

Espoon ja sen lähikuntien käytäntöjä ja metodeja lasten tunnetaitojen ja itsesäätelytaitojen vahvistamiseksi ja tukemiseksi

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu, johon myös itsesäätelyn taidot kuuluvat, ovat varhaiskasvatuksen, esiopetuksen ja perusopetuksen opetussuunnitelmissa tärkeä osa jokaisen yksikön toimintakulttuuria. Taitoja harjoitellaan ja opitaan opetussuunnitelmien mukaisesti paitsi jokapäiväisissä arjen tilanteissa, myös osana laaja-alaisen osaamisen kokonaisuutta ja perusopetuksessa osana eri oppiaineiden opiskelua. Varhaiskasvatuksessa oppimisen alueet kuvaavat varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan keskeisiä tavoitteita ja sisältöjä, joihin myös esimerkiksi vuorovaikutus-, tunne- ja kaveritaidot kuuluvat.

Espoon lisäksi ainakin Helsinki, Vantaa ja Kirkkonummi jakavat yhteisen näkemyksen siitä, että käytäntöjä ja metodeja olennaisempaa lasten tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamisessa, harjoittelemisessa ja vahvistamisessa ovat arjen kohtaamiset ja laadukas pedagogiikka. Käytännöt tai menetelmät eivät korvaa opettajien ja kasvattajien pedagogista osaamista ja vuorovaikutusosaamista. Aikuisen empatiataidot, kannustus ja kiitos, mallinnus, positiivinen palaute sekä mielenlukutaito varhaiskasvatuksessa ovat parasta tukea tunne- ja kaveritaitojen vahvistamiseksi. Lasten tunnetaitojen ja itsesäätelytaitojen vahvistaminen lähteekin ennen kaikkea hyvästä pedagogiikan johtamisesta ja ammattitaitoisesta henkilöstöstä, joka ymmärtää lapsen kehityksen ja oppimisen periaatteet. Parasta tunnetaitojen vahvistamista on kelpoinen henkilöstö ja sen saatavuus.

Espoo

Espoon varhaiskasvatuksessa harjoitellaan tunne- ja kaveritaitoja, lapsiryhmän vuorovaikutusta ja toisten huomioonottamista erilaisissa arjen tilanteissa monipuolisten työtapojen, kuten esimerkiksi leikin avulla. Varhaiskasvatuksen henkilöstö ohjaa lapsia kiinnittämään huomiota omiin ja toisten tunteisiin, osoittamaan myötätuntoa sekä huolehtimaan kavereista. Lapsia autetaan harjoittelemaan kaveritaitoja ja tunteiden ilmaisua arjen tilanteissa niin ryhmän, kuin myös jokaisen lapsen näkökulmasta. Lapsille opetetaan myös kehotunnetaitoja sekä turvataitoja, jotka auttavat lasta suojautumaan kiusaamiselta, häirinnältä ja väkivallalta. Apuna tässä työssä voidaan käyttää muun muassa Väestöliiton verkkosivuilta saatavaa aineistoa.

Espoon varhaiskasvatuksessa käytössä olevat menetelmät tunnetaitojen ja itsesäätelytaitojen vahvistamiseksi ja tukemiseksi ovat yksikkökohtaisia. Esimerkkeinä näistä ovat Ihmeelliset vuodet, Askeleittain, Fanny-kirjasarja, kaverikerho, vuorovaikutusleikki, Arvokas, kirjasarjat Jukka hukka ja Molly, Mieli ry:n materiaalit (pöytäteatteri), Huomaa hyvä!, Jag&vi ja Se det goda.

Perusopetuksen puolella tunne- ja itsesäätelytaitojen opetus on koulujen rakenteissa ja osa eri oppiaineiden tavoitteita ja sisältöjä. Rehtori johtaa kouluissa yksikön rakenteissa olevaa yhteisöllistä hyvinvointiryhmää. Tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat osa kokonaisuutta. Useimmissa kouluissa on myös hyvinvoinnin/ oppilaan osallisuuden pedagoginen tiimi, joka kokoontuu koulun yhteissuunnitteluajalla ja suunnittelee yhteisöllistä hyvinvointia ja tunnetaitojen opetusta sekä sen toteutumista koulussa. Yhteisöohjaajat ja opiskeluhuollon henkilöstö vetävät tunnetaitojen tunteja, tuokioita ja teemapäiviä kouluilla.

Monissa Espoon kouluissa on käytössä vuosiluokittainen hyvinvointisuunnitelma, hyvinvoinnin vuosikello ja/tai hyvinvoinnin teemat, jotka pitävät sisällään tunne- ja itsesäätelytaitojen opettamisen ja joita toteutetaan kuukausittain. Opettajat saavat itse valita menetelmät. Osalla

kouluista on säännöllisiä luokanopettaja/ luokanohjaaja -vetoisia tunnetaitotunteja. Joillakin kouluilla on tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen syvemmin perehtynyt/kouluttautunut opettaja. Osa Espoon kouluista hyödyntää Espoo-tunteja tunne- ja vuorovaikutusteemojen opettamiseen. Suuressa osassa kouluista teemat on kuitenkin integroitu muiden oppiaineiden sisältöihin, jolloin luokanopettaja tai aineenopettaja opettaa ko. aiheet itse.

Useassa koulussa on käytössä Arvokas -menetelmä, jonka yksi keskeisistä tavoitteista on sosiaalisten taitojen harjoittelu ja vahvistaminen. Menetelmä on jatkokehitetty Espoossa alkuperäisestä Aggression Replacement Training -menetelmästä. Esimerkiksi Leppävaaran alueella menetelmää ja/tai sen materiaaleja käytetään kuudessa koulussa. Muita Espoossa käytössä olevia menetelmiä ovat muun muassa: Huomaa hyvä- ja Mieli Ry:n materiaalit, Arvokas -menetelmään pohjautuva EHT-malli, KivaKoulu-materiaali ja KiVa-menetelmä, Suomen Ladun Tunteet hukassa -materiaali, Hyvän Elämän Rakennus Oppi, Lions Quest -materiaali, Friends (Aseman Lapset ry), Huomaa hyvä, vahvuus varis -Materiaali ja Hyvää kasvua/ Rovaniemen hyvinvoinnin vuosikello sekä muita eri kaupunkien kehittämiä materiaaleja. Tunnetaitojen ja itsesäätelytaitojen vahvistamiseen hyödynnetään myös muuta netissä vapaasti tarjolla olevaa materiaalia. Opettajilla onkin mahdollisuus valita omalle ryhmälleen sopivimmat käytänteet ja menetelmät myös tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen. Oppilaantuntemus on keskeisessä osassa ryhmälle sopivien metodien valitsemisessa.

Kouluissa on erinomaista itse tuotettua sähköistä yms. materiaalia tunnetaitojen tuntisisältöihin. Esimerkkeinä näistä mm. hyvinvointitaitojen ohjauksen malli, sosiaalisen kasvun opetus, koulun oma ryhmäytämistoiminta ja yhden alakoulun oma Soliseva-malli. Se sisältää neljä teemaa lukuvuoden aikana ja niihin liittyvät luokkatehtävät sekä luokissa pidettävät "Sydän-tunnit", joissa harjoitellaan kaveri- ja vuorovaikutustaitoja. Itsestä huolehtimisen ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittäjäopettaja ylläpitää kaupunkitasoista opettajaverkostoa, jossa jaetaan hyviä käytänteitä ja kehitetään niitä koulujen käyttöön.

Kaikilla kouluilla on käytössään Someturva-palvelu, joka auttaa ensisijaisesti somekiusaamiseen liittyvissä tilanteissa, mutta tarjoaa myös ikätasoisia oppituntimateriaaleja tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoitteluun liittyen.

Espoossa on parhaillaan käynnissä kaupungin ja seurakuntayhtymän Luokka loistamaan -hanke, jossa 25 espoolaisen koulun 4.–5.-luokkalaisille opetetaan tunne-, kaveri- ja itsetuntemustaitoja sekä arjen ja oppimisen taitoja.

Ryhmässä toimimisen ja tunnetaitojen sekä itsensä ja muiden arvostamisen taitojen vahvistaminen kuuluu useamman oppiaineen opetussuunnitelmaan. Näistä mainittakoon ympäristöoppi, musiikki, liikunta, terveystieto, elämäkatsomustieto, uskonnot, suomen kieli ja kirjallisuus, vieraat kielet ja oppilaanohjaus. Esimerkiksi oppilaanohjaus -oppiaineen tehtävänä on edistää oppilaiden kasvua ja kehitystä siten, että jokainen oppilas pystyy kehittämään opiskelunvalmiuksiaan ja vuorovaikutustaitojaan sekä oppimaan elämässä tarvittavia tietoja ja taitoja. Oppilaanohjauksessa käsitellään sisältöalueita, joiden avulla oppilaat laajentavat itsetuntemustaan ja itsearviointitaitojaan, tulevaisuuden suunnittelu- ja päätöksentekotaitojaan sekä kehittävät taitojaan ratkaista ongelmia tilanteessa, jossa valmista ratkaisua ei ole annettu. Harjoitettavat taidot koskevat mm. urasuunnittelu- ja urahallintataitoja, motivaatiota sekä yleisiä elämässä tarvittavia taitoja. Analysointivalmiuksia sekä omiin valintoihin vaikuttavien tekijöiden tunnistamista harjoitetaan. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi arvot ja asenteet, oppilaan taidot sekä sosiaaliset verkostot.

Tunne- ja itsesäätelytaitoja vahvistetaan myös osana alakoulun opetusta toteutettavaa oppilaanohjausta. Opettajilla on moninaiset pedagogiset ratkaisut käytössään. Osa tekee "vahvuuskäsiä" ja toiset keräävät leimoja, tarroja, hymynaamoja yms. "hyvän" tunnistustapoja. Joillakin opettajilla on tapana, että kun ryhmäkohtaisia "hyvän" tunnistamistapoja on kertynyt riittävästi, luokka voi yhdessä lunastaa erinäisiä palkintoja, kuten rauhallisen lukuhetken tai

elokuvahetken. Monet koulut ovat käyttävätkin Espoo-tunteja vuosiluokilla 1–3 oppilaanohjauksen opetukseen ja sisällyttäneet näihin tunteihin myös tunnetaitojen ja itsesäätelytaitojen opetusta erilaisilla menetelmillä ja tavoilla.

Joissakin yläkouluissa vuorovaikutustaitoja harjoitellaan valinnaisaineina. Tunnetaitoja opetetaan myös mm. draaman, ilmaisun ja kirjallisuuden opetuksen kautta.

Tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat Espoon perusopetuksessa yhteisen poissaoloihin puuttumisen ja läsnäolon tukemisen mallin mukaisesti myös osa kouluun kiinnittämistä. Esi- ja perusopetuksen yksiköjä on kannustettu käyttämään KouluKunnossa -läsnäolomallin materiaaleja, joissa on mm. valmiita harjoituksia tunnetaitojen, itsetuntemuksen sekä kaveritaitojen ja ristiriitojen ratkaisemisen harjoittelua varten.

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetus on myös osa hyvinvointitaitojen opetusta. Espoossa hyvinvointitaitojen opetus on kirjattu Yhdessä vahvaksi yhteisöksi – suunnitelmaan (suunnitelma kiusaamista, väkivaltaa, häirintää ja syrjintää vastaan) osaksi kiusaamisen ehkäisyä.

Vantaa

Vantaan varhaiskasvatuksessa käytetään moninaisia keinoja ja tapoja lasten tunne- ja säätelytaitojen tukemisessa. Kaikki varhaiskasvatusyksiköt ovat mukana Pro-toimintamallissa, missä opettajat ja avustajat vahvistavat lasten tunnetaitoja ja ohjaavat heidän käyttäytymistään toivottuun suuntaan ohjeistuksilla, positiivisella palautteella ja omalla esimerkillään. Lyhenne “pro” tulee sanoista “positiivisesti ryhmässä oppiva”. Myös osa perusopetuksen kouluista on lähtenyt toimintamalliin mukaan.

Tunne- ja vuorovaikutustaidot huomioitu myös varhaiskasvatuksen suunnitelmissa (lapsiryhmän toimintasuunnitelma, tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelma sekä kiusaamisen ehkäisyn ja puuttumisen suunnitelma, kunta vasu). Suunnitelmat ovat ohjaavia ja velvoittavia asiakirjoja, joihin työntekijät ovat sitoutuneet.

Vantaan perusopetuksen kouluissa tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetuksessa on:

- käytössä hyvinvoinnin vuosikello, johon pohjautuen joka koululla on vähintään kerran kuukaudessa tunne- ja vuorovaikutustunti. Koulut päättävät itse tuntien toteutuksesta.
- tuntikehyslisäys tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen: 7.–8.-luokkalaisilla 0,5 vvt tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetusta. Tämä pysyvä lisäys tuntikehykseen aloitettiin 7. -luokkalaisille 1.8.2023 ja 8.-luokkalaisille 1.8.2024.
- keskeisinä tavoitteina kaverisuhteiden luominen ja ylläpitäminen, omien tunteiden tunnistaminen ja käsitteleminen, ryhmässä toimimisen taitojen vahvistaminen, hyvän arjen taitojen, turvataitojen sekä vuorovaikutustaitojen harjoittelu.
- taustalla kaupungin kiusaamisen vastainen toimenpideohjelma sekä läsnäolon tukemista ja poissaolojen ennaltaehkäisyä ja puuttumista käsittelevä Koulu kaikille -malli.
- kaupungin opetussuunnitelmaan kirjattu tarkemmat tavoitteet vuosiluokkien 7-9 opetukseen.
- opettamisen tueksi koottu materiaalit Vantaan omaan materiaalipankkiin hyödyntäen etenkin Mieli ry:n aineistoja
- opettajille järjestetty koulutusta tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen yhteistyössä Mieli ry:n kanssa.
- tutoropettajat, jotka tukevat tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetusta koulutuksin ja kouluvierailuin.
- perusopetuksen 4. ja 7. luokkien oppilailla käytössä SchoolDay-palvelu hyvinvoinnin mittarina. Oppilaat vastaavat säännöllisesti hyvinvointiin liittyviin kysymyksiin, minkä jälkeen

vastauksia käsitellään ryhmän tasolla. Vastauksia käytetään myös hyvinvointitiedolla johtamisen apuna. Palvelu on käytössä vielä lukuvuoden 2024–25 ajan.

- tukena syksystä 2023 alkaen pilotoitu kouluvalmentajatoiminta, mikä laajenee kaikkiin vuosiluokkien 7-9 opetusta tarjoaviin kouluihin syksystä 2025 alkaen.

Helsinki

Helsingissä on kiusaamisen vastainen KVO13 – ohjelma, minkä yhtenä toimenpiteenä on kirjata varhaiskasvatusyksikön toimintasuunnitelmaan systemaattisesti käytössä oleva yhteisesti sovittu toimintamalli sosiaalisia ja tunnetaitoja sekä kiusaamistilanteiden käsittelyä varten.

Varhaiskasvatusyksiköt kuvaavat oman toimintasuunnitelmaansa otsikon "Kannustamme hyviin kaveritaitoihin" alle:

- miten yksikössä vahvistetaan lasten kaveritaitoja eli vuorovaikutus sekä empatia- ja tunnetaitoja.
- miten yhdessä lasten ja huoltajien kanssa ennaltaehkäisemme kiusaamista ja ratkaisemme ristiriita- ja konfliktitilanteita.
- miten mahdollisissa kiusaamistilanteissa huolehditaan yhdessä sovittujen toimenpiteiden seurannasta.

Helsingin varhaiskasvatuksessa ei ohjata minkään tietyn menetelmän käyttöön, vaan henkilöstöllä on mahdollisuus valita sopivimmat käytänteet ja menetelmät tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettamiseen.

Helsingin perusopetuksen kouluja sitoo kaupungin strategiatavoite 2023 ja 2024, minkä pyrkimyksenä on parantaa mielen hyvinvoinnin varhaista tukea lasten ja nuorten arjessa. Vuonna 2023 tavoitteena oli, että peruskouluista vähintään 80% käyttää systemaattisesti yhtä tai useampaa kaupungin sopimaa tunne- ja vuorovaikutustaito -ohjelmaa syyslukukauden 2023 loppuun mennessä seuraavasti:

- vuosiluokkien 1-6 ja 7-9 kouluissa vähintään yhdellä vuosiluokalla
- vuosiluokkien 1-9 kouluissa vähintään kahdella vuosiluokalla (toinen vuosiluokka on oltava luokka-asteilla 1-6 ja toinen luokka-asteilta 7-9).

Vuonna 2024 tavoitteena oli, että peruskouluissa käytetään systemaattisesti yhtä tai useampaa kaupungin sopimaa tunne- ja vuorovaikutustaito -ohjelmaa syyslukukauden 2024 loppuun mennessä seuraavasti:

- vuosiluokkien 1-6 ja 7-9 kouluissa vähintään kahdella vuosiluokalla
- vuosiluokkien 1-9 kouluissa vähintään neljällä vuosiluokalla (2-3 vuosiluokka on oltava luokka-asteilla 1-6 ja 1-2 luokka-asteilta 7-9).

Helsingin kaupungin sopimat ohjelmat tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetukseen ovat Yhteispeli (Niilo Mäki instituutti), Hyvää mieltä yhdessä (Mieli ry.), Hyvän mielen koulu (Mieli ry.), Hyvän mielen taitomerkki (Mieli ry.), Friends (Aseman Lapset ry), KiVa-koulu (Turun yliopisto) ja Askeleittain (alkuopetus). Jokainen koulu päättää, mitkä vuosiluokat kokonaisuudessaan käyttävät valittua ohjelmaa/ohjelmia.

Kirkkonummi

Kirkkonummen varhaiskasvatuksessa sosiaalisten ja tunnetaitojen vahvistamiseen liittyvät toimet määritellään ja kirjataan toimipaikkatasoisesti toimipaikan pedagogisen johtamisen suunnitelmaan osana toimenpiteitä kiusaamisen, häirinnän ja väkivallan ehkäisemiseksi. Kirkkonummen

kiusaamisen, häirinnän ja väkivallan ehkäisemisen suunnitelmassa on paljon ideoita ja menetelmiä ennaltaehkäisyn tueksi. Mitattavana tavoitteena meillä on, että jokaisella lapsella on kaveri. Toimipaikat saavat määritellä itse käyttämänsä mittarin. Sosiogrammi, havainnoinnit ja haastattelut ovat paljon käytettyjä menetelmiä. Ryhmän pedagogisen toiminnan suunnitelmassa täsmennetään toimenpiteitä vastaamaan lapsiryhmän tarpeita ikä- ja kehitystasolla.

Varhaiskasvatuksessa on kolme kuraattoria, joiden tehtävänä on esimerkiksi tarjota apuaan henkilöstölle sosiaalisten, tunne- ja itesääätelytaitojen harjoitteluun lapsiryhmissä. Pisara-puuttumisen menetelmä on laajasti koulutettu henkilöstölle, ja kuraattorit myös mallintavat sen käyttöä. Myös kirjasarjat kuten Piki- Mollin ja Fanny -kirjat tuntuvat olevan paljon käytössä. Kaupungissa pyritään vahvistamaan varhaiskasvatuksen aikuisten pedagogista ja vuorovaikutusosaamista myös rekrytoinnin keinoin sekä tukemalla henkilöstön tutkintokoulutuksia.

Kirkkonummen perusopetuksessa kouluilla on käytössä vaihtelevasti erilaisia käytänteitä lasten tunnetaitojen ja itesääätelytaitojen vahvistamiseksi ja tukemiseksi. Esimerkkeinä voi mainita:

- Mieli ry:n hyvän mielen taitomerkit
- Lions Quest
- Huomaa hyvä! -vahvuustaidot
- Minä ja muut -oppimiskokonaisuus, jossa mm. käsitellään järjestyssääntöjä, toisten huomioimista, yhteisiä toimintamalleja sekä harjoitellaan ryhmäytymistä.
- Tunnekasvatussuunnitelma, jossa käsitellään kiusaamista ilmiönä, tunteita sekä toimintamalleja erilaisiin tilanteisiin. Suunnitelman taustalla on mm. Arvokas-menetelmä.
- Askeleittain-materiaali
- Yhdessä! -tunnit kaikille luokka-asteille neljä kertaa lukuvuodessa. Tunneilla harjoitellaan vuorovaikutustaitoja, omien vahvuuksien tunnistamista sekä käsitellään erilaisia luokan ilmapiiriin vaikuttavia teemoja
- Vertaissovittelu Verso: Sovittelussa oppilaat oppivat tunne-, ihmissuhde- ja ongelmanratkaisutaitoja sekä erilaisuuden ymmärtämistä ja rauhanrakennusta.
- Kaikille luokille kerran kuussa oppitunnit, joilla harjoitellaan ryhmäytymistä ja sosiaalisia- ja vuorovaikutustaitoja sekä tehdään hyvinvointia lisääviä harjoituksia ns. Oulun tunne- ja turvataitokasvatusmallin mukaan.
- Tunne- ja vuorovaikutustaitoja opetellaan kaikkien oppiaineiden yhteydessä.

Kauniainen

Kauniaisten varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa on käytössä kaupungin oma Tunne- ja kaveritaitojen polku -työkalu, joka tukee lasten tunnetaitojen sekä sosiaalisten taitojen kehittymistä. Käytössä on myös Huomaa Hyvä! -materiaali. Perusopetuksen puolella tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen ja harjoittelua ohjaa ”Hyvää Kasvua”-hyvinvointiopetuksen opetussuunnitelma, jonka takana ovat Äänekosken ja Kauniaisten kaupungit sekä Positive Education Oy.