

Saimaan ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi (AMK)

Niina Aranto-Leminen

Erityisherkin lapsen tukeminen päiväkodissa

Opinnäytetyö 2018

Tiivistelmä

Niina Aranto-Leminen

Erityisherkan lapsen tukeminen päiväkodissa, 52 sivua, 3 liitettä

Saimaan ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyö 2018

Ohjaaja: koulutuspäällikkö Helena Wright, Saimaan ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyön tavoitteena oli edistää erityisherkan lapsen hyvinvointia päiväkodissa. Erityisherkyys on piirre, joka kuuluu normaaliin temperamenttivaihteluun, ja sen määrittely perustuu luotettavalle tutkimustiedolle. Erityisherkyys on aistitiedon käsittelyn herkkyyttä ja tavallista syvällisempää prosessointia. Erityisherkkä lapsi reagoi keskimääräistä voimakkaammin ympäristön ärsykkeisiin. Koska päiväkotiki on erityisen ärsykerikas paikka, erityisherkan lapsen tukeminen päiväkodissa on tärkeä asia.

Opinnäytetyössä selvitettiin, kuinka erityisherkyys ilmenee ja millaisesta tuesta erityisherkkä lapsi hyötyy. Metodina opinnäytetyössä käytettiin systemaattista kirjallisuuskatsausta. Opinnäytetyön aineisto koostuu 22 vertaisarvioidusta tieteellisestä tutkimuksesta. Aineisto analysoitiin käyttäen laadullisen tutkimuksen sisällyönanalyysiä. Aineiston laatua on arvioitu käyttäen laatukriteereinä tutkimuksen julkaisulehden impact factor -arvoa, julkaisufoorumien luokitusta sekä viittauksien määrää tutkimukseen.

Erityisherkan lapsen tukemisen pääkategorioiksi päiväkodissa nousivat opettajan pedagoginen sensitiivisyys, opettajan kyky tarkastella omia käsityksiään sekä hänen tiedollinen osaamisensa, päiväkodin fyysisen ympäristön tekijät sekä kasvatusyhteistyö huoltajien kanssa. Nämä kategoriat pitävät sisällään muun muassa lempeän ohjaustyylin, lapsen omanarvontunnon tukemisen, lapsen sosiaalisten suhteiden tukemisen, vireystilan tarkastelun ja ylivoimaisuuteen johtavien tekijöiden tiedostamisen. Aineistosta nousut intersosiaalinen teoria antaa opettajille välineen tarkastella sekä omaa että lapsen tyyliä olla vuorovaikutuksessa. Se myös auttaa siinä, miten opettaja voi omaa käyttäytymistään säätelämällä syventää opettaja-lapsi-suhdetta erityisherkkään lapseen. Erityisherkkyyden kuvaamiseen voidaan käyttää neljää piirteiden taustalla olevaa osa-alueita: emotionaalinen reaktiokyky ja empatia, vivahteiden vaistoaminen, ärsykkeiden liiallisuus ja syvälinen käsittely.

Asiasanat: Erityisherkkä lapsi, opettaja-lapsi-suhde, varhaiskasvatus

Abstract

Niina Aranto-Leminen

Supporting a highly sensitive child in daycare, 52 pages, 3 appendices

Saimaa University of Applied Sciences

Health Care and Social Services, Lappeenranta

Degree Programme in Social Services

Bachelor's Thesis 2018

Instructor: Ms. Helena Wright, Degree Programme Manager, Saimaa University of Applied Sciences

The purpose of the study was to improve the wellbeing of a highly sensitive child in daycare. High sensitivity (sensory processing sensitivity) is a neutral trait and its identification is based on reliable scientific research. Highly sensitive person processes information more thoroughly than others do. This can lead to overstimulation. The daycare environment involves plenty of stimulation, which makes it important to pay attention to supporting highly sensitive children.

The study examines how high sensitivity appears in a child, and how a highly sensitive child should be supported in daycare. The study was a systematic literature review. The data was collected from Saimia Finna databases and consists of 22 scientific peer reviewed journal articles. The data was analysed via qualitative content analysis. The quality of the original studies was assessed by using criteria such as the impact factor of the journal, the classification of the Finnish publication forum of the journal and the citations to the research article.

The results of the study show that the main categories of supporting a highly sensitive child in daycare are the pedagogical sensitivity of the teacher, teacher's ability to reflect his/her own assumptions, the intellectual knowledge of the teacher, the physical environment in daycare and co-operation with the parents/guardians. These categories include for instance a gentle way of guiding, supporting the self-esteem of the child, supporting peer relationships and observing the signs of overwhelm. The interpersonal theory gives a good tool for teachers to assess their own and the children's way of interaction. It also helps teachers to change their own way of interaction to improve the child-teacher-relationship. High sensitivity can be described with four aspects behind the trait: depth of processing, easily overstimulated, emotional reactivity and empathy and sensitivity to subtle stimuli.

Keywords: Highly sensitive child, sensory processing sensitivity, teacher-child-relationship, daycare

Sisällys

1	Johdanto.....	5
2	Lapsen temperamentti ja kasvatus	7
2.1	Erityisherkkyyden tutkimus	9
2.1.1	Elaine Aronin tutkimukset.....	10
2.1.2	Jerome Gaganin tutkimukset sosiaalisesta inhibitiosta	11
3	Interpersoonallinen teoria	13
4	Opinnäytetyön tarkoitus	15
5	Opinnäytetyön toteutus	16
5.1	Aineiston keruu.....	17
5.1.1	Tietokantojen valinta	18
5.1.2	Hakutermien valinta.....	18
5.1.3	Aineiston rajaaminen ja seulonta.....	19
5.1.4	Aineiston laadun arviointi	20
5.2	Aineiston analyysi	23
5.2.1	Koodaus	23
5.2.2	Luokittelu.....	24
5.2.3	Yhdistäminen eli ratkaisun löytäminen	25
5.3	Eettisyys ja luotettavuustarkastelu.....	25
6	Tulokset.....	26
6.1	Miten lapsen erityisherkyys ilmenee	26
6.1.1	Syvällinen käsittely	28
6.1.2	Ärsykkeiden liiallisuus	29
6.1.3	Emotionaalinen reaktiivisuus ja empatia	30
6.1.4	Vivahteiden vaistoaminen	31
6.2	Erityisherkan lapsen tukeminen päiväkodissa	32
6.2.1	Opettajan käsitykset ja tiedollinen osaaminen.....	33
6.2.2	Pedagoginen sensitiivisyys	36
6.2.3	Fyysinen ympäristö	42
6.2.4	Kasvatusyhteistyö	43
7	Johtopäätökset ja pohdinta	43
	Lähteet.....	47

Liitteet:

Liite 1: Kirjallisuuskatsauksen artikkelit ja laadunarviointi

Liite 2: Onko lapsesi erityisherkkä? - kysely vanhemmille

Liite 3: Highly Sensitive Child Scale - kysely lapselle

1 Johdanto

Tutkimusten mukaan ihmiset eroavat synnynnäisiltä ominaisuuksiltaan herkkyydessä, jolla he reagoivat ympäristöönsä (Pluess, Assary, Lionetti, Lester, Krappohl, Aron & Aron 2018, 51). Uusimman tutkimuksen mukaan lapsista 20-35% on synnynnäisesti erityisen herkkiä sekä sisäisille että ulkoisille ärsykeille (Pluess ym. 2018, 37). Tätä herkkyyttä on tutkittu monella nimellä, ja tieteellisissä yhteyksissä siitä puhutaan yleensä aistitiedon käsittelyn herkkyytenä (sensory processing sensitivity, SPS). Populistisemmassa yhteydessä piirteestä puhutaan erityisherkkyytenä.

Erytyisherkkä ihminen (Highly Sensitive Person, HSP) on kohtalaisen tuore käsite. Sen on kehittänyt amerikkalainen psykologian tohtori Elaine Aron kuvaamaan ihmistyyppiä, joka on tavallista alttiimpi ulkoisille ärsykeille, muiden mielialoille ja sosiaalisille tilanteille. Erytyisherkkyyks on myötäsytyninen, neutraali temperamenttipiirre, joka lukeutuu normaaliin ihmisten persoonallisuuksien vaihtelun piiriin. (Aron, Aron, & Jagiellowicz 2012, 31.)

Biologisessa mielessä sekä ihmisille, että muillekin eläinlajeille on kehittynyt kaksi vaihtoehtoista käyttäytymistä leimaavaa selviytymisstrategiaa. Tämän selviytymisstrategian mukaan ihmisiä jaotellaan tyypillisesti ujoihin ja rohkeisiin tai herkkiin ja ei-herkkiin. Toinen näistä selviytymisstrategioista perustuu pysähtymiseen ennen toimintaa, jolloin aivot prosessoivat selviytymiseen liittyviä yksityiskohtia ympäristössä luoden optimaalista toimintatapaa. Toista strategiaa sen sijaan luonnehtii suora toiminta, jolloin voidaan reagoida välittömästi mahdollisuuksiin ja löytää selviytymiseen liittyvät tekijät motorisen tutkimisen avulla. (Jagiellowicz, Xu, Aron, Aron, Cao, Feng, & Weng 2011, 38.)

Kuten voi arvata, herkkiä ihmisiä luonnehtii ensin mainittu selviytymisstrategia. Tutkimusten mukaan erityisherkkät ovat selviytymisstrategiansa mukaisesti alttiimpia ympäristön ärsykeille sekä vaikutuksille, mikä kuitenkin paljon ärsykeitä sisältävässä ympäristössä altistaa heidät stressille. Ympäristöllisen herkkyyden vuoksi erityisherkkät hyötyvät positiivisesta ympäristöstä ja ongelmatilanteissa in-

terventioista enemmän kuin ei-herkät, mutta tämä sama piirre tekee heidät toisaalta erityisen haavoittuviksi negatiivisille vaikutuksille, erityisesti lapsuudessa (Pluess & Boniwell 2015, 40).

Koska erityisherkkyydessä on kyse kohtalaisen suurta ihmisjoukkoa koskevasta piirteestä, on siihen mielestäni syytä kiinnittää huomiota varhaiskasvatusmaailmassa. Erityisherkkä lapsi on tavallista alttiimpi ärsykeille, kun taas päiväkotiympäristönä on erityisen ärsykerikas. Varhaiskasvattajien tiedonpuute erityisherkkyydestä voi johtaa siihen, että erityisherkkä lapsi ei saa päiväkodissa riittävästi tukea kasvulleen ja kehitykselleen. On myös tutkimusnäyttöä, joka osoittaa, että herkälle lapselle tyypillinen niin sanottu ujous voi vaikuttaa opettaja-lapsisuhteeseen; ne lapset, jotka opettaja näki vetäytyvinä, kokivat vähemmän lämpöä opettaja-lapsisuhteessa. Ujoilla ja vetäytyvillä lapsilla on tutkimuksen mukaan tyypillisesti vähemmän interaktiota opettajan kanssa ja vähemmän läheinen suhde opettajaansa kuin ei-ujolla, mikä viittaa siihen, että he saattavat saada vähemmän tukea opettajalta. (Buhs, Rudasill, Kalutskaya & Griese 2015, 13.)

Tutkimukset osoittavat selvästi varhaisen opettaja-lapsisuhteen merkityksen lapsen tulevalle elämälle. Opettaja-lapsisuhteella nähdään olevan tärkeä merkitys lapsen sosiaaliseen, emotionaaliseen ja akateemiseen suoriutumiseen (Thijs & Koomen 2009, 186). Koska erityisherkät lapset ovat erityisen alttiita ympäristön stressitekijöille, ja heidän suhteensa opettajaan saattaa muodostua vähemmän läheiseksi, täytyisi erityisherkkien lasten tukemiseen päiväkodissa kiinnittää erityistä huomiota. Erityisherkan lapsen tukemisen tarve korostuu, sillä tutkimusten mukaan lapsuuden kokemuksilla on erityisherkkien kohdalla vielä suurempi merkitys tulevalle elämällä kuin ei-erityisherkillä: lapsuudessa koettu jatkuva stressi altistaa erityisherkan tulevaisuudessa todennäköisemmin erilaisille mielenterveyden häiriöille kuin ei-erityisherkan (Booth 2015, 24). Vastaavasti tutkimukset myös osoittavat, että erityisherkät hyötyvät sosiaalisesta tuesta ja kannustavasta ympäristöstä enemmän kuin ei-herkät. Hyvän lapsuuden eläneet erityisherkät menestyvät elämässä monilla mittareilla mitattuna keskimääräistä paremmin. (Pluess ja Boniwell 2015, 40.)

Opinnäytetyöni tavoite on lisätä erityisherikän lapsen hyvinvointia päiväkodissa selvittämällä, kuinka erityisherkyys ilmenee ja kuinka erityisherikän lapsen hyvinvointia voi tukea päiväkodissa.

2 Lapsen temperamentti ja kasvat

Temperamentti on synnynnäistä erilaisuutta. Kaikille temperamenttiteorioille on yhteistä, että temperamentti määritellään yksilölle tyypilliseksi käyttäytymistyyliksi tai tavaksi, jolla ihminen toimii, siis käyttäytymiseen tai reagoimiseen liittyväksi ominaisuudeksi. Usein temperamentti määritelläänkin hyvin varhaisessa iässä havaittavissa oleviksi yksilöiden välisiksi eroiksi. Nämä erot ovat suhteellisen pysyviä ja johtavat tiettyihin ennustettavissa oleviin käyttäytymistyyliin, joilla on biologinen pohja. (Keltikangas-Järvinen 2004, 36-39.)

Ihmisen persoonallisuus kehittyy synnynnäisen temperamentin ja ympäristön vuorovaikutuksen tuloksena sen mukaan, miten hyvin tai huonosti ympäristö on ymmärtänyt ja tukenut lapsen omaa temperamenttia ja miten hyvin ympäristön odotukset ja lapsen ominaislaatu ovat sopineet yhteen. Temperamentti ei anna lupaa käyttäytyä miten haluaa, vaan temperamentin ymmärtäminen tarkoittaa yksilöllisyyden huomioon ottamista kasvatuksessa. Toisia temperamenttipiirteitä tulee tukea ja toisia heikentää niin, että lapsi saadaan temperamentistaan huolimatta käyttäytymään odotetulla tavalla. Jotta lapsesta saadaan sopeutuva, itsensä hyväksyvä, sosiaalinen ja stressiä sietävä aikuinen, se edellyttää lapsen yksilöllisyyden tuntemista ja hyväksymistä. Esimerkiksi synnynnäisesti ujoa lasta ei voi sosiaalistaa samalla tavalla kuin hänen aktiivista ikätoveriaan. Arasta lapsesta ei tule rohkeaa niin, että häntä kehoitetaan ryhtymään sellaiseksi ja ottamaan mallia muista. Näin hän ainoastaan menettää mahdollisuuden hyvän itse-tunnon kehittymiseen. (Keltikangas-Järvinen 2004, 12.)

Itsetunto, sosiaaliset taidot, selviytymiskeinot ja stressinsietokyky saavat alkunsa jo varhaislapsuudessa. Temperamentin merkityksen ymmärtäminen tässä kehityksessä on tärkeässä asemassa. Väärät odotukset saattavat kuormittaa lasta kohtuuttomasti. Kulttuuri arvottaa temperamenttipiirteitä epärationaalisella tavalla, vaikka temperamenttipiirteet eivät sellaisenaan ole hyviä tai huonoja. Nämä arvostukset heijastuvat kasvattajien odotuksissa ja siten kasvatuksessa. Tästä

seuraa, että joidenkin lasten elämä on alusta saakka helpompaa kuin joidenkin yhtä hyvällä, mutta erilaisella temperamentilla varustettujen lasten elämä. Yksilöllisyyden ymmärtäminen helpottaa kasvatusta. Keltinkangas-Järvisen ja Mullan mukaan (2014, 147) temperamenttitutkimus voikin antaa tieteellisen pohjan opettajan monille arkihavainnoille, nimeää jo hänen huomaamiaan piirteitä ja selittää niiden merkitystä sekä antaa hänelle sellaisia keinoja, joita hän ei ehkä itse olisi tullut ajatelleeksi.

Keltikangas-Järvisen (2004, 46) mukaan keskeisimpiä lapsiin kohdistuvia temperamenttiteorioita ovat esimerkiksi Thomas ja Chessin teoria, Kaganin sosiaalisen inhibition teoria, Bussin ja Plominin teoria ja Rothbartin ja Derryberryn kehityspsykologinen teoria, jonka mukaan temperamentti tarkoittaa yksilöiden välisiä eroja reaktiivisuudessa ja itsesääätelyssä. Edellä mainituista teorioista opinnäyttyöni kannalta keskeisin on Keltinkangas-Järvisen (2004, 94) viittaama Kaganin sosiaalisen inhibition teoria, sillä sosiaalinen/behavioraalinen inhibitiio on yksi erityisherkkyyden aspekti (Aron ym. 2012, 1).

Kaikki temperamenttitutkijat ovat yhtä mieltä siitä, että tapa, jolla ihminen suhtautuu uuteen ihmiseen, odottamattomaan tapahtumaan tai uuteen sosiaaliseen tilanteeseen, on synnynnäisen temperamentin määräämä (Pluess ym. 2018, 57). Niinpä kaikkiin temperamenttiteorioihin kuuluu sellainen temperamenttipiirre, joka tarkoittaa taipumusta joko lähestyä tai välttää uusia asioita. (Keltikangas-Järvinen 2004, 92.) Erityisherkkyyden kannalta tämä temperamenttipiirre on olennainen, sillä tutkimusten mukaan erityisen herkillä yksilöillä on todettu olevan voimakas ja aktiivinen välttämiskäyttäytymisen järjestelmä (Aron 2015, 44-45). Tähän liittyy myös Keltikangas-Järvisen (2004, 94) viittaama Kaganin teoria sosiaalisesta inhibitiosta. Piirteestä puhutaan myös ympäristöllisenä herkkyytenä, joka tarkoittaa sitä, että jotkut ihmiset ovat reaktiivisempia suhteessa kontekstuaalisiin tekijöihin, ja tämä on siis se piirre, jota mm. Kagan (1989) tutki sosiaalisen inhibition nimellä (Pluess ym. 2018, 57), ja Aron erityisherkkyytenä.

On kohtalaisen vähän tutkimusta, kuinka varhaisen lapsuuden opettajat kohtelevat vetäytyviä tai ujoja lapsia. Kuitenkin opettajat ovat asemassa, jossa on luontevaa helpottaa näiden lasten sosiaalisbehavioralistisia ongelmia. Monet tutki-

mukset ovat demonstroineet opettajien tärkeyttä pienten lasten sosioemotionaaliseen toimintakyvyille/toiminnalle. Esimerkiksi opettajan suhde lapseen ennustaa lasten sosiaalista kompetenssia ja sopeutumista. Opettajan sensitiivisyydellä ja osallistumisella on positiivinen vaikutus lapsen käyttäytymistyliin ja sosiaaliseen kompetenssiin, ja hänen opetusmenetelmien soveltuvuudella on yhteys lapsen interpersoonallisen (ihmisten välisen) käyttäytymisen laatuun. Ammattikasvattajina opettajat yrittävät aktiivisesti vaikuttaa lasten sosiaaliseen käyttäytymiseen. Nämä yritykset voidaan nähdä opettajan pedagogisina käytäntöinä. (Thijs, Koomen & Leij. 2006, 1.)

2.1 Erityisherkkyyden tutkimus

Erityisherkkyydessä ei ole kyse uudesta löydetyistä temperamenttipiirteistä, vaan jo tunnetun piirteen paremmin kuvaamisesta. Aihetta ovat Aronin ja Kaganin lisäksi tutkineet mm. Pluess:n ym. (2018, 60) viittaamat Thomas Boyce ja Bruce Ellis tutkimusryhmineen, jotka ovat käyttäneet piirteestä käsitettä *herkkyys kontekstille* (Sensitivity to Context) ja Jay Belsky ja Michael Pluess ryhmineen käsitteellä *differentiaalinen herkkyys* (differential susceptibility) tai *ympäristöllinen herkkyys* (environmental sensitivity).

Suomessa erityisherkkyyttä on tutkinut filosofian tohtori Sylvi-Sanni Manninen. Manninen nimitti löytämänsä herkän ihmistyyppin väri-ihmiseksi. Hän kehitti tutkimustyönsä tuloksena psykologisen testin, jonka avulla hän saattoi selvittää ihmisen erityisherkkyyden (hänen sanoin; reagoiko ihminen väriin vai muotoon) (Manninen 2014, 21-24). Myös temperamenttitutkimuksen suomalainen uranuurtaja Liisa Keltinkangas-Järvinen on tutkinut laajasti temperamentin merkityksiä ihmisen elämässä.

Erityisherkkyydestä on tehty lisäksi joitakin opinnäytetyöitä. Niistä kaksi ammattikorkeakoulun sosionomin opinnäytetyötä liittävät yhteen erityisherkkyyden ja päiväkotimaailman. Nämä ovat Anna-Matilda Tähtisen *Erityisherkkä lapsi päiväkodissa* (2015) ja Tiina Kortesojan *Erityisherkkä lapsi varhaiskasvatuksen ympäristössä* (2016). Muita aiheeseen liittyviä opinnäytetöitä ovat Tiina Kojonen-Kyllösen: *Kokemuksia ja havaintoja herkkyydestä* (Pro gradu, 2012), Mia Kurkelan: *Ei*

se ole lainkaan täyttä elämää, jos joutuu piilottelemaan omaa ydintään – erityisher­kät ja goodness of fit (Pro gradu, 2014) ja Marja Heinonen-Guzejevin: *Noise sensitivity medical, psychological and genetic aspects* (väitöskirja, 2009).

2.1.1 Elaine Aronin tutkimukset

Elaine Aron tutkimusryhmineen on tehnyt akateemista tutkimusta erityisher­kyydestä vuodesta 1991 lähtien, julkaissut lukuisia vertaisarvioituja tiedeartikkeleita aiheesta sekä kirjoittanut useita tietokirjoja tutkimustensa pohjalta. Tutkimustyös­ään Aron on hyödyntänyt myös aiempia temperamenttitutkimuksia, mutta ni­mennyt piirteen mielestään kuvaavammin erityisher­kkyudeksi. Muussa tempera­menttitutkimuksessa tätä piirrettä on tutkittu muun muassa estyneisyytenä (Ka­ganin tutkimukset) ja reaktiivisuutena (Suomen erityisher­kät 2017). Tieteellisissä yhteyksissä erityisher­kyydestä käytetään käsitettä *sensory processing sensitivity*, suomennettuna aistitiedon käsittelyn herkkyys.

On tutkimusnäyttöä siitä, että herkkyiden piirre eroaa merkittävästi muista yh­deksästä temperamenttipiirteestä: siinä missä muut temperamenttipiirteet näyt­täytyvät jatkumoina, joilla ihmisillä on eri määrä kyseessä olevaa piirrettä, her­kkyys vaikuttaa olevan kategorioissa (Pluess ym. 2018, 83; Keltinkangas-Järvinen & Mulla 2008, 62; Aron 1999, 56). Herkkyys vaikuttaa ilmenevän kolmessa ka­tegoriassa, ja erilaisten ihmistyyppien, erityisherkkien ja ei-erityisherkkien, välillä on laadullinen, ei määrällinen ero. Pluessin ym. uusi tutkimus vahvistaa Aronin esittämää herkkyiden piirteen jakautumista kategorioihin: hänen mukaansa noin 31% ihmisistä kuuluvat erityisherkkiin, noin 40% keskimääräisen sensitiivisiin ja 29% matalan herkkyiden ryhmään. Näistä ryhmistä on käytetty kuvaavia nimi­tyksiä; herkät orkideat, keskiherkät tulppaanit ja vähiten herkät voikukat. (Pluess ym. 2018, 83.) Erityisher­kät vaikuttavat olevan geneettisesti melko erilaisia ver­rattuna ei-erityisherkkiin (Aron 1999, 56). Tästä syystä erityisher­kkyiden piirre on muita temperamenttipiirteitä ratkaisevampi ihmisen monimutkaisessa persoonal­lisuuden kokonaisuudessa, ja ansaitsee erityishuomiota.

Erityisher­kkyiden tutkimusperinne on verrattain lyhyt, eikä tämän kirjallisuuskat­sausken perusteella erityisher­kkyttä ole erityisher­kkyiden nimellä tutkittu juuri

päiväkotiympäristössä. Toinen ulottuvuus erityisherkkyyden tutkimukseen päiväkotiympäristössä avautuu kuitenkin muun muassa Keltikangas-Järvisen (2004, 94) sekä Pluess;n ym. (2018, 57) viittaaman Jerome Kaganin tutkimuksista sosiaalisesti estyneistä lapsista. Kuten sanottu, erityisherkkyyden piirre ei nimittäin ole uusi, vaan sitä on tutkittu ennenkin, vaikka hieman eri näkökulmasta ja eri nimellä.

2.1.2 Jerome Kaganin tutkimukset sosiaalisesta inhibitiosta

Koska erityisherkkyyks on Aronin luoma käsite, ja Aron mieltää Kaganin sosiaalisen inhibition tutkimuksen nimenomaan herkkyystudkimukseksi (Aron 1999, 55; Aron ym. 2012, 1), on mielestäni perusteltua rinnastaa nämä tutkimukset, ja ottaa lasten sosiaalisen inhibition tutkimus osaksi tutkimusaineistoani. Erityisherkkään lapsen tukemisesta päiväkodissa ei löydy tutkimuksia, mutta estyneitä lapsia päiväkodissa on tutkittu. Uudempaa tutkimusta lasten sosiaalisesta inhibitiosta erityisesti lapsen tukemisen näkökulmasta edustaa mm. Roordan ja Thijs:n ym. (2013, 2014) tutkimukset, joihin tämän kirjallisuuskatsauksen tuloksissa tulen viittamaan.

Harvardin yliopistossa vaikuttava psykologi Jerome Kagan on omistanut uransa sosiaalisen inhibition tutkimiseen. Keltikangas-Järvisen (2004, 94) mukaan hänen teoriansa sosiaalisesta inhibitiosta, eli estyneisyydestä, syntyi suuren lapsijoukon kehitystä seuraamalla. Keltikangas-Järvisen (2004, 94) mukaan Kaganin käsitys on, että ihmisen perustemperamentti ilmenee siinä, miten ihminen suhtautuu uusiin ihmisiin ja tilanteisiin. Etsiikö hän aktiivisesti uusia tuttavuuksia, rakastaako yllätyksiä ja odottamattomia tilanteita, vai tuntee hän epävarmuutta uusien ihmisten seurassa ja pysyykö hän mieluummin tutussa ja turvallisessa ja niissä asioissa, joita hän tuntee hallitsevansa. (Keltikangas-Järvinen 2004, 94.)

Keltinkangas-Järvinen (2004, 97) kirjoittaa, että Kaganin mukaan on siis olemassa kaksi erilaista reagoititapaa: estynyt ja ei-estynyt, ja nämä reaktiot viittaavat lapsen ensimmäiseen eli initiaalireaktioon tuntemattomissa tilanteissa. Vieras ihminen tai vieras tilanne herättävät kaikissa lapsissa epävarmuuden tilan, jota voidaan verrata aikuisen stressiin. Tähän stressiin erilaisilla temperamenteilla varustetut lapset siis reagoivat eri tavoin. Varautunut ja emotionaalisesti

herkkä lapsi, jolla on siis syntymälahjanaan estynyt temperamentti, reagoi stressireaktiolla. Lapsi, joka on samanlaisessa tilanteessa poikkeuksetta puhelias, spontaani ja mahdollisimman vähän pelokas, omaa ei-estyneen temperamentin. (Keltikangas-Järvinen 2004, 97-98.) Keltikangas-Järvisen (2004, 101) mukaan Kagan on todennut tämän piirteen olevan hyvin pysyvä. Kagan näkee estyneisyyden ja ei-estyneisyyden jakautuvan kategorioihin, ei jatkumolle, ja eron näissä kahdessa kategoriassa olevan laadullinen, ei määrällinen. Ihmisellä voi kuitenkin olla myös piirteitä kummastakin kategoriasta, eikä hän tällöin kuulu selkeästi kumpaankaan kategoriaan. (Keltikangas-Järvinen 2004, 101.)

Estynyt lapsi on usein vieraassa seurassa vähäpuheinen ja hänellä on pitkä latenssiaika, ennen kuin hän aloittaa puheen vieraan kanssa. Hän on myös emotionaalisesti herkkä, helposti pelokas ja huolestuva. Ei-estynyt lapsi taas on puhelias sekä toimissaan usein spontaani. Keltikangas-Järvisen (2004, 99) mukaan Kagan kuitenkin totesi, että estyneisyyden puute ei korreloinut lapsen sosiaalisuuteen tai sosiaaliseen kyvykkyyteen. Hän teki havainnon, että ajan myötä ja tilanteen tullessa tutuksi ero estyneiden ja ei-estyneiden lasten käytöksessä hävisi. Kyse on siis nimenomaan ensireaktiosta, ei pysyvästä käytöksestä. Alkureaktio kuitenkin on pysyvä, ja lapsi reagoi kaikkeen uuteen samalla tavalla. Totuttuaan yhteen tilanteeseen tämä tottuminen ei siirry seuraavaan tilanteeseen, vaan totuttelu pitää aloittaa aina alusta. Esimerkiksi tottuminen päiväkotiin ei taannut helppoa siirtymistä kouluun. Tilanteiden ja ihmisten tullessa tutuksi ujous sen sijaan hävisi. (Keltikangas-Järvinen 2004, 99-101.)

Keltikangas-Järvisen (2004, 101) viittaaman Kaganin mukaan neljäsosalla valkoihoisesta väestöstä on tällainen estynyt temperamentti (tarkemmin sanottuna sellainen synnynnäinen fysiologia, joka altistaa heidät uudessa tilanteessa välttämisreaktioon), jonka seurauksena heillä on taipumus olla ujoja vieraiden ihmisten seurassa ja alttius reagoida varautuneesti ja pelokkaasti kaikkeen uuteen. Kyse ei siis ole mistään poikkeavien lasten marginaaliryhmästä, vaan hyvin tärkeästä ja keskeisestä kasvatuskysymyksestä. (Keltikangas-Järvinen 2004, 101.) Keltikangas-Järvinen kirjoittaa (2004, 106), että *Näillä Kaganin tutkimustuloksilla on aivan ilmeinen sovellusarvo jokapäiväisessä elämässä. Voi vain arvailla, miten hoitopaikkojen ja hoitajien tiheä vaihtuminen vaikuttaa temperamenttiin*

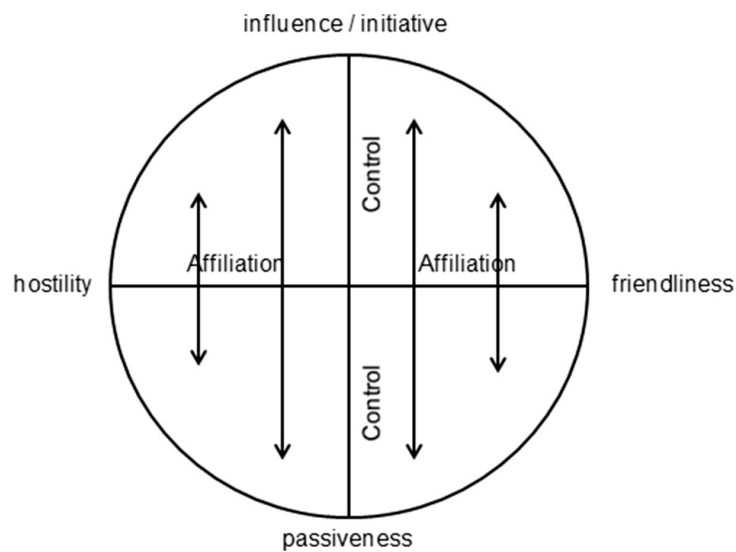
estyneen lapsen kehitykseen tai lapsen myöhempään terveyteen se, että pysyvä stressi alkaa jo vuoden ikäisenä.

Erityisherkkyyssäsitteen luoja Elaine Aron siis mieltää Kaganin nimenomaan herkkyystudkijaksi, vaikka Kagan kutsuikin piirrettä eri nimityksellä: estoisuus, ujous tai arkuus lapsessa. Aiemmat temperamenttitutkimukset liittyen herkkyyteen ovat Aronin ym. (2012, 10) mukaan keskittyneet tarkastelemaan lähinnä vain yhtä ainoaa käyttäytymisen osa-aluetta: tarvetta pysähtyä tarkkailemaan tilannetta ennen etenemistä. Aron muistuttaa, että Kaganin tutkimuksissa paikallaan seisova ja muita tarkkaileva lapsi vaikuttaa ulospäin estyneeltä, mutta sisäisesti lapsi voi olla hyvinkin estoton käsitellessään näkemiänsä erilaisia vivahteita. (Aron 1999, 55.)

Uusi tutkimus erityisherkkyydestä valottaa sosiaalisen inhibition piirrettä haavoittuvuuden tarkastelusta myös siihen, että erityisherkkä lapsi reagoi ei-herkkää lasta herkemmin myös ympäristön positiivisiin tekijöihin. Uusiman tiedon mukaan erityisherkkät eivät ole pelkästään muita haavoittuvaisempia negatiivisten asioiden edessä, vaan vastaavasti myös kykenevät hyödyntämään ympäristön positiiviset tekijät ei-herkkiä tehokkaammin. (Aron ym. 2012, 4.)

3 Interpersoonallinen teoria

Opinnäytetyöni aineistosta nousi käsite interpersoonallinen teoria. Interpersoonallisen teorian mukaan ihmisten välinen interaktioprosessi voidaan kuvata kahdella dimensiolla, jotka voidaan asettaa suorakulmaiselle koordinaatistolle: kontrollin (control) dimensiona ja affiliaation (affiliation) dimensiona. Suomennan tässä yhteydessä affiliation-sanana myötäsukaisuudeksi. Affiliaatio, eli myötäsukaisuus, mittaa interaktion tunnepitoisuutta ja viittaa interaktion lämmön, läheisyyden ja tukemisen asteeseen. Affiliaation akselin toisessa päässä on ystävällisyys ja toisessa vihamielisyys (Kuva 1). Kontrolli sen sijaan viittaa vallankäytön ja vaikuttamisen asteeseen vuorovaikutuksessa. Se viittaa interpersoonallisiin ominaisuuksiin kuten aloitteellisuus ja johtajuus vuorovaikutuksessa, joiden vastaparina voidaan nähdä itsehillintä ja itsesääteily. Kontrollin akselin ääripäät ovat passiivisuus ja vaikuttaminen/aloitteellisuus. (Roorda, Spilt, & Koomena 2017, 74.)



Kuva 1. Interaktioprosessin dimensiot. Nuolet kuvaavat vastavuoroista käyttäytymistä (Roorda ym. 2017, 74)

Keskeinen piirre interpersoonallisessa teoriassa on väite, että interpersoonallinen (ihmisten välinen) käyttäytyminen saa toisessa ihmisessä esiin tietynlaista käyttäytymistä. Interpersoonallinen teoria ei siis pelkästään kuvaa ihmisten vuorovaikutusta ja sen tyyliä kahdella dimensiolla, vaan se kuvaa myös sitä, kuinka toisen ihmisen vuorovaikutus vaikuttaa toisen ihmisen vuorovaikutukseen. Tätä mekanismia kuvaa teoriassa käsite *vastavuoroisuuden periaate* (complementarity principle). Interpersoonallisen teorian mukaan ihmisten välinen käyttäytyminen on vastavuoroista, mikäli heidän käyttäytymisensä ovat kontrollin akselilla päinvas-taiset (esimerkiksi jos toisella on korkea kontrolli, toisella on matala), ja taas myö-täsukaisuuden akselilla ne ovat yhtenevät. Täten korkea johtajuus/aloitteellisuus saa aikaan passiivisuutta toisessa, kun taas passiivisuus herättää toisessa aloit-teellisuutta. Sen sijaan ystävällisyys saa aikaan ystävällistä käytöstä toisessa ja vastaavasti vihamielinen käytös herättää vihamielistä käytöstä (Kuva 1). (Roorda ym. 2017, 75.)

Ihmisen interpersoonallinen kommunikointi siis niin sanotusti törmää toisen vas-taavaan kommunikointiin, ja heidän väliseen käyttäytymiseen vaikuttaa se, miten ihminen näkee itsensä ja miten ihminen haluaa tulla kohdatuksi. Kun vastavuo-roisuus käyttäytymisen dimensioilla toteutuu, herättää se ihmisten välillä tyytyväi-

syyttä, positiivisia tunteita ja positiivisia arvioita vuorovaikutuskumppanista. Kontrastina tälle, jos henkilöt eivät reagoi vastavuoroisella tyylillä, voi se aiheuttaa hermostuneisuutta ja epämukavuutta. (Thijs & Koomen 2009, 186.)

Vastavuoroisuuden periaate on potentiaalisesti hyvin vaikuttava. Sitä voidaan käyttää ennustamaan ja ymmärtämään ihmisten käyttäytymistä tietyssä tilanteessa, tai sillä voidaan kuvata heidän käyttäytymistyylään meneillään olevissa ihmissuhteissa. Se voi myös tarjota lähtökohdan auttaa ihmisiä tilanteissa, joihin he sopeutuvat huonosti, ja sillä voidaan parantaa ihmisten välistä interaktiota tai interaktiotyylejä. Esimerkiksi kasvatuksellisessa kontekstissa opettaja voi harkitusti muuttaa omaa interpersoonallista käyttäytymistään lapsia kohtaan, joiden kanssa hänellä on epäsuotuisa suhde, ja tällä tavalla nostaa esiin ja vahvistaa toivotunlaisia reaktioita näissä lapsissa. Pitkällä aikavälillä tämä voi johtaa sujuvampiin ja tyydyttävämpiin opettaja-lapsi-suhteisiin. (Thijs & Koomen 2009, 187.)

4 Opinnäytetyön tarkoitus

Opinnäytetyössäni selvitän, miten lapsen erityisherkkyyks ilmenee, ja kuinka erityisherkkyyks pitäisi huomioida päiväkodissa lapsen hyvinvoinnin tukemisen näkökulmasta. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista sekä edistää hyvinvointia (Opetushallitus), minkä näkökulmasta tarkastelen, millaisesta tuesta erityisherkkä lapsi päiväkodissa voi hyötyä.

Määrittelen hyvinvoinnin työssäni psykologisen ja emotionaalisen hyvinvoinnin käsitteen mukaisesti, jolloin keskeisiä hyvinvoinnin piirteitä ovat toimijuuden tunne, autonomia, itseluottamus sekä ryhmään kuulumisen ja arvostetuksi tulemisen tunne. Hyvin voidessaan ihminen tuntee, että hänen hellyyden, sosiaalisen arvostuksen ja kompetenssin, elämän merkityksen sekä arvon tarpeensa tulevat tyydytetyksi. (Hännikäinen 2013, 38.) Nämä hyvinvoinnin kannalta keskeiset elementit korostuvat valtakunnallisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa (Opetushallitus 2016) mm. osallisuuden käsitteen kautta.

Sosionomiopintoni tähtäävät lastentarhanopettajan pätevyyteen ja työhön, ja tutustuminen erityisherkkyyteen syventää ymmärrystäni ihmisyydestä, temperamentin merkityksestä kasvatuksessa, ja konkreettisimmillaan tuottaa tietoa,

kuinka tunnistaa erityisherkkä lapsi sekä kuinka tukea häntä päiväkodissa. Kuten Aron (2015, 41) toteaa, on erityisen tärkeää koko yhteiskunnan kannalta, että erityisherkkät lapset saavat kasvaa luottaen ympärillään oleviin ihmisiin ja tuntea itsensä arvokkaiksi. Silloin lapsen lahjat pääsevät käyttöön ja voivat hyödyttää koko yhteisöä.

Opinnäytetyöni tarkoitus on aiemman tutkimuskirjallisuuden pohjalta kuvata erityisherkkyyden ilmenemistä lapsella sekä löytää varhaiskasvattajille keinoja tukea erityisherkkää lasta päiväkodissa lapsen hyvinvoinnin näkökulmasta. Opinnäytetyön toteutusmuoto on systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Opinnäytetyöni kohdeyleisöä ovat kaikki varhaiskasvattajat, mutta erityisesti he, jotka työskentelevät päiväkodeissa.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Miten lapsen erityisherkkyyys ilmenee?
2. Miten varhaiskasvattaja voi tukea erityisherkkän lapsen hyvinvointia päiväkodissa?

5 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyö on menetelmien kokonaisuus, jonka tarkoituksena on tuottaa tutkimusongelman ratkaisu, joka on uskottava, luotettava ja totuudenmukainen. Ratkaisun tuottamiseen tarvitaan tietoa, jota kerätään erilaisilla tieteen tuottamilla tiedonkeruumenetelmillä, joiden tuloksena saadaan tutkimuksen aineistot. (Kananen 2014, 61.)

Tämän opinnäytetyön tutkimusongelman ratkaisemisessa käytetään menetelmänä systemaattista kirjallisuuskatsausta. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus on tyypiltään teoreettinen tutkimus, joka on toisen asteen tutkimusta, siis tutkimustiedon tutkimista: se on tiivistelmä tietyn aihepiirin aiempien tutkimusten olennaisesta sisällöstä. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus on tehokas väline syventää tietoja asioista, joista on jo valmista tutkimustietoa ja tuloksia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 123.) Se kohdistuu tarkasti rajattuihin ja valikoituihin, tuoreisiin ja korkealaatuisiin tutkimuksiin (Johansson 2007, 4-5). Systemaattinen kirjallisuuskatsaus

eroaa muista kirjallisuuskatsauksista erityisen tarkan tutkimuksen valinta-, analysointi-, ja syntetisointiprosessin vuoksi. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen jokainen vaihe on tarkkaan määritelty ja kirjattu virheiden minimoimiseksi ja katsauksen toistettavuuden mahdollistamiseksi. (Johansson 2007, 5.)

Opinnäytetyön toteutustavaksi valikoitui systemaattinen kirjallisuuskatsaus, sillä erityisherkkyyden käsite pohjautuu tieteelliseen temperamenttitutkimukseen, josta erityisherkkyyden ilmeneminen on luotettavinta selvittää tuoreiden, vertaisarvioitujen tieteellisten tutkimusten pohjalta. Yksi tärkeä ulottuvuus systemaattisen kirjallisuuskatsauksen käytössä on näyttöön perustuva päätöksenteko, jolla tarkoitetaan tutkitun tiedon tuomista päätöksenteon tueksi ja sitä varten. (Metsämuuronen 2005, 578.) Varhaiskasvattajat tekevät päivittäin arkisia päätöksiä, jotka vaikuttavat lasten hyvinvointiin. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus sopii siis keinoksi etsiä parhaimpia, näyttöön perustuvia toimintatapoja tukemaan erityisherkkää lasta päiväkodissa.

5.1 Aineiston keruu

Tiedonkeruumenetelmällä tarkoitetaan niitä keinoja, joilla ilmiöstä saadaan tietoja. Käytettävä tiedonkeruumenetelmä riippuu ilmiöstä ja tutkimusongelmasta. (Kananen 2014, 61.) Tutkimusaineiston hankinnan lähtökohtana ovat tutkimusongelmat.

Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen ensimmäisessä vaiheessa, eli suunnitteluvaiheessa, on asetettu tutkimuskysymykset. Tutkimuskysymysten asettamisen jälkeen pohditaan ja valitaan menetelmät katsauksen tekoon. Menetelmät käsittelevät muun muassa hakutermien pohtimisen ja valinnan sekä tietokantojen valinnat. Tutkimusten valintaa varten laaditaan tarkat sisäänottokriteerit. (Johansson 2007, 6.) Hakutermien huolellisella valinnalla pyritään rajaamaan hakutuloksia siten, että jäljelle jäävä materiaali vastaisi tutkimuskysymystä (Salminen 2011, 10). Lisäksi olemassa olevien tutkimusten laadun arviointi on tärkeä osa systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tekoa (Johansson 2007, 6).

5.1.1 Tietokantojen valinta

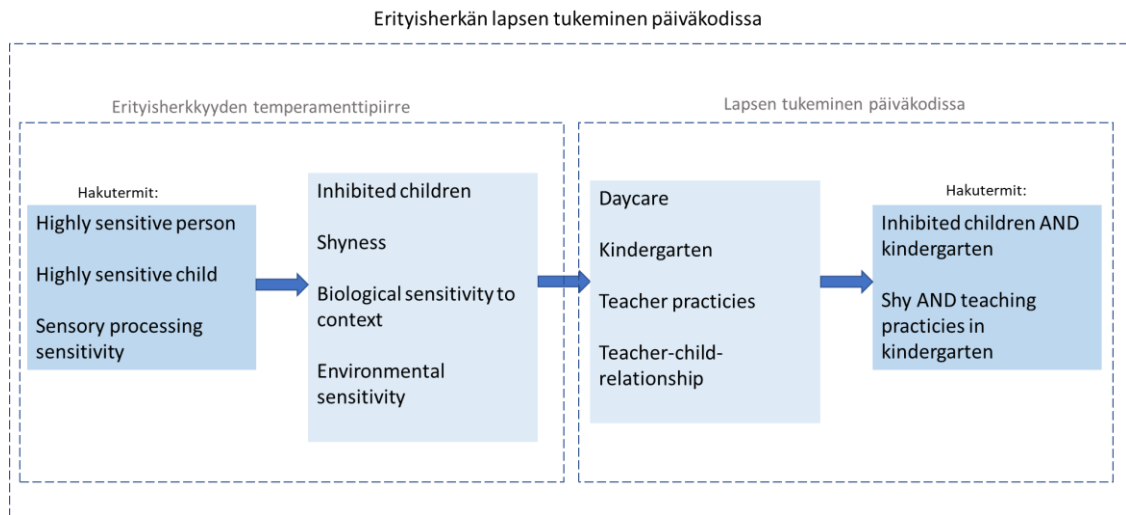
Käytin aineiston haussa Saimian Finna -hakuportaalia, jossa on saatavilla AMK:lle hankitut e-aineistot. Näistä kansainvälisistä e-aineistoista löytyy sähköisessä muodossa esimerkiksi lukuisia vertaisarvioituja tutkimuksia ja artikkelijulkaisuja. Käytän tutkimuksessani vertaisarvioituja tieteellisiä tutkimuksia, ja valitsin lähdetietokannoiksi sosiaali- ja terveydenhuollon kategorioista ScienceDirect-, EBSCO- ja DOAJ -tietokannat. DOAJ (Directory of Open Access Journals) koostuu korkealuokkaisista ja vertaisarvioiduista jounaaleista. EBSCO on tietokanta, jossa on tuhansia eri akateemisten alojen lehtiä ja julkaisuita, ja tuhansia e-aineistona saatavia kokonaisia artikkeleita. ScienceDirect-tietokanta sisältää monelta tieteenalalta laajasti tieteellisiä tutkimuksia. Nämä kolme tietokantaa valikoituivat käyttööni monipuolisuutensa vuoksi.

5.1.2 Hakutermien valinta

Aineiston haku ja aineistoon tutustuminen olivat rinnakkaisia prosesseja. Lähdin liikkeelle ensimmäisestä tutkimuskysymyksestäni, johon lähdin hakemaan tietokannoista vastausta. Käytin aineiston haussa hakutermejä *highly sensitive person*, *highly sensitive child* sekä piirteen tieteellistä nimeä *sensory processing sensitivity*. Tutustuttuani löytämään aineistoon pystyin laajentamaan hakuani muihinkin termeihin, joilla herkkyyttä on tutkittu. Huomasin, että kriteerini täyttävää tutkimusaineistoa erityisherkkyyden temperamenttipiirteestä löytyy hyvin, mutta tutkimuksia erityisherkän lapsen tukemisesta päiväkodissa ei ole. Sosiaalista inhibitiota lapsilla on sen sijaan tutkittu verrattain paljon. Sosiaalinen inhibitio ei käsitteenä kuvaa erityisherkkyyden piirrettä niin moniulotteisesti kuin erityisherkkyyden käsite, mutta koska kyseessä on kuitenkin herkkyyys ympäristölle, mikä aiheuttaa pysähtymisen tarpeen uuden edessä, otin tämän hakutermiksi tutkimukseeni. Myös Aron pitää sosiaalisen/behavioraalisen inhibition tutkimuksia herkkyytutkimuksina, joskin näkökulmaltaan suppeampina. (Aron 1999, 55; Aron ym. 2012, 1.)

Tutustuttuani tutkimuksiin tästä aihepiiristä, nousi aineistosta tutkimusongelmaan liittyen muun muassa käsite *teacher-child-relationship*, eli lapsi-opettaja-suhde. Yhdistelemällä aineistosta nousseita tutkimusongelmaan liittyviä eri käsitteitä ja

kokeilemalla eri hakutermejä sain muodostettua lopulliset tuloksia tuottavat hakutermit, joita tulivat kaikkienensa olemaan *highly sensitive person, highly sensitive child, environmental sensitivity, sensory processing sensitivity, inhibited children AND kindergarten* sekä *shy AND teaching practices in kindergarten*. Hakutermien muotoutumista ja linkittymistä tutkimuskysymyksiin on kuvattu kuvassa 2.



Kuva 2. Tutkimukseni jakautuminen kahteen tutkimuskysymykseen ja aineistonhaun termien muotoutuminen vuorovaikutteisesti aineistoon tutustumisen kanssa.

5.1.3 Aineiston rajaaminen ja seulonta

Ennen hakujen suorittamista rajasin materiaalin sisäänottoa niin, että kelpuutan opinnäytetyön tuloksissa hyödynnettäväksi materiaaliksi vain vertaisarvioidut tutkimusartikkelit tältä vuosituhanelta, jotka ovat saatavissa e-aineistona. Edellä mainituista kriteereistä poiketen sisällytän tutkimusaineistooni kuitenkin johtavan herkkyystudkijan, Elaine Aronin (2015), tietokirjan *Erityisherkkä lapsi*, sillä se on ainoa teos, joka käsittelee juuri erityisherhän lapsen kasvattamista. Aronin kirja pohjautuu hänen omiin sekä kollegoidensa tieteellisiin tutkimuksiin erityisherkkyydestä. Vaikka kyseessä ei ole vertaisarvioitu tieteellinen teos, uskon kirjan edistävän opinnäytetyöni tavoitetta. Toinen poikkeus hakukriteereihin on Aronin ja Aronin (1997) merkittävä ensimmäinen tutkimus erityisherkkyyden piirteestä, jossa on luotu erityisherkkyyden tunnistamiseen käytettävä seula (Highly Sensitive Person Scale, HSPS).

Tein hakuja asettamillani hakutermeillä advanced searchin avulla hakien sanoja tai fraaseja otsikosta, tiivistelmästä ja kirjoittajan asettamista avainsanoista. Tämän jälkeen aloin seuloa tuloksia taulukon 1. kuvaamalla tavalla. Olin asettanut hakuun jo valmiiksi sisäänottokriteerit, joten tässä vaiheessa seulontaa pystyin keskittymään vain tutkimusten sisältöön. Ensin kävin tutkimukset läpi otsikon perusteella arvioiden, vastaako otsikko edes osaltaan tutkimuskysymyksiini. Tästä vaiheesta jatkoon menneet tutkimukset käsittelin tiivistelmän perusteella kysyen aineistolta tutkimuskysymyksiäni. Mikäli tiivistelmän perusteella tutkimus käsittelee tutkimusongelmaani, tutkimus pääsi seulonnan kolmanteen vaiheeseen, jossa luin koko tekstin tutkimuskysymysten valossa. Tähän pisteeseen karsiutuneet artikkelit arvioin vielä laadun perusteella, mistä kerron enemmän seuraavassa luvussa.

Vaihe	Kriteerit	Valinta
Otsikot	Tutkimuskysymykset	Kyllä/Ei
Abstraktit	Tutkimuskysymykset	Kyllä/Ei
Kokoteksti	Tutkimuskysymykset	Kyllä/Ei
	Laadun arviointi	Kyllä/Ei

Taulukko 1. Systemaattiseen katsaukseen sisällytettävien tutkimusten valinnat vaiheittain (Johansson 2007, 7)

Lopulliseksi aineistoksi valikoituneet tutkimukset on kuvattu liitteessä 1.

5.1.4 Aineiston laadun arviointi

Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa alkuperäistutkimusten laatu tulee arvioida. Sillä pyritään lisäämään katsauksen yleistä luotettavuutta, mutta myös tuottamaan suosituksia uusille jatkotutkimuksille ja ohjaamaan tulosten tulkintaa. Laadun arvioinnista saatavalla tiedolla on huomattava vaikutus siihen, kuinka merkittävänä systemaattisesta kirjallisuuskatsauksesta mahdollisesti nousevaa suositusta voidaan pitää (Johansson 2007, 101.)

Tutkimussuunnitelmassa on määritelty peruskriteerit laadulle, joka tässä katsauksessa tarkoittaa vaatimusta vertaisarvioidusta tieteellisestä tutkimuksesta. Lopullinen kirjallisuuskatsaukseen päätyneet aineisto arvioidaan tämän jälkeen vielä tarkemmin. Laadun arvioinnissa erilaiset mittarit ja kriteeristöt ovat tärkeitä apuvälineitä systemaattisuuden takaamiseksi. (Johansson 2007, 6.)

Kontion ja Johanssonin mukaan (2007, 101) mukaan tutkimuksen laatu muodostuu useista seikoista, kuten metodologisesta, ulkoisesta ja sisäisestä laadusta. Laadun varmistus perustuu yleensä yksittäisiin näkökulmiin tai komponentteihin tutkimuksen asetelmasta, toteutuksesta ja analyysistä. Näiden pohjalta voidaan luoda tarkistuslista, jota käytetään yksittäisten tutkimusten arviointiin. Tarkistuslistan asioille voidaan määrittää numeeriset arvot, minkä jälkeen saadaan muodostettua laadulle asteikko. (Kontio & Johansson 2007, 102.)

Huomioiden opinnäytetyön laajuuden ja oman kompetenssini psykologisten ja käyttäytymistieteellisten tutkimusten tutkimusasetelmien, toteutuksen ja analyysin laadun arvioijana, päädyin tämän kirjallisuuskatsauksen laadun arvioinnissa käyttämään kolmea tutkimuksen laatua heijastavaa tekijää:

- tieteellisen lehden tai julkaisun impact factor (IF), jossa käyttämäni tutkimus on julkaistu
- julkaisufoorumin (laatu)luokitus, jossa käyttämäni tutkimus on julkaistu
- viittausten määrä käyttämäni julkaisuun.

Impact factor (IF) tarkoittaa tieteellisen lehden tai julkaisun keskimääräiseen artikkeliin tapahtuvia viittauksia tietyssä määrättyä ajanjaksona. Se kertoo tieteellisestä lehdestä omalla tieteenalallaan. IF lasketaan tietyn laskukaavan mukaan, ja yleensä se vaihtelee 0,500-3,000 välillä. Impact factorista on tullut kansainvälisesti käytetty tapa mitata akateemisen lehden tasoa. (Ääri & Leino-Kilpi 2007, 110-111.) Tutkimuksen julkaisseen lehden impact factor kertoo osaltaan tutkimuksen laadusta, sillä korkea impact factor kertoo akateemisilla mittareilla lehden tasosta, joka puolestaan kertoo sen julkaisemien tutkimusten tasosta.

Julkaisufoorumin luokitus kertoo myös tieteellisen julkaisukanavan tasosta, joka puolestaan kertoo sen julkaisemien tutkimusten tasosta. Julkaisufoorumissa ar-

vioidaan koti- ja ulkomaisia tieteellisiä julkaisukanavia, ja niille määritellään tasoluokka välillä 1-3. Tasoluokkaan 1 kuuluu tieteellisten tutkimustulosten julkaisemiseen erikoistuneita vertaisarvioituja julkaisukanavia, joilla on tieteenalan asiantuntijoista koostuva toimituskunta. Suurin osa kaikista julkaisukanavista asettuu perustasolle eli tasolle 1. Tasoluokkiin 2 ja 3 on nostettu rajoitettu joukko asiantuntijapaneelien korkeatasoisimpina ja vaikuttavimpina pitämiä tieteellisiä lehtiä, konferensseja ja kirjakustantajia. Nämä ovat enimmäkseen kansainvälisiä julkaisukanavia. Ne arvioidut julkaisukanavat, jotka eivät joltain osin täytä tason 1 kriteereitä, merkitään luokkaan 0. Julkaisufoorumi-luokat ovat siis: 1 = perustaso; 2 = johtava taso; 3 = korkein taso. (Julkaisufoorumi 2017.)

Kolmantena tutkimuksen laatua kuvaavana tekijänä käytän määrää, paljonko muut tutkijat ovat viitanneet tutkimukseen. Viittausten määrä on sikäli ongelmallinen kriteeri, että vanhempiin tutkimuksiin on luonnollisesti ehditty viitata enemmän kuin tuoreempiin tutkimuksiin. Viittausten määrä kertoo kuitenkin tiedeyhteisön arvostuksesta tutkimusta kohtaan, mikä kertoo välillisesti tutkimuksen laadusta, ja se tekee tämän kriteerin käytön mielestäni perustelluksi.

Lopuksi lasken koko tutkimusaineistolle keskiarvon jokaiselle laatutekijälle. Impact factorin ja julkaisufoorumin laatuluokituksen osalta keskiarvo yksi kertoo perustasosta, keskiarvo kaksi kertoo hyvästä tasosta ja yli kolmen keskiarvo kertoo huipputasosta.

Impact factorin osalta kaikkien tutkimusten keskiarvoksi tuli 3,38. Joissakin tutkimuksen artikkeleissa impact factor oli reilusti yli kolme, mikä nosti keskiarvoa. Pääsääntöisesti käyttämäni artikkelien impact factor oli kahden ja kolmen välillä. Tätä arvoa voidaan pitää merkinä artikkelien hyvästä laadusta. Julkaisufoorumin laatuluokituksen keskiarvoksi tuli 1,72. Tämän perusteella käyttämiäni julkaisukanavia voidaan pitää kesimäärin johtavan tason kanavina. Viittauksia tutkimuksiin oli keskimäärin 91/tutkimus. Myös tätä arvoa voidaan pitää merkinä tiedeyhteisön arvostuksesta käyttämiäni tutkimuksia kohtaan. Kokonaisuudessaan tutkimusaineistoani voidaan pitää hyvänä tai jopa huippulaatuisena. Tämä laadunarviointi keskiarvoihin perustuneena on kuitenkin vain suuntaa antava. Tutkimuskohtaiset tulokset laadun arvioinnista on esitetty liitteessä 1.

5.2 Aineiston analyysi

Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen toisessa vaiheessa, aineistoin keruun jälkeen, hankittu aineisto analysoidaan sisällöllisesti tutkimuskysymysten mukaisesti sekä syntetisoimalla tutkimusten tulokset yhdessä (Johansson 2007, 6).

Vaikka systemaattinen kirjallisuuskatsaus kuuluu luonteeltaan teoreettisen tutkimuksen piiriin, sen toteuttamisessa voidaan soveltaa laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmiä. Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa käydään läpi runsaasti tutkimusmateriaalia. Aineistoksi valikoituneita tutkimusartikkeleita voi olla kymmeniä, joissa olevaa tietoa on tarkoitus koota ja tiivistää. Tässä prosessissa tutkija voi käyttää sisällönanalyysiä apunaan laatiessaan luokittelurunkoa, jonka varassa tiivistys esitetään. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 123)

Aineistojen käsittelyssä voidaan erottaa seuraavat vaiheet (Kananen 2014, 101):

- koodaus (tiivistäminen, hajottaminen)
- luokittelu (kategorisointi)
- yhdistäminen (laajentaminen).

Kirjallisuuskatsauksen kyseessä ollessa aineiston yhteismitallistamisen vaihe jää pois.

5.2.1 Koodaus

Koska aineistona olevaa tekstiä on paljon, ennen analyysiä aineisto pitää selkeyttää ja tiivistää. Yksi pelkistämisen keinoista on koodaus. Koodausta voidaan verrata vaikkapa tenttikirjan lukuun, jossa sisältöä omaksutaan tiivistelmämenetelmää käyttäen. (Kananen 2014, 103-104.)

Aineistoksi valikoitunutta tekstimassaa tarkastellaan tutkimusongelman ja tutkimuskysymysten näkökulmasta. Aineistolle esitetään tutkimuskysymykset, joiden pohjalta aineistosta etsitään ne tekstikokonaisuudet, jotka liittyvät tutkittavaan ilmiöön. Tekstikokonaisuudet tiivistetään niin, että tekstikokonaisuudelle tai sen osalle annetaan sisältöä kuvaava ilmaisu eli koodi. Koodi kertoo asiasisällön. (Kananen 2014, 100.)

Koodaus voi tapahtua esimerkiksi alleviivaamalla aineistosta tutkimusongelmaan vastaavia ilmauksia, ja kirjoittamalla koodi tekstimarginaaliin. Ei ole olemassa yhtä koodaustapaa, ja koodausjärjestelmä onkin jokaisen kirjoittajan oma luomus. Koodauksen taso vaikuttaa analyysiin, sillä liian yleisluonteinen koodaus kadottaa osan tiedoista ja liian tiheä koodaus tuottaa rakenteen, jonka tulkinta voi olla hankalaa. (Kananen 2014, 104.)

Koodauksen jälkeisessä analysoinnissa pyritään aineistosta koodauskehikon avulla rakenteita, säännönmukaisuuksia, teemoja ja malleja. Segmentointi on osa koodausta. Koodaus tarkoittaa sitä, että aineistosta katsotaan tietty tekstiosa, joka sisältää yhden asiakokonaisuuden, eli segmentin. (Kananen 2014, 105). Segmentointi on siis osiin pilkkomista asiakokonaisuuksittain, ja koodaus on asiakokonaisuuden nimeämistä lyhyesti. Koodattu teksti kootaan taulukoihin, joissa taulukon yhden solun muodostaa alkuperäinen ilmaus.

Suoritin koodausvaiheen niin, että nostin tutkimusartikkeleista excel-tiedostoon tutkimuskysymyksiin vastaavat raakatestit omaan sarakkeeseensa segmentin asiasisällön mukaan, merkitsin viereiseen sarakkeeseen lähdetiedon sivunumeroineen, ja kolmanteen sarakkeeseen merkitsin segmentin asiasisällön lyhyellä koodilla. Koodattua aineistoa kertyi runsaasti, ja seuraavassa vaiheessa luokitte-
lin sen.

5.2.2 Luokittelu

Koodausvaihetta seuraa luokitteluvaihe, eli katsotaan, mitkä koodit (ilmaisut) muodostavat oman ryhmänsä. Ryhmälle eli luokalle annetaan nimi. Samalla koodaus tai luokittelu nostaa abstraktitasoan. Luokitteluvaiheessa pidetään mielessä tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset. Luokittelussa ja luokkien yhdistelyssä käytetään filtterinä asetettua tutkimusongelmaa. (Kananen 2014, 100.)

Aineistosta poimittua tutkimuskysymykseen vastaavaa ilmausta kuvaava koodi siis muodostaa ensimmäisen tason, ja 1. tason koodien perusteella voidaan muodostaa taso 2., joka on astetta käsitteellisempi kuin 1. taso. Tason 2 käsitteiden perusteella voidaan löytää 3. taso, jossa asiasisältöjä katsotaan vielä abstraktimalta tasolta.

Se, mitä aineistosta löytyy, riippuu tarkastelukulmasta eli tutkimusongelmasta. Tekstiä pitää tarkastella ja luokitella näkökulman mukaan, joka määräytyy tutkimusongelman ja tutkimuskysymysten mukaan. (Kananen 2014, 107.)

Kirjallisuuskatsauksen tulos alkaa hahmottua, kun luokkien sisällä tarkastellaan, millaisia kuvauksia kyseisistä aiheista tutkimuksissa esitetään (Tuomi & Sarajärvi 2009, 123). Näin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä voidaan luoda systemaattikkaa, jonka avulla tarkastella erityisherkkyyden ilmenemistä ja keinoja tukea erityisherkkää lasta.

Luokitteluvaiheen suoritin edellä kuvatusti. Leikkasin tulostamani raakatekstipätkät koodeineen toisistaan irralleen ja aloin järjestellä aineistoa koodien mukaisesti yhteen, minkä jälkeen alkoi muodostua luokkia, joille pystyin antamaan koodoja yhdistävän ylempään tason käsitteen.

5.2.3 Yhdistäminen eli ratkaisun löytäminen

Kun aineisto on käsitelty tutkimusongelman valossa koodauksen ja luokittelun avulla, esille nostetut osat ja teemat odottavat holistista ratkaisua. Aineistosta tehdään tulkinta, joka on tutkimusongelman ratkaisu. (Kananen 2014, 114-116.)

Aineiston luokittelun jälkeen minulla oli lopputuloksena neljä isoa pahvia, joissa aineisto oli ryhmiteltyä omien otsikoidensa alle, ja ne muodostavat vastaukset tutkimuskysymyksiini.

5.3 Eettisyys ja luotettavuustarkastelu

Systemaattiseen kirjallisuuskatsauksen tekemisen eettiset näkökohdat liittyvät hyvän tieteellisen käytännön noudattamiseen. Hyvää tutkimusta ohjaa eettinen sitoutuneisuus. Tutkimuksen uskottavuus ja tutkijan eettiset ratkaisut kulkevat täysin yhdessä. Tutkijan on huolehdittava, että tutkimussuunnitelma on laadukas, valittu tutkimusasetelma on sopiva ja raportointi hyvin tehty. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127-132.)

Tässä työssä tutkimusasetelman eettisyyteen liittyy ensisijaisesti tiedonhaun eettisyys ja luotettavuus. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tiedonhaun pitää

olla nimensä mukaisesti systemaattista ja toistettavaa. Toistettavuus lisää tutkimuksen luotettavuutta, sillä silloin kuka tahansa voi toistaa tiedonhaun ja päätyä samoihin tuloksiin. Tämä edellyttää tiedonhakuprosessin läpinäkyvyyttä ja auki kirjoittamista.

Aineistonhaussa käytetyt hakusanat vaikuttavat myös mitä merkitsevimmän tutkimuksen tuloksiin, joten tutkimusartikkelien haku, seulominen ja lopullinen valinta ovat merkittävässä roolissa työn eettisyyttä ja luotettavuutta arvioitaessa. Tiedonhaun pitää olla kurinalaista: aineiston valikoinnissa ei saa olla mitään sattumanvaraista. Toisaalta artikkelien valintaa ohjaavat kuitenkin myös inhimilliset tekijät, kuten se, kuinka hyvän ymmärryksen tutkija saa artikkelista jossain seulonnan vaiheessa. Tämän takia niin sanottuun raaka-aineistoon täytyy paneutua jokaisessa seulonnan vaiheessa riittävästi.

Tässä työssä hyvä tieteellinen käytäntö huomioidaan siten, että aiempiin tutkimuksiin ja kirjallisuuteen viitataan rehellisesti ja huolellisesti. Tällöin on selvää, mikä ansio kuuluu kenellekin. Noudatan hyvää tieteellistä käytäntöä suunnittelemalla, toteuttamalla ja raportoimalla yksityiskohtaisesti ja selkeästi, tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. (Saimaan amk 2010, 16.) Hyvän tieteellisen käytännön mukaan käytän monipuolisesti ja kriittisesti lähteitä, painottaen tuoreinta tutkimustietoa ja käyttäen alkuperäisiä lähteitä. Näin pyrin saamaan ja esittämään mahdollisimman objektiivisen ja nykykäsitykseen perustuvan tietämyksen käsittelemästäni aiheesta.

6 Tulokset

Tutkimusaineistoni laadullisesta sisällönanalyysistä nousi luokittelun avulla erilaisia teemoja, jotka liittyvät erityisherkkyyden ilmenemiseen sekä erityisherkkän lapsen tukemiseen päiväkodissa. Käsittelen alla omissa kappaleissaan kumpaankin tutkimuskysymykseeni liittyviä tuloksia.

6.1 Miten lapsen erityisherkkyyys ilmenee

Lasten erityisherkkyyttä identifioivia seuloja on tällä hetkellä olemassa kaksi. Toinen niistä on julkaistu Aronin (2015) kirjassa erityisherkkä lapsi, ja sen avulla

vanhempi voi kysymyksiin vastaamalla arvioida oman lapsensa erityisherkkyyttä (liite 2). Toinen lapsille tarkoitetuista seuloista on Pluessin ym. (2017, 74) tutkimuksessa esitetty 38-kysymyksinen seula (liite 3), joka perustuu Aronin aikuisille tarkoitettuun erityisherkkyyseulaan Highly Sensitive Person scale, (Aron & Aron 1997). Tämä seula on tarkoitettu kouluikäisille lapsille, jotka voivat itse vastata kysymyksiin.

Pluessin ym. (2017, 11-12) mukaan erityisherkkyyys (SPS, sensory processing sensitivity) on melko pysyvä persoonallisuuspiirre, joka heijastaa yksilön herkkyyttä ympäristön vaikutuksiin. Erityisherkkyyys ilmenee tavallista suurempana aistitiedon tietoisuutena, behavioraalisena inhibitiona (behavioral inhibition, McNaughtonin ja Garyn (2000, 161-176) tavoin määriteltynä), syvempänä aistitiedon kognitiivisena prosessointina ja korkeampana emotionaalisena ja psykologisena reaktiivisuutena.

Erityisherkkyyden ilmenemistä on jaettu myös niin sanottuun DOES-malliin (Botterberg ja Warreyn 2016, 1; Aron ym. 2012, 15-16; Aron 2015), joka kääntyy suomeksi EVÄS-malliksi. Käytän tässä työssä erityisherkkyyden ilmenemisen esittämiseen tätä mallia, jonka tutkimusaineistosta nousseet pääpiirteet kuvaan taulukossa (2). Kuvaan taulukossa piirteet erityisesti siitä näkökulmasta, miten ne voivat ilmetä lapsella. Tämän jälkeen kuvaan erityisherkkyyden neljä osa-aluetta vielä tarkemmin omissa kappaleissaan.

EVÄS-malli (Does-malli)	Miten ilmenee erityisesti lapsella
Emotionaalinen reaktiivisuus ja empatia (Emotional reactivity and empathy)	<ul style="list-style-type: none"> • lapsi tuntee syvästi ja itkee herkästi • niin sanotusti lukee vanhemman ajatuksia • tavoittelee täydellisyyttä • reagoi voimakkaasti pieniinkin virheisiin • suurempi aktiivisuus peilisoluissa • suurempi reaktio neg. ja pos. kokemuksiin
Vivahteiden vaistoaminen (Sensitive to Subtle Stimuli)	<ul style="list-style-type: none"> • voimakkaampi tietoisuus esim. hienoista äänistä, hajuista ja yksityiskohdista • huomaa pienet muutokset ihmisissä ja paikoissa • ilmeiden, äänensävyjen ja kannustavan/moittivan katseen herkkä merkillepano • hellä ohjaaminen toimii paremmin
Ärsykkeiden liiallisuus (easily Overstimulated)	<ul style="list-style-type: none"> • ylivirittyneisyys, väsyminen, stressi -> työläitä ns. kohtauksia • univaikeuksia • suuri reagointi muutoksiin • kipuherkkyys, hankaavat vaatteet yms. • ääniherkkyys (kovat äänet) • huonompi suoriutuminen tarkkailun alla
Syvällinen käsittely (Depth of processing)	<ul style="list-style-type: none"> • syvämpi tietoisuus ulkoisista ja sisäisistä ärsykkeistä ja tämän tiedon syvällisempi prosessointi <ul style="list-style-type: none"> → syvälliset kysymykset → niin sanotut hienot sanat → nokkela huumorintaju → hitaus lämmitä uusiin ihmisiin/tilanteisiin

Taulukko 2. Erityisherkkyyden ilmeneminen lapsella EVÄS-mallin mukaan.

6.1.1 Syvällinen käsittely

Erityisherkkien syvällisempi aistitiedon kognitiivinen käsittely perustuu evoluution luomaan strategiaan, jossa ihminen vastaa ei-herkkiä enemmän ympäristöönsä

ja käsittelee ympäristön vihjeitä ei-herkkiä syvällisemmin. Tämän aistitiedon vastaanottaminen ja tavallista syvällisempi prosessointi saa ihmisen pysähtymään uuden edessä ja reagoimaan hitaammin, ja täten vaikuttamaan muita vähemmän rohkealta, impulsiiviselta ja riskejä ottavalta. Pysähtyessään uuden edessä erityisherkkä vertaa ympäristön vihjeitä (tiedostamattomasti tai tiedostaen) aiempiin kokemuksiinsa ja luo mielessään tehokasta toimintastrategiaa tilanteeseen. (Aron ym. 2012, 2.)

Moni erityisherkkän lapsen vanhempi huomaa lapsessaan ensimmäisenä alttiuden ylivilpityä nopeasti ja havaita vivahteita. Nämä piirteet palautuvat kykyyn käsitellä asioita syvällisesti. (Aron 2015, 11.) Syvällinen prosessointi voi ilmetä lapsessa myös syvämielteisinä kysymyksinä ja suurena kysymysten määränä, ikäisekseen niin sanottujen suurien sanojen käyttämisenä sekä nokkelana huumorintajuna (Boterberg & Warreyn 2016, 85). Erityisherkillä ihmisillä on tyypillisesti rikas sisäinen maailma ja korkea tiedostamisen aste (Jagiellowicz, Aron & Aron. 2016, 186). Botebergin ja Warreyn (2016, 84) mukaan erityisherkkyyteen liittyvä syvällinen prosessointi liittyy myös empatiaan, tiedostavuuteen, intensiivisten tunteiden omaamiseen toisia kohtaan, eläväiseen unimaailmaan, rikkaaseen mielikuvitukseen ja pitkän aikavälin seurausten tiedostamiseen. Vaikka syvällinen käsittely on pääosin kognitiivista, se voi ilmetä myös immuunijärjestelmän korkeampana herkkyytenä, mikä voi näkyä suurempana kipuherkkyytenä tai elimistön voimakkaampana reagoitina esimerkiksi nälkään. (Aron ym. 2012, 15.)

Erityisherkkien syvästä prosessointikyvystä on merkittävää näyttöä, jota on saatu muun muassa aivojen magneettikuvauksen (fMRI) avulla erityisherkkien tunnistuksessa eroavaisuuksia kahdesta hyvin samankaltaisesta kuvasta (Jagiellowicz ym. 2016, 186).

6.1.2 Ärsykkeiden liiallisuus

Tutkimuksissa, jossa erityisherkkien todettiin suoriutuvan visuaalista huomiokykyä vaativissa tehtävissä ei-herkkiä paremmin (Jagiellowicz ym. 2016, 186; Gers-tenberg 2012, 496), todettiin myös, että erityisherkkät olivat kokeen jälkeen ei-herkkiä stressaantuneempia. Koska erityisherkkä havaitsee hienovaraisia ympäristön vihjeitä ja prosessoi niitä tavallista syvällisemmin, nähdään tällä olevan

vääjäämätön seuraus ylivirittyä helposti. Ylivirittyminen on vaarana erityisesti tilanteissa, jotka ovat uusia, harvinaisia tai sisältävät intensiivisiä ärsykejä. Kun erityisherkkyyttä nähdään yksilön evolutiivisena selviytymisstrategiana, nähdään optimaalinen vireystaso tärkeänä tekijänä optimaalisen toimintakyvyn kannalta. Ylivirittyminen nimittäin johtaa helposti huonontuneeseen kognitiiviseen toimintaan. (Aron ym. 2012, 1.)

Erytyisherkkyyteen liittyy myös alhaisempi aistien ärsytyskynnys, mikä voi johtaa epämiellyttävään aistiärsytykseen esimerkiksi kirkkaiden valojen tai kovien äänien takia. Tämä sama herkkyys virittyä helposti liittyy sekä sisäisiin että ulkoisiin vaatimuksiin: erityisherkkä reagoi esimerkiksi nälkään tai vaatimukseen suorittaa monia asioita samanaikaisesti voi olla negatiivinen. (Pluess ym. 2018, 68.) Sisäisten ja ulkoisten ärsykkeiden aiheuttama ylivirittyminen johtaa helposti siihen, että kun erityisherkkä suoriutuu tarkkaillaan, hän suoriutuu huonommin (Aron 2015, 13).

Erytyisherkkä ihmisen autonominen hermosto reagoi voimakkaammin stressaavissa tilanteissa (Boterberg & Warreyn 2016, 84.) Lapsella ärsykkeiden liiallisuus ja siitä johtuva ylivirittyminen voi ilmetä yllättävinä ja työläinä väsymyskohtauksina (Aron 2015, 12). Erytyisherkkä lasta saattaa häiritä myös vaatteiden laput tai saumat, ja lapsi usein haluaa vaihtaa heti märät ja hiekkaiset vaatteet pois. Erytyisherkkä lapsi saattaa säikähtää helposti, eikä yleensä pidä suurista yllätyksistä. Hän myös reagoi voimakkaasti elämänmuutoksiin. Tapahtumia täynnä olleen päivän jälkeen lapsella voi olla nukahtamisvaikeuksia. Monet erityisherkkät lapset suosivat rauhallisia leikkejä. Lapsi voi olla myös hyvin herkkä kivulle. (Boterberg & Warreyn 2016, 85.)

6.1.3 Emotionaalinen reaktiivisuus ja empatia

Aivojen magneettikuvauksella on saatu vahvaa näyttöä siitä, että erityisherkkien ihmisten aivot reagoivat voimakkaammin sekä surullisiin että iloiseihin kasvokuviiin. Aivojen osat, joilla aktiivisuus oli suurempaa, eivät olleet tiettyyn puhtaaseen emotioniin liitettyjä alueita, vaan enemmänkin sensomotorisia alueita sekä alu-

eita, jotka liitetään empatiaan. Myös erityisherkkien peilisolujärjestelmässä havaittiin ei-herkkiä suurempaa aktiivisuutta kasvokuvakokeen aikana. (Acevedo, Aron, Aron, Sangster, Collins & Brown 2014, 10-11.)

Uusimmassa erityisherkkyytutkimuksessa oleellinen huomio on kiinnittynyt siihen, että erityisherkkä ihminen reagoi ei-herkkiä vahvemmin myös positiivisiin ympäristötekijöihin ja kokemuksiin, ei vain negatiivisiin (vs. käsitys behavioraalista inhibitiosta). Pluessin tutkimuksissa tästä käytetään termiä *vantage sensitivity*, jonka suomennan näkökulmaherkkyudeksi. Tämä näkökulmaherkkyys näkyy suurempana vasteena erilaisille interventiolle, ja esimerkiksi hyvälle vanhemmuudelle ja sosiaaliselle tuelle. (Pluess & Belsky 2012, 910).

Emotionaalinen reaktiivisuus juontaa myös syvälliseen käsittelyyn, sillä nähdään, että vahva emotionaalinen reagointi ajaa tätä syvällistä käsittelyä (Aron ym. 2012, 1). Tunteet siis kertovat, mihin on syytä kiinnittää huomiota ja mitä kannattaa opetella: tunteet motivoivat meitä käsittelemään tietoa tarpeeksi muistaaksemme sen. Empatia yhdistettynä voimakkaaseen tunnekokemukseen johtaa siihen, että erityisherkillä on kyky vaistota toisten ajatuksia ja tunteita. (Aron 2015, 14.) Erityisherkkien lasten vanhemmat ovatkin saattaneet huomata lastensa tuntuvan lukevan heidän ajatuksiaan ja tunnetilojaan, olevan hyvin intuitiivisia sekä huomauttaa muiden ahdinkoa (Boterberg & Warreyn 2016, 85). Erityisherkkyyks voi ilmetä myös täydellisyyden tavoitteluna ja voimakkaana reaktiona pieniinkin virheisiin (Aron 2015, 14).

Erityisherkkyyttä on Boterbegin ja Warreyn (2016, 97) tutkimuksissa liitetty myös vauvaiän voimakkaaseen itkuisuuteen, lapsuuden selittämättömiin mahakipuihin sekä nukkumis- ja syömisongelmiin.

6.1.4 Vivahteiden vaistoaminen

Erityisherkkät kiinnittävät tavallista enemmän huomiota ympäristön stimuleihin (Jagiellowicz ym. 2010, 38). Erityisherkkyyteen liittyy siis tavallista voimakkaampi tietoisuus ympäristön vihjeistä, kuten hienovaraisista äänistä, hajuista ja yksityiskohdista. Enemmän kuin normaalia vastaanottavammista aisteista, erityisherkkyydessä on kuitenkin kyse ajattelun ja tuntemisen tavallista korkeammasta työstämisen asteesta ja erojen hienovaraisesta prosessoinnista. Siksi vivahteiden

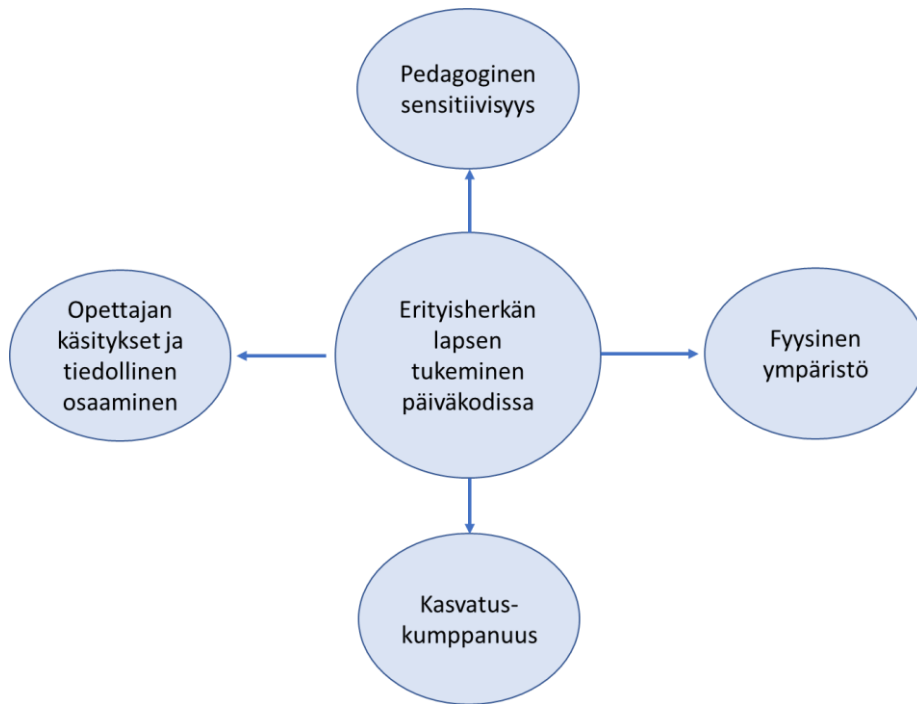
vaistoaminenkin liittyy kiinteästi syvällisen prosessointiin. (Aron 2002, 16.) Pluesin ym. (2018, 54) tutkimuksessa todetaan, että tämä myötäsyntyinen herkkyys ympäristölle mahdollistaa vastaamisen ja sopeutumisen ympäristötekijöiden tuomiin haasteisiin ja mahdollisuuksiin.

Erytyisherkkien lasten vanhemmat huomaavat usein lapsestaan vivahteiden vaistoamisen siitä, että lapsi huomaa ympäristössään tapahtuneita pieniä muutoksia helposti. He panevat merkille ihmisten äänensävyjä ja ilmeitä sekä moittivan tai rohkaisevan katseen. (Aron 2015, 16.) Moni vanhempi huomaakin erityisherkkänsä lapsensa oppivan paremmin hellävaraisella ohjaamisella kuin rangaistusten avulla (Boterberg & Warreyn 2016, 85). Hieman isompana erityisherkkä lapsi voi huomata esimerkiksi taideteoksessa yllättävän paljon merkityksiä (Aron 2015, 16).

6.2 Erytyisherkkänsä lapsen tukeminen päiväkodissa

Aineiston analyysistä nousseita erityisherkkänsä lapsen tukemiseen liittyviä teemoja olivat interpersoonallinen teoria, opettajan sensitiivisyys, pedagogiset ratkaisut, opettajan tuntemus temperamenteista ja erityisherkkyydestä, opettajan kyky reflektoida omaa ajatteluaan, lapsen käsitys opettaja-lapsi-suhteesta, viisas ja lämmin ohjaaminen, omanarvontunnon tukeminen ja häpeän välttäminen, opettajan interpersoonallinen käytös, sosiaalisten suhteiden tukeminen, fyysiset olosuhteet, lapsen vireystilan tarkasteleminen sekä kasvatusyhteistyö.

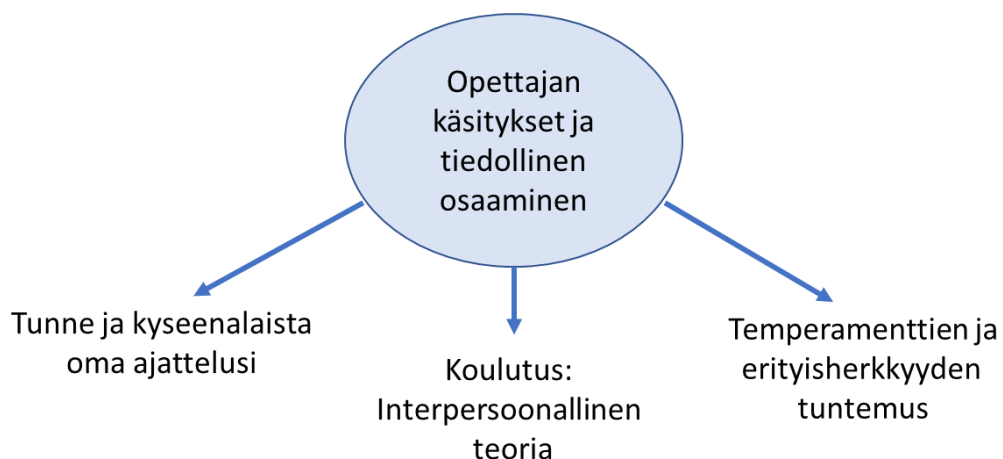
Muodostin näille teemoille vielä yläkäsitteet, jotka muodostavat erityisherkkänsä lapsen tukemisen neljä pääluokkaa (kuva 3). Käsittelen jokaista tukemisen pääluokkaa omissa kappaleissaan alla, ja avaan luokkien sisällön.



Kuva 3. Erityisherhän lapsen tukemisen pääluokat.

6.2.1 Opettajan käsitykset ja tiedollinen osaaminen

Ensimmäinen tukemisen kategoria on opettajan käsitykset ja tiedollinen osaaminen. Tämän teeman alakategoriat ja käsitteet on kuvattu kuvassa 4. Opettajan käsitykset ja tiedollinen osaaminen -teema muodostuu oman ajattelun tuntemisesta ja kyvystä kyseenalaistaa sitä, interpersoonallisen teorian koulutuksesta sekä temperamenttien ja erityisherkkyyden piirteiden tuntemisesta.



Kuva 4. Erityisherhän lapsen tukeminen: opettajan käsitykset ja tiedollinen osaaminen.

Tunne ja kyseenalaista oma ajattelusi

Rimm-Kaufman, Early, Cox, Salujac. Piantaa, Bradleyd, & Payne (2002, 452) toteavat tutkimuksessaan, että opettajat aliarvioivat helpommin arkojen ja varo-vaisten lasten älykkyyttä, eivätkä ota heihin oma-aloitteisesti yhtä paljon kontaktia kuin vähemmän arkoihin lapsiin. Tämä voi tarkoittaa sitä, että erityisherkkää lasta tulkitaan väärin ja hän saa vähemmän sosiaalista tukea. Edellä mainitun tutkimuksen mukaan pelkästään lapsen käyttäytymisen piirteet eivät vaikuta opettajan käsitykseen opettaja-lapsisuhteesta, vaan siihen vaikuttavat myös opettajan omat käsitykset näistä piirteistä. Rimm-Kaufmanin ym. (2002, 452) tutkimuksen mukaan näitä käsityksiä työstämällä voidaan saada opettaja-lapsi-suhdetta läheisemmäksi.

Tutkimuksen mukaan muutos opettajassa voi saada aikaan suurempaa muutosta opettaja-lapsi-suhteessa kuin muutos lapsen käyttäytymisessä. Opettajilla voi olla ajatusvääristymiä esimerkiksi joistain käyttäytymisen piirteistä, mikä vaikuttaa heidän tapaansa olla lapsen kanssa. Opettajat voisivat hyötyä esimerkiksi psykologien antamasta tuesta, jossa opettajia autetaan uudelleen arvioimaan suhteitaan lasten kanssa, sekä korjaamaan mahdollisia ajatusvääristymiä lapsen käyttäytymisen taustoista ja merkityksestä. (Rimm-Kaufman ym. 2002, 452.)

Etäisen suhteen ongelma vaivaa erityisesti lapsia, joissa näkyy sosiaalista inhibitiota, sillä opettajat raportoivat tutkimuksessa vähemmän läheisen suhteen juuri tällaisiin lapsiin (Thijs & Koomen, 2009, 194). Näissä tutkimustuloksissa huomionarvioista on se, että opettajan käsitykseen opettaja-lapsi-suhteesta vaikutti enemmän opettajan käsitys lapsen piirteistä, kuin lapsen todellinen käyttäytymisen piirteinensä. (Thijs & Koomen. 2009, 194). Tästä syystä opettajan on oltava kriittinen omien näkemystensä suhteen: millaisia käsityksiä ja attribuutioita hän esimerkiksi liittää joihinkin luonteenpiirteisiin, ja kuinka hän antaa näiden käsitysten vaikuttaa suhteeseen lapsen kanssa.

Thijs:n & Koomen:in (2009, 195) tutkimus nosti esiin myös lapset pätevinä arvioimaan opettaja-lapsi-suhdetta, sillä pelkästään opettajan arvio ei anna objektivista kuvaa lapsesta ja suhteesta. Erilaiset opettaja-lapsi-suhteen arvioimisen työkalut ja niiden hyödyntäminen lapsen näkökulmasta voisivat tuottaa tärkeää

tietoa herkän ja varovaisen lapsen ja opettajan suhteen syventämiseen. (Thijs ym. 2009, 195.)

Koulutus ja interpersoonallinen teoria

Kappaleessa 3. on kuvattu interpersoonallisen teorian perusteet. Roordan, Koomen:n, Thijs:n ja Oort:n (2014, 182) tutkimuksen mukaan lyhytkin koulutus interpersoonallisesta teoriasta sai opettajissa aikaan pieniä mutta merkittäviä muutoksia liittyen heidän kontrollikäyttäytymiseensä. Opettajan kontrollin vähentäminen oli erityisen merkityksellistä vetäytyvien lasten kanssa. Tutkimuksen löydökset osoittavat, että tietoinen muutos opettajan käytöksessä suhteessa erityisherkkiin lapsiin on mahdollista, ja sillä on saatu aikaan hyviä tuloksia. Tutkimuksen tuloksena voidaan todeta, että opettajille kannattaa antaa koulutusta interpersoonallisesta teoriasta, jonka avulla he voivat muuttaa negatiivisia vuorovaikutusmahdollisuuksia niiden lasten kanssa, joilla on taipumus vetäytyä uusissa tilanteissa. Tutkimuksen mukaan opettajat hyötyvät konkreettisesta tuesta siinä, miten tarjota pidättyväiselle lapselle suurempaa lämpöä ja ystävällisyyttä, ja vastaavasti miten vähentää opettajajohtoista kontrollia. Tärkeää on, että lapsen pidättyväisyyteen ei reagoita vihamielisesti.

Myös Splitn, Koomen:n ja Mantzicopoulos:n (2010, 436) mukaan interpersoonallinen teoria on tärkeä työväline opettajalle osatakseen suhtautua oikein erilaisiin lapsiin. On tärkeää huomioida myös se näkökulma, että lapsen huono sopeutuminen voi johtua siitä, että lapsi ei tunne saavansa arvostusta. Tutkimuksen mukaan tytöt, joiden opettaja arvioi heidät vetäytyviksi, kokivat vähemmän opettajan lämpöä ja arvostusta. Opettajien olisikin tärkeää opetella tunnistamaan ja luokittelemaan sekä oma että lasten interpersoonallinen käyttäytymistyyli. Tätä voi tehdä esimerkiksi analysoimalla videoituja vuorovaikutustilanteita. Teorian käsitteistöä käyttäen opettajan olisi kiinnitettävä huomiota vastavuoroisuuden periaatteeseen (complementary principle, ks. teoria) ja vältettävä antivastavuoroisuutta, joka ei teorian mukaan ole myötäsukaisuuden (lämmön, yhteen liittymisen) ja kontrollin dimensioilla vastavuoroinen reaktio, vaan se herättää lapsissa uhkaavuutta, sillä se vaatii heitä muuttamaan radikaalisti omaa luontaista käyttäytymistään. Tutkimuksen näkökulmasta opettajat voisivat interpersoonallisen teorian

koulutuksen avulla parantaa ongelmallisia suhteita lapsiin. (Interpersoonallisen teorian soveltamisesta käytännössä kerrotaan lisää kappaleessa 6.2.2.2.)

Temperamenttien ja erityisherkkyyden tuntemus

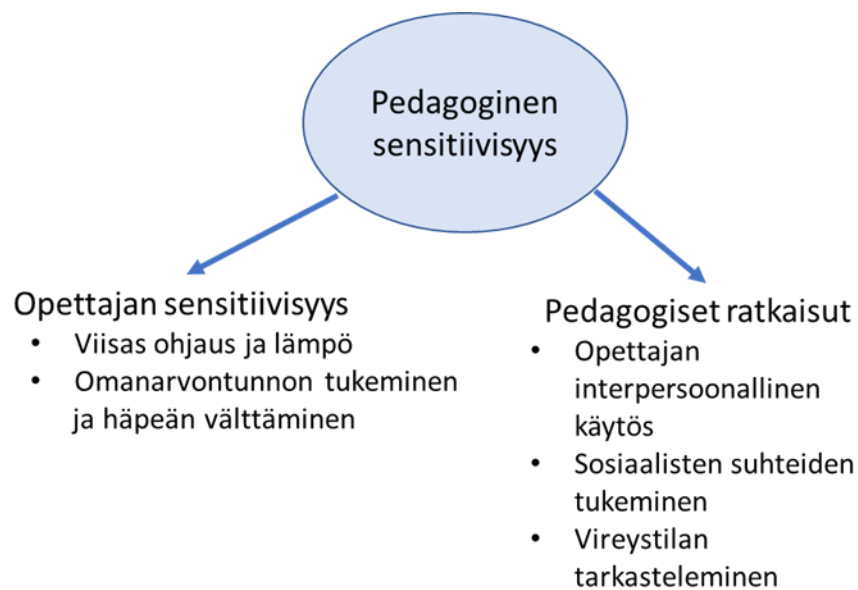
Opettajan tulee olla ajan tasalla temperamenttierojen suhteen ja tuntea muun muassa niiden vaikutus oppimiseen (Aron 2015, 309). Keltikangas-Järvisen (2004, 138) viittaamat temperamenttitutkijat Thomas ja Chess kiinnittivät seurantatutkimuksessaan huomiota siihen, millaisilla lapsilla oli myöhemmin sopeutumisongelmia ja keille kehittyi käyttäytymishäiriöitä. Tämä tutkimus loi käsitteet *goodness of fit* ja *poornes of fit*, jotka kuvaavat lapsen temperamentin ja ympäristön yhteensopivuutta tai yhteensopimattomuutta. Tämän yhteensopivuuden keskeinen elementti on lapsen hoitajien ja lapsen välinen vuorovaikutus. Goodnes of fit, eli lapsen temperamentin ja ympäristön yhteensopivuus syntyy, kun ympäristön vaatimukset ja odotukset, ihmisen kapasiteetti, ominaispiirteet ja motivaatio ovat sopusoinnussa. Sellainen tilanne mahdollistaa lapsen positiivisen kehityksen. Jos taas lapsen kapasiteetti ja luonteenpiirteet ovat ristiriidassa sen kanssa, mitä ympäristö vaatii, syntyy poorness of fit, eli huono yhteensopivuus. Tämä johtaa ongelmiin lapsen kehityksessä. (Keltikangas-Järvinen 2004, 138.)

Erytyisherkkyyden osalta on kasvatustieteessä tärkeää ymmärtää, että onnistuminen ensiyrittämällä on erityisherkkien lasten geeneihin koodautuneen selviytymisstrategian perusta. Erytyisherkkät välttävät usein virheitä ja noudattavat mielellään ohjeita. Jos erityisherkkälle lapselle huomautetaan virheestä, hän käsittelevät palautteen tarkasti välttääkseen samaa virhettä. Erytyisherkkät ovat taipuvaisia armottomaan itsekritiikkiin, mikä altistaa huonolle itsetunnolle. He usein märehäiväät virheitään niin paljon, että pärjäävät usein ilman muiden arvostelua – he rankaisevat itse itseään. Saadessaan liikaa kritiikkiä erityisherkkä lapsi saattaa päätyä ajattelemaan olevansa yleisesti huono tai väärässä. Erytyisherkkän lapsen kasvattamisessa ja ohjaamisessa onkin erityisen tärkeää hellä ohjaaminen, josta kerrotaan seuraavan teeman alla enemmän. (Aron 2015, 131.)

6.2.2 Pedagoginen sensitiivisyys

Erytyisherkkän lapsen tukemisessa aineistosta korostui viisas ohjaus ja lämpö sekä lapsen omanarvontunnon tukeminen ja häpeän välttäminen. Nämä teemat

liitän opettajan sensitiivisyyteen. Toinen aineistosta nouseva teema olivat pedagogiset ratkaisut, jotka toisaalta linkittyvät nekin kaikkiin tukemisen osa-alueisiin, kuten opettajan sensitiivisyyseen. Näille teemoilla annoin yhteiseksi nimittäjäksi pedagogisen sensitiivisyyden, jonka Mäkelä (2018) määrittelee muun muassa aikuisen taidoksi havaita lapsen aloitteet ja viestit, ja vastata niihin tavalla, joka tukee lapsen toimintaa. Tähän liittyy aikuisen kyky säädellä ryhmän ilmapiiriä myönteiseksi, ja luoda lapseen yhteyden tila, jossa lapsen oppiminen ja kehittyminen ovat mahdollista. Pedagogisen sensitiivisyyden kokonaisuutta erityisher-
kän lapsen tukemisessa on kuvattu kuvassa (5).



Kuva 5. Erityisher-
kän lapsen tukeminen: pedagoginen sensitiivisyys.

6.2.2.1 Opettajan sensitiivisyys

Opettajan sensitiivisyyden nähdään erityisher-
kän lapsen tukemisessa liittyvän kykyyn ohjata lasta viisaasti ja lämpimästi, sekä kykyyn tukea lapsen omanarvontun-
tuntaa ja välttää häpeää.

Viisas ohjaus ja lämpö

Viisas ohjaaminen ja vuorovaikutuksen lämpö ovat kiinteässä yhteydessä opet-
tajan sensitiivisyyteen. Spiltn ym. (2010, 436) mukaan opettajien tulee ymmärtää lasten tarve yhteenkuuluvuuteen, joka muodostuu välittämisestä, arvostamisesta

ja yksilönä huomaamisesta. Tutkimuksessa, jossa selvitettiin lapsen temperamentillisen rohkeuden tai vetäytyvyyden vaikutusta lapsen käyttäytymiseen päiväkodissa, huomattiin opettajan sensitiivisyydellä olevan yhteys lasten sosiaaliseen kompetenssiin lapsiryhmässä. Opettajan sensitiivinen käytös ilmenee positiivisuutena, johdonmukaisuutena, lämpönä ja lapsen pientenkin eleiden ja vihjeiden huomaamisena. (Rimm-Kaufman ym. 2002, 345.) Tutkimus on osoittanut vahvan yhteyden opettajan antaman sensitiivisen tuen ja lapsen kokeman emotionaalisen turvallisuuden välillä (Rimm-Kaufman ym. 2002, 464).

Opettajan sensitiivisyyden vaikutusta ujon lapsen tukemisessa tutkineiden Buhsin ym. (2015, 13) mukaan erityisesti ujut lapset hyötyvät opettajan positiivisuudesta, lämmöstä ja kyvystä huomata pieniä eleitä. Opettajan sensitiivisyys lapsiryhmässä luo kannustavan ympäristön, joka edellä mainitun tutkimuksen mukaan vähentää ujojen lasten vertaissuhteissa ulkopuolelle jäämistä sekä lisää ujojen lasten sitoutumista ryhmään. Tutkimuksen mukaan sensitiivisen sosiaalisen tuen merkitys ujoille lapsille on erityisen merkittävä.

Opettajan mahdollisuutta tukea ujoja lapsia tutkineen Korem:n (2016, 140) mukaan yksilöllisen suhteen muodostaminen ujoon lapseen on erityisen tärkeää. Konkreettisesti tämä tarkoittaa sitä, että opettaja on lapsen saatavilla ja osoittaa tämän omalla käytöksellään. Jo pelkästään katsekontaktin merkitys on suuri, koska se osoittaa, että lapsi tulee nähdyksi. (Korem 2016, 141.) Ujoja lapsia voidaan auttaa myös sopivalla aktivoinnilla sekä positiivisen palautteen antamisella. Lapsen aktivoinnin tulee perustua lapsen vahvuuksiin ja voimaannuttamiseen. Lapsen vahvuuksia tulee sanoittaa, ja kun tämä tehdään vertaisten kuullen, sillä on vielä suurempi vaikutus. Opettajan on mahdollisista luoda tilanteita, jossa lapsi saa menestymisen kokemuksia vertaistensa kanssa, ja näin tukea lapsen sosiaalisia suhteita. Ujon lapsen aktivoinnissa on tärkeää olla painostamatta liikaa: lasta tulee aktivoida sensitiivisesti ja välttää lapsen nolaamista. (Korem 2016, 142.)

Omanarvontunnon tukeminen ja häpeän välttäminen

Kulttuurinen ympäristö ei aina suosi herkkyyttä, etenkin poikien kohdalla. Monelle erityisherkälle voi tulla tunne jonkinlaisesta viallisuudesta tai erilaisuudesta.

Lapsuudessa kehittyvän omanarvontunnon merkitys on erittäin suuri, koska sitä on vaikeaa korjata aikuisuudessa. Ujon ja herkän lapsen huomiotta jättäminen lisää heidän merkityksettömyyden tunnettaan. Kasvattajien olisikin syytä tehdä kaikkensa, että herkän lapsen mieli saadaan ohjattua alusta asti oikeille raiteille. Kasvattaja voi tarjota sisäisen vastavoiman lapsen kohtaamalle ymmärryksen ja arvostuksen puutteelle. (Aron 2015, 131-132.) Erityisherikän lapsen ohjauksessa on hyvä huomioida, että erityisherikät ovat taipuvaisia pessimistiseen realismiin arvioidessaan omia kykyjään ja muiden ajatuksia itsestään. Tällainen itsekriittisyys altistaa myös häpeän kokemuksille. Erityisherikät usein myös tiedostavat oman niin sanotun varjopuolensa paremmin. Kasvattajan täytyy auttaa lasta hyväksymään tämä puoli; sitä ei tarvitse torjua ollakseen niin sanottu kiltti lapsi. (Aron 2015, 134.)

Lapsen omanarvontunnetta voi tukea puhumalla herkkyydestä arvostavaan sävyyn. On kiinnitettävä huomiota omiin tekoihin, asentoihin, äänensävyyn ja kasvojen ilmeisiin, ettei tule sanottomasti ilmaisseeksi olevansa pahoillaan lapsen herkkyydestä. Kasvattajan tulee ilmaista halunsa olla lapsen kanssa sekä osoittaa kunnioitusta lapsen tunteille, tarpeille, mielipiteille, mieltymyksille ja päätöksille. Lasta kannattaa auttaa ymmärtämään omaa erilaisuuttaan suhteessa ei-erityisherikkiin. On myös tärkeää oppia tunnistamaan, milloin lapsi tarvitsee kannustusta ja milloin hänen on parempi antaa olla rauhassa. Kannattaa kuitenkin välttää vapauttamasta erityisherikkää lasta kaikesta, mikä on hänelle vaikeaa, esimerkiksi esiintyminen. Vaativa tehtävä täytyy osata ajoittaa oikein, ja valmistella lasta siihen asteittain. Lapsen hiljaisuudesta ei saisi tehdä koskaan ongelmaa. Lapsen ajatuksia tulee kehua ilmaisuun liittyvistä vaikeuksista huolimatta. Kannattaa muistaa, että erityisherikillä on paljon annettavaa tuntiessaan olonsa turvalliseksi. (Aron 2015, 131-136.)

6.2.2.2 Pedagogiset ratkaisut

Lastentarhanopettajan pedagogiset ratkaisut on tietysti hyvin laaja käsite ja ulottuu opettajan kaikkeen toimintaan. Aineistosta noussut opettajan interpersonaalinen käytös on kuitenkin osa-alue, johon opettaja voi tietoisesti vaikuttaa, joten nimikoin tämän tukemisen osa-alueen pedagogisten ratkaisujen alle. Tähän osa-

alueeseen kuuluu myös erityisherkkän lapsen vireystilan tarkastelu ja sen pohjalta tehdyt ratkaisut, sekä lapsen vertaissuhteiden tukeminen.

Opettajan interpersoonallinen käytös

Roorda, Koomen, Spilt, Thijs, ja Oort (2013, 173) ovat tutkineet lastentarhanopettajien ja vetäytyvien lasten välisen suhteen parantamista interpersoonallisen teorian näkökulmasta. Erityisherkkää lasta, joka on taipuvainen behavioraaliseen inhibitioon, voidaan tutkimuksen mukaan aktivoida yhteyteen siten, että opettaja on vähemmän dominoiva ja enemmän ystävällinen ja myötäsukainen (affiliaation dimensiolla). Tutkimuksessa huomattiin, että opettajat saattavat luontaisesti luoda yhteyttä vetäytyvään lapseen esittämällä paljon kysymyksiä. Tämä tenttaaminen kuitenkin lisäsi näiden lasten vetäytymistä ja passiivisuutta. Niinpä lisätäkseen vetäytyvien lasten osallisuutta opettajien pitäisi vähentää omaa dominoivaa käyttäytymistään (esim. kysymyksillä tenttaamista), ja sen sijaan lisätä kannustavaa puhetta sekä tarjota lapselle lisää erilaisia toimintamahdollisuuksia. (Roorda, Koomen, Spilt, Thijs & Oort 2013, 174.)

Sensitiivinen opettaja huomaa sosiaalisesti varovaisen lapsen tarpeet, ja kykenee luomaan ryhmän aktiviteeteista sellaisia, että erityisherkkä lapsi voi voittaa hermostuksensa ja osallistua ryhmän toimintaan vapaasti. Opettaja voi esimerkiksi ryhmätoiminnassa laittaa varovaisen lapsen pariin ennemmin tutun kaverin kuin vieraamman. (Roorda, Koomen, Spilt, Thijs & Oort 2013, 175.)

Myös Thijs:n, Koomenin, Roordan ja Hagen:n (2011, 41) mukaan toisin kuin ei-ujot, ujut lapset vastasivat opettajan vähempään kontrolliin kasvattamalla omaa kontrolliaan, ja vastaavasti opettajan kontrollin noustessa he laskivat omaa kontrolliaan. Thijs:n ym. (2011, 41) mukaan ujojen lasten vastavuoroisempi reagointi opettajan kontrollin määrään voi johtua ujouteen liittyvästä negatiivisten arvioiden pelosta. Yllämainitun Roordan ym. (2013, 156) tutkimuksen mukaan opettajan kannattaa syventää suhdettaan vetäytyvään lapseen järjestämällä kahdenkeskistä aikaa, koska lapsen vastavuoroinen käytös on kahdenkeskisessä asetelmassa voimakkaampaa. Parhain tulos opettaja-lapsi-suhteen parantamisessa saatiin Roordan ym. (2013, 156) tutkimuksen mukaan opettajan vähentäessä kontrolliaan interpersoonallisen teorian mukaisesti. Opettajan täytyy huomioida

siis oma kontrollin käyttönsä erityisesti tilanteessa, jossa ohjeistaa lasta. Myös Aronin (2015, 131) mukaan herkille lapsille täytyy antaa aikaa sopeutua ryhmään omaa tahtiaan. Liikaa huomiota ei kannata antaa, mutta lapselle on ilmaistava opettajan läsnäolo ja käytettävissä oleminen. Vetäytyvän lapsen käytöstä ei kuitenkaan kannata leimata peloksi, vaan ymmärtää lapsen tarve tarkkailla.

Sosiaalisten suhteiden tukeminen

Niin Koremin (2016, 142) kuin Aroninkin (2015) mukaan vertaissuhteiden tukeminen on tärkeää. Herkkiä lapsia tulee auttaa sosiaalisissa ongelmissa. On hyvä huomioida, että erityishervät ovat yleensä muita hitaampia tutustumaan ja saattavat tarvita siinä myös apua. On myös mahdollista, että muut lapset tulkitsevat erityisherkan tarvetta tarkkailla väärin; itkuherkkyyttä voidaan pitää heikkoutena, oman tilan tarvetta nirsoutena ja turhautumisen tai hämmennyksen hetkiä kiukutteluna. Koska erityishervät menevät helposti pois tolaltaan, he voivat joutua helposti myös kiusaamisen kohteiksi. Kasvattajan tehtävä lapsiryhmässä on luoda sellainen ilmapiiri, jossa kielteiset ennakoasenteet erilaisuutta kohtaan korvataan kaikkien hyväksymisellä ja arvostuksella. (Aron 2015, 131-134.)

Erityishervät viihtyvät usein parhaiten kahdenkeskisissä ystävyys-suhteissa. Kasvattajan kannattaakin auttaa lasta saamaan läheisiä ystäviä, sillä jo yksikin ystävä riittää parantamaan lapsen emotionaalista ja sosiaalista hyvinvointia. Ryhmien kokoonpanoa mietittäessä herkän lapsen läheiset suhteet on tärkeää ottaa huomioon, ja sijoittaa ystävät samaan ryhmään. Opettaja voi tukea ystävyys-suhteiden muodostumista myös sijoittamalla herkat lapset lähekkäin istumaan ja yhdistää nämä lapset ryhmätoiminnassa, jotta he tutustuisivat paremmin toisiinsa. (Aron 2015, 134.)

Vireystilan tarkasteleminen

Koska erityishervät lapset ovat taipuvaisia ylivilittymiselle, opettajan on tarkkailtava lapsen vireystilaa. Opettajan on syytä oppia tuntemaan ylivilittymisen merkit ja pohtia, voiko lapsen mahdollinen häiritsevä käytös johtua hetkellisestä tai pidempiaikaisesta ylivilittymisestä (Aron 2015, 311). Erityishervät lapset ylikuormittuvat helposti ja he tarvitsevat rauhallisen ympäristön ja paljon lepoaikaa työstääkseen kaikkea kokemaansa. Ylivilittymisyydestä toipuminen kestää ainakin

20 minuuttia, joten sitä on parempi koettaa jo alun alkaen välttää. (Aron 2015, 310.)

Opettajan on hyvä tiedostaa tekijöitä, jotka saattavat aiheuttaa lapselle ylivirittymistä. Joskus opettajankin hyvää tarkoittava huomio voi lisätä lapsen ylivirittymistä. Joskus voi esimerkiksi olla hyvä vetäytyä katsekontaktista puhuessaan erityisherkan lapsen kanssa ja osoittaa samalla kuitenkin läsnäolonsa ja kuuntelelunsa. Lasta ei kannata painostaa lisäkysymyksillä, vaan sen sijaan voi kertoa omista vastaavista kokemuksista ja jättää tilaa lapsen reaktioille. Lasta rohkaistaan ja hänelle annetaan aikaa sanoa sanottavansa. (Aron 2015, 312.)

Opettajan on valmiiksi hyvä miettiä keinoja, kuinka vähentää turhaa ylivirittyneisyyttä lapsiryhmässä. Tällainen keino voi olla esimerkiksi vaihto rauhallisiin tehtäviin tai kävelylenkki ulkona. (Aron 2015, 311.) Hyvä yhteensopivuus luonteen ja ympäristön kesken on ensiarvoisen tärkeää herkille lapsille. Kasvaessaan he oppivat sopeutumaan ympäristöönsä, mutta aluksi ympäristö on sopeutettava heihin. (Aron 2015, 310.)

6.2.3 Fyysinen ympäristö

Erityisherkan lapsen hyvinvointia päiväkodissa voidaan tukea myös fyysisen ympäristön avulla. Erityisherkkä lapsi hyötyy enemmänkin rauhoittavasta kuin virikkeellisestä päiväkotiympäristöstä. Puitteet eivät saisi olla meluisat eivätkä ahtaat. Täpötäysi, meluisa, kuuma, kylmä, tunkkainen, pölyinen, räikeästi valaistu tai sotkuinen ympäristö voi häiritä erityisherkkää lasta enemmän kuin muita. Ympäristötekijät voivat tukea lasta pysymään sopivalla vireystasolla. Ryhmien tulisi olla pieniä ja tilojen hyvin huollettuja. (Aron 2015, 230.) Päiväkodissa on syytä kiinnittää huomiota siihen, että lapselle löytyy aina rauhallinen paikka, johon voi vetäytyä ylivirittyneenä rauhoittumaan.

Erityisherkkyyden kohdalla on muistettava, että erityisherkkyyys ei tarkoita pelokkuutta. Erityisherkkä tarvitsee kuitenkin tavallista rajatummat puitteet voidakseen kehittää rohkeuttaan ja uteliaisuuttaan, sillä hän on hyvin valppaana kaikissa tilanteissa ja vaistoa vaarat hyvin nopeasti. (Aron 2015, 234.)

6.2.4 Kasvatusyhteistyö

Erityisherikän lapsen vanhemmilta saa usein käyttökelpoisia neuvoja, kuinka työskentely lapsen kanssa onnistuu parhaiten (Aron 2015, 309). Toisaalta erityisherikyyden huomannut lastentarhanopettaja voi myös opastaa vanhempia tukemaan kotonakin lapsensa omanarvontuntoa lämpimällä ohjauksella ja kannustavalla puheella (Korem 2016, 142). Koremin tutkimuksen mukaan lapsen vanhempien kanssa keskustelemalla voi saada lisää tietoa lapsen tunteista ja tarpeista. Tämä tieto voi olla tärkeä apu varhaiskasvatuksen henkilökunnalle päiväkodissa.

7 Johtopäätökset ja pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli systemaattisen kirjallisuuskatsauksen keinoin selvittää, miten lapsen erityisherikkyys ilmenee ja kuinka erityisherikkää lasta voisi tukea päiväkodissa. Erityisherikkyys on piirre, joka kuuluu normaaliin temperamenttivaihteluun, ja sen määrittely perustuu luotettavalle tutkimustiedolle. Erityisherikyyden kuvaamiseen voidaan käyttää neljää piirteen taustalla olevaa osaluuetta: emotionaalinen reaktiokyky ja empatia, vivahteiden vaistoaminen, ärsykkeiden liiallisuus ja syvällinen käsittely.

Erityisherikän lapsen tukemisen keinoiksi päiväkodissa nousi opettajan pedagoginen sensitiivisyys, opettajan kyky tarkastella omia käsityksiään sekä hänen tiedollinen osaamisensa (erityisesti erityisherikyyden tuntemus), päiväkodin fyysisen ympäristön tekijät sekä kasvatusyhteistyö huoltajien kanssa. Aineistosta nousut interpersoonallinen teoria tuo opettajille välineen tarkastella sekä omaa että lapsen tyyliä olla vuorovaikutuksessa, mutta myös auttaa siinä, miten opettaja voi omaa käyttäytymistään säätelämällä syventää opettaja-lapsi-suhdetta erityisherikkään lapseen. Ydinkohta tämän teorian soveltamisessa on opettajana vähentää lapseen suuntautuvaa kontrollia ja lisätä lämpöä ja ystävällisyyttä. Opettajan kontrolli voi näkyä esimerkiksi opettajan pyrkimyksenä aktivoida lasta kysymyksillä, mutta kysymystulvan sijaan opettajan kannattaa kertoa vaikkapa jokin oma kokemus ja antaa läsnäolollaan lämmintä tilaa lapsen omille reaktioille ja aloitteellisuudelle.

Eriytyisen tärkeää erityisherhän lapsen kasvattamisessa vaikuttaa olevan viisas ja lämmin ohjaus sekä lapsen omanarvontunnon tukeminen ja häpeän välttäminen. Myös lapsen sosiaalisten suhteiden tukeminen, vireystilan tarkastelu ja ylivilittymiseen johtavien tekijöiden tiedostaminen sekä riittävän rauhallinen ympäristö ovat merkityksellisiä asioita erityisherhän lapsen tukemisessa päiväkodissa.

Monet opinnäytetyössäni nousseet elementit erityisherhän lapsen tukemisessa nousevat esiin myös varhaiskasvatuksen perusteet (Opetushallitus 2016) asiakirjassa (tästä eteenpäin vasu). Vaikka erityisherkkä lapsi harvoin näyttäytynee varhaiskasvatuksessa sosioemotionaalista erityistä tukea vaativana lapsena, voidaan inklusion arvojen nähdä tukevan kaikkia lapsia. Erityisherkkä lapsi on kuitenkin korostuneessa vaarassa kokea itsensä ryhmässä ulkopuoliseksi. Inklusio voidaan määritelmällisesti nähdä kuin matkana kohti maksimaalista osallisuutta ja minimaalista ulkopuolelle jäämistä. Inklusioon kuuluvia arvoja ovat oikeudenmukaisuus, erilaisuuden kunnioittaminen, empatia ja rehellisyys. (Viitala 2014, 25.) Mielestäni opinnäytetyön tuloksissani on vahva yhteys inklusion arvoihin ja tavoitteisiin.

Vasu (Opetushallitus 2016, 30) korostaa myös yhteistyötä huoltajien kanssa, aivan kuten tutkimukseni tuloksetkin. Asiakirjan mukaan osallisuuden vahvistamisen keinoja ovat niin ikään myös opinnäytetyöni tuloksissa esiintyvät lasten sensitiivinen kohtaaminen ja myönteinen kokemus kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta. Erityisherhän lapsen itsetunnon tukeminen myönteisten kokemusten kautta on erityisen tärkeää, sillä taipumus aromottomaan itsekritiikkiin altistaa lapsen huonolle itsetunnolle, jota on vaikeaa korjata aikuisuudessa.

Tutkimustulosteni yhteneväisyys vasun keskeisten teemojen kanssa saa minut ajattelemaan, että siitä huolimatta, että me ihmiset olemme perimältämme ja persoonaltamme hyvin erilaisia, meillä on kuitenkin lopulta pitkälti samat tarpeet. Ehkä tarpeet ovatkin ihmisille yhteisiä, mutta tuen tarve vaihtelee siten, että tarvitsemme sitä hieman eri määrän elämän eri osa-alueilla. Kasvattajan tärkeimpiä tehtäviä lieneekin kyetä havaitsemaan jokaisen lapsen yksilöllinen tuen tarve. Erityisherhän lapsen tarpeet saattavat kuitenkin helposti hautautua muiden lasten

tarpeiden alle. Tähän on kiinnitettävä erityistä huomiota, sillä ympäristön kannattavien tai kuluttavien tekijöiden on todettu vaikuttavan erityisherkkään lapseen vielä merkittävämmiin kuin ei-herkkiin.

Opinnäytetyöprosessi syvensi siis ymmärrystäni toisaalta ihmisten yksilöllisyydestä ja sen muodostumisesta, mutta myös vahvasti ajatustani, että jokaisen yksilön kohtaaminen vaatii kasvattajalta samaa ennakkoluulottomuutta, sensitiivisyyttä, läsnäoloa ja avoimuutta. Viisasten kiveä ei kasvatuskysymyksiin ole olemassakaan, mutta opinnäytetyö syvensi kykyäni ymmärtää ihmisten kokemusten perustavaa erilaisuutta. Uskon, että kasvatustyössä tämä on tärkeä lähtökohta.

Haastavaksi opinnäytetyön tekemisen teki se, että vaikka erityisherkkyyden piirteistä löytyy paljon tutkittua tieteellistä tietoa, ei erityisherkkään lapsen tukemisesta päiväkodissa ole olemassa varsinaista tutkimustietoa. Koska erityisherkkyyys ei kuitenkaan ole mikään uusi löydetty temperamenttipiirre, päätin laajentaa hakua myös niihin käsitteisiin, jotka jotenkin liippaavat läheltä erityisherkkyyttä, vaikkeivat kuvaakaan sitä yhtä täsmällisesti kuin itse erityisherkkyyden käsite. Aronin (2014, 10) mukaan varhaiset tutkimukset myötäsytymisestä temperamenteista ja varsinkin herkkyydestä keskittyivät tarkastelemaan vain yhtä ainoaa käyttäytymisen osa-aluetta: tarvetta pysähtyä tarkkailemaan tilannetta ennen etenemistä. Tätä kutsuttiin ujoudeksi, introversioksi, estoisuudeksi, arkuudeksi tai pelokkuudeksi. Mikään näistä määrittämisistä ei silti tavoita herkkyyden todellista olemusta, sillä sitä ei voi tyhjentää yhteen käyttäytymisen piirteeseen. Tästä huolimatta olen opinnäytetyössäni soveltanut tietoa esimerkiksi ujon tai estyneen lapsen tukemisesta päiväkodista, koska se oli lähimpänä olevaa tietoa erityisherkkään lapsen tukemisesta.

Tuloksissa on siis huomioitava, että suurimmassa osassa niistä tutkimuksista, joita käytin tukemisen keinojen selvittämiseen, ei puhuttu varsinaisesti erityisherkkyydestä, vaan esimerkiksi ujoudesta tai sosiaalisesta inhibitiosta (joka kuitenkin on erityisherkkyyden aspekti). Tämä tuo tuloksiin jonkinlaisen epävarmuustekijän, mutta toisaalta uskon niiden olevan hyvinkin sovellettavissa erityisherkkään lapseen, sillä taustalla oleva piirre on todennäköisesti sama, vaikkakin eri nimellä kutsuttu, ja suppeammin määritelty (ks. luku 2.2.). Toisaalta kuitenkin

esimerkiksi ujoutta on määritelty muun muassa negatiivisten arvioiden pelkona, eikä se ole perinnöllinen piirre, kuten herkkyys.

Mielestäni erityisherkkyydessä eräs olennaisimpia asioita on ymmärtää sen olevan herkkyyttä ympäristölle. Osa tutkijoista nimittääkin piirrettä ympäristölliseksi herkkyydeksi, jota itse pitäisin jopa kuvaavampana käsitteenä. Mielestäni on tärkeää korostaa, että erityisherkkyyks on osa normaalia temperamentinvaihtelua, eikä kyse ole vammasta tai viasta, joskaan ei mistään varsinaisesta erityisyydestäkään. Kyse on siitä, että erityisherkkä ihminen reagoi voimakkaammin ulkoisiin ja sisäisiin ärsykkeisiin ja elämäntapahtumiin.

Kun sanotaan, että lapselle jokainen kohtaaminen on merkittävä, voidaan näiden kohtaamisten esimerkiksi varhaiskasvatuksessa ajatella olevan erityisherkkälle lapselle erityisen merkittäviä. Ulospäin pysähtyneeltä näyttävä lapsi voi pitää sisällään liekkiä, joka lepattaa valppaana, ja reagoi ja prosessoi kaikkea kokeamaansa ja näkemäänsä, vaikuttuen asioista syvästi niin hyvässä kuin pahassa. Erityisherkkä lapsi on haavoittuva, mutta toisaalta hän pystyy ammentamaan kannattelevista tekijöistä itselleen enemmän kuin moni muu. Mielestäni tämä on merkityksellinen tieto erityisesti meille sosiaalialalla työskenteleville ihmisille.

Lähteet

Acevedo, B, Aron, E, Aron, A, Sangster, M, Collins, N & Brown, L. 2014. The highly sensitive brain: an fMRI study of sensory processing sensitivity and response to others' emotions. *Brain Behav.* 4(4), 580-94.

Aron, E. & Aron, A. 1997. Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality, *Journal of Personality and Social Psychology* 73, 345-368.

Aron, E. N. 1999. *Eriyisherkkä ihminen*. 4. painos. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

Aron, E. N. 2015. *Eriyisherkkä lapsi*. 2. painos. Helsinki: Nemo.

Aron, E., Aron, A. & Jagiellowicz, J. 2012. Sensory Processing Sensitivity: A Review in the Light of the Evolution of Biological Responsivity. *Personality and Social Psychology Review* 16(3), 1 –21.

Booth, C. Standage, H & Fox. E. 2015. Sensory Processing Sensitivity Moderates the Association between Childhood Experiences and Adult Life Satisfaction. *Personality and Individual Differences*. Vol. 87, 24-29.

Boterberg, S & Warreyn, P. 2016. Making sense of it all: The impact of sensory processing sensitivity on daily functioning of children. *Personality and Individual Differences* Volume 92 April 2016, 80-86.

Buhs, E. Rudasill, K. Kalutskaya, I & Griese, E. 2015. Shyness and engagement: Contributions of peer rejection and teacher sensitivity. *Early Childhood Research Quarterly* 30 (2015), 12–19.

Gerstenberg, F. 2012. Sensory-processing sensitivity predicts performance on a visual search task followed by an increase in perceived stress. *Personality and Individual Differences* 53 (2012), 496–500.

Hännikäinen, M. 2013. Varhaiskasvatus pienten lasten päiväkotiryhmissä: Hoidtoa, kasvatusta vai opetusta? Teoksessa Karila, K ja Lipponen, L (toim.) *Varhaiskasvatuksen pedagogiikka*. Tampere: Vastapaino. 30-52.

Jagiellowicz, J., Xu, X., Aron, A., Aron, E., Cao, G., Feng, T. & Weng, X. 2011. The trait of sensory processing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 6, 38–47.

Jagiellowicz, J., Aron, A & Aron, E. 2016. Relationship between the temperament trait of sensory processing sensitivity and emotional reactivity. *Social behavior and personality*, 44(2), 185–200.

Johansson, K. 2007. Kirjallisuuskatsaukset – huomio systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen. Teoksessa Ääri, R-L (toim.) Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto, hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A51. 3-9.

Julkaisufoorumi. 2017. Arvioinnit. <http://www.julkaisufoorumi.fi/fi/arvioinnit>. Luettu 5.1.2018.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 176.

Keltikangas-Järvinen & L. Mullola, S. 2008. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Keltikangas-Järvinen & L. Mullola, S. 2014. Maailman paras koulu. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Keltikangas-Järvinen, L. 2004. Temperamentti – ihmisen yksilöllisyys. 5. painos. Helsinki: WSOY.

Kojonen-Kyllönen, T. 2012. Kokemuksia ja havaintoja herkkyydestä. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Sosiaalipsykologia. Pro gradu -tutkielma.

Kontio, E. & Johansson, K. 2007. Systemaattinen tarkastelu alkuperäistutkimusten laatuun. Ääri, R-L (toim.) teoksessa Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto, hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A51. 101-108.

Korem, A. 2016. Teachers' outlooks and assistance strategies with regard to "shy" pupils. *Teaching and Teacher Education* 59 (2016). 137-145.

Kortesoja, T. 2016. Erityisherkkä lapsi varhaiskasvatuksen ympäristössä. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Alempi ammattikorkeakoulututkinto.

Kurkela, M. 2014. Ei se ole lainkaan täyttä elämää, jos joutuu piilottelemaan omaa ydintään – erityisherkkät ja goodness of fit. Helsingin Yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu -tutkielma.

Manninen, S. 2014. "Outolintu, erilainen – Tutkimusraportti yliherkästä väri-ihmisestä muotojen yhteiskunnassa". 2. painos. Vantaa: Hansaprint

Marja Hei-nonen-Guzejevin. 2009. Noise sensitivity medical, psychological and genetic aspects. Helsingin yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Kansanterveystieteen laitos. Väitöskirja.

McNaughton, N & Gray, J, A. 2000. Anxiolytic action on the behavioural inhibition system implies multiple types of arousal contribute to anxiety. *Journal of Affective Disorders* 61, 161–176.

Metsämuuronen, J. 2005. Näyttöön perustuva päätöksenteko ja systemoitu kirjallisuuskatsaus. *Psykologia* 40: 5–6, 578–581.

Moilanen, P. 2014. Kannustin, koriste vai kuntoilijan kaveri? *Liikuntateknologia on yhä useamman arkea. Liikunta & Tiede* 51(5), 12-17.

Mäkelä, J. 2018. Pedagoginen sensitiivisyys varhaiskasvatuksessa -seminaari. 9.2.2018. Saimaan ammattikorkeakoulu.

Nummela, T. Laadullisen aineiston analyysi. Saimaan AMK:n moodlemateriaali.

Opetushallitus. 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016. http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf. Luettu 5.5.2018.

Opetushallitus. 2018. Varhaiskasvatus. http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/varhaiskasvatus. Luettu 12.1.2018.

Pluess, M & Belsky, J. 2012. Vantage Sensitivity: Individual Differences in Response to Positive Experiences. *Psychological Bulletin* 2013 Vol. 139, No. 4, 901–916.

Pluess, M & Boniwell, I. 2015. Sensory-Processing Sensitivity predicts treatment response to a school-based depression prevention program: Evidence of Vantage Sensitivity. *Personality and Individual Differences* 82 (2015), 40–45.

Pluess, M. Assary, E. Lionetti, F. Lester, K, J. Krapohl, E. Aron, E & Aron, A. 2018. Environmental Sensitivity in Children: Development of the Highly Sensitive Child Scale and Identification of Sensitivity Groups. *Developmental Psychology*. 2018 Jan:54(1), 51-98.

Rimm-Kaufman, S. Early, D. Cox, M. Salujac. Piantaa, R. Bradley & R. Payne, C. 2002. Early behavioral attributes and teachers' sensitivity as predictors of competent behavior in the kindergarten classroom. *Applied Developmental Psychology* 23 (2002), 451–470.

Roorda, D. Koomen, H. Spilt, J. Thijs, J. Oort, F. 2013. Interpersonal behaviors and complementarity in interactions between teachers and kindergartners with a variety of externalizing and internalizing behaviors. *Journal of School Psychology* 51 (2013) p. 143–158.

Roorda, D. Koomen, H. Thijs, J & Oort, F. 2014. Changing interactions between teachers and socially inhibited kindergarten children: An interpersonal approach. *Journal of Applied Developmental Psychology* 34 (2013), 173–184.

Roorda, D. Koomen, H. Thijs, J. Oort, F. 2013. Changing interactions between teachers and socially inhibited kindergarten children: An interpersonal approach. *Journal of Applied Developmental Psychology* 34 (2013) 173–184.

Roorda, D. Spilt, J & Koomen, H. 2017. Teacher-child interactions and kindergartners' task behaviors: Observations based on interpersonal theory. *Journal of Applied Developmental Psychology* 53 (2017), 74–85.

Saimaan amk. 2010. Saimaan ammattikorkeakoulun eettiset ohjeet. Moodle-materiaali. Luettu 15.5.2018.

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Vaasa: Vaasan yliopiston julkaisuja. http://www.uva.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf. Luettu 29.3.2017.

Spilt, J. Koomen, H & Mantzicopoulos, P. 2010. Young children's perceptions of teacher-child relationships: An evaluation of two instruments and the role of child gender in kindergarten. *Journal of Applied Developmental Psychology* 31 (2010), 428–438.

Suomen erityisherät. 2017. Tutkimustaustaa. <http://erityisherkat.wixsite.com/erityisherkat/taustaa>. Luettu 15.1.2017.

Thijs, J & Koomen, H. 2009. Toward a further understanding of teachers' reports of early teacher-child relationships: Examining the roles of behavior appraisals and attributions. *Early Childhood Research Quarterly* 24 (2009), 186–197.

Thijs, J. Koomen, H & Leij, A. 2006. Teacher's self reported pedagogical practices toward socially inhibited, hyperactive and average children. *Psychology in the Schools*, Vol. 43(5), 1-18.

Thijs, J. Koomen, H. Roorda, D & Hagen, J. 2011. Explaining teacher-student interactions in early childhood: An interpersonaltheoretical approach. *Journal of Applied Developmental Psychology* 32 (2011), 34–43.

Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tähtinen, A-M. 2015. Erityisherkkä lapsi päiväkodissa. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Alempi ammattikorkeakoulututkinto.

Viitala, R. 2014. Jotenkin häiriöks. Etnografinen tutkimus sosioemotionaalista tukea saavista lapsista päiväkotiryhmässä. https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/44052/978-951-39-5785-8_vaitos23082014%20.pdf?sequence=1. Luettu 6.6.2018.

Ääri, R-L & Leino-Kilpi, H. 2007. Haasteita ja huomioitavaa kirjallisuuskatsauksen teossa. Ääri, R-L (toim.) teoksessa Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto, hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A51, 109-120.

Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen aineisto ja laadun arviointi

Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen aineisto	IF (2016)*	Julk.foor.luokitus**	Viit-tauk-set
Acevedo, B, Aron, E, Aron, A, Sangster, M, Collins, N & Brown, L. 2014. The highly sensitive brain: an fMRI study of sensory processing sensitivity and response to others' emotions. <i>Brain Behav.</i> 4(4), 580-94.	2.157	1	74
Aron, E. & Aron, A. 1997. Sensory-processing sensitivity and its relation to in-troversion and emotionality, <i>Journal of Personality and Social Psychology</i> 73, 345-368.	5.017	3	447
Aron, E. N. 2015. <i>Erityisherkkä lapsi</i> . Helsinki: Nemo.			
Aron, E., Aron, A. & Jagiellowicz, J. 2012. Sensory Processing Sensitivity: A Review in the Light of the Evolution of Biological Responsivity. <i>Personality and Social Psychology Review</i> 16(3), 1 –21.	9.361	3	153
Booth, C. Standage, H & Fox. E. 2015. Sensory Processing Sensitivity Modera-tes the Association between Childhood Experiences and Adult Life Satisfaction. <i>Personality and Individual Differences</i> . Vol. 87, 24-29.	2.005	2	16
Boterberg, S & Warreyn, P. 2016. Making sense of it all: The impact of sensory processing sensitivity on daily functioning of children. <i>Personality and Individual Differences Volume 92</i> April 2016, 80-86.	2.005	2	15
Buhs, E. Rudasill, K. Kalutskaya, I & Griese, E. 2015. Shyness and enga-gement: Contributions of peer rejectionand teacher sensitivity. <i>Early Childhood Research Quarterly</i> 30 (2015), 12–19.	2.436	2	13
Gerstenberg, F. 2012. Sensory-processing sensitivity predicts performance on a visual search task followed by an increase in perceived stress. <i>Personality and Individual Differences</i> 53 (2012), 496–500.	2.005	2	17
Jagiellowicz, J., Xu, X., Aron, A., Aron, E., Cao, G., Feng, T., & Weng, X. 2011. The trait of sensoryprocessing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. <i>Social Cognitive and Affective Neuroscience</i> , 6, 38–47.	0.548	1	12
Jagiellowicz,J. Aron, A & Aron, E. 2016. Relationship between the temperament trait of sensory processing	3.937	2	78

sensitivity and emotional reactivity. <i>Social behavior and personality</i> , 44(2), 185–200.			
Korem, A. 2016. Teachers' outlooks and assistance strategies with regard to "shy" pupils. <i>Teaching and Teacher Education</i> 59 (2016). 137-145.	2.183	2	2
McNaughton, N & Gray, J, A. 2000. Anxiolytic action on the behavioural inhibition system implies multiple types of arousal contribute to anxiety. <i>Journal of Affective Disorders</i> 61, 161–176.	3.432	1	406
Pluess, M & Belsky, J. 2012. Vantage Sensitivity: Individual Differences in Response to Positive Experiences. <i>Psychological Bulletin</i> 2013 Vol. 139, No. 4, 901–916.	16.793	3	294
Pluess, M & Boniwell, I. 2015. Sensory-Processing Sensitivity predicts treatment response to a school-based depression prevention program: Evidence of Vantage Sensitivity. <i>Personality and Individual Differences</i> 82 (2015), 40–45.	3.228	3	7
Pluess, M. Assary, E. Lionetti, F. Lester, K, J. Krapohl, E. Aron, E & Aron, A. 2018. Environmental Sensitivity in Children: Development of the Highly Sensitive Child Scale and Identification of Sensitivity Groups. <i>Developmental Psychology</i> . 2018 Jan:54(1), 51-98.	2.005	2	36
Rimm-Kaufman, S. Early, D. Cox, M. Salujac. Pianta, R. Bradley & R. Pay-nee, C. 2002. Early behavioral attributes and teachers' sensitivity as predictors of competent behavior in the kindergarten classroom. <i>Applied Developmental Psychology</i> 23 (2002), 451–470.	2.146	1	229
Roorda, D. Koomen, H. Spilt, J. Thijs, J. Oort, F. 2013. Interpersonal behaviors and complementarity in interactions between teachers and kindergartners with a variety of externalizing and internalizing behaviors. <i>Journal of School Psychology</i> 51 (2013) p. 143–158.	2.146	1	0
Roorda, D. Koomen, H. Thijs, J & Oort, F. 2014. Changing interactions between teachers and socially inhibited kindergarten children: An interpersonal approach. <i>Journal of Applied Developmental Psychology</i> 34 (2013), 173–184.	3.00	1	21
Roorda, D. Koomen, H. Thijs, J. Oort, F. 2013. Changing interactions between teachers and socially inhi-	2.146	1	16

bited kindergarten children: An interpersonal approach. <i>Journal of Applied Developmental Psychology</i> 34 (2013) 173–184.			
Spilt, J. Koomen, H & Mantzicopoulos, P. 2010. Young children's perceptions of teacher–child relationships: An evaluation of two instruments and the role of child gender in kindergarten. <i>Journal of Applied Developmental Psychology</i> 31 (2010), 428–438.	2.146	1	44
Thijs, J & Koomen, H. 2009. Toward a further understanding of teachers' re-ports of early teacher–child relationships: Examining the roles of behavior appraisals and attributions. <i>Early Childhood Research Quarterly</i> 24 (2009), 186–197.	2.436	2	46
Thijs, J. Koomen, H & Leij, A. 2006. Teacher's self reported pedagogical practi-ces toward socially inhibited, hyperactive and average children. <i>Psychology in the Schools</i> , Vol. 43(5), 1-18.	1.19	1	37
Thijs, J. Koomen, H. Roorda, D & Hagen, J. 2011. Explaining teacher–student interactions in early childhood: An interpersonaltheoretical approach. <i>Journal of Applied Developmental Psychology</i> 32 (2011), 34–43.	2.146	1	42
Keskiarvot	3,38	1,72	91

*Yleisin vaihteluväli 0,500-3,000

**1 = perustaso; 2 = johtava taso; 3 = korkein taso

Onko lapsesi erityisherkkä?

Kysely vanhemmille

Vastaa jokaiseen kysymykseen parhaasi mukaan. Vastaa K (kyllä), jos väittämä sopii tällä hetkellä lapseesi ainakin jossain määrin tai on pitänyt paikkansa merkittävän ajan menneisyydessä. Vastaa E (ei), jos väittämä ei juurikaan kuvaa lastasi tai ole aiemminkaan pitänyt paikkaansa hänen kohdallaan.

Lapseni..

1. pelästyy helposti
2. valittaa kutittavista vaatteista, hiertävistä saumoista sukissa tai hankkavista pesumerkeistä
3. ei yleensä nauti suurista yllätyksistä
4. oppii paremmin lempeällä ohjaamisella kuin ankarista rangaistuksista
5. tuntuu lukevan ajatuksiani
6. käyttää ikäisekseen hienoja sanoja
7. huomaa vähäisenkin epätavallisen hajun
8. on nokkelan huumorintajuinen
9. on hyvin herkkävaistoinen
10. on vaikea käydä nukkumaan jännittävän päivän jälkeen
11. sopeutuu huonosti isoihin muutoksiin
12. haluaa vaihtaa vaatteensa, jos ne ovat kostuneet tai hiekkaiset
13. kyselee paljon
14. tavoittelee täydellisyyttä
15. vaistoa muiden huolestuneisuuden
16. pitää rauhallisista leikeistä
17. tekee syvällisiä ja ajatuksia herättäviä kysymyksiä
18. on hyvin kipuherkkä
19. ei viihdy meluisissa paikoissa
20. havaitsee pienet yksityiskohdat (jonkin tavaran vaihtaneen paikkaa, muutoksen toisen ihmisen olemuksessa jne.)
21. ei kiipeä harkitsematta korkeisiin puihin, telineisiin jne.
22. suoriutuu asioista parhaiten tutussa seurassa
23. tuntee syvästi

Pisteytys:

Jos vastasit ”kyllä” ainakin kolmeentoista väittämään, lapsesi on todennäköisesti erityisherkkä. Yksikään psykologinen testi ei kuitenkaan ole niin aukoton, että lapsen kasvatuksen voisi perustaa pelkästään sen varaan. Voi olla myös aiheellista olettaa lapsen olevan erityisherkkä, vaikka vain yksi tai kaksi kohtaa sopivat häneen, jos ne kohdat ovat erittäin kuvaavia.

(Aron 2002, 25-25.)

38 High-Sensitivity Items (HSC-38)

The unpublished Highly Sensitive Child Scale with 38 items (HSC-38) has been developed based on the *Highly Sensitive Person* scale by Aron & Aron (1997) in order to measure *Sensory-Processing Sensitivity* in Dutch school-aged children (Walda, 2007). The following five adaptations were made to the original HSP-scale:

1. Rather than 'Do you...' or 'Are you...', items were rephrased as 'I am...' or 'I find...'.
2. Difficult words that are likely to be unknown to children were replaced with simpler words. For example, 'Are you conscientious?' was changed into 'I am very precise'.
3. Single items that concerned an evaluation of two or more issues were divided into two or more separate items. For example, the original question from the HSP-scale 'Do you try hard to avoid making mistakes or forgetting things' was changed into 'I try not to forget things' (item 25) and 'I try not to make mistakes' (item 36).
4. The original item 'Are you particularly sensitive to the effects of caffeine?' was changed into 'Drinking coke, makes me feel uncomfortable', because most children below the age of 13 do not drink coffee, but may drink coke which sometimes causes effects similar to coffee.
5. The original item 'When you were a child, did parents or teachers seem to see you as sensitive or shy' was changed into 'My parents think I am sensitive' (item 26) and 'My teacher thinks I am shy' (item 3).

As a result of these adaptations the original HSP-scale that consisted of 27 items was changed into the HSC-38 scale consisting of 38 items.

High-Sensitivity Items (HSC-38)

1. I find it unpleasant to have a lot going on at once
 2. I don't like unpleasant smells
 3. My teacher thinks I am shy
 4. I love nice sounds
 5. I startle easily
 6. I don't like bright lights
 7. When I am hungry, I get in a bad mood
 8. I love nice paintings
 9. Drinking coke, makes me feel uncomfortable
-

-
10. Some music can make me really happy
 11. When someone is happy, that makes me feel happy too
 12. I love nice tastes
 13. I don't like it when it is a mess around me
 14. Some music can me make sad
 15. Loud noises make me feel uncomfortable
 16. I am annoyed when people try to get me to do too many things at once
 17. I tend to feel pain easily
 18. I notice it when small things have changed in my environment
 19. When someone is sad, that makes me feel sad too
 20. When I am hungry, I cannot think properly
 21. I don't like clothes that feel funny
 22. I get nervous when I have to do a lot in little time
 23. When someone is angry, that makes me feel angry too
 24. I love nice smells
 25. I try not to forget things
 26. My parents think I am sensitive
 27. I find it unpleasant to have a lot going on at once
 28. I don't like watching TV programs that have a lot of violence in them
 29. I always think long and deep about everything
 30. I try to avoid situations that I don't like
 31. When someone feels uncomfortable, I know what to do to change that
 32. I don't like loud noises
 33. I don't like it when things change in my life
 34. When there is a lot going on around me, I prefer to be alone in a room
-

-
35. I don't like watching movies that have a lot of violence in them
 36. I try not to make mistakes
 37. I am very precise
 38. When someone observes me, I get nervous. This makes me perform worse than normal
-

(Pluess 2017, 78-80.)