



Pedagoginen kahvila

10.11.2016

**Tunne- ja vuorovaikutustaitojen
opettaminen Aggression portaat –
opetusohjelman avulla**

Jaana Hintikka, KT, erityisluokanopettaja



Koulutuksen sisältö

- **Mitä tunnetaidot ovat?**
- **Miksi niitä kannattaa opettaa?**
- **Aggression portaat –opetusohjelma:**
 - perusta
 - tavoitteet
 - opetettavat sisällöt
 - metodit
 - arviointi
- * **Opetusvinkkejä ja oheismateriaaleja**



Perustunteita ovat:

- * ilo
- * suru
- * pelko
- * viha
- * inho
- * hämmästyys



Mitä tunteita ovat?

Tunne- ja itsesäätelytaidot ovat osa sosioemotionaalista kompetenssia (pätevyyttä).

Tunnetaitoja ovat **tunteiden**;

- tunnistaminen
- nimeäminen
- ilmaiseminen
- säätely

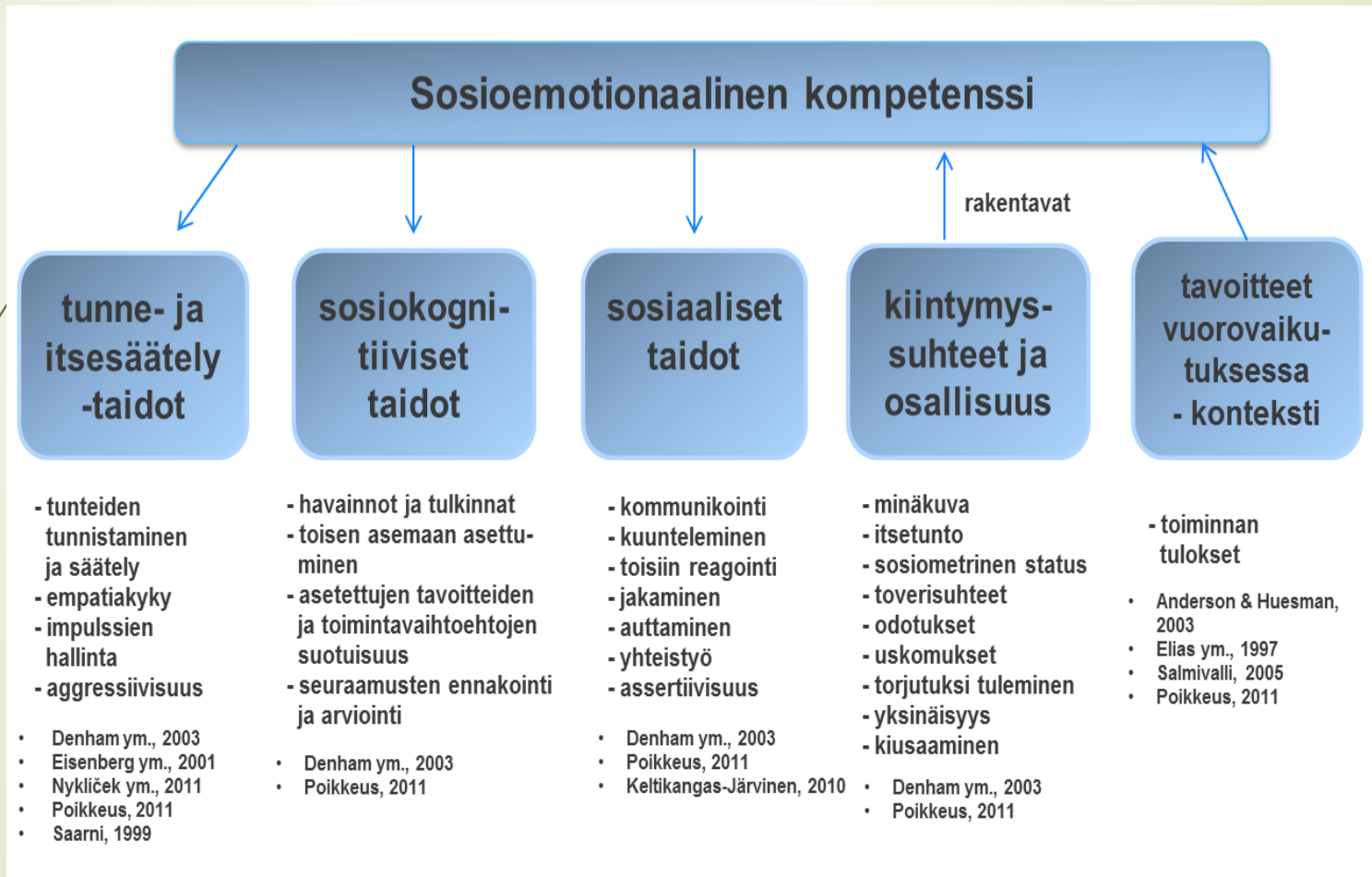


Sosioemotionaalinen kompetenssi

- * **Voidaan määritellä monin tavoin.**
- * **Kehittyy lapsen ja ympäristön keskinäisessä vuorovaikutuksessa.**
- * **Muotoutuu oppimisen kautta.**



Sosioemotionaalinen kompetenssi alakäsitteineen (Rose-Krasnorin mallia, 1997, mukailleen)





Miksi tunnetaitoja kannatta opettaa?

Kun lapsi osaa tunnistaa erilaisia tunneilmaisuja:

- **Väkivaltainen** käyttäytyminen ja **päihteiden** käytön riski vähenee (Mayer & Cobb, 2000)
- **Sosiaalinen kyvykkyys** (itsehillintä, aloitteellisuus ja yhteistyökyky) ja **koulusuoriutuminen** ongelmattomampaa (Izard ym., 2001)



Kun lapsi osaa tunnistaa erilaisia tunneilmaisuja, suotuisa yhteys

- **Prososiaaliseen** käyttäytymiseen
(avuliaisuus, empatiakyky jne.) (Ensor & Hughes, 2005)
- **Suosioon** tovereiden keskuudessa
(Leppänen, 2001)



Tunnetaitojen kehittymisen riski- ja suojaavia tekijöitä:

Lapset eroavat toisistaan:

- a) sosiaalisilta **taidoiltaan**
- b) suuntautumisessaan sosiaaliseen **vuorovaikutukseen**
- c) kanssakäymiseen hakeutuvissa **strategioissa**
- d) sosiaalisessa **käyttäytymisessä**



Itseen tai lähiympäristöön liittyvät riskitekijät

→ pitkäaikainen kielteinen vaikutus yksilön elämään

Tunnetaitoihin liittyvät ongelmat yhteydessä:

- koulu- ja oppimisvaikeudet
- minäkäsityksen, itsearvostuksen, ja itsetunnon ongelmat
- toiminnanohjauksen ja itsesäätelyn ongelmat
- tunne-elämän ongelmat (esim. ahdistus, masennus, pelot)
- käyttäytymisen ongelmat (esim. aggressiivisuus)



Lapsen tai nuoren laiminlyönti, perheen ongelmat tai kouluvaikeudet:

→ negatiivinen kehitysprosessi saattaa käynnistyä

→ voi johtaa sopeutumattomaan käyttäytymiseen
(rauhattomuus, yliaktiivisuus, aggressiivisuus)



Kielteisen kehitysprosessin jatkuminen:

- ammatillisten vaihtoehtojen vähäisyys
- pitkäaikaistyöttömyys
- psyykkiset ongelmat

(Kokko 1999; Nelson ym. 2007)



Kehitysennuste on kaikkein huolestuttavin lapsella, jonka yksilölliset ominaisuudet, luonteenpiirteet ja sosiaalisen pätevyyden ongelmat altistavat lapsen syrjäytymiskehitykselle eikä sitä kyetä pysäyttämään kotona, koulussa tai muissa lapselle tärkeissä ympäristöissä.

(Neitola 2011)



Hyvä tunteiden säätelyn kyky liittyy lapsilla aikuisiässä mm.

- vähäiseen **alkoholin** käyttöön (Pulkkinen, 1998)
- **työuran** suotuisaan kehitykseen (Kokko, 2001)
- hyvään **terveyteen**

(Kokkonen, Kinnunen & Pulkkinen, 2002)



Lasta suojaavia tekijöitä:

- ohjaava kasvatustyyli
- lasten harrastukset
- lasten kerhotoiminta

Vanhempien kasvatustyyliin ja kasvatuskyykyyn vaikuttavat:

- ohjaava kasvatustyyli
- perheen kriisit ja stressi
- perheen ulkopuoliset tekijät, kuten työolot ja yhteiskunnan tukijärjestelmä



Lasten tunneilmaisujen kehittäminen:

- Luo lapsen kannalta vakaa ja ennustettava **toimintaympäristö**.
- **Keskustele** tunteista lapsen kanssa (sadut).
- Anna lapsille mahdollisuus **keskustella keskenään** tunteista (pari- ja ryhmätehtävät)
- Tue lapsen **emootioiden ymmärtämistä**.
→ Lapsen empatiakyky kehittyy.



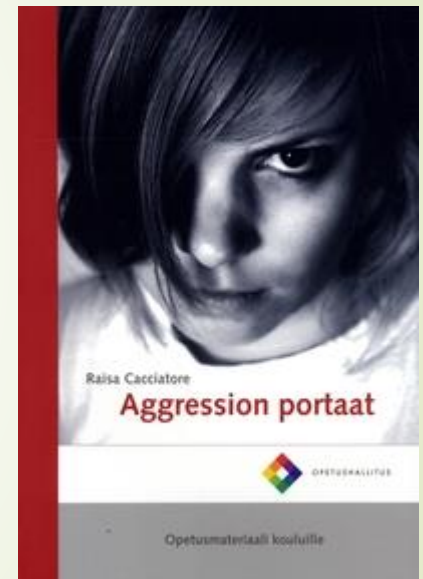
Kasvattajan omilla tunnetaidoilla on merkitystä!

- Nimeä tunteita lapsen puolesta.
- Nimeä omia tunteitasi ääneen.
- Ohjaa lasta tunteiden tunnistamiseen.
- Kannusta ja **opeta kielellistä** tunteiden säätelyä.



Aggression portaat - Opetusmateriaali kouluille

Cacciatore, Raisa. 2007. Opetushallitus.





Aggression portaat -opetusmateriaali:

- **Suomalainen tunnetaitokasvatuksen opetusohjelma.**
- **Tarjoaa ennaltaehkäiseviä aggressionhallintamalleja mm. varhaiskasvatukseen ja perusopetukseen.**
- **Johtoajatuksena on, että väkivalta vähenee, jos ihmiset oppivat hallitsemaan aggressiivisiä tunteitaan.**



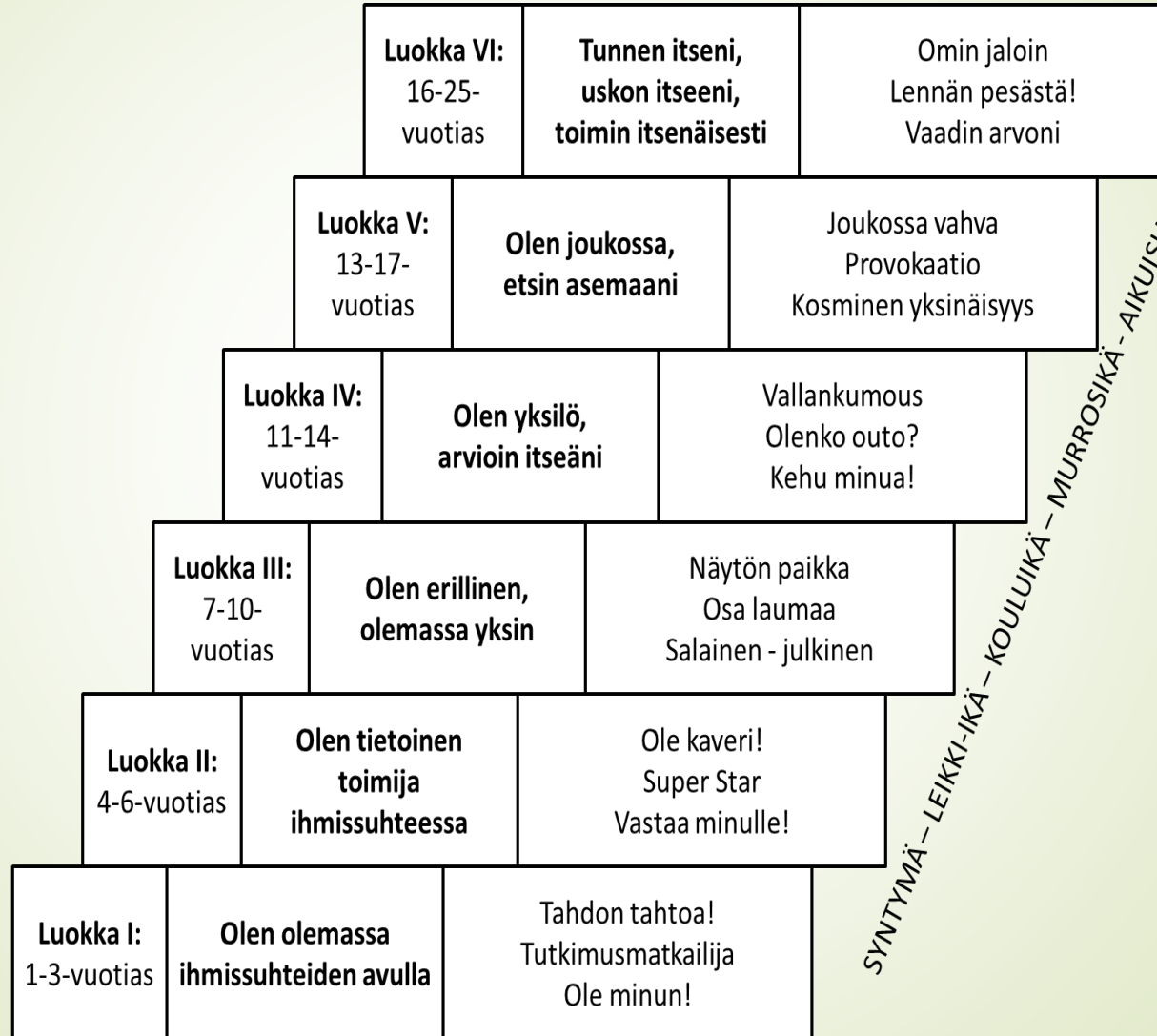
Aggression portaat -mallin perusta:

- perustuu kehityspsykologiaan: aggressiiontunteen ja normaalin kehityksen ymmärtäminen ja hyväksyminen
- aggression hallintakeinojen opettelu
- oman vastuun korostaminen tunteitten hallinnassa
- väkivallan vastainen asennekasvatus



Aggression portaat kehitysvaiheina

- Aggression portaat -aineiston lähtökohtana on ihmisen tunnekehitys ja sen portaittaisuus
 - Erityisen haastavia ovat aggressioon liittyvät tunteet; niiden avulla lapsi:
 - rakentaa identiteettiään ja itsenäistymistä
 - sisäistää normeja
 - oppii suojaamaan itseään
- Aggressiokasvu on tärkeä osa lapsen kehitystä!





Aggression portaat kehitysvaiheina

- Portaiden 18 kehitysvaihetta on jaettu kuuteen luokkaan.
- Jokainen lapsi ja nuori etenee portailla omaan yksilölliseen tahtiinsa.
- Jokaisella portaalla voi myös viipyä pitkiä aikoja.



Aggression portaat kehitysvaiheina

- On yksilöllistä, mikä porras on kullekin lapselle erityisen haasteellinen
- Portailta lipeäminen; häiriintynyt ja epäonnistunut kehitys
 - väkivaltaiset ja tuhoavat ratkaisut
 - tunteiden ja oman tahdon tukahduttaminen, kehityksen jumiutuminen



Opetettavat sisällöt ja metodit

1. Erilaiset tunteet

- havaitseminen
- tunnistaminen
- nimeäminen
- ilmaiseminen
- **aggression tunne** =
aggressio on tunne, ei
teko → suuttumuksen
hallinnan opettelu

metodit

- sadut ja kertomukset
- keskustelut; opettajan johdolla,
pareittain, ryhmässä
- erilaiset tunnekortit,
tehtävämonisteet
- pantomiimiesitykset
- tunnetaitovihko; kirjoittaminen ja
piirtäminen



Opetettavat sisällöt ja metodit

2. Väkivalta

metodit

- **väkivallan lajit;**
 - henkinen
 - fyysinen
 - **seksuaalinen (5.-6.lk)**
- **Kiusaaminen** = toistuvaa, samaan henkilöön kohdistuvaa toimintaa, jonka tarkoituksena on aiheuttaa pahaa mieltä

Tunteiden hallintakeinojen opettaminen;

a) liikennevalomalli

(aikalisä, itsehillinnän harjoittelu)

b) Sutuhaka-malli

(rakentava suuttumuksen ilmaisu)

c) Kukipaso-malli

(suuttuneen henkilön kohtaaminen)



Opetettavat sisällöt ja metodit

3. Riitelyn taidot

Riitely on eri asia kuin kiusaaminen!

Riitelyssä on säännöt!

Riitely= henkilöt ovat eri mieltä asioista

Erilaiset ilmaisu- ja käyttäytymistavat;

- a) aggressiivinen
- b) alistuva
- c) rakentava / jämäkkä

metodit

- **Oman riitelytavan tunnistaminen** (moniste)
- **Jämäkän ilmaisu- ja käyttäytymistavan harjoittelu** (esim. kiusaajan kohtaaminen)
 - jämäkkä asento ja puhe
 - draamaharjoitukset
- **Sutuhaka – mallin harjoittelu** (rakentavan suuttumuksen ilmaisu)
 - draamaharjoitukset parin kanssa



Opetettavat sisällöt ja metodit

4. Rauhoittuminen ja rentoutus

metodit

- **Rauhoittumista voi oppia!**
- **Rentoutuneena**
 - keskittymiskyky paranee
 - oppiminen helpottuu
 - haasteelliset ja jännittävät tilanteet helpompia
- **Yksilölliset rentoutumistavat**
 - liikunta
 - lukeminen
 - musiikin kuuntelu
 - lemmikin seurassa oleminen jne.

- **Kehon ja mielen erilaisten rentoutustapojen opettelu**
- **Rauhoittavat mielikuvat**
 - esim. ankkuritekniikka
 - musiikin käyttö (Raimo Lindhin musiikkilistat)
- **Pienet luku-/ piirtämishetket**



Opeta tunteiden hallintakeinoja:

1. Liikennevalomalli

- Aikalisä, itsehillinnän harjoittelu
 - punainen valo: **Seis! Pysähdy!**
 - keltainen valo: **Mieti, harkitse toimintavaihtoehtoja!**
 - vihreä valo: **Toimi!**





2. Sutuhaka-malli

- Rakentava suuttumuksen ilmaisu

su = ”minua suututtaa, koska...”

tu = ”minusta tuntuu...”

ha = ”haluaisin, että...”

ka = ”kannattaa tehdä, koska...”



3. Kukipaso-malli

- Suuttuneen henkilön kohtaaminen

ku = kuuntele

ki = kiitä

pa = pahoittele

so = sovi jotain



Esimerkki

opetusaikatauluksi (3 h → / kk)

Syyskuu;

Erilaiset tunteet, aggression tunne

Rentoutusharjoitukset

Lokakuu;

Väkivalta

Rentoutusharjoitukset

Marraskuu;

Riitelyn taidot

Rentoutusharjoitukset



Esimerkki

opetusaikatauluksi (3 h → / kk)

Tammi-helmiku;

Erilaiset tunteet, aggression tunne

Rentoutusharjoitukset

Maaliskuu;

Väkivalta

Rentoutusharjoitukset

Huhtikuu;

Riitelyn taidot

Rentoutusharjoitukset



Tunnetaitojen oppimisen arviointi

- * **Aihe** (esim. riitelyn taidot) **viikkotavoitteeksi**
- * **Jokaisen opetetun aiheen jälkeen (esim.):**
 - **oppilaiden itsearviointi**
 - **toverin tekemä arviointi /palaute**
 - **opettajan tekemä arviointi**
 - **huoltajan/ kodin tekemä arviointi**
- * **Oppilaalla arviointivihko**



Lapsille opetettava:

Vaikka olisi kuinka vihainen:

- 1. Ei saa satuttaa itseä!**
- 2. Ei saa satuttaa toisia!**
- 3. Ei saa rikkoa mitään!**



Tunteiden säätelytaitojen kehittäminen varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa

- **Aikuisen** oma toiminta ja **käyttäytyminen** on mallina lapselle.
- * Opeta tunteiden ja tapahtumien **syy-seuraus – suhteita**.
(Miksi jokin asia tapahtui?)
- * Tarjoa erilaisia **toimintamalleja** suuttumustilanteisiin.
- Rohkaise lasta käyttämään **rentoutusstrategiaa** hankalissa tilanteissa.



Aggression portaat –opetusohjelman vaikuttavuustutkimus (Hintikka, J. 2016)

TUTKIMUSTULOKSET:

- Aggression portaat –opetusohjelman mukaista opetusta saaneiden oppilaiden (=interventioryhmä) myönteiset tunnekokemukset lisääntyivät tutkimusjakson aikana.
- Interventioryhmän oppilailla oli keinoja itsensä rentouttamiseksi, mutta kontrolliryhmän oppilailla keinottomuuden tunne lisääntyi.



Aggression portaat –opetusohjelman vaikuttavuustutkimus (Hintikka, J. 2016)

- **Interventioryhmässä muiden satuttaminen väheni merkittävästi.**
- **Toisten fyysinen kiusaaminen väheni merkittävästi.**
- **Interventioryhmän oppilaat suhtautuivat hyvin kielteisesti toisen yllyttämiseen väkivaltaiseen tekoon tutkimusjakson lopussa.**



Aggression portaat –opetusohjelman vaikuttavuustutkimus (Hintikka, J. 2016)

- **Interventioryhmän oppilaat kirjoittivat kontrolliryhmän oppilaita enemmän ajatuksiaan väkivallasta tuoden esille runsaasti ehdotuksia keinoista väkivallan vähentämiseksi.**
- **Oppilaat ja opettajat arvioivat ja kokivat interventio-ohjelman oppilaiden kehityksen kannalta hyödylliseksi.**
- **Opettajat kokivat interventiomateriaalin käyttökelpoiseksi.**



Kiitos!