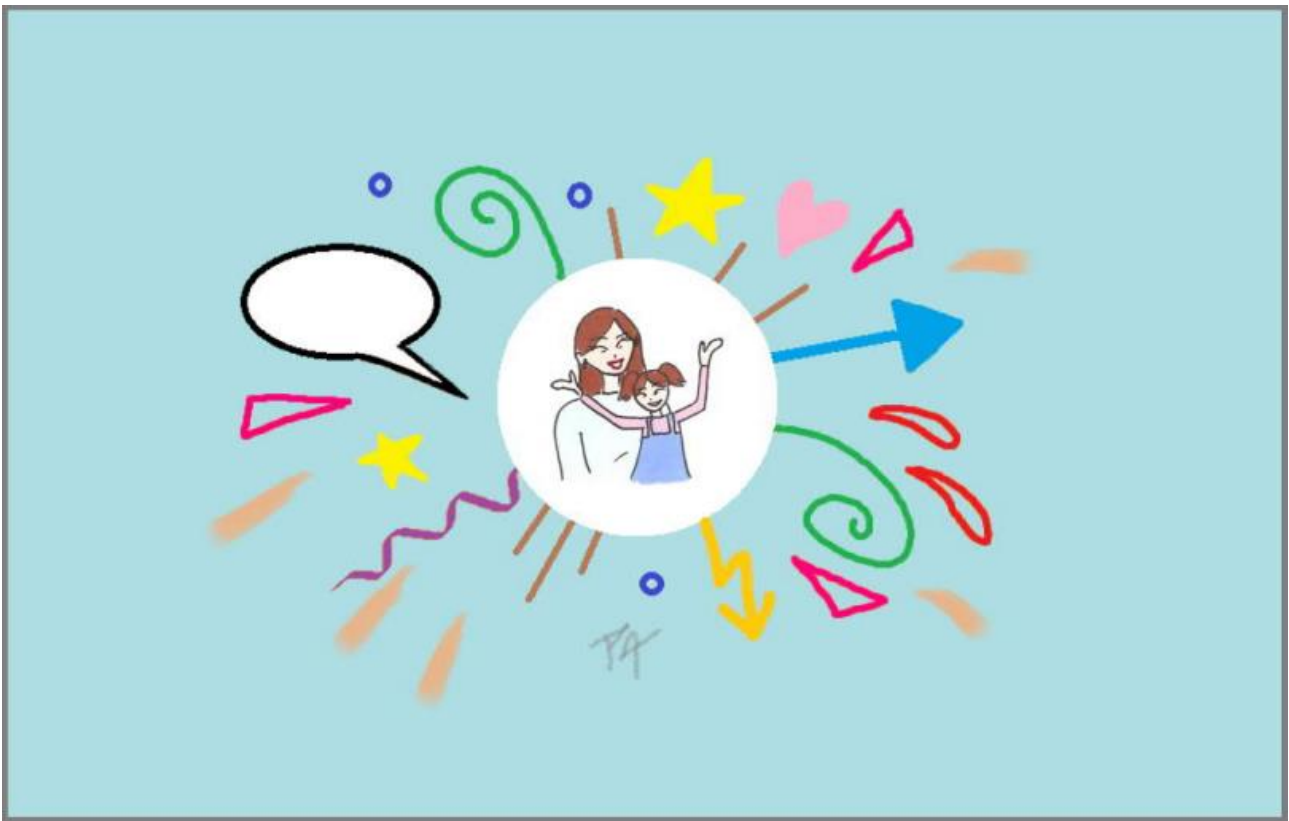


OPPIVA JA HYVINVOIVA LAPSI, PERHE JA TYÖYHTEISÖ



Kuva: Paweena Alasaar

Turun yliopiston opettajankoulutuslaitoksen Rauman yksikössä syyslukukaudella 2021 toteutettu Toimivat ja hyvinvoivat kasvatusta- ja opetusyhteisöt -opintojakson tavoitteena on lapsen, perheen ja päiväkodin toimintakulttuurin hyvinvoinnin tukeminen ja kehittäminen pohjautuen tutkimukseen perustuvaan tietoon. Kurssilaisten lopputyöt on koottu tähän PDF-kirjaseen.

Positiivisuus taulu varhaiskasvatuksessa

Toteuttanut ryhmä: Veera Koistinen, Sari Koivisto, Neea Koskenoja ja Sofia Koski



Kuvaus

sovelluksen ideasta

Lähdimme kehittämään tämän kurssin innovaatiota aiheesta hyvinvoivan lapsiryhmän ja päiväkodin toimintakulttuuri. Ideamme innovaatiolle lähti hyvän päivän huoneentaulusta (THL, työpaperi 38/2018), jossa pohditaan, miten lapselle ja nuorelle voidaan taata jokaiselle päivälle hyvät ainekset.

Henkilöstön hyvinvointi ja jaksaminen on tällä hetkellä esillä paljon erilaisissa keskusteluissa varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä. Varhaiskasvatuksessa tunnetaan paljon negatiivisia tunteita ja ajatuksia. Pohdimme yhdessä, mikä tekee työpäivästä hyvän varhaiskasvatuksessa, jonka kautta lähdimme kehittämään innovaatiomme. Tulevina varhaiskasvatuksen opettajina koemme hyvinvoinnin tärkeäksi ja sen takia haluamme innovaatiomme kautta luoda positiivista muutosta varhaiskasvatuksen arkeen. Hyvinvoinnin merkitys mielestämme on kuitenkin aina parantamisen arvoinen ja ylläpidettävä.

Mitä parempi henkilöstön hyvinvointi on, sitä parempi on usein koko varhaiskasvatusryhmän hyvinvointi. Haluamme, että varhaiskasvatuksessa kiinnitettäisiin erityisesti huomiota henkilöstön jaksamiseen ja hyvinvointiin, koska sillä on suuri merkitys lapsiin varhaiskasvatuksessa. Usein se

miten henkilöstö voi, heijastuu myös lasten hyvinvointiin. Henkilöstön hyvinvointiin vaikuttavat tekijät ovat jokaisessa varhaiskasvatustyksikössä toisistaan eroavia. Tarkoituksenamme oli kehittää innovaatio, joka on helppo toteuttaa varhaiskasvatuksen arjessa eikä vaadi suuria resursseja. Innovaatiomme ideana on muuttaa henkilöstön negatiiviset ajatukset positiiviseksi.

Tavoitteet

Innovaatiomme lähtökohtana oli sen helppokäyttöisyys. Positiivisuus taulu on käytännönläheinen ja hyvinvointia edistävä innovaatio. Ryhmämme pohti, että positiivisuutta olisi lisättävä varhaiskasvatuksen henkilöstön keskuudessa, koska tällä hetkellä ilmapiiri alalla on usein melko negatiivinen. Positiivisuus taulu voisi parantaa ilmapiiriä sekä lisätä vuorovaikutusta ja avoimuutta yksikön henkilöstön keskuudessa.

Positiivisten ajatusten jakaminen ja negatiivisten ajatusten sivuuttaminen luo uusia näkökulmia asioihin ja auttaa henkilöstöä jaksamaan paremmin. Ajatusten läpikäyminen muun yhteisön kanssa luo pohjaa sille, että kaikki saavat kokea omia tunteitaan ja niitä arvostetaan. Lisäksi tämän kautta jokainen voi huomata, ettei omien ajatusten kanssa tarvitse olla yksin. Innovaatiomme tarvitsee koko yhteisön työpanosta ja sitoutumista itsereflektiolle. Varhaiskasvatustyksikön johtajalla on suuri merkitys tämän innovaation toteuttamisessa. Positiivisuus taulun tarkoituksena on myös tuottaa lapsiryhmään positiivisuutta, henkilöstön itsereflektiota ja hyvinvointia näiden kautta.

Kenelle tarkoitettu/kohdennettu

Innovaatio on tarkoitettu varhaiskasvatuksen henkilöstön käyttöön. Saimme palautetta varhaiskasvatuksen kentältä, jonka mukaan innovaatiomme tulisi käytäntöön. Palautteessa tulee esille se, että mikäli henkilöstö pystyy kääntämään tunteensa positiivisemmaksi oman reflektion kautta ja näkemään asioissa hyvää, vaikuttaa se myös varmasti lapsiin positiiviseksi, joka taas auttaa henkilöstön jaksamisessa. Palautteessa tuli esille myös ajatus siitä, että lukemalla positiivisia ajatuksia yhteisestä taulusta, voisi saada positiivista näkökulmaa omaan päivään ja ajatteluun. Palautteen mukaan tärkeänä pidettiin myös sitä, että positiivisia ajatuksia käydään läpi yhdessä kuukausittain. Voimme yhtyä erään pitkään alalla toimineen ammattilaisen toteamukseen siitä, että henkilöstön hyvinvointi on tae hyvälle pedagogiikalle.

Sovelluksen sisällön kuvaus ja käytön ohjeistus

Innovaatiomme tarkoitus on muuttaa henkilöstön päivässä koettu negatiivinen ajatus positiiviseksi. Tarkoituksenamme oli kehittää helposti arkeen integroitu työkalu varhaiskasvatuksen henkilöstölle. Kehittämämme työkalu sai nimekseen ”Positiivisuus taulu”, joka voisi sijaita varhaiskasvatuksen yksikön kahvihuoneessa tai muussa taukotilassa.

Materiaalina positiivisuus taulussa voitaisiin käyttää varhaiskasvatuksessa jo olemassa olevia kartonkeja tai valkotauluja, koska taulun tarkoitus on olla helposti toteutettavissa matalalla



kynnyksellä. Tarkoituksena on, että jokainen henkilöstön jäsen kirjoittaisi tauluun joka päivä yhden positiivisen ajatuksen, joka on aiemmin päivän aikana tuntunut vielä negatiiviselta. Tällä pyritään saamaan aikaan henkilöstön omaa reflektointia arjen keskellä.

Positiivisia ajatuksia kerätään tauluun kuukauden ajan ja kuun lopussa koko henkilöstö kokoontuu palaveriin, jossa näitä positiivisia ajatuksia käydään läpi koko päiväkodin henkilöstön kesken. Tauluun laitettavat laput voivat olla esimerkiksi post-it lappuja tai muita muistilappuja. Tämän innovaation tarkoituksena on tukea henkilöstön kokonaisvaltaista hyvinvointia ja yhteisön vuorovaikutusta.

Päiväkodin Mielikartta

Toteuttajana työryhmä: Pekka Laamanen, Neea Lahti, Elina Larson, Vili Lehtelä

Sovelluksen idea

Päiväkodin seinälle ripustettava mielikartta, joka on helppo tehdä yhdessä lasten kanssa. Mielikartassa voidaan käyttää mm. erilaisia värejä, materiaaleja ja tekniikoita, joilla kartan eri osioihin voidaan asettaa omia tunteita, mielenmaisemia ja olotiloja. Mielikartta on myös laajennettavissa suurempiin mittasuhteisiin, jolloin kartta voidaan tehdä myös hetkellisesti erilaisiin tiloihin.

Mielikartta on käytössä koko henkilökunnalle ja kenellä vain on mahdollista asettaa omat tuntemuksensa sille. Mielikartta luo päiväkodille tunneilmastoa, jonka kautta voidaan käsitellä koko toimintaympäristön hyvinvointia, johon voi kuulua myös epämiellyttäviäkin tunteita.

Mielikartan tarkoituksena on mahdollistaa omista tunteistaan kertominen ja niiden ilmaiseminen turvallisesti. Mielikartta ei kuitenkaan velvoita ketään kertomaan tuntemuksistaan, vaan se luo mahdollisuuden jokaiselle ilmaista itseään halutessaan omalla tavallaan. Jokainen päiväkodin yhteisön jäsen voi kuitenkin halutessaan kertoa tarkemmin mielikartalle ilmaisemansa asian.

Mielikartan avulla voidaan tuoda näkyväksi, että meillä kaikilla on samanlaisia tuntemuksia, mutta ne voivat tulla esille monilla erilaisilla tavoilla. Mielikartta on kaikkien rakennuksessa olevien henkilöiden tunnetietoisuuden sekä tunteiden tiedostamisen pohjakartta.

Tavoitteet

Mielikartan tavoitteena on toimia päiväkodin tunneilmaisun pohja-alustana, jonka avulla voidaan nostaa erilaisia tunteita esiin ja keskustella niistä tarvittaessa yhdessä sekä lasten, että aikuisten kanssa.

Mielikartta on matalan kynnyksen alusta, joka ”normalisoi” tunteiden esiintuontia ja luo mahdollisuuden tunnetaitojen kehitykselle, jotka ovat kykyä toimia tunteiden kanssa ja taitoa kohdata itsessä ja ympärillä tapahtuvia asioita. Mielikartan yhtenä tavoitteena on myös päiväkodin aikuisten tunteiden esiintuonti.

On tärkeää, että esimerkiksi varhaiskasvatuksen opettajat voivat myös näyttää ikäviä tunteita ja sanoittaa niitä. Tällä on merkitystä lapsen sosiaalisemotionaalisen oppimisen tukemiseen, joka on varhaiskasvatuksessa erityisen tärkeä kasvatuksellinen päämäärä, jolla on kauaskantoiset vaikutukset myös lapsen tulevaisuuteen.

Kohderyhmä

Kohderyhmänä on pääsääntöisesti yli 3-vuotiaiden päiväkotiryhmät, mutta eri-ikäisten lasten kanssa mielikarttaa voidaan tehdä soveltaen. Nuorempien ryhmien kanssa voidaan keskustella tunteista mm. värien, kuvien tai tunnekorttien kautta ja osoittaa esimerkiksi ilolle, jännitykselle, pelolle ja innostukselle omat tapansa asettaa se mielikartalle. Vanhempien lasten ryhmissä tunteiden kuvaamista voidaan monipuolistaa ja mielikartan käyttäjät voivat laajentaa omien tunteidensa ilmaisua.

Mielikarttaa on kokeiltu vuoden 2022 alusta kolmihenkisessä perheessä, jossa on 8-vuotias lapsi. Koko perhe on osallistunut aktiivisesti mielikartan tekemiseen ja se on avannut jo lyhyessä ajassa uuden tavan tuoda esille tunteita perheen kesken. Perheessä aiotaan jatkaa mielikartan tekemistä koko vuoden ajan. Tänä aikana voi muodostua monta erilaista karttaa. Mielikarttaa ei ole vielä päästy testaamaan päiväkotiympäristöön.

Sisällön kuvaus

Mielikartta sisällön päiväkotivoi päättää itse ja soveltaa sitä haluamallaan tavalla. Lähtökohtana on seinälle asetettava suuri paperi, joka toimii mielikartan pohjana. Mielikartan läheisyyteen voidaan asettaa värikyniä, tunnekortteja, kuvia, tarroja, askarteluvälineitä jne. Näiden avulla sekä lapset, että aikuiset voivat asettaa mielikartalle tunteitaan, ajatuksiaan ja mielen päällä olevia asioita.

Kaikilla ryhmän jäsenillä on vapaa pääsy mielikartalle ja jokaisella on mahdollisuus matalalla kynnyksellä päästä ilmaisemaan itseään kartalle. Mielikarttaa voidaan laajentaa myös hetkellisesti esimerkiksi pihalle, jossa lapset ja aikuiset voivat hakea ympäristöstä asioita ja esineitä, joista muodostetaan yhdessä mielikartta. Jokainen voi halutessaan kertoa, miksi toi kyseessä olevan esineen kartalle. Myös musiikkia ja draamaa voidaan hyödyntää mielikartan tekemisessä.

Käytön ohjeistus

Ennen mielikartan käyttöönottoa on tärkeää, että päiväkodin työntekijät käyvät keskustelun siitä, millä tavalla he näkevät oman päiväkotinsa tunneympäristön ja millä tavalla he kokevat tunneilmaisun toteutuvan oppimisympäristössä. Keskustelun pohjalta voidaan luoda suunnitelmaa sille, millä tavalla tunnetietoisuus ja tunneilmaisuus otetaan esille päiväkodin opetuksessa.

Lasten kanssa voidaan käydä läpi monipuolisesti tunteiden säätelyä, tunteista kertomista, tunteiden ilmaisua ja toisen tunteiden huomioon ottamista. On tärkeää ottaa esille myös epämiellyttäviä tunteita. Apuna voidaan käyttää esimerkiksi keskustelevaa kirjan lukemista, musiikkia, draamaa ja kuvia. Koko päiväkotiryhmä ja henkilökunta on paikalla, kun ensimmäinen mielikartta asetetaan seinälle. Kaikille kerrotaan, millä tavalla mielikartta toimii, ja miten siihen voidaan ilmaista tunteita, tuntemuksia ja ajatuksia. Tämän jälkeen mielikartta on käytössä ja se on vapaa ilmaisulle. Tasaisin väliajoin, mielikartta voidaan nostaa keskustelun kohteeksi yhdessä ja tarkastella sen muotoa. Myös yksilöillä on mahdollisuus kertoa koska vain omista merkinnöistään mielikartalle.

Vuoden aikana voi kerääntyä useita mielikarttoja, joita voidaan tutkailla yhdessä. Mielikarttojen pohjalta voidaan luoda myös tarinoita, draamaa ja leikkejä.

Rentoutumisharjoituksia varhaiskasvatuksen arkeen

Toteuttajana ryhmä: Jessica Mäkinen, Roosa Nummelin, Erika Mäkitalo ja Laura Nenonen

Kuvaus sovelluksen ideasta

Kehitimme sovelluksemme tukemaan varhaiskasvatuksessa työskentelevien hyvinvointia ja työssäjaksamista. Koimme tärkeäksi, että kehittämämme sovellus on mahdollisimman helppokäyttöinen ja vähän aikaa vievä, jotta varhaiskasvattajilla olisi oikeasti aikaa ja mahdollisuus käyttää sitä työpäivän aikana.

Kehitimme rentoutumiskortit, joita voi kätevästi hyödyntää työpäivän aikana, jotta mieli voi hetkeksi hengähtää hektisestä arjesta. Samalla kun antaa mielen virrata korteissa oleviin ajatuksiin voi halutessaan kuunnella jotain rauhoittavaa musiikkia. Musiikin kuuntelun avulla voi olla helpompi päästä omiin ajatuksiin ja sulkea samalla ympärillä kuuluvat äänet pois.

Kehittämämme sovelluksen avulla toivomme parantavamme varhaiskasvattajien henkistä hyvinvointia ja pyrimme tukemaan sitä työpäivän aikana tehtävillä lyhyillä mielikuva- ja rentoutumisharjoituksilla. Henkinen hyvinvointi on todella iso osa työhyvinvointia ja kehittämämme sovellus on hyödyllinen apuväline tukemaan sitä kiireisen arjen keskellä. Sovelluksemme tarkoituksena on ohjata varhaiskasvattajia kiinnittämään huomiota henkiseen hyvinvointiin osana työhyvinvointia ja pyrimme siihen, että mielikuva- ja rentoutumisharjoituksista tulisi osa varhaiskasvattajien arkipäivää.

>> [Rentoutumisharjoituksia varhaiskasvatuksen arkeen kanssasi](#)

Tavoitteet

Sovelluksemme tavoitteena on ohjata varhaiskasvattajia kiinnittämään huomiota henkiseen hyvinvointiin osana työhyvinvointia ja pyrimme siihen, että mielikuva- ja rentoutumisharjoituksista tulisi osa varhaiskasvattajien arkipäivää. Sovelluksemme tavoitteena on myös tukea ja parantaa varhaiskasvattajien työnhyvinvointia. Tekemällä lyhyitä ja helppokäyttöisiä harjoituksia pyrimme siihen, että harjoitukset tulevat oikeasti käyttöön ja niiden tekeminen olisi mahdollisimman mielekästä.

Harjoituksemme ovat lyhytkestoisia ja niiden avulla on tarkoitus saada mieli irtaantumaan hetkeksi työpäivästä, mikä auttaa ja tukee työhyvinvointia ja työssä jaksamista. Tavoitteenamme on tukea varhaiskasvattajia sovelluksemme avulla, jotta varhaiskasvatus pysyy jatkossakin laadukkaana ja varhaiskasvattajat kokisivat työn mielekkäänä ja voimaannuttavana. Tähän tavoitteeseen pääsemiseksi koemme sovelluksemme hyväksi apuvälineeksi kiireisen arjen keskelle.

Kenelle tarkoitettu/kohdennettu

Rentoutumisharjoitukset on kohdennettu kaikille varhaiskasvatuksen työntekijöille helposti käytettäväksi osana päiväkodin kiireistä arkea. Sovellus on kehitelty siten, että sitä pystytään käyttämään sekä yksin että yhdessä työkavereiden kanssa esimerkiksi tauoilla. Kyseinen sovellus antaa mahdollisuuden unohtaa ympärillä olevan kiireen ja melun. Sovelluksen avulla voidaan myös parantaa tiimihenkeä, sillä kyseistä rentoutumisharjoitusta voi toteuttaa myös yhdessä työkavereiden kanssa tai kun lapset ovat päivälevolla.

Varhaiskasvatuksen kentältä saamamme haastattelun perusteella sovellusideamme on toimiva ja rentoutumisharjoitukset erittäin tarpeellisia hektisen arjen keskelle. Palautteen antajan mielestä on iso plussa, että tätä kyseistä sovellusta voidaan käyttää unihuoneessa ja/tai lasten kanssa. Saimme myös neuvon tehdä eripituisia harjoituksia, jolloin sovellus olisi monikäyttöisempi.

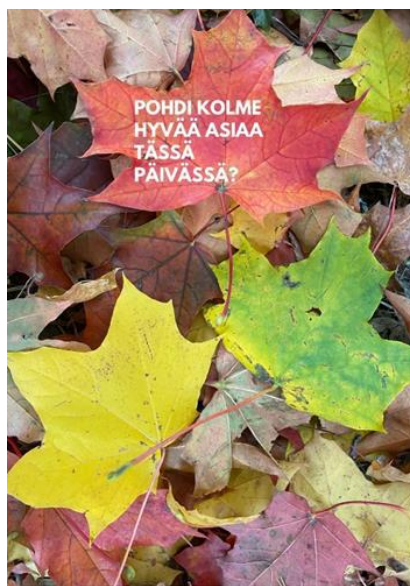
Viimeisenä pointtina hän toi esille sen, että kaipaisi tämän tyyppisiin harjoituksiin paljon käytännön vinkkejä, sekä konkreettisia esimerkkejä missä ja milloin kyseisiä harjoituksia voisi toteuttaa. Näiden palautteiden avulla kehittelimme korteista toimivat ja varhaiskasvatuksen arkeen sopivat.

Sisällön kuvaus ja käyttöohjeistus

Rentoutumisharjoitukset koostuvat 14 erilaisesta kortista. Näitä kortteja voi kätevästi hyödyntää työpäivän aikana, jotta mieli voi hetkeksi hengähtää hektisestä arjesta. Korteissa on erilaisia kauniita, mieltä rauhoittavia kuvia, kuten erilaisia maisemia. Korteissa on lisäksi lyhyt teksti, joka saa lukijan rentoutumaan ja pohtimaan päivän aikana tapahtuneita positiivisia asioita ja ilonaiheita.

Korttien käytön taustalle voi laittaa soimaan rauhoittavaa musiikkia tai erilaisia luonnonääniä. Rentoutumisharjoituksia voidaan käyttää niin yksi kuin myös yhdessä työkavereiden kanssa.

Korttien käyttö ei vaadi erityisiä järjestelyjä välillä hektisen työpäivän aikana. Voit vain ottaa kortit käteesi ja päästää ajatuksesi virtaamaan. Jos mahdollista voit asettua rauhalliseen paikkaan tai vaihtoehtoisesti tarkastella kortteja lepohuoneessa, kun lapset huilaavat. Korttien avulla pääset pohtimaan positiivisia asioita itsessä ja ympäröivässä maailmassa. Keräsimme kuvia eri vuoden ajoilta ja eri ympäristöistä. Voit myös kuvien avulla antaa mielesi matkustaa eri maihin tai miettiä miltä veden liplatus kuulostaa. Kuvat ovat monikäyttöiset, sillä niitä voi käyttää myös lasten kanssa vuodenaikojen tai värien harjoitteluun. Vanhempien lasten kanssa voi myös yhdessä aikuisen kanssa pohtia kuvien tekstejä ja niihin vastauksia.



Tukea odottaville vanhemmille -kirja

Toteuttajana ryhmä: Julia Huhtala, Mette Henriksson, Saara Hovi, Paweena Alasaari

Kuvaus sovelluksen ideasta

Tämän kirjan ideana on tarjota odottaville ja tuoreille vanhemmille psyykkistä tukea raskauden aikaisiin sekä sen jälkeisiin mietittyttäviin asioihin. Kirja tarjoaa myös vinkkejä arjen toimintoihin. Kehittelimme vuonna 2021 syntyneiden lasten vanhempien Facebook-ryhmään kyselyn, jossa kysyttiin, millaista tukea tuoreet vanhemmat olisivat kaivanneet.

Kirjaan on kuvitettu kyselyn pohjalta tuoreiden vanhempien mieltä askarruttavia asioita. Kirja on moderni kuvaus erilaisista perhedynamiikoista ja kuvissa esiintyy erilaisia vanhempia. Valitsimme kyseisen aiheen, sillä olimme kuulleet ja selvittäneet, että suomenkielistä tietoa on aivan liian vähäisesti näistä aiheista. Koemme aiheen myös itsellemme tärkeäksi ja sellaiseksi, jota olisi aihetta tutkia lisää.

Tavoitteet

Kirjan tavoitteena on antaa psyykkistä tukea odottaville vanhemmille. Kirjan tavoitteena on saada tulevat vanhemmat kokemaan itsensä riittäviksi ja saada heidät uskomaan omiin kykyihinsä vanhempina. Tutkimusten mukaan äidin raskaudenaikaisella psyykkisellä hyvinvoinnilla on yhteys lapsen myöhempään mielenterveys- ja käytösongelmiin. (mm., Ilona Luoma, 2016).

Tavoitteenamme on myös kerätä tietopaketteja vanhempia askarruttavista asioista, kuten imettämisestä ja turvakaukalon käytöstä kirjaamme, jotta kaikki tuki löytyisi yhdestä paikasta.



Kenelle tarkoitettu/kohdennettu



Kirja on tarkoitettu kaikenlaisille odottaville vanhemmille ja perheille. Tarkoituksena on, että kirjat vietäisiin perheneuvolaan, josta vanhemmat saisivat ottaa omansa mukaan kotiin jo ennen lapsen syntymää. Kirjaa voi jakaa myös lapsia toivoville vanhemmille, tuomaan toivoa ja tukea. Myöskin neuvolahenkilökunta voi hyötyä kirjasta, sillä olemme keränneet yleisen mielipiteen, missä odottavat vanhemmat kaipaisivat eniten tukea.

Kohderyhmän kanssa tapahtunut työskentely/saatu palaute

Kehittelimme kyselyn, jossa kysyttiin, millaista tukea raskausaikana ja vauvan syntymisen jälkeen olisi tarvittavaa olla lisää. Kysely tehtiin tuoreiden vanhempien suljetussa Facebook-ryhmässä. Kyselyyn vastasi suomalaisia äitejä. Kyselyssä tuli ilmi, että unesta, imetyksestä, vauvan kantamisesta, avun saatavuudesta sekä vanhempien mielenterveydestä on ollut paljon huolta. Kokosimme vastausten pohjalta kirjaan hieman informaatiota, tukea antavia ajatuksia sekä loppuun vielä mindfulness-harjoituksia, joiden tarkoitus on helpottaa vanhempien arkea.

Otimme yhteyttä myöskin Rauman perheneuvolaan, josta kysyimme mielipidettä ja vinkkejä työhömmme. Saimme hyvää palautetta neuvolasta ja meille kerrottiin, että olimme valinneet hyviä aiheita käsiteltäväksi. Lisäksi neuvolan henkilökunta kertoi, että tuen tarve on suurta vielä lapsen synnyttyä, sillä odottaville vanhemmille esimerkiksi lapsen kantaminen ja imettäminen ovat vielä kaukaisia asioita. Terveystenhoitaja korosti sitä, kuinka tuen tarve on paljon suurempaa ensikertalaisilla vanhemmilla, kuin heillä, joilla on ennestään lapsia. Omien aiheidemme lisäksi terveydenhoitaja mainitsi sen, kuinka odottavat vanhemmat kokevat haasteeksi sen, osaavatko he tulkita lasta.

Sovelluksen sisällön kuvaus

Kirja sisältää viis osa-aluetta: uni, imetys, kantaminen, apu ja tuki sekä hyvinvointi ja mindfulness. Jokaisesta osa-alueesta on koottu pienoinen informaatiopaketti sekä tsemppaavia ajatuksia ja lauseita. Osa-alueisiin on myös tehty niihin liittyvät kuvitukset. Kuvitusten tavoitteena on esittää erilaisia perheitä ja vanhempia. Kirjan loppuun on lisätty koonti hyödyllisistä nettisivuista, jotta kaikki tuki olisi helposti saatavilla yhdestä paikasta.



Lähteet:

[Luoma, Ilona: Raskausajan psyykkinen hyvinvointi: lapsen mielenterveyden varhaiset juuret?](#)

Tunnepesä

Toteuttanut ryhmä: Rosa-Maria Schönroos, Helmi-Helena Meisalo, Jenna Tuominiemi

Kuvaus sovelluksen ideasta

Ajatus sovellusideaan tuli käytännön kokemusten kautta varhaiskasvatuksen arjesta. Kokemustemme mukaan varhaiskasvatuksessa opetellaan ja käydään läpi tunnetaitoja, mutta lapsen tunnekuohun tai riitatilanteen ollessa päällä, työkalut saattavat tuntua puutteellisilta. Omien kokemusten lisäksi yhteiskunnallisessa keskustelussa on noussut esiin varhaiskasvatuksen hektisyys ja henkilöstöpulan aiheuttama stressi, joka vaikuttaa lasten kasvuympäristöön varhaiskasvatuksessa.

Tämän sovellusidean avulla halusimme korostaa tunnetaitojen tärkeyttä sekä tuoda uusia keinoja tunteiden ja tunnetaitojen lähestymiseen. Erityisesti halusimme lähteä luomaan konkreettista sovellusideaa, jota voisi hyödyntää varhaiskasvatuksessa lasten tunnekuohujen ja riitojen keskellä. Sovellusideaa lähdettiin viemään eteenpäin lasten maailmaa ja mielenkiinnonkohteita kuunnellen. Sen lisäksi sovelluksen tarkoituksena on toimia henkilöstön apuna ja työkaluna.

Tunnepesän tavoitteet

- ♥ Tunnepesä toimii apuna aikuiselle ja lapselle tunnekuohun keskellä
- ♥ Tunnepesän tavoitteena on luoda turvallinen ja neutraali paikka käydä läpi ja selvittää riitatilanteita
- ♥ Tunnetaitojen opettamista, harjoittelemista ja vahvistamista
- ♥ Tunnepesän ja sen hahmojen avulla tunnetaitoja sekä erilaisia tunteita lähestytään lapsen kehitystaso huomioiden
- ♥ Tunnepesä on helppokäyttöinen, sovellusidea on mietitty niin että se on mahdollista toteuttaa jokaisessa varhaiskasvatusyksikössä sekä myös kotona
- ♥ Tunnepesä toimii työkaluna ja apuna varhaiskasvatuksen henkilöstölle lasten tunnekuohuissa ja tunnetaitojen harjoittelussa
- ♥ Tunnepesän tavoitteena on tarjota erilainen lähestymistapa tunnetaitojen käsittelylle, esimerkiksi tunnekorttien rinnalle
- ♥ Hahmojen tavoitteena on helpottaa tunteista keskustelua, niiden lähestymistä sekä tunteiden ymmärtämistä, hahmot voivat myös auttaa erilaisten tilanteiden käsittelyssä esimerkiksi nukketatterin avulla

Tunnepesän kohderyhmä sekä kohderyhmältä saatu palaute

Tunnepesä on tarkoitettu ensisijaisesti työkaluksi henkilöstölle. Sen lisäksi sitä voidaan hyödyntää myös kotona, esimerkiksi rakentamalla kotiin oma tunnepesä.

Varhaiskasvatuksen henkilöstöltä saamamme palautteen perusteella tunnepesä olisi toimiva työkalu varhaiskasvatukseen. Palautteen mukaan tunnepesä antaa lapselle mahdollisuuden käsitellä tunteitaan rauhallisessa ympäristössä yhdessä aikuisen kanssa. Palautteen mukaan tunnepesä on sovellettavissa kaikille ikäryhmille ja sitä on helppo muuttaa lapsen tarpeiden ja kehitystason mukaiseksi.

Sovelluksen sisällön kuvaus

Tunnepesä on varhaiskasvatuksen tiloihin luotu nurkkaus tai oma huone, joka on suunniteltu omaksi erilliseksi tilaksi tunteiden käsittelemiseen. Sitä voi hyödyntää tunnetaitojen harjoittelussa sekä erityisesti tunnekuuhujen aikana. Pesän tarkoituksena on luoda rauhallinen ja luottamusta herättävä ympäristö tunteiden käsittelyä varten.

Suunnittelimme tunnepesän niin, että se on mahdollista toteuttaa varhaiskasvatusyksiköstä löytyvien tavaroiden ja välineiden avulla. Lähtökohtana pidimme helppokäyttöisyyttä, helppoa sovellettavuutta sekä sitä, että tunnepesän luominen varhaiskasvatuksen tilaan ei vaatisi suuria investointeja.

Tunnepesän on tarkoitus olla rentouttava, turvallinen, mukava sekä helposti lähestyttävä. Jokainen tunnepesä on ryhmänsä näköinen ja tunnepesän suunnittelussa on tärkeä ottaa huomioon lasten näkemykset ja mielenkiinnonkohteet.

Meidän näkemyksemme tunnepesästä on nurkkaan rakennettu pesä, joka koostuu tyynyistä, peitoista, vilteistä ja muista pehmeistä materiaaleista. Tunnepesään voisi tehdä esimerkiksi katoksen luomaan pesämäistä tunnelmaa.



Loimme tunnepesää varten 5 tunneahmokäsinukkea, joiden tehtävänä on helpottaa tunteiden käsittelyä ja tunteista puhumista. Valitsimme tunneahmoiksi eläinhahmot Suomen luonnosta,



koska halusimme lähestyä asiaa lapsille tuttujen eläinten kautta. Lisäksi on tärkeää, että hahmot tulevat lapsille tutuiksi ja että ne ovat mukana varhaiskasvatuksen arjessa.

Tunnehahmoja käytetään aina aikuisen seurassa, sillä saamamme palautteen mukaan tunnehahmot voivat muuten menettää merkityksensä.

Seuraavalla sivulla esittelemme tunnehahmot sekä jokaiseen tunnehahmoon liitetyt tunteet.



Kani Kamu

- ♥ Empatia
- ♥ Ystävyys
- ♥ Kaveritaidot



Siili Säikkylä

- ♥ Pelko



Susi Surku

- ♥ Suru
- ♥ Pettymys



Hiiri Hupaisa

- ♥ Ilo
- ♥ Onnellisuus
- ♥ Hyvä olo



Karhu Kärttyinen

- ♥ Viha
- ♥ Kiukku

Sovelluksen käyttö

Tunnepesälle ei ole varsinaisia käyttöohjeita, vaan sovelluksemme tarkoituksena on antaa helposti sovellettava idea tunteiden käsittelyä varten.

Tunnepesä tarjoaa monipuolisen työkalun tunneasioiden käsittelyyn ja sitä voi hyödyntää niin etukäteen suunnitelluissa tunnetaito-hetkissä kuin spontaaneissa arjen tilanteissa.

Seuraavaksi kuvaamme esimerkkitalanteita, joissa tunnepesää ja tunnehahmoja voisi hyödyntää

Etukäteen suunniteltu tunnehetki

- ♥ Opettajan etukäteen suunnittelema tunnehetki, jossa käsitellään kaveritaitoja Kani Kamun kanssa
 - ♥ Hetkeä voidaan pohjustaa esimerkiksi tarinan avulla
 - ♥ Tarinan jälkeen voidaan yhdessä lasten kanssa pohtia, että mitä tunteita tarina herättää, miltä tarinan henkilöistä mahtaa tuntua ja miten olisi voitu toimia toisin, jotta kaikille tulisi parempi mieli
 - ♥ Materiaalina voidaan hyödyntää lasten satukirjoja tai itsekeksittyjä tarinoita tunnehahmoista
- ”Karhu Kärttyinen ja Susi Surku olivat yhdessä leikkimässä. Kani Kamu olisi halunnut mennä mukaan, mutta Karhu Kärttyinen ja Susi Surku sanoivat, että heidän leikkiin ei saa tulla”.

Lasten välinen riitatilanne

- ♥ Lapsille on tullut riitaa leikin aikana
- ♥ Tilannetta lähdetään selvittämään tunnepesään, jossa saa keskustella rauhassa turvallisessa ympäristössä
- ♥ Aluksi kaikki osapuolet saavat rauhassa kertoa oman näkemyksensä tilanteen kulusta ja muut kuuntelevat
- ♥ Sen jälkeen mietitään yhdessä, että mistä tilanne on johtunut ja millaisia tunteita tilanne on herättänyt, tunteiden tunnistamisessa ja nimeämisessä voidaan hyödyntää tunnehahmoja
- ♥ Pohdintaan omien tunteiden lisäksi myös sitä, miltä muista on tuntunut

Spontaani tunnehetki lapsen ja aikuisen välillä

- ♥ Lapsi pyytää aikuista tulemaan tunnepesään hänen kanssaan
- ♥ Lapsi on kiinnostunut tunnehahmoista ja hän haluaa päästä käyttämään niitä



- ♥ Tunneahmoihin tutustumisen ohella aikuinen keskustelee lapsen kanssa ja voi esittää kysymyksiä, esimerkiksi: "Mikä hahmo kuvaa sinun olotilaasi?" "Milloin olet viimeksi tuntenut tätä tunnetta?"

Tunnetaito-opas varhaiskasvatuksen henkilöstölle

Toteuttanut ryhmä: Julia Koskinen, Maisa Koskinen ja Sanna Kotijärvi

Sovelluksen idea

Valitsimme kurssin ryhmätyömme teemaksi lasten sekä nuorten tunne- ja mielenterveystaidot. Alan tutkimuksissa ja muissa teksteissä painotetaan niiden tärkeyttä sekä ajankohtaisuutta ja siksi valitsimme sen teemaksemme. Varhaiskasvatuksensuunnitelman perusteissa (Opetushallitus 2018, 21) todetaan varhaiskasvatuksen tehtävänä olevan ohjata lapsia terveyttä ja hyvinvointia edistäviin elämäntapoihin, joihin kuuluu olennaisena osana tunnetaitojen harjoittelu.

Varhaiskasvatuksen henkilöstön tulee siis huomioida näiden taitojen harjoittelu osana päiväkodin jokapäiväistä arkea. Lukemissamme teksteissä painotettiin erityisesti varhaiskasvatuksessa toimivien aikuisten roolia lasten tunne- ja mielenterveystaitojen opettelussa. Teksteistä nousi esille varhaiskasvatuksen henkilökunnan tarve jatkuvaan täydennyskoulutukseen.

Tämän takia päätimme tehdä oppaan juuri varhaiskasvatuksen henkilöstölle. Myös koronapandemian myötä tunnetaitojen harjoittelu on entistä tärkeämpää, sillä lapset ovat eläneet pitkään ilman kontaktia muihin tai ainakin kontakteja on rajoitettu. Esimerkiksi päiväkodeissa ryhmiä ei ole voitu sekoittaa eikä vapaa-ajalla ole päästy harrastuksiin. Tämän takia tunnetaitoihin tulisi kiinnittää entistäkin enemmän huomiota päiväkodissa.

>> [Tunnetaito-opas varhaiskasvatukseen](#)

Tavoitteet

Henkilöstön oppaamme tarkoituksena on tuoda lukijalle uutta teoretietoa tunne- ja mielenterveystaidoista, palauttaa muistiin jo opittua sekä toimia ilon ja inspiraation lähteenä kenttätöissä. Tunne- ja mielenterveystaitojen opettaminen saattaa olla varsinkin aloittelevalla kasvattajalle haastavaa riippumatta koulutustaustasta, eikä oikein tiedä miten aihetta lähestyisi.

Oppaastamme henkilöstä saa teoreettista tietoa tunnetaidoista sekä käytännön vinkkejä niiden harjoittamiseen. Tunnetaitojen opettelu on lapselle tärkeää jo pienestä pitäen, sillä ne luovat pohjaa tuleville taidoille. Tunnetaidot vaikuttavat lapsen sosiaalisiin kykyihin ja mahdollisuuden suoriutua annetuista tehtävistä. Tunnetaidot pitävät sisällään muun muassa tunteiden tunnistamisen, minkä harjoittelu niin lapselle kuin aikuisellekin olisi tärkeää. Suurempana tavoitteenamme on tuoda tunnetaitojen harjoittamisen tärkeyttä enemmän varhaiskasvatuksen henkilökunnan tietoisuuteen.

Kenelle tarkoitettu/kohdennettu

Oppaamme on tarkoitettu erityisesti varhaiskasvatuksen henkilöstölle, kuten lastenohjaajille, perhepäivähoitajille, lasten- ja lähihoitajille, perushoitajille, sosionomeille ja varhaiskasvatuksenopettajille, mutta sitä voi hyödyntää myös kaikissa muissa tehtävissä, joissa

toimitaan lasten kanssa, esimerkiksi lasten valmennus jossakin urheilulajissa. Opas sopii myös koululaisille luettavaksi ennen työharjoittelua tai työssäoppimista lasten parissa.

Opas on ilmainen ja kaikkien käytettävissä. Oppaasta on erityisesti hyötyä henkilöille, joilla ei ole vielä niin paljon kokemusta lasten kanssa toimimisesta eikä tunne- tai mielenterveystaitojen opettamisesta lapsille. Kuitenkin jo kokenut kasvattaja saattaa saada oppaasta täysin uusiakin vinkkejä tai teoreettista pohjaa jo käytössä oleville käytännöille. Oppaasta hyötyvät myös erityisesti sellaisten ryhmien aikuiset, joissa on ongelmia esimerkiksi kaverisuhteissa tai paljon selvitettäviä riitoja.

Sovelluksen sisällön kuvaus

Oppaamme alkaa alkusanoilla, missä kerrotaan mitä opas tulee pitämään sisällään ja kenelle se on tarkoitettu. Johdannossa kerromme, miksi valitsimme aiheen ja miksi se on niin tärkeä. Oppaassa puhumme tunnetaitojen harjoittelusta aluksi jatkuvana prosessina ja lopussa esittelemme pienempiä erillisiä ideoitamme tunnekasvatukseen. Johdannon jälkeen on teoreettisen taustan osuus, missä käymme läpi lukemaamme kirjallisuutta ja esitelemme kaksi merkittävää ajattelijaa, joilla on ollut vaikutusta varhaiskasvatukseen.

Seuraavassa osioon olemme koonneet helposti toteutettavia tunnekasvatus vinkkejä varhaiskasvatuksen henkilöstölle. Esittelemme miten tunnekortit ja –mittarit toimivat. Annamme ideoita, miten tarinoita voi hyödyntää tunnetaitojen harjoittelussa esimerkiksi sadutuksen avulla. Olemme myös listanneet muutamia esimerkkejä tunnetaitoja käsittelevistä kirjoista, joita varhaiskasvatuksen henkilökunta voi suoraan ottaa luettavaksi.

Taiteeseen liittyen annamme musiikkia, kuvataidetta ja draamaa sisältäviä esimerkkejä harjoitteista. Esimerkkien jälkeen olemme pohtineet tunnetaitojen harjoittelua arjen tilanteissa. Tutkimusten mukaan lapsia saatetaan jopa kieltää osallistumasta lohdutustilanteisiin, vaikka niistä lapsi juuri oppii lohdutuskulttuuria ja myötätuntoa. Oppaan loppuun olemme vielä laittaneet lisämateriaaliksi linkkejä, joiden takaa löytyy ilmaisia ja vapaasti käytettäviä tunnetaito materiaaleja.

Käytön ohjeistus

Varhaiskasvatuksen henkilöstö voi tulostaa yhden oppaan yhteiseksi koko talon käyttöön tai jokaiseen ryhmään oman oppaan. Opas on sen verran lyhyt, ettei sen lukemiseen kulu paljon aikaa. Se kannattaa siis lukea ensin kokonaan läpi ja sitten suunnitella toimintaa ryhmälle voi palata esimerkkeihin ja poimia sieltä harjoitteita. Harjoitteita voi muokata ja jalostaa omalle ryhmälle sopivaksi.

Tunnetoukasta perhoseksi

Toteuttanut ryhmä: Elviira Salonen, Milka Mäki, Veera-Kaisa Muurinen ja Niina Muikku

Sovelluksen idea ja sisällön kuvaus

Sovelluksen idea syntyi halusta pysähtyä arjessa hetkeksi kuuntelemaan tunteita ja tunnistamaan niitä. Tunnekasvatus on tärkeä osa lapsen elämää ja halusimme luoda sovelluksen, joka rauhoittaisi arkea ja herättelisi lasta ajattelemaan tunteita. Tarkoituksena on, että viikon ajan lapsi pysähtyy hetkeksi arjessa pohtimaan ja nimeämään omia tunteitaan ja tuomaan ne paperille värien keinoin.

Suunnittelimme sovelluksen niin, että se sopii hyvin esimerkiksi toteutettavaksi teemaviikolla, mutta se sopii myös hyvin pidemmän aikavälin projektiksi.

Sovelluksessa ideana on, että lapsilla on värityskuva toukasta, jossa on viisi osaa. Jokaisena päivänä lapsi värittää yhden osan. Värittäminen sijoittuu rauhalliseen hetkeen, jossa lapsi pohtii minkälainen päivä hänellä on ollut. Pohdintaa voi tehdä aikuisen kanssa yhdessä sanallisesti taikka lapset voivat keskenään pohtia mitä tunteita ovat päivän aikana tunteneet. Pohdinnan tuloksena lapsi värittää yhden toukan osan valitsemallaan värillä. Tämä toistetaan joka päivä. Viikon viimeisenä päivänä lapset pistävät valmiit värityskuvat aikuisen tekemään koteloon koteloitumaan. Ryhmän aikuinen vaihtaa valmiit toukka värityskuvat uusiin värityskuviin perhosista. Viikonlopun jälkeen lapset saavat kotelosta uudet värityskuvat, jossa toukat ovat koteloituneet perhosiksi. Perhosta värittäessä käytössä on kaikki värit ja yhdessä on mahdollisuus keskustella miltä toukka näytti ja millaiseksi perhoseksi se muodostui sekä mitä tunteita tietyt värit herättävät.

Kenelle sovellus on tarkoitettu?

Sovellus on tarkoitettu varhaiskasvatusikäisille lapsille, jotka harjoittelevat tunteiden tunnistamista, sanoittamista ja ilmaisua. Varhaiskasvatuksen henkilökunta ohjaa sovelluksen käytön lapsille osana tunnetaitokasvatusta. Henkilökunta myös auttaa lapsia sovelluksen käytön kaikissa vaiheissa.

Sovellus voidaan toteuttaa kokonaisuutena tai siitä voidaan hyödyntää osia ottaen huomioon lasten ikä ja taitotaso. Esimerkiksi nuorempien lasten kanssa voidaan tutustua väreihin ja siihen, mikä väri heidän mielestään parhaiten kuvaa eri tunnetiloja. Vanhempien lasten kanssa tunteista voidaan keskustella jo syvällisemmin.

Ideaa voidaan käyttää myös osana taidekasvatusta, koska lapset harjoittelevat sen avulla nimeämään ja käyttämään värejä, värittämään toukka- ja perhosaiheisia värityskuvia sekä esittelemään ja kuvailemaan sanallisesti omia teoksiaan. Tämä kehittää heidän kuvallisen ilmaisun taitojaan.

Sovelluksen käytön ohjeistus

- Jokaiselle lapselle jaetaan toukka-aiheinen värityskuva. Toukassa on viisi väritettävää osaa, yksi viikon jokaiselle päivälle.
- Lapset valitsevat värin, joka kuvaa heidän tunnetilaansa juuri sinä päivänä, ja värittävät sillä yhden toukan osan.
- Viikon lopussa toukka on valmis. Varhaiskasvatuksen henkilökunta rakentaa toukille kotelon, johon lapset saavat viedä toukat koteloitumaan viikonlopun ajaksi.
- Varhaiskasvatuksen henkilökunta ottaa kotelosta toukat talteen ja laittaa tilalle uuden värityskuvan.
- Viikonlopun jälkeen lapset saavat vetää kotelosta uuden värityskuvan: perhosen.
- Perhosen värittämiseen saa käyttää kaikkia tunteita kuvaavia värejä.
- Valmiit perhoset laitetaan näytille esimerkiksi ikkunaan.

Sovelluksen tavoitteet

Tunnetaidot ja tunnekasvatus ovat tärkeä osa lapsen elämää. Sovelluksen tavoitteena on parantaa lasten tunteiden tunnistamista ja sanoittamista. Lapsilla on tilaisuus päästä kerran päivässä rauhoittumaan ja pohtimaan omaa senhetkistä tunnettaan. Sovelluksen tavoitteena on lisätä lasten motivaatiota eri tunteiden tunnistamiseen ja niiden oppimiseen tunnetoukka värityskuvan avulla. Sovellus auttaa myös henkilökuntaa pysähtymään hetkeksi ja kuuntelemaan lapsen tuntemuksia päivästä. Toukan avulla jokainen lapsi tulee kuulluksi ja hänen tunteensa huomioiduksi.

TUNTUVA - Tunnetaidot tutuiksi vanhemmille

Toteuttanut ryhmä: Noora Pirttinen, Jussi Pekkala, Sara Peltomaa ja Lilli Penttilä

Sovelluksen idea

TUNTUVA-sovelluksen on tarkoitus vastata erityisesti kahteen havaitsemaamme ongelmaan varhaiskasvatuksessa: Vanhempien osallistaminen ja lasten tunnetaitojen tukeminen koetaan usein haastavaksi ja kumpaankin kaivataan lisää eväitä. Kehittämämme sovelluksen on tarkoitus helpottaa vanhempien osallistamista lasten varhaiskasvatukseen antamalla konkreettisia keinoja ja vinkkejä kodin ja päiväkodin välisen yhteistyön luomiseen ja myöhemmin ylläpitämiseen.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2018) velvoittaa varhaiskasvatuksen järjestän ja lapsen huoltajien väliseen yhteistyöhön, mutta toimivan vuorovaikutussuhteen luominen koetaan usein haastavaksi, ellei siihen ole kiinnitetty erityistä huomiota heti tutustumisvaiheesta lähtien. TUNTUVA antaa varhaiskasvatuksen henkilöstölle keinoja tarttua tähän ja edistää vanhempien osallistamista ja molemminpuolista luottamusta.

Kodin ja varhaiskasvatuksen välisen yhteistyön lisäksi TUNTUVA pyrkii edistämään lasten tunnetaitoja ja niiden tukemista niin kotona kuin varhaiskasvatuksessakin. Tarkoituksena on antaa koteihin kaivattua tietoa tunnetaidoista ja vanhemmille matalan kynnyksen toteutusvinkkejä ja monipuolisia toimintamalleja. Kehittämämme paketti yhtenäistää varhaiskasvatuksen ja kodin linjaa tunnetaitojen harjoittelussa ja tukemisessa. Lisäksi sovellusta voidaan käyttää myös varhaiskasvatuksessa tunnetaitojen harjoitteluun, jolloin se tukee mahdollisimman monipuolisesti niin koko lapsiryhmän tunnetaitoja kuin myös kotona tehtäviä tunnetaitoharjoituksia.

>> [Tuntuva – Tunnetaidot tutuiksi vanhemmille](#)

Tavoitteet

Sovelluksen tavoitteena on vanhemman osallistaminen lapsen tunnetaitojen vahvistamiseen tuomalla tunteet osaksi arkea sekä kodissa että päiväkodissa. Lisäksi tavoitteenamme on kasvatuskumppanuuden eli kodin ja päiväkodin yhtenäisen linjan, luottamuksen sekä vastavuoroisen vuorovaikutuksen lisääminen.

Tunnetaidot ovat tärkeä osa lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Tavoitteenamme ei ole tukea pelkästään tunnetaitojen kanssa kamppailevia lapsia vaan jokaisen lapsen tunnetaitoja, joten vanhempien osallistaminen on ensiarvoisen tärkeää. Tunteiden sanoittaminen ja lapsen tunnetaitojen tukeminen voi olla vanhemmille haastavaa ja haluammekin lisätä vanhempien tietoa tunnetaidoista sekä tuoda sovelluksemme avulla tunnetaitojen opettelun helpommin toteutettaviksi ja lähestyttäväksi, myös vanhemmat itse voivat hyötyä tunnetaitojen oppimisesta. Haluamme tuoda paljon matalan kynnyksen ja helposti arkeen liitettäviä tunnetaitoja vahvistavia elementtejä kuten oppaita, pelejä sekä informaatiota tunnetaidoista, joita vanhemmat voivat harjoitella lastensa kanssa.

Jokapäiväisessä vuorovaikutuksessa lapsen vienti- ja hakutilanteissa sekä vanhempainilloissa voidaan antaa tietoa tunnetaidoista sekä lisätä molemminpuolista luottamusta ja rakentaa vanhemman osallistamista päiväkodin arkeen. Yhtenäinen linja tukee lapsen oppimista ja kasvatustyötä sekä kotona että varhaiskasvatuksessa ja luo pohjan yhteistyön rakentumiselle. Tavoitteena on ottaa sovellus pysyväksi osaksi arkea ja kehittää sitä eteenpäin sekä ottaa tunnetaitopakettin rinnalle käyttöön myös muun muassa teemavanhempainillat ja tunnetaitokirjasto.

Kohderyhmä

Näemme tunnetaidot tärkeänä osana lasten kokonaisvaltaista kehitystä. Sovelluksemme tarkoitus on tukea niin varhaiskasvatusta kuin vanhempia lasten tunnetaitojen kehittäjinä. Yhtenäinen linja kodin ja varhaiskasvatuksen välillä mahdollistaa kasvatustyön ja oppimisen molemmissa lapsen kasvulle ja kehitykselle tärkeissä oppimisympäristöissä. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018) mukaan jokaisella vanhemmalla on oikeus osallisuuteen lapsensa varhaiskasvatuksessa.

Haluamme osaltamme olla kehittämässä vanhempien mahdollisuutta olla osana varhaiskasvatuksen arkea. Sovelluksemme toimii väylänä varhaiskasvatuksen ja kodin välillä luoden tiedon siirtymiselle sekä lasten tunnetaitojen osa-alueen kehitykselle mahdollisuuden. Avoin, turvallinen ja hyväksyvä suhde varhaiskasvatuksen sekä perheiden välillä luo pohjan yhtenäiselle kasvatustyölle. Johdonmukaisuus sekä säännöllisyys tunnetaitojen tukemisessa on lasten kehityksen kannalta olennaista, ja tätä pyrimme tukemaan sovelluksemme kautta.

Haastattelimme aiheemme pohjalta kolmea varhaiskasvatuksessa olevan lapsen vanhempaa. Vastausten perusteella he olivat saaneet lapsen tunnetaitojen tukemiseen ja vahvistamiseen varhaiskasvatuksen henkilöstöltä tietoa siitä, miten lapsi toimii päiväkodissa näihin taitoihin liittyvissä tilanteissa. He eivät kuitenkaan olleet saaneet konkreettisia neuvoja tai vinkkejä varhaiskasvatuksen henkilöstöltä lapsen tunnetaitojen tukemiseen ja vahvistamiseen vanhempina. Vanhemmat toivoivat enemmän tietoa siitä, miten mahdolliset lapsen varhaiskasvatusryhmässä käytössä olleet konkreettiset keinot tunnetaitojen vahvistamiseen näkyivät muutoksina ryhmän toiminnassa. Haastatellut vanhemmat näkivät varhaiskasvatuksen ja kodin yhtenäisen linjan lapsen tunnetaitojen tukemisessa tärkeänä. Vanhempien osallisuus lapsen varhaiskasvatusryhmän arkeen koettiin vanhempien näkökulmasta pintapuolisena. Osallisuuden määrään toivottiin kasvua ja erilaiset teemavanhempainillat nähtiin tiedonsaannin mahdollisena ratkaisuna. Vanhempien vastauksista heijastui luotto ja positiivinen suuntaus kodin ja varhaiskasvatuksen yhteistyötä kohtaan.

Koemme, että sovelluksemme toimii yhtenä ratkaisumahdollisuutena lasten tunnetaitojen kehitykselle sekä kodin ja varhaiskasvatuksen välisen yhtenäisen kasvatustyön mahdollistamiselle. Sovellusideastamme saadun palautteen mukaan aiheemme, vanhemman osallistaminen lapsen tunnetaitojen vahvistamiseen, vastaa lasten tunnetaitojen kehitykseen niin varhaiskasvatuksen kuin vanhemman näkökulmasta katsottuna.

Mitä TUNTUVA sisältää?

Tunnetaitopaketti eli TUNTUVA sisältää monia erilaisia tuotteita, joita voi hyödyntää tunnetaitoja opettamisessa. Paketissa on materiaaleja vanhemmille, lapsille sekä päiväkotiryhmän käyttöön. Paketti sisältää tunnetaito-oppaan, joka on suunniteltu vanhemmille. Haluaisimme suunnitella oppaan yhteistyössä vanhempia tukevan tahon kanssa, jotta saamme lisää asiantuntevuutta aiheeseen. Vanhemmat saavat myös käyttöönsä arjen vinkkilistan, joka kertoo heille vinkkejä arjen helpottamiseen tunnepurkausten keskellä.

Lista kertoo myös helppoja tapoja soveltaa tunnetaitojen opetusta arkeen. Tavat ovat sellaisia, että niitä on matala kynnys käyttää sekä niin yksinkertaisia, että ne eivät unohdu arjesta. Arkeen esimerkiksi on helppo yhdistää tunnepaketista tuleva tunnemittari. Tunnemittarin avulla lapsi pääsee ilmaisemaan, onko hänellä hyvä mieli (vihreä) vai huono mieli (punainen). Lapsi voi myös liikuttaa mittaria näiden kahden välillä. Mittari kannattaa pitää esillä, jotta lapsen on helppo kertoa tunnetilansa ja aikuisen ymmärtää tätä ja suhtautua lapseen mielialan mukaan. Tunnemittarin käyttämisen jälkeen tunteesta voidaan myös puhua yhdessä.

Jotta lapsi voi harjoitella tunnetilojen tunnistamista, on pakkauksessa mukana tunnekortit. Myös arjen vinkkilistasta saa eri tapoja käyttää tunnekortteja. Tunnekortit auttavat lasta ymmärtämään paremmin tunnetta ja nimeämään sen. Näiden lisäksi pakettiin kuuluu tunnetaito peli, joka tukee lasten tunnetaitoja. Peli sisältää laudan, jossa on nuoli, jota pyöritetään. Nuoli osuu tunnetiloihin kuten surullinen ja iloinen, jotka on kuvitettu lautaan. Pelissä toistuu tunnekorteista tutut kuvat. Peli sisältää vanhemmille suunnatun oppaan, josta vanhempi voi valita tilanteeseen tai lapselle sopivan kysymyksen tai tehtävän ja tällä tapaa ohjailla pelin kulkua. Paketti sisältää myös listan tunnekirjoista, joita voi hyödyntää lasten kanssa eri tavoin. Paketin lisäksi päiväkotiryhmään annetaan Tunne-Nalle, joka on arkisin päiväkodeissa, mutta viikonloppuisin kiertää eri kodeissa. Tunne-Nalelle voi kertoa omia ajatuksiaan ja tunteitaan.

TUNTUVA käytännössä

Koska TUNTUVA sisältää monia eri asioita ja välineitä, haluamme painottaa vanhemmille, että kaikkia tuotteita ei tarvitse käyttää samanaikaisesti. Pakettia voi käydä läpi pikkuhiljaa, vaikka niin, että joka viikko perehdytään uuteen tuotteeseen ja testataan sitä. Näin vanhemmat löytävät itselleen ja lapsilleen sopivimmat välineet tunnekasvatukseen. Pakettia olisi myös tarkoitus hyödyntää sekä päiväkodissa että kotona. Tällöin tuotteet tulevat lapselle enemmän tutuiksi ja samat asiat ovat tarjolla myös kotona.

Meille on tärkeää, että tunnetaitopaketit jaetaan jokaiselle perheelle, eikä vain niille, joissa kamppaillaan tunnetaitojen kanssa. Jokaisen lapsen tunnetaitojen tukeminen on tärkeää ja siksi tämä paketti kuuluu kaikille. Jos lapsi kamppailee tunnetaitojen kanssa ja tarvitsee tässä erityistä tukea, ei paketti välttämättä yksinään riitä. Paketti on kuitenkin hyvä tuki muiden toimenpiteiden lisäksi. Pakettia kannattaa käyttää monipuolisesti sekä jatkuvasti arjessa.

TUNTUVA on pyritty suunnittelemaan helposti arkeen sisällytettäväksi sekä yksinkertaiseksi käyttää, jotta se ei kuormittaisi vanhempia vaan pikemminkin auttaisi. Tarkoituksenahan onkin helpottaa sekä lapsen että aikuisen jaksamista ja oppimista tunnetaitojen opetteluun keskellä.

Vanhemmuus osana lasten varhaista tunne- ja itsesäätelykykyä

Toteuttanut ryhmä: Linda Helo, Tiia Elonen, Lotta Hiljanen ja Delnia Eliassi

Harjoittele lapsen kanssa erilaisia arkisia tilanteita puputunnetilojen avulla.

Digikirjaa hyödyntämällä lapsi pääsee aikuisen kanssa harjoittelemaan erilaisissa arkisissa tilanteissa toimimista, sekä oppii käsittelemään ja tunnistamaan sekä omia, että muiden tunteita. Kirjassa on viisi erilaista arkista tilannetta, joihin yhdistetään tunnetiloja. Näitä arkisia tilanteita hyödynnetään jokapäiväisissä tilanteissa varhaiskasvatuksessa ja kotona.

Digikirjan on tarkoitus helpottaa lapsen ja aikuisen välistä ymmärtämistä eri tilanteissa liittyen tunteisiin ja niiden kokemiseen. Kirjan on tarkoitus rohkaista lasta tuomaan esille tunteitaan ja ilmaisemaan niitä niin negatiivisia kuin positiivisia.

Lapsella on oikeus tuntea. Tunnetiloja on laaja kirjo, emmekä olisi voineet mitenkään mahdollistaa digikirjaan kaikkia tunteita, mutta lapsen on tarkoitus ymmärtää pääpiirteittäin ilon, surun, hämmennyksen, ahdistuneisuuden, ujuden, hämmentyneen ja vihaisen tarkoituksen. Tavoitteenamme on, että digikirjaamme pystyy hyödyntämään kuka tahansa lapsi ja aikuinen. Digikirjan tilanteiden hahmoiksi valitsimme puput, jotta kirjasta tulee myös visuaalisesti hausempi lapsille katsoa.

Käyttöohjeet

Lapselta kysytään, miltä hänestä tuntuu erilaisissa arkisissa pulmissa tai haasteissa, joita kirjassa käydään läpi. Kirjaa voidaan käyttää apuna tunteiden sanoittamisessa tai ilmaisussa. Lapsen kanssa voidaan jutella eri tilanteista ja miettiä, mitä kuvissa tapahtuu tai miten hän kokee tilanteen. Yhteisen keskustelun aikana voidaan aikuisen kanssa nimetä tunnetiloja ja aikuisella on mahdollista kertoa omista tunteistaan ja kannustaa. Jos kuvattu arjen tilanne tulee vastaan perheen arjessa, kirjan avulla tilanne on helppo käydä läpi ja siihen on helppo palata. Jos lapsella on vaikeuksia joissain arkisissa tilanteissa, joita kirjassa käydään läpi, kuten ystävyys-suhteissa, voidaan kirjaa käyttää hyödyksi tunteiden ilmaisussa. Lapselta kysytään ennen tilannetta miltä hänestä tuntuu tunnetilojen pohjalta. Tämän jälkeen tilanne käsitellään yhdessä aikuisen kanssa ja sama toistetaan tilanteen oltua ohitse.

Tilanteet

Päiväkotiin meno

Päiväkotiin meno voi jännittää lasta ja aikuista, varsinkin jos kyseessä on ensimmäinen hoitopäivä. Lapsen kanssa voidaan keskustellen käydä läpi mitä päivähoitopäivän aikana tapahtuu. Lapselle annetaan lupa ikävöidä ja lasta lähestytään kunnioittavasti ja ymmärtävästi. Lasta voidaan lohduttaa kertomalla vanhempien tulevan hakemaan.

Nukkumaan meno

Kasvava lapsi tarvitsee paljon unta ja lepoa. Myös lapset voivat kärsiä univaikeuksista. Lasta voi jännittää nukahtaminen esimerkiksi painajaisten takia. Tutut unilelut tai kodista tuodut esineet voivat tuoda turvantunnetta lapselle. Aikuinen voi auttaa lasta tunnistamaan ja nimeämään väsymyksen merkit. Tämä helpottaa lasta itse tunnistamaan väsymyksensä ja ymmärtämään, että väsymykseen auttaa uni. Väsymyksen merkkejä on esimerkiksi itkuisuus, kiukku, silmien hieronta ja haukottelu.

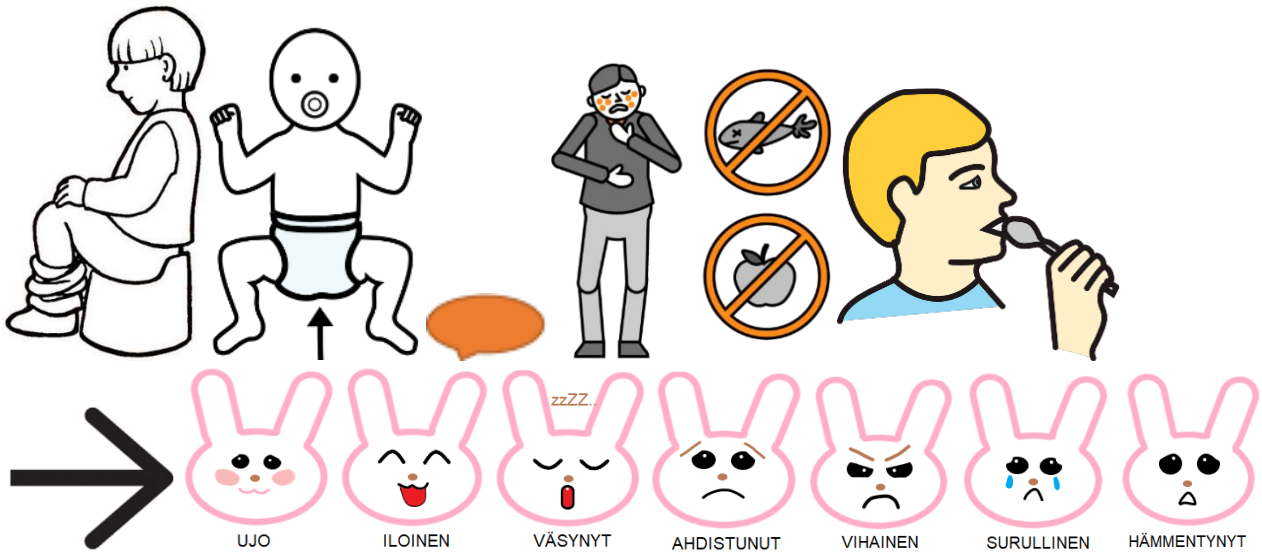


Ruokanirsous

Ravitsemustottumukset opitaan jo varhaislapsuudessa. Vanhempien, perheen ja varhaiskasvatuksen ruokavalinnat ja -tottumukset vaikuttavat siihen, mitä lapsi syö tai haluaa syödä. Hyvän ravitsemuksen lähtökohtana ovat säännölliset ruoka-ajat ja monipuolinen ruokavalio. Lasta voidaan kannustaa maistamaan uusia ruokia syömällä niitä usein, mutta hyvin pieninä annoksina kerrallaan. Lasta ei kuitenkaan saa pakottaa, jotta suhtautuminen uusien ruokien maistamiseen pysyy positiivisena.

Vaipasta pois opettelu

Jo ennen pottaharjoittelun aloittamista vanhemman kannattaa huomioida, miten kakasta ja pissasta puhutaan kotona. Toisin kuin aikuisten välillä, lasten kanssa kakkaa voi ja kannattaakin ihastella. Lapsen kanssa on hyvä jutella, miten keho toimii ja mitä vaippaan tulee. Tärkeää on luonteva suhtautuminen, ettei lapsi koe kakkaa tai pissaa hävettäväksi tai salailtavaksi asiaksi. Lapsen voi ottaa mukaan vessaan ja vanhempi voi itse toimia mallina.



Tilanne ystävyys ja vuorovaikutus

Varhaiskasvatuksessa ystävyssuhteiden muodostaminen on ensisijaisen tärkeää. Varhaisessa iässä vuorovaikutustaidot kehittyvät ja konfliktien ratkomistaidot muodostuvat. Vuorovaikutuksessa lapsi oppii ymmärtämään miten toimia muiden lasten ja aikuisten kanssa sekä oikean ja väärän erottamisen. Varhaisessa iässä lapsi tarvitsee usein aikuisen tukea konfliktien ratkaisussa.



Vekaroiden vauhtivihko (VVV)

Toteuttanut ryhmä: Julianna Ojala, Sami Pehkonen, Sari Outinen ja Reetta Ovaskainen

Sovelluksen idea

Liikuntasuositukset toteutuvat tällä hetkellä harvassa päiväkodissa ja mm. lasten ylipaino, tuki- ja liikuntaelinsairaudet ovat lisääntyneet. Riittävä fyysinen aktiivisuus tukee lapsen normaalia ja tervettä kasvua. Haluamme sovelluksemme avulla lisätä liikuntaa varhaiskasvatuksessa.

Vekaroiden vauhtivihko tarjoaa varhaiskasvatuksessa työskenteleville aikuisille liikuntavinkkejä toteutettavaksi päiväkodin arjessa. VVV sisältää 1–6-vuotiaille lapsille intensiteetiltään vaihtelevia liikunnallisia tuokioita ja pelejä. Siinä on myös vinkkejä kuinka helposti pienillä asioilla saa lisättyä fyysistä aktiivisuutta päivään, esimerkiksi tekemällä muutaman burpeen ennen aamupiiriä tai karhukävelemällä eteiseen pukemaan.

Vihosta löytyy myös tulostettavaa materiaalia kaikkien näkyville ja vanhemmat lapset voivat myös itsenäisesti hyödyntää niitä. Vinkkejä löytyy eri vuodenajoille ja sekä sisällä että ulkona tapahtuville toiminnoille.

Haluamme helpottaa varhaiskasvatuksen työntekijöiden työtä tämän vihon avulla. Kun ideat ovat itseltä vähissä, VVV:stä löytyy loistavia ideoita.

>> [Vekaroiden vauhtiviikot](#)

Tavoitteet

Sovelluksemme tavoitteena on vaikuttaa liikunnan määrään varhaiskasvatuksessa. Keräämämme tutkimustiedon mukaan Suomessa lasten ylipaino on lisääntynyt, arkiliikunta vähentynyt, sekä ruutuaika lisääntynyt.

Päätavoite olisi saada paikallisiin varhaissuunnitelmiin konkreettinen määrä, kuinka paljon liikunta tulisi harrastaa päiväkodissa. Kyseisen liikunnan tulisi olla pääsääntöisesti hengästyttävää, vähintään raskaampaa kuin lasten arkileikit. Tavoitteena on myös luoda lapsille pienestä pitäen positiivinen ja iloinen suhde liikuntaa kohtaan. Mielekkäät liikunnalliset toiminnot innostavat ja ovat lapsille mieleisiä.

Kun varhaiskasvatussuunnitelmiin saadaan konkreettinen tuntimäärä, se velvoittaa päiväkoteja täyttämään sen. Sovelluksemme Vekaroiden vauhtivihko (VVV) tarjoaa vihon verran monipuolisia vinkkejä, jotta päiväkodissa työskentelevät saavat monipuolisia ja haastavia tapoja lisätä liikuntaa. Sovellus löytyy myös netistä pilvisovelluksen muodossa, joten sinne on helppo lisätä omia ideoita tai ladata sen sisältöä itselle.

Tavoite on, että paikallisiin varhaiskasvatussuunnitelmiin kirjattaisiin konkreettinen määrä tunteja, jonka verran hengästyttävää liikuntaa tulisi olla. Vekaroiden vauhtivihko sovellus taas tukee

päiväkoteja täyttämään tämän vaatimuksen helpolla ja yksinkertaisella tavalla, joka on kaikkien saatavilla.

Kohderyhmä

Vekaroiden vauhtivihko (VVV) on kohdennettu kaikille varhaiskasvatuksen työntekijöille helposti käytettäväksi osana päiväkodin arkea. Vihossa on monipuolisesti eri ikäryhmien lapsille soveltuvia liikunnallisia tuokioita ja pelejä.

Vaikka vihon ensisijainen kohderyhmä on varhaiskasvatuksen työntekijät, voivat he suositella ja tulostaa liikunnallisia tuokioita ja pelejä myös esimerkiksi lasten vanhemmille kotiin hyödynnettäväksi.

Koska vihossa on jokaisesta tuokiosta ja pelistä havainnollistavat kuvat, varhaiskasvatuksen lapset voivat itsekin hyödyntää vihkoa päiväkodin eri tilanteissa. Vihon tulisi siis olla myös lapsille helposti saatavilla.

Sisältö

Vihon sisällön on tarkoitus tarjota ideoita varhaiskasvatuspäivän sisällä tapahtuvaan, säännölliseen ja hengästyttävään sekä aktiiviseen elämäntapaan ohjaavaan liikuntaan.

Sisältö on jaoteltu ikäryhmittäin alle 1–3-vuotiaiden sekä 4–6-vuotiaiden liikuntaideoihin. Liikunnallisten tuokioiden ja pelien lajittelu ikäryhmiin helpottaa löytämään nopeasti omalle ryhmälle sopivia liikuntatuokioita ja pelejä.

Lisäksi vihon sisällöstä löytyy ideoita pidempikestoisiin liikuntaleikkeihin ja -hetkiin sekä lyhytkestoisin, esimerkiksi siirtymätilanteissa tai ryhmän yhteisissä kokoontumisissa tapahtuviin liikuntaideoihin.

Liikuntaideoissa on lisäksi käytetty erillistä merkintää kuvaamaan liikunnan kuormittavuutta. Vihko toteutetaan sähköisessä muodossa siten, että sitä on varhaiskasvatuksessa helppo muokata omia ideoita lisäten ja muokaten. Vihkoa on myös mahdollista tulostaa perheiden käyttöön.

Käyttöohje

Vihon tarkoitus on toimia varhaiskasvatuksen päivittäisessä arjessa. Liikuntaideoiden on tarkoitus kannustaa ottamaan liikunta osaksi varhaiskasvatuksen päivittäistä, pedagogista arkea mm. siirtymätilanteissa, aamupiireissä jne. Vihon liikuntakuvia ja kuvauksia on mahdollista käyttää myös yksittäin esimerkiksi seinälle pistettäväksi liikuntakorteiksi.

Henkilökunta opettaa vihon mukaan lapsille liikkeitä joko itse näyttäen tai kuvasta osoittaen. Kuvituksen tarkoitus on havainnollistaa liikuntaliikkeiden oikeaa tekemistä ja toimia mallina myös silloin, kun henkilökunta ei esimerkiksi fyysisistä syistä pysty liikkeitä mallintamaan.

Aistihuone – opas lasten aistihuoneen toteuttamiseksi

Toteuttajan ryhmä: Saara Kinnunen, Maija Karp, Irina Katila, Jenni Kleemola

Kuvaus sovelluksen ideasta

Valitsimme tutkimuskohteeksemme lapsen tunne- ja mielenterveystaidot. Löytämiemme tieteellisten lähteiden perusteella päädyimme tarkentamaan ongelmaksemme oppimisympäristön heikon laadun yhteyden lasten korkeammaksi koettuun stressiin.

Runsas sosiaaliset ja fyysiset ärsykkeet sekä kognitiiviset haasteet voivat aiheuttaa räsitystä korkeasti reaktiivisille lapsille, joilta saattaa puuttua mahdollisuuksia riittävään tasaantumiseen ja rauhoittumiseen päiväkotipäivän aikana (Suhonen, Sajaniemi, Alijoki, Hotulainen, Nislin & Kontu, 2014). Heidän mukaansa lapsilla ei päiväkotipäivän aikana välttämättä ole tarpeeksi aikaa, paikkoja ja taitoja rauhoittua. Päädyimme kehittämään tähän ratkaisuksi aistihuonesovelluksen.

Tavoitteet

Tavoitteenamme oli kehittää sovellus lievittämään lasten päiväkotipäivän aikana kokemaa stressiä ja samalla lisäämään koko yhteisön hyvinvointia. Päiväkodin henkilöstö voi hyödyntää aistihuonetta päivän aikana tauoillaan rauhoittumiseen ja rentoutumiseen. Tällöin aistihuone toimii yhtenä tekijänä laadukkaan oppimisympäristön luomisessa, mikä osaltaan voi vähentää lasten kokemaa stressiä. Lisäksi lasten perheet voivat poimia materiaalista vinkkejä ja osia kotiin toteutettaviksi, esimerkiksi pienien aistiteltojen muodossa.

Aistihuoneen tavoitteena on antaa tila rauhoittumiselle sekä tukea tunteiden tunnistamisen ja säätelyn taitoja. Huomion kiinnittäminen tietoisesti aisteihin tukee myös keskittymisen taitojen kehittymistä.

Kenelle tarkoitettu/kohdennettu

Opas on kohdennettu lähinnä varhaiskasvatuksen henkilöstölle aistihuoneen toteuttamisen avuksi. Tarkoituksena on kuitenkin, että myös vanhemmat voivat hyödyntää materiaalia halutessaan tukemaan lapsen tunnetaitojen kehittymistä kotona. Keräsimme palautetta sovellusideasta varhaiskasvatuksen opettajalta, sosionomilta, lastenhoitajalta ja ryhmäavustajalta. Kehitimme sovellusta saamamme palautteen pohjalta. Opasta voi hyödyntää edellisten lisäksi myös muualla lapsille suunnatussa toiminnassa, esimerkiksi päiväkerhoissa.



Kuva: <https://tevella.fi>



Kuva: <https://tevella.fi>



Kuva: <https://tevella.fi>

Sisällön kuvaus ja käytön ohjeistus

Tarkoituksena on, että päiväkodin henkilöstö opettaa lapsia käyttämään aistihuonetta. Tässä apuna on erilaisia kuvatukia ja kuvallisia toimintaohjeita, joita lapset voivat hyödyntää opittuaan käyttämään huonetta itsenäisesti. Aluksi niitä käytetään aikuisen auttamana.

Kuvallisista ohjeista voi valita, mitä aistihuoneessa haluaa tehdä rauhoittumista tukeakseen. Mennessään aistihuoneeseen lapsi voi asettaa visuaalisen ajastimen näyttämään aikaa ja kun aika on kulunut loppuun, voi hän päättää, riittikö aika rauhoittumiseen vai tarvitseeko hän sitä vielä lisää.

Säännöt ja ohjeet aistihuoneen käyttämiseen ovat visuaalisesti esillä ja ne on laadittu yhdessä lasten kanssa keskustellen. Säännöissä kerrotaan, kuinka monta lasta tilaa voi käyttää yhtä aikaa ja miten aistihuoneessa käyttäytyään (esimerkiksi annetaan toisille rauha).

Aistihuone sisältää välineitä erilaisten aistien virikkeiksi, esimerkiksi:

- näköaisti: visuaaliset time-timerit, rauhoittava valaistus ja laavalamput, virtuaaliset maiset videoiden avulla (esimerkiksi metsä, meri...)
- hajuaisti: tuoksupurkit: rauhoittavia ja/tai lapselle mieluisia tuoksuja
- kuuloaisti: rauhallista musiikkia, ohjattu mielikuvarentoutusharjoitus tai rauhallisia taustaaääniä tabletilta tai soittimesta lapsen oman valinnan mukaan
- tuntoaisti: terapiapallot/nystyräpallot, hernepusseja; laatikoita, joissa erituntuisia materiaaleja tunnisteltaviksi, painopeitot ja/tai lelut

- keskittymistä tukevat toiminnot: pujottelu (helmet, napit, pujottelupelit), palapelit, PlusPlus-palikat, muovailuvaha, piirustusvälineet ja vesivärit



Aistihuoneen sisustuksesta on tarkoitus luoda mahdollisimman rentouttava ja kaikkia aisteja miellyttävä.

Mukavina istumapaikkoina voivat olla esimerkiksi säkkituolit, jotka ovat lisäksi tuntoaistin kannalta hyvä virittäjä.

Rauhoittumisen tukena huoneessa voi olla erilaisia pehmoleluja. Tilassa voi olla myös joitakin kirjoja, jos joku haluaa rauhoittua lukemalla.

Jotta tilaa voi käyttää yhtä aikaa useampi lapsi, tilaa voidaan jakaa pienien teltojen, sermien tai verhojen avulla, jotka toimivat myös ääntä eristävinä elementteinä. Kaikuvuuden estämiseksi ja mahdollisimman rauhallisen ääniympäristön luomiseksi tilaan voidaan asentaa akustiikkalevyjä, verhoja ja mattoja. Ääniärsykkeiden vähentämiseksi ja yhtäaikaista käyttöä helpottamaan on tärkeää huomioida myös vastamelukuulokkeiden saatavilla olo.

Sisustuksen teemaa voidaan vaihdella tarvittaessa. Huoneen sisustamisessa huomioidaan rauhoittavat värit ja valaistus. Aistihuonetta toteutettaessa on hyvä valita sellainen tila, josta ei ole läpikulkua muualle. Jos kokonaista huonetta ei ole käytettävissä, ryhmätilaan voi sijoittaa muutaman aistiteltan. Kotona aistihuoneideaa voi hyödyntää samalla tavoin pienimuotoisemmin aistiteltan avulla. Huonetta suunniteltaessa on olennaista kuunnella kulloisenkin lapsiryhmän toiveita ja tarpeita.



Kuva: <https://tevella.fi>



Kuva: <https://tevella.fi>



Kuva: <https://satuhieronta.fi>

Dialoginen sohva ja sovelluksen idea

Toteuttanut ryhmä: Veera Seppä, Mira Stén, Teppo Sihvonen, Saara Siirtola

Opettajat ovat kokeneet hyötyvänsä mahdollisuudesta reflektoida kokemuksiaan, mutta perinteinen parimentorointi näyttää olevan vaikea organisoida opetuslallalla. Kiinteät parit ja aikataulujen yhteensovittaminen on nähty haastavana. (Heikkinen, Jokinen, Tynjälä & Välijärvi, 2008.)

Ratkaisuksi tähän loimme sovelluksen, jonka avulla helpotetaan mentorointiparien löytämistä ja ratkaistaan aikatauluihin liittyvät ongelmat. Sovelluksen nimi on dialoginen sohva.

Tässä sovelluksessa mentoroinnin ydin on dialogisuudessa, vastavuoroisessa ajatusten vaihdossa ja yhteisen tiedon rakentamisessa. Tavoitteena olisi, että jokaisella olisi mahdollisuus päästä refleктоimaan ajatuksiaan ja kokemuksiaan. Dialogisen sohvalla tarjoaman joustavan mentorointimallin kautta työntekijät pystyvät jakamaan kokemuksiaan, saamaan palautetta työstään ja käymään dialogia työhönsä liittyvistä kysymyksistä. Refleктоivaa keskustelua on hyvä käydä ajoittain, eikä mentorointi pyynnön takana tarvitse olla suuria huolia.

Joustavasti tarpeen mukaan vaihtuvat mentori- ja mentoroitava pari lisää dialogisuutta ja kohtaamisen kulttuuria varhaiskasvatuksessa. Dialoginen sohva pitää mentoroinnin esillä ja madaltaa mentoroinnin kynnystä. Ajasta rippumaton malli mahdollistaa mentoroinnin alalla, jossa kiinteät keskusteluaajat ovat olleet hankalasti järjestettävissä.

Tavoitteet

Dialogisen sohvalla tavoitteena on mahdollistaa mentoroinnin toteutuminen ja kiinnittyminen opetus- ja kasvatusalalla, helpon ja selkeän työkalun avulla. Tavoitteena olisi, että mentorointi jäisi pysyväksi toimintatavaksi.

Sovelluksen tavoitteena on myös parantaa työhyvinvointia, työhön kiinnittymistä, dialogisuutta ja vastavuoroisuutta työpaikoilla. Tavoitteena on lisäksi purkaa hierarkisia käsityksiä mentoroinnista. Yhteisen tiedon rakentuminen aktiivisen ja avoimen keskustelun avulla, joka samalla tukee myös ammatillista kasvua sekä itsetuntemusta, hyödyttää niin mentoroitavaa kuin mentoriakin. Itse mentorointi tilanteissa ei päämääränä ole määritellä tavoitteita tai saada valmiita vastauksia, vaan tarjota työntekijöille mahdollisuus reflektoida, jakaa kokemuksia ja saada uusia näkökulmia. Mahdollisuudet yhteiseen pohdintaan opettajuudesta ja opettajan työstä voisivat kehittää opettajan työtä ja tarjota uusia ”toiminnan ideaaleja” joihin kiinnittyä alalla (Soini, Pietarinen, Pyhältö, Westling, Ahonen & Järvinen, 2012).

Kohderyhmä

Sovellus on tarkoitettu kasvatusta- ja opetusalan henkilöstön käyttöön.

Sovellus tarjoaa työntekijöille ammatillista tukea, jonka voidaan katsoa olevan erityisen tärkeää uusille opettajille. Vastavalmistuneiden opettajien kohdalla mentorointi voisi tarjota ammatillista tukea, joka auttaisi myös alalle kiinnittymisen haasteisiin. Sovellus tarjoaa myös esihenkilöille



tietoa työyhteisön ilmapiiristä sekä mahdollisista aikatauluhaasteista. Se, vastataanko kaikkien työyhteisön mentoroinnin tarpeeseen tasapuolisesti ja reilusti, tekee myös näkyväksi työyhteisössä esiintyvät mahdolliset haasteet, kuten ulkopuolelle sulkemisen. Tällöin voidaan pysähtyä miettimään, tarvitseeko työyhteisön hyvinvointi lisää tukea, vai onko kyse puhtaasti aikatauluhaasteista.

Sovelluksen ideasta on saatu alalla työskenteleviltä henkilöiltä positiivista palautetta. Sovelluksen toimiminen käytännössä on kuitenkin herättänyt myös pohdintaa. Sovellus vaatii toimiakseen koko työyhteisön sitoutumisen, siihen panostamisen sekä myös aikaa, joten pelkkä materiaalien vieminen työpaikoille ei riitä. Kuitenkin onnistunut käyttöönotto tarjoaisi työhyvinvoinnille ja työyhteisöille mahdollisuuden rakentaa yhteistyöhön ja kollegiaalisuuteen suuntaavia toimintatapoja ja malleja.

Sisällön kuvaus

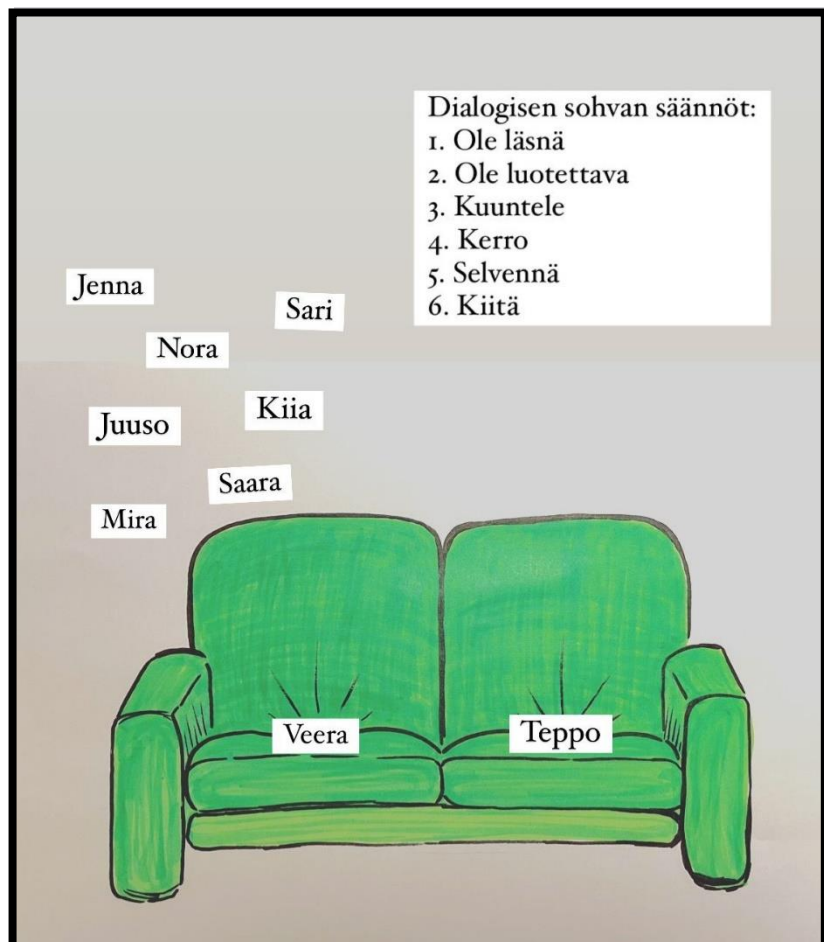
Dialogiseen sohvaan sisältyy tulostettavat, selkeät materiaalit, jotka sijoitetaan työpaikalle näkyvälle paikalle, kuten taukotilan seinälle. Paperiset materiaalit olisi hyvä laminoida. Materiaaleja voi käyttää joko magneettitaululla tai käyttää kiinnitykseen sinitarraa. Sovelluksen on tarkoitus olla yksinkertainen, mutta tyylikäs. Sovellus on mahdollista lähettää ja jakaa myös tiedostona, jolloin se voidaan jakaa isojen organisaatioiden käyttöön nopeasti ja helposti.

Sisältöön kuuluu ohjeistukset;

- Käyttöohje työntekijöille
- Yleiset mentoroinnin ohjeet ja säännöt (sisältäen ohjenuorat tasa-arvoiseen ja reiluun toimintaan)
- Esihenkilön roolin ohjeistus

Materiaali:

- Nimilappujen tulostuspohja
- Tulostettava dialoginen sohva
- Näkyville jätettävät julisteet
- Yleistä tietoa mentoroinnista



Käytön ohjeistus

Valmistelut: Kirjoittakaa nimenne (nimilapuille) ja asettakaa nimilaput taululle sohvan ympärille. Tutustukaa ohjeistukseen ja sääntöihin, nämä ovat myös aina näkyvissä, joten niiden äärelle on aina mahdollista palata!

1. Kun koet, että tarvitset mentoria jossain työhösi liittyvässä asiassa, aseta nimilappusi sohvalle (tällä tarkoitetaan dialogisen sohvan kuvaa, joka on esimerkiksi taukotilan seinällä).
2. Kun huomaat, että joku on laittanut nimensä sohvalle, tarjoudu mentoriksi laittamalla oma nimesi sohvalle työkaverisi viereen.
3. Pari on löytynyt!
4. Mentorin tehtävänä on ottaa yhteys mentoroitavaan ja sopia molemmille sopiva aika ja paikka.
5. Pysähtykää yhteisen keskustelun äärelle.
6. Keskustelun jälkeen poistakaa nimenne sohvalta, kuitenkin jos koet että sinulla on tarve keskustella vielä lisää, voit jättää nimesi myös sohvalle.

Dialogisen sohvan säännöt

1. **Ole läsnä.** Sopikaa, kuinka kauan varaatte molempien aikaa yhteiseen keskusteluun. Kunnioittakaa toistenne aikaa olemalla aidosti vuorovaikutuksessa.
2. **Ole luotettava.** Pitäkää keskustelu luottamuksellisena. Sohvalla käytävät puheet jäävät vain teidän kahden välisiksi. Luottamuksellisessa ilmapiirissä kuunnellaan toista arvostavasti.
3. **Kuuntele.** Anna aloittajan kertoa asiansa loppuun. Pidättäydy aiheessa äläkä vie keskustelua muihin asioihin.
4. **Kerro.** Kuvaille mitä ajatuksia kuulemasi herättää. Kerro myös omista vastaavista kokemuksista ja tuntemuksista mitä ne herättivät. Kokemuksen jakaminen lisää ymmärrystä tilanteesta, muistakaa kuitenkin, ettei kokemuksia pidä arvottaa keskenään.
5. **Selvennä.** Kysy avoimia tarkentamia kysymyksiä, miten ja miksi. Pyydä kertomaan asioita tarkemmin ja anna tilaa täydentämiselle ja kertaamiselle. Peilaa aloittajan kertomaa, ja varmista oletko ymmärtänyt asian oikein.
6. **Kiitä.** Kun aikanne tai keskustelunne on käyty loppuun, kiitä yhteisestä ajasta. Muistakaa että keskustelun tarkoituksena on jäsentää ajatuksia ja saada niihin laajempaa ymmärrystä eikä löytää lopullisia ratkaisuja.

Refleктоivan keskustelun apukysymyksiä

Mitä tein? Miksi niin tapahtui? Mitä ajattelin ja tunsin? Miksi ajattelin ja tunsin niin?

Dialogisen sohvän sääntöjen taustamateriaali:

Gothóni, R. 2020. Kuuntelijan käsikirja. Juva, PS- kustannus

Salovaara, R. Honkonen, T. 2013. Voi hyvin opettaja. Juva, PS- kustannus.

Erätaukosäätiö n.d. Materiaalit. Viitattu 9.1.2022. Linkki: <https://www.eratauko.fi/materiaalit/>

Lähteet:

Heikkinen, H. Jokinen, H. Tynjälä, P. Välijärvi, J. 2008. Mistä tukea uudelle opettajalle? Kolme mentorointi mallia vertailussa. Kasvatus, 39 (3), 205–207.

Soini, T. Pietarinen, J. Pyhältö, K. Westling, S.K. Ahonen, E. Järvinen, S. 2012. Mitä jos opettaja etääntyy työstään? Näkökulmia opettajan työhön kiinnittymiseen. Helsinki, Nuorisotutkimusseura. Nuorisotutkimus 30 (2012): 2, s. 5–20.

Eläinystävysten toimintakortit

Toteuttanut ryhmä: Elli-Kaisa Saarinen, Alina Rantanen ja Anna Raunio

Kuvaus sovelluksen ideasta

Sovelluksemme on monikäyttöiset peli-/toimintakortit, joita on mahdollista käyttää päiväkodin ja perheen arjessa tunteiden käsittelyn tukena useissa eri tilanteissa. Kortit ovat helposti saatavilla aina johonkin käyttötarkoitukseen, kuten kasvattajan apuna ohjauskortteina.

Kortit ovat pdf-muodossa, jolloin niitä on helppo muokata, valmistaa lisää ja uudelleen kehittää, näin ollen myös perheillä on mahdollisuus saada kortit omaan käyttöön. Samojen korttien käyttö päiväkodissa erilaisissa tilanteissa helpottaa arkea sekä varhaiskasvatuksessa että kotona, koska kortit ja niiden sisältämät tunteet ovat jo tuttuja. Vanhemmille korttien käyttöönotto on helpompaa, koska lapsi on jo tutustunut kortteihin.

Tunnekorttien lisäksi kortit toimivat pelikortteina ja toiminnan ohjauksen kortteina. Kortit muodostuvat kahdesta eri puolesta, joista toisella puolella on tunne kuvitettuna sekä sanoitettuna ja toisella siihen liittyviä kysymyksiä.



Toimintakorttien eläinhahmot

Tavoitteet



Suomessa lasten mielenterveyden ja tunnesäätelyn haasteet ovat lisääntyneet viime vuosina. Näin ollen varhaiskasvattajilla onkin suuri rooli lasten mielenterveyden ja tunnesäätelytaitojen oppimisen kannalta. Ajatus kortteihin tuli, kun keskustelimme kokopäiväpedagogiikan tärkeydestä. Meidän mielestämme mielenterveys- ja tunnetaitoja tulisi pohtia kokopäiväpedagogiikan kannalta, jossa kaikki päivän tilanteet ovat kasvun, oppimisen ja hyvinvoinnin kannalta merkityksellisiä. On tärkeää, että perheen on helppo myös kotona harjoitella näitä taitoja.

Kortit on kehitetty tunteiden sanoittamiseen ja tunnistamiseen, sekä niillä on lisäksi muita käyttötarkoituksia, jotta ne olisivat mahdollisimman käyttökelpoisia arjen eri toiminnoissa. Sovelluksen tavoitteena on harjoitella tunnetaitoja monipuolisesti eri toimintojen avulla. Kortit luovat mahdollisuuden harjoitella tunnetaitoja huomaamatta pelien ja leikkien ohessa. Korttien tavoitteena on saavuttaa kaikenikäiset lapset. Korttien eritasoiset kysymykset sopivat eri ikäisille lapsille ja vanhemmille lapsille on myös lisätty tavutetut tunnesanat. Korttien monipuoliset käyttötavat sopivat kaikenikäisille lapsille.



Toimintakortit ennen tekstejä ja laminoimista

Kenelle tarkoitettu

Kortit ovat tarkoitettu käyttöön varhaiskasvatushenkilöstölle, lapsille ja perheille. Kortit voivat toimia tukena ja apuvälineenä varhaiskasvatushenkilöstön käytössä arjessa, kun he käsittelevät tunteita lasten kanssa.

Varhaiskasvattajilla on usein tietoisuus mielenterveys- ja tunnetaitojen tärkeydestä, mutta käytännön osaaminen voi olla heikkoa. Tämän vuoksi apuvälineiden käyttö ja niiden kehittäminen on tärkeää. Kortit on suunniteltu huomioiden eri ikäiset lapset niin varhaiskasvatuksessa kuin kotonakin.

Korttien monikäyttöisyyden vuoksi niitä on mahdollista käyttää myös kotona. Kortit voivat olla tällöin tukena myös vanhemmilla lasten mielenterveys- ja tunnekasvatuksessa.

Parhaan mahdollisen hyödyn korteista saa, kun niihin on ensin tutustuttu varhaiskasvatuksessa erilaisilla tavoilla, jonka jälkeen integroida ne lasten arkeen kokonaisvaltaisesti. Pienet lapset voivat alkaa tutustumaan ja nimeämään tunteitaan kasvattajan kanssa korttien avulla.

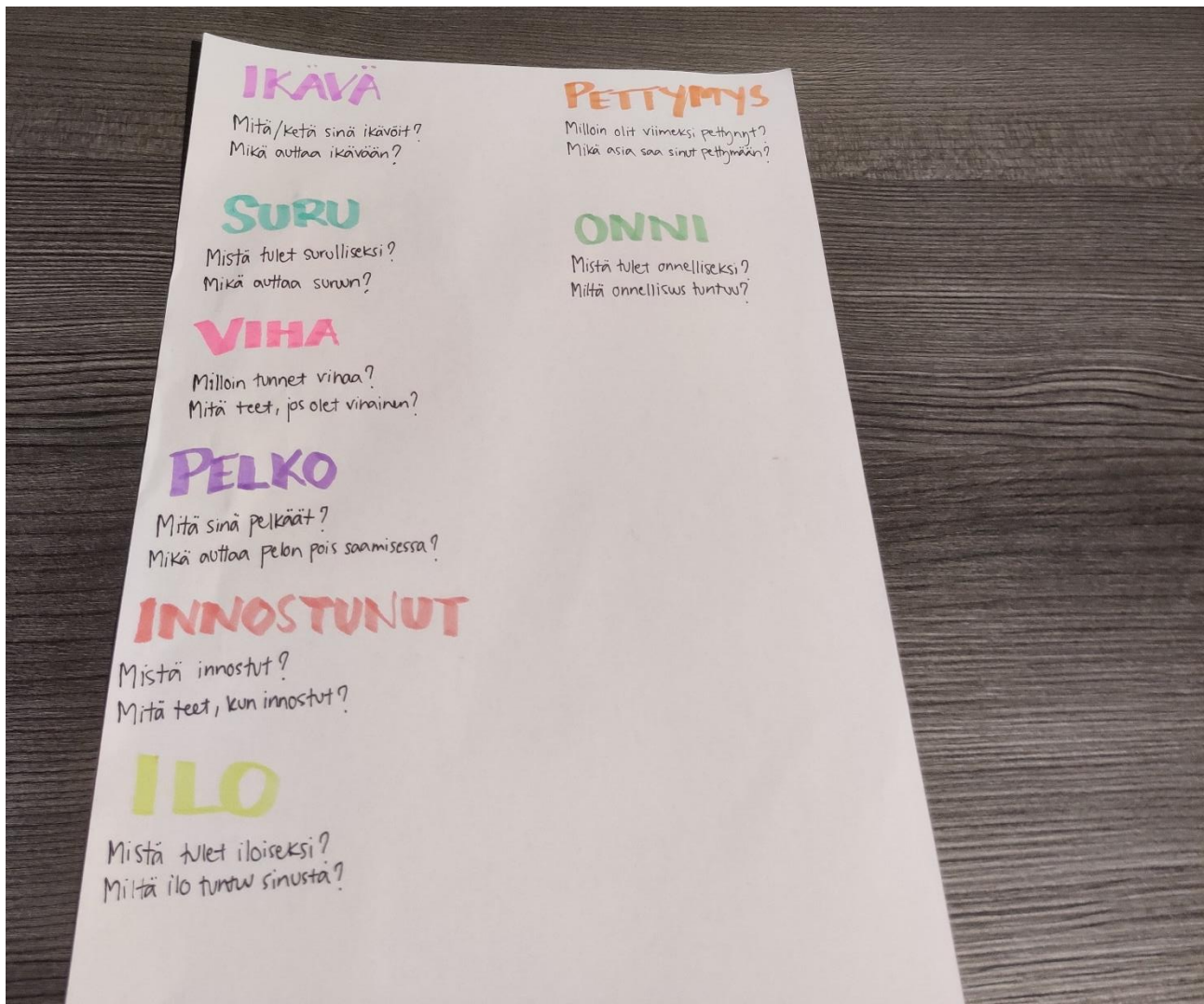
Tunteita harjoitellaan nimeämään ja tunnistamaan muun muassa muistipelin ja tunnekuvien kautta. Korttien kääntöpuolella olevat kysymykset auttavat syventämään käsityksiä tunteista. Isommat lapset tutustuvat tunteisiin pelien ja leikkien lomassa. Isommat lapset on huomioitu muun muassa korttien tavutetuilla tunnesanoilla.



Kortit kuvineen ja kysymyksineen ennen viimeistelyä

Sovelluksen sisällönkuvaus ja käyttöohjeistus

Sovellus sisältää erilaista tunnekortteja, joita voi hyödyntää peleissä, leikeissä ja toiminnan ohjauksessa. Kortit mahdollistavat Kim-leikin, muistipelin ja loton. Korttien ollessa kasvattajalla pdf-muodossa, niitä voi tulostaa useampia versioita ja esimerkiksi ilman toisen puolen kysymyksiä. Sähköisen muodon ansiosta on helppo myös valmistaa oheismateriaalia, kuten lottolaudat. Tunnekortteja voi käyttää myös toiminnanohjauksen tukena ja osana tunnetaulua.



Korttien toiselle puolelle tulevat kysymykset.

Tervetuloa Kaikki inkluusio voimavaraksi -ajattelusovelluksen käyttäjiksi!

Toteuttanut ryhmä: Alina Vilén, Katri Suominen, Amanda Westerberg ja Ellen Ventelä

Kuvaus sovelluksen ideasta

Oletko koskaan tuntenut olevasi yksin ideoimassa tai pyöriväsi paikoillasi ajatustesi kanssa tai haluavasi saavuttaa muutosta totuttuun toimintatapaan, mutta päivästä toiseen arki valuu eteenpäin työyhteisössä ja jotkut asiat jäävät puhumatta. Entä, jos työkaverisi ajattelevat samalla tavalla, mutta hektinen varhaiskasvatuksen arki ei anna myöden yhteiselle arvokeskustelulle.

Tämän sovelluksen idea lähti siitä ajatuksesta, että joskus kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa ja aiheuttaa vähemmän hämmennystä kuin tuhat sanaa sekä on tehokkaampi ajatusten ja tunteiden tulkinna. Yhteiskuntamme pandemiatilanteessa meistä jokainen kaipaa yhteisöllisyyttä ja keskustelua kasvokkain toisten ihmisten kanssa. Se tulee olemaan voimavaranamme ja voiman lähteenä yli tämän ajan. Sovellus auttaa meidät yhteiseen arvokeskusteluun, joka syventää omaa osaamista ja vahvistaa yhteishenkeä.

Tavoitteet

Inkluusio-istunto -kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa ja sen analysointi yhdessä tuottaa reflektiota ja sitoutunutta yhteishenkeä!

Sovelluksen tavoitteina on arvojen ja ymmärryksen kautta parantaa varhaiskasvattajien minäpystyvyyttä haasteellisissakin tilanteissa. Lisäksi tarkoituksena on vahvistaa yhteisöllistä ajattelutapaa ja osaamista tukemalla jokaisen työntekijän henkilökohtaista osaamista ja uskallusta reflektoida onnistumisia ja epäonnistumisia yhdessä. Varhaiskasvatuksen henkilökunnan uupumisesta on uskallettu puhua kuluneen syksyn aikana enemmän kuin koskaan aiemmin.

Myös varhaiskasvatuksen lainsäädännölliset muutokset ja tavoitteet ovat vielä suhteellisen uusia ja muutosvastarinnankin alla. Suomalaisen varhaiskasvatuksen on perinteisesti koettu olevan tasavertaista ja kaikki mukaan ottavaa eli inklusiivista fyysiseltä toteutukseltaan, mutta onko sillä ollut yhteinen arvomaailman pohja? Sovelluksella toivotaan aurattavan tietä kohti jokaisen lapsen yksilöllisyyden ja osallisuuden tasavertaista toteutumista tuen tarpeista riippumatta.

Kenelle tarkoitettu/kohdennettu

Inkluusiosohvan tarkoitus on yhdistää ihmisiä työpaikalla henkisesti sekä emotionaalisella tasolla. Siksi jokainen henkilökunnan jäsen, vierailevat työntekijät, avustajat, jokainen on tervetullut kokeilemaan inkluusiosohvaa. Toiminnassa jaetaan omia ajatuksia omakohtaisten kokemusten ja tuntemusten kautta matalalla kynnyksellä. Tavoitteenamme on luoda yhteenkuuluva ja turvallinen ilmapiiri positiivisin asentein. Jokaisen ihmisen yksilöllisyys, tarpeet, mielipiteet ja panos luovat pohjaa inklusiiviselle yhteistoiminnalle.



Sovellus on tarkoitettu herättämään ajatuksia ja keskustelua varhaiskasvatuksen laadusta, työyhteisön ja sitä kautta myös lasten ja perheiden hyvinvoinnista sekä käynnistämään reflektiota, jonka seurauksena on positiivisen ajattelun ja sitoutumisen tukeminen ja vahvistaminen.

Sovellus on kohdennettu varhaiskasvatuksen koko henkilöstölle tukemaan inklusion näkemistä voimavarana omassa työssä ja työyhteisössä. Jatkossa samaa sovelluspohjaa ja menetelmää voi käyttää soveltaen pedagogisessa toiminnassa lasten kanssa ja vanhempainilloissa tai vasukeskusteluissa. Sovellus voi toimia myös moniammatillisessa verkostopalaverissa suuntaamaan yhteistä näkökulmaa.

Sovelluksen sisällön kuvaus ja käytön ohjeistus

Sovellus rakentuu kahden erilaisen kuvan tarkastelusta visual thinking strategy-menetelmällä.

Kuvia käytetään ajattelun, vuorovaikutustaitojen ja kulttuurisen kompetenssin oppimisen välineenä. Menetelmän avainsanat ovat oppijalähtöisyys, avoimien kysymysten käyttö sekä näköhavainnon sanallistaminen. Menetelmä luottaa yksilön näkemiseen, yhdessä näkemiseen ja yhdessä oppimiseen. Ohjaaja ei jaa tietämystään tai etsi oikeita vastauksia vaan pysyy neutraalina.

Tuotoksena kuvina kaksi ääripäätä, jossa toisessa pyörätuolissa toista työntävä lapsikaksikko, jotka ovat pururadalla yhdessä juoksemassa. Toisessa piirroksessa juokseva lapsiryhmä ja sivussa oleva pyörätuolilapsi avustajansa kanssa. Kuvan jälkeen inklusiosohvan tunnista inklusiosi tiimin jäseniä ja yksikön johtajaa pyydetään analysoimaan VTS- menetelmällä, mitä näki ja mitä tunteita kuvat herättivät? Lopuksi testi: testaa omia ajattelutapojasi/piiloarvojasi kysymyksin:



Me juoksemme CC Alina Vilén



Jotkut juoksevat CC Alina Vilén

Mitä tasavertainen osallisuus sinulle tarkoittaa?

Miten muuttaisit arvojasi ja ennakkokäsityksiäsi inklusiivisyyden helpottamiseksi?

Luoko inklusio määrällisesti lisää työtä, vai muokkaako se vain työn laatua ja luonnetta, perustelee?

Millä konkreettisilla keinoilla työuupumusta voisi lieventää?

Tämä voidaan toteuttaa flinga-kyselynä tai webropolilla mobiilisti. Vastaukset tarkastellaan anonyymeinä ja niistä keskustellaan yhdessä yksikön johtajan tuella mitään ajatuksia arvostelematta.

Sohva toteutetaan noin kuukauden välein tiimipalaverien yhteydessä johtajan organisoimana noin 6 kertaa. Pitkän aikavälin tavoitteiden hakemiseksi aikaväliä voi pidentää. Kuvista voi tällä menetelmällä nousta reflektion tueksi erilaisia asioita. Kysymyksiä ja kuvia voi soveltaa, muuttaa ja laajentaa konseptissa tarpeiden mukaan.

KaTuPe (Kaveri- ja tunnetaitopeli)

Toteuttanut ryhmä: Olli Ilonen, Netta Ylä-Rautio, Farhia Ali ja Linda Halonen.

Kuvaus

Kaveri- ja tunnetaitopeli on päiväkodin piha-alueelle tarkoitettu "onnenpyörä". Onnenpyörä on jaettu kymmeneen osioon, joista viisi on vihreitä ja viisi on keltaisia. Vihreät osiot liittyvät tunnetaitoihin ja keltaiset osiot liittyvät kaveritaitoihin. Onnenpyörään kuuluu myös tehtäväkortit, jotka ovat jaettu vastaavasti vihreään eli tunnetaitokortteihin ja keltaiseen väriin eli kaveritaitokortteihin. Kortteja on onnenpyörässä yhteensä 24, jotka aikuinen tai mahdollisesti lukutaitoinen lapsi voi lukea.

Onnenpyörä on suunniteltu siten, että sitä on helppo jatkojalostaa päiväkodeissa. Siihen voidaan keksiä lisää tehtäväkortteja yhdessä lasten kanssa tai vaihtaa värien teemoja. Halusimme suunnitella onnenpyörän ulkokäyttöön, jotta ryhmärajojen rikkominen olisi helpompaa tunne- ja kaveritaitojen tukemisen lisäksi.

Tavoitteet

Onnenpyörän tavoitteena on vahvistaa ja tukea lasten kaveri- ja tunnetaitoja. Halusimme tukea pelin kautta myös lasten liikkumista lähiympäristössä.

Tunnetaitokorttien tehtävät ohjaavat lapsia pohtimaan ja tunnistamaan omia tunteita, sekä nimeämään erilaisia tunteita. Näiden korttien avulla lapset pääsevät myös yhdessä kavereiden kanssa miettimään tunteita ja tunteita. Lisäksi lapset pääsevät harjoittelemaan ja pohtimaan itsesäätelyään.

Kaveritaitokorttien tehtävät tukevat lasten yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja. Tehtävien tarkoituksena on myös parantaa koko päiväkodin lapsien yhteishenkeä sekä tutustuttaa lapsia uusiin kavereihin. Tehtävillä koitetaan rikkoa päiväkodin ryhmärajoja ja samalla tukea lasten sosiaalisia taitoja.

Tehtäväkortit tukevat myös lasten kielellisiä valmiuksia kuten kuullun ymmärtämistä sekä mahdollisesti heidän alkavaa lukutaitoansa. Onnenpyörään merkattuja osioita ei ole nimetty, joten teemat voi helposti vaihtaa päiväkodin tavoitteiden mukaisiksi. Jos päiväkodissa painotetaan esimerkiksi ympäristökasvatusta, teema on helppo vaihtaa tekemällä uusia kortteja onnenpyörään.

Kohderyhmä

Suunnitteluvaiheessa olimme huolissamme koronapandemian vaikutuksista päiväkotikäisten tunne- ja kaveritaitoihin. Koronapandemian alettua lasten on ollut haastavaa tunnistaa tunnetiloja aikuisten kasvoilta maskien takia. Lisäksi ryhmätoiminta on kaventunut oman ryhmän sisälle ja osittain pienryhmiin. Tämän vuoksi onnenpyörä on suunniteltu kahdesta kuuteen ikävuoteen oleville lapsille. Aikuisen tuen avulla myös päiväkodin nuorimmat lapset pystyvät osallistumaan peliin. Lisäksi pelikortit ovat tavutettuja, jotta ne olisivat helppolukuisia, mikäli ryhmissä on lukutaitoisia lapsia.

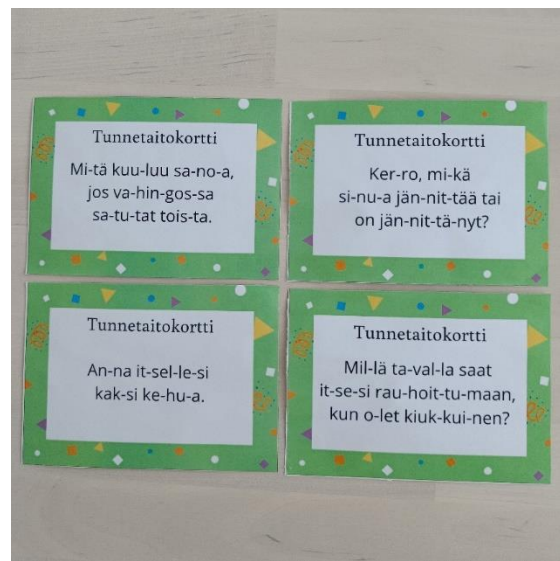


Pelin idea toimii parhaiten, kun kaikki päiväkodin lapset ovat samaan aikaan ulkoilemassa. Esitimme KaTuPen:n Raumalla kahta päiväkotia johtavalle henkilölle. Hän koki, että KaTuPe olisi oiva väline tukemaan henkilökuntaa "pihapedagogiikassa". Varsinkin, jos henkilökunnan fysiikka ei enää riitä leikkimään hippaa tai istumaan kyykyssä hiekkalaatikon vieressä. KaTuPen:n avulla ei ainoastaan auteta lapsia heidän tunne- ja kaveritaidoissaan, vaan voidaan aktivoida henkilökuntaa leikkimään lasten kanssa ulkoiluhetkillä. Hän esitti myös hyvän jatkojalostus ehdotuksen innovaatiollemme "Voisiko KaTuPe joskus olla mahdollisesti myös päiväkotipuhelimissa?".

Sisällön kuvaus



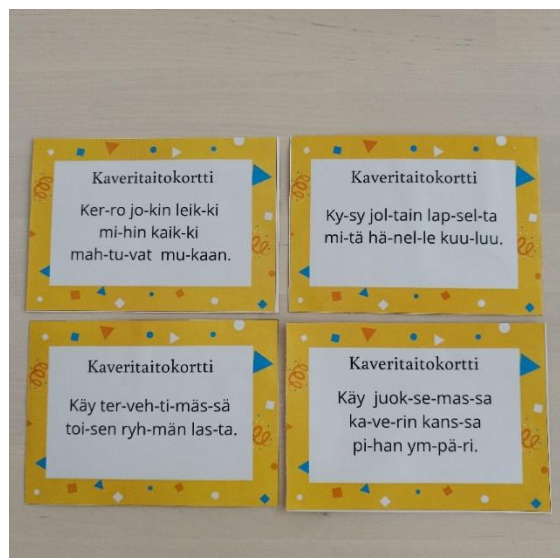
Tunnetaitokortteja.



Esimerkki tunnetaitokorttien tehtävistä.



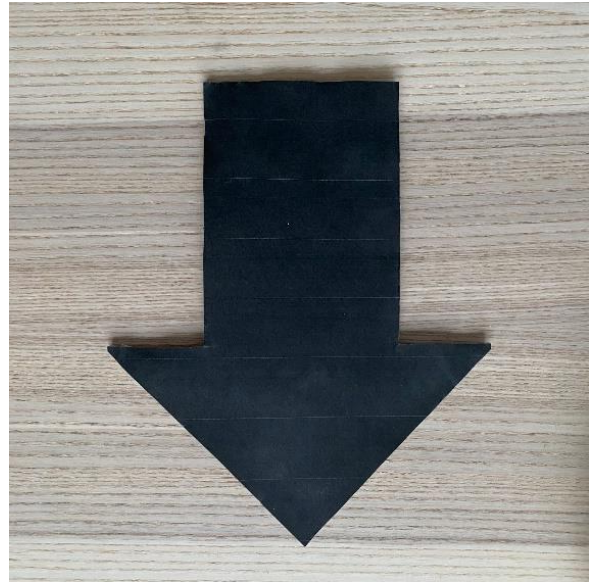
Kaveritaitokortteja.



Esimerkki kaveritaitokorttien tehtävistä.



Onnenpyörä.



Nuoli, joka osoittaa tehtäväkortin.

Käyttöohjeistus

Onnenpyörä otetaan esille varastosta ja kiinnitetään seinälle tai viedään halutulle pelipaikalle. Jokainen osallistuva lapsi pääsee pyöräyttämään onnenpyörää omalla vuorollaan.

Onnenpyörän sivussa oleva nuoli kertoo minkä väriseen osioon onnenpyörä pysähtyy. Sen mukaan aikuinen antaa lapsen valita hänelle tulleesta kategoriapinosta (tunne- tai kaveritaitokortti) sattumanvaraisen kortin. Jos lapsi on lukutaitoinen hän voi lukea kortin tehtävän itse, mutta muussa tapauksessa aikuinen lukee tehtäväkortin lapselle sekä auttaa lasta ymmärtämään sen. Tämän jälkeen lapsi tai lapset suorittavat tehtävän kortin ohjeen mukaisesti.

Kun tehtävä on suoritettu, seuraava lapsi pääsee pyöräyttämään onnenpyörää. Osa tehtävistä voidaan suorittaa tilanteen mukaan myös kaikkien pelaajien kanssa. Esimerkiksi tunnetaitokortin tehtävä: "Tee iloinen hymiö ympäriltä löytyvistä materiaaleista". Jos peliä pelataan päiväkodin sisätiloissa, voi joitakin valmiina olevia tehtäviä joutua soveltamaan ympäristön mukaisiksi.

Kaveripalaute

Toteuttanut ryhmä: Viivi Inkinen, Juliaana Jokila, Heidi Jussila & Ronja Jylhä

Kuvaus sovelluksen ideasta

Sovelluksen ideana on tukea positiivista ilmapiiriä varhaiskasvatuksen työilmapiirissä. Myönteisellä työilmapiirillä on tutkitusti todella suuri merkitys sekä työntekijöiden hyvinvointiin että varhaiskasvatuksen laatuun kokonaisuudessaan (*Ranta, 2020*). Sovelluksessa on ajatuksena, että päivän aikana mieleen tulleet keuhut ja positiiviset palautteet eivät jää tuomatta esiin, vaan niiden kohteet saisivat kuulla ne.

Olemme luoneet valmiin paketin, jonka avulla varhaiskasvatusyksikön on helppo toteuttaa idea. Pakettiin kuuluu kaikki tarvittavat välineet kirjekuoria ja palautelappuja myöten. Ajattelimme, että tuotetta hyödynnettäisiin kerran kuussa, jotta myös pidemmän aikavälin toiminta saataisiin mukaan palautteisiin, ja jotta toisaalta palautteet eivät jäisi liian pinnallisiksi ja hutaisten kirjoitetuiksi. Työntekijät kirjoittavat palautteita yhdessä kuukauden aikana järjestetyssä tiimipalaverissa. Tämä varmistaa sen, että palautteet tulevat varmasti kirjoitetuiksi eivätkä unohdu arjen pyöryksen keskellä. Palautetta saa antaa kuitenkin myös muina ajankohtina, sillä palautekuoret ovat taukokuoneen seinällä kaikkien saatavilla koko ajan. Saatuja palautteita voidaan lukea milloin tahansa esimerkiksi taukojen aikana, jolloin vaikkapa huonon päivän sattuessa niiden avulla on helppo piristää mieltä ja saada uutta puhtia työpäivään.

Tavoitteet

Sovelluksen tavoitteena on parantaa varhaiskasvatuksen ilmapiiriä sekä työntekijöiden välisiä suhteita. Tämä lisää myös yhteisöllisyyttä varhaiskasvatuksessa.

Myönteisen ilmapiirin omaavassa työyhteisössä kaikkien on varmasti mielekkäämpää työskennellä, jolloin työnteko sujuu kevyemmin ja työntekijät jaksavat ideoida, suunnitella ja toteuttaa varhaiskasvatuksessa tarvittavia asioita paljon paremmin kuin negatiivisen ilmapiirin ympäröimänä. Näin ollen työn jälki on myös laadukkaampaa.

Työntekijöiden hyvinvointi vaikuttaa myös työntekijöiden motivaatioon, joten työssä jaksaminen riippuu pitkälti siitä (*Ranta, 2020*). Kun työkavereiden antamien myönteisten palautteiden avulla työilmapiiri siis paranee, työnteko itsessään tuntuu mukavammalta ja työntekijät ovat motivoituneempia. Tavoitteena on myös se, että positiivinen palaute ei jää päiväkodin arjen jalkoihin ja unohdu, vaan sen vastaanottaja saa sen tietoonsa. Koska palautteet ovat jatkuvasti saatavilla, työntekijä voi käydä lukemassa niitä omalla tauollaan ja jaksaa suorittaa esimerkiksi huonommankin päivän kunnialla loppuun palautteiden avulla. Tällöin olo ei välttämättä ole niin väsynyt tai negatiivinen työpäivän jälkeen.

Kenelle tarkoitettu

Sovellus on tarkoitettu kaikille varhaiskasvatuksen työyhteisöille ja työntekijöille, jotka haluavat parantaa työpaikan ilmapiiriä sekä lisätä yhteisöllisyyttä. Sovellus on lisäksi suunnattu kaikille sellaisille varhaiskasvatuksen työyhteisöille ja niiden jäsenille, jotka haluavat parantaa

yhteishenkeä työntekijöiden välillä. Koska työntekijöiden hyvinvoinnilla ja työyhteisön laadulla on merkitystä myös varhaiskasvatuksen laatuun kokonaisuudessaan, näihin asioihin on tärkeää kiinnittää huomiota (Ranta, 2020).

Kyseinen sovellus on tarkoitettu helpoksi ja yksinkertaiseksi työkaluksi työyhteisölle, jotka tarvitsevat ja haluavat ottaa vastaan matalan kynnyksen apua työpaikan ilmapiiriin ja työntekijöiden hyvinvoinnin edistämiseksi. Koska kehittelemämme sovelluksen käyttö on sujuvaa, helppoa ja nopeaa, se soveltuu aivan kaikille!

Sovelluksen käyttöä ei ole kuitenkaan rajattu vain varhaiskasvatuksen työyhteisöihin, vaan sitä voi lisäksi hyödyntää missä tahansa työyhteisössä.

Sisällön kuvaus

Ideoimamme sovellus on taukuhuoneen seinälle kiinnitettävä taulu, jossa on jokaisen työntekijän nimellä varustetut kirjekuoret. Työntekijät voivat kirjoittaa lapulle positiivisen palautteen työkaveristaan ja sujauttaa lapun kyseisen henkilön kirjekuoreen, josta tämä voi ne myöhemmin lukea. Paketin mukana tulee valmiita lappuja, jotka sisältävät erilaisia aloitusvirkkeitä, kuten *"tänään onnistuit..."* tai *"olet hyvä työkaveri, koska..."*, joiden avulla työntekijöiden on helpompi kirjoittaa palautteita muille. Myös tyhjiä lappuja löytyy, jos palautetta haluaa antaa vapaalla kädellä kirjoitettuna.

Käytön ohjeistus

Päiväkodin taukuhuoneen seinälle kiinnitetyssä taulussa on paikat kirjekuorille sekä kyniä ja pieniä lappuja, joihin varhaiskasvatuksen työntekijöiden on tarkoitus kirjoittaa myönteistä palautetta työkavereistaan. Lapulle voi kirjoittaa isoja tai pieniä ilon aiheita, joista kyseistä työkaveria haluaa kiittää. Myönteinen palaute voi näin ollen koskea esimerkiksi jotakin tilannetta arjessa, jonka kyseinen työkaveri on hoitanut hienosti tai sitten ihan vaan työkaverin hyvää asennetta työpaikalla. Laput sujautetaan työkaverin nimellä varustettuun kirjekuoreen, josta ne luetaan ja käydään läpi myöhemmin työpaikan oman ohjeistuksen mukaan. Tässä tapauksessa palautteita voi lukea milloin tahansa, kun työntekijällä on siihen halua ja aikaa, mutta niitä voidaan hyödyntää ja lukea myös tiimipalaverien yhteydessä.

Lähteet

Ranta, Samuli 2020. Positiivinen pedagogiikka suomalaisessa varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Väitöskirja. Lapin yliopisto kasvatustieteiden tiedekunta. <https://lauda.ulapland.fi>

Kerro tunteista -lautapeli

Toteuttanut ryhmä: Sauli Kulmala, Joonas Kulmala, Edwin Kotselainen, Jenni Kärki

Kuvaus sovelluksen ideasta

Sovelluksemme idea lähti lasten tunnetaitojen puutteellisuudesta. Lasten kyky havaita, ilmaista ja säädellä omia tunteitaan kuuluvat tunnetaitoihin. Tunnekasvatuksella onkin siis suuri merkitys varhaiskasvatuksessa, sillä varhaiskasvatussuunnitelma velvoittaa varhaiskasvattajan opettamaan lapsille tunnekasvatusta.

Sovelluksen idea lähti siitä, että halusimme tukea lasten tunnetaitojen kehittymistä ja harjoitella niitä yhdessä lasten kanssa. Päätimme toteuttaa ideamme lautapelin muodossa, sillä lautapelit tarjoavat mahdollisuuden varhaiselle oppimiselle.

Lautapelin idea on tutustua lapsen kanssa tunteisiin sekä puhua niistä ja sen kautta päästä tutustumaan paremmin lapseen ja hänen tunnemaailmaansa. Lisäksi sovellus mahdollistaa myös arkojen tunteiden käsittelyn tai ainakin luo pohjaa niiden käsittelylle.

Lautapeli mahdollistaa myös varhaiskasvattajan ja lapsen mahdolliset spontaanit lisäkysymykset eri ruudukoiden yhteyteen. Pelissä on lisäksi valmiiksi esimerkkikysymyksiä tarjolla. Ajattelemme myös, että tunteista keskusteleminen voisi tulla lapselle luonnollisemmaksi tilanteeksi lautapelin pelaamisen yhteydessä. Lisäksi lautapelit ovat olleet aina lähellä sydäntämme omassa lapsuudessamme.

Halusimme tehdä lautapelistä yksinkertaisen ja selkeän, joka ei vaadi erityisjärjestelyjä ja jota on mahdollista soveltaa monella eri tavalla.

Tavoitteet

Tavoitteena on, että lapsi oppii kertomaan ja puhumaan tunteistaan sekä tunnistamaan niitä. Tunnetaitojen harjoittelu pelin avulla auttaa lasta paremmin ilmaisemaan itseään ja säätämään omia tunteitaan.

Lautapelin avulla tuetaan myös lapsen tunnetaitojen kehittymistä. Tunteiden säätelyn oppiminen on koko elämän mittainen prosessi ja tämän lautapelin kautta se alkaa turvallisesti. Tavoitteenamme on tämän lautapelin kautta vahvistaa lapsen vuorovaikutustaitoja, lisätä yhteisöllisyyttä ja positiivista ilmapiiriä.

Peliä voidaan soveltaa eri tilanteisiin, mikä mahdollistaa pelin laajemman käyttötarkoituksen. Peliä voidaan helpottaa lapsen ikätasoon ja tunnetaitoihin nähden. Lisäkysymykset selkeyttävät tai vaikeuttavat peliä, jos lapsella on vaikkapa edistyneemmät tunnetaidot tai hän ei ymmärrä kysymystä tarpeeksi hyvin. Lautapeliä pelatessa lapsi oppii samalla myös vuorovaikutustaitoja, sääntöjen noudattamista sekä laskemista. Lautapeli tarjoaa mahdollisuuden varhaiskasvattajalle tehdä monenlaisia havaintoja lapsesta pelin aikana.

Kenelle tarkoitettu

Lautapelimme on tarkoitettu varhaiskasvatuksikäisille n. 4–7-vuotiaille lapsille. Tunnetaitojen harjoittelu on kaikille lapsille hyödyksi, mutta erityisesti sellaisille lapsille, joilla on vaikeuksia säädellä omia tunteita ja ilmaista niitä. Peliä voidaan soveltaa monin eri tavoin ja eri tilanteisiin kaikille lapsille sopivaksi. Pelissä myös hiljaisemmat ja vetäytyneemmät lapset pääsevät kertomaan ajatuksistaan turvallisessa ympäristössä aikuisen kanssa. Lautapelistä voi olla hyötyä aikuisellekin, ja se ohjaa pohtimaan myös peliä vetävää aikuista tunteisiin liittyviin asioihin.

Käytännössä peliä voi pelata minkä ikäiset tahansa aina varhaiskasvatuksesta eläkeikään saakka, mutta ajattelimme että etenkin nuoret lapset hyötyisivät pelistä sen konkreettisen tunteiden käsittelyn vuoksi. Pienten lasten kanssa tunteita voi käsitellä hyvin monella eri tavalla, ja tämä peli on yksi esimerkki tai vaihtoehto siihen. Lapsen huoltajatkin voivat yhdessä lasten kanssa pelata Kerro tunteista- lautapeliä kotiolosuhteissa.

Sovelluksen sisällön kuvaus

Sovellus sisältää pelilaudan ja nappulat, jossa on erilaisia kuvia tunteista ja näihin liittyviä kysymyksiä. Näiden kysymysten avulla päästään syvempään tunnemaailmaan ja lähestytään tätä hauskan pelin muodossa. On tärkeää, että lapset osaavat ilmaista tunteita ja tämä peli helpottaa sitä. Pelissä valmiiksi tulevien kysymysten lisäksi opettaja voi soveltaa ja keksiä itse tilanteeseen sopivia kysymyksiä.

Käytön ohjeistus

Peliä voidaan soveltaa moneen eri käyttötarkoitukseen ja sitä voidaan pelata myös monella eri tavalla. Pelissä voidaan liikkua pelinappuloilla noppaa heittämällä eteenpäin tai voidaan edetä yksi ruutu kerrallaan. Saavuttuaan peliruutuun luetaan ruudussa oleva kysymys johon lapsi saa kertoa vastauksensa, joka liittyy tunteisiin. Pelilaudan kuvista voi myös esittää lisäkysymyksiä tai keksiä omia kysymyksiä. Pelilaudan voi tulostaa ja laminoida.

Kuva: Kerro tunteista -lautapeli (kuvat on otettu Papunetistä)

LÄHTÖ 	Mistä tulet surulliseksi? 	Mikä saa sinut vihaiseksi? 	Mikä saa sinut onnelliseksi? 	Mikä on mielestäsi inhottavaa? 	Miltä sinusta tuntuu tänään? 
					Mikä on mieluisinta päiväkodissa? 
Milloin sinulla on tylsää? 	Milloin tarvitset apua? 	Millaisia tunteita koti herättää? 	Millainen on hyvä kaveri? 	Mikä saa sinut nauramaan? 	Miltä kiusaaminen tuntuu? 
Mistä suutuit viimeksi? 					
Mistä et tykkää? 	Milloin olet iloinen? 	Mikä sinua pelottaa? 	Miltä tuntuu väsyneeltä? 	Mistä tykkäät? 	MAALI 

Kyselyt lasten koulu- ja esikouluhyvinvoinnin havaitsemiseksi

Toteuttanut ryhmä: Ella Tenkula, Wilma Ukonmaanaho, Taru Syrjälä & Ella Suojanen

Sovelluksen idea

Ideana on havainnoida ja saada tietoa lasten hyvinvoinnista esikoulussa tai alakoulussa. Havainnoitavia tekijöitä ovat esimerkiksi lasten motivaatio koulutehtäviä kohtaan, yksinäisyyden tunteet sekä yleinen mieliala ja hyvinvointi koulussa.

Kyselyitä täytettäisiin säännöllisin väliajoin esimerkiksi kerran viikossa jokaiselta lapselta erikseen. Lapset täyttävät lomakkeet itsenäisesti tai opettajan kanssa riippuen heidän luku- ja luetun ymmärtämisen taidoistaan. Vastausvaihtoehtoina on erilaisia kuvia, esimerkiksi hymynaamoja, joista lapsien on helppo valita omaa tunnetta kuvaava vaihtoehto.

Opettaja saa itselleen lapsien lomakkeiden vastaukset, joiden perusteella voi havainnoida ja tehdä johtopäätöksiä lasten hyvinvoinnista. Opettaja voi tehdä myös pidempiaikaisempaa seurantaa kyselyistä saadessaan jokaisen kohdan vastaukset jokaiselta lapselta säännöllisin väliajoin. Näin opettaja voi myös hakea apua lapselle ja tukea lasta tarvittaessa.

Tavoitteet

Tavoitteena on saada tietoa lasten mielenterveydestä ja hyvinvoinnista esikoulussa ja ala-asteen ensimmäisillä luokilla. Sovelluksen avulla voidaan ennaltaehkäistä mielenterveyden sekä hyvinvoinnin ongelmien kasaantumista myöhemmälle iälle, kun ne voidaan havaita jo varhaisessa iässä. Näin lapsen on mahdollista saada apua ja tukea jo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa koulupolullaan.

Joillekin lapsille siirtyä esikoulusta alakouluun voi olla haastavaa, joten uudelle opettajalle olisi hyödyllistä saada kyselyiden tiedot jo esikoulunkin ajalta. Sovelluksen avulla lapsilla on mahdollisuus reflektoida omia tunteitaan ja sanallistaa niitä kuvien avulla. Opettaja voi myös esimerkiksi hyödyntää saamiaan tuloksia opetuksessaan, kuten kaveritaitojen lisäämisestä yksinäisyyden vähentämiseksi. Lisäksi lapset harjoittelevat monilukutaitojaan sekä digitaalista osaamistaan täyttämällä lomakkeen tabletilla.

Sovelluksen kohderyhmä

Sovellus on suunnattu esikouluikäisille sekä 1–3-luokkalaisille lapsille sekä heidän opettajilleen. Kohderyhmäläiset ovat siksi näin nuoria, koska sovelluksen tarkoituksena on ennaltaehkäistä ongelmien syntymistä. Tämä sovellus ei sovellu vanhemmille oppilaille, sillä he osaavat kertoa tunteistaan jo sanallisesti laajemmin. Myös moniammatilliset tahot, kuten psykologit, voivat hyödyntää lomakkeen vastauksia. Lisäksi vanhemmilla on mahdollisuus nähdä lastensa vastaukset, jolloin asiat voidaan huomioida myös kotona. Tarvittaessa lasten vastauksista voidaan keskustella vanhempien ja opettajan kesken palaverissa.



Sovelluksen sisällön kuvaus ja käyttöohjeistus

Sovellus ladataan ryhmän tabletille, ja jokainen lapsi sekä aikuinen saa oman profiilin sovellukseen. Sovellus sisältää kolme kysymystä, jotka käsittelevät lasten hyvinvointia koulussa ja/tai esikoulussa. Kysymykset, joihin lapset vastaavat, ovat teemaltaan:

- Millä mielialalla tulit tänään kouluun/esikouluun?
- Miltä koulu/esikoulutehtävien tekeminen tuntuu?
- Koetko olevasi koulussa/esikoulussa yksinäinen/ulkopuolinen?
-

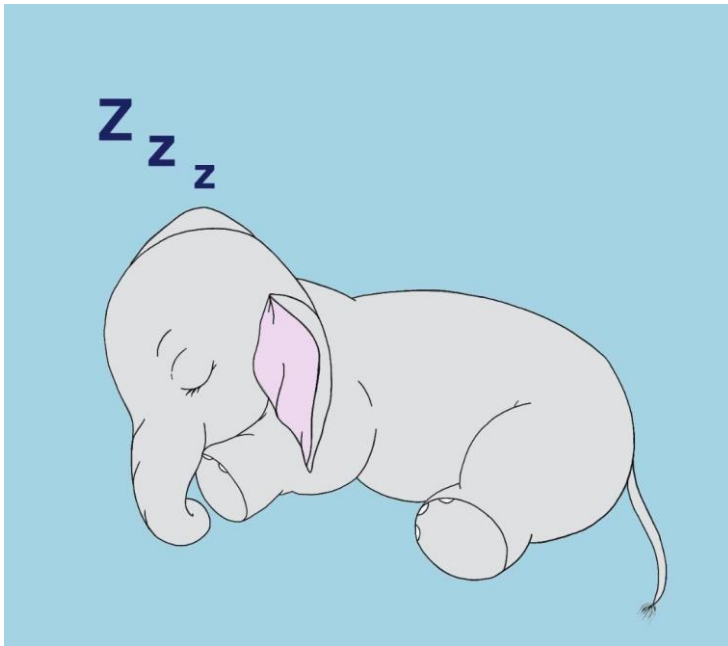
Lapset vastaavat näihin kysymyksiin itse yksin tai aikuisen kanssa säännöllisin väliajoin tablettia käyttäen. Vastausvaihtoehdot ovat kuvien muodossa, jolloin kaikkien lasten on helpompi ymmärtää niitä. Alla esimerkki kuvista.



Iloinen/hyvä mieliala



Innostunut



Uupunut



Surullinen/huono mieliala

Kun lapset ovat vastanneet kysymyksiin, opettaja saa heidän vastauksensa itselleen, ja voi seurata ja havainnoida lasten hyvinvointia. Sovelluksesta saadun tiedon avulla opettaja pystyy helpommin tukemaan ja auttamaan lapsia heidän tarpeissaan.

Käsityö- ja taidepainotteinen tunnetaitosalkku

Toteuttanut ryhmä: Milka Jokela, Juulia Salonen ja Jemina Hovinen

Sovelluksemme ideana on varhaiskasvatuksen henkilöstön tunne- ja mielenterveystaitojen tukeminen. Kolmen sovellusidean pohjalta loimme tunnetaitosalkun, jossa yhdistyy itsereflektio ja taidepainotteiset menetelmät tunnetaitojen ilmaisuun. Tunnetaitosalkkua voidaan hyödyntää niin varhaiskasvatuksen työssä arjen keskellä, kuin välineenä koulutuksissa.

Tavoitteet

Tunnetaitosalkku-sovelluksemme tavoitteena on tukea, tarkastella ja reflektoida henkilöstön tunne- sekä mielenterveystaitoja. Opettajat näkevät päivittäin työssään, miten tunteet sekä opetus ja oppiminen kulkevat käsi kädessä, ja siksi onkin tärkeää, että niin kuin oppilaille, myös opetushenkilöstölle tarjotaan mahdollisuuksia tunnetaitojen käsittelemiseen ja niiden opettelemiseen sekä reflektointiin.

Opettajien tunneällyn kehittäminen onkin siis äärimmäisen tärkeää. Tunneäly voi ehkäistä työstä aiheutuvaa stressiä ja auttaa käsittelemään taidokkaasti töissäkin vastaan tulevia monimutkaisia tilanteita vaikuttamatta oppilaisiin negatiivisesti. Lasten tunnekasvatus edellyttää sitä, että myös aikuiset näyttäivät tunteitaan, sillä etenkin pienemmät lapset tarvitsevat niin sanotusti tulkin tunteilleen.

Tunneälykyky esiintyy muun muassa tilanteissa, joissa opettaja selvittää yhdessä lapsen kanssa, millainen tunne kunkin käytöksen taustalla on. Opettajan tunneälykyky korostuu erityisesti varhaiskasvatuksessa, sillä tunneälykäs opettaja osaa auttaa lasta tunteiden lukemisessa silloin, kun lapsi on vielä liian pieni itse ymmärtämään ja tunnistamaan jokaista kokemaansa tunnetta.

Jotta opettaja voi tulla tunneälykkääksi, on hänen oltava avoin omille tunteilleen. Jotta oppii olemaan avoin omille tunteilleen, on kokemansa tunteet tunnistettava ja niitä on reflektoitava (Virtanen, M. 2015). Tunnetaitosalkku-sovellusideamme antaa tilaa opetushenkilöstölle muun muassa omien tunteiden refleктоimiseen.

Tunnetaidoilla tarkoitetaan muun muassa tunteiden tunnistamista, sanoittamista ja niiden ilmaisemista. Tunnetaidot ovat yksi tärkeimmistä mielenterveystaidoista, ja ne vaikuttavat suuresti niin omaan olotilaan, kuin vuorovaikutukseen muiden ihmisten kanssa. Kun on tietoinen omista tunteistaan, on tällöin helpompi ymmärtää myös toisten tunteita ja näin kokea muun muassa empatiaa muita ihmisiä kohtaan. Tunnetaidot ja niiden osaaminen korostuvat niin varhaiskasvatuksessa kuin koulumaailmassakin vahvasti opettajien kohdalla (Lahtinen, A., Rantanen, J., 2019.)

Sovelluksemme tavoitteena on oppia antamaan tilaa jokaiselle tunteelle, sekä käsittelemään myös niitä hankalimpiakin tunteita, joita saattaa olla vaikea sanoittaa. Tämän vuoksi päädyimme hyödyntämään sovelluksessamme käsitöiden ”voimaa” tunteiden ilmaisemisessa ja niiden käsittelemisessä.

Kenelle sovellus on tarkoitettu

Tunnetaitosalkku-sovellusta on tarkoitus käyttää varhaiskasvatuksen henkilöstön yhteisissä kokoontumisissa ja myös yksittäisen työntekijän oman henkilökohtaisen tunnereflektoinnin välineenä. Tiimipalavereiden tai työhyvinvointipäivien aikana tunnetaitosalkun sisällön hyödyntämiseen voidaan varata sopivaksi koettu aika.

Salkun sisältämää kirjallista materiaalia ja kysymyksiä voidaan hyödyntää yhteisen keskustelun pohjana tai yksilöllisen tunnetyöskentelyn välineenä. Varhaiskasvatuksen työntekijät voivat halutessaan hyödyntää kädentaito- ja taidemateriaaleja myös päivittäisten taukojen aikana henkilökohtaiseen rentoutumiseen.

Varhaiskasvatuksenopettajat ja muut lasten kanssa työskentelevät hyötyvät tunnetaitosalkun sisällöstä käsitellessään työtilanteissa herääviä tunteita salkun sisältämin välinein. Välineet auttavat konkretisoimaan omaa tunnekäyttäytymistä ja tuomaan ulos vaikeampiakin tunteita, jotta niitä on helpompi jäsenellä ja tunnistaa.

Sovelluksen sisällön kuvaus ja käytön ohjeistus



Tunnetaitosalkku sisältää:

- Vesiväripaperia, vesivärejä sekä siveltimet ja vesiastian (kertakäyttömukeja).
- Värikynät, lyijykyniä, teroittimen ja piirustuspaperia
- Villalankaa: vihreä, punainen, sininen, keltainen, oranssi, musta. Virkkuukoukkuja 5 kpl, sukkapuikkosettejä nro 3,5 (5 puikkoa) 5kpl + perusvillasukkien [neuleohjeen](#) ja [isoäidinneliön](#) virkkausohjeen, sakset.



- Tunnetaitokysymyskortit
- Ohjevihkonen, joka sisältää yleistä tietoa tunnetaidoista sekä ohjeet salkun käyttöön



>> [Kuvat](#)

Käytön ohjeistus

Salkun sisältöä voidaan hyödyntää viikkopalavereissa, tiimipalavereissa, työhyvinvointipäivien aikana tai päiväkodin yhteisissä koulutuksissa. Reflektiomateriaalin voi käydä läpi jokainen työntekijä yksilöllisesti ja se voidaan käsitellä yhdessä myös ryhmän kesken. Ratkaisuja haastaviin tilanteisiin voidaan pohtia yhdessä.

Tunnetaitosalkun sisältö on monipuolisesti sovellettavissa ja työyhteisön jäsenet voivat itse luoda sopivat tavat hyödyntää materiaalia. Materiaalin tavoitteena on konkretisoida ja käsitellä moninaisia työn aikana syntyneitä tunteita.

Taide- ja käsityömateriaaleista henkilö voi valita mieleisensä menetelmän tunnekäsittelyn konkretisointiin.

Itsereflektio osana taiteellista itseilmaisua



Itsereflektiolla tarkoitetaan oman toiminnan arviointia ja tarkastelua. Itsereflektiokyky on monessa työyhteisöissä kaiken perusta, sillä se luo pohjaa ammatilliselle kehitykselle. Varhaiskasvatuksen arjessa oman toiminnan reflektointi nousee suureen rooliin, sillä lapset ovat yksilöitä ja heidän tarpeensa kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta tulee huomioida arjen muuttuvissa tilanteissa. Jokaisen työyhteisön jäsenen on siis pohdittava, tutkiskella, ratkaista ja toteuttaa juuri niitä toimintamalleja, jotka tukevat päivittäin lasten kasvua ja kehitystä.

Varhaiskasvatuksen tiimin avoin ja rehellinen kommunikointi luovat pohjaa toiminnan kehitykselle. Tiimien jäsenten yhteinen keskustelu on tärkeää, jotta kaikki tulisi kuulluksi omista tunteistaan liittyen ammatillisuuteen. Ryhmän aikuisten positiivinen ilmapiiri ja yhteiset toimintamallit tuovat selkeyttä ja antavat lapsille myönteisiä kokemuksia ihmissuhteista.

Tunnetaitosalkku sisältää ryhmän aikuisille kortteja itsereflektiotehtävistä, jotka johdattelevat avoimeen keskusteluun ja mahdollistavat tunnekäsittelyä taiteen kautta. Itsereflektiota on tavoite toteuttaa kerran viikossa ryhmän palaverissa. Palaverissa käydään läpi kuluneen viikon tapahtumia pitäen mielessä, että saa epäonnistua, ja niistä opitaan yhdessä. Yhdessä myös iloitaan onnistumisista. Korteista voidaan ryhmäkohtaisesti valita viikolle jokin tietty teema tai jokainen ryhmän aikuinen voi valita yhden kortin, mistä haluaa käydä ryhmän sisällä keskustelua ja toteuttaa tästä oman taiteellisen luomuksen.

Päätavoite itsereflektio hetkissä on kuitenkin pohtia *Missä onnistuin kuluneen viikon aikana? Mitä olisin voinut tehdä toisin?* Viikkojen edetessä seurataan, toistuuko jokin asia/toiminto positiivisessa tai negatiivisessa valossa sekä pyritään yhdessä ratkaisemaan mahdollisia pulmia. Palaverin teemat/pääpointit dokumentoidaan jokaisen ryhmän aikuisen toimesta:

1. Kirjallisesti kalenteriin
2. Omaan taide luomukseen



Esimerkki virkatusta luomuksesta, jossa eri värit merkitsevät erilaisia tunteita

(Esim. Punainen=ärtynyt Sininen=rauhallinen Vihreä=pirteä)

>> [Kuva](#)

Käsityö- ja taidepainotteiseen tunnetyöskentelyyn esimerkkikysymyksiä:

(tunnetaitosalkussa kortteina)

Ajattele lasta, jota kohtaan sinun on helppo tunkea empatiaa. Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Ajattele lasta, jota kohtaan tunnet helposti ärtymystä. Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Ajattele tilannetta, missä olet tuntenut tänään jotakin kielteistä tunnetta. Kuvaile tunnetta mielessäsi. Minkä niminen tunne on? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Ajattele tilannetta, missä olet tuntenut tänään jotakin myönteistä tunnetta. Kuvaile tunnetta mielessäsi. Minkä niminen tunne on? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Mitä tunnen tällä hetkellä, kun ajattelen itseäni varhaiskasvattajana? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Ajattele tilannetta, jossa olet lähiaikoina tuntenut ristiriitaisia tunteita työkaveriasi kohtaan? Kuvaile tunnetta mielessäsi. Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Pohdi mielessäsi, millainen on sinun kuvasi ihannevarhaiskasvattajasta. Mitä tunteita tämä kuva sinussa herättää? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Millaisia tunteita sinussa herää, kun ajattelet omia vahvuuksiasi työntekijänä? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Millaisia tunteita sinussa herää, kun ajattelet omia heikkouksiasi työntekijänä? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Millaisia tunteita sinussa herää, kun ajattelet vahvuuksiesi kehittämistä työntekijänä? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Millaisia tunteita sinussa herää, kun ajattelet heikkouksiesi hyväksymistä työntekijänä? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Mikä on ollut tämän viikon paras kokemus työssäni? Millaisia tunteita se herättää minussa nyt? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Mikä on ollut tämän viikon ikävin kokemus työssäni? Millaisia tunteita se herättää minussa nyt? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Missä koen onnistuneeni tänään työssäni? Ajattele tilannetta. Millaisia tunteita se minussa herättää? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Missä koen tänään epäonnistuneeni työssäni? Ajattele tilannetta. Millaisia tunteita se minussa herättää? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Miltä minusta tuntuu, kun ajattelen yhteistyötä tiimini kanssa? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Miltä minusta tuntuu sanoa mielipiteeni, kun oletan, että työkaverini on asiasta eri mieltä? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Miltä minusta tuntuu olla vuorovaikutuksessa tiimin kanssa? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Miltä minusta tuntuu lasten välisen konfliktitilanteen selvittäminen? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Mikä on miellyttävin työtehtäväni? Mitä tunteita se minussa herättää? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Mikä on epämiellyttävin työtehtäväni? Mitä tunteita se minussa herättää? Maalaa, piirrä, neulo tai virkkaa tämä tunne.

Maijan seikkailut ja mielenterveyssoittimet

Toteuttanut ryhmä: Anna Lehtinen, Erika Lindgren, Aino Liukko-Sipi, Sini Wallin ja Satu Piirainen

Kuvaus sovelluksen ideasta

Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma (2018) sisältää lapsen mielenterveyttä tukevia kohtia hieman ympäröivästä. Asiakirjassa puhutaan sinnikkyuden tukemisesta sekä lannistumattomuuteen kannustamisesta.

Parhaiten mielenterveystaitojen tukeminen nousee esiin Itsensä huolehtimisen ja arjen taitojen osa-alueessa, jossa korostetaan lepoa, ravintoa, liikuntaa ja hyvinvointia. Lisäksi mainitaan myös tunteiden säätelyn sekä itseilmaisun tukeminen. Koska lapset viettävät paljon aikaa varhaiskasvatuksessa, henkilöstön on tärkeää tietää, miten lasten mielenterveystaitojen kehittymistä voidaan tukea.

Perustaidot, kuten lasten kohtaaminen ja kuuntelu aidosti, sekä aito läsnäolo lapselle, ovat hyvä alkupiste. Varhaiskasvatuksen opettaja ja muu henkilökunta voivat edistää mielenterveyttä ryhmässä esimerkiksi ryhmäytymisellä, tunnetaitojen opettamisella sekä muokkaamalla oppimisympäristöä. Aikuisten pitäisi tarjota lapsille turvallisuutta sekä toimia lapsille esimerkkinä, mutta antaa lapsille myös mahdollisuus itseilmaisuun.

Sovelluksen tavoitteet

Päätimme käyttää nukketeatterin keinoja hyödyksemme, sillä olemme lukeneet opinnäytteitä ja tutkimuksia, jotka kertovat siitä, kuinka mielenterveys- sekä tunnetaitojen opetuksessa voidaan hyödyntää nukketeatteria. Draamatyöskentely saa mukaan sellaisetkin lapset, jotka eivät muuten pysty keskittymään aikuisen johtamaan toimintaan.

Vahvat vuorovaikutustaidot, tunteiden tunnistaminen, itsesäätely, ryhmässä toimiminen, osallisuus ja arjen taidot ovat lapsen taitoja, jotka vahvistavat lapsen mielenterveyttä. On tärkeää, että varhaiskasvatuksen arjessa on paljon helposti saatavilla olevaa materiaalia, joita voidaan hyödyntää ja käyttää matalalla kynnyksellä. Tavoitteena on ennaltaehkäistä ja tukea jokaisen lapsen mielenterveystaitoja nuoresta saakka, jotta tulevaisuuden lasten ei tarvitsisi käyttää mielenterveyspalveluita niin paljoa, eikä näin myöskään yhteiskunta kuormitu.

Kenelle sovellus on tarkoitettu

Sovellus on tarkoitettu päiväkotikäisille lapsille sekä eskareille eli noin 2–6-vuotiaille. Sitä voidaan hyödyntää myös opetusmateriaalina varhaiskasvatuksen opettajat sekä hoitajat. Lisäksi sovellusta voidaan käyttää apuna alkukasvatuksessa. Sovellus on tarkoitettu erityisesti niille, joilla on tunne-elämässä sekä mielenterveys taidoissa haasteita. Se toimii myös ennaltaehkäisevänä.

Sovellusta voidaan hyödyntää myös kotona lapsen kanssa, mikäli vanhempi tutustuu materiaaliin hyvin etukäteen. Lapset, joilla on vaikeuksia tunnetaitojen kanssa voivat hyötyä sovelluksesta

paljon, sen samaistuttavuuden vuoksi. Jokainen lapsi kuitenkin hyötyy sovelluksesta, sillä se toimii ennaltaehkäisevänä tekijänä mielenterveystaitojen kannalta.

Sovellus tukee jokaisen lapsen arjen taitoja. Toksinen stressi sekä traumaattiset kokemukset voivat aiheuttaa elinikäisiä seurauksia, jotka puolestaan vaikuttavat perheiden kautta koko yhteiskunnan toimimiseen. Lasten terveys ja erityisesti perusterveydenhuolto ovat ratkaisevassa asemassa resilienssin edistämiseksi. Siellä voidaan tunnistaa riittävän ajoissa oireita ja puuttua niihin, sekä tukea lasta stressin ja trauman käsittelyssä.



Sovelluksen sisällön kuvaus

Sovelluksessamme on valmiina tarina, jossa tarinan päähenkilö saa apua päiväkodin työntekijältä eli lapsi voittaa hankaluudet yhdessä aikuisen kanssa. Tarinassa on myös kysymyksiä lapsille ja tarinaan kuuluu erilaisia soittimia. Lapset saavat miettiä millaiselta ääneltä eli soittimelta eri tunne voisi kuulostaa.

Tarinamme käsittelee erilaisia tunteita ja niiden tunnistusta, sillä jos ihminen ei osaa nimetä tunteitaan, niin sitä vaikeampi hänen on niitä hallita tai säädellä. Sovelluksemme idea on, että ensin varhaiskasvatusryhmän aikuiset esittävät lapsille tarinan ja sitten lapset pääsevät myös itse esittämään tarinaan yhdessä aikuisten kanssa. Nukketeatteri-materiaali annetaan myös lasten käyttöön niin, että he voivat aikuisen läsnä ollessa leikkiä sillä ja näin tuottaa itse uusia tarinoita. Lapset voivat myös itse valmistaa omat nukketeatterihahmot yhdessä aikuisten kanssa.

Käyttöohjeistus

Sovellus on tarkoitettu varhaiskasvatuksen arkeen käytettäväksi. Sovellusta voi myös käyttää koulussa ja kotona, kun materiaaleihin perehdytään huolella. Tarina on kuitenkin suunnattu pienemmille lapsille. Sovellus käsittelee tunnetaitoja ja antaa lapsille ensikosketuksen mielenterveystaitoihin sekä ennaltaehkäisee niiden syntymistä.

Sovelluksen käyttöä varten tarvitset tarinan, sekä käsinuket. Tarinan sisällä kysytään lapsilta tunnetilojen ääniä, joten tätä toteuttaaksesi tarvitset erilaisia soittimia lapsille.



Esimerkki soittimia sekä käsinukke tuokion toteutukseen.

Meidän polku

Toteuttanut ryhmä: Viivi Valtanen, Venla Valkeapää, Ruut Uotila ja Veronika Vainio

Kuvaus sovelluksen ideasta

Idea sovelluksesta lähti omakohtaisesta kokemuksesta ryhmäytymisen haasteista. Ryhmässä ilmeneviä haasteita ilmenevinä haasteina voivat olla esimerkiksi kiusaaminen ja ryhmän levottomuus.

Ryhmäytymisen prosessissa sosiaalisilla taidoilla on iso rooli. Lasten sosiaalisten taitojen kehitys vaihtelee yksilöiden välillä ryhmää muodostettaessa ja puutteet sosiaalisissa taidoissa voivat ilmetä suurempina haasteina ryhmätasolla. Ryhmäytyminen on pitkäkestoinen prosessi ja se vaihtelee ryhmästä riippuen, kuinka nopeasti ryhmäytyminen tapahtuu.

Laadukasta ryhmäytymistä tukee yhteinen toiminta, korkealaatuinen vuorovaikutus, ystävyyssuhteisiin panostaminen ja yhteenkuuluvuuden tunteen painottaminen. Onnistuneet yhteiset toimintahetket lisäävät yhteenkuuluvuuden tunnetta ja syventävät lasten ystävyyssuhteita.

Haasteet voivat johtua yksilöllisistä haasteista, puutteista ja lasten välisistä eroista sosiaalisissa taidoissa sekä ryhmän jäsenten vaihtuvuudesta. Koska ryhmäytymiseen ei ole aiemmin kehitetty juurikaan valmiita malleja, halusimme luoda konkreettisen mallin, joka sisältää ryhmäytymiselle merkittäviä osa-alueita.

Ryhmäytymisessä harjoitellaan tärkeitä taitoja esimerkiksi sosiaalisia taitoja, yhteistyötä ja joustavuutta. Koska ryhmäytymisessä vaadittavia taitoa tarvitaan läpi koko elämän, halusimme kehittää mallin, joka tukee näiden ryhmäytymisen osataitojen oppimista jo varhaiskasvatuksessa.

Sovelluksen tavoitteet

Sovelluksen tavoitteena on ennaltaehkäistä ja vähentää ryhmässä ilmeneviä haasteita ja tukea yhteisöllisyyttä ja hyvää ryhmäytymistä. Tavoitteena on myös tuoda henkilöstölle näkyväksi ryhmän muodostumisen eri vaiheita ja kuinka eri vaiheissa ryhmäytymistä voidaan tukea. Tavoitteena on ryhmä, jossa jokainen jäsen voi olla oma itsensä, kokee olevansa hyväksytty ja osa ryhmää. Päämääränä on, että kaikki lapset osallistuvat toimintaan mielellään ja tulevat kuulluksi.

Sovelluksen tavoitteena on jättää tilaa ryhmän yksilölliselle mukauttamiselle, mutta antaa kuitenkin suuntaviivoja ryhmäytymiseen. Meidän polku -sovelluksen teemoihin voi palata prosessin aikana tai myöhemmin, jos se koetaan tarpeelliseksi. Sovellus muodostuu erilaisista teemoista, joissa on eheytetty monipuolisesti erilaisia toimintatapoja. Tavoitteena on, että ryhmäytymisen mallia seuraamalla voi samalla toteuttaa Varhaiskasvatussuunnitelman mukaista pedagogista toimintaa.

Sovelluksen kohderyhmä

Teimme Webropol-kyselyn, jossa kysyimme ammattilaisten kokemuksia ryhmäytymisestä. Lähetimme kyselyn varhaiskasvatushenkilökunnalle sekä seurakunnan lasten- ja nuortenohjaajille.

Näiden vastausten pohjalta kehitimme sovellukseemme ryhmäytymisen tukemiseen tarvittavaa materiaalia.

Sovellus on suunniteltu esiopetusryhmille, mutta se sopii myös varhaiskasvatus- ja alkuopetusryhmille. Koska sovelluksemme on monipuolisesti muokattavissa, se luo eri-ikäisille toimivan alustan ryhmäytymisen tukemiseen. Tämä esittämämme Meidän polku -sovelluksen pohja on suunniteltu ryhmän vastaaville. Valitsimme kohderyhmäksi juuri esiopetusikäiset, koska heidän täytyy ryhmäytyä lyhyessä ajassa. Esiopetusryhmissä lapset ovat usein toisilleen entuudestaan vieraita. Esiopetusikäisten on myös tärkeää harjoitella ryhmäytymisessä vaadittavia taitoja tulevaa koulun aloitusta varten.

Sovelluksen sisällön kuvaus

Sovelluksemme on suunniteltu Tuckmanin ryhmän muodostumisen vaiheiden mukaan. Vaiheita ovat muotoutuminen, kuuhuntavaihe, vakiintuminen, toimintavaihe ja irrottautuminen. Valitsemamme teemat soveltuvat kyseessä olevan vaiheen toiminnaksi.

Viisi teemaamme ovat;

1. Mielenkiinnonkohteet ja vahvuudet
2. Vuorovaikutustaidot
3. Tunnetaidot
4. Kiusaaminen
5. Arviointi ja ylläpito

Lasten mielenkiinnonkohteita ja vahvuuksia käydään läpi muotoutumisvaiheessa, kun toimintakausi alkaa ja ryhmää muodostetaan. Vuorovaikutustaidot kuuluvat olennaisesti kuuhuntavaiheeseen, jossa vastustetaan johtajaa ja voi syntyä riitoja. Tunnetaitoja harjoitellaan vakiintumisvaiheessa, jossa yksilöt alkavat vähitellen kokea olevansa osa ryhmää ja uskaltavat näyttää monenlaisia tunteita. Toimintavaiheessa ryhmän jäsenten erilaisuus nähdään vahvuudeksi. Tässä vaiheessa käydään läpi kiusaamista ja erilaisuuden hyväksymistä. Irrottautumisvaiheessa arvioidaan ja muistellaan ryhmän toimintaa ja voidaan kerrata tarvittaessa jo käsiteltyjä teemoja.

Valitsemamme teemat ovat varhaiskasvatuksessa läsnä joka päivä ja niihin on tärkeää panostaa myös sovelluksen parissa työskentelyn ulkopuolella. Tämän vuoksi teemat on valikoitunut niin, että niihin sisältyviä toimintoja on helppo toteuttaa aina kun koetaan tarpeelliseksi.

Sovelluksen käytön ohjeistus

Esimerkkikuvamme Meidän polusta on tarjottu ryhmästä vastaavalle aikuiselle suuntaviivaksi. Jokaiselle ryhmälle muodostuu omannäköinen polku, ryhmän valitsemista työskentelytavoista riippuen. Meidän polussa on yhteistä aina se, että ryhmä tekee yhdessä oman polkunsä seinälle tai isolle kartongille, jossa kulkee ryhmän oma maskotti tai valittu hahmo. Polku on siis aina

visuaalinen ja konkreettinen tuotos, jonka äärelle ryhmä voi kerääntyä ja seurata omaa matkaansa kohti päämäärää. Polku muodostuu viidestä teemasta ja teemoihin liittyvistä tehtävistä. Seinälle voidaan laittaa ryhmän onnistumisia ja iloisia hetkiä sekä töitä esimerkiksi valokuvia ja maalauksia.

Toimintakauden alussa käydään läpi Meidän polun tarkoitus. Työskentelytavoissa otetaan huomioon lasten mielenkiinnonkohteita ja mielipiteitä.

Keksimme viisi teemaa ja niihin soveltuvat vaihtoehtoiset toimintatavat. Ryhmän vastaava voi valita, kuinka monta toimintatapaa toteutetaan yhden teeman kohdalla.

1. Mielenkiinnonkohteet ja vahvuudet

- Meidän polku -projektin aloitus; polun visuaalinen käytännön aloitus kartongille
- Yhteisten sääntöjen sopiminen yhdessä lasten kanssa
- Minä supersankarina; käsitellään lapsen mielenkiinnonkohteita, vahvuuksia ja näkemystä itsestään, lapset tekevät oman maalauksen tai piirustuksen itsestään supersankarina

2. Vuorovaikutustaidot

- Vuorovaikutusleikit
- Satuhieronta
- Kirjallisuus
- Yhteisleikit; painotetaan toiminnallisuutta/liikunnallisuutta

3. Tunnetaidot

- Tunnekirjat
- Tunnemaalaus
- Satuhieronta
- Musiikkiliikunta; liikkuminen musiikin tahtiin eri tunnetilojen mukaan
- Valokuvaus; otetaan valokuvia toisista, kun he esittävät jotakin tunnetta
- Kaveririnkihaastattelu; aikuinen juttelee kaikkien ryhmän lasten kanssa kahden kesken heidän ystävyyssuhteistaan ja mahdollisesta ulkopuolelle jäämisestä

4. Kiusaaminen

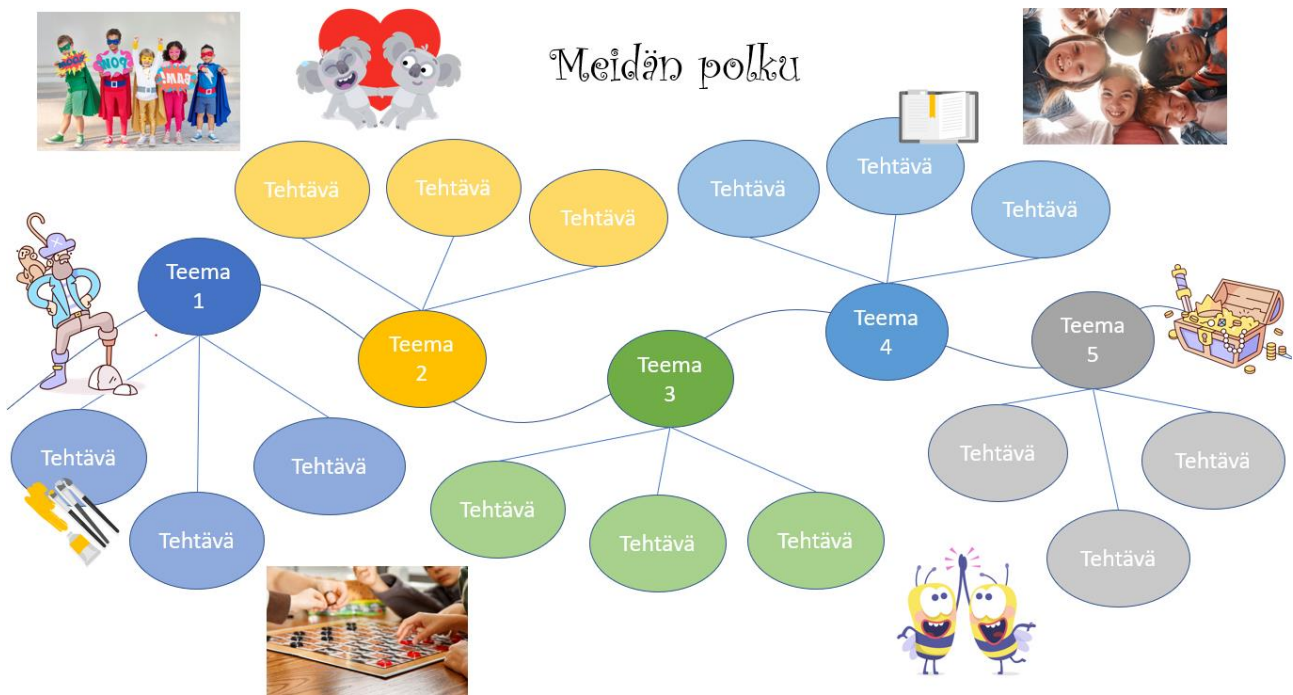
- Nukketeatteri



- Kirjallisuus
- Ystävyyssnaru; sormivirkkaus
- Musiikki; Rinnalla-hankkeen silkkitie

5. Arviointi ja ylläpito

- Meidän polun päätös projekti; suunnitellaan ja järjestetään juhla; jokaiselle oma todistus siitä, että on toiminut osana ryhmää, pienet palkinnot kaikille, keskustellaan hyvän ryhmän ominaisuuksista ryhmän kesken
- Meidän polku -projektin päätös voi olla myös yhteinen retki lähiympäristöön
- Otetaan valokuvat kaikista lapsista ja lapset saavat laittaa kuvat Meidän polulle haluamaansa kohtaan
- Voidaan tarvittaessa vielä kerrata teemoja

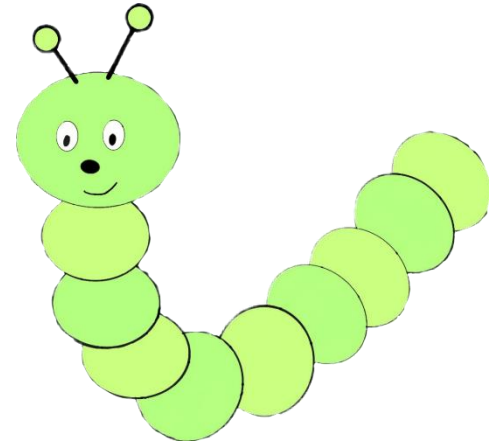


Esimerkkikuva Meidän polusta

MieliMato

**Toteuttanut ryhmä: Emilia Kaitalahti, Heidi Kannosto,
Maria Karlsson ja Meeri Kanasuo**

Kuvaus sovelluksen ideasta



[MieliMato on materiaalipankki](#) varhaiskasvatukseen ja vanhemmille.

Se on PDF-tiedosto, jonka voi tulostaa konkreettiseen muotoon kasvattajien avuksi.

MieliMatoon on kasattu kattavasti erilaista materiaalia lasten mielenterveyden tukemiseksi. Tiedosto on ilmainen, kaikkien saatavissa oleva tietopankki, mikä helpottaa kasvattajien tekemää mielenterveystyötä ja siihen liittyvää tiedonhakua. Materiaaleina toimivat erilaiset leikit ja pelit sekä harjoitukset ja tehtävät. Lisäksi materiaalipankkiin on kerätty kirjalista lasten mielenterveyteen liittyvästä kirjallisuudesta. Kirjat on helppo löytää ja ottaa omaan käyttöön esimerkiksi kirjastosta.

Materiaalipankin ideana on se, että varhaiskasvattajat sekä lasten vanhemmat saavat helposti käsiinsä lasten mielenterveyttä edistäviä harjoitteita jokapäiväiseen elämään. MieliMadon avulla kasvattajat pysyvät ajan tasalla lasten mielenterveyttä koskevista asioista ja hyvän mielenterveyden ylläpitämisestä.

Tavoitteet

Varhaiskasvatuksen henkilökunnalta on tullut toivomus siitä, että olisi olemassa jotain konkreettista apua lasten mielenterveyden kehittämiseen. Lasten mielenterveysongelmat ja mielenterveyden tukeminen ovat olleet viime vuosina erityisen paljon pinnalla ja aihe on täten ajankohtainen.

MieliMadon on tarkoitus auttaa varhaiskasvattajia lisäämään mielenterveyden edistämistä päiväkodeissa. Lisäksi valmiin materiaalipankin ansioista jokaiselta varhaiskasvatuksen työntekijältä ja lasten vanhemmilta löytyy valmiudet opettaa lapsia mielenterveyden sisällöistä. Mielenterveyteen kuuluu monia eri osa-alueita, kuten tunnekasvatus, kaveritaidot, itsesääätelytaidot, minäpystyvyys ja itsetunto sekä mielen kokonaisvaltainen hyvinvointi.

Tavoitteena on normalisoida mielenterveydestä puhuminen ja mielenterveyden kehittäminen lasten keskuudessa. Tavoitetilassa lapset pystyvät avoimeen keskusteluun mielenterveyttä koskevista asioista, ja näin heidän ajatuksensa ja kokemuksensa tulevat paremmin esiin ja käsittelyyn.

Kenelle tarkoitettu

MieliMato on kehitelty varhaiskasvatuksen työntekijöiden palautteen ansiosta. Toiveena oli se, että kasvattajilla olisi kiireellisen arjen keskellä valmis materiaalipankki, jota pystyisi hyödyntämään lasten mielenterveyskasvatuksessa kätevästi ja nopeasti. On myös huomattu, että olisi tarpeen löytyä sellainen paikka, johon on koottu ideat monista eri lähteistä.

Erityisesti MieliMato on tarkoitettu 1–6-vuotiaille varhaiskasvatuksen piiriin kuuluville lapsille. Mielen terveystieteistä tulee kuitenkin toteuttaa niin varhaiskasvatuksessa kuin kotonakin, joten tästä syystä materiaalipankki on saatavilla myös vanhemmille.

Varhaiskasvatuksen yksiköt voivat jakaa MieliMatoa lasten vanhemmille kotiin, jotta vanhemmillakin on mahdollisuus oikeaoppiseen mielen terveystieteiden kasvatukseen. Näin taataan myös kodin ja varhaiskasvatuksen välinen yhteistyö. Yhteistyön kautta vanhemmat pääsevät myös konkreettisesti näkemään, kuinka laadukasta varhaiskasvatus on MieliMadon harjoitteiden avulla.

Sovelluksen sisällön kuvaus

MieliMato on [PDF-tiedosto](#), johon on koottu monia eri ideoita ja harjoitteita monista eri lähteistä. MieliMadon symbolina toimii värikäs ja iloinen mato. Lapset osaavat assosoida madon mielen terveyden opetushetkeen. Matoa hyödynnetään päiväkodin toimintatuokioissa ns. maskottina. MieliMadon materiaalipankki on jaettu kategorioihin, joiden alta löytyy kuhunkin aiheeseen tarvittavat materiaalit.

Kategoriat ovat:

1. Tunnekasvatus
2. Kaveritaidot
3. Yksilön arvokkuus (minäpystyvyys, itsesääätelytaidot ja itsetunto)
4. Mielen hyvinvointi

Jokaiseen kategoriaan on kerätty tietty määrä harjoituksia, tehtäviä ja aiheisiin sopivaa kirjallisuutta. Materiaalipankissa on listattuna sivustot, joista harjoitukset ovat löytyneet. Harjoitusten ohjeet löytyvät MieliMadosta, mutta kasvattaja pääsee etsimään lisätietoa aiheesta alkuperäisestä lähteestä tarvittaessa. Kirjat ovat myös listattuna jokaisen niitä käsittelevän kategorian alle, jotta ne on helppo löytää.

Käyttöohjeistus

MieliMato pääasiassa toimii tukena varhaiskasvatuksen toimintahetkien suunnittelussa. MieliMatoa pyritään markkinoimaan niin, että PDF-tiedostoa lähetetään sähköpostitse eri kuntien varhaiskasvatusjohtajille, jotka voivat edelleen lähettää tiedostoa yksikköihinsä.

MieliMadon käyttöoikeuden saa myös ottamalla yhteyttä ylläpitäjiin. Me olemme MieliMadon ylläpitäjiä, ja otamme kehitysehdotuksia ja ideoita vastaan, joiden perusteella tiedostoa voi kehittää ja muokata paremmaksi. MieliMadon käyttäjät voivat olla ylläpitäjiin yhteydessä sähköpostitse ja sähköposti löytyy tiedoston lopusta, jossa kehoitetaan antamaan palautetta.

Vuosittain julkaistaan uusi versio MieliMadosta, joka on aina kehitetty versio edeltäjästään. Näin otetaan huomioon kentällä työskentelevien työntekijöiden ideat ja mielipiteet.



Mörökölliien tunnemetsä (toiminnallinen tunne- ja kaveritaitoja opettava lautapeli)

Toteuttanut ryhmä: Janina Salminen, Sofia Salo, Henri Vilos ja Lisa Saarinen

Sovelluksen idea

Sovelluksessamme lapset opettelevat ja kertaavat tunne- ja kaveritaitojaan erilaisten tehtävä- ja tunnekorttien avulla. Sovellusideamme on lautapeli, jossa pelaajia voi olla 2–4 sekä iältään yli kolme vuotiaita. Peli etenee noppaa heittämällä. Pelissä on 20 erilaista tehtävä- sekä tunnekorttia.

Valitsimme sovelluksemme aiheeksi tunnetaidot, koska niiden tukeminen on hyvin tärkeä kasvatuksellinen päämäärä varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitojen hallitsemisella on kauaskantoiset vaikutukset lapsen tulevaisuuteen.

Sovellusideamme lähti liikkeelle luettuamme muutamia artikkeleja siitä, kuinka tärkeät tunnetaidot ovat kaverisuhteissa. Tämän lisäksi lapsien ei tule pelattua enää niin paljon ns. vanhanaikaisia lautapelejä, joten halusimme tukea lautapeliin pelaamista. Mielestämme lautapeli on helppo ja kiva tapa oppia ja harjoitella tunnetaitoja. Opitut taidot tulevat leikin kautta lapsille tutuiksi, joka on lapsille mieluinen tapa oppia ja harjoitella.

Tavoitteet

Pelimme päätavoite on, että lapset oppivat ja harjoittelevat tunnetaitoja. Tunnetaitoja harjoitellaan pelissämme erilaisten tehtävä- sekä tunnekorttien avulla. Tunnekorttien tavoitteina ovat erilaisten tunteiden nimeäminen ja niiden näyttäminen, erilaisten tunteiden sanoittaminen sekä itseilmaisun harjoittelua.

Tehtäväkorttien tavoitteina ovat omien tunteiden ilmaisu, omien tunteiden itsesäätely ja kaveritaitojen harjoittelu sekä toisten tunteiden huomioimista. Pelin korteista löytyy monta kaverisuhteita vahvistavaa korttia. Näiden korttien tavoitteena on kaverisuhteiden luominen sekä vahvistaminen.

Peli sopii hyvin myös uuteen päiväkotiryhmään, koska sen avulla lapset tutustuvat toisiinsa ja se auttaa ryhmäytymisessä. Pelissä jokainen pelaaja on vuorovaikutuksessa muiden pelaajien kanssa, vuorovaikutus on tärkeää ryhmäytymisessä, kaverisuhteiden luomisessa ja niiden ylläpitämisessä. Koska aikuinen on mukana pelissä, saadaan luotua turvallinen ympäristö pelin ympärille, jossa lapsilla on mahdollisuus oppia ja harjoitella rauhassa.

Kenelle tarkoitettu

Peli soveltuu pelattavaksi yli kolmevuotiaille lapsille. Pelaajamäärä on hyvä pitää maksimissaan neljässä, pelin korttien rajallisuuden takia. Aikuinen voi olla mukana pelissä näyttämässä esimerkkiä yhtenä pelaajista tai vain ohjeistamassa ja lukemassa kortteja. Peli soveltuu hyvin kaikille lapsille.

Pelissä voi olla mukana lapsia, joille tunne- ja kaveritaidot ovat jo vahvasti hallussa sekä lapsia, jotka tarvitsevat vielä tukea tunne- ja kaveritaidoissa ja niiden tunnistamisessa sekä käyttämisessä. Näin pelissä voi hyödyntää vertaisoppimista, joka on tärkeä oppimisen muoto. Vertaisoppiminen on keino aktivoida ja lisätä vuorovaikutusta, sekä tukea minäpystyvyyden tunnetta sekä oman osaamisen jakamista.

Peli soveltuu hyvin ryhmille, jonka lapset tuntevat jo toisensa sekä uusille päiväkotiryhmille. Pelissä on helppo luoda ja vahvistaa kaverisuhteita, sekä vahvistaa ryhmäytymistä jo entuudestaan tutussa ryhmässä. Pelin avulla opitaan lisää jo tutuista kavereista. Uusille päiväkotiryhmille peli on hyvä apukeino auttaa tutustumaan lapsia ryhmän muihin lapsiin, sekä ryhmäytymään. Pelin avulla on helppo luoda uusia kaverisuhteita.

Sovelluksen sisällön kuvaus

Sovelluksen sisältöön kuuluu pelilauta, tunne- sekä tehtäväkortit (molempia 20kpl), pelinappulat ja noppa.

Lautapelin pohjassa on 30 ruutua (sisältää aloitus- ja maaliruudun). 8 ruutua on tehtäväkortteja varten ja 8 ruutua tunnekortteja varten. Lisäksi pohjassa on vihreitä sekä punaisia ruutuja. Vihreä ruutu tarkoittaa uutta heittovuoroa ja punainen ruutu sitä, että joutuu odottamaan yhden kierroksen. Loput ruudut ovat tavallisia ruutuja. Aikuinen on mukana pelissä ja peli etenee noppaa heittämällä ja jokainen pelaaja tarvitsee oman pelinappulan.

Tehtäväkortit ovat keltaisia ja tunnekortit sinisiä. Tehtäväkorteissa on toiminnallisia tehtäviä ja ne liittyvät kaveritaitojen harjoitteluun, omien tunteiden ilmaisuun ja omien tunteiden itsesäätelyyn. Tunnekorteissa on erilaisten tunteiden nimeämistä ja niiden näyttämistä, tunteiden sanoittamista sekä itseilmaisun harjoittelua.

Käytön ohjeistus/Peliohjeet

Pelaajien nappulat asetetaan aloitusruutuun. Nuorin pelaaja aloittaa heittämällä noppaa ja liikkumalla eteenpäin nopan silmäluvun osoittaman määrän. Jos pelaaja pääsee vihreään ruutuun, saa pelaaja uuden heittovuoron. Jos pelaaja pääsee punaiseen ruutuun, joutuu pelaaja odottamaan yhden kierroksen. Jos pelaaja pääsee keltaiseen ruutuun, pelaaja saa nostaa tehtäväkorttipakasta yhden tehtäväkortin ja suorittaa tehtäväkortissa olevan tehtävän. Jos pelaaja pääsee siniseen ruutuun, pelaaja saa nostaa tunnekorttipakasta yhden tunnekortin ja suorittaa tunnekortissa olevan tehtävän. Jos pelaaja pääsee valkoiseen ruutuun, heittovuoro siirtyy pelaajan vasemmalla puolella olevalle pelaajalle. Näin peliä jatketaan siihen asti, kunnes kaikki pelaajat ovat päässeet maaliruutuun.

Tehtäväkortit:

1. Halaa yhtä pelikaveriasi.
2. Kehu yhtä pelikaveriasi.
3. Kerro yksi hyvä puoli itsestäsi.

4. Esitä kavereille yksi tunne, jota he yrittävät arvata.
5. Millainen on hyvä ystävä mielestäsi?
6. Kehu yhtä pelikaveriasi.
7. Miten voit pyytää ystävältä anteeksi?
8. Mihin leikkiin kaikki kaverit mahtuvat mukaan?
9. Mitä hyvä ystävä ei tekisi kaverille?
10. Tee jotain, joka saa pelikaverisi iloiseksi.
11. Esitä kavereille yksi tunne, jota he yrittävät arvata.
12. Silitä yhtä pelikaveriasi.
13. Kehu yhtä pelikaveriasi.
14. Miten lohdutat kaveria?
15. Näytä/kerro mikä saa sinut rauhoittumaan.
16. Miten kannustat kaveria?
17. Mikä asia sinua jännittää?
18. Esitä kavereille yksi tunne, jota he yrittävät arvata.
19. Halaa yhtä pelikaveriasi.
20. Kerro kaverille miksi tykkäät hänestä.

Tunnekortit:

1. (Kuva iloisesta ilmeestä) Nimeä tunne ja näytä miltä näytät iloisena.
2. (Kuva vihaisesta ilmeestä) Nimeä tunne ja näytä miten liikut vihaisena.
3. (Kuva surullisesta ilmeestä) Nimeä tunne ja kerro mikä sinut saa surulliseksi.
4. (Kuva pelokkaasta ilmeestä) Nimeä tunne ja kerro mitä teet, kun sinua pelottaa.
5. (Kuva innostuneesta ilmeestä) Nimeä tunne ja kerro miten kaveri saa sinut nauramaan.
6. Mitä tunteita olet tuntenut tänään?



7. Miltä sinusta tuntuu, jos et pääse leikkiin mukaan?
8. Miltä sinusta tuntuu, kun kaveri haluaa sinua?
9. Miltä sinusta tuntuu, jos kaveri satuttaa sinua?
10. Miltä sinusta tuntuu, kun kaveri tulee pyytämään sinua leikkiin mukaan?
11. Millainen olet vihaisena?
12. Millainen olet iloisena?
13. Millainen olet, kun innostut?
14. Millainen olet, kun pelkää?
15. Miltä sinusta tuntuu, kun kaveri antaa sinulle lelun, jolla haluat leikkiä?
16. Miltä sinusta tuntuu, kun kaveri ottaa kädestäsi lelun, millä leikit?
17. Miltä sinusta tuntuu, jos kaverisi ei tule päiväkotiin?
18. Miltä sinusta tuntuu leikkiä yksin?
19. Miltä sinusta tuntuu, jos joudut lopettamaan kivan leikin kesken?
20. Miten pyydät apua kaverilta tai aikuiselta?



