



Päiväkirja sensitiivisestä kohtaamisesta ja
positiivisesta pedagogiikasta osana
alle 3-vuotiaiden pedagogiikkaa
varhaiskasvatuksessa

Kadi Ütsik

2022 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Päiväkirja sensitiivisestä kohtaamisesta ja
positiivisesta pedagogiikasta osana alle 3-vuotiaiden
pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa**

Kadi Ütsik
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö
11, 2022

Kadi Ütsik

Päiväkirja sensitiivisestä kohtaamisesta ja positiivisesta pedagogiikasta osana alle 3-vuotiaiden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa

Vuosi 2022 Sivumäärä 50

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää ja syventää varhaiskasvatuksen opettajan ammattitaitoa sekä vahvistaa osaamista alle 3-vuotiaiden pedagogiikasta sensitiivisen kohtaamisen ja positiivisen pedagogiikan menetelmiä käyttäen. Toimeksiantajana toimi Helsingin kaupungin varhaiskasvatussyksikkö, jonka odotukset opinnäytetyölle ovat työkalujen kannustaminen sekä tiedon ja kokemusten jakaminen muille työyhteisössä.

Opinnäytetyö toteutettiin kymmenen viikon aikana päiväkirjamuotoisena syksyllä 2022. Jokaiselle viikolle on laadittu viikkosuunnitelma, jonka jälkeen on reflektoitu päivittäin arjen tapahtumista ja tehtävistä. Oma osaamista ja kehittymistä tuotiin esille viikkoanalyysissä.

Opinnäytetyön tekijän ammattitaito kehittyi ja syventyi. Tekijä vahvisti osaamista alle 3-vuotiaiden pedagogiikasta sensitiivisen kohtaamisen ja positiivisen pedagogiikan menetelmiä käyttäen. Tekijä osaa käyttää teoretietoja omassa toiminnassaan ja tietää positiivisen pedagogiikan ja sensitiivisen kohtaamisen merkityksen lasten kehityksessä ja oppimisessa. Opinnäytetyössä hyödynnettiin erityisesti PERMA-teoriaa, jolla tuettiin lasten onnistumisia ja hyvinvointia. Tekijä tutustui PERMA-teorian jokaiseen elementtiin viikko kerrallaan ja jokaiselle viikolle oli tavoite elementtiä hyödyntämällä, kuten vahvistaa lasten myönteisiä tunteita, vahvistaa lasten kykyä keskittyä ja uppoutua, välittää, tukea osallisuutta ja saavuttamista. Opinnäyte antoi työyhteisöön uusia menetelmiä ja yhteisiä keskusteluja positiivisesta pedagogiikasta ja sensitiivisestä kohtaamisesta.

Asiasanat: positiivinen pedagogiikka, sensitiivinen kohtaaminen, alle 3-vuotiaiden pedagogiikka

Kadi Ütsik

Diary of sensitive encounters and positive pedagogy as part of the pedagogy of children under 3 years of age in early childhood education

Year

2022

Pages

50

The purpose of this thesis was to develop and deepen the professional skills of early childhood education teachers and to strengthen competence in pedagogy for children under 3 years of age using the methods of sensitive encounters and positive pedagogy. The client was the City of Helsinki's Early Childhood Education Unit, whose expectations for the thesis are to encourage colleagues and share knowledge and experiences with others in the work community.

The thesis was carried out over a ten-week period in diary form in autumn 2022. A weekly plan has been drawn up for each week, after which we have reflected daily on everyday events and tasks. Own competence and development were highlighted in the weekly analysis.

The professionalism of the thesis author developed and deepened. The author strengthened the competence in the pedagogy of children under 3 years of age using the methods of sensitive encounter and positive pedagogy. The author can use theoretical knowledge in their own activities and knows the importance of positive pedagogy and sensitive encounters in children's development and learning. The thesis made special use of the PERMA theory, which supported children's successes and well-being. The author got acquainted with each element of the PERMA theory one week at a time and for each week there was a goal by utilizing the element, such as strengthening the positive emotions of children, strengthening the children's ability to focus and immerse themselves, to care, to support inclusion and achievement. The thesis provided the work community with new methods and joint discussions on positive pedagogy and sensitive encounters.

Keywords: positive pedagogy, sensitive encounter, pedagogy for children under 3 years old

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Nykytilanne.....	6
3	Päiväkirjaraportointi.....	11
4	Viikko 1	11
5	Viikko 2	16
6	Viikko 3	19
7	Viikko 4	22
8	Viikko 5	26
9	Viikko 6	30
10	Viikko 7	33
11	Viikko 8	36
12	Viikko 9	39
13	Viikko 10.....	42
14	Yhteenveto ja pohdinta	45
	Lähteet.....	48
	Kuviot	50

1 Johdanto

Opinnäytetyön idea sai alkunsa viime vuonna elokuussa, kuin aloitin työskentelyn Helsingin kaupungin päiväkodissa varhaiskasvatuksen opettajana. Ennen sitä olen työskennellyt varhaiskasvatuksen lastenhoitajana ja avustajana. Vuosi sitten ei ollut itselleni vielä selvä, millainen tule olemaan omaa polku varhaiskasvatuksen opettajana sekä millaista ammattitaitoa ja osaamista työni tulee sisältämään. Edelliseen vuoteen sisältyi perehtymistä ja paljon uuden oppimista, mutta samalla vahvistui itselleni, että varhaiskasvatuksen opettajan polulla haluan jatkaa. Opinnäytetyöni tarkoituksena olisikin kehittää ja syventää ammattitaitoani varhaiskasvatuksen opettajana sekä vahvistaa omaa osaamista alle 3-vuotiaiden pedagogiikasta sensitiivisen kohtaamisen ja positiivisen pedagogiikan menetelmiä käyttäen.

Laadin päiväkirjamuotoisen opinnäytetyön syksyn 2022 aikana. Toimeksiantajana on Helsingin kaupungin päiväkotiki Neulanen, jossa työskentelen varhaiskasvatuksen opettajana alle 3-vuotiaiden ryhmässä viime vuoden elokuusta alkaen. Helsingin varhaiskasvatus perustuu valtakunnallisiin varhaiskasvatuksen perusteisiin sekä Helsingin omaan varhaiskasvatussuunnitelmaan. Päiväkotiki Neulasessa toiminnassa tärkeä osaa on luonto- ja ympäristökasvatuksella. Neulanen on saanut ensimmäisenä päiväkotiki Suomessa pysyvän käyttöoikeuden Vihreään lippuun, joka on kansainvälinen ympäristökasvatusohjelma.

2 Nykytilanne

Työurani alkoi varhaiskasvatuksessa avustajana ja myöhemmin lastenhoitajana. Olen toiminut 1-5 vuotiaiden lasten ryhmissä joko yhden tai kahden varhaiskasvatuksen opettajan ja lastenhoitajan työparina. Lapsiryhmissä on ollut niin erikielisiä kuin yleisen ja tehostetun tuen lapsia. Tällä hetkellä toimin varhaiskasvatuksen opettajana alle 3-vuotiaiden ryhmässä, jossa aloitin elokuussa 2021. Työhöni sisältyy toiminnan suunnittelua, toteutusta ja arviointia. Työhöni sisältyy myös yhteistyö perheiden ja tiimin kanssa. Mutta ennen kaikkea olen lapsiryhmässä lapsia varten, lapsia ohjaamassa, auttamassa ja tukemassa. Opetusalan ammattijärjestö (2020) kuvaa varhaiskasvatuksen opettajan tehtävinä lapsen kasvun, oppimisen ja osaamisen kehittymisen tukemista ja edistämistä. Lisäksi varhaiskasvatuksen opettajat ovat päävastuussa oman ryhmänsä lasten kasvatuksesta ja opetuksesta sekä lapsiryhmänsä toiminnan suunnittelusta ja arvioinnista. Päiväkodin varhaiskasvatuksessa varhaiskasvatuksen opettajan vastuulla on lapsen henkilökohtaisen varhaiskasvatussuunnitelman laatiminen ja arviointi. Työtäni ohjaavat kunnan varhaiskasvatussuunnitelma sekä ryhmän pedagoginen suunnitelma. Työni on ollut opettavainen ja olen kehittynyt vuodessa jo paljon, mutta paljon uuden oppimista ja kehitettävää on vielä edessä. Edellisenä vuotena aikaa kului paljon perehtymiseen ja

uusien työtehtävien opettelemiseen, kuten Vasujen kirjoittaminen, ryhmän pedagogisen suunnitelman laatimiseen ja tukea tarvitsevien lasten tukien esitysten kirjoittamiseen. Nyt haluaisin eniten kehittää positiivisen pedagogiikan osaamista sekä menetelmien käyttöä ja perehtyä sensitiiviseen kohtaamiseen sekä miten sitä hyödyntää lasten kanssa töissä. Koen, että omaat vahvuudet ovat lempeys, ahkeruus, joustavuus, muiden auttaminen tv-taidot.

Koen suoriutuvani taitavasti työtehtävissä, välillä jopa kuin kokenut asiantuntija. Olen suorittanut tehtävät ajoissa ja tarvittaessa olen auttanut ja neuvonut toisen ryhmän työntekijöitä. Koen, että työkokemus avustajana ja lastenhoitajana on tullut varhaiskasvatuksen opettajan työtehtäviä tehdessäni hyödyksi, lisäksi edelliset ja nykyinen koulutus on luonut vahvan ammatillisen itsevarmuuden suorittaa työtehtäviä taitavasti.

2.1 Sidosryhmät

Varhaiskasvatuksen opettajana toimin ryhmässä, jossa minun lisäksi toimii kaksi varhaiskasvatuksen lastenhoitajaa. Päiväkoti Neulasessa lapsiryhmät toimivat toritiloissa. Meidän lisäksi samassa toritilassa toimi siis myös toinen alle 3-vuotiaiden lasten ryhmä, johon kuulu yksi varhaiskasvatuksen opettaja ja kaksi lastenhoitajaa. Heidän kanssaan tehdään päivittäin yhteistyötä ja suunnittelemme sekä toteutamme toimintaa lapsille. Oman toritilan henkilökunnan lisäksi, työskentelen yhdessä myös toisten toritilojen henkilökunnan kanssa. Alle 4-vuotiaiden ryhmän opettajien kanssa meillä on yhteiset opepeda palaverit, jossa suunnittelemme ja arvioimme toimintaa, keskustelemme ja tuemme toisiamme.

Varhaiskasvatuksessa asiakkaina ovat lapset ja perheet, joiden kanssa olen päivittäin tekemisessä. Huoltajien kanssa pidän tärkeänä vanhemmuuskumppanuuden, joka tarkoittaa, että tehdään yhteistyötä huoltajien kanssa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) nostaa esille, että yhteistyö on vuorovaikutteista ja edellyttää varhaiskasvatuksen henkilöstöltä aloitteellisuutta ja aktiivisuutta. Huoltajia kuunnellaan ja heille myös kerrotaan, mitä päivän aikana on tapahtunut. Varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteissa (2022) korostetaan sitä, että huoltajien ja henkilöstön keskustelut lapsen päivästä luovat pohjan lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin turvaamiselle.

Tiivistä yhteistyötä varhaiskasvatuksen opettajana teen myös yksikön varhaiskasvatuksen erityisopettajan kanssa, jolta saa tukea ja neuvoa, jos tarvitsen. Hänet on aina mahdollisuus pyytää ryhmään havainnoimaan lapsia, joista on esimerkiksi herännyt huoli. Lisäksi ryhmäsämme käy vierailmassa alueen kiertävä varhaiskasvatuksen erityisopettaja, jolta saa aina neuvoja ja vinkkejä.

Tärkeitä yhteistyökumppaneita ovat neuvola, terapeutit ja tulkit. Lisäksi kumppaneina ovat erilaiset terapeutit, kuten puheterapeutti, fysioterapeutti, kirjastot ja myös kirkko. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) avataan yhteistyön merkityksen korostumisesta, kun jollain näistä tahoista herää huoli lapsen kehityksestä tai hyvinvoinnista tai kun lapsen tukea suunnitellaan ja järjestetään. Neuvolaan olen ollut huoltajien luvalla yhteydessä, jos lapsesta on huoli herännyt. Lisäksi yhteistyöhön kuulu 3 vuotta täyttäneille seurantalomakkeen täyttäminen ja lähettäminen.

SISÄISET SIDOSRYHMÄT	ULKOISET SIDOSRYMÄT
<ul style="list-style-type: none"> • Varhaiskasvatus yksikön henkilökunta • Lapset ja perheet • Varhaiskasvatuserityisopettaja • Kiertävä varhaiskasvatuserityisopettaja 	<ul style="list-style-type: none"> • Neuvola • Terapeutit • Kirjasto • Kirkko

Kuvio 1: Varhaiskasvatuksen opettajan sidosryhmät

2.2 Vuorovaikutustaidot

Varhaiskasvattajan työhön liittyy paljon erilaisia vuorovaikutustilanteita, niin se vaati myös työntekijältä hyviä vuorovaikutustaitoja. Vuorovaikutuksessa on hyvä olla läsnä, kunnioittaa toista osapuolta ja osata kuunnella. Koen, että olen hyvin onnistunut erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Olen aina kunnioittava ja läsnä, sekä kuuntelen toista osapuolta. Haasteena on vuosien aikana ollut oma kielellinen osaaminen, koska suomen kieli ei ole äidinkieleni. Olen asunut Suomessa 8 vuotta ja kehittynyt paljon jo kielellisesti, mutta vuorovaikutustilanteissa koen vielä epävarmuutta, että ymmärränkö kaiken tai osaanko itse ilmaista asiat oikein. Varhaiskasvatuksen opettajan työhön liittyy paljon erilaisia vuorovaikutustilanteita päivän aikana. Työtovereiden kanssa keskustelemme päivittäin työhön liittyvistä asioista, lapsista, ryhmän asioista, talon asioista, mutta myös omia kuulumisia.

Eniten vuorovaikutustilanteita päivän aikana syntyy lasten kanssa. Koen niissä tilanteissa tärkeänä oman roolin. Aikuisena olen mallina lapsille. Lapset oppivat meiltä, miten olen lasten

kanssa vuorovaikutuksessa, mutta myös miten olen toisten aikuisten kanssa vuorovaikutuksessa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2022) mukaan vastavuoroinen ja kunnioittava vuorovaikutussuhde sekä myönteinen kosketus ja läheisyys muodostavat perustan hyvälle hoidolle ja huolenpidolle.

Huoltajien kanssa vuorovaikutustilanteet liittyvät lasten tuonti- ja hakutilanteisiin. Enemmän keskustellaan, kun lapsi haetaan; kerrotaan lapsen päivästä, miten on mennyt, mitä on lapsi päivän aikana tehnyt, syönyt, nukkunut ja onko tapahtunut jotain. Tuomistilanteissa huoltajat yleensä kertovat, jos kotona on tapahtunut jotain sellaista, joka voisi lapsen päivään vaikuttaa, tai jos hakuajoissa tai hakijoissa muutoksia.

2.3 Kehittäminen

Koen, että täällä alalla on tärkeä, että halua jatkuvasti kehittyä ja oppia uutta. Itse haluan kehittyä ja tehdä omaa työtäni parhaani mukaan. Haluan oppia käyttämään erilaisia menetelmiä, josta erityisesti hyötyisi alle 3-vuotiaat lapset ja heidän huoltajansa. Ryhmässäni on 12 alle 3-vuotiasta lasta ja ryhmälle ominaista on monikielisyys. Uskon, että sensitiivisellä kohtaamisella ja positiivisella pedagogikalla on iso merkitys lasten oppimisen ja kehityksen tukemisen kannalta.

Opinnäytetyön ajankohtana osallistun erilaisiin koulutuksiin, kuten lapsen sensitiivinen kohtaaminen varhaiskasvatuksessa, positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa ja virtaa kohtaamistaitteesta. Toivon kovasti, että koulutuksista saan uusi erilaisia tapoja toimia ja kehittää sitä kautta omaa toimintaa sekä saada sieltä myös omalle työpaikalle ideoita, mitä voisi lähteä kehittämään.

Viimeksi kehitin toritilan käyttöön Tervetuloa Neulaseen-oppaan, jonka tarkoitus olisi tukea niin huoltajia kuin myös työntekijöitä lapsen aloittaessa varhaiskasvatuksessa. Vuosi sitten kuin aloitin tässä talossa varhaiskasvatuksen opettajana, oli itselleni kaikki uutta, niin yksikkö kuin ryhmän tavat. Kuitenkin minun tehtävänäni oli uusien perheiden kanssa käydä aloituskeskustelut. Oli todella haastavaa, kun ei tiennyt asioista vielä mitään. Kun tänä keväänä alkoi työn kehittämisen harjoittelu, niin sain siitä idean kirjoittaa oppaan syksyä varten uusille varhaiskasvatuksessa aloittaville lasten huoltajille. Opas on toiminut hyvin ja tästä olen saanut itse paljon tukea, mutta myös perheet. He saavat aina palata tärkeisiin asioihin, jotka on kirjattu oppaaseen.

2.4 Opinnäytetyön tavoitteet

Päiväkirjamuotoisen opinnäytetyöni tavoitteena on vahvistaa omaa osaamista alle 3-vuotiaiden pedagogiikasta sensitiivisen kohtaamisen ja positiivisen pedagogiikan menetelmiä käyttäen. Päiväkirjan aikana perehdyn ja opin teoretietoa sensitiivisestä kohtaamisesta ja positiivisesta pedagogiikasta sekä otan käyttöön niihin liittyviä menetelmiä työyhteisössä sekä kannustan myös muita sensitiiviseen kohtaamiseen ja positiivisen pedagogiikkaan. Tiedon, kokemusten jakamista ja kannustamista muille työyhteisössä, ovat tärkeämpiä odotuksia toimeksiantajan opinnäytetyölle.

2.5 Käsitteet

Pedagogiikka varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatuksessa pedagogiikka tarkoittaa kokonaisvaltaista, tavoitteellista ja suunnitelmallista toimintaa, joka on monitieteiseen tietoon pohjautuvaa. Pedagogisessa toiminnassa lähtökohtana ovat lapsen tarpeet ja kiinnostuksen kohteet sekä muut merkitykselliset asiat. Toiminnan keskiössä on hyvinvoiva ja oppiva lapsi. Jokainen lapsi huomioidaan yksilöllisesti. (Opetushallitus 2018, 19, 37, 40.)

Alle 3-vuotiaiden pedagogiikka

Ahonen ja Roos (2021) kirjoittavat pienten lasten pedagogiikasta kuin arvokkaana osanaan varhaiskasvatusta, vaikka sen merkitystä joudutaan perustelemaan. Pienten lasten pedagogiikka on läsnä arjen jokaisessa hetkessä ja perustuu ennen kaikkea lämpimään vuorovaikutukseen, jossa lapsia kohdataan ainunlaatuisena ja arvokkaana yksilönä (Ahonen & Roos, 2021, s.10-11).

Sensitiivinen kohtaaminen

Kalliala (2009, 68-69) kertoo, että lapsen sensitiivisellä kohtaamisella tarkoitetaan aikuisen eläytyvää ymmärrystä lapsen perustarpeita kohtaan. Sensitiivinen aikuinen kohtelee lapsia tasa-arvoisesti ja kunnioittavasti, sekä vastaa lapsen tunnetiloihin antaen lapsille huomioon, emotionaalisen tuen ja turva. Sensitiivisyys pitää sisällään myös kyvyn lukea lapsen sanattomia ja sanallisia aikomuksia ja aloitteita. (Kalliala 2019, 68-69.)

Positiivinen pedagogiikka

Leskisenojan (2019, 41) mukaan positiivinen pedagogiikka on ennen kaikkea hyvinvoinnin edistämistä. Positiivinen pedagogiikka parantaa lapsen ja aikuisen välisiä suhteita. Niistä tulee tiiviimpi ja läheisempi. Positiivinen pedagogiikka ja hyvän havaitseminen tarttuu ja näin lapsetkin alavat huomamaan toisissaan hyvää ja kannustavat. (Leskisenoja 2019, 49,51.)

3 Päiväkirjaraportointi

Päiväkirjamuotoisessa opinnäytetyössä kirjoitan päiväkirjaa 10 viikon ajan päivittäin. Viikon päätteeksi kirjoitan lisäksi yhteenvedon ja seuraavan viikon suunnitelman. Kymmenen viikkoa kestävä päiväkirjaraportointi sijoittuu 5.9. - 13.11.2022 väliselle ajalle.

4 Viikko 1

Viikkosuunnitelma

Tällä viikolla tavoitteena on hankkia kirjallisuutta ja lähteitä positiivisesta pedagogiikasta sekä osallistua lapsen sensitiivinen kohtaaminen varhaiskasvatuksessa koulutukseen. Haluan viikon aikana perehtyä enemmän PERMA-teoriaan, sekä miten voisin itse sitä hyödyntää seuraavien viikkojen aikana omassa toiminnassa ja ohjauksissa.

Maanantai 5.9

Tänään alkoi opinnäytetyön päiväkirja osuus. Odotin sitä kovasti. Aloitin työviikon aamuvuorolla. Ennen kuin lapsia alkoi tulemaan hoitoon, ehdin jo etsiä itselleni valmiiksi luettavaksi ja tutkittavaksi erilaisia tutkimuksia ja opinnäytetöitä, jonka aiheena on positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Tallensin linkit tietokoneelle, jotta voin lasten lepoetken aikana lukea niitä. Valitsin Bömström Jennan ja Määttä Ninan opinnäytetyön Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa, Susanna Pihlajaniemi, Hanne Räisänen & Pauliina Vestergård Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa - Opas Touhula Kivitaskun kasvattajille ja Vuorikari Satu opinnäytetyö "Hienoa, sinulla on jo toinen sukka jalassa!" Varhaiskasvattajien kokemuksia positiivisesta pedagogiikasta.

Lisäksi varasin kirjastosta erilaisia kirjoja positiivisesta pedagogiikasta. Onneksi kirjat olivat heti saatavilla ja pääsen työpäivän jälkeen hakemaan. Tulen näihin tutustumaan seuraavien päivien aikana.

Aamupäivällä kävimme lasten kanssa retkellä. Koska oli vähemmän lapsia paikalla ja lisäksi yksi meidän ryhmämme työntekijä oli poissa, niin kävimme retkellä toritilan toisen ryhmän kanssa. Toisen ryhmän kanssa teemme paljon yhteistyötä. Toimimme yhdessä ennen aamupalaa ja aamupalan aikana sekä välipalalla ja sen jälkeen.

Lapsien siirtyessä lepoetkelle, pääsin itse tietokoneen ääreen lukemaan aamulla valitsemia opinnäytetöitä positiivisesta pedagogiikasta. Töitä lukiessani sain enemmän tietoa ja käsitystä siitä, mitä positiivinen pedagogiikka on ja miten hyvä sen käyttämisestä on tullut.

Vuorikari Satu opinnäytetyön tuloksista kävi ilmi, että päiväkotiin tuli lisää hymyä, iloa ja erilaisia vahvuuksia käytettäessä positiivista pedagogiikka ja sitä samaa haluaisin tuoda myös omaan päiväkotiin.

Opinnäytetöitä lukiessani muistin viime kuun koulutuksen positiivisesta pedagogiikasta ja miten kouluttaja kertoi siitä, että kuin töissä kiinnittää huomiota hyvään, niin se yleensä tarttuu ja jos itse pyrkii näkemään hyvää ja positiivista, niin se lisää jaksamista. Tästä päivästä lähtien olen jokaisen työpäivä jälkeen pohtinut itse, että mitä oli tässä päivässä hyvää ja miksi. Jatkan sitä samaa pohdintaa myös tässä päiväkirjassa ja kirjoitan jokaisen päivän päätteeksi, että mitä on ollut hyvää tässä päivässä ja miksi. Tässä päivässä oli hyvää, että sain lisää motivaatioita seuraaviksi viikoksi. Positiivinen pedagogiikka tuntuu niin omalta itseltäni. Opinnäytetöitä lukiessani **huomasin** aika paljon, että juuri niin minä ajattelenkin ja juuri niin olen useasti toiminut. Olen innoissani siitä, että saan tästä aiheesta lisää tietoa ja pääsen sitä kaikkea hyödyntämään omassa työssäni.

Tiistai 6.9

Eilen kävin kirjastosta hakemassa kirjat. Tänä päivän olin aamuvuorossa ja ennen kuin ensimmäiset lapset tulivat, ehdin aloittaa lukemaan Avola, A. ja Pentikäinen, V kirjaa Kukoistava kasvatusta. Kirjassa oli tarina kahdesta sudesta

Eräänä iltana vanha Cherokee-intiaanipäällikkö kertoi lapsenlapselleen nuotion ääressä tarinaa ikaikaisesta taistelusta, joka tapahtuu ihmisen sisällä. Hän sanoi:

”Lapseni, jokaisen meidän sisällämme taistelee kaksi sutta. Toinen susista on paha. Se on vihainen, kateellinen, katkera, ahne, ylimielinen, itseään säälivä, valehteleva, ylpeä ja itsekeskeinen.

Toinen susista on hyvä. Se on iloinen, rauhallinen, rakastava, toiveikas, tyyni, nöyrä, ystävällinen, rohkea, hyväntahtoinen, empaattinen, antelias, hyväsydäminen, totuudellinen, myötätuntoinen ja luotettava.”

Lapsenlapsesi mietti tarinaa hetken ja kysyi sitten:

”Kumpi susista voittaa taisteluun?”

Vanha viisas Cherokee oli hetken hiljaa, ja vastasi sitten:

”Se susi voittaa taistelun, kumpaa sinä ruokit.”

Ennen tarinaa Avola, P kirjoittaa mielestäni hyvin siitä, että meidän kasvattajien tärkeä tehtävä on opettaa lapset ruokkimaan heidän sisällään olevaa hyvää, koska hyvään keskittyminen ja sen kasvattaminen lisäävät hyvinvointia ja hyvän tekemistä muille. Ja jos lapsella ei ole

taitoa ruokkia, niin me aikuiset kannustamalla ja kehumalla ruokitaan sitä heidän puolestansa. Hyvä kasvattaa hyvää ja hyvällä kasvatetaan hyvää! (Avola & Pentikäinen 2020, 42).

Tänään on lapsia vieläkin vähemmän kuin eilen. Se antaa hyvän mahdollisuuden tutustua lapsiin, kun ei ole koko ryhmä paikalla. Leikimme aamupäivällä hetken sisällä. Rakensin yhdessä lasten kanssa legoilla ja leikimme autoradalla. Leikkien jälkeen kävimme lyhyellä kävelyretkellä. Kävelyllä huomasimme roska-auton, joka tyhjensi roskista. Jäimme lapsien kanssa sitä ihmettelemään, kunnes roska-auto jatkoi matkaa eteenpäin. Myös me jatkoimme matkaa eteenpäin.

Tästä päivässä oli hyvä, kun aamulla ruokailu sujui. Meillä on ollut viime aikoina haastavat aamupala hetket. Suurin osa lapsista tulee juuri aamupala-ajaksi ja melkein samaan aikaan. Työntekijöitä ei aina ole paikalla enemmän kuin yksi, mikä tekee siitä hetkestä haastavan, koska osalle lapsille pitäisi tarjota ruokaa ja samalla tulee huoltajia lapsien kanssa päiväkotiin. Tilanne siinä hetkessä on vaikea, koska käsiä on vain kaksi ja pienet haluavat aina olla hetken sylissä. Onneksi tänään meitä oli aamupalan aikana kaksi ja kaikki sujui todella hyvin. Sellaisia aamuja tarvitsemme enemmän.

Keskiviikko 7.9

Tänään jatkoin eilen aloittamaani kirjan lukemista ja tutustuin PERMA-teoriaan. Kirjassa itseäni kosketti eniten kohta, jossa kirjailijat nostivat esille erittäin tärkeän aiheen; aikuisten hyvinvoinnin. Kuinka usein tulee sitä työaikana mietittyä? Itse voin sanoa, että hyvinkin vähän. Olen tottunut antamaan itsestäni kaiken, että lapsilla olisi hyvä ja turvallinen olla. Olen unohtanut omat tauot ja oman jaksamisen. Yritän olla mahdollisimman paljon ryhmässä, ja usein teen työpäivän jälkeen vielä toiminnan suunnittelua ja etsin valmiiksi materiaaleja. Tiedostan itselleni, että sillä lailla jatkaminen tarkoittaa jossain kohtaa burnoutia. Tätä aihetta haluan itsessäni kehittää myös tämän päiväkirjan aikana; haluan huolehtia omasta hyvinvoinnistani. Avola ja Pentikäisen (2020, 85) mukaan positiivinen pedagogiikka pohjautuu ennen kaikkea opettajan asenteeseen ja omaan kokemukseen hyvinvoinnista. Positiivista pedagogiikka on vaikea toteuttaa, jos opettaja itse voi huonosti (Luostarinen & Peltomaa 2016.) On siis tärkeä oma hyvinvointi ja se, että voin itse hyvin, ja vasta silloin sitä pystyy opettamaan lapsille. Aikuisena olen lapsille roolimallina kaikessa.

Hyvinvoinnista on kehitetty teoria nimeltään PERMA, joka koostu viidestä elementistä. Niitä elementtejä viljelemällä voimme itse vaikuttaa omaan hyvinvointiimme (Avola & Pentikäinen 2020, 96).

P- Positive emotions eli myönteiset tunteet

E- Engagement eli uppoutuminen ja läsnäolo

R- Relationships eli ihmissuhteet

M- Meaning eli merkityksellisyys

A-Accomplishment eli saavuttaminen

Seuraavien viikkojen aikana tulen niitä elementtejä hyödyntämään ja perehtymään enemmän. Ajatuksena olisi yksi elementti per viikko.

Tässä päivässä oli hyvää, kun retkemme asukaspuistoon meni hyvin. Mielestäni retkemme onnistui, lapset nauttivat puistossa leikkimisestä ja myös me, aikuiset, nautimme siitä, että pääsimme eri ympäristöön lasten kanssa leikkimään ja tutkimaan lasten kanssa erilaisia leluja ja ympäristöä.

Torstai 8.9

Tänään työpäivä alkoi rauhallisesti, kun oli edelleen lapsia vähemmän hoidossa. Toisen ryhmän siirtyessä aamupalan jälkeen pihalle leikkimään, aloitimme oman ryhmän kanssa askartelu hetken. Lapset saivat leikkaa, repiä ja liimata. Lopulta niistä valmistuivat hienot sateenvarjot. Askartelun jälkeen menimme pienryhmissä leikkimään, jossa harjoittelimme yhdessä leikkimistä ja lelujen jakamista. Nautin niistä päivästä, kuin on aikaa pysähtyä ja nauttia ajasta lasten kanssa. Loppu päiväkin sujui rauhallisissa merkeissä.

Lasten unien aikana toritilan toisen opettajan kanssa suunnittelimme ryhmien siirtymistilanteita ja toritilan käyttöä, sekä laadimme molemmille ryhmille mielestäni toimivan päivärytmin. Lisäksi jäi vielä hetki aikaa tutustua Leskisen ja Kirjaan Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Kirjassa on paljon samaa, mitä oli Kukoistava kasvatus kirjassa, mutta enemmän tykkäsin siitä, miten oli kirjoitettu Seligmanin PERMA-teoriasta. Oli paljon hyviä vinkkejä, miten sitä voisi hyödyntää ja kokeilla. Yhtä pohdinta tehtävää olen jo tehnytkin jonkun ajan; mitä oli hyvää tässä päivässä ja siitä olen nyt myös päiväkirjaan kirjoittanut. Leskisen ja Kirjaan (2019, 81) perustelee sen hyötyä sillä, että sen avulla saamme huomiomme kohdistettua iloiseihin asioihin ja onnistumisiin, joita meille koko ajan tapahtuu.

Tässä päivässä oli hyvää, kun meidän ryhmämme askartelu idea, kannusti muitakin ryhmiä askartelemaan sateenvarjoja. Tuli itselleni hyvä tunne siitä, kun toisetkin tykkäävät ideoistani ja haluavat myös käyttää sitä ideaa.

Perjantai 9.9

Tänään osallistun lapsen sensitiivisen kohtaamisen koulutukseen. Koulutus on kahtena päivänä ja toinen päivä on lokakuun alussa. Koulutuspäivä alkoi kouluttajan esittäytymisellä, jonka jälkeen keskustelimme parin kanssa, mitkä ovat meidän omat tavoitteemme tai odotukset

tästä koulutuksesta. Itse odotin täältä päivältä enemmän käytännön esimerkkejä sensitiivisestä kohtaamisesta, ja mitä olisi hyvä ottaa huomioon.

Keskustelimme yhdessä aluksi osallisuuden ja kuuluvuuden merkityksestä, ryhmän merkityksestä sekä turvan tarpeesta. Omien tunnetilojen tunnistamisesta ja hallinnan tärkeydestä ja siitä, miten se vaikuttaa lapsiin. Kouluttajalta sai hyviä esimerkkejä ja nostoja aiheesta. Itsekin olen paljon huomannut työssäni sitä, että miten hyvin lapset aistivat meidän aikuisten tunteita ja sitä, miten aidosti ollaan läsnä. Koulutuspäivän aikana monesti nousi esille myös aikuisen oman tunteiden tunnistamisen tärkeys ja samalla myös lasten tunteiden tunnistaminen sekä sanoittaminen lapsille.

Ilmapäivällä oli luento kiintymyssuhteesta ja laadukasta vuorovaikutuksesta. Tähän tuli myös välitehtävä ensi kertaa varten, jossa ideana olisi tarkastella ryhmässä tapahtuvien vuorovaikutustilanteiden kulkua.

Oli informatiivinen ja paljon teoreettista tietoa sisältävä päivä. Odotan jo innolla toista koulutuspäivää.

Tässä päivässä oli hyvää, että ehdin koulutukseen ajoissa. Unohdin aamulla lompakon kotiin ja huomasin sen vasta bussissa. Jouduin lähtemään takaisin kotiin. Onneksi en myöhästynyt, koska en pidä myöhästymisistä.

Viikkoanalyysi

Viikko alkoi erilaisia opinnäytetöitä tutkiessani ja etsimällä kirjallisuutta. Luin maanantaina opinnäytetöitä positiivisesta pedagogiikasta ja sain paremman käsityksen siitä, mitä se on ja millainen vaikutus on positiivisella pedagogikalla lapsiryhmässä, mutta myös aikuiselle.

Onnistuin kirjastosta varaamaan 4 eri kirjaa positiivisesta pedagogiikasta, joihin tutustuin ja tulen seuraavien viikkojen aikana tutustumaan enemmän. Ensimmäinen viikko on kuitenkin ollut monipuolinen ja uutta tietoa on tullut paljon. Päälimmäisenä ovat muistoon jääneet hyvät tapahtumat ja asiat, joita olen myös päiväkirjaan kirjoittanut.

Viikolle asetetut tavoitteet toteutuivat mielestäni todella hyvin ja on noussut jo uusia tavoitteita seuraavillekin viikoille.

5 Viikko 2

PERMA-teorian ensimmäisenä elementtinä on myönteiset tunteet. Perehdyn kirjallisuuden avulla siihen elementtiin enemmän ja samalla myös pyrin viikon aikana vahvistamaan lasten myönteisiä tunteita leikkien, huumorin ja hassuttelun merkeissä. Haluan, että jokainen lapsi tulisi kuulluksi ja nähdyksi.

Perjantaina on koko talon kehittämispäivä.

Maanantai 12.9

Ennen työpäivän alkua luin kirjoista PERMA-teorian ensimmäisestä elementistä. Ensimmäinen elementti on Seligmanin teorian mukaan myönteiset tunteet. Leskisenojan (2019, 71) mukaan myönteiset tunteet ovat tärkeitä lasten hyvinvoinnin, oppimisen ja viihtymisen kannalta, tulee toteuttaa sellaista pedagogista toimintaa, joka mahdollistaa lapsille erilaisten myönteisten tunteiden kokemisen. Leskisenoja (2019, 72) korostaa, että lämmin ja positiivinen ilmapiiri on perusta niin ryhmän lasten kuin aikuisten myönteisille tunteille. Aikuisten vastuulla on kuitenkin myönteisen ilmapiirin rakentaminen (Leskisenoja 2019, 72).

Teoria osuuden lukemiseen jälkeen lähdin töihin ajatuksella havainnoida työpäivän aikana eri tilanteita ja hetkiä, jolloin seuraavien päivien aikana tulisin hyödyntämään Seligmanin teorian ensimmäistä elementtiä. Miten ja millä tavalla voisin lisätä myönteisiä tunteita? Hyviä hetkiä ja tilanteita olisivat kaikki leikkihetket, siirtymätilanteet, ruokailutilanteet ja lasten saapuminen päiväkotiin. Näistä hetkistä kirjoittelen seuraavien päivien aikana, ja miten lisään myönteisiä tunteita.

Tässä päivässä oli hyvää, kun ensimmäistä kertaa päiväunille jäänyt lapsi, nukahti ja nukkui yllättävän hyvin. Usein kun lapsi aloittaa päiväkodissa ja jää ensimmäistä päivää päiväunille, niin voi olla lapselle vaikea nukahtaa ja uni voi olla todella lyhyt.

Tiistai 13.9

Tänään töihin mennessä kaikki lapset olivat jo saapuneet päiväkotiin. Ennen kuin menin lasten kanssa touhumaan, luin vielä sähköposteja ja merkkasin poissaolijat Efficaan. Siirryin sen jälkeen lasten kanssa leikkimään. Tähän päivään oli suunniteltu leikkipäivä ja ajattelin tätä kautta myös lisätä myönteisiä tunteita

Lapsia oli jonkun verran poissa, niin olimme koko ryhmä yhdessä leikkimässä. Itse olen aina aktiivisesti mukana ja läsnä lasten leikeissä. Alle 3-vuotiaat lapset mielestäni tarvitsevat aikuisen mallin ja tuen leikeissä. Leikkien aikana pystyn lasten kanssa keskustelemaan, nimeämään asioita ja esineitä, sanoittamaan leikkiä - tärkeä osaa kielen oppimisessa. Mutta myös

on rooli opettaa sosiaalisia taitoja - kavereitten huomioon ottamista, lelujen jakamista, riitöiden ratkaisemista. Leikkien aikana pystyn myös havainnoimaan lapsia paremmin, huomaamaan lasten vahvuuksia ja mielenkiinnonkohteita. Leikkitilanteet antavat myös hyvät mahdollisuudet kannustaa ja kehua lapsia.

Tänään lasten kanssa leikimme autoilla. Meillä oli iso parkkitalo ja paljon pikku autoja. Tällä hetkellä ryhmämme lapset ovat kovasti kiinnostuneet autoista ja muista kulkuneuvoista. Niillä leikitään, mutta myös retkillä lapset ovat innoissaan, kun näkevät erilaisia kulkuneuvoja. Lapset olivat selvästi innoissaan ja nauttivat leikistä.

Tässä päivässä oli hyvää, kuin sain lasten kanssa leikkiä. Lapset ovat innoissaan siitä, kuin aikuinen on mukana leikeissä ja hassuttele heidän kanssaan. Hassutteluun liittyy paljon nauramista ja huumoria, joka parantaa tunnelmaa ja usein muutkin lapset liittyvät nauruun. Leskisenoja (2019, 76) avaa, että naurulla on positiivinen voima, joka nostaa tunnelmaa ja tartuttaa hyvää mieltä ympärillä oleviin.

Keskiviikko 14.9

Maanantaina kirjoitin jo siitä, millainen vaikutus on myönteisille tunteille lämpimällä ja positiivisella ilmapiirillä. Tänään haluaisin juuri omalla toiminnalla vaikuttaa lämpimään ilmapiiriin luomiseen ja sitä heti silloin, kuin lapset saapuvat päiväkotiin. Leskisenoja (2019, 72) kirjoittaa, että lämmin yhdessäolo lähtee heti aamun esihetkestä, kun lapsi saapuu paikalle. Leskisenoja (2019, 72) koostaa, että joka ikinen aamu lapsen tulee tuntee, että häntä on odotettu.

Vaikka on itselleni luonteinen tapa aina lapsia tervehtiä, kysyä kuulumisia, ottaa sylin, niin tänään yritin vieläkin enemmän panostaa siihen. Aamun aikana tervehdin jokaista lasta, joka saapui päiväkotiin. Syksyn aikana olen oppinut tunnistamaan niitä lapsia, jotka tarvitse syliä enemmän, niin nämä lapset pääsivät kaikki myös syliin. Jossain vaiheessa minulla oli sylissä jopa neljä lasta. Haluan antaa jokaiselle mahdollisuuden olla sylissä juuri niin pitkään, kuin hän tarvitsee. Kuulumisten vaihto tai hetki turvallisen aikuisen sylissä, vahvistavat lapset tunnetta, että häntä on odotettu ja että hän on tärkeä ja merkityksellinen osa omaa ryhmää (Leskisenoja 2019, 72).

Tässä päivässä oli hyvää, kun toisen ryhmän lapsi saapui aamulla päiväkotiin ja iloisena jo vähän kauempana huuteli nimeäni. Hetkeä myöhemmin hän juoksi syliin ja halaili. Nämä hetket muistuttaa minua aina, miksi olen tällä alalla töissä. On ihana nähdä ja tuntee, kun lapset tulevat iloisena ja innokkaana päiväkotiin.

Torstai 15.9

Olimme jo tiimin keskustellut siitä, että pitäisi järjestää leluja ja siivota ryhmätiloja. Myös ajattelimme järjestää pöytien ja hyllyjen paikkoja. Tänään oli siihen hyvä hetki, lapsia oli vähemmän paikalla ja pääsivät toisen hoitajan kanssa askartelemaan. Toisen hoitajan kanssa taas yhdessä alettiin siivoamaan ja järjestämään ryhmätiloja. Aikaa siihen meni pari-kolme tuntia, mutta olimme lopputulokseen tyytyväisiä. Lelut ja kirjat ovat ryhmässämme lapsille näkyvillä ja saatavilla. Se on tärkeä, että lapsille olisi mahdollisuus itse valita mieluinen lelu tai kirja, kun he eivät välttämättä osaa vielä kysyä. Leikkihuoneen huonekaluja järjestimme niin, että tila on jaettu huonekalujen avulla erilaisiin leikkipisteisiin. On erikseen kotileikki, autoleikki/junaleikki, kirjat, palikat. Se mahdollistaa, että kun lapset ovat tietyssä paikassa leikkimässä, niin heillä pysyisi leikkirauha, ja muut eivät pääse häiritsemään. Lisäksi leikin loppuessa, siivoa omat jäljet.

Tänään oli haastavaa löytää päivästä jotain hyvää, vaikka ei päivässä ei ollutkaan mitään haastavaa tai pahaa. Tuntui ihan tavalliselta normipäivältä. Nyt kun enemmän päiväkirjaa kirjoitin, niin oli tässä päivässä hyvää, kun yhteistyö sujuu hyvin tiimissä.

Perjantai 16.9

Tänään oli koko talon kehittämispäivä. Aamu alkoi kokoontumisella salissa. Esimies esitteli päiväohjelma sekä korosti yhteistyön merkitystä. Päivään kuului yhdessä oloa sekä yhdessä osallistua edellisen toimintakauden toimintasuunnitelman arviointiin sekä uuden ideointiin. Päivän aikana tuli hyviä pedagogisia keskusteluja ja ideoita toiminnan kehittämiseksi.

Tässä päivässä oli hyvää päivän aikana käyty keskustelut työkavereiden kanssa. Arjessa ei aina ehdi keskustella muiden ryhmien työntekijöiden kanssa. On kiva vaihtaa kuulumisia ja se myös luo yhteisöllisyyttä.

Viikkoanalyysi

Täällä viikolla perehdyin PERMA-teorian ensimmäiseen elementtiin - myönteiset tunteet. Viikon aikana monesti huomasin, että on itselleni luontainen tapaa toimia juuri sillä tavalla, että se myös vahvistaa lasten myönteisiä tunteita. Nyt enemmän tiedostan sen merkityksen. Leskisenoja (2019, 19-22) nostaa muutamia esimerkkejä, kuten myönteiset tunteet terävöittävät kognitiivisia toimintoja, myönteiset tunteet hälventävät negatiivisten tunteiden haitallisia vaikutuksia, myönteiset tunteet lisäävät sinnikkyyttä ja toipumiskykyä, myönteiset tunteet parantavat ihmissuhteita, myönteiset tunteet edistävät fyysistä hyvinvointia, myönteiset tunteet parantavat työn tehokkuutta ja myönteiset tunteet edistävät elämässä menestymistä. Ajattelen, että viikko on liian lyhyt aika, että voisi nähdä lapsissa merkityksellisiä muutoksia, mutta huomasin, että kun olen ollut mukana lasten leikeissä, olen kehunut ja kannustanut,

olen ollut läsnä ja kuunnellut lapsia, niin lapset ovat tulleet mielellään päiväkotiin ja kuin olen ollut ottamassa heitä vastaan, he juoksevat jo iloisena sylin. Mielestäni se on juuri hyvä merkki siitä, että he tuntevat olonsa turvallisiksi ja että he kokevat olevansa odotettuja ja tärkeinä. Leskisenoja (2019, 65) kirjoittaa, että myönteisillä tunteilla tarkoitetaan iloa, mielihyvää, onnellisuutta ja turvallisuuden tunnetta. Olen aivan varma, että tulen myös jatkossa suunnittelemaan ja toteuttamaan sellaista toimintaa, että lapsilla on mahdollista kokea myönteisiä tunteita.

6 Viikko 3

PERMA-teorian toisena elementtinä on sitoutuminen. Perehdyn kirjallisuuden avulla siihen elementtiin enemmän ja samalla luoda lapsille sellaisia tilanteita, jossa pääsen vahvistamaan lasten kykyä keskittyä ja uppoutua. Leskisenoja (2019, 93) kirjoittaa, että varhaiskasvattajan tehtävänä on mahdollistaa tilanteita, joista herää lasten kiinnostus ja uteliaisuus ja jossa lapsi voisi täysin uppoutua tekemiseensä.

Maanantai 19.9

Tänään oli koulutuspäivä. Osallistuin elokuussa positiivisen pedagogiikan koulutuksen ensimmäisessä osioon ja tänään oli toinen päivä. Kun ensimmäinen päivä keskittyi lapsiin, niin tänään puhuttiin siitä, millainen vaikutus on positiivisella pedagogiikalla työntekijöihin sekä myös siitä, miten sitä voisi käyttää työyhteisössä työntekijöiden parissa. Samalla tavalla, kun lapsille, niin työntekijöillekin on positiivinen pedagogiikka ennen kaikkea hyvinvoinnin edistämistä. Koulutuksessa nousi monesti esille se, että paljon on kiinni omasta asenteesta. Myös Leskisenoja (2019, 55) kirjoittaa siitä, että kun asioihin suhtaudutaan myönteisesti ja positiivisesti, niin työnteko muuttuukin miellyttävämmäksi ja innostavamaksi.

Kouluttajalta tuli myös pari hyvä vinkkiä, miten voisi lisätä positiivisuutta työyhteisöön. Ensimmäkin voisi huomata toisen hyviä tekoja ja antaa siitä palautetta. Itse en ole tottunut antamaan ja nostamaan esille toisen työntekijän hyviä tekoja tai asioita. Aina, jos on tarvetta, niin kyllä kiitän, mutta että joissakin tilanteissa sanoisin, miten hyvin hoidit hommansa, tai miten hienosti osasit sanoa ym. Koulutuksen aikana, kun näistä asioista keskustelimme, niin usein jäin miettimään, että miksihän en ole sanonut työkavereille, jos he ovat tehneet tai sanonut jotain hyvää tai positiivista. En kyllä keksinyt siihen mitään syytä, mutta ajattelin nyt kehittyä siinä. Pyrin jatkossa kehumään ja antamaan hyvä ja positiivista palautetta työkavereille, koska he todellakin ansaitsevat sitä.

Keskustelimme lisäksi paljon omien luontevahvuuksien tunnistamisesta ja hyödyntämisestä töissä. Jokaisella meistä on omat vahvuudet, mutta miten niitä voisi hyödyntää töissä. Itsel-

läni on vahvuutena reiluus. Se näkyy paljon siinä, että kohtaan kaikkia tasa-arvoisesti ja tiimissä työtehtävät on jaettu tasaisesti. Välillä taas tuo se myös haasteita, kun en halua kuormittaa työkavereita, niin tekee itse joskus liikakin asioita. Nytkin kun kohta varhaiskasvatuksen opettajilla alkaa lasten varhaiskasvatussuunnitelmien kirjoittaminen; millä ajalla niitä kirjoittaa. En halua olla pois ryhmästä, koska tuntuu epäreilulta jättää työkaverit kahdestaan ryhmään, mutta jos kirjoitan niitä työnajan ulkopuolella, niin tulee taas itselleni pitkiä päiviä.

Tässä päivässä oli hyvää, kun koulutuksen päättyessä tanssimme yhdessä vielä vahvuusvariksen tanssia. Oli aika hauskaa.

Tiistain 20.9

Tämän päivän aikana tutustuin enemmän PERMA-teorian toiseen elementtiin, joka on sitoutuminen. Leskisenoja (2020, 65) mukaan sitoutuminen näkyy syvänä kiinnostuksena ja toiminnan imuna. Sitoutumisen hetkellä keskittyminen, mielenkiinto ja siitä saatava nautinto ovat vahvimmillaan (Leskisenoja 2020, 65). Pentikäinen ja Avola (2020,96) kertovat sitoutumisesta kuin myös uppoutumisesta ja läsnäolosta. Lisäksi Pentikäisen ja Avolan (2020, 185) ymmärryksen mukaan viittaavat tutkimuskirjallisuus ja hyvinvointinäkökulma enemmän keskittymiseen, uppoutumiseen, läsnäoloon ja tässä hetkessä elämiseen, mutta ne edesauttavat myös sitoutumista.

Leskisenoja (2020, 94) mukaan sitoutunutta työskentelyä edistävät lämpimät ihmissuhteet ja myönteiset suhteet, mutta myös huumorin viljeleminen. Nämä ovat tuttuja jo viime viikosta, niin haluan myös tällä viikolla näihin panostaa. Lisäksi Leskisenoja (2020, 94) lisää, että sitoutumista edistävät mielekäs ja motivoiva toiminta. Mikä on ryhmäni lapsille mielekästä ja mikä saa heidät innostumaan? Seuraavien päivien aikana tartun lasten ideoihin ja kiinnostuksen kohteisiin sekä pyrin siihen, että lapsilla olisi aikaa, rauhaa ja tilaa oman toiminnan toteuttamiseen. Leskisenoja (2019, 95) varoittaa siitä, että liian strukturoitu ja aikataulutettu päiväohjelma ei tarjoa mahdollisuuksia pitkäkestoisille leikkihetkille tai lasten innostukseen.

Keskiviikko 21.9

Tänään oli retkipäivä. Ryhmämme lapset ovat tällä hetkellä kiinnostuneita autoista ja muista kulkuneuvoista. Autoleikit ovat päivittäin suosittuja leikkejä ja aina kuin yksi lapsista aloittaa leikkimään autoilla, niin yhtäkkiä autoilla voi leikkiä koko ryhmä. Kiinnostus näkyy myös retkillä. Päiväkodin lähellä on pari rakennus työmaata, jossa käymme usein katselemassa ja ihmettelemässä. Myös tänään. Anoin lapsille aikaa katsoa ja pysähdyimme, jos he huomasivat kiinnostavia asioita. Retki meni hienosti ja lapset kertoivat innokkaasti retkellä olemisesta toisellekin ryhmälle.

Tässä päivässä oli hyvää, kun sain tulostettua kuvat ja laminoitua ne. Olin suunnitellut jo tulostaa nämä aiemmin tiistaina, mutta unohdin avaimen kotiin, jota tarvitsen tulostinta varten.

Torstai 22.9

Toritylän toisella ryhmällä oli tänään retkipäivä, niin saimme koko toritylän omaan käyttöön. Annoin lapsille mahdollisuuden tänään leikkiä heitä kiinnostavia leikkejä ja osa halukkaista pääsi maalamaan. Yksi lapsista innostui maalaamisesta niin paljon, että yksi lastenhoitajista antoi hänelle vielä lisää paperia maalaamista varten. Mielestäni hyvin onnistunut päivä, kun ei ollut mihinkään kiirettä eikä ollut mitään aikataulua, minkä mukaan pitäisi mennä. Olemme muutenkin pyrkinyt siihen, että luomme lapsille kiireettömän ilmapiirin. Aina se ei onnistuu, koska kuin kaksi ryhmää käyttää samoja tiloja, niin on tärkeä arjen sujuvuuden kannalta luoda jonkunlainen aikataulu. Mutta samalla voisi sopia siihen myös jonkunlaisen joustavuuden. Tänään saimme toisen ryhmän kanssa hyvin vaihdettu lounas ajan. He olivat retkellä ja me leikkimme sisällä. Ehdotimme heille, että voisimme syödä ensiksi (yleensä syödään myöhemmin), että he saavat retkeillä rauhassa ja me sujuvasti siirtyä leikkien jälkeen syömään ja lepoaikalle.

Tässä päivässä oli hyvää, kun sain tämän viikon portfolion valmiiksi. Dokumentoidaan ja avataan toimintamme portfolioon kuvien ja tekstin avulla huoltajille. Tällä viikolla oli tavoitteena dokumentoida arjen hetkiä, kuten pukeminen, riisuminen, syöminen.

Perjantai 23.9

Perjantaisin on leikkipäivä. Jaettiin lapset pienryhmiin ja tänään aikuisten rooli oli olla havainnoimassa ja tarvittaessa tukea sekä rikastaa leikkiä. Lapset saivat itse valita mielekkään leikin. Yksi ryhmästä leikki kotileikkiä, toinen ryhmä autoilla ja kolmas, jossa olin itse mukana, rakensi junarataa. Junarataa oli rakentamassa kolme lasta, joista yhdellä oli vaikea lähteä mukaan. Hänellä oli kädessä kaksi junaa ja hän vaan seiso. Aluksi yritin sanallisesti ohjata, että hän lähtisi rakentamaan. Hän ei siihen reagoinut mitenkään, vaan jatkoi seisomista junat kädessä. Sitten asetuin itsekin lattialle istumaan ja kutsuin hänet viereeni istumaan. Kerroin, että rakennetaan kaikki yhdessä ja samalla myös totesin äänen, miten hienon radan ovat kaverit jo tässä vaiheessa rakentaneet. Hänenkin sitten sai siitä rohkeutta, että oli siinä lähellä ja rupesi myös rakentamaan. Tässä tilanteessa huomasin, miten tärkeä on aikuisen rooli. Kyseinen lapsi tarvitsi leikin aloittamiseen sen, että aikuinen on hänen lähellänsä. Hän sai siitä turvaa ja pystyi aloittamaan leikkiä. Välillä hän sormella osoitti omia junia, miten ne liikkuvat ja miten hän on rakentanut. Kehuin ja hän taas jatkoi leikkiä.

Tässä päivässä oli hyvää, kun huolimatta siitä, että iltapäivällä jäin toisen työntekijän kanssa kahdestaan, niin saimme silti sujuvasti hoidettua iltapäivän toiminnat ja siirtyä rauhallisesti ulkoleikkeihin.

Viikkoanalyysi

Perehdyin PERMA-teorian toiseen elementtiin - sitoutuminen. On paljon erilaisia menetelmiä, miten sitä voisi lisätä. Leskisenoja (2019, 94) kirjoittaa, miten lämpimät suhteet, myönteinen ilmapiiri ja huumorin viljeleminen edistävät sitoutumista. Lisäksi Leskisenoja (2019, 95) kirjoittaa, että sitoutuminen edellyttää resursseja ja joustavuutta sekä lasten osallistaminen, erilaiset projektityöskentelyt ja tietoisuustaitojen harjoittelu lisää sitoutumista. Itse kuitenkin huomasin, että alle 3-vuotiaiden kohdalla paras keino on leikin kautta. Samalla myös nousee esille aikuisen rooli, kuinka aikuinen saa lapset innostumaan ja tarjota lapsille mielekkäitä tekemisiä. Tämän viikon aikana huomasin monesti, että lapset ovat innokkaita, kuin myös aikuiset ovat innokkaita ja tarttuvat lapsen ideoihin. Esimerkiksi askartelupäivänä huomattiin yhden lapsen innostus maalaamisesta, niin hänelle annettiin mahdollisuus maalata lisää. Leskisenoja (2019, 94) kertoo siitä, että aikuisella olisi tunnettava lapset niin hyvin, että tietäisivät, mitkä saa lapsia innostumaan, mutta olennaisempi olisi tarttua lapsen ideoihin ja kiinnostuksen kohteisiin.

Viikko sujui hyvin ja ei tarvinnut ratkaista ongelmia. Tässä saan olla kiitollinen omalle tiimille, koska jokainen meistä tietää oman roolinsa ja tehtävänsä sekä työn merkityksen. Jokainen hoitaa omat tehtävänsä ja yhdessä sovituista asioista pidetään kiinni. Tiimin kanssa halutaan jatkossakin panostaa leikkeihin ja tarjota monipuolista tekemistä, että jokainen saisi mahdollisuuden löytää mielekkään tekemisen ja innostua.

7 Viikko 4

PERMA-teorian kolmantena elementtinä on välittävät ihmissuhteet. Millaiset ne ovat ja miksi ne ovat tärkeitä? Mikä on välittävä pedagogiikka ja millainen on välittävä kasvattaja? Olenko itse välittävä kasvattaja? Haluan viikon aikana saada näille kysymyksille vastaukset.

Maanantai 26.9

Aloin lukea olemassa olevaa kirjallisuutta PERMA-teoriasta ja perehdyin kirjojen avulla kolmanteen elementtiin - välittävät ihmissuhteet. Leskisenoja (2019, 111) korostaa, että välittävät ihmissuhteet ovat PERMA-elementeistä kaikkein merkityksellisin, koska lämpimät, myönteiset ja turvalliset ihmissuhteet ovat tärkeitä lapsen tasapainoiselle kasvuille sekä sopeutumiseksi varhaiskasvatusympäristöön. Avola ja Pentikäinen (2020, 209) taas kirjoittaa siitä, miten hyvät ihmissuhteet suojaavat masennukselta ja sairauksilta, sekä vahvistavat muistia ja kehon hyvinvointia.

Kuten kirjoitin vuorovaikutustaidot osiossa, että varhaiskasvattajan työhön liittyy paljon erilaisia vuorovaikutustilanteita, niin myös on varhaiskasvatuksessa erilaisia ihmissuhteita. Leskisenoja (2019, 111) nostaa esille, että positiivisen pedagogiikan periaatteet tulevat parhaiden näkyviksi ihmissuhteissa ja vuorovaikutustilanteissa Leskisenoja (2019, 111) kirjoittaa omassa teoksessa varhaiskasvattajan ja lapsen välisestä suhteesta, lasten keskinäisistä suhteista ja perheiden kanssa tehtävästä yhteistyöstä. Tämän viikon aikana keskityn enemmän varhaiskasvattajan (oman) ja lasten välisiin suhteisiin sekä välittävään pedagogiikkaan. Leskisenoja (2019, 112) avaa välittävän pedagogiikan: varhaiskasvattajan osoittama lämmin ja huolehtivainen toimintatapa, joka kumpua pedagogisesta rakkaudesta.

Leskisenojan (2019, 118) kirjassa on taulukko: välittävän varhaiskasvattajan huoneentaulu. Viikon aikana käytän tätä taulukkoa pohtiessaan omaa toiminta - toiminko kuin välittävä kasvattaja. Haluan itse uskoa, että olen välittävä, mutta näkykö se...

Tässä päivässä oli hyvää, kun jaksoin vielä työpäivän jälkeen lähteä juoksulenkillä. Usein tuntuu, että ei jaksakaan työpäivien jälkeen tehdä muuta, kuin mennä kotiin sohvalle. Tärkeä olisi kuitenkin myös ajatella itseäni ja myös panostaa omaan hyvinvointiin, kuten myös päiväkirjan ensimmäisellä viikolla totesin, että haluan huolehtia enemmän omasta hyvinvoinnista.

Tiistai 27.9

Tänään aloitin työpäivän, kun kaikki lapset ja työntekijät olivat jo töissä. Ennen ryhmään menoa, kävin läpi sähköpostin ja kirjasin poissaolijat Efficiaan. Meidän ryhmän lapset olivat jo kiivasti leikkimässä kahden lastenhoitajan kanssa, niin ajattelin lähteä auttamaan toritilan toista ryhmää, kun sieltä kuului paljon itkua. Olen saanut hyvän kontaktin heidän ryhmän yhden lapsen kanssa, niin heti kun pääsin heidän ryhmään, niin se lapsi juoksi syliin. Kyselin häneltä, miten hänen aamunsa on mennyt ja mitä hän haluaisi leikkiä. Hän ei vastannut kumpankaan kysymykseen vaan osoitti sormella ovea kohti. Siitä ymmärsin, että hän vaan odottaa, milloin iskä tai äiti tulee hakemaan. Kerroin hänelle, että nyt on vasta aamu, lisäksi kävimme katsomassa kuvia päiväohjelmasta, millaista toimintaa on vielä tänään tulossa. Heillä oli tänään jumppapäivä, ja hän ei ollut siitä kiinnostunut. Hän rupesi itkemään, kuin kuuli, että on tulossa jumppa. Ehdotin hänelle, että hän voi tulla myös minun kanssani leikkimään. Hän nyökkäsi siihen suostuvasti ja hymyili. Tässäkin tilanteessa mielestäni olen saanut lapsen kanssa hyvän suhteen, ja että lapsi luottaa minun.

Tässä päivässä oli hyvää, kun meidän oman ryhmän jumpan aikana yksi lapsista leikki leijonaa ja hän omalla idealla sai mukaan koko ryhmän, myös aikuiset. Oli paljon naurua ja innostusta.

Keskiviikko 28.9

Tulin tänään töihin aikaisemmin kuin muina päivinä. Aamupala oli ihan kaaosta ja ei millään onnistunut lasten rauhoittaminen ja kannustaminen. Lopuksi rauha saapui, kun lapset pääsivät omiin ryhmiin leikkimään. Pohdin paljon, mistä sellainen levottomuus sai alkuunsa, tai miksi ei mitään toiminut siinä hetkessä. Varmasti siihen oli monta eri syytä ja välillä vaan tulee sellaisiakin tilanteita, kun mikään ei onnistu. Mutta se, että kun aina ei mene lasten kanssa sujuvasti ja tulee haasteellisia tilanteita, ei tarkoita sitä, että ei olisi välittävät suhteet lapsiin, vaan ajattelen itse niin, että jos lapsi uskaltaa ilmaista tunteita ja myös negatiivisia tunteita, niin lapsi kokee olonsa turvallisena ja tietää, että hänellä on välittävä aikuinen lähellä, joka on tukena niissä tilanteissa. Tärkeintä on kuitenkin jatkaa eteenpäin eikä jumittua niihin tilanteisiin, mitkä ei ehkä onnistunut niin hyvin, kun yleensä. On ollut lapsia paljon kipeänä, ja tänäänkin tuntui, että hoitoon tuli aamulla lapsia, joilla olisi ollut parempi olla kotona parantumassa. Soitettiin päivän aikana monelle vanhemmalle ja pyydetiin hakemaan. Onneksi vanhemmat olivat ymmärtäväisiä.

Tässä päivässä oli hyvää, kun työkaveri toi aamulla kahvia. Myös me aikuiset välitämme toisistamme.

Torstai 29.9

Kun osallistuin positiivisen pedagogiikan koulutukseen, niin keskustelimme siellä paljon aikuisen ja lapsen välisestä suhteesta. Kouluttajalta tuli hyvä tehtävä ehdotus, että jokainen tekee itsenäisesti läheisyyden kehän ryhmän lapsista. Läheisyyden kehän keskiosassa on aikuinen itse, sen jälkeen sisimpään ympyrään kirjoitetaan niiden lasten nimet, jotka tuntuvat itselle kaikista läheisimmiltä. Keskimmäiseen kehään kirjoittaa niiden lasten nimet, joihin suhde on riittävä ja melko myönteinen ja ulommalle kehälle kirjoittaa niiden lasten nimet, joihin suhde on etäinen. Oman kohdalla suurin osa lapsista sijoittui sisimpään ympyrään. Keskimmäiseen kehään kirjoitin parin lapsen nimen ja siihen varmaan vaikutti se, että lapset ovat vasta aloittaneet hoidossa eikä tunne heitä niin hyvin. Ulommalle kehälle en kirjoittanut yhtäkään nimeä. Tästä voi päätellä, että omalla kohdalla on lapsiin hyvät ja läheiset suhteet sekä myös välittävät suhteet.

Yhdessä tiimin kanssa keskustelimme omista havainnoista ja totesimme, että kenellekään ei tullut kirjoitettua ulommalle kehälle nimiä. Jos olisi jonkun nimi sattunut syystä tai toisesta ulommalle kehälle, niin olisi ollut syytä miettiä, miten omaa toimintaa ja vuorovaikutusta muuttamalla niitä lapsia voisi saada lähemmäs.

Itse koen, että olen paljon lasten kanssa vuorovaikutuksessa ja tunnen hyvin lapsia, heidän kiinnostuksensa kohteita ja myös, mistä he eivät tykkää. Viihdyn lasten kanssa ja lapset minun kanssani. Yhden lapsen vanhempi aamulla sanoi, kun olin lasta vastaan ottamassa, että

tänään lapsi tulee itse mielellään ryhmään, muina aamuna on juossut karkuun, että ilmeisesti lapsi tykkää sinusta.

Tässä päivässä oli hyvää, kun saimme tiimin kanssa suunniteltua koko seuraavan kuukauden toiminnan. Kuukauden teema on Suomi ja lasten kanssa tutustumme eläimiin ja luontoon. Laulamme aiheeseen liittyviä lauluja ja leikeissä on mukana eläimet. Olemme itse huomanneet, että jos on pohja jo valmiina, niin muutoksien tullessa, on paljon helpompi lähteä muokkaamaan. Myös itse tunnen, että jos suunnittelee pidemmäksi ajaksi, niin taas jää enemmän aikaa lapsille.

Perjantai 30.9

Tänään olikin vähän erikoinen päivää. Saimme eilen tiedon, että toiseen ryhmään on tulossa uusi lapsia toisesta päiväkodista heidän päiväkodin kehittämispäivän takia. Aamulla selvisi, että heidän äidinkieltensä on sama, mitä on minulla. Päädyimme siihen, että aamupäivällä sekoitetaan vähän ryhmiä, kun myös meiltä puuttui yksi työntekijä. Siirryin toiseen ryhmään, että uusille lapsille tulisi uudessa paikassa vähän turvallisempi olo, kun he saavat kuulla äidinkieltä ja he tulisivat itse paremmin ymmärretyksi, koska he eivät vielä puhuneet suomea. Leikkimme ja askartelimme aamupäivällä, kun toinen ryhmä meni retkelle. Hyvin kaikki sujui ja myös nämä uudet lapset viihtyivät meidän kanssamme.

Iltapäivällä osallistuin musakärry koulutukseen. Oli todella mielenkiintoinen koulutus ja sai hyviä vinkkejä, miten saa rikastuttaa lauluhetkiä ja millaisia erilaisia soittimia ottaa mukaan lauluhetkiin pienten kanssa.

Tässä päivässä oli hyvää juuri se sama koulutus. Oli ihana päästä itse laulamaan ja soittamaan.

Viikkoanalyysi

Viikon aikana perehdyin PERMA- teoriaan kolmanteen elementtiin, joka on välittävät ihmis-suhteet. Viikon aikana keskityin oman ja lasten välisiin suhteisiin, vaikka varhaiskasvatuksessa on monenlaisia suhteita vielä, kuten lasten välisiä suhteita ja perheiden kanssa tehtävä yhteistyö. Olen itse vahvasti sitä miltä, että olen töissä lapsia varten ja sen takia vietän suurimman osan työajasta juuri lasten kanssa. Leskisenoja (2019, 114) myös kirjoittaa siitä, että lapset ovat syy, miksi aikuiset tulevat töihin, ja tämän tulisi myös välittyä yhdessäoloon ilona. Palaverit, toiminnan suunnittelun, arvioinnit ym. työt suoritan silloin, kun lapsilla on lepo hetki. Ajattelen siitä myös niin, että sillä lailla pystyn luomaan lapsiin hyvät ja välittävät suhteet, koska olen aina läsnä. Läsnäololla on vaikutus siihen, että pystyn panostamaan kohtaamis- ja mikrohetkiin. Näen, kuulen ja huomaan lapsia paremmin. Leskisenoja (2019, 114)

myös nostaa esille, että vaikka pedagogisen toiminnan suunnitelmallisuus on tärkeä, mutta se ei voisi johtaa siihen, että lapsiryhmä on ilman opettajan läsnäoloa ja asiantuntemusta.

Viikon aikana itselleni selvisi, että välittävä pedagogiikka on ollut tärkeä osaa omaa työtäni ja olen ollut välittävä kasvattaja, vaikka se termi tuli vasta itselleni nyt tutuksi. Uskon, että samalla tavalla se on tärkeänä osana työtäni, koska sellainen minä olen. Haluan, että lapsella olisi turvallinen ja hyvä olla päiväkodissa. Parhaiten se onnistuu, kun aikuisena välitän ja olen siellä, missä lapset ovat. Leskisenoja (2019, 114) toteaa, että varhaiskasvattajan tärkein tehtävä on olla lapsen vieressä ja jäädä siihen.

Viikon aikana oli parikin haastetta, kuten kirjoitin yhdestä aamupalasta ja uudet lapset toisessa ryhmässä. Mutta näistäkin selvittiin, kun tiimin kanssa sujuu yhteistyö ja keskenään ratkaisemme tilanteet, sekä omalla kohdalla tukee paljon, kun keskittyy positiivisuuteen ja että olen itse positiivinen.

8 Viikko 5

PERMA- teorian neljäntenä elementtinä on merkityksellisyyden kokemukset. Leskisenoja (2019, 149) käsittelee sitä aihetta osallisuuden ja luontevahvuuksien näkökulmasta. Viikon aikana pyrin havainnoimaan lasten osallisuutta ja samalla myös haluan sitä lisätä. Täällä viikolla on tarkoitus aloittaa lasten varhaiskasvatussuunnitelmien kirjoittaminen. Haluan kirjoittaa lasten vahvuuksien kohdalle luontevahvuuksia ja miten niitä voisimme hyödyntää lapsen oppimisessa ja kehityksen tukemisessa.

Maanantai 3.10

Osallistuin tänään lapsen sensitiivinen kohtaaminen varhaiskasvatuksessa koulutukseen, jonka ensimmäinen osuus oli 9.syyskuuta. Aloitimme päivän tehtävänpurulla. Meillä oli tehtävänä seurata erilaisia vuorovaikutustilanteita lasten kanssa ja kuvailla tiettyä tilannetta, jolloin koin jotain merkityksellistä lapsen tai lapsiryhmän kanssa. Samalla myös jakaa pienryhmissä ajatuksia ja tunteita tästä tilanteesta.

Sen jälkeen ohjelmaan kuului luento sitoutuneisuudesta ja emotionaalisesta hyvinvoinnista. Aika paljon oli samoja nostoja, mitkä tuli tutuksi, kun perehdyin positiivisen pedagogiaan. Iltapäivällä keskustelimme vuorovaikutuksesta, kanssasäätelystä leikeissä ja vanhempien kohtaamisesta.

Koin mielenkiintoisena, kun kouluttaja kertoi riehumisleikeistä ja sen merkityksestä. Hän monesti korosti sitä, että se on lapsille tärkeä ja tuottaa mielihyvää. Erityisesti tärkeä pojille sosiaalisessa kehityksessä.

Tykkäsin koulutuksesta, mutta kuitenkin jäi itselleni sellainen tunne, että en saanut ihan sel-laista tietoa, jota ehkä menin hakemaan. Onneksi olen ajattelut päiväkirjan aikana perehtyä myös sensitiivisen kohtaamisen, niin toivottavasti silloin selkenee itselleni paremmin lapsen sensitiivinen kohtaaminen.

Tässä päivässä oli hyvää, kun olin syömässä lounasta ja minun kanssani tuli syömään toinen koulutuksessa osallistunut lastenhoitaja. Selvisi, että hänkin on virolainen. Minusta on mukava tavata ihmisiä, jotka ovat kotoisin samasta maasta, kun minä ja pääsee puhumaan oman äi-dinkieltä muuallakin, kun kotona.

Tiistai 4.10

Tänään oli meillä jumppapäivä. Olimme tiimin kanssa suunnitellut, että lokakuussa harjoittelemme lasten kanssa tasapainoa. Lähdimme jumppasaliin loruhetken jälkeen ja aloitimme jumpan kannustuspiirillä. Meidän ryhmämme lapset tykkäävät kannustuksesta kovasti. Kannustuspiiri on levinnyt myös lasten leikkeihin pihalla. Olemme istuneet terassilla ja aina vuorottelen joko pyörällä tai juosten lapset tekevät kierroksen portille ja takaisin ja muut lapset kannustavat samalla. Jumpassa tänään kannustuspiiri meni vähän eri tavalla. Lapset saivat oman vuoron päättyessä kertoa kaverin nimen, kenet kannustetaan seuraavaksi. Suurin osa lapsista osaa hyvin kavereiden nimiä, mutta niille, joille se on vielä haasteellista, niin hän sai osoittaa sormella, tai aikuinen yritti tulkita hänen ilmeitensä. Kannustuspiirin jälkeen lapset saivat vielä purkaa energiaa juoksuleikillä. Suurin osa lapsista tykkää autoista, niin täällä ker-taa he saivat olla itse autoja ja ajaa niin kovaa, kuin vaan pystyy. Kun vaikutti siltä, että ei-vät enää jaksaa, niin lastenhoitaja olikin tuonut varastosta erilaisia varusteita ja alettiin ra-kentamaan meille tasapainorataa. Lapset olivat innokkaita laittamaan naruja lattialle, työn-tämään pitkiä penkkejä ja asettamaan muotteja. Lopulta rata oli valmis ja lapset saivat vuo-rotellen käydä radalla harjoittelemassa tasapainoa. Mielestäni hyvin lapset pääsivät osallistu-maan, ja se näkyi myös lasten innostuksena, kun he auttoivat valmistaa rataa ja miten he monta kertaa suorittivat omia tasapaino harjoituksia siinä radalla.

Tässä päivässä oli hyvää, kun sain valmiiksi tehtyä leikkitaulukon, josta lapset pääsevät jat-kossa valitsemaan leikkejä.

Keskiviikko 5.10

Tänään oli päiväkodilla paloharjoitukset. Tämä tarkoitti meille sitä, että heti aamupalan jäl-keen puetin lapset ja menimme pihalle. Ensiksi harjoittelimme lasten kanssa pihalta poistu-mista kokoontumispaikalle ja sen jälkeen sisälle poistumista. Ajattelin kirjoittaa juuri siitä, koska päiväkodin arjessa on myös niitäkin hetkiä, jotka perustuvat aikuisjohtoisuuteen ja joi-takin asioita on tavallaan vaan pakko tehdä, vaikka lapset haluaisivat tehdä jotain muuta. Aina ei siis toiminta lähde lasten osallisuudesta ja lasten toiveista.

Lepohetken aikana aloitin valmistautumaan lasten Vasu keskusteluihin, jotka ovat nyt ajan-kohtaista. Olimme jo viimeviikolla käynyt läpi tiimin kanssa lasten vahvuuksia ja mielenkiinnon kohteita. Ajattelin vahvuuksiin lisätä lasten luonteenvahvuuksia, joita olen pystynyt tässä viikkojen aikana havainnoimaan. Vaikka ryhmän lapset ovat vielä pieniä, niin silti aika selkeästi näkyy heidän luonteenvahvuutensa. Leskisenoja (2019, 155) kirjoittaa siitä, että merkityksellisyiden kokemuksia tuottaa luonteenvahvuuksien tunnistaminen ja hyödyntäminen. Ajattelinkin, että Vasu keskustelun aikana kertoisin omista havainnoista huoltajien kanssa ja millaisia vahvuuksia he ovat lapsessa tunnistaneet. Yhdessä voisimme myös silloin miettiä, miten niitä vahvuuksia voisi hyödyntää niin kotona, kun myös päiväkodissa.

Tässä päivässä oli hyvää, kun sain rahoitettua lapsen, joka pelästyi paloharjoitusten aikana. Tulimme koko siipi samaa aikaa sisälle ja kun tämä oli hänelle ihan uusi tilanne, niin hän pelästyi ja jännitti. Onneksi huomasin, miten peloissaan hän oli. Keskustelimme hänen kanssansa niistä harjoituksista ja miksi niitä tehdään. Hän rauhoittui ja lähdimme sen jälkeen leikkimään.

Torstai 5.10

Iltapäivällä lapset olivat leikkimässä ja yksi lapsi selkeästi otti leikissään ohjaajan roolin. Hän oli pitämässä ensiksi yhdelle lapselle lauluhetkeä. Hetken päästä siellä oli mukana muitakin lapsia. Välillä joku lapsista esitti laulutoiveen, niin hän vielä vastasi hänelle, että ei, nyt lauletaan bussilaulua, odota hetki, niin sitten on sinun laulusi vuoro. Lapset olivat iloisia ja innoissaan tästä leikistä. Mielestäni hyvin huomasin, että lapset nauttivat toistensa seurasta ja kokivat yhdessä merkityksellisyiden tunnetta. Meidän aikuisten rooli siinä hetkessä oli antaa lapsille tilaa ja seurata sitä hetkeä. Olin itsekin todella iloinen ja ylpeä lapsista, että miten he toimivat yhdessä.

Tässä päivässä oli hyvää, kun sain valmiiksi ensi viikkoa varten vasu kalenterin. Tätä pitkään mietin, että mihin aikaan huoltajien kanssa käydään vasu keskusteluja. Päädyin lopulta siihen, että en halua olla paljon pois ryhmästä, niin aikoja on lepohetken aikana ja ennen kuin työpäivä alkaa.

Perjantai 6.10

Tänään kokeilin lasten kanssa leikkitaulua, jonka tein. Kuvien avulla lapset pääsivät valitsemaan itselleen mieluisan leikin. Lapset hyvin osasivat kuvan avulla valita leikin ja huomasin, miten innoissaan he olivat siitä, että saivat itse päättää oman leikin. Ryhmässämme lelut ovat aina lasten ulottuvilla, että he saisivat sieltä valita oman leikin, mutta nyt kun saivat ennen leikkimään menemistä tavallaan valita kuvien avulla, niin olivat enemmän sitoutuneita siihen leikkiin. Mielestäni todella hyvin onnistunut leikkitalu. Leikkitalussa on siis kotileikki, autoleikki, junaleikki, palapelit, eläinleikki, palikat, piirtäminen.

Tärkeää on osallisuudessa, että lapset tulisi nähdä ja kuulla. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018) kirjoitetaan siitä seuraavasti: osallisuus vahvistaa lasten sensitiivisten kohtaamisten ja myönteisten kokemusten kuulla ja nähdä tulemisesta. Meidän ryhmässämme lapset saavat valita leikkejä ja toimintaa, mutta usein pyritään siihen, että aikuinen on mukana rikastamassa leikkejä ja sanoittamassa. Sitä kautta myös lapset tulevat kuulla ja nähdä.

Tässä päivässä oli hyvää, kun taas sain kokea iloa meidän tiimistämme. Minulla on ihanat työkaverit, kenen kanssa on mahtavaa tehdä yhdessä työtä. Vaikka välillä on haastavia päiviäkin, niin meidän välinen luottamus ja kannustus auttaa niistä selviämään.

Viikkoanalyysi

Täällä viikolla oli tavoitteena havainnoida lasten osallisuutta ja sitä myös lisätä. Mielestäni aika hyvin meidän ryhmämme lapset pääsevät osallistumaan. Koen, että lapset tulevat hyvin kuulla ja nähdä, erityisesti aikuisen läsnäololla on ollut siihen iso merkitys. Leskisenoja (2019, 166) nostaa esille, että osallisuus on ennen kaikkea kuulla tulemisesta.

Olen jo aikaisemmin käyttänyt paljon kuvia lasten kanssa ja nyt täällä viikolla tein kuvista leikkitaulun, että voisin tukea lasten osallisuutta sen avulla enemmän. Kuvien avulla he pystyvät "kertomaan", mitä haluavat tehdä, millaista leikkiä tai lelua haluavat. Osallisuuden toteutuksessa on lapsen kuuleminen mielestäni kaikista tärkein. Holmström, A. ja Kiittelmä, R. kirjoittavat omassa teoksessaan, että lapsen osallisuuden toteutumisessa lapsen kuuleminen on ensiarvoisen tärkeää, ja ohjaajan rooli merkityksellinen. Ohjaajan tulisi tulkita ja lukea lasta, mutta myös tarttua lasten ehdotuksiin. Osallisuus mielestäni tulee juuri sillä tavalla esille, että lasta kuunnellaan ja lapsi kokee, että häntä on kuunneltu ja huomattu.

Osallisuudessa on tärkeää, että lapset saavat päättää ja valita, mutta vieläkin tärkeämpi on siinä aikuisen rooli, että lapsille ei annettaisi liian vaikeita/haastavia asioita päättää ja valita. Ohjaajan tehtävänä olisi ottaa huomioon lasten ikätaso ja kehitystaso ja myös asettaa rajat, että lapset osaisivat käyttää vapautta valita ja päättää oikein.

Viikko on kuitenkin aika lyhyt aika, että pystyisi saamaan merkityksellisiä muutoksia ryhmään, mutta kuitenkin tästä on hyvä lähteä eteenpäin. Erityisesti haluan hyödyntää lasten luontevuuksia toiminnassa, koska uskon itse siihen, että kun jo lapsi oppi tunnistamaan omia vahvuuksia varhaisessa iässä, niin hän hyötyy siitä myös myöhemmin.

9 Viikko 6

PERMA-teorian viimeisenä elementtinä on saavuttaminen. Leskisenoja (2019, 183) kirjoittaa, että saavuttamisella tarkoitetaan oppimista, onnistumista ja voittamista sekä lapselle itselleen merkityksellisten tavoitteiden ja asioiden nimeämistä ja saavuttamista. Miten se voisi näkyä alle 3-vuotiaiden lasten kohdalla? Miten sitä voisi tukea?

Maanantai 10.10

Perehdyin tänään PERMA-teoriaan viimeiseen elementtiin, joka on saavuttaminen. Leskisenoja (2019, 183) nostaa esille, että jokaisen tulisi saada kokea säännöllisesti tähtihetkiä, koska ne ovat hyvinvoinnin lisäksi myös motivaation, itsetunnon, merkityksellisuuden kokemusten ja toimintaan sitoutumisen kannalta välttämättömiä.

Aikuisilla on tärkeä rooli, miten lapsen onnistumisia huomataan ja miten se tehdään nähdyksi. Leskisenoja (2019, 184) tuo esille erilaisia tapoja, kuten voi hurrata, antaa aplodit, peukuttaa, heittää ylävitosia, halata tai kehua sanallisesti, joskus riittää pelkää hymy, hyväksyvä nyökkäys tai lämmin katse. Tärkeintä on antaa lapselle kokemus siitä, että hänen onnistumisiinsa on huomattu (Leskisenoja 2019, 184).

Viikon aikana pyrin enemmän huomaamaan lasten onnistumisia ja tuoda niitä onnistumisia esille.

Tässä päivässä oli hyvää, kun sain valmiiksi yhden lapsen vasun, jonka kirjoittamista koin isona haasteena. Onneksi sain apua ja tukea varajohtajalta.

Tiistai 11.10

Tänään oli jumppapäivä. Olin etukäteen suunnittelut jumpan, jossa tavoitteena oli harjoitella lasten kanssa tasapainoa. Leskisenoja (2017, 155) kirjoittaa, miten tärkeä on asettaa tavoitteet ja toimia niiden suuntaisesti, koska silloin voidaan saavuttaa jotakin. Jumppa alkaa meillä usein kannustusleikillä, jonka jälkeen siirrymme suorittamaan tasapaino harjoituksia jumpparadalla. Kuitenkin tilanne muuttui ennen jumppaa, kun yksi meidän ryhmämme aikuisista siirtyi toiseen ryhmään auttamaan. Tuli aika nopeasti muokata uudestaan suunnitelma ja ajattelin, että osallistan siihen lapsia. Tasapainojumpasta tuli laululiikunta jumppa, jossa lapset saavat esittää toivelauluja, jonka mukaan liikutaan.

Ennen jumppasalin siirtymistä lapset istuivat ja odottivat meidän ryhmän huoneen lattialla. Olemme usein ennen siirtymistä lorukorttien avulla lorutelleet. Tälläkin kerralla he odottivat sitä, mutta koska olimme aikataulusta vähäsen myöhässä, sanoin lapsille, että otetaan kortit mukaan ja aloitellaan meidän jumppamme niillä lorukorteilla jumppasalissa. Lapset tykkäsivät ideasta ja siirryimme jumppasaliin.

Lorujen jälkeen aloitin kyselemään lapsilta toivelauluja, jonka mukaan tanssittiin ja liikuttiin. Tanssin ja liikkumisen aikana kehuin lapsia heidän suorituksistansa. Tänään yritin enemmän kiinnittää huomioni siihen, miten lapset reagoivat siihen, kun heitä kehuaan. Olen siis paljon kehunut lapsia ja kannustanut, mutta en ehkä kuitenkaan seurannut, miten he reagoivat. Kehuminen ja kannustaminen ovat tulleet niin automaattisesti. Nyt jumpan aikana, kun seurasin tarkkana, niin suurin osa lapsista nauttii niin paljon siitä, kun he saavat kehuja. Joillekin riitti vaan, jos hänelle hymyilee ja näyttää peukkuja. Joillekin taas on tärkeää sanoa sanallisesti, että olitpas sinä taitava. Mutta oli myös lapsia, jotka eivät taas reagoineet mitenkään. He olivat mukana, mutta kun heitä kehuin, niin eivät reagoineet millään tavalla. Tässä tuli itselleni hyvä tavoite viikon seuraavien päivien aikana keskittyä enemmän niihin lapsiin ja tarjota heille sellaista tekemistä, jossa he onnistuvat ja samalla tuon sen nähdäksi kehumalla.

Tässä päivässä oli hyvää, kun huolimatta siitä, että yksi työntekijä siirtyi toiseen ryhmään, onnistuimme luomaan lapsille kivan ja hauskan jumpan. Ja parasta siinä oli, että jumppa oli juuri lasten näköinen.

Keskiviikko 12.10

Aamupäivällä osallistuin Kveon starttiin, joka tarkoittaa siis sitä, että johtaja, alueen erityisopettaja ja toritilamme opettajilla oli yhteinen palaveri, jossa kävimme läpi ryhmämme lapsia ja erityisesti keskustelimme lapsista, joista on huolia.

Palaverin jälkeen siirryin ryhmään, jossa lapset minua jo odottivat. Heti kuin saavuin ryhmään, yksi lapsista jo kaukaa huuteli minulle, että bussilaulu, bussilaulu. Tiesin heti, että nyt tulee pikkuinen lauluhetki ennen ruokailua. Teimme huoneeseen enemmän tilaa ja aloitimme lauluhetken. Aloitimme bussilaululla ja sen jälkeen lauloimme pikku jänö nukkuu laulun. Yllätyin, kun lauluhetkeen osallistui aktiivisesti lapsi, joka ei ole osallistunut syksyn aikana mihinkään toimintaan. En kuitenkaan halunnut pelästyttää hänet sillä, että alan häntä kovasti kehuaan ja tuomaan sitä heti suuresti esille, mutta kuitenkin pidin tärkeänä, että hän saa siitä palautetta. Kun sain hänen katsekontaktinsa, näytin hänelle peukkuja ja hymyilin aluksi. Hän otti sen hyvin vastaan ja hymyili myös. Seuraavan laulun aikana uskalsin jo kehua jo sanallisesti, ja hän otti tämänkin hyvin vastaan ja innostui tanssimaan enemmän. Luluhetken jälkeenkin menin hänelle kertomaan, että ihana kun olit mukana ja että minusta oli kiva laulaa ja tanssia hänen kanssaan. Minun mielestäni hänelle oli tärkeä, että hänen onnistumistansa huomattiin ja että hän sai kehuja.

Tässä päivässä oli hyvää, kun yksi lapsista, joka eilen ei vielä reagoanut kehumiseen ollenkaan, mutta tänään hän vastasi kehumiselle hymyllä.

Torstai 13.10

Olemme lasten kanssa syksyn aikana harjoitelleet pukemista ja riisumista. Päiväkodin päivän aikana niitä tilanteita on paljon, jolloin lapsen tarvitsee pukea ja riisua. Useasti kuitenkin huomaa, että kotona lapset eivät pääse itse sitä harjoittelemaan, koska usein on kiire ja silloin lapsi puetaan ja riisutaan vanhempien puolesta. Huomasin, että päiväkodissakin lapset vaan odottavat, milloin me heidät puetaan tai riisutaan. Syksyn alku oli tavallaan helppo, koska silloin ei tarvinnut paljon pukea eikä riisua, kun vaan takki päälle ja hattu päähän. Nyt kun sää on viilentynyt, on paljon enemmän puettavaa ja riisuttavaa. Olen itse kokenut, että kun on rauhallista ja lapsille annetaan aikaa, sekä että aikuinen on lähellä tukemassa ja sanottamassa, mitä pitäisi tehdä, niin lapset alkavat kyllä itse yrittää pukema ja riisua, mutta kuitenkin heidän yrittämisensä keskeytyy aika pian. Tänään pukemistilanteessa keskityin kehumaan myös pienestäkin yrityksestä ja kannustin kokeilemaan monta kertaa uudestaan. Voin sanoa, että lapset olivat mielissään kehumisesta ja he eivät luovuttanut niin helposti. Kaksi lasta vielä iltapäivälläkin kertoivat, miten he onnistuivat pukemaan itse.

Tässä päivässä oli hyvää, kun saimme tiimin kanssa suunnittelun ideoita marraskuulle. Jotenkin helpottaa omaa työtä, jos on etukäteen valmiiksi suunniteltua toimintaa, koska päivien aikana tilanteet voivat muuttua äkkiä ja henkilökunta voi olla estyneenä.

Perjantai 14.10

Meidän yksi ryhmämme lapsista on siirtymässä toiseen ryhmää syyslomaviikon jälkeen. Kävimme hänen kanssaan tutustumassa toisessa ryhmässä. Häntä jännitti aluksi todella paljon ja hän tarvitsi paljon kannustusta ja rohkaisua, jotta hän uskaltaisi jäädä aluksi uuteen ryhmään leikkimään. Keskustelin hänen kanssaan siirtymisestä tähän ryhmään sekä esittelin uudet kasvattajat ja ryhmän lapset. Monesti sanoin hänelle, että kaikki on hyvin ja että olen hänen kanssaan siellä tutustumassa. Yhdessä katsoimme erilaisia leluja ja kävimme tutustumassa lasten leikkeihin. Yksi pienryhmä oli majaleikissä ja häntä alkoi se myös kiinnostamaan. Rohkaisin häntä lähtemään leikkiin mukaan ja hetken päästä hän leikkikin muiden lasten kanssa. Jäin vielä hetkeksi seuraamaan leikkiä ja sen jälkeen ajattelin hetkeksi poistua. Toisen opettajan kanssa sovittiin, että tulen hetken päästä takaisin. Kun tulin takaisin, kysyin lapselta, että miten on mennyt ja haluaako hän siirtyä takasin meidän ryhmäämme, niin hän halusi vielä jatkaa uudessa ryhmässä. Sanoin hänelle, että se sopii ja tulen hänet hakemaan myöhemmin. Kun lopulta hän oli takaisin omassa ryhmässä, kehuin häntä kovasti, että miten hienosti hänellä meni ja miten rohkea hän oli, kun jäi siihen uuteen ryhmään jo heti leikkimään. Hän oli myös itse siitä todella ylpeä ja kertoi iltapäivällä siitä myös äidille. Mielestäni hän koki tänään onnistumista ja sitä tuki aikuisen kannustaminen ja rohkaiseminen.

Tässä päivässä oli hyvää, kun ope-pedassa yhdessä saimme keskustella arjen haasteista ja työn motivaatiosta. Oli antoisaa keskustelua ja sai toisilta kannustusta.

Viikkoanalyysi

Perehdyin PERMA-teorian viimeiseen elementtiin - saavuttaminen. Leskisenoja (2017, 155) nostaa esille, että PERMA-teorian muut neljä elementtiä tukevat lasten saavuttamista ja suoriutumista. Onnistumiset lisäävät voimakkaita myönteisiä tuntemuksia ja lisäävät onnellisuutta, antavat uutta energiaa ja intoa sekä vahvistavat luottamusta siihen, että tulevaisuudessaakin on mahdollista onnistua (Leskisenoja 2017, 155).

Mielestäni viikko meni hyvin ja lapset saivat kokea viikon aikana erilaisia onnistumisia ja saavuttamisia. Alle 3-vuotiaiden kohdalla mielestäni onnistumisia ja saavuttamisia huomataan herkemmin, koska tiedämme, että he ovat kaikkea vasta harjoittelemassa ja oppimassa. Osaataan pienten lasten kohdalla nosta esille myös todella pienet onnistumiset.

Viikon aikana keskityin paljon kannustamiseen, kiittämiseen ja kehumiseen. Niin kun Leskisenoja (2019, 187) kertoo, että kiittäminen ja kehuminen ovat lapsen onnistumisen ja myönteisen toiminnan sanallistamista. Leskisenoja (2019, 187) nostaa esille, että kuitenkin kiittäminen tulee olla aitoa ja ansaittua. Sitä yritin myös itse viikon aikana seurata, että en ihan asiattomasti lähde kiittämään.

Ehdottomasti aion jatkaa lasten kehumista ja kiittämistä, koska olen tämän viikon aikana huomannut paljon, miten paljon se lasta innostaa ja kantaa.

10 Viikko 7

Alkuperäiseen PERMA-teoriaan on lisätty +H (health), joka tarkoittaa muita hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä, kuten ravitsemus, liikunta, uni ja palautuminen. (Avola & Pentikäinen 2020, 96.) Täällä viikolla keskityn lasten liikkumiseen. Haluan lisätä lasten päiväkodin arkeen liikkumista ja myös havainnoida, miten lapset syövät ja kannustaa lapsia maistamaan erilaisia ruokia. Ryhmässämme on lapsia, jotka mielestäni syövät aivan liian vähän.

Maanantai 17.10

Tänään oli sateinen aamupäivä ja päätimme jäädä aamupäiväksi sisälle leikkimään ja askartelemaan. Jossain vaiheessa näytti siltä, että lapset eivät enää jaksaneet keskittyä ja olivat hien levottomia. Ajattelin tässä kohtaa kokeilla rakentaa lapsille liikuntaradan meidän ryhmähuoneeseemme. Käytin siihen sohvaa, sänkyä ja erilaisia palikoita. Lapset pääsivät kiertämään rataa ja saivat purkaa ylimääräistä energiaa. Lopulta vielä liikuimme ja tanssimme laulujen tahtiin. Hyvin onnistunut liikunta hetki arjen muiden toimintojen välissä, jossa lapset pääsivät purkamaan energiaa ja pystyivät sen jälkeen taas keskittyä toimintaan.

Tässä päivässä oli hyvää, kun saimme yhdessä molempien toritilojen lapset nukkumaan. Meidän yksi työntekijämme sairastui päivän aikana ja kaksi lomailee. Olin aluksi yhdessä nukkarissa auttamassa ja sen jälkeen siirryin toiseen. Hyvin kaikki meni ja lapset sai kaikki nukutettua päiväunille. Pienet lapset tarvitsevat aikuisen silityksiä ja vieressä olemista, niin on tärkeä, että olisi riittävästi aikuisia paikalla.

Tiistai 18.10

Söin tänään lounasta lapsen vieressä, joka pääsääntöisesti eläisi täällä päiväkodissa vaan näkäreillä. Muut ruuat, joita hänelle tarjotaan, hän työntää heti kauemmas. Samaa hän yritti tehdä myös tänään. Vaikka kuinka yritin kannustaa ja rohkaista maistamaan, hän ei suostunut edes ottamaan lusikkaa käteen. Kehuin samalla muita pöydässä istuvia lapsia, miten rohkeasti he maistavat tai miten hienosti syövät. Huomasin, että silloin, kun muut olivat saaneet kehuja, niin hän otti myös lopulta lusikan käteen ja alkoi tutkimaan omaa ruokaansa. Hän ei kuitenkaan tänään vielä maistanut, mutta mielestäni se oli hyvä saavutus ja kehuin hänetkin, miten rohkeasti tutkii omaa ruokaansa ja sanoin, että toivottavasti ensi kerralla uskallat myös maistaa.

Tässä päivässä oli hyvää ja tuotti itselleni paljon iloa, kun huomasin, miten hyvin suurin osa meidän ryhmämme lapsista syö. On siis pari sellaista lasta, jotka tarvitsevat vielä rohkaisua ja kannustusta, mutta suurin osaa kuitenkin syö hyvin.

Keskiviikko 19.10

Usein huomaa, miten huoltajat tuovat ja hakevat lapsensa, niin että lapset istuvat rattaissa tai sylissä. Mielestäni kuitenkin olisi tärkeä myös näin pienillä harjoitella peruskävelyä. Retket ovat hyviä tapoja siihen, miten saa sitä lisättyä. Tänään kävimmekin lasten kanssa kävelyllä. Myös meidän ryhmämme pienimmät saivat hetken harjoitella kävelyä. Innostun liikkumaan materiaalissa (2022, 8) esitellään, että 1-2-vuotias harjoittelee motorisia perustaitoja ja karkeamotoriikkaa juuri kävelyn avulla erilaisilla alustoilla.

Retken jälkeen lapsilla oli nälkä ja kaikille ruoka maistui hyvin.

Tässä päivässä oli hyvää, kun saimme ryhmään sijaisen. Emme olisi muuten voineet lähteä retkelle.

Torstai 20.10

Tiistaina kirjoitin lapsesta, joka ruokailussa onnistui ottamaan lusikan käteen. Täällä viikolla olen paljon keskittynyt siihen, miten saisi hänet edes maistamaan ruokaa. Monta päivää olen kannustanut ja rohkaissut häntä maistamaan. Usein hänen saavutuksensa on ollut vaan se,

että hän ottaa lusikan käteen. Tänään välipalalla, kun olin kehumassa hänen vieressään istuvaa lasta siitä, miten rohkeasti hän maisteli, niin hän myös lopulta maisteli ruokaa. Minusta oli se todella iso saavutus ja kehuin häntä. Hän sai myös maistelun jälkeen valita itselleen tarran, että se muistuttaisi myöhemminkin hänen saavutuksestaan. Tarran saamisen jälkeen hän soi vielä lisää, josta annoin vielä toisen tarran.

On ilo nähdä, miten pienilläkin asioilla on vaikutusta. Silloin kuin aikuinen tietoisesti on läsnä lasten kanssa, kannustaa ja kehuu, sekä huomaa lasten onnistumiset ja saavutukset, niin se tukee paljon lasten oppimista ja kehitystä.

Tässä päivässä oli hyvää, kun näkee oman työn tuloksia ja saa iloita niistä hetkistä. Ne hetket antavat paljon motivaatiota, mutta myös palautetta oman työn onnistumisesta.

Perjantai 21.10

Olemme täällä viikolla käyttänyt toritilojen yhteistä aula tilaa, jossa lapset pääsevät mopoilemaan ja vähän vauhdikkaampia leikkejä leikkimään. Koska tämä tila on neljän ryhmän yhteinen, niin haasteita tuo usein se, että usein siellä onkin jo toisen toritilan ryhmät leikkimässä, vaikka haluaisikin lähteä sinne oman ryhmän kanssa. Olen ajattelut ehdottaa ope-pedassa, että tämän tilan käyttämisestä voisi tehdä tietynlaiset vuorot, että kaikki saisivat käyttää tilaa tasapuolisesti ja voi myös etukäteen suunnitella toimintaa kyseistä tilaa hyödyntäen.

Tämän tilan käyttäminen lisäisi paljon liikkumista lasten arkeen ja olisi hienoa, jos sitä voisi käyttää joka päivä.

Viikkoanalyysi

Viikko meni hyvin ja uskon, että hyvin onnistuin lisäämään lasten arkeen liikkumista. Hyvin mielestäni onnistuin myös liikkumisen lisäämistä askartelujen ja leikkihetkien väliin, että lapset liikkumisen jälkeen taas jaksoivat keskittyä. Kuitenkin on vielä paljon kehitettävää, että liikkumista olisi enemmän. Suositusten mukaan (Innostun liikkumaan 2022, 4) lasten tulisi liikkua päivän aikana vähintään kolme tuntia. Haluaisin jatkossakin erilaisiin toimintoihin lisätä liikkumista. Hyviä hetkiä siihen on erilaiset lauluhetket, siirtymätilanteet ja aulatilassa mopoilut.

Viikon aikana korostui itselleni myös se, miten tärkeä on, että aikuisena pysyy johdonmukaisena. Jos ei onnistu ensimmäisellä kerralla, niin tärkeää on jatkaa yrittämistä. Hyvin tuli se esille, kun lapsia rohkaisee ja kannustaa maistamaan ruokaa, niin loppujen lopuksi monen yrittämisen jälkeen siitä tulee tuloksia ja lapsi maistaa. Hän luultavasti jossain vaiheessa alkaa syömään hyvin.

Haasteellisena koin täällä viikolla, että paljon henkilökunta oli pois, osa lomalla ja osa sairas-tunut. Tuntui siltä, että ei voi mitään suunnitella ja pitää mennä päivä kerrallaan ja yrittää selviytyä. Kuitenkin silti hyvin kaikki sujui ja onnistui, mutta aina kun tulee tieto, että työka-veri pois, niin ajattele heti, että ei tästä selviä ja kaikki on huonosti.

11 Viikko 8

Positiivisen pedagogiikkaan tutustuen ja perehtyen erityisesti PERMA-teoriaan, korostui mo-nessi aikuisen oman hyvinvoinnin tärkeys. Tällä viikolla keskityinkin omaan hyvinvointiin ja sii-hen, miten työpäivistä palautuu. Myös haluan kokeilla, miten onnistun palautumaan työpäivän aikanakin ja millaisia keinoja on, että ei kuormitu.

Maanantai 24.10

Etsin erilaisia aineistoa hyvinvointiin liittyen ja tänään löysin mielestäni hyvän oppaan. Työ-terveyslaitoksen (2016) oppaassa oli mielestäni hyvin avattu, että millaisia piirteitä on hyvin-voivalla ihmisellä. Hyvinvoiva ihminen on rento, ystävällinen ja hyväntuulinen. Hän jaksaa muutakin kuin sen mitä on pakko. Hyvinvoiva ihminen on kiinnostunut muistakin ihmisistä. Hän innostuu asioista ja pystyy keskittymään. Hän kestää kohtuulliset vastoinkäymiset. (Työ-terveyslaitos 2016, 19.) Niitten piirteiden pohjalta voisi päätellä, että olen kuitenkin aika hy-vinvoiva. Jaksamiseen tulisi kuitenkin panostaa, koska viime kuukauden aikana on ollut juuri niin, että en jaksaa paljon muuta, teen vaan, mitä on pakko. Haluaisin kuitenkin tehdä muuta-kin. Itselleni on aina ollut tärkeä osa elämää liikunta ja harmittaa todella paljon, että ei enää jaksaa harrastaa sitä työpäivien jälkeen. Miten voisi sitä lähteä parantamaan? Yritän viikon ai-kana löydä erilaisia keinoja oman hyvinvoinnin parantamiseen ja että työpäivien jälkeenkin jaksaisi tehdä asioita.

Tänään oli hyvää, kuin pääsin iltapäivällä pitkälle kävelylenkille. Lenkin jälkeen oli todella hyvä olo ja paljon energiaa kirjoittaa päiväkirjaa.

Tiistai 25.10

Työterveyslaitoksen (2016, 23) mukaan hyvinvointia ylläpitäviä asioita ovat liikunta ja hyvä ravinto, riittävä uni ja lepo, ihmissuhteet ja perhe-elämä, harrastukset, sopivasti haastava ja sopivasti aika vievä työ. Tänään ajattelin keskittyä liikuntaan ja lepoon. Terveyslaitoksen (2016, 51) mukaan riittävä liikunta ja unesta huolehtiminen on keskeinen keino terveyden yl-läpitämiseksi. Nukunko itse riittävästi? Liikunko riittävästi?

Minulla on käytössä älykello, jonka avulla pystyy seuramaan unta ja unen laatua. Sen mukaan olen nukkunut yöunet hyvin ja laatu on hyvää. Mutta kuitenkin työpäivien jälkeen tuntuu,

että en enää jaksaa liikkua. Työterveyslaitoksen (2016, 51) mukaan työpäivän jälkeinen väsymys voi johtua enemmän aivojen väsymisestä ja elimistön vireyden vähenemisestä. Työterveyslaitoksen (2016, 52) mukaan keinona siihen on vaan se, että lähde vaan liikkeelle, koska se kannattaa. Tästä eteenpäin, vaikka kuinka väsyneenä tunnen itseäni, niin pyrin aina lähtemään.

Tänään oli hyvää, kun luin Työterveyslaitoksen opasta ja sain hyvän neuvon siihen, miten huolimatta väsymyksestä silti lähteä liikkeelle.

Keskiviikko 26.10

Tänään keskityn palautumiseen. Työterveyslaitoksen (2016, 62) mukaan hyvään palautumiseen on monta tietä, tärkeintä on, että kokee irrottautuvansa työstä. Työterveyslaitoksen (2022) mukaan rasituksesta palautunut työntekijä pystyy töissä tekemään enemmän, tarttuu asioihin ja oppii uutta. Lisäksi työpäivän jälkeiselle palautumiselle, kuten liikunta, mieluisat harrastukset ja ystävien tapaamiset, on tärkeä myös palautuminen työpäivän aikana. Työterveyslaitoksen (2022) mukaan palautumista tapahtuu työpäivän aikana lounas- ja kahvitauoilla. Tästä on taas itselleni jotain kehitettävää. Olen aika huono pitämään kahvitakoja. Olen käyttänyt sitä aikaa suunnitteluun, tapaamisiin tai valmisteluun. Mutta nyt koen, että olisi tärkeää oman hyvinvoinnin kannalta pieni kahvitauon hetki keskellä päivää. Lisäksi ennen ja jälkeen Talon kokousta meidän yksikössämme alkoi taukojumppa. Lasten lepoetken aikana kaikilla työntekijöillä on mahdollisuus osallistua. En ole vielä osallistunut, mutta aion osallistua nyt maanantaina. Uskon itse paljon, että sellaisen tauon jälkeen taas jaksaa paljon enemmän pannaan ja keskittymään työhön.

Tänään oli hyvää, kun huomasin itse, miten yksinkertaisilla asioilla pystyy vaikuttamaan omaan hyvinvointiin, kuten kahvitauolla.

Torstai 27.10

Tänään järjestin omaa kalenteria. Olen yrittänyt monesti kirjata koulu- ja työtehtävät kalenteriin, että olisi tietoisuus siitä, mitä ja milloin pitäisi tehdä. Tämä on toiminut hyvin ja ajattelin lisätä nyt kalenteriin myös liikunnan. Lisäksi asioiden etukäteen suunnittelu ja kalenteriin merkitseminen on ennaltaehkäissyt sitä, että ei kuormitu tehtävistä liikaa. Työterveyslaitos (2016, 52) kirjoittaa siitä, että liikunnan kalenteriin merkitseminen tukee ajan löytämistä ja kiinni pitämistä. Haluan itse sitä kovasti uskoa, että se niin on. Olen nyt ainakin kuukaudeksi suunnitellut omat liikuntahetket ja toivon kovasti, että pystyn noudattamaan suunnittelemani.

Tässä päivässä oli hyvää, kun nukuin hyvät yöunet ja jaksoin hyvin koko päivän tehdä töitä eikä tuntunut illallakaan, että olisin väsynyt tai kuormittunut.

Perjantai 28.10

Tänään ajattelin pohtia omaa ruokavaliota. Tiedän hyvin paljon sitä, mitä ja miten pitäisi syödä. Olen osallistunut erilaisilla kursseilla, joissa on käsitelty ravitsemusta ja terveellistä ruokavaliota. Ruokaviraston (2022) sivuilla on hyviä ohjeita siihen, mitä lisätä ruokavalioon ja erityisesti tärkeäksi on nostettu säännöllinen ateriarytmi.

Kuin luin suosituksista, niin huomasin, että aika hyvin niitä noudatan. Suomalaisten ravitsemussuositusten (2014) mukaan lautasmallissa lautasesta täytetään kala-, liha- tai munaruoalle tai palkokasveja, pähkinöitä tai siemeniä sisältävälle kasvisruoalle noin neljännes. Suomalais-ten ravitsemussuositusten (2014) mukaan lautasmallissa perunan, täysjyväpastan tai muun täysjyväviljälisäkkeen osuus annoksesta on noin neljännes. Suomalaisten ravitsemussuositusten (2014) mukaan lautasmallissa lautasesta täytetään kasviksilla noin puolet. Kehitettävää on kuitenkin paljon ateriarytmin säännöllisyydessä. Usein jätän aamupalan väliin ja tuntuu että lounaan ja välipalan väliselle ajalle jää pitkä tauko. Haluan sitä parantaa, että tulisi säännölliset väliajat ja oikea ateriarytmi. Tämä päivä niiden ohjeiden mukaan onnistui todella hyvin ja antoi innostusta jatkaa.

Tässä päivässä oli hyvää, että sain iltapäivällä viettää perheen kanssa aikaa. Terveyslaitoksen (2016, 64) mukaan, läheiset ja toimivat ihmissuhteet voimaannuttavat ja kannustavat kaikessa jaksamisessa.

Viikkoanalyysi

Viikko meni nopeasti ja oli todella antoisa viikko itselleni. Sain paljon uutta tietoa hyvinvoinnista ja siitä, miten sitä voisi itse parantaa. Työterveyslaitoksen (2016) oppaassa on mielestäni todella paljon erilaisia vinkkejä, miten parantaa oma hyvinvointia ja miten omaa työtä voisi helpottaa. Sain sieltä itsellenikin aika monta keinoa, joita jo viikon aikana kokeilin ja jatkan niiden käyttämistä.

Olen jo monesti kirjoittanut siitä, miten minua harmittaa, että en jaksakaan usein työpäivien jälkeen harrastaa liikuntaa. Mutta se on ollut aina itselleni tärkeä osaa elämää ja olen halunnut sitä takaisin. Muuten on oman hyvinvoinnin osalta kaikki mielestäni hyvin, niin juuri liikunta on se, mitä haluan kehittää ja lisätä enemmän. Onneksi sain siihen hyvän vinkin, mitä aion kokeilla. Tämän viikon aikana se onnistui hyvin, niin miksei myöhemminkin.

Viikon aikana korostui itselleni monesti se, että jokaisella olisi tärkeä pysähtyä ja pohtia omaa hyvinvointia. Opettajana tärkeä muistaa oma hyvinvointi ja päiväkirjan alku vaiheessa kirjoitin siitä, että lapsille pystyy opettamaan sitä vasta silloin, kuin voi itse hyvin. Avola ja Pentikäisen (2020, 85) mukaan positiivinen pedagogiikka pohjautuu ennen kaikkea opettajan

asenteeseen ja omaan kokemukseen hyvinvoinnista. Positiivista pedagogiikka on vaikea toteuttaa, jos opettaja itse voi huonosti (Luostarinen & Peltomaa 2016.)

12 Viikko 9

Täällä viikolla perehdyin sensitiiviseen kohtaamiseen. Osallistuin lapsen sensitiivisen kohtaamisen koulutukseen, josta tykkäsin, mutta kuitenkin jäi itselleni sellainen tunne, että en saanut ihan sellaista tietoa, jota menin sinne hakemaan. Viikon aikana luen kirjallisuutta siitä, mitä sensitiivinen kohtaaminen on ja miten sitä voisi edistää omassa alle 3-vuotiaiden ryhmässä.

Maanantai 31.10

Aloitin päivän etsimällä kirjallisuutta lapsen sensitiivisestä kohtaamisesta. Luin erilaisia tutkimuksia ja opinnäytetöitä aiheesta. Samalla yritin kirjoittaa itselleni muistiin erilaisia kirjallisuus vinkkejä, joita voisin lainata kirjastosta ja perehtyä aiheeseen paremmin. Löysin 3 kirjaa aiheesta, jotka tuntuivat mielenkiintoisilta, mutta kirjastossa oli vaan kaksi niistä kirjoista saatavilla.

Tänään oli hyvä päivä, kun löysin mielenkiintoisia tutkimuksia sensitiivisestä kohtaamisesta.

Tiistai 1.11

Kun eilen yritin etsiä erilaisia materiaaleja ja kirjallisuutta aiheesta, niin tänään perehdyin enemmän kirjallisuuden avulla, mitä tarkoittaa lapsen sensitiivinen kohtaaminen. Vaikka on tuttu termi ja tiedän suurin piirtein, mitä se tarkoittaa, mutta haluaisin selvittää, mitä se oikeasti tarkoittaa.

Kalliala (2009, 68-69) kertoo, että lapsen sensitiivisellä kohtaamisella tarkoitetaan aikuisen eläytyvää ymmärrystä lapsen perustarpeita kohtaan. Sensitiivinen aikuinen kohtelee lapsia tasa-arvoisesti ja kunnioittavasti, sekä vastaa lapsen tunnetiloihin antaen lapsille huomiota, emotionaalisen tuen ja turvan. Sensitiivisyys pitää sisällään myös kyvyn lukea lapsen sanattomia ja sanallisia aikomuksia ja aloitteita (Kalliala 2019, 68-69).

Korhonen (2016) omassa tutkimuksessa kirjoitti, että kasvattajan sensitiivisyys vuorovaikutuksen aikana näyttäytyi seuraavissa osa-alueissa:

1. kasvattajan myönteinen äänensävy, myönteiset eleet ja katsekontakti
2. kasvattajan tapa osoittaa lämpöä ja kiintymystä

3. kasvattajan tapa osoittaa kunnioitusta ja arvostusta lasta kohtaan
4. kasvattajan tapa rohkaista ja kehua
5. kasvattajan tapa näyttää tunnistavansa lapsen tarpeet ja huolenaiheet
6. kasvattaja lapsen kuuntelijana ja lapsen viestiin vastaajana

Näihin osa-alueisiin haluaisin keskittyä ja omia tapoja seurata ja havainnoita seuraavien päivien aikana.

Tänään oli hyvää, kun sain haettua kirjastosta kirjan.

Keskiviikko 2.11

Tänään olimme lastenhoitajan kanssa kahdestaan ja lapsiakin oli vähemmän paikalla. Meillä oli retkipäivä, niin ennen retkelle menemistä kävin vaihtamassa lasten vaippoja. Mielestäni ne ovat hyviä ja kiireettömiä hetkiä, jolloin pääse lasten kanssa rauhassa keskustelemaan ja lapsi saa siinä aikana aikuisen huomion ja läheisyyden. Siren-Tiusanen ja Tiusanen (2002, 69) kirjoittavat, että perushoito tilanteisiin on hyvää panostaa, koska ne ovat hyviä hetkiä kasvattajalle kohdata lapsi yksilöllisesti, henkilökohtaisesti ja tarjota lapselle läheisyyttä. Juuri sellaisissa hetkissä näkyy eniten lasten sensitiivinen kohtaaminen mielestäni myös. Lapset tulevat kuuluksi ja nähdyksi.

Tänään oli hyvä, kun retki meni hyviin ja huolimatta sateesta, oli ihana syksyinen lämmin ilma.

Torstai 3.11

Tänään askartelimme lasten kanssa ja siinä hetkessä yritin auttaa ja tukea lasta, samalla myös kehua ja kannustaa. Askartelun idea oli siis laittaa maalia käteen ja paina sillä kädenjälki paperille. Yhden lapsen kohdalla tiesin, että siitä voi tulla haasteellista, koska aikaisemmin hän ei ole antanut sotkea omaa kättä. Ennen kuin aloitin hänen kanssaan askartelun, kerroin hänelle, että mitä tehdään ja miksi. Hänestä tuntui hassulta ajatukselta, että hänen kädenjäljestä tulee isin kuva. Kysyin vielä, että haluako hän kokeilla tehdä ja hän yllätykseksi suostui heti. Uskon, että siihen auttoi minun omaa myönteinen suhtautuminen ja eleet, mutta myös kannustaminen.

Tänään oli hyvää, kun askartelu onnistui. Viikko meni niin nopeasti, että olin unohtanut kokonaan, että tänään on askartelupäivä. Onneksi olimme valmiiksi suunnitellut, mitä me teemme, niin kaikki järjestyi hienosti.

Perjantai 4.11

Olimme juuri tullut lasten kanssa ulkoa sisälle ja odotimme yhdessä ruokailu aikaa. Yksi lapsista kävi monesti ottamassa minun kädestäni kiinni ja yritti saada minut mukaan. Tiesin heti ensimmäisellä yrityksellä, että hän halua lähteä syömään. Sanoin hänellä, että vielä ei ole meidän vuoromme, leikitään vielä vähän aikaa, niin sitten mennään. Hän tuli melkein heti uudestaan yrittämään ja kun sanoin uudestaan, että ei ole vielä meidän vuoromme, niin häntä alkoi kovasti harmittamaan. Samaan aikana käveli ohi toisen ryhmän kasvattaja, joka kovalla äänellä totesi, että lapsi on väsynyt. Tässä ymmärsin, miten tärkeä on tuntee lapsi, että lapsi tulisi ymmärretyksi ja että hänen tarpeisiinsa osattaisi vastata. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2022) mukaan on tärkeä tuntee jokainen lapsi ja sen mahdollistaa mahdollisimman pysyvät vuorovaikutussuhteet.

Hetken päästä olikin meidän vuoromme mennä syömään ja lapsi oli heti taas tyytyväinen ja oma itsensä.

Tänään oli hyvä, kun osallistuin Tunnetaito koulutukseen. Yksi meidän talomme työntekijöistä on kehittänyt kaverin kanssa tunnetaitojen tukemiseen ja tunnistamiseen liittyvää materiaalia ja tänään hän esitteli sitä kaverin kanssa kaikille halukkaille. Pienten kanssa tätä materiaalia voisi hyvin käyttää tunteiden sanottamisessa ja tunnistamisessa. Koulutus oli todella mielenkiintoinen.

Viikkoanalyysi

Viikko meni mielestäni hyvin ja sain paljon uutta tietoa sensitiivisestä kohtaamisesta. Lisäksi koulutuksen, jossa osallistuin syksyn alussa, sisältö aukesi paremmin. Ymmärrän, miksi koulutuksessa puhuttiin paljon empatiasta, vuorovaikutuksesta ja osallisuudesta. Empatian avulla pystyy parhaiten tunnistamaan lasten tunteet ja tarpeet. Empatia auttaa vuorovaikutuksessa samastumaan ja toinen nähdään juuri sellaisena kuin hän on (Varhaista aikaa 2018). Varhaista aikaa (2018) blogissa kirjoittaja nostaa esille vielä, että empaattisuuden liittyä tunnetilojen aistiminen, ymmärtävä kuunteleminen ja kyky tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa ja nämä liittyvät myös hyvään kohtaamiseen, vuorovaikutukseen.

Lisäksi oli mielenkiintoista lukea Niemisen opinnäytetyötä, jossa hän ensinnäkin selvitti, mitä varhaiskasvattajien mielestä tarkoittaa lapsen sensitiivinen kohtaaminen. Hyviä ja mielenkiintoista oli lisäksi lukea varhaiskasvattajien mielipiteitä siitä, mikä mahdollistaa lapsen sensitiivisen kohtaamisen ja mitkä tekijät ovat esteenä. Nieminen (2019,21) esitti omassa työssä sensitiivisen kohtaamisen avaintekijänä: sopivan kokoinen ryhmä ja kiireettömyys, henkilökunnan riittävä määrä ja työntekijöiden pysyvyys. Niiden pohjalta voin sanoa, että meidän ryhmäsämme on hyvä tilanne ja kaikki tekijät vaikuttaa positiiviselta. Esteitä lapsen sensitiiviselle

kohtaamisen toteutumiselle ei ole. Meidän ryhmämme on mielestäni sopivan kokoinen ja pyritään yhdessä siihen, että olisi kiireetön ilmapiiri. Myös koen, että vaikka henkilökunnalla on sairauspoissaoloja, niin on meitä ollut riittävästi ryhmässä.

Viikon aikana totesin, että alle 3-vuotiaitten kohdalla sensitiivistä kohtaamista edistää parhaiten aikuisen läsnäolo arjessa, kiireettömyys, aikuisen empaattisuus ja sensitiivisyys.

13 Viikko 10

Viime viikolla perehdyin lapsen sensitiiviseen kohtaamiseen ja yritin löytää tapoja sitä edistää. Viikkoanalyysissä totesin, että sitä edistää aikuisen läsnäolo, kiireettömyys, aikuisen empaattisuus ja sensitiivisyys. Täällä viikolla panostan edistäviin tapoihin ja samalla kehitän itsessäni empatiakykyä. Pystyykö sitä edes kehittämään? Entä sensitiivisyyttä?

Maanantai 7.11

Päivä alkoi Vasu keskustelun merkeissä. Olin sitä keskustelua jännittänyt, mutta se meni mielestäni hyvin ja huoltajan kanssa saimme todella mukavasti keskustella lapsen tarpeista ja tavoitteista oppimiselle ja kehitykselle.

Keskustelun jälkeen siirryin lapsiryhmään, jossa lapset olivat leikkimässä. Osa lapsista oli leikkimässä autoilla ja osaa rakensi palikoilla. Kaksi lasta oli taas leikkimässä kotileikissä. Kun yksi lapsista huomasi minut, niin hän pyysi minut mukaan hoitamaan vauvaa. Menin leikkiin mukaan ja leikkimme kauan. Hoidimme vauvoja, teimme ruokaa, kävimme kaupassa, nukuimme, lauloimme. Oli todella kiva ja hauska leikki. Emme edes huomanneet, että kello on sen verran, että olisi ollut ulkoilun aika. Hyvin onnistunut kiireettömyyden ja aikuisen läsnäolon edistäminen. Ja lapset nauttivat siitä, että aikuinen oli mukana heidän leikissään ja lapsetkin saivat tuntemuksen, että he ovat tärkeitä ja heidän tekemisensä on tärkeää. Ahonen (2017, 72) kirjoittaa siitä, että sensitiivisellä aikuisella on aikaa pysähtyä ja osoittaa lapselle, että lapsen kokemus on aikuiselle tärkeä.

Tiistai 8.11

Tänään perehdyin empaattisuuteen.

Empatiaa tarvitaan kaikissa ihmissuhteissa ja vuorovaikutuksessa. Empaattinen ihminen tunnistaa toisen tunteita, tarpeita, tavoitteita ja viestejä, niin sanattomia ja kehollisia viestejä, eleitä ja ilmeitä. (Suomen mielenterveysseura.)

Koskinen, Lindroth ja Nikulainen (2021) kirjoittavat, että empaattiseen kohtaamiseen liittyy sensitiivisyyden käsite, joka tarkoittaa kykyä reagoida lapsen tunteiden tasolla.

Itse koen, että olen aika empaattinen ihminen, välillä ehkä liiankin. Mutta kuitenkin on se hyvä ja tärkeä osaaminen varhaiskasvatuksessa ja erityisesti alle 3-vuotiaiden kanssa työskennellessään. Pienet tarvitsevat aikuisen, joka pystyy heitä ymmärtämään.

Huvikseni tein vielä testin, kuinka empaattinen olen. Testi löytyy empathy.fi sivulla. Minun tulokseni oli: Olet empatian supersankarit Flexy ja Feely! Vahvuutesi on sekä käytösempatia että tunne-empatia. Supersydämesi kantaa muidenkin riemut ja murheet. Empatiasi näkyy myös rohkeina tekoina. Tartu siis toimeen empaattisen maailman puolesta! (Empathy movement 2022)

Keskiviikko 9.11

Kuin eilen perehdyin empatiaan, niin tänään ajattelin etsiä tietoa siitä, pystyykö empatiataitoja oppimaan?

Eilen kuin luin Suomen mielenterveysseuran sivuilta empatiasta, niin siellä myös luki se, että empatiaa voidaan oppia koko elämän ajan. Lisäksi luin haastattelua empatiasta, jossa kysymyksiin vastasivat filosofi ja empatiakirjailija Elisa Aaltola sekä Helsingin yliopiston tutkijatohtori Antti Rajala. He molemmat kertoivat, että empatiaa voi kehittää ja sitä voi oppia. Rajala (Empathy movement 2022) kertoi siitä, että on erilaisia harjoituksia, jotka kehittävät kykyä empatiaan ja myötätuntoon, tavoitteena on juuri oppia huomaamaan toisten tarpeita ja kehittää välittämistä toisista. Aaltola (Empathy movement 2022) lisäsi vielä, että lisäksi harjoituksilla, tiedon lisäämisellä voi kasvattaa empatiaa.

Torstai 10.11

Tänään aloitin tekemään erilaisia harjoituksia empatian kehittämistä varten. Viitottu rakkaus sivuilta löytyy mielenkiintoinen harjoituspaketti, jossa on erilaisia tehtäviä ja julisteita empatiasta. Oli mielenkiintoista; sai paljon myös itse pohtia, mitä missäkin tilanteessa sanoo tai tekee. Materiaalista löytyi myös kiva juliste empatia rakennuspalikat, jota mielestäni on hyvä aina seurata ja siinä samalla kehittyä empatiakyky. Hyvin helppo ja yksinkertainen. Viitottu rakkaus (2022) mukaan empatia rakennuspalikat ovat:

Kysy toiselta, kuinka hänen päivänsä on sujunut

Tutustu ihmiseen, jonka kanssa et ole aikaisemmin puhunut

Kysy toiselta ihmiseltä neuvoa ongelmaan, joka sinulla on

Kuuntele kun joku puhuu, älä keskeytä

Keskustele toisen ihmisen kanssa, jolla on eri mielipide sinun kanssasi johonkin asiaan.

Jos näet jonkun, joka on surullinen, kysy voitko auttaa

Opi tuntemaan toinen ihminen paremmin. Kysy mistä hän pitää tai mitä hän harrastaa. Kysy yksi asia lisää hänen pitämästään asiasta viitenä seuraavana päivänä.

Huomaa milloin olet tehnyt virheen ja loukannut toista ihmistä sanoin tai teoin. Mitä voisit tehdä toisin?

Mitä voisit tehdä nyt kun toinen on loukkaantunut sinulle?

Tarjoo apuasi toisille ihmisille

Tutustu uusiin ihmisiin ystäväpiirisi ulkopuolelta

Kun kuulet puhuttavan ongelmasta tai huolesta joka toisella ihmisellä on, kuvittele miltä sinusta tuntuisi olla samassa tilanteessa kuin hän. Mitä tekisit?

Ajattele toisia ihmisiä ennen kuin puhut

Mikä on ollut sellainen tilanne, jossa et ole voinut olla empaattinen? Miksi?

Piirrä kuva tai lyhyt sarjakuva, jossa tapahtuu jokin tilanne missä näkyy empatiaa.

Kirjoita runo tai tarina, jossa on empatiaa.

Perjantai 11.11

Tänään etsin keinoja sensitiivisyyden kehittämiseksi. Vaikka itse koen olevani sensitiivinen, niin silti sitä voisi kehittää. Blogissa (Varhaista aikaa 2018) kirjoittaja muistuttaa, että jos toimit tai pyrit sensitiiviseksi kasvattajaksi, on tärkeä pitää huolta itsestään, että jaksaa pitää huolta muista. Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen nousi esille myös positiivisessa pedagogiikassa. Jos ei voi itse hyvin, niin se myös heijastuu lapsiin. Tärkeä muista aina!

Blogissa (Varhaista aikaa 2018) oli myös erilaisia keinoja, miten sensitiivisyyttä voi kehittää. Keinoja olisivat oman toiminnan videointi ja reflektointi, PACE-asette, positiivinen pedagogiikka, AES-mittari. Koin mielenkiintoisena PACE-asetteen.

PACE tarkoittaa: leikkisyys (Playfulness), hyväksyntä (Acceptance), uteliaisuus (Curiosity), empatia (Empathy). Menetelmän on Suomeen tuonut psykologi Pirjo Tuovila. Menetelmän ideana on, että kasvattaja ei tuomitse ja on tukemassa lapsen kokemuksia tapahtumista. Kasvattaja on ymmärtämässä ja osoittamassa empatiaa. Tarvittaessa sanoittaa tunteita ja välittää lapsille iloa, avointa ja lämmintä suhtautumista. (Varhaista aikaa.)

Viikkoanalyysi

Kiireettömyyden ja läsnäolon edistäminen ryhmässä onnistui hyvin. Kiireetön ilmapiiri ja toiminta vaikuttaa positiivisesti niin lapsiin kuin myös aikuisiin. Kiireettömyyden edistämistä jatkan jatkossakin ja se on, mihin tiimin kanssa pyritään.

Tällä viikolla perehdyin enemmän empatiaan ja siihen, miten sitä voisi itsessäni kehittää. Sain paljon tietoa empatiasta ja tein erilaisia harjoituksia. Lisäksi tein testin, jonka avulla selvisi, miten empaattinen olen. Empatian oppiminen ja kehittäminen kannattaa, koska sitä taitoa tarvitaan kaikissa vuorovaikutustilanteissa. Empatia auttaa vuorovaikutuksessa samastumaan ja toinen nähdään juuri sellaisena kuin hän on (Varhaista aikaa 2018).

Viikon aikana luin myös vinkkejä, miten sensitiivisyyttä voi kehittää. Löytyi monta erilaista menetelmää ja itse tulen tulevaisuudessa käyttämään varmasti positiivista pedagogiikka ja PACE-asennetta. Pace-asenteen tulisi varmasti enemmän perehtyä, mutta positiivinen pedagogiikka onnistuu hyvin. Varhaista aikaa (2018) blogissa kirjoittaja nostaa esille, että kiinnittäessämme huomiomme hyvään, niin silloin näemme mahdollisuuksia ja toivoa, samalla hyvä vahvistuu ja on positiivinen vaikutus tunteisiin ja toimintaan.

14 Yhteenveto ja pohdinta

Asetin opinnäytetyöni tavoitteeksi vahvistaa omaa osaamista alle 3-vuotiaiden pedagogiikasta sensitiivisen kohtaamisen ja positiivisen pedagogiikan menetelmiä käyttäen. Päiväkirjan aikana perehdyin ja opin teoretietoa sensitiivisestä kohtaamisesta ja positiivisesta pedagogiikasta sekä otin käyttöön niihin liittyviä menetelmiä käyttöön. Lisäksi opinnäytetyön aikana olen oppinut itse huomanaan ja keskittymään hyvään. Aloitin päiväkirjan kirjoittamisen alussa kiinnittää töissä huomioon hyvään ja kirjoittanut jokaisen työpäivä jälkeen, että mitä oli tässä päivässä hyvää ja miksi. Jos töissä kiinnittää huomioon hyvään, niin se yleensä tarttu ja jos itse pyrki näkemään hyvää ja positiivista, niin se lisää jaksamista. Mielestäni 10 viikon aikana on oma jaksaminen lisääntynyt ja jos ajattele menneille viikoille, niin päällimmäisenä nouse muistiin juuri hyvät ja positiiviset kokemukset ja tapahtumat.

Ensimmäisten viikkojen aikana perehdyin positiivisen pedagogiikkaan ja erityisesti PERMA-teoriaan. Uskon, että onnistuin hyvin PERMA-teorian elementtien avulla edistämään lasten hyvinvointia ja lisäämään positiivista pedagogiikka omaan toimintaan. Tutustuin PERMA-teorian jokaiseen elementtiin viikko kerrallaan ja jokaiselle viikolle oli tavoite elementtiä hyödyntämällä, kuten vahvistaa lasten myönteisiä tunteita, vahvistaa lasten kykyä keskittyä ja uppoutua, välittää, tukea osallisuutta ja saavuttamista. Viikoille asetettu tavoitteissa onnistuin hyvin ja vaikka oli lyhyt aikaa nähdä merkityksellisiä tuloksia ja hyötyjä, niin silti huomasi sitä,

että kun olin aamulla lapsia vastaan ottamassa, he tulivat mielellään ja iloisina hoitoon. Mielestäni se on juuri hyvä merkki siitä, että he tuntevat olon turvalliseksi ja että he kokevat olevansa odotettuja ja tärkeitä. Leskisenoja (2019, 65) kirjoittaa, että myönteisillä tunteilla tarkoitetaan iloa, mielihyvää, onnellisuutta ja turvallisuuden tunnetta.

Viikkojen aikana korostui aikuisen läsnäolo merkitys. Läsnäololla olen pystynyt luomaan lapsiin hyvät ja välittävät suhteet. Läsnäololla on vaikutus siihen, että pystyn panostamaan kohtaamisiin ja mikrohetkiin. Leskisenoja (2019, 114) myös nostaa esille, että vaikka pedagogisen toiminnan suunnitelmallisuus on tärkeä, mutta se ei voi johtaa siihen, että lapsiryhmä on ilman opettajan läsnäoloa ja asiantuntemusta. Läsnäololla on ollut isoin merkitys siihen, että lapset ovat tulleet kuuluksi ja nähdyksi ja sitä kautta olen pystynyt huomamaan lasten onnistumisia, kehdottanut heitä, kannustanut ja lapset ovat päässeet osallistumaan ja vaikuttamaan.

Päiväkirjan aikana keskityin lisäksi lasten hyvinvoinnin edistämiseksi myös oman hyvinvoinnille. Niin positiiviseen pedagogiaan, kun myös sensitiiviseen kohtaamiseen perehtyen nousi esille kasvattajan omaa hyvinvointi. Blogissa (Varhaista aikaa 2018) kirjoittaja muistuttaa, että jos toimit tai pyrit sensitiiviseksi kasvattajaksi, on tärkeä pitää huolta itsestäni. Positiivista pedagogiikka on vaikea toteuttaa, jos opettaja itse voi huonosti (Luostarinen & Peltomaa 2016).

Päiväkirjan viimeisten viikkojen aikana perehdyin sensitiiviseen kohtaamiseen. Alle 3-vuotiaiden kohdalla sensitiivistä kohtaamista edistää parhaiten aikuisen läsnäolo arjessa, kiireettömyys, aikuisen empaattisuus ja sensitiivisyys. Näihin edistäviin tapoihin onnistuin hyvin panostamaan, ja samalla oppisin keinoja kehittää omaa empatiaa ja sensitiivisyyttä.

Päiväkirjan aikana keskustelin paljon oman tiimin kanssa omista havainnoinnista ja oppimista asioista. Hyviä ja antoisia keskusteluja positiivisesta pedagogiikasta ja sensitiivisestä kohtamisesta ja niiden merkityksestä tuli muidenkin alle 3-vuotiaiden ryhmien työntekijöiden kanssa arjessa ja ope-pedassa. Tiedon, kokemusten jakamista ja kannustamista muille työyhteisössä oli yksi tärkeämpiä odotuksia toimeksiantajalla ja tämä tuli hyvin toteutetuksi.

Sain toimeksiantajalta pelkästään hyvää ja positiivista palautetta. Hän kertoi, että opinnäytetyö on mitä oivallisin opas työuran alussa oleville työntekijöille ja ihan koko työyhteisölle esim. käsiteltäessä sensitiivistä kohtaamista tai positiivista pedagogiikkaa. Hän lisäsi, että opinnäytetyössä kerrotaan lyhyesti ja ytimekkäästi asiat ja kirjoittajan omat näkemykset vahvistat niiden vahvaa ja tärkeää käytön merkitystä varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyöni hänen mielestään kuvaa erittäin hyvin varhaiskasvatuksen toimintaa ja tilaa nykypäivän Helsingissä alle 3v lapsiryhmissä.

Hän myös tuo esille, että yhteistyö ollut avointa ja sensitiivistä. Kohtaamiset ovat olleet erittäin positiivisia. Toimeksiantajan mielestäni minulla on vahvaa osaamista toimia yhteistyössä

niin asiakkaiden, henkilökunnan, kuin yhteistyötahojen kanssa empaattisesti, kaikki tasavertaisesti huomioiden.

Uskon itse vahvasti, että positiivisella pedagogiikalla ja sensitiivisellä kohtaamisella on tärkeä rooli alle 3-vuotiaiden pedagogiikassa. Olen saanut paljon sellaisia toimintatapoja ja tietoa oman osaamiseen, että olen mielestäni täällä hetkellä paljon parempi varhaiskasvatuksen opettaja, kun olin ennen. Olen paljon varmempi omassa toiminnassa, koska olen oppinut paljon teoretietoa ja samalla hyödyntänyt sitä omassa työssä sekä nähnyt, miten hyvin toimii niin PERMA-teorian elementit, kun myös sensitiivinen kohtaaminen lasten hyvinvoinnin edistämässä. Osaan hyvin perustella omaa tapaa toimia ja kannusta muitakin.

Tulen itse jatkossa käyttämään ja hyödyntämään omassa työssä positiivista pedagogiikkaa ja lapsia kohtades olemaan sensitiivinen ja empaattinen. Olen itse vakuuttunut niiden merkityksestä ja odotan, millaisia hyviä ja positiivisia tuloksia on vielä tulossa ryhmässämme.

Lähteet

Painetut

Ahonen, L. 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Ps-kustannus.

Ahonen, R. & Roos, P. 2021. Untovikot. Ps_Kustannus

Avola, P. & Pentikäinen, V. 2020. Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. PEEhappy Publishing oy.

Kalliala, M. 2009. Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa? Helsinki: Yliopistopaino.

Leskisenoja, E. 2017. Positiivisen pedagogiikan työkalupakki. Jyväskylä: PS-kustannus

Leskisenoja, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Sähköiset

Empathy movement. 2022. Haastattelu empatiasta. Myötätuntoa voi myös harjoitella - Tutkijat kertovat, miten empatiataitojaan voi kehittää. viitattu 09.11.2022. <https://empathy.fi/2019/08/09/tutkijat-kertovat-miten-empatiataitojaan-voi-kehittaa/>

Holmström, A. & Kiittelmä, R. Lapsen osallisuutta edistämässä. Viitattu 7.10.2022. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/139643/Lapsen%20osallisuutta%20edistamassa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Innostun liikkumaan. 2022. Motoriikkaan haasteet varhaiskasvatuksessa. viitattu 21.10.2022. https://innostunliikkumaan.fi/wp-content/uploads/2020/02/Motoriikan_haasteet_netti.pdf

Korhonen, S-T. 2016. Kasvattajan sensitiivisyys vuorovaikutuksessa lapsen kanssa päiväkodin ohjatun toiminnan aikana. Varhaiskasvatustieteen kandidaatintutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. viitattu 1.11.2022 <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/49722/URN:NBN:fi:juu-201605112495.pdf?sequence=1>

Koskinen, S. Lindroth, A & Nikulainen, M. 2021. Kiusaamisen ennaltaehkäisy varhaiskasvatuksessa. Opas työntekijöille lapsen empaattisesta kohtaamisesta. viitattu 09.11.2022. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/505272/OPPARI%20palautusversio1.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Nieminen, K. 2019. Aikuisen sensitiivisyys lapsen kohtaamisessa varhaiskasvatuksessa. viitattu 31.10.2022. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/166111/Opinn%c3%a4ytety%c3%b6.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Ruokavirasto. 2022. Aikuiset. viitattu 28.10.2022. <https://www.ruokavirasto.fi/elintarvikkeet/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemus--ja-ruokasuositukset/aikuiset/>

Ruokavirasto.2014. suomalaiset ravitsemussuositukset. viitattu 28.10.2022. https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/kuluttaja-ja-ammattilaismateriali/julkaisut/ravitsemussuositukset_2014_fi_web_versio_5.pdf

Opetusalan Ammattijärjestö 2020. Opettajana varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Viitattu 23.08.2022. [Opettajana varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa \(oaj.fi\)](#)

Opetushallitus. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022. Viitattu 23.08.2022. [Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteet | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)

Suomen mielenterveysseura. 2022. Vuorovaikutustaitoja voi oppia. Viitattu 08.11.2022. <https://mieli.fi/vahvasta-mielenterveyttasi/ihmissuhteet-ja-vuorovaikutus/vuorovaikutustaitoja-voi-oppia/>

Työterveyslaitos. 2022. Uni ja palautuminen. viitattu 27.10.2022. <https://www.ttl.fi/teemat/tyohyvinvointi-ja-tyokyky/elintavat/uni-ja-palautuminen>

Työterveyslaitos. 2016. Voima arkeen. viitattu 25.10.2022. https://issuu.com/tyoterveyslaitos/docs/voimaa_arkeen

Varhaista aikaa. 2018. Kasvattajan sensitiivisyys. viitattu 05.11.2022. <http://varhaista-aikaa.blogspot.com/2018/04/kasvattajan-sensitiivisyys.html>

Varhaista aikaa. 2018. Pedagogisen sensitivisyyden haasteita sekä kehittämisenkeinoja. viitattu 11.11.2022. <https://varhaista-aikaa.blogspot.com/2018/04/pedagogisen-sensitiivisyyden-haasteita.html>

Viitottu rakkaus. 2022. Empatian supersankari harjoituspaketti. viitattu 10.11.2022. <https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/empatian-supersankari-harjoituspaketti.pdf>

Kuviot

Kuvio 1: Varhaiskasvatuksen opettajan sidosryhmät.....	8
--------------------------------------------------------	---