



Lapsen itsetunnon vahvistaminen varhaiskasvatuksessa pienryhmätoiminnan keinoin

Veera Parviainen

Opinnäytetyö, AMK
Tammikuu 2023
Sosionomin tutkinto-ohjelma

Parviainen, Veera

Lapsen itsetunnon vahvistaminen pienryhmätoiminnan keinoin

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Tammikuu 2023, 36 sivua.

Sosionomin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK

Julkaisun kieli: suomi

Verkkojulkaisulupa myönnetty: kyllä

Tiivistelmä

Varhaiskasvatuksen tehtävänä on turvata lapsen turvallinen kasvu ja kehitys. Lapsen kehittyessä hyvä itsetunto on merkittävä edellytys sille, että lapsi oppii arvostamaan itseään ja muita ihmisiä. Lapsen itsetunnon tukemisessa varhaiskasvattajilla on merkittävä osuus ja vastuu. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) on kuvattu yhtenä tärkeänä osa-alueena tunnetaidot, joiden kautta myös lasten itsetuntoa pyritään vahvistamaan ja kehittämään.

Tämä opinnäytetyö oli tutkimuksellinen kehitystyö. Toteutettu tutkimus oli kvalitatiivinen, jonka tarkoituksena oli selvittää varhaiskasvattajien ajatuksia liittyen itsetuntoon ja sen vahvistamiseen sekä testata Epilepsialiiton toteuttamaa ”Minusta tulee isona”-kerhomallia 4 – 5-vuotiaiden lasten pienryhmässä. Tutkimus koostui varhaiskasvattajille lähetetyistä sähköpostikyselyistä sekä pienryhmätoiminnan toteuttamisesta ja sen havainnoinnista.

Tutkimustulosten pohjalta voitiin todeta, että itsetunnon arviointi itsessään on haastavaa mutta pienryhmätoiminnalla voi olla merkitystä itsetuntoon, vaikka syy-seuraussuhdetta ei voi arvioida lyhyellä aikavälillä. Varhaiskasvattajat toivat esille tärkeinä itsetunnon tukemisessa lapsen yksilöllisen kohtaamisen, kannustamisen, tunnetaitojen vahvistamisen sekä yhteistyön vanhempien kanssa. Haasteena he kokivat resurssien puutteen, mikä heijastuu suurina ryhmäkokoina ja riittämättömänä henkilöstönä. Pienryhmätoiminnan aikana havainnoitiin lasten mielenkiintoa, osallistumista ja ryhmädynamiikkaa. Jokainen lapsi osallistui toimintaan ja toiminnan aikana voitiin nähdä lasten yksilöllisiä eroja. Ryhmänä lapset pystyivät keskittymään hyvin toimintaan ja vuorovaikutus ryhmässä oli aktiivista. Pienryhmätoiminta onnistui hyvin ja tätä samaa kerhomallia on mahdollista toteuttaa ja kehittää edelleen.

Avainsanat (asiasanat)

Varhaiskasvatus, itsetunto, tunnetaidot, lapset, pienryhmät

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

Parviainen, Veera

Strengthening child's self-esteem in early childhood education using small group activity methods.

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, January 2023, 36 pages.

Bachelor of social services. Bachelor's thesis

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

One of the main missions in early childhood education is to provide a safe and healthy environment for the child to grow and develop. Opetushallitus has brought up emotional skills as a very important section in Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022). This section also includes supporting a child's self-esteem.

Thesis has been done as a research development work. Research has been qualitative, and the purpose was to test a "When I grow up, I'll be"- small group model created by Epilepsy association. The small group was executed in a 4–5-year old's day care group. The children in the small group were 5-year-olds. Research included empirical email questionnaire for childhood education workers and observing child's attending and behavior in the small group activities.

Research results showed that even though self-esteem is a hard target to evaluate and the cause-and-effect relationship cannot be evaluated in this short period of time, the small group activities can be beneficial for children's self-esteem. As an important tool to support a child's self-esteem in a day care the workers mentioned acknowledging child's individuality, encouraging, improving socio-emotional skills and good cooperation with the parents. However, in early childhood education work fields there are many things that can decrease the possibility to arrange small group activities although it would be beneficial for the children in the group. The factors that can make arranging the groups difficult are for example large child groups, employee turnover and lack of resources.

During the small group activities the aspects that were observed were child's interest, participation and group dynamics. All the children were interested and participated well in the small group activities. The length of the group activity needed to be short enough so the children may pay attention. As a group the children were able to concentrate and work well together. Overall, the small group activity was successful, and it would be possible to use the small group activity model in other groups too.

Keywords/tags (subjects)

Early childhood education and care, self-esteem, emotional skills, children, small groups

Miscellaneous (Confidential information)

Sisältö

1	Johdanto	5
2	Itsetunto	6
2.1	Itsetunnon osa-alueet	8
2.2	Tunnetaidot	10
2.3	Osallisuus ja erilaisuuden ymmärtäminen	12
3	Itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa	13
4	Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ja tavoitteet	15
5	Tutkimuksen toteutus	16
5.1	Sähköpostikyselyt.....	16
5.2	Strukturoitu pienryhmätoiminta	17
5.3	Pienryhmätoiminnan sisällöt ja teemat	18
5.4	Aineiston analysointi	20
6	Tulokset	22
6.1	Varhaiskasvattajien näkemykset.....	22
6.2	Pienryhmätoiminnan havainnot	24
7	Pohdinta	27
7.1	Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset	27
7.2	Luotettavuus ja eettisyys	30
8	Kehittämisehdotuksia	31
	Lähteet	33
	Liitteet	37
	Liite 1. Alkuhaastattelu kysymykset	37
	Liite 2. Loppuhaastattelu kysymykset	38
	Liite 3. Saatekirje vanhemmille	39

Taulukot

Taulukko 1.	Varhaiskasvattajien näkemyksiä lapsen itsetuntoa vahvistavista tekijöistä.....	21
Taulukko 2.	Varhaiskasvattajien näkemykset haasteista itsetunnon tukemisessa	21
Taulukko 3.	Lasten havainnointien asteikko	22
Taulukko 4.	Pienryhmäkertojen osallistujat	24
Taulukko 5.	Toimintakertojen havainnointien tulokset.....	26

1 Johdanto

Itsetunto on jokaisen ihmisen elämään vaikuttava tekijä. Hyvälle itsetunnolle rakennetaan pohja jo varhaisessa lapsuudessa. Samalla tavalla kuin lapsi kasvaa aikuiseksi monen eri vaiheen kautta, myös itsetunto muuttuu ja kehittyy matkan varrella. Lapsuudessa luodaan itsetunnon pohja, jota pyritään vahvistamaan perheen ja oman yhteisön sisällä. Yhteiskunnan merkitys yksilön itsetuntoon on hankala arvioida, koska se on riippuvainen jokaisen subjektiivisesta kokemuksesta. Teini-iässä itsetunto saattaa horjua ja nuoret voivat kokea olonsa epävarmaksi vertaistensa seurassa. (Keltikangas-Järvinen 2017, 30.) Epävarmuuden ja ryhmään kuuluvuuden takia on yleistä erilaiset kokeilut. Lapsuudessa rakennetulla itsetunnolla voi olla suuri merkitys yksilön tulevaisuudessa.

Viime vuosina lasten tunnetaidot ja kaveritaidot ovat nousseet keskiöön varhaiskasvatuksessa ja niihin on alettu syventyä. Itsetunto on kuitenkin edelleen sellainen asia, jota ei voida liikaa tuoda esille ja tämän takia on oleellista ja ajankohtaista tehdä siitä tutkimusta. Itsetuntoa on haastavaa tutkia, koska se ei ole yksiselitteinen vaan siihen vaikuttavat useat tekijät. Tiedetään kuitenkin, että itsetunto vaikuttaa yleiseen hyvinvointiin ja mielialaan ja sillä on pitkäaikaiset vaikutukset (Keltikangas-Järvinen 2017, 40). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden arvoperustassa on kuvattu ihmisenä kasvaminen. Varhaiskasvatuksessa ihmisenä kasvaminen näkyy siinä, että pyritään kasvattamaan lasta niin että hän uskoo itseensä, osaa toimia ryhmässä ja omaa tunne- ja turvataitoja. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 20.) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa käsitellään myös turvallisuuden merkitystä lapsen elämässä ja turvallisten aikuisten merkitystä toimia tukena tunteiden tunnistamisessa ja käsittelyssä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 25–26.)

Opinnäytetyön aiheena on lapsen itsetunnon vahvistaminen. Opinnäytetyö koostuu varhaiskasvatustajille suunnatusta kyselyistä ja pienryhmätoiminnasta. Kyselyssä kartoitettiin varhaiskasvatustajien näkemyksiä itsetunnosta ja sen vahvistamisesta. Pienryhmätoiminnassa testattiin Epilepsialiiton ”Minusta tulee isona”-hankkeessa tuotettua pienryhmäkerhomallia. Epilepsialiitossa toteutettiin ”Minusta tulee isona”-hanke vuosina 2018–2019. Hankkeen ajatuksena on ollut vahvistaa epilepsiaa sairastavan lapsen itsetuntoa, lisätä epilepsiatietoisuutta, vähentää kiusaamista ja syrjäytymisen kokemusta. (Minusta tulee isona-kerhon käsikirja. N.d.) Hanke on lähtenyt epilepsiaa sairastavien parista, mutta myös perusterveillä lapsilla on samalla tavalla haasteita itsetuntoon ja omakuvaan liittyen.

Tutkimuksen toiminnallisessa osuudessa toteutettiin strukturoitua pienryhmätoimintaa eräässä päiväkodissa 5-vuotiaiden ryhmässä. Ryhmässä keskityttiin nimenomaan itsetunnon vahvistamiseen ja erilaisuuden ja samanlaisuuden käsittelyyn yleisesti, eikä epilepsia ollut keskiössä. Epilepsialiitto ei toimi toimeksiantajana, vaikka tutkimukseen liittyy heidän materiaalinsa. Epilepsialiitto saa tutkimuksen myötä lisää tietoa pienryhmätoiminnan toimivuudesta erilaisissa ryhmissä. Tiedonhankinnassa on käytetty apuna erilaisia tietokantoja kuten ProQuest, Finto, Sage Journal ja Journal.fi.

2 Itsetunto

Itsetunnon määrittely yksinkertaisesti on haastavaa, koska siihen vaikuttavat monet ulkoiset ja sisäiset tekijät sekä henkilön subjektiivinen kokemus omasta itsetunnosta. Itsetunto kehittyy läpi elämän, mutta merkittävä pohja sille luodaan lapsuudessa (Keltikangas-Järvinen 2017, 147). Jos itsetunto pitäisi jotenkin kiteyttää, voisi sanoa, että se on henkilön kokemus siitä, miten hän näkee itsensä ja elämänsä. Henkilön nähdessä enemmän hyviä kuin huonoja puolia elämässään ja itsessään voidaan ajatella, että henkilöllä on hyvä itsetunto (Keltikangas-Järvinen 2017, 18). Itsetunnon muotoutumisen kannalta keskiössä on perusturvallisuuden tunne. Pienen vauvan kokemus ympäristön turvallisuudesta on erilainen kuin teini-ikäisen tai aikuisen. Vauva kokee ympäristönsä turvallisenä tai turvattomana. Koti ja oma perhe on vauvan ensimmäinen kontakti maailmaan. Jos vauvana ja lapsena kokee, ettei hänen tarpeistaan huolehdita tai että hänestä ei välitetä, itsetunto ja käsitys omasta arvokkuudesta alkaa särkyä. (Viljamaa 2022, 17 – 18.)

Kodin ulkopuolella, merkittäviä itsetuntoon vaikuttavia yhteisöjä ovat varhaiskasvatus, koulut ja kaverit. Valitettavasti vaikka kotona tarpeet kohdattaisiin, jos lapsi kokee kiusaamista tai muuten kaltoinkohtelua toisessa hänelle merkittävässä yhteisössä vaikuttaa se itsetuntoon ja lapsen identiteettiin. Samoin jos kotona asiat ovat huonosti, voivat muut yhteisöt olla pelastavia tekijöitä, jotka helpottavat arkea.

Vanhemmustyilien vaikutuksesta itsetuntoon on tehty tutkimuksia vuosien varrella. Eri vanhemmuustyyliä on katsottu olevan autoritaarinen, auktoritatiivinen, laiminlyövä sekä vapaakasvatus. Autoritaarinen kasvatustyyli on kontrolloiva, jossa vanhempien suhtautuminen lapseen voi olla kylmä ja he määräävät mitä ja miten lapsen pitää toimia (Viljamaa 2022, 59). Auktoritatiivinen kasvatustyyli on myös kontrolloiva mutta vanhemmat ovat lämpimiä lasta kohtaan, ikään kuin ”rajat

ja rakkaus” (Viljamaa 2022, 74). Laiminlyövässä kasvatuksessa vanhemmat keskittyvät omaan elämänsä enemmän kuin lapsen hyvinvointiin ja tarpeisiin (Viljamaa 2022, 65). Vapaassa kasvatuksessa vanhemmat välittävät lapsesta mutta eivät aseta lapselle rajoja. (Viljamaa 2022, 69 – 70).

Vuonna 2017 on julkaistu poikkileikkaustutkimus erilaisten vanhemmuuden tyylien vaikutuksesta itsetuntoon. Poikkileikkaustutkimus tehtiin vuosina 2013–2014 (Moghaddam, Validad, Rakhshani & Assareh 2017). Tutkimukseen osallistui ala-asteikäisiä lapsia, jotka olivat iältään 9–11-vuotiaita. Lasten lisäksi tutkimukseen osallistuivat lasten äidit. Tutkimustuloksissa todettiin, että auktoritatiivisella eli lämpimällä mutta kontrolloivalla kasvatustavalla on positiivisemmat vaikutukset lapseen ja hänen itsetuntoonsa kuin muilla kasvatustyyeillä. (Moghaddam ym. 2017, 38 – 39). Vuonna 2019 Pinquart ja Gerke ovat tehneet tutkimuksen liittyen samaan aiheeseen ja tulokset ovat yhteneväisiä. Tutkijat ovat todenneet, että vaikka auktoritatiivisella, eli vaativalla ja rakastavalla kasvatuksella oli positiivisemmat vaikutukset kuin autoritäärisellä tai vapaalla kasvatuksella, vanhemmuuden tyylin vaikutusta lapsen itsetuntoon yksittäisenä tekijänä on hankala arvioida, koska itsetuntoon vaikuttavat monet eri tekijät. (Pinquart & Gerke 2019.)

Suomessa lapsen itsetuntoa on tutkinut lastenpsykiatrian dosentti Jari Sinkkonen sekä Liisa Keltikangas-Järvinen. Sekä Sinkkonen että Keltikangas-Järvinen molemmat painottavat lapsen ja vanhemman kiintymyssuhteen merkityksellisyyttä osana lapsen kasvua ja kehittymistä. Turvattomat kiintymyssuhteet vaikuttavat negatiivisesti lapsen tunteidenkäsittelyyn ja – ilmaisuun ja haasteet usein alkavat, kun vanhempi tukahduttaa tunteensa tai toimii ristiriitaisesti (Sinkkonen 2020, 90–91). Lapsen kehitys ensimmäisen kolmen vuoden aikana on eksponentiaalista ja nopeaa. Ensimmäisen kolmen vuoden aikana lapsen kehityksen osa-alueet ovat vahvasti toisiinsa yhteydessä ja jokainen osa-alueen kehitys vaikuttaa toiseen. Kiintymyssuhteen laatu vaikuttaa merkittävästi tässä vaiheessa siihen, miten lapsen eri osa-alueet kehittyvät. (Keltikangas-Järvinen 2012, 26.) Lapsen kokiessa olonsa turvalliseksi ympärillä olevien ihmisten seurassa, on hänen mahdollista luottaa siihen, että häntä rakastetaan ja hänestä huolehditaan. Yliluoma (2003) kuvaa teoksessaan Bowlbyn (1988) teoriaa kiintymyssuhteesta, jonka mukaan lapsen tieto ja tunne siitä, että hän on rakastettu ja turvassa vaikuttavat positiivisesti lapsen kasvuun ja itsetuntoon. Kun kiintymyssuhde on epävakaa tai torjuva, lapsen käsitys ihmisistä ympärillä voi vääristyä ja olla erittäin negatiivinen. Lapsen käsitys ympäristöstä ja itsestään tulee vaikuttamaan itsetuntoon, menestymiseen sekä päätöksiin, joita lapsi kasvaessaan tekee (Yliluoma 2003, 24).

2.1 Itsetunnon osa-alueet

Tutkimuksen kannalta keskeinen teoria on Reasonerin (1992) teoria itsetunnosta. Reasonerin mukaan itsetunnon keskeiset osa-alueet ovat turvallisuus, itseys, liittyminen, tehtävä- ja tavoitetietoisuus sekä pätevyys (Reasoner 1992, 15). Reasonerin teoria itsetunnosta on valittu tutkimuksen keskeiseksi teoriaksi, koska Epilepsialiiton kehittämä ”Minusta tulee isona”-kerhomalli on toteutettu teoriaa ja sen osa-alueita hyödyntäen. Osa-alueet ohjaavat tutkimuksen toiminnallisen osuuden pienryhmätoimintaa. Osa-alueet rakentuvat kaikki perusturvallisuuden pohjalta. Turvallisuuden tunne ohjaa ihmisiä erilaisissa päätöksenteoissa sekä valinnoissa elämän varrella.

Perusturvallisuus

Reasonerin (1992) mukaan itsetunnon keskeisimpänä osa-alueena pidetään perusturvallisuutta, eli sitä onko lapsella luotettavia ihmisiä ympärillä, joihin luottaa. Lapsen vanhemmat ja huoltajat ovat vastuussa lapsen turvallisuudesta. Lapsena saatu kasvatusta ja kokemus turvallisuudesta luovat perustan, jotka voivat merkittävästi vaikuttaa tulevaisuuden suhteisiin, mahdollisiin toimintaympäristöihin sekä terveyteen. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa käsitellään myös turvallisuuden merkitystä lapsen elämässä ja turvallisten aikuisten merkitystä toimia tukena tunteiden tunnistamisessa ja käsittelyssä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 25–26.) Tänä päivänä nuoret voivat entistä huonommin, stressi ja ahdistus ovat lähes normi poikkeuksen sijaan. Individualistisuutta korostava yhteiskunta luo jo nuoresta pitäen ihmisille paineita tulevastakin. Jo yläasteikäisellä nuorella pitäisi olla selvät tavoitteet siitä mitä tulevaisuudeltaan haluaa. Vuonna 2021 tehty kouluterveyskysely kuvaa miten nuorten, etenkin tyttöjen stressi ja ahdistus on lisääntynyt (Aalto-Setälä, Suvisaari, Appelqvist-Schmidlechner & Kiviruusu 2021, 3). Lapsena koettu turvallisuus voi antaa keinoja käsitellä ulkoista stressiä.

Itseys

Itseys tarkoittaa itsensä tuntemista ja tietoa siitä, miten kokee asioita. Itseyden tai identiteetin kokemukseen ja rakentumiseen vaikuttavat perusturvallisuuden pohja ja käsitys itsestä. Itseyden vahvistamisella pyritään vahvistamaan lapsen omakuvaa sekä tukemaan lapsia näkemään itsessään hyvät puolensa. (Reasoner 1992, 35.) Erilaisia tunnetaitoja harjoittamalla lapset ymmärtävät,

että ihmiset ovat erilaisia mutta silti yhtä hyviä ja tärkeitä. Nuorena sisäistetty käsitys erilaisuudesta ja sen hyväksymisestä on merkittävässä roolissa yksilön tasa-arvoiseen kohtaamiseen. Varhaiskasvatuksen perusteissa (2022) käsitellään yhdenvertaisuuden merkitystä lasten kanssa toimiessa. Varhaiskasvatuksen yhtenä keskeisenä tehtävänä onkin kasvattaa ja antaa lapsille valmiuksia moninaisuuden arvostamiseen (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 25). Myönteisellä ja kannustavalla vuorovaikutuksella nähdään olevan suuri merkitys lapsen oman identiteetin ja itsetunnon rakentumiseen. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 30 – 31.)

Liittyminen

Itseys, liittyminen ja yhteenkuuluvuus ovat vahvasti toisiinsa sidoksissa. Liittyminen vaatii lapselta kykyä ymmärtää ja arvostaa itseään (Reasoner 1992, 43). Vaikka yhteiskunta korostaa individualistisuutta ja itsenäistä toimintaa, on ihmiselle ominaista halu kuulua ryhmään. Lapsilla ryhmään liittyminen ja kuuluminen ovat merkittävässä roolissa. Varhaiskasvatuksessa jokainen saa olla yksilö, mutta lapsia kannustetaan myös yhteisiin leikkeihin. Erilaisten leikkien ja ryhmien kautta lapset rakentavat erilaisia sosiaalisia suhteita, joiden pohjalta yksilö saa myös kokemuksen yhteenkuuluvuudesta. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 38–39). Lapsille keskeisin ympäristö, jossa liittyminen tapahtuu, on juuri varhaiskasvatus sekä oma elinympäristö, joka voi pitää sisällään perheen ja sukulaiset. Aikuiselle liittyminen voi tapahtua esimerkiksi uudessa työympäristössä. Päiväkodissa yhteenkuuluvuutta voidaan hyvin havainnoida kokeeko lapsi kuuluvansa ryhmään tai onko hänellä kavereita.

Tehtävä- ja tavoitetietoisuus

Ihmisillä on aina toimiensa takana jokin tavoite, minkä takia henkilö toimii tietyllä tavalla. Tehtävä- ja tavoitetietoisuus on se osa-alue itsetunnon rakentumisessa, joka vaaditaan siihen, että yksilö jaksaa toimia tavoitteidensa eteen. (Reasoner 1992, 51.) Tavoitetietoisuus pitää sisällään muun muassa lapsen motivaation ja ongelmanratkaisukyvyn. Jokaisen oma tavoitetietoisuus muuttuu iän ja elämänvaiheiden aikana, lapsille se voi olla leikin loppuun saattaminen. Lapsen kasvaessa tavoite voi olla uusien kaverisuhteiden luominen siirtyessä päiväkodista kouluun, tai yläasteikäisellä tavoite voi olla sosiaalisten suhteiden lisäksi enemmän itseensä vaikuttava, kuten hyvien arvosanojen saaminen, jotta pääsee lukioon. (Reasoner 1992, 55.) Tehtävä- ja tavoitetietoisuus on siis

parhaimmillaan motivoiva tekijä elämässä. Henkilön itsetunto vahvistuu, kun hän pääsee asetta-
maansa tavoitteeseen. Vaikka henkilö ei pääsisi tavoitteisiin, voi kokemus opettaa pettymysten
käsittelyä. Reasonerin (1992, 61) teorian mukaan tehtävä- ja tavoitetietoisuus sekä pätevyys ovat
sidoksissa toisiinsa. Ryan ja Deci myös kuvaavat itsemääräämisoikeusteoriassa kolme psykolo-
gista tarvetta: pätevyys, autonomia ja yhteenkuuluvuus. Nämä ovat oleellisia sosiaalisen kehitty-
misen ja hyvinvoinnin rakentumiselle. (Ryan & Deci 2000, 68).

Pätevyys

Pätevyys on uskoa siihen, että yksilö voi päästä tavoitteisiinsa. Pätevyys pitää sisällään lapsen ko-
kemukset onnistumisesta ja omista kyvyistään. Käsitukseen omista kyvyistä vaikuttavat aiemmat
onnistumisen kokemukset sekä käsitys omista vaihtoehdoista, jotka voivat vaikuttaa tavalla tai toi-
sella tavoitteiden saavuttamiseen. Pätevyys on omien vahvuksien tunnistamista sekä heikkouk-
sien hyväksymistä. (Reasoner 1992.) Heikkouksien hyväksyminen antaa tilaa itsensä ymmärtämi-
selle ja sille, ettei kukaan ole täydellinen. Pätevyys luo myös henkilölle kokemuksen siitä, että hän
itse hallitsee elämäänsä ja tekee päätöksensä eikä joku toinen. Pätevyys on lapsen kehitykselle
merkityksellistä. Pätevyys näkyy lapsen arjessa omien taitojen ja rajojen kokeiluilla sekä siinä, mi-
ten lapsi kokee itsensä. (Reasoner 1992, 61.)

2.2 Tunnetaidot

Tunne- ja turvataitokasvatuksen pyrkimys on edistää lapsen turvallista kasvua. Tavoitteena on lap-
sen tunnetaitojen vahvistaminen, itsetunnon ja itseluottamisen lisääminen. (Lajunen, Andell & Yle-
nius-Lehtonen 2019, 11.) Tunnetaitoja voi opetella pitkin elämää, mutta vahvan perustan saamme
jo lapsuudesta. Tunnetaidot ja niiden harjoittelu ovat tärkeitä, jotta henkilö kykenee tunnistamaan
erilaiset tunteet. Tunteiden tunnistamisen ja säätelyn lisäksi tunnetaidot pitävät sisällään myös
omien rajojen asettamisen, toisen kehumisen ja kyvyn huomioida milloin puhua ja milloin olla hil-
jaa ja kuunnella. (Lahtinen 2019, 26–27.)

Tunnekasvatus on erittäin tärkeää varhaiskasvatuksessa, koska sen myötä lapset saavat taitoja il-
maista, tunnistaa ja sanoittaa omia tunteitaan, joita ei välttämättä aikaisemmin ole osannut il-
maista. Jos lapsi ei pysty sanoittamaan tunteitaan voi hän helposti kokea, ettei tule ymmärretyksi

ja alkaa oireilemaan sen takia. Tämän takia tunnetaitojen harjoittelu on tärkeässä roolissa varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitojen harjoittelu voi tapahtua erilaisten tarinoiden, harjoitteiden tai muun toiminnan kautta. (Lahtinen 2019, 31.)

Varhaiskasvatuksessa lapsille pyritään opettamaan laajasti erilaisia taitoja liittyen fyysiseen, motoriseen ja sosiaaliseen kehitykseen. Tunne- ja kaveritaidot ovat merkittäviä taitoja osana sosiaalista kehitystä. On tutkittu, että lapsuudessa harjoitetut sosiaaliset taidot ja tunnetaidot vaikuttavat yksilön elämään myös vahvasti tulevaisuudessa (Fischera, Sutton & Turner 2022). Fischera ja muut (2022) toteavat, että sosiaalinen kehitys ja hyvät tunnetaidot voivat vaikuttaa positiivisesti yksilön elämänlaatuun pitemmällä aikavälillä. Myös Viljamaa (2022, 17) sekä Keltikangas-Järvinen (2017, 149) toteavat tunnetaidoilla olevan suuri merkitys yksilöön mutta yhtenä merkittävänä tekijänä kuvataan myös ympäristö. Ympäristö voi luoda ihmiselle tunteen kuulumisesta tai kuulumattomuudesta. Kun ympäristö on luotettava ja kasvulle ja kehittymiselle avoin, voi yksilö tuntea kuulumista ryhmään, joka edesauttaa tunnetaitojen oppimista ja itsetunnon vahvistumista. (Viljamaa 2022, 17). Blewitt, Morris, Ifanti ja Greenwood (2021) ovat tutkineet itsetunnon moninaisia vaikutuksia elämässä. He tuovat esille tutkimuksessaan hyvän itsetunnon tukevan mielenterveyttä ja vahvistavan lasten tunnetaitoja ja parantavan valmiuksia kouluun. Huilla ja Isokoski (2013) sekä Lammi ja Pessi (2015) korostavat kannustamisen ja kehumisen tärkeinä itsetunnon tukemisessa.

Tunne- ja turvataitokasvatus on yhteiskunnallisesti tärkeä aihe, koska lapsen itsetunto ja sen vaikutukset tulevat näkymään tulevaisuudessa erinäisissä tilanteissa ja elämän alueilla. Hyvä itsetunto ei ole ihmisillä synnynnäinen ominaisuus, vaan se kehittyy läpi elämän. Viljamaa kuvaa itsetunnon rakentumisen kannalta keskeisinä tekijöinä lapsena saadun rakkauden ja kannustuksen (Viljamaa 2022, 83). Mitä vahvempia onnistumisen kokemuksia ja itsetunnon tukemista lapsille tarjotaan jo pienestä pitäen, sitä paremmin heillä on voimavaroja ja taitoja käsitellä negatiivisia tunteita ja haasteita myös tulevaisuudessa.

Tunnetaitoihin liittyvien interventioiden merkitystä lapsiryhmissä on tutkittu eri keinoin. Rabinowitch, Cross ja Burnard (2012) ovat tutkimuksessaan esittäneet ajatuksiaan musikaalisen toiminnan merkityksestä osana empatian kehittymistä. Tutkimusten pohjalta voidaan analysoida, että pienryhmätoimintaa tai erilaisia interventioita on kannattavaa kokeilla ja soveltaa, koska niillä voidaan edistää niin fyysisten kuin myös neuropsykologisten taitojen kehittymistä.

2.3 Osallisuus ja erilaisuuden ymmärtäminen

2000-luvun puolella on ymmärretty, että lasta kuuntelemalla ja hänen mielenkiinnon kohteensa huomioimalla voidaan lapsia sisällyttää enemmän toimintaan. (Turja 2017, 41). Aikuisen tarjotessa lapselle mahdollisuuden tuoda omia mielipiteitä ja ajatuksia esille, aktivoidaan häntä osallistumaan keskusteluun, tuetaan hänen osallisuuttaan ja vahvistetaan ryhmään kuuluvuutta.

Osallisuus on noussut käsitteenä viime vuosien aikana enemmän keskiöön. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) tuodaan esille osallisuuden merkitys varhaiskasvatuksessa. Opetushallitus nostaa tärkeinä piirteinä sensitiivisen otteen ja kokemuksen kuulluksi tulemisesta (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 32). Keskeistä osallisuuden vahvistamiselle on lapsen huomiointi ja tasa-arvoinen kohtelu. Jokainen on yksilö mutta samanarvoinen. Lapsen oikeuksien sopimus myös velvoittaa ja ohjaa toimintaa yhteiskunnassa ja maailmalla siihen, että jokaista lasta kunnioitetaan ja kohdellaan samalla tavalla (Lapsen oikeuksien sopimus. N.d).

Osallisuus ja itsetunto ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Yhteiskunnassa osallisuutta on pyritty korostamaan inklusion kautta. Inklusiolla tarkoitetaan jokaisen yksilön tasa-arvoista kohtaimista riippumatta yksilön taustoista tai haasteista (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 15). Lapsen etninen tausta tai vamma voi muun muassa vaikuttaa itsetuntoon heikentävästi, etenkin jos hän edustaa vähemmistöä yhteisössä. (Keltikangas-Järvinen 2017, 71.) Osallisuutta usein käsitellään yhteiskunnallisella tasolla ja saatetaan unohtaa se, että osallisuus on jokaisen lapsen oikeus. Sen lisäksi, että osallisuus on toimintaan osallistumista, se on myös lapsen mahdollisuutta ja oikeutta tulla kuulluksi ja huomioituksi häneen liittyvissä asioissa (Varhaiskasvatustalaki 2018, 20§). Varhaiskasvatustalain lisäksi lapsen oikeuksien sopimuksessa tunnustetaan jokaiselle lapselle samat oikeudet. (Lapsen oikeuksien sopimus N.d, 2 §).

Jokainen meistä on ihmisenä erilainen. Lapset eivät koe päiväkodissa ihonväriä merkityksellisenä eroavaisuutena, sen sijaan he saattavat huomata, että toinen on tyttö ja toinen poika. He voivat huomata eroavaisuudet tai samanlaisuudet vaatteissa. Lapset eivät näe ulkoisia tekijöitä yhtä merkityksellisinä kuin aikuiset, sen sijaan he kiinnittävät enemmän huomiota mielenkiinnon kohteisiin ja ajatuksiin. Tärkeää olisikin, että lapsi ymmärtäisi, että ihmisten ei tarvitse olla samanlaisia, vaan että jokainen on hyvä itsenään. (Aho & Tarkkonen 1999, 51). Erilaisuuden hyväksyminen on mer-

kittävä, mutta myös samanlaisuudella on oma merkityksensä ryhmässä. Samanlaisuuksien havaitseminen voi vaikuttaa esimerkiksi ryhmän lähentymiseen. Samanlaisuuden ei tarvitse olla ulkoinen tekijä, samanlaisuutta voi edustaa esimerkiksi sama lempimusiikki tai -leikki (Aho & Tarkkonen 1999, 72.)

3 Itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatus on monipuolista, suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa, jossa painottuu pedagogiikka. Varhaiskasvatuksella pyritään tukemaan lapsen kehitystä, kasvua ja edistää lapsen hyvinvointia. Varhaiskasvatus voi tapahtua erilaisissa toimintaympäristöissä kuten päiväkodissa, perhepäivähoidossa tai avoimissa varhaiskasvatusympäristöissä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 17.) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) ja varhaiskasvatuslaissa (540/2018) pedagogiikan merkitys on korostunut. Pedagogiikan lähtökohtana ovat lasten tarpeet ja kiinnostuksen kohteet. Tarpeiden ja mielenkiinnon kohteiden pohjalta pedagogiikkaa pyritään toteuttamaan niin, että jokainen lapsi voisi osallistua toimintaan sekä saisi kokemuksen kuulluksi tulemisesta. (Heikkinen & Kajanen 2021, 181.) Positiivinen pedagogiikka korostaa lapsen näkemistä ja sitä, että lapsi saa kokemuksen nähdyksi tulemisesta. Tarjoamalla lapselle kokemuksen siitä, että hänet nähdään ja hyväksytään omana itsenään luo lapselle turvallisuuden tunteen, jonka pohjalta myös vahvistetaan itsetunnon pohjaa. (Ranta 2021, 70.)

Raittilan (2013) toteuttamassa pienryhmäkeskustelussa varhaiskasvattajat toivat esille pienryhmien hyviä puolia sekä kehityskohteita. Yhtenä keskeisenä positiivisena asiana nostettiin se, että yksilöllisyyden ja lasten tarpeiden huomiointi onnistuu paremmin pienryhmien myötä (Raittila 2013, 79 – 80.) Pohtiessa pienryhmätoiminnan merkitystä lapsen itsetuntoon juuri yksilöllisyys on keskeinen käsite. Kun varhaiskasvattajien ei tarvitse keskittyä hallitsemaan koko lapsiryhmää vaan voivat keskittyä pienempään ryhmään on yksilöllisyyden huomiointi helpompaa. Varhaiskasvattajan mahdollisuus olla läsnä ja antaa enemmän aikaa yksilöille vaikuttaa myös lapsen itsetuntoon positiivisesti. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa arvoperustassa on kuvattu lasten kasvattamista niin, että he arvostavat itsensä lisäksi myös muita ihmisiä sekä ympäristöä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 20.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) kuvataan lapsen oikeutta osallistua pienryhmätoimintaan jos se on lapsen edun mukaista, kuitenkin pienryhmätoimintaa on ryhdytty toteuttamaan myös laajemmin toimintamenetelmänä. Joissakin päiväkodeissa pienryhmätoiminta voi kattaa osan päivästä, joissakin taas koko päivän (Raittila 2013, 81). Pienryhmätoiminta tarkoittaa sitä, että lapsiryhmä jaetaan pienempiin ryhmiin, joissa toimintaa toteutetaan. Pienryhmätoiminnan on havaittu olevan hyvä toimintamenetelmä, koska se mahdollistaa lapsen yksilöllisen huomioinnin paremmin kuin suuremmissa ryhmissä (Raittila 2013, 79). Pienryhmän koolle ei ole tarkkaa määritelmää, minkä vuoksi on tärkeää toimintaa suunniteltaessa huomioida lasten yksilölliset tarpeet ja kehitystaso, jotta pienryhmä palvelee ryhmän kaikkia lapsia. Pienryhmätoiminta tarjoaa lapsille turvallisen ympäristön, missä he pääsevät harjoittelemaan vuorovaikutustaitoja ja rakentamaan ystävyysuhteita (Järvinen & Mikkola 2015, 39). Pienryhmässä lapsi tulee paremmin kuulluksi ja kohdatuksi. Näillä keinoilla tuetaan lapsen itsetunnon kehittymistä.

Jotta Reasonerin (1992) teorian toteutumista käytännön työkentällä voidaan arvioida, pitää tarkastella myös varhaiskasvatukseen liittyviä lakeja ja asetuksia. Varhaiskasvatusturva (L 540/2018) ja Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2022) ohjaavat varhaiskasvatuksen toimintaa merkittävästi. Sekä varhaiskasvatusturvan (L 540/2018, 3 §) tavoitteissa että varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) kuvattu turvallinen ympäristö on yhteydessä Reasonerin ajatukseen perusturvallisuuden merkityksestä.

Yhteiskunnasta on jatkuvasti tullut individualistisuutta korostava, minkä vuoksi tunnetaitojen ja itsetunnon vahvistaminen on merkittävässä roolissa. Varhaiskasvatus voi näitä taitoja ja piirteitä vahvistamalla edesauttaa yksilön pärjäämistä muuttuvassa yhteiskunnassa. Mitä vahvempia onnistumisen kokemuksia ja itsetunnon tukemista lapset saavat jo pienestä pitäen, sitä paremmin heillä on voimavaroja ja taitoja käsitellä negatiivisia tunteita ja haasteita. (Keltikangas-Järvinen 2017, 148.)

3–4-vuotiaalle leikki on suuresti läsnä arjessa ja sen kautta lapsi tutkii maailmaa sekä oppii tärkeitä taitoja tulevaisuutta varten (Keltikangas-Järvinen 2017, 127). Tämän päivän yhteiskunnassa vaikuttaa, että lapset kiirehtivät lapsuudesta nuoruuteen ikään kuin leikki-ikä olisi huonoksi heille. Tähän voi olla varmasti monia eri syitä, perhetilanne, jonka takia lapsi joutuu tahtomattaan kasvamaan ennen aikojaan, sosiaalinen media ja muut ympärillä tapahtuvat asiat. Leikki on kuitenkin tärkeä

osa lapsuutta ja vanhempien sekä yhteiskunnan pitäisi kannustaa lapsia leikkimään. Olisi myös tärkeää, että vanhemmat osallistuisivat lapsen leikkeihin. Kun lapset näkevät, että vanhempi itse on valmis heittäytymään ja leikkimään lapsen kanssa sen sijaan, että katsoo vain vierestä tai mahdollisesti jopa vähättelee lapsen leikkejä, vaikutus on erittäin positiivinen lapsen käsitykseen leikistä ja omasta itsestään (Keltikangas-Järvinen 2017, 129). Lapsen kannalta on tärkeää, että lapsen oma-toimiselle leikille annetaan tilaa, eikä sen tarvitse olla aina ohjattua ja tavoitteellista. Leikin tärkeyteen on havahduttu 2010-luvun puolella ja onkin hyvä, että nykyään kaikissa päiväkodeissa on päivän aikana ohjattua sekä vapaamuotoista leikkiä tai toimintaa.

lältään 5–7-vuotias lapsi on jo oppinut paljon erilaisia sosiaalisia, motorisia ja emotionaalisia taitoja. Tässä iässä lapsi ymmärtää sosiaaliset suhteet eri tasolla kuin aiemmissa kehitysvaiheissa. Lapsi ymmärtää, että päiväkodissa, koulussa tai harrastuksissa hänellä on oma ryhmä, johon kuuluu muut lapset ja kasvattajat. Lapsen ymmärtäessä kuuluvansa perheen ohella muihin ryhmiin antaa hän myös mahdollisuuden muille ihmisille vaikuttaa lapsen kasvuun ja käsitykseen itsestään. Lapsi ymmärtää hänelle kuvatut asiat konkreettisemmin kuin aikaisemmassa kehitysvaiheessa. (Keltikangas-Järvinen 2017, 131–132.)

4 Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ja tavoitteet

Tutkimuskysymykset olivat 1. Miten varhaiskasvattaja voi vahvistaa lapsen itsetuntoa? 2. Mitä haasteita varhaiskasvattajat näkevät lapsen itsetunnon vahvistamisessa? 3. Miten lapset osallistuvat itsetuntoa vahvistavaan pienryhmätoimintaan?

Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään sähköpostikyselyiden avulla varhaiskasvattajien käsityksiä itsetunnosta, keinoista vahvistaa sitä varhaiskasvatuksen arjessa sekä haasteista koskien itsetunnon tukemista. Lisäksi tutkimuksen tavoitteena oli testata päiväkodin pienryhmässä Epilepsialiiton kehittämää ”Minusta tulee isona-”kerhomallin toimivuutta 4-5-vuotiaiden lasten päiväkotiryhmässä. Tavoitteena oli saada tietoa, miten lapset kiinnostuvat pienryhmätuokioiden aiheista, miten he pystyvät keskittymään toimintaan sekä miten he kommunikoivat keskenään ja ohjaajien kanssa toiminnan aikana. Tutkimusta tehtäessä keskeistä oli toteuttaa pienryhmätoiminta 4–5-vuotiaiden kehitys- ja ikätason mukaisesti. Pienryhmätoiminnan keskeisenä menetelmänä oli leikin kautta oppiminen.

5 Tutkimuksen toteutus

Opinnäytetyö on toteutettu tutkimuksellisena kehittämistyönä. Tutkimus toteutettiin päiväkodissa. Tutkimuksen aineisto rakentui varhaiskasvattajille suunnatuista sähköpostikyselyistä sekä omista ja toisen varhaiskasvattajan havainnoista pienryhmätoiminnan aikana. Kyselyt rakentuivat niin, että ennen ensimmäistä pienryhmätoimintaa tiimin varhaiskasvattajille lähetettiin kysely liittyen heidän omiin ajatuksiin siitä, miten he huomioivat itsetunnon vahvistamista arjessa ja miten he kokevat itsetunnon merkityksen. Loppukysely toteutettiin viimeisen toimintakerran jälkeen. Tällöin kysyttiin varhaiskasvattajien ajatuksia liittyen pienryhmätoimintaan ja ovatko lapset esimerkiksi tuoneet toimintaa esille. Kyselyjen lisäksi toiminnallisessa osiossa keskiössä oli ohjaajan osallistuva havainnointi pienryhmätoiminnan äärellä. (Grönfors 2011, 52.)

5.1 Sähköpostikyselyt

Alun perin tutkimusmenetelmänä oli tarkoitus käyttää teemahaastatteluja. Teemahaastattelujen esteeksi muodostui varhaiskasvattajien työn määrä, eikä yhteistä aikaa haastatteluille järjestynyt. Tämän vuoksi teemahaastattelut muutettiin sähköpostikyselyksi. Sähköpostikysely on empiirinen, eli keskiössä on henkilöiden kokemus liittyen itsetuntoon ja sen vahvistamiseen. Sähköpostikysely on puolistrukturoitu haastattelumenetelmä, joka tarjoaa vastaajalle mahdollisuuden kertoa vapaamuotoisesti vastauksensa, eikä valmiita vastausvaihtoehtoja ole. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47.) Kyselyt sopivat tutkimuksen menetelmäksi, koska tutkimus keskittyi varhaiskasvatusikäisten lasten itsetuntoon ja varhaiskasvattajien subjektiivisiin kokemuksiin itsetunnosta ja sen roolista lasten elämässä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 48). Sähköpostikysely lähetettiin ennen toimintatuokioiden aloitusta varhaiskasvattajille. Loppukysely lähetettiin myös sähköpostilla toimintatuokioiden päätyttyä. Alkuhaastattelussa avoimia kysymyksiä oli neljä ja loppuhaastattelussa kuusi. (Liite 1 ja 2).

Alkukyselyt (Liite 1) lähetettiin yhteisesti tiimille, jonka ryhmässä pienryhmätoiminta toteutettiin. Alkukysely lähetettiin myös toisen saman päiväkodin ryhmän varhaiskasvattajille, jotta otanta olisi ollut suurempi. Kyselyissä kysyttiin kasvattajien ajatuksia liittyen lapsen itsetuntoon, miten varhaiskasvatuksen työntekijät toteuttavat itsetunnon vahvistamista arjessa ja mitkä tekijät vaikuttavat itsetunnon vahvistamiseen päiväkodin arjessa. Loppukyselyllä (Liite 2) kartoitettiin sitä, ovatko

ajatukset mahdollisesti muuttuneet itsetunnon vahvistamiseen liittyen. Opinnäytetyössä varhaiskasvattajien vastaukset on anonymisoitu ja varhaiskasvattajista käytetään siteerauksissa kirjaimia a, b ja c.

5.2 Strukturoitu pienryhmätoiminta

Toisena opinnäytetyön osana olivat strukturoidut pienryhmätoimintatuokiot ja lasten käyttäytymisen havainnointi niiden aikana. Havainnointia toteutettiin jokaisella toimintakerralla lasten kanssa. Havainnointi ja keskusteluanalyysi on valittu tutkimusmenetelmäksi toiminnalliseen osioon, koska se keskittyy vuorovaikutukseen ja vuorovaikutustilanteiden havainnointiin (Vatanen 2016, 312 – 313). Havainnointi on subjektiivista ja valikoivaa toimintaa ja ennako-oletukset suuntaavat huomiota (Eskola & Suoranta 1998, 102 – 103). Havainnointi oli aktiivista osallistuvaa havainnointia ja tutkija toimi pienryhmässä toisaalta osallistujana, toisaalta lasten käyttäytymisen seuraajana (Metsämuuronen. 2008, 43). Tutkija itse ohjasi ryhmää ja oli vuorovaikutuksessa lasten kanssa, minkä lisäksi hän teki havaintoja lapsista ja heidän toiminnastaan ja käyttäytymisestä ryhmätoiminnan aikana. Ryhmätoiminnassa oli ohjaajan lisäksi ryhmän varhaiskasvattaja mukana avustamassa ja havainnoimassa toimintaa. Toimintaan oli valittu viisi lasta, joiden oli katsottu hyötyvän toiminnasta. Ryhmä koostui kahdesta tytöstä ja kolmesta pojasta. Osalla kerroista kaikki lapset olivat paikalla, mutta oli myös kertoja, jolloin lapsia oli vähemmän läsnä. Pienryhmätoiminta oli rakennettu siten, että vaikka lapsi olisi poissa, ei se vaikuttanut hänen osallistumiseensa seuraavalla kerralla. Jokaisella pienryhmäkerralla oli oma teemansa, mutta toiminnan rakenne ja eteneminen oli aina sama. Ryhmässä havainnoitiin lasten osallistumista, mielenkiintoa ja ryhmän dynamiikkaa. Jokaisen toimintakerran jälkeen tutkija sekä varhaiskasvattaja kävivät keskustelua toimintakerrasta ja havainnoista. Tutkija teki jokaisen kerran jälkeen omista ja varhaiskasvattajan havainnoista muistiinpanot.

Pienryhmätoiminnassa havainnoitiin sitä, miten lapsi osallistuu toimintaan. Ryhmätoiminnanohjaaja ja varhaiskasvattaja havainnoivat miten lapsi ottaa kontaktia aikuiseen ja kommunikoi muiden ryhmän lasten kanssa. Lisäksi huomioitiin lapsen keskittymiskykyä toiminnan aikana, jaksako hän kuunnella tarinaa vai onko poissaoleva tai haluaako pois toiminnasta. Ryhmässä arvioitiin lapsen osallistumista leikkeihin ja tehtäviin, haluaako lapsi kertoa omista ajatuksistaan muille lapsille ja esitellä oman vahvuusviittansa muille lapsille. Lisäksi havainnoitiin pienryhmän yleistä ilmapiiriä,

ovatko lapset lähikontaktissa toisten lasten kanssa vai pitävätkö etäisyyttä toisiinsa ja miten he kommunikoivat keskenään.

Ryhmässä luettiin tarinaa epilepsiaa sairastavasta Villestä. Toimintakertoja oli viisi, koska tarinoita oli viisi. Ville ja epilepilandia (2019) on Epilepsialiiton tuottama tarina. Jokaisen tarinan päätteeksi on erilaisia tehtäviä, joita lasten oli tarkoitus tehdä. Toteutetussa pienryhmätoiminnassa epilepsia itsessään ei kuitenkaan ollut keskiössä, sen sijaan yleisesti erilaisuus ja sen käsittely olivat yksi keskeinen osa. Pienryhmän idea oli käsitellä tarinoissa nousseita teemoja lapsille sopivalla tavalla ja leikin kautta. Toisena keskeisenä osana pienryhmätoimintaa oli keskusteluiden ja toiminnan jälkeen tapahtuva lasten haaveilu. Lapset haaveilivat sekä siitä, mitä he haluavat isona olla, että missä he ovat taitavia. Lapset kirjoittivat aikuisten avustamana omat haaveet ja vahvuudet omiin vahvuusviittoihin. Mitä lapsi ikinä kuvasikaan taidokseen tai haaveeksi, tuotettiin se lapsen viittaan juuri niillä sanoilla. Kyseessä oli 4–5-vuotiaat lapset, joten kannustimme lapsia myös harjoittamaan kirjoittamista itsenäisesti. Aikuiset tekivät mallit sanoista, joiden avulla lapsi sai itse kirjoittaa viittaan. Kun lapset olivat valmiita haaveilussa ja kaikki oli kirjoitettu viittoihin, esiteltiin ne muille ryhmäläisille, jonka jälkeen ne laitettiin säilöön seuraavaa kertaa varten.

Pienryhmätoiminta oli leikinomaista toimintaa lasten kanssa ja samalla ohjaaja sekä varhaiskasvattaja havainnoivat ryhmän toimintaa ja kirjasivat havaintoja ylös. Havainnoinnissa keskityttiin lasten ryhmädynamiikkaan, osallisuuteen ja lasten omiin tunteisiin (Keltikangas-Järvinen 2017, 42).

5.3 Pienryhmätoiminnan sisällöt ja teemat

Pienryhmätoiminta aloitettiin siten, että ensin lapset saivat ryhmätilan ulkopuolella miettiä, miten haluavat siirtyä aikuisen avustamana ryhmätilaan. Lapsilla oli ennakkoon määritetyt istumapaikat, jotka pysyivät samana jokaisella kerralla. Kun jokainen lapsi oli päässyt omalle paikalleen istumaan, aloitettiin toimintakerta. Ensimmäisessä ryhmässä käytiin kuvakorttien avulla toiminnan kulku ja lapset saivat miettiä missä järjestyksessä mitään tulee tapahtumaan ja mitä ohjaajan salkusta löytyy milläkin kerralla.

Erilaisuus ja samanlaisuus

Ensimmäisellä kerralla aiheena oli erilaisuus ja samanlaisuus. Ensimmäisen kerran tavoitteena oli ryhmäytyminen, me-hengen luominen ja jokaisen lapsen ainutlaatuisuuden huomiointi. Ensimmäisessä tarinassa Ville miettii, miksi juuri hänellä on epilepsia ja kaverilla ei ole, miksi hän on erilainen? Tarinan luettua lapset saivat pohtia sitä mikä oli tarinassa kiva kohta ja mitä tarinassa tapahtui. Lapset pohtivat yhdessä sitä, mitä yhteistä heillä on tai miten he eroavat toisistaan. Kun asioista oli puhuttu, lapset painoivat musteella omat sormenjäljet paperiin, jonka myötä he konkreettisesti pääsivät tutkimaan, miten sormenjäljet ovat kaikki keskenään erilaisia. Toiminnalla konkretisoitiin lapsille se, että jokainen on erilainen mutta yhtä ainutlaatuinen ja tärkeä.

Epäreiluuden tunne ja siitä selviytyminen

Toisella kerralla aiheena oli epäreiluuden tunteen käsittely ja siitä selviämisen pohdinta. Ennen kuin tarina aloitettiin, ryhmä muisteli mitä edellisellä kerralla tarinassa tapahtui ja miltä toiminta tuntui. Toiminnallisessa osuudessa pohdittiin yhdessä, onko lapsilla kokemuksia epäreiluudesta ja miten tilanne on edennyt ja mitä tilanteessa on voitu tehdä. Lisäksi ryhmässä jokainen lapsi sai piirtää tai kirjoittaa omaan reissuvihkoonsa mukavia asioita, joista tykkää sekä asioita, joista ei tykkää. Toisen pienryhmä-kerran jälkeen ryhmänohjaaja alkoi etsimään lapsien haaveammattien edustajia, joilta pyytää lapsille omat ”tsemppivideot”.

Erilaisuus ja vahvuudet

Kolmannella kerralla aiheena oli erilaisuuden pohtiminen. Ryhmässä pohdittiin mitä erilaista ja samanlaista ryhmän lapsissa on. Keskustelun jälkeen lapset väänivät keskenään kättä. Lisäksi vahvuuskorttien avulla lapset saivat miettiä omia vahvuuksiaan ja kirjoittaa ne viittoihinsa.

Isoksi kasvaminen ja ymmärrys

Neljännän toimintaryhmän teemana oli epilepsia-kohtauksen ensiapu sekä isoksi kasvamisen pohtimista. Toiminnallisena osuutena ryhmässä pohdittiin tarinan tapahtumia, juteltiin siitä, onko joutunut itse käymään lääkärissä ja millaista se oli. Tämän jälkeen piirrettiin supersankari, mihin lapset saivat värittää eri kehonosat, kuten sydämen, aivot ja luita.

Viidennen ja viimeisen toimintakerran tarinassa Ville sai jäädä yksin kotiin, ja vanhemmat olivat antaneet hänelle erinäisiä tehtäviä, joita hänen piti muistaa, kun tulee koulusta kotiin. Tehtävinä oli muun muassa roskien vieminen ja äidille ilmoitus siitä, että on päässyt koulusta kotiin turvallisesti. Tarinassa vanhemmat jännittivät Villen jättämistä yksin kotiin, mutta Ville halusi harjoitella toimimaan itsenäisesti. Vanhempien tultua töistä kotiin olivat he ylpeitä Villestä, ja siitä miten hienosti hän on toiminut kotona. Tarinan jälkeen lapset saivat pohtia asioita, missä he ovat taitavia, mitä taitoja he ovat jo oppineet ja mitä haluaisivat vielä oppia. Lasten ajatukset kirjattiin reissuviikkoon sekä lasten omiin viittoihin.

Loppujuhla

Loppujuhla oli tarkoitus toteuttaa siten, että ryhmään osallistuneiden lasten vanhemmat olisivat kaikki yhdessä nähneet lasten kanssa tsemppivideot, jotka lapset saivat oman haaveammattin edustajalta. Loppujuhlan tarkoituksena oli lapsen itsetunnon vahvistamisen lisäksi vahvistaa vielä kerran ryhmän dynamiikkaa ja tarjota myös vanhemmille mahdollisuus nähdä mitä lapset ovat pienryhmätoiminnassa tehneet. Korona kuitenkin vaikutti vahvasti yhteiskunnassamme pienryhmätoiminnan aikaan ja terveysturvallisista syistä yhteistapaamisesta luovuttiin. Tämän vuoksi loppujuhla muokattiin niin, että loppujuhlassa lapset saivat herkutella sekä saivat omat todistukset ja vahvuusviitat kotiin vietäväksi

Pienryhmätoiminnan aikana lapset saivat haaveilla mitä he haluavat isona olla ja näiden haaveammattien pohjalta ohjaaja etsi kyseisen ammatin edustajan tekemään lapselle henkilökohtaisen kannustusvideon. Lasten saamissa videoissa lasten haaveammattien edustajat mainitsivat lapsen etunimen ja kertoivat mitä haaveammattissa tarvitaan ja mikä tekee lapsesta hyvän ammattilaisen. Iltapäivällä lastenhaku tilanteessa vanhemmat ja lapsi saivat nähdä yllätyksenä videon lapsen haaveammattin edustajalta. Perheet saivat videot kotiin viemiseksi.

5.4 Aineiston analysointi

Sähköpostikyselyiden analysointi on toteutettu laadullisen sisällönanalyysin menetelmin. Aineiston perustuessa havaintoihin ja haastateltavien subjektiivisiin kokemuksiin ja ajatuksiin liittyen itsetuntoon, on tutkija käyttänyt aineistoa analysoidessa myös induktiivista päättelyä (Hirsjärvi & Hurma 2008, 136). Aineiston perustuessa nimenomaan kokemuksiin ei tutkija ole etukäteen muodostanut hypoteesia. Sähköpostikyselyiden analysointi on toteutettu käyttäen laadullista sisällönanalyysia

aineistolähtöisesti. Sisällönanalyysissä tarkastellaan aineistoa eritellen, etsien yhtäläisyyksiä ja eroja sekä tiivistäen. Näin aineisto tiivistyy hallittavammaksi määräksi yksittäisiä havaintoja (Alasuutari 2012, 42–43). Sisällönanalyysi aloitettiin pelkistämällä kyselyn vastaukset. Pelkistäminen tehtiin jakamalla vastaukset kahden tutkimuskysymyksen mukaan: 1. Miten varhaiskasvatuksen arjessa varhaiskasvattaja voi vahvistaa lapsen itsetuntoa? 2. Mitä haasteita varhaiskasvattajat näkevät lapsen itsetunnon vahvistamisessa varhaiskasvatuksessa? Jokaisen kyselyvastaukset käytiin läpi ja vastaukset pelkistettiin tutkimuskysymyksittäin. Samaa tarkoittavat vastaukset ryhmiteltiin samojen otsikoiden alle ja niistä muodostettiin luokkia (Taulukko 1 ja 2).

Taulukko 1. Varhaiskasvattajien näkemyksiä lapsen itsetuntoa vahvistavista tekijöistä

Pelkistetty ilmaus	Luokittelu
Lapset kohdataan yksilöinä Yksilöllinen huomiointi Yksilöllisinä kohtaamisina	Yksilöllisyyden huomiointi
Positiivinen palaute, kehuminen ja kannustaminen Kehuminen, kannustus ja kiittäminen Kehut arjen tilanteissa Kehumalla, kuulemalla ja näkemällä	Kannustaminen
Kaveri- ja tunnetaitojen merkitys Tunnetaitojen harjoittelu: kaveritaidot, muiden kohtaaminen ja arvostaminen Kaveri- ja tunnetaitojen harjoittelu Kaveri- ja tilanteiden sanoittaminen Tunnekasvatus	Kaveri- ja tunnetaitojen harjoittelu
Yhteistyö vanhempien kanssa Osaamista esille vanhemmille	Yhteistyö vanhempien kanssa
Turvallinen ilmapiiri Luottamussuhteen luominen	Luottamuksen suhteen rakentaminen

Taulukko 2. Varhaiskasvattajien näkemykset haasteista itsetunnon tukemisessa

Pelkistetty ilmaus	Luokittelu
Isot ryhmät Suuret ryhmäkoot	Ryhmäkoko

Henkilöstöressurssien vajeus Suunnitteluaajan rajallisuus	Henkilöstöressurit
Vaihtuvat lapsiryhmät Vaihtuvat aikuiset	Vaihtuvuus

Pienryhmätoiminnasta tehtiin muistiinpanot jokaiselta kerralta. Muistiinpanoista tehtiin alkuun pelkistys ja sen jälkeen luokittelu kolmeen aiheeseen: osallistuminen, mielenkiinto ja keskittyminen sekä ryhmädynamiikka. Muistiinpanojen pohjalta näille aiheille muodostettiin kolmiportainen asteikko. Jokaisen lapsen osalta osallistumista, mielenkiintoa ja keskittymistä sekä ryhmädynamiikkaa arvioitiin kolmiportaisesti asteikolla 0-2 (Taulukko 3). Osallistuminen käsitti lapsen aktiivisuutta tehtäviin, keskusteluun ja vahvuusviittojen tekemiseen. Mielenkiintoa ja keskittymistä arvioitiin, kuinka lapsi pystyi keskittymään tarinaan ja tehtäviin. Ryhmädynamiikkaa arvioitiin havainnoimalla lasten vuorovaikutusta ryhmän muiden lasten ja aikuisten kanssa.

Taulukko 3. Lasten havainnointien asteikko

Osallistuminen	Keskittyminen ja mielenkiinto	Ryhmädynamiikka
0= ei lainkaan	0=ei lainkaan	0= ei vuorovaikutusta
1= kannustettaessa	1= keskittyi osan ajasta	1= vuorovaikutus vähäistä
2= omatoimisesti/aktiivisesti	2= hyvin	2= aktiivinen vuorovaikutus aktiivista

6 Tulokset

6.1 Varhaiskasvattajien näkemykset

Alkukysely lähetettiin kahdelle tiimille, joissa oli yhteensä kuusi varhaiskasvattajaa. Kyselyyn vastasi kolme. Vastaukset rakentuivat siten että tiimistä, jossa pienryhmätoiminta toteutettiin, vastasi kaksi ja toisesta tiimistä yksi. Vastausprosentti oli 50 % otannasta. Varhaiskasvattajien suuri työn

määrä ja henkilöstöresurssit vaikuttivat siihen, että otanta jäi pieneksi. Siitä huolimatta, että otanta oli pieni, vastauksista voi huomata yhteneväisyyden.

Varhaiskasvattajien alkukyselyn vastauksista nousivat keskeisinä teemoina **lapsen yksilöllisen kohtaamisen** merkitys, sekä **kaveri- ja tunnetaitojen harjoittelun** merkitys osana lapsen itsetunnon vahvistamista varhaiskasvatuksen arjessa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa nostetaan esille lapsen yksilöllinen huomiointi ja sen merkittävyys (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 23).

”Lapset kohdataan yksilöinä ja annetaan positiivista palautetta. Lapsia kannustetaan tilanteissa, jotka tuntuvat haastavilta. Sanoitetaan uusia opittuja taitoja. Tunnetaitojen harjoittelu: kaveritaidot, muiden kohtaaminen ja arvostaminen, tunteiden sanoittaminen ja hyväksyminen.” (A)

Varhaiskasvattajien kyselyissä nousi myös esille yksilöllisyyden huomioinnin merkityksen lisäksi kasvattajan luottamussuhde. Luottamuksen rakentaminen on merkittävässä roolissa varhaiskasvatuksessa koko ajan mutta etenkin uuden lapsen aloittaessa ryhmässä. Luottamuksen rakentaminen ja lapsen kokema turvallisuus ovat vahvasti toisiinsa sidoksissa.

”Päivittäiset, pienet kohtaamiset...lämmän ja turvallinen ilmapiiri, sensitiivinen kasvatusote.” (C)

Keskeisinä keinoina varhaiskasvattajat sanoivat **kehumisen** ja **kannustuksen** arjen kohtaamisissa. Myös **yhteistyö vanhempien kanssa** ja tarvittaessa vanhempien tukeminen koettiin tärkeänä.

”Lapsen vahvuuksien huomioiminen ja vahvuuksien kautta toimiminen. Toiminnan järjestäminen siten, että lapsi saa onnistumisen kokemuksia ja tuntee itsensä pystyväksi. Kehuminen, kannustus ja kiittäminen.” (C)

Kysyttäessä varhaiskasvattajien omia ajatuksia liittyen lapsen itsetunnon ja sen vahvistamisen merkittävydestä, jokainen varhaiskasvattaja korosti itsetunnon merkitystä etenkin tulevaisuuden kannalta. Itsetunnon vahvistamisen myötä lapsen itsearvostus ja muiden arvostaminen kehittyy.

”Terve ja vahva itsetunto on kaiken perusta. Jos siellä on pulmaa, se voi vaikuttaa todella pitkälle elämässä ja jopa semmoisilla tavoilla, joita ei osaa edes sanoittaa. Lapsille on tärkeää korostaa, että hän riittää sellaisena kuin on.” (B)

Haasteina päiväkodin arjessa varhaiskasvattajat kokivat **suuret ryhmäkoot** ja puutteelliset **henkilöstöresurssit**, mitkä rajoittavat lasten yksilöllistä kohtaamista. Yhtenä haasteena koettiin **vaihtuvuus**. Vaihtuvat lapsiryhmät ja vaihtuvat aikuiset ryhmässä koettiin haasteena siten, että lapsiin tutustumiseen ei ole aina riittävästi aikaa.

”Mikäli ei mahdollisuutta ryhmän lasten yksilöllisen tuen tarpeen huomioimiseen riittävästi, tämä osittain haastaa myös lapsen itsetunnon vahvistamisen mahdollisuuksia.” (C)

Loppukyselyssä kysyttiin samat kysymykset kuin alkuhaastattelussa, siltä varalta, jos varhaiskasvattajille olisi tullut jotain lisättävää tai toiminnan myötä olisi herännyt uusia ajatuksia. Kokemukset itsetunnon vahvistamisesta pysyivät samana kyselyjen välillä. Loppuhaastattelussa keskityttiin myös kartoittamaan varhaiskasvattajien ajatuksia liittyen pienryhmätoimintaan ja sen merkitykseen. Ryhmän varhaiskasvattajien (n=2) vastauksissa korostui pienryhmätoiminnan merkittävyyden haastava arviointi lyhyessä ajassa sekä haastavuus arvioida sitä, johtuuko itsetunnon vahvistuminen ryhmätoiminnasta vai muista tekijöistä. Siitä huolimatta, että lyhytaikaisen pienryhmätoiminnan merkitystä itsetuntoon on haastava arvioida, koetaan se kuitenkin tärkeänä ja lapsen itsetunnolle positiivisena asiana.

6.2 Pienryhmätoiminnan havainnot

Pienryhmätoiminnassa havainnoitiin jokaisella kerralla samoja asioita, joita olivat lasten mielenkiinto ja keskittyminen toimintaan, osallistuminen toimintaan sekä ryhädynamiikka (Taulukko 5). Pienryhmätoiminta kertojen osallistujamäärässä oli jonkin verran vaihtelua (Taulukko 4.). Pienryhmätoiminta onnistui hyvin. Kukaan lapsista ei jättänyt pienryhmätoimintaa kesken.

Taulukko 4. Pienryhmäkertojen osallistujat

Pienryhmäkerta	1	2	3	4	5
----------------	---	---	---	---	---

Lapset (n)	3	5	4	4	3
------------	---	---	---	---	---

Osallistuminen

Jokainen lapsi on erilainen persoona ja tämä näkyi myös pienryhmätoiminnassa. Suurin osa paikalla olleista lapsista osallistui heti toimintaan aktiivisesti ja mielenkiinnolla. Yksi lapsi seurasi alkuun enemmän toimintaa, mutta kertojen edetessä hänestäkin kehittyi aktiivinen osallistuja (Taulukko 4, lapsi3). Kaikki lapset osallistuivat toimintakerroille hyvällä mielellä, eikä kukaan halunnut lopettaa toimintaa kesken. Lapset saivat miettiä aina ennen toiminnan alkua, miten tulevat ohjaajan kanssa kerhotilaan. Ensimmäisellä kerralla lapset tarvitsivat enemmän aikuisen tukea ja ideoita keksiä tyyli, millä haluavat mennä ryhmätilaan. Toimintakertojen edetessä tästä tuli jokaiselle lapselle helpompaa.

Mielenkiinto ja keskittyminen

Jokainen lapsi oli kiinnostunut toiminnasta. Etenkin ohjaajan salkun sisältö herätti jokaisella kerralla lasten mielenkiinnon ja huomion. Ensimmäisellä kertaa salkku aukaistiin yhdessä ja sen jälkeen lapset halusivat yrittää itse aukaista salkun, jos muistivat numerosarjan. Lapset kuuntelivat jokaisen Villen tarinan mielenkiinnolla ja kertoivat parhaan kohdan tarinasta. Lapset muistivat myös mitä edellisen kerran tarinassa oli tapahtunut ja orientoituivat tämän myötä jo seuraavaan tarinaan. Ensimmäinen toimintakerta kokonaisuudessaan kesti noin tunnin, minkä aikana lapset alkoivat väsyä ja keskittyminen herpaantua. Yhdellä lapsella keskittyminen toimintaan herpaantui ajoittain eri toimintakerroilla (Taulukko 4, lapsi1). Ensimmäisen kerran jälkeen tarinat oli lyhennetty niin, että toiminnan kesto kokonaisuudessaan oli noin puoli tuntia. Toiminnan lyhentämisellä oli selkeä merkitys lasten jaksamiseen ja mielenkiinnon ylläpitämiseen. Tehtävät, joita tehtiin jokaisen tarinan jälkeen, olivat aina erilaisia teeman mukaan. Tehtävien erilaisuus edesauttoi lasten mielenkiinnon ylläpitämistä. Lapset odottivat tarinoiden jälkeen etenkin vahvuusviittojen tekemistä.

Vahvuusviitat olivat lapsille mieluisaa tekemistä. Kuitenkin välillä ohjaajan piti miettiä miten pitää viittojen tekeminen mielenkiintoisena. Viittoihin oli tarkoituksena jokaisella toimintakerralla lisätä lapsen haaveita ja vahvuuksia. Viittojen toteutus oli jokaisella kerralla sama ja tämän vuoksi lapset

eivät meinanneet keksiä enää uusia ideoita tai tekeminen alkoi tuntua jo tylsältä. Kuitenkin asian muotoilu eri tavalla auttoi jo jonkin verran. Lisäksi välillä käytössä oli apuna tunnekortit, joista lapset saivat valita itselleen sopivat vahvuudet ja kirjoittaa ne viittoihin. Viimeisellä kerralla lapset saivat omat vahvuusviitat itsellensä, mistä he olivat todella iloisia.

Ryhmädynamiikka

Lapset olivat ennestään toisille tuttuja, mikä vaikutti siihen, että ryhmäytymistä oli tapahtunut ennen ryhmätoiminnan alkua. Toimintakertojen edetessä kuitenkin oli havaittavissa ryhmän dynamiikan vahvistuminen. Ryhmädynamiikan vahvistumista pystyi havainnoimaan siitä, miten lasten välinen keskustelu lisääntyi ryhmässä ja aina ei jaksettu odottaa omaa vuoroa. Lapset osoittivat myös enemmän mielenkiintoa toisten lasten viittoihin ja halusivat tietää mitä kuvia tai sanoja niistä löytyy. Etenkin kun lapset tiesivät, että viimeisellä kerralla he saavat jotain herkkuja, he kävivät yhdessä keskustelua siitä mitä herkut voisivat olla. Viimeisellä kerralla lapset ihastelivat toistensa viittoja ja varhaiskasvattaja otti heistä yhteiskuvan, jossa lapset pitivät päällään omia viittojaan. Pienryhmätoiminnan aikana ryhmässä ei ilmaantunut konfliktitilanteita lasten kesken.

Taulukko 5. Toimintakertojen havainnointien tulokset

	Lapsi1	Lapsi2	Lapsi3	Lapsi4	Lapsi5	Mediaani
Toimintakerrat	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	
Osallistuminen	2 2 2 1 2	2 2 - 2 2	1 1 2 2 -	- 2 2 2 -	- 2 2 - 2	2
Mielenkiinto ja keskittyminen	1 1 1 1 1	2 2 - 2 2	2 2 2 2 -	- 1 2 2 -	- 1 2 - 1	2
Ryhmädynamiikka	2 2 2 2 2	2 2 - 2 2	1 2 2 2 -	- 1 2 2 -	- 2 2 - 2	2

7 Pohdinta

7.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Varhaiskasvattajat toivat esille lapsen itsetuntoon vaikuttavina tekijöinä lapsen yksilöllisen kohtaamisen, kannustamisen, kaveri- ja tunnetaitojen vahvistamisen ja luottamuksen rakentamisen. Varhaiskasvattajien näkemykset ovat linjassa Fischeran ja muiden (2022) tekemien tutkimustulosten kanssa siten, että ympäristön ja vanhempien kasvatustyylin lisäksi tunnetaitojen ja itsetunnon vahvistamisella voi olla merkitys tulevaisuudessa. Huilla ja Isokoski (2013) ovat tehneet tutkimuksen esi- ja alkuopetuksessa myös kyselylomakkeita käyttäen. Tulosten mukaan lasten tunnetaitojen ja itsetunnon vahvistaminen on koettu tärkeäksi ja tunnetaitojen nähdään tukevan hyvää itsetuntoa (Huilla & Isokoski 2013, 72). Heidän tuloksissa tuotiin esiin myös keinoina itsetunnon vahvistamiseen lasten yksilöllinen huomioiminen, kehuminen ja kannustaminen, mikä on linjassa myös tämän tutkimuksen tulosten kanssa. Myös varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan myönteisellä ja kannustavalla vuorovaikutuksella nähdään olevan suuri merkitys lapsen oman identiteetin ja itsetunnon rakentumiseen (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 30 – 31). Lammi ja Pessi (2015) ovat tutkineet lapsen itsetunnon tukemista päiväkodissa ryhmähaastattelulla. Tulosten mukaan itsetuntoa tuetaan kehumalla sekä onnistumisen kokemusten ja fyysisen läheisyyden kanssa (Lammi & Pessi 2015, 39).

Haasteista esiin nousivat päällimmäisinä suuret ryhmäkoot ja henkilöstöressurssit. Opetushallituksen (2022, 62) mukaan pienryhmätoiminnalla voidaan tukea lasten oppimista ja kehittymistä. Lapsimäärän pienentämisellä muutetaan henkilöstön ja lasten suhdelukua siten, että lapsen tukea voidaan suunnitellusti toteuttaa ja varhaiskasvatukselle asetetut tavoitteet voidaan ryhmässä saavuttaa (Opetushallitus 2022, 62). Suuret lapsiryhmät ja henkilökuntaressurssien puute aiheuttavat kuitenkin haasteita pienryhmätoiminnan järjestämisessä. Viime aikoina pula varhaiskasvattajista on ollut ajankohtainen, mikä voi vaikeuttaa edelleen pienryhmätoiminnan toteutumista päiväkodeissa. Tämän myötä lapsen yksilöllinen kohtaaminen vaikeutuu, millä taas voi olla vaikutuksia itsetunnon kehittymiseen. Myös Raittila (2013, 79 – 80) toteaa, että yksilöllisyyden ja lasten tarpeiden huomiointi onnistuu paremmin pienryhmien myötä.

Yhtenä haasteena nähtiin myös vaihtuvat aikuiset ja lapset päiväkodeissa, mikä taas puolestaan voi horjuttaa yhteistyötä kodin ja päiväkodin välillä sekä luottamuksellisen suhteen rakentamista

lasten ja aikuisten välillä. Tämä voi osaltaan vaikuttaa negatiivisesti lasten itsetunnon vahvistumiseen. Reasoner (1992) toteaa myös, että perusturvallisuus on itsetunnon keskeisin osa-alue, ja riippuu paljolti siitä onko lapsella luotettavia ihmisiä ympärillä. Myös Viljamaan (2022, 17) mukaan luotettava ja kasvulle ja kehitykselle avoin ympäristö tukee ryhmään kuuluvuuden tunnetta, mikä edesauttaa tunnetaitojen oppimista ja itsetunnon vahvistumista.

Pienryhmätoiminnan aikana havainnoitiin osallistumista, mielenkiintoa ja ryhmädynamiikkaa. Lasten yksilöllisyys näkyi pienryhmätoiminnassa. Joidenkin lasten osalta spontaani aktiivisuus ensimmäisten toimintakertojen aikana oli vähäisempää, mutta aktiivisuus lisääntyi selvästi toimintakertojen edetessä. Myös lasten keskittymisessä oli toiminnan aikana havaittavissa eroja. Toiminnan kannalta keskeistä oli ikätason huomioiminen. Selkeästi tuli esille, että 4 – 5-vuotias lapsi ei jaksakaan keskittyä ja pitää yllä mielenkiintoa kokonaista tuntia. Tämän vuoksi ensimmäisen toimintakerran jälkeen tuokion kesto lyhennettiin puoleen tuntiin. Kertojen edetessä lapset keskustelivat keskenään enemmän ja olivat kiinnostuneita toistensa vahvuusviitoista. Toimintaan osallistuminen monipuolisesti on usein tärkeää lapselle osallisuuden kokemuksen saavuttamiseksi. Erityisesti varhaiskasvatikäisten lasten osallisuus muodostuu vuorovaikutustilanteissa ryhmän sisällä (Leinonen 2014, 18). Lapsen kokema osallisuus muodostuu vapaudesta kertoa omia ajatuksiaan, mahdollisuuden osallistua päätösten tekemiseen ja muuttaa asioita (Kataja 2014, 57). Yhdessä toteutettu toiminta myös vahvistaa tunnetta ryhmään kuulumisesta (Koivula & Eerola-Pennanen 2017). Mitä pienempi ryhmä, sitä helpommin lapsi voidaan kohdata yksilöllisemmin, lapsi pääsee osallistumaan aktiivisesti toimintaan ja esittämään omia ajatuksiaan. Pienempi ryhmä edistää myös hiljaisempien lasten osallistumista toimintaan (Leinonen 2014, 29).

Pienryhmätoiminnan toteuttamisessa Reasonerin teorian (1992) kaikki osa-alueet huomioitiin. Perusturvallisuus oli taattu turvallisilla aikuisilla ja rauhallisella ympäristöllä. Erilaisten harjoitteiden ja tehtävien kautta tuettiin lapsen identiteettiä ja omien vahvuuksien näkemistä, joka voi vahvistaa lapsen omanarvon tunnetta. Onnistumisen ja ilon kokeminen päiväkodin arjessa voi edistää lapsen tunnetaitojen kehittymistä (Lipponen, Kumpulainen & Hilppö 2013, 173). Loppujuhlan jälkeen lapset pystyivät sanoittamaan onnistumisistaan vanhemmilleen. Liittyminen rakentui ryhmän lasten ja aikuisten välillä. Jokainen sai tulla juuri omana itsenään ryhmään ja lapset olivat hyviä juuri omana itsenään. Tehtävä- ja tavoitetietoisuus sekä pätevyys toteutuivat niin, että ryhmällä oli yhteisenä tavoitteena tehdä erilaisia tehtäviä sekä jokaisella tehdä yksilönä omat vahvuusviitat. Toiminta siis oli tavoitteellista ja lapsia motivoitiin näkemään itsessään hyvä.

Pienryhmätoimintaa suunniteltaessa ennakointi on merkittävässä roolissa. Toiminta oli strukturoitua siten, että jokaiselle lapselle oli ensimmäisellä kerralla määritelty oma istumapaikka ringissä ja nämä samat paikat pidettiin jokaisella kerralla. Tämä helpotti lapsien orientoitumista kerhon alkuun ja rauhoittumista. Ensimmäisellä kerralla lapsia jännitti, kun heidän piti alkuun miettiä miten haluavat siirtyä ryhmätilaan. Pienryhmätoiminnan toteuttaja huolehti etukäteisjärjestelyistä ja yhteistyöstä päiväkodin kanssa. Varhaiskasvattajat suunnittelivat ja valikoivat ryhmätoimintaan soveltuvat lapset pohtien sitä kuka toiminnasta hyötyisi eniten. Ennakoinnilla voitiin minimoida sitä, että lapset jättäisivät toiminnan kesken. Lisäksi se, että tiimin varhaiskasvattajat olivat miettineet etukäteen ryhmään sopivat lapset, edisti prosessia ja edesauttoi ryhmän toimivuutta. Toimintakerat olivat joka kerta samana viikonpäivänä, jonka takia oli myös sovittu, että toimintaa ei toteuteta kyseisenä päivänä jos lapsia on vähemmän kuin kolme paikalla. Ennakoinnissa oli huomioitu myös Covid-19 pandemian merkitys. Aluksi pandemian takia oli epävarmaa voidaanko pienryhmätoimintaa toteuttaa päiväkodissa, koska ulkopuolisten vierailua oli pyritty välttämään mahdollisimman paljon. Pienryhmätoiminnan toteutus onnistui kuitenkin hyvin pandemiasta huolimatta.

Opinnäytetyön tulosten perusteella voidaan todeta, että yksittäisen ja lyhytkestoisen pienryhmätoiminnan merkitystä osana lapsen itsetunnon vahvistamista on haastavaa arvioida. Varhaiskasvattajille suunnatussa kyselyssä tämä tuli selkeästi ilmi. Vaikka pienryhmätoiminnan merkitystä itsetuntoon on haastavaa arvioida, varhaiskasvattajat toivat esille, että positiivisella pedagogiikalla ja pienryhmätoiminnalla on positiivisia vaikutuksia lapsen itsetuntoon. Tutkimusten mukaan lapsen sosiaalisten taitojen kehittäminen on tehokkainta pienessä 3-5 lapsen ryhmässä. Pienryhmässä lapsella on mahdollisuus luoda positiivisia suhteita aluksi muutamaaan ryhmäläiseen ja sen myötä liittyminen isompaan ryhmään sujuu luontevammin. Sosiaalisilta taidoiltaan heikomman lapsen asema voi muuttua koko ryhmässä (Vilen ym. 2006, 463). Mooij, Fekkes, van den Akker, Vliek, Scholte ja Overbeek (2022) toteuttivat intervention 4–6-luokkien lapsiryhmissä, jonka tutkimuskohteena oli selvittää sitä, että voiko lapsen itsenäisyyden vahvistamisella vaikuttaa psykososiaaliseen käytökseen. Interventio on linjassa aiempien tutkimusten kanssa, näiden mukaan lapsen autonomian vahvistamisella voidaan jollain tasolla vaikuttaa positiivisesti lapsen psykososiaaliseen käyttäytymiseen. Interventioiden vaikutukset voivat näkyä vahvemmin vasta tulevaisuudessa, joko omassa ohjautuvuudessa, itsetunnossa tai esimerkiksi mielenterveydessä. (Mooij ym. 2022, 62.)

7.2 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyön kyselyiden otanta oli varsin pieni, mikä voi vaikuttaa kyselyiden luotettavuuteen. Laajempi otanta sähköpostikyselyihin olisi voinut lisätä tutkimuksen luotettavuutta. Toisaalta vastauksissa oli paljon yhteneväisyyksiä ja ne ovat linjassa varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2022) kanssa. Mikäli teemahaastattelu olisi toteutunut, tulokset olisivat todennäköisesti olleet monipuolisemmat. Ryhmähaastattelussa voi nousta erilaisia näkemyksiä verrattuna kirjalliseen kyselyyn. Sähköpostikyselyssä on toisaalta se hyvä puoli, että vastaaja saa rauhassa itsenäisesti miettiä vastauksensa. (Hirsjärvi ym. 2008, 50.) Jos vastaajalla on kuitenkin kiire, voi vastaukset jäädä puutteellisiksi tai niukoiksi. Jos kysely ei olisi ollut sidoksissa pienryhmätoimintaan, olisi kyselyn voinut lähettää laajemmin eri varhaiskasvatuksen kasvattajille, jolloin otanta olisi ollut suurempi.

Pienryhmätoiminnassa toimintakertojen määrä oli melko vähäinen, mikä voi vaikuttaa tuloksiin. Pienryhmätoiminnassa Rainan ja Haapaniemen (2005, 125) mukaan 4-6 lapsen ryhmä on sopivan kokoinen ja yksilöllisyydelle on riittävästi aikaa. Varhaiskasvattajat olivat valinneet pienryhmätoimintaan ne lapset, joiden odotettiin hyötyvän toiminnasta eniten. Tämän vuoksi ryhmä oli valikoitu, millä voi olla vaikutusta tuloksiin. Tulokset olisivat voineet olla erilaiset, jos ryhmä olisi ollut sattumanvarainen. On kuitenkin tarkoituksenmukaista, että pienryhmään valitaan lapset, joiden oletetaan siitä hyötyvän. Tutkimukseen vaikuttavana riskitekijänä oli, että pienryhmätoimintaan osallistui kaksi ohjaajalle harjoittelun kautta aiemmin tuttua lasta. Tällä olisi saattanut olla vaikutusta lasten suhtautumiseen ohjaajaan. Vaikutelma oli että lapset eivät muistaneet ohjaajaa, joskin tätä ei voi varmuudella tietää. Pienryhmätoiminnan havainnointi oli vapaamuotoista. Tulosten luotettavuutta ja monipuolisuutta olisi parantanut, mikäli havainnoinnissa olisi käytetty ennalta suunniteltua havainnointilomaketta sen sijaan, että hyödynnettiin vain varhaiskasvattajan ja ohjaajan omia vapaamuotoisia havaintoja liittyen osallistumiseen, keskittymiseen ja ryhmädynamiikkaan.

Ennen pienryhmätoiminnan aloitusta tutkimukseen oli pyydetty kaupungilta tutkimusluvut. Lisäksi vanhemmilta oli pyydetty luvat siihen, että heidän lapsensa saavat osallistua toimintaan. Vanhemmille oli myös etukäteen tiedotettu mistä ryhmätoiminnassa on kyse ja mitä siellä tehdään. (Eskola & ym. 1998, 52.) Vaikka henkilötietoja ei kerätty, käsiteltiin aineistoa silti varovasti tutkimuksen jokaisessa vaiheessa. Toimintakertojen muistiinpanot ja kyselyiden vastaukset säilytettiin salasanalla suojatulla alustalla, jonne ulkopuolisilla ei ollut pääsyä. Johdonmukaisuus on yksi keskeinen

tekijä, joka voidaan katsoa hyvän tutkimuksen kriteerinä (Tuomi ym. 2009, 127). Johdonmukaisuus näkyi ryhmätoiminnan struktuurissa ja siinä, että jokaisella ryhmäkerralla havainnoitiin samoja asioita. Tutkimuksen toteuttajan rooli ryhmässä oli ohjata toimintaa ja havainnoida lasten toimintaa. Jokaisen toimintakerran jälkeen käytiin keskustelua varhaiskasvattajan kanssa, joka oli mukana toiminnassa ja havainnoi ryhmää toiminnan aikana. Keskustelut käytiin siten, ettei ketään ulkopuolisia ollut kuulemassa. Opinnäytetyön valmistuttua varhaiskasvattajien vastaukset ja havainnointien muistiinpanot hävitetään.

Pienryhmätoiminnan käynnistyttyä vanhemmilta varmistettiin, että he hyväksyvät lasten etunimen käytön kannustus videoissa. Asian varmistaminen tehtiin, koska vanhemmille välitetystä saatekirjeessä (Liite 3) kerrottiin lasten saavan yllätyksen. Kirjeessä ei kuitenkaan ollut kerrottu mistä yllätyksessä on kyse ja läpinäkyvyyden vuoksi vanhemmille kerrottiin lasten saavan heille osoitetun kannustus videon. Tutkimus keskittyi lapsiin ja kerhomallin testaamiseen menetelmänä, minkä takia vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö oli melko vähäistä. Tiedonvälitys tarvittaessa vanhemmille tapahtui päiväkodin kautta.

8 Kehittämisehdotuksia

Vaikka itsetunnon tutkiminen on haasteellista, sen monialaisuuden ja arvioitavuuden haasteiden takia olisi merkityksellistä toteuttaa lisää tutkimuksia. Ryhmätoimintamallia voitaisiin tulevaisuudessa testata erilaisella otannalla erilaisissa ryhmissä, jotta saataisiin myös tietoa siitä miten erilaiset ryhmäkoot voivat vaikuttaa toimintaan ja miten tarina toimisi esimerkiksi erilaisissa sairausryhmissä. Tutkimuksessa ollut pieni ryhmä koko mahdollisesti yksilöllisyyden huomioinnin, mitä isompi ryhmä olisi voinut heikentää. Etenkin ryhmädynamiikkaan voi vaikuttaa ryhmä koko ja se onko ryhmäläiset tuttuja vai ei. Tulevaisuuden kannalta olisi myös hyödyllistä kokeilla kerhomallia ryhmässä, jossa lapset eivät ole toisilleen tuttuja. Jos ryhmässä sattuu olemaan useita lapsia omien kavereiden kesken, ryhmädynamiikka on jo muodostunut tietynlaiseksi ennen varsinaista ryhmäytymistä.

Jatkokehittämisen kannalta voisi olla hyvä, että kerhomalliin otettaisiin mukaan myös jokin ryhmälle sopiva mittari, esimerkiksi Classroom Peer Context Questionnaire (CPCQ)- kysely, jonka avulla voidaan pyrkiä selvittämään henkilöiden kokemusta ryhmästä ja ryhmässä toimimi-

sesta. ”Minusta tulee isona”-kerhossa keskityttiin havaintoihin ja lasten esille tuomiin asioihin. Kerhoa toteutettaessa pitää etenkin 4–6-vuotiaiden kanssa priorisoida ajan käyttö ja huomioida lasten ikätaso ja vireystila. De Mooij ja muut (2022) toteuttivat tutkimuksen ala-asteikäisille. Peruskouluikäiset voivat keskittyä jo pitempiä aikoja verrattuna päiväkotikäisiin. Yksi keskeinen itsetunnon mittari nuorten parissa on Self-Perception Profile for Children-kysely (SPPC). SPPC-kyselyn avulla voidaan selvittää lapsen käsitystä itsestään. (Muris 2003, 1972.) Toisena keskeisenä mittausmenetelmänä on globaalisti käytössä The Self-Description-kysely (SDQI). Mittareiden tarkoituksena on arvioida henkilöiden käsitystä itsestään ja heidän omakuvaansa. Indikaattorit ovat laaja-alaisia, joissa käsitellään useita tekijöitä. Arvioitavana ovat erilaiset akateemiset, liikunnalliset, sosiaaliset taidot, sekä miten henkilö näkee itsensä kokonaisuutena, kokeeko hän kuuluvansa ryhmään ja onko hän onnellinen elämässään. (Guerin & Tatlow-Golden 2019, 1526–1527.) On tärkeää huomioida, että alkuperäinen kysely on luotu nuorille aikuisille ja sitä vanhemmille. Tämä tarkoittaa sitä, että jos kyselyitä pyrittäisiin hyödyntämään varhaiskasvatuksen kentällä, on tärkeää miettiä sen soveltuvuutta.

Jos tutkimusta lähdetäisiin kehittämään eteenpäin, olisi hyvä huomioida vanhempien rooli ja heidän havaintonsa lapsista kotiympäristössä. Lisäksi vanhemmille voisi pienryhmätoiminnan päättymisen jälkeen lähettää parin kuukauden päästä kyselyn siitä, kokevatko he, että toiminta on vaikuttanut lapsen itsetuntoon. Muisteleeko lapsi esimerkiksi toimintaa tai käyttäkö hän viittaa leikeissä, onko muita havaintoja. Tutkimusta voitaisiin myös kehittää niin, että pienryhmätoimintaa toteutettaisiin useammassa päiväkotiryhmässä, jolloin näyttöä saisi lisää. Laajempi tutkimus vaatisi useamman ohjaajan pienryhmätoiminnan toteutukseen. Tutkimuksen arvioinnissa nousee esille juuri itsetunnon haasteellinen arviointi. Itsetuntoon vaikuttavat monet eri tekijät ja on vaikea arvioida esimerkiksi pienryhmätoiminnan merkitystä itsetunnon vahvistumiseen. Toisena haastavana tekijänä on se, että itsetunnon vahvistuminen ja sen merkitys voi myös näkyä vasta pidemmän ajan kuluttua. Kuitenkin kannustusvideoiden saanti oli lapsille nähtävästi merkityksellistä. Voi olla, jos pienryhmään osallistuneilta lapsilta kysyttäisiin vuosien päästä lapsuudessa merkittävää tapahtumaa, joku mainitsisi pienryhmätoiminnan ja sen merkityksen itsetunnon kehittymiselle.

Lähteet

Aalto-Setälä, T., Suvisaari, J., Appelqvist-Schmidlechner, K. & Kiviruusu, O. 2021. Pandemia ja nuorten mielenterveys – Kouluterveyskysely 2021. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 12.6.2022. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-738-8>.

Alasuutari, P. 2012. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Blewitt, C., Morris, H., O'Connor, A., Ifanti, A., Greenwood, D. & Skouteris, H. 2021. Social and emotional learning in early childhood education and care: a public health perspective. *Australian and New Zealand journal of public health*, 45, 1, 17–19. Viitattu 20.10.2022 <https://doi.org/10.1111/1753-6405.13058>.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 2. p. Tampere: Vastapaino.

Fischera, E., Sutton, M. & Turner, A. 2022. Estimating the late-life effects of social and emotional skills in childhood using midlife mediators. *Social science & Medicine*, 292, 114522. Viitattu 20.10.2022 <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114522>

Grönfors, M. & Vilkkä, H. 2011. Laadullisen tutkimuksen kenttätömenetelmät. Hämeenlinna: Sofia-Sosiologi-Filosofiapu Vilkkä. Viitattu 18.9.2021. http://vilkka.fi/books/Laadullisen_tutkimuksen.pdf.

Guerin, S. & Tatlow-Golden, M. 2019. How valid are measures of Children's self-concept/self-esteem? Factors and content validity in three widely used scales. *Child Indicators Research*, 12, 5, 1507–1528. Viitattu 4.7.2022. <http://janet.finna.fi>, ProQuest Central.

Heikkinen, K.-M. & Kajan, H. 2021. Osallisuutta arkeen! Pedagoginen dokumentointi vahvistaa lapsen osallisuutta varhaiskasvatuksen suunnitteluun, arviointiin ja kehittämiseen. Julkaisussa Varhaiskasvatuksen asiantuntijat. Osa 2. Toim. E. Fonsén, M. Koivula, R. Korhonen & T. Ukkonen-Mikkola. Tampere: Suomen varhaiskasvatus ry.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Huilla, M. & Isokoski, S. 2013. Lapsen tunnetaitojen ja itsetunnon vahvistaminen esi- ja alkuopetuksessa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto, Opettajankoulutuslaitos. Viitattu 29.10.2022. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201312202861>.

Järvinen, K. & Mikkola, P. 2015. Oletko sä meidän kaa? Näkökulmia osallisuuteen ja yhteisöllisyyteen varhaiskasvatuksessa. 1. painos. Helsinki: Pedatieto.

Kataja, E. 2014. Yhteinen osallisuus varhaiskasvatuksen pedagogiikassa. Julkaisussa Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa. Toim. J. Heikka, E. Fonsén, J. Elo & J. Leinonen. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus ry., 56–79.

Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2017. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.

Koivula, M. & Eerola-Pennanen, P. 2017. Yhteisöllisyys ja yksilöllisyys. Julkaisussa Valloittava varhaiskasvatus – Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Toim. M. Koivula, A. Siippainen & P. Eerola-Pennanen. 3. korj. ja laajennettu p. Tampere: Vastapaino, luku 15. Viitattu 29.10.2022. <https://janet.finna.fi/>, Ellibs.

Kuppens, S. & Ceulemans, E. 2019. Parenting Styles: A Closer Look at a Well-Known Concept. *Journal of Child and Family Studies*, 28, 168-181. Viitattu 20.12.2021. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1242-x>.

Lajunen, K., Andell, M. & Ylenius-Lehtonen, M. 2019. Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. 2. korj. p. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 15.9.2021. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-467-0>.

Lammi, S. & Pessi J. 2015. Lapsen itsetunnon tukeminen ja vahvistaminen päiväkodissa. Opinnäytetyö, AMK. Seinäjoen ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysala. Viitattu 29.10.2022. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2015101315383>.

Lapsen oikeuksien sopimus. N.d. Helsinki: Unicef. Viitattu 20.11.2022. <https://www.unicef.fi/tyomme/lapsen-oikeudet/lapsen-oikeuksien-sopimus/lapsen-oikeuksien-sopimuksen-koko-teksti/>.

Leinonen, J. 2014. Pedagogisia näkökulmia lasten osallisuuden tukemiseen varhaiskasvatuksessa. Julkaisussa Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa. Toim. J. Heikka, E. Fonsén, J. Elo & J. Leinonen. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus ry., 15–40.

Lipponen, L., Kumpulainen, K. & Hilppö, J. 2013. Haluan, voin ja osaan: Lasten toimijuuden rakentuminen päiväkodissa. Julkaisussa Varhaiskasvatuksen pedagogiikka. Toim. Karila, K. & Lipponen, L. Tampere: Vastapaino, 159–175.

Moazami-Goodarzi, A., Zarra-Nezhad, M., Hytti, M., Heiskanen, N. & Sajaniemi, N. 2021. Training Early Childhood Teachers to Support Children’s Social and Emotional Learning: A Preliminary Evaluation of Roundies Program. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 20, 10679. Viitattu 4.9.2022. <https://janet.finna.fi/>, ProQuest Central.

Moghaddam, M. F., Validad, A., Rakhshani, T. & Assareh, M. 2017. Child self-esteem and different parenting styles of mothers: a cross-sectional study. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 19, 1, 37–42. Viitattu 20.12.2021. DOI: <https://doi.org/10.12740/APP/68160>.

Mooij, B., Fekkes, M., van den Akker, A. L., Vliek, L., Scholte, R. H. J. & Overbeek, G. 2022. Does affirming children's autonomy and prosocial intentions help? A microtrial into intervention component effects to improve psychosocial behavior. *Journal of school psychology*, 90, 60–81. Viitattu 11.7.2022. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2021.11.003>.

Muris, P., Meesters, C. & Fijen, E. 2003. The Self-Perception Profile for Children: further evidence for its factor structure, reliability, and validity. *Personality and individual differences*, 35, 1791–1802. Viitattu 2.7.2022. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00004-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00004-7).

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022. 2022. Helsinki: Opetushallitus. Määräykset ja ohjeet 2022:2a. Viitattu 11.9.2021. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_1.pdf.

Pinquart, M. & Gerke, D-C. 2019. Associations of Parenting Styles with Self-Esteem in Children and Adolescents: A Meta-Analysis. *Journal of child and family studies*, 28, 8, 2017–2035. Viitattu 10.3.2022. <http://janet.finna.fi>, ProQuest Central.

Rabinowitch, T-C., Cross, I. & Burnard, P. 2012. Long-term musical group interaction has a positive influence on empathy in children. *Psychology of Music*, 41, 4, 484–498. Viitattu 21.6.2022. <http://janet.finna.fi>, Sage Journals.

Raina, L. & Haapaniemi, R. 2005. Yksilöt yhdessä: Kasvatus ja persoonan laatu. Helsinki: Arator.

Raittila, R. 2013. Pienryhmätoiminta ja leikkialueet: Varhaiskasvatuksen pedagoginen toimintaHi-päristö rakentuu arkisissa käytännöissä. Julkaisussa *Varhaiskasvatuksen pedagogiikka*. Toim. Karila, K. & Lipponen, L. Tampere: Vastapaino, 69–94.

Ranta, S. 2021. Positiivinen pedagogiikka suomalaisessa varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. *Katsaus. Kasvatus & aika*, 15, 1, 69–74. Viitattu 24.11.2022. <https://doi.org/10.33350/ka.101598>.

Reasoner, R. W. 1992. Building self-esteem in the elementary schools. Teacher's manual. Palo Alto, Calif.: Consulting Psychologists Press.

Ryan, R. M. & Deci, E. L. 2000. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 1, 68–78. Viitattu 5.11.2022. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.68>.

Röthlisberger, M., Neuenschwander, R., Cimeli, P., Michel, E. & Roebbers, C. 2012. Improving executive functions in 5- and 6-year-olds: Evaluation of a small group intervention in prekindergarten

and kindergarten children. *Infant and Child Development*, 21, 411–429. Viitattu 21.6.2022. <https://doi.org/10.1002/icd.752>.

Sinkkonen, J. 2020. *Onnellinen lapsi*. Helsinki: WSOY.

Sirkku, A. & Tarkkonen, H. 1999. *Itsetuntoharjoituksia esi- ja alkukasvatusikäisille*. Turku: Turun opettajankoulutuslaitos.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. 5. uud. painos. Helsinki: Tammi.

Turja, L. 2017. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Julkaisussa *Varhaiskasvatuksen käsikirja*. Toim. Hujala, E. & Turja, L. 4. uud. painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 38–55.

Varhaiskasvatuslaki 540/2018. Annettu 13.7.2018. Viitattu 10.3.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>.

Vatanen, A. 2016. Keskustelunanalyttinen tutkimusprosessi. Julkaisussa *Keskustelunanalyysi. Kuinka tutkia sosiaalista toimintaa ja vuorovaikutusta*. Toim. M. Stevanovic & C. Lindholm. Tampere: Vastapaino, 312–330.

Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2006. *Lapsuus erityinen elämänvaihe*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.

Viljamaa, J. 2022. *Itsetunnon voima. Hylkää ankeuttajat ja usko itseesi*. Helsinki: Kirjapaja

Ville ja epilepilandia. 2019. Epilepsialiitto. Viitattu 20.11.2022. https://www.epilepsia.fi/wp-content/uploads/2021/02/Ville_ja_Epilepilandia_web.pdf.

Liitteet

Liite 1. Alkuhaastattelu kysymykset

1. Miten tällä hetkellä arjessa näkyy lapsen itsetunnon vahvistaminen?
2. Mitä ajatuksia sinulla itselläsi on lapsen itsetunnon merkittävydestä ja sen vahvistamisen merkittävydestä?
3. Millä keinoin voit vaikuttaa lapsen itsetuntoon?
4. Mitä haasteita näet lapsen itsetunnon vahvistamisessa varhaiskasvatuksessa?

Liite 2. Loppuhaastattelu kysymykset

1. Miten tällä hetkellä arjessa näkyy lapsen itsetunnon vahvistaminen? Miten tällä hetkellä arjessa näkyy lapsen itsetunnon vahvistaminen?
2. Mitä ajatuksia sinulla itselläsi on lapsen itsetunnon merkittävydestä ja sen vahvistamisen merkittävydestä?
3. Millä keinoin voit vaikuttaa lapsen itsetuntoon?
4. Onko ryhmätoiminnalla merkitystä lapsen itsetuntoon? Miten?
5. Näkyykö muutoksia lapsen itsetunnossa?
6. Miten pienryhmä vaikutti sosiaalisiin suhteisiin? Vai vaikuttiko? (näkyykö esim muutoksia leikkien kestossa? Millä mielellä lapsi on ollut? Sietääkö pettymyksiä jne?)

Liite 3. Saatekirje vanhemmille

Olen Veera Parviainen, opiskelen Jyväskylän ammattikorkeakoulussa sosionomiksi kolmatta vuotta. Olisin tulossa pitämään ryhmään pienryhmätoimintaa. Toimintakertoja on 5 kertaa, jonka lisäksi on loppujuhla. Pienryhmätoiminnassa käsitellään itsetunnon vahvistamista eri keinoin ja käsitellään toistemme erilaisuutta ja samanlaisuutta. Toiminta tapahtuu tarinoiden ja harjoitteiden kautta leikinomaisesti.

Lapsille annetaan paidat/viitat, joihin he pääsevät kirjoittamaan heidän ajatuksiaan ja haaveitaan, jonka he saavat viimeisen kerran jälkeen kotiin mukaan. Lisäksi lapset saavat ”reissuvihon” jota täytetään ryhmässä ja kerrotaan mitä ryhmässä on tehty ja annetaan harjoitteita, joita perhe voi halutessaan tehdä yhdessä kotona. Perheessä voidaan myös kirjoittaa ajatuksia vihkoon, jos on noussut jotain harjoitteista tai muuten vaan vaikka pienryhmätoimintaan liittyen. Opiskelija hoitaa tarvikkeet.

Loppujuhlassa annetaan lapsille heidän tekemänsä paidat/viitat ja myös jokaiselle on tiedossa yllätys, jonka saavat viedä kotiin! ☺

Ryhmätoiminta tapahtuu osana opiskelijan opinnäytetyön toiminnallista osuutta. Kaupungilta on kysytty erikseen luvat ja nyt teiltä vanhemmilta. Osallistuminen on täysin vapaaehtoista, ja siitä saa lähteä milloin vain, tietysti toivon, että näin ei kävisi, koska se vaikuttaa suoraan tutkimustuloksiin ja luotettavuuteen. Aineistonkeruu tapahtuu anonyymina, eli lasten nimiä ja henkilökohtaisia tietoja ei kerätä minnekään. Minulta saa kysyä missä vaiheessa tahansa, jos tulee mitään kysyttävää.

Terveisin, Veera Parviainen

LUPA LAPSEN TOIMINTAAN OSALLISTUMISESTA

Myönnän luvan siihen että lapseni saa osallistua pienryhmätoimintaan, jossa käsitellään erilaisten harjoitteiden kautta itsetunnon vahvistamista osana opiskelijan opinnäytetyötä.

Allekirjoitus ja pvm: _____