivat soveltavansa tuokioilla opittuja taitoja päiväkodin arkitilanteisiin. Heidän mielestään arjen tilanteissa oppi sekä kasvattaja että lapsi yhdessä pohtimaan mielekkäitä toimintatapoja. Askeleittain- materiaalia sovellettiin omiin ideoihin, esimerkiksi piirtämistä ja puheenvuoropupun yhdis-tämistä käytettiin riitatilanteen selvittelyyn. Erään varhaiskasvattajan mukaan Askeleittain- ohjelma toi myös lisää huumoria ja rentoutta päiväkodin arkeen.

Mun mielestä Askeleittain materiaali on tuonut juuri sen että lisää huumoria siihen hommaan, joka on musta ehdoton juttu. Tämä että Ei se oo niin justiinsa –juttu.

Kyllähän sitä toivottavasti aina itse kehittyy uusien "ohjelmien" avulla ja keräilee ne tärkeät palaset/ideat "omaan reppuun", jota käyttää päivittäin. Askeleittain-opetusohjelman alettua on ehkä eri tavalla "herkkänä"/kiinnittää tarkemmin huomiota asioihin, joita ohjelmassa käsitellään.

Marika Mäntysen pro gradu -tutkimuksessa (2007) todettiin samansuuntaisia mielipiteitä. Opettajat olivat harjaantuneet omien tunteidensa tunnistamisessa ja se oli auttanut jopa työssä jaksamisessa. Opettajan tuli sitoutua tuokioiden ohjaamiseen, koska silloin oppilaatkin kiinnostuivat niistä. Se tapa miten opettaja reagoi ongelman ratkaisutilanteissa, vaikuttaa myös lasten käytökseen. (Mäntynen 2007, 49–50.)

Varhaiskasvattajat mukaan he saivat perheiltä positiivista palautetta Askeleittain-opetusohjelmasta. Lapset odottivat tuokioita ja kertoivat niistä kotona. Kasvattajien mukaan vanhemmat arvostivat sitä, että heidän lapsiensa tunnetaitoja pyrittiin lisäämään päiväkodissa. Varhaiskasvattaja iloitsi positiivisesta palautteesta, jota vanhemmat antoivat hänelle.

Arviointilomakkeisiin vanhemmat laittavat kiitosta tästä ohjelmasta. Eli on hienoa huomata, että näiden taitojen opettelu arvostetaan.

Askeleittain ryhmässä oli vilkas 6-vuotias lapsi. Ajattelin, että tuokiot eivät olleet lapselle mitenkään erityisen mieluisia. Hän osallistui vaihtelevasti, tykkäsi kyllä kertoa omista kokemuksistaan. Keväällä lapsen vanhemmat kertoivat että tuokiot olivat olleet lapselle erittäin mieluisia ja tärkeitä ja että lapsi ei ollut pitänyt mistään hoitoaikaan (neljään vuoteen) niin paljon kuin Askeleittain tuokioista. Wau! Tuli onnistunut fiilis!

Vanhemmat ovat ensisijaisesti vastuussa lapsen kasvusta, kehityksestä ja oppimisesta. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on tukea perhettä tässä kasvatustehtävässä. Askeleittain-opetusohjelman alkuperäinen nimi on "Second Step", joka tarkoittaa toista askelta, kuvaa sen olevan kotikasvatusta tukevaa tunne- ja sosiaalisia taitoja harjaannuttava ohjelma. (Askeleittain i.a.) Toisen tutkimuksen

mukaan vanhempien mielestä Askeleittain-opetusohjelma on vaikuttanut olleen hyödyllinen menetelmä tunnekasvatuksessa. Niemistön (2011) tutkimuksessa selvisi etteivät varhaiskasvattajat olleet informoineet perheitä opetusohjelmasta siihen kuuluvilla kotikirjeillä. (Niemistö 2011, 58.) Tässä tutkimuksessa se ei ole ollut meille oleellinen tieto, koska olemme keränneet aineistoa varhaiskasvattajien omista henkilökohtaisista kokemuksista.

6.5 Johtopäätöksiä

Tutkimuksen johtopäätöksenä voidaan todeta, että varhaiskasvattajat arvioivat itsetuntemuksensa kasvaneen heidän käyttäessään Askeleittain-opetusohjelmaa. Omien tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen oli koettu joltaneen itsetuntemuksen kasvuun. Tunteiden nimeäminen juurtui osaksi arjen toimintaa, kasvattajien mukaan he kokivat esimerkkinä olon vuorovaikutustilanteissa tärkeäksi osaksi ammatillisuutta.

Vaikeiden tunteiden hyväksyminen koettiin haasteelliseksi. Vaikeiden tunteiden ilmetessä arjessa niiden käsittelyyn haettiin apua aikalisän avulla. Ammatillisuus näkyi kasvattajan taitona hillitä ja kontrolloida itseään tunteita herättävissä tilanteissa. Varhaiskasvattajien mukaan ammatillinen käytös kuului jokaiseen vuorovaikutustilanteeseen. Ammatillista vuorovaikutusta tuki myös työkokemus. Vaikeisiin tunteisiin palattiin myöhemmin refleктоimalla niitä yksin, työtovereiden tai ystävien kanssa. Rentoutuminen ja erilaiset hengitystekniikat koettiin myös hyväksi tavaksi purkaa tunnekuormaa. Työyhteisössä työtovereiden tuki oli kasvattajien mukaan merkityksellistä. Heidän avullaan hankalien vuorovaikutustilanteiden käsittely helpottui ja työtovereiden kanssa sovitut toimintatavat auttoivat kasvattajia vaikeiden hetkien yli. Kiireen tuntu ja työtoverin epäammatillinen käytös taas heikensivät työyhteisön ilmapiiriä.

Vanhempien kanssa käytävissä keskusteluissa eniten varhaiskasvattajissa voimakkaita tunteita herättivät arvoristiriidat. Varhaiskasvattajat kokivat haasteelliseksi ne tilanteet, jossa luottamusta vanhempien ja kasvattajien välillä ei ollut.

Toisaalta luottamuksellinen suhde vanhempiin ilahdutti kasvattajaa, he arvostivat vanhempien kanssa käytyjä luottamuksellisia keskusteluja.

Lasten kanssa varhaiskasvattajat nimesivät tunteita ja viestivät niitä kehon kielellä. Heidän mielestään oli tärkeää viestittää lapsille se, että kaikki tunteet olivat hyväksyttäviä. Kasvattajia huolestuivat lapsen kehitykselliset pulmat, ja toisaalta ilo lapsen onnistumisista ilahdutti heitä. Kasvattajat tulkitsivat lasten tunteita keskustelemalla ja pohtimalla niitä lasten kanssa. Nämä tilanteet vaativat kasvattajan aitoa kiinnostusta lapsen asioista sekä läsnäoloa tilanteessa. Osa kasvattajista leikki lasten kanssa ja osa käytti kuvallista ilmaisua lasten tunteiden läpikäymisessä.

Askeleittain-opetusohjelma oli varhaiskasvattajien mielestä hyvä ohjelma tunteopetuksen tueksi. He saivat ohjelmasta ideoita kasvatustyöhön, ja sitä sovellettiin oman ryhmän tarpeisiin. Kaikki tutkimukseen osallistuneet yhdeksän kasvattajaa käyttivät ohjelman ensimmäistä ja toista osiota, ja osa kasvattajista kertoi soveltavansa myös kolmatta osiota toiminnassaan. Tuokiokorttien kuvia kritisoitiin, mutta toisaalta käsinuket koettiin tärkeiksi lapsille. Lapset eläytyivät vahvasti tilanteisiin ja toimintaan tuokioilla. Varhaiskasvattajien mukaan ohjelma soveltui kaikille lapsille, kasvattajat pohtivat kuitenkin kuinka suuri vaikutus kasvattajan omalla persoonalla oli tuokioiden onnistumiseen. Tuokioilla opittujen taitojen siirtäminen arkeen vaati kasvattajilta sitoutumista toimintaan ja heidän mukaan perheiltä saatu positiivinen palaute tuki heidän kasvatustyötään.

7 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Tuomen ja Sarajärven (2002) mukaan luotettavan tutkimuksen kriteereitä ovat valinnat, esimerkiksi tutkimuksen kohteesta ja sen tarkoituksesta. Tutkimuksessa on kerrottava omat sitoumukset tutkimukseen, miten aineiston keruu on suoritettu, ketkä ovat tutkimushenkilöt ja miksi juuri heidät valittiin sekä millainen suhde tutkijalla ja tutkimushenkilöllä on. Tutkimuksen analyysivaiheen läpinäkyvyys lisää myös tutkimuksen luotettavuutta. Luotettavaan tutkimukseen kuuluu että raportissa tuodaan esiin kaikki tutkimusprosessin vaiheet, mitään salaamatta. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 135–138.) Tässä opinnäytetyön raportissa olemme pyrkineet kuvaamaan kaikki tutkimuksemme vaiheet mahdollisimman tarkkaan.

Tutkimusaiheen valintaa tehtäessä on huomioitava eettiset näkökulmat. On hyvä pohtia miksi tutkimus tehdään ja vaikuttaako valintaan jokin ulkopuolinen taho. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 126.) Yksi peruste opinnäytetyömme aiheelle oli omakohtainen kiinnostuksemme. Toinen meistä tutkijoista on käytännössä kokeillut Askeleittain-opetusohjelmaa tunnekasvatuksen menetelmänä ja kokenut sen vaikuttaneen myös omaan ammatillisuuteensa. Meitä kiinnosti, millaisia muiden kasvattajien kokemukset Askeleittain-opetusohjelmasta olivat. Aiheen valintaan päädyimme kiinnostuksesta saada tietoa siitä, miten tunnekasvatuksessa käytetty toiminnallinen menetelmä vaikuttaa varhaiskasvattajan ammatilliseen kehitykseen varhaiskasvattajien omien kokemusten mukaan. Koimme aihevalinnan tärkeäksi varhaiskasvattajien omien kokemusten esiin tuomisessa. Lisäksi mielestämme varhaiskasvattajien ammatillisuus, itsetuntemus ja työhyvinvointi ovat tärkeitä aiheita laadukkaassa varhaiskasvatuksessa.

Tutkittavien vääränlainen kohtelu tai jopa satuttaminen ovat mahdollista laadullisessa tutkimuksessa, mikäli eettisyyttä ei huomioida, ja tämä on mahdollista etenkin, jos tutkija on institutionaalisessa asemassa tutkittavaan nähden ja jossa tutkimusmenetelmä on lähellä luonnollista vuorovaikutustilannetta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 125–126.) Osa tutkimukseen osallistuneista kasvattajista oli toisen tutkijan työtovereita vuosien varrelta. Tutkimuksen alussa pohdimme tämän seikan vaikuttavuutta tutkimukseen ja sen tulokseen. Nämä tutkimukseen

osallistujat eivät kuitenkaan olleet missään työhön liittyvässä suhteessa tutkijaan, joten mielestämme tämä ei vaikuttanut tutkimuksen luotettavuuteen. Pohdimme myös tuntemisen positiivista vaikutusta luotettavuuteen. Läheisyys tutkittavien kanssa voidaan nähdä myös tutkimuksen luotettavuutta lisäävänä tekijänä. (Alasuutari 2011, 95).

Luotettavuutta tässä tutkimuksessa lisäsi kaikkien tutkimukseen osallistujien kohdalla se, että heillä oli tieto siitä, ettei heitä voi tunnistaa tutkimuksesta. Tutkimushenkilöt valitsivat itse, haluavatko he osallistua tutkimukseen ja mitä kokemuksia he halusivat kertoa (Liite 2). Tutkittavien suojaan kuuluu se, että tutkimukseen osallistujille on kerrottu tutkimuksen tavoitteet, menetelmä ja mahdolliset riskit. Tutkimukseen osallistujien tulee saada olla mukana vapaaehtoisesti ja heidän oikeudet sekä hyvinvointi on pyrittävä turvaamaan. Tutkimustietoja tulee käsitellä luottamuksellisesti ja niitä ei tule luovuttaa eteenpäin eikä käyttää muuhun tarkoitukseen. Henkilöllisyys on suojattava, jos näin on sovittu sekä muutenkin sovitut asiat on pidettävä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 128–129.)

Tieteellisessä tiedossa uusi tieto muodostuu jo olemassa olevalle pohjalle. Tiedon tulee olla objektiivisesti ja puolueettomasti hankittua. Tiedon hankintaan vaikuttaa kuitenkin tutkija omista lähtökohdistaan, joten objektiivisuutta voidaan pitää tavoiteltavana pyrkimyksenä. Tieteellisten tiedonhankintamenetelmien tarkoitus on tuottaa tietoa, jossa erehdysten mahdollisuus on mahdollisimman vähäinen. Tutkijan tulee suhtautua kriittisesti sekä omaan työhönsä että käyttämiinsä lähteisiin ja menetelmiin. (Metsämuuronen 2000, 7–8.) Aloittaessamme tutkimusta perehdyimme Askeleittain-opetusohjelmaan osallistumalla päivän pituiselle kurssille. Teoriatiedon hankinnassa pyrimme kriittisesti arvioimaan lähteitä ja tutkimusta tehdessä pyrimme reflektiivisesti keskustellen arvioimaan omaa työtämme.

Tätä opinnäytetyötä tehdessä pohdimme, kuinka paljon meidän tutkijoiden oma tausta vaikuttaa uuden tiedon tuottamiseen. Toinen meistä aloittelevista tutkijoista on työskennellyt pitkään varhaiskasvatuksen ammattilaisena, ja se vaikutti voimakkaasti hänen näkökulmiinsa, etenkin opinnäytetyöprosessin alussa. Ratkaisimme pulmaa esimerkiksi niin, että meistä se, jolla on lyhyempi kokemus

varhaiskasvatuksesta, hahmotteli aineiston hankkimiseen liittyvät tutkimuskysymykset, jotka sitten yhdessä muokattiin sopiviksi.

Tutkimuksen luotettavuutta lisää triangulaatio. Triangulaatio tarkoittaa usean tutkimusmenetelmän käyttöä samassa tutkimuksessa. Monimetodimenetelmässä käytetään monia metodeja eli tiedonhankinta tekniikoita ja monitutkija-menetelmässä taas mukana on useampi tutkija ja/tai aineiston analysoija. Monitriangulaatiolla tarkoitetaan sitä että samassa tutkimuksessa on käytetty useampaa kuin yhtä triangulaation päätyyppiä. (Metsämuuronen 2008, 60; Kokko 2011, 297; vrt. Tuomi & Sarajärvi 2002, 140–143.) Monitriangulaatio toteutui tämän tutkimuksen aineiston hankinnassa, koska keräsimme aineistoa sekä kirjoitusten muodossa että haastattelujen avulla. Aineiston analyysivaiheessa työskentelimme erikseen, ja sen avulla saimme aineistosta sekä eroavuuksia että yhteneväisyyksiä. Mielestämme tämä lisää tutkimuksemme reliabiliutta eli luotettavuutta.

8 POHDINTA

Tässä luvussa peilaamme ammatillista kehittymistämme opinnäytetyöprosessin aikana sosionomi (AMK)–tutkinnon kompetenssien avulla. Lopuksi pohdimme keinoja, miten varhaiskasvatusta voitaisiin kehittää erityisesti tunnekasvatuksen näkökulmasta.

8.1 Ammatillinen kehittyminen opinnäytetyöprosessin aikana

Sosiaalialan eettinen osaaminen

Prosessin aikana olemme pohtineet miten arvot ja eettiset periaatteet ohjaavat kasvatustyötä, sekä reflektoineet omaa toimintaamme kasvatustyössä. Mielestämme olemme ammatillisesti kehittyneet, erityisesti kohtaamaan ihmisen arvostavalla ja tasa-arvoisella tavalla. Olemme myös ylläpitäneet keskustelua ammattietiikasta työyhteisöissä. Opinnäytetyöhön liittyvä teoretieto ja tutkimukseen osallistujien kokemustieto ovat lisänneet tunnetietoisuuttamme sekä itsesäätelytaitojamme.

Asiakastyön osaaminen

Olemme havainneet vuorovaikutuksen laadun tärkeyden ammatillisissa kohtaamisissa. Sosiaalialan ammattilaisella on asiakastilanteissa vuorovaikutusvastuu, josta hänen täytyy vastata vaikka arvo- ja kasvatuskäsitteet olisivat ristiriitaiset. Ammattilainen on vastuussa yhteistyöstä vaikka omat tunteet kuohuisivat. Ammattilainen tiedostaa omat tunteensa ja kykenee itsesäätelyyn. Prosessin aikana olemme kehittyneet vuorovaikutustaidoissa. Tunneteorian tutustuminen ja tutkimuksen tulokset ovat vahvistaneet käsitystämme havainnoinnin merkityksellisyydestä perustehtävässä. Askeleittain-opetusohjelma on tutkimuksen myötä tuonut meille käyttöön menetelmän, jota tulemme käyttämään jatkossa tunnekasvatuksessa.

Sosiaalialan palvelujärjestelmäosaaminen

Tutkimusprosessin aikana olemme syventäneet tietoamme tunnekasvatuksesta ennaltaehkäisevänä työnä varhaiskasvatuksessa. Käsitteemme varhaiskasvattajan itsetuntemuksen merkityksestä kasvatustyössä on vahvistunut prosessin aikana. Varhaiskasvattajan itsetuntemuksen lisääntymisen ja tunnetaitojen kehittymisen myötä laadukas varhaiskasvatus on mahdollista.

Kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen

Etsiessämme tutkimukseen osallistujia, havaitsimme kuinka tärkeää on organisaation tuki varhaiskasvatuksessa. Tutkimuksen alussa olimme yhteydessä kuntien virkamiehiin ja kyselimme mahdollisia osallistujia tutkimukseen. Saamistamme vastauksista kuvastui kuntien erilaiset toimintatavat opinnäytetyöprosessia kohtaan. Monesta kunnasta emme saaneet lainkaan vastausta ja toisaalta usean kunnan virkamiehet olivat yhteistyöhaluisia ja auttavaisia tutkimushenkilöiden etsinnässä. Heidän kanssaan sovimme opinnäytetyön lähettämisestä kuntiin sen valmistuttua.

Tutkimuksellinen kehittämisosaaminen

Tämän opinnäytetyön prosessinomainen työstäminen on antanut meille uutta ammatillista osaamista, esimerkiksi sietämään keskeneräisyyttä ja epätietoisuutta. Prosessin alusta saakka olemme reflektoineet työn eri vaiheita, sekä yhdessä että erikseen. Mielestämme reflektiivisen ajattelun ja avoimen itsearviointin avulla sosionomi (AMK) pystyy kehittymään ammatillisesti. Itsetuntemus on avainasemassa avoimessa vuorovaikutuksessa ja arvostavissa kohtaamisissa. Työn aihe on käytännön läheinen ja sen tutkiminen on antanut meille uusia näkökulmia kasvatustyöhön sekä sen kehittämismahdollisuuksiin.

Johtamisosaaminen

Opinnäytetyömme on vahvistanut käsitystämme siitä, kuinka merkittävä tehtävä päiväkodinjohtajalla on työyhteisön toimintakäytäntöjen mahdollistamisessa ja organisoinnissa. Tunnekasvatuksen ja ammatillisuuden merkityksen esillä pitämisessä päiväkodinjohtaja voi toimia esimerkkinä. Työntekijätaitojen merkityksellisyys vahvistui myös opinnäytetyömme aikana. Laadukkaan varhaiskasvatuksen toteutuksessa ja hyvän työilmapiirin luomisessa jokainen työyhteisönjäsen on toiminnallaan avainasemassa.

8.2 Tulevaisuuden näkymiä

Ruotsissa Askeleittain-ohjelmaan on liitetty mentorohjaaja toiminta. Siellä koulutetaan mentorohjaajia, jotka järjestävät ja ohjaavat esimerkiksi varhaiskasvattajille opintopiirejä, joiden tarkoituksena on tukea kasvattajaa kasvatustyössä. (Gislason & Löwenborg i.a.) Mielestämme Suomessa voisimme ottaa mallia ruotsalaisesta toimintatavasta. Opintopiirien avulla varhaiskasvattajat voivat jakaa onnistumisia ja pettymyksiä muiden kollegoiden kanssa sekä kartuttaa tunnekasvattajan taitojaan. Tämän mallin mukaisesti ohjelman toteutusta arvioidaan ja seurataan järjestelmällisesti. Uskomme että kasvattaja sitoutuu tiukemmin ohjelman käyttöön saadessaan tukea mentorohjaajilta ja vertaisryhmältä.

Etsiessämme varhaiskasvattajia opinnäytetyön tutkimushenkilöiksi, havaitsimme alueen kirjavuuden. Löysimme päiväkoteja, joihin oli hankittu Askeleittain-opetusohjelma, mutta se ei ollut käytössä. Osa päiväkodeista taas toteutti ohjelmaa useassa lapsiryhmässä yhtä aikaa. Yksi jatkotutkimuksen aihe voisi olla tutkia erilaisia päiväkoteja esimerkiksi työhyvinvoinnin näkökulmasta, onko tunnekasvatuksesta kiinnostuneilla varhaiskasvattajilla osuutta päiväkodin ilmapiiriin. Pitkittäistutkimus Askeleittain-opetusohjelman vaikutuksesta ammatillisuuteen olisi myös mielenkiintoinen tutkimuksen aihe. Haasteeksi koemme opinnäytetyömme tulosten levittämisen laajemmin varhaiskasvatuksen hyödynnettäväksi.

LÄHTEET

- Aho, Liisa & Laine Kaarina 1997. Minä ja muut muuttuvassa maailmassa. Teoksessa Sirkku Aho & Kaarina Laine Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Helsinki: Kustannusyhtiö Otava. 7–15.
- Aho, Liisa 1997. Minä. Teoksessa Sirkku Aho & Kaarina Laine Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Helsinki: Kustannusyhtiö Otava. 16–68.
- Aho, Liisa 1997. Moraalikehitys ja sosiaalinen käyttäytyminen. Teoksessa Sirkku Aho & Kaarina Laine Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Helsinki: Kustannusyhtiö Otava. 105–148.
- Alasuutari, Pertti 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.
- Askeleittain 2005. Askeleittain- Sosiaalista kehitystä ja tunteita tukeva opetusohjelma. Opettajan opas. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy.
- Askeleittain 2005a. Askeleittain jaksokortti 1. Empatia. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy.
- Askeleittain 2005b. Askeleittain tuokiokortti 7. Askeleittain ja sinä. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy.
- Askeleittain i.a. Viitattu 12.3.2013.
<http://www.psykologienkustannus.fi/askeleittain/>
- Astikainen, Tanja & Tikka, Hanna 2011. Askeleittain-opetusohjelma – Tunne- ja sosiaaliset taidot esikouluikäisillä. Opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma/ Kasvatus- ja perhetyö. Viitattu 11.3.2013.
http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34912/astikainen_tanja_tikka_hanna.pdf?sequence=1
- Cacciatore, Raisa; Riihonen, Riikka & Tuukkanen, Karoliina 2013. Ammatillainen lasten tunteiden tulkkina. Teoksessa Minna Oulasmaa & Riikka Riihonen (toim.) 2013. Ammatikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto. 21–40.

- Gislason, Björn & Löwenborg, Lars.i.a. StegVis. Förankring/implementering. Viitattu 17.2.2013.
<http://www.gislasonlowenborg.com/StegVis.html#Forankring>
- Goleman, Daniel 2000. Tunneäly. Lahjakkuuden koko kuva. Kahdeksas painos. Helsinki: Kustannusyhtiö Otava.
- Hirsjärvi, Sirkka 2000. Aineiston hankinta, analyysi ja johtopäätökset. Teoksessa Sirkka Hirsjärvi, Pirkko Remes & Paula Sajavaara. Tutki ja kirjoita. Viides painos. Helsinki: Tammi. 176–222.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2008. Tutkimushaastattelu. Helsinki: Gaudeamus.
- Holkeri-Rinkinen, Liisa 2009. Aikuinen ja lapsi vuorovaikutusta rakentamassa. Diskurssianalyttinen tutkimus päiväkodin arjesta. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Sosiaalitutkimuksen laitos. Viitattu 13.3.2013.
<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66472/978-951-44-7692-1.pdf?sequence=1>
- Hyvärinen, Kati & Sankala, Sanna 2010. Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyö. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Viitattu 22.9.2012 ja 17.3.2013.
https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/22454/opinna_yte_Hyvarinen_Sankala.pdf?sequence=1
- Isokorpi, Tia 2004. Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jalovaara, Esko 2006. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa. Tampere: Pilot-kustannus.
- Janhonen, Sirpa & Vanhanen-Nuutinen, Liisa (toim.) 2005. Kohti asiantuntijuutta. Oppiminen ja ammatillinen kasvu sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: WSOY.
- Kalliala, Marjatta 2008. Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa? Helsinki: Gaudeamus.
- Kalliola, Tiina; Kurki, Arja; Salmi, Marjaana & Tamminen-Vesterbacka, Tutta Matkalla ohjaajuuteen 2010. Helsinki: Kirjapaja.
- Karjalainen, Anna- Liisa 2013. Omaelämäkerrallisuus ammatillisen kasvun tukena: miksi ja miten? Studia generalia. Luento Helsingin Diakonia-ammattikorkeakoulussa 27.2.2013.

- Karjalainen, Anna-Liisa 2012. Elettyä ymmärtämässä. Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen ja teksti reflektiona sosiaalialan ammattikorkeakouluopinnoissa. A Tutkimuksia 35. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 5.3.2013.
https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/54204/A_35_ISBN_%209789524931731.pdf?sequence=1
- Kaskela, Marja & Kronqvist, Eeva- Liisa 2007. Niin ainutlaatuinen. Näkökulmia lapsen yksilölliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan. Helsinki. Stakes.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa 2000. Tunne itsesi, suomalainen. Helsinki: WSOY.
- Kiesiläinen, Liisa 2001. Vuorovaikutus ammattina. Teoksessa Aili Helenius, Kirsti Karila, Hilikka Munter, Pirkko Mäntynen & Helena Siren- Tiusanen. Pienet päivähoidossa. Alle kolmevuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita. Helsinki. WSOY. 254–269.
- Kokko, Riitta-Liisa 2011. Monitieteisen tutkimuksen arvot ja etiikka. Teoksessa Aini Pehkonen & Marja Väänänen-Fomin (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. Sosiaalityön tutkimuksen seuran vuosikirja. Jyväskylä: PS-kustannus. 293–315.
- Kokkonen, Marja 2010. Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet. Opi tunteiden säätely taito. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kronqvist, Eeva-Liisa 2012. Varhaispedagogiikan kehityspsykologinen perusta. Teoksessa Eeva Hujala & Leena Turja (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus. 13–30.
- Laajasalo, Taina & Pirkola, Sami 2012. Ennen kuin on liian myöhäistä – ehkäisevän mielenterveystyön toimivia käytäntöjä palvelujärjestelmän kehittäjille. Terveystyön ja hyvinvoinnin laitos (THL). Viitattu 25.3.2013.
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90874/URN_ISBN_978-952-245-686-1.pdf?sequence=1
- Laine; Kaarina 1997. Ihmissuhteet. Teoksessa Sirkku Aho & Kaarina Laine. Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Helsinki: Kustannusyhtiö Otava. 163–202.
- Laine, Timo 2007. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli. Ikkunoita tutki-

- musmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 2. korjattu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus. 28–45.
- Laru, Suvi; Riihonen, Riikka & Tuukkanen, Karoliina 2013. Perhe osana varhaiskasvatusta. Teoksessa Minna Oulasmaa & Riikka Riihonen (toim.) 2013. Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto. 47–63.
- Metsämuuronen, Jari 2000. Metodologian perusteet ihmistieteissä. Helsinki: Methelp.
- Metsämuuronen, Jari 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. 3. uudistettu painos. Helsinki: Methelp.
- Miettinen, Timo; Pulkkinen, Simo & Taipale, Joonas 2010. Fenomenologian ydinkysymyksiä. Helsinki: Gaudeamus.
- Mäkitalo, Anna-Riitta; Nevanen, Salla; Ojala, Mikko; Tast, Sylvia; Venninen, Tuulikki & Vilpas, Birgitta (toim.) 2011. Löytöretkellä osallisuuteen. Kehittämistä ja tutkimista päiväkodin arjessa 2. Socca ja Heikki Waris-instituutin julkaisusarja nro 25, 2011. Viitattu 23.9.2012.
http://www.socca.fi/files/1373/Loytoretkella_osallisuuteen_kehittamista_ja_tutkimista_paivakodin_arjessa_II.pdf
- Mäntynen, Marika 2007. Voiko sosiaalisia taitoja opettaa? Opettajien kokemuksia Askeleittain -ohjelman käyttämisestä koululuokassa Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 22.9.2012 ja 20.3. 2013.
https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10090/URN_NBN_fi_jyu-2007611.pdf?sequence=1
- Neace, William P. & Munoz, Marco A. 2012. Pushing the Boundaries of Education: Evaluating the Impact of *Second Step®: A Violence Prevention Curriculum* with Psychosocial and Non-Cognitive Measures. Viitattu 5.11.2012.
<http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/0145935X.2012.665324>
- Niemistö, Jonna 2011. Vanhempien kokemuksia Askeleittain-opetusohjelmasta. Opinnäytetyö. Vaasan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 12.3.2013

- http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/38200/Niemisto_Jonna.pdf?sequence=1
- Neitola, Marita 2013. Vertaissuhteiden merkitys ja muotoutuminen kasvuyhteisöissä. Teoksessa Päivi Marjanen; Marjaana Marttila & Marjo Varisa (toim.) Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus. 99–140.
- Nordman, Maija 2011. ”Mä oon oppinut tunteet ja myöskin auttaa toisia. Esiope-
tusikäisten kokemuksia Askeleittain-ohjelmasta. Proseminaaritutkielma. Helsingin yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Viitattu 23.9.2012 ja 13.3.2013. KANDi nordmanAskeleittain 2011.doc
- Nummenmaa, Lauri 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Tammi.
- Oulasmaa, Minna & Riihonen Riikka (toim.) 2013. Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto.
- Oulasmaa, Minna & Riihonen, Riikka 2013. Pohdinta. Teoksessa Minna Oulasmaa & Riikka Riihonen (toim.) 2013. Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto. 92–99.
- Paunonen, Tiina 2011. Tunteet pelissä ja leikissä: Kasvattajan kokemuksia toiminnallisesta tunnekasvatuksesta päiväkodissa. Opinnäytetyö. Hämeen ammattikorkeakoulu. Viitattu 22.9.2012 ja 13.3.2013..
http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/35212/Paunonen_Tiina.pdf?sequence=1
- Perttula, Juha 2009. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Kokemuksen tutkimus. Juha Perttula & Timo Latomaa 2009. Lapin yliopistokustannus ja kirjoittajat.
- Pulkkinen, Lea 2002. Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pylkkä, Teresa 2004. Askeleittain opetusohjelman sovittaminen suomalaiseen päiväkotiopetukseen. Opinnäytetyö. Vaasan ammattikorkeakoulu. Viitattu 13.3.2013. Tellun opinnäytetyö.doc
- Reunamo, Jyrki 2007. Tasapainoinen varhaiskasvatus. Erilaisia tapoja suhtautua muutokseen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Riihonen, Riikka & Tuukkanen, Karoliina 2013. Selviytymistä vai varhaiskasvatusta – Mitä on resurssipula päivähoitossa. Teoksessa Minna Ou-

- lasmaa & Riikka Riihonen (toim.) 2013. Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto. 64–78.
- Riihonen, Riikka 2013. Ammatilaisen omat tunteet haasteena ja työkaluna. Teoksessa Minna Oulasmaa & Riikka Riihonen (toim.) 2013. Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto. 41–46.
- Riihonen, Riikka 2013. Toivomuksena työhyvinvointi. Teoksessa Minna Oulasmaa & Riikka Riihonen (toim.) 2013. Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto. 89–91.
- Rotkirch, Anna 2013. Vastaajat ja taustat. Teoksessa Minna Oulasmaa & Riikka Riihonen (toim.) 2013. Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto. 8–18.
- Rouvinen, Ritva 2007. ”Tässä työssä yhdistyy kaikki” – lastentarhanopettajat toimijoina päiväkodissa. Joensuun yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja, no 11. Viitattu 23.9.2012 ja 5.3.2013.
http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-458-903-1/urn_isbn_978-952-458-903-1.pdf
- Ruohotie, Pekka 2000. Oppiminen ja ammatillinen kasvu. Helsinki: WSOY.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2008. Varhaiskasvatus vuoteen 2020. Varhaiskasvatuksen neuvottelukunnan loppuraportti. Viitattu 23.9.2012.
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-4044.pdf&title
- Stakes 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Oppaita 56. Viitattu 23.9.2012.
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelmanperusteet.pdf?sequence=1>
- Tuomi, Sirkka & Sarajärvi, Anneli 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Tuomi, Sirkka & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Tuukkanen, Karoliina 2013. Ilon kokemukset varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Minna Oulasmaa & Riikka Riihonen (toim.) 2013. Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto. 19–20.

Vienola, Vuokko 2012. Varhaisvuosien eettinen kasvatus. Teoksessa Eeva Hujala & Leena Turja (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus. 162–178.

Wiklund, Erica & Öhlund, Veronica 2008. Möjligheter och hindervid implementering av StegVis 1. En enkätundersökning riktad till StegVis-utbildade pedagoger iförskolan/skolan i norra Örebro län. Viitattu 12.2.2013.

[http://www5.goteborg.se/prod/SocialResurs/dalisprevu.nsf/vyFilArkiv/Mljhindstegvis.pdf/\\$file/Mljhindstegvis.pdf](http://www5.goteborg.se/prod/SocialResurs/dalisprevu.nsf/vyFilArkiv/Mljhindstegvis.pdf/$file/Mljhindstegvis.pdf)

Yleissopimus lapsen oikeuksista. 1991/60. 21.8.1991. Viitattu 19.1.2013.

<http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060#e-2>

YSA i.a. Viitattu 3.1.2013. <http://vesa.lib.helsinki.fi/cgi-bin/ysa.pl?h=prososiaalisuus>

LIITE 1: Sähköposti. Haetaan osallistujia tutkimukseen.

Hei!

Olemme kaksi sosionomi–lastentarhanopettajaopiskelijaa Helsingin Diakonia-ammattikorkeakoulusta, ja syksyllä 2012 olemme aloittaneet työstämään opin- näytetyötämme. Tutkimuksemme koskee varhaiskasvattajien kokemuksia am- matillisesta kasvusta tunnekasvattajana, käyttäessään Askeleittain- opetusohjelmaa. Tutkimukseen haetaan varhaiskasvattajia eri puolilta Suomea, jotka kirjoittavat refleksiivisesti noin kahdenkuukauden ajan kokemuksistaan tunnekasvattajana. Etsimme nyt päiväkoteja, joissa on käytössä Askeleittain- opetusohjelma ja josta voisimme löytää tutkimukseemme halukkaita osallistujia. Saimme _____ yhteystietonne ja kysyisimmekin voisitteko te auttaa meitä antamalla päiväkodin johtajien tai varhaiskasvattajien yhteystietoja, joilla Aske- leittain–opetusohjelma on käytössä.

Ystävällisin terveisin:

Heidi Aho

Sirpa Tuomainen

LIITE 2: Tutkimukseen osallistujien suostumus

Hei!

Olemme kaksi sosionomi-lastentarhanopettajaopiskelijaa Helsingin Diakonia-ammattikorkeakoulusta, ja syksyllä 2012 olemme aloittaneet työstämään opinnäytettämme. Olemme kiinnostuneet Askeleittain-opetusohjelman vaikutuksesta ammatilliseen kehitykseen, näkyykö tunneopetuksen anti Sinun työtavassasi? Tunnistatko muutoksen?

Olemme etsineet Askeleittain-opetusohjelmaa käyttäviä varhaiskasvattajia ympäri Suomea, ja Sinä olet yksi heistä. Tulemme keräämään aineistoa syksyn 2012 ja helmikuun 2013 välisenä aikana. Toivomme sinun kirjoittavan kokemuksistasi tunnekasvattajana. Saat kolme kertaa tutkimuksen aikana sähköpostiisi kysymyksiä Askeleittain-opetusohjelmaan liittyvistä aiheista, joiden tarkoitus on tukea kirjoitusprosessiasi. Kokemuksiasi saat kirjoittaa tutkimuksen aikana sähköpostitse meille, kuinka usein haluat, kuitenkin vähintään kolme kertaa tutkimuksen aikana. Halutessasi voit kirjoittaa kokemuksiasi vihkoon, toimitamme sen sinulle.

Pyrkimyksenämme on, että opinnäytetyömme valmistuu keväällä 2013, viimeistään elokuussa 2013. Lähetämme sähköpostissa valmiin työn työpaikallesi Sinun luettavaksi. Tutkimuksessa ei tule esille henkilökohtaisia tietojasi ja meille lähettämäsi pohdinnat hävitämme kolmenkuukauden päästä opinnäytetyön valmistumisesta.

Toivomme rikasta yhteistyötä ja itsetutkistelun hetkiä kanssamme!

Heidi Aho ja Sirpa Tuomainen

Suostun osallistumaan tutkimukseen Askeleittain-opetusohjelman vaikutuksesta ammatilliseen kehitykseen.

LIITE 3: Ohjeistus 1.

Hei,

Tässä on sinulle kysymyksiä, joiden toivomme olevan tukena matkallasi, jossa tutkit omia kokemuksia ammatillisesta kasvusta tunnekasvattajana käyttäessäsi Askeleittain–opetusohjelmaa. Kokemuksesi ovat arvokkaita, joten kirjoittaessasi niitä sinun ei tarvitse miettiä oikeinkirjoitus tai kieliopillisia asioita. Tärkeintä on se mitä haluat kertoa.

Kirjoituksia voit lähettää sähköpostitse meille niin usein kuin haluat ja koet hyväksi. Voit myös halutessasi kirjoittaa kokemuksistasi vihkoon, jonka lähetämme halutessasi sinulle. Voit myös ottaa meihin yhteyttä, mikäli sinulla on kysyttävää kirjoitusprosessista.

Antoisaa matkaa tunnekasvattajana!

Ystävällisin terveisin:

Heidi Aho

Sirpa Tuomainen

Minä tunnekasvattajana

Millaisia tunteita herättäviä tilanteita kohtaat työssäsi?

Kuvaa 1-3 tilannetta.

Millaisia tunteita yllä kuvatuissa tilanteissa herää?

LIITE 4: Ohjeistus 2.

Hei!

Nyt olemme puolivälissä matkaa ja tässä on sinulle muutamia kysymyksiä, mitkä voivat toimia tukena kirjoitusprosessissasi.

Antoisia kirjoitushetkiä!

Ystävällisin terveisin:

Heidi Aho

Sirpa Tuomainen

Kehittymiseni tunnekasvattajana

Kuinka tunnistat omia, lasten, vanhempien ja työtovereiden tunteita?

Oletko oppinut nimeämään omia tunteita entistä enemmän?

Kuinka huomioit oman kehosi tuntemuksia, ajatuksiasi, omaa toimintaasi tunteita herättävissä tilanteissa?

Kuinka käsittelet omia, lasten, vanhempien ja työtovereiden tunteita?

Kuinka säätelet tunteitasi? Mitkä ovat sinulle tyypillisiä keinoja? Oletko tyytyväinen näihin vai etsitkö/harjoitteletko jotain uutta keinoa?

Kuinka viestit tunteistasi lapsille ja aikuisille?

LIITE 5: Ohjeistus 3.

Hei!

Nyt olemme matkamme loppupuolella ja on aika katsoa tämän hetken lisäksi taaksepäin. Onko jotain muuttunut ja mitä on edessäpäin?

Rauhallista tarkkailuhetkeä!

Ystävällisin terveisin:

Heidi Aho

Sirpa Tuomainen

Kehityskaareni tunnekasvattajana

Mitä Askeleittain-opetusohjelma on tuonut ammatillisuuteesi tunnekasvattajana?

Kuvaile, jos olet kokenut merkityksellisen tapahtuman eli ahaa-elämyksen Askeleittain-opetusohjelman käytön aikana?

Miten koet Askeleittain-opetusohjelman vaikuttaneen tunnetaitoihisi?

Ideota tunnekasvatuksen kehittämiseen?

Palautetta tutkimuksesta:

LIITE 6: Välikirje

Hei Ihanat Varhaiskasvattajat!

Näin se vuosi 2013 on pyörähtänyt käyntiin ja toivotammekin heti alkuun Onnea Uuteen Vuoteen!

Tutkimuksemme on teorian osalta oikein hyvässä vaiheessa ja kiitoksia kallisarvoisesta työstä mitä olette jo tutkimukseen antaneet. Kysymyksiä olemme nyt lähettäneet kaksi kertaa. Mikäli ette ole vielä niihin saaneet paneuduttua, niin ei hätää, saatte kirjoittaa rauhassa ajatuksia niistä vielä muutaman viikon ajan. Viikolla 4 lähetämme teille 3. kysymykset ja helmikuun alussa alamme keräämään tuotoksianne meille päin. Valmistaudumme esittämään tutkimuksemme opinnäytetyöseminaarissa huhtikuun alussa.

Liitteenä tähän mennessä lähetetyt kysymykset.

Antoisia kirjoitushetkiä!

Ystävällisin terveisin

Heidi & Sirpa

LIITE 7: Teemahaastattelu runko

Teemahaastattelu runko:

- Askeleittain-tuokioiden pitäminen
- Askeleittain-opetusohjelma arjessa
- Askeleittain-opetusohjelma ja ammatillisuus
- Omien tunteiden säätely
- Muutokset itsessä
- Tunteet työyhteisössä
- Tunnekasvatuksen kehittäminen