



Sippola Terttu

Tunnetaitojen tukemisen ja laadukkaan vuorovaikutuksen merkitys varhaiskasvatuksessa

Kandidaatin tutkielma
KASVATUSTIETEIDEN JA PSYKOLOGIAN TIEDEKUNTA
Varhaiskasvatus
2024

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunta

Tunnetaitojen tukemisen ja laadukkaan vuorovaikutuksen merkitys varhaiskasvatuksessa
(Terttu Sippola)

Kandidaatin tutkielma, 33 sivua

toukokuu 2024

Kandidaatin tutkielmani käsittelee tunnetaitojen tukemisen ja laadukkaan vuorovaikutuksen merkitystä varhaiskasvatuksessa. Tutkimuskysymykseni on: Millainen merkitys varhaiskasvatuksella ja vuorovaikutuksen laadulla on lapsen tunnetaitojen oppimisessa? Tutkielmani tavoitteena on lisätä varhaiskasvatusten ammattilaisten tietoa tunnetaitojen ja tundesäätelyn sekä vuorovaikutuksen merkityksestä lapsen hyvinvoinnille.

Tutkielmani on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Tutkielmani aineisto koostuu kotimaisista ja kansainvälisistä tutkimuksista ja artikkeleista sekä aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta.

Varhaiskasvatus tavoittaa suuren määrän lapsia, joten varhaiskasvatuksen ammattilaisten antamalla tuella on suuri merkitys lapsen tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. Varhaiskasvatuksen ammattilaisen on tärkeää tiedostaa, että lapsen aivot kehittyvät voimakkaasti lapsuudessa ja varhaislapsuus on hyvin merkittävää aikaa tunteiden säätelyn ja vuorovaikutustaitojen oppimisessa. Kun aivojen kehitys, stressin vaikutus, temperamentti ja erityisherkkyys otetaan huomioon varhaiskasvatuksessa, niin varhaiskasvatuksen ammattilainen pystyy tarjoamaan lapselle oikeanlaista ja oikea-aikaista tukea tunteiden tunnistamiseen ja hallitsemiseen. Varhaiskasvatuksen ammattilaiselle on tärkeää tiedostaa omat käsitykset ja ennakoasenteet sekä kehittää omia vuorovaikutustaitoja. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten mallintamat toimintatavat vaikuttavat siihen millaisia tunnetaitoja ja vuorovaikutustaitoja lapsi oppii varhaiskasvatuksessa. Tämän vuoksi on tärkeää, että varhaiskasvatuksen ammattilainen pitää yllä ja kehittää omaa ammattitaitoa.

Avainsanat: tunnetaidot, tundesäätely, vuorovaikutus, varhaiskasvatus

Sisältö

1	Johdanto	4
2	Teoreettinen viitekehys	6
2.1	Tunnetaidot ja tunnesäätely	6
2.2	Vuorovaikutus.....	7
3	Tutkimuksen toteutus	8
3.1	Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymys.....	8
3.2	Tutkimusmenetelmä, -aineisto ja -prosessi	8
3.3	Eettiset näkökulmat ja luotettavuus	11
4	Tulokset	13
4.1	Varhaiskasvatuksen merkitys lapsen tunnetaitojen oppimisessa	13
4.1.1	<i>Aivojen kehittyminen ja stressin vaikutus</i>	14
4.1.2	<i>Temperamentti</i>	16
4.1.3	<i>Eryyisherkkyys</i>	17
4.2	Vuorovaikutuksen laadun merkitys tunnetaitojen oppimisessa	19
5	Yhteenveto	22
6	Pohdinta	25
	Lähteet	29

1 Johdanto

Tutkielmani aiheena on tunnetaitojen kehittyminen ja tukeminen sekä vuorovaikutuksen laadun merkitys tunnetaitojen kehittymiselle. Aikuisen ohjaus ja tuki ovat edellytys sille, että lapset pystyvät oppimaan tunteiden säätelytaitoja (Koivuniemi, Kinnunen, Mänty, Järvenoja & Näykki, 2021). Tutkielmassani tarkastelen tutkimustietoa lasten tunnetaitojen ja tunnesäätelyn kehittymisestä ja analysoin varhaiskasvatuksen merkitystä lapsen tunnetaitojen oppimiselle aiemman tutkimustiedon pohjalta.

Tutkielmassani olen lisäksi ottanut huomioon laadukkaan vuorovaikutuksen merkityksen tunnetaitojen oppiselle. Varhaiskasvatusarjen tilanteissa ei ole helppoa huomata tunteiden säätelytaitojen oppimista mahdollistavia tilanteita (Koivuniemi ym., 2021). Kasvattajilta vaaditaan nopeaa reagointikykyä, koska vuorovaikutustilanteet arjessa ovat hyvin nopeitempöisiä (Salminen, 2022). Ahosen (2022) mukaan hyvä pedagogiikka perustuu aina laadukkaaseen vuorovaikutukseen, mikä tekee vuorovaikutuksesta ja pedagogiikasta olennaisen osan varhaiskasvatusta. Kehittämällä vuorovaikutustaitojaan kasvattaja pystyy parantamaan pedagogisen toiminnan laatua ja luomaan parempia suhteita lapsiin (Ahonen, 2022, s. 60).

Ammattitaito ja herkkyys tunnistaa eri tilanteissa pedagogisia mahdollisuuksia näkyä henkilökunnalla lasten aloitteiden ja tunnetilojen huomaamisena sekä kykyä muuttaa ja suunnata omaa toimintaa sen perusteella (Opetushallitus, 2022). Aikuisilla tulee olla teoreettista tietoa ja käytännön osaamista, että he pystyvät huomaamaan ja hyödyntämään varhaiskasvatuksen arjessa tilanteet, joissa lapsille voidaan opettaa tunteiden säätelytaitoja (Koivuniemi ym., 2021). Varhaiskasvatuksessa työskentelevillä on suuri vastuu huomata lasten tuen tarpeet, sillä mitä varhaisemmassa vaiheessa ne huomataan, niin sitä paremmin ne pystytään ratkaisemaan oikea-aikaisesti ja lapsen edun mukaisesti. Tämän vuoksi on hyvin tärkeää, että varhaiskasvatuksessa työskentelevät ovat koulutuksen saaneita ammattilaisia, ja he osaavat tukea lapsen tunnetaitojen kehittymistä ikätason mukaisesti oikeaan suuntaan.

Aikuisen on hyvin tärkeää havainnoida miten oma toiminta vaikuttaa lasten kehitykseen ja lapsiryhmän toimintaan (Heikka, Hujala, Turja & Fonsen, 2017). Alijoki ja Pihlaja (2017) kertovat artikkelissaan, että varhaiskasvatuksen opettajan tärkeä ohjauksen elementti on se, miten opettaja osoittaa omalla esimerkillään ryhmässä arvostusta ja kunnioitusta kaikkia ryhmän lapsia ja työntekijöitä kohtaan sekä kohtelee kaikkia tasavertaisina ryhmän jäseninä. Heidän mukaansa

lapsen sosiaalisten taitojen kehittymisen kannalta on tärkeää oppia ottamaan muut ihmiset huomioon sekä arvostamaan ja kunnioittamaan muita lapsia ja aikuisia vertaissuhteita luotaessa (Alijoki & Pihlaja, 2017). Tunnetaidot ovat merkittävässä roolissa, kun lapset ovat vuorovaikutuksessa aikuisten ja toisten lasten kanssa.

Poikkeus ja Alasuutari (2021) kertovat artikkelissaan, että oppilaiden hyvinvoinnin näkökulmasta katsottuna tarvittaisiin lisää tietoa siitä, millaista tukea lapset ja nuoret ovat saaneet itsesääätelytaitojen oppimiseen. Heidän mukaansa kansainvälisessä tutkimuksessa on havaittu, että erityisesti 7-vuotiaana arvioitu emotionaalinen hyvinvointi ennusti parempia oppimistuloksia lapsen myöhemmissä ikävaiheissa (Poikkeus & Alasuutari, 2021). Päädyin valitsemaan tutkielmaani tämän aiheen, koska lapsuudessa opituilla tunnetaidoilla ja vuorovaikutustaidoilla on suuri merkitys siihen millaisia tulevaisuuden aikuisia meistä kasvaa. Tulevana varhaiskasvatuksen opettajana halusin syventää omaa tietotaitoa tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen merkityksestä lapsen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Opettajille on tärkeää ymmärtää yleisesti itsesääätelytaitojen merkitys akateemisessa ja sosiaalisessa toiminnassa sekä lisäksi se, millainen vaikutus opettajan omilla itsesääätelytaidoilla on lapseen (Kurki, 2017, s. 72). Tunnetaidoille ja niiden kautta vuorovaikutustaidoille rakennetaan kivijalka varhaislapsuudessa, ja mitä paremmin se on pystytty rakentamaan, sitä parempi pohja luodaan lapsen kasvulle, kehitykselle ja oppimiselle.

Kun lapsi joutuu toistuvasti kohtaamaan yksinäisyyden tunteita ja selviytymään konfliktitilanteista yksin tai aikuisen antaman lyhyen ohjeen tai käskyn avulla, vahvistuvat yhä enemmän ne ajattelu- ja käytösmallit, jotka voivat edesauttaa syrjäytymistä, kiusaamiselle altistumista ja ongelmakäyttäytymistä (Köngäs, 2018, s. 196). Haastavissa kasvatustilanteissa vuorovaikutuksen laatu on merkittävä tekijä, koska pedagogiikan taustalla on aina vuorovaikutus (Ahonen, 2015). Tutkielmani nostaa esille lapsuudessa opittujen tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen merkityksen lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja lisää varhaiskasvatuksen opettajien tietoa tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen oppimisen tärkeydestä. Kun varhaiskasvatuksessa tunnistettaisiin lapsen tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimisen tärkeys, niin se myös pitkällä tähtäimellä hyödyttäisi koko yhteiskuntaa, kun lapsista kasvaisi tasapainoisia ja hyvinvoivia tulevaisuuden aikuisia.

2 Teoreettinen viitekehys

Tässä luvussa esittelen tutkielmani ymmärtämisen kannalta keskeisimmät käsitteet.

2.1 Tunnetaidot ja tunnesäätely

Meillä on taito tunteiden tuntemiseen syntymästämme lähtien, mutta tunteiden säätelyyn tarvittavat kognitiiviset taidot, kuten tunteiden nimeäminen, kielellisten ohjeiden ymmärtäminen ja tilanteiden arviointi alkavat kehittyä vasta noin kahden vuoden ikäisenä (Koivula & Laakso, 2022). Lapsuudessa muotoutuu tunneilyn perusta ja siksi sen tukemiseen panostaminen on silloin hyödyllisintä (Köngäs, 2018, s. 199). Lapsen itsesäätelytaidot ovat vasta kehittymässä, joten hän tarvitsee rinnalleen tilanteita sensitiivisesti tulkitsevan aikuisen (Syrjämäki & Ahonen, 2022).

Lapsen elämässä olevat ihmissuhteet ja niiden kautta saadut kokemukset sekä kulttuurinen konteksti vaikuttavat siihen, miten lapsi oppii erittelemään, nimeämään ja säätelämään tunteitaan (Koivula & Laakso, 2022). Kun lapsi tulee ymmärretyksi ja hyväksytyksi tunteineen, niin silloin myös lapsen empatiataidot kehittyvät (Alijoki & Pihlaja, 2017). Varhaiskasvatuksessa on tärkeää puhua tunteista ja nimetä niitä sekä keskustella miltä ja missä tunteet tuntuvat ja mikä auttaa tunnetilasta ylipääsemisessä (Koivula & Laakso, 2022).

Tunne eli emotio jaetaan kolmeen tekijään: tunteen kokemiseen tai tuntemiseen, tunteiden ilmaisemiseen ja tunteiden heräämiseen tai tunteiden viritystilan syntymiseen (Keltikangas-Järvinen, 2009, s. 73). Koivula ja Laakso (2022) kertovat, että 1–2-vuotiaana lapset alkavat ymmärtää tunneviestien merkityksen, jolloin he oppivat lukemaan tunneinformaatiota toisista ihmisistä ja se alkaa ohjaamaan heidän käyttäytymistensä. Heidän mukaansa lapsen mielen sisäinen ymmärrys tunteista kehittyy noin kahden vuoden iästä alkaen, jolloin he osaavat nimetä omia ja toisten tunteita sekä he puhuvat tunteista tulevissa ja menneissä tapahtumissa. Lasten tunneviestintä keskittyy kuitenkin silloin lähinnä isoihin tunteisiin, kuten mielihyvän tai mielihyvän tunteeseen sekä tunteen voimakkuuteen (Koivula & Laakso, 2022).

Lasta tulee auttaa löytämään sanat erilaisille tunteille ja mielialoille, jolloin hän pystyy käsittelemään niitä ajatuksissaan ja löytää keinot niiden hallintaan (Keltikangas-Järvinen, 1996, s. 142–143). Omien tunteiden tunnistamisen ja tulkinnan lisäksi hyviin tunnetaitoihin liittyy kyky

tunnistaa ja tulkita myös muiden tunteita (Ahonen, 2022, s. 21). Kasvojen ilmeistä lapset oppivat ensin tunnistamaan ilon, surun ja vihan, ja niiden jälkeen pelon ja hämmästyksen sekä viimeisenä inhon (Koivula & Laakso, 2022).

2.2 Vuorovaikutus

Varhaiskasvatuksessa olisi tärkeää tiedostaa varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen merkitys, koska päiväkotia voi olla lapsella ensimmäinen kodin ulkopuolinen ympäristö, jonne hän jää ilman vanhempiaan (Koivula & Laakso, 2022). Lapsen aiempi elämäkokemus tulee lapsen mukana varhaiskasvatukseen ja siinä merkityksellisiä tekijöitä ovat huoltajan ja lapsen väliset vuorovaikutus- ja kiintymyssuhteet, ja lisäksi henkilöstöllä on tärkeä tehtävä pystyä luomaan luottamuksellinen suhde lapseen (Opetushallitus, 2022). Vuorovaikutusympäristön muodostavat lasten ja aikuisten väliset suhteet sekä lasten keskinäiset suhteet, mutta vastuu lapsiryhmän ilmapiiristä on aikuisilla ja aikuisten tulee myös edistää ja vahvistaa lasten välisiä suhteita (Syrjämäki & Ahonen, 2022).

Ajattelun ja oppimisen taidot luovat pohjan muun osaamisen kehittymiselle sekä elinikäiselle oppimiselle ja ne kehittyvät vuorovaikutuksessa muiden ihmisten ja ympäristön kanssa (Opetushallitus, 2022). Lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle on tärkeää kasvattajan ja lapsen välisen vuorovaikutuksen jatkuvuus ja luottamuksellisuus (Salminen, 2022). Pienten lasten kanssa työskenneltäessä nonverbaalisen vuorovaikutuksen rooli korostuu (Ahonen, 2022, s. 59). Aikuisen ja lapsien välisessä vuorovaikutuksessa aikuisen äänensävyn, eleiden, ilmeiden ja kehonasennon tulee viestiä lapsille sensitiivistä läsnäoloa ja tietoa siitä, että aikuinen on täällä juuri heitä varten (Syrjämäki & Ahonen, 2022).

Lapsen identiteetin, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin kannalta on hyvin tärkeää, millaiset vuorovaikutustaidot lapsi oppii ja miten lapsi osaa ilmaista itseään sekä ymmärtää muita (Opetushallitus, 2022). Pienet lapset vasta harjoittelevat vuorovaikutustaitoja ja heidän kommunikointinsa on vielä lyhytkestoista, joten on hyvin tärkeää, että aikuinen pitää kommunikointia yllä ja sanoittaa leikkutilanteita (Salminen & Salonen, 2022). Empaattisella ja sensitiivisellä vuorovaikutuksella aikuinen osoittaa joustavuutta, jolloin lapsen ajatukset, tarpeet ja tunteet tulevat aidosti ymmärretyksi (Ahonen, 2022, s. 40).

3 Tutkimuksen toteutus

Tässä luvussa kuvaan yksityiskohtaisesti tutkimusprosessini etenemisen.

3.1 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymys

Tutkimuksessani lähestyn lasten tunnetaitojen ja tunnesäätelyn kehittymistä aivojen kehityksen, stressin vaikutuksen, temperamentin ja erityisherkkyyden näkökulmista. Tutkimukseni tavoitteena on lisätä tietoa varhaiskasvatuksen merkityksestä tunnetaitojen ja tunnesäätelyn oppimiselle. Tunnetaidot opitaan vuorovaikutussuhteissa toisten ihmisten kanssa, joten toisena tavoitteena on lisätä tietoa vuorovaikutussuhteiden laadullisesta merkityksestä tunnetaitojen oppimisessa.

Tutkimuskysymykseksi muodostui:

Millainen merkitys varhaiskasvatuksella ja vuorovaikutuksen laadulla on lapsen tunnetaitojen oppimisessa?

Tämä tutkielma tarjoaa tietoa erityisesti varhaiskasvatuksen opettajille lasten tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen oppimisen tärkeydestä lapsuudessa ja miten niiden taitojen oppimista voidaan varhaiskasvatuksessa tukea. Tutkielma nostaa esille myös varhaiskasvatuksen opettajan omien tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen hallitsemisen tärkeyden niiden opettamisen mahdollistajana. Lisäksi tutkielma tuo esille varhaiskasvatuksen ammattilaisten ammattitaidon ylläpitämisen ja kehittämisen tärkeyden koulutuksien kautta koko urapolun ajan.

3.2 Tutkimusmenetelmä, -aineisto ja -prosessi

Tutkimukseni on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Tutkimusta tehdessä täytyy käyttää tieteellistä menetelmää ja se vaatii metodin valitsemista, koska tiedonhankinnan tulee olla järjestelmällistä ja järkipäristä (Salminen, 2011). Tutkimukseni metodiksi valitsin kuvailevan kirjallisuuskatsauksen. Kirjallisuuskatsaus rakentaa asiakokonaisuudesta kokonaiskuvan ja sen avulla voidaan kehittää, rakentaa ja arvioida teoriaa sekä tunnistaa ongelmia (Salminen, 2011). Kasvatus- ja hoitotodellisuuden kuvaamiseen ja hallitsemiseen saadaan virikkeitä psykologiasta ja sosiologiasta, jolloin haastetta voi aiheuttaa naapuritieteiden teorioihin perehtyminen (Metsämuuronen, 2003). Tutkimukseeni olen pyrkinyt löytämään aineistoa, jonka avulla saan

rakennettua ehjän kokonaiskuvan tutkimastani aiheesta ja se on vaatinut perehtymistä naapuri-tieteiden tekemiin tutkimuksiin.

Teoreettinen viitekehys määrää käytettävän aineiston ja sen analysointimenetelmän (Alasuutari, 2011). Teoreettisessa viitekehyksessä olen pyrkinyt määrittelemään ja avaamaan aiemman tutkimuksen ja kirjallisuuden avulla ne käsitteet, jotka ovat mielestäni keskeisiä tutkimani aiheen kannalta. Tutkimussuunnitelmaa tehdessäni pohdin, että pitäisikö teoreettiseen viitekehukseen käsitteenä ottaa vielä mukaan varhaiskasvatuksen opettaja, mutta päätin jättää sen määrittelyn ulkopuolelle, koska tutkimus on suunnattu varhaiskasvatuksen opettajien käyttöön, niin heille ei tarvitse sitä käsitettä erikseen määritellä.

Metsämuuronen (2003) kirjoittaa tutkimusprosessin vaikeimman vaiheen useille opiskelijoille olevan aiheen valitsemisen. Hänen mukaansa aihetta on yleensä kannattavaa etsiä omien mielenkiinnonkohteiden joukosta, koska silloin tiedon etsiminen on itselle mielenkiintoisempaa (Metsämuuronen, 2003). Lähtiessäni miettimään tutkielmalleni tutkimuskysymystä tiesin, että haluan toteuttaa tutkimuksen tunnetaitoihin liittyvästä aihealueesta. Opinnäytetyössä on tärkeää muistaa aiheen rajaamisen tärkeys (Metsämuuronen, 2003). Ensin mietin aihealueeksi erityisherkkyyttä tai temperamenttia, mutta lopputulemana päädyin valitsemaan aiheeksi tunnetaitojen tukemisen ja vuorovaikutustaitojen laadun merkityksen. Näin sain mukaan myös ensin miettimäni aihealueet koskien erityisherkkyyttä ja temperamenttia osana laajempaa kokonaisuutta.

Tarvitaan tahtoa ja päättäväisyyttä, että laadullinen tutkimus saadaan vietyä loppuun asti (Hakala, 2018). Tutkimuksen tekemisen ohella minulla on ollut suoritettavana harjoittelu ja lisäksi muita kursseja, joiden tehtävät ovat työllistäneet minua, joten haasteena on ollut ajankäytön priorisointi ja tutkimuksen vieminen loppuun suunnitellussa ajassa. Koska tämän vuoksi tutkimuksen teossa on ollut välillä jopa yli kuukauden mittaisia taukoja, niin olen varmistanut tutkimuksen sujuvan jatkumisen aina tutkimusta tehdessäni kirjaamalla erilliseen dokumenttiin tutustumani aineistot, tutkielmaani tekemäni muutokset, mahdolliset haasteet ja jatkamiseen liittyvät ideat sekä muut olennaiset tiedot. Näin toimimalla olen varmistanut, että olen pystynyt jatkamaan tutkielmani tekemistä sujuvasti tutkimuksen aikana olleiden pitkien taukojen jälkeen.

Tutkimuskysymys ohjaa kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tutkimusprosessia (Kangasniemi ym., 2013). Tutkimussuunnitelmaa tehdessä muodostin tutkielmalleni kaksi erillistä tutkimuskysymystä, jotka tutkimuksen edetessä muotoutuivat yhden kysymyslauseen sisälle. Aloitin

tutkimusprosessini lainaamalla kirjastosta monipuolisesti aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja niitä lukemalla sain muodostettua kokonaiskuvan valitsemastani aihealueesta. Tutkielmani tutkimuskysymys ohjasi kirjallisuuden lukemista ja niistä itselleni tekemiä muistiinpanoja.

Kirjallisuuteen perehtymisen jälkeen jatkoin aineiston etsimistä Oula-Finnan tietokannoista ja käytin aineistojen etsimisessä apuna myös Google Scholar -hakukonetta. Rotherin mukaan implisiittisessä aineiston valinnassa raportointia tehdessä ei tuoda esille aineiston hankintaan käytettyjä tietokantoja tai tutkijan aineiston valintaan käyttämiä kriteereitä (viitattu lähteessä Kangasniemi ym., 2013). Aineistoni valinta oli implisiittistä, ja näin ollen valintaprosessi ei ole täysin läpinäkyvä, koska tutkielmani ei tuo selvästi esille mistä tietokannoista olen aineistoa etsinyt ja millaisia kriteerejä olen aineiston valinnassa käyttänyt. Jatkoin tutkimusprosessiani etsimällä tutkimuksia ja artikkeleita lukemastani kirjallisuudesta löytämieni lähdeviittausten perusteella. Kokeilin myös etsiä tutkimuksia ja artikkeleita itse valitsemieni aihealueeseen liittyvien sekä suomenkielisten että englanninkielisten hakusanojen avulla, mutta tulini siihen tulokseen, että löydän relevanteimmat aineistot, kun etsin aineistoa monipuolisesti lukemani kirjallisuuden esiin nostamien lähteiden avulla. Tutkimusprosessini edetessä perehdyin myös löytämieni artikkeleiden ja tutkimusten lähdeluetteloihin, ja etsin niiden avulla lisää aineistoa ja tietoa tutkittavasta aiheesta. Kirjallisuuden kautta muodostamani kokonaiskuva auttoi minua tutkimuksen onnistumisen kannalta oleellisimman tiedon etsimisessä ja löytämisessä, ja näin sain mielestäni kerättyä kattavan ja runsaan aineiston, jonka avulla pystyin vastaamaan tutkielmalleni asettamaan tutkimuskysymykseen.

Hakuprosessin aikana tallensin oman tietokoneeni kovalevyllä ne aineistot, joiden uskoin auttavan minua tutkimuskysymykseen vastaamisessa. Kävin hakuprosessini tuloksena saadun aineiston huolella läpi ja analysoidessani aineistoa korostin aineistoon eri väreillä tutkimuskysymykseni kannalta merkittäviä ja tärkeitä asioita sekä asiakokonaisuuksia. Korostin vaaleanpunaisella värillä ne asiat, jotka heti ensimmäisellä kerralla aineistoa lukiessani koin olevan merkittäviä asioita tutkielmani kannalta. Vihreää väriä käytin lauseisiin, joiden ajattelin olevan oleellista tietoa tutkimukseni kannalta, ja joita voisin mahdollisesti käyttää tutkielmassani lähdeviittauksina. Keltaisella värillä korostin aineistoissa esiintyviä lähdeviittauksia, joihin voisin myöhemmin etsiä alkuperäiset lähteet ja voisin mahdollisesti käyttää näitä alkuperäisiä lähteitä omassa tutkielmassani.

Tutkijan tulee huolehtia aineistoa analysoidessaan, ettei oma subjektiivinen ennakkokäsitys vaikuta aineiston analysointiin (Metsämuuronen, 2003). Tutkimusta tehdessäni haastetta aiheutti tilanne, jossa tulkitsin eräässä analysoimassani aineistossa esiintynyttä käsitettä väärin ja lähdin muuttamaan tutkimukseni suuntaa sen perusteella. Onneksi kandidaatin tutkielman ohjaajani huomasi virheeni ja pystyin palaamaan takaisin aiemmin määrittelemääni käsitteeseen ja välttämään tulkintavirheen.

3.3 Eettiset näkökulmat ja luotettavuus

Luotettavuutta arvio myös se, että kuvaako tutkimus niitä asioita ja ilmiöitä, joita tutkielman on tarkoitus kuvata (Hakala, 2018). Tutkielmani luotettavuuteen vaikuttaa se, että olenko osannut valita viitekehukseen ne käsitteet, jotka ovat oleellisia tutkielmani asioiden ja ilmiöiden kuvaamiseen, ja mahdollistavatko valitsemani käsitteet sen, että niiden avulla tutkielmaani lukeva varhaiskasvatuksen ammattilainen pystyy ymmärtämään tutkielmassani esiin tuomani asiat ja ilmiöt.

Eettisyys pitää sisällään myös tutkimuksen luotettavuuden ja laadun (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Aineistoa etsiessäni olen huomionut käyttämäni aineiston luotettavuuden ja olen käyttänyt ainoastaan vertaisarvioituja artikkeleita. Tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi olen lähdeviittauksia tehdessä huomionut lähteenä käyttämäni tutkimuksen tutkimuskysymyksen ja kontekstin mihin tutkimuskysymys vastaa. Vaikka lähde olisi tukenut yksittäisenä lauseena omaa tutkimustani, mutta jos alkuperäisen tutkimuksen konteksti ei tukenut sisältöä, johon olin sitä käyttämässä, niin en kuitenkaan käyttänyt kyseistä lähdetä tutkielmassani, koska silloin olisin johtanut tutkimukseni lukioita harhaan eikä tutkimukseni olisi ollut luotettava.

Aineiston analysoinnissa noudatin huolellisuutta ja tarkkuutta. Huomion muiden tutkijoiden työn asianmukaisilla lähdeviittauksilla. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on metodina aineistolähtöinen ja luonteeltaan ymmärtämään pyrkivä, jolloin aineiston valinta ja analyysi tapahtuvat osittain samanaikaisesti (Kangasniemi ym., 2013). Aineistoa valitessa, lukiessa ja analysoidessa pyrin ymmärtämään asian sisällön ja kontekstin, ja en ottanut tutkielmaani mukaan sellaisia aineistoja, joita en pystynyt ymmärtämään ja analysoimaan luotettavasti.

Tutkielmani luotettavuuteen vaikuttavana yhtenä merkittävänä tekijänä on huomioitava, että olen aloitteleva tutkija. Toisena luotettavuuteen vaikuttavana tekijänä on otettava huomioon englanninkielisen aineiston merkitys tutkielmalleni, onko kielitaitoni ollut riittävää eli olenko

ymmärtänyt ja tulkinnut tutkielmassa käyttämäni englanninkielisten aineistojen sisällön oikein.

4 Tulokset

Seuraavissa luvuissa vastaan tutkielmalle asetettuun tutkimuskysymykseen: Millainen merkitys varhaiskasvatuksella ja vuorovaikutuksen laadulla on lapsen tunnetaitojen oppimisessa?

Ensimmäisessä luvussa tarkastelen varhaiskasvatuksen merkitystä lapsen tunnetaitojen oppimisessa yleisesti ja nostan yhtenä tärkeänä tekijänä esille myös ammattitaitoisen henkilöstön merkityksen tunnetaitojen opettamisessa. Kaikki lapset ovat yksilöitä ja lapsen kehitykseen vaikuttavat vahvasti myös perinnölliset tekijät. Ensimmäisen luvun alaluvuissa tuon esille aivojen kehitystä ja stressin vaikutusta sekä näitä perinnöllisiä tekijöitä kuten temperamentti ja erityisherkyys. Tuon esille näiden kaikkien merkitystä lapsen tunnetaitojen oppimisessa, ja miten näitä tekijöitä voidaan ottaa huomioon varhaiskasvatuksen kontekstissa, jotta varhaiskasvatus pystyisi tarjoamaan lapsille parhaat mahdollisuudet tunnetaitojen kehittymiseen. Toisessa luvussa tarkastelen vuorovaikutuksen laadun merkitystä tunnetaitojen oppimiselle.

4.1 Varhaiskasvatuksen merkitys lapsen tunnetaitojen oppimisessa

Iso osa lapsista viettää suuren osan arkipäivistä päiväkodissa, mikä korostaa varhaiskasvatuksen ja lapsen suhteen merkityksellisyyttä ja sen vaikutusta lapsen tulevaisuuteen (Ahonen, 2022, s. 61). Lapsen itsesääätelytaitojen tukeminen on pitkäjänteistä toimintaa ja se vaatii kasvattajilta sitoutumista taidon opettamiseen (Hautakangas, Uusitalo & Kumpulainen, 2021). Itsesääätelyprosessit voidaan nähdä ihmisen toiminnan perustana, joka mahdollistaa yksilöiden sopeutumisen muuttuviin olosuhteisiin (Kurki, 2017, s. 19). Könkään (2018) tutkimuksessa tuli esiin, kuinka lapset ohjautuvat käytösvalintoihin ja tunteiden ilmaisuun sen pohjalta, miten he tunnistivat tunteita ja emotionaalista viestintää itsessä, vertaissuhteissa ja aikuisissa (Köngäs, 2018, s. 5). Lapsen itsenäisyys ja itseohjautuvuus lisääntyivät, kun lapsi oppi ilmaisemaan tahoan ja ajatuksiaan (Rautamies, Koivula & Vähäsantanen, 2018). Sosiaalisten taitojen ja kaverisuhteiden ongelmat ilmenevät usein lapsilla, joilla on puutteita tunteiden ja käyttäytymisen säätelyssä (Poikkeus, 2020).

Taito tunnistaa ja tulkita omia tunteitaan liittyy olennaisesti myös kykyyn tiedostaa, mitkä tekijät vaikuttavat omien tunteiden taustalla (Ahonen, 2022, s. 66–67). Kun päiväkodeissa lisätäisiin kasvattajien tunnekasvatuksen osaamista, niin se mahdollistaisi lasten tunneälyn kehittymisen kasvattajien tunneälykkäällä tuella (Köngäs, 2018, s. 205). Lapsen itsesääätelytaitojen

oppimisessa merkittävä tekijä on ammattilaisen oma osaaminen (Salminen, Guedes, Lerkkanen Pakarinen & Cadima, 2021).

Mänty, Kinnunen, Rinta-Homi ja Koivuniemi (2022) esittelevät artikkelissaan varhaiskasvatuksen ammattilaisille työelämälähtöisen yhteisöllisen oppimishjelman, joka pohjautuu tutkimukseen perustuvaan tietoon oppimisen sosiaalisista ja emotionaalisista lähtökohdista. Tämän oppimishjelman ytimessä on ammattilaisten teoreettisen tietoisuuden lisääminen ja sen suhde käytäntöihin. Artikkelissaan he kertovat myös oppimishjelmaan osallistuneiden kokemuksia koulutuksesta. Oppimishjelman avulla ammattilaisten teoretieto oli lisääntynyt ja osallistujat olivat huomanneet omassa ajattelussa tapahtuneen muutoksia sekä ymmärtäneet mitä tarkoittaa olla lasten tunteiden yhteissäätelijä normaaleissa arkipäivän tilanteissa jokapäiväisessä vuorovaikutuksessa (Mänty ym., 2022). Kun esimerkiksi tämänkaltaisten oppimishjelmien kautta kaikilla varhaiskasvatuksen opettajilla olisi mahdollisuus lisätä omaa teoretietoa tunteiden yhteissäätelystä ja mahdollisuus oppia, miten sitä voidaan toteuttaa käytännössä varhaiskasvatuksen lapsiryhmissä, niin silloin lapsille pystyttäisiin tarjoamaan pedagogisesti laadukasta opetusta tunteiden säätelytaitojen oppimiseen. Mänty ja kollegat (2022) kertovat, että on tärkeää kehittää tutkimusohjelmia, jotka lisäävät lasten järjestelmällistä tukea säätelytaitojen oppimiselle. Heidän mukaansa säätelytaitojen oppimisella on olennainen vaikutus elämänlaatuun koko elämän ajan, koska ne luovat pohjan lasten oppimistaidoille ja sosiaalisille taidoille (Mänty ym., 2022).

Lapsen kehityksen kannalta olisi todella tärkeää, että kaikki varhaiskasvatuksen ammattilaiset tiedostaisivat tunnetaitojen oppimisen merkityksen lapsuudessa, ja heillä olisi teoreettista ja käytännön osaamista tunnetaitojen opettamiseen ikätason mukaisella tavalla. Näin kaikilla lapsilla riippumatta asuinkunnasta tai asuinpaikasta olisi mahdollisuus saada tasapuolisesti mahdollisuus oppia tunnetaitoja, jotka tukisivat heidän elämäänsä jopa aikuisuutteen asti, ja näin se hyödyntäisi pitkällä tähtäimellä koko yhteiskuntaa, kun lapsista kasvaisi hyvinvoivia aikuisia.

4.1.1 Aivojen kehittyminen ja stressin vaikutus

Emotionaalisesti lataantuneissa, mieltä pahoittavissa tai ristiriitaisissa tilanteissa lasten ja nuorten on vaikea tai mahdotonta toimia järkevästi, koska ajattelussa tarvittavat aivoalueet kypsyvät hitaasti ja nykytiedon mukaan kypsyminen kestää 20–25 vuotta (Sajaniemi, Suhonen, Nislin & Mäkelä, 2019, s. 108). Tunteiden säätely ja niiden kehitys perustuvat yksilön perimään ja neu-

robiologiisiin ominaisuuksiin (Kokkonen, 2017). Ihminen oppii toimimaan parhaiten siinä ympäristössä, jossa hän kasvaa, koska aivoja muovaavat kokemuksesta riippuvaiset prosessit (Sajaniemi ym., 2019, s. 62–63). Aivojen kehitystä ohjaa kokemusten odottaminen, sillä aivot tarvitsevat tietyn määrän kokemuksia tietyssä kehitysvaiheessa voidakseen kehittyä normaalisti ilman häiriöitä (Kokkonen, 2017).

Varhaislapsuudessa lasten mahdollisuudet itsesäätelyyn ovat rajalliset aivojen kypsyttömyyden vuoksi, ja sen vuoksi aikuisen ymmärrys ja ohjaus ovat erityisen tärkeitä (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi, 2020, s. 17). Aivojen kehityksessä muovautuvuus on suurinta ensimmäisten elinvuosien aikana (Hari ym., 2015, s. 32). Neurologisesti ja lapsen tunneällyn kehittymisen kannalta varhaiskasvatus on merkittävää aikaa positiivisten tunnemallien luomiseen, koska jo seitsemänvuotiaana aivoyhteyksien muodostus vähenee merkittävästi, jolloin esimerkiksi uuden tunnetoimintamallin muodostaminen ei ole enää mahdollista, vaan silloin voimme lähinnä vain muokata tai vahvistaa jo muodostuneita tunnemalleja (Köngäs, 2019, s. 95). Lapsen aivot ovat erittäin aktiiviset ja niitä tulee käyttää, jotta hermoyhteydet vahvistuvat eri aivoalueiden välillä (Huotilainen, 2019, s.133). Aivojen hermosoluyhteyksien vahvistumisella on vaikutusta siihen millaisia taitoja, tapoja ja tottumuksia meille vakiintuu, joten kehityksen etenemiseen voidaan vaikuttaa toimintaa tukemalla (Sajaniemi ym., 2019, s. 58). Biologisesti on luonnollista, että lapset tavoittelevat välitöntä mielihyvää ja näin ollen he toimivat hetken mielijohdeesta ja impulsiivisesti, ja tämän vuoksi mielen malttamiseen tarvittavien hermoverkkojen rakentuminen vaatii aikuisen ohjausta, ettei lapsille luontaisesti ominaisesta taipumuksesta muodostu tapaa (Sainio ym., 2020, s.18). Ideoita ja sanoja ei käsitellä niissä aivojen osissa, jotka kattavat tunneällyn, joten kun aivot ovat oppineet väärän tunnetoimintamallin, niin siitä ei ole helppo oppia pois (Köngäs, 2018, s. 174). Aivojen kehittyminen vaatii paljon toistoja ja harjoittelua (Sainio ym., 2020, s.18).

Huotilaisen mukaan lapsi jäsentää maailmaa ympärillään peilisoluverkoston avulla. Peilisolujärjestelmä lapsen aivoissa on aktiivinen oppimisen työkalu, koska peilisoluverkosto mallintaa muiden ihmisten yksittäisiä liikkeitä ja liikkeiden tarkoituksia, ja näin lapsi oppii seuratessaan muiden lasten ja aikuisten konkreettista toimintaa (Huotilainen, 2019, s. 134). Harin ja kollegoiden (2015) mukaan ihmisten viestinnässä on paljon ei-kielellistä viestintää, esimerkiksi ilmeitä ja asentoja, ja niiden huomaaminen aktivoi katsojan aivoissa peilautumisjärjestelmiä, joiden toiminta on kokemuksen muovaamaa ja kontekstista riippuvaista automatisoitunutta toimintaa. Automatisoitunut peilautuminen auttaa katsojaa ymmärtämään toisten ihmisten aikeita,

mutta katsojan on tärkeää oppia mielenmallit, jotka ohjaavat reagoimaan ei-kielelliseen viestintään harkiten ja tietoisesti prosessoiden (Hari ym., 2015, s.7).

Pitkittynyt ja jatkuva stressi aiheuttaa solutuhhoa kehittyvissä aivoissa, joten sillä on haitallinen vaikutus itsesäätelytaitojen kehittymiseen (Sainio ym., 2020, s. 50). Etuotsalohkossa tapahtuu tarkkaavaisuuden tahdonalainen suuntaaminen ja etuotsalohko on lapsella vielä kehitysvaiheessa, joten lapsen etuotsalohko väsyä helposti stressijärjestelmän kuormittuessa ja lapsi ei pysty suuntaamaan omaa toimintaa oppimiseen (Sajaniemi ym., 2019, s. 157). Jos aivot keskittyvät väärin asioihin, niin se vie energiaa ja häiritsee oppimista (Köngäs, 2018, s. 201). Jos lapsi joutuu usein ponnistelemaan oppimistilanteissa ja kohtaamaan haasteita ilman aikuisen tukea, niin se aiheuttaa stressijärjestelmän kuormittumista (Sajaniemi ym., 2019, s. 157).

Melu aiheuttaa stressiä kaikille lapsille, ja mitä herkempi lapsi on temperamentiltaan, sitä voimakkaampi vaikutus sillä on lapseen (Keltikangas-Järvinen, 2008, s. 214). Köngäs (2018) huomasi tekemässään tutkimuksessa, että ympärillä oleva jatkuva melu ja liike häiritsivät lapsen keskittymistä positiiviseen tunteeseen ja se näytti aiheuttavan lapsille kamppailua useiden erilaisten tunteiden vallassa (Köngäs, 2018 s. 128). Hyvin herkälle lapselle melu voi aiheuttaa jopa oppimiskyvyn menetyksen (Keltikangas-Järvinen, 2008, s. 214).

4.1.2 Temperamentti

Temperamentti on synnynnäisten taipumusten tai valmiuksien joukko sekä toimintatyyli, joka rakentaa lapsen persoonallisuutta (Hari ym., 2015, s. 44). Temperamentti pohjaa keskushermoston toimintaan ja sillä tarkoitetaan laajaa joukkoa erilaisia temperamenttipiirteitä kuten aktiivisuus, ärtyisyys, häiriöherkkyys ja arkuus (Laakso, 2020). Keltikangas-Järvisen mukaan temperamentin ymmärtäminen varhaislapsuudessa on tärkeää, koska silloin luodaan pohjaa lapsen itsetunnolle, sosiaalisille taidoille, selviytymiskeinoille ja stressinsietokyvyille (Keltikangas-Järvinen, 2009, s. 12). Yksi tärkeä temperamentin piirre on reaktiivisuus eli miten lapsi reagoi erilaisiin ärsykkeisiin ja tilanteisiin sekä itsesäätely eli se miten lapsi pystyy säätelemään omaa reaktiivisuuttaan (Huotilainen, 2019, s. 136). Jokaisella lapsella on yksilöllinen temperamentti ja sillä on vaikutusta siihen, miten lapsi viestii tarpeista, toiveista ja haluista (Sainio ym., s 86). Jo varhaisella iällä eroamme toisista siinä, miten tutustumme toisiin uudessa ryhmässä ja pidämmekö enemmän toimimisesta toisten seurassa tai yksin, ja näihin eroihin vaikuttaa lapsen temperamentti (Poikkeus, 2020). Temperamentti on varsin pysyvä, sillä se perustuu synnynnäi-

siin ominaisuuksiin ja riippuu aivojen rakenteista, mutta on kuitenkin huomioitava, että lapsuusvuosien hoiva, kasvatuskokemukset ja kulttuuriin sekä ympäristöön liittyvät kokemukset muokkaavat temperamenttia ja mahdollistavat erilaisten taitojen kehittämisen (Kokkonen, 2017).

Lapsen temperamentti voidaan tunnistaa havainnoimalla lapsen toimintatapoja erilaisissa tilanteissa ja miten hän niissä osoittaa tunteitaan (Aro, 2020). Sainio ja kollegat (2020) kirjoittavat, että kasvattajan on hyvä oppia tunnistamaan lapsen temperamentti, jotta kasvattaja pystyy omassa toiminnassaan ottamaan huomioon tavan, jolla lapsen kanssa on parasta toimia. Heidän mukaansa temperamentilla on vaikutusta itsesäätelytaitojen oppimiseen, mutta on tärkeää tiedostaa, että kaikki temperamentit ovat yhtä arvokkaita eikä temperamentti yksin selitä lapsen käyttäytymistä (Sainio ym., 2020, s. 87). Temperamentin merkitys ilmenee ympäristössä, joka asettaa odotuksia, joihin temperamentti sopii tai ei sovi (Keltikangas-Järvinen, 2009, s. 40; Oiva-Kess & Kronqvist, 2021, s. 10). Estynyt ja hitaasti lämpiävä lapsi kehittyy eri tavoin kuin ulospäin suuntautuva ja ärsykeille avoin lapsi (Hari ym., 2015, s. 50). Varhaiskasvatuksessa ympäristön ja siinä toimivien aikuisten tulisi omassa toiminnassaan huomioida lapsen temperamentti ja sopeuttaa omaa toimintaa lapsen temperamenttiin sopivaksi (Sainio ym., 2020, s.89). Estynyt ja hitaasti lämpiävä lapsi tarvitsee kannustusta ja rohkaisua uusissa tilanteissa sekä vuorovaikutussuhteiden solmimisessa muiden lasten kanssa, kun taas ulospäin suuntautuva ja voimakkaasti reagoiva lapsi tarvitsee tukea rauhoittumisen ja keskittymisen oppimiseen sekä aktiivisuuden suuntaamiseen (Oiva-Kess & Kronqvist, 2021, s.10). Temperamentin muuttaminen ei ole kasvatuksen päämäärä, vaan sen tarkoituksena on opettaa sosiaalista ja toiset huomioon ottavaa käytöstä temperamentista riippumatta (Keltikangas-Järvinen, 2008, s. 27). Kasvattajan on hyvin oleellista ymmärtää, että lapsi ei voi valita temperamenttiaan, joten kasvattajan rooli on auttaa lasta oppimaan keinot, jotka auttavat häntä menestymään ja kukoistamaan omalla temperamentillaan eri elämänvaiheissa (Huotilainen, 2019, s.136).

4.1.3 Erityisherkkyyys

Psykologian tutkija Elaine Aron on erikoistunut aisti- ja tunneherkkien ihmisten tutkimiseen, ja hänen kirjoittaman tietokirjan suomennoksesta on tullut käyttöön erityisherkkyyden käsite. Erityisherkkyyden käsitteellä tarkoitetaan ärsyke- ja tunneherkkyyttä, ja erityisherkkä voi uupua hermostollisesti, jos hän altistuu ympäristössään pitkään runsaille ärsykeille (Aron, 2020, s. 22–23).

Ihmisen käsitys omasta herkkyydestä muotoutuu sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa kasvu- ja toimintaympäristön kanssa (Airaksinen & Satri, 2021). Erityisherkit nähdään usein arkoina, ujoina, heikkoina ja epäsosiaalisina (Aron, 2020). Airaksinen ja Satri (2021) kirjoittavat, että kasvu- ja toimintaympäristö vaikuttaa suuresti erityisen herkkiin yksilöihin. Heidän mukaansa erityisesti herkit yksilöt hyötyvät ympäristön tarjoamista myönteisistä kokemuksista, kun taas vähemmän herkillä yksilöillä on suurempi resistenssi ympäristön vaikutuksille (Airaksinen & Satri, 2021).

Yksilön ja ympäristön yhteensopimattomuus heikentää yksilön kykyä sopeutua ja toimia ympäristössään (Airaksinen, Satri, Ollila & Salonen, 2023). Erityisherkit ylivilittyvät ja ahdistuvat, kun he leimaantumisen pelossa yrittävät peitellä herkkyyttään (Aron, 2020, s.35). Ympäristöstä saadulla mallilla ja palautteella on suuri vaikutus siihen, miten yksilö oppii suhtautumaan omaan herkkyyteen, kokeeko herkkyyden myönteisenä piirteenä ja voimavarana vai piiloteltavana ominaisuutena (Airaksinen ym., 2023). Aronin mukaan erityisherkillä tunnusomaisia piirteitä ovat ärsykeherkkyys ja voimakkaat tunnereaktiot. Nämä piirteet luovat erityisherkillä itselleen ja lisäksi muille vaikutelman siitä, että erityisherkit olisivat jollain lailla viallisia (Aron, 2020, s. 22).

Kasvatuksella on keskeinen rooli siinä, miten yksilö näkee oman herkkyytensä: haasteena vai voimavarana (Airaksinen ym., 2023). Herkit lapset reagoivat ulkoisiin ärsykkeisiin poikkeuksellisen voimakkaasti (Aron, 2020, s. 55). Tunneherkit ihmiset voivat käsitellä kokemiaan tunteita useiden päivien ajan, koska ne herättävät heissä paljon erilaisia ajatuksia ja nostavat mieleen muistoja aiemmin tapahtuneista vastaavista kokemuksista (Sadeniemi, Häkkinen, Koivisto, Ryhänen & Tsokkinen, 2019, s. 13). Herkkyys on tekijä, joka vaikuttaa yksilön toimijuuden rakentumiseen, ja toiminnan mahdollisuudet rakentuvat yksilön kasvu- ja toimintaympäristössä (Airaksinen & Satri, 2021). Herkkyys vaikuttaa siihen, miten käsittelemme ympäristöstämme saamaamme tietoa (Sadeniemi ym., 2019, s. 14). Aronin mukaan erityisherkit ylivilittyvät muita helpommin ja esimerkiksi meluisa oppimisympäristö ahdistaa ja uuvuttaa erityisherkin muita nopeammin. Opettajan tulisi ottaa nämä erityisherkillä ominaiset piirteet huomioon opetuksessaan, ja pyrkiä kehittämään erityisherkin sietokykyä ryhmässä, rohkaista luovuuteen ja etsiä toimintatapoja, jotka vähentävät ylivilittymistä, sekä tarjota mahdollisimman paljon onnistumisen kokemuksia (Aron, 2020, s. 234–235).

4.2 Vuorovaikutuksen laadun merkitys tunnetaitojen oppimisessa

Varhaiskasvatuksessa lapsen ja kasvattajan välisellä vuorovaikutussuhteella on merkittävä vaikutus tunnetaitojen oppimisessa. Männyn ja kollegoiden (2022) mukaan tutkimukset ovat osoittaneet varhaislapsuuden vuorovaikutuksen suuren merkityksen elämässä tarvittavien tärkeiden taitojen oppimisessa, ja niihin taitoihin kuuluu olennaisena osana tunteiden säätelyn oppiminen (Mänty ym., 2022). Kasvatustyössä oma persoonallisuus on niin tiiviisti läsnä, että vuorovaikutus nousee hyvin tärkeäksi laatutekijäksi (Ahonen, 2022, s.60). Miten kohtaamisissa lasten kanssa tunteiden läsnäolo tunnustetaan, annetaanko niille tilaa ja miten tulkitsemme niiden merkityksen (Helavirta, 2011; Poikkeus, 2020). Rosenthalin ja Gattin mukaan vuorovaikutustilanteissa opettajat eivät aina tunnista lapsen tuen tarvetta tunteiden säätelyssä (viitattu lähteessä Mänty ym., 2022). Lasten tunnetiloja voidaan alitunnistaa tai ylitunnistaa aikuisten toimesta, ja tunnetilan tunnistaminen voi erota lapsen oman tunnistamisen kanssa (Törmälehto, 2021, s.27). Haastavissa tilanteissa aikuinen voi tulkita syyn lapsen käyttäytymiselle väärin, joten olisi aina tärkeää kuunnella myös lapsen oma näkökulma tilanteeseen (Ahonen, 2015, s. 170; Kurki, Järvenoja & Järvelä, 2018).

Aikuiset huomaavat vain tutun todellisuuden, mikä saa heidät tarttumaan valmiisiin vastauksiin ja oletuksiin eivätkä he huomaa muita tapoja nähdä, katsoa ja kokea (Roos, 2015, s. 177). Merkittävää on, että uskomukseni ja tietoni sekä se, miten suhtaudun lapsiin, vaikuttavat siihen, miten reagoin lasten tarpeisiin (Warren, 2021). Vuorovaikutussuhteilla on merkittävä rooli siinä, millaisen käsityksen lapsi muodostaa itsestään ja minäpystyvyydestään (Hautakangas ym., 2021). Lapsen käytös vaikuttaa siihen, miten aikuinen suhtautuu lapseen ja se olisi hyvä tiedostaa, koska aikuisen ei tule provosoitua lasten turhautuneesta tai vihamielisestä tunnetilasta (Törmälehto, 2021, s.108). Haastava käyttäytyminen johtuu lapsen kyvyttömyydestä toimia tilanteessa toisin ilman aikuisen tukea (Ahonen, 2022, s.9).

Päiväkodissa lapset pitävät aikuisia ja heidän asettamia sääntöjä normeina ja totuutena, ja pahoavat kokemiaan negatiivisia tunteita itsesyytöksen tapaan eivätkä kyseenalaista aikuisen kohtelua epäreiluksi (Köngäs, 2018, s. 197–198). Lapsille luovat turvallisuutta sovitut säännöt, kun lapsi kokee, että kaikki aikuiset valvovat niiden noudattamista ja säännöistä pidetään kiinni (Eklund & Heinonen, 2020). Päätämättömyys ja epäjohdonmukaisuus eli selkeiden toimintamallien puuttuminen kiristävät sekä lasten että aikuisten tunteita (Köngäs, 2018, s. 135). Kasvattajat voivat toistaa joitakin juurtuneita käytäntöjä, jotka eivät ole lapsen edun mukaisia (Warren, 2021). Kasvattaja voi piiloutua rutiininomaisen toimintatavan taakse (Ahonen, 2015, s.

186). Lapset tarvitsevat emotionaalisen pohjan sääntöjen noudattamiselle (Köngäs, 2018, s.198). Ympäristön palautteiden johdonmukaisuus korostuu, kun lapsen itsesäätelyn kehityksessä on vaikeuksia (Aro, 2020). Opettajat, jotka ovat sitoutuneita opettamiseen edistävät lapsen oppimisista ennakoimalla tilanteita tehokkaasti ja antamalla oikea-aikaista palautetta (Salminen ym., 2021).

Kun aikuinen kohtaa lapsen niin aikuinen tarvitsee sosiaalista tilannetaajua ja tilanteessa tarvitaan molemminpuolista kunnioitusta (Törmälehto, 2021, s.30). Pedagogisen laadun ydin on opettajan ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa (Sheridan & Pramling Samuelsson, 2013). Lapsen asenne on yleensä myönteinen aikuista kohtaan ja lapsi myös haluaa välittää, kunnioittaa ja arvostaa aikuista, kun aikuinen onnistuu luomaan tilanteisiin myönteisen ilmapiirin (Törmälehto, 2021, s.108). Lapset ilmaisevat hyvinvointia, ystävällisyyttä ja innostusta, kun aikuinen on aidosti läsnä sekä osoittaa innostusta ja mielenkiintoa lasten toimia kohtaan (Köngäs, 2018 s. 194). Laadukas vuorovaikutus vaatii paljon läsnäoloa, mikä edellyttää tietoista sitoutumista (Ahonen, 2022, s. 66).

Könkään (2018) tutkimus toi esille aikuisten haluttomuuden vastata lasten tunnepyyntöihin (Köngäs, 2018, s. 198). Varhaiskasvatuksessa kasvattajat saattavat tietoisesti pyrkiä etäännyttämään tunteitaan, koska roolin emotionaaliset vaatimukset ovat niin suuret (Warren, 2021). Kurjen ja kollegoiden sekä Silkenbeumerin mukaan opettajan ja lasten välisissä vuorovaikutustilanteissa tunnepitoisia keskusteluja ja tunteista puhumista tapahtuu hyvin vähän ja niiden puuttuminen on havaittu myös emotionaalisesti haastavissa tilanteissa (viitattu lähteessä Mänty ym., 2022). Kurjen, Järvenojan, Järvelän ja Mykkäsen (2016) tutkimus toi esille, että opettajat eivät aktiivisesti käyttäneet tunteiden käsittelyyn tai ymmärtämiseen liittyviä strategioita sosio-emotionaalisesti haastavissa tilanteissa, joissa tunteet olivat selvästi läsnä. Silloin heidän mukaansa lapsille ei välittynyt tietoa siitä miten omat tai muiden tunteet olivat tilanteissa läsnä (Kurki ym., 2016). Lapsi muodostaa kuvaa itsestään yksilönä sen perusteella, miten hänet kohtaamme tai olemme kohtaamatta, ja sillä on myös vaikutusta siihen, miten hän tulee kohteilemaan toisia ihmisiä (Ahonen, 2022, s. 12).

Varhaiskasvattajan vuorovaikutusvalinnat vaikuttavat siihen millaista kuvaa lapsi itsestään rakentaa (Ahonen, 2022, s. 142). Työssä varhaiskasvatuksen opettajan omat tunteet, kuten pelko ja turhautuminen, voivat vaikuttaa kasvatuskäytäntöihin (Warren, 2021). Kasvattajan olisi tärkeää suhtautua haastavasti käyttäytyvään lapseen ilman ennakkokäsityksiä (Ahonen, 2015, s. 170). Kun lapset harjoittelevat päiväkodissa tunneälyn käyttöä ja syy-seuraussuhteita, niin

usein aikuinen näyttäytyy niissä tilanteissa tunteettomalta ja ehdottomalta aiheuttaen lapsille turvattomuutta (Köngäs, 2018, s.192). Turvallinen kiintymyssuhde syntyy, kun lapsi kokee vuorovaikutustilanteissa, että hänen tunteensa tulevat oikein ymmärretyiksi ja niihin vastataan (Laakso, 2020). Haastavat kasvatustilanteet aiheuttavat myös kasvattajille voimakkaita tunteita, mutta kasvattajan tulisi pystyä niissä tilanteissa säätelemään omia tunteitaan niin, että lapsi kokee kasvattajan turvallisena aikuisena (Ahonen, 2015, s.169). Erityisesti käyttäytymisongelmista ja oppimisen vaikeuksista kärsivät lapset hyötyvät vuorovaikutuksesta emotionaalista tukea antavien opettajien kanssa (Kurki, 2017, s. 34). Kun opettajat seurasivat aktiivisesti lasten toimintaa ja käyttäytymistä, niin he pystyivät tarjoamaan lapsille tarvittavaa tukea tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn (Kurki ym., 2018). Pienillä lapsilla on vielä rajalliset taidot säädellä tunteitaan, joten lapset hyötyvät yhteissäätelystä opettajien kanssa, jolloin he voivat oppia säätelystrategioita omien tunteiden ja käyttäytymisen hallintaan (Kurki, 2017, s.67).

5 Yhteenveto

Varhaiskasvatuksen olennainen osa ovat tunnepohjaiset suhteet, jotka on rakennettu lasten, perheiden, työtovereiden ja yhteisön kanssa, ja näissä suhteissa tunteet liittyvät käytäntöihimme siinä, mitä sanomme, mitä teemme ja miten suhtaudumme muihin (Warren, 2021). Lasten kokonaisvaltaisen kehityksen ja hyvinvoinnin keskeinen tekijä on kasvattajat ja kasvatuksellisen kontekstin toimintakulttuuri (Ahonen, 2022, s. 10). Lapsen kokemilla tunteilla on suuri vaikutus hänen keskittymis- ja työskentelykykyynsä sekä oppimiseen (Aro, 2020). Varhaiskasvatuksessa lasten kanssa työskentelevien kasvattajien on hyvin tärkeää tiedostaa oma vastuu toimia positiivisten olosuhteiden luojana. Lapsen saama palaute ympäristöltä on tärkeä kehitykseen vaikuttava tekijä (Nurmi ym., 2014). Kasvattajan tulkinnallinen viisaus edellyttää puheen ja sanallisten ilmaisujen ymmärtämisen lisäksi herkkävaistoisuutta ei-sanallisille tunteenilmauksille, kuten eleille, ilmeille, erisävyisille kosketuksille ja puheen tunnevivahteille (Värri, 2004, s. 124).

Käytökseen, tunnesäätelyyn, muistiin, oppimiseen ja päätöksentekoon vaikuttava valintoja ohjaava tieto opitaan usein tarkoituksettomasti lapsuudessa, kun lapset oppivat reagoimalleja kasvattajiltaan (Köngäs, 2018). Varhaiskasvatuksessa kasvattajien on tärkeää tiedostaa, että lapset vasta opettelevat tunteidensäätelyä ja tarvitsevat niitä opetellessaan rinnalle sensitiivisen aikuisen. Itseä ja toisia tukevien päätöksien tekeminen on vaikeaa ilman tietoisuutta omista tunteista sekä toisten tunteista ja näkökulmista (Kokkonen & Siponen, 2005). Lapsen hyvän arviointi edellyttää omien motiivien ja käsitysten jatkuvaa reflektointia (Värri, 2004, s.131). Kun tieto kasvattajan omien tunteiden ja ennakoasenteiden merkityksestä lisääntyy, niin kasvattaja tiedostaa oman toiminnan reflektoinnin tärkeyden ja voi sen avulla huomata tarpeen tehdä muutoksia omaan käyttäytymiseen ja toimintatapoihin, ja näin kasvattaja pystyy tukemaan tunnetaitojen kehittymistä lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävällä tavalla. Eri-laisten toimintavaihtoehtojen löytäminen on helpompaa ihmisillä, jotka eivät toimi tunteidensa vietävänä ja tukeudu vaihtoehtoihin, jotka tulevat ensimmäisenä mieleen (Kokkonen & Siponen, 2005). Kasvattajan tulisi osata hallita omat tunteet ja näyttää hyvää esimerkkiä omalla käyttäytymisellään, koska kasvattajan lapsille mallintamalla toiminnalla on suuri vaikutus siihen millaisia tunnetaitoja, vuorovaikutustaitoja ja käyttäytymismalleja lapset oppivat.

Lapsen tahdosta riippumatonta toimintaa ovat voimakas vilkkaus, impulsiivisuus ja pulmat tarkkaavaisuudessa, ja ne voivat johtua aivojen kypsyttömyydestä tai temperamenttipiiri-

teistä (Ahonen, 2022, s. 43). Tärkeitä huomioon otettavia asioita ovat lapsen ikä ja temperamentti, koska ne vaikuttavat lapsen reagoitiherkkyyteen ja siihen millaisia odotuksia lapselle voidaan asettaa (Hari-Kess & Kronqvist, 2021, s.28). Lasten oppimisen ja kehityksen ohjaamiseen voi löytää parhaat tavat, kun ymmärtää aivojen kehityksen peruslainalaisuuksia ja niiden käytännön merkityksiä (Sajaniemi ym., 2019, s. 65). Varhaiskasvatuksessa kasvattajien on tärkeää tiedostaa, että lapsen aivot ovat vasta kehittymässä ja lapsen saamat kokemukset vaikuttavat siihen, miten hän oppii tunnistamaan, käsittelemään ja hallitsemaan erilaisia tunteita. Lisäksi temperamentilla on vaikutusta siihen, miten lapsi reagoi tilanteisiin ja miten pystyy tilanteessa säätelämään omaa käyttäytymistään. Kun kasvattaja tunnistaa lapsen temperamentin vaikutuksen tunteiden ilmaisuun, niin kasvattaja pystyy tukemaan lasta tavalla, joka auttaa lasta löytämään keinot tunteiden hallitsemiseen. Näin lapsi oppii ymmärtämään ja hyväksymään omat tunnereaktiot ja sen kautta oppii säätelämään omaa käyttäytymistään. Haastavissa tilanteissa lapset tarvitsevat opettajien tukea oman toiminnan ja huomion uudelleen suuntaamisessa (Kurki, 2017, s.68). Hankalissa tilanteissa auttavia strategioita voidaan opettaa jo pienille lapsille, esimerkiksi voidaan löytää yhdessä hyviä puolia pettymystä aiheuttaneesta asiasta tai voidaan kääntää ajatukset ikävästä asiasta johonkin mieluisempaan tapahtumaan (Poikkeus, 2020). Kun lapsi oppii hallitsemaan tunteita, niin tunteiden käsittely automatisoituu oikeaan suuntaan.

Kohonnut stressi liittyy usein turvattomiin ja epäterveellisiin ympäristöihin, ja stressaavissa kotiympäristöissä kasvaneet lapset ovat erityisesti alttiita huonolaatuisen päivähoidon vaikutuksille (Reunamo, Sajaniemi, Suhonen & Kontu, 2012). Kasvattajan tulisi huomata tilanteet, joissa lapsen mielipaha on niin voimakas, ettei hän pysty vastaanottamaan aikuisen ohjeita ja kokee olonsa uhatuksi ja turvattomaksi. Kun lapsi joutuu tunnekaappauksen valtaan, niin silloin käynnistyneen stressireaktion vuoksi lapselta sulkeutuvat tunneviestejä vastaanottavat kanavat ja äkillinen stressi vaikuttaa myös välikorvaan, jolloin puheen käsittely vaikeutuu ja puheääni ei hahmotu, jolloin lapsi ei pysty vastaanottamaan sanallista ohjausta (Sainio ym., 2020). Kasvattajan toiminnan ei tulisi tällaisissa tilanteissa vahvistaa lapsen kokemaa tunnetta, sillä silloin on vaarana se, että lapsi alkaa kokea aina mielipahaa kokiessaan tilanteet niin turvattomina, ettei hän kykene niitä käsittelemään ja näin hän oppii toimintamallin, joka ei tue hänen tunnetaitojensa kehittymistä. Lapsi pystyy rauhoittumaan voimakkaan tunnekuohun jälkeen, kun aikuinen lähestyy lasta empaattisesti (Ahonen, 2022, s. 35). Lapsi on vastaanottavainen ohjaukselle ja tuelle, kun tunnekuuhu on laantunut (Oiva-Kess & Kronqvist, 2021, s.33).

Herkkyyys voidaan luonnehtia synnynnäiseksi neurobiologiseksi ominaisuudeksi (Airaksinen & Satri, 2021). Erityisherkkä on altis kuormittumaan ympäristön ärsykkeistä, ja yhteiskunta ei

arvosta herkän ihmisen kokemusmaailmaa (Aron, 2020). Kun kasvattajat oppivat tunnistamaan erityisherkkyyden, niin he voivat ottaa huomioon lapsen tunne- ja kuormitusherkkyyden omassa toiminnassaan ja oppimisympäristössä, ja näin kasvattaja pystyy tukemaan erityisher-
kän kasvua tasavertaisesti muiden lasten joukossa.

Värri kirjoittaa kuinka toisten antamat tunnustukset muovaavat yksilön identiteettiä ja siksi se on kasvatuksellisesti merkityksellistä. Hänen mukaansa se, että voi arvostaa muita ihmisiä onnistuu vain oman olemassaolonsa arvokkaana kokevalta ihmiseltä (Värri, 2004, s. 78–79). Kun yksilön taito tai kyky huomataan ja siitä annetaan tunnustusta, niin yksilö rakentaa itsestään positiivista käsitystä saadessaan myönteistä tunnustusta vahvuuksistaan (Törmälehto, 2021). Jos lapsilla itsellään on tasapainoinen tunnetila, niin he suhtautuvat hyvin huomioonottavaisesti vertaisiensa ilmaisemiin pettymyksen tunteisiin (Köngäs, 2018 s. 128). Taitava sosiaalinen vuoro vaikutus edellyttää vahvaa kykyä säädellä ja ilmaista tunteita (Poikkeus, 2020). Kun lapsi kokee, että aikuinen kunnioittaa lasta, niin aikuinen saa lapsen kunnioituksen ja lapsen vahvuudet tulevat näkyväksi (Törmälehto, 2021). Lapset eivät opi säätelyn taitoja, jos heitä rangaistaan silloin, kun he ovat reaktiivisessa tilassa eli reagoivat tapahtumiin tai ärsykkeisiin nopeasti ilman tietoista harkintaa tai ajattelua (Sajaniemi ym., 2019, s. 115). Tunteiden ymmärtämistaidot ovat erittäin tärkeitä sosiaalisessa kanssakäymisessä (Burcu, Feyza & Figen, 2022). Lasten positiiviset ja negatiiviset kokemukset muodostavat monimutkaisen arkiympäristön, ja varhaiskasvatuksen tulee kohdata kaikki lasten tunteet tukea antavalla tavalla (Pihlainen, Reunamo, Sajaniemi & Kärnä, 2022). Emotionaalisesti lapselle tukea antava opettaja on tärkeä kaikille lapsille, mutta erityisesti niille lapsille, joilla ilmenee tuen tarpeita.

6 Pohdinta

Kasvattajien tulisi opettaa lapsille tunnesäätelyä päiväkodin arjessa ohjaamalla lapsia tunnistamaan, ymmärtämään ja sanoittamaan tunteita (Köngäs & Määttä, 2020). Varhaiskasvatus tavoittaa suuren määrän lapsia, joten varhaiskasvatus muodostaa merkittäviä yhteisöjä, joissa lapsen tunnetaitojen kehittymistä voidaan tukea ja ohjata lapsen edun mukaiseen suuntaan ja näin voidaan vaikuttaa lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin nyt ja tulevaisuudessa. Varhaiskasvatuksessa luodaan pohja tunnetaidoille, joten tunnetaitojen osaaminen, opettaminen ja tukeminen sekä vuorovaikutustaidot ovat hyvin tärkeitä taitoja varhaiskasvatuksen opettajalle. Hallitsemattomat tunteet haittaavat psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia, sillä niistä usein seuraa hallitsematonta käyttäytymistä ja ongelmia useilla elämänalueilla (Kokkonen & Siponen, 2005). Kun lapsi saa ohjausta ja tukea tunteiden käsittelyyn ja hallintaan sekä niiden taitojen avulla oppii säätelämään tunteitaan vuorovaikutustilanteissa, niin lapselle luodaan vahva perusta, joka tukee lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista jopa aikuisuuteen asti. Hallinnan tunteen syntymiseen lapsi tarvitsee tunteen turvallisuudesta, ja tämän tunteen lapselle mahdollistaa ympäristön tuttuus, johdonmukaisuus ja lapsen tarpeille herkistynyt hoiva (Aro, 2020).

Lapset tarvitsevat myönteisyyttä ja kokemuksia siitä, että heistä välitetään sekä tunnetta kuulua lapsiryhmään (Kronqvist, 2017). Lapsen on tärkeää tuntea, että hän kuuluu ryhmään tasavertaisena ja pystyy kokemaan vuorovaikutussuhteet ryhmän aikuisten ja lasten kanssa merkitykselliseksi sekä lapsen tulee saada vuorovaikutussuhteissa mahdollisimman paljon myönteisiä tunnekokemuksia. Henkilöstöllä on keskeinen rooli tukea lasten sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen harjoittelua ja kehittymistä (Opetushallitus, 2022).

Tässä tutkielmassa viitatuut tutkimukset tuovat esille tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen oppimisen tärkeyden lapsuudessa ja niiden merkittävän vaikutuksen ihmisen koko elämänkaarelle. Nämä tutkimukset tuovat myös esille, kuinka näiden taitojen oppimiseen lapset tarvitsevat ammattitaitoisen henkilökunnan ohjausta ja tukea. Sen vuoksi on hyvin tärkeää, että jokainen lasten kanssa työskentelevä ammattilainen pitää huolta oman ammattitaidon ylläpitämisestä ja kehittämisestä.

Tämän tutkielman pohjana oleva aineisto perustuu valintoihin, joita olen tehnyt tutkimuskysymyksen ohjaamana. Aineiston hakuprosessini oli implisiittinen eli siitä puuttuu läpinäkyvyys. Tutkielmani luotettavuutta olisin voinut lisätä valitsemalla aineiston etsimiseen enemmän lä-

pinäkyvyyttä tarjoavan hakuprosessin, joka olisi myös mahdollistanut aineiston analyysin tekemisen systemaattisemmin. Tutkielmani luotettavuuteen voivat vaikuttaa myös aineiston analyysivaiheessa mahdollisesti tapahtuneet tulkintavirheet. Tutkielmassani olen käyttänyt aineistona myös naapuritieteiden tekemiä tutkimuksia, ja sillä voi olla luotettavuuteen vaikutusta, jos en ole osannut tulkita niissä esiin nousseita tuloksia oikein. Luotettavuutta lisää kuitenkin se, että kandidaatin tutkielman ohjaajani on tarkistanut tutkielmani.

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa metodiset säännöt eivät rajaa aineiston valintaa (Salmi-
nen, 2011). Käyttämäni aineisto on laaja ja monipuolinen, jonka avulla olen pystynyt raportoimaan tutkielmani tulokset selkeästi ja ymmärrettävästi. Näin ollen tutkielmassani aineiston tulkinta etenee johdonmukaisesti aineistojen sujuvana vuoropuheluna. Tutkimusta tehdessäni tutkimuskysymys on ohjannut aineistojen valintaa ja analyysiä, ja luotettavuutta lisää se, että tutkielmassani olen käyttänyt vain vertaisarvioituja aineistoja, ja valinnut tutkielmaani mukaan vain ne aineistot, joiden asiasisällön olen pystynyt ymmärtämään.

Kun pohdin tekemääni kandidaatin tutkielmaa kriittisesti oman työskentelyni osalta, niin nostaisin esiin sen tosiasian, että tämä tutkielma on kohdallani ensimmäinen tutkimusprosessi, joten luotettavan tutkimuksen tekemiseen tarvittavat taidot ovat vasta kehitysvaiheessa, ja sillä voi olla suora vaikutus tutkimuksen luotettavuuteen ja laatuun. Vaikutukset voivat näkyä esimerkiksi siinä, että olenko ymmärtänyt valitsemani metodin vaatimukset oikein ja riittävällä tarkkuudella, ja olenko osannut soveltaa metodia omaan tutkimukseeni oikealla tavalla. Toisena luotettavuuteen vaikuttavana tekijänä nostaisin esille käyttämäni englanninkielisen aineiston osalta sen, olenko pystynyt ymmärtämään ja tulkitsemaan niiden sisällön oikein. Omalla toiminnallani olen kuitenkin pyrkinyt vaikuttamaan tutkimuksen luotettavuuteen ja laatuun perehtymällä kaikkiin valitsemiini aineistoihin huolellisesti ja riittävästi aikaa käyttäen.

Tämän tutkimuksen pohjalta varhaiskasvatuksen opettaja saa tietoa lapsen tunnetaitojen tukemisen ja vuorovaikutuksen laadun tärkeydestä varhaiskasvatuksessa. Tutkielman tuloksista voidaan päätellä millaiset taidot ovat tärkeitä varhaiskasvatuksen opettajalle. Varhaiskasvatuksen opettaja ei saa provosoitua lapsen tunteidenilmaisusta vaan hänen on pystyttävä toimimaan kaikissa tilanteissa sensitiivisesti ja löydettävä aina tilanteeseen sopivat toimintamallit, jolloin tilanteesta muodostuu lapselle oppimiskokemus kohti hallittua tunteidensäätelyä. Kun aikuinen pysyy rauhallisena lapsen ollessa voimakkaan tunteen vallassa, niin lapsi oppii, että pettymys ja suru ovat asioita, joista voidaan selvitä (Aro, 2020). Varhaiskasvatuksen opettajan on myös osattava säädellä omia tunteita ja käyttäytymistä, ja kun lapsi on rauhoittunut, käsitellään ja

sanoitetaan tilanne yhdessä lapsen kanssa. Varhaiskasvatuksen vuorovaikutusympäristössä varhaiskasvatuksen opettajan tulee toimia positiivisten olosuhteiden luojana. Opettajan on tärkeää olla aidosti läsnä, osoittaa innostusta ja mielenkiintoa lapsia kohtaan. Lapsen tunnetaitojen oppimisessa on suuri merkitys sillä millaista palautetta hän saa kasvattajilta vuorovaikutustilanteissa. Kun lapset oppivat tunteidensäätelyä, niin haastavat tilanteet vähenevät ja ryhmähenki paranee. Sillä on myös positiivinen vaikutus kasvattajien työhyvinvointiin, stressin määrään ja jaksamiseen. Kun varhaiskasvatuksen henkilökunta pystyy tekemään parempia valintoja omaan toimintaan ja omien käytösmallien valitsemiseen, niin se heijastuu suoraan lasten toimintaan, käytökseen ja hyvinvointiin. Kun lapset ja aikuiset voivat hyvin, niin kaikkien osapuolten hyvinvointi kasvaa.

Viitatus tutkimukset osoittavat selvästi varhaiskasvatuksen opettajan ja lapsen välisen laadukkaan vuorovaikutuksen tärkeyden tunnetaitojen oppimisessa. Tutkimukset tuovat kuitenkin esille, että käytännössä sen toteutumisessa ilmenee ongelmia. Yhtenä siihen vaikuttavana tekijänä tutkimuksissa tuotiin esille työn luonteen emotionaalinen kuormittavuus ja sen seurauksena mahdollisesti ilmenevä haluttomuus kohdata lapsia emotionaalisella tasolla. Jäin pohtimaan mikä on se syy sille, että opettajilla ilmenee haluttomuutta kohdata lapset emotionaalisella tasolla. Koska ryhmäkoot ovat isoja, niin aiheuttaako se opettajan uupumisen emotionaalisesti, koska opettajan aika ja voimavarat eivät riitä kaikkien lasten yksilölliseen kohtaamiseen ryhmässä. Harjoitteluissa olen huomannut, miten lapsi voi helposti leimautua ongelmalliseksi, mutta kun ryhmään on tullut uusi aikuinen, esimerkiksi harjoittelija, ja hän antaa lapselle yksilöllistä huomiota ja kohtaa lapsen totutusta poikkeavalla tavalla, niin lapsen käytöksessä voi tapahtua muutosta positiiviseen suuntaan jo hyvin lyhyessä ajassa.

Jatkotutkimuksena laadukkaan vuorovaikutuksen merkitystä olisi mielenkiintoista tutkia osallistuvana havainnointina, jossa tutkija osallistuisi ryhmän toimintaan ja hänellä olisi aikaa antaa yksilöllistä huomiota ja tukea tunnetaitojen hallitsemiseen erityisesti lapsille, joilla ilmenee haastavaa käyttäytymistä. Mielestäni tätä aihetta olisi tärkeää tutkia lisää, koska useissa aiemmissa tutkimuksissa on havaittu opettajien haluttomuus kohdata lapsi tunnetasolla. Jatkotutkimuksella voitaisiin selvittää, onko tämä yleinen ongelma ja mistä se johtuu, sekä olisiko siihen mahdollista löytää käytännön ratkaisuja, jotka helpottaisivat varhaiskasvatuksen opettajan emotionaalista taakkaa ja työssä jaksamista.

Pohdin myös, olisiko mahdollista suunnitella ja toteuttaa interventio, jonka avulla voitaisiin kaventaa eri päiväkotien välillä olevia laadullisia eroja tunnetaitojen opettamisessa. Tätä eroa

kaventamaan ryhmiin jalkautuisi tunnetaitojen opettamiseen erikoistuneet varhaiskasvatuksen opettajat, ja he voisivat ryhmiin käytännön osaamista tunteiden säätelyn tukemiseen.

Lähteet

- Ahonen, L. (2015). *Varhaiskasvattajan toiminta päiväkodin haastavissa kasvatustilanteissa* (Väitöskirja). Haettu osoitteesta <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/98158/978-951-44-9971-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ahonen, L. (2022). *Haastavat kasvatustilanteet* (3. uud. p.). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Airaksinen, A. & Satri, J. (2021). Herkkyys ja yksilölliset olemisen kehykset. *Sosiaalipedagoginen aikakauskirja*, 22(vuosikirja), 63–84.
- Airaksinen, A., Satri, J., Ollila, S. & Salonen A.O. (2023). ”Suurin osa elämästä on menny siihen, että mun täytyis olla toisenlainen”. Herkkyiden kokemuksia nyky-yhteiskunnassa. *Aikuiskasvatus*, 43(4), 276–292.
- Alasuutari, P. (2011). *Laadullinen tutkimus 2.0* (4. uud. p.). Tampere: Vastapaino.
- Alijoki, A. & Pihlaja, P. (2017). Pedagogiset rakenteet ja ratkaisut lasten erityisen tuen tarpeiden näkökulmasta. Teoksessa E. Hujala & L. Turja (toim.), *Varhaiskasvatuksen käsikirja* (4. uud.p) (s. 263–275). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Aro, T. (2020). Itsesäätelytaitojen kehitys ja biologinen perusta. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi* (3. uud.p) (s. 20–40). Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/978-951-39-4286-1>
- Aron, E.N. (2020). *Erytisherkkä ihminen* (S. Linteri, suom.). Keuruu: Otava.
- Burcu, B., Feyza, C. & Figen, E. (2022). Socioemotional Development in the Preschool Period: Investigating the Predictive Role of Temperament, Language Development, and Emotion Comprehension. *Education and Science*, 47(209), 1–23.
- Eklund, K. & Heinonen, J. (2020). Lapsen itsesäätelyn tukeminen arjessa. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi* (3. uud.p) (s. 216–235). Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/978-951-39-4286-1>
- Hakala, J. (2018). Toimivan tutkimusmenetelmän löytäminen. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle* (4. uud.p) (s. 14–26). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hari, R., Järvinen, J., Lehtonen, J., Lonka, K., Peräkylä, A., Pyysiäinen, I., Salenius, S., Sams, M. & Ylikoski, P. (2015). *Ihmisen mieli*. Helsinki: Gaudeamus Oy.
- Hautakangas, M., Uusitalo, L. & Kumpulainen, K. (2021). Lapsen itsesäätelytaitojen tukeminen Muksuopin keinoin: Varhaiskasvatuksen ammattilaisten kertomuksia. *Journal of Early Childhood Education Research*, 10(2), 293–328.

- Heikka, J., Hujala, E., Turja, L. & Fonsén, E. (2017). Havainnointi ja arviointi varhaispedagogiikassa. Teoksessa E. Hujala & L. Turja (toim.), *Varhaiskasvatuksen käsikirja* (4. uud.p) (s. 263–275). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Helavirta, S. (2011). *"Lapset hyvinvointitiedon tuottajina* (Väitöskirja). Haettu osoitteesta <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66827/978-951-44-8604-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Huotilainen, M. (2019). *Näin aivot oppivat*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kangasniemi, M., Pietilä, A-M., Utriainen, K., Jääskeläinen, P., Ahonen S-M. & Liikanen, E. (2013). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. *Hoitotiede*, 25(4), 291–301.
- Keltikangas-Järvinen, L. (1996). *Hyvä itsetunto* (6. uud.p.). Juva: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, L. (2008). *Temperamentti, stressi ja elämänhallinta* (3. uud.p.). Eu: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, L. (2009). *Temperamentti – ihmisen yksilöllisyys* (4. uud.p.). Juva: WSOY.
- Koivula, M. & Laakso, M-L. (2022). Lapsen varhainen kehitys kommunikaation, vuorovaikutussuhteiden ja leikin näkökulmasta. Teoksessa M. Koivula, A. Siippainen & P. Eerola-Pennanen (toim.), *Valloittava varhaiskasvatus: Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia* (s. 74–90). Tampere: Vastapaino.
- 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.
- Kokkonen, M. & Siponen, U. (2005). Sosioemotionaaliset taidot terveysiedon tavoitteena. Teoksessa H. Peltonen & L. Kannas (toim.), *Terveystieto tutuksi* (s. 189–210). Helsinki: Tekijät ja Opetushallitus.
- Kokkonen, M. (2017). *Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito* (3. uud.p.). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kronqvist, E-L. (2017). Varhaispedagogiikan kehityspsykologinen perusta. Teoksessa E. Hujala & L. Turja (toim.), *Varhaiskasvatuksen käsikirja* (4. uud.p) (s. 10–28). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kurki, K., Järvenoja, H. & Järvelä, S. (2018). Exploring Regulatory Interactions Among Young Children and Their Teachers: A Focus on Teachers' Monitoring Activities. *Journal of Early Childhood Education Research*, 7(2), 310–337.

- Kurki, K., Järvenoja, H., Järvelä, S. & Mykkänen, A. (2016). How teachers co-regulate children's emotions and behaviour in socio-emotionally challenging situations in day-care settings. *International journal of educational research*, 76(2016), 76–88.
- Kurki, K. (2017). *Young children's emotion and behaviour regulation in socio-emotionally challenging situations* (Väitöskirja). Haettu osoitteesta <https://oulu-repo.oulu.fi/bitstream/handle/10024/34378/isbn978-952-62-1697-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Köngäs, M. (2018). *"Eihän lapsil ees oo hermoja"*. *Etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa* (Väitöskirja). Haettu osoitteesta https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63145/K%c3%b6ng%c3%a4s_Mirja_ActaE_235pdfA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Köngäs, M. (2019). *Tunneäly varhaiskasvatuksessa*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Köngäs, M. & Määttä, K. (2020). Pienten lasten hyvinvoinnin tukeminen päiväkodissa tunteäätelyä ohjaamalla. *Kasvatus*, 51(5), 539–550.
- Laakso, M-L. (2020). Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen merkitys lapsen itsesäätelyn kehityksessä. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi* (3. uud.p) (s. 60–79). Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/978-951-39-4286-1>
- Metsämuuronen, J. (2003). *Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä* (2. uud.p). Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- 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. *Frontiers in education*, 04(7). <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.865161>
- Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2014). *Ihmisen psykologinen kehitys* (5. uud. p.). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Oiva-Kess, A. & Kronqvist, E-L. (2021). *Miten minusta tulee minä. Opas varhaislapsuuteen*. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789523517738>
- Opetushallitus. (2022). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet*. Haettu osoitteesta https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman%20perustper%202022_0.docx
- Pihlainen, K., Reunamo, J., Sajaniemi, N. & Kärnä, E. (2022). Children's negative experiences as a part of quality evaluation in early childhood education and care. *Early child development and care*, 192(5), 795–806.

- Poikkeus, A-M. & Alasuutari, M. (2021). Miten yksilöiden ja yhteisöjen oppiminen ja hyvinvointi rakentuvat ja millainen on kasvatustieteiden rooli niihin liittyvässä ymmärryksessä ja vaikuttamisessa. *Kasvatus*, 52(3), 356–361.
- Poikkeus, A-M. (2020). Itsesäätely sosiaalisten taitojen ja suhteiden perustana. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi* (3. uud.p) (s. 80–104). Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/978-951-39-4286-1>
- Rautamies, E., Koivula, M. & Vähäsantanen, K. (2018). Lastentarhaopettaja lasten autonomian tukijana varhaiskasvatuksessa. *Journal of Early Childhood Education Research*, 7(1), 53–75.
- Reunamo, J., Sajaniemi, N., Suhonen, E. & Konttu, E. (2012). Cortisol levels and children's orientation in day care. *Early child development and care*, 182(3–4), 363–381.
- Roos, P. (2015). *Lasten kerrontaa päiväkotiarjesta* (Väitöskirja). Haettu osoitteesta <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/96477>
- Sadeniemi, M., Häkkinen, M., Koivisto, M., Ryhänen, T. & Tsokkinen, A-L. (2019). *Viisas mieli. Opas tunnesäätelyvaikeuksista kärsiville*. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789516567795>
- Sainio, T., Pajulahti, R. & Sajaniemi, N. (2020). *Näin tuet lapsen itsesäätelyä: Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sajaniemi, N., Suhonen, E., Nislin, M. & Mäkelä, J. (2019). *Stressin säätely. Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin* (2. uud.p.). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Salminen, A. (2011). *Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin*. Opetusjulkaisu: 62. Julkisjohtaminen: 4. Vaasa: Vaasan Yliopisto.
- Salminen, J. (2022). Kasvattaja lasten kehityksen ja oppimisen tukijana. Teoksessa M. Koivula, A. Siippainen & P. Eerola-Pennanen (toim.), *Valloittava varhaiskasvatus: Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia* (s. 116–125). Tampere: Vastapaino.
- Salminen, J., Guedes, C., Lerkkanen, M-K., Pakarinen, E., & Cadima, J. (2021). Teacher-child interaction quality and children's self-regulation in toddler classrooms in Finland and Portugal. *Infant and child development*, 30(3), 1–23.
- Salminen, J. & Salonen, E. (2022). Alle kolmivuotiaiden lasten kehityksen, oppimisen ja hyvinvoinnin tukeminen. Teoksessa N. Heiskanen & M. Syrjämäki (toim.), *Pienet tuetut askeleet: varhaiskasvatuksen uudistuva tuki ja kehittyvät käytännöt* (s. 217–234). Jyväskylä: PS-kustannus.

- Sheridan, S. & Pramling Samuelsson, I. (2013). Preschool a source for young children's learning and well-being. *International Journal of Early Years Education*, 21(2–3), 207–222. <http://dx.doi.org/10.1080/09669760.2013.832948>
- Syrjämäki, M. & Ahonen, L. (2022). Sensitiivinen vuorovaikutus pedagogisen toiminnan perustana. Teoksessa N. Heiskanen & M. Syrjämäki (toim.), *Pienet tuetut askeleet: varhaiskasvatuksen uudistuva tuki ja kehittyvät käytännöt* (s. 200–216). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. EU: Tammi.
- Törmälehto, E. (2021). *Vanhemmat ja opettajat lasten tunnetilojen tunnistajina* (Väitöskirja). Haettu osoitteesta <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/135458/978-952-03-2174-1.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Värri, V-M. (2004). *Hyvä kasvatus. Kasvatus hyvään*. Tampere: Tampere University Press.
- Warren, R. (2021). Exploring the complex emotional relationships that influence children's participation rights in early childhood education settings. *Emotion, Space and Society*, 39, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2021.100784>