



Jenna Jyrinki

Lasten omat vahvuuskirjat itsetunnon tukena

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan tutkinto, SXH22K2

Sosionomi AMK

Opinnäytetyö

23.1.2025

Tiivistelmä

Tekijä: Jenna Jyrinki
Otsikko: Lasten omat vahvuuskirjat itsetunnon tukena
Sivumäärä: 29 sivua
Aika: 23.1.2025

Tutkinto: Sosiaalian tutkinto
Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)
Suuntautumisvaihtoehto: Sosiaalian tutkinto
Ohjaajat: Lehtori Katja Ihamäki
Lehtori Ulla Saukkonen

Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan vahvuuskirjojen käyttöä esikouluikäisten lasten itsetunnon tukemisessa. Toiminnallinen projekti toteutettiin Herttoniemen Montessori-leikkikoulussa, jossa lapset loivat omat yksilölliset vahvuuskirjansa luovien ja osallistavien menetelmien avulla. Projektin tavoitteena oli vahvistaa lasten positiivista minäkuvaa ja auttaa heitä tunnistamaan omia kykyjään, taitojaan ja vahvuuksiaan. Positiivisen pedagogiikan periaatteet, kuten lasten vahvuuksien ja kykyjen tunnistaminen ja tukeminen, olivat keskeisiä projektin suunnittelussa ja toteutuksessa.

Vahvuuskirjat tarjosivat lapsille mahdollisuuden tutkia omia taitojaan ja kykyjään monipuolisten menetelmien avulla. Kirjat sisälsivät myös ryhmässä tehtyjen haastattelujen pohjalta kerättyjä positiivisia kommentteja ja kehuja, jotka auttoivat lapsia oivaltaamaan uusia puolia itsestään. Näiden avulla lapset vahvistivat minäkuvaansa ja itsetuottamustaan. Projekti osoitti, että vahvuuskirjat edistivät lasten itsetuntemusta ja itsetuottamusta sekä vahvistivat ryhmähenkeä ja yhteisöllisyyttä. Lapset oppivat tunnistamaan omia vahvuuksiaan ja arvostamaan myös toistensa vahvuuksia.

Opinnäytetyö tarjosi arvokkaita näkemyksiä siitä, miten lapsia voidaan tukea yksilöllisesti ja yhteisöllisesti heidän vahvuuksiensa tunnistamisessa ja arvostamisessa. Projekti tarjosi paitsi lapsille, myös leikkikoulun henkilökunnalle arvokasta tietoa lasten yksilöllisistä tarpeista ja vahvuuksista, mahdollistaen entistä yksilöllisemmän ohjauksen ja tuen.

Avainsanat: positiivinen pedagogiikka, vahvuuskasvatus, itsetunto, esiopetus

Tämän opinnäytetyön alkuperä on tarkastettu Turnitin Originality Check -ohjelmalla.

Abstract

Author: Jenna Jyrinki
Title: Children's Own Strength Books in Supporting Self-Esteem
Number of Pages: 29 pages
Date: 23 January 2025

Degree: Bachelor of Social Services
Degree Programme: Social Services
Instructors: Katja Ihamäki, Senior Lecturer
Ulla Saukkonen, Senior Lecturer

This thesis examines the use of strength books in supporting the self-esteem of pre-school-aged children. The practical project was carried out at Herttoniemi Montessori Preschool, where the children created their own individual strength books using various creative and participatory methods. The goal of the project was to strengthen the children's positive self-image and help them identify their skills, abilities, and strengths. The principles of positive pedagogy, such as recognizing and supporting children's strengths and abilities, were central to the planning and implementation of the project.

The strength books provided the children with an opportunity to explore their skills and abilities through diverse methods. Additionally, the books included positive comments and praise gathered from group interviews, which helped the children gain new insights into their talents and strengths. Through this, they were able to strengthen their self-image. The project demonstrated that strength books promoted the children's self-awareness and self-confidence, as well as strengthened group spirit and community. The children were able to better recognize their own strengths and also appreciate the strengths of others.

This thesis offered valuable insights into how children can be supported individually and communally in recognizing and appreciating both their own and others' strengths. The project provided not only the children but also the preschool staff with valuable information about the children's individual needs and strengths, enabling more personalized guidance and support.

Keywords: positive pedagogy, strength-based education, self-esteem, pre-primary education

The originality of this thesis has been checked using Turnitin Originality Check service.

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Herttoniemen Montessori-leikkikoulu	2
3	Varhaiskasvatus	2
3.1	Esiopetus	3
3.2	Esikouluikäisen minäkuva	4
3.3	Oppimisen ja itsetunnon yhteys	5
3.4	Kasvattajien rooli	6
3.5	Montessoripedagogiikka varhaiskasvatuksessa	7
4	Positiivinen pedagogiikka työtteenä	8
4.1	Positiivisen pedagogiikan synty ja teoria	8
4.2	Positiivisen pedagogiikan periaatteet	9
4.3	Positiivisen pedagogiikan menetelmät	10
5	Lapsen itsetunnon tukeminen	12
5.1	Itsetunnon määrittelyä	12
5.2	Itsetunto lapsuudessa	13
5.3	Vahvuusperustainen kasvatus	14
6	Opinnäytetyön toteutus	15
7	Opinnäytetyön kehittämistehtävä	16
8	Vahvuuskirja-projekti	17
8.1	Minä supersankarina	17
8.2	Minun unelmani	18
8.3	Minun vahvuuteni	19
8.4	Minun taitoni	21
8.5	Projektin viimeistely	22
9	Tulokset	23
10	Eettisyys	26
11	Pohdintaa	27
	Lähteet	30

1 Johdanto

Omien vahvuuksien tunnistaminen ja hyödyntäminen ovat keskeisiä hyvinvoinnin osatekijöitä ja lisäävät elämän merkityksellisyyttä. Vahvuusperustaisen työskentelyn on todettu vaikuttavan monipuolisesti hyvinvointiin, ilmapiirin parantumiseen ja positiivisten tunteiden kehittymiseen. Se voi tukea läheisten ihmissuhteiden rakentamista, auttaa tavoitteiden saavuttamisessa ja vahvistaa kykyä selviytyä vastoinkäymisistä. (Leskinen 2019: 137, 142–143.)

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aiheena on esikouluikäisten lasten vahvuuskirjojen hyödyntäminen itsetunnon tukena. Suunnittelin vahvuuskirjan luovaksi ja osallistavaksi menetelmäksi, jonka avulla pyrin vahvistamaan lasten positiivista minäkuvaa ja auttamaan heitä tunnistamaan omia kykyjään, taitojaan ja vahvuuksiaan. Opinnäytetyö perustuu positiivisen pedagogiikan periaatteisiin, joissa keskeisessä roolissa ovat lasten vahvuuksien tunnistaminen ja niiden tukeminen. Muun muassa myönteisten tunteiden voima on yksi positiivisen pedagogiikan tärkeimmistä periaatteista.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten vahvuuskirjat voivat toimia keinona lasten itsetunnon tukemisessa sekä kuinka menetelmä vaikuttaa lasten käsitykseen omasta itsestään ja kyvyistään. Tulevaisuudessa ja muun muassa työelämässä tarvitaan usein jatkuvaa kykyä sopeutua muuttuviin tilanteisiin, asettaa ja saavuttaa tavoitteita sekä rakentaa vahvoja ihmissuhteita ja yhteistyötä. Vahvuusperustainen työskentely voi edistää näitä taitoja jo varhaisessa iässä, mikä voi auttaa luomaan pohjan myöhemmälle menestykselle.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena projektina Herttoniemen Montessori-leikkikoulun esiopetusryhmän kanssa ja sen tavoitteena oli antaa lapsille mahdollisuus tutkia omia vahvuuksiaan sekä unelmiaan erilaisilla luovilla menetelmillä. Noin kuukauden kestäneen projektin aikana lapset loivat kukin oman vahvuuskirjansa, joka lähestyi aihetta eri näkökulmista. Näiden harjoitusten avulla lapset oppivat näkemään sekä itsessään että toisissaan hyviä ominaisuuksia ja kykyjä. Projektin lähtökohtana oli tarjota lapsille konkreettinen väline omien positiivisten piirteidensä tutkimiseen ja vahvistamiseen.

2 Herttoniemen Montessori-leikkikoulu

Toiminnallisen opinnäytetyöni työelämäkumppanina toimi Herttoniemen Montessori-leikkikoulu, jossa olen työskennellyt kahden vuoden ajan. Opinnäytetyöni kohderyhmänä toimivat leikkikoulun esikouluikäiset lapset. Valitsin kyseisen ryhmän, koska heidän pedagoginen ympäristönsä ja valmiutensa sitoutua pidempiin projekteihin loivat hyvät edellytykset yhteistyölle. Leikkikoulun arjessa toteutetaan säännöllisesti erilaisia projekteja, jotka tukevat lasten kokonaisvaltaista kehitystä ja tarjoavat tilaisuuden syventyä oppimiseen.

Opinnäytetyöni tavoitteet olivat linjassa positiivisen pedagogiikan ja vahvuustyöskentelyn periaatteiden kanssa, joihin myös työelämäkumppanini ilmaisi tarpeensa. Näiden periaatteiden avulla pyritään vahvistamaan lasten itsetuntemusta, resilienssiä ja hyvinvointia, mikä heijastui myös projektin suunnitteluun ja toteutukseen. Montessori-leikkikoulu tarjosi myös erinomaisen ympäristön soveltaa montessoripedagogiikan periaatteita, jotka korostavat lapsilähtöisyyttä, itsenäistä oppimista ja yksilöllisen kehityksen tukemista.

3 Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatukseen osallistuminen on jokaisen lapsen oikeus (Karila 2016: 5). Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan pedagogiikkaan painottuvaa toimintaa, joka koostuu kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostamasta kokonaisuudesta. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on tukea lapsen kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia sekä edistää oppimisen edellytyksiä ja sen myötä elinikäistä oppimista. Varhaiskasvatus painottaa monipuolista pedagogista toimintaa, joka perustuu leikkiin, liikuntaan, taiteisiin ja kulttuuriperintöön. Se pyrkii luomaan turvallisen, oppimista edistävän ympäristön, jossa kunnioitetaan lasta ja vahvistetaan pysyviä vuorovaikutussuhteita. Varhaiskasvatus edistää yhdenvertaisuutta, tunnistaa tuen tarpeet ja tarjoaa yksilöllistä tukea. Tavoitteena on myös kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja, edistää eettisesti vastuullista toimintaa ja varmistaa lapsen osallistumismahdollisuuksia. Myös yhteistyö lapsen perheen kanssa on keskeistä lapsen hyvinvoinnin tukemisessa. (Varhaiskasvatuslaki 540/2018.)

Varhaiskasvatussuunnitelman arvot perustuvat ensisijaisesti lapsen etuun, hyvinvointiin, huolenpitoon ja suojeluun sekä lapsen mielipiteen huomioimiseen. Ne edellyttävät

myös yhdenvertaista ja tasa-arvoista kohtelua, inklusiivisuutta ja syrjinnän torjumista, kuten on määritelty myös YK:n Lapsen oikeuksien sopimuksessa, varhaiskasvatuslaissa ja YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevassa yleissopimuksessa. (Opetushallitus 2022: 22.)

Varhaiskasvatuksen toimintamuotoina toimivat päiväkotitoiminta, perhepäivähoito ja avoin varhaiskasvatus. Päiväkodit ovat yleisin varhaiskasvatuksen toimintamuoto, joissa toiminta tapahtuu ryhmissä. (Opetushallitus 2022: 19.) Koska perusta elämänmittaiselle hyvinvoinnille ja osallisuudelle luodaan jo varhain lapsuudessa, on tärkeää varmistaa, ettei yksikään lapsi jäisi yhteisönsä ulkopuolelle. Lasten osallisuutta ja ulkopuolisuuden ehkäisemistä tuetaan inklusiivisellä ja moninaisuutta arvostavalla toimintakulttuurilla, joka luodaan ammatillisessa vuorovaikutuksessa lasten, huoltajien ja henkilöstön kesken. Tehokkaalla ja asiantuntevalla pedagogisella johtamisella voidaan tukea inklusion kehittymistä ja lasten näkökulmasta merkityksellisten ihmissuhteiden jatkuvuutta. (Vlasov, Sarkkinen & Harkoma 2024: 5–6.)

3.1 Esiopetus

Opetus- ja kulttuuriministeriön määritelmän mukaan esiopetus on tavoitteellista ja suunnitelmallista opetusta sekä kasvatusta, jota toteutetaan yleensä vuotta ennen varsinaisen oppivelvollisuuden alkamista. Esiopetusta suunniteltaessa on tärkeää huomioida sekä varhaiskasvatuksen että perusopetuksen tavoitteet ja sisällöt. (Hujala ym. 2012: 24). Esiopetuksen erityinen tavoite on edistää paitsi lasten kehitystä ja oppimisedellytyksiä, myös lasten sosiaalisia taitoja ja tervettä itsetuntoa. Tarkoituksena on tukea lasten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Arvostava vuorovaikutus, monipuoliset oppimiskokemukset ja kannustava palaute vahvistavat kunkin lapsen minäkuva. Esiopetus antaa lapsille mahdollisuuksia myös vuorovaikutukseen, ilmaisuun, uusiin kokemuksiin sekä omiin mielenkiinnon kohteisiin. (Opetushallitus 2014: 6.)

Esiopetuksen arvoperusta pohjautuu ajatukseen siitä, että jokainen lapsi on ainutlaatuinen ja arvokas. Sen mukaan jokainen lapsi ansaitsee tulla kuulluksi ja nähdyksi, huomioon otetuksi sekä ymmärretyksi. Myös lasten erilaisuutta ja heidän mielipiteitään tulee kunnioittaa. Lapsia kannustetaan oppimisympäristöjen rakentamiseen, yhdessä tekemiseen ja yhteisöllisyyteen. Jokainen lapsi ansaitsee saada kannustavaa palautetta ja oikeudenmukaista kohtelua. Lapsilla on myös oikeus ilmaista itseään ja tunteitaan. (Opetushallitus 2014: 6–7.)

Esikoulussa harjoitellaan tärkeitä taitoja, jotka ovat välttämättömiä tuleville koululaisille. Koulukypsyys edellyttää lapselta monenlaisia kykyjä, jotka kattavat kognitiiviset, emotionaaliset, sosiaaliset, fyysiset ja motoriset taidot. Käytännössä ja tiivistettynä tämä tarkoittaa muun muassa työskentelytaitojen hallintaa, sosiaalista kysyyttä sekä hyvää fyysistä kuntoa, joka kestää koulutyön aiheuttamat haasteet. (Numminen & Sokka 2009: 161–163.) Päiväkodit ovat luontaisia ympäristöjä tarjota esiopetusta, koska monet lapset tarvitsevat esiopetuksen ohella myös muuta varhaiskasvatusta. Päiväko-deissa tarjottava esiopetus ja varhaiskasvatus voidaan toteuttaa kokopäiväpedagogiik-kana, jossa erilaiset toiminnot ja tavoitteet yhdistyvät pedagogiseksi kokonaisuudeksi. (Holappa ym. 2019: 11.)

3.2 Esikouluikäisen minäkuva

Varhaislapsuus on elämänvaihe, jossa ihmisen kehitys ja oppiminen tapahtuvat erityi-sen nopeasti ja intensiivisesti. On todettu, että merkittävimmät kehitykselliset muutok-set tapahtuvat ennen kouluikää. (Karila 2016: 11.) Tutkimusten mukaan esikoulun käy-neiden oppilaiden minäkuva on positiivisempi kuin niiden oppilaiden, jotka eivät ole käyneet esikoulua (Dabakoğlu 2014). Esikouluikä on merkittävä vaihe lapsen itsetun-non kehittymisen kannalta. Se on hyvin herkkää aikaa, mitä tulee itsekritiikkiin ja pa-lautteen vastaanottamiseen muilta ihmisiltä. Esikouluikäisen itsetunnon vahvistaminen valmistaa heitä kouluun tehokkaammin. (Fedorenko & Bykova 2016.)

Esikouluun siirryttäessä lapsen maailma laajenee kodista kavereihin ja ympäröivään maailmaan. Tänä aikana voi mahdollisesti ilmetä ohimenevää uhmakkuutta ja levotto-muutta. Lapsi saattaa olla varsin ailahteleva ja kaivata vanhemman tukea. Kaverisuh-teet ja ryhmässä oleminen ovat lapselle tärkeitä, sillä lapsi haluaa tulla hyväksytyksi ikätovereidensa joukossa. Kavereiden mielipiteet ovat usein merkittäviä ja lapsi osaa yleensä leikkiä sekä tulla toimeen muiden kanssa. (Korhonen 2021.) Erityisesti esikou-luikäisen lapsen persoonallisuuden kehityksen keskeinen haaste liittyy itsetietoisuuden rakentamiseen eli ymmärrykseen omasta persoonallisuudesta ja paikasta yhteiskun-nassa. On tutkittu, että esikouluikäisten lasten itsetunto on epävakaa ja tilannesidon-nainen, ja sille on ominaista kokonaisvaltaisuus. Toisin sanoen lapsi ei erota itseään toiminnan subjektina ja persoonallisuutena. Lasten itsetunto on usein epäobjektiivinen ja he voivat asettaa itselleen liian korkeita vaatimuksia. Merkityksellisten aikuisten rooli on huomattava, mitä tulee itsetunnon kehitykseen ja korjaamiseen. (Fedorenko & By-kova 2016.)

Christopher Eriksonin teorian mukaan puolestaan lapsen minän ja persoonallisuuden kasvu voidaan kuvata kehityskriisien avulla. 6-vuotiaat ja sitä vanhemmat lapset kehittävät itselleen sisäisen tunteen joko pätevydestä tai alemmuudesta, mihin liittyy olennaisesti itsensä vertailu muihin. Viimeistään kouluympäristössä lapsi havaitsee eroja itsensä ja muiden välillä, jotka voivat puolestaan aiheuttaa kriisin omassa minäkuvas-
vassa. Sen vuoksi on erittäin tärkeää, että vanhemmat ja opettajat auttavat lasta työstämään jännitteitä siten, että tunne omasta alemmuudesta ei jää pysyväksi. Pätevyyttä tunteva lapsi selviytyy kriiseistä vaivattomammin. (Ojala 2020: 34.)

Koulu on lapselle tärkein sosiaalinen ympäristö heti kodin jälkeen. Esikoulu tukee lapsen kehitystä emotionaalisesti, sosiaalisesti ja fyysisesti. Esikoululaisen kehitys on myös erittäin nopeaa ja kriittistä. (Dabakoğlu 2014.) Esikouluikäisen koulukypsyys näkyy muun muassa keskittymiskyvyn, motoristen taitojen, tunne-elämän ja sosiaalisten taitojen kehityksessä sekä kyvyssä noudattaa opettajan ohjeita. Lapsen ajattelu muuttuu loogisemmaksi ja abstraktimmaksi, mikä tukee oppimista. (Korhonen 2021.) Kaikenlainen negatiivisuus tai laiminlyönti missä tahansa kehityksen osa-alueessa voi vaikuttaa kielteisesti lapsen kasvuun ja kehitykseen. Mahdolliset rajoitteet tulisi tunnistaa jo esikoulun aikana, jotta toimenpiteisiin voitaisiin ryhtyä mahdollisimman varhain. Esikoulu-aika vaikuttaa suoraan lapsen persoonallisuuden kehitykseen, oppimiskokemuksiin ja minäkuvaan. (Dabakoğlu 2014.)

3.3 Oppimisen ja itsetunnon yhteys

Vahva itsetunto antaa hyvän perustan oppimiselle. On havaittu, että oppimiseen liittyvän itsetunnon kannalta paras tuki on lapsen taitojen vahvistaminen. Oikein kohdennettu ja suunniteltu opetus on paras keino tukea itsetuntoa, koska se edistää lapsen edistymisen mahdollisuuksia. (Numminen & Sokka 2009: 183–184.) Vahvan itsetunnon omaava lapsi kykenee orientoitumaan tehtäviin, toimimaan itsenäisesti ja vastaanottamaan uusia haasteita. Heikko itsetunto voi puolestaan näkyä itsensä syyttämisenä sekä kyvyttömyytenä suhtautua pettymyksiin ja epäonnistumisiin. (Ojala 2020: 46.)

Lapsen autonomian tukemisella on havaittu olevan vaikutuksia oppimisen ja itsetunnon kannalta. Autonomia tarkoittaa yksilön kykyä toimia itsenäisesti ja ohjata omaa toimintaansa. (Rautamies, Koivula & Vähäsantanen 2018: 54.) Ojalan (2020) tutkimuksen mukaan kasvattajat ovat yhdistäneet lapsen omatoimisuuden siihen, kuinka hyvin lapsi

pystyy ajattelemaan itsenäisesti. Opettajat ovat korostaneet oppimismotivaation ja itse-luottamuksen vahvistamisen tärkeyttä oppimistilanteissa. Lapsen itsenäinen ajattelu ja pyrkimys oppimiseen näkyvät hänen halussaan ottaa asioista selvää ja tarkastellessa asioita eri näkökulmista. Itsenäisen oppimisen tapa edistää myös lapsen ongelmanratkaisukykyä ja ajattelutaitoja. Hyvän itsetunnon on tutkittu olevan yhteydessä oppimisen iloon. Toisaalta myös aiemmat kokemukset vaikuttavat kokemukseen omista kyvyistä. Negatiiviset kokemukset ja epäonnistumisen pelko voivat ikään kuin määritellä seuraavasta haasteesta selviämisen jo ennakkoon. Heikko itsetunto ja minäkuva voivat ennakoita epäonnistumista tulevaisuuden suorituksissa ja muodostaa lopulta negatiivisen kehän. (Määttä 2020.)

Positiivisen pedagogiikan on todistettu olevan tehokas oppimisen edistäjä. Oppijälähtöinen opetus on erityisen merkityksellistä, koska se ottaa huomioon lapsen kasvuympäristön, vahvuudet ja mielenkiinnon kohteet. Oman potentiaalin ja vahvuusalueiden tunnistaminen voi herättää lisääntyvää oppimismotivaatiota. Onnistumisen kokemukset lisäävät puolestaan entisestään oppimisen tuottamaa iloa. (Leskisenoja 2017 14–15.) Toisin sanoen, mitä enemmän lapsella on myönteisiä kokemuksia oppimisen suhteen, sen myönteisemmin hän suhtautuu myös tulevaan oppimiseen (Ojala 2020: 31).

Lapsen toistuvat kokemukset toisten ihmisten kanssa muodostavat muistijäljen, jotka voivat vahvistaa muun muassa turvallisuuden tunnetta, käsitystä itsestä sekä luottamusta toiseen. Kasvattajan hyväksyvä ja kannustava ote voi auttaa lasta saamaan oppimisesta myönteisen kokemuksen. (Ojala 2020: 31.)

3.4 Kasvattajien rooli

Esiopetuksen onnistumisen edellytyksenä on, että aikuisen ja lapsen vuorovaikutus, lapsilähtöinen toiminta ja esiopetuksen suunnittelu toimii saumattomasti. Opettajan kasvatusta ja opetuskäytäntöjen taustalla tulee olla vahvasti sisäistetyt, pedagogiset linjaukset. Pedagoginen tietoisuus näkyy päivittäisessä esiopetustoiminnassa. (Hujala, ym. 2012: 31–32.)

Positiivista pedagogiikkaa voi aidoinn toteuttaa kasvattaja, joka on itse omaksunut kyseiset periaatteet omaan elämäänsä. Omalla käyttäytymisellään voi edistää myönteistä ja arvostavaa ilmapiiriä koko yhteisössä. Positiivinen kasvattaja keskittyy hyvään ja auttaa lapsia tulemaan tietoisiksi vahvuuksistaan. (Leskisenoja 2017: 188–189.)

Myönteisten ominaisuuksien huomioimisen yhteyteen voi toisaalta myös liittää viestejä ominaisuuksista, joissa voisi toivoa tapahtuvan kehitystä (Ojala 2020: 46).

Leskisenoja (2017) kertoo positiivista pedagogiikkaa toteuttavan opettajan auttavan lapsia tulemaan tietoisiksi vahvuuksistaan ja tarjoavan olosuhteet, joissa lapset voivat harjoittaa niitä. Arki on järjestettävä siten, että jokainen lapsi kokee onnistumisen kokemuksia ja tietää asiat, joissa hän on hyvä. Onnistumisen kokemuksia tulisi sanallistaa ja myönteistä palautetta tulisi antaa aina, kun siihen on aihetta. Opettajan tarjoama tuki on usein merkityksellisempää, kuin ystävien tai perheen antama tuki. Tuella on merkittäviä vaikutuksia motivaatioon ja sitoutumiseen. (Leskisenoja 2017: 189–190.)

Kasvattajien rooli on hyvin tärkeä, mitä tulee lapsen minäkuvan kehittymiseen sekä lapsen asteittaiseen irtautumiseen häntä hoitavista aikuisista. Tällöin lapsi odottaa aikuiselta tunteiden ymmärtämistä ja jatkuvaa, luotettavaa läsnäoloa. Kärsivällinen aikuinen sallii lapsen pyrkimyksen itsenäistymiseen, mutta asettaa niille myös turvallisia rajoja. Tämä edistää myös lapsen perusturvallisuutta, joka luo osaltaan perustan lapsen positiivisen minäkuvan kehittymiselle. (Ojala 2020: 45–46.)

3.5 Montessoripedagogiikka varhaiskasvatuksessa

Montessoripedagogiikka perustuu italialaisen pedagogin Maria Montessorin luomaan kasvatukseen ja opetuksen järjestelmään, jossa olennaista on lapsen omatoimisuuteen perustuva ohjaus (Wilander 2018: 14). Montessori korosti pedagogiikassaan erityisesti ihmiselämän ensimmäisten kuuden vuoden merkitystä, sillä ne luovat vankan perustan tulevaisuudelle, erityisesti oppimisen ja sosiaalisten taitojen osalta. Montessoripedagogiikka pohjautuu ajatukseen siitä, että jokaisella lapsella on herkkyyyskautensa, jolloin hänen on erityisen helppo omaksua erilaisia taitoja. Mikäli lapsen herkkyyyskausia ei tueta riittävästi, voi taitojen omaksuminen tulevaisuudessa olla haastavaa. Kaudet eivät ole peräkkäisiä, vaan ne limittyvät toisiinsa. (Isaacs 2018: 19.)

Montessorikasvatus tukee lasten yksilöllisyyttä, luovuutta ja kehittymistä. Se kannustaa oma-aloitteisuuteen ja itsenäiseen työskentelyyn. Lapset saavat valita itse tehtävänsä ja toteuttaa sitä omaan tahtiinsa, joka puolestaan innostaa ja onnistuessaan vahvistaa lapsen itsetuntoa. (Montessori Varhaiskasvatus Oy.) Oppimisen lähtökohtana pidetään lapsen luontaista tiedonhalua ja motivaatiota. Montessoripedagogiikka antaa lapselle mahdollisuuksia opetella juuri sillä hetkellä kiinnostavia taitoja ja ominaisuuksia, jotka

liittyvät kyseiseen herkkyykskauteen. 3–6-vuotiaiden sekä 6–12-vuotiaiden herkkyykskaudet koskettavat molemmat osiltaan esikouluikäisiä lapsia. Kyseisten kehityskausien aikana lapsi luo perustan koko persoonallisuudelleen. Lapsi oppii muun muassa hyviä tapoja, tunnistamaan todellisen epätodellisesta sekä hienosäätämään aistejaan. Myöhemmässä vaiheessa ominaisia piirteitä ovat puolestaan kiinnostus käsitteellisiin asioihin ja omaan ympäristöön. Lapsi sisäistää kulttuurisia taustoja ja käyttää mielikuvitustaan. Myös moraali alkaa saada keskeisen merkityksen sosiaalisten taitojen ohella. Lasta alkaa kiinnostaa asioiden syyt sekä älyllinen työskentely. (Wilander 2018: 20–22.)

Montessoripäiväkodeissa ryhmät pyritään muodostamaan siten, että sukupuolten ja ikäryhmien jakautuminen on mahdollisimman tasapainoinen. Näin ollen vanhemmat lapset voivat auttaa itseään nuorempia tarpeen vaatiessa, kun nuoremmat lapset puolestaan voivat ottaa oppia vanhemmista lapsista. Varhaiskasvatusvaiheessa montessorityövälineet keskittyvät enimmäkseen käytännön elämään, aistimateriaaleihin, äidinkielen, matematiikkaan ja kulttuuriin. (Wilander 2018: 22.) Wilanderin (2018) mukaan montessorityöskentelyn tunnusmerkkejä ovat muun muassa lapsilähtöisyys, virheen kontrolli, käsillä tekeminen, pitkäjaksoinen keskittyminen sekä toiminnallinen itsenäisyys. Montessorimateriaaleista sekä oppimisympäristöstä vastaa montessoriohjaaja ja -opettaja. Ympäristö on tärkeä osa montessorimenetelmää, sillä ne tukevat lapsen oppimista (Isaacs 2018: 28).

4 Positiivinen pedagogiikka työotteena

4.1 Positiivisen pedagogiikan synty ja teoria

1900-luvun lopulla professori Martin Seligman havaitsi, ettei elintason kasvulla, teknologian kehityksellä tai tasa-arvon parantumisella ollut merkittävää vaikutusta ihmisten onnellisuuteen. Positiivinen psykologia sai alkunsa täydentämään perinteistä psykologiaa, tavoitteenaan selvittää tekijöitä, jotka mahdollistavat saavuttamaan parhaan mahdollisen mielentilan. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016: 21.) Positiivisen psykologian tutkijat ovat kiinnostuneita myönteisistä toimintatavoista, kyvyistä, vahvuuksista sekä siitä, mikä tekee elämästä elämisen arvoista. Sen pyrkimyksenä on saada sekä yksilöt että yhteisöt menestymään. Siinä missä perinteisen psykologian tavoitteena on

korjata negatiivisia tekijöitä, positiivisessa psykologiassa keskitytään mahdollisuuksiin. (Leskisenoja 2019: 17–18.)

Martin Seligmanin mukaan hyvinvoinnin käsite on hyvin laaja ja se sisältää erilaisia, mitattavissa olevia elementtejä. Seligman loi hyvinvoinnin PERMA-teorian, joka koostuu viidestä eri osa-alueesta. PERMA koostuu positiivisista emootioista (positive emotions), sitoutumisesta (engagement), sosiaalisista suhteista (relationships), merkityksellisyydestä (meaning) ja saavuttamisesta (accomplishments.) (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016: 23–24.) Teorian näkökulmasta näiden viiden elementin vahvistuessa myös hyvinvointimme vahvistuu. Mikäli teorian elementteihin keskitytään pedagogisesti, vahvistaa se puolestaan lasten hyvinvointia. (Leskisenoja 2019: 64.)

PERMA-teoria tarjoaa erinomaisen perustan positiivisen kasvatuksen toteuttamiselle varhaiskasvatuksessa, koulussa ja kotona. Teoria tarjoaa selkeän ja kattavan viitekehysten hyvinvointiopetuksen toteuttamiseksi. On todettu, että PERMA-teorian avulla saavutettava hyvinvointi on tehokkaampaa kuin pelkästään yhteen osa-alueeseen keskittyvien teorioiden avulla. (Leskisenoja 2017: 48–49.)

4.2 Positiivisen pedagogiikan periaatteet

Positiivisen pedagogiikan perusajatuksena on oppimisen ja hyvinvoinnin toteutuminen lapsen sekä ympäristön välisessä vuorovaikutuksessa. Sen mukaan yhteisöllinen ja myönteinen toimintakulttuuri sekä sitä myötä syntyvät sosiaaliset suhteet edistävät lapsen osallisuutta, oppimista ja hyvinvointia. Sosiaalisen pedagogiikan ajatuksena on myös tarkastella lasta aktiivisena, omaan elämäänsä vaikuttavana toimijana. (Uusitalo-Malmivaara 2014: 228–229.) Lasten toimijuus tarkoittaa itsenäisenä toimijana olemista. Myös lapsia tulee pitää yksilöinä, joiden mielipidettä tulee kysyä, ottaa mukaan päätöksentekoon sekä suunnitteluun. Toimijuus ilmentää myös taitoa osallistua omassa ympäristössä toimimiseen, mikä ilmenee lapsilla esimerkiksi aloitteellisuutena, osallisuutena, mielipiteiden esittämisenä ja kykynä pyytää apua – siis tunteena siitä, että he voivat itse vaikuttaa omaan oppimisympäristöönsä. (Kronqvist & Kumpulainen 2011: 43.)

Positiivisen pedagogiikan mukaan myönteiset tunteet ovat voimavaroja, joiden avulla ihminen kykenee omaksumaan ja oppimaan asioita paremmin (Uusitalo-Malmivaara 2014: 229). Myönteisten tunteiden on katsottu parantavan kognitiivisia toimintoja, jotka puolestaan ovat yhteydessä muun muassa luovuuteen sekä ongelmanratkaisukykyihin.

Myönteiset tunteet lisäävät myös sinnikkyyttä, tehokkuutta ja toipumiskykyä sekä optimistista ajattelutapaa. Tunteilla on myös todettu olevan yhteys fyysiseen hyvinvointiin, kuten unen laatuun ja vastustuskykyyn. Myönteiset tunteet usein antavat myös voimavaroja pitää yllä ihmissuhteita, jotka edistävät hyvinvointia entisestään. (Leskisenoja 2019: 19–21.)

Positiivisen pedagogiikan mukaan lapsen vahvuuksien tunnistaminen on edellytyksenä oppimiselle ja hyvinvoinnille. Omien vahvuuksien tunnistaminen auttaa lasta luottamaan kykyihinsä, saavuttamaan tavoitteita, parantamaan ongelmanratkaisutaitoja sekä vahvistamaan osaltaan lapsen positiivista minäkuvaa. Vahvuuksia huomioiva pedagoginen toiminta edistää merkittävästi positiivisen vuorovaikutuksen toteutumista varhaiskasvatuksen ja koulujen ympäristöissä. (Uusitalo-Malmivaara 2014: 230.) Monissa kouluympäristöissä on omaksuttu positiivisen kasvatuksen periaatteita, joissa koulutaitojen opettamisen rinnalla keskitytään myös hyvinvointia tukevien taitojen kehittämiseen. Perinteisten kouluaineiden lisäksi oppimisympäristö vahvistaa oppilaiden psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Sekä yhteiskunnallisesta että koulutuksellisesta näkökulmasta on tärkeää, että oppilaat voivat hyvin. Onkin raportoitu, että positiivisen psykologian interventioon osallistuneet oppilaat ovat kokeneet voivansa paremmin. (Sandholm ym. 2022: 1–3.)

Positiivisen pedagogiikan periaatteisiin kuuluu myös hyvinvointia edistävä kasvatuskumppanuus, mikä tarkoittaa kodin ja koulun välistä yhteistyötä. Kasvatuskumppanuus yhdistää ammattilaisen asiantuntemuksen sekä vanhempien tuntemuksen omasta lapsestaan. Sen tavoitteena on avata sekä lapselle että hänen vanhemmilleen lapsen kehityksen mahdollisuuksia. Toisaalta se antaa myös ammattilaiselle mahdollisuuden ymmärtää lasten kasvuympäristöjen moninaisuutta. Kasvatuskumppanuudessa on olennaista kuunnella ja ymmärtää lapsen omaa näkökulmaa. (Uusitalo-Malmivaara 2014: 230–231.)

4.3 Positiivisen pedagogiikan menetelmät

Positiivisen pedagogiikan menetelmissä tulee huomioida se, että niitä on mahdollisimman helppo toteuttaa arjessa. Lapselle on tarjottava sellaiset olosuhteet, työvälineet ja menetelmät, jotka auttavat häntä osallistumaan ja kehittymään paitsi yksilöllisesti, myös osana yhteisöä. Lasta tulisi kannustaa omien elämänkokemuksien havainnointiin

ja jakamiseen sekä tunteiden ja vahvuuksien tunnistamiseen. (Uusitalo-Malmivaara 2014: 231.)

Hyvinvointia on tarpeellista opettaa ja siihen erinomaisena ympäristönä toimii varhaiskasvatus. Päiväkodeissa ja kouluissa on huomattavan paljon vaikutusmahdollisuuksia lasten hyvinvointiin heidän lähtökohdistaan huolimatta. Erityisesti pienten lasten mieli on joustava, jolloin esimerkiksi sosiaalsiin ja emotionaalisiin taitoihin liittyvät harjoitteet voivat tuottaa tulosta. (Leskisenoja 2019: 42.) Myönteiseen oppimismotivaatioon kannustaminen on tärkeää, koska varhaiskasvatus ja esiopetus muodostavat perustan elinikäiselle oppimiselle (Ranta 2020: 18).

Eräässä suomalaisessa tutkimuksessa luotiin interventio, jossa opettajat kokeilivat ja sovelsivat erilaisia positiivista kasvatusta tukevia menetelmiä. Interventio perustui edellä PERMA-teoriaan. Koulutusten sisältöinä olivat esimerkiksi vahvuuksien hyödyntäminen, positiivisten tunteiden käyttäminen oppimisen tukena, myönteisten suhteiden edistäminen sekä konfliktien hallitseminen. Tutkimustulokset osoittivat, että opettajissa oli tapahtunut positiivisia muutoksia, kuten parantunut kyky kohdata oppilaita yksilöllisesti, tunnistaa heidän vahvuuksiaan ja tarjota tukea erilaisissa tilanteissa. (Sandholm ym. 2022: 5–6.)

Myös dokumentoinnin avulla voidaan seurata lapsen kehitystä, kokemusmaailmaa, tappaa hahmottaa itseään ja ilmiöitä sekä myös suunnitella pedagogista toimintaa. Lapselle tulee antaa mahdollisuus havainnoida ja dokumentoida omaa elämäänsä, mikä auttaa lasta paitsi toimimaan aktiivisena toimijana, myös ymmärtämään häntä. Visuaalinen dokumentointi voi auttaa lasta myös käsittelemään asioita ja tunteita sanojen sijaan. (Uusitalo-Malmivaara 2014: 231–232.) Uusitalo-Malmivaaran (2014) mukaan tärkeää lapsen kannalta olisi myös antaa hänen jakaa ja käsitellä kokemuksiaan vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Visuaalisten tuotosten jakaminen muille luo tunteen yhteisöllisyydestä ja voi auttaa löytämään esimerkiksi yhteisiä kiinnostuksen kohteita.

5 Lapsen itsetunnon tukeminen

5.1 Itsetunnon määrittelyä

Itsetunto heijastaa sitä, kuinka ihminen kokee itsensä – tuntee ko hän itsensä onnistuneeksi, arvokkaaksi ja hyväksytyksi (Kiviruusu 2017: 14). Hyvällä itsetunnolla varustettu ihminen näkee itsensä realistisesti, niin hyvine ominaisuuksineen kuin heikkouksi-neenkin. Itsetuntoa voidaan kuvata myös itseluottamuksella sekä itsevarmuudella. Itse-ään arvostava ihminen puolustaa itseään, pitää kiinni omista oikeuksistaan sekä osaa olla tyytyväinen omiin suorituksiinsa. Itsevarmuudesta puolestaan kertoo se, kuinka paljon ihminen uskoo voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä ratkaisullaan ja kyvyillään. Itseensä luottava ihminen osaa myös asettaa itselleen tavoitteita sekä ottaa vastaan haasteita. Kaiken kaikkiaan hyvään itsetuntoon kuuluu oman elämän näkeminen arvokkaana ja ainutkertaisena. Toisaalta se on myös muiden ihmisten arvostamista; toisten osaaminen ja menestyminen ei ole uhka itselle. (Keltikangas-Järvinen 2017.)

Vaikka itsetunto on käsitteenä haastava ja tavallaan näkymätön ominaisuus, on sillä kuitenkin valtava painoarvo. Itsetuntoa ei voi mitata, vaikka se on alati muuttuva ja jatkuvasti läsnä oleva ominaisuus. Se vaikuttaa ihmisen olemukseen, ajatuksiin ja tekoihin. (Cacciatore, Korteniemi-Poikela ja Huovinen 2008: 12.) Kiviruusun (2017) mukaan itsetuntoon voivat vaikuttaa monet eri seikat, kuten sukupuoli, koulumenestys, sosio-ekonominen asema sekä päihitteet. Myös esimerkiksi vanhempien avioero ja yhteiskunnallinen asema on kytköksissä lapsen itsetuntoon.

Yleinen itsetunto perustuu useisiin eri itsetuntojen muotoihin, jotka voidaan jakaa viiteen osa-alueeseen. Ensinnäkin akateeminen itsetunto liittyy oppimis- ja suoriutumiskokemuksiin, ja se heijastaa yksilön uskoa kykyihinsä oppia ja menestyä akateemisessa ympäristössä. Toiseksi sosiaalinen itsetunto käsittää henkilön roolin ja aseman sosiaalisessa ryhmässä. Kolmanneksi emotionaalinen itsetunto on sidoksissa yksilön henkiseen hyvinvointiin ja persoonallisuuteen. Fyysinen ja motorinen itsetunto puolestaan liittyvät siihen, kuinka yksilö kokee oman ulkonäkönsä ja terveydentilansa. On myös huomioitava, että itsetunto voi ilmetä tilannekohtaisena eli toisin sanoen se voi vaihdella eri konteksteissa ja olosuhteissa. (Numminen & Sokka 2009: 181.)

Kaiken kaikkiaan vahva itsetunto on tärkeä osa hyvää mielenterveyttä. Se lisää hyvinvointia, tyytyväisyyttä ja terveyttä. Sen on katsottu ennustavan parempaa koulutusta ja

menestystä, hyvää työtä ja parisuhdetta. Se suojaa ihmistä läpi elämän ja vastoin käymisten. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019.) Kaiken kaikkiaan hyvällä itsetunnon varustettu ihminen pääsee helpommin elämässä eteenpäin (Cacciatore ym. 2008: 15).

5.2 Itsetunto lapsuudessa

Itsetunto alkaa rakentua jo ensimmäisestä ikävuodesta lähtien, mutta kehityksen kannalta myös kaikki tulevat vuodet ovat tärkeitä (Cacciatore ym. 2008: 103). Vanhempien antama turvallisuus, huolenpito ja hyväksyntä luo kokemuksen siitä, että lasta rakastetaan omana itsenään. Lapselle syntyy kokemus siitä, että hän on juuri oikeanlainen kaikkine ominaisuuksineen. (Mattila 2011: 56.) Koti ja sen ihmiset ovat lapsen maailma. Lapsen itsetunto perustuu usein perheen hyvinvointiin. (Cacciatore ym. 2008: 73–74.)

Lapsi tarvitsee ehdotonta turvallisuutta, jonka menettämisestä ei tarvitse kokea pelkoa. Joustavan turvallisessa ympäristössä lapsi voi liikkua itsenäisesti, mutta tarvittaessa tukeutua läsnä olevaan aikuiseen. Tällöin myös lapsi omaksuu ajatuksen siitä, että hänellä on lupa elää omaa elämäänsä kuitenkin menettämättä vanhempansa. (Mattila 2011: 64–65.)

Läheisten vaikutus lapsen itsetunnon kehittymiselle on merkittävän suuri. Turvalliset ja kannustavat ihmiset auttavat lasta muodostamaan hyvän käsityksen itsestään. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019.) Kasvun kannalta on tärkeää, että lapsella on mahdollisuus jakaa tunteitaan ja ajatuksiaan muiden ihmisten kanssa. Tämä vahvistaa osaltaan turvallisuuden tunnetta. (Mattila 2011: 68.) Merkityksellistä lapselle on tieto siitä, että aikuinen pysyy heidän rinnallaan myös virheiden sattuessa. Aikuisten auttaessa lasta vaikeiden tunteiden ja kokemusten yli, oppii hän hallitsemaan tunteitaan sekä pärjäämään elämässään myös tulevaisuudessa. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019.)

Lapsen itsetunto on kytköksissä siihen, kuinka hyvin hänen positiiviset piirteensä ja vahvuutensa huomataan. Tämä perustuu myös omiin mielikuviimme ja asenteisiimme lapsia kohtaan. Itsetunnon perusta rakentuu siitä, että lapsi nähdään arvokkaana ja merkityksellisenä. Paras kasvualusta muodostuu hyvän huomaavasta, kannustavasta ympäristöstä. (Numminen & Sokka 2009: 184.)

5.3 Vahvuusperustainen kasvatusta

Vahvuusperustainen kasvatustapa on saanut Suomessa runsaasti huomiota viime vuosien aikana. Vahvuuksien hyödyntämisellä on todettu olevan runsaasti positiivisia vaikutuksia, mitä tulee esimerkiksi itsearvostukseen, hyvinvointiin, oppimistuloksiin ja ryhmässä käyttäytymiseen. (Heiskanen ym. 2019: 27.) Luonteenvahvuuksien käyttö on merkityksellisessä asemassa hyvinvoinnin toteutumiseksi. Toisin sanoen ihminen voi henkisesti hyvin, mikäli hän saa toteuttaa itsessään arvokkaita asioita. Omien luonteenvahvuuksien tunnistaminen ja käyttäminen mahdollistavat motivaation elämän eteenpäin ohjaamiselle kohti tulevaisuutta. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016: 31.)

Vahvuusnäkökulman mukaan jokaisella ihmisellä on kykyjä ja taitoja, jotka löytämällä ja joita käyttämällä hän voi hyvin (Uusitalo-Malmivaara 2014: 265). Omiin vahvuuksiinsa keskittyminen ja niiden hyödyntäminen antavat onnistumisen kokemuksia sekä lisää voimavaroja. Tutkimukset ovat osoittaneet, että vahvuuksiaan käyttävät ihmiset ovat usein onnellisempia, luottavaisempia, vähemmän stressaantuneita ja sekä menestyviä työssään. Monet luonteenvahvuudet liittyvät vahvasti myös kunkin ihmisen henkilökohtaiseen arvomaailmaan. Arvojen mukainen toiminta tuo elämään lisää merkityksellisyyden tunteita. Vahvuuksien tietoinen hyödyntäminen vahvistaa itsetuntoa. Sen lisäksi on tärkeää tunnistaa toisten ihmisten vahvuuksia, mitä tulee esimerkiksi ryhmätöihin tai työyhteisöihin. Yhteistyötä tekemällä ihmiset voivat hyödyntää toistensa vahvuuksia ja sitä kautta tukea toistensa toimintaa. (Aktan-Collan & Eerola 2023.)

Jokaisen lapsen luonteessa on vahvuuksia, jotka ikään kuin odottavat löytämistään (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016: 69). Kokeakseen jonkin taidon tai kyvyn vahvuudekseen lapsi tarvitsee jonkun hänelle tärkeän ihmisen tunnistamaan taidon. Tunnistamalla vahvuutensa lapsi oppii hyödyntämään taitojaan ja käyttämään niitä selviytyäkseen myös haasteissa. Vaikka epäonnistumiskokemukset ovat arvokkaita oppimisen kannalta, ne eivät lannista vahvuutensa tuntevaa lasta. (Uusitalo-Malmivaara 2014: 266–267.)

Omien vahvuuksien tunnistamisen on havaittu ohjaavan lasta asettamaan itselleen tavoitteita ja tunnistamaan erilaisia mahdollisuuksia. Tämä on tutkimusten mukaan yhteydessä myös lisääntyneeseen koulumotivaatioon ja parantuneisiin oppimistuloksiin. Li-

säksi on todettu, että vahvuuksien tunnistaminen vähentää häiriökäyttäytymistä ja edistää suvaitsevaisuuden sekä erilaisuuden huomioimisen kehittymistä. (Ranta 2020: 24–25.)

6 Opinnäytetyön toteutus

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Herttoniemen Montessori-leikkikoulun kanssa. Projektin kohderyhmänä toimivat leikkikoulun esiopetusryhmän lapset ja sen tavoitteena oli vahvistaa lasten itsetuntoa sekä positiivista minäkuvaa. Työn pääasiallisena menetelmänä käytin vahvuuskirjojen laatimista, joka mahdollisti lasten vahvuuksien ja kykyjen tunnistamisen. Projektin suunnittelu ja toteutus perustuvat positiivisen pedagogiikan periaatteisiin, jotka korostavat muun muassa myönteisten tunteiden voimaa, lasten yksilöllisten ominaisuuksien tukemista ja osallisuuden vahvistamista. Lasten osallistaminen omien vahvuksiensa tutkimiseen oli linjassa varhaiskasvatussuunnitelman arvojen kanssa, jotka painottavat lapsen kuulemistä ja yksilöllisyyden tukemista.

Projektin toteutuksessa käytettiin erilaisia luovia ja osallistavia menetelmiä, kuten piirtämistä, askartelua ja haastatteluja. Vahvuustyöskentely sisälsi useita vaiheita, joiden aikana lapset saivat tutkia omia taitojaan ja vahvuuksiaan eri näkökulmista. Visuaalinen työskentely vahvuuskirjojen parissa tuki lasten itsetuntemusta tarjoamalla konkreettisen tavan havainnoida omia vahvuuksiaan ja oivalluksiaan. Uusitalo-Malmivaara (2014) korostaakin, että visuaalinen dokumentointi auttaa lasta paitsi ilmaisemaan itseään, myös ymmärtämään omia tunteitaan ja kokemuksiaan. Lapset loivat esimerkiksi kuvitteellisia supersankarihahmoja, jotka heijastivat heidän omia vahvuuksiaan ja arvojaan. Toisessa vaiheessa työskentelimme unelmakarttojen parissa, joiden avulla lapset pohtivat omia unelmiaan ja kiinnostuksenkohteitaan. Vahvuuskirjat sisälsivät myös ryhmässä kerättyjä positiivisia palautteita, joiden avulla lapset saivat uusia oivalluksia sekä itsestään että toisistaan. Positiivisen palautteen merkitys on korostunut tutkimuksissa, joiden mukaan se vahvistaa lapsen sosiaalista itsetuntoa ja luo turvallisuuden tunnetta ryhmässä (Keltikangas-Järvinen 2017). Lisäksi Leskisenoja (2017) huomauttaa, että myönteinen ilmapiiri ja positiivinen palaute tukevat merkittävästi ryhmädynamiikkaa ja lasten itsetunnon kehittymistä.

Toiminnallisen projektin keskiössä oli lasten aktiivinen osallisuus. Lapset saivat itse määritellä, millä tavoin he halusivat työstää omia vahvuuskirjojaan annettujen tehtävien

puitteissa sekä valita niihin sisältöä, joka tuntui heistä merkitykselliseltä. Tämä lähestymistapa tuki muun muassa Opetushallituksen varhaiskasvatussuunnitelman (2022) arvoja, joiden mukaan lapsia tulisi kohdella aktiivisina toimijoina, jotka voivat vaikuttaa omiin oppimisympäristöihinsä. Lisäksi lasten osallistaminen suunnitteluun vahvistaa heidän toimijuuttaan, mikä on keskeinen osa positiivista pedagogiikkaa (Kronqvist & Kumpulainen 2011). Vahvuuskirjat toteutettiin montessoripedagogiikan mukaisesti alusta loppuun itse tehden, jolloin lopputuloksena syntyi tekijöidensä persoonallisuutta kuvastavia teoksia. Dokumentoin työskentelyä säännöllisesti ja hyödynsin lasten antamaa palautetta projektin edetessä. Projektin tuloksena syntyneet vahvuuskirjat olivat lasten yksilöllisyyttä kuvastavia teoksia, jotka heijastivat paitsi lasten omia vahvuuksia, myös ryhmähenkeä ja yhteisöllisyyttä. Uusitalo-Malmivaara (2014) korostaakin, että yhteisöllinen oppiminen lisää lasten taitoja arvostaa toistensa vahvuuksia, mikä puolestaan vahvistaa ryhmän yhteenkuuluvuutta. Tämä oli nähtävissä muun muassa hetkissä, joissa lapset ilmaisivat ihailua toistensa ominaisuuksia kohtaan.

Projektin arviointi ja tulokset perustuvat omaan havainnointiini. Tulokset osoittivat, että lasten itsetunto ja itseluottamus vahvistuivat projektin aikana erilaisten oivallusten myötä. Vahvuuskirjat tarjosivat lapsille konkreettisen keinon tutkia ja arvostaa omia ominaisuuksiaan sekä tunnistamaan myönteisiä piirteitä myös toisissa. Omien vahvuuksien tunnistaminen on todettu olevan vahvasti yhteydessä lapsen itsetunnon kehittymiseen. Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen (2016) osoittavat, että vahvuuksien korostaminen lisää lasten itsearvostusta ja voi myös parantaa oppimistuloksia pitkällä aikavälillä.

7 Opinnäytetyön kehittämistehtävä

Toiminnallisen opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli luoda toimintamalli, joka tukee ja vahvistaa esikouluikäisten lasten itsetuntoa sekä positiivista minäkuvaa. Tavoitteenani oli selvittää, miten lasten yksilöllisiä vahvuuksia voidaan tunnistaa ja hyödyntää kasvatustyössä, sekä millaisilla eri menetelmillä lasten positiivista minäkuvaa voidaan vahvistaa. Kehittämistehtävä toteutettiin vahvuuskirjojen avulla, jotka suunnittelin osallistaviksi ja luovuutta edistäviksi työvälineiksi.

Tämän kehittämistehtävän puitteissa suunniteltiin ja toteutettiin useita erilaisia oppimistehtäviä, joissa yhdistyivät luova ilmaisu ja lasten sosiaalinen vuorovaikutus. Luovalla ryhmätoiminnalla on katsottu olevan monia hyvinvointia tukevia vaikutuksia. Sen avulla

voidaan käsitellä esimerkiksi erilaisia tunteita tai kokemuksia, joiden sanoittaminen on haastavaa. Luovuus voi myös edistää vuorovaikutusta, vahvistaa uskoa tulevaisuuteen sekä auttaa tunnistamaan uusia puolia itsestään. Luova ryhmätoiminta voi palauttaa ja lisätä voimavaroja sekä vahvistaa osallisuuden kokemusta. Hyväksytyksi tuleminen ryhmässä ja yhteisten kokemusten jakaminen vahvistaa yksilön voimaantumista ja hyvinvointia (Huhtinen-Hildén & Isola: 2019.) Tehtävät suunnittelin siten, että ne mahdollistivat lasten yksilöllisten vahvuuksien esiin tuomisen sekä kannustivat heitä jakamaan omia kokemuksiaan ja oivalluksiaan ryhmän kesken. Esimerkiksi haastatteluissa lapset saivat antaa toisilleen positiivista palautetta ja toimintakorteilla he puolestaan tunnistiivat ja nimesivät omia vahvuuksiaan.

Keskeisenä tavoitteenani oli luoda toimintamalli, joka olisi hyödynnettävissä mahdollisesti myös muissa varhaiskasvatuksen toimintaympäristöissä. Valitsemissani menetelmissä painotettiin inklusiivisuutta ja osallisuutta, jotta jokainen lapsi voisi kokea itsensä arvostetuksi ja pystyväksi. Lisäksi kehittämistehtävä tuotti leikkikoululle arvokasta tietoa siitä, miten lasten positiivista minäkuvaa voidaan tukea konkreettisoin keinoin ja miten vahvuusperustaista kasvatusta voidaan soveltaa esiopetuksessa.

Projektin tulokset osoittivat, että vahvuuskirjat voivat toimia innostavana ja inspiroivana menetelmänä lasten itsetunnon ja yhteisöllisyyden vahvistamisessa. Ne tarjosivat paitsi lapsille, myös leikkikoulun henkilökunnalle arvokasta tietoa lasten yksilöllisistä ominaisuuksista ja tarpeista. Saatua tietoa voidaan jatkossa hyödyntää kasvatuksen suunnittelussa ja toteutuksessa, mikä mahdollistaa kasvattajille entistä yksilöllisemmän ja lapsilähtöisen työskentelyn.

8 Vahvuuskirja-projekti

8.1 Minä supersankarina

Aloitimme toiminnallisen projektini yhdessä yhdeksänhenkisen esiopetusryhmän kanssa. Halusin aloittaa vahvuuskirjojen tekemisen kevyesti ja leikkimielisesti mielikuvituksellisuutta hyödyntäen, mutta kuitenkin jo hieman aihetta sivuten ja pohtien. Ajatuksenani oli, että vasta projektin edetessä syventyisimme vähitellen lasten varsinaisiin luonteenvahvuuksiin ja niiden tunnistamiseen.

Projektin ensimmäisenä tehtävänä lasten tuli kuvitella itsensä supersankareina. Jokainen sai keksiä omalle supersankarilleen nimen, ulkoasun ja supervoiman. Kerroin, että voima voi olla jokin todellinen taito tai täysin mielikuvituksen tuotetta. Lisäksi painotin, ettei hahmon tarvitse muistuttaa tyypillistä supersankaria. Jokainen lapsi sai piirtää ja värittää oman hahmonsa sekä pohtia työskentelyn ohessa seuraavia kysymyksiä: Mitä voimia supersankarillasi on? Miten supersankarisi huomaa, jos joku tarvitsee apua? Miten supersankarisi auttaa muita? Kysymysten tarkoituksena oli kannustaa ja rohkaista lapsia pohtimaan omia taitojaan tai kykyjään, joita he voisivat pitää eräänlaisina voimavaroinaan. Tehtävässä käsiteltiin myös tunnetaitoja, kuten empatiaa, tunteiden tunnistamista ja toisten huomioimista.

Useimmilla lapsilla oli selkeä visio, jota he ryhtyivät heti toteuttamaan. Osa puolestaan pohti aluksi hetken, mutta lopulta jokainen pääsi alkuun ja sai luotua juuri omanlaisensa hahmon. Lapset myös inspiroivat toinen toisiaan ideoillaan, mikä lisäsi yhdessä tekemisen kokemusta. Useimmat lapset valitsivat supervoimakseen jonkin mielikuvituksellisen kyvyn, muutamat puolestaan sisällyttivät voimiinsa jo olemassa olevia piirteitä, kuten rakkautta, kohteliaisuutta ja kiltteyttä. Valmiissa teoksissa korostui myös erityisesti hyvän arvostaminen ja halu suojella muita pahalta.

Harjoituksen tavoitteena oli rohkaista lapsia ilmaisemaan itseään ja tutkimaan omia vahvuuksiaan luovalla ja mielikuvituksellisella menetelmällä. Tehtävän kautta lapset saivat myös pohtia, millaisia he haluaisivat olla, missä he haluaisivat kehittyä ja toisaalta myös sitä, millaisia taitoja he arvostavat muissa ihmisissä. Tavoitteeni oli myös syventää ymmärrystä siitä, että jokin oma taito tai luonteenpiirre voi toimia todellisena supervoimana.

8.2 Minun unelmani

Projektin toisella tapaamiskerralla työskentelimme unelmakarttojen parissa. Olin koonnut materiaaliksi runsaasti erilaisia aikakauslehtiä ja kuvakollaaseja, joiden teemoina olivat esimerkiksi työ, opiskelu, eläimet, harrastukset, ihmissuhteet ja matkailu. Ohjeitin lapsia leikkaamaan ja liimaamaan omaan karttaansa mitä tahansa haaveita tai unelmia sekä halutessaan avaamaan ajatuksiaan tekstein. Painotin, että unelmat voivat olla mielikuvituksellisiakin, eikä varsinaisia oikeita tai vääriä vastauksia tehtävään ole.

Unelmakarttatyöskentelyn tavoitteena oli tarjota innostava ja luova tapa tutkia omia haaveita ja kiinnostuksenkohteita sekä pohtia, mitkä asiat ovat lapsille itselleen merkityksellisiä. Tarkoituksena oli myös tukea lasten itsetuntemusta sekä toisaalta saada pohtimaan myös taitoja, joissa he haluaisivat kehittyä tulevaisuudessa. Tavoitteenani oli myös saada lapset miettimään sitä, mitkä asiat tekevät heidät onnelliseksi sekä rohkaista unelmoimaan vapaasti ja ennakkoluulottomasti. Halusin vahvistaa lasten uskoa unelmiinsa sekä siihen, että he voivat tavoitella itselleen tärkeitä asioita.

Eliisa Leskisenoja (2017) kertoo kirjassaan ”Positiivisen pedagogiikan työkalupakki” luokalleen toteuttamista positiivisuustalkoista – hän mainitsee, että oppilaiden optimistisuutta tukeakseen heillä tulee olla uskoa tulevaisuuteen sekä siihen, että he voivat saavuttaa haaveilemiaan asioita. Kasvattajien rooli on tärkeä, mitä tulee lasten vakuuttamiseen siitä, että heidän tulevaisuutensa on hyvä ja täynnä mahdollisuuksia. Tärkeää on kuitenkin painottaa myös sitä, että toisinaan asiat tulevat kovan työn ja ponnistelun seurauksena. (Leskisenoja 2017: 74.)

Työskentelyn aikana havaitsin, että esikouluikäisten lasten unelmissa korostuivat erityisesti eläimet, luonto, erilaiset vapaa-ajan puuhut sekä harrastukset. Luonto, ympäristö sekä eläimet ovat suuressa roolissa leikkikoulumme arjessa, mikä saattaa selittää lasten voimakkaan yhteyden näihin teemoihin. Myös koti, ystävät ja uusien paikkojen näkeminen olivat suosittuja aiheita. Monet kuvasivat unelmakartoissaan hetkiä, jolloin he viettävät aikaa läheistensä kanssa, mikä puolestaan korostaa turvallisten ihmissuhteiden merkitystä heidän elämässään. Toiveet uusien paikkojen ja nähtävyyksien näkemisestä puolestaan voisivat ilmentää lasten uteliaisuutta ja halua tutkia ympäröivää maailmaa.

Valmiit unelmakartat heijastivat tekijöidensä persoonallisuutta ja osassa niistä oli havaittavissa myös lasten senhetkinen elämäntilanne eri tavoin. Osassa unelmakartoista syntyi vaikutelma siitä, että lapset prosessoivat sen keinoin erilaisia suuria tapahtumia omassa elämässään. Esimerkiksi ihmissuhteisiin liittyvät tunteet ja ajatukset olivat esillä kartoissa monin eri tavoin.

8.3 Minun vahvuuteni

Tässä työskentelyosiossa tavoitteenani oli saada lapset pohtimaan paitsi omia vahvuuksiaan, myös näkemään hyvää ympärillään. Haastattelin vuorollaan jokaista lasta ja

pyysin heitä nimeämään jokaisesta ryhmän muusta kahdeksasta jäsenestä jonkin positiivisen asian – luonteenpiirteen, ominaisuuden tai kyvyn, jota he toisessa erityisesti ihailevat. Yhdessä työskentelyn tavoitteena oli myös vahvistaa yhteisöllisyyttä ja ryhmähenkeä, mikä on tärkeää positiivisen ilmapiirin kannalta. Haastatteluista keräsin jokaiselle lapselle oman koosteensa vahvuuskirjaa varten, jotta he voisivat nähdä ryhmänsä jäsenten kommentit itsestään ja tuntea itsensä arvokkaaksi osaksi yhteisöä.

Nimetyt piirteet liittyivät muun muassa luontevahvuuksiin, kuten ystävällisyyteen, huumorintajuun, kekseliäisyyteen ja innokkuuteen. Myös erilaiset taidot olivat edustettuina, koskien esimerkiksi taiteellisuutta, auttavaisuutta tai leikkitaitoja. Leikkitaidot ja erityisesti hyvä leikkikaveruus mainittiin jokaisen lapsen kohdalla, mikä ei toisaalta ollut yllättävää – Montessori-leikkikoulussa tähän on kiinnitetty erityistä huomiota. Yksi tärkeimmistä periaatteistamme on, että jokainen otetaan mukaan leikkiin ja kaikki leikkivät keskenään toistensa kanssa. Toiminnalla on ollut merkittäviä vaikutuksia esimerkiksi vuorovaikutustaitojen kehittämisessä sekä erilaisuuden hyväksymisessä. Kasvatustyön tulos näkyi myös haastatteluiden lopputulemassa.

Haastatteluiden tulokset toivat osuvasti esiin jokaisen lapsen persoonallisuutta. Yksi on auttavainen, toinen hauskuuttaja, kolmas puolestaan kekseliäs. Uteliaisuus, sinnikkyys ja innostuneisuus nähtiin myös positiivisina ominaisuuksina. Toisaalta myös rakkaus ja ystävällisyys mainittiin useita kertoja. Tuloksissa korostui se, että yhdeksänhenkinen esiopetusryhmä on hyvin tiivis ja läheinen, vaikka kaikki eivät välttämättä olekaan parhaimpia ystäviä keskenään. Haastatteluiden tulokset osoittivat sen, miten erilaiset persoonallisuudet pystyvät luomaan keskenään hyvin toimivan ryhmän. Ryhmän monimuotoisuus puolestaan rikastuttaa vuorovaikutusta ja avaa mahdollisuuksia oppimiseen sekä toisten inspiroimiseen.

Jaoin myöhemmin jokaiselle lapselle koosteen saamistaan kehuista ja kommenteista, jotka he saivat leikata ja liimata kartongille sekä koristella mielensä mukaan. Ystäviltä saadut kehut saivat aikaan silmännähtävää iloa. Osa lapsista pyysi minua lukemaan saamansa kommentit ääneen koko ryhmälle, mikä puolestaan innosti muita tekemään samoin. Tämä lisäsi mielestäni yhteenkuuluvuuden tunnetta ja positiivista ryhmähenkeä. Toivon myös, että se innostaa lapsia antamaan toisilleen positiivista palautetta myös tulevaisuudessa.

Vahvuustyöskentely jatkui omien luonteenpiirteiden tunnistamisella ja nimeämisellä. Käytin apunani Vahvuusvariksen Huomaa hyvä! -toimintakortteja. Asettelin toimintakortit taululle, minkä jälkeen kävimme huolellisesti läpi jokaisen kortin sekä niiden merkityksen. Vahvuuskorttien kuvitus auttoi myös osaltaan lapsia tunnistamaan kunkin vahvuuden. Kun vahvuuskortit oli käyty yhdessä läpi, annoin kullekin lapselle viisi omalla nimellään varustettua muistilappua. Ohjeistin heitä valitsemaan vuorollaan taululta 3–5 omaa luonteenvahvuuttaan. Taululle mentiin pareittain, jotta jokainen sai rauhassa pohtia omia vahvuuksiaan, välttämällä mahdollista vertailua toisiinsa.

Jokainen yhdeksästä esikoululaisesta onnistui nimeämään itsestään kaikki viisi vahvuuttaan. Kuten aiemman työskentelyn aikana, osa lapsista teki selkeät valinnat vahvuuskorttien suhteen. Osa lapsista taas pohti alkuun hieman, mutta yhdessä keskustelemalla ja pohtimalla lopulta löysivät itselleen sopivat kortit.

Tuloksia tarkastellessani havaitsin, että kolme eniten edustettuina olevaa luonteenvahvuutta esikoululaisten keskuudessa olivat oppimisen ilo, sinnikkyys ja sisukkuus. Seuraavaksi eniten ääniä saivat tasaisesti ryhmätyötaidot, johtajuus, uteliaisuus, luovuus, rohkeus ja rakkaus. Muutamia yksittäisiä tai muutaman lapsen nimeämiä vahvuuksia olivat puolestaan huumorintaju, toiveikkuus, ystävällisyys, myötätunto, innostus ja reiluus. Myös näistä valituista vahvuuksista kokosin jokaiselle lapselle yhteenvedon vahvuuskirjaansa lisättäväksi.

8.4 Minun taitoni

Toteutin taitoja käsittelevän osion myös kahdessa eri osassa, sillä koin sen olevan hyvin laaja aihe. Edellisen, vahvuuskortteja koskevan tuokion päätteeksi pyysin jokaista lasta valitsemaan mieleisensä värin ja maalaamaan sillä kämmenensä. Tämän jälkeen molemmat kämmenet maaleineen painettiin paperiin, ja ne saivat kuivua seuraavaa työskentelykertaa varten. Ajatuksenani oli, että kämmenet symbolisoisivat ikään kuin taitoja.

Seuraavan tuokion alussa pohdimme erilaisia taitoja tai kykyjä, joita kirjasimme ylös taululle esimerkeiksi. Sen avulla johdatin lapset seuraavan työmme pariin, jossa tarkoituksena oli miettiä omia taitoja ja kirjata niitä maalaamiemme käsien ympärille. Ohjeistin lapsia pohtimaan vähintään kolmea erilaista taitoa itsessään. Avustin lapsia tarvitta-

essa kirjoittamalla mallin, josta se siirtyi lapsen itse kirjoittamana paperille. Työskennellessä syntyi myös antoisaa keskustelua muun muassa siitä, lasketaanko leikkiminen taidoksi. Yhdessä totesimme, että leikkiminen on taito, jota harjoittelempa leikkikoulussa päivittäin.

Lasten nimeämät taidot ja kyvyt kattoivat monia eri osa-alueita, koskien esimerkiksi liikuntaa, harrastuksia ja vapaa-ajan tekemisiä. Esimerkkeinä mainittiin muun muassa juokseminen, tanssiminen, pelaaminen, kalastaminen, leikkiminen ja uiminen. Mukana oli myös monipuolisesti konkreettisia kädentaitoja, kuten neulominen, leipominen ja ruoanlaitto. Akateemisten taitojen joukosta esille nousivat muun muassa lukeminen, laskeminen, kirjoittaminen ja kielelliset taidot.

Jatkoimme taitoihin liittyvää työskentelyä seuraavassa tapaamisessamme. Toin pöytien ääreen malliksi muutamia pokaaleja, paperia, liimaa ja kyniä. Ohjeistin lapsia piirtämään ja värittämään mieleisensä pokaalin ja halutessaan käyttämään tuotuja esineitä malleinaan. Lopuksi koristelimme pokaalit erilaisilla askartelumateriaaleilla. Työskentelyn aikana annoin pohdittavaksi kysymyksen, jonka vastaus kirjattaisiin valmiin piirroksen ympärille. Lasten tuli pohtia asiaa, jossa he ovat onnistuneet tai josta erityisen ylpeitä itsessään.

Pohdittavaksi annettu kysymys herätti runsaasti erilaisia ajatuksia, jotka lopulta kirjassimme valmiisiin teoksiin. Ylpeydenaiheikseen esikouluikäiset lapset kokivat muun muassa rehellisyyden, neulomisen taidon, haastavassa montessorityössä onnistumisen sekä leikeissä saadut onnistumisen kokemukset. Onnistumisiksi mainittiin myös juoksukilpailussa voittaminen, maalin tekeminen omassa harrastuksessa sekä hyvin menneet yöunet.

8.5 Projektin viimeistely

Projektin viimeinen vaihe sisälsi kotitehtävän sekä lapsille että heidän huoltajilleen. Pyysin jokaista lasta tuomaan itsestään 1–3 valokuvaa, joiden aiheena oli "hetki, jolloin olin onnellinen". Tämän tehtävän tarkoituksena oli tuoda esiin lasten elämän positiivisia ja merkityksellisiä kokemuksia. Valokuvien avulla halusin rohkaista lapsia reflektoimaan näitä onnellisia hetkiä. Tämä prosessi rikastutti projektin muuten tulevaisuuteen suun-

tautuvan luonteen, sillä samalla se loi yhteyksiä menneisiin ilon tunteisiin, jotka puolestaan voivat tarjota lapsille voimavaroja ja tukea myös tulevassa. Erityisesti myönteisten kokemusten muistaminen on tärkeää lasten psyykkisen hyvinvoinnin kannalta.

Valokuvien teemoina olivat muun muassa lomamatkat, harrastukset, lemmikkieläimet, syntymäpäiväjuhlat ja omien idoleiden tapaaminen. Nämä hetket edustivat lapsille merkityksellisiä tapahtumia, joissa he olivat kokeneet iloa ja tyytyväisyyttä. Tällaisilla muistoilla voi olla tärkeä rooli lapsen kehityksessä, sillä ne auttavat lasta rakentamaan myönteistä kuvaa itsestään ja ympäristöstään. Positiivisten kokemusten läpikäyminen voi toimia myös tunteiden säätelyn välineenä ja edistää lapsen kykyä ymmärtää ja käsitellä omia tunteitaan.

Viimeisellä tapaamiskerralla nämä valokuvat liitettiin vahvuuskirjan viimeiselle sivulle. Projektin loppuvaiheessa valmistimme myös vahvuuskirjojen kannet, jotka ilmensivät lasten persoonallisuuksia. Jokainen lapsi sai valita mieleisensä värin kirjalleen ja koristaa ne mielensä mukaan. Antamalla lapsille mahdollisuuden itse päättää, miltä heidän teoksensa näyttäisi, he saivat tilaisuuden tuoda esiin omia ajatuksiaan ja persoonallisuuttaan. Samalla se auttoi lapsia ilmaisemaan itseään visuaalisesti ja luovasti.

Valmiit vahvuuskirjat olivat ainutlaatuisia ja persoonallisia teoksia, jotka kuvastivat lasten omia näkemyksiä itsestään ja heidän kokemistaan vahvuuksista. Kirjat koottiin myöhemmin valmiiksi ja paketoitiin yksilöllisiksi kokonaisuuksiksi. Ennen niiden luovutusta vahvuuskirjat olivat esillä leikkikoulussa, jotta henkilöstö sai mahdollisuuden tutustua kuhunkin teokseen. Tämä vaihe mahdollisti myös opettajien ja kasvattajien osallistuvan prosessiin, tarjoten heille arvokasta tietoa siitä, millaisia vahvuuksia ja myönteisiä kokemuksia lapset olivat kokeneet sekä siitä, kuinka nämä näkökulmat heijastuvat lapsen kehitykseen ja päivittäiseen elämään.

9 Tulokset

Projektin tulokset osoittavat vahvuuskirjojen olevan tehokas ja innostava menetelmä lasten itsetunnon vahvistamisessa. Vahvuuskirjojen kautta lapset saivat konkreettisia kokemuksia itsensä arvostamisesta ja muiden vahvuuksien tunnistamisesta. Lisäksi lapset osoittivat parantunutta kykyä ilmaista omia vahvuuksiaan ja tunteitaan.

Ryhmän jokainen lapsi onnistui omassa työssään, jonka lopputuloksena syntyi valmis, tekijäänsä kuvastava vahvuuskirja. Saimme myös toteutettua projektin ennalta suunnitellun aikataulun mukaisesti. Jokaisella kerralla lapset syventyivät käsillä oleviin tehtäviin huolellisesti ja aidosti pohtien sekä ryhmässä keskustellen.

Aiemmin mainitun PERMA-teorian osa-alueet nousivat esille projektin eri vaiheissa. Positiiviset tunteet (positive emotions) korostuivat erityisesti hetkissä, joissa lapset saivat kuulla ryhmänsä jäseniltä kannustavia ja arvostavia palautteita. Tämä vaikutti olennaisesti ilmapiiriin, jossa lapset vaikuttivat kokevan iloa ja turvallisuudentunnetta. Sitoutuminen (engagement) näkyi puolestaan lasten syventyessä tehtäviin, kuten unelmakarttojen tai vahvuuspiirustusten parissa työskentelyyn. Lapset pystyivät keskittymään pitkiksi ajoiksi pohtimaan käsillä oleviin aiheisiin. Sosiaaliset suhteet (relationships) olivat keskeisiä ryhmätyöskentelyssä ja hetkissä, joissa lapset antoivat toisilleen positiivista palautetta ja jakoivat omia kokemuksiaan. Merkityksellisyys (meaning) puolestaan nousi esille erityisesti keskusteluissa, joissa lapset pohtivat omia vahvuuksiaan ja tulevaisuuden unelmiaan. Saavutukset (accomplishments) konkretisoituivat valmiiden vahvuuskirjojen kautta, jotka tarjosivat lapsille konkreettisen välineen heidän osaamisestaan ja onnistumisestaan.

Erityiset onnistumisen kokemukset liittyivät tilanteisiin, joissa pitkän pohdinnan jälkeen lapsi keksi lopulta vastauksen annettuun tehtävään. Tällaisia hetkiä nähtiin esimerkiksi kerroilla, joissa piti pohtia omia taitojaan sekä erityisiä onnistumisia. Alussa osa lapsista vaikutti kokevan epävarmuutta taidoissaan sekä niiden nimeämisessä, mutta kannustavalla asenteella sain omalta osaltani rohkaistua jokaista valitsemaan juuri ne kyvyt, joissa lapsi kokee olevansa taitava.

Myös lasten osallisuus korostui merkittävästi projektin aikana. Lasten aktiivinen osallistuminen vahvuuskirjojen sisällön luomiseen vaikutti synnyttävän heille tunteen merkityksellisyydestä ja omien ajatustensa arvostamisesta. Lisäksi lasten sosiaalinen vuorovaikutus kehittyi, kun he oppivat jakamaan omia kokemuksiaan ja ilmaisemaan ihailevia havaintojaan toistensa vahvuuksista. Ryhmädynamiikan vahvistuminen voi tukea lasten sosiaalista kehitystä pitkäaikaisesti.

Projektin aikana moni lapsista kykeni tunnistamaan itselleen ominaisia luontevahvuuksia yhä paremmin. Jokainen ryhmän lapsi löysi itsestään esimerkiksi viisi vahvuutta, mikä vahvistaa sen, että lasten itsetunto ja kyky arvostaa itseään oli kasvanut

projektin edetessä. Useat lapset valitsivat “oppimisen ilon” ja “sinnikkyyden” omiksi vahvuuksikseen, mikä voisi osaltaan heijastaa ryhmän yhteistä oppimisen ja itsensä kehittämisen motivaatiota.

Tehtävä, jossa lapset loivat supersankarihahmoja ja pohtivat niiden voimia, osoittautui hyväksi mielikuvitukselliseksi keinoksi lasten itsetunnon tukemisessa. Tämä tehtävä hyödynsi lasten mielikuvitusta, mikä Leskisenoja (2019) mukaan on keskeistä myönteisten tunteiden vahvistamisessa. Supersankarihahmot toimivat lapsille välineinä tutkia omia vahvuuksiaan ja käsitellä erilaisia myönteisiä tunteita, kuten ylpeyttä ja iloa. Osa lapsista valitsi supersankariensa voimiksi niitä taitoja, jotka he tunnistivat myös itsessään. Se toisaalta osoittaa, että leikin ja mielikuvituksen avulla lapset voivat nähdä omat kykynsä ja vahvuutensa uudessa valossa. Tämä tehtävä loi myös osaltaan pohjan myöhemmille keskusteluille lasten omista luonteenpiirteistä ja kyvyistä.

Projektin aikana lasten välillä vaikutti olevan avoin ja kannustava ilmapiiri, kun he saivat mahdollisuuden antaa ja vastaanottaa positiivista palautetta. Harjoituksessa, jossa lapset antoivat toisilleen palautetta ja tunnistivat toisissaan positiivisia ominaisuuksia, nousi esiin lasten kyky arvostaa ystäviensä erilaisia taitoja ja luonteenpiirteitä. Myönteinen palaute ja toisten vilpittömä kehuminen lisäsivät osaltaan ryhmän yhteenkuuluvuutta ja toivat myös olennaisesti esiin lasten kyvyn nähdä hyvää ympärillään. Samaan aikaan opin myös itse uutta heidän ominaisuuksistaan.

Konkreettisten tehtävien kautta lapset pääsivät tarkastelemaan omia taitojaan ja unelmiaan käytännönläheisesti, mikä vaikutti vahvistavan heidän käsitystään omista kyvyistään. Esimerkiksi tehtävässä, jossa lapset pohtivat saavutuksiaan, nähtiin useita onnistumisen kokemuksia.

Projektin lopputuloksena jokainen lapsi sai valmiin vahvuuskirjan, johon he saattavat myöhemmin palata esimerkiksi tarkastellakseen omaa kehitystään. Kirjan rakentaminen ja tehtävien täyttäminen antoivat lapsille konkreettisen työkalun, jonka avulla he voivat jatkossakin pohtia ja kehittää itsetuntemustaan. Esikoululaiset osoittivat projektin aikana yhä lisääntyvää kykyä tunnistaa omia vahvuuksiaan ja tuoda esiin myönteisiä ominaisuuksia niin itsessään kuin muissa. Lisäksi oivalluksia nähtiin siinä, missä asiassa kukin haluaisi mahdollisesti tulevaisuudessa kehittyä. Uskon tämän tukevan lasten kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä ryhtymistä tuleviin haasteisiin positiivisella asenteella.

Projektin aikana syntyi havainto siitä, että lasten kyky tunnistaa ja arvostaa omia sekä muiden vahvuuksia vaikutti myös heidän ryhmäänsä positiivisesti. Lapsen saama palaute ystäviltään vaikutti olevan vähintään yhtä merkityksellistä kuin aikuisilta saatu kannustus. Tämä osoittaa sen, miten yhteisöllisyys ja vertaistuki voivat vahvistaa lapsen myönteistä minäkuva. Ryhmän sisäinen tuki ja kannustus ovat tärkeitä taitoja, joiden kehittyminen varhaislapsuudessa voi vahvistaa lasten sosiaalista ja emotionaalista hyvinvointia myös myöhemmin tulevaisuudessa. Tässä projektissa käytetyt menetelmät osoittautuivat toimiviksi tavoiksi tukea lasten itsetuntoa ja luoda positiivista ilmapiiriä, jossa jokainen lapsi tunsu itsensä arvostetuksi ja hyväksytyksi. Projektin aikana havaittu lasten itsetunnon vahvistuminen tukee aiempaa tutkimusta siitä, että lasten vahvuuksien tunnistaminen auttaa heitä kohtaamaan uusia haasteita ja rakentamaan positiivista minäkuva.

Esikoululaisten nimeämiä vahvuuksia sekä heidän toisistaan nimeämiä ominaisuuksia hyödynnettiin myös meneillään olevissa kunkin lapsen esiopetuksen oppimissuunnitelmaa koskevilla keskusteluilla.

10 Eettisyys

Tämän projektin suunnittelussa ja toteutuksessa huomioitiin, että lapsille tarjottavat tehtävät olivat heidän kehitystasoonsa sopivia, turvallisia ja tukevat heidän kokonaisvaltaista hyvinvointiaan. Osallistuminen vahvuuskirjojen tekemiseen oli vapaaehtoista ja lapsilla oli oikeus keskeyttää osallistuminen milloin tahansa. Lapsille annettiin mahdollisuus ilmaista itseään luovilla tavoilla ja heidän ajatuksiaan sekä tunteitaan kunnioitettiin koko projektin ajan.

Koska kohderyhmänä olivat alaikäiset, vanhempien tai huoltajien suostumus oli keskeinen vaatimus. Ennen projektin aloittamista tiedotettiin vanhemmille selkeästi projektin tavoitteista, menetelmistä ja hyödyistä. Suostumuslomakkeet varmistivat, että vanhemmat ymmärsivät opinnäytetyöni luonteen ja hyväksyivät lastensa osallistumisen projektiin. Lisäksi selitettiin lapsille ikätasoisesti, mitä osallistuminen tarkoittaa ja mitä tuleman pitää.

Käsittelin projektin aikana kerättyä aineistoa, kuten lasten luomia vahvuuskirjoja luottamuksellisesti. Säilytin lasten tuotokset ja henkilökohtaiset tiedot suojatusti ja vain pro-

jektin toteuttamiseen ja arviointiin osallistuneet henkilöt pääsivät niihin käsiksi. Valokuvat ja muut henkilökohtaiset materiaalit palautettiin lapsille. Raportointivaiheessa varmistin, ettei lasten tunnistettavuus vaarannu julkaistuissa materiaaleissa.

Jokaisen aktiviteetin suunnittelussa kiinnitin huomiota lasten psyykkiseen ja emotionaaliseen hyvinvointiin. Tavoitteena oli vahvistaa lasten itsetuntoa ja positiivista minäkuvaa, eikä luoda tilanteita, joissa lapset voisivat tuntea epävarmuutta tai arvostelua. Oli tärkeää luoda turvallinen ja kannustava ilmapiiri, jossa lasten oli helppo ilmaista itseään ja osallistua toimintaan ilman pelkoa virheistä tai arvostelusta.

Yksi eettinen haaste projektissa oli varmistaa, että jokainen lapsi kokisi saavansa yhtä paljon huomiota ja tukea. Ryhmässä toimiminen voi joissain tapauksissa johtaa siihen, että jotkut lapset jäävät vähemmälle huomiolle. Pyrin välttämään tätä tarkkailemalla ryhmädynamiikkaa ja varmistamalla, että jokainen lapsi sai mahdollisuuden osallistua ja tulla kuulluksi. Rohkaisin jokaista lasta osallistumaan ja annoin heille aikaa ilmaista ajatuksiaan.

Projektin aikana reflektoin jatkuvasti toimintaani ja varmistin, että eettiset periaatteet toteutuivat kaikissa vaiheissa. Tein huomioita siitä, miten lapset reagoivat eri tehtäviin ja säädin lähestymistapaa tarvittaessa. Reflektoin myös omaa vuorovaikutustani ja menetelmiäni. Pohdin jatkuvasti, miten voisin parantaa omaa toimintaani ja kehittää sitä, jotta voisin tukea lasten kehitystä entistä paremmin. Itsearviointi auttoi minua tunnistamaan myös omia vahvuuksiani ja kehittämiskohteitani ammatillisessa toiminnassa.

11 Pohdintaa

Toiminnallisen opinnäytetyöni toteuttaminen esikouluikäisten lasten parissa oli opettavainen kokemus. Projektin päämääränä oli vahvistaa lasten itsetuntoa ja positiivista minäkuvaa luovien ja osallistavien menetelmien avulla. Työskentelyn aikana havaitsin, kuinka merkityksellistä on tarjota lapsille mahdollisuuksia tarkastella omia vahvuuksiaan ja unelmiaan sekä pohtia, mikä heille on tärkeää. Tavoitteeni lasten itsetunnon tukemisesta ja yhteisöllisyyden vahvistamisesta toteutui mielestäni hyvin ja lasten oivalukset tekivät projektista onnistuneen sekä merkityksellisen.

Positiivisen pedagogiikan ja montessoripedagogiikan yhdistäminen projektissa oli luontevaa, sillä molemmat näkökulmat korostavat lapsen yksilöllisyyttä, vahvuuksia ja itsetunnetun tukemista. Positiivisen pedagogiikan periaatteiden mukaisesti lapsia ohjattiin löytämään omia vahvuuksiaan ja kokemaan onnistumisen iloa. Samanaikaisesti montessoripedagogiikan painotus lapsilähtöiseen ja omatoimisuutta tukevaan oppimisympäristöön tuki lasten mahdollisuutta käsitellä tehtäviä omaan tahtiin ja omalla tavallaan.

Projektin onnistumisen taustalla oli monipuolisia menetelmiä sisältävä suunnitelma, joka mahdollisti lasten vahvuuksien ja taitojen tutkimisen eri näkökulmista. Onnistumisen hetket, kuten tilanteet, joissa lapset tunnistivat vahvuuksiaan tai löysivät uusia puolia itsestään, olivat projektin kannalta merkityksellisiä. Työskentelyssä oli kuitenkin ajoittain myös omat haasteensa. Lasten keskittymiskyky vaihteli ja esimerkiksi elämäntilanteiden tuomat haasteet näkyivät toisinaan heidän itseilmaisussaan. Jokaisen lapsen sitouttaminen vaati kannustamista, joustavuutta ja läsnäoloa. Koen kaikesta huolimatta, että projektin rakenne ja aiheen lähestymistavat tukivat hyvin lasten keskittymistä ja osallistumista.

Useiden onnistumisien lisäksi projektissa oli myös kehittämiskohteita. Lasten yksilöllisten tarpeiden tarkempi kartoitus ennen projektin aloitusta olisi voinut auttaa räätälöimään menetelmiä entistä paremmiksi. Lisäksi pidempi aikataulu olisi mahdollistanut syvällisemmän työskentelyn projektin parissa. Myös monipuolisempien menetelmien, kuten esimerkiksi digitaalisten välineiden hyödyntäminen olisi saattanut avata uusia näkökulmia lasten vahvuuksien ilmaisemiseen. Myös lasten ja henkilöstön palautteen keruu systemaattisemmin projektin aikana olisi voinut antaa lisätietoa sen vaikutuksista. Pitemmän aikavälin seuranta olisi puolestaan mahdollisesti auttanut arvioimaan projektin pitkäaikaisia vaikutuksia lasten itsetuntoon ja ryhmädynamiikkaan.

Jatkoa ajatellen ideaa voisi kehittää eteenpäin esimerkiksi siten, että työskentely voisi tapahtua yhteistyössä perheiden kanssa. Esimerkiksi vanhempien ja lasten mahdollinen yhteinen osuus vahvuuskirjan kokoamisessa voisi tukea projektin vaikutuksia ja vahvistaa myös lapsen omaa kokemusta siitä, että hänen vahvuutensa ovat arvostettuja myös kotiympäristössä. Lisäksi vahvuuskirjoja voisi päivittää säännöllisesti osana varhaiskasvatuksen ympäristöjen arkea, jolloin lapsilla olisi mahdollisuus myös reflektoida omaa kasvuaan ja kehitystään ajan saatossa. Tulevaisuudessa vahvuuskirjojen käyttöä olisi mahdollista laajentaa myös muihin varhaiskasvatuksen ja koulutuksen toi-

mintaympäristöihin, esimerkiksi erilaisten oppijoiden tai erityistä tukea tarvitsevien lasten pariin. Tämä voisi antaa lisää tietoa siitä, miten positiivinen pedagogiikka ja vahvuusperustaiset menetelmät voivat edistää inklusiivista kasvatusta.

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö tarjosi minulle tilaisuuden kehittää myös omia taitojani varhaiskasvatuksen työntekijänä ja tulevana sosiaali-alan ammattilaisena. Sain paitsi lisää ohjaukokemusta, myös mahdollisuuden soveltaa positiivisen pedagogiikan periaatteita ja kehittää uusia ideoita ja menetelmiä lasten itsetunnon tukemiseksi. Opin, miten tärkeää on luoda turvallinen ja avoin ilmapiiri, jossa lapsi voi vapaasti tutkia itseään ja omia vahvuuksiaan. Projektin myötä ymmärsin myös sen, miten tärkeää on kannustaa lapsia arvostamaan omia vahvuuksiaan, mutta myös huomioimaan toisten vahvuuksia.

Koen myös, että opinnäytetyö ja projektin vetäminen antoi minulle arvokasta käytännön kokemusta ja vahvisti sitä myötä valmiuksiani työskennellä lasten ja perheiden parissa myös tulevaisuudessa. Vahvuuskirjaprojekti osoitti, miten merkityksellisiä pienetkin oivallukset voivat olla lapsen hyvinvoinnille ja kasvulle. Voi myös olla, että tämänkaltaisilla projekteilla saattaa olla kauaskantoisia vaikutuksia lasten elämässä. Tulevaisuudessa vastaavanlaiset projektit voisivat hyvin toimia laajempina osana varhaiskasvatusta, jossa luovien ja osallistavien menetelmien avulla tuetaan lasten kokonaisvaltaista kehitystä. Projektien avulla voidaan puolestaan luoda entistä vahvempia yhteisöjä, joissa jokainen lapsi tuntee itsensä arvostetuksi.

Lähteet

Aktan-Collan, Katja & Eerola, Hanna-Leena 2023. Luonteenvahvuudet. Lääkärikirja Duodecim. <<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01323>>. Viitattu 3.1.2025.

Cacciatore, Raisa & Korteniemi-Poikela, Eija & Huovinen, Maarit 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Juva: WS Bookwell Oy.

Cacciatore, Raisa & Korteniemi-Poikela, Erja 2019. Sisu, tahto, itsetunto. Portaat itku-potkuraivareista aggression hallintaan. E-kirja. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

Dabakoğlu, Fatma Nesrin 2014. Examining the impact of pre-school education on self-concept. European Journal of Social Sciences Education and Research, 2(1). <https://revistia.com/files/articles/ejser_v2_i1_15/FatmaD.pdf>. Viitattu 1.11.2024.

Fedorenko, Marina and Bykova, Svetlana 2016. The Program of Correction of Pre-school Children's Self-Esteem in the Work of the Psychologist. International Journal of Environmental & Science Education, 11(12). <<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1114628.pdf>>. Viitattu 3.11.2024.

Heiskanen, Noora & Saxlund, Tiina & Rantala, Anja & Vehkakoski, Tanja 2019. Lapsen vahvuudet esiopetusvuoden pedagogisissa asiakirjoissa. Oppimisen ja oppimisvaikeuksien erityislehti. NMI-Bulletin 29 (1). <<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/63929/final%20draft%20heiskanen%20saxlund%20rantala%20%20vehkakoski%202019%20nmi%20bulletin.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Viitattu 28.9.2024.

Holappa, Arja-Sisko & Costiander, Kati & Haanpää, Sanna & Kola-Torvinen, Pia & Packalen, Petra 2019. Kaksivuotinen esiopetus. Alustava selvitys 2019. Raportit ja selvitykset 2019: 2a. Opetushallitus. <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/kaksivuotinen_esiopetus.pdf>. Viitattu 8.1.2025.

Huhtinen-Hildén, Laura & Isola, Anna-Maria 2019. Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN_ISBN_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 3.1.2025.

Hujala, Eeva & Backlund-Smulter, Therese & Koivisto, Päivi & Parkkinen, Hely & Sarakorpi, Hanna & Suortti, Outi & Niemelä, Tarja & Kuronen, Ilpo & Knubb-Manninen, Gunnel & Smeds-Nylund, Ann-Sofie & Hietala, Risto & Korkeakoski, Esko 2012. Esiopetuksen laatu. Koulutuksen arviointineuvosto. Koulutuksen arviointineuvoston julkaisuja 61. <<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/39905/978-951-39-4807-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Viitattu 15.10.2024.

Isaacs, Barbara 2011. Understanding the Montessori Approach: Early Years Education in Practice. New York: Routledge. <https://hmk.am/wp-content/uploads/2021/10/Understanding-the-Montessori-Approach_-Early-Years-Education-in-Practice.pdf>. Viitattu 8.1.2025.

Karila, Kirsti 2016. Vaikuttava varhaiskasvatus. Tilannekatsaus toukokuu 2016. Raportit ja selvitykset 2016:6. Opetushallitus. <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/vaikuttava_varhaiskasvatus.pdf>. Viitattu 3.1.2025.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2017. Hyvä itsetunto. E-kirja. Helsinki: WSOY.

Kiviruusu, Olli 2017. Itsetunnon kehitys nuoruudesta aikuisuuteen ja siihen vaikuttavat tekijät. 26 vuoden seurantatutkimus. Väitöskirja. Helsingin yliopisto: Sosiaalitieteiden laitos ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <<https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/fc864b5b-fbd1-4e08-ac34-8cfc3aaf5a55/content>>. Viitattu 3.1.2025.

Korhonen, Laura 2021. Kasvu ja kehitys eri ikäkausina. Terveyskirjasto Duodecim. <<https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018>>. Viitattu 8.9.2024.

Kronqvist, Eeva-Liisa & Kumpulainen, Kristiina 2011. Lapsuuden oppimisympäristöt. Eheä polku varhaiskasvatuksesta kouluun. Porvoo: WSOYpro Oy.

Leskisenoja, Eliisa 2017. Positiivisen pedagogiikan työkalupakki. Juva: PS-kustannus.

Leskisenoja, Eliisa 2019. Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Mattila, Kati-Pupita 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Montessori Varhaiskasvatus Oy. <<https://montessorileikkikoulut.fi/>>. Viitattu 20.10.2024.

Määttä, Sami 2020. Motivaatio ja oppiminen. Teoksessa Tuovila, Seija & Kairaluoma, Leila & Majonen, Virva (toim.). Luku- ja kirjoitustaidon pedagogiikkaa yläkouluun. Rovaniemi: Pohjolan Palvelut Oy. <https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/64401/LuKi_opas_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 19.10.2024.

Numminen, Heli & Sokka, Laura 2009. Lapsellani on oppimisvaikeuksia. Juva: WS Bookwell.

Opetushallitus 2014. Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet. <<https://eperusteet.opintopolku.fi/eperusteet-service/api/dokumentit/9359537>>. Viitattu 28.9.2024.

Opetushallitus 2014. Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet. <<https://eperusteet.opintopolku.fi/eperusteet-service/api/dokumentit/9359537>>. Viitattu 3.1.2025.

Opetushallitus 2022. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Määräykset ja ohjeet 2022: 2a. <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_2.pdf>. Viitattu 3.1.2025.

Ranta, Samuli 2020: Positiivinen pedagogiikka suomalaisessa varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Väitöskirja. Rovaniemi: Lapin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. <https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/64412/Ranta_Samuli_Acta%20electronica%20Universitatis%20Laponiensis%20283.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 8.9.2024.

Rautamies, Erja & Koivula, Merja & Vähäsantanen, Katja 2018. Lastentarhanopettaja lasten autonomian tukijana varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen tiedelehti JECER 7 (1). <<https://journal.fi/jecer/article/view/114085/67284>>. Viitattu 19.10.2024.

Repo, Laura 2013. Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sandholm, Ditte & Simonsen, Julia & Ström, Kristina & Fagerlund, Åse 2022. Teachers' experiences with positive education. Cambridge Journal of Education, 53(2), pp. 237–

255. <https://research.abo.fi/ws/files/49251825/Teachers_experiences_with_positive_education_1_.pdf>. Viitattu 15.1.2025.

Uusitalo-Malmivaara, Laura & Vuorinen, Kaisa 2016. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään omat luontevahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Uusitalo-Malmivaara, Lotta 2014. Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus.

Uusitalo-Malmivaara, Lotta 2014. VIA-vahvuusmittari lasten ja nuorten luontevahvuuksien kartoitukseen. Oppimisen ja oppimisvaikeuksien erityislehti. NMI Bulletin 24 (1). <https://bulletin.nmi.fi/wp-content/uploads/2016/02/Uusitalo_Malmivaara-ym.pdf>. Viitattu 15.10.2024.

Vlaslov, Janniina & Sarkkinen, Tuomas & Harkoma, Sivi 2024. Laadukkaan varhaiskasvatuksen toteuttaminen vaatii kestäviä poliittisia päätöksiä. Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. Policy brief 1:2024. <https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/Karvi_Policy-brief_0124.pdf>. Viitattu 3.1.2025.

Wilander, Susan 2018. Montessoripedagogiikka – oppimisen iloa. Porvoo: Bookwell.