



Luomajoki Mia & Saartoala Marjaana

Varhaiskasvatuksen opettajan sensitiivinen vuorovaikutus lapsen tunnesäätelyn tukena

Kandidaatin tutkielma  
KASVATUSTIETEIDEN JA PSYKOLOGIAN TIEDEKUNTA  
Varhaiskasvatus  
2023

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunta

Varhaiskasvatuksen opettajan sensitiivinen vuorovaikutus lapsen tunnesäätelyn tukena (Luomajoki

Mia & Saartoala Marjaana)

Kandidaatin tutkielma, 33 sivua

Marraskuu 2023

Tämä kandidaatintutkielma käsittelee lasten tunnesäätelyä ja sitä, miten varhaiskasvatuksen opettaja voi työssään tukea lapsen tunteiden säätelyä sensitiivisellä vuorovaikutuksella. Kyseinen aihe on valittu ammatillisen kiinnostuksen ja ajankohtaisuuden vuoksi. Lasten tunnesäätelyn haasteita ja niiden seurauksia näkyy paljon yhteiskunnallisesti ja niistä kirjoitetaan artikkeleita niin tieteellisissä kuin ammatillisissa lehdissä. Julkisessa keskustelussa käydään paljon läpi lasten aggressiivisuutta, vaikeuksia säädellä tunteita, keinoja vanhemmuuteen, tunnetaitojen opettamista ja oppimista vuorovaikutuksessa sekä negatiivisten ja yleisestikin tunteiden hyväksymistä. Tutkielma on vahvasti yhteydessä varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (OPH, 2022) kanssa.

Tutkimusmenetelmänä tässä tutkielmassa on käytetty kirjallisuuskatsausta. Tutkielman ilmiötä on tarkasteltu monipuolisesti kotimaisia ja kansainvälisiä lähteitä hyödyntäen.

Teorialähteiden tutkimustulokset olivat hyvin samansuuntaisia – opettajan sensitiivinen vuorovaikutus heijastuu suoraan lapsen tunnesäätelytaitoihin ja sitä kautta laajemmin lapsen akateemisten taitojen kehittymiseen ja kouluvalmiuteen vahvistavasti.

Avainsanat: tunnetaidot, tunnesäätely, sensitiivisyys, vuorovaikutus, tunnesäätelykeinot, varhaiskasvatuksen opettaja, varhaiskasvatus

## Sisällys

1 Johdanto .....	4
2 Tutkimuksen toteutus .....	7
2.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymys .....	7
2.2 Aiemmat tutkimukset .....	7
2.3 Tutkimusmenetelmä .....	9
2.4 Yhteistutkijuus.....	11
3 Lapsen tunnesäätely ja opettajan sensitiivinen vuorovaikutus .....	12
3.1 Lapsen tunnesäätely .....	12
3.2 Opettajan sensitiivinen vuorovaikutus .....	14
4 Varhaiskasvatuksen opettajan ammattitaito ja pedagogiset keinot tunnesäätelyn tukena.....	17
4.1 Varhaiskasvatuksen opettajan antama vuorovaikutusmalli .....	17
4.2 Turvallisen ja sensitiivisen ilmapiirin vaikutus .....	18
4.3 Sensitiivinen vuorovaikutus tunnesäätelyn tukena .....	19
4.4 Ammattitaidon ja pedagogisten keinojen merkitys .....	21
5 Yhteenveto ja pohdinta .....	24
5.1 Tutkimusprosessi.....	24
5.2 Luotettavuus ja eettisyys .....	26
5.3 Yhteenvetoa tuloksista.....	27
5.4 Jatkotutkimusideat.....	28
Lähteet.....	30

## 1 Johdanto

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (Opetushallitus [OPH], 2022) mukaan varhaiskasvatuksen tavoitteena on lapsen suotuisan kasvun ja kehityksen tukeminen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Lisäksi kiinnitetään huomiota kehittävään, oppimista edistävään, terveelliseen ja turvalliseen oppimisympäristöön turvaten lasta kunnioittava toimintatapa tukien ja vahvistaen lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja vertaisryhmässä (OPH, 2022; Varhaiskasvatuslaki 540/2018 3§). Varhaiskasvatuslaki määrittelee varhaiskasvatuksen tarkoittavan lapselle suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti toteutettavaa kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostamaa kokonaisuutta, jossa painotetaan erityisesti pedagogiikkaa (Varhaiskasvatuslaki 540/2018 2§). Varhaiskasvatuksen opettajan kelpoisuusvaatimukset määritellään myös laissa (Varhaiskasvatuslaki 540/2018 26§ ja 27§).

Karvin arviointijulkaisun (2018) mukaan varhaiskasvatuksen arvopohja ja lainsäädäntö korostavat lapsen ja aikuisen sensitiivisen vuorovaikutuksen merkitystä lapsen myönteiselle kehitykselle ja oppimiselle sekä lapsen elämälle tässä ja nyt. Lainsäädäntö korostaa lisäksi turvallisuutta ja pysyvyyttä. Keskiössä ovat sensitiivisen kohtaamisen vaikutukset lapsen emotionaaliselle ja kognitiivisille tarpeille lasten näkökulmat ja aloitteet huomioiden. Sensitiivisen vuorovaikutuksen keinoin voi tukea lasten suotuisaa kehitystä ja oppimista. Vuorovaikutuksen laadulla on myönteinen merkitys lapsen myöhemmälle sosiaalisten ja akateemisten taitojen kehitykselle sekä motivaatiotekijöihin (Vlasov ym., 2018).

Tässä tutkielmassa olemme kiinnittäneet huomioita erityisesti päiväkodissa toteutuvaan varhaiskasvatukseen, joka on tämän hetken perusteella yleisin varhaiskasvatuksen toimintamuoto Suomessa. Varhaiskasvatuksen henkilöstö koostuu eri koulutustaustaisista ammattilaisista lapsiryhmissä ja usein heistä käytetään nimitystä varhaiskasvatuksen tiimi. Varhaiskasvatuksen opettajalla on pedagoginen vastuu ryhmän toiminnasta. Lähdekirjallisuudessa puhutaan usein sekä opettajista että kasvattajista tai yleisimmin aikuisista ryhmässä. Tässä tutkielmassa näkökulmana on varhaiskasvatuksen opettajan näkökulma, vaikka sensitiivisyys ja lämmin vuorovaikutustyyli tulee olla jokaisen varhaiskasvatuksessa työskentelevän syvintä ammatillisuutta ja osaamista. Varhaiskasvatuspäivän aikana lapsi kokee paljon erilaisia vuorovaikutus- ja tunnesäätelytilanteita,

joista selvittääkseen lapsi tarvitsee näiden taitojen opettelua vuorovaikutuksessa sensitiivisen aikuisen kanssa.

Koivuniemi ja kumppanit (2021) toteavat, että tunteet viestivät kokemuksista, joita herää vuorovaikutuksessa, ja ne ilmenevät subjektiivisina kokemuksina, kehollisina reaktioina ja tunteiden ilmaisemisen tapoina. Tunteiden erilaisuus riippuu tilanteista, joissa niitä koetaan. Tunteisiin voi vaikuttaa kokijan aivo- ja hermostorakenne, valmiudet ja kyvyt käsitellä sekä kohdata heränneitä tunteita. Tunteiden säätelytaidot ovat kykyä tunnistaa, käsitellä ja säädellä omia tunteita ja niiden aiheuttamia reaktioita. Varhaiskasvatusympäristö on lapselle turvallinen oppimisympäristö tunteiden säätelylle, koska aikuisen sensitiivinen läsnäolo ja tuki mahdollistavat tunteiden säätelyn harjoittelun (Koivuniemi, Kinnunen, Mänty, Järvenoja & Näykki, 2021).

Tämän tutkielman aihe on ajankohtainen ja kiinnostaa meitä kumpaakin ammatillisesta näkökulmasta. Lasten tunne-elämän säätelystä, tunnetaitojen opettamisesta, kaikenlaisten tunteiden hyväksymisestä ja niiden oppimisesta vuorovaikutuksessa toisten kanssa sekä näiden merkityksestä kirjoitetaan artikkeleissa (Sarasti & Arosilta, 2020; Laaninen, 2021; Laaninen, 2023) ja käydään julkista keskustelua esimerkiksi vanhemmuuden tukemiseksi (Pelo, 2023). Aiheesta löytyy myös ajankohtaisia podcasteja (esim. Sormunen, 2017).

Lukemiemme tutkimusten sekä teoreettisen tiedon pohjalta olemme huomanneet työssämme varhaiskasvatuksessa varhaisen vuorovaikutuksen olevan merkittävässä roolissa lapsen tunnetaitojen ja tunnesäätelyn kehitykselle niin varhaiskasvatuksessa kuin kotona. Olemme huomioineet tässä tutkielmassa myös jonkin verran vanhemmuuden merkitystä lasten tunnesäätelyn kehityksessä ja myös aiempien tutkimusten tuloksissa korostui lapsen kokema varhainen vuorovaikutus huoltajien kanssa.

Tunnetaitoihin liittyvää ammatillista opetuskirjallisuutta ja lasten kirjoja on runsaasti saatavilla, mutta halusimme tässä tutkielmassamme syventyä tarkemmin varhaiskasvatuksen opettajan sensitiivisen vuorovaikutuksen merkitykseen lapsen tunnesäätelyssä aiheesta tehtyjen tutkimusten kautta. Tästä tutkielmasta on hyötyä varhaiskasvatuksen opettajana toimiville ja sitä kautta myös lapsille tunnesäätelytaitojen kehittymisen kannalta. Aikaisempia tutkimuksia aiheesta ovat muun muassa Rannan (2020) tutkimus sensitiivisenä opettajana toimimisesta sekä Ahosen (2015) tutkimus haastaviin kasvatustilanteisiin sitoutumisesta laadukkaalla vuorovaikutuksella. Veijalaisen (2020) tutkimus puolestaan kohdistuu lasten itsesäätelytaitoihin, Köngäksen tutkimus (2018) lasten

tunnesäätelyyn ja Männyn ja kumppaneiden (2020) tutkimusaineisto tarkastelee aikuisten vaikutusta lasten tunneilmaisuuun. Näissä kaikissa tutkimuksissa käydään laajemminkin läpi tunnesäätelyyn ja laadukkaaseen vuorovaikutukseen liittyviä teemoja.

## **2 Tutkimuksen toteutus**

### **2.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymys**

Tämän tutkielman tavoitteena oli etsiä tieteellisen tiedon pohjalta tietoa sekä pedagogisia ja konkreettisia keinoja, joilla varhaiskasvatuksen opettaja voi tukea lasten tunnesäätelyn kehitystä omalla sensitiivisellä vuorovaikutuksellaan ja toiminnallaan. Tutkielman tavoitteena oli myös tarkastella mitä lapsen tunnesäätelyä ja sensitiivisestä vuorovaikutuksesta on jo tutkittu ja täten löytää teoriapohjaa tutkimuskysymykseen ja ajantasaiselle tiedolle. Tutkimus toteutui kirjallisuuskatsauksena.

Tämän tutkielman tutkimuskysymys on:

Miten varhaiskasvatuksen opettaja voi tukea lapsen tunnesäätelyä sensitiivisellä vuorovaikutuksella?

### **2.2 Aiemmat tutkimukset**

Tutkimussuunnitelmaa tehdessämme löysimme aiheesta teoreettista lähdekirjallisuutta jonkin verran. Kandidaatin tutkielmia ja pro gradu -tutkimuksia on tehty tunnesäätelyn aiheesta useita. Tässä tutkielmassa olemme käyttäneet kirjallisuuskatsauksessa muun muassa Veijalaisen (2020), Köngäksen (2018), Kurjen (2017) ja Ahosen (2015) väitöskirjoja. He ovat tutkineet lasten itsesäätelyä, tunneälytaitoja ja tunnesäätelyä.

Veijalaisen (2020) väitöstutkimus tarkastelee lasten itsesäätelytaitojen yhteyttä heidän itse kuvailemiinsa säätelyn hallintakeinoihin ja tunneilmaisuihin varhaiskasvatuksessa. Tutkimustulokset osoittavat, että itsesäätelytaidoilla on merkittävä vaikutus niin empatiakykyyn, kognitiivisiin, motorisiin kuin kielellisiin taitoihin. Myös turvallisen kiintymyssuhteen syntyminen oli yleisempää lapsilla, joilla oli paremmat itsesäätelytaidot. Tutkimustulokset osoittavat myös selvän yhteyden heikkojen tunnesäätelytaitojen ja erityisen tuen tarpeen välillä. Heikot itsesäätelytaidot voivat tutkimustulosten mukaan aiheuttaa haastavien tilanteiden välttelyä heikentäen lapsen minäpystyvyyttä ja lähikehityksen vyöhykkeellä tapahtuvaa oppimista. Itsesäätelytaitojen

vahvistaminen vaatii varhaiskasvatuksen henkilöstöltä ymmärrystä lasten itsesäätelytaitojen monimuotoisuudesta ja siitä, että heikot itsesäätelytaidot heijastuvat väistämättä myös muiden taitojen oppimiseen (Veijalainen 2020, luku 6).

Köngäs (2018) on puolestaan tutkinut väitöstutkimuksessaan lasten tunneälyn näyttäytymisestä varhaiskasvatuksessa ja tutkimustulokset osoittivat, että tunneälytaidot ovat vahvasti läsnä lasten emotionaalista kehitystä varhaiskasvatuksen arjessa. Lapsi, joka ei tunnista tai hyväksy omia tai toisten tunteita, saattaa herkästi kokea tunnesäätelyn ylilyöntejä. Lapsi tarvitsee aikuisen turvallisen vuorovaikutuksen tunnesäätelynsä tueksi, jotta hän voi itse oppia säätelemään tunteitaan suotuisalla tavalla. Tunnesäätelytaitojen kehitykselle merkitystä on myös arjen strukturilla ja loogisilla ryhmsäännöillä, etenkin ns. vapaan leikin aikana varhaiskasvatuksen kontekstissa. Lapsen jatkuva valppaana olo ja meluisa ympäristö lisäävät aggressiivisuuteen ja hyperaktiivisuuteen liittyvää stressihormonin tuotantoa kehossa. Lapsi, joka siis vasta harjoittelee tunteiden säätelyä, häiriintyy herkemmin ympäröivistä häiriötekijöistä, etenkin jos aikuinen ei ole tukemassa ja sanoittamassa tunteita (Köngäs, 2018, luku 13). Tunnesäätelyn keskus etuotsalohkolla kypsyy hitaasti jopa nuoruuteen saakka, joten on tärkeää, että lapsella on tilaisuuksia harjoitella omaa tunnesäätelyään päivittäin turvallisessa vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa. Suuri merkitys on myös sillä, tiedostaako aikuinen itse omat tunteensa ja osaako hän sanoittaa niitä ääneen. Aikuisten eleettömyys ja tunteiden teeskentely luo lapselle epävarmuutta ja epäuskoa omiin tunnesäätelytaitoihinsa (Köngäs, 2018, luku 14).

Kurki (2017) on tutkinut väitöstutkimuksessaan varhaiskasvatusikäisten lasten tunnesäätelyä ja siihen liittyviä tilannetekijöitä. Tunnesäätely vaatii varhaiskasvatuksen opettajalta ymmärrystä sekä itsesäätelyprosesseista että opettajan oman toiminnan vaikutuksista näiden taitojen kehittymiseen lapsella. Opettajan sensitiivinen, läsnä oleva vuorovaikutus auttaa lasta tunnesäätelyn prosesseissa. Tutkimustulosten mukaan opettajat suuntasivat tukensa useimmiten haastavien tilanteiden ratkomiseen kuin varsinaisten tunteiden käsittelyyn, sanoittamiseen ja säätelyyn yhdessä lapsen kanssa. Varhaiskasvatuskonteksti on tutkimuksen mukaan oiva paikka lapselle harjoitella tunnesäätelyä yhdessä turvallisen ja sitoutuneen aikuisen kanssa (Kurki, 2017, luku 6).

Ahonen (2015) tarkastelee väitöskirjassaan varhaiskasvattajan toimintaa ja vuorovaikutuksen merkitystä päiväkodin haastavissa tilanteissa ja nostaa esille useita pedagogisia keinoja tukea lapsen tunnesäätelyä. Ahonen näkee myös varhaiskasvattajan sensitiivisen vuorovaikutuksen olevan tärkeä tuki lapselle haastavissa tilanteissa. Varhaiskasvattajan lämmin vuorovaikutus rohkaisee lasta



vastavuoroisuuteen lisäten lapsen herkkyyttä tulkita tilanteita. Ahonen uskoo sensitiivisen aikuisen olevan kykenevä tavoittamaan lapsen kokemuksen ja tunnetilan (Ahonen, 2015, luku 9).

Mänty ja kumppanit (2022) toteavat tutkimusartikkelissaan, että lasten itsesäätelyn taidot vaativat aikuisen luomaa positiivista, lämmintä ja sensitiivistä tunneilmapiiriä, jossa tunteita saa tuntea, niitä sanoitetaan ja tunnistetaan sekä opetellaan käsittelemään niitä. Vaikka tunnesäätelyyn liittyvää materiaalia on paljon tarjolla, kuten tunnekortteja, tunnetaitokirjoja ja taiteisiin liittyviä tunteidensäätelymenetelmiä, materiaali ei aina ole tutkimusperustaiseen teoriatietoon pohjautuvaa. Myös opettajilta puuttuu tutkimustulosten mukaan pedagogista osaamista kohdata lasten tunneryöpyt eivätkä he aina edes tunnista arjessa tilanteita, joissa lapsi tarvitsisi tukea tunnesäätelyynsä (Mänty, Kinnunen, Rinta-Homi & Koivuniemi, 2022) Opettajan arvot, tietämys ja taidot sekä oma tunteidenhallinta heijastuvat suoraan niin vuorovaikutuksen laatuun lapsiryhmässä kuin opettajan omaankin henkiseen hyvinvointiin ja stressitasoon, todetaan sekä Männyn ja kumppaneiden (2022) tutkimuksessa että Koivulan ja Huttusen (2018) artikkelissa.

### **2.3 Tutkimusmenetelmä**

Tämä tutkielma toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Salmisen (2011) mukaan kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yleisimmin käytetty yleiskatsaus aiheeseen ilman tiukkoja ja tarkkoja sääntöjä. Aineistot ovat laajoja eikä niiden valintaa rajaa metodiset säännöt. Tutkittavaa ilmiötä kuvataan laaja-alaisesti ja tutkittavan ilmiön ominaisuudet voidaan tarvittaessa luokitella. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus toimii itsenäisenä, mutta tarjoaa myös uusia tutkittavia ilmiöitä systemoituun kirjallisuuskatsaukseen. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus, eli yleisimmin narratiivinen kirjallisuuskatsaus, antaa laajan kuvan käsiteltävästä aiheesta pyrkien helppolukuisen lopputulokseen. Narratiivinen yleiskatsaus tiivistää aiemmin tehtyjä tutkimuksia kuvailevasti ja yhteenveto on ytimekästä sekä johdonmukaista. Tutkimusaineisto ei ole käynyt läpi erityisen systemaattista seulaa vaan katsaus voi olla jopa kriittistä. Tieteellinen kirjallisuus ei pysy ajantasaisessa tiedossa, joten tarvitaan narratiivisen kirjallisuuskatsauksen tuottamaa uusinta tutkimustietoa (Salminen, 2011).

Tutkimusmenetelmänä kirjallisuuskatsaus on siis aineiston monipuolista etsimistä ja lukemista, mutta myös aiheen rajaamista ja validien aineistojen löytämistä. Halusimme löytää mahdollisimman uutta ja ajantasaista tietoa. Etsimme tietoa erityisesti väitöskirjoista, vertaisarvioiduista

tutkimusartikkeleista ja kansainvälisistä lähteistä. Hyödynsimme myös ohjaavia asiakirjoja, kuten varhaiskasvatussuunnitelman perusteita (OPH, 2022), varhaiskasvatustakia (540/2018) sekä Karvin arviointiraportin tuloksia (Vlasov ym., 2018). Hakusanoina aineistoa etsiessämme käytimme mm. tunnetaidot, tunnesäätely, varhaiskasvatus, tunnesäätelykeinot, lapset, varhaiskasvatuksen opettaja sekä englanniksi mm. emotional skills, emotional self-regulation, early childhood education, means of emotional regulation, children, teacher of early childhood education, emotional understanding. Tiedonhakukantoina käytimme Oula-Finnia sekä mm. Ebscon, Ericin, Google Scholarin ja ProQuestin tietokantoja.

Niikon (2018) mukaan tiedon muuttuessa tarvitaan kriittistä tarkastelua. Tämä tapahtuu asioita analysoimalla, kyseenalaistamalla ja niiden pohjalta uutta tietoa luomalla omaa ajattelua hyödyntäen. Opettajan työhön kohdistuvan tutkimuksen myötä voi kehittää itseään ja työtään luoden omia käyttöteorioita. Lisäksi tällainen opettajan työhön kohdistuva tutkimus auttaa ymmärtämään opettamisen ja kasvattamisen sekä oppimisen ja kasvamisen laatua. Tutkimus on luonnollinen osa opettajan työtä ja ammatillisuutta. Kvalitatiivinen tutkimus on enemmän ilmiöiden tutkimista ja merkitysten ymmärtämistä suhteessa kokemukseen ja toimintaan (Niikko, 2018).

Hakalan (2018) mukaan ajattelu on metodisena taitona on ensisijainen ja edellyttää aineistonkeruuta. Paras menetelmä taitavalle päättelylle on hyvä ja laadukas lähdekirjallisuus. Tieteellinen tutkimus vaatii aineistoa ja hyvän tutkimuksen saa aikaan vain hyvällä aineistolla. Hyvään lopputulokseen päästäkseen tekijän on osattava hyödyntää aineiston kätkemää informaatiota. Hyvässä tutkimuksessa on myös tutkijan omaa luovaa oivaltamista. Tärkeää on, mitä aineistosta on saanut irti ja millaisiin johtopäätöksiin tulkinnat yltävät. Tutkimuksen vaarana on saada aikaan lopputuloksena julistus, jos tutkijan tunteet sekoittuvat tutkimuksen tekemiseen. Kvalitatiivinen tutkimus antaa mahdollisuuden luovaan soveltamiseen. Tutkija voi lukea, syventyä ja selkeyttää ajatuksiaan vielä tutkimusta tehdessä. Tutkimuksen aineiston tulisi mahdollistaa yleisen tilanteen sekä yksittäistapausten tarkastelemisen (Hakala, 2018).

Metsämuuronen (2011) toteaa kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen perustuvan pitkälti tutkijan omaan intuitioon, tulkintaan, järkeilykykyyn ja päätelmiin samoista aineistoista. Tutkimusta voi olla vaikea määritellä selvästi, koska sillä ei ole omaa paradigmaa (kunkin tieteenalan yleisesti hyväksytty viitekehys ja oppirakennelma eli perususkomus) ja teoriaa. Tutkittavasta aiheesta pyritään kokoamaan monipuolisesti tietoja, pyrkimyksenä ymmärtää syvällisemmin ilmiötä. Laadullinen

tutkimus on tapaustutkimusta. Erot ovat tiedonhankinnan strategioissa, kuinka tieto hankitaan ja mikä on tutkimuksen kohde (Metsämuuronen, 2011).

Luukan (2002) mukaan tieteelliseen kirjoittamiseen ei riitä, että osaa kirjoittaa tekstiä tieteellisesti ja merkitä oikein lähdeviittaukset. Tieteellisyys syntyy tutkimuksen lopputuloksesta ja merkityksien rakentamisesta. Teksti kertoo tieteellisten menetelmien avulla hankitusta tiedosta. Tyypillistä on ilmiöiden kuvaus ja selittäminen käsitteiden sekä määritelmien kautta. Hyvä teksti on käsitteiltään yksiselitteistä. Referoinnin avulla osoitetaan mitä ilmiöstä on tiedossa, mikä on tuttua, testattua ja mikä selvittämättä. Väitteitä tulee kyseenalaistaa ja perustella. Tuloksia ei kannata esittää omina lopullisina tieteellisinä tuloksina, vaan lieventäen. Tietoa voi aina tutkia uudestaan sen muuttuessa (Luukka, 2002).

## **2.4 Yhteistutkijuus**

Tämä tutkielma on tehty parityönä, jolloin yhteistutkijuus on ollut tärkeässä roolissa koko tutkimusprosessin ajan. Eskolan ja Suorannan (1998) mukaan yhteistutkijuuden keskeisiä teemoja ovat muun muassa yhteisten toimintatapojen löytäminen tutkimusprosessiin huomioiden molempien tutkijoiden vahvuudet (Eskola & Suoranta, 1998). Sekä Eskola (1998) että Tuomi (2018) kumppaneineen toteavat, että tutkimuksen luotettavuus lisääntyy, kun tutkimusta tehdään kahden tai useamman tutkijan toimesta, eli voidaan puhua tutkijatriangulaation käsitteestä. Tutkijat tuovat oman näkökulmansa yhteiseen keskusteluun ilmiöstä ja tutkimuksen luonne syvenee, kun esimerkiksi aineiston analyysiä tarkastellaan kahden tutkijan silmin (Eskola & Suoranta 1998; Tuomi & Sarajärvi 2018). Saaranen- Kauppisen ja Puusniekan (2009) mukaan yhteistutkijuus voi parhaimmillaan olla antoisaa, tutkimusta rikastavaa, kun tutkijapari voi yhdessä jakaa ajatuksia ja näkökulmia aineiston tulkintaan ja analyysiin. Yhteistutkijuus voi tuoda myös omat haasteensa ja hidasteensa, jos tutkijoiden ajatusmaailmat eivät kohtaa tai esimerkiksi kirjoittamisen suhteen on kovinkin eriävät mielipiteet (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2009, luku 2.3.2).

### 3 Lapsen tunnesäätely ja opettajan sensitiivinen vuorovaikutus

#### 3.1 Lapsen tunnesäätely

Aro (2014) toteaa, että lapsen tunnesäätelytaidoilla tarkoitetaan lapsen sosiaalis-emotionaalista taitoa säädellä omia tunteitaan, motivaatiotaan, halujaan, käyttäytymistään sekä suoritustaan, tarkkaavaisuuttaan, impulssejaan ja ajatuksiaan kulloisenkin tilanteen vaatimalla tavalla (Aro, 2014, s. 10). Sainio ja kollegat (2020) puolestaan sanovat, että lapsen käyttäytymisen säätelyllä on selvä yhteys tunnesäätelytaitoihin ja tunnesäätelytaito on alati muuttuvaa ja kehittyvää. Silloin kun tunnesäätelytaidot ovat heikot, on haastavampaa kontrolloida omaa impulsiivista toimintaansa, joka on seurausta jostakin tunneimpulssista, kuten mielipahasta, pettymyksestä, jännityksestä tai turhautumisesta (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi, 2020, s. 27).

Mäntymaa ja kollegat (2003) toteavat, että tunteiden säätelyllä tarkoitetaan erilaisten negatiivisten tunnetilojen helpottamista, lieventämistä tai vähentämistä ja positiivisten tunnetilojen jakamista ja lisäämistä. Tunteiden säätely on jatkuvaa prosessia yksilön tunnekokemuksineen, -ilmaisuuksineen ja ympäristön vaatimusten yhteen sovittamiseen. Tunteiden säätelyssä on eroteltavissa sekä optimaalinen että ali- ja ylisäätyneet alueet (Mäntymaa, Luoma, Puura & Tamminen, 2003). Kyky säädellä tunteiden ilmaisemistapaa, voimakkuutta, kestoja ja mukauttaa oma toiminta tilanteen tavoitteen mukaiseksi liittyy tunteiden hallintakykyyn (Koivuniemi ym., 2020, luku 3).

Kurki ja kumppanit (2016) kirjoittavat artikkelissaan, että itsesäätelytaito on kyky sitoutua määrätietoisesti toimintoihin halliten omat tunteet, käyttäytyminen ja kognitiiviset prosessit. Sosioemotionaalisisessa tilanteessa itsesäätelytaito näkyy kykynä mukautua tilanteeseen hillitsemällä ei-toivottua käyttäytymistä ja suosimalla sosiaalisesti sopivia käyttäytymisen malleja, vaikka ne eivät olisikaan yksilön ensisijainen reaktio tilanteeseen. Lapsilla kognitiiviset sekä käyttäytymisen ja tunnesäätelyn prosessit kietoutuvat yhteen ja lapsi tarvitsee aikuisen tukea tulkitessaan haastavia tilanteita ja ymmärtääkseen odotettuja käyttäytymismalleja (Kurki, Järvenoja, Järvelä & Mykkänen, 2016).

Itsesäätely on taito, joka kehittyy vuorovaikutukseen pohjautuvan tuen sekä sensitiivisten ja läsnä olevien ihmissuhteiden välityksellä ensimmäisinä ikävuosina (Veijalainen, 2020 b). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2022) mukaan lapsen aloittaessa varhaiskasvatuksen

hänen aiempi elämäkokemuksensa vaikuttaa taustalla. Merkittävänä tekijöinä ovat lapsen ja huoltajan väliset kiintymys- ja vuorovaikutussuhteet. Varhaiskasvatuksessa lapsella on oikeus tunteiden ja ristiriitojen käsittelyyn sekä tukeen kehittää tunnetaitojaan. Myönteisillä tunnekokemuksilla ja hyvillä vuorovaikutussuhteilla on merkitystä oppimisen edistymisessä (OPH, 2022).

Mäntymaa ja kollegat (2003) toteavat tunteiden säätelevän ihmisten vuorovaikutusta ja päinvastoin. Tunteiden ja mielialan säätelyn keskeisiä keskushermoston rakenteita ovat mantelitulmake, hippokampus ja orbitofrontaalinen aivokuori sekä aivojen välittäjäaineet kuten serotoniini, dopamiini ja noradrenaliini. Järjestelmien keskinäisellä tasapainolla on merkitystä tunnesäätelyyn. Tunteiden avulla ymmärrämme toisen ihmisen mieltä, koemme ymmärretyksi tulemista ja yhteenkuuluvuutta. Tunteiden jakaminen mahdollistaa niiden säätelyn vuorovaikutuksessa (Mäntymaa ym., 2003). Ahonen (2015) toteaa väitöskirjassaan biologisella pohjalla olevan vaikutusta, mutta kehottaa kiinnittämään voimakasta huomiota vuorovaikutukseen ympäristön kanssa. Syntymän jälkeinen kehityksen suunta liittyy voimakkaasti sosiaaliseen ja kulttuuriseen järjestelmään, jossa lapselle merkitykselliset ihmiset ja kokemukset vaikuttavat vuorovaikutuksen laatuun (Ahonen, 2015, luku 2).

Puuran ja Tammisen (2016) mukaan varhaislapsuudessa lapsen tunnesäätely tapahtuu aikuisen, yleensä vanhemman, toiminnan avulla. Tunnevuorovaikutuskokemusten toistuminen johtaa lapsen oman tunnesäätelykyvyn kehittymiseen. Tunne-elämän säätely, lasten kyky koordinoida ja säädellä omia tekojaan sekä käyttäytymistään kypsyy nopeasti ensimmäisten ikävuosien aikana kehityksen jatkuessa varhaisaikuisuuteen (Puura & Tamminen, 2016).

Pakarisen ja kumppaneiden (2020) artikkelissa todetaan, että vanhemmuuden laatu heijastuu suoraan lasten sosiaalisiin taitoihin joko myönteisesti tai negatiivisesti. Myös vanhempien koulutustason on nähty heijastuvan kotona opittuihin sosioemotionaalisiin taitoihin, jotka taas puolestaan edesauttavat lapsen tulevia akateemisia taitoja. Lapsen sosiaalinen kompetenttius on yksi merkittävä osa kouluvalmiuksia ja lapsiin kohdistuu jo yhä nuoremmalla iällä enemmän odotuksia saavuttaa riittävät sosiaaliset taidot, joilla voi toimia vertaisryhmässä suotuisalla tavalla (Pakarinen, Lerkkanen & von Suchodoletz, 2020). Myös Ahosen (2015) väitöskirjassa sanotaan, että hyvien itsesäätelytaitojen ja akateemisten taitojen välillä on yhteys. Oppiminen mahdollistuu paremmin lapsen kyetessä seuraamaan ohjeita ja tarkkaavaisuuttaan omien itsesäätelytaitojen avulla. Temperamentti vaikuttaa

lapsen tunnekehitykseen ja itsesäätelytaitoihin. Temperamentti ei ole yksittäinen piirre, vaan joukko erilaisia piirteitä, johon vaikuttaa keskushermoston toiminta (Ahonen, 2015, luku 3).

Koivuniemen ja kumppaneiden (2020) mukaan lapsen kehittyessä hän oppii ymmärtämään, että ihmisillä on omat ajatukset ja tunteet ja että ne voivat olla erilaisia kuin oma tietoisuus. Ymmärryksen kasvaessa siitä, että ajatukset ja tunteet vaikuttavat toimintaan, alkaa kasvu tunteiden säätelyn oppimiselle. Vuorovaikutussuhteet vaikuttavat kehitykseen ja aikuisten tuki on edistävää tekijä (Koivuniemi ym., 2020, luku 3). Mäntymaan ja kollegoiden (2003) mukaan varhaisilla positiivisilla ja negatiivisilla kokemuksilla on vaikutusta aivojen rakenteiden ja toiminnan muutoksiin. Hoiva ja hyvä vuorovaikutus suojaavat ja estävät haitallisia muutoksia. Turvallinen kiintymyssuhde suojaa lasta stressiltä. Empaattisen tuen vanhemmiltaan saaneet lapset kykenevät tarvittaessa hakemaan tukea tunteiden säätelynsä varhaiskasvatuksen aikuisilta (Mäntymaa ym., 2003). Ahosen (2015, luku 3) mukaan sosiaalis-emotionaalisen kehityksen ongelmiin vaikuttavat lapsen ja ympäristön väliset haasteet. Lapsella on myös kausia, jolloin hän voi tarvita intensiivisempää tukea kehitykseensä ja tunnesäätelynsä (Ahonen, 2015, luku 3).

Ahonen (2015) toteaa empatian olevan merkittävä tunnetaito, jonka avulla lapsi voi pärjätä paremmin sosiaalisissa suhteissaan. Lapsessa empaattisuus näyttäytyy sensitiivisyytenä, syvällisenä ymmärryksenä omaan ja muiden käyttäytymiseen sekä tunteiden säätelytaidoissa. Empatiaa voi oppia ja myös opettaa (Ahonen, 2015, luku 3). Koivuniemen ja kumppaneiden (2020) mukaan lapset, jotka oppivat jo varhaislapsuudessa tunnesäätelyn taitoja, kykenevät keskittymään paremmin, kuuntelemaan ohjeita, suuntamaan huomion oleelliseen, toimimaan sujuvammin yhteistyössä ja saavat leikkikavereita paremmin verrattuna lapsiin, joilla on tunteiden säätelytaitojen hankaluutta. Näillä lapsilla, joilla on jo hyvät perustat omalle tunnesäätelylle, on myös kyky toimia suotuisammin ristiriitatilanteissa vertaissuhteissa. Tunteiden säätelytaidoilla on myös selkeä yhteys minäpystyvyyteen ja uskoon selviytyä arjen haasteista (Koivuniemi ym., 2020, luku 3).

### **3.2 Opettajan sensitiivinen vuorovaikutus**

Varhaiskasvatasiässä lapsen tunnesäätelytaidot ovat varsin vähäiset aivojen kypsyttömyyden vuoksi. Niinpä lapsi tarvitsee tunnesäätelytaitojensa opetteluun turvallisen ja sensitiivisen aikuisen lämmintä vuorovaikutusta (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi, 2020, s. 17–19). Ahosen (2017) mukaan sensitiivisyys on kykyä tunnistaa herkästi ja empaattisesti toisen tunnetiloja. Sensitiivinen

vuorovaikutus vaatii aikuiselta läsnäoloa ja sitoutumista. Vain omalla empaattisella ja rauhallisella vuorovaikutuksellaan, aikuinen voi auttaa lapsen tunnemyrskyjen yli siten, että aikuinen tukee ja sanoittaa lapsen kanssa eri tunnetiloja ja sen aiheuttamia tunteita (Ahonen, 2017, s. 66–67, 72).

Eklund ja Heinonen (2014) toteavat, että kun lapsi kokee olevansa arvokas sellaisenaan kuin on ja hän saa positiivista palautetta, voidaan käyttäytymistä ja tunnesäätelytaitoja ohjata myönteiseen suuntaan. Varhaiskasvattajan ammatillisuuden ydintä on siis olla elävä esimerkki sosiaalis-emotionaalisille taidoille. Sensitiivinen opettaja ymmärtää, että hän on töissä lapsia varten ja osoittaa sen myönteisesti läsnäolollaan, ilmeillään, eleillään, äänensävyillään ja kehonasentoillaan (Eklund & Heinonen, 2014, s. 222-224). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) korostaa myös aikuisen sensitiivisyyttä ja välitöntä reagoitua lasten sanattomaan viestintään (OPH, 2022).

Rannan (2020) tutkimuksen mukaan sensitiivisen opettajan ominaisuuksiin liitetään herkkyyttä tunnistaa lapsen non-verbaalisesta vuorovaikutuksesta eli eleistä, ilmeistä ja signaaleista erilaisia tunnetiloja. Opettaja on ikään kuin tuntosarvet herkällä eri tilanteissa, jotta havaitaan lapsen mahdollisesti tarvitsema aikuisen tuki selvittää tilanteesta. Opettajan tulee olla aktiivisesti läsnä oleva ja kuunteleva, lapsiryhmän tunteva ja kärsivällinen, jotta lapsi tulee aidosti ymmärretyksi. Sensitiivinen opettaja on usein helposti lähestyttävä ja fyysisesti lapsen tasolle menevä aikuinen (Ranta, 2020, luku 5). Ahonen (2015) toteaa, että vuorovaikutukseen sitoutumisella ja laadulla on erityinen merkitys. Haastavissa kasvatustilanteissa merkitystä on sillä, miten sensitiivinen opettaja on, miten hän kykenee aktivoimaan ja sitouttamaan lasta toimintaan ja miten opettaja tukee lapsen itsemääräämisoikeutta. Lämpimässä vuorovaikutuksessa syvä sitoutuminen näkyy erityisesti sensitiivisyytenä. Myös opettajan pedagogisilla valinnoilla on merkitystä (Ahonen, 2015, luku 9).

Useat tutkimustulokset ja artikkelit toteavat, että opettajan sensitiivinen ja positiivinen vuorovaikutus heijastuu myönteisesti lasten tunnesäätelyn taitoihin ja sosiaaliseen kompetenssiin sekä vaikuttaa myönteisesti lapsen akateemisiin taitoihin vähentäen käyttäytymisen haasteita (King & La Paro, 2015; Kurki ym., 2016; Koivula & Huttunen, 2018). King ja La Paro (2015) mainitsevat artikkelissaan, että opettajan puheella on suuri merkitys myös lapsen kielellisiin taitoihin ja lukutaitoon, etenkin jos lapsi tulee sosioekonomisesti heikommista perheolosuhteista (King & La Paro, 2015). Ahosen (2015) mukaan merkitystä on vuorovaikutuksella, joka vaikuttaa lapsen emotionaaliseen hyvinvointiin ja oppimiseen ja sitä kautta vertaisryhmän jäsenten kanssa toimimiseen (Ahonen, 2015, luku 9). Köngäs ja Määttä (2020) näkevät positiivisen psykologian tuen mahdollisuudet lasten tunnesäätelyn kehittymisessä. Tunnesäätelyä opitaan varhaiskasvatuksen

arjessa niin lasten ja aikuisten kuin lasten välisissä kohtaamisissa. Näissä tulee ottaa huomioon opettajan ohjaus ja tuki keinoina lapsen tunteiden tunnistamisessa, ymmärtämisessä ja sanoittamisessa (Köngäs & Määttä, 2020).

Kurki ja kumppanit (2016) toteavat artikkelissaan, että opettajan sensitiivinen vuorovaikutus auttaa lasta sopeutumaan ryhmäsääntöihin, jolloin myös lapsen negatiivinen käyttäytyminen vähenee ja myös syrjäytymisriski pienenee. Tutkimustuloksissa on havaittu selvä korrelaatio opettajan ei-kannustavan ja rankaisevan palautteen sekä heikkojen itsesäätelytaitojen välillä. Opettajan suotuisia strategioita ryhmässä ovat muun muassa lasten kuulluksi tulemisen mahdollistaminen sekä sitouttaminen toimintaan ja ryhmäsääntöihin ohjeistamalla, tukemalla, kannustamalla positiivisella palautteella, olemalla läsnä ja antamalla hoivaa. Epäsuotuisia ryhmästrategioita ovat muun muassa lapsen poistaminen ryhmästä rangaistuksena, läksytys, uhkailu, lahjonta sekä muut rangaistuskeinot. Ei-kannustava palaute lisää lapsen negatiivisia tunteita ja sopimatonta käyttäytymistä. Sensitiivinen opettaja tarjoaa kielellisiä työkaluja itsesäätelyyn tukemiseen ja vahvistamiseen esimerkiksi nimeämällä ja sanoittamalla tunteita ja tunneilmaisuja sekä auttamalla lasta ratkomaan haastavia vuorovaikutustilanteita (Kurki ym., 2016).

Pakarinen ja kumppanit (2020) toteavat tutkimuksessaan, että lasten stressitaso nousee yleensä varhaiskasvatuspäivän aikana merkittävästi, kun ympärillä on paljon sosiaalisia tilanteita. Opettajan lämmin ja sensitiivinen vuorovaikutustyyli lapsiryhmässä vähentää lasten kokemaa stressiä ja samalla vähenee usein myös lasten häiriökäyttäytyminen. Kun opettaja toimii lapselle turvasatamana ja turvallisena aikuisena turvallisessa ilmapiirissä, ikään kuin ohjaten sensitiivisesti näkymättömällä kapellimestarin kädellään niin lasten keskinäisiä kuin aikuisen ja lasten välisiä vuorovaikutussuhteita, lasten sosiaaliset taidot kohenevat ja lapsi oppii säätelämään tunteitaan aikuisen tuen avulla. Huomion arvoista on myös se, että sosiaalisesti taitavat lapset saavat tutkimuksen mukaan opettajalta enemmän huomiota ja positiivista palautetta kuin ne lapset, joilla sosiaaliset taidot ovat heikommalla tasolla (Pakarinen ym., 2020).



## **4 Varhaiskasvatuksen opettajan ammattitaito ja pedagogiset keinot tunnesäätelyn tukena**

### **4.1 Varhaiskasvatuksen opettajan antama vuorovaikutusmalli**

Sandbergin (2021) mukaan lapsi saa tunne- ja vuorovaikutusmallia aikuiselta, joten on tärkeää, että varhaiskasvatuksen opettaja tiedostaa olevansa lapselle käyttäytymisen ja toimimisen esimerkki. Opettaja ei uhkaile eikä pelottele vaan hän luo turvallisuutta ja rauhallisuutta ymmärtäen, ettei lapsi tietoisesti toimi väärin vaan häneltä puuttuu vielä taitoja ratkoa itsenäisesti tunnekuohuja ja sosiaalisia konflikteja. Ratkaisukeskeinen ja positiivinen lähestymistapa auttavat lasta pääsemään yli haastavista tunnekuohun tilanteista. Opettajan ammatillisuutta on kiinnittää kriittisesti huomiota omaan vuorovaikutustyyliinsä ja toimintatapoihinsa ja pitää huoli, että oma vuorovaikutus on arvostavaa ja kunnioittavaa. Lapsen kokemat haastavat tunnesäätelyn tilanteet käsitellään rakentavasti, eikä menneisiin, negatiivisiin tapahtumiin palata nolaten lasta vaan katse suunnataan eteenpäin (Sandberg, 2021, s. 173-174). Ahonen (2017, s. 60) toteaa, että laadukas vuorovaikutus varhaiskasvatuksessa on lapsen oikeus ja Ranta (2020, luku 5) muistuttaa, että opettaja toimii lapselle roolimallina koko varhaiskasvatuspäivän.

Ahonen (2015) kiinnittää huomiota opettajan toimintaan, miten hän voi omalla toiminnallaan vaikuttaa tilanteisiin ja niiden etenemiseen, joko tietoisesti tai tiedostamattaan. Haastavat kasvatustilanteet eivät määrity yksistään lapsesta, vaan tilanteista. Täten tilanteita määrittää vastavuoroinen vuorovaikutus sekä opettajan pedagoginen toiminta. Opettajan tulee kiinnittää huomiota omien uskomuksien vaikutuksesta suhtautumisessa lapseen (Ahonen, 2015, luku 8). Ahosen (2015) mukaan olemalla kiinnostunut aidosti lapsista ja heidän ajatuksistaan sekä antamalla lapselle esimerkkiä tunnesäätelystä sanoittamalla ja kertomalla omista tuntemuksistaan sekä tukemalla lasten tunnesäätelyä, lasten sitoutuminen ryhmään ja sen toimintaan vahvistuu myönteisesti (Ahonen, 2015).

Koivuniemi ja kollegat (2020) toteavat myös, että hyvät tunnetaidot omaava opettaja luo oppimisympäristön, jossa lasta tuetaan ja rohkaistaan ja lasten kyvyt ja vahvuudet huomioidaan. Opettaja aktiivisena ja positiivisena roolimallina ohjaa lapsia tunteiden säätelyyn ja konfliktien ratkaisemiseen sekä kannustaa yhdessä oppimiseen kunnioittavasti lapsen kehitystaso huomioiden. Opettaja voi toimia myös tietoisena tarkkailijana näissä tilanteissa, jolloin opettaja jättää tietoisesti tilaa lapsen omalle itsesäätelylle tämän oppiessa kohti itsenäisempää säätelyä. Vahva tietopohja,

luottamus kykyyn käyttää strategioita ja tuen tehokas tarjoaminen pedagogisen toiminnan toteuttamiseen tukee opettajuutta (Koivuniemi ym., 2020, luku 4).

Ahosen (2015) mukaan lapsen vuorovaikutustavat ovat erilaiset kuin aikuisen vuorovaikutuksessa yleisemmin käyttämät verbaaliset taidot. Lapsi voi jättää tästäkin syystä reagoimatta aikuisen kehoituksiin. Aikuisen aito läsnäolo, tilanteeseen pysähtyminen ja lapsen kuunteleminen voi johtaa laadukkaaseen vuorovaikutukseen. Vastuu vuorovaikutuksesta ja sen laadusta on kuitenkin aikuisella (Ahonen, 2015, luku 4). Vuorovaikutus ja pedagogiikka ovat erottamattomia. Laadukkaan pedagogiikan taustalta löytyy aina laadukas vuorovaikutus. Vuorovaikutuksen laadun vaikutuksia kannattaa verrata lapsen käyttäytymiseen. Laadukkuus näkyy myös ilmapiirissä ja lasten välisissä suhteissa. Pedagogisia toimintamalleja ja käytäntöjä on syytä tarkastella reflektiivisesti. Yhtä tärkeää on vuorovaikutuksen pysyvyys ja johdonmukaisuus (Ahonen, 2015, luku 5).

#### **4.2 Turvallisen ja sensitiivisen ilmapiirin vaikutus**

Ahosen (2015) mukaan turvallisen ja sensitiivisen ilmapiirin ryhmään luovat aikuiset itse omalla positiivisella, lämpimällä, ystävällisellä ja sensitiivisellä vuorovaikutuksellaan (Ahonen, 2015). Koivuniemi ja kumppanit (2020) taas toteavat, että vuorovaikutuksen laadulla ja ryhmän tunneilmapiirillä voi rakentaa perustaa lasten tunnesäätelyn tukemiselle (Koivuniemi ym., 2020). Useat tutkimukset osoittavat, että juuri sensitiivinen ja lämmin vuorovaikutusilmapiiri ovat suoraan yhteydessä lapsen akateemisten taitojen ja tunnesäätelyn kehittymiselle, mutta myös hyvinvoinnille ja psyykkiselle terveydelle vahvistaen lapsen kokemusta kaikkien tunteidensa hyväksymisestä (Mänty ym., 2022; Kurki, 2017; Köngäs, 2018; Veijalainen, 2020; Ranta, 2020, luku 5).

Sandberg (2021) korostaa, että opettajan tulee luoda turvaa lapselle. Opettajan tarjoama suoja, apu, tuki, ohjaus ja tarpeen mukaan turvallisuuden sekä rauhallisuuden tunteen palauttaminen auttaa lasta, kun hän ei itse kykene siihen. Tärkeää on myös, että lapsiryhmän kaikki aikuiset ovat – koulutustasostaan riippumatta - turvallisia ja vaikuttavat ryhmän hyvään ilmapiiriin positiivisesti (Sandberg, 2021, s. 173). Kannustava ilmapiiri motivoi lasta oppimiseen ja ongelmanratkaisuihin, kun opettaja antaa kannustavaa, positiivista palautetta eikä palautteenanto perustu vain negatiivisesti huonon käytöksen huomioimiseksi (Mänty ym., 2022).

Sandberg (2021) vakuuttaa turvallisen ja sensitiivisen ilmapiirin luomiseen voivan vaikuttaa työyhteisössä ja tiimissä. Tiimin aikuisten tunne- ja vuorovaikutustaitoja on hyvä nostaa tiimipalavereissa esille ja käsitellä niitä sekä niiden vaikutuksia ryhmän ilmapiiriin. Aikuisten oma innostus, ilo, hyvä mieli ja positiivinen palaute toisilleen sekä onnistumisista yhdessä iloiten lisäävät hyvää ilmapiiriä. Huumori voimavarana tiimissä on merkityksellistä. Turvattomuutta tuovat tunteet on hyvä käsitellä, koska aistittavat jännityksen, pettymyksen, turhautumisen, turvattomuuden ja pelon tunteet vaikuttavat ilmapiiriin kautta lapsiinkin. Stressinhallintataitoihin ja työn priorisointiin sekä arjen työtehtävien jakamiseen tulee kiinnittää huomiota. Lapset aistivat samat tunteet kuin aikuisetkin (Sandberg, 2021, s. 175–176).

Koivuniemen ja kollegoiden (2020) mukaan oppimista tapahtuu koko ajan osana meitä ympäröivässä maailmassa. Täten oppimisympäristö ja siinä kaikkien mukana olevat tunteet vaikuttavat oppimiseen. Oppimista tulisikin tarkastella tunteiden näkökulmasta, tunteiden vaikutuksista oppimiseen ja tunteiden säätelyn tuen vaikutuksesta oppimiseen. Oppimistaitojen kehittymiseen vaikuttavat lapsen ja ympäristön välinen vuorovaikutus sekä aikuisen esimerkki. Tunteiden säätelytaidot osana toimintaa vaativat harjoittelua ja tukea. Tuen tarve tulisikin huomata ennakkoiden, jolloin oppimista voi tapahtua sopivasti haastavassa tilanteessa (Koivuniemi ym., 2020, luku 2).

Rannan (2020) väitöskirjassa todetaan, että kun oppimisympäristö on myönteinen ja sallii myös virheet, pettymystilanteistakin viriää loistavia oppimisen paikkoja, joissa opettaja voi omalla sensitiivisellä ja myönteisellä toiminnallaan ja vuorovaikutuksellaan sanallistaa lapselle koettua tilannetta ilman rangaistuksia ja jähypenkkejä. Tärkeää on sanallistaa lapselle, että lapsi ei ole huono tai paha, vaan tehty teko oli väärä ja yhdessä mietitään, kuinka toimitaan ensi kerralla ja muistaa myös antaa positiivista palautetta ja kehuja, kun seuraava kerta sujuu paremmin. Opettajan läsnäolo ja rauhallisuus ovat tärkeitä elementtejä, joilla lapsi oppii aikuiselta kuinka eri tilanteita voidaan hallita rauhoittamalla oma mieli ja fyysiset teot (Ranta, 2020, luku 5).

### **4.3 Sensitiivinen vuorovaikutus tunnesäätelyn tukena**

Kajamiehen, Mattisen, Kaurilan ja Lehtosen (2016) mukaan positiivisen ilmapiirin luominen ryhmään lisää lasten tunnetukea. Heidän mielestään haastavissa kasvatustilanteissa näkyy negatiivinen tunnetuki. Positiivinen tuki perustuu kiintymykseen ja itsemääräämisteoriaan ja kannattelee lasta ja tällä on suotuista yhteys lapsen kehitykseen, oppimiseen ja itsesäätelyyn.

Tunnetukeen sisältyvät myös opettajan ilmeet ja eleet. Opettajan emotionaalinen tuki lapselle lisää koko ryhmän positiivista asennetta. Opettajan epäjohdonmukainen emotionaalinen tuki taas antaa heikon mallin lapselle tunnesäätelyyn. Koko ryhmän henkilöstön tulisikin pohtia, kuinka säädellä omia negatiivisia tunteita, jotta ne eivät vaikuta lapsen oppimiseen negatiivisesti. Opettajan positiivinen tunnetuki toimiikin suojaavana tekijänä, ehkäisten lapsen oppimisvaikeuksia ja jopa syrjäytymistä. Positiivisen tunnetuen omaava opettaja tukee, rohkaisee, kuuntelee, antaa aitoa huomiota ja ohjaa lapsen positiivisen palautteen kautta takaisin osallisuuteen. Opettajan osallisuuden tulee tukea lapsen tunnetta ja mielentilaa. Opettajan tulee tietoisesti herkistyä ja reagoida lapsen aloitteisiin sekä ottaa kulloisenkin tilanteen mukaan joustavasti lapsi vuorovaikutukseen tukien näin hänen oppimistaan (Kajamies ym., 2016).

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) mainitaan, että sensitiivinen vuorovaikutus ja lapsen kohtaaminen myönteisellä tavalla, jolloin lapsi tulee kuulluksi ja nähdyksi, vahvistaa myös lapsen osallisuuden tunnetta (OPH, 2022). Trogenin (2020) mukaan opettajan oman tunnesäätely- ja rauhoittumiskyvyn vaikutukset ovat merkityksellisiä lapsen ja aikuisen välisessä vuorovaikutuksessa. Jo omalla hengityksen säätelyllä voi vaikuttaa tilanteeseen. Opettajan mahdollisuudet säädellä omia tunteita ovat kehittyneemmät kuin lapsella (Trogen, 2020, s. 218–220). Ahosen (2015) tutkimustuloksissa todetaan, että vuorovaikutuksessa on merkityksellisessä asemassa kieli, joka välittää vuorovaikutuksen sanomaa. Yhtä tärkeää on huomioida äänensävyt, eleet sekä ilmeet. Lempeä ja ystävällinen kohtaaminen lapsen kanssa on suoraan verrannollista lapsen kokemaan turvallisuuden tunteeseen sekä yleiseen ilmapiiriin ryhmässä. Opettajan herkkyyys ja tilannetaju ovat avainasemassa vuorovaikutuksessa (Ahonen, 2015, luku 4).

Ranta (2020, luku 5) toteaa, että lapselle on tärkeää sanoittaa, että kaikki tunteet ovat sallittuja, kunhan tunteita osataan käsitellä suotuisin keinoin ja Koivuniemi kumppaneineen (2020) puolestaan sanoo, että opettajan aktiivinen lasten kuunteleminen ja toiminnan tunneilmaisuuden monipuolistaminen tukee lasten tunnesäätelyä (Koivuniemi ym., 2020, luku 4). Ahosen (2015) väitöstutkimusaineisto osoittaa, että opettajan tuki ja oma käyttäytyminen antaa lapsille mallia kaikkien tunteiden sallimisesta, mutta mallintaa myös sitä, että tunteita ei voi kohdistaa vahingoittavasti muihin. Riittävän tasapainoinen opettaja kohtaa lapsen kovat tunnepuuskat empaattisesti. Opettajan valinnat vaikuttavat lapsen tunnekehitykseen, joten on tärkeää valita kohtaako lapsen vai jättääkö kohtaamatta ja millä tavoin kohtaa. Lapselle on tärkeää jäädä tunne, että hänet on kohdattu tunnetasolla. Lämmin ja lapseen luottava ympäristö tukee lapsen sosio-emotionaalista taitoja. Opettajan ei tulisi liian

nopeasti luovuttaa haastavissa tilanteissa lapsen kanssa vaan muokata omaa toimintaa pedagogisesti tukevaksi lapsen kehitystasolle (Ahonen, 2015, luku 3).

Koivuniemen ja kumppaneiden (2020) aineiston mukaan opettajan emotionaalinen kyky ja taito käsitellä omaa tunne-elämäänsä vaikuttaa kykyyn vastata lasten tunneilmaisuihin, tunteista keskusteluun sekä lasten tunteiden säätelyn tukeen. Myös omien arvojen ja asenteiden vaikutusta vuorovaikutuksen toimintatapoihin on hyvä pohtia (Koivuniemi ym., 2020, luku 4).

#### **4.4 Ammattitaidon ja pedagogisten keinojen merkitys**

Ahonen (2015) käyttää nimitystä totunnaistunut toiminta, joka kuvaa vakiintunutta tapaa tai rutiinia toimia työssä. Tämä toimintatapa vapauttaa energiaa muihin toimintoihin säädellen samalla ihmisen toimintaa. Totunnaistunut tapa voi vaikuttaa myös varhaiskasvattajan rutiininomaiseen lähestymistapaan vuorovaikutuksessa, hänen kärjistäessään niitä tiedostamattaan, eikä kohtaa lapsen haastavan tilanteen perimmäistä syytä. Varhaiskasvattajan onkin tärkeää arvioida omaa kasvatuksellista lähestymistapaansa ja omia valintojaan säännöllisesti ja kriittisesti (Ahonen, 2015, luku 2). Ranta (2020) puolestaan sanoo, että opettajan vahvaa ammattitaitoa osoittaa kyky toimia jokaisessa tilanteessa lapsen etu edellä. Tämä vaatii lapsilähtöistä, määrätietoista ja aikuisjohtoista työtettä. Myös lapselle tulisi mahdollistaa luottamuksellinen kokemus siitä, että aikuiset ovat lasta varten päiväkodissa töissä ja he toimivat jokaisen lapsen parhaaksi (Ranta, 2020, luku 5). Opettajan työn ydintä on siis lapsen rinnalla kulkeminen kokopäiväpedagogiikan hengessä (Mänty ym., 2022).

Sandberg (2021) toteaa, että lähtökohtana lapsen tunnetaitojen tukemiselle tulee olla ajatus siitä, että lapselta puuttuu tiettyjä taitoja ja niitä halutaan kehittää sekä vahvistaa jokapäiväisillä toiminnoilla ja pedagogisella tuella. Pedagoginen tuki lapselle alkaa aina opettajan toiminnasta. Erityisen tärkeää on opettajan oma ajattelu lapsen toiminnasta ja käyttäytymisestä tilanteissa. Lapsi haluaa toimia oikein, jos vain osaa. Lapsen taitojen oppiminen vaatii harjoittelua ja useita toistoja. Opettajan positiivinen palaute on lapselle tärkeää. Lapsi saa palautteesta onnistumisen kokemuksia ja sisäistä motivaatiota jatkaa taitojen harjoittelua (Sandberg, 2021, s.173). Merkityksellinen suhde lapsen ja aikuisen välillä tukee hänen sosio-emotionaalista kehitystään. Lapsi tarvitsee kunnioittavaa ja empaattista ohjausta, syyliä ja turvallisia rajoja (Ahonen, 2015, luku 4).

Rannan (2020) mukaan opettajan ammattitaitoon liittyy vahvasti hyvät tunte säätelytaidot. On tärkeää tiedostaa myös omien eleiden, äänensävyjen, olemuksen vaikutus vuorovaikutustilanteisiin. Haastavissakin tilanteissa opettajan ammatillisuutta on kohdata lapsi rauhallisesti ja positiivisesti lapsen tunnekuohuja sanoittaen ja kannatellen lapsi yli tunnemyrskyn. Ei-kielen kääntäminen positiiviseksi lisää ryhmän myönteistä ilmapiiriä ja vähentää lasten negatiivisia tunteita (Ranta, 2020, luku 5).

Sandbergin (2021) ja myös Rannan (2020) tutkimusaineiston mukaan luomalla ryhmään selkeä ja johdonmukainen struktuuri visuaalisuutta hyödyntäen, lapsi tietää, miten päivä etenee. Yhteiset selkeät säännöt ryhmässä tukevat lapsen toimimista. Aikuisten selkeät ja johdonmukaiset toimintatavat sekä rajat ja niistä kiinni pitäminen lisäävät lapsen oikein toimimista. Aikuisten tehtävä on myös luoda jokaiselle lapselle ryhmään kuulumisen sekä turvallisuudentunne (Sandberg, 2021, s.177–179; Ranta, 2020, luku 5). Ahosen (2015) mukaan suunnitelmallisuus, hyvä valmistautuminen, siirtymien ja odotusaikojen väheneminen ohjaavat lasta siihen, mitä häneltä odotetaan. Opettajan ryhmänhallintataidot, ennakointi, kyky organisoida toimintaa ja hyvän oppimisympäristön luominen antavat opettajalle mahdollisuuksia keskittyä läsnäolemiseen ja emotionaalisen tuen antamiseen lapselle. Myös pienryhmätoiminta mahdollistaa lasten sosio-emotionaalisten tarpeiden huomioimisen paremmin (Ahonen, 2015, luku 5). Kajamiehen ja kumppaneiden (2016) mukaan pienryhmätoiminta mahdollistaa opettajan tunnetuen lisäämistä yksilöllisesti tukea tarvitsevaan lapseen (Kajamies ym., 2016).

Ranta (2020) toteaa lapsiin kohdistuvan positiivisen palautteen, oikea-aikaisesti kohdistuen lapsen toimintaan, ei lapsen ominaisuuksiin, vahvistavan lapsen myönteistä käytöstä ja motivoivan lasta harjoittelemaan lisää hyviä keinoja hallita tunteitaan. Peukun näyttäminen, hymy tai kuvakortilta hymynaama tai vihreä valo ovat myös toimivia palautteenantokeinoja. Palautteen, erityisesti kehujen, ilmaiseminen huoltajien ja lasten kuullen lisää lapsen minäpystyvyyttä ja vahvistaa itsetuntoa ja toisaalta huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö lujittuu myös myönteisten palautteiden myötä. Erilaisten tunnetilojen harjoitteluun, tunnistamiseen ja sanallistamiseen, toimivat loistavana pedagogisena keinona erilaiset kuvakortit. Tilanteiden ennakointi ja niistä keskustelu auttavat lasta jäsentämään erilaisia uusia tilanteita. Draamaharjoitusten avulla tunnetaitoja voi kokeilla ja opetella turvallisesti samaistumalla, pohtimalla, keskustelemalla ja sanoittamalla tilanteita (Ranta, 2020, luku 5). Myös tilanteen rauhoittaminen omalla rauhallisuudellaan auttaa myös lasta rauhoittumaan tunnekuohuissaan, toteaa Mänty kumppaneineen (2022).

Varhaiskasvatuksen henkilöstön tärkeänä tehtävänä on huomata arjessa tilanteet, joissa tapahtuu tunnesäätelyn kannalta keskeisiä oppimisen paikkoja (Köngäs & Määttä, 2020). Koivuniemi (2021) toteaa myös, että varhaiskasvatuksen ammattilaisen sensitiivinen tuki lasten tunnesäätelyssä osana pedagogista toimintaa vaatii oman roolin tiedostamista lapsen tunteiden kanssasäätelijänä. Tämä tuki rakentuu teoreettiselle tiedolle ja vaatii taitojen soveltamista käytäntöön (Koivuniemi ym., 2021). Sensitiivisen aikuisen rakentama oppimisympäristö, jossa rohkaistaan ja kannustetaan sekä sallitaan epäonnistumiset, vahvistaa myös lapsen omaa myönteistä minäkuvaa ja käsitystä itsestä oppijana (Ranta, 2020, luku 5).

Koivuniemen ja kumppaneiden (2020) kehittämä 4T -toimintamalli varhaiskasvatuksen henkilöstölle auttaa havainnoimaan lasten toimintaa ja vuorovaikutustilanteita tunnesäätelyn näkökulmasta mahdollistaen lasten tukemisen niissä. Toimintamalli on TunTuVa- hankkeen (Tunnesäätelyn Tuki Varhaiskasvatuksessa) tutkimusperustainen ja -testattu kokonaisuus, jonka tavoitteena on edistää ja tukea varhaiskasvatuksessa olevien lasten tunteiden säätelytaitojen oppimista sekä kehittää henkilöstön ammatillisuutta (TunTuVa- hanke).

Koivuniemen ja kumppaneiden (2020) 4T -toimintamalli koostuu seuraavista: **tiedosta** (mitä tunteiden säätely on, miten ne kehittyvät sekä miten niitä voi tukea), **tunnista** (haastavat tunnetilanteet oppimistilanteiksi sekä lasten erilaiset tavat viestiä niissä), **tue** (lasten tunteiden säätelytaitojen oppimista hyödyntäen erilaisin strategisin keinoin) ja **tarkkaile** (tilanteita, miten kukin toimii, millä tavalla tilanne päättyy ja minkälainen vaikutus oli tuella). Mallin avulla varhaiskasvatuksen henkilöstöä tuetaan toimimaan tavoitteellisesti, arvioimaan aktiivisesti eri tilanteita ja omaa toimintaa sekä jakamaan tietoa keskenään. Mallin avulla voi lisätä tietoa tunteiden säätelystä, sen kehityksestä ja tuesta sekä lapsen oppimistaidoista (Koivuniemi ym., 2020, luku 5–6).

## 5 Yhteenveto ja pohdinta

### 5.1 Tutkimusprosessi

Tutkimusprosessi alkoi jo keväällä 2023 ja jatkui sitten syksyllä. Aikataulut oli suhteellisen tiukka, joten se asetti alkuun tiettyä painettakin tutkielman edistymiselle. Omat haasteensa toivat molempien tutkimuksen tekijöiden päivätyö opintojen ohessa. Kandidaatin tutkielman tekeminen oli silti erittäin antoisaa ja avartavaa. Etenkin kun teimme tutkielmaa kahdestaan, yhteiset keskustelut ja reflektoinnit antoivat uutta näkökulmaa omiin ajatuksiin ja laajensivat niitä. Yhteistutkijuus olikin mielestämme tärkeä elementti tätä tutkielmaa tehdessä, sillä vaikka kumpikin työsti paljon aineistoa ja tutkielmaa itsekseen, olivat yhteiset keskustelut ja reflektoinnit todella merkityksellisiä yhteisen ymmärryksen saavuttamiseksi. Yhteistutkijuus loi ikään kuin raamit valitulle aiheelle, jonka sisällä kumpikin kirjoittaja sai riittävästi omaa tilaa huomioiden silti yhteiset tavoitteet ja yhteisen päämäärän.

Aihetta tutkiessa moni ennestäänkin tuttu asia selkiytyi. Tunnesäätelytaidot ovat monelle lapselle haastavia ja ne vaativat aikuisen läsnäoloa ja sensitiivistä vuorovaikutusta. Varhaisilla lapsuusvuosilla on korvaamaton vaikutus myöhemmälle elämälle, joten me varhaiskasvatuksen ammattilaiset olemme paljon vartijoina työskennellessämme näiden lasten kanssa useita vuosia jo ennen kouluikää. Vaikka nämä asiat ovatkin olleet meille entuudestaan tuttuja työelämän kautta, niitä oli hyvä pysähtyä miettimään syvällisemmin reflektoiden omaa toimintaa varhaiskasvatuksen opettajana. Tämän tutkielman teosta sai pedagogista ja tutkittua tietoa sekä sitä kautta osaamista ennen kaikkea itselle.

Tutkimussuunnitelmaa laatiessa, keskustelimme yhdessä oikeista sekä sopivista lähteistä ja muun muassa eettisyydestä. Kanssatutkijoina olemme voineet jakaa alustavaa lähdemateriaaleihin tutustumista. Molempien osallistuminen tutkimuksen tekemiseen onnistui tehtävien jakamisella tutkimuksen edetessä. Yhteinen päämäärä ja molempien syvä sitoutuminen tähän työhön edisti tutkimuksen tekemistä ja aikataulussa pysymistä. Lähteiden rajaaminen ja relevanttien lähteiden löytyminen tuntui välillä haastavalta. Tutkimuksen kannalta tuntui tärkeältä löytää luotettavat lähteet kansainvälisestikin. Tähän saimme apua kirjaston informaatikolta, jotta kansainväliset lähteet olisivat relevantteja työhömme.



Opintojen aikana olemme pohtineet ja reflektoineet esimerkiksi kirjoitelmien muodossa vuorovaikutuksen merkitystä lapsen kehitykselle sekä lasten tunnesäätelylle. Aiheeseen liittyvä kirjallisuus ja tieto pysäyttivät meitä pohtimaan asiaa syvällisemmin. Meistä tuntui luontevalta ja kiinnostavalta jatkaa kandidaatin tutkielmaa samasta aiheesta sekä hakea lisää teoreettista tietoa tutkimuskirjallisuudesta. Kaikki nämä seikat saivat pohtimaan paljon, kuinka kaikki työ varhaiskasvatuksessa pohjautuu vuorovaikutukseen ja lapsen kohtaamiseen. Molempien tutkijoiden havainnointi ja työkokemukset varhaiskasvatuksessa vain lisäsivät mielenkiintoamme aiheeseen. Keskustelimme paljon aiheesta ja havainnoistamme omissa työyhteisöissämme. Kumpikin toi esille huolestuttavasti sitä näkökulmaa, että tämän päivän varhaiskasvatuksessa työskentelee myös henkilöitä, jotka eivät tiedosta oman sensitiivisyyden ja lämpimän vuorovaikutuksen merkitystä lapsen kasvulle ja kehitykselle. Tästä syystä halusimmekin tehdä näkyväksi omissa työyhteisöissämme tätä kandidaatin tutkielman aihetta ottamalla aihe puheeksi ja tuomalla esille konkreettista tutkimustietoa, joita löysimme tätä tutkielmaa tehdessämme. Reflektiivisyys varhaiskasvattajina ja aiheen esiin tuominen työyhteisössä, lisää henkilöstöä pohtimaan oman toiminnan vaikutuksia eri kasvatustilanteissa ja kehittää osaamista.

Tutkimuskirjallisuudesta esiin nousseet tiedot ja tulokset saivat pohtimaan, saavatko vanhemmat esimerkiksi neuvolasta riittävästi tietoa siitä, miten paljon vaikutusta varhaisella vuorovaikutuksella ja kiintymyssuhteen luomisella lapseen on lapsen tunnesäätelytaitoihin? Entä onko varhaiskasvatuksen henkilöstöllä tarpeeksi tietoa, ymmärrystä ja koulutusta ottaa näitä asioita puheeksi niin työtiimissä kuin huoltajien kanssa keskusteluissa? Mikä estää sensitiivistä vuorovaikutusta varhaiskasvatuksessa? Voiko tähän vaikuttaa työn luonne, kiire, oma temperamentti, koulutuksen tai osaamisen puute, kilpaileva asenne työkaveria kohtaan, pitkä työura tai oma jaksaminen ja työhyvinvointi? Pohdimme tätä tutkielmaa tehdessämme, että varhaiskasvatuksessa työskentelee paljonkin henkilöitä, joilla alan peruskoulutus on opiskeltu jopa vuosikymmeniä sitten. Kuinka erilaista oli esimerkiksi 80- tai 90- luvun vuorovaikutusopinnot ja kuinka paljon kollegamme ovat tietoisia sensitiivisten vuorovaikutustaitojen merkityksestä lapsen hyvinvointiin varhaiskasvatuksessa? On suuri vaikutus lapsen kokemaan tunneilmapiiriin, saako lapsi rakkautta ja rajoja vai pelkästään rajoja.

Pohdittavaksi jäi myös, ovatko kirjallisuuskatsauksen antina löytyneet tutkimustulokset relevantteja? Onko jokin asia vaikuttanut tuloksien luotettavuuteen? Pohdimme, miksi tutkimukset olivat samansuuntaisia tuloksiltaan, voiko tulos olla yksiselitteinen? Vai emmekö löytäneet eriäviä tutkimuksia, olisiko se toisen tutkimuksen vertainen aihe? Johdattiko tutkimuksemme rajattu aihe tai

täsmällinen tutkimuskysymyksemme siihen, että löydetyt tutkimustulokset olivat niin samansuuntaisia? Näitä aiempia tutkimuksia lukiessamme, jäimme pohtimaan, löytyikö tutkimusaukko aiheesta, opettajien puutteellisen pedagogisen osaamisen vaikutuksesta lapsen tunnesäätelyn tukena. Löytyykö tästä tutkittua tietoa? Tämä voisi olla jo uuden tutkimuksen aihe.

## 5.2 Luotettavuus ja eettisyys

Tuomen ja Sarajärven (2018) mielestä laadullisen tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa kysymykset totuudesta ja objektiivisuudesta. Myös näkemykset totuuden luonteesta vaikuttavat suhtautumiseen luotettavuudesta. Totuusteorioita voidaan erottaa neljää erilaista. Korrespondenssiteoria väittää totta olevan vain, jos asia vastaa todellisuutta. Koherenssiteoriassa väite on yhtäpitävä tai johdonmukainen. Pragmaattisessa totuusteoriassa väite on tosi, jos se toimii ja on hyödyllinen. Konsensuksen totuusteoriassa ihmiset voivat luoda yhteisesti totuuden jostakin asiasta. Objektiivisen tiedon mahdollisuus liittyy totuusteorioihin. Tärkeää on erottaa havaintojen luotettavuus ja puolueettomuus. Tutkimuksessa tulisikin huomioida myös tutkijan puolueettomuusnäkökulma (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Eskolan ja Suorannan (1998) mukaan yhteistoiminnallisen tutkimuksen luotettavuus on reflektiivisen tutkijoiden yhteisten neuvottelujen tulos (Eskola & Suoranta, 1998).

Pohdimmekin, miten tulosten tulkinnan luotettavuuteen vaikuttivat ne seikat, että aihe oli meille entuudestaan tuttu ja myös henkilökohtainen oman työn kautta. Tämänkin vuoksi halusimme löytää pohdintamme tueksi tutkittua tietoa. Puolueettomana pysyminen heijastuu suoraan tulosten luotettavuuteen. Keskustelimme myös, että puolueettomana pysymiseen vaikutti myönteisesti se, että teimme tämän tutkielman kahdestaan, jolloin oli helpompi tulkita tuloksia objektiivisesti ja luotettavasti.

Tuomi ja Sarajärvi (2018) väittävät eettisen kestävyuden tutkimuksessa olevan luotettavuuden toinen puoli. Eettisyys koskee myös tutkimuksen laatua, sitoutuneisuutta, oikeita toimintatapoja ja niiden edistämistä. Tutkimuksen uskottavuus onkin suoraan verrannollinen tutkijan eettisiin ratkaisuihin. Tämä vaatiiikin rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimuksen tekemisessä, esittämisessä ja arvioinnissa (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Eskolan ja Suorannan (1998) mukaan tutkimus sisältää monia päätöksiä ja täten tutkijan etiikka joutuu koetukselle useita kertoja tutkimusta tehdessä (Eskola & Suoranta, 1998).

Eskola ja Suoranta (1998) kiteyttävätkin, että laadullisen tutkimuksen luotettavuuden ytimessä on tarkastella koko tutkimusprosessin ajan luotettavuuden ja eettisyyden toteutumista. Kun tutkija käsitteellistää ja tekee tulkintoja tutkittavasta ilmiöstä, on syytä pitää mielessä uskottavuus tutkimuksen luotettavuuden kriteerinä. Vaikka tutkimustuloksia ei aina voi yleistää, voidaan puhua tutkimustulosten siirrettävyydestä (Eskola & Suoranta, 1998).

Tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta on ollut hyvä pohtia jo ennen kuin aloimme tehdä tätä tutkielmaa. Tutkimusta yhdessä tehden puolueettomuus, eettisyys ja luotettavuus pysyvät oikeana, koska lähdemateriaalia on toinenkin tutkimassa ja tulkitsemassa. Tällöin havaintojen luotettavuus ja puolueettomana pysyminen näkökulmiensa kanssa tuo lisää luotettavuutta tutkimukseen. Vahvuutemme on ollut varmastikin kokemus katsoa ja tulkita asioita varhaiskasvatuksen näkökulmasta. Yhdessä tutkimusta tehdessä myös ennako-oletukset ja omat mielipiteet jäävät paremmin pois. Yhteiset keskustelut lisäävät refleksiivisyyttä tutkimukseen. Kävimmekin koko tutkielmantekoprosessin aikana yhteistä keskustelua heränneistä ajatuksista ja reflektoimme niitä yksin ja yhdessä syventäen näin yhteistä ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä.

### **5.3 Yhteenvetoa tuloksista**

Ahosen (2015) väite, että päiväkodin toimintakulttuuri voi synnyttää haastavia kasvatustilanteita sai meidät pohtimaan, miten lapsen etua on huomioitu alati muuttuvissa pedagogisissa ohjeissa ja asiakirjoissa (Ahonen, 2015). Ajatus ja lähtökohta on ollut hyvä, mutta ovatko muutokset kentälle toteutuneet lapsen edun mukaisesti vai ovatko nämä lisänneet kohtaamattomuutta, kiirettä ja stressiä toimintaympäristöön? Jääkö sensitiivisen ja laadullisen vuorovaikutuksen merkitys asiakirjojen ja pedagogisten suunnitelmien alle?

Rannan (2020) mukaan myös oppimisympäristöllä on vaikutusta. Myönteinen ja virheet salliva, eri tilanteet oppimiseen hyödyntävä oppimisympäristö, jossa opettaja voi omalla sensitiivisellä ja myönteisellä toiminnallaan sekä vuorovaikutuksellaan sanallistaa lapselle koettua tilannetta. Opettajan antama malli toimii täten lapselle esimerkkinä, miten selviytyä tilanteissa (Ranta, 2020). Varhaiskasvatuksen opettajina meillä on vastuu ryhmämme oppimisympäristöistä, myös psyykkisestä oppimisympäristöstä ja oppimisympäristöjen tunneilmapiiristä, jossa aikuinen kohtaa lapsen sensitiivisesti ja aidosti. Pohdimme, toteutuuko nämä läheskään kaikissa varhaiskasvatusryhmissä.

Köngäs (2018) on puolestaan tutkinut väitöstutkimuksessaan lasten tunneälyä ja sen näyttäytymistä varhaiskasvatuksessa. Lapsen vaikeudet tunnistaa tai hyväksyä omia tai toisten tunteita, tuo herkästi tunnesäätelyyn ylilyöntejä. Lapsi tarvitsee aikuisen turvallista vuorovaikutusta tunnesäätelynsä tueksi. Tunnesäätelytaitojen kehitykselle on täten merkitystä sillä, miten arjen struktuuri ja loogiset ryhmsäännöt ovat hallinnassa. Lapsille jatkuva valppaana olo ja meluisa ympäristö lisäävät aggressiivisuutta ja hyperaktiivisuuteen liittyvää stressihormonin tuotantoa kehossa. Lapsi, joka vasta harjoittelee tunteiden säätelyä, häiriintyy täten herkemmin ympäröivistä häiriötekijöistä, etenkin jos aikuinen ei ole tukemassa ja sanoittamassa tunteita (Köngäs, 2018). Mielestämme myös kodin rooli lasten tunneälykasvatuksessa on suuri. Jokaisessa kasvatusympäristössä, missä lapsi viettää aikaa, tulisi olla samansuuntaiset kasvatuspäämäärät ja aikuisilla sensitiivinen ja lämmin vuorovaikutustyyli sekä kyky kohdata lapsi kaikkine tunnetiloineen. Koivuniemi (2020) korostaakin aikuisen hyviä tunnetaitoja, jotta hän voi kohdata lapsen tunteet niitä kanssa säädellen, sanoittaen ja mallintaen moninaisten tunteiden kirjoa (Koivuniemi, 2020).

Kirjallisuuskatsauksen yhteenvetona voidaan todeta, että useat tutkimukset osoittavat vuorovaikutuksen laadulla olevan suuri merkitys lapsen tunnesäätelyssä ja lapsen kohtaamisessa sekä myös laajemmin katsottuna lapsen tuleviin akateemisiin taitoihin ja kouluvalmiuteen (mm. Ahonen, 2015; Mänty ym., 2022; Kurki, 2017; Köngäs, 2018; Veijalainen, 2020; Ranta, 2020). Meillä molemmilla on pitkä työkokemus varhaiskasvatuksen työkentältä ja tiedostamme aikuisen roolimallin tärkeyden tunnesäätelyssä. Koemme myös, että sensitiivisyys ja lämminvuorovaikutus ovat meille kummallekin jo hyvin luontainen ominaisuus toimia lasten kanssa. Tutkimusaineistoa lukiessamme meitä molempia hieman yllätti silti, kuinka kauaskantoiset vaikutukset sensitiivisellä ja lämpimällä vuorovaikutuksella on lapsen kehitykselle ja jopa tuleville akateemisille taidoille. Mielestämme tähän teemaan tulisi varhaiskasvatuksessa kiinnittää entistä enemmän huomiota ja korostaa sen merkitystä, esim. järjestämällä henkilökunnalle koulutuspäiviä tai pedagogisia iltapäiviä ja ottamalla säännöllisesti puheeksi esimerkiksi varhaiskasvatuksen arvot, joista yksi on sensitiivinen kohtaaminen ja lämmin vuorovaikutus.

#### **5.4 Jatkotutkimusideat**

Empiirisistä tutkimusta voisi lähteä tekemään pro gradu -tutkielmassa haastattelemalla varhaiskasvatuksen opettajia heidän kokemuksistaan ja havainnoistaan lasten tunnesäätelytaidoista sekä myös heidän käsityksistään koskien opettajan omaa vuorovaikutuksen laatua suhteessa lapseen.

Tutkimusta voisi tehdä myös vanhempien näkökulmasta varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä lapsen kehitykselle. Yksi näkökulma on myös neuvolan ja varhaiskasvatuksen yhteiset kokemukset ja havainnot lasten tunnesäätelystä. Jatkotutkimusideana voisi olla myös tarkastelu varhaiskasvatuksen opettajien pedagogisesta osaamisesta ja nimenomaan vuorovaikutuksen kompetenttiuden kautta.

## Lähteet

- Ahonen, L. (2015). *Varhaiskasvattajan toiminta päiväkodin haastavissa kasvatustilanteissa* (Väitöskirja). Tampere. Haettu osoitteesta <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/98158>
- Ahonen, L. (2017). *Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja*. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Aro, T. (2014). Miten ymmärrämme itsesäätelyn? Teoksessa T. Aro & M.-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 10–18). Porvoo: Niilo Mäki Instituutti.
- Eklund, K. & Heinonen, J. (2014). Lapsen itsesäätelyn tukeminen arjessa. Teoksessa T. Aro & M.-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 216–235). Porvoo: Niilo Mäki Instituutti.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Vastapaino. Haettu osoitteesta: <https://www.ellibslibrary.com/oy/9789517685047>
- Hakala, J. T. (2018). Toimivan tutkimusmenetelmän löytäminen. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I: Metodien valinta ja aineistonkeruu, virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Jyväskylä: PS-kustannus. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789524515160>
- Kajamies, A., Mattinen, A., Kaurila, M.-L. & Lehtonen, E. (2016). Emotional support constructing high quality scaffolding in day care. *Journal of Early Childhood Education Research*, 5(1), 162–188. Haettu osoitteesta <https://journal.fi/jecer/article/view/114055/67254>
- King, E. & La Paro, K. (2015). Teachers' language in interactions: an exploratory examination of mental state talk in early childhood education classrooms. *Early Education and Development*, 26(2), 245-263. Haettu osoitteesta <https://www.tandfonline.com/pc124152.oulu.fi:9443/journals/heed20>
- Koivula, M. & Huttunen, K. (2018). Children's social-emotional development and its support: guest editorial. *Journal of Early Childhood Education Research*, 7(2), 177-183. Haettu osoitteesta <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/60936/editorialissue72.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Koivuniemi, M., Kinnunen, S., Mänty, K., Järvenoja, H. & Näykki, P. (2021). Varhaiskasvatushenkilöstön käsityksiä lasten tunteiden säätelytaitojen kehittymisestä – Käytäntöön integroitu koulutus ammatillisen kehittymisen tukena. *Journal of Early Childhood Education Research*, 10(2), 264–292. Haettu osoitteesta <https://journal.fi/jecer/article/view/114166/67365>
- Koivuniemi, M., Kinnunen, S., Mänty, K., Järvenoja, H., & Näykki, P. (2020). *Arjen sosioemotionaaliset haasteet oppimistilanteina: 4T-toimintamalli lapsen kehittyvien tunteiden säätelytaitojen tukemiseksi*. Haettu osoitteesta <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789526226484.pdf>
- Kurki, K. (2017). *Young children's emotion and behaviour regulation in socio-emotionally challenging situations* (Väitöskirja). Oulu. Haettu osoitteesta <http://urn.fi/urn:isbn:9789526216973>

- Kurki, K., Järvenoja, H., Järvelä, S. & Mykkänen, A. (2016). How teachers co-regulate children's emotions and behavior on socio-emotionally challenging situations in day-care settings. *International Journal of Educational Research* (76), 76-88. Haettu osoitteesta [https://www-sciencedirect-com.pc124152.oulu.fi:9443/science/article/pii/S0883035515304092?via%3Dihub](https://www.sciencedirect-com.pc124152.oulu.fi:9443/science/article/pii/S0883035515304092?via%3Dihub)
- Köngäs, M. (2018). "Eihän lapsil ees oo hermoja". *Etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa* (Väitöskirja). Rovaniemi. Haettu osoitteesta [https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63145/K%0c3%b6ng%0c3%a4s\\_Mirja\\_ActaE\\_235p\\_dfA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63145/K%0c3%b6ng%0c3%a4s_Mirja_ActaE_235p_dfA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Köngäs, M. & Määttä, K. (2020). Pienten lasten hyvinvoinnin tukeminen päiväkodissa tunnesäätelyä ohjaamalla. *Kasvatus: Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja*, 51(5), 539–550. Haettu osoitteesta [https://lacris.ulapland.fi/ws/portalfiles/portal/16345684/KLK\\_ng\\_s\\_M\\_tt.pdf](https://lacris.ulapland.fi/ws/portalfiles/portal/16345684/KLK_ng_s_M_tt.pdf)
- Laaninen, T. (8.8.2023). Puhuttiinko teillä tunteista? *Helsingin sanomat*. Haettu osoitteesta: <https://www.hs.fi/perhe/art-2000009608920.html>
- Laaninen, T. (10.7.2021). Varhaislapsuuden kokemukset voivat heijastua loppuelämään monenlaisina ongelmina – psykologi selittää, mikä ominaisuus on vanhemmille ensisijaisen tärkeä. *Helsingin Sanomat*. Haettu osoitteesta <https://www.hs.fi/perhe/art-2000006612136.html>
- Luukka, M.-R. (2002). Mikä tekee tekstistä tieteellisen? Teoksessa M. Kinnunen & O. Löytty. *Tieteellinen kirjoittaminen*, (s. 13–28). Haettu osoitteesta [https://moodle.oulu.fi/pluginfile.php/1569662/mod\\_resource/content/1/Mik%0c3%A4\\_tekee\\_tekstis\\_t%0c3%A4\\_tieteellisen.pdf](https://moodle.oulu.fi/pluginfile.php/1569662/mod_resource/content/1/Mik%0c3%A4_tekee_tekstis_t%0c3%A4_tieteellisen.pdf)
- Metsämuuronen, J. (2011). *Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä (opiskelija- ja tutkijalaitokset)*. International Methelp. (Luku: Laadullisen tutkimuksen perusteet). Haettu osoitteesta <https://www-booky-fi.pc124152.oulu.fi:9443/lainaa/1234>
- Mänty, K., Kinnunen, S., Rinta-Homi, O. & Koivuniemi, M. (2022). Enhancing early childhood educators' skills in co-regulating children's emotions: a collaborative learning program. *Educational Psychology* (7). Haettu osoitteesta <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2022.865161/full>
- Mäntymaa, M., Luoma, I., Puura, K. & Tamminen, T. (2003). *Tunteet, varhainen vuorovaikutus ja aivojen toiminnallinen kehitys*. Haettu osoitteesta <https://www.duodecimlehti.fi/duo93467>
- Niikko, A. (2018). Tutkiva opettaja ongelmanratkaisijana. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I: Metodien valinta ja aineistonkeruu, virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Jyväskylä: PS-kustannus. Haettu osoitteesta <https://www.elibslibrary.com/oy/978-952-451-516-0>
- Opetushallitus. (2022). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022*. Haettu osoitteesta [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2022\\_1.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_1.pdf)
- Pakarinen, E., Lerkkanen, M.-K. & von Suchodoletz, A. (2020). Teacher emotional support in relation to social competence in preschool classrooms. *International Journal of Research & Method*

in *Education*, 43(4), 444-460. Haettu osoitteesta <https://www.tandfonline.com/pc124152.oulu.fi:9443/doi/full/10.1080/1743727X.2020.1791815>

Pelo, M. (6.9.2023). Kukaan vanhempi ei selviä arjesta suuttumatta – tämä turvasuunnitelma voi helpottaa hetkiä, joissa pakka meinaa levitä. *YLE*. Haettu osoitteesta <https://yle.fi/aihe/a/20-10005319>

Puura, K. & Tamminen, T. (2016). *Pikkulapsipsykiatria – ei tarua vaan todellisuutta*. Haettu osoitteesta <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2016/10/duo13136?keyword=%20tunnes%C3%A4%C3%A4tel%20y>

Ranta, S. (2020). *Positiivinen pedagogiikka suomalaisessa varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa*, (Väitöskirja). Rovaniemi. Haettu osoitteesta [https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/64412/Ranta\\_Samuli\\_Acta%20electronica%20Universitatis%20Lapponiensis%20283.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/64412/Ranta_Samuli_Acta%20electronica%20Universitatis%20Lapponiensis%20283.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2009). *Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Kvalitatiivisten menetelmien verkko-oppikirja*. Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston julkaisuja 2009. Haettu osoitteesta <https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoarkisto/julkaisut/kvalimotv.pdf>

Sainio, T., Pajulahti, R. & Sajaniemi, N. (2020). *Näin tuet lapsen itsesäätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa*. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Salminen, A. (2011). *Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin*. Vaasan yliopisto opetusjulkaisuja. Haettu osoitteesta [https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf](https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf)

Sandberg, E. (2021). *Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa*. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Sarasti, K & Arosilta, H-M (17.4.2020). Pienikin lapsi voi oppia tunnetaitoja, nämä 14 harjoitusta auttavat sietämään ikäviä tunteita. Helsingin Sanomat. Haettu osoitteesta: <https://www.hs.fi/perhe/art-2000006476816.html>

Sormunen, J. (18.12.2017). Vauvan aivot, osa 4: Tunteet ja itsesäätely opitaan vuorovaikutuksessa. *YLE*. Haettu osoitteesta <https://areena.yle.fi/podcastit/1-4313649>

Trogen, T. (2020). *Positiivinen kasvatus*. Jyväskylä: PS-Kustannus.

TunTuVa-hanke. Haettu osoitteesta <https://tuntuvahanke.wordpress.com/>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Haettu osoitteesta <https://www.ellibrary.com/reader/9789520400118>

Varhaiskasvatuslaki. L 540/2018. Haettu osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20180540#L1>

Veijalainen, J. (2020 a). *Lasten itsesäätely lasten kuvaamien hallintakeinojen ja tunneilmaisun näkökulmasta*, (Väitöskirja). Helsinki. Haettu osoitteesta



<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/318920/LASTENIT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Veijalainen, J. (2020 b). Lasten itsesäätely lasten kuvaamien hallintakeinojen ja tunneilmaisun näkökulmasta. *Kasvatus & Aika*, 14 (4), 46–51. Haettu osoitteesta <https://doi.org/10.33350/ka.98386>

Vlasov, J., Salminen, J., Repo, L., Karila, K., Kinnunen, S., Mattila, V., ... Sulonen, H. (2018). *Varhaiskasvatuksen laadun arvioinnin perusteet ja suositukset*. Karvi Julkaisut 24:2018. Haettu osoitteesta [https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI\\_Perusteet-ja-suositukset\\_web.pdf](https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI_Perusteet-ja-suositukset_web.pdf)