

Piia-Liina Anttila

”MITÄ ITSE OSAA, SEN VOI TOISELLE OPETTAA”

Aikuinen lasten tunnetaito-ohjaajana

tiivistelmä

Piia-Liina Anttila: "Mitä itse osaa, sen voi toiselle opettaa" Aikuinen lasten tunnetaito-ohjaajana
Kandidaatin tutkielma
Tampereen yliopisto
Kasvatustieteiden kandidaattiohjelma, varhaiskasvatuksen opettaja
Lokakuu 2022

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tuoda esille aikuisen omien tunnetaitojen merkitystä ja tunnetaito-opettamiseen vaikuttavia tekijöitä. Tunnetaidot voidaan katsoa olevan yksi tärkeimmistä varhaiskasvatuksen opettajan työvälaineistä ja ohjaavat asiakirjat velvoittavat tunnetaitojen opettamiseen. Tunnetaitojen opiskelu ei kuitenkaan sisälly varhaiskasvatuksen opettajan tutkintoon. Tutkimuksen kohderyhmäksi valikoitui Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajiksi lisäkouluttautuneet opetus-, sosiaali- ja terveysalojen ammattilaiset. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat: "Miten Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajiksi valmistuneet opetus-, sosiaali- ja terveysalojen ammattilaiset määrittelevät tunnetaito-ohjaamiseen vaikuttavia tekijöitä?" ja "Millaiset valmiudet palvelevat hyvää tunnetaito-ohjaamista?"

Tutkimuksen teoria muodostui tunnetaidoista, lapsesta tunnetaitojen oppijana, aikuisesta tunnetaitojen opettajana sekä tunnetaitojen tarpeellisuuden määrittelystä aiemman tutkimustiedon perusteella. Teoreettinen viitekehys loi monipuolisen näkökulman tunnetaitoihin ja niiden merkitykseen lapsen tasapainoisen kehityksen kannalta sekä kaikilla oppimisen alueilla. Tutkimuksen fokus oli erityisesti aikuisen merkityksestä tunnetaitojen opettajana.

Tutkimusaineisto kerättiin kyselylomakkeilla, jotka sisälsivät vain avoimia kysymyksiä. Aineisto kerättiin keväällä 2022 täysin anonyymisti ja se koostui kahdeksasta vastauksesta. Tutkimukseen valikoitui aineiston analyysimetodiksi laadullinen sisällönanalyysi. Aineisto luokiteltiin aineistolähtöisesti ja tämän jälkeen käytettiin teoriaohjaavaa lähestymistapaa.

Tulosten perusteella aika todettiin olennaiseksi resurssiksi tunnetaito-opetukselle. Laadukas tunnetaito-opetus edellyttää riittävästi aikaa ja mahdollisuuksia ennakointiin. Suunnitelmallinen ajankäyttö puolestaan vaatii myös esihenkilön panostusta. Todettiin myös, että esihenkilön sekä työyhteisön asenne vaikuttaa merkittävästi tunnetaito-ohjaamiseen joko positiivisesti tai negatiivisesti. Sensitiivisyys aikuisen valmiutena korostui. Tutkimuksen aineisto osoitti selkeästi, että paras ja tärkein tunnetaito-oppi tulee aikuisen välittämänä ja mallintamana.

Avainsanat: Tunnetaidot, tunnetaitojen opettaminen, aikuisen esimerkki

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -ohjelmalla.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	4
2	TEORIA	7
2.1	Tunteet ja tunnetaidot	7
2.2	Lapsi tunnetaitojen oppijana	10
2.3	Aikuinen tunnetaitojen opettajana	12
2.4	Tunnetaitojen tarpeellisuus	15
3	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	17
3.1	Tutkimuskysymys.....	17
3.2	Tutkimusmenetelmä.....	18
3.3	Aineiston keruu ja aineiston esittely.....	18
3.4	Aineiston analyysi	19
4	TULOKSET	23
4.1	Suunnitelmallinen ajankäyttö	23
4.2	Esihenkilön ja kollegoiden asenne tunnetaitoihin	24
4.3	Sensitiivinen aikuinen	27
4.4	Aikuinen tunnetaitojen mallintajana	30
5	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	32
5.1	Johtopäätökset ja pohdintaa tuloksista	32
5.2	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	35
	LÄHTEET	37
	LIITTEET	41
	Liite 1: Kyselylomake.....	41

TAULUKOT

TAULUKKO 1.	ESIMERKKI ALKUPERÄISISTÄ ILMAUKSISTA MUODOSTETUISTA MERKITYSYKSIKÖISTÄ	20
TAULUKKO 2.	ESIMERKKI YLÄKATEGORIOIDEN MUODOSTAMISESTA	21
TAULUKKO 3.	ESIMERKKI PÄÄKATEGORIOIDEN MUODOSTAMISESTA	21

1 JOHDANTO

Tunnetaidot ja tunnetaitojen opettaminen ovat osa valtakunnallista varhaiskasvatussuunnitelmaa (2022) ja esiopetussuunnitelmaa (2014). Molemmat velvoittavat varhaiskasvatuksen opettajat tunnetaitojen opettamiseen ja laadukas pedagogiikka edellyttää aina laadukasta vuorovaikutusta, jonka yhtenä edellytyksenä voidaan katsoa olevan hyvä tunnetaito-osaaminen. Lapsen henkilökohtaiseen varhaiskasvatussuunnitelmaan tavoitteet kirjataan henkilöstön pedagogiselle toiminnalle, jolla oppimisympäristöjen lisäksi vaikutetaan lapsen kehitykseen, oppimiseen ja hyvinvointiin. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) ja Esiopetussuunnitelman perusteet (2014) määrittelevät oppimisympäristöjä laajasti. Oppimisympäristö voidaan nähdä fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena ympäristönä, lisäksi puhutaan pedagogisesta ja toiminnallisesta oppimisympäristöstä. Tässä tutkimuksessa korostan aikuisen merkitystä osana oppimisympäristöä ja tarkastelen aikuista tunnetaitojen oppimisympäristönä, jolla viittaan omaan näkemykseeni siitä, että varhaiskasvatuksen kontekstiin tulisi luoda erikseen käsite ”aikuinen oppimisympäristönä”, joka mielestäni tuo esiin aikuisen vastuun omasta ajattelustaan, puheestaan, käyttäytymisestään, eleistään, sensitiivisestä kohtaamisesta ja niin edelleen.

Aiempi tutkimus on tuottanut tietoa aikuisen vuorovaikutustaitojen vaikutuksista lasten kanssa toimimiseen. Ahonen (2015) tuo väitöskirjassaan esille tutkimustuloksiaan, joissa korostuu aikuisen vastuu vuorovaikutuksen laadusta sekä aikuisen omien tunnetaitojen merkitys erityisesti haastavissa kasvatustilanteissa. Leskisenoja (2016) toteaa tutkimuksessaan opettajan oman persoonan ja toiminnan vaikuttavan vahvasti kouluiloon ja kouluympäristöön. Myös Ranta (2020) korostaa tutkimustuloksissaan opettajan ja lapsen suhteen merkitystä oppimisen näkökulmasta.

Tässä tutkimuksessani käsittelen tunnetaitoja erityisesti aikuisen tunnetaito-osaamisen näkökulmasta ja pohdin mitkä tekijät oppimisympäristössä vaikuttavat

tunnetaitojen opettamiseen. Tarkastelen lisäksi aikuisen omien tunnetaitojen merkitystä. Varhaiset vuorovaikutussuhteet ovat merkityksellisiä lapsille. Se, miten aikuisena kohtaan itseni ja omat tunteeni, vaikuttaa malliin, jota annan lapsille arjen tilanteissa. Oman itseni kautta kohtaan myös lapset, siksi on tärkeää pohtia varhaiskasvatuksen työkentällä, millaista ihmisyyden mallia näytän ja millaista tunneviestintää aikuisena välitän niin lapsille kuin aikuisillekin. Varhaiskasvatuksen opettajuuden identiteettiäni on koko työurani ohjannut ajatus siitä, että aikuinen on lapsille sellainen jäljittelymalli, että hänen toimintansa, ajatuksensa ja vuorovaikutuksensa ovat lapsille jäljittelyn ja mallioppimisen arvoisia. Tämä näkemykseni ohjasi minut myös tämän tutkimuksen äärelle ja ilmenee ilmiön tarkastelussa. Voidaan myös katsoa varhaiskasvatusta lapsen elinikäisen oppimisen alkulähteenä ja tästä näkökulmasta katsoen varhainen tunnetaitojen opettaminen palvelee lapsen oppimista läpi oppimisen polun ja koko elämän.

Lasten haasteita, pulmia ja käytöksessä ilmeneviä erityisyyksiä osataan havaita ja nimetä hyvin ja melko nopeastikin lapsen aloitettua varhaiskasvatuksessa. Usein nämä havaitut seikat liittyvät tavalla tai toisella myös tunnetaitoihin tai ainakin tunnetaitoja vahvistamalla saavutettaisiin monia hyötyjä. Todettava kuitenkin on, että tukitoimet ja ohjaus, joita lapsi tilanteeseensa saa, eivät suinkaan aina ole onnistumista mahdollistavia tai lasta vahvistavia. Tästä herääkin kysymys tuen laadun merkityksestä: osaammeko riittävästi kiinnittää huomiota määrän sijaan tuen ja ohjauksen funktioon laadullisesti, joka väistämättä edellyttää myös tunnetaito-osaamista?

Pyrin tutkimuksellani tuomaan esille näkökulmia, joita tunnetaito-ohjaamisen tutkinnon opiskelleet, jo ammateissaan työskennelleet ja ammatti-identiteettinsä muodostaneet sekä työkokemusta omaavat opetus- sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaiset, tuovat esiin tunnetaito-ohjaamisesta. Millaisena asiaan koulutuksen myötä perehtyneet ilmaisevat tunnetaito-osaamista? Tutkimus tuo mahdollisesti esille tekijöitä, joita voisi laajemminkin tarkastella tunnetaito-opettamista edistävinä asioina. Tai vastaavasti tekijöitä, joita välttämällä voisimme palvella lasten tunnetaito-osaamisen kehittämistä paremmin. Tarkoitukseni on siis tuoda esille tunnetaito-ohjaajien ajatuksia ja käsityksiä tunnetaito-osaamisen merkityksestä. Parhaassa tapauksessa tämä tutkimus antaa myös laajemmin varhaiskasvatuksen kontekstiin hyödynnettäviä asioita.

Tutkimusraportin toisessa luvussa esitellään teoreettinen viitekehys sekä tutkimuksen kannalta keskeisimpiä käsitteitä. Kolmannessa luvussa kerrotaan tutkimuksen toteuttamisesta, aineiston hankinnasta sekä analyysistä. Neljäs luku koostuu tutkimuksen tuloksista ja viidennessä luvussa tuodaan esille johtopäätöksiä, pohditaan tutkimuksen luotettavuutta sekä tuodaan esille mahdollisia jatkotutkimusaiheita.

2 TEORIA

2.1 *Tunteet ja tunnetaidot*

Tunteita määritellään kirjallisuudessa hyvin laajasti. Tunteita voidaan kuvata signaalijärjestelmäksi, jonka tehtävänä on varmistaa, että keho reagoi tarvittaessa nopeasti (Siira & Saarinen, 2021). Sandberg (2021) määrittelee tunteet elimistömme psyykkisfysiologiseksi toiminnaksi, joka vaikuttaa monella tavalla ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin sekä kehon toimintaan. Sainio ym. (2020) toteavat myös tunteilla ja kehon toiminnalla olevan vahvan yhteyden sekä vaikutuksen ihmisen hyvinvointiin. Riihosen ja Koskisen (2020) mukaan kukin kokee tunteet yksilöllisesti omassa kehossaan, lapsilla on erityisen vahva yhteys omiin kehollisiin tuntemuksiin. Seppänen (2021) lisää tunteiden kokemiseen myös sosiaalisen ulottuvuuden, jonka Hintikka (2016) määrittelee vaikuttavan muun muassa elämämme sujuvuuteen sekä moraaliimme. Sosiaalinen näkökulma tulee esiin erilaisten tunnetilojen myötä, meidän tulisikin osata erilaisten tunnetilojen vaikutuksessa säädellä itseämme (Sandberg, 2021) Voidaan todeta, että tunteilla on laaja ja monipuolinen vaikutus ihmisen toimintaan, käyttäytymiseen ja hyvinvointiin.

Tunteiden tehtäviksi Sainio ym. (2020) määrittelevät sekä haitallisten että hyödyllisten tekijöiden arvioimisen. Sandberg (2021) lisää meidän tarvitsevan tunteita ihmissuhteidemme luomiseen ja vaalimiseen, mikä näkyy kohtaamisissa sekä toisen henkilön tunnetilojen ymmärtämisenä. Seppänen (2021) jatkaa, että tunteet auttavat meitä erottelmaan meille tärkeitä ja vähemmän tärkeitä asiat, jotka koemme esimerkiksi innostumisen tai vastenmielisyyden kautta. Tunteisiin tutustuminen sekä tunnetaitojen opetteleminen ja vaaliminen voidaankin katsoa olevan hyvin merkittävä ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin vaikuttava tekijä.

Tunteita käsiteltäessä nousee usein esiin käsitteitä, kuten tunnesäätely, itsesäätely ja säätelytaidot. Näitä kaikkia lapset vielä kovasti harjoittelevat ja melko usein me aikuisetkin ponnistelemme näitä taitoja oppiaksemme. Jotta tunteita voi oppia säätelemään, tulee ensin olla taito tunnistaa, nimetä ja arvioida tunteitaan (Riihonen & Koskinen, 2020). Matilainen ja Puustinen (2021) lisäävät tunnesäätelyyn vielä tunteen ilmaisemisen sekä hyväksymisen. He myös toteavat, että voimme tunnesäätelyn myötä joko rauhoitella itseämme tai toisaalta lisätä vireystilaamme. He kuvaavat tunnesäätelyn oppimisen olevan vahvasti vuorovaikutteista ja taito vahvistaa itsetuntoa.

Sandberg (2021) on todennut, että lapset, jotka kykenevät säätelemään tunteitaan, ovat usein myös sosiaalisilta taidoiltaan parempia. Hän korostaa, että kaikilla tunteillamme on merkityksensä, eikä tunteita tule tukahduttaa, vaan oppia säätelemään. Sainio ym. (2020) kuvaavatkin itsesäätelyä supertaidoksi, joka vaikuttaa kaikkeen kehitykseen ja oppimiseen.

Sainio ym. (2020) käyttävät käsitettä ”itsesäätely” synonyymina tunnesäätelylle. Heidän mukaansa itsesäätelyä tarvitaan voimakkaiden tunteiden aiheuttamien reaktioiden yhteydessä. He korostavat harjoittelun ja oppimisen tärkeyttä säätelytaitojen kohdalla. Veijalainen (2020) nostaa esiin ymmärryksen tarpeen lapsen kehittyville itsesäätelytaidoille ja niiden monimuotoisuudelle. Hän katsoo itsesäätelytaitoa koko elämän mittaisena voimavarana, jota meidän aikuisten tulee lapsille opettaa holistiseen näkemykseen perustuen.

Tunnetaitoja määriteltäessä voidaan säätelytaidot sisällyttää osaksi laajempaa tunnetaitojen käsitettä. Tunnetaidoista puhutaan paljon, mutta yhtä vakiintunutta määritelmää käsitteelle ei ole. Vahvasti samankaltainen näkemys on siitä, että tunnetaidot ovat koko elämän mittainen harjoituskenttä ja taitojen kehittyminen on prosessi (mm. Sandberg, 2021 & Sainio ym., 2020).

Avola ja Pentikäinen (2019) pitävät merkityksellisenä, että kaikilla lapsilla on mahdollisuus oppia tunnetaitoja, koska tunteiden on todettu vaikuttavan kaikkeen ihmisen toimintaan. Tunteilla on lisäksi rooli kaikilla oppimisen alueilla. Samoin kuvaa myös Ahonen (2015) väitöskirjassaan todeten useiden tutkimusten osoittavan kaikkien lasten hyötyvän sosiaalisemotionaalisesta harjoittelusta ja että näillä taidoilla on vahva yhteys akateemisiin kykyihin ja sitä kautta lapsen menestymiseen niin varhaiskasvatuksen kontekstissa kuin myöhemmin koulussa.

Jääskinen (2020) luettelee tunnetaidoiksi tunteen tunnistamisen, sen sietämisen ja säätelemisen sekä tunteen ilmaisemisen, purkamisen ja käsittelemisen. Hänen näkemyksensä mukaan tunnetaitoihin kuuluu lopuksi voimaantumisen, jolla hän tarkoittaa myönteisyyttä itseä kohtaan. Avola ja Pentikäinen (2019) kuvaavat myös positiivisen pedagogiikan kautta, että tunteen työstämisen jälkeen on hyvä katsoa eteenpäin, jonka ymmärrän myös voimaantumista tarkoittavaksi. Pöyhönen ja Livingston (2020) lisäävät tunnetaidoksi myös tunnesanojen osaamisen. Usein tunteiden ja tunnereaktioiden taustalla on jokin tarve, joka aikuisen on hyvä tunnistaa.

Omien tunteiden tunnistamisen ja tunnetaito-osaamisen lisäksi meidän on hyvä harjaannuttaa kykyämme tunnistaa ja ymmärtää myös muiden tunteita. Ahonen (2017) määrittelee hyviin tunnetaitoihin kuuluvaksi kyvyn tunnistaa ja tulkita omien tunteidemme lisäksi toisten tunteita, tätä voidaan pitää sosiaalisen vuorovaikutuksen kulmakivenä. Tämän taidon kohdalla osaamisemme vaihtelee suuresti, niin lasten kuin aikuistenkin kohdalla. Seppänen (2021) rohkaisee tunnetaitojen vahvistamiseen, sillä niistä voi muodostua elämässämme merkittävä voimavara. Sainio ym. (2020) korostavat, että uusia taitoja voi opetella, toimimattomia harjaannuttaa toimivammiksi ja hyvätkin taidot voivat kehittyä vieläkin paremmiksi.

Ilmaisemme tunteitamme kehonkielellämme jatkuvasti. Sanattoman viestinnän kautta tunteemme tulevat näkyviksi esimerkiksi kasvojen ilmeiden, silmiemme, eleidemme ja äänemme kautta (Sainio ym., 2020).

Hintikka (2016) lisää myös empatiakyvyn osaksi tunnetaitoja. Tässä yhteydessä hän tarkoittaa tällä taitoa toisten tunteiden huomioimiseen. Positiivinen pedagogiikka korostaa myös empatian ja myötätunnon taitoja sekä erikseen myönteisten tunteiden vaalimista (Avola & Pentikäinen, 2019).

Kirjallisuudessa käsitellään tunteita ainakin kahdesta selkeästi erilaisesta näkökulmasta. Toisaalla tunteet erotellaan positiivisiin ja negatiivisiin tunteisiin ja osa käsittelee tunteita ajatuksella, että tämä erottelu on turhaa ja jopa haitallista. Positiivinen pedagogiikka määrittelee tunteet positiivisiksi tai negatiivisiksi, mutta korostaa kaikkien tunteiden tarkoituksenmukaisuutta hyvinvoinnillemme. Olennaista tämän näkemyksen mukaan on positiivisten tunteiden runsaus suhteessa negatiivisiin tunteisiin. Positiivisilla tunteilla tarkoitetaan myönteisiä ja hyvinvointiamme edistäviä tunteita ja negatiivisilla tunteilla puolestaan tunteita,

joitka ovat haastavia, vaikeitakin sekä supistavat ajatteluamme ja huomiokykyämme (Avola & Pentikäinen, 2019). Jääskinen (2020) puolestaan ei käytä negatiivisten tunteiden käsitteitä, vaan korostaa kaikkien tunteiden tarpeellisuutta. Olennaista lieneekin se, että ymmärrämme, että negatiiviset tunteet eivät ole väärää, vältettäviä tai sinällään haitallisia, vaan katsoa asiaa siitä näkökulmasta, että uskaltaa käsitellä myös haastavat ja vaikeat tunteet, jotta ne eivät pitkäkestoisina tai käsittelemättöminä jää kehomme tai mieleemme taakaksi. Matilainen ja Puustinen (2021) pohjaavatkin tunnetaito-opetuksen kaikkien tunteiden merkityksellisyydelle ja jokaisen tunteen tehtävälle. Näin ollen kaikki tunteet voidaan määritellä tarpeellisiksi, eikä tarvita arvottamista sen mukaan, mitä haluamme tai emme halua tuntea.

2.2 Lapsi tunnetaitojen oppijana

Tunnesanojen käyttämisen myötä myös kehon tunnemallit kehittyvät lapsella, tätä kautta tietoisuus tunteista lisääntyy ja voidaan ajatella, että myös lasten tulkinta ympäristön tapahtumista muuttuu (Hietanen ym., 2016). Oiva-Kess ja Kronqvist (2021) toteavat lisäksi, että tunnereaktioillaan lapset kuvaavat kokemuksiaan, mutta samalla tulevat näyttäneeksi, mitä tunnetaitoja eivät vielä osaa.

Repo (2015) toteaa, että lapselle syntyy tarve toimia aikuisen toivomalla tavalla, kun hän voi huomata aikuisen iloitsevan hänestä. Sandberg (2021) ilmaisee lapsen toimintaa niin, että lapsi toki toimii oikealla tavalla, jos hän suinkin osaa ja pystyy. Tälle voi olla esteenä esimerkiksi voimakas tunnetila, jolloin aikuisen puhe ei tavoita lasta eikä hän pysty toimimaan ohjeiden mukaan (Sainio ym., 2020). Lapsi tarvitseekin kokemuksen hyväksytyksi tulemisesta ja rakastettuna olemisesta kaikkine tunteineen (Lindeberg-Piironen & Ruokolainen, 2017). Aikuisen tulee kyetä näkemään lapsen käyttäytymisen taakse (Sandberg, 2021).

Repo (2015) kuvaa toisten ihmisten kanssa elämisen olevan ihmisen perustarve ja ihmisyyden ydintä. Tähän tarvitaan sosioemotionaalista kompetenssia, jota Sandberg (2021) muotoilee tunne-elämän perustaksi sekä

taidoksi toimia erilaisissa tilanteissa. Kun lapsi omaa sosiaalista kompetenssia, hän pystyy hyödyntämään myös tunnetaitojaan vahvemmin.

Lapsen ainoa keino ilmaista hankalia tunteita voi joskus olla käyttäytyminen, jonka me aikuiset koemme haastavana. Tunteiden tunnistaminen, sanoittaminen ja tarvittaessa pysäyttäminen ovatkin tärkeitä taitoja jokaiselle. Lapsen tulee saada harjoitella maltin säilyttämistä, itsensä rauhoittamista sekä vähitellen oppia tunnistamaan jo ennalta tunnekaappauksen uhka (Sandberg 2021). Matilainen ja Puustinen (2021) korostavatkin, että lapsen tunne ja kokemus ovat aina tosia hänelle ja tässä ei ole mitään vikaa. Lapsen tulisikin saada myös hankalien tunteiden ja tunnekokemusten kohdalla kokemus siitä, että hän on hyväksytty.

Hintikka (2016) määrittelee lapsen säätelytaitojen oppimiseen vaikuttaviksi tekijöiksi temperamentin ja kehitystason lisäksi neurologisen hermoston kypsytyden sekä kodin ja ympäristön tuen. Veijalainen (2020) muistuttaa, että erilaisten oppimisprosessien ja monimenetelmällisten keinojen avulla on mahdollista edesauttaa oppimista ja antaa lapsille runsaasti harjoittelun mahdollisuuksia. Taitojen kehittymisen edellytyksenä onkin se, että lapsi saa kehitystasonsa mukaisia mahdollisuuksia harjoitteluun aikuisen tuella. Tunnetaidot karttuvat vain harjoittelemalla, eivätkä vaikeudet häviä itsestään iän myötä (Sainio ym., 2020). Riihonen ja Koskinen (2020) pitävätkin tärkeänä, että aikuinen havaitsee pienetkin edistysaskeleet, jotka lapsen näkökulmasta ovat usein valtavia harppauksia. Näin lapsi voi vahvistaa tunnetaitojaan ja taidot käyvät luontevammiksi.

Sajaniemi ym. (2015) puhuvat yhteyden kokemisen merkityksestä. Tunnekaappauksen vallassa yhteys aikuisen ja lapsen välillä uhkaa katketa, aikuisen tuleekin kanssa säädellä lapsen tunnekuohua ja palauttaa yhteys. Lapsi kokee yhteyden palaamisen hyvin palkitsevana ja se toimii myös aivoja ravitsevasti rauhoittaen ja jäsentäen lapsen kuohuvan olon. Myös Sainio ym. (2020) nostavat esiin pienten lasten aivojen kehittymättömyyden, joka aikuisen tulee huomioida ja olla lapsen apuna kanssa säätelössä tunnekaappauksen yllättäessä lapsen. Ahonen (2017) määrittelee tunnekaappauksista johtuvat tunteenpurkaukset voimakkaiksi ja hallitsemattomiksi purkauksiksi, jolloin lapsi menettää käyttäytymisensä hallinnan. Sandberg (2021) kuvaa näitä tilanteita taistele tai pakene -tilanteiksi, jolloin lapsi on alttiina impulsiiviselle käyttäytymiselle.

2.3 Aikuinen tunnetaitojen opettajana

Ahonen (2015) toteaa väitöskirjassaan aiempien tutkimusten osoittavan selvästi, että lapsen emotionaalinen hyvinvointi on yhteydessä kasvattajan ja lapsen väliseen suhteeseen. Aikuisella tulee olla kyky havainnoida ryhmäänsä ja toimia sensitiivisesti. Kun lapsi tulee kohdatuksi tarpeineen ja tunteineen, hän voi kokea osallisuutta. Tämä ei edellytä välttämättä sanallista vuorovaikutusta, vaan varhaiskasvattaja voi tavoittaa lapsen lämpimän vuorovaikutuksen keinoin. Hietanen ja muut (2016) määrittelevät asian samoin: lapsilla on kyky ilmaista tunteitaan jo ennen kuin he osaavat kertoa niistä verbaalisesti. Ilmaisua tapahtuu runsaasti kehollisesti myös sen jälkeen, kun lapsi on oppinut tunnesanastoa ja kuvaamaan tunteitaan sanallisesti.

Tähän kaikkeen aikuisen tulee omata kyky tunnistaa ja tiedostaa omia tunteitaan ja ajatuksiaan. Saarinen (2020) määrittelee olennaisimmiksi aikuisen taidoiksi itsereflektion, kohtaamisen ja vuorovaikutuksen sekä kanssasäätelyn. Näihin kyetäkseen kasvattajalla tulee olla tarpeeksi osaamista ja tietoa muun muassa tunteista. Kasvattajan tulee siis harjaannuttaa omaa tunneosaamistaan myös oman tunnetietämyksensä kautta, sillä oman toiminnan vaikutus lapseen tulee nähdä ja tunnustaa.

Laajasti yhteneväinen näkemys on, että aikuisen tulee tarjota lapsille paljon mahdollisuuksia tunnetaitojen harjaannuttamiseen sekä toimintamallien vakiinnuttamiseen, tämä edellyttää runsaasti toistoja ja pitkäaikaista harjoittelua (mm. Sandberg, 2021; Sajaniemi ym., 2015; Riihonen & Koskinen, 2020 & Ahonen, 2017). Arkiset päivittäiset tilanteet ovat mitä parhaimpia hetkiä tunnetaitojen vahvistamiseen ja turvallisten tunteiden ilmaisutapojen opetteluun.

On tärkeää opettaa, että kaikki tunteet ovat normaaleja ja hyväksyttäviä. Aikuisen tärkeä tehtävä on puhua paljon tunnetta hyväksyvää puhetta ääneen lapselle, esimerkiksi näin: *”Näyttää siltä, että sinulle tuli kiukun tunne. Se onkin tosi tärkeä tunne. Saat olla kiukkuinen.”* *”Näyttää, että sinulla on joku tosi iso tunne nyt. Mikähän se voisi olla?”* (Matilainen & Puustinen, 2021, s. 74–75).

Aikuisen malli tunnetaidoissa on merkittävä lapselle, tästä syystä mallin tulisi olla suotuisa ajatellen lapsen kehittyviä taitoja (Sandberg, 2021 & Repo, 2015). Mallittaminen voi alkaa tunteiden nimeämisestä ja sanoittamisesta, lapsille on hyödyllistä kuulla aikuisenkin nimeävän omia tunteitaan (Riihonen &

Koskinen, 2020). Aikuisen tulee olla rehellinen omassa ilmaisussaan, jotta lapselle ei anneta sellaista ristiriitaista viestiä, jossa puhuttu tunne eroaa aikuisen reaktiosta tilanteessa. Hintikka (2016) korostaakin aikuisen esimerkin vaikutusta ja aikuisen vastuuta lasten tunnetaitojen oppimisessa. Avola ja Pentikäinen, (2019) tarkentavat vielä myönteisyyden ja ystävällisyyden merkitystä. Aikuisen aito myönteisyys ja kannustaminen tunnetaitoja opetellessa on olennaista.

Aikuisen omat tunnetaidot nousevat esiin merkityksellisenä tekijänä. Vaikka lapsi ei vielä osaisikaan säädellä omia tunnereaktioitaan, aikuisen on tärkeää aina säädellä itseään kaikissa tilanteissa, tällöin hän voi välittää lapselle turvan kokemusta. Aikuisen säätely ilmenee rauhallisena äänenä, kehonkielen viesteinä ja toivottavan käyttäytymisen sekä toimintamallin esimerkkinä (Sandberg, 2021). Repo (2015) korostaakin, että aikuisen on kyettävä irtautumaan omista tunnekokemuksistaan ja keskittyttävä lapsen tilanteeseen.

Seppänen (2021) kehottaa omien tunnetaitojen tietoiseen harjoitteluun. Tähän hyviä keinoja ovat muun muassa reflektointi sekä oman itsen havainnointi, jolloin on mahdollista tunnistaa omia kokemuksiaan rehellisesti sekä objektiivisesti. Aikuisen on hyvä pyrkiä johdonmukaisuuteen sekä jämäkkyyteen auttaessaan lasta tunteiden solmukohdissa. Pidän tärkeänä, että tunnetaitoja opettava aikuinen on kosketuksissa omiin tunnekokemuksiinsa ja osaa tunnistaa sekä ilmaista omia tunteitaan asianmukaisesti. Myös Matilainen ja Puustinen (2021) nostavat esiin aikuisen itsereflektiotaidot sekä oman toiminnan jatkuvan arvioinnin, millä tavoin oma toiminta vaikuttaa lapsiin.

Aikuisen tulee olla aktiivinen ja vastuullinen omien tunnetaitojensa kehittäjä, mutta on hyvä myös olla itseään kohtaan armollinen ja inhimillinen (Avola & Pentikäinen, 2019). On tärkeää ymmärtää, että lapsen käytökseen vaikuttavat vahvasti niin tunteet kuin ajatuksetkin. Lapsi tarvitseekin aikuisen säätelyapua silloin, kun omat taidot eivät vielä riitä tunteiden tai ajatusten synnyttämiin voimakkaisiin reaktioihin. Vain aidosti rauhallisena aikuinen voi jäsentää rauhaa lapselle, joka on tunnekuohun vallassa ja tähän aikuinen tarvitsee omia tunnetaitoja, jotta voi osoittaa ymmärrystä lasta kohtaan (Matilainen & Puustinen, 2021). Myös Ahonen (2017) korostaa aikuisen tasapainoisuutta lapsen voimakkaiden tunteiden äärellä. Aikuisen empatia sekä läsnäolo antavat lapselle turvan kokemuksen vaikealla hetkellä.

Useat lähteet (mm. Sandberg, 2021; Repo, 2015; Leskisenoja, 2016 & Ahonen, 2015) painottavat aikuisen omien ajatusten ja tunteiden tiedostamisen merkitystä. Mitä aikuinen ajattelee lapsesta ja lapsen toiminnasta tilanteessa, joka on lapselle vaikea sekä ilmenee mahdollisesti haastavana käyttäytymisenä? Pystyykö aikuinen lasta kunnioittavaan ja arvostavaan kohtaamiseen ja ajattelemaan, että lapsi toimii parhaiden kykyjensä mukaan? Onko aikuinen tietoinen oman toimintansa vaikutuksista lapseen? Ahonen (2015) kuvaa tutkimuksensa tuloksissa, että päiväkotien varhaiskasvattajat eivät kaikissa haastavissa tilanteissa koe voivansa toimia lapsen tarpeiden mukaisesti. Tutkimus osoitti kuitenkin, että useimmiten tähän syynä on ympäristön riittämätön tuki. Ahonen peräänkuuluttaa kasvattajia kehittämään omaa osaamistaan tunnetaidoissa, sillä tutkimuksessa ilmeni myös, että aikuisen kohdistuessa lapselle empatiaa sekä lämmintä vuorovaikutusta, lapset olivat hyvin tavoitettavissa.

Aikuisen sensitiivisyys ja empatiakyky korostuvatkin tunnetaitoja käsittelevässä kirjallisuudessa sekä tutkimuksissa. Ahosen (2015) tuloksista ilmenee aikuisen sensitiivisyyden ja tilannetajun näkyvän lapsen emotionaalisen hyvinvointina sekä tavoitettavuutena. Sainio ym. (2020) pitävät sensitiivisyyttä välttämättömänä lapsen aivojen kehittymisen näkökulmasta. Repo (2015) määrittelee sensitiivisyyttä lapsen aloitteiden ja tunteiden havaitsemisena sekä näihin vastaamalla lasta tukevalla tavalla.

Aikuisen välittämä turvan tunne on vahvasti merkityksellinen lapselle tunnetaitoja opetellessa. Aikuisen tulee olla lapselle turva tunnepitoisissa tilanteissa (mm. Sandberg, 2021; Sajaniemi ym., 2015 & Sainio ym., 2020). Turvaa voi ilmentää esimerkiksi katseen välityksellä: aikuisen ystävälliset silmät ja katse sekä pyrkimys yhteyden säilyttämiseen lapsen kanssa (Avola & Pentikäinen, 2019). Nummenmaa (2010) määrittelee katsekontaktin yhdeksi merkityksellisimmistä vuorovaikutusta ja yhteyttä edistävästä tekijöistä. Sajaniemi ym. (2015) pitävät tärkeänä turvallista, myönteistä ja toiveikasta ilmapiiriä lapsen ympäristönä. Tunnetaitoja opiskellessani olen havainnut, että turvan tunne laajennetaan fyysisestä turvallisuudesta ja perustarpeista huolehtimisesta emotionaaliseen turvallisuuteen. Nummenmaa (2010) tiivistääkin, että lapsen kokiessa turvallisuuden tunnetta, hän voi uhkien havainnoinnin sijaan keskittyä rauhallisesti ja vapaasti ympäristönsä tutkimiseen.

Kalland (2011) määrittelee laadukkaaseen varhaiskasvatukseen kuuluvan pysyvän ryhmän lisäksi koulutetun henkilökunnan. Hän pitää tärkeänä koulutusta, jossa aikuiset harjaantuvat tunnetaidoissa.

2.4 Tunnetaitojen tarpeellisuus

Tunteilla ja tunnetaidoilla voidaan todeta olevan merkittävä vaikutus niin oppimiseen, kognitiivisiin prosesseihin, akateemisiin taitoihin, sosiaalisiin suhteisiin kuin elämän moniin erilaisiin tilanteisiin (mm. Sandberg, 2021; Sainio ym., 2020 & Ahonen, 2015). Veijalainen (2020) toteaa tutkimuksessaan itsesäätelyn tunnetaitona olevan lapselle ensiarvoisen tärkeä kyky ajatellen koko elämää. Myös omaan hyvinvointiin ja omien tunteiden ymmärtämiseen on suuri vaikutus sillä, miten hyvin käsitämme tunteiden toimintaa (Nummenmaa, 2010).

Sandberg (2021) luettelee kognitiivisia prosesseja, joihin tunteilla on vahva vaikutus: muisti, tarkkaavuus, ajattelukyky ja päätöksentekokyky. Yhteys ilmenee myös käyttäytymisissä ja toiminnan ohjauksessa (Nummenmaa 2006). Sainio ym. (2020) toteavat lapsen kykenevän sopeutumaan muuttuviin tilanteisiin tarkoituksenmukaisemmin, kun tunnetaidot ovat harjaantuneet. Riihonen ja Koskinen (2020) lisäävät tunnetaitojen hyödyiksi myös epämiellyttävistä tunteista selviämisen. Ahonen (2015) toteaa väitöskirjassaan emotionaalisen hyvinvoinnin olevan suorassa yhteydessä lapsen akateemiseen kehitykseen.

Emotionaalinen kompetenssi voidaan nähdä vahvana vaikuttimena lapsen kehitykseen. Se antaa välineet niin persoonalliseen, sosiaaliseen kuin myöhemmin ammatilliseenkin kehittymiseen. Mäntymaa ja Puura (2011) toteavat tunteiden keskeisen merkityksen kaikessa vuorovaikutuksessa. Tunnetaitojen oppiminen on todettu ennaltaehkäiseväksi myös psyykkisten ja sosiaalisten riskien kohdalla (Fernandez-Hawrylak ym., 2020). Myös Hintikka (2016) toteaa väitöksessään, että sosioemotionaalinen kompetenssi suojaa lasta. Payton ja muut (2008) määrittelevät sosioemotionaalista kompetenssia taidoiksi, joilla lapsi muun muassa osaa tehdä eettisiä ja turvallisia valintoja elämässään, kykenee säätelämään voimakkaita tunteitaan, luomaan ystävyysuhteita sekä ratkaisemaan konflikteja toista kunnioittavalla tavalla. Voidaankin tiivistää, että tunnetaidot ovat merkityksellinen apu elämän muutoksissa sekä erilaisissa

tilanteissa. Tai kuten Avola ja Pentikäinen (2019) kuvaavat, ettei ole oppimisen aluetta, johon tunteet eivät jollain tapaa olisi vaikuttamassa. Mäntymaa ja Puura (2011) huomioivat lisäksi tunteiden merkittävän vaikutuksen aivojen kehittymiseen.

Tunteilla on hyvin monitasoisia ja monenlaisia vaikutuksia toimintaamme, tämän vuoksi hyvät tunnetaidot edistävät ja lisäävät hyvinvointiamme. Nummenmaa (2006) luettelee tunneprosessien vaikuttavan muun muassa käyttäytymiseemme, keskushermoston toimintaan sekä kannaltamme hyödyllisten tai haitallisten asioiden nopeaan tiedonkäsittelyyn. Tällöin voimme toimia tarkoituksenmukaisesti uhkaavissa tai mahdollisuuksia antavissa tilanteissa. Nummenmaa korostaakin kognition ja emootioiden yhteistoiminnan merkitystä ihmisen hyvinvoinnin kannalta: useissa tutkimuksissa on havaittu tunnepitoisten ärsykkeiden nopeampi havaitseminen neutraalien joukosta verrattuna neutraalien havaitsemiseen tunteita nostattavien ärsykkeiden joukosta, tästä on päätelty emotionaalisten kohteiden ylittävän havaintokynnyksemme tehokkaammin. Nummenmaa (2010) lisää, että muistaminen on yksityiskohtaisempaa ja vaivattomampaa silloin, kun tapahtumaan liittyy tunteita. Hänen mukaansa oppiminen, joka perustuu tunteisiin, tapahtuu nopeammin ja on laadultaan pysyvämpää.

Koska tunteet antavat meille nopeaa informaatiota ympäristöstämme ja vaikuttavat tulkintaamme siitä (Nummenmaa, 2006), ne myös aiheuttavat voimakkaita reaktioita. Tämän vuoksi säätelyjärjestelmämme on olennainen hyvinvointimme varmistaja.

3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä tutkimuksessa keskitytään tarkastelemaan Lasten ja Nuorten tunnetaito-ohjaajiksi (LTTO) valmistuneiden käsityksiä tunnetaidoista ja erityisesti aikuisen merkityksestä tunnetaitojen opettamisessa lapsille. Pohditaan tunnetaito-opetuksen toteuttamista sekä valmiuksia, jotka palvelevat tunnetaitoja opettavaa aikuista. Tutkimukseni lähtökohta oli herättää keskustelua ja lisätä ymmärrystä, koska tutkimuksen kohderyhmä on tunnetaitoja jo opiskelleet ammattihenkilöt. Totesin kuitenkin työn edetessä ja analyysia tehdessäni, että tämä tutkimus tarjoaa näkökulmia ja pohdittavaa laajemminkin erityisesti varhaiskasvatuksen henkilöstölle.

Tässä luvussa esittelen tutkimuksen toteutuksen. Aluksi määrittelen tutkimuskysymykseni ja tutkimusmenetelmän. Tämän jälkeen kerron aineiston keruusta sekä tutkimukseni kohderyhmästä ja lopuksi kuvaan aineiston analyysin.

3.1 Tutkimuskysymys

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, miten Lasten ja Nuorten tunnetaito-ohjaajiksi toukokuussa 2022 valmistuneet ammattilaiset ymmärtävät tunnetaito-ohjaajan valmiuksia ja mitkä tekijät koulutuksen käyneiden näkemyksen mukaan vaikuttavat tunnetaito-ohjaamiseen. Tässä tutkimuksessa pyrkimyksenä on nostaa esiin sellaisten ihmisten ajatuksia ja käsityksiä, joilla on jo tietoa ja kokemusta tunnetaito-ohjaamisesta. Lähtökohtana on tuoda ilmi kyselyyn vastanneiden subjektiivisia käsityksiä. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat: ”Miten lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajiksi valmistuneet opetus-, sosiaali- ja terveystalojen ammattilaiset määrittelevät tunnetaito-ohjaamiseen vaikuttavia tekijöitä?” ja ”Millaiset valmiudet palvelevat hyvää tunnetaito-ohjaamista?”

3.2 Tutkimusmenetelmä

Tämä tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen. Tavoitteeni on laadullisen tutkimusmenetelmän avulla tavoittaa kohderyhmän omat kuvaukset ja käsitykset tunnetaito-ohjaamisesta. Vilkka (2015) määrittelee laadullisen tutkimusmenetelmän tavoitteeksi tulkinnat, joita voidaan tehdä tutkimusryhmän käsityksistä vaiheittain.

3.3 Aineiston keruu ja aineiston esittely

Tutkimuksen aineistona on kyselyaineisto, joka on kerätty tätä tutkimusta varten. Ronkainen ja muut (2020) nimeävät tällaisen aineiston tutkimuksen synnyttämäksi. Tutkimuksen informantit ovat opetus-, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia, jotka ovat lisäkouluttautuneet Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajiksi. Koulutus on laajuudeltaan 40 opintopistettä ja siinä painottuu kokemuksellinen oppiminen teorian ja tutkimustiedon ohella. Koulutuksen lopussa suoritetaan ohjausharjoitteet.

Toteutin aineiston hankinnan kyselynä. Tuomi ja Sarajärvi (2018) määrittelevät kyselyn hyväksi aineiston tuottamisen menetelmäksi silloin, kun tutkimuksen tavoitteena on saada selville kohderyhmän ajattelua tai toiminnan kuvausta. Jaoin opintotapaamisessa koko ryhmälle valmiin paketin, jossa oli kyselylomake sekä postimerkillä ja osoitteella varustettu postituskuori. Kerroin tutkimuksestani ja vapaaehtoisuudesta osallistumiseen, tiivistin asian vielä tutkimuslomakkeen saatteeksi. Yhteensä kyselyjä jaoin 15 kappaletta ja vastauksia sain kahdeksan. Koottuani avoimet vastaukset yhteen tiedostoon, aineiston mitaksi kertyi 15 sivua.

Kyselylomake ei sisältänyt taustatietojen keräämistä, näin ollen vastaajia ei voi yksilöidä vastauksista ja vastaajien anonymiteetti on selkeä. Käytän aineistoa vain tähän tutkimukseen ja hävitän tutkimusaineiston sen jälkeen, kun tämä kandidaatin tutkielmani on hyväksytty.

Kysely sisälsi vain avoimia kysymyksiä, joihin vastaamisen laajuuden vastaaja sai itse valita. Laadin kysymykset niin, että vastaajan omat näkemykset ja käsitykset tulisivat mahdollisimman hyvin esiin. Hirsjärvi ja muut (2018) nostavatkin avointen kysymysten eduiksi juuri vapauden ilmaista omin sanoin

sekä mahdollisuuden kertoa itselleen olennaiset asiat. Kysely on tämän tutkimusraportin liitteenä. Koska kysely toteutettiin keväällä 2022 valmistuneille Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajille, kyselyn teema ei kaivannut mielestäni avaamista, sillä kaikki tutkimuskyselyn saaneet olivat osallistuneet koulutukseen säännöllisesti ja aihepiiri oli heille tuttu.

Kohderyhmälläni on taustatietoa ja teoriaosaamista aiheesta, ja tämän huomioon tutkimusta suunnitellessani. Hirsjärvi ym. (2018) kehottavatkin pohtimaan kohdehenkilöiden kannalta aineiston keruun muotoa; tarvitaanko strukturoidumpaa vai voiko antaa vapautta vastaamiseen. Päädyin omassa kyselyssäni kannustamaan vapaaseen ilmiöiden kuvaamiseen. Ronkainen ym. (2020) toteavat, että kyselylomakkeen laatimisen ohella tutkijan tulee tehdä valinta tutkimukseen osallistuvasta joukosta ja yksi mahdollisuus on kohdentaa tutkimus valikoidulle kohdejoukolle. Heidän mukaansa kyselyissä voidaan erotella yhden kerran toteutettavat ja toistuvat aineiston keruut. Tässä tutkimuksessa kysely on kertaluontoinen.

Kyselyn heikkouksina voidaan pitää väärinymmärryksen mahdollisuutta ja aihealueeseen perehtyneisyyden puutetta (Hirsjärvi ym., 2018). Koska tiesin kohderyhmäni perehtyneisyyden ja loin kyselystä kuvaamista ja kerrontaa edellyttävän, vältin nämä kyselyn ongelmat. Huomioin lisäksi sanamuodoissa ja kysymyksenasettelussa, että taustasta riippumatta (ammatti tai työrooli) on mahdollista vastata myös työpaikkaa ja työyhteisöä koskeviin kysymyksiin.

3.4 Aineiston analyysi

Analyysin tavoitteena on tehdä aineiston luokittelua ja erittelyä, joiden pohjalta tehdyn kokonaiskuvan perusteella voidaan tutkimuskohteesta tuoda esille uusi näkökulma tehtyihin tulkintoihin nojaten (Puusa, 2020). Luettuani aineiston useita kertoja läpi, lähdin tekemään luokittelua etsimällä aineistosta yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia, samalla kirjaten itselleni ajatuksia, kysymyksiä ja pohdintoja, joita mieleeni nousi. Tuomen ja Sarajärven (2018) ohjeen mukaisesti järjestin ja tiivistin aineiston säilyttäen kuitenkin koko ajan sen antaman sisällöllisen tiedon. Puusa (2020) kuvaakin tiivistämisen ja pelkistämisen lisäävän aineiston antamaa informaatiota. Pyrin analyysin alkuvaiheessa irtautumaan teoreettisesta viitekehystäni ja käsittelemään

aineistoa ”puhtaasti” sieltä nousevien asioiden pohjalta. Ronkainen ym. (2020) muistuttavat, että tutkijan tulisi suhtautua keräämäänsä aineistoon avoimesti ja pitää mahdollisena, että sieltä nousee esiin myös sellaisia tekijöitä, joita tutkija itse ei liitä tutkittavaan ilmiöön. Tähän pyrin tutkimalla aineistoa myös siitä näkökulmasta, mitä aineistossa ilmenee ja puuttuuko sieltä ehkä jotain.

Muodostettuani alkuvaiheen kokonaiskuvan aineistosta, aloin ryhmitellä ilmauksia ja lausumia. Kokosin aineiston ilmaukset excell -taulukkoon, josta aloin luoda kategorioita merkitsemällä samansisältöisiä ilmauksia väreihin. Puusa (2020) määrittelee tätä koodaamista samansisältöisten sanojen tai lauseiden merkitsemistä ryhmiksi, Tuomi ja Sarajärvi (2018) puhuvat kategorioista ja koodaamisesta. Jatkoisin samansisältöisten alakategorioiden muodostamisella, jotka nimesin merkitysyksiköiksi ja nämä yhdistelin yläkategorioiksi (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Yläkategorioista muodostui vielä neljä pääkategoriaa, jotka nimesin seuraavasti: suunnitelmallinen ajankäyttö, esihenkilön ja kollegoiden asenne tunnetaitoihin, sensitiivinen aikuinen ja aikuinen tunnetaitojen mallintajana. Tallensin kaikki vaiheet taulukoihin, jotta päättelyketjuja ja valittuja ratkaisuja oli helppo tarkistaa tarvittaessa. Osoitan seuraavissa taulukoissa esimerkinomaisesti, millä perusteilla luokittelua tehtiin.

TAULUKKO 1. Esimerkki alkuperäisistä ilmauksista muodostetuista merkitysyksiköistä

Alkuperäinen ilmaus	Merkitysyksikkö
Perustyön (lasten kasvattamisen/opettamisen/hoitamisen) ohella on paljon esim. paperityötä ja palavereita. Ihmiset ovat kuormittuneita ja ”ylityöllistettyjä”, jolloin väsymys vaikeuttaa lasten sensitiivistä kohtaamista tai tilanteisiin ei jakseta/keretä/pystytäkään tarttumaan.	Ajan puute Sensitiivisen kohtaamisen merkitys
Myöskin se, että esimiehet tietävät tunnetaitojen ohjaamisen & harjoittelun olevan tärkeää → yhteisiin pedagogisiin palaveriinkin & tiimeihin on tällöin helppo viedä itämäänsä erilaisia ajatuksia & toimintatapoja.	Työyhteisö Toimintakulttuuri Esihenkilön merkitys ja suhtautuminen tunnetaitoihin
Ne ovat tärkeitä (oma tunnetaidot) ja on tarpeellista sanoittaa ja näyttää omat	Mallintaminen Aikuisen omat tunnetaidot

tunteet. Tehdä itsensä näkyväksi, olla aito, oma itsensä.	
Jos toiminta ei kokonaisuudessaan ole strukturoitua ja suunniteltua, aika menee järjestyksen ylläpitoon.	Aikataulutus Suunnitelmallinen toiminta Toimintakulttuuri

TAULUKKO 2. Esimerkki yläkategorioiden muodostamisesta

Merkitysyksiköt	Yläkategoriat
Kielteinen suhtautuminen tunnetaitoihin	Esihenkilön asenne
Innostuneet työntekijät	Työyhteisön asenteet
Esihenkilön merkitys ja suhtautuminen tunnetaitoihin	
Myönteinen suhtautuminen tunnetaitoihin	
Osaa kannatella lasta tunnekuuhuissa	Sensitiivinen
Hyväksyy kaikki erilaisuuksineen	Kuunteleva
Läsnä oleva	Empaattinen
Lapsen kohtaaminen ainutlaatuisena	Myötätuntoinen
Esikuvana oleminen	Omien taitojen merkityksen ymmärtäminen
Aikuisen oma tunnetaito-osaaminen	
Omien taitojen harjaannuttaminen	Tunnetaitojen näkyväksi tekeminen
Tunteiden ilmaiseminen ja sanoittaminen	

TAULUKKO 3. Esimerkki pääkategorioiden muodostamisesta

Yläkategoria	Pääkategoria
- Ajanpuute - Aikataulutus - Suunnitelmallinen toiminta	Suunnitelmallinen ajankäyttö
- Esihenkilön asenne - Työyhteisön asenne	Esihenkilön ja kollegoiden asenne tunnetaitoihin
- Sensitiivinen - Kuunteleva - Empaattinen - Myötätuntoinen	Sensitiivinen aikuinen
- Omien taitojen merkityksen ymmärtäminen - Tunnetaitojen näkyväksi tekeminen	Aikuinen tunnetaitojen mallintajana

Etenin analyysissäni teoriaohjaavan sisällönanalyysin mukaisesti tehtyäni ensin analyysiä aineistolähtöisesti ja aineiston omilla ehdoilla. Tuomi ja Sarajärvi (2018) kuvaavat teoriaohjaavan sisällönanalyysin siten, että tutkimusaineisto yhdistetään teoriaan. Toteutan tämän tutkimuksessani siten, että sidon aineistosta analysoimani havainnot teoriaan.

Analysoimani aineiston sekä erittelyn ja uudelleen yhdistämisen kautta syntyneet pääkategoriat ja näistä tehdyt tulokset tulkitsen ja selostan seuraavassa luvussa 4, Tulokset.

4 TULOKSET

Tässä luvussa käsittelen tutkimuksen aineiston sisältöä ja analyysin tuloksia. Vastaan myös tutkimuskysymyksiini: ”Miten lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajiksi valmistuneet opetus-, sosiaali- ja terveysalojen ammattilaiset määrittelevät tunnetaito-ohjaamiseen vaikuttavia tekijöitä?” ja ”Millaiset valmiudet palvelevat hyvää tunnetaito-ohjaamista?” Muodostin aineiston analyysissä neljä pääkategoriaa, joissa avaan tarkemmin tunnetaito-ohjaamiseen yhteydessä olevia tekijöitä. Ensimmäisenä käsittelen aikaa tunnetaito-ohjaamiseen liittyvänä tekijänä, tämän jälkeen esihenkilön ja työyhteisön merkitystä, lopuksi esittelen, miten tässä tutkimuksessa määriteltiin sensitiivisyyden tärkeys aikuisen valmiutena sekä aikuisen rooli tunnetaitojen mallintajana. Muodostetut kategoriat ovat yhteydessä toisiinsa, eivätkä ole rajattavissa erilleen toisistaan. Osittain on nähtävissä päällekkäisyyttä, mutta nämä ilmiöt ovat mielestäni tärkeitä käsitellä erillisinä. Esittelen aineistosta nousseita ilmauksia ja yhdistän tuloksia aiempaan tutkimukseen sekä teoriaan.

4.1 Suunnitelmallinen ajankäyttö

Aineiston perusteella voidaan tulkita, että aika on olennainen resurssi tunnetaito-opetukselle. Jotta opettaja voi antaa laadukasta tunnetaito-opetusta, tulee sille olla riittävästi aikaa ja mahdollisuuksia niin arjen yllättävissä ja toistuvissa tilanteissa kuin suunnitellusti pedagogisena opetuksena. Kyselyistä ilmenivät aikatauluongelmat ja ajan puute sekä näistä johtuva kuormittuneisuus korostui tunnetaito-opettamista haittaavana tekijänä. Tämä näkyy myös varhaiskasvatuksen arjessa tällä hetkellä: valtava pula pätevistä varhaiskasvatuksen henkilöstöstä, erilaisilta vaatimuksiltaan liian suuret ryhmät (esimerkiksi tuen tarpeet) ja vakituisen henkilökunnan siirtely ryhmästä toiseen sijaisiksi. Jotta sosiaalisemotionaaliset taidot voisivat kehittyä, tarvitaan aikaa vuorovaikutukselle (Ahonen, 2022). Aika on resurssi, joka vaikuttaa jokaiseen

tulosluvussa esittelemääni tekijään: sensitiivisyyteen, työyhteisön hyvinvointiin ja hyvään johtamiseen sekä aikuisen kykyyn olla esimerkkinä lapsille.

Tämän tutkimuksen aineistossa korostuivat tilanteet, joissa ei ehditä tarttumaan tilanteisiin ja kohtaamaan lapsia sensitiivisesti. Tällöin lapset saavat osakseen paljon ”ei -viestintää” tilanteissa, jotka olisivat olleet ennakoitavissa. Samoin toteaa Ahonen (2015): kiire vaikeuttaa tunnekuohujen ja tilanteiden ennakoimista lasten ja aikuisten välillä. Sensitiivinen kohtaaminen muodostuu tällöin hyvin haastavaksi.

”Paljon Ei-viestintää tilanteissa, joissa voisi selvitä ennakkoinnilla/rakentavalla + positiivisella ohjauksella.” (Vastaja 2)

”Perustyön ohella on paljon esim. paperityötä ja palavereita. Ihmiset ovat kuormittuneita ja ”ylityöllistettyjä”, jolloin VÄSYMYS vaikeuttaa lasten sensitiivistä kohtaamista tai tilanteisiin ei jakseta/keretä/pystytä tarttumaan.” (Vastaja 1)

”Aikatauluongelmat.” (Vastaja 4)

Tämän tutkimuksen aineistosta ilmeni, että mikäli työyhteisössä ymmärrettiin tunnetaitojen merkitys ja lasten tunteiden äärelle pysähtyminen sallittiin ja sitä vaalittiin, myös lapset rauhoittuivat ja oppivat hakeutumaan sellaisten aikuisten luo, joiden kokivat olevan luotettavia. Oppimisen ja lapsen laaja-alaisen sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta lapsen ja aikuisen välinen suhde on tärkeä. Laadukas varhaispedagogiikka tarjoaa lapsille sensitiivisiä vuorovaikutussuhteita työntekijöiden kanssa. Ranta (2020) toteaa, että suhteen rakentumiselle yksi edellytys on aika. Henkilöstöllä tulisi olla riittävästi aikaa vuorovaikutustilanteisiin lasten kanssa, pysähtyä keskusteluihin ja tilanteisiin. Kun aikuinen voi sitoutua läsnäoloon ja sensitiivisyyteen, voidaan lapsia opettaa oman itsen ja ympäristön tapahtumien havainnointiin.

”Kuulla lasten ajatuksia aidosti ja aikaa antaen.” (Vastaja 4)

4.2 Esihenkilön ja kollegoiden asenne tunnetaitoihin

Tämän tutkimuksen mukaan tunnetaito-ohjaamista edistävänä tekijänä voidaan pitää esihenkilön kannustavaa asennetta sekä positiivisia ja innostuneita työntekijöitä.

”Työyhteisön yhteinen tahtotila, sovitut käytänteet ja avoimuus. Toimintakulttuuri selkeä kaikilla.” (Vastaja 8)

”Myöskin se, että esimiehet tietävät tunnetaitojen ohjaamisen & harjoittelun olevan tärkeää → yhteisiin pedagogisiin palavereihin & tiimeihinkin on tällöin helppo viedä itämään erilaisia ajatuksia ja toimintatapoja.” (Vastaja 1)

”Myönteinen suhtautuminen tunnetaitojen merkitykseen.” (Vastaja 4)

Koettiin myös, että työyhteisön myönteinen suhtautuminen tunnetaitojen merkitykseen edistää tunnetaito-ohjaamista. Seppänen (2021) kuvaa tunteiden tarttumista ja voimistumista ihmisten välillä työyhteisöissä. Hän korostaa jokaisen työntekijän vastuuta omien tunnetaitojensa kohdalla. Erityisesti työyhteisöön vaikuttaa vahvasti esihenkilön tunnetaidot tai vastaavasti niiden puute. Esihenkilö mallittaa johtamisellaan myös työpaikan tunneilmapiiriä ja rakentaa myönteisyyttä esimerkiksi kannustavalla ja avoimella viestinnällä. Esihenkilön iso vaikutus ilmeni tämän tutkimuksen vastauksissa; kun työyhteisöä johdetaan pedagogisesti sekä johtajan antamalla mallilla, tunnetaitoja vahvistavasti, koko työyhteisö on helpompi sitouttaa toimintakulttuuriin, joka palvelee hyvää tunnetaito-ohjaamista niin arjen tilanteissa kuin varta vasten suunnitelluissa pedagogisissa tunnetaitohetkissä. Esiin nousi myös arvioinnin velvoite, johon varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaa: henkilöstön tulisi pohtia ja arvioida myös työpaikan tunneilmapiiriä kokonaisuutena sekä jokaisen omalla kohdallaan reflektoida omia tunnetaitojaan päivittäisten tilanteiden jälkeen.

Toisaalta henkilökunnan asenne saattaa olla myös tunnetaito-ohjaamista vaikeuttavaa.

”Osan henkilökunnan asenne ja ajatus siitä, että kaikki tällainen on hömppää.” (Vastaja 6)

”...työntekijät ajattelevat/tietävät, etteivät osaa toimia tai jähmettyvät esim. raivon edessä.” (Vastaja 1)

”Vastustusta – onko epätietoisuutta mitä ja miten?” (Vastaja 5)

Henkilökunnan ”haluttomuutta” selittävä tekijä voi osaltaan olla vastauksissa esiin noussut kiire ja siitä johtuva väsyminen, joka vastausten perusteella näkyy arjessa työntekijöiden kuormittuneisuutena. Vastauksissa tunnetaito-ohjaamista vaikeuttavana tekijänä toistuivat aikatauluongelmat sekä perustyön lisänä olevat

paperityöt ja palaverit. Koettiin myös, että jatkuva kiireen tuntu aiheuttaa sen, että tilanteisiin ei jakseta tai ehditä tarttumaan, aika menee jatkuvasti muuttuvissa olosuhteissa selviytymiseen. Tamminen (2011) tuokin esiin tärkeän tekijän: tunnesuhteiden rakentumiselle lasten kanssa tulisi antaa riittävästi aikaa ja mahdollisuuksia. Tässä erityisesti esihenkilön rooli korostuu.

Seppänen (2021) mainitsee, että vaikeiden tunteiden käsittelemättä jättäminen aiheuttaa ja lisää haasteita työyhteisön hyvinvoinnille sekä kuormittaa kaikkia jatkuessaan. Ahonen (2015) tulkitsee tutkimustuloksissaan, että varhaiskasvattajat voisivat hyötyä konsultaatiosta, jossa paneuduttaisiin oman toiminnan tarkastelun kautta koko päiväkotitoiminnan tarkasteluun, jolloin omaa ammatillisuutta voisi kehittää lämpimän vuorovaikutuksen vahvistamiseen.

”Tuomitaan/kielletään/kyseenalaistetaan omien tunteiden näyttäminen.”
(Vastaja 2)

”Ne (tunnetaidot) ovat tärkeitä ja on tarpeellista sanoittaa ja näyttää omat tunteet.” (Vastaja 4)

Esihenkilön ja työyhteisön vaikutus nousi aineistossa merkityksellisenä tekijänä tunnetaito-ohjaamiseen liittyen työn/työpaikan tunnetaito-ohjaamista edistävänä ja toisaalta vaikeuttavana tekijänä. Mielenkiintoista sen sijaan oli, että kysyttäessä tunnetaito-ohjaajan ominaisuuksista ja omien tunnetaitojen merkityksestä suhteet esihenkilöön tai työyhteisön jäseniin eivät nouse esiin lainkaan. Kuitenkin mallina toimimisen tärkeys korostui. Tästä voisi päätellä, että mallina toimiminen sisältää myös tunnetaitojen mallintamisen suhteessa työyhteisön muihin aikuisiin.

Aineiston perusteella koettiin, että ryhmissä, joissa lapsia lähestyttiin positiivisen kautta, myös tunnetaito-ohjaaminen oli yleisempää ja harjoitteleva asenne sallittiin.

”Halu oppia ja ymmärtää lapsia, sekä päästä heitä lähemmäs.” (Vastaja 1)

Paakkanen (2022) korostaa hyvän vahvistamisen merkitystä. Hän kuvaa rohkean johtamisen vahvistavan hyvää ja nostavan työyhteisön potentiaalia. Tämä niin johtamisen kuin koko työyhteisön asenteena luo maaperää myös hyvälle tunnetaidoille ja pätee aikuisten lisäksi myös tapaan kohdata lapset. Se, mihin

kiinnitämme huomiota, vahvistuu ja kasvaa (Ahonen, 2022). Ahonen muistuttaa myös oikea-aikaisen palautteen ja vahvistamisen tärkeydestä. Tähän tarvitaan riittävästi aikaa ja väljyyttä varhaiskasvatuksen arjessa.

Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) määrittelee henkilöstön yhteisen ymmärryksen lasten oppimisen ja hyvinvoinnin edistäjänä edellytykseksi pedagogiikan toteutumiselle. Johtajan vaikutus työyhteisön kehittäjänä nähdään merkittävänä. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) linjaa johtajan tehtäväksi jatkuvaan kehittymiseen, oppimiseen ja arvioimiseen rohkaisemisen. Mainitaan myös oppivan yhteisön sallivan erilaiset tunteet ja mielipiteet. Kansallisen koulutuksen arviointikeskuksen (2020) raportista ilmenee, että oman työn reflektointi kehittyi täydennyskoulutuksissa, joiden todettiin myös vahvistavan työyhteisöä. Lisäksi havaittiin selvä yhteys laadukkaaseen pedagogiikkaan ja hyvään johtamiseen välillä.

4.3 *Sensitiivinen aikuinen*

Aineiston perusteella usea vastaaja piti tärkeänä aikuisen kykyä kuulla ja kuunnella. Aineistosta tulkitseen lapsen kuulluksi, nähdyksi ja hyväksytyksi tulemiseksi muun muassa seuraavanlaisia ilmaisuja:

”Hyväksyy kaikki erilaisuuksineen.” (Vastaaja 4)

Ominaisuudet (aikuisen): ei tuomitse, ei provosoidu, hyväksyvä, kiinnostunut, myötäelävä, salliva, osaa peilata ja heijastaa tunteita ja niiden taustalla olevia tarpeita. (Vastaajat 2, 6 ja 8)

”Ei ole vain yhtä oikeaa.” (Vastaaja 1)

Vastaajat pitivät tärkeänä, että jokainen lapsi voisi kokea oman ainutlaatuisuutensa ja tulla nähdyksi omana itsenään. Keskusteluja lasten kanssa arvostettiin ja koettiin, että tunnetaito-ohjaamisen myötä lapset ovat tulleet enemmän kuulluiksi ja lapset ovat myös herkemmin pysähtyneet ja rauhoittuneet kuuntelemaan sekä olleet hyvin innostuneita, pohtivia ja halukkaita oppimaan. Ilmeni myös, että tarve yhteyteen sekä läheisyyteen aikuisen kanssa kasvoi, kun lapset kokivat, että heitä kuunnellaan ja heidät nähdään omana itsenään.

”Pystynkö välittämään lapselle sellaista turvaa ja ilmapiiriä, että hänen on lupa yrittää ja harjoitella? Ja vaikka ei onnistuisi, niin silti lapsi voi kokea olevansa hyväksytty ja turvassa.” (Vastaaja 8)

Kalland (2011) korostaa lapsen ja aikuisen välisen sensitiivisen vuorovaikutuksen merkitystä, lapsi voi kokea olonsa turvalliseksi tutun aikuisen lähellä. Lapsella on tarve tunnetasolla tapahtuvaan jatkuvaan aikuisen antamaan emotionaaliseen tukeen ja säätelyyn (Tamminen, 2011)

Sensitiivisyys ja empatia korostuivat aineistossa hyvän tunnetaito-ohjaajan ominaisuuksina ja näiden puute puolestaan tunnetaito-ohjaamista vaikeuttavana tekijänä.

”Sensitiivisyys, joka ilmenee läsnäolona lapsille. Lapset voivat kokea tulevansa nähdyiksi ja kuulluiksi. Olevansa ainutlaatuisia ja merkityksellisiä aikuiselle.” (Vastaaja 8)

”Tutkiva ja myötäelävä (aikuinen)” (Vastaaja 1)

”Empaattinen, joustava, hyväksyy kaikki erilaisuuksineen. Osaa sanoittaa asioita, osaa kuulla ja kuunnella, osaa osoittaa myötätuntoa.” (Vastaaja 4)

”Kuunteleva, läsnä oleva sekä tilanteeseen mukautuva.” (Vastaaja 7)

”Ohitetaan lapsen kokemus ja tunne, ei pysähdytä lapsen äärelle.” (Vastaaja 8)

”Tilannetaju puuttuu ja toiminta välillä hyvin aikuisjohtoista ja aikuisen tarpeista lähtevää. Unohtuu lasten havainnointi sekä heidän tunteidensa ja tarpeidensa huomioiminen.” (Vastaaja 8)

Vastauksista ilmeni, että sensitiivinen aikuinen ilmentää kiinnostuneisuutta lasta kohtaan ja osoittaa halua kuulla ja ymmärtää, mitä lapsi käytöksellään kertoo. Todettiin myös, että empatia toteutuu toisen asemaan asettumalla ja pyrkimyksellä havaita lapsen tarpeet ja tunteet. Tämä edellyttää lapsituntemusta ja sitä, että lasten kanssa luodaan hyvä vuorovaikutussuhde. Lisäksi koettiin, että empatia itseään kohtaan aikuisena ja työntekijänä, mahdollistaa myös armollisemman ja hyväksyvämmän suhtautumisen itsen ohella toisiin.

”Suhtautuminen itseen ja toisiin ihmisiin on armollisempaa, jos omaa tunnetaitoja.” (Vastaaja 3)

Repo (2015) toteaa sensitiivisyyden olevan opittavissa oleva taito, jossa voi harjaantua. Sensitiivinen aikuinen välittää lapsille turvan tunnetta (Sainio ym., 2020 & Sajaniemi ym., 2015) ja empaattinen olemus saa lapsen rauhoittumaan

voimakkaankin tunnereaktion äärellä (Ahonen 2015). Ahonen nostaakin empatian tärkeimmäksi tuloksekseen väitöskirjassaan koskien haastavia kasvatustilanteita. Hän kuvaa tätä lämpimäksi vuorovaikutukseksi, jossa aikuinen näkee lapsen käyttäytymisen taakse ja kohtaa lapsen arvokkaana ja ainutlaatuisena itsenään.

Kiinnostuminen luo väistämättä lämpöä vuorovaikutussuhteeseen. Kyselyn vastauksista ilmeni, että tunnetaito-ohjaamista edistivät keskustelut lasten kanssa ja se, että saattoi rauhassa olla läsnä lapsille, luoda tasapainoista ja turvallista arkea. Tämän myötä myös lasten havaittiin pysähtyvän kuuntelemaan ja rauhoittuvan keskusteluihin. Ranta (2020) tuo tutkimuksessaan esille saman havainnon; kun lapsi tuli kuulluksi, hän asettui myös kuuntelemaan opettajaa. Paakkanen (2022) toteaa, että tulemme taitavammiksi kuuntelijoiksi, kun alamme aistia omia sekä muiden tunteita ja kiinnittää niihin enemmän huomiota.

Sensitiivisyys aikuisen valmiutena korostui aineistossa. Lapsen tunnetaito-ohjaamista edistäviksi tekijöiksi nimettiin aikuisen turvallisuus, empatiataidot, myötäelämisen kyky ja kiinnostuneisuus. Aitous toistui aineistossa:

”Olla aito, oma itsensä” (Vastaaja 2)

”Ollaan aidon äärellä” (Vastaaja 5)

”Kuulla lasten ajatuksia aidosti aikaa antaen.” (Vastaaja 4)

Ranta (2020) kuvaa lapsen aidon ymmärtämisen olevan tärkeää, ja tämä edellyttää aikuiselta läsnä olevaa vuorovaikutusta. Hellsten ja Pihlaja (1999) määrittelevät tätä myötäelämisenä, jolloin aikuinen omien tunteidensa kautta on vuorovaikutuksessa lapsen kanssa, jolloin todellinen ymmärrys voidaan saavuttaa ja lasta voi auttaa oman tunnetilansa ymmärtämisessä. Ymmärretyksi tuleminen rauhoittaa oloa ja lisää turvan tunnetta, jotka puolestaan tukevat aivojen säätelyjärjestelmien toimintaa. Sosiaalisten suhteiden turvallisuuden on todettu vähentävän aivojen stressireaktiota (Paakkanen, 2022)

4.4 Aikuinen tunnetaitojen mallintajana

Tutkimuksen aineisto osoittaa selkeästi, että paras ja tärkein tunnetaito-oppi tulee aikuisen välittämänä ja aikuisen mallin avulla. Pihlaja (1999) määrittelee aikuisen tärkeimmäksi työväliseksi sen, millainen hän itse on. Kasvattajan ammatilliset taidot sisältäen tunnetaidot, asenteet ja ajatukset ovat lapsille näkyvissä ja aistittavissa. Tämän vuoksi näistä olisi hyvä olla itse tietoinen.

"Lapsi oppii kehittyviä tunnetaitoja aikuiselta mallioppimalla." (Vastaaja 4)

"Et voi ohjata toista, jos omat tunnetaidot eivät ole hallinnassa." (Vastaaja 6)

"Jos et itse ymmärrä tunteitasi ja pyri ymmärtämään tarpeita niiden taustalla, et voi opettaa myöskään toista hyväksymään itseään ja löytämään keinoja tunteiden hyväksymiselle." (Vastaaja 1)

"On tärkeää, että tunnetaito-ohjaajalla on tunnetaitoja ja ymmärrystä niistä, että voi yhdessä pohtia asioita ohjattavien kanssa." (Vastaaja 3)

"Jotta osaa käydä läpi toisten tunnetiloja, on tärkeää olla sinut itsensä kanssa." (Vastaaja 4)

Nummenmaa (2010) kuvaa tunnetilojen välittymistä ihmiseltä toiselle, ne näkyvät meistä ulospäin. Tutkimuksen aineistosta ilmeni, että tämä tiedostettiin. Aikuisen omien tunnekokemuksien tunnistamista pidettiin tärkeänä, näiden esiin tuomista sanoittamalla ja mallittamalla, miten tunteen kanssa voi toimia. Koemme paljon erilaisia tunteita ja toisinaan tunnetta on hyvä oppia vaalimaan ja kohottamaan, toisinaan meidän on osattava säädellä ilmaisun voimakkuutta hillitympään suuntaan.

"Aikuisen omien tunnereaktioiden sanoittaminen on tärkeää" (Vastaaja 7)

"Ne ovat tärkeitä (omat tunnetaidot) ja on tarpeellista sanoittaa ja näyttää omat tunteet". (Vastaaja 2)

Tunnetilat ilmenevät meistä monin tavoin kehomme reaktioista ja kasvojemme ilmeistä sekä äänemme sävyistä (Nummenmaa 2010). Tämä tuo myös aikuiselle vastuuta omien tunnetaitojen ja toiminnan reflektointiin. Nummenmaa kuvaa tunteiden tarttuvan ihmisestä toiseen: tutkimustuloksissa on havaittu, että samat aivoalueet aktivoituvat meidän kokiessamme tiettyä tunnetta ja vastaavasti havaitessamme toisen kokevan tätä tunnetta. Myös kehollisten reaktioiden on todettu tarttuvan ihmisten välillä.

Eräs vastaaja nosti esiin arvioinnin, johon valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma ohjaa.

”Työntekijöiden tulisi mielestäni erityisesti arvioida ja reflektoida omaa tunnetaito-osaamistaan ja päivittäisiä tilanteita. Sen sijaan, että ohjeistaa lapsia, tulisi enemmän kehittää omia taitoja ja tätä kautta olla lapsille mallina.” (Vastaaja 8)

Repo (2015) korostaa mallittamisen merkitystä ja esimerkkinä oleminen edellyttää säännöllistä oman käyttäytymisen sekä arvojen pohdiskelua.

Ympäristön ennakoitavuus vaikuttaa osaltaan myös tunteiden säätelyyn. Tämä ilmeni myös tässä tutkimuksessa, tunnetaitoja ilmaistiin tarvittavan kaikissa arkisissa tilanteissa sekä kaikissa sosiaalisissa ja vuorovaikutustilanteissa, joista osaa voidaan ennakoida, mutta hyvin usein tulee tilanteita, joissa tunteet nousevat nopeasti ja yllättäen. Ennakoitavuus linkittyy osin myös aiemmin kohdassa 4.1 käsiteltyyn aikaresurssiin; mikäli ei ole riittävästi aikaa suunnitella pedagogista toimintaa ja arkea tai kehittää yhteisön toimintakulttuuria, lapsilla ei ole tuttua ja ennakoitavaa arkea. Toisaalta tämän tutkimuksen kohderyhmä korosti tasapainoisen ja tunnetaitoisen aikuisen merkitystä. Tällainen aikuinen on lapsille turvallinen ja ennakoitava oman käytöksensä ja toimintansa osalta.

Hyväksyvä ja tunteita salliva aikuinen korostui aineistossa hyvän tunnetaito-osaamisen esimerkillisenä opettajana. Paakkanen (2022) tähdentää tunnetilan ja ajatusten merkitystä ollessamme muiden kanssa, nämä yhdessä esimerkkinamme kanssa tarttuvat ja vaikuttavat myös muihin. Olennaista lieneekin se, että omalla esimerkillämme välitämme sallivaa tunneilmapiiriä. Tunteita ei ole tarpeen kieltää tai luokitella ei-hyväksytyiksi, vaan tutustua niihin, ymmärtää niiden merkityksiä ja vaikutuksia sekä oppia vaikuttamaan tunnereaktioihimme ja omaan toimintaamme (Paakkanen, 2022).

5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

5.1 Johtopäätökset ja pohdintaa tuloksista

Tässä tutkimuksessa selvitettiin tunnetaitojen ohjaamiseen vaikuttavia tekijöitä sekä pohdittiin aikuisen roolia tunnetaitojen opettajana. Kyselylomakkeella oli tarkoitus saada selville Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajien käsityksiä ja näkemyksiä tunnetaito-ohjaamisen merkityksistä sekä valmiuksista, jotka palvelevat hyvää tunnetaito-ohjaamista.

Tulokset antavat viitteitä siitä, että yhteisön toimintakulttuuri on merkityksellinen myös tunnetaitojen näkökulmasta. Tämän tutkimuksen tulokset voisi tiivistää kuuluviksi käsitteen ”toimintakulttuuri” alle: ajanhallinta, esihenkilö ja työyhteisö, sensitiivinen aikuinen ja aikuinen tunnetaitojen mallintajana ovat kaikki olennaisia osatekijöitä yhteisön toimintakulttuurissa. Sekä Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) että esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet (2014) määrittelevät toimintakulttuuriin sisältyviksi henkilöstön osaamisen sekä kehittävän työotteen, johtamisen vastuut ja johtamiskäytänteet sekä vuorovaikutuksen ja ilmapiirin. Ohjaavissa asiakirjoissa mainitaan toimintakulttuurin eräänlaisena riskinä tiedostamattomat ja tunnistamattomat tekijät. Tämän vuoksi jatkuva rehellinen itsearviointi sekä reflektointi on jokaisen opettajan tärkeä työkalu. Kansallisen koulutuksen arviointikeskuksen (2020) tuloksista ilmenee, että esihenkilön ja työyhteisön tuki edistävät hyvää toimintakulttuuria. Tähän liittyvä jatkotutkimus voisi käsitellä henkilöstön ja esihenkilön tunnetaitojen vaikutusta yhteisön toimintakulttuuriin tai millä tavoin tunnetaidot mahdollisesti ohjaavat yhteisön toimintakulttuuria.

Selkeän aikataulutuksen ja struktuurin koettiin palvelevan onnistumista ja myönteisen toimintakulttuurin rakentumista; suurin vaikutusmahdollisuus tunnetilanteisiinkin on aina ennakkoiden. Jo syntyneiden tunteiden säätely on aina kuormittavampaa kuin ennakointi. Lapsen -ja myös meidän aikuisten-

ominaisuudet ja valmiudet voivat kukoistaa, kun kohtaamiselle ja laadukkaalle vuorovaikutukselle varataan riittävästi aikaa.

Analyysin tuloksena saatiin useita valmiuksia, jotka palvelevat hyvää tunnetaito-ohjaamista. Näistä tärkeimpinä empatia, kyky kuunnella ja olla lapsille läsnä sekä kohdata jokainen lapsi ainutlaatuisena itsenään. Nämä valmiudet tiivistin sensitiivisyydeksi. Ilmeni kuitenkin myös, että kuormittava arki sekä ajan puute estävät sensitiivistä kohtaamista. Onkin syytä pohtia, millä tavoin varhaiskasvatuksen toimintaa voitaisiin suunnitella ja ajankäyttöä rytmittää niin, että sensitiivinen pedagogiikka voidaan turvata. Tämä tutkimuksen tulokset sensitiivisyydestä ovat monin tavoin yhteneväiset aiempien tutkimustulosten kanssa. Kuten aiemmin mainittua, Ahonen (2015), Sainio ym. (2020) ja Repo (2015) pitävät sensitiivistä lasten aloitteiden ja tunteiden havaitsemista välttämättömänä lapsen aivojen kehittymisen kannalta sekä edellytyksenä lapsen hyvinvoinnille ja tavoitettavuudelle. Sensitiivisen toimintakulttuurin ja pedagogiikan voidaan katsoa olevan edellytys laadukkaalle varhaiskasvatukselle.

Varhaiskasvatuksen opettajan ammatillisuuteen sisältyy jatkuva oman ammattitaidon kehittäminen. Tunnetaito-osaaminen voidaan määritellä olennaiseksi ammattitaidoksi, koska oman esimerkin kautta annamme lapselle välineitä tunnetilanteisiin. Paakkanen (2022) määrittelee omien tunteiden tuntemisen olevan avain siihen, että voimme ymmärtää muiden tunteita. Hän pitää oman itsen havainnointia sekä vaikutusta toisiin ihmisiin olennaisena tekijänä. Tämän reflektoinnin myötä aikuinen voi lähteä tarvittaessa kokeilemaan toisenlaisia toimintamalleja, ajattelutapoja tai tunnetaitoja. Kuten aiemmin on perusteltu (luku 2.4), tunnetaidot vaikuttavat kaikkeen oppimiseen. Nummenmaa (2010) kuvaa lisäksi, että tarkoituksenmukaisesti toimiessaan tunteemme ja niiden säätely, palvelevat hyvinvointiamme ja vastaavasti epätarkoituksenmukainen tunnesäätely vaikuttaa hyvinvointia heikentävästi. Tästä näkökulmasta katsoen pidän erittäin merkityksellisenä sitä, että lapsille opetetaan tunnetaitoja.

Aineistosta havaitsin toiveikkuutta ja myönteisyyttä tunnetaitoihin liittyen. Vastauksissa toistuivat ilmaisut, kuten "aidosti", "saan", "voin" ja "pystyn". Olemme hyvin vaikuttavan ja toiveikkuutta vahvistavan asian äärellä. Tunnetaito-ohjaamisen merkityksellisyys tiivistyy mielestäni hyvin näihin ilmaisuihin, jotka

ovat vahvasti voimaannuttavia ja asenteena monia taitoja edistäviä. Sajaniemi ym. (2015) kuvaavat turvallisen ja myönteisen oppimisympäristön tärkeyttä sekä korostavat toivon merkkejä välittävän ympäristön olevan hyvin tehokas oppimisen kannalta. Eheyttävä ja kehkeytyvä pedagogiikka edellyttävät varhaiskasvatuksen opettajilta kiinnostuneisuutta ja sensitiivistä kohtaamista sekä havainnointia, joiden perustana voidaan katsoa olevan myönteinen käsitys oppimisen mahdollisuuksiin. Tulevissa tutkimuksissa voitaisiinkin tutkia, miten tunnetaito-opetus ilmenee eheyttävässä tai kehkeytyvässä opetuksessa. Kiinnostavaa olisi myös tutkia, voidaanko varhaiskasvatuksen kontekstissa eheytyllä tai kehkeytyvällä tunnetaito-opetuksella saavuttaa hyötyjä verrattuna tunnetaito-opetukseen, joka tapahtuu pääasiassa vain erillisinä opetustuokioina.

Usein edelleen haastavissa tilanteissa asetetaan tavoitteeksi lapsen käyttäytymisen muutos, vaikka Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) ja esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet (2014) ohjaavat selkeästi tavoitteiden asettamiseen oppimisympäristölle ja aikuisille. Tämä tutkimus osoittaa, että aikuisen toiminnalla on iso vaikutus myös lapsen toimintaan ja käyttäytymiseen. Aikuisella on aina lähtökohtaisesti enemmän elämäkokemusta erilaisista tilanteista, taitoa laajempaan arviointiin ja paremmat säätelykeinot käytössään kuin lapsella. Sinkkonen (2019) toteaa aikuisella olevan käsitys omasta ammatti-identiteetistään ja ammatillisista tavoitteistaan ja tämän myötä hän voi tulla tietoiseksi myös omista vahvuuksistaan sekä osa-alueista, joissa vielä voisi harjaantua. On tärkeää muistaa, että myös aikuisina –ja työntekijöinä, me kykenemme kasvamaan ja kehittymään (Pihlaja, 1999)

Toivon tämän tutkimukseni rohkaisevan varhaiskasvatuksen henkilöstöä omien tunnetaitojen rehelliseen ja avoimeen tarkasteluun sekä oman toiminnan aktiiviseen reflektointiin. Tutkimuksen yhtenä tavoitteena oli, että aikuinen tutkisi itseään tunnetaitojen oppimisympäristönä ja tähän toivon tutkimukseni kannustavan. Jäin pohtimaan aikuisen koulutustaustan ja työkokemuksen vaikutusta siihen, miten hän ymmärtää oman esimerkinsä ja mallina olemisensa merkitystä tunnetaitojen opettajana. Tätä olisi mielenkiintoista tutkia tarkemmin varhaiskasvatuksen yhteisöissä, joissa työskennellään monilla erilaisilla koulutustaustoilla. Jatkotutkimuksena kiinnostava olisi myös tutkia

varhaiskasvatuksen kontekstissa tunnetaitoja pedagogisena toimintatapana; toteutuuko tunnetaito-opetus arjessa suunnitellusti ja miten arviointi toteutetaan?

5.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuutta tarkastellaan läpi tutkielman. Oma positioni tässä tutkimuksessa on syytä vielä tuoda esille: olen myös itse valmistunut Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajaksi, joten minulla on vahva esiymmärrys tutkimastani ilmiöstä. Tämä on tiedostettu jo tutkimusta suunniteltaessa ja kysely laadittiin niin, että se sisältää vain avoimia kysymyksiä, joihin vastaaminen edellyttää kuvaamista ja tutkittavan oman näkemyksen sekä kokemuksen avaamista. Tällä on vältetty hallitseman subjektiivisuus, joka pyrkii vahvistamaan omia ennakkoletuksia (Ronkainen ym., 2020). Oman subjektiivisuuden tunnistamisella ja sen esiin nostamisella voidaan tavoitella laadullisen tutkimuksen objektiivisuutta (Aaltio & Puusa, 2020).

Aineiston analyysissä lähdin liikkeelle aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä, jonka selostin luvussa 3. Analyysin edetessä tehtyjä luokitteluja ja ryhmittelyjä sekä päättelyketjuja on esitelty luvussa 3, jossa lisäksi tutkimuksen menetelmät on avattu (Aaltio & Puusa, 2020).

Tutkimuksen kohde on tunnetaitojen opetus. Ilmiö on merkityksellinen, koska ohjaavat asiakirjat, Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) ja Valtakunnallinen esiopetussuunnitelman perusteet (2014) määrittelevät tunnetaitojen opettamisen varhaiskasvatuksen tehtäviin. Tarve tunnetaidoille ilmenee päiväkotien arjessa ja viime vuosina on tullut tarjolle runsaasti erilaisia lisäkoulutuksia aiheeseen sekä paljon julkaistua materiaalia tunnetaitojen parissa työskentelyyn. Ilmiö on luonnollisesti hyvin lapsikeskeinen ja yleisesti esitetään neuvot ja ohjeet, miten lasten kanssa toimitaan tilanteissa. Tämä tutkimus pyrkii tuomaan esiin näkökulmaa, jossa aikuisen toimintamallin merkitystä korostetaan ja nostetaan esille aikuisen omien tunnetaitojen harjaannuttamisen tärkeys. Tästä syystä kohderyhmäksi valikoitui jo ammatissaan työskennelleet ja tunnetaito-ohjaajiksi lisäkouluttautuneet ammattilaiset. Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajan koulutus pohjaa vahvasti aikuisen omaan prosessiin tunnetaidoissa ja kyselyn kohderyhmällä on kokemusta tunnetaito-ohjaamisesta.

Tutkimukseni on tärkeä, koska se tuo esiin tunnetaitoja opettaneiden ammattilaisten näkökulmaa aikuisen merkityksestä tunnetaitojen opettajana.

Vaikka tutkimukseni aineisto on kerätty Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaajilta, katson että se tuo näkyväksi tutkittavan ilmiön luonnetta myös laajemmin. Tutkimuskohteen valinta perustuu aiemmin mainitusti omaan vahvaan mielenkiinnon kohteeseeni: aikuinen osana oppimisympäristöä. Oma näkemykseni on, että erityisesti varhaiskasvatuksen kontekstissa aikuisen reflektiivisen ja alati oppivan sekä pohtivan asenteen ja työtavan tulisi olla jatkuvaa ja näkyvää. Tutkimuksen kohdejoukko on myös valittu vastaamaan tutkimukseni kysymyksenasettelua.

Oma esiyymmärrys tutkittavasti ilmiöstä on syytä tunnistaa (Aaltio & Puusa, 2020). Analyysivaiheessa pyrinkin katsomaan aineistoa siellä ilmenevien ilmaisujen ja käsitteiden kautta. Esitin itselleni toistuvasti kysymyksiä, kuten: ”mitä itselleni yllättävää ilmenee?”, ”mitä ei ilmene?” tai ”mitä yhtäläisyyksiä/eroavaisuuksia ilmenee?”. Näin pyrin tarkastelemaan kriittisesti omaa näkemystäni ja omaa esitietoaani. Tutkimustuloksia esiteltäessä on nostettu esiin lainauksia, joiden avulla tuon päättelyketjuani näkyväksi.

Aineiston keruu ja tutkimuksen tiedonantajat on selostettu luvussa 3.3. (Tuomi & Sarajärvi 2018).

LÄHTEET

- Aaltio, I. & Puusa, A. (2020). Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät* (s. 177 – 188). Gaudeamus.
- Ahonen, L. (2015). *Varhaiskasvattajan toiminta päiväkodin haastavissa kasvatustilanteissa*. Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopisto.
- Ahonen, L. (2017). *Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja*. PS-kustannus.
- Ahonen, L. (2022). Lapsen lämmin kohtaaminen haastavissa kasvatustilanteissa. Teoksessa E. Kataja (toim.) *Lumoudu lapsesta! Artikkeleita arkipedagogiikasta* (s. 68 – 80). [LUMOUDU LAPSESTA \(hameenlinna.fi\)](https://hameenlinna.fi)
- Avola, P. & Pentikäinen, V. (2019). *Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja*. Beehappy Publishing.
- Esiopetussuunnitelman perusteet (2014).
[esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.pdf \(oph.fi\)](https://oph.fi)
- Fernandez-Hawrylak, M., Heras-Sevilla, D. & Serano A. C. (2020). *Evaluation of the effectiveness of the emotional education program EMO-ACTION within a preschool setting*. DOI: 10.15581/004.39.87-107 / ESTUDIOS SOBRE EDUCACIÓN / VOL. 39 / 2020 / 87-107.
- Hellsten, E. & Pihlaja, P. (1999). Päiväkodin hoidolliset mahdollisuudet. Teoksessa J. Sinkkonen & P. Pihlaja (toim.) *Ulos umpikujasta. Miten auttaa tunnehäiriöistä lasta?* (s. 56 – 72). WSOY.
- Hietanen, J., Glerean, E., Hari, R. & Nummenmaa, L. (2016). *Bodily maps of emotions across child development*. *Developmental science* 19:6 (2016). DOI: 10.1111/desc.12389.

- Hintikka, J. (2016). *Sopeutumattomien oppilaiden tunne- ja itsesäätelytaitojen kehittyminen: oppilaiden ja opettajien kokemuksia Aggression portaat -interventiosta*. Akateeminen väitöskirja, Turun yliopisto.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2018). *Tutki ja kirjoita*. Tammi.
- Jääskinen, A.-M. & Pellicioni, S. (2020). *Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunteita tukeminen*. Lastenkeskus ja kirjapaja Oy.
- Kalland, M. (2011). Päivähoito kiintymyssuhdeteorian valossa. Teoksessa J. Sinkkonen & M. Kalland (toim.) *Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen*. (s. 147 – 171). WSOYpro Oy.
- Kansallinen koulutuksen arviointikeskus (2020). *Varhaiskasvatuksen laatu arjessa. Varhaiskasvatussuunnitelmien toteutuminen päiväkodeissa ja perhepäivähoidossa*. Tiivistelmät 7:2020. [KARVI_T0720.pdf](#)
- Leskisenoja, E. (2016). *Vuosi koulua, vuosi iloa. PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytännöt kouluiloin edistäjinä*. Akateeminen väitöskirja, Lapin yliopisto.
- Lindeberg-Piiroinen, A. & Ruokolainen, I. (2017). Lapsi ja musiikki. Teoksessa A. Lindeberg-Piiroinen & I. Ruokolainen (toim.) *Musiikki varhaiskasvatuksessa* (s. 63 – 141). Classicus oy.
- Matilainen, M. & Puustinen, M. (2021). *Maltili ja Sinni, harjoitteita itsesäätelytaitojen oppimiseen*. PS-kustannus.
- Mäntymaa, M. & Puura, K. (2011). Varhainen vuorovaikutus ja aivojen kehitys. Teoksessa J. Sinkkonen & M. Kalland (toim.) *Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen* (s. 17 – 27). WSOYpro Oy.
- Nummenmaa, L. (2006). Emootiotutkimuksen menetelmät. Teoksessa H. Hämäläinen, M. Laine, O. Aaltonen & A. Revonsuo (toim.) *Mieli ja aivot. Kognitiivisen neurotieteen oppikirja* (s. 71 – 78). Kognitiivisen neurotieteen tutkimuskeskus, Turun yliopisto.
- Nummenmaa, L. (2006). Kognitio ja emootio. Teoksessa H. Hämäläinen, M. Laine, O. Aaltonen & A. Revonsuo (toim.) *Mieli ja aivot. Kognitiivisen neurotieteen oppikirja* (s. 301 – 310). Kognitiivisen neurotieteen tutkimuskeskus, Turun yliopisto.
- Nummenmaa, L. (2010). *Tunteiden psykologia*. Tammi
- Oiva-Kess, A. & Kronqvist, E.-L. (2021). *Miten minusta tulee minä. Opas varhaislapsuuteen*. Into Kustannus Oy.

- Paakkanen, M. (2022). *Empatian voima työssä*. WSOY.
- Payton, J., Weissberg, R., Durlak, J., Dymnicki, A., Taylor, R., Schellinger, K. & Pachan, M. (2008). *The positive impact social and emotional learning for kindergarten to eighth-grade students*. CASEL. [The Positive Impact of Social and Emotional Learning for Kindergarten to Eighth-Grade Students: Findings from Three Scientific Reviews \(tuni.fi\)](#)
- Pihlaja, P. (1999). Työntekijä ja lapsi. Teoksessa J. Sinkkonen & P. Pihlaja (toim.) *Ulos umpikujasta. Miten auttaa tunnehäiriöistä lasta?* (s. 135 – 153). WSOY.
- Puusa, A. (2020). Näkökulmia laadullisen aineiston analyysiin. Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät* (s. 145 – 156). Gaudeamus.
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. (2020). *Tunnetaitojen käsikirja. Askeleittain etenevä tunnetaito-ohjelma lapselle ja aikuiselle*. Kustannus Mäkelä Oy.
- Ranta, S. (2020). *Positiivinen pedagogiikka suomalaisessa varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa*. Akateeminen väitöskirja, Lapin yliopisto.
- Repo, L. (2015). *Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy*. PS-kustannus.
- Riihonen, R., Koskinen, M. & Piitulainen, M. (2020). *Kuinka kiukku kesytetään? Lasten aggressiokasvatus*. PS-kustannus.
- Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. (2020.) *Tutkimuksen voimasanat*. Sanoma Pro Oy.
- Saarinen, S. (2020). Piupalipotti. *Vakautta ja virtaa vireystilojen ja tunteiden säätelystä*. MeTree Educating Oy.
- Sainio, T., Pajulahti, R. & Sajaniemi, N. (2020). *Näin tuet lapsen itsesäätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa*. PS-kustannus.
- Sajaniemi, N., Suhonen, E., Nilsin, M. & Mäkelä, J. (2015). *Stressin säätely. Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin*. PS-kustannus.
- Sandberg, E. (2021). *Pedagoginen tuki perusopetuksessa ja toisella asteella*. PS-kustannus.
- Seppänen, M. (2021). *Tunnetaidot voimavarana. Opas sosiaali- ja terveysalalle*. PS-kustannus.
- Siira, J. & Saarinen, M. (2021). *Tunteet kehossa. Ymmärrä mitä kehosi kertoo*. Kirjapaja.

- Sinkkonen, J. (2019). *Kiintymyssuhteet elämänkaaressa*. Duodecim.
- Tamminen, T. (2011). Lapsen ja lapsuuden puolestapuhuja. Teoksessa J. Sinkkonen & M. Kalland (toim.) *Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen* (s. 287 – 289). WSOYpro Oy.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja analyysi*. Tammi.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022). [Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteet | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)
- Veijalainen, J. (2020). *Lasten itsesäätely lasten kuvaamien hallintakeinojen ja tunneilmaisun näkökulmasta*. Kasvatustieteellisiä tutkimuksia, numero 93. Yliopistopaino, Helsinki.
- Vilka, H. (2015). *Tutki ja kehitä*. PS-kustannus.

LIITTEET

- 1) Miten määrittelisit tunnetaidot?
- 2) Millaisissa tilanteissa tunnetaitoja tarvitaan?
- 3) Millaisiksi määrittelisit hyvän tunnetaito-ohjaajan ominaisuudet?
- 4) Miten kuvailisit tunnetaito-ohjaajan omien tunnetaitojen merkitystä?
- 5) Onko työssäsi/työpaikallasi tekijöitä, joiden vuoksi tunnetaito-ohjaamisen toteuttaminen on haastavaa/vaikeaa? Millaisia?
- 6) Onko työssäsi/työpaikallasi tekijöitä, jotka edistävät tunnetaito-ohjaamista? Millaisia?
- 7) Millaisia vaikutuksia olet havainnut tunnetaito-ohjaamisella olevan lapsiin?
- 8) Mikä on sinulle merkityksellisintä tunnetaito-ohjaajuudessa?