

**”Jos pelottaa, voi mennä kahdestaan”- lasten kuvauksia  
tunnekokemuksista ja niiden käsittelystä pohjautuen  
Paula ja tunnepeikot -toimintaan  
Elli Viherjälaakso**

Varhaiskasvatustieteen kandidaatintutkielma  
Kevätlukukausi 2021  
Kasvatustieteiden laitos  
Jyväskylän yliopisto

## TIIVISTELMÄ

**Viherjälaakso, Elli. 2021. "Jos pelottaa, voi mennä kahdestaan"-lasten kuvauksia tunnekokemuksista ja niiden käsittelystä pohjautuen Paula ja tunnepeikot-toimintaan. Varhaiskasvatustieteen kandidaatintutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. 35 sivua.**

Tutkimuksessani tarkastelin lasten kuvauksia neljästä eri tunteesta: ilosta, surusta, pelosta ja vihasta. Selvitin, mitä lapset kertovat näiden tunteiden kokemisesta, ja miten he niitä käsittelevät. Tutkimukseni taustalla oli varhaiskasvatukseen suunnattu, tunnetaitoja ja vastuullista käyttäytymistä tukeva Papilio-ohjelma. Ohjelmaan kuuluva materiaali Paulasta ja tunnepeikoista oli ollut osa tutkimukseen osallistuneiden lasten varhaiskasvatusta, ja kokemukset tunteista yhdistettiin niitä kuvaaviin tunnepeikkohahmoihin.

Käytin tutkimuksessani valmiiksi kerättyä aineistoa, joka koostui nauhoitettua ja litteroiduista lasten haastatteluista. Yhteensä tutkimukseen osallistui 32 lasta, jotka olivat 5–6-vuotiaita. Toteutin tutkimuksen laadullisia metodeja hyödyntäen. Aineiston analyysissä luokittelin lasten vastauksia eri tunteiden kuvailujen mukaisesti, ja muodostin teemoja näistä luokitteluista.

Ilon tunteen kokemiseen liitettiin ystävällisyys tai toisen huomioiminen, hyvä tunnetila sekä kivat tapahtumat. Surun tunteessa teemoiksi muodostuvat ikävä, tapaturmat ja kipu, itkeminen sekä harmittavat ja ikävät tapahtumat. Vihan tunteeseen lapset liittivät ikävät tapahtumat ja erilaiset kehon reaktiot. Pelossa teemana oli pelottavat tilanteet. Lasten tunteiden käsittelystä muodostui jokaiselle tunteelle yksi pääteema: ilon tunteessa yhdessä tekeminen, surun tunteessa lohduttaminen, vihan tunteessa auttaminen ja pelon tunteessa huomioiminen.

Asiasanat: tunnekokemus, tunteet, perustunteet, tunnetaidot, papilio-ohjelma

# SISÄLTÖ

<b>TIIVISTELMÄ</b> .....	<b>2</b>
<b>1 JOHDANTO</b> .....	<b>5</b>
<b>2 TUNTEIDEN KOKEMINEN JA TUNNETAIDOT</b> .....	<b>7</b>
2.1 Tunteet.....	7
2.2 Tunnekokemukset .....	7
2.3 Tunnetaidot osana itsesäätelyä .....	8
2.4 Tunnetaitojen merkitys lapsen kehityksessä .....	11
2.5 Tunnetaitojen kehityksen tukeminen varhaiskasvatuksessa .....	11
<b>3 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN</b> .....	<b>14</b>
3.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset.....	14
3.2 Tutkimuksen lähestymistapa .....	14
3.3 Tutkimukseen osallistujat ja tutkimusaineisto .....	15
3.4 Tutkimusaineiston keruu.....	16
3.5 Aineiston analyysi .....	16
3.5.1 Perustunteiden kokemusten kuvaamisen teemoittelua .....	17
3.5.2 Perustunteiden käsittelyn kuvaamisen teemoittelua.....	19
3.6 Eettiset ratkaisut.....	20
<b>4 TULOKSET</b> .....	<b>22</b>
4.1 Perustunteet lasten kuvaamana.....	22
4.1.1 Lasten kokemuksia ilon ja surun tunteista .....	22
4.1.2 Lasten kokemuksia vihan ja pelon tunteista .....	23
4.2 Perustunteiden käsittely .....	24
4.2.1 Ilon ja surun tunteen käsittely .....	24
4.2.2 Vihan ja pelon tunteen käsittely.....	25

<b>5</b>	<b>POHDINTA.....</b>	<b>27</b>
5.1	Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset.....	27
5.2	Tutkimuksen luotettavuus .....	29
5.2.1	Jatkotutkimusaiheet ja käytännön sovellutukset.....	30
	<b>LÄHTEET .....</b>	<b>32</b>

# 1 JOHDANTO

Tunteiden kokeminen ja niiden vaikuttavuus ovat yksilöllisiä: jokaisella meistä on oma kokemusmaailmansa, ja tunteet saavat meidät reagoimaan erilaisilla tavoilla (Köngäs 2019, 47). Lapsella on kehittyvä kyky säädellä emootioitaan ja käyttäytymistään (Aro 2011, 10), ja lapsena koetuilla tunteilla onkin merkitystä aivojemme muotoutumiseen sekä toimintaan (Jalovaara 2005, 19). Sandbergin (2021, 117) mukaan taidot säädellä tunteita vaikuttavat vahvasti lapsen psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen, ja varhaiskasvatuksessa onkin tärkeää opettaa tunteiden säätelytaitoja.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan lapsille tulee tarjota mahdollisuuksia tunnetaitojensa kehittämiseen, yhteisössä osallistumiseen ja sosiaalisten taitojen kehittämiseen. Tunteet ja keholliset kokemukset ovat osana myös varhaiskasvatuksessa tapahtuvaa laaja-alaista oppimista. (Opetushallitus 2018, 21, 22, 27.) Sosioemotionaalista kehitystä tukevista ohjelmista on olemassa myönteisiä tutkimustuloksia (Määttä ym. 2017, 9). Varhaiskasvatuksessa tunnetaitoihin sekä vastuulliseen käyttäytymiseen suunnatun Papilio-ohjelman tavoitteena on tukea lasta tunteiden tiedostamisessa, tunneilmaisussa sekä toisten tunteiden ymmärtämisessä ja käsittelyssä. (Mayer, Heim & Scheithauer 2017, 3, 4, 33.)

Kyky tunnistaa ja nimetä omia sekä toisten tunteita sekä toisen asemaan asettuminen ovat lapsille määritellyjä tunnetaitoja. Esimerkiksi perustunteet, kuten ilo, suru, viha ja pelko, ovat tällaisia nimettyjä ja erilaisissa kulttuureissa tunnistettavia tunteita. (Kanninen & Sigfrids 2012, 75–77.) Tunteet koetaan voimakkaasti kehon välityksellä (Nummenmaa 2017, 36), ja näihin kokemuksiin vaikuttavat myös ympäristöön liittyvät tekijät, joita ovat muistikuvat, mielikuvat, kasvatustavat ja kulttuuri (Kokkonen 2017, luku 1).

Tutkimukseni tavoitteena on saada tietoa lasten kuvaamista tunnekokemuksista: miten lapset kuvaavat ja käsittelevät ilon, surun, pelon ja vihan tunteita. Näistä kuvauksista on kerätty tietoa haastattelemalla lapsia tunteista sekä niitä käsittelevistä Paula ja tunnepeikot -tuokioista. Tunnepeikot ovat Papilio-ohjelmaan kuuluvia peikkoja, jotka kuvaavat jokainen yhtä tunnetta: Hymy iloa, Säikky pelkoa, Äksy vihaa sekä Nyyhky surua. Tutkimuksessa lasten tunteiden kuvailuissa tärkeässä osassa ovat nämä konkreettiset tunnepeikot.

## 2 TUNTEIDEN KOKEMINEN JA TUNNETAIDOT

### 2.1 Tunteet

Psykologiset määritelmät emootiolle eli tunteelle tuovat esille mielen ja kehon tuntemukset sekä tilan, joka luo tunteelle myös sosiaalisen ulottuvuuden (Vehviläinen 2004, 142). Tarkemmin sanalla ”tunne” viitataan suomen kielessä fysiologiseen reaktioon, tuntoaistin toimintaan sekä mielen sisäisiin tuntemuksiin ja kokemuksiin (Nummenmaa 2017, 35). Emootion suomennos on ”mielenliikutus” eli tunnetila, joka vaikuttaa ihmisen tarkkaavaisuuteen ja muistiin (Jalovaara 2005, 26). Yleensä tunteista puhuttaessa tarkoitetaan tunnetilaa, eli tunteen tunnistamista, jolloin on jo tapahtunut emootion aiheuttaman reaktion synnyttämä tunne sekä tuntemus, jolloin tunnistamme kehomme reagoineen johonkin (Köngäs 2019, 69).

Tunteella tarkoitetaan usein sellaista tunnetta, jonka voimme tunnistaa ja nimetä sekä itsessämme että toisissa ihmisissä. Tällaisia ovat esimerkiksi perustunteet. (Kanninen & Sigfrids 2012, 76, 77.) Näiden perustunteiden, eli vihan, inhon, pelon, ilon ja surun, tunnistaminen kasvonilmeistä ajatellaan usein universaaliksi taidoksi (Xiaoqian, Andrews & Young 2016, 423–424). Vaikka biologisesti perustunteet ovat selkeästi määriteltävissä, tunteet voidaan nähdä aina kulttuurisidonnaisiksi ilmiöiksi (Kokkonen, 2017, luku 10). Shaon ym. (2015) mukaan juuri tunteiden havaitseminen on mahdollisesti enemmän universaalialia, mutta tunteiden ymmärtäminen ja säätely ovat sidoksissa kulttuuriin (Pathak & Muralidharan 2020, 507).

### 2.2 Tunnekokemukset

Subjekttiivinen tunnekokemus muodostuu emootioon johtaneesta alkuarvioinnista, joka yhdistyy tunnekeskuksissa tapahtuviin reaktioihin, fysiologisiin reaktioihin sekä käyttäytymisreaktioiden palautteeseen (Jalovaara 2005, 27). Erilaiset tunnereaktiot näkyvät kasvonilmeissä, kehon asennoissa tai ovat aistittavissa pu-

heesta (Sandberg 2021, 122). Nummenmaan (2017, 36) mukaan tunteet koetaan voimakkaasti kehon välityksellä, ja on siksi erilainen kokemus kuin muut mielen toiminnot. Erityisesti pienet lapset tavoittavat omat tunnekokemuksensa juuri erilaisten kehollisten kuvauksien kautta (Kanninen & Sigfrids 2012, 77).

Lapsuusaikana koetut tunnekokemukset vaikuttavat aivojen muotoutumiseen sekä toimintaan, ja myös persoonallisuuden muokkautuminen tapahtuu näiden kokemusten pohjalta. Persoonallisuuden kokonaisuus, sisältäen luonteen, olemuksen ja temperamentin, ilmenee tunnereaktioissa esimerkiksi tavassa käsitellä ja hallita erilaisia tunteita. (Jalovaara 2005, 19, 132.) Keltikangas-Järvisen (2006, 23) mukaan osa temperamenttiteorioista huomioi temperamentin vaikutuksen ihmisen omien tunnetilojen heräämisessä sekä tunteiden säätelyssä. Persoonallisuuden biologinen perusta eli temperamentti on kokoelma synnynnäisiä valmiuksia ja taipumuksia, mikä määrää ihmiselle hänen yksilöllisen tapansa reagoida ja käyttäytyä. Nämä erilaiset temperamenttipiirteet syntyvät synnynnäisistä eroista aivojen toiminnassa. (Keltikangas-Järvinen 2006, 33, 42.)

Nummenmaan (2017, 36) mukaan ”tunnekokemukset toimivat sisäisen ja ulkoisen maailman rajapintana”. Biologisen perustan lisäksi tunnekokemuksiin vaikuttavatkin monet ympäristöön liittyvät tekijät. Näitä vaikuttavia tekijöitä ovat muistikuvat, mielikuvat, kasvatus ja kulttuuri. (Kokkonen 2017, luku 1.) Lisäksi tunteilla on yhteys kaikkeen mielen toimintaan (Aro 2011, 12), ja omat ajatukset, eli oma sisäinen puhe, vaikuttavat myös tunnekokemuksiin (Kärkkäinen 2017, 37). Suurin osa tunteista perustuu elämän mielekkyyteen, ja ihminen pyrkii parantamaan elämänlaatuaan vähentämällä tai vahvistamalla tunteitaan (Puolimatka 211, 129).

### **2.3 Tunnetaidot osana itsesäätelyä**

Itsesäätelyllä tarkoitetaan kykyä säädellä tunteita, käyttäytymistä ja kognitioita omien tavoitteiden mukaisella sekä ympäristölle suotuisalla tavalla. Tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn sisältyvät kyky ymmärtää ja hyväksyä tunnekokemuk-



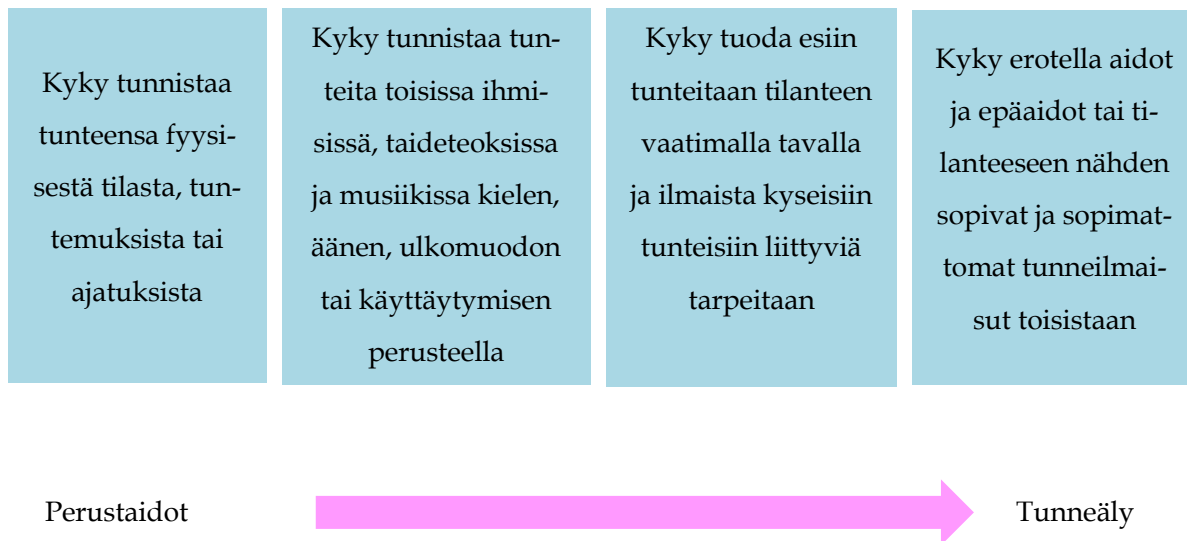
set sekä kyky säädellä tunteiden ilmaisua. (Aro 2011, 11, 17.) Itsesäätelyssä tärkeitä ovat tunnetaidot. Näillä tunnetaidoilla tarkoitetaan erilaisia keinoja tunteiden säätelyyn, mikä tulee esille tunteen ilmaisun muodossa ja voimakkuudessa sekä käyttäytymisessä erilaisissa tilanteissa. (Sandberg 2021, 117.)

Tunnetaidoista puhuttaessa puhutaan usein myös tunneälystä. Aikuisten tunnetaidoissa tunneälyn käsite sisältää tunteiden havaitsemisen, ymmärtämisen, käyttämisen sekä säätelyyn. Tunteiden säätelyllä tarkoitetaan kykyä vaikuttaa omiin tunteisiin, kuinka pitkään ja miten voimakkaasti tunnemme. (Kokkonen 2017, luvut 2 ja 3.) Säätelyyn kuuluvat myös kyvyt hallinnoida ja säädellä tunteita tavoitteiden saavuttamiseksi (Köngäs 2019, 50). Tämä on mahdollista siten yhdistää myös tunteiden käyttämiseen osana tavoitteiden saavuttamista. Tunteiden ymmärtämiseen sisältyvät kyky tunnistaa tunteita ja niiden merkityksiä, kyky havaita tunteiden ja sanojen yhteys sekä tunnistaa tunteisiin liittyviä siirtymiä. Tunteiden havaitseminen on osana tunteen tunnistamista erilaisissa tilanteissa. (Köngäs 2019, 41.)

Lapsilla tunnetaitoihin on määritelty kuuluvaksi kyky tunnistaa ja nimetä omia sekä toisten tunteita sekä toisen asemaan asettuminen (Kanninen & Sigfrids 2012, 75). Pienillä lapsilla keinoja tunteiden säätelyyn ovat esimerkiksi huomion suuntaaminen pois epämiellyttäviä tunteita tuottavasta asiasta sekä turvan ja lohdun hakeminen aikuisesta (Laakso 2011, 70). Köngäs (2019, 41) tuo esille tunneälyn käsitteen myös lasten tunnetaidoista puhuttaessa. Tähän tunneälyyn kuuluvat neljä laajempaa osa-aluetta, jotka ovat tunteiden tunnistaminen, vaikuttavuus, ymmärtäminen ja säätely. Ne alkavat kehittyä ensin perustaitojen kautta kohti enemmän tunneälyä vaativampia toimintoja. Nämä osa-alueiden perustaidot luovat pohjan syvempien taitojen oppimiselle. Lasten kehittyvien perustaitojen tukeminen onkin hyvin tärkeää ja tunneälyä vaativaa. (Köngäs 2019, 42, 49.)

Alkeellisessa muodossa tunteiden tunnistaminen on kykyä erottaa mielihyvän ja mielihyvän kokemukset toisistaan (Puolimatka 2011, 313). Tunteiden tun-

nistaminen lähtee niiden tunnistamisesta fyysisestä tilasta, tuntemuksista tai ajatuksista, minkä jälkeen kehittyy kyky tunteiden tunnistamiseen toisissa ihmisissä ja taiteessa (Kuvio 1).



KUVIO 1. Tunteen tunnistaminen osana tunneälyn kehitystä. (Mayer & Salovey 1997, Köngäs 2019, 41 mukaan)

Tunnereaktiot näkyvät kasvonilmeissä, kehon asennossa ja ovat aistittavissa puheesta. Osa lapsista ei tunnista näitä erilaisiksi tunnereaktioiksi, ja tämä korostaaakin tunteen tunnistamisen harjoittelua osana tunnetaitoja. (Sandberg 2021, 122.) Itsesäätelytaitojen tunnepuoli painottaa lasten kykyä tunnistaa ja käsitellä tunteita. Tämä vaikuttaa empatian kehittymiseen, ja siten auttaa lasta ymmärtämään toisten kokemia tunteita. (Veijalainen, Reunamo & Alijoki 2017, 92.) Kuvion 1 mukaisesti tunteen tunnistamisen taidot kehittyvät kohti tilannekohtaisuutta: kohti tunneälyä mentäessä tunteiden tunnistamiseen liittyvät omien tunteiden esille tuominen ja ilmaiseminen tilanteen vaatimalla tavalla.

## 2.4 Tunnetaitojen merkitys lapsen kehityksessä

Tunnetaidot osana itsesäätelyä ovat tärkeitä lapsen sosioemotionaalisisessa kehityksessä. Sosioemotionaalinen kompetenssi, joka nähdään perustana lapsen toimimiselle sosiaalisissa tilanteissa, on taitoa tunnistaa ja huomioida vertaisten tunteita sekä taitoa käyttää tunnetaitoja ja sosiaalisia taitoja. (Sandberg 2021, 133.) Tässä kompetenssissa kyvyt säädellä tunteiden kokemista ja ilmaisua sekä tasa-painoilu omien ja toisten päämäärien välillä ovat tärkeimpiä taitoja. Näitä opitaan erityisesti sosiaalisissa suhteissa vertaisten kanssa, jossa lapset oppivat esimerkiksi vastavuoroisuutta, ja harjoittelevat muiden reaktioiden avulla omaa tunteiden säätelyään. (Neitola & Koivula 2020, 27, 32.)

Sandbergin (2021, 117) mukaan tunteiden säätelytaidot vaikuttavat lapsen psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen, esimerkiksi tunteiden tunnistamiseen ja nimeämiseen pystyvillä lapsilla on paremmat sosiaaliset taidot. Samaistumisen kokemukset ja toisen ihmisen kokemien tunteiden tunnistaminen ovatkin edellytyksenä sosiaaliselle vuorovaikutukselle. Tunnetaitoja tarvitaan esimerkiksi toisten kanssa leikkimiseen, omien mielihalujen hillitsemiseen sekä selviytymiseen erilaisissa elämäntilanteissa. (Jalovaara 2005, 38, 96, 98.) Tunneällyn ja tunteiden säätelyn avulla on myös mahdollista tiedostaa oman toiminnan vaikutus tunteisiinsa, ja siten tukea myönteisten tunteiden syntymistä hakeutumalla mielekkäisiin tilanteisiin (Puolimatka 2011, 315).

## 2.5 Tunnetaitojen kehityksen tukeminen varhaiskasvatuksessa

Sosioemotionaalisten taitojen kehityksessä aikuisten ja lasten väliset vuorovaikutussuhteet ovat keskeisiä tilanteita (Määttä ym. 2017, 16). Lapsen hyvässä kasvuympäristössä yksi keskeinen tekijä on lapsen ja opettajan välinen turvallinen, sensitiivinen ja välittävä vuorovaikutussuhde (Rautamies, Koivula & Vähäsantanen 2018, 56). Sensitiivisyydellä tarkoitetaan kykyä reagoida lapseen tunnekielillä. Sensitiivinen aikuinen kykenee ilmaisemaan aitoja tunteita lapselle esimer-

kiksi hymyn, katseen ja äänen kautta. (Salo 2012, 92.) Lapsi oppiikin tunnistamaan tunteensa ainoastaan välittömässä suhteessa kasvattajaansa (Puolimatka 2011, 310).

Lapsen sosioemotionaalisen kehityksen tukemisessa varhaiskasvattajat ovat tärkeitä toimijoita (Määttä ym. 2018, 8). Myös itsesäätelyn kehityksen näkökulmasta varhaiskasvatuksen ympäristöllä on tärkeä merkitys mahdollistaen perheen ulkopuoliset sosiaaliset tilanteet sekä toisten lasten että aikuisten kanssa (Veijalainen, Reunamo & Alijoki 2017, 92). Säätelyn kehittymistä tukevat myös positiivista palaute, myönteiset tunteet sekä johdonmukaiset säännöt (Aro & Laakso 2011, Kärkkäisen 2017, 19 mukaan).

Oletukset ja odotukset lapsen kyvystä säädellä tunteita ohjaavat omaa toimintaamme, tukemistamme ja ohjaustamme lasten kanssa (Aro 2011, 16). Aikuisen ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa onkin tärkeää, että aikuinen tavoittaa lapsen todellisen kehitysvaiheen, ja kykenee ennakoimaan jo seuraavaa kehityskaskelta. Tämä kyky ennakoita ja jäsentää tilanteet lapsen kehitystä tukevaksi ja lapselle onnistumisen kokemuksia tuottavaksi on lapsen lähikehityksen vyöhykkeellä toimimista. (Vygotsky 1978, Kallandin 2012, 59 mukaan.) Erityisesti varhaislapsuudessa onnistuneeseen tunteiden säätelyyn vaikuttavat aikuisen herkkyys ja joustavuus tunneviesteihin vastaamisessa (Laakso, 2011, 71). Mitä pienempi lapsi on, sitä enemmän aikuisen on säädeltävä omia tunteitaan, ja fyysisen läheisyyden merkitys on suurempi (Kärkkäinen 2017, 44). Rautamiehen, Koivulan ja Vähäsantasen (2018, 60–61) tutkimuksen mukaan varhaiskasvatuksessa opettajat kokivat lasten oppivan konkreettisella tuella itsesäätelyä ja oman toiminnan ohjausta. Myös vaikeiden tunteiden käsittelyssä tärkeänä osana tunnetaitoja korostui aikuisen tuki: mahdollisuus käsitellä vaikeita tunteita aikuisen tuella ja myöhemmin itsenäisesti koettiin tärkeäksi (Rautamies, Koivula ja Vähäsantanen 2018, 60–61).

Tunteiden tunnistamista voidaan tukea lapsen tunteita sanoittamalla. Erilisen tunnesanaston puuttuessa lapsi ei välttämättä osaa kuvata tunnettaan sanallisesti, vaan erilaisten tuntemusten kautta. Tilanteen sanoittaminen tarjoaa

lapsen kokemukselle konkreettisen sanan. (Kanninen & Sigfrids 2012, 77.) Kärkkäisen (2017, 39) mukaan sanojen saaminen tunteille on myös rauhoittavaa, koska kielellisestä jäsentelystä vastaavien aivoalueiden aktivoituminen vähentää toimintaa aivojen tunteita käsittelevissä osissa.

Lapset poimivat lähellä olevilta erilaisia malleja tunteisiin suhtautumiseen (Kärkkäinen 2017, 44). Tunteiden säätelyssä lapsille luontainen oppimisen tapa on mallioppiminen, ja tästä syystä aikuisen on tärkeä säädellä omia tunteitaan tilanteessa, jossa lapsi ei itse pysty siihen. Ohjaaminen, opettaminen ja pedagogisesti tukeminen opettavat lapselle tunnetaitoja. (Sandberg 2021, 119, 121.) Myös Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet tuo esille tunteiden havaitsemisen, tiedostamisen ja nimeämisen tunnetaitoja vahvistavina tekijöinä. (Opetushallitus 2018, 26).

## **3 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN**

### **3.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset**

Tutkimukseni tehtävänä on selvittää lasten kuvauksia erilaisista tunteista sekä lasten kertomuksia näiden tunteiden käsittelystä. Tutkimuksessa pyrin saamaan tietoa näistä tunnekuvauksista, ja siten selvittämään vastaukset seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Miten lapset kuvaavat erilaisia tunteita?
2. Mitä keinoja lapset kertovat tunteiden käsittelyyn?

### **3.2 Tutkimuksen lähestymistapa**

Laadullinen tutkimus tarkastelee yksittäisiä tapauksia, ja tämä lähestymistapa korostaakin todellisuuden ja tiedon subjektiivisuutta (Puusa & Juuti 2011a, 47). Tutkimuksessani lasten kuvailut tunnekokemuksista ja niihin liittyvät tilanteet tulevat esille haastatteluissa, ja myös tästä näkökulmasta laadullisen tutkimuksen menetelmät ovat sopivia aineiston tarkastelemiseen. Laadullisessa tutkimuksessa ihminen on suoraan aineiston keräämisen välineenä, ja aineistossa totuus ei välity suoraan, vaan erilaisten tulkintojen kautta. (Kiviniemi 2018, 73, 76.) Scheven (2017, 41) mukaan tunteiden tutkimisessa laadulliset menetelmät tavoittavat tulkintoja tunteiden subjektiivisesta kokemisesta. Laadullinen tutkimus tuokin esille uusia tapoja tarkastella ilmiöitä ja kokemuksia sekä lisää ymmärrystä näistä ilmiöistä (Puusa & Juuti 2011b, 31).

Laadulliselle tutkimukselle on ominaista prosessimaisuus, ja näkökulmat sekä tulkinnat kehittyvät tämän prosessin eri vaiheissa. Tutkimustehtävän, teorian muodostuksen, aineiston keruun ja aineiston analyysin joustava kehittyminen ovat osa tätä prosessia. (Kiviniemi 2018, 73.) Tämä prosessimaisuus tulee vahvasti esille tutkimuksessani esimerkiksi etukäteen kerätyn aineiston kautta.

Ennen kuin sain aineiston käyttöni Jyväskylän yliopistolta, tietoni Papilio-ohjelmasta sekä aineistoon kuuluvien haastatteluiden sisällöstä olivat vähäisiä. Oma tutkimusaiheeni on siis muokkautunut prosessin aikana oman tietämykseni lisääntyessä sekä aineistoon tutustuessa sen mukaan, mihin kysymyksiin aineiston avulla oli mahdollista vastata.

### **3.3 Tutkimukseen osallistujat ja tutkimusaineisto**

Tutkimuksessani käytin valmista aineistoa, joka oli kerätty keväällä 2017 länsisuomalaisessa päiväkodissa. Tutkimukseen osallistui 32 lasta, jotka olivat 5- ja 6-vuotiaita. Aineiston keräämisessä lähtökohtana oli Papilio-ohjelma. Tutkimuksen päiväkodin kasvattajat olivat osallistuneet Papilio-ohjelman koulutukseen ja kaikki tutkimuksessa mukana olleet lapset olivat osallistuneet Papilio-ohjelman mukaiseen toimintaan varhaiskasvatuksessa.

Papilio-ohjelma on saksalainen varhaiskasvatukseen suunnattu toiminta-ohjelma, joka perustuu aikaisemmin kehitettyihin sosioemotionaalisen kehityksen tukiohjelmiin sekä tutkimustietoon. Ohjelma on suunnattu tunnetaitoihin sekä vastuulliseen käyttäytymiseen, ja se sisältää materiaalia lelujen vapaapäivistä, Paula ja tunnepeikot -tuokioista sekä Sinun-minun-meidän-pelistä. (Mayer ym. 2017, 3-4.) Tässä tutkimuksessa keskitytään tunnepeikkoihin, joiden avulla lapset ovat tutustuneet erilaisiin tunteisiin.

Paula ja tunnepeikot toiminnan tavoitteena on tunteiden tiedostaminen ja tunneilmaisun oppiminen sanallisesti ja sanattomasti sekä omien ja toisten tunteiden ymmärtäminen ja käsittely. Lapset oppivat näitä tunnetaitoja aluksi erillisillä tuokioilla, joissa tarinan ja laulujen muodossa he tutustuvat Paulaan ja vuorotellen jokaiseen tunnepeikkoon. Näitä tunnepeikkoja ovat iloa kuvaava Hymy, pelkoa kuvaava Säikky, vihaa kuvaava Äksy sekä surua kuvaava Nyyhky. (Mayer ym. 2017, 33.) Näiden tuokioiden lisäksi lapset ovat askarrelleet oman ryhmäpeikon. Lisäksi lapsiryhmän tiloissa on peikkoseinä tai peikkomökki, johon on mahdollista laittaa oma kuvansa sen tunnepeikon kohdalle, miltä sillä hetkellä tuntuu.

### 3.4 Tutkimusaineiston keruu

Tutkimuksessa käytettävä aineisto on kerätty lapsia haastattelemalla. Päiväkodissa toteutetut haastattelut nauhoitettiin, ja ne etenivät etukäteen mietittyjen teemojen mukaisesti. Lapsia haastateltiin pareittain. Lisäksi mukana oli muutama kolmen lapsen ryhmähaastattelu. Aineisto sisälsi kysymyksiä Papilio-ohjelmaan kuuluvista lelujen vapaapäivistä, tunnepeikoista sekä Sinun-minun-meidän-pelistä. Näistä kysymyksistä tähän tutkimukseen valittiin tunnepeikkoja käsitelleet kysymykset. Haastattelussa lapsilta kysyttiin esimerkiksi tunnepeikkoihin tutustumisesta, tunteista oppimisesta sekä tilanteista, joissa he ovat tunteet tunnepeikkojen kuvaamia tunteita.

Haastattelussa kysymysten avulla saadaan tietoa kokemuksista, mielipiteistä, tiedoista ja tunteista (Patton 2002, 4). Teemahaastattelussa etenemistä pyritään ohjaamaan etukäteen valittujen teemojen sekä tarkentavien kysymysten varassa (Puusa 2011a, 81). Hirsjärven ja Hurmeen (2007) mukaan teemahaastattelussa korostuvat ihmisten tulkinnat, heidän asioille antamansa merkitykset sekä näiden merkitysten syntyminen vuorovaikutuksessa. Haastattelu aineistonkeruumenetelmänä on joustava antaen mahdollisuuden toistamiseen ja asioiden korjaamiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85, 87–88.)

Lasten kanssa hetkittäisyys, muuttuvuus sekä kerronnan moninaisuus ja monikanavaisuus ovat tyypillisiä haastattelutilanteissa. On myös tärkeää tiedostaa, että lasten kanssa tehtyyn tutkimushaastatteluun ei aina sisälly tutkimushaastattelulle tyypillisiä vaiheita. (Roos & Rutanen 2014, 29, 42.) Tässä tutkimuksessa esimerkiksi haastattelukysymyksiin vastaaminen vaati usein kysymyksen toistamista tai muulla tavalla tilanteen rauhoittamista. Monista kysymyksistä kysyttiin useita tarkentavia kysymyksiä tai varmistuksia, oliko haastattelija ymmärtänyt vastauksen sillä tavalla, jota lapsi tarkoitti.

### 3.5 Aineiston analyysi

Tutustuin aineistoon lukemalla lasten haastatteluista valmiit litteraatit, kuuntelemalla nauhoitettuja litteroimattomia haastatteluja sekä litteroimalla itse kaksi



haastattelua, joista litteraatit puuttuivat. Aineistoa tutkiessani poimin aineistosta jokaista tunnetta kuvaavia ilmaisuja. Luokittelin ensin lasten vastauksia neljän eri tunteen mukaisesti, minkä jälkeen muodostin niistä teemoja.

Teemoittelulla tarkoitetaan aineiston ryhmittelyä erilaisten aiheiden mukaisesti (Tuomi & Sarajärvi 2018, 105). Teemoja muodostuu, kun samankaltaisia alakategorioita yhdistellään, ja näille muodostetaan niitä kuvaavia yläkategorioita. Analyysissa teemoja muodostuu kielen avulla, ja myöhemmin pyrkimyksenä on muodostaa myös erilaisten merkitysten luomia kokonaisuuksia. (Puusa 2011b, 122–123.) Tekemässäni analyysissa muodostin teemoja pohjautuen haastatteluissa esitettyihin kysymyksiin tunteista. Luokittelin vastauksia näihin kysymyksiin samankaltaisuuksien ja merkityksien mukaisesti yhteen.

### 3.5.1 Perustunteiden kokemusten kuvaamisen teemoittelua

Haastattelussa lapsilta kysyttiin esimerkiksi ”Milloin olet laittanut oman kuvasi Hymypeikon kohdalle?”, johon osa lapsista vastasi kertomalla erilaisista, heille iloa tuoneista tilanteista. Ilon tunteesta muodostin kolme erilaista teemaa (taulukko 1).

**TAULUKKO 1. Teemojen muodostaminen tilanteista tai tapahtumista, joissa lapset kertoivat tunteneensa iloa.**

Esimerkkejä aineistosta	Tarkennus	Teemoja ilon tunteesta
”Iida oli niin kiltti ja antoi minun lainata hänen sukksensa.”	Omien tavaroiden lainaaminen tai tuominen päiväkotiin	<b>Ystävällisyys, toisen huomioiminen</b>
”Mä oon iloinen!” ”Sillon tuntuu ihan hyvältä.”	Hyvä olo, hymyily	<b>Hyvä tunnetila</b>
”Musta oli kivaa nähdä se.” ”Me leikittiin.”	Leikkiminen, syntymäpäivät, kaverin näkeminen	<b>Kivat tapahtumat</b>

Surun tunnetta kuvattiin usein vastauksena kysymykseen ”Milloin olet laittanut oman kuvasi Nyyhky-peikon kohdalle?” Näistä vastauksista muodostin neljä erilaista teemaa (taulukko 2).

**TAULUKKO 2. Teemojen muodostaminen tilanteista tai tapahtumista, joissa lapset kertoivat tunteneensa surua.**

Esimerkkejä aineistosta	Tarkennus	Teemoja surun tunteesta
”Joskus mulla on ollut äitiä ikävä.”	Vanhemman ikävöinti päiväkotipäivän aikana, muualla asuvan vanhemman ikävöinti	<b>Ikävä</b>
”Mulla oli viime kerralla suru koska silloin mä kaaduin.”	Kaatuminen, loukkaaminen, toisen lyöminen tai pureminen	<b>Tapaturmat ja kipu</b>
”Ku mä vaan pistin muuta ja sitte äkkiä vaan mietin, että en vaan vihti enää itkee.”	Itkemisen yhdistäminen surun tunteeseen.	<b>Itkeminen</b>
”Kun mä en päässy hiihtää.” ”Itketti tulla päiväko- tiin.”	Lyöminen tai pureminen, kun ei pääse tekemään jotain mitä haluaa, harrastuksen tylsät tapahtumat	<b>Harmittavat ja ikävät tapahtumat</b>

Pelon tunnetta kuvattiin usein haastattelukysymyksen ”Milloin olet laittanut oman kuvasi Säikkypeikon kohdalle?” yhteydessä. Näistä vastauksista muodostui yksi laaja teema (taulukko 3), koska vastauksia oli vähän.

**TAULUKKO 3. Teeman muodostaminen tilanteista tai tapahtumista, joissa lapset kertoivat tunteneensa pelkoa.**

Esimerkkejä aineistosta	Tarkennus	Teema
”Kun meillä ei oo yövaloo ja me ollaan nukkumassa nii sitte tulee vähän säikky olo.”	Korkealle paikalle meneminen, neuvolakäynti, pimeässä oleminen	<b>Pelottavat tilanteet</b>

Vihan tunnetta kuvattiin usein vastauksena haastattelukysymykseen ”Milloin olet laittanut oman kuvasi Äksypeikon kohdalle?” Näistä muodostin kaksi erilaista teemaa (taulukko 4).

**TAULUKKO 4. Teemojen muodostaminen tilanteista tai tapahtumista, joissa lapset kertoivat tunteneensa vihaa.**

Esimerkkejä aineistosta	Tarkennus	Teemoja vihan tunteesta
”No mä olin hermostunut kun Martta kiusas.”	Kiusaaminen, kun koira haukkuu yöllä	<b>Ikävät tapahtumat</b>
”Sillon tuntuu vihaselta.”		<b>Tunne vihasta</b>

### 3.5.2 Perustunteiden käsittelyn kuvaamisen teemoittelua

Tunteiden käsittelyä kuvaavista ilmauksista muodostin jokaiselle perustunteelle sitä kuvaavan pääteeman, ja lisäksi muutamia tarkempia alateemoja (taulukko 5).

**TAULUKKO 5. Teemojen muodostaminen tavoista käsitellä perustunteita.**

Perustunne	Esimerkkejä aineistosta	Tarkennus	Pääteema
<b>Ilo</b>	”Voi leikkiä, että se ei sitten tuu surulliseksi tai äksyks.” ”Jos on iloinen nii ei tartte tehdä mitään.”	Leikkiminen Pelaaminen	<b>Yhdessä tekeminen</b>
<b>Pelko</b>	”Voi ottaa kädestä kiinni.” ”Jos pelottaa, voi mennä kahdestaan.” ”Vaikka antaa sille unikaverin.” ”Voi sanoa, että mä oon tässä.”	Kosketus Rohkaiseminen Auttaminen Tuen osoittaminen	<b>Huomioiminen</b>

Perustunne	Esimerkkejä aineistosta	Tarkennus	Pääteema
<b>Viha</b>	<p>"Voi kysyä, miksi sinä olet vihainen."</p> <p>"Jos lyö niin kanssa pitää kertoa aikuiselle, jos on sillo vihane."</p> <p>"Voi vaikka hengittää syvään."</p>	<p>Lohduttaminen</p> <p>Kertominen aikuiselle</p> <p>Rauhoittaminen</p>	<b>Auttaminen</b>
<b>Suru</b>	<p>"Voi halata."</p> <p>"Tehä kivaa sille."</p> <p>"Lohduttaa ja pyytää mukaan leikkiin."</p>	<p>Kosketus</p> <p>Piristäminen</p> <p>Yhdessä tekeminen</p>	<b>Lohduttaminen</b>

Haastattelutilanteissa lapset kuvasivat perustunteiden käsittelyä usein vastauksina kysymyksiin "Mitä voi tehdä, jos kaveri on surullinen, iloinen, vihainen tai peloissaan?" Luokittelin vastauksia näihin kysymyksiin neljän eri tunteen mukaisesti. Yhdistin samankaltaisia ilmauksia tarkemmiksi teemoiksi, joista muodostin jokaiselle tunteelle yhden pääteeman.

### 3.6 Eettiset ratkaisut

Tutkimuksessani eettiset ratkaisut on huomioitu koko tutkimusprosessin ajan. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2012) hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti tutkimus suunnitellaan, toteutetaan ja arvioidaan tieteelliselle tiedolle laadittujen edellytysten mukaisella tavalla (Tuomi & Sarajärvi 2018, 150). Tutkimuksessa käyttämäni aineiston tutkimusluvut oli hankittu jo aineiston keräämisen aikana, joten niitä ei tarvinnut kysyä enää erikseen. Lisäksi haastatteluissa kysyttiin usein lapsilta suullinen suostumus siitä, saako heiltä kysyä tutkimuksen teemaan liittyviä kysymyksiä. Ennen tutkimusaineiston luovuttamista allekirjoitin sitoumuksen valmiin aineiston käyttämisestä. Myös aineiston luovuttamisessa huomioitiin salassapito, ja tutkimusajan säilytin aineistoa suojatulla, erillisellä asemalla.

Pattonin (2004, 407) mukaan haastattelut tuottavat henkilökohtaista tietoa haastateltavan kokemuksista, ja siten eettiset ulottuvuudet ovat erityisen tärkeitä. Tutkimuksessani tutkimusaineistossa esiintyvät tiedot ovat suojattu sekä pseudonymisoitu. Tutkimuksessa ei siis kuvata tutkimukseen osallistuneiden henkilötietoja tai muita tunnistettavuuteen liittyviä tietoja, esimerkiksi paikkakuntia tai muiden henkilöiden nimiä. Aineistosta poimituissa lainauksissa esiintyvät nimet ja muut tunnistettavuuteen liittyvät tiedot on muokattu alkuperäisestä, eli nämä esiintyvät nimet ovat siis itsekeksittyjä. Lainauksissa lapsia kuvataan pelkästään numeroin, esimerkiksi "lapsi 1" "ja lapsi 2". Haastattelijaa kuvataan aina termillä "aikuinen". Tätä ei ole eroteltu, oliko haastattelija sama kaikissa vai ei, koska en koe sen vaikuttaneen haastattelun sisältöihin.

## 4 TULOKSET

### 4.1 Perustunteet lasten kuvaamana

Lasten kuvauksissa perustunteet ilmenivät usein erilaisten tilanteiden kautta. Tähän vaikuttivat haastattelutilanteessa esitetyt kysymykset, jotka olivat muotoiltu sen mukaisesti. Lapsilta kysyttiin esimerkiksi ”Oletko laittanut kuvaasi Hymypeikon kohdalle? Mitä silloin tapahtui?” Näistä eri tilanteita kuvaavista vastauksista muodostin teemoja (ks. taulukot 1–4 sivuilla 17–19).

#### 4.1.1 Lasten kokemuksia ilon ja surun tunteista

Lasten ilon tunnekokemusten taustalla oli havaittavissa kolme selkeää teemaa: ystävällisyys tai toisen huomioiminen, hyvä tunnetila sekä kivat tapahtumat. Kun lapset kertoivat laittaneensa kuvan Hymypeikon kohdalle, taustalla oli joku konkreettinen kiva asia tai teko, tai he tunsivat olonsa hyväksi. Erityisesti ilon tunteessa lapset toivat esille kehollisuuden. Kun lapset kertoivat olevansa Hymypeikko eli iloinen, silloin ”hymyilyttää” ja ”tuntuu hyvältä”. Näiden ilmaisujen yhteydessä ei ollut mainintaa esimerkiksi tapahtumasta, joka olisi aiheuttanut kyseisen tunnereaktion, vaan vastauksista on tulkittavissa, että hyvä tunne sai mahdollisesti heidät valitsemaan Hymypeikon.

Esimerkki 1

Aikuinen: Mitä silloin tapahtu kun sää laitoit hymyyn?

Lapsi 1: En tiiä.

Aikuinen: Tapahtuks sillo jotain kivaa vai tyhmää?

Lapsi 1: Kivaa.

Aikuinen: Kivaa, mitähän kivaa se oli?

Lapsi 1: Jotaki vaa kun mua hymyilyttää.

Surun tunteen kokemisen taustalla havaitsin neljä teemaa. Nämä teemat olivat ikävä, tapaturmat ja kipu, itkeminen sekä harmittavat ja ikävät tapahtumat. Kehon reaktiot tulivat esille myös surun tunteessa. Osassa vastauksista itku oli osana esimerkiksi ikävän kokemusta, ja siten sekä ikävä että itkeminen saivat lapsen tuntemaan itsensä surulliseksi ja siksi valitsemaan Nyyhkypeikon. Lisäksi osassa vastauksissa itkeminen mainittiin osana surua ilman tarkempaa selitystä. Kuitenkin itkeminen yhdistettiin selkeästi juuri surun tunteeseen.

Esimerkki 2

Lapsi 2: Öö mulla oli vanhasta surussa jo.

Aikuinen: Joo-o muistat sä miks se oli siellä?

Lapsi 2: Mää oon itkettäny.

Aikuinen: Niin, kun sua itketti tulla päiväkotiin.

Lapsi 2: Niin.

#### **4.1.2 Lasten kokemuksia vihan ja pelon tunteista**

Lapset mainitsivat vihan ja pelon tunnekokemuksia iloa ja surua vähemmän. Myös vihan tunteen taustalla mainittiin usein konkreettinen tilanne tai tapahtuma, ja näistä muodostin teeman ikävät tapahtumat. Näitä tapahtumia olivat esimerkiksi kiusaaminen, ja sen yhteydessä mainittu hermostuminen. Kehon reaktiot, eli tunne vihasta muodostui toiseksi teemaksi.

Esimerkki 3

Aikuinen: No miltä susta on tuntunut silloin, kun oot laittanut vaikka Äksypeikon kohdalle?

Lapsi 3: Silloin tuntuu vihaselta.

Pelon tunteen yhteydessä kuvailtuja kokemuksia olivat esimerkiksi neuvolassa käynti tai pimeässä oleminen.

Esimerkki 4

Lapsi 3: Ja silloin kun mä laitai pelon kohalle niin arvaatko miks?

Aikuinen: No?

Lapsi 3: Kun mulla on neuvola.

Aikuinen: Ai sää laitoit säikkypeikon kohdalle silloin kun sulla on neuvola.

Lapsi 3: Niin mä aion tänään laittaa sen.

Pelon tunnekokemuksia oli kuvattu hyvin vähän, joten muodostin niistä yhden teeman: pelottavat tilanteet. Myös pelon tunnekokemukset yhdistettiin aina johonkin konkreettiseen tapahtumaan, esimerkiksi juuri käymiseen neuvolassa.

## 4.2 Perustunteiden käsittely

Haastatteluissa lapset kertoivat erilaisia tapoja perustunteiden käsittelyyn vastauksina kysymyksiin ”Mitä voi tehdä, jos kaveri on surullinen, iloinen, vihainen tai peloissaan?”. Muodostin erilaista käsittelytavoista jokaiselle perustunteelle yhden pääteeman, ja näille teemoille vielä tarkempia teemoja. (ks. taulukko 5 sivuilla 19–20)

### 4.2.1 Ilon ja surun tunteen käsittely

Lapset kuvasivat ilon tunteen käsittelyä melko vähän, ja yleisin vastaus tunteeeseen liittyen oli leikkiminen. Näistä vastauksista muodostin teeman yhdessä tekeminen. Kun lapset kuvailivat iloa, tuli vastauksissa esille ilon tunteen mukavuus ja helppous: ”jos on iloinen, ei tarvi tehdä mitään”. Tämä viittaa siihen, että ilon tunnetta ei välttämättä tarvitse käsitellä samalla tavalla kuin muita, vaikeampia perustunteita.



Esimerkki 5

Aikuinen: Mitäs sit voi tehdä jos kaveri on ilone?

Lapsi 4: Ääää ei mitään.

Aikuinen: Ei mitään.

Lapsi 5: Sen kaa voi leikkiä.

Aikuinen: Sen kanssa voi leikkiä.

Lapsi 5: Että se ei sitten tuu surulliseksi.

Aikuinen: Totta.

Lapsi 4: Tai äksyks.

Surun tunteen käsittelyssä korostui lohduttaminen. Lohduttamiseen liitettiin kosketusta, esimerkiksi halaamista, kädestä kiinni pitämistä tai silittämistä. Myös toisen huomioiminen piristämällä tai pyytämällä leikkiin koettiin tavaksi lohduttaa ja auttaa surun tunteen käsittelyssä.

Esimerkki 6

Aikuinen: Et oo, okei. No mitäs voi tehdä silloin jos kaveri on surullinen?

Lapsi 6: Ööö...

Lapsi 7: Pitää lohduttaa!

Lapsi 6: Tai että sillee, että kyllä sää pääsetki meidän leikkiin.

#### 4.2.2 Vihan ja pelon tunteen käsittely

Vihan tunteen käsittelyssä teemaksi muodostui auttaminen. Tunteeseen liitettiin myös useammassa vastauksessa jokin konkreettinen tekeminen, esimerkiksi lyöminen. Tämä vaikutti myös tunteen käsittelyyn, esimerkiksi ”jos lyö kanssa niin pitää kertoa aikuiselle”. Myös anteeksipyyttäminen liitettiin lyömiseen: ”Jos löis

toista niin sit se tulis vihaseks, niin sitä vois pyytää anteeks”. Auttamisessa korostui myös vihan tunteen vaikeus. Kertominen aikuiselle tuli vastauksissa esille paljon selkeämmin muihin perustunteisiin verrattuna. Myös rauhoittaminen, esimerkiksi syvään hengittäminen, tulivat esille vihan käsittelytapoina.

Esimerkki 7

Aikuinen: No mitä voi tehdä jos kaveri on vihanen?

Lapsi 8: Ööö (tauko) jos kaveri on vihanen, nii voi auttaa nii voi sanoa että ei tarvi olla vihanen.

Aikuinen: Totta.

Lapsi 8: Sit se voi helpottaa.

Pelon tunteessa teemaksi muodostui huomioiminen. Tunteeseen liitettiin kosketus, rohkaiseminen, auttaminen ja tuen osoittaminen. Kosketus tuli esille kädestä kiinni pitämisessä. Tuen osoittamisessa mainittiin esimerkiksi ”sitten voi sanoa, että mä oon tässä ” ja ” sanoo, ettei oo mitään pelättävää”.

Esimerkki 8

Aikuinen: Totta no mitäs sit voi tehdä jos sitä kaveria pelottaa?

Lapsi 9: No sit voi tulla sanomaan, että ei oo mitää pelättävää.

Aikuinen: Totta.

Lapsi 9: Mä oon tehny sen Eeville, kun sitä pelottaa nii hirveesti kovat vauhit siinä hämpiskeinussa ni mä oon auttanu sitä.

Aikuinen: Onk sitä sit lakannu pelottamasta?

Lapsi 9: Joo mä sanoin, että ajattele ihan mitään muuta älä kato alas tai ylös.

Auttaminen tuli esille myös esille ilmauksessa ”en tiiä vaikka antaa sille unika-verin”. Lisäksi pelon käsittelyyn liitettiin yhdessä oleminen. Pelottavassa tilanteessa voi ”mennä sen kaa yhdessä” ja ”jos pelottaa voi mennä kahdestaan”.

## 5 POHDINTA

### 5.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Tutkimukseni tavoitteena oli saada tietoa lasten kuvailemista ilon, surun, vihan ja pelon tunnekokemuksista ja niiden käsittelystä. Tutkimuksessa ilon tunteen kokemuksien taustalla havaitsin kolme teemaa: ystävällisyys tai toisen huomioiminen, hyvä tunnetila sekä kivat tapahtumat. Surun tunteeseen liitettiin ikävä, tapaturmat ja kipu, itkeminen sekä harmittavat ja ikävät tapahtumat. Vihan tunteen taustalla lapset mainitsivat ikävät tapahtumat tai kehon reaktiot. Pelon tunteen kokemuksista muodostui yksi teema, eli pelottavat tilanteet. Näiden tunteiden käsittelytavoissa jokaisesta tunteesta muodostui yksi pääteema: ilon tunteessa yhdessä tekeminen, surun tunteessa lohduttaminen, vihan tunteessa auttaminen ja pelon tunteessa huomioiminen.

Tulosten ja aineiston läpikäymisen perusteella on mahdollista todeta, että eri tunteita kuvailtiin eri tavoin, esimerkiksi ilon ja surun tunnekokemuksien kuvailu oli yleisempää verrattuna vihan ja pelon tunteisiin. Erityisesti pelon tunteesta muodostui vain yksi laajempi teema, ja vastaavasti surun tunteesta muodostui neljä selkeää teemaa. Myös nämä teemojen osa-alueet saivat enemmän mainintoja lasten haastatteluissa, kun taas vihan ja pelon tunteista kerrottiin vain muutamissa eri haastatteluissa. Näihin eri tunnekuvauksiin vaikuttivat esimerkiksi haastattelukysymykset. Kaikilta lapsilta ei kysytty jokaisesta tunteesta kokemuksia. Osa lapsista ei myöskään tiennyt vastausta, tai halunnut kertoa jostakin tunnekokemuksestaan.

Tässä tutkimuksessa vaikeista tunteista viha ja pelko olivat vähemmän esillä, ja siten mahdollisesti niistä puhuminen oli vaikeampaa, tai niitä ei muuten haluttu tuoda esille. Aron (2011, 11) mukaan erityisesti hankalat tunteet, kuten suru, pettymys tai viha, ovat haastavia tunteiden ja käyttäytymisen säätelyssä. Tutkimuksessani vaikeaksi tunteeksi surun tunne sai kuitenkin paljon mainintoja verrattuna muihin.

Tunteiden käsittelyä koskevien vastausten pohjalta on mielenkiintoista huomata, että vaikeat tunteet saivat huomattavasti enemmän mainintoja verrattuna tunteiden kokemuksiin. Esimerkiksi pelon tunteen kuvailusta muodostui vain yksi laajempi teema, mutta pelon käsittelyä kuvattiin monipuolisesti. Pelon tunteen käsittelyyn sisältyneet tarkemmat teemat – kosketus, rohkaiseminen, auttaminen ja tuen osoittaminen – tuovat esille monia erilaisia tapoja käsitellä pelkoa ja myös osoittaa tukea sen käsittelyssä.

Tässä tutkimuksessa lapset kuvasivat tunteitaan konkreettisesti tunnepeikkojen avulla. Kuvailuissa käytettiin myös peikkojen nimiä tunteina: ”Mä oon vaan Hymy” ja ”Kun on Äksy, niin voi taistella”. Lisäksi peikoista Äksyn nimi usein sanottiin karjumalla, tai muuten vihan tunteeseen liitettävällä reaktiolla. Lasten vastausten perusteella on mahdollista todeta, että osalle lapsista Papilio-ohjelman tunnepeikot, eli Hymy, Nyyhky, Äksy ja Säikky, mahdollisesti auttoivat heitä tunnistamaan tai nimeämään omia tunteitaan. Myös Kannisen ja Sigfridsin (2011, 77) mukaan tunnesanaston puuttuessa lapset tavoittavat usein tunteet erilaisten reaktioiden kautta. Lisäksi Davidsonin (2006, 242) tutkimuksen mukaan lapset muistavat paremmin tunteisiin liittyvän käyttäytymisen kuin tunteiden nimityksen.

Tutkimuksessa tunnepeikkotuokioilla käsitellyt tunteet - suru, viha, pelko ja ilo – ilmenivät lasten kertomana usein kehollisena, tietoisena tunnekokemuksena, jotka liitettiin johonkin konkreettiseen tapahtumaan. Mayerin ym. (2017, 33) mukaan Paula ja tunnepeikot -toiminnan tavoitteisiin kuuluvat tunteiden tiedostaminen ja tunneilmaisun oppiminen sanallisesti ja sanattomasti sekä omien ja toisten tunteiden ymmärtäminen ja käsittely. Kun lapsilta kysyttiin tunnepeikoista ja tunteista oppimisesta, eräs lapsi sanoi oppineensa ”että voi päiväkodinkin lapset olla näitä tunteita”. Paula ja tunnepeikot siis tukivat mahdollisesti lapsen tunteiden tiedostamista ensin peikkojen avulla, ja myöhemmin osana omia tunnekokemuksia toiminnan tavoitteen mukaisesti.

## 5.2 Tutkimuksen luotettavuus

Kokonaisuudessaan laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen raportoimista voidaan pitää luotettavuuden osa-alueena. Laadullisessa tutkimuksessa on kyse erilaista tulkintoista, ja tutkimuksen tulee tarjota lukijalle mahdollisuus arvioida näiden tulkintojen luotettavuutta. Tutkimusprosessin tarkka kuvaaminen tekee myös erilaisista tutkimuksen painotuksista selkeämpiä lukijalle. (Kiviniemi 2018, 85–86.) Tutkimuksessani aiheena ovat tunnekokemukset. Scheven (2017, 41) mukaan tunteisiin sisältyy aina tulkintoja sekä tutkittavan että tutkijan näkökulmasta. Kuitenkin laadullisessa tutkimuksessa keskitytään tarkastelemaan juuri yksittäisiä tapauksia tietyistä näkökulmista, ja tietoon suhtaudutaankin subjektiivisesti (Puusa & Juuti 2011a, 47, 50).

Aineiston keruu ja tutkimukseen osallistujat ovat osa tutkimuksen luotettavuutta (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 164). Tutkimuksen eri vaiheissa tekemiini tulkintoihin vaikuttivatkin erityisesti aineistoon liittyvät yksityiskohdat. Luotettavuuden näkökulmasta esimerkiksi haastattelujen nauhoittaminen sulki pois erilaisten tilanteiden näkemisen, ja niistä havaintojen tekemisen. Puhutun kerronnan ohella eleet, ilmeet ja liikkeet ovat osa lasten kerrontaa (Roos & Rutanen 2014, 29). Mahdollisuus huomioda nämä kerronnan osa-alueet olisivat voineet muuttaa tekemiäni tulkintoja, tai olisin voinut ymmärtää lasten tulkintoja vielä tarkemmin.

Aineistosta tekemiäni tulkintojen lisäksi omat lähtökohtani tutkimukselle suuntasivat tekemiäni havaintoja. Tuomen ja Sarajärven (2018, 163) mukaan tutkijan oma sitoumus, tietämys ja sen muuttuminen ovat osa luotettavuuden arviointia. Koska lähdin tarkastelemaan aineistoa erilaisten tunnekokemusten näkökulmasta, kiinnitin niihin luonnollisesti erityistä huomiota käydessäni aineistoa läpi. Sosiaalinen todellisuus ja sen tulkinta ovatkin riippuvaisia kontekstista, näkökulmasta ja tilanteen henkilöistä. (Puusa & Juuti 2011a, 51)

Havaintoihin vaikuttaa myös se, että tein tutkimukseni yksin, ja siten aineistoa tarkasteltiin vain yhdestä, eli omasta näkökulmastani. Tutkijaan liittyvä

triangulaatio tuo esille juuri tämän: useampi tutkija toisi erilaisia näkökulmia esimerkiksi aineiston analyysiin, ja siten mahdollisesti lisäisi tutkimuksen luotettavuutta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 168).

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta ei voida ilmaista objektiivisen ja määrällisen mittarin mukaisesti. Vaikka tutkimuksessa ei päädytä yleiseen tietoon, se voi kuitenkin lisätä ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä. (Aaltio & Puusa 2011, 153, 157.) Validiteetti laadullisessa tutkimuksessa tarkoittaa esimerkiksi tutkimuksen kohteena olevan ilmiön määrittelyä (Aaltio & Puusa 2011, 155). Tutkimuksessani lasten tulkitsemista tunnekokemuksista muodostetut teemat ovat yksittäisiä, subjektiivisia havaintoja lasten kuvailemista tunnekokemuksista. Myös tunteen käsitettä on mahdollista lähestyä monista eri näkökulmista.

Vaikka tutkimustulosten perusteella ei ole mahdollista tehdä laajempia päätelmiä lasten tunnekokemuksista tai niiden käsittelystä, tuo tämä tutkimus esille lasten kuvauksia Papilio-ohjelman tunnepeikoista ja niihin liitetystä tunteista. Mahdollisesti tämä lisää ymmärrystä lasten erilaisista tavoista kokea tunteita, ja miten tunnepeikot voivat tukea sitä varhaiskasvatuksessa.

### **5.2.1 Jatkotutkimusaiheet ja käytännön sovellutukset**

Tunteet itsessään ovat hyvin monipuolinen tutkimuskohde, ja esimerkiksi tarkempi tutkimus lasten kokemista vaikeista tunteista olisi mielenkiintoinen. Tässä tutkimuksessa pelon tunnekokemukset jäivät vähäisiksi, ja mahdollisuus huomioida erityisesti pelon tunne ja niihin liitetty Säikky-peikko voisivat tuottaa uusia näkökulmia pelon kokemiseen. Kuvaukset erilaisista pelon tunnekokemuksista voisivat lisätä lasten tunnekokemusten ymmärtämistä ja antaa pedagogisia työkaluja lasten tunteiden kohtaamiseen varhaiskasvatuksessa.

Tieto lasten tavoista käsitellä tunteita tukee kasvatuksessa toteutettavaa tunnekasvatusta ja itsesäätelytaitojen harjoittamista. Kokonaisuudessaan lasten tunnekokemukset tutkimusaiheena tuovat esille lasten tulkintoja tunteista, tunteiden käsittelystä ja erilaisista tilanteista, mitkä mahdollisesti vaikuttavat tunnekokemusten taustalla. Tätä on mahdollista hyödyntää myös käytännössä. Mahdollisuudet tukea lasten tunteiden tunnistamista ja käsittelyä, esimerkiksi

Papilio-ohjelmaan kuuluvien tunnepeikkojen avulla, voivat tuoda uusia näkökulmia lasten sosioemotionaalisen kehityksen tukemiseen varhaiskasvatuksessa.

## LÄHTEET

- Aaltio, I. ja Puusa, A. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa A. Puusa ja P. Juuti (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat - perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Hansaprint, 153–166.
- Aro, T. 2011. Miten ymmärrämme itsesäätelyn? Teoksessa M-L. Laakso ja T. Aro (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi: itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. 2011. Niilo Mäki -instituutti, 10–17. (E-kirja)
- Davidson, D. 2006. The Role of Basic, Self-Conscious and Self-Conscious Evaluative Emotions in Children's Memory and Understanding of Emotion. *Motivation and Emotion* volume, 30, 232–242.
- Jalovaara, E. 2005. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa. Pilot-kustannus.
- Kalland, M. 2012. Päivähoidon laatu. Teoksessa K. Kanninen ja A. Sigfrids. (toim.) Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. PS-kustannus. Jyväskylä, 49–65.
- Kanninen, K. ja Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Kiviniemi, K. 2018. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa: R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. PS-kustannus. Jyväskylä, 73–87.
- Kokkonen, M. 2017 Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet: opi tunteiden säätelyn taito. PS-kustannus. Jyväskylä. (E-kirja)
- Keltikangas-Järvinen, L. 2006. Temperamentti ja koulumenestys. WSOY. Helsinki.



- Kärkkäinen, K. 2017. Vahvista lasta. Kustannus Oy Duodecim.
- Köngäs, M. 2019. Tunneäly varhaiskasvatuksessa. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Laakso, M-L. 2011. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen merkitys itsesäätelyn kehityksessä. Teoksessa M-L. Laakso ja T. Aro (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi: itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Niilo Mäki -instituutti, 60-79 (E-kirja)
- Mayer, H., Heim, P. ja Scheithauer, H. 2017. Papilio – kasvattajien käsikirja. Suomentanut R. Rätty. Muokannut I. Björnberg, M. Koivula, M. Neitola & M-L. Laakso. Helsinki: Lapset ensin.
- Määttä, S., Koivula, M., Huttunen, K., Paananen, M., Närhi, V., Savolainen H. ja Laakso, M.-L. 2017. Lasten sosioemotionaalisten taitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa. Helsinki. Opetushallitus. Raportit ja selvitykset 17/2017. Saatavilla: [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/lasten\\_sosioemotionaalisten\\_taitojen\\_tukeminen\\_varhaiskasvatuksessa.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/lasten_sosioemotionaalisten_taitojen_tukeminen_varhaiskasvatuksessa.pdf) (viitattu 20.2.2021)
- Neitola, M. ja Koivula, M. 2020. Lasten sosiaalisemotionaalinen oppiminen varhaiskasvatuksessa. Teoksessa M. Neitola, J. Aerila ja M. Kauppinen. (toim.) Rinnalla : taide, kerronta ja sosiaalisemotionaalinen oppiminen varhaiskasvatuksessa. Kasvatustieteiden laitos, Department of Education. Turun yliopisto; Rinnalla-hanke; Opetushallitus.
- Nummenmaa, L. 2017. Mistä puhumme kun puhumme tunteista? Tieteenalat dialogissa: Tieteessä tapahtuu (2), 35-39.

- Pathak, S. ja Muralidharan, E. 2020. Implications of culturally implicit perspective of emotional intelligence. *Cross-cultural research*. 54(5), 502-533.
- Patton, MQ. 2002. *Qualitative research & evaluation methods*. 3rd ed. Thousand Oaks (CA): Sage.
- Puolimatka, T. 2011. *Kasvatus, arvot ja tunteet. Suunta-kirjat*. Helsinki.
- Puusa, A. 2011a. Haastattelu laadullisen tutkimuksen menetelmänä. Teoksessa A. Puusa ja P. Juuti (toim.) *Menetelmäviidakon raivaajat - perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan*. Hansaprint, 73-87.
- Puusa, A. 2011b. Laadullisen aineiston analysointi. Teoksessa A. Puusa ja P. Juuti (toim.) *Menetelmäviidakon raivaajat - perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan*. Hansaprint, 114-125.
- Puusa, A. ja Juuti, P. 2011b. Laadullisen lähestymistavan yleistymisen kulttuurinäkökulman myötä. Teoksessa A. Puusa ja P. Juuti (toim.) *Menetelmäviidakon raivaajat - perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan*. Hansaprint, 31-46.
- Puusa, A. ja Juuti, P. 2011a. Mitä laadullinen tutkimus on? Teoksessa A. Puusa ja P. Juuti (toim.) *Menetelmäviidakon raivaajat - perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan*. Hansaprint, 47-57.
- Rautamies, E. Koivula, M. ja Vähäsantanen, K. 2018. Lastentarhanopettaja lasten autonomian tukijana varhaiskasvatuksessa. *Varhaiskasvatuksen tiedelehti. Journal of Early Childhood Education Research*, 7 (1), 53-75.

- Roos P. ja Rutanen N. 2014. Metodologisia haasteita ja kysymyksiä lasten tutkimushaastattelussa. *Varhaiskasvatuksen Tiedelehti. Journal of Early Childhood Education Research*, 3 (2), 27-47.
- Salo, S. 2012. Emotionaalisen saatavillaolon lisääminen päivähoitossa. Teoksessa K. Kanninen ja A. Sigfrids. (toim.) *Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin*. PS-kustannus. Jyväskylä, 91-102.
- Sandberg, E. 2021. Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. PS-kustannus. Jyväskylä. (E-kirja)
- Scheve, C. 2017. Affekteista, emootioista ja tunteista. Suomentanut: M. Salmela. *Tieteenalat dialogissa: Tieteessä tapahtuu.* (2) 40-41.
- Tuomi, J. ja Sarajärvi, A. 2018. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Tammi. Helsinki.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2018. Opetushallitus.
- Vehviläinen S. 2004. Tunteet ja vuorovaikutus. *AK.* (2) 141-153.
- Veijalainen, J., Reunamo, J. ja Alijoki, A. 2017. Children's self-regulation skills in the Finnish day care environment. *Varhaiskasvatuksen tiedelehti. Journal of Early Childhood Education Research*, 6(1), 89-107.
- Xiaoqian, Y. Andrews, T. J. ja Young, A. W. 2016. Cultural similarities and differences in perceiving and recognizing facial expressions of basic emotions. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 42(3), 423-440.