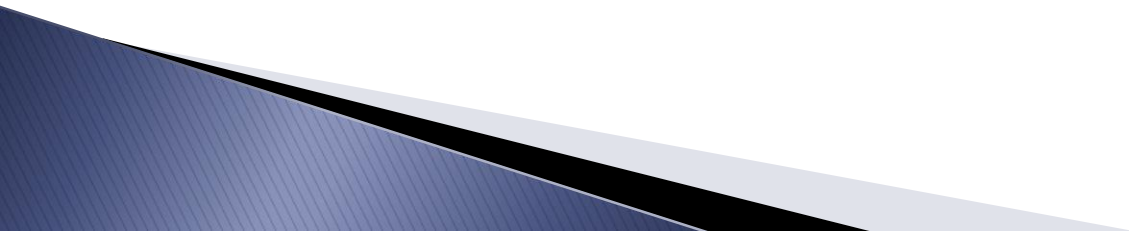




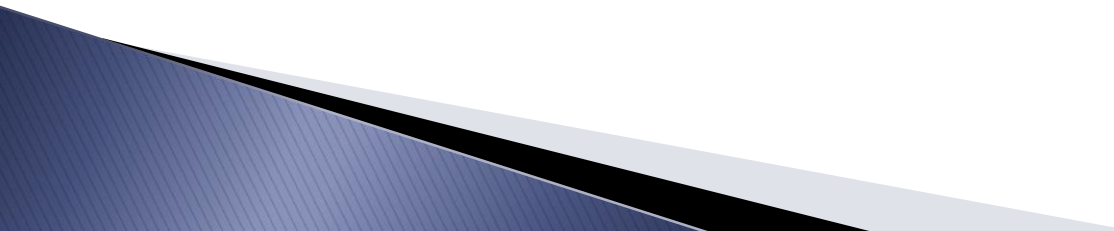
Tunteet kuuluu kaikille
– opettajan ja
oppilaiden tunteita
tutkimassa



Alkupuheen vuoro



Mieti ja kirjaa...

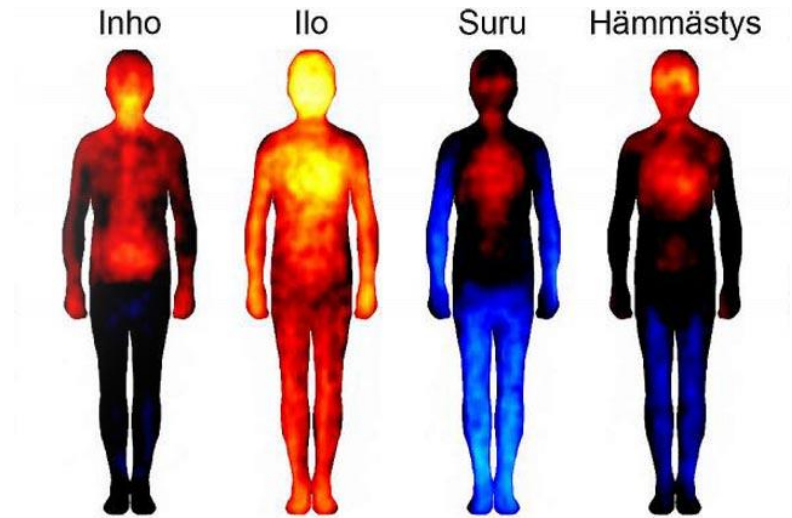
- ▶ Mitä tiedän tunteista?
 - ▶ Miksi tunnetaidot ovat opettajalle tärkeitä?
 - ▶ Miten minä haluaisin tunnetaidoissa kehittyä?
 - ▶ Mitkä ovat vahvuuteni tunnetaidoissa?
 - ▶ Peittääkö vai näyttää opettajana tunteita?
- 

Päivän kolme pointtia

- ▶ Miksi tunteista ja tunnetaidoista puhutaan?
- ▶ Oppilaiden tunteet ja tunnetaidot
- ▶ Opettajan tunteet ja tunnetaidot

1. Mitä tunteet ovat ?

- 1) **Fysiologian taso**
- 2) **Ilmaisun taso**
- 3) **Kokemuksen taso**
- 4) **Sosiaalinen taso**



•[\(Linkki\)](#)

”Se on psykosomaattista. Yläpää ei tunne pelkoa, mutta jalat tutisevat.” -Nipsu

Tunnetaidoista

• Oppiminen

• Itsetunto

• Terveys

• Hyvinvointi

Tunteiden säätely on taito, jonka jokainen voi oppia. Sen avulla myönteiset tunteet vahvistuvat ja kielteiset tunteet laimentuvat tai vaihtuvat helpommin siedettäviin tunteisiin. (Kokkonen 2017)

• [Kokkonen 2017](#)

• [Joronen ym. 2010](#)

• [Perhoniemi & Hakanen 2013.](#)

• [Sydänmaantakka 2011.](#)

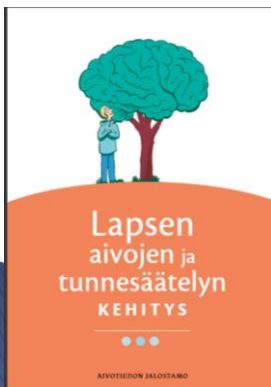
2. Oppilaan tunteet ja tunnetaidot

Murrosikäisen tunnetaidot häviävät ja moraali rapistuu – selitys löytyy aivojen kehitysvaiheesta

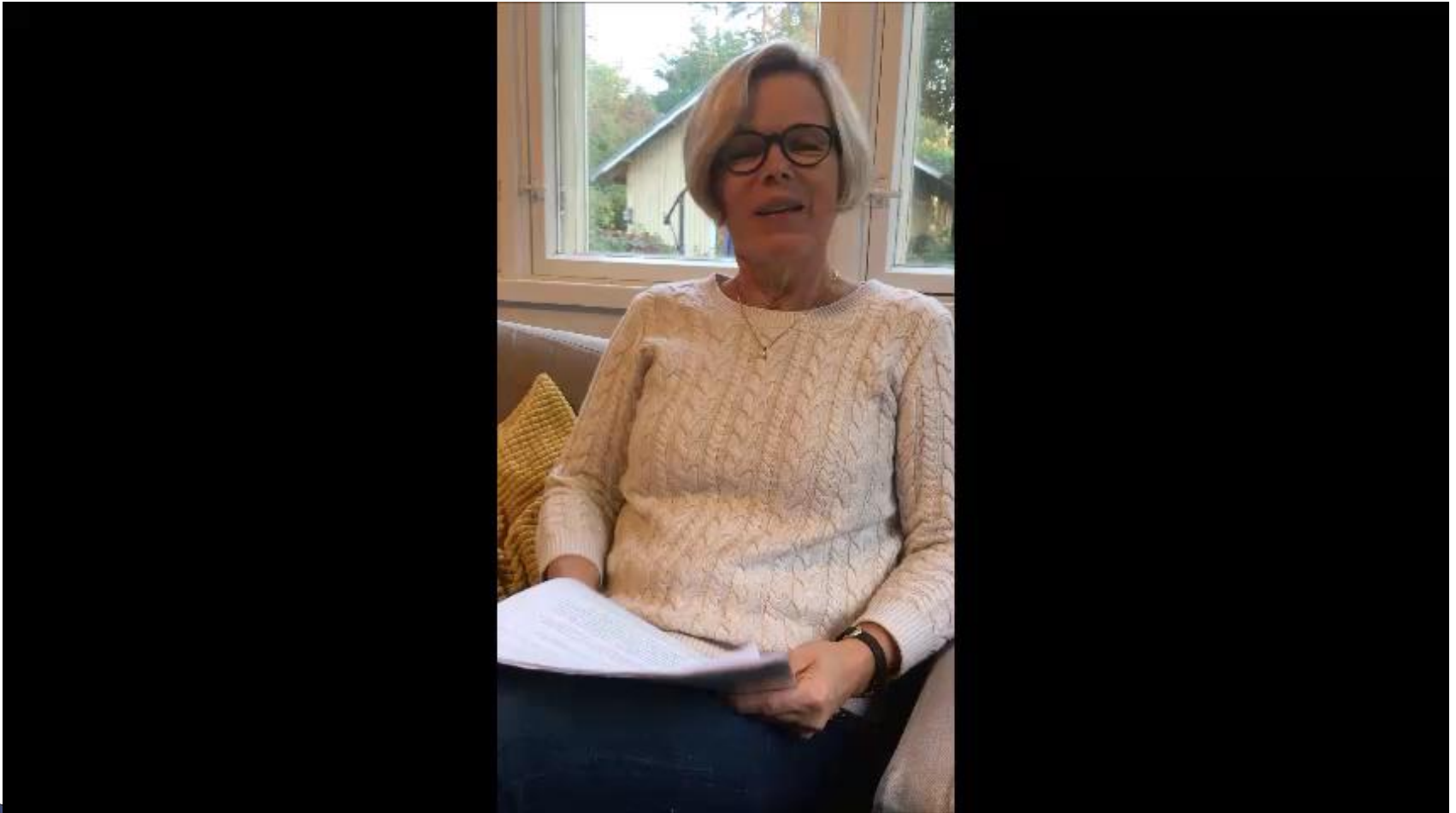
MERVI JUUSOLA

klo 0:00 | 9.7.2008

• Vauva-lehti, 9.7.2008



Mitä tunteita kuulet kirjeestä?



”Eksä tajuu” – mitä on pinnan alla?

VIHA,
SUUTTUMUS
ÄRTYMYS

- Kateus, riittämättömyys
- Pettymys Turhautuminen
- Epätoivo Katkeruus
- Epäoikeudenmukaisuus
- Alemmuudentunto
- Häpeä kyllästyminen Inho
- Mustasukkaisuus Hämmennys
- Ulkopuolisuudentunne

Harjoitus:
Toimiva koulu- kurssin materiaali



Kun puutumme ongelmaan, toisen reaktio voi olla....

Reaktio

"Älä ragee"

"Mä oon niin loukkaantunut..."

"Mitä se sulle kuuluu?"

"Ei mun tarvi totella sua"

"Tee ite"

"En kerro"

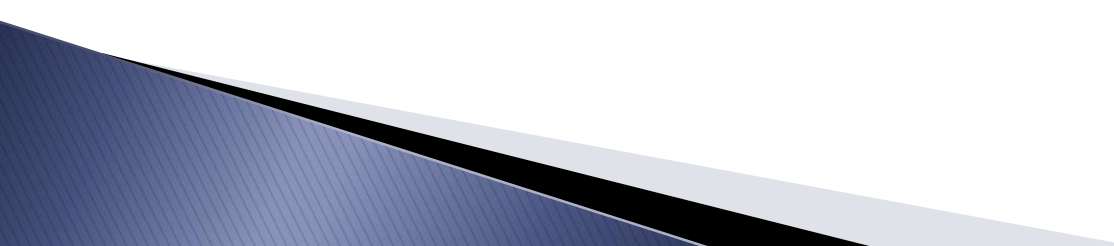
Ei reagoi millään tavalla

"En tiiä"

"Ihan sama"

"Ei kiinnosta"

Tunne



”Hienoimpia hetkiä olivat ne kun huomasi, kuinka yhden viikon aikana sai avattua nuorten sisintä hetkellisesti, pystyi näkemään kovankin ulkokuoren sisälle ja tajusi siinä hetkessä ettei tule luultavasti enää koskaan näkemään heitä samanlaisena kuin ennen tuota tilannetta.”

(Opiskelijan opetusfilosofiasta)

*...Koska Känkkäränkkä neuvo vääriin jalkoihin kenkiä laittamaan
Ja Känkkäränkkä yllyttää lapset toisten leluja rikkomaan
Ja iloisesti naputtelee kepillään, kun saa lapset tappelemaan*

– Mikko Alatalo

• *”Älä poraa, saatana!”*

• – Akseli, Täällä Pohjantähden alla

• *”Katajainen kansa, jonka itsesäälin määrää, ei mittaa
järki eikä kärki määrää”*

–Eppu Normaali

• *On vihan takana pelko,
Mut pelon takana toivo,
Että joku ottaa vastaan, kun
tipahtaa*

• – Haloo Helsinki

Tunnetuki luokassa

- ▶ Turvallinen ilmapiiri
- ▶ Kokemus välittämisestä ja arvostuksesta
- ▶ Opettajan sensitiivisyys
- ▶ Kuuntelu, tunteiden sanoittaminen

▶ (Mm. Pianta, La Paro & Hamre 2006 ja 2008; Louhela 2012)

3. Opettajan tunteet ja tunnetaidot

Riittämättömyys

Turhautuminen

Voimattomuus

Epäoik.mukaisuus

Ahdistus

Jännitys

Huoli

Kateus

Ärsyyntyminen

Ilo

Innostus

Voimaantuminen,

Kiitollisuus

Ylpeys

Myötätunto,

Onnistuminen

Arvostus

Yhteenkuuluvuus

Tunteiden väripaletti

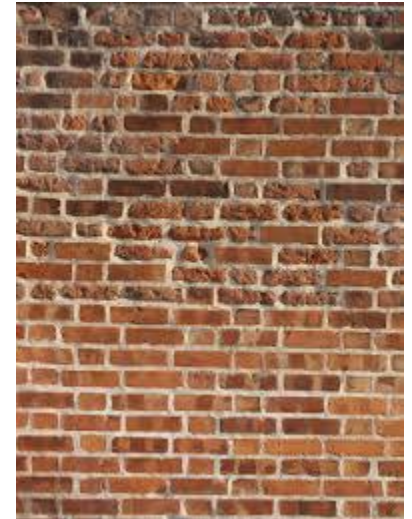
*Tunnetaitoinen osaa tunnistaa,
nimetä ja säädellä tunteitaan.*

*”Kun ärsyttää, niin päässä on vihastuneita
ajatuksia ja sisältä on täynnä limaa.”*

- Hugo 6 v.

Maraschino		Red
Cayenne		
Maroon		Purple
Plum		
Eggplant		
Grape		
Orchid		
Lavender		
Carnation		Pink
Strawberry		
Bubblegum		
Magenta		
Salmon		
Tangerine		Orange
Cantaloupe		
Banana		Yellow
Lemon		
Honeydew		Green
Lime		
Spring		
Clover		
Fern		
Moss		
Flora		
Sea Foam		
Spindrift		Blue
Teal		
Sky		
Turquoise		

Tunteiden näyttäminen vai tukahduttaminen/piilottaminen ...vai ilmaisu?

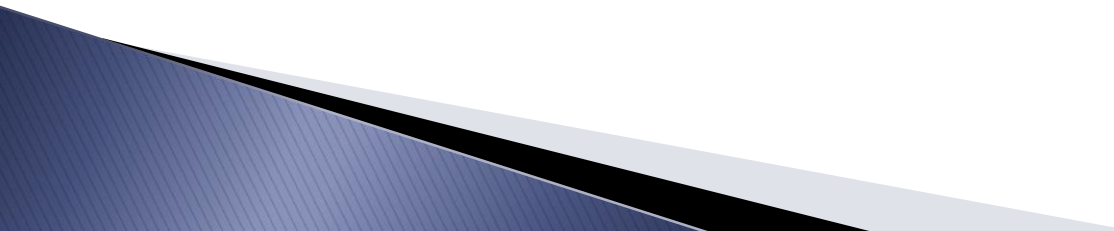


• *"I always appear calm, with a smile on my face"*

• Lee 2017

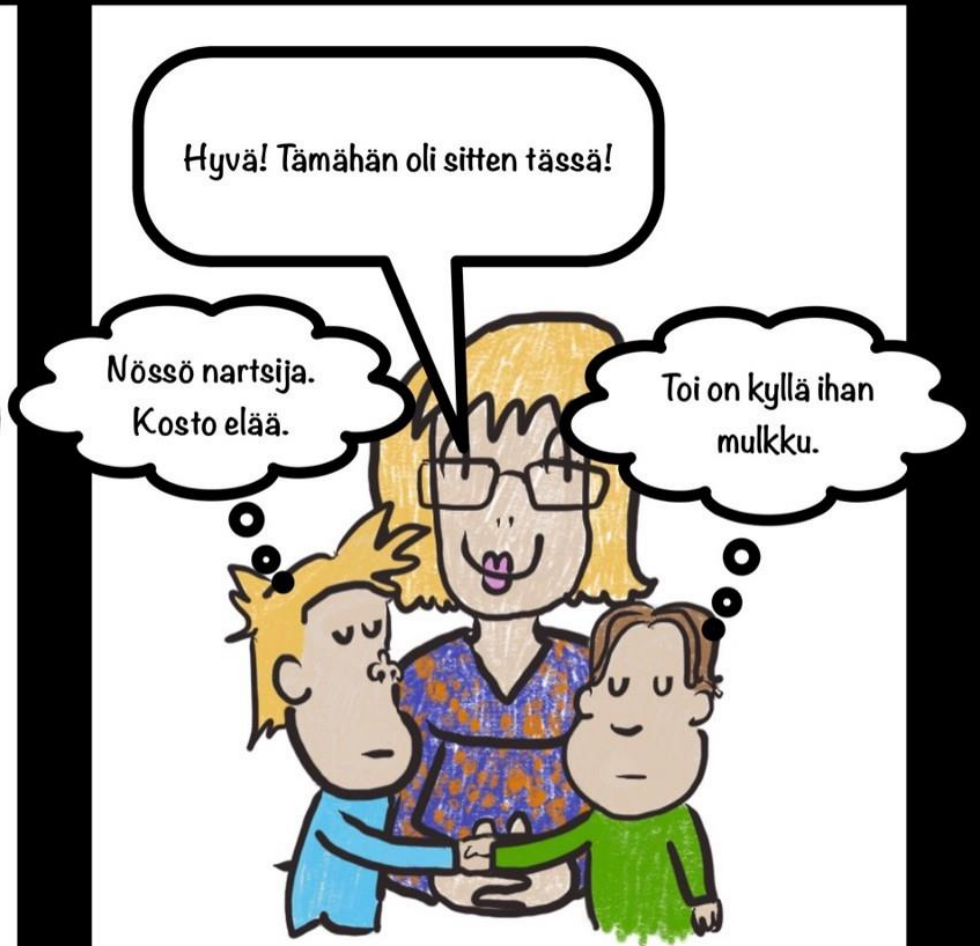
• Maaret Kallio

Miten kohtaan vihaisen oppilaan, kollegan, vanhemman?

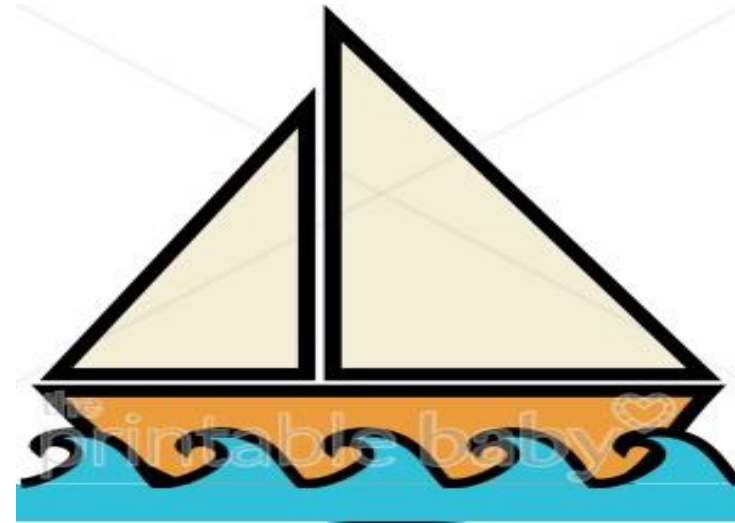
- ▶ Kuuntele
 - ▶ Pysy itse rauhallisena
 - ▶ Muista, ettet ole itse vastuussa tunteessa
 - ▶ Käyttäytyminen johtuu tunteesta
 - ▶ Hyväksy toisen tunne
 - ▶ Empatia ja sympatia
- 

Kun olen vihainen, toivon, että saisin rauhassa olla vihainen. Sen jälkeen on helpompi käsitellä omia tunteitaan muutenkin... Maria, 17v (Lapsen ja nuoren viha -kirjasta)

•Kun tunteita ei kohdata...



Lopun ajatusleikki



Tietoa ja materiaalia on tarjolla

- ▶ Opiskelijan kompassi ([täältä](#))
- ▶ Nyyti ry ([täältä](#))
- ▶ Suomen mielenterveysseura ([täältä](#))
- ▶ Väestöliitto ([täältä](#))
- ▶ Friends ([täältä](#))
- ▶ LionsQuest ([täältä](#))
- ▶ Positiivinen pedagogiikka (mm. [täältä](#))

Luettavaa

- **Cacciatore, R. 2008. Aggression portaat. Aggressiokasvatusmalli haasteellisten tunteiden hallintaan.**
- **Isokorpi, T. (2004) Tunneoppia – parempaan vuorovaikutukseen. PS-kustannus: Jyväskylä.**
- **Kallio, M. 2016. Lujasti lempeä.**
- **Kokkonen, M. (2010). Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet – opi tunteiden säätelyn taito. Juva: PS-kustannus.**