



Päiväkirja positiivisesta pedagogiikasta varhaiskasvatuksessa

Katri Mäkinen

2022 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Päiväkirja positiivisesta pedagogiikasta varhaiskasvatuksessa

Katri Mäkinen
Sosiaaliala
Opinnäytetyö
Toukokuu 2022

Katri Mäkinen

Päiväkirja positiivisesta pedagogiikasta varhaiskasvatuksessa

Vuosi

2022

Sivumäärä

82

Opinnäytteessä keskeisenä tavoitteena oli kehittää omaa ammattiosaamista varhaiskasvatuksessa käyttäen positiivisen pedagogiikan menetelmiä. Opinnäytteen aikana kirjoittaja teki töitä ensin varhaiskasvatuksen sosionomina, mutta työnkuva vaihtui varhaiskasvatuksen opettajan työhön. Opinnäytteen tavoitteena oli kehittää niin varhaiskasvatuksen sosionomin kuin varhaiskasvatuksen opettajankin työnkuva. Toimeksiantajana opinnäytteessä oli Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen toimiala. Opinnäyte on toteutettu päiväkirjamuotoisena (PONT), jossa on raportoitu kymmenen viikon ajan jokaiselle viikolle asetetun teeman mukaisesti. Opinnäytteessä analysoitiin ja reflektointiin omaa ammatillista kehitystä viikottain viikkoanalyyseissä. Oman osaamisen kehittymistä tuotiin viikkoanalyyseissä esille teorian tiedon ja reflektoinnin kautta. Opinnäyte kehitti kirjoittajan ammatillista osaamista kahdesta näkökulmasta; varhaiskasvatuksen sosionomina ja opettajana. Toimeksiantajalla oli tarve lapsiryhmässä tunne- ja kaveritaitojen kehittämiseen, joka toteutui positiivisen pedagogiikan menetelmin.

Opinnäyte kehitti kirjoittajan ammatti-identiteettiä sekä varhaiskasvatuksen sosionomina että varhaiskasvatuksen opettajana. Kirjoittajan osaaminen lisääntyi erityisesti positiivisen pedagogiikan teoriasta sekä menetelmistä, joita tuotiin monipuolisesti mukaan käytännön työhön. Ammattiosaamisen ja teorian tiedon ymmärryksen lisääntymistä opinnäytteessä analysoitiin päivittäin. Toimeksiantaja sai konkreettista käsitystä uuden varhaiskasvatuksen sosionomin nimikkeen työstä ja mahdollisuuden verrata sitä varhaiskasvatuksen opettajan työnkuvaan. Toimeksiantaja sai myös vastinetta tarpeelleen kehittää tunne- ja kaveritaitoja lapsiryhmässä, sillä opinnäytteen aikana näihin aiheisiin perehdyttiin erityisesti ja nostettiin esille erilaisia näkökulmia ja menetelmiä. Opinnäyte antoi työyhteisöön uusia menetelmiä positiivisen pedagogiikan keinoin. Opinnäytteessä hyödynnettiin erityisesti positiivisen pedagogiikan menetelmiä, joilla tuettiin lapsen vahvuuksia ja onnistumisia. Opinnäytteestä toimeksiantaja sai myös ajatuksia siitä, mihin suuntaan varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuvan kehittämistä jatketaan tulevaisuudessa.

Katri Mäkinen

A diary of positive pedagogy in early childhood education

Year

2022

Pages

82

The objective of this thesis was to improve author's own professional skills in the work of early childhood education using the methods of positive pedagogy. At the beginning of this thesis author worked as Bachelor of social services in early childhood education, but in the middle of this thesis author's work changed into a teacher of early childhood education. The objective was to develop author's professional skills about these both. The commissioner of this thesis was the city of Helsinki education division. This thesis was made as a diary based implementation. This diary based method included ten-week period of reporting. Each week of the diary had theme or goal based on positive pedagogy.

Author reflected improvement of her professional skills and used theoretical knowledge as a basis in the weekly analysis. This thesis developed author's personal professional growth in two ways; as a bachelor of social services in early childhood education and as a teacher of early childhood education. The commissioner had a need to develop childrens' emotional and friendship skills, which was set as one of this thesis objective. Author used methods of positive pedagogy to reach this objective.

This thesis developed the author's professional identity as both bachelor of social services in early childhood education and a teacher in early childhood education. The author's knowledge about theory of positive pedagogy and its methods were brought into the practice, which developed author's professional skills. The development in the theoretical knowledge and professional skills were analyzed at the diary daily. The commissioner got information about work of the bachelor of the social services in early childhood education, which is quite new job in early childhood education. This thesis also gave the commissioner the opportunity to compare work of bachelor of social services to work of teacher in early childhood education. The commissioner also received a response to the need of develop childrens emotional and friendship skills. During this thesis author oriented specially to these two themes and used positive pedagogy methods in the group of children. These methods focused on childrens strengths and successes. The commissioner also got information about how to develop the work of bachelor of social services in early childhood education in the future.

Keywords: early childhood education, positive pedagogy, emotional skills

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Nykytilanne ja oma osaaminen	7
2.1	Varhaiskasvatuksen sosionomin työ.....	8
2.2	Varhaiskasvatuksen opettajan työ	10
2.3	Työn kehittäminen ja tavoitteet	11
3	Positiivinen pedagogiikka viitekehyksenä.....	12
4	Päiväkirjaraportointi.....	14
4.1	Viikko 1: Kohtaaminen ja vuorovaikutus.....	14
4.2	Viikko 2: PERMA-teoria: Myönteiset tunteet ja vahvuudet.....	20
4.3	Viikko 3: PERMA-teoria: Sitoutuminen	26
4.4	Viikko 4: PERMA-teoria: Ihmissuhteet	32
4.5	Viikko 5: PERMA-teoria: Merkityksellisyys	38
4.6	Viikko 6: PERMA-teoria: Saavutukset	44
4.7	Viikko 7: Resilienssi	50
4.8	Viikko 8: Itsesäätely	55
4.9	Viikko 9: Optimismi	60
4.10	Viikko 10: Empatia	66
5	Yhteenveto	72
	Lähteet.....	79
	Kuviot	82
	Taulukot	82

1 Johdanto

Opinnäytetyöni suuntaa varhaiskasvatukseen ja työelämäkumppaninani toimii Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen toimialan varhaiskasvatusyksikkö eli päiväkoti, jossa työskentelen varhaiskasvatuksen sosionomina. Opinnäytteen aikana työkuvani vaihtui varhaiskasvatuksen opettajan työhön, joten opinnäytteessä käydään läpi näkökulmia positiivisesta pedagogiikasta näiden molempien työkuvien kautta. Opinnäytteeni toteutus on päiväkirjamuotoinen ja työn tavoitteena on kehittää varhaiskasvatuksen sosionomin sekä opettajan työkuvaa ja samalla syventää omaa ammattitaitoani varsinkin positiivisen pedagogiikan viitekehyksestä. Kehittämistyön menetelmänä opinnäytteessä on osallistuva havainnointi.

Opinnäytteessä pohdin omaa toimintaani ja työmenetelmiäni varhaiskasvatuksen lapsiryhmässä. Tarkoitukseni oli kehittää omaa ammatillista osaamistani enemmän positiivisen pedagogiikan menetelmien suuntaan ja oppia teoretietoa tästä viitekehyksestä. Tätä tavoitetta varten perehdyin erilaisiin positiivista pedagogiikkaa käsitteleviin lähteisiin, kuten kirjallisuuteen, tutkimuksiin ja saatavilla oleviin tietoihin aiheesta. Olin erityisen kiinnostunut lasten vahvuuksien ja onnistumisten vahvistamisesta sekä kaveri- ja tunnetaitojen kehittämisestä positiivisen pedagogiikan menetelmin.

Halusin tuoda positiivista pedagogiikkaa työhöni 2-4-vuotiaiden lasten ryhmässä, jotta lapsiryhmä voisi hyötyä myönteisemmästä pedagogiikasta ja hyvän huomaamisesta. Halusin kehittää toimintaa lapsiryhmästä nousseen tarpeen mukaan tunne- ja kaveritaitoja vahvistavaksi. Halusin reflektoida ja pohtia omia näkemyksiäni ja ennakoasenteitani lapsen haastavaa käytöstä kohtaan. Tämä johti siihen, että halusin ymmärtää lapsen tunnetiloja ja tarpeita erilaisissa tilanteissa käytöksen takana. Opinnäytteessä keskityin paljon nimenomaan tunnetaitokasvatukseen, niin myönteisten tunteiden kuin myös itsesäätelyn ja resilienssin näkökulmasta.

Tunnetaitokasvatuksen lisäksi opinnäytteeni tärkeänä osana oli myös oman osaamisen kehittyminen kahdesta näkökulmasta; varhaiskasvatuksen sosionomina sekä varhaiskasvatuksen opettajana. Varhaiskasvatuksen sosionomin työkuvana on varhaiskasvatuksessa vielä uusi, joten toimeksiantajalla oli tarve työkuvan kehittämiseen ja saada tietoa työn konkreettisesta sisällöstä. Opinnäytteessä näiden kahden työkuvan erilaisuus sekä vahvuudet tulevat esille, joka hyödytti niin omaa ammatti-identiteettiäni kuin myös toimeksiantajaa.

2 Nykytilanne ja oma osaaminen

Opinnäytteeni työelämäyhteistyökumppaninani toimii Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen toimialan varhaiskasvatussyksikkö. Teen työtä varhaiskasvatuksen sosionomina ryhmässä, jossa on 2-4-vuotiaita lapsia. Ryhmässä työskentelee myös varhaiskasvatuksen opettaja ja varhaiskasvatuksen lastenhoitaja. Itselläni on seitsemän (7) vuoden aiempi kokemus varhaiskasvatuksesta, sillä aiemmalta koulutukseltani olen lasten ja nuorten osaamisalan lähihoitaja. Olen työskennellyt siis lastenhoitajana, mutta opiskelun aloittamisen myötä saanut työpaikan, jossa työskennellä uudella varhaiskasvatuksen sosionomin nimikkeellä. Varhaiskasvatuksen sosionomin nimike tuli varhaiskasvatustlain uudistuksen myötä vuonna 2018 ja kyseinen nimike on otettu käyttöön Helsingin kaupungilla loppuvuodesta 2020, joten työnkuva on varhaiskasvatuksessa vielä melko uusi. Kesken opinnäytteen päiväkirjaraportoinnin viikolla 5 työni vaihtui varhaiskasvatuksen opettajaksi.

Koen aiemmasta koulutuksesta ja työtehtävistä olleen paljon hyötyä uudessa työssä. Toisaalta myös koulutus on tuonut uusia näkökulmia ja tapoja toteuttaa työtä. Olen kokenut, että matka on tähän asti ollut hyvin opettavainen ja työtapojaan katsoo tällä hetkellä eri lailla koulutuksen ansiosta. Ammatillisesti olen oppinut eniten ajattelun tasolla refleктоimaan omaa toimintaani lapsiryhmässä. Olen saanut kehittyä kasvattajana ja oppia erilaisia menetelmiä, joilla tukea lasten kasvua ja kehitystä. Samalla olen oppinut enemmän ottamaan perhetyön näkökulmaa mukaan työhöni. Olen oppinut kiinnittämään huomiota lasten ja perheiden osallisuuteen ja tekijöihin, jotka heikentävät arjessa jaksamista ja hyvinvointia.

Käytännössä vahvinta osaamistani on toimiminen lapsiryhmässä sensitiivisenä aikuisena lapsille. Lasten turvallisuuden tunnetta osaan vahvistaa olemalla läsnä oleva aikuinen ja sanoittamalla tunteita ja tilanteita, sekä toimimalla johdonmukaisesti. Tärkeä osa työtäni on myös lasten havainnointi sekä erilaisten ristiriitatilanteiden selvittäminen. Perheiden kanssa tehtävää yhteistyötä teen päivittäisissä keskusteluissa haku- tai tuontitilanteissa eniten. Näissä tilanteissa on mahdollisuus myös ottaa puheeksi tarvittavia asioita. Myös kyky tehdä yhteistyötä työyhteisön sisällä on yksi vahvuuteni. Tunnen varhaiskasvatustlain (2018/540) sisällön, joka ohjaa työtä. Opinnoistani olen saanut tietoa palvelujärjestelmästä. Ymmärrystä erilaisista perheiden tilanteista on antanut oma äitiys sekä aiemman koulutuksen harjoittelu perhetyössä kuin myös pitkä työkokemus varhaiskasvatuksessa.

Pohtiessani opinnäytteeni ”punaista lankaa” tai ideaa, kävin läpi yksikössä yhdessä sovittuja tavoitteita, lapsiryhmästä esille nousseita teemoja sekä itseäni kiinnostavia asioita. Lapsiryhmäni ikäryhmässä korostuu paljon tunne- ja kaveritaitojen harjoittelun tärkeys sekä vahva tahtoiän vaihe lasten kehityksessä, joka tuo mahdollisesti haasteita perheiden elämään. Yksikössä sovituissa tavoitteissa korostui lasten vuorovaikutuksen tukeminen esim. pisarapuuttumisen avulla sekä positiivisen ilmapiirin luominen oppimisen tueksi. Väestöliiton

(2020) mukaan pizarapuuttumisen tavoitteena on ennaltaehkäistä lasten välistä kiusaamista ja häirintää. Menetelmässä korostuu pieniinkin tilanteisiin puuttuminen ja lasten kanssa keskustelu ketään syylistämättä. (Väestöliitto 2020.) Kun kävin läpi erilaisia menetelmiä näiden yhdistämiseen, totesin positiivisen pedagogiikan näkökulman tukevan näitä kaikkia.

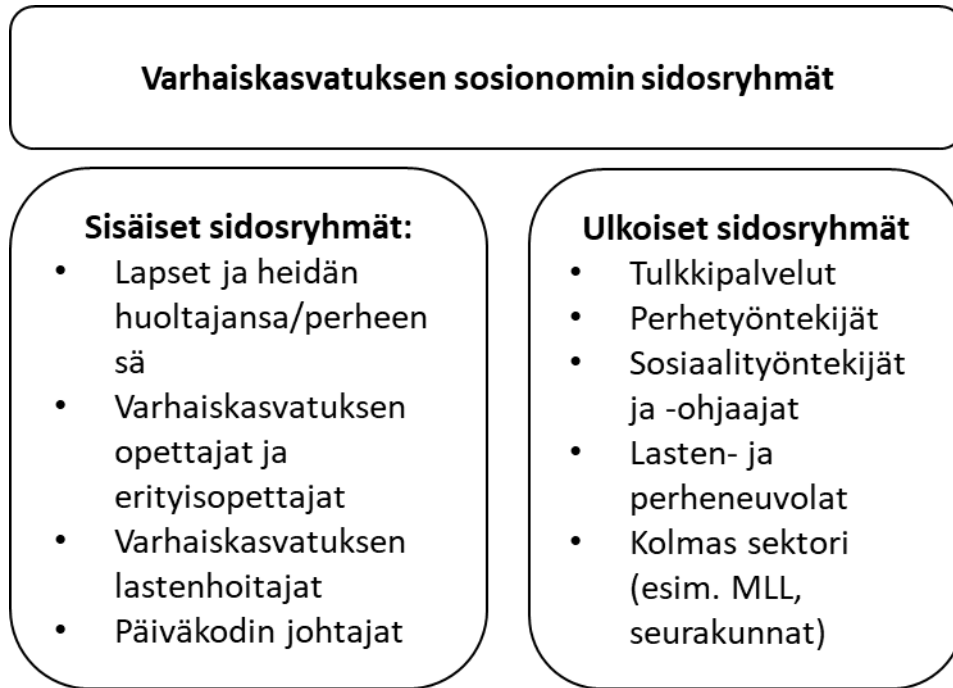
Aloittaessani opinnäytetyötäni pohdin myös omia kehityskohteitani. Aiempi kokemukseni varhaiskasvatuksesta on vahvasti alle kolmevuotiaiden lasten ohjaamisesta ja kasvatuksesta. Koen enemmän vahvuudekseni työskentelyn alle kolmevuotiaiden lasten kanssa ja tarvetta kehittyä nimenomaan yli kolmevuotiaiden lasten ohjaamisessa ja toiminnan suunnittelussa. Tämä näkyy esimerkiksi siinä, että en ole aiemmin perehtynyt juurikaan hyve4-materiaaliin tai pitänyt näihin liittyviä keskusteluja, joka on itselleni siis uusi ja kehitettävä asia opinnäytteen aikana. Tarkan, Komin, Nevalaisen & Tuominiemi-Liljan (2013, 4) mukaan hyve-malli on kehitetty, jotta neuvolan, perheiden ja varhaiskasvatuksen välinen yhteistyö lisääntyisi. Hyve-mallissa käydään päiväkodissa lapsen Hyve-varhaiskasvatuskeskustelu ja neuvolassa laaja terveystarkastus. Tavoitteena on moniammatillisen yhteistyön sujuvuus ja jakaa niin varhaiskasvatuksen, huoltajien kuin neuvolan välillä tietoa lapsen vahvuuksista ja mahdollisista haasteista. (Tarkka, Komi, Nevalainen & Tuominiemi-Lilja 2013, 4-5.) Lasten kehityksessä kaveritaidot ovat eri tasolla vaikkapa kaksivuotiaalla verrattuna neljävuotiaaseen, joten myös näiden taitojen ohjaamisessa toivon kehittyväni työskentelyn aikana.

2.1 Varhaiskasvatuksen sosionomin työ

Varhaiskasvatuksen sosionomin keskeisinä työtehtävinä ovat lapsiryhmän kasvatus- ja opetustehtävät, perheiden kanssa tehtävä yhteistyö, monialainen yhteistyö, yhteisön toimintakulttuurin ja kulttuurisen moninaisuuden tukeminen. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että varhaiskasvatuksen sosionomin erityisosaamista on sosiaalipedagogisen toiminnan suunnittelu, toteutus ja arviointi sekä työssä voi hyödyntää myös lastensuojelun ja perhetyön osaamista. Varhaiskasvatuksen sosionomi tekee työtään perhetyön näkökulmasta ja tukee niin lapsen kuin perheidenkin osallisuutta ja työn tavoitteena on lisätä hyvinvointia. Erityisesti työssä korostuu lasten välisen vuorovaikutuksen tukeminen sekä syrjäytymisen ja kiusaamisen ennaltaehkäisy. Varhaiskasvatuksen sosionomin työtehtäviin kuuluu myös palveluohjaus sekä yhteistyö muiden sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden kanssa. (Talentia 2022.)

Helsingin varhaiskasvatussuunnitelman (8, 2019) mukaisesti varhaiskasvatuksen sosionomi suunnittelee, toteuttaa ja arvioi varhaiskasvatuksen toimintaa yhdessä muun henkilöstön kanssa. Sosionomilla on erityisosaamista esimerkiksi monialaisessa yhteistyöstä sidosryhmien kanssa (Kuvio 1), jota voi hyödyntää työssä. Monialaisen yhteistyön tärkeimmät yhteistyötahot ovat neuvola ja lastensuojelu. Neuvolan kanssa voidaan toteuttaa yhteistyössä esim. neuvola päiväkodissa- tai hyve- mallia, joista myös varhaiskasvatuksen sosionomi voi olla vastuussa.

Helsingin varhaiskasvatussuunnitelman mukaisesti (2019, 10) monialaisella yhteistyöllä tavoitellaan lasten eriarvoisuuden ja syrjäytymisen ehkäisemistä sekä perheiden hyvinvoinnin lisäämistä.



Kuvio 1: Varhaiskasvatuksen sosionomin sidosryhmät

Työssä painottuu paljon kiusaamisen ehkäisy, sekä lasten ryhmäytymisen ja kaverisuhteiden tukeminen. Varhaiskasvatuksen sosionomi voi omalla toiminnallaan olla luomassa ryhmään positiivista ilmapiiriä sekä huomioida lasten aloitteet ja tukea osallisuutta.

Varhaiskasvatuksen sosionomin tehtävänä on auttaa lapsia ristiriitatilanteiden ratkaisemisessa ja kaveritaitojen tukemisessa, jotta lasten hyvinvointi lisääntyy. (Helsingin varhaiskasvatussuunnitelma 2019, 12.) Talentian (2022) mukaan varhaiskasvatuksen sosionomin osaamisella voidaan tukea ja luoda perustaa sille, että lapsista kasvaa yhteiskunnan täysivaltaisia ja hyvinvoivia jäseniä.

Varhaiskasvatuksen sosionomilla on tärkeä tehtävä niiden asioiden tunnistamisessa, jotka voivat uhata joko lapsen tai perheen hyvinvointia. Varhaiskasvatuksessa tehdään työtä tiimissä ja tärkein yhteistyö tehdäänkin yhdessä opettajan sekä lastenhoitajan kanssa. Varhaiskasvatuksen sosionomin vastuulla on tunnistaa perheen tarve lastensuojelulle sekä tarvittaessa toteuttaa perhetyötä. Tämä vaatii hyvää vuorovaikutusta ja taitoa luoda suhteita perheiden kanssa, jotta kynnyks vaikeidenkin asioiden puheeksi ottoon madaltuu puolin ja toisin. Varhaiskasvatuksen sosionomi voi pitää aloituskeskusteluja ja vastata tiedottamisesta ja pedagogisen toiminnan avaamisesta vanhemmille yhteistyössä varhaiskasvatuksen opettajan kanssa. Käytännössä tämä tarkoittaa esimerkiksi viikkokirjeitä tai ryhmän portfolion

tekemistä sekä erilaisten tiedotteiden välittämistä ja mahdollisiin vanhempien kysymyksiin vastaamista.

Lapsiryhmässä varhaiskasvatuksen sosionomi suunnittelee ja ohjaa toimintaa. Erityisesti korostuu lasten hyvinvointia tukeva toiminta, kuten tunne- tai kaveritaitojen harjoittelu, minäkuvan ja itsetunnon vahvistaminen tai ryhmäytyminen. Varhaiskasvatuksen sosionomi tukee näitä taitoja myös sanoittamalla arjessa tunteita, auttamalla ristiriitatilanteissa ja tukemalla lasten välistä vuorovaikutusta. Varhaiskasvatuksen sosionomi näyttää omalla toiminnallaan esimerkkiä myös toimiessaan vuorovaikutuksessa muiden aikuisten kanssa.

2.2 Varhaiskasvatuksen opettajan työ

OAJ:n (2022a) mukaan varhaiskasvatuksen opettajan keskeisenä tehtävänä

varhaiskasvatuksessa on tukea ja edistää lasten kasvua, oppimista ja osaamista.

Lapsiryhmässä päävastuu lasten kasvatuksesta, oppimisesta sekä toiminnan suunnittelusta ja arvioinnista on varhaiskasvatuksen opettajalla. Varhaiskasvatuksen opettaja vastaa lapsen varhaiskasvatussuunnitelman tekemisestä ja arvioinnista. Työ vaatii vahvaa teoretietoa lapsen kasvusta ja kehityksestä sekä osaamista varhaispedagogiikasta ja sitä tukevista menetelmistä. Varhaiskasvatuksen opettaja tekee yhteistyötä lapsen vanhempien kanssa, jossa vaaditaan hyviä vuorovaikutustaitoja ja kulttuurista osaamista. Varhaiskasvatuksen opettaja keskittyy havainnoimaan lapsen vahvuuksia ja tarvittaessa myös tuen tarpeita. Hänen vastuullaan on suunnitella tarvittavat pedagogiset ratkaisut lapsen hyvinvoinnin ja kehityksen tueksi hyödyntäen vahvuuksia. Varhaiskasvatuksen opettajaksi koulutaudutaan pääsääntöisesti suorittamalla kasvatustieteen kandidaatin tutkinto, mutta myös kelpoisuuden voi saada myös sosionomi, joka on hyväksytty opintoihin ennen 1.9.2019 ja valmistuu viimeistään 31.7.2023. (OAJ 2022a)

Käytännössä varhaiskasvatuksen opettajalla on suurin vastuu lapsiryhmän toiminnasta.

Varhaiskasvatuksen sosionomin ja opettajan työnkuvat eroavat isoimmin siinä, että opettaja on vastuussa kokonaisuudessa tiimityöstä sekä lasten kasvun ja kehityksen tukemisesta sekä pedagogiikasta ryhmässä. Opettaja keskittyy havainnoimaan lapsen oppimiseen vaikuttavia tekijöitä ja mahdollisia tuen tarpeita. Helsingin varhaiskasvatussuunnitelman mukaisesti (2019, 20) varhaiskasvatuksen opettaja vastaa lapsen varhaiskasvatussuunnitelman eli vasun kirjaamisesta ja arvioinnista. Lapsen vasua varten varhaiskasvatuksen opettaja havainnoi lapsen vahvuuksia, tarpeita ja mielenkiinnon kohteita. Vasuun kirjataan pedagogiset tavoitteet, joissa korostuu lapsen etu. (Helsingin varhaiskasvatussuunnitelma 2019, 20.)

Varhaiskasvatuksen opettaja tekee yhteistyötä monien eri tahojen kanssa (Kuvio 2). Pääpaino on lapsen oppimiseen ja kasvuun liittyvissä tahoissa, kuten esim. erityisopettajat, toiminta- ja puheterapeutit ja neuvolan terveydenhoitajat. Tärkeää on erityisesti pedagoginen yhteistyö

muiden opettajien ja päiväkodin johtajan kanssa, Jos ryhmässä ei erikseen työskentele varhaiskasvatuksen sosionomia, kuuluu myös lastensuojelu ja perhetyö sidosryhmiin.



Kuvio 2: Varhaiskasvatuksen opettajan sidosryhmät

2.3 Työn kehittäminen ja tavoitteet

Varhaiskasvatuksen sosionomin työn kehittämiseksi on tarve jo senkin puolesta, että kyseessä on uusi nimike ja työntehtävissä on hajontaa eri yksiköiden välillä. Osa varhaiskasvatuksen sosionomeista tekee työtään nimetyssä ryhmässä kuten itsekin teen, mutta osa tekee myös ns. enemmän konsultoivaa työtä koko yksikössä tai jopa useammassa yksikössä samaan aikaan. Varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuva on yleisesti vielä kehittämisen kohteena. Työtehtävät vaativat mielestäni selkeyttämistä ja sen myötä kehittämistä siinä, että olisi helpompaa hahmottaa juuri sosionomille kuuluvat tehtävät työyhteisössä. On tärkeää, että opettajalla ja lastenhoitajalla on ryhmässä myös omat vastuunsa ja työnkuvansa, joita toteuttaa lapsiryhmässä. Koko työyhteisö hyötyisi myös selkeämmästä työnkuvasta varhaiskasvatuksen sosionomilla. Tämän takia työnantajani hyötyy opinnäytteestäni ja on myös kiinnostunut kehittämään sosionomin työnkuva.

Varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuva on tällä erää näyttäytynyt osittain haasteena ryhmässä, sillä siinä on epäselkeyttä ja tätä myöten erityisosaamisen hyödyntäminen on jäänyt vähemmälle. Työtehtävä on tuntematon myös perheille, jolloin he eivät välttämättä hahmota, millaisiin tilanteisiin voisivat sosionomin tukea pyytää. Haasteita työhön tuo myös se, että olen jatkuvasti läsnä olevana ryhmässä, eikä erillistä lapsiryhmästä irrallista työaikaa ole. Ryhmässä tehtävä työ keskittyy paljon nimenomaan lasten ohjaamiseen ja kasvattamiseen, jolloin perhetyön osuus jää vähemmälle. Tämän koen olevan haasteena ammatilliselle kehittymiselleni. Tätä osuutta työssäni haluaisin siis kehittää ja viedä eteenpäin, jotta varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuvasta tulisi tulevaisuudessa sellainen, että se houkuttelee alan ammattilaisia.

Opinnäytteeni tavoitteena on kehittää niin omaa ammatillista osaamistani kuin varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuvaakin. Omaa ammatillista kehittymistä on tavoitteena tarkastella kahdesta näkökulmasta; niin varhaiskasvatuksen sosionomina kuin opettajanakin. Päiväkirjan aikana olisi tarkoitus viedä työtehtäviä enemmän sosionomin erityisosaamista vastaavaksi erityisesti keskittyen tärkeisiin tunne- ja kaveritaitoihin, joiden vahvistaminen tukee kiusaamisen ennaltaehkäisyä ja lasten välistä vuorovaikutusta. Konkreettisesti tätä toteutetaan lukemalla lasten kanssa aiheeseen soveltuvia kirjoja, kuvilla sekä yhdessä lasten kanssa nimeämällä ja tunnistamalla tunteita. Omaa osaamistani näissä kehitän perehtymällä positiiviseen pedagogiikkaan liittyvää kirjallisuutta sekä tutkimusta ja hyödyntämällä sitä työssäni.

Kehittämisen menetelmänä tässä opinnäytetyössä on käytetty osallistuvaa havainnointia. Vilkan (2021, Osallistuva havainnointi ja tarkkailu) mukaan havainnoinnilla saadaan kerättyä tietoa siitä, mitä ihmiset tekevät ja miltä asiat näyttävät. Osallistuvalla havainnoinnilla saadaan tietoa ihmisten toiminnasta ja voidaan kerätä tietoa tutkittavista niin yksilön, yhteisön jäsenen kuin tutkijankin näkökulmasta. Tutkijan roolina osallistuvassa havainnoinnissa on olla vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa tehden samalla havaintoja tutkittavasta ilmiöstä. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on mukana tutkittavan yhteisön arjessa niin omana itsenään kuin tutkijankin roolissa. (Vilka 2021, Osallistuva havainnointi ja tarkkailu.) Osallistuva havainnointi on valittu opinnäytteessä käytettäväksi menetelmäksi, koska opinnäytteessä raportoidaan ja havainnoidaan työssä tapahtuvaa kehittämistyötä.

3 Positiivinen pedagogiikka viitekehyksenä

Kun mietitään positiivista pedagogiikkaa teoriana, taustalla vaikuttaa vahvasti positiivinen psykologia. 2000-luvun alussa positiivinen psykologia sai alkunsa ja sen oppi-isänä pidetään Martin Seligmania. Positiivinen psykologia perustuu siihen, että huomio kohdistetaan vahvasti niin yksilön kuin yhteisönkin mahdollisuuksiin, voimavaroihin ja hyvinvointia edistäviin

toimintatapoihin. Näiden avulla vahvistetaan ja ymmärretään niitä tekijöitä sekä olosuhteita, jotka saavat ihmiset parhaimmilleen. Tavoitteena on siis saada kokonaisuutena ihmisistä ja yhteisöistä niin hyvinvoivia kuin mahdollista. Vain poistamalla pahoinvointia ei luoda automaattisesti hyvinvointia, vaan pitää myös oppia keinot, joilla hyvinvointia rakennetaan. Tämä tarkoittaa sitä, että myös kielteisiä tunteita ja kokemuksia opetellaan käsittelemään rakentavasti ja niistä on mahdollista selviytyä. Positiivisen psykologian ajatuksena on keskittää huomio asioihin, jotka ovat myönteisiä, kuten hyviin ihmissuhteisiin tai onnistumiseen. Voidaan ajatella, että huomion keskittäminen positiivisuuteen lisää näitä kokemuksia elämässä. (Leskisenoja 2017, 32-34.)

Kun ajatellaan positiivista kasvatusta, se muodostuu kahdesta osasta; positiivisesta pedagogiikasta ja positive-menetelmistä. Positiivista pedagogiikkaa voidaan kutsua myös vahvuuskasvatukseksi. Tämä kuvastaa sitä, että lapsi nähdään aktiivisena toimijana. Positiivisen pedagogiikan keskiössä ovatkin lapsen osallisuus, vahvuudet ja myönteiset tunteet. Positive- menetelmät taas muodostuvat englanniksi sanoista positive parenting, positive discipline ja positive education. Näiden menetelmien avulla pyritään lapsen ja aikuisen vahvaan yhteyteen, jonka avulla lapsi oppii aikuiselta tärkeitä taitoja, joilla pärjätä elämässä. On kuitenkin tärkeää muistaa armollisuus niin itseä kuin lapsiakin kohtaan; jokainen meistä tekee parhaansa sillä saatavissa olevalla tiedolla mitä on ja kenenkään ei tarvitse olla täydellinen. Tavoitteena ei ole rakentaa seuraavasta sukupolvesta täydellistä, vaan pyrkiä parhaaseen mahdolliseen lopputulokseen. (Trogen 2021, 25-26.)

Trogenin (2021, 13-14) mukaan ajan kuluessa tieto ja tutkimus lisääntyy ja kehittyy - tämä tarkoittaa myös sitä, että meidän on kehityttävä mukana. Ei siis ole yhdentekevää, miten lasten kanssa toimitaan ja miten heitä kasvatetaan, jotta he pystyvät toimimaan nyky-yhteiskunnan haasteissa ja oppivat tarvittavia tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Kasvattajina toiminnan tulisi olla kokonaisvaltaisesti kehitystä tukevaa, eikä vain pikaisia ratkaisuja. Vaikka joku toimintamalli olisi toiminut vuosikymmeniä, voi kuitenkin kyseenalaistaa ja miettiä, saadaanko sen avulla lapsi toimimaan toivotusti nopeasti vai kehittääkö tapa lapsen omaa ajattelua ja oppimista, joka tukee hyvinvointia pitkällä aikavälillä. On myös tärkeää huomioida, että kasvattajana myös oma kasvu ja kehitys ovat tärkeitä - mielen hyvinvointiin ja niitä tukeviin taitoihin on keskitytty kasvatuksessa vasta viime vuosina, joten usealla nykykasvattajalla ei välttämättä ole itsellään näitä taitoja opetettavaksi. Jotta voimme opettaa näitä tärkeitä taitoja lapsille, on niitä tärkeää oppia myös itse. (Trogen 2021, 13-14.) Tämän vuoksi opinnäytteessä pohdinnan kohteena on myös oma ammatillinen kasvu ja oppiminen. Hyvinvointitaidoissa voi kehittyä vielä aikuisena, joten oman oppimisen ja toiminnan reflektointi on kasvattajalle tärkeää.

Leskisenojan (2017, 48) mukaan Martin Seligmanin tärkein positiivisen pedagogiikan näkemys konkretisoituu hänen kehittämässään hyvinvointiteoriassa eli PERMA-teoriassa. Teoria tarjoaa

viitekehyksen sille, miten positiivista pedagogiikkaa voidaan käytännössä toteuttaa. PERMA-teoria muodostuu viidestä sanasta; positive emotions (myönteiset tunteet), engagement (sitoutuminen), relationships (ihmissuhteet), meaning (merkityksellisyys) ja accomplishment (saavutukset). (Leskisenoja 2017, 48.) Leskisenoja (2019, 64) onkin nimennyt nämä teorian viisi kohtaa viideksi supervoimaksi, joilla voi tukea lasten hyvinvointia. PERMA-teoria soveltuu varhaiskasvatukseen, sillä siinä on useita samoja näkemyksiä kuin esimerkiksi varhaiskasvatuksen perusteissa ja laaja-alaisen osaamisen sisällöissä. Teorian avulla positiivinen pedagogiikka saadaan osaksi päiväkodin toimintakulttuuria. (Leskisenoja 2019, 64.)

4 Päiväkirjaraportointi

Toteutan päiväkirjaraportointia seuraavan kymmenen viikon ajan. Päiväkirjassa seurataan toimintaani työyhteisössä, omassa tiimissä ja lapsiryhmässä sekä ammatillista kehittymistä. Isossa osassa on niin lasten kasvatusta ja ohjaamista arjessa, kuin myös erilaisen toiminnan suunnittelu ja vetäminen. Päiväkirjaraportointi kuvaa alkuun varhaiskasvatuksen sosionomin työtä, joka muuttuu raportoinnin edetessä viikolla 5 varhaiskasvatuksen opettajan työhön. Konkreettisesti tämä näkyy eniten työtehtävien muuttumisena ja siinä, että varhaiskasvatuksen opettajan työtä on enemmän myös lapsiryhmän ulkopuolella. Päiväkirjassa tavoitteena on kuvata näiden kahden työtehtävän eroja ja samalla omaa ammatillista kehittymistä.

4.1 Viikko 1: Kohtaaminen ja vuorovaikutus

Viikkosuunnitelma

Tutkiessani positiivista pedagogiikkaa, nousee ensimmäisenä esille tavoite luoda yhteys lapseen. Tämä onkin tärkeä perusta kaikessa kasvatuksessa, sillä ilman luottamusta, yhteyttä ja turvallisuuden tunnetta vuorovaikutuksessa ei lapsi voi oppia, kasvaa ja kehittyä parhaalla mahdollisella tavalla. Tavoitteena on siis erityisesti panostaa lasten kohtaamiseen ja vuorovaikutukseen. Kun lapsi kokee tulevansa kuulluksi ja kohdatuksi, hän on vastaanottavainen oppimiselle ja voi tukeutua aikuiseen vaikeissakin tilanteissa. Lapsiryhmä on minulle aiemmin tuttu, mutta ryhmässä on myös lapsia, jotka ovat vasta aloittaneet päiväkodissa. Tämän vuoksi erityisesti kohtaamiseen, lasten huomiointiin ja yhteyden luomiseen panostaminen on tärkeää. On myös tärkeää edistää ryhmäytymistä ja lasten välistä vuorovaikutusta. Havainnoimalla lasten toimintaa on myös mahdollista oppia heidän välillään tapahtuvasta vuorovaikutuksesta. Yhtenä tavoitteena on myös havainnoida lasten välisiä vertaissuhteita. Tällä viikolla tavoitteen saavuttamisen tukena hyödynnän Trogenin (2021) teosta positiivinen kasvatusta.

Maanantai

Tämä viikko alkoi aamuvuorolla. Vuoron alkuun oli rauhallista, sillä lapsia ei ollut vielä saapunut - lopulta heitä alkoi tulla yksitellen osa aamupalalle, osa leikkeihin. Pidän itse tärkeänä, että lapsi huomataan ja kohdataan heti tullessa. Kun lapset ovat tuttuja, on vastaanottaessa helpompaa panostaa kohtaamiseen, kun tietää jokaisen lapsen temperamentista ja siitä, miten tukea hyvän päiväkotipäivän alkuun. Osa haluaa istua hetken sylissä, kun taas toinen matkustaa suoraan leikkeihin kaverin luo. Näen kuitenkin tässä päivän ensimmäisessä kohtaamisessa mahdollisuuden luoda lapselle turvallisuutta ja luottamusta siihen, että päivästä erossa vanhemmista selvitään yhdessä.

Ulkoilussa selviteltiin useampia lumen heittelystä aiheutuneita riitatilanteita. Koen omana aikuisen roolina tärkeäksi sen, että molempia osapuolia kuullaan eikä ketään syytetä suoraan. Tämä on myös päiväkodissa käytössä olevan pisarapuuttumisen ideana - pieniinkin tilanteisiin puututaan ja tilanteet käydään läpi, ennenkö ne muuttuvat oikeaksi kiusaamiseksi ja häirinnäksi. Riitatilanteissa asia selvitetään yhdessä pohtien ja vaihtoehtoisia tapoja miettien. Näistä ulkoilun tapahtumista sain idean, että päiväpiirillä voitaisiin tänään käydä läpi erilaisia tunteita ja miten niissä toimitaan. Lapset pitävät päiväpiiristä, sillä se luo struktuuria ja rutiineja päivään. Lapset tulivat pienryhmissä sisälle, joten muita odotellessa oli tilaisuus jutella ja kysellä jokaisen lapsen kuulumisia yksitellen. Huomasin saman tien, että pienelläkin kiinnostuksella saa aivan erilaisen yhteyden lapsiin.

Kaikkien tultua paikalle kävimme jokaisen lapsen yksitellen läpi ja toivotimme tervetulleeksi. Kävimme myös läpi ne lapset, jotka juuri tänään eivät olleet paikalla. Lapsista huomaa selkeän jännityksen ja odotuksen oman nimen sanomisesta, joten tapana tämäkin on tärkeä keino huomioida ja luoda yhteyttä. Tämän jälkeen katsoimme yhdessä iPadilta erilaisia tunnekuvia. Lapset nimesivät erilaisia tunteita, kuten tyytyväinen, surullinen, iloinen tai kiukkuinen. Lapset myös pohtivat, mitä voi tehdä, kun kiukuttaa, mistä tulee iloiseksi tai millaiselta tuntuu, kun väsyttää. Kiukun kesytykseen ehdotuksina tuli esim. sohvan tai tyynyn lyöminen ja aikuiselle kertominen. Huomasin myös itse, kuinka paljon helpompaa erilaisten tunteiden nimeäminen on, kun kuvissa on ihan oikeat ihmiset ja voi käyttää mielikuvitusta tilanteiden luomiseksi.

Tiistai

Tänään meninkin iltavuoroon, joten alku päivälle oli erilainen. Tänään oli myös ryhmämme retkipäivä, joka tarkoitti sitä, että heti työvuoron alkuun lähdimme kävelemään lasten kanssa. Roolini oli kävellä kahden lapsen kanssa. Näin tämän mahdollisuutena keskittyä juuri näihin kahteen lapseen tutustumiseen ja heidän huomioimiseensa. Yhdessä kävellessä nimesimme erilaisia kulkuvälineitä, autoja, raitiovaunuja ja busseja. Lapsista huomasi taas iloa siitä, että oli mahdollisuus jakaa havaintojaan aikuisen kanssa. Tämä taas muistutti siitä,

että lasten kanssa yhteyden ja kohtaamisen luominen tapahtuu pienissä hetkissä päivän aikana.

Tämä sai yleisesti miettimään ryhmän lapsia ja sitä, miten he tulevat päivän aikana kohdatuksi. Huomaan, että jotkut lapset hakeutuvat enemmän aikuisen seuraan kuin toiset. Päätin tämän viikon aikana selvittää, saavatko kaikki lapset yhtäläisesti aikuisen huomiointia; tätä varten pohdin ainakin itseni kohdalta, ketkä lapsista saavat eniten huomiota minulta päivän aikana ja jääkö joku vähemmän kohdatuksi. Kun nimet listaa konkreettisesti, voi myös omaa toimintaansa arvioida ja muuttaa tarpeen mukaan. Koen kuitenkin lasten kohtaamisen olevan aikuisen vastuulla ja tarvittaessa koko tiimin tasolla on hyvä pohtia, onko joukossa kuitenkin joku lapsi, joka jää vähemmälle huomiolle kaikilta aikuisilta, ja miten tilannetta voisi parantaa.

Retkipäivinä usein palataan päiväkodille nälkäisinä ja väsyneinä - tällöin päiväpiiri pidetään lyhyenä. Päivälevon jälkeen mieli on yleensä parempi ja tänään keskityimmekin yhdessä piirtämään. Monet lapsista pitävät siitä, että aikuinen on vain vieressä tekemässä samaa asiaa kuin he. Nämä ovat usein myös rauhallisia tilanteita jutella ja antaa yksilöllisempää huomiointia. Samanlainen mahdollisuus on myös silloin, kun ensimmäinen pienryhmä on lähtenyt pukemaan ulkoiluun ja oma pienryhmä vielä odottaa vuoroaan. Tänään päätin käyttää tätä aikaa lasten kaverisuhteiden havainnointiin. Tein myös valmiiksi pohjan, johon kirjaan haastateltuani jokaisen lapsen oman näkemyksen kavereistaan ja siitä, kenen kanssa on mukavin leikkiä. Tästä tehtävällä sosiogrammilla saadaan tietoa siitä, miten kaverisuhteet ryhmässä jakautuvat ja osaako jokainen lapsi nimetä itselleen kaverin tai tulevatko kaikki lapset nimetyksi kavereina. Rannan (2020, 71) mukaan sosiaalisessa ympäristössä erityisesti lasten laadukkaat vuorovaikutussuhteet vaikuttavat lapsen viihtymiseen ja oppimiseen varhaiskasvatuksessa positiivisesti. Hyvät sosiaaliset suhteet niin lasten kuin työntekijöidenkin välillä lisäävät hyvinvointia. (Ranta 2020, 71.)

Keskiviikko

Viikon toinen iltavuoro. Saapuessani ryhmään oli jo leikit käynnissä ja osa siirtymässä ulkoilemaan. Osalle lapsista siirtymätilanteet ovat haastavia ja pohdin, millä keinoin helpottaa näitä hyödyntäen omaa kohtaamista ja osaamista lapsen hyväksi. Itselläni roikkuu koko ajan mukana nippu kuvia, joita hyödyntää. Toisaalta kuvat ovat äärimmäisen sekaisin nipussa, joten niiden päivitys olisi tarpeen. Tällä hetkellä menee kohtuuttoman kauan aikaa löytää oikea kuva tilanteeseen. Pohdimme siirtymiä yhdessä varhaiskasvatuksen opettajan kanssa, mutta vielä ei ollut oikein aikaa toteuttamiseen.

Viime viikolla kävi myös varhaiskasvatuksen erityisopettaja havainnoimassa kaikkia päiväkotimme ryhmiä. Tänään kävimme pikaisesti keskustelua ja varmistimme samalla, milloin keskustelemme tarkemmin hänen havainnoistaan ja mahdollisista ehdotuksista ryhmän

toimintaan. Haastattelin myös osaa lapsista heidän kaverisuhteistaan sosiogrammia varten. Iltapäivällä oli sopivasti pieni hetki aikaa tehdä siirtymätilanteiden tueksi kuvia helpottamaan lapsia hahmottamaan sitä, miten missäkin tilanteessa hänen odotetaan toimivan. Samalla toteutin ryhmään kuvia kaveritaitojen tueksi; mitä voi kaverin kanssa tehdä (esim. halata, silittää, pyytää anteeksi) ja mitä taas ei saa tehdä (esim. purra, lyödä, tönä). Kuvat päätyivät heti käyttöön riitatilanteen selvittämiseksi. Kuvat osoittautuivat ainakin tällä erää toimiviksi, sillä lapsi tuli iloisena kertomaan, kuinka toinen halusikin leikkiä hänen kanssaan, kun teki niitä asioita mitä sallittujen kuvien joukossa oli. Lapset myös innostuivat kuvista, jotka vessassa näyttivät mitä missäkin vaiheessa tehdään ja siirtymä sujui rauhallisemmin. Näistä onnistumisista iloitsimme lasten kanssa yhdessä ja he saivat kokemuksen siitä, kun aikuinen antaa positiivista huomiointia.

Iltavuoroissa on myös enemmän aikaa vanhempien kohtaamiselle. Yleensä aamuisin tuontitilanteet ovat nopeampia, kun sitten taas iltapäivällä käydään läpi päivän tapahtumat ja ei muutenkaan ole niin kiire. Näin ollen oli mahdollista kertoa myös vanhemmille päivän onnistumiset ja ilon aiheet. Pidän itse tärkeänä sitä, että lapsen vahvuuksia ja onnistumisia korostetaan vanhemmille, mutta myös haasteista voidaan puhua. Tämä yleensä vaatii pitkäjänteistä työtä luottamuksellisen suhteen luomiseksi. Tänäkin korostui muutenkin työn monialainen yhteistyö; niin vanhempien, varhaiskasvatuksen opettajan kuin varhaiskasvatuksen erityisopettajankin kanssa.

Torstai

Tänäkin olikin vuorossa viikon ensimmäinen välivuoro. Lapset olivat aamupalalla mennessäni töihin ja aamu alkoi rauhallisesti. Jäin pienryhmäni kanssa sisälle ja haastattelin lapsia sosiogrammia varten. Tähän mennessä vastauksia oli tullut jo sen verran, että pystyin myös piirtämään kuvion ja hahmottamaan, jäikö joku lapsista mainitsematta tai oliko joku erityisen suosittu kaveri. Huomasin myös, että pelkkä lasten haastattelu ei riitä, sillä useat lapset kysyessä katsoivat huoneen läpi ja nimesivät niitä lapsia, jotka sattuvat näkemään juuri sillä hetkellä. Päädyin siis pohtimaan myös havainnoinnin perusteella tilannetta. Kaveritaitojen tukena olleet kuvat laitoin seinälle paikalle, jossa lapset usein jonottavat ja on aikaa niitä tutkia. Siitä ne on myös helppo ottaa tarvittaessa keskustelun tueksi. Tästä tulikin hyvä keskustelu lasten odotellessa vuoroaan vessaan. Pohdittiin yhdessä, mitä kuvissa tapahtuu ja onko se kaverin mielestä kivaa vai ei.

Meillä on myös joka torstai tiimin yhteinen palaveri. Tänäkin keskustelimme seuraavan viikon ohjelman lisäksi siitä, miten tukea lasten kaveritaitoja, ja onko ryhmässä lapsia, jotka jäävät vähemmälle aikuisen huomiolle ja mitä asialle on tehtävissä. Toisaalta totesimme, että pelkkä asian pohtiminen saa heräämään siihen, että antaakin huomiota eri lapselle kuin yleensä seuraavan kerran kun menee lapsiryhmään. Tiimipalaverin jälkeen menimme takaisin

ryhmään, jossa osa lapsista oli jo herännyt ja osa vielä nukkui. Näissä tilanteissa on yleensä aikaa antaa enemmän huomiota ja vaikka pelata ja piirtää lapsen kanssa. Osa kaipaavat muutenkin enemmän aikuisen syliä ja huomiota herättyään, joten näissä tilanteissa korostuu kohtaaminen. Se, miten lapsi kohdataan herättyään voi vaikuttaa siihen, miten koko loppupäivä sujuu. On siis mielestäni tärkeää huomioida näissä tilanteissa jokainen lapsi temperamenttinsa mukaan ja mahdollisimman yksilöllisesti.

Trogen (2021, 51) korostaa sitä, kuinka kasvattajan tehtävänä on pitää huolta yhteydestä lapseen. Yhteyttä lapseen voidaan luoda vastaamalla hänen tarpeisiinsa, aktiivisesti kuuntelemalla sekä olemalla läsnä ja vahvistamalla lapsen kokemusta hyväksytyksi tulemisesta. Positiivinen yhteys lapseen vahvistaa myös toivottua käytöstä ja lapsen hyvinvointia. Lapsen kokemus stressiä vähenee, eikä lapsi koe tarvetta purkaa oloaan ei-toivotulla käytöksellä. Lapselle on tärkeää kokea tulevansa kuulluksi, ymmärretyksi ja olonsa turvalliseksi. (Trogen 2021, 51.)

Perjantai

Viikon toinen välivuoro olisi ollut tänään, mutta yllättävistä käänteistä johtuen jouduinkin olemaan töistä poissa. Töissä olisi ollut tarkoitus jatkaa lasten vertaissuhteiden havainnointia ja kirjaamista. Näiden perusteella oli ajatuksena tehdä suunnitelmia, miten tuetaan lasten kaveritaitojen kehittymistä parhaiten ja saadaan edistettyä ryhmäytymistä. Koivula & Eerola-Pennanen (2017, luku 15) korostavat yhteisen toiminnan vaikutusta lasten sosiaalisten suhteiden ja ryhmäytymisen vahvistamisessa. Yhteinen toiminta lisää yhteenkuuluvuuden kokemusta, joka lisää sitoutumista ja kokemusta ryhmään kuulumisesta. Konkreettisesti ryhmäytyminen näkyy lasten puheen vaihtumisena minä- puheesta me- puheeseen. (Koivula & Eerola-Pennanen 2017, luku 15.) Tällä kertaa tilanne vaihtui siihen, että saan pohtia sitä, missä itselläni on kehityttävää kaveritaitojen tukemisessa. Erityisesti huomiota tarvitsee kiinnittää siihen, miten tuetaan ryhmässä sitä, että kaikki lapset pääsevät leikkiin ja kokevat saavansa vaikuttaa leikin kulkuun. Lapsiryhmäni ikäryhmässä moni vielä harjoittelee leikkitaitoja yhdessä kaverin kanssa, jolloin aikuisen huomiointi ja tuki on tärkeää.

Perjantaisin käytän yleensä myös aamupäivällä aikaa siihen, että kokoan koko kuluneen viikon tapahtumat yhteen ja teen vanhemmille sähköpostitse lähetettävän viikkokirjeen. Viikkokirje on hyvä tapa pitää vanhemmat tietoisina ja tiedottaa tärkeimmät asiat. Viikkokirjeistä olen saanut niin työyhteisössä kuin vanhemmiltakin hyvää palautetta. Hoidan myös muutenkin pääsääntöisesti ryhmässä sähköpostitse tapahtuvan tiedottamisen vanhemmille ja tarvittaessa vastaan kysymyksiin. Tämä on vain yksi tapa kohdata vanhemmat ja toteuttaa yhteistyötä. Viikkokirjeissä myös tiedotetaan seuraavan viikon ohjelmasta, joka suunnitellaan yhdessä tiimissä torstaisin. Tarvittaessa pohdimme yhdessä varhaiskasvatuksen opettajan kanssa viikkokirjettä yhdessä ja suunnittelemme seuraavan viikon tarkemmin kirjettä kirjoittaessa.

Tämä on tärkeä osa myös moniammatillista työtä, jota varhaiskasvatuksen sosionomina tulee toteutettua joka päivä.

Viikkoanalyysi

Vaikka työviikko jäi osittain vajaaksi, oli kuitenkin jo aloitusviikko hyvin opettavainen ja sai miettimään sekä refleктоimaan omaa toimintaa lasten kanssa. Ensisijaisena tavoitteena oli vuorovaikutukseen ja kohtaamiseen panostaminen, mutta myös kaveritaitojen ja tunnetaitojen tukeminen ja tärkeys korostuivat. Huomasin myös, kuinka yksinkertaisilla ja pienillä asioilla voi olla suuri vaikutus; kohtaamisessa pelkästään jo pelkästään hetkeksi pysähtymällä ja keskittymällä olemaan oikeasti läsnä, on iso vaikutus. Trogen (2021, 45) korostaakin sitä, kuinka yhteys aikuisen ja lapsen välillä on turvallisen kiintymyssuhteen ja luottamuksen perusta. Kiintymyssuhteen luomiseksi tarvitaan läsnäoloa ja etenkin lapselle kokemusta siitä, että hän tulee nähdyksi ja kuulluksi. Lapsi harjoittelee vielä vaikeuksista selviämistä ja tarvitsee siihen turvallisen aikuisen tueksi. (Trogen 2021, 45.)

Yleensä ajatellaan kiintymyssuhteen olevan vain vanhemman ja lapsen välillä. Lapsi kuitenkin tarvitsee turvallisuuden tunteen myös päiväkodissa oppiakseen, joten lapsen hyvinvointia tukee myös ryhmän aikuisten kanssa luotu turvallinen kiintymyssuhde. Turvallinen kiintymyssuhde edistää mm. lapsen tunteiden ja stressinhallintaa sekä sosiaalisia taitoja. (Trogen 2021, 46.) Yksi kasvattaja ei tietenkään välttämättä pysty luomaan jokaisen lapsen kanssa täydellistä yhteyttä ja kiintymyssuhdetta, mutta aina voi yrittää parhaansa. Myös omassa ryhmässäni lapsista selkeästi huomaa, että lapset ovat hyvin kiintyneitä eri aikuisiin, mutta voivat toimia kaikkien ryhmän aikuisten kanssa siitä huolimatta. Siinä vaiheessa, kun lapsi pystyy hakemaan lohtua ja turvaa ainakin joltain aikuiselta päivän aikana, olemme onnistuneet työssämme.

Eniten itselleni haasteita tuotti oikeasti pysähtyä ja olla läsnä. Lapsiryhmässä on meteliä, jatkuvaa havainnointia ja muuttuvia tilanteita. Tällöin pysähtyminen ja huomion keskittäminen yhteen lapseen tai asiaan onkin yllättävän haastavaa. Kunnes tajusin, ettei yhteyttä ja kohtaamista tarvitse olla jatkuvasti - päivässä on useita pieniä hetkiä ja tilanteita, joissa lapset voi huomioida yksilöllisesti. Näihin hetkiin on tärkeämpää panostaa, kuin siihen, että olisi jatkuvasti ja koko ajan täysin läsnä. Koin olevani parempi vuorovaikutuksessa keskittäessäni huomiota siihen sen sijaan, että olisin jatkuvasti pohtinut mitä seuraavaksi tapahtuu ja mitä pitää tehdä. Myös lapsista huomasin tietynlaista rauhallisuutta, kun aikuinen olikin oikeasti läsnä, eikä mieli vaeltanut seuraavassa tekemisessä. Aikuisen esimerkistä myös todennäköisesti kierrokset ja stressitaso laskee myös lapsilla.

Leskisenoja (2019, 43) kuvaa positiivisen pedagogiikan olevan mm. lapsen hyväksymistä ja arvostamista sellaisena kuin on sekä lapsen välittävää kohtaamista. Tätä pohdin paljonkin tämän viikon aikana. Miten huomioida ja kohdata jokainen lapsi yksilönä, vaikka toimimme

ryhmässä suurimman osan päivästä ja kasvattajana toimintaa ajatellaan nimenomaan enemmän ryhmän mukaan. Pohdin myös paljon sitä, kuinka jotkut lapset luonteeltaan hakevat enemmän aikuisen huomiota ja tukea, kun taas toiset jäävät enemmän syrjään ja pärjäävät itsekseen, vaikka aikuiselta saisi kuitenkin hakea myös turvaa. Tästä halusin myös keskustella tiimitasolla enemmän. Halusin edistää sitä, että myös ne lapset saavat tulla kohdatuksi, jotka ovat pärjääviä eivätkä hakeudu aikuisen luo.

Helsingin varhaiskasvatussuunnitelmassa (2019, 27) on myös maininta siitä, että positiivisella vuorovaikutuksella tuetaan lapsen kasvua ja kehitystä, erityisesti identiteettiä ja itsetuntoa. Myös varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018, 30) tärkeänä pidetään lasten välisiä hyviä vuorovaikutussuhteita ja ryhmän jäsenenä toimimista. Kasvattajan tehtävänä nähdään ystävyysuhteiden mahdollistaminen ja turvallisen ympäristön luominen lapsille. Lasten kanssa yhdessä opetellaan ristiriitojen selvittämistä ja rakentavia tapoja ratkaista niitä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 30.) Yksi osa työtä on myös lasten vertaissuhteiden tukeminen. Omassa lapsiryhmässäni lasten välille tulee ristiriitoja päivittäin, johon aikuisen tulee puuttua. Keskustelemme lasten kanssa kavereiden kanssa toimimisesta ja puutumme herkästi tilanteisiin, pyrkimyksenä on puuttua jo ennen tilanteen eskaloitumista esim. fyysiseksi lyömiseksi tai tönäisyksi. Toisaalta myös hyviä kaverisuhteita tuetaan ja mahdollistetaan. Ryhmän lasten väliset vertaissuhteet tulivat hyvin näkyväksi, kun haastattelin lapsia kaverisuhteista sosiogrammia varten. Työ on vielä kesken, mutta sosiogrammi selkeytti sitä, ketkä lapsista ovat suosittuja leikkikavereita ja ketkä tarvitsevat ehkä enemmän tukea. Tästä on mielestäni hyvä jatkaa tulevana viikkoina.

4.2 Viikko 2: PERMA-teoria: Myönteiset tunteet ja vahvuudet

Viikkosuunnitelma

Oman sairastumisen takia ensimmäisen ja toisen viikon raportoinnin välillä on yli viikko, mutta pääsen onneksi jatkamaan päiväkirjaraportointia ja matkaani positiivisen pedagogiikan parissa. Ensimmäisellä viikolla tavoitteena oli keskittyä kohtaamiseen ja vuorovaikutukseen, josta onkin mielestäni hyvä siirtyä tunnetaitoihin ja erityisesti myönteisten tunteiden havaitsemiseen ja vahvistamiseen. Tässä vaiheessa matkaa onkin hyvä perehtyä tarkemmin Seligmanin hyvinvointiteoriaan, eli PERMA-teorian eri osiin. PERMA-teoriassa ensimmäisenä onkin positive emotions, eli myönteiset tunteet. Positiivisen pedagogiikan tarkoituksena ei ole keskittyä vain positiivisiin tunteisiin, mutta lähtökohtaisesti tunnetaitojen harjoittelu on jaettu kahteen osaan; myönteisten ja resilienssiä eli toipumiskykyä tukevien tunteiden tunnistamiseen. Vastoinkäymisissä tukevia tunnetaitoja harjoitellaan myöhemmin ja tällä viikolla keskitytään lapsiryhmässä positiivisuuteen ja vahvuuksiin. Päästäkseni tavoitteeseen hyödynnän erityisesti Uusitalo-Malmivaaran ja Vuorisen (2019) Huomaa hyvä! -materiaalia,

kuten Huomaa hyvä! toimintakortteja sekä Huomaa hyvä! - näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa- kirjaa.

Maanantai

Viikko alkoi tällä kertaa niin sanotulla päivystysiltavuorolla, eli tehtävänä oli sulkea työvuoron päätteeksi päiväkotit. Tullessani töihin oli jo aamun toiminta käynnissä ja osa lapsista menossa ulos. Poissaoloni vuoksi aloitin katsomalla läpi sähköpostit ja käymällä keskustelua edellisen viikon tapahtumista. Tänään oli myös ystävänpäivä, joten totesin myönteisiin tunteisiin ja kaveritaitoihin keskittymisen sopivan päivän teemaan oikein hyvin. Päivän hengessä lapset olivatkin aloittaneet jo tekemään itselleen tärkeälle ihmiselle kortin tekemisen. Kortit olivat lapsille hyvin tärkeitä ja niitä jaettiin kotiin ihasteltavaksi iltapäivällä. Olin aiemmin tehnyt kuvat siitä, mitä kaverille on kiva tehdä ja mikä tuntuu ikävältä. Kuvat ovat lasten tasolla nähtävillä ja taas tänään niitä tutkittiin.

Aamupiirillä keskityimme yhdessä puhumaan ystävydestä ja lapset saivat halutessaan nimetä, kenen kokevat olevan heidän ystäviään. Lauloimme yhdessä muutaman ystävyteen liittyvän laulun. Lounaalla kaikille ei oikein ruoka tuntunut maistuvan, mutta sen sijaan että olisin käyttänyt aikaa lasten suostutteluun, päätin tehdä toisin. Pohdimme siis yhdessä, että miksi ruoka voisi olla hyvää ja mitä hyviä asioita siinä olisi. Lopulta rohkeimmat päättivät maistaa ja saivat koko pöydältä isot suosion osoitukset. Totesin taas kerran, että omaa ajatteluaan ja toimintaansa muuttamalla voi tapahtua vaikka mitä ja positiivisen kautta lapsen motivointi onnistuu lähes huomaamatta. Lounaan jälkeen lapset menivät päivälevolle ja siirryin itse kokoukseen, jossa käytiin läpi koko työyhteisöä koskevia asioita. Yksi pinnalla olevista asioista on se, että ryhmäni jatkaa todennäköisesti kevään ilman varhaiskasvatuksen opettajaa, joka tulee ainakin jonkin verran vaikuttamaan myös omiin työtehtäviini.

Iltapäivällä keskityttiin ennen ulkoilua leikkeihin. Löysin hyllyltä Huomaa hyvä! - toimintakortit, joita päätin tutkia. Moni lapsi kävi myös katsomassa ja kyselemässä, mitä kortit ovat. Kerroin, että varis osaa monia asioita ja korteissa käydään niitä läpi. Samalla saatiin pohdintaa, että missä kukakin lapsista kokee olevansa hyvä. Seurasin sivusilmällä kahden lapsen hyvin sujuvaa leikkiä, josta päätin kehua molempia. Pienillä sanoilla oli suuri merkitys, sillä molempien kasvoille nousi leveä hymy ja toinen lapsista tuli halaamaan. Lapsillekaan ei ole itsestään selvää, että joku kehuu heitä. Tästä pääsimmekin keskusteluun, kuinka kivaa on, kun sanoo kaverille jotain kivaa. Tästä lapset innostuivat ja kehuivat mm. toistensa vaatteita. Eli yllättävän pienillä asioilla saatiin ryhmään positiivisuutta lisää ja tästä on hyvä jatkaa tätä viikkoa.

Tiistai

Tällä kertaa iltavuorosta oli suoraan hyppy aamuvuoroon. Lapset saapuivat yksitellen aamupalalle, jonka jälkeen osa lähti suoraan ulkoiluun ja osa jäi sisälle leikkeihin. Pienryhmiin jakautumalla leikit sujuvat usein rauhallisemmin ja lapset pystyvät paremmin keskittymään leikkeihin. Lasten suosiossa on ollut erityisesti kummitusleikki ja tänään aamulla kummitukset olivatkin nukketalossa. Loppujenkin lasten lähdettyä ulos, sain hetken aikaa suunnitella. Ryhmämme haasteena on ollut jatkuvat muutokset ja arjen hajanaisuus, johon halusin nyt panostaa. Jaoin ajatuksiani toisen ryhmän varhaiskasvatuksen opettajan kanssa ja sain kannustusta muutosehdotuksilleni. Päätin pistää siis tuumasta toimeen ja siirsin päivittäisen piirikokouksen toiseen huoneeseen ja kuvat lasten tasolle. Halusin piirihetkestä toiminnallisemman. Koen myös tärkeäksi, ettei lapsilta tule vaatia liian pitkää istumista.

Olemme jakaneet ryhmän osiin niin, että alle 3-vuotiailla on oma piirinsä ja yli 3vuotiailla lapsilla omansa. Itse olen yleensä keskittynyt pitämään piirejä nimenomaan ryhmämme yli 3-vuotiaille. Tänään otimmekin käyttöön Uusitalo-Malmivaaran ja Vuorisen Huomaa hyvä! toimintakortit. Korteissa on hyviä mahdollisuuksia soveltamiseen, joita hyödynsin. Päätimme lasten kanssa pohtia, mitä vahvuusvaris tekee korteissa ja lopulta lapset saivat kertoa, kokivatko olevansa itse hyviä samoissa taidoissa. Lapset nimesivät taidoiksi mm. piirtämisen, ystävänä olemisen ja halaamisen. Moni lapsista innostui ja sanoitti olevansa jossain näistä hyvä itsekkin. Innostuimme myös miettimään, missä kaveri voisi olla taitava. Tämän jälkeen pidimme pienen jumppahetken. Jos ei muuta, niin ainakin piirissä oli tänään paljon naurua ja iloa. Löysinkin Uusitalo-Malmivaaran ja Vuorisen (2019, 95) kirjasta tilanteeseen sopivan James Baldwinin lainauksen: ”Lapset unohtavat, mitä heille sanot. Lapset unohtavat, mitä heille opetat. Lapset eivät koskaan unohda, mitä sait heidät tuntemaan.”

Koin myös itse onnistumista, sillä ainakin tällä hetkellä muutokset piirissä olivat toimivia ja toivat kaivattua struktuuria. Olen hyvin tottunut opettajajohtoiseen työskentelyyn, joten vastuun ottaminen ja omien ajatusten esille tuominen aiheuttaa vielä epävarmuutta. Tämän vuoksi tällaiset onnistumiset ovat kaivattuja ja erityisesti tuen saaminen omille ideoille kokeneemmilta opettajilta vahvistaa omaa näkemystä siitä, että en ole enää vain lastenhoitaja, vaan kehittymässä myös ammatillisesti oikeaan suuntaan. Vien toimintaani enemmän kohti sosionomin työnkuvaa. Tämä on myös hyvää muistutusta siitä, että paikallaan ei tarvitse jämähtää ja aina voi mennä eteenpäin ja oppia uutta. Lisäksi työ vaatii luovuutta ja kykyä muutoksiin - joskus ne toimivat ja toisinaan ei.

Keskiviikko

Viikon toinen aamuvuoro. Tänään lapset tulivat hyvillä mielin päiväkotiin aamupalalle. Saatiin jo aamulla aikaiseksi hyviä keskusteluja. Avatessani sähköpostin löysin erityisopettajan

vinkkaamat kipinäkeskuksen (2022) materiaalit tunnetaitokasvatukseen. Tulostin materiaalit valmiiksi päiväpiiriä varten. Ajatuksenani oli käydä lasten kanssa läpi onnistumisia ja sitä, miten kuvien avulla voi sanoittaa omia ajatuksiaan ja tahtoaan. Materiaalit hyödyttävät kaikkia lapsia, mutta erityisesti niitä, joille kielen kehitys on haastavaa. Tavoitteena on kuitenkin, että kaikki lapset saisivat ilmaistua itseään ryhmässä.

Avola ja Pentikäinen (2020, 32) mukaisesti positiivisen pedagogiikan lähtökohtana on tuoda ilmi enemmän lasten myönteisiä onnistumisia ja vahvuuksia. Tämä voi olla kasvattajalle haastavaa, sillä oma tarkkaavuus on herkästi kaikessa, mikä ei suju. Positiivinen pedagogiikka on sitä, että löydetään menetelmiä ja näkökulmia, miten lasta innostetaan oppimiseen. (Avola & Pentikäinen 2020, 32.) Olen paljon miettinyt näinä päivinä sitä, että pyritään oppimiseen enemmän ilon ja onnistumisen kautta. Toisaalta koen tärkeämmäksi sen, että lapset osaavat sanoittaa tunteitaan, osaavat luoda ystävyyssuhteita ja toimia kaikenlaisten ihmisten kanssa. Huomaan omassa ajattelussani konkreettisesti muutoksen aiempaan; näen onnistumisia, hyviä asioita ja lasten iloitsemista. Huomaan olevani enemmän läsnä ja kokevani työssäni iloa ja innostumista, joka toki on myös kuormittavaa.

Olen myös oppinut tietyllä tavalla päästämään irti ja olemaan luovempi. Tämän huomaan selkeästi tavassani ohjata päiväpiiriä ja lapsia. Konkreettisesti muutos on tapahtunut siinä, että ne lapset, jotka eivät ehkä aiemmin hakeneet tukea minulta, tulevat nyt luokse ja hakevat tukea käsitellessään tunteitaan ja ajatuksiaan. Minulle kerrotaan ehkä aiempaa vapaammin niin ilot kuin surut ja tullaan halaamaan, vaikka olin jo toiminut ryhmässä aiemmin kuukausia. Positiivisuuden kehä ja ilmapiiri alkaa muodostua. Tämän huomasi päiväpiirillä, kun käytimme huomaamatta puolet ajasta siihen, että lapset halusivat itse kertoa asioita, jotka olivat onnistuneet tai jotka olivat heille tuottaneet iloa. Oli mummulakyläilyä, uutta haalaria ja kivoja vesileikkejä ulkona. Koen, että tästä on ainakin tällä erää hyvä jatkaa viikkoa.

Torstai

Eilisestä aamuvuorosta tulikin taas hyppäys iltavuoroon. Aamun aloitin pohtimalla päivän kulkua ja valmistelemalla eilen tulostettuja kipinäkeskuksen materiaaleja. Lapset palasivat ulkoilemasta ja osa meni tempuradalle ja osa maalaamaan musiikin tahdissa. Musiikkina toimi tänään sateen ropinan ääni tabletilta, sillä lapset pohtivat ulkona ollutta sadetta ja vesileikkejä vielä sisälläkin. Toiminta pienryhmissä selkeyttää ja rauhoittaa sekä antaa mahdollisuuden aikuiselle olla paremmin läsnä ja huomata myös positiivisia asioita. Kronqvist (2020, kehitykseen ja oppimiseen yhteydessä olevia tekijöitä) toteaaakin osuvasti, että lapsen on mahdollista kasvaa ja selviytyä elämässä saadessaan myönteisyyttä ja välittämistä. Kaikilla on mahdollisuus ja lapsen resilienssiä vahvistaa kokemus kuulumisesta ryhmään ja yhteisöllisyys. (Kronqvist 2020, kehitykseen ja oppimiseen yhteydessä olevia tekijöitä.)

Tänään päivä poikkesi siinä, että pidimme yhdessä palaverin tiimin tilanteesta päiväkodin johtajan kanssa. Suunnittelimme seuraavaa viikkoa ja tulevaa kevättä. Puhuimme tiimin toiminnasta ja kävimme läpi kehittämisen kohteita. Opas (2013, 143) kuvaa tiimityön toimivan kuin peilinä jokaiselle työntekijälle omasta toiminnastaan ja antaa ammatillisuudelle mahdollisuuden kehittyä. Tämä mielestäni kuvasi hyvin sitä mitä tänään kävimme yhdessä läpi; tiimissä jokaisen on mahdollisuus tuoda omaa osaamistaan, mutta kaikkea ei tarvitse osata ja saa myös kehittyä ammatillisesti toisen tuella. Esihenkilön tuki on usein korvaamatonta etenkin tällaisissa muutostilanteissa, jota tiimimme on lähiaikoina kohdannut. Koen myös itse tärkeäksi sen, että voin tarvittaessa hakea tukea ja apua sellaisiin asioihin, joissa itseni tarvitsee vielä kehittyä.

Iltapäivän vietimme sateen vuoksi sisällä. Tämä tarjosi erinomaisen mahdollisuuden havainnoida lasten leikkejä ja toimintaa. Havainnoin ja välillä autoin leikin kulussa tarvittaessa. Lapset keksivät mm. kummitus-, koti-, juna- ja lääkärileikin, joita he jakoivat 2-3 lapsen ryhmissä leikkiä yllättävän pitkään, kun oli mahdollisuus. Leikin lomassa myös tunteet kuohuivat, jolloin sanoitimme yhdessä ”nyt ärsyttää” tai ”nyt kiukuttaa”. Pelkästään tunteiden sanoittaminen sai jo tilanteen helpottamaan. Osa lapsista myös hakee selkeästi aiempaa enemmän tukea tunteiden käsittelyyn ja tulee kertomaan tai pyytää päästä syliin rauhoittumaan. Lasten itsesäätelyn kehittyminen on asia, jota on mielestäni hienoa seurata ja motivoi jatkamaan työtä.

Perjantai

Viikon viimeinen iltavuoro. Tänään käytin ison osan työajasta kirjallisiin töihin. Kuvasin lapsiryhmässä ollutta toimintaa ja muita tärkeitä asioita viikkokirjeeseen, etsin tiedotteita hyve4- yhteistyöstä vanhemmille ja valmistelin tulevaa varhaiskasvatussuunnitelman keskustelua. Varhaiskasvatuslaissa (540/2018) 23§ mainitaan, että lapsen varhaiskasvatussuunnitelmasta vastaa varhaiskasvatuksen opettajan kelpoisuuden omaava henkilö, mutta suunnitelman laatimiseen voi osallistua muutkin varhaiskasvatuksessa työskentelevät. Tässä tilanteessa, kun ryhmässä ei nimettyä varhaiskasvatuksen opettajaa ole, laadin suunnitelman varhaiskasvatuksen sosionomina päiväkodin johtajan luvalla. Olen lapsen varhaiskasvatussuunnitelmia tehnyt aiemmin, joten omaan sen laatimiseen tarvittavaa osaamista. Hyve-keskusteluja en ole aiemmin pitänyt, joten kysyin neuvoa toiselta varhaiskasvatuksen opettajalta. Pidän tärkeänä sitä, että kaikkea ei tarvitse osata vaan aina autetaan toista työyhteisössä.

Huomaan kuitenkin lapsiryhmässä tapahtuneen jonkinlaisen positiivisuuden lisääntymisen. Lapset keksivät herkemmin asioita, joista tuntevat iloa yhdessä, kaveria autetaan herkemmin ja iloitaan yhdessä onnistumisista. Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen (2019, 47) korostavat myönteisen ilmapiirin vaikutusta myös lasten välisissä ristiriitatilanteissa. Olen alkanut

kiinnittää aiempaa enemmän huomiota lasten erilaisiin tunnetiloihin ja vireyteen; käytännössä siis ohjaan rauhoittumaan yhdessä, jonka jälkeen voidaan keskustella tilanteesta. Uusitalo-Malmivaaran ja Vuorisen (2019, 47) mukaan myönteisillä tunteilla voidaan vaikuttaa siihen, miten tilanne nähdään kokonaisuutena, jolloin on myös helpompi kohdata tapahtunut ja löytää siihen ratkaisu. Lapsille on hyvä antaa mallia kaikkien tunteiden kokemisesta ja siitä, miten tilanteita ratkaistaan tarvittaessa aikuisen tuella. Nämä ovat niitä taitoja, joihin toivon sosionomina pystyväni vaikuttamaan.

Viikkoanalyysi

Viikko tuntui menevän yllättävän nopeasti. Ryhmässä tapahtuneet muutokset ovat kuormittaneet niin aikuisia kuin lapsiakin, joten tarvetta myönteisten tunteiden ja vahvuuksien löytämiselle oli selkeästi. Olen muutenkin peruspositiivinen luonteeltani, mutta tällä viikolla tunsin sen oikeastaan korostuvan ja huomasin myös itsestäni löytyviä vahvuuksia ja onnistumisia ehkä aiempaa enemmän. On tarpeellista erityisesti työssä jaksamisen kannalta kokea onnistumisia työssä. Trogen (2021, 33) painottaa kasvattajan oman kasvun tärkeyttä osana positiivista pedagogiikkaa. Tätä voidaan kutsua myös positiiviseksi kasvuksi, eli kasvattajan kokemukseksi kehittymisestä, kasvamisesta ja uuden oppimisesta. Se on tärkeä osa itsetuntemusta ja kokemusta siitä, että pärjää vastoinkäymisissä ja pystyy vaikuttamaan elämänsä laatuun. (Trogen 2021, 33.)

Barbara Fredrickson on kehittänyt erityisen broaden-and-built-teorian, jossa nähdään nimenomaan positiivisten tunteiden vaikuttavan ihmisen ajatuksiin, toimintaan ja kykyihin. Teorian mukaan positiiviset tunteet parantavat mielen suorituskykyä, kun taas negatiiviset tunteet heikentävät sitä. Voidaan ajatella, että positiivisten tunteiden avulla ihminen selviää tilanteista rakentavasti ja kehittävästi, joka parantaa hyvinvointia. Fredricksonin teorian mukaan positiiviset tunteet lisäävät ihmisen resursseja ja resilienssiä, jotka vaikuttavat myönteisesti ja kestävästi ihmisen sosiaalisiin ja psyykkisiin taitoihin. (Avola & Pentikäinen 2020, 152.) Ei siis ole mitenkään huono asia keskittyä positiivisten tunteiden vahvistamiseen. Olen huomannut tämän viikon aikana, että lasten kanssa vaaditaan pitkäjänteisyyttä ja valmiutta muuttamaan omaa toimintaansa tässäkin - entistä enemmän vahvistuu ajatus siitä, että omassa työssään ei ole koskaan täysin valmis, vaan aina voi oppia uutta. Koen myös työyhteisössä negatiivisuuden kierteen uuvuttavan herkemmin kuin rakentavan positiivisen ilmapiirin.

On myös pyritty laskemaan suhdelukuja sille, mikä olisi optimaalinen määrä kokea niin myönteisiä kuin negatiivisiakin tunteita. Tunnetuin näistä teorioista on Losada-suhde, joka on sittemmin kumottu, mutta periaatteeltaan se on toimiva. Losada-suhteessa käytetään 3:1 kaavaa, joka käytännössä tarkoittaa sitä, että voidakseen hyvin ihmisen tulisi kokea kolme kertaa enemmän myönteisiä tunteita kuin negatiivisia. Vaikka matemaattisesti teoria ei

välttämättä ole toimiva, niin periaate on tärkein; ihminen voi paremmin kokiessaan enemmän myönteisiä tunteita kuin negatiivisia. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2019, 50.) Tämä on tietyllä tavalla näkynyt myös lapsiryhmässä. Kun on keskitytty enemmän vahvuuksiin ja onnistumisiin, on myös lasten ilmeet loistaneet ja hyvinvointi lisääntynyt sitä kautta. Myönteisten tunteiden ei kuitenkaan tarvitse olla suuria ollakseen toimivia, jonka myös Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen (2019, 50) toteavat; tärkeintä on pienet arkiset välittävät kohtaamiset ja onnistumisten huomaamiset.

Huomaan pysähtyväni monessa asiassa samoihin ajatuksiin ja huomioihin; pienet hetket muodostavat isomman kokonaisuuden. Näihin tilanteisiin vaikuttaminen vaikuttaa oikeastaan samalla kaikkeen. Kun olen muuttanut tapaani toimia ja ajatella, olen myös samalla vaikuttanut siihen, millainen suhde minulla on lapsiin. Huomaan, että lapset pystyvät näyttämään negatiivisia tunteita vapaammin, mutta sen jälkeen iloitemme yhdessä myös positiivisista tunteista. Lapset osoittavat konkreettisesti syvemmän yhteyden ja turvallisuuden kokemuksen esim. halaamalla ja tulemalla syliin enemmän. Olenkin viime viikolla huomannut kulkevani suuren osan päivästä lapsi sylissä vain siksi, että he kokevat minut turvalliseksi aikuiseksi eri tavalla kuin aiemmin.

4.3 Viikko 3: PERMA-teoria: Sitoutuminen

Viikkosuunnitelma

Tällä viikolla tavoitteena on perehtyä PERMA-teorian toiseen sanaan, engagement eli sitoutuminen. Leskisenoja (2019, 93) kuvaa sitoutumista taitona, jota jokainen tarvitsee läpi elämänsä. Varhaiskasvatuksessa sitoutumisen tukeminen tapahtuu mahdollistamalla tilanteita, joissa lapsen mielenkiinto ja uteliaisuus herää, jonka seurauksena lapsi uppoutuu toimintaan. Erityisen hyviä hetkiä näihin ovat leikkitilanteet. (Leskisenoja 2019, 93.) Tällä viikolla on edessä hiihtolomaviikko, jolloin osa lapsista on lomalla. Onkin hyvä hetki keskittyä tukemaan nimenomaan leikkiä ja sitoutumista siihen. Jatkamme myös positiivisen ilmapiirin luomista ja ylläpitämistä. Tavoitteena on löytää lapsia innostavia asioita ja suunnitella toimintaa sen mukaan. Henkilökohtaisesti haluan kehittyä toiminnan suunnittelussa ja lasten osallisuuden tukemisessa. Tavoitteen tukena hyödynnän mm. Leskisenojan (2019) teosta positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa.

Maanantai

Tämä viikko alkoikin päivystysaamulla, eli päiväkodin avaamisvuorolla aikaisin. Työaika alkoi kello seitsemältä aamulla, mutta ensimmäinen lapsi saapui vasta lähemmäs kahdeksaa, joten aamulla oli aikaa perehtyä ja lukea lasten varhaiskasvatussuunnitelmia. Olin sopinut myös tälle aamupäivälle yhden lapsen varhaiskasvatussuunnitelmasta keskustelun, joten aamulla oli hyvää aikaa paneutua siihen ja kirjata etukäteen jo ajatuksia ylös - näin itse lopullista vasua

olisi helpompaa täydentää keskustelun jälkeen. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018, 10) mukaan varhaiskasvatussuunnitelmassa erityisesti korostuu lapsen vahvuudet, osaaminen, yksilölliset tarpeet sekä kiinnostuksen kohteet ja näiden perusteella suunnitellaan lapsiryhmän toimintaa. Varhaiskasvatussuunnitelmat ovat siis iso osa myös varhaiskasvatuksen sosionomin työtä.

Päivä alkoi muutenkin rauhallisesti, joten aamupalan jälkeen olikin mahdollista kuunnella lasten toiveita ja tarjota heille rauhallista aikaa leikkiä. Lapset valitsivat pienissä ryhmissä koti-, auto- ja junaleikin, osa lapsista toivoi saavansa piirtää. Autoleikkiin lapset saivat ottaa mukaan paloista koottavan kaupungin, jonka päällä saivat ajella. Autot ajelivatkin lopulta pitkin kaupunkia. Kotileikkiin lapset halusivat ottaa mukaan pujottelusta nauhoja ”spagetiksi” ja helmiä ruoaksi. Junaleikissä seikkaili erilaisia hahmoja kyydissä. Lapset saivat mahdollisuuden rauhassa uppoutua ja keskittyä vain leikkiin ilman pakollista aikataulua ja kiirettä. Tämä oli mielestäni sopiva tapa aloittaa nimenomaan sitoutumiseen liittyvä viikko.

Piirillä jatkoimme yhdessä lasten kanssa positiivisen ilmapiirin luomista. Tänään tutustuttiin possuun, jolle jokainen lapsi sai halutessaan kertoa jonkun kivan asian viikonlopusta. Lopulta possu olikin kiertänyt jokaisen lapsen luona, vaikka osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Muutamat lapset halusivat kertoa kuulumisiaan possulle useampaan kertaan. Possulle myös esiteltiin kaikki lapset, joka onkin lasten mielestä aina jännittävä hetki piirillä. Piirin jälkeen lapset siirtyivät syömään ja siitä lepo hetkelle. Itse käytin loput työvuorosta varhaiskasvatussuunnitelman täydentämiseen, jonka jälkeen vielä pyysin mielipidettä toisen ryhmän varhaiskasvatuksen opettajalta. Lapset olivat vielä nukkumassa, kun lähdin kotiin, joten huomenna jatketaan sitoutumiseen perehtymisen parissa.

Tiistai

Aamuvuorosta olikin hyppy iltavuoroon. Aamulla ryhmän lapset menivät ulos leikkimään lumileikkejä ja itse jäin sisälle suunnittelemaan toimintaa ja käymään läpi kuvia portfolioa varten. Keskustelin myös toisen ryhmän varhaiskasvatuksen opettajan kanssa ryhmän struktuurista ja käytännöistä. Tällä hetkellä iso osa työajastani menee ryhmän toiminnan suunnittelemiseen ja töihin, jotka periaatteessa varmasti normaalitilanteessa kuuluisivat varhaiskasvatuksen opettajalle - toisaalta, myös sosionomilla on oma vastuunsa sosiaalipedagogisesta toiminnasta, joten ehkäpä tämä on tällä hetkellä vain enemmän korostunut opettajan puuttuessa.

Kun lapset tulivat sisälle, päätinkin suunnitelmasta poiketen kysyä mikä heitä kiinnostaisi. Hiihtoloman vuoksi ryhmä oli normaalia pienempi, joten aikaa lasten omille ideoille ja toiveille oli enemmän. Lapset toivoivat ”pikku nalle nukkuu” leikkiä, jossa lapset menevät ensin mahdollisimman pieneksi ”nalleksi” nukkumaan, jotka sitten leikin edetessä herätetään. Kun nallet on herätetty, nallet liikkuvat eri tavoilla esim. pomppien, ryömien tai tanssien.

Muutin tällä kertaa leikkiä sen verran, että halutessaan yksi lapsista sai jäädä apulaiseksi, joka sai päättää miten herätetyt nallet liikkuvat. Tämä olikin suosittua ja erilaisia tapoja tuli monia lasten ideoimina. Nalleista puhe kääntyikin muihin eläimiin, joten oli täysin luontevaa siirtyä leikkimään, miten eri eläimet liikkuvat. Lapset innostuivat ja saivat toivoa eri eläimiä. Liikuimme lopulta esimerkiksi niin kuin tukaanit, karhut ja krokotiilit. Nämä kaksi toimintahetkeä kuvasivat mielestäni sitoutumisen ideoita; kun lapset innostuvat, saavat vaikuttaa ja kokevat iloa, tulee sitoutuminen toimintaan kuin luonnostaan.

Kun lapset olivat lepohetkellä, aloitin itse portfolion tekemisen. Tein PowerPointiin valmiit pohjat ja kirjoitin tekstejä. Lasten heräillessä katsoimme kuvia yhdessä ja lisäsimme suosikkeja portfolioon myös vanhempien nähtäväksi. Merkkasimme portfolioon erikseen ne kuvat, joissa näkyvä toiminta oli lapsille mieleisintä. Samoin lisäsin lasten kommentteja. Portfolion osalta jatkan työtä vielä myöhemmin, sillä tällä kerralla en saanut ihan valmiiksi kokonaisuutta. Välipalan jälkeen annoimme mahdollisuuden vapaaseen leikkiin. Lapset innostuivat lääkärireikistä, johon he selkeästi eläytyivät. Tämän halusimme mahdollistaa tarjoamalla rauhallisen tilan sekä antamalla lasten ottaa leikkiinsä haluamansa tavaroita. Leikki kesti niin pitkään, että lapsia jopa harmitti, kun piti lähteä vielä ulos ennen kotiin lähtemistä. Huomaan lasten nauttivan ja keskittyvän leikkiin, kun vain se mahdollistetaan ja aikuinen on valmis tarvittaessa muuttamaan päiväkodin tiukkoja käytänteitä. Leikkiin sitoutuminen näkyy vahvasti lasten kiinnostuksena ja uppoutumisena - tästä onkin hyvä jatkaa tätä viikkoa.

Keskiviikko

Tällä viikolla on ollut poikkeuksellisen paljon vuoronvaihdoksia - yleensä työssäni tehdään säännöllisesti kaksi samaa vuoroa peräkkäin tietyssä rytmissä. Tällä viikolla kuitenkin vuoro on vaihtunut joka päivä, tänään vuorossa olikin välivuoro. Aamulla mennessäni töihin aloitin päivän käymällä läpi lasten poissaolot ja merkkamalla ne ylös. Tämän jälkeen pohdimme lasten kanssa yhdessä, mitä olisi kiva tehdä aamulla normaalia pienemmässä ryhmässä. Kummitusteema on ollut lasten ideoimana vahvasti läsnä, joten päätimme tehdä piirtämis- ja leikkaamisharjoituksia. Lapset saivat piirtää ensin ympyrän pääksi ja sen jälkeen kolmion kummituksen vartaloksi - tämän jälkeen kummituksen sai joko itse tai aikuisen avustuksella leikata. Lasten ideoista nousi vahvasti kiinnostus kummituksiin jo aiemmin. Leskisenoja (2019, 94) huomio myös, että lasten kiinnostuskohteiden tukeminen edistää toimintaan motivoitumista ja sitoutumista.

Tänään pohdin myös paljon samoja asioita kuin eilenkin; toimivatko käytänteemme ryhmässä niin, että ne tukevat lasten osallisuutta ja sitoutumista. Onko omassa toiminnassani jotain, jota voisin muuttaa ja lisätä lasten osallisuutta ja antaa mahdollisuuksia. Leskisenoja (2019, 95) painottaakin sitä, että lapsen osallisuuden ja sisäisen motivaation mahdollistaminen

vaikuttaa positiivisesti myös sitoutumiseen. Tämän vuoksi aamulla lapset saivat vaikuttaa toimintaan ja myös valita; osa halusi tehdä kummituksia, osa osallistua satuhetkelle ja osa vain leikkiä. Kaikki toiminta ei voi innostaa kaikkia, joten kasvattajan on tärkeää antaa mahdollisuuksia - jos tänään kummituksen leikkaaminen ei kiinnosta, voi leikkaamista harjoitella toisena päivänä. Ei ole tarpeellista saada riviin samanlaisia taideteoksia, vaan tärkeämpää on antaa lasten oman näkemyksen näkyä.

Kävimme aamulla myös pienellä kävelyllä lasten kanssa ja sieltä palatessamme päiväkodille, kohtasin nopeasti yksikkömme varhaiskasvatuksen erityisopettajan, joka on aiemmin käynyt havainnoimassa ryhmää. Sovimme pikaisesti käyvämmekeskustelua aiheesta vielä tällä viikolla. Varhaiskasvatuksen erityisopettaja on tärkeä yhteistyötaho ja tuki, joka auttaa ryhmän arjen toiminnassa ja osaa auttaa esim. toimintaympäristöjen rakentamisessa. Kävelyn jälkeen siirryttiinkin ruokailun kautta lepo hetkelle. Lepohetken aikana jatkoin portfolioon tekemistä. Lasten heräillessä teimme portfolioa taas myös yhdessä. Välipalan jälkeen lapsille mahdollistettiin taas leikkiaikaa sisällä, jonka jälkeen siirtyivät lapset iltavuoron kanssa ulkoilemaan ja itse valmistelin vielä ennen kotiinlähtöä hyve4-keskustelua.

Torstai

Tänä torstaina oli aamuvuoro, joka alkoi rauhallisesti. Hiihtoloman ja sairastelun myötä lapsia oli vähemmän paikalla, joten sekin jo itsessään rauhoitti toimintaa. Päätimme aamulla antaa lapsille leikkiaikaa sisällä ja mahdollisuuksia sitoutua leikkiin pienemmässä ryhmässä. Naapuriryhmä oli ulkoilemassa, joten pystyimme vaihtamaan leikkejä toisiin tiloihin. Tässä vaiheessa lapsiryhmä jäi varhaiskasvatuksen lastenhoitajan kanssa toimintaan, kun itse siirryin keskustelemaan yksikön varhaiskasvatuksen erityisopettajan kanssa. Pystyin konsultoimaan ja kyselemään ja hän kertoi havainnointinsa lapsiryhmästä. Sain myös tukea ja neuvoja sekä materiaalia toiminnan tueksi. Osan aikaa keskustelussa oli myös mukana yksikön varajohtaja. Moniammatillisuus hyödyttää kaikkia osapuolia ja etenkin lapsia.

Keskustelun jälkeen oli piirihetken aika. Piirillä keskityttiin tänään vapaammin lasten toiveisiin ja positiivisen ilmapiirin luomiseen. Aloitimme piirin Leskisenojan (2019, 104) hyppyheikki-harjoituksella, jossa on tarkoituksena ensin minuutti hyppiä, jonka jälkeen istutaan alas ja keskitytään kehon tuntemuksiin. Ryhmässä lapset ovat vielä aika pieniä, joten myöskin harjoitus pidettiin lyhyenä. Lapset kommentoivat tunteneensa sydämen pamppailua ja hengästymistä. Leskisenojan (2019, 97) mukaan tietoisuustaitojen harjoittelu vahvistaa myös sitoutumista, sillä tietoisuustaidot kehittävät lapsen itsesääätelyä, keskittymiskykyä ja myötätuntoa. Kyseinen hyppyheikki-harjoitus oli tietoisuustaitojen harjoittamista lapsille sopivalla tavalla. Piirillä myös jumpattiin, liikuttiin eri eläinten tavoin ja vierailulla kävi pehmokoiraa. Lapset saivat kertoa vierailulla olleelle pehmokoiralle kivoja juttujaan, joka olikin suosittua.

Iltapäivällä käytin aikaa erityisopettajan materiaalin pohjalta erilaisten kuvien ja ympäristön muokkaamisen valmisteluun. Materiaaliin kuului mm. kuvatukea arjen tilanteisiin, kuten ensin - sitten - kuvat. Laitoimme myös tunnekuvat lasten tasolle näkyville yhdessä, joiden tueksi oli kuvitettu lause ”minä olen” ja ”minua” jonka jälkeen lapsi saa valita kuvista omaan tunteeseen sopivan, kuten ”minä olen iloinen” tai ”minua itkettää”. Kuvia ihmeteltiin yhdessä ja ne tulivat heti käyttöön, sillä lapset kävivät ahkerasti nimeämässä erilaisia tunteita kuvista. Pettymyksen tullessa saatettiin käydä yhdessä laittamassa kuva ”minua harmittaa” ja tämä auttoi lasta jäsentämään tilannetta. Aloitin myös leikki-taulun valmistelun ottamalla lapsista kasvokuvia. Ennen tulostamista jokainen lapsi sai valita kahdesta vaihtoehdosta, kumpi kuva tulostetaan tauluun. Halusin, että kuvissa näkyy lasten oma näkemys itsestään, eikä aikuisen valitsema kuva. Kuvien tulostamisen jälkeen olikin jo aika lähteä kotiin ja huomenna uusi päivä.

Perjantai

Viikon viimeisenä työpäivänä olikin taas iltavuoro. Aamulla aloitin päiväni keskustelemalla yksikön varajohtajan kanssa yleisesti. Tämän jälkeen siirryin tekemään aamuksi kirjallisia töitä, sillä lapsia oli vähemmän paikalla ja oli ryhmämme lastenhoitajan vuoro toteuttaa lasten kanssa toimintaa. Vastasin sähköposteihin ja tein ryhmämme portfolion valmiiksi. Portfolioon laitetaan toimintaa kuvin ja sanoin, sitä myös tehdään osittain yhdessä lasten kanssa. Nyt oli kuitenkin vuorossa vielä viimeistely, joten sen pystyi toteuttamaan ilman lasten osallistumista. Avasin vielä viikon toiminnan ja tärkeät asiat viikkokirjeeseen. Lopulta lähetin sekä portfolion että viikkokirjeen vanhemmille nähtäväksi sähköpostilla.

Aamu meni vauhdilla ja siirryimme lounaalle ja lepo hetkelle. Lepohetken aikana pidin tauon, mutta myös suunnittelin. Lähiaikoina olen tehnyt paljon muutoksia niin ryhmän toimintaympäristöön kuin omaan toimintaanikin. Kaikessa taustalla on toimivan arjen rakentaminen ja lasten osallisuuden huomiointi. Kuitenkin taustalla vaikuttaa ajatus lasten itsesäätelytaitojen kehittämisestä. Ahonen (2017a, 19) kuvaa kuinka lapsen itsesäätelytaidoilla on vaikutusta lapsen käyttäytymiseen ja sitä kautta myös sosiaaliseen kanssakäymiseen ja kaverisuhteiden muodostamiseen. Tunteiden säätely vaikuttaa käyttäytymiseen - lapsi toimii herkästi impulssien mukaan eikä pysty säätelemään toimintaansa, jolloin hän voi esim. kiroilla, karjua tai heitellä tavaroita. Myös kyky säädellä kognitiivista toimintaa vaikuttaa vahvasti käyttäytymiseen. Lapsen tarkkaavuuden ja muistin säätely vaikuttaa siihen, miten hän pystyy säätelemään käyttäytymistään. Itsesäätelyn kehittyessä lapsi ymmärtää toimintaansa ja pystyy vaikuttamaan myös sosiaaliseen ympäristöönsä. (Ahonen 2017a, 19-20.)

Lasten sitouttaminen toimintaan ja leikkiin vaatii muutakin kuin vain mahdollisuuksia, motivaation, toimivan toimintaympäristön ja keskittymisen taitoja - tärkeää on myös muut

sosiaaliset taidot, kuten juuri itsesäätely. Vähitellen kehittämällä näitä kaikkia taitoja, voidaan lisätä myös lasten sitoutumista. Lapsiryhmän toimivuuden kannalta kokonaisuus ratkaisee ja jokaisen lapsen yksilöllinen kehitys tulee ottaa huomioon. Lapset ovat tällä hetkellä kovin kiinnostuneet erilaisista eläimistä, joten leikkiin kaivettiin kaapista eläinhahmoja ja niille etsittiin erilaisia koteja. Eläinleikki kesti iltapäivällä pitkään ja oli lapsille mieleinen. Osa lapsista halusi toimia apulaisena, kun tein kuvatukea leikin valitsemiseen. Lapset saivat valita mitä leikkikuvia valitaan ja asetella seinille. Kuvat auttoivat lapsia leikin valinnassa ja myös siinä pysymisessä, eli sitoutumista tuettiin myös tällä tavoin. Ensi viikolla jatketaan taas PERMA-teorian uuden osion parissa.

Viikkoanalyysi

Tällä viikolla keskityin nimenomaan sitoutumisen lisäämiseen ja tein havaintoja siitä, että sitoutumista estää yleensä eniten nimenomaan aikuisen toiminta tai jäykät käytänteet. Myös Leskisenoja (2019, 95) pohtii tätä samaa; liika strukturointi ja aikataulut päiväkodin arjessa vähentävät lasten mahdollisuuksia sitoutua leikkiin. Nämä ovat toki asioita joihin yksilönä on välillä vaikea vaikuttaa, mutta ilokseni tällä viikolla saimme mahdollisuuksia toimia väljemmin ja joustettua tarvittaessa normaaleista rutiineista enemmän. Tämä joustava ajattelutapa ja arjessa joustaminen on asia, joka tuo lapsilähtöisyyttä ja lasten osallisuutta enemmän arkeen, joka mielestäni myös kehittää varhaiskasvatuksessa työskentelevien ammatillista osaamista.

Sainio, Pajulahti & Sajaniemi (2020, Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa) tuovat esille hyvinvointiosaamisen tärkeyden lasten kehitykselle; nyky maailma ja lasten kasvu ympäristöt ovat täynnä erilaisia virikkeitä ja ärsykeitä, joten on erityisen tärkeää kehittää lasten taitoa maltaa, tarkkailla, kuunnella ja sitoutua erilaisiin asioihin, vaikka ne eivät aina lasta miellyttäisi. Näitä taitoja lapset opettelevat etenkin turvallisen aikuisen tuella, eli aikuinen kanssasäätelyllä tukee lasten itsesäätelyn kehitystä. Aikuisen tehtävänä on kuulla ja nähdä lapsi omana itsenään, sekä havaita lapsen tarpeita ja aloitteita. Aikuinen on vastuussa siitä, että lasta tuetaan vielä kehittymässä olevassa tunnesäätelyssä ja lasta autetaan sietämään epämukavaa oloa ja pääsemään siitä yli. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa.)

Sitoutuminen vaatii siis niin aikuisilta kuin lapsiltakin oikeastaan aika paljon. Aikuisten tulisi olla valmiita päästämään irti osittain kontrollista ja aikatauluista, kun taas lasten osalta sitoutuminen vaatii niin itsesäätelyä, kuin tunne- ja sosiaalisia taitojakin. Ei voida siis automaattisesti olettaa, että lapsi pystyy sitoutumaan vaikkapa tiettyyn leikkiin pitkäksi aikaa, jos hänellä ei ole käytännössä siihen valmiuksia. On vaikea uppoutua ja päästä ns. Flow-tilaan, jos oman toiminnan ohjaus tai itsesäätely ei sitä vielä mahdollista. Tämä vaatii aikuiselta herkkyyttä ja sensitiivisyyttä, sekä oman lapsiryhmän tuntemista.

Tällä viikolla mahdollistin lapsille erityisesti leikkiaikaa, aikuisen läsnäoloa ja havainnointia sekä leikin rikastamista. Toisaalta paljon käytin myös aikaani pelkästään toimintaympäristön kehittämiseen ja kuvatukeen. Isossa roolissa oli myös monialainen yhteistyö esimerkiksi varhaiskasvatuksen erityisopettajan kanssa. Tavoitteena oli lasten sitoutumisen edistäminen ja ainakin saimme aikaan lasten kanssa monipuolisia leikkejä, joihin lapset olivat motivoituneita ja leikin pitkäkestoisuus oli mahdollista. Tämä mielestäni kehitti myös lasten taitoja sitoutua. Toimintaympäristöön tein sitoutumista edistäviä muutoksia; aloitin leikkitaulun tekemisen ja kuvatuon leikkien valintaan yhdessä lasten kanssa. Huomasin, kuinka iso merkitys aikuisen läsnäololla ja huomiolla on sille, miten lapset voivat olla osallisina lapsiryhmän toiminnassa. Opin päästämään irti omista ajatuksistani toiminnan suhteen ja ottamaan lapset enemmän mukaan. Nämä mielestäni ovat vahvistaneet osaamistani varhaiskasvatuksen sosionomina tällä viikolla.

4.4 Viikko 4: PERMA-teoria: Ihmissuhteet

Viikkosuunnitelma

Leskisenoja (2019, 111) mainitsee PERMA-teorian kolmantena tärkeänä supervoimana välittävät ihmissuhteet. Lapsen tasapainoisen kasvun ja kehityksen tukena erityisesti myönteiset ja turvalliset ihmissuhteet ovat tärkeitä. Turvalliset ihmissuhteet auttavat lasta myös sopeutumaan varhaiskasvatukseen. Positiivinen pedagogiikka tulee parhaiten oikeastaan esille vuorovaikutuksessa ja ihmissuhteissa; voidaan ajatella, että kyse ei ole vain lapsen ja kasvattajan välisestä suhteesta, vaan myös lasten välisistä ihmissuhteista ja vanhempien kanssa tehtävästä yhteistyöstä. (Leskisenoja 2019, 111.) Tällä viikolla tavoitteena on siis pohtia ihmissuhteita monesta näkökulmasta. Itselleni isoin kehittymisen tavoite ihmissuhteissa on vaikeiden asioiden puheeksi ottaminen. Tavoitteen tukena hyödynnän erityisesti Leskisenojan (2019) teosta Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa.

Maanantai

Tämä työviikko aloitettiin iltavuorolla. Vuoron aloitin juttelemalla päiväkodin johtajan kanssa muutamista tärkeistä asioista ja sain neuvoja, kuinka tilanteessa edetään. Tämän jälkeen kävin keskustelua vanhempien kanssa ja sain aikaan rakentavia ratkaisuja tilanteeseen. Leskisenoja (2019, 128) kuvaa osuvasti, että parhaimmillaan yhteistyö lapsen vanhempien kanssa on dialogista ja luottamuksellista, jolloin sekä kasvattajan että vanhemman asiantuntemus tulee huomioituksi lapsen parhaaksi ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Tarkoituksena on nimenomaan yhteistyö, jossa tavoitteena on lapsen etu - lapsen etu on se, että vuorovaikutus niin kasvattajan kuin vanhemman välillä on toimivaa, luottamuksellista ja kunnioittavaa. Pidän itse työssäni tärkeänä keskustelua ja sitä, että jokaisella osapuolella on mahdollisuus tuoda näkemyksensä esille eikä ketään tuomita. Tämä on se mihin pyrin vanhempien kanssa - kuulemaan myös heitä ja heidän näkemyksiään lapsestaan.

Leskisenoja (2019, 129) pitää tärkeänä nimenomaan arkisia kohtaamisia ja sitä, että vastuu vuorovaikutuksen rakentamisesta ja myönteisyydestä on nimenomaan kasvattajalla. Pidän itse tärkeänä korostaa lapsen onnistumisia ja hyviä puolia hakutilanteissa. Myös haasteista voidaan ja pitääkin puhua, mutta senkin voi tehdä nimenomaan positiivisia puolia korostaen. Itse vanhempana tiedän, että vanhempi on yleensä kyllä tietoinen lapsensa haasteista ilman, että siitä mainitaan erikseen jokaisella kohtaamisella. Hyvä myös ruokkii itseään, eli on hyvä myös vanhempien kanssa tehtävässä yhteistyössä mielestäni tärkeää tuoda esille lapsen onnistumisia, vaikka ne olisivat ihan pieniäkin.

Päivä meni nopeasti ja ennen ruokaa leikimme lasten kanssa leikkiä, jossa pöydällä oli 4-5 lasten valitsemaa eläintä, jonka jälkeen lapset laittoivat silmät kiinni ja laitoin huivin eläinten päälle ja otin yhden tai kaksi niistä pois. Kun lapset avasivat silmät, heidän tuli tunnistaa, mikä eläimestä puuttui. Tämä olikin lasten mielestä mukava leikki, jossa vierähti tovi. Toki huomasin myös, että osa lapsista pyrki huijaamaan voittaakseen ja tietääkseen etukäteen minkä eläimen otin. Ruokailun ja lepoetken jälkeen olikin jo iltapäiväulkoilun aika. Nämä ovat niitä arkisia tilanteita, joissa tehdään eniten vanhempien kanssa yhteistyötä. Haasteena on tosin iltapäivän kiire ja resurssien vähyyys, mutta yleensä hakutilanteet sujuvat pääsääntöisesti hyvin ja vanhempien kanssa voi tarvittaessa myös keskustella. Lasten kotiinlähdon jälkeen olikin jo omakin työaika loppu, joten huomenna jatkuu ihmissuhteiden pohtiminen.

Tiistai

Tänään oli vuorossa viikon toinen iltavuoro, joten mennessäni töihin oli lapset jo lähteneet ulos. Ryhmän pienimmät olivat jääneet sisälle ja menin heidän kanssaan pitämään lauluhetkeä. Ajatus lauluhetkestä tuli spontaanisti yhden lapsen laulaessa ”uikaa uikaa” joka viittasi pikkuiset kultakalat lauluun. Vaikka ryhmässä on monen ikäisiä lapsia, on tärkeä huomioida heistä jokainen ja antaa mahdollisuus osallistua toimintaan. Aikuisen tehtävänä on tarttua pieniinkin vihjeisiin ja eleisiin. Loputkin lapsiryhmästä tuli sisälle ja siirtyivät päiväpiirille ja pienimmät syömään laskiaistiistain lounasta; hernekeittoa ja jälkiruoaksi pullaa.

Lasten lepoetken aikana pyysin perehdytystä naapuriryhmän varhaiskasvatuksen opettajalta Hyve4- keskustelujen ja lomakkeen täyttämiseen. Tarkka, Komi, Nevanen & Tuominiemi-Lilja (2013, 4) koostavat Hyve-mallin seuraavasti ”Hyve-mallin tavoitteena on lapsiperheiden hyvinvoinnin lisääminen, vanhempien, päivähoidon ja neuvolan yhteistyön vahvistaminen sekä tarvittavan tuen tarjoaminen oikeaan aikaan.” Keskustelun tarkoituksena on siis moniammatillisen yhteistyön vahvistaminen lasten ja perheiden hyväksi. Siinä käydään läpi lapsen kasvua ja kehitystä, sekä mahdollisia huolen aiheita. Pääpaino on kuitenkin lapsen

vahvuuksissa. Ryhmässäni on tänä keväänä muutamia 4-vuotta täyttäviä lapsia, joten nämä keskustelut perheiden kanssa ovat osalla tulossa.

Jatkoin myös lepohetken aikana ryhmän leikkitaulun rakentamista; olin aamulla ottanut kuvat tiloista ja nyt oli aika tulostaa ja laminoida ne. Olin myös ottanut lasten kuvia, joten leikkasin ja laminoin myös ne. Leikkitaulun tavoitteena on motivoida lapsia valitsemaan mieleinen tekeminen ja sitoutua siihen. Leikkitaululla voidaan myös auttaa lapsia vertaissuhteiden muodostamisessa ja vaikuttaa siihen, että leikkikaverit vaihtuvat aina välillä. Leskisenoja (2019, 125) kuvaa lasten vertaissuhteiden muodostamista pitkäjänteiseksi ja tietoiseksi työksi, joka alkaa jo lapsiryhmää muodostaessa ja vaatii aikuiselta taitoa ohjata lapsia saamaan aikaan myönteisiä ja vastavuoroisia suhteita toisiinsa. Huomaan itse, että jo 3-vuotiaat muodostavat herkästi ystävyysuhteita etenkin niihin lapsiin, joiden kanssa he ovat olleet samassa ryhmässä jo pidemmän aikaa. Uutena ryhmään tulevat samanikäiset lapset tarvitsevat enemmän aikuista tuekseen vertaissuhteita luodakseen. Huomenna jatketaan taas tavoitetta ihmissuhteiden pohtimista.

Keskiviikko

Tänään vuorossa oli välivuoro, eli saavuin ryhmään kesken aamupalan; osa lapsista oli jo valmiita ja leikkimässä, kun osa taas vasta saapui päiväkotiin. Aloitinkin suoraan istumalla pöytään lasten seuraksi ja teimme yhdessä värityskuvaharjoituksia. Jokainen sai valita haluamansa värityskuvan, jossa oli numeroin merkattu, millä väreillä kuvat väritetään. Tulostin kuvat eilen ja tänään saimme ne lapsille. Tehtävissä oli maksimissaan 4-5 eri väriä, joten haastetta oli tarpeeksi, muttei liikaa. Moni sellainen lapsi, joka ei yleensä ole kiinnostunut värittämisestä, innostui nyt tästä ja sai samalla kaivattuja onnistumisen kokemuksia ja kehuja.

Kun kaikki lapset olivat valmiina, lähdettiin pienryhmissä ulos. Jäin itse pitämään suunnitteluaikaa, jonka tarkoituksena oli rakentaa struktuuria päivään ja viikkoon sekä valmistella hyve-keskustelua valmiiksi. Hyvettä en lopulta saanut valmisteltua, sillä tietokoneella oli ongelmia. Sain kuitenkin tehtyä päivä- ja viikkosuunnitelmat. Sain tukea suunnitelmilleni toisen ryhmän varhaiskasvatuksen opettajalta. Yksikössä oli myös alueen s2-opettaja havainnoimassa toista ryhmää ja nopeasti kävimme läpi myös oman ryhmän tuen tarpeita ja sain neuvoja. Huomaan uudessa roolissani selkeästi enemmän moniammatillisuutta ja etenkin sen tärkeyttä. Sosionomille erilaisissa verkostoissa toimiminen tulee koulutuksessa tutuksi, mutta nyt olen huomannut, mitä se on käytännössä. Tämä vahvistaa sitä kokemusta, että yksin ei tarvitse jäädä ja kaikkea ei tarvitse itse osata.

Iltapäivällä välipalan jälkeen otimme leikkitaulun käyttöön - lapset olivat innoissaan omista kuvista ja niiden laitosta paikalleen. Huomasin myös, kuinka paljon paremmin lapset sitoutuivat leikkimään. Lapsille oli myös tärkeää, että kuvat otettiin leikin jälkeen takaisin

taulun sivuun odottamaan. Leikkitaulussa on kuva kahdesta käyttämästämme leikkitalasta ja näiden vieressä kuvin, mitä leikkejä huoneissa on tarjolla. Lapset saavat laittaa oman kuvansa siihen huoneeseen, jossa haluavat leikkiä. Otimme tänään kuvatuen käyttöön myös autoleikkiin; lapset muistivat paremmin leikin sääntöjä ja riitatilanteita tuli vähemmän. Avola & Pentikäinen (2020, 209) mainitseekin, että kasvaakseen hyvinvoivaksi aikuiseksi, tarvitaan lapsille yhteyttä, ystävyyttä, myönteisiä kohtaamisia ja kokemusta siitä, että on arvokas yhteisön jäsen. Kuvatuen avulla leikit olivat sujuvampia, oli vähemmän vaeltelua ja lapset leikkivät eri kavereiden kanssa kuin aiemmin. Lapset saivat siis tänään kaivattuja kokemuksia onnistumisista ihmissuhteissa.

Torstai

Päivä alkoi aikaisella aamuvuorolla. Aamulla oli aikaa valmistella, suunnitella ja päivittää viikko- ja päiväohjelmia. Lapset tulivat vähitellen ja aamupalan jälkeen siirryimme ulkoilemaan. Palatessani pienryhmän kanssa sisälle, oli muutamilla lapsilla vaikeuksia saada kenkiä pois jalasta - ryhmästä kuitenkin löytyi kaveri, joka mielellään auttoi ja yhdessä lapset vetivät toistensa kenkiä pois nauraen samalla, jos tuli pyllähdettyä. Havainnoin tätä positiivista auttamisen ja toisen kannustamisen ilmapiiriä. Kaveria haluttiin vilpittömästi auttaa ja osa näytti mallia sanoen ”kato näin sen saa” ja otti oman kenkensä ensin pois. Trogen (2021,161) kuvaa myötätunnon olevan ihmissuhteiden perusta ja ystävällisyyden kuuluvan ihmisten perusluonteeseen. Luonto on tarkoittanut meidät toimimaan yhdessä, jolloin toisen auttamisesta saa itselleen mielihyvää. (Trogen 2021, 161.) Ympäristön olisikin tärkeä tukea tätä ihmiselle synnynnäistä tapaa olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa.

Siirryimme kyläilemään toisen ryhmän tiloihin jumppa- ja leikkihetkille. Pienryhmissä lapset saivat joko olla tempuradalla tai leikkivierailulla eri lelujen ja pelien parissa. Erityisen suosituksi nousi ryhmässä ollut älynäyttö, jolla pidimme rennon ”piirrä ja arvaa eläin” - pelin. Lapset saivat vuorollaan piirtää haluamansa eläimen ja sen jälkeen muut arvasivat - jos tuntui vaikealta arvata, piirtäjä kertoi vihjeitä eläimestä. Tämän jälkeen olikin jo piirihetken aika. Piirillä katsoimme kuvia eri eläimistä ja siitä, missä ne asuvat. Lapset saivat ehdotella eläimiä ja katsoimmekin mm. norsuja, apinoita ja tukaaneja.

Ruokailun jälkeen lapset siirtyivät lepäämään ja pidimme tiimipalaverin. Palaverin jälkeen käytin loput työpäivästä portfolion rakentamiseen ja samalla havainnoin kuvissa näkyviä kaverisuhteita. Omasta ryhmästäni olen huomionut, miten valtavasti lapsen temperamentti ja tunnetaidot vaikuttavat sosiaalisiin taitoihin ja kaverisuhteiden muodostumiseen. Trogen (2021, 160) kuvaakin sitä, että aikuisten malli ja muodostettu kiintymyssuhde on tärkeä osa lapsen sosiaalisten taitojen kehittämisessä, mutta siitäkin huolimatta myös lapsen temperamentilla ja luonteella on myös vaikutusta siihen, miten lapsi saa luotua itselleen hyviä ihmissuhteita. Olen myös huomionut, että harvassa on ne oikeasti täysin sosiaalisesti

niin taitavat lapset, jotka eivät yhtään tarvitse aikuisen tukea kaverisuhteissa. Tämän takia näihin taitoihin on hyvä kiinnittää huomiota ihan kaikkien lasten kohdalla ja jokainen lapsi hyötyy kaveri- ja tunnetaitojen sekä itsesäätelyn harjoittamisesta.

Perjantai

Viikon viimeisenä oli vuorossa aikainen aamuvuoro. Aamu oli kohtalaisen rauhallinen, joten sain mahdollisuuden valmistella viikkokirjettä valmiiksi. Lapset tulivat aamupalalle, josta siirryimme leikkeihin hetkeksi ennen ulkoilua. Leikit pienryhmissä leikkitaulun avulla jaettuna sujuivat rauhallisesti ja osa lapsista halusi katsella kanssani kirjaa eläimistä. Tunnistimme ja nimesimme eläimiä yhdessä ja katsoimme kuvista, missä ne asuvat. Avola & Pentikäinen (2020, 210) korostaakin aikuisen roolia sellaisen ympäristön luojana, jossa lapsi tuntee olonsa hyväksytyksi ja turvalliseksi. Tämä koskee niin fyysistä, psyykkistä kuin sosiaalistakin ympäristöä lapsen elämässä. Sosiaalisia taitoja voidaan pitää myös yhtenä oppimisen kohteena. (Avola & Pentikäinen 2020, 210). Aikuisen sensitiivisellä läsnäololla lapsi voi tuntea olonsa turvalliseksi ja arvokkaaksi, joka myös rohkaisee sosiaalisiin suhteisiin ja niissä kehittymiseen.

”Hyvä vertaisryhmä ja myönteiset kaverisuhteet tukevat lapsen kehitystä sekä luovat mahdollisuudet positiiviselle vuorovaikutukselle ja hyvälle itsearvostukselle.” (Neitola 2013, 104.) Ryhmän toimivuuteen ja lasten välisiin suhteisiin panostaminen siis kannattaa. Lapsilla tulee olla sopivassa suhteessa niin aikuisen ohjaamaa toimintaa, ohjattua ja vapaata leikkiä. Nämä ovat asioita, joihin haluan panostaa joka päivä työssäni. Lapsilla on mahdollisuus leikkiä ja solmia ystävyyssuhteita sekä saada tarvittaessa tukea sosiaalisiin taitoihin aikuiselta. Neitola (2013, 103) tuo esille sen, että heikot sosiaaliset taidot ja asema lapsiryhmässä voi myöhemmässä iässä johtaa esim. mielenterveyden ongelmiin tai koulupudokkuuteen.

Piirissä oli tänään satuhetki maatilan eläimistä ja soittimilla toivelaulujen soittamista. Lasten keskuudessa kiersi myös apina, jolle sai kertoa kuulumisiaan. Ruokailun jälkeen viimeistelin viikkokirjeen ja aloitin tämän viikon osalta myös portfolion tekemisen. Lasten herätessä työaikani alkoi olla loppumaisillaan. Olin tekemässä lähtöä, kun yksi lapsista tuli halaamaan ja sanoi samalla lähtevänsä kanssani kotiin. Tämän myötä mietin paljon sitä, miten tärkeiksi ihmissuhteiksi voi muodostua lapsen ja kasvattajankin välinen suhde. Trogen (2021, 160) mainitsee lapsuuden turvallisten aikuissuhteiden toimivan perustana muille ihmissuhteille. Lapselle ei varmastikaan ole haittaa siitä, että vuorovaikutustaidoista mallia näyttäviä turvallisia aikuisia on omien vanhempien lisäksi myös kasvattajana päiväkodissa. Lapsi kuitenkin viettää ison osan päivästänsä kasvattajan kanssa, joten kasvattajasta tulee yksi lapsen elämän tärkeistä aikuisista. Joten onkin tärkeää panostaa siihen suhteeseen lapsen ja kasvattajan välillä, kuin myös lapsen kaverisuhteisiin.

Viikkoanalyysi

Tällä viikolla pohdin paljon erilaisia ihmissuhteita. Huomasin, että asiaa täytyy miettiä hyvin monesta eri näkökulmasta; kyse ei ole vain lasten ja aikuisten tai lasten keskinäisistä suhteista; suhteen laatuun vaikuttaa paljon se, millaiset vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot molemmilla suhteen osapuolilla on. Aikuisella on päävastuu kasvattajana vuorovaikutustaidoistaan ja sosiaalisesta osaamisestaan niin perheiden kuin lastenkin kanssa, joten koen tärkeäksi myös omien taitojen pohtimisen. Itselleni sosiaalisten ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu ei ole tullut mitenkään luontevasti - olen enemmän vetäytyvä ja ujo perusluonteeltani. Jännitän herkästi erilaisia epämiellyttäväksi kokemiani tilanteita. Kuitenkin ammatillinen itsevarmuuteni on kasvanut ja huomasin tällä viikolla, että pystyn ottamaan puheeksi myös vaikeita asioita, joka taas itsessään lisäsi varmuutta työssäni. Vaikka olen työskennellyt varhaiskasvatuksessa pitkään, en kuitenkaan aiemmin ole ollut tilanteessa, jossa otetaan puheeksi tilanne, joka saattaa aiheena olla herkkä ja vastapuolen reaktiota ei voi ennalta ennustaa. Tunsin kehittyneeni, kun osasin luoda vaikeasta tilanteesta rakentavan keskustelun.

Leskisenojan (2019, 112) mukaan kasvattajan ja lapsen välisen toimivan ihmissuhteen taustalla on välittävä pedagogiikka eli ns. pedagogisesta rakkaudesta. Pedagogista rakkautta ovat korostaneet myös näkemyksissään monet kasvatusalan suurmiehet, esim. Johann Pestalozzi, Uno Cygnaeus sekä Martti Haavio. Pedagoginen rakkaus on tunnesuhde, joka saa kasvattajan toimimaan lapselle hyväksi ja luottamaan lapsen mahdollisuuksiin, joita näkee lapsessa. Kasvattaja näkee lapsessa piilevät taidot ja kehittymisen mahdollisuudet sekä tukee niitä. Pedagoginen rakkaus on myönteisyyttä, huolenpitoa, kannustusta ja arvostusta jokaiselle lapselle, eikä lapsen tarvitse sitä erikseen ansaita. (Leskisenoja 2019, 112.) Oman äitiyden myötä huomasin, että suhde oman työpaikan lapsiin ja omaan lapseen on erilainen. Kun aiemmin kiinnyin vahvasti työssäni kohtaamiin lapsiin, tuntui nyt oman lapsen myötä tunnesuhteen luominen haastavammalta. Huomasin, että tunnesuhteen luominen on helpompaa niihin lapsiin, jotka muistuttavat omaa lastani joltain piirteeltä.

Tämä sai minut ajattelemaan paljon suhdettani työssäni kohtaamiin lapsiin. On varmasti luontevaa kiintyä herkemmin lapsiin, jotka muistuttavat jotain tuttua; joko itseä tai omaa lasta. Leskisenoja (2019, 112-113) korostaakin suhteen luomisen taustalla olevaa lapsen kohtaamista. Kaikilla meistä on tarve tulla nähdyksi ja kuulluksi, jolloin jokainen kohtaaminen on tärkeä. Tämä vaatii kasvattajalta taitoa pysähtyä, olla lapsen tasolla sekä kuulla hänen asiansa, myös pieni katse voi viestiä lapselle kohtaamisesta. Tärkeintä on panostaa lapsen tunnekokemukseen kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta sekä aikuisen läsnäolosta. (Leskisenoja 2019, 112-113.) Tähän olen kuluvana viikkona pyrkinyt panostamaan, kuulemaan ja näkemään lapset omina itsenään. Olemaan läsnä ja näkemään lasten viestit. Leskisenoja (2019, 113)

mainitseekin osuvasti: ”Aikuinen ei voi olla läsnä lapselle vain silloin, kun hänelle sattuu sopimaan.”

Pohdin myös paljon lasten keskinäisiä ystävyysuhteita. Huomaan ryhmässäni useita lapsia, joilla on jo 3-4-vuotiaana pysyviä ystävyysuhteita, joita tulee tukea. Usein näissä tilanteissa samat lapset ovat olleet jo pidemmän aikaa samassa lapsiryhmässä ja löytäneet toisensa sitä kautta - olenkin huomannut, että vasta syksyllä päiväkodin aloittaneilla lapsilla ei ole kerennyt muodostumaan vielä samanlaisia suhteita. Nämä lapset jäävät myös herkästi jo muodostuneiden ystävyysuhteiden ulkopuolelle, kun lasten leikit usein onnistuvat kahdestaan, mutta kolmannen tulo mukaan sekoittaa kuvion. Leskisenoja (2019, 124) huomioi ystävyysuhteiden tärkeyden lapsen kehitykselle; ystävyysuhteessa on selkeä ero vertaissuhteeseen. Vertaissuhteessa lapsi oppii mm. itsesäätelyn kannalta olennaisia taitoja, kuten oman vuoron odottamista ja sääntöjen noudattamista. Ystävyysuhteissa opitaan lisäksi vielä kiintymystä, luottamusta ja sensitiivisyyttä. Ystävyysuhteet myös suojaavat kiusaamiselta ja ryhmän ulkopuolelle jäämiseltä. (Leskisenoja 2019, 124-125.) Ihmissuhteet eri muodoissaan tukevat siis monin tavoin niin lasten kuin aikuisten hyvinvointia - tämän vuoksi niihin on tärkeää panostaa.

4.5 Viikko 5: PERMA-teoria: Merkityksellisyys

Viikkosuunnitelma

Tällä viikolla työnkuvani muuttuu ja siirryn tekemään varhaiskasvatuksen opettajan työtä. Odotan mielenkiinnolla sitä, miten raportoinnissa tulee näkymään tämä muutos. PERMA-teoriassa seuraavana on vuorossa kirjaimena M, joka tarkoittaa merkityksellisyttä. Tarkemmin Avola & Pentikäinen (2020, 248) kuvaavat merkityksellisyttä yhtenä tekijänä, joka vaikuttaa yksilön kokemukseen onnellisuudesta ja hyvinvoinnista. Käytännössä merkityksellisyys on sitä, että kokee olevansa arvokas, tärkeä ja elämällä on väliä. Merkityksellisyyden kokemus onkin taustalla hyvässä itsetunnossa, hyvinvoinnissa ja sisäisessä motivaatiossa. Merkityksellisyys vaikuttaa resilienssin kehittymiseen positiivisesti; vastoinkäymisten ja stressin kohtaaminen on helpompaa, kun kokee elämänsä elämisen arvoiseksi. (Avola & Pentikäinen 2020, 249.) Leskisenoja (2019, 155) mukaisesti merkityksellisyyden kokemusta lisää omien vahvuuksien tunnistaminen. Tällä viikolla keskitymme vahvuuksiin ja tavoitteena on lisätä lasten kokemusta siitä, että he ovat tärkeitä ja osallisia päiväkodin arjessa. Tähän tukena käytän mm. Leskisenojan (2019) teoksessa mainittuja keinoja, kuten ystävällisten tekojen purkkia.

Maanantai

Maanantai alkoi aamuvuorolla. Lapsia tuli päiväkotiin tasaisesti aamupalalle, jonka jälkeen lähdimme ulos. Aamu-ulkoilun jälkeen olikin vuorossa satuhetki. Olen rakentanut kevään

ajaksi pysyvän viikko-ohjelman, jolloin itse toiminnan suunnittelulle ja sen valmistelulle jää enemmän aikaa ja mahdollisuuksia. Viikko-ohjelmaa ei tarvitse aina miettiä uudelleen, mutta sitä saa kuitenkin soveltaa. Pysyvässä viikko-ohjelmassa on kuitenkin huomioitu varhaiskasvatussuunnitelmassa (2018, 40) mainittujen oppimisen alueiden toteutuminen, sillä oppimisen alueet määrittelevät sitä, millaisia keskeisiä tavoitteita varhaiskasvatuksen toiminnalla tulisi olla. Ne ohjaavat toiminnan suunnittelua ja ovat laadukkaan eheytetyn toiminnan keskiössä.

Lapset ovat olleet hyvin kiinnostuneita ja innostuneita eri eläimistä, joten ne on otettu toimintaan mukaan. Satuhetkellä luettiin pienryhmissä tänään Ympyräiset-sarjan kirjoja. Valitsin vaihtoehtoja ja lapset saivat äänestää, mikä kirjoista luetaan. Tavoitteena satuhetkelle oli oppia tunne- ja kaveritaitoja satujen avulla. Lapset valitsivatkin tänään tarinat sinnikkydestä, toisten tunteiden huomioimisesta ja siitä, miltä tuntuu jäädä leikin ulkopuolelle. Yhdessä pohdimme näitä teemoja eläinhahmojen avulla. Trogen (2021, 167) kuvaakin yhtenä keskeisenä merkityksellisyyden kokemuksen tekijänä yhteenkuuluvuuden tunteen, jota vahvistaa erityisesti myötätunto muita kohtaan. Lasten myötätunnon vahvistaminen parantaa myös kokemusta lapsen omasta merkityksellisyydestä. (Trogen 2021, 167.)

Pienillä asioilla on siis suuria vaikutuksia. Eläinhahmoon samaistuminen satuhetkellä voikin parantaa lapsen kykyä samaistua ja kokea myötätuntoa muita kohtaan, joka taas kehittää kokemusta siitä, että on itse tärkeä jäsen yhteisössä. Piirillä oli tänään eläinlauluja ja jokainen sai esitellä päiväkotiin tuomansa eläinpehmolelun. Piiriltä siirryttiin lounaan kautta lepoa hetkelle. Pidin tauon, jonka jälkeen lapset jo heräilivätkin. Suunnittelin päiväjärjestystä lasten kanssa läpikäytäväksi kuvin ja ryhmän työntekijöiden vuorosidonnaisia tehtäviä, jotta arki helpottuisi. Halusin helpottaa arjen ennakoitavuutta. Välipalan jälkeen keskityin vielä ennen vuoron päättymistä laittamaan päiväjärjestyskuvat lasten tasolle nähtäville, jotta niitä voisi tarvittaessa käydä yhdessä läpi pitkin päivää. Havainnoin lasten leikkejä ja lopulta työpäivä päättyikin, kun lapset olivat siirtymässä iltapäiväulkoiluun.

Tiistai

Tämän viikon toinen aamuvuoro alkoi tavalliseen tapaan rauhallisesti ja lapsia tuli tasaisesti päiväkotiin aamupalalle. Olen keskittänyt huomiota erityisen paljon siirtymätilanteisiin; ennakointiin, rauhallisuuteen ja tilanteen sanoittamiseen. Ennakoinnin tukena on TimeTimer, josta lapset konkreettisesti näkevät kuluvan leikkiajan ja kello soidessaan ilmoittaa leikkiajan päättyneen. Nämä muutokset näkyivät tänään toimivana siirtymisenä aamu-ulkoiluun. Ahonen (2017a, 29) tuokin esille sen, että lapsen haastavaa käytöstä ja sosiaalisemotionaalisia taitoja kehitetään parhaiten nimenomaan aikuisen toimintaa muokkaamalla, jota tukee myös Ross Greenen tutkimus ja käytännön kokemus lasten kanssa. Greenen teorian mukaan lapset

toimivat niillä taidoilla, joita heillä on - lapsi siis toimii ”oikein” jos hän osaa. Aikuisten tulisikin siten panostaa empaattiseen vuorovaikutukseen ja tiedostaa omassa toiminnassaan ne piirteet, jotka mahdollisesti provosoivat lapsen haasteellista käyttäytymistä. (Ahonen 2017a, 29.) Ryhmässämme on lapsia, joille siirtymät ovat haastavampia kuin toisille. Tänään iloitsimme yhdessä onnistumisesta.

Aamulla ulkona oli satanut paljon lunta, joten päätimme lasten kanssa tehdä erilaisten eläinten jälkiä lumeen ja tutkia niitä. Siirryin hieman normaalia aiemmin sisälle ulkoilusta, sillä pidin lapsiryhmästä ulkopuolista suunnitteluajaa. Suunnitteluajalla tein portfolioa, suunnittelin askarteluja ja kirjasin toimivia käytäntöjä ylös. Mietin muutoksia ryhmätiloihin, joita voisi toteuttaa ja jotka kehittäisivät lasten leikkiä ja toimintaa lapsiryhmässä. Nämä ovat asioita, joissa tunnistan tarpeen kehittyä - en ole aiemmin suunnitellut itsenäisesti toimintaympäristöjä. Nämä ovat onneksi asioita, joihin saan tarvittaessa tukea työyhteisöstä. Usein keskustelussa yhdessä saadut ideat voivat toimia paremmin, kuin itse yksin mietittynä. Suunnitteluajan jälkeen siirryin piirihetkelle lasten kanssa. Olimme aiemmin askarrelleet lasten kanssa yhdessä hyvien tekojen purkin, jonne laitetaan lappuja lasten onnistumisista ja hyvistä teoista. Kävimme laput läpi ja iloitsimme yhdessä kavereiden onnistumisista. Tavoitteena on tuoda lapsille esille heidän vahvuuksiaan ja antaa positiivista huomiota.

Iltapäivällä päätin toteuttaa miettimiäni muutoksia ryhmän toimintaympäristöön. Päätin kuitenkin haastaa itseäni ja ajatuksiani, joten otin lapset mukaan suunnitteluun. Meillä oli pieni tila, jonka raivasin leluista ja tavaroista tyhjäksi - eli sellaiseksi, että siitä pystyi rakentamaan ilman ennakoajatuksia jotain uutta. Lasten kanssa yhdessä mietimme, mitä pienessä tilassa olisi kiva tehdä. Yksi lapsista ehdotti, että ”täällähän voisi olla vaikka sohva, jossa voi makoilla ja nukkua”. Ihan sohva ei tällä kertaa valitettavasti ollut saatavilla, mutta rakensimme patjoista ja tyynyistä lepopaikan lapsille. Etsin vielä lasten toiveen mukaisesti kirjoja sekä peittoja, joten tilasta muodostui lopulta rauhoittumisen ja lepäämisen paikka. Huomaan selkeästi, että ajatteluni on kuitenkin vielä jonkin verran aikuisjohtoisuudessa, joten tämä oli kokemuksena erittäin opettava ja sai ajattelemaan. Leskisenoja (2019, 166) kehoittaakin aikuista arvioimaan omaa toimintaansa ja ajatteluaan - lapset tulevat parhaiten kuulluksi, kun aikuisella on aikaa ja mahdollisuuksia kuulla heitä. Vaikka aikuisen suunnittelu on tärkeää, on myös osattava päästää niistä irti, jotta lopputuloksesta tulisi toimiva.

Keskiviikko

Aamuvuorojen jälkeen olikin vuorossa päivystysilta, eli päiväkodin myöhäisin vuoro. Lapset olivat jo aamulla ulkoilemassa, kun tulin töihin. Osa lähti retkelle ja osa jäi päiväkodille. Olimme hetken ulkona, jonka jälkeen siirryimme pienryhmissä sisälle. Sain tilaisuuden jatkaa lepopuoneen muokkausta lasten kanssa - valitsimme erilaisia leikkejä hyllyyn, siivosimme ja järjestelimme yhdessä. Leskisenoja (2019, 150) painottaa osallisuuden merkitystä osana

positiivista pedagogiikkaa. Kun lapset otetaan mukaan ja heidän osallisuuttaan tuetaan aidosti, jää itseasiassa enemmän aikaa välittävälle kohtaamiselle ja mahdollisuuksille nähdä lapsi arvokkaana ja erityisenä itsenään, jolla on kykyjä. Osallisuutta tukemalla parannetaan myös merkityksellisyyden kokemusta. (Leskisenoja 2019, 150.) Huomaan tämän käytännössä, sillä yhdessä lasten kanssa suunnitellessa tulee huomattua myös heidän vahvuuksiaan ja samalla pääsee mukaan lasten maailmaan. Aiempaan verrattuna tämä on lisännyt itselläni ymmärrystä ja kehittänyt omaa ajattelua.

Pohdimme ryhmän toimintaa myös yhdessä työkavereiden kanssa, ja pohdin millaisia tarpeita, tulisi yhdistää lasten askarteluun. Huomasin pohtivani, miten antaa lasten vaikuttaa askarteluun ja siihen, mistä aiheesta askartelu tehdään. Lapset ovat kiinnostuneet eläimistä, joten pohdin, miten selvitän lasten toiveet askarrelltavista eläimistä ja miten yhdistän lasten oppimisen tarpeet niihin. Kun aiemmin olisin ottanut vaan eläimen ja päättänyt, että tämä tehdään, päätinkin toimia eri lailla. Työkaverini totesi, että annetaan lapsille kolme vaihtoehtoa, joista he saavat valita. Mietin kuitenkin, miten lapsen osallisuus toteutuu, jos hän saa kuitenkin valita aikuisen määrittelemistä vaihtoehdoista? Tätä myös Leskisenoja (2019, 151) tuo esille; lasten osallisuus toteutuu silloin, kun lapsi saa aidosti vaikuttaa ja olla mukana prosessin eri vaiheissa ja päätöksenteossa. Kasvattaja tarvitseekin taitoa luopua ja hyväksyä lapset osaksi prosessia, jotta saadaan tilaa aidolle lasten osallisuudelle. (Leskisenoja 2019, 151.) Tein vielä muutoksia oppimisympäristöön, joiden toimivuutta kokeillaan huomenna. Sen jälkeen vuorossa oli vielä iltapäiväulkoilu, jonka jälkeen päiväkodin sulkeminen ja kotiinlähtö.

Torstai

Viikon toinen päivystysiltavuoro. Aamu alkoi ulkoilulla, jonka jälkeen oli vuorossa tempurata. Lounaalle mennessä olin jakanut lasten paikat ruokailussa uudelleen ja siirtänyt yhden pöydistä eri huoneeseen, jotta lapsia saadaan jaettua eri tiloihin ja ruokailu olisi rauhallisempaa. Käytäntö vaatii vielä totuttelua, mutta huomasin muutoksella yhden asian; aiemmin ruokailussa hiljaa olleet lapset avautuivat pienessä ryhmässä juttelemaan. Koin tehneeni oikean ratkaisun ja valinnat pöytäseurueeseen toiseen huoneeseen; ruokailutilanne rauhoittui, jolloin myös lasten olo oli levollisempi ja aiemmin varautuneet lapset kokivat olonsa turvallisemmaksi. Koin tehneeni ratkaisun, joka tukee aikuisen mahdollisuutta olla läsnä ja kuulla lapsen ajatuksia - ja samalla mahdollistaa merkityksellisyyden kokemusta. Tämä oli mielestäni konkreettinen esimerkki siitä, kuinka ajattelemalla asioita uudella tavalla voi oppia ja ymmärtää jotain uutta. Pitää uskaltaa tehdä myös sellaisia ratkaisuja, jotka poikkeavat aiemmin tehdystä - ne voivat yllättäen alkukankeuden jälkeen toimia.

Tänään oli myös tiimipäivä ja tänään oli tarkoitus käydä läpi struktuuria ja käytänteitä yhdessä. Tavoitteena oli parantaa arjen toimivuutta ja käydä läpi ongelmakohtia

ratkaisukeskeisesti. Opas (2013, 155) kuvaa seuraavasti tiimityötä ” Tiimin yhteisöllisyyden jatkuva kehitysprosessi edellyttää toimivaa reflektointia, joka on saavutettavissa sekä johtamisen että työntekijöiden oman ammatillisen kasvun kautta. Parhaimmillaan hyvä tiimityö auttaa työntekijöitä refleктоimaan omaa työtään. ja yhdessä toisten tiimin jäsenten kanssa keskustellen löydetään uusia ratkaisuja, miten ryhmässä kannattaa toimia.” Yhdessä saimme aikaan ratkaisuja, jotka toivottavasti osoittautuvat myös käytännössä toimiviksi. Huomasin myös oman roolini muuttuneen enemmän tiimiä johtavaksi ja osaamista kertyneen sen osalta. Arvostuksen ja merkityksellisyyden kokemus on tärkeää myös aikuisten kesken, eikä vain lapsille. Iltapäiväulkoilu sujui rauhallisesti, jonka jälkeen olikin jo aika sulkea päiväkotia ja lähteä itsekin kotiin.

Perjantai

Tällä viikolla viimeisenä oli vuorossa välivuoro. Päivä oli varsin rauhallinen, sillä useita lapsia oli erinäisistä syistä poissa päiväkodista. Tämä mahdollisti myös sen, että sain keskittyä niin lasten kanssa olemiseen kuin oppimisympäristönkin muodostamiseen. Olen tällä viikolla käyttänyt paljon työaikaani siihen, että saamme niin aikuisten toimintaan ja oppimisympäristöön tarvittavia muutoksia. Aamulla leikimme, puimme ja siirryimme ulkoilemaan. Iltavuoron tullessa töihin siirryin sisälle kirjoittamaan viikkokirjettä perheille sekä muokkaamaan oppimisympäristöä. Tavoitteena oli rakentaa yhteen remontissa olleeseen huoneeseen leikkitala, jotta arjessa pienryhmiin jakautuminen helpottuisi.

Raittila & Siippainen (2017, luku 17) korostaa pedagogisen oppimisympäristön muuttuvan jatkuvasti sen perusteella, miten aikuinen analysoi tilojen toimivuutta.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2018, 32) määrittelee oppimisympäristöksi niin fyysisen, psyykkisen kuin sosiaalisenkin ulottuvuuden mukaan. Kyse ei siis ole vain erilaisista leikkitaloista - vaan myös siitä, että oppimisympäristöä muokkaamalla voidaan vaikuttaa aikuisen mahdollisuuteen olla läsnä lapselle, huomata hyvä ja mahdollistaa lapselle kokemus itsestään osaavana ja arvokkaana.

Saimme käyttöön uuden leikkitalan, jossa huomasin pystyväni pienryhmän kanssa keskittymään toimintaan ja ennakoimaan tilanteita eri lailla kuin aiemmin. Helposti tulistuvan lapsen toimintaa pystyi ennakoimaan, tunteita tukemaan ja pysäyttämään tunnekuohua. Pelkästään suunnitelluilla tiloilla on siis paljonkin merkitystä siihen, miten aikuinen pystyy toimimaan lapsiryhmässä. Koin onnistumista siitä, että olin saanut rakennettua toimivan kokonaisuuden - vaikkakin osaaminen oppimisympäristön fyysisen osuuden muokkaamisessa vaatii vielä paljonkin kehittymistä, on pienet onnistumiset motivoivia. Pienillä muutoksilla ympäristössä voi kuitenkin olla positiivisia vaikutuksia. Tänään oli vuorossa myös opettajien pedagoginen kokous, jossa oli mukana myös päiväkodin johtaja ja varajohtaja. Sattumalta myös tässä oli aiheena tilat ja lapsiryhmien muodostaminen seuraavalle vuodelle. Päivästä meni siis iso osa

poissa lapsiryhmästä, mutta iltapäivällä oli vielä pienen hetken mahdollisuus, jonka käytin olemalla mukana lasten leikeissä sen aikaa, kunnes siirryimme iltapäiväulkoiluun ja itse lähdin kotiin viikonlopun viettoon.

Viikkoanalyysi

Tällä viikolla tavoitteena oli lisätä lasten merkityksellisyiden kokemuksia. Huomasin hyvin äkkiä miettiväni asiaa hyvinkin moniulotteisesti; miten vaikuttaa toimintaan niin, että lapsiryhmässä merkityksellisyttä parantaa myös niin fyysinen, psyykinen kuin sosiaalinenkin ympäristö? Eli kyse ei olekaan pelkästään siitä, että itse huomion ja arvostan lasta ja lisään merkityksen kokemusta, vaan onkin tarpeen pohtia, miten kokonaisuutena luon lapsiryhmästä sellaisen, että lapsen saama kokemus ei ole riippuvainen vain siitä, että minä itse huomaan hyvän. Pienillä teoilla onnistuin luomaan ympäristöön enemmän mahdollisuuksia kaikille aikuisille kohdata yksittäinen lapsi ja huomata onnistumiset lapsen toiminnassa. Paljon pyrin myös keskustelemaan muiden ryhmässä työskentelevien kanssa ja sillä tavalla vaikuttamaan lasten kohtaamiseen. Erilaisten oppimisympäristöjen rakentaminen vaatii vielä harjoitusta, mutta tämä oli mielestäni jo hyvä alku.

Leskisenoja (2019, 156) onkin kuvannut osuvasti ”Positiivisen pedagogiikan tavoitteena on huomata lapsessa hyvä ja osoittaa se lapselle itselleen ja vanhemmille.” Myös monet filosofit ja kasvattajat, kuten Aristoteles, John Dewey ja Maria Montessori painottavat nimenomaan hyvän huomaamisen ja empatian tärkeyttä lasten kasvattamisessa (Leskisenoja 2019, 156.) Näitä taitoja kehitimme lasten kanssa yhdessä Ympyräisten satukirjojen avulla sekä ihan käytännössä - pyrimme huomaamaan lasten kesken hyviä tekoja ja siitä tulevaa hyvää mieltä. Toisaalta harjoittelimme käytännössä myös empatiaa ja toisen asemaan asettumista, joita aikuisen tuella sanoitettiin ikävissä tilanteissa. Eniten olen itse positiivisen pedagogiikan avulla oppinut nimenomaan erilaisista tunnetaidoista ja niiden tukemisesta. Ei ole olemassa huonoja tai vääriä tunteita, vaan on erilaisia tapoja käsitellä tunteita ja tilanteita.

Merkityksellisyiden kokemukseen vaikuttaa paljon myötätunto ja empatia muita kohtaan. Avola & Pentikäinen (2020, 252) tuovat esille sen, että siihen, kuinka itsekäs tai myötätuntoinen ihminen onkaan, vaikuttaa paljon myös ympäristö ja kasvatus lapsuudessa. Ihmiselle on luontaista välittää muista kuin itsestään, mutta kaltoinkohtelu voi hyvinkin muuttaa tätä puolta. Myötätuntoa voi kuitenkin oppia ja näin parantaa hyvinvointiaan. Frank Martela on erityisesti korostanut sitä, että hyvinvointia tukee eniten yhteys toisiin ihmisiin sekä merkityksellisyiden kokemus enemmän yhteisöllisestä näkökulmasta. (Avola & Pentikäinen 2020, 252.) Lasten merkityksellisyiden kokemusta ei siis paranna tai kehitä vain se, miten huomioidaan lapset yksilöinä, vaan myös lapsiryhmän yhteisöllisyyden tunteen kehittäminen on tärkeää.

Lasten vahvuuksiin keskittyminen jäi ehkä pienemmälle kuin alun perin ajattelin. Paljon aikaa menikin yllättäen niin tiimityön kuin ympäristönkin kehittämiseen sen sijaan. Toisaalta, vaikka viikko menikin eri lailla kuin alun perin ajattelin, vahvistui lasten merkityksellisyyden kokemus kuitenkin. Tämä myös korostaa hyvin sitä, mitä työ varhaiskasvatuksessa käytännössä on - erilaisten suunnitelmien jatkuvaa muokkaamista ja kehittämistä joskus vähän lennostakin sen mukaan, mikä onkaan toimivinta. Aina kaikki suunniteltu toiminta ei vain toimi lapsiryhmässä syystä tai toisesta - tällä viikolla tällaiseksi osoittautui lasten vahvuuksiin keskittyminen isommin. Aihetta käsiteltiin, mutta se ei noussut lasten keskuudessa innostusta nostavaksi, jolloin oli kasvattajana vaihdettava suunnitelmaa. Ympäristön muokkaus vaikuttikin enemmän siihen, että lapsilla oli mahdollisuus läsnä olevaan aikuiseen ja saada palautetta onnistumisesta ja kuulla olevansa merkittäviä ja arvokkaita.

4.6 Viikko 6: PERMA-teoria: Saavutukset

Viikkosuunnitelma

Tällä viikolla on vuorossa PERMA-teorian viimeinen kirjain A eli accomplishment, eli suomeksi saavutukset. Leskisenoja (2019, 183) kuvaa seuraavasti ”Saavuttamisella tarkoitetaan oppimista, onnistumista ja voittamista sekä lapselle itselleen merkityksellisten tavoitteiden ja asioiden nimeämistä ja saavuttamista.” Käytännössä tällä viikolla siis tavoitteena on yhä enemmän huomioida onnistumisia sekä vahvistaa sinnikkyyttä ja tarjota lapsille erilaisia tähtihetkiä. Jatkamme siis käytännössä sen tavoittelemista, että lapsissa nähdään hyvää ja sitä myös heille sanoitetaan. Paino kuitenkin vaihtuu siten, että lapsen sinnikkyyttä ja tavoitteisiin pyrkimistä kannustetaan, jolloin vahvistetaan lapsen kokemusta omasta pystyvyydestään. Tähän tavoitteeseen päästäkseni hyödynnän Leskisenojan (2017 & 2019) teoksia positiivisen pedagogiikan työkalupakki ja positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa.

Maanantai

Viikko lähti käyntiin välivuorolla. Osa lapsista oli vielä syömässä, kun siirryimme jo aamupalan syöneiden lasten kanssa toiselle puolelle. Sain apulaisia siivoamaan ja viemään tavaroita paikalleen. Tämän jälkeen osa lapsista sai pelata ennen uloslähtöä tabletilla - olemme ottaneet mediakasvatuksen osaksi arkea ja tabletilla lapset saavat jokainen maksimissaan 5 minuuttia kerrallaan pelata muutamia kertoja viikossa. Tabletti kuitenkin aiheuttaa usein riitaa ja oman vuoron odottamisessa on usein haasteita. Tämä johtaa usein pettymyksiin. Leskisenoja (2017, 159) kuvaa sitä, kuinka lapsi joutuu väistämättä elämässään kohtaamaan pettymyksiä. Tämän vuoksi onkin tärkeämpää harjoitella pettymyksistä selviytymistä niistä vahvistumista, kuin vältellä pettymyksen kokemusta. (Leskisenoja 2017, 160.)

Ryhmässämme käsitellään pettymyksen kokemuksia aikuisen tuella; sanoittamalla tunteita ja antamalla jokaisen kokea ne omalla tavallaan. Joku haluaa omaa tilaa raivolleen, toinen haluaa syliin. Mutta jokaista tilannetta yhdistää se, että aikuinen on saatavilla ja auttaa lasta tunteen yli. Tänään koin tilanteen, jossa pitkäjänteinen tunteiden sanoittaminen ja pettymyksissä tukeminen näkyi käytännössä; lapsi koki pettymystään oman aikansa, kunnes käveli luokseni ja totesi ”nyt se pettymys meni ohi eikä enää harmita.” Tämän tilanteen koin osoituksena siitä, että pitkäjänteisyys on todella kannattanut ja antanut itselleni kokemuksen saavuttamisesta kasvattajana.

Lapset siirtyivät ulkoilemaan ja itse pidin suunnittelu-aikaa. Tein portfolioa, tarkistin sähköpostit ja päivitin leikkitaluun kuvia. Jatkoin oppimisympäristön muokkaamista. Lapset tulivat sisälle juuri piirihetkelle, jonka pidin. Tänään vuorossa oli tunnetaitosatu, jonka lomassa keskustelimme lasten kanssa nimenomaan kiukun kokemisesta ja sen kanssa toimimisesta. Lauloimme lasten toivelaululeikkejä ja jokainen sai kertoa piirissä kiertävälle apinalle kuulumisiaan. Tämän jälkeen siirryimme lounaalle ja lepoa hetkelle, jonka jälkeen itse menin työyhteisön kokoukseen. Huomasin kokouksen jälkeen, että varsinainen aika tänään lapsiryhmässä jäi melko lyhyeksi, mutta koin silti edistäneeni tänään tärkeitä asioita. Iltapäivällä vietimme ennen ulos siirtymistä hetken sisällä, jonka ajan pystyin keskittymään vain lasten kanssa olemiseen. Sitten olikin jo aika lähteä ulos ja tuli kotiinlähden aika.

Tiistai

Tänään olikin vuorossa aamuvuoro. Aamupalalla kävimme mielenkiintoisia keskusteluja, jonka jälkeen siirryimme ulkoilemaan. Ryhmässä lasten taidot ovat hyvinkin eritasoisia; toiset ovat nopeita ja omatoimisia pukeutumisessa, kun taas osa on varsin epävarmoja omista taidoistaan ja sanoittavat sitä sanoen ”en osaa”. Olen tarkoituksella koko kauden ajan sanonut näille lapsille, että vaihdetaan ”en osaa” muotoon ”minä osaan”, mutta vain silloin kun olen ollut täysin varma, että ”en osaa” tulee lapsen epävarmuudesta omia taitojaan kohtaan. Tänään ensimmäistä kertaa yksi näistä lapsista sanoi itse, että ”minä osaan” ja puki hymy kasvoiltaan vaatteet. Tartuin tähän pieneen hetkeen ja iloitsimme yhdessä.

Leskisenoja (2017, 161) tuo esille sen, millainen merkitys nimenomaan positiivisella ja kannustavalla sisäisellä puheella on lapselle. Sisäinen puhe vaikuttaa lapsen sinnikkyteen ja resilienssiin, joka opettaa lasta selviämään vastoinkäymisistä ja pettymyksistä. Positiivinen sisäinen puhe voi vaikuttaa paljon parantavasti suoritukseen erilaisissa tilanteissa. (Leskisenoja 2017, 161.) Resilienssi tarkoittaa siis käytännössä sitä, millainen kyky ihmisellä on kohdata vastoinkäymisiä ja sopeutua niihin. Olen halunnut tukea lasten sinnikkyyttä ja uskoa omiin kykyihinsä. Toisena vaihtoehtona ”en osaa” lauseen tilalle olemme harjoitelleet mm. ”tarvitsen apua” tai ”minä harjoittelen”. Tarkoituksena on ollut kääntää ”en osaa” lause positiiviseen muotoon. Olen huomannut itsestäni, että positiivisella sisäisellä puheella voi olla

valtava vaikutus - oli kyse sitten millaisesta tilanteesta tahansa. Se on taito, jota toivon voivani opettaa myös lapsiryhmässäni.

Aamu-ulkoilun jälkeen pidimme soittimien kanssa lauluhetken ja piirin. Kävin lasten kanssa keskustelua ja ideoimme yhdessä seuraavan askartelun - lapset toivoivat kettua, oravaa ja karhua. Keskustelun pohjalta suunnittelin sellaisen askartelun, jossa yhdistyy nämä lasten toivomat eläimet ja ryhmän pedagogiset tavoitteet. Tein mallin, jolla testasin, toimiiko idea käytännössä ja valmistelin askartelun huomista varten valmiiksi. Selasin sähköpostit ja kävin läpi hyve-materiaalia. Hyve-materiaaliin kuuluu vanhemmille jaettava keskustelupohja, jossa on tiivistetty normaali 4-vuotiaan kehitys sekä mahdolliset tuen tarvetta vaativat huomiot. Ennen keskustelua niin kasvattaja kuin vanhempikin voivat miettiä lapsen tilannetta materiaalin avulla. Välipalan jälkeen menin pienryhmän kanssa leikkimään kotileikkitalaan, jossa lapset saivatkin hyvän leikin aikaiseksi. Tämän jälkeen siirryimme vessan kautta pukemaan ja avustin lapset ulos asti välivuoron kanssa, jonka jälkeen työpäivä jo loppuikin.

Keskiviikko

Tänään oli vielä viikon toinen aamuvuoro. Aloitin työpäivän vastailemalla vanhempien tekstiviesteihin ja päivittämällä tietoja tietokoneelle. Aamupalan jälkeen suuntasimme taas ulkoilemaan. Huomasin tänään, että sisäisen puheen muokkaaminen on taas vaikuttanut; tänään ei kuulunut ”en osaa” vaan ”minä harjoittelen” useamman lapsen toimesta. Selkeästi positiivisuuden, vahvuuksien ja myötätunnon harjoittelu on kehittänyt toimintaa, ja sillä on ollut lapsiryhmään vaikutusta, jota näkyy pienissä hetkissä vähän kerrallaan. Lapset sanoittavat usein myös toisilleen ”ei se haittaa, sinä harjoittele” kun joku asia ei onnistu ensimmäisellä kerralla.

Vietin hetken lasten kanssa ulkona, jossa liikuimme erilaisin keinoin; välillä kävellen, hiipien tai pomppien. Piha oli vielä liukas, joka rajoitti tapoja liikkua. Lähdin ulkoilusta sisälle valmistelemaan lasten toivomaa eläinaskartelua. Piirsin valmiiksi pohjat, joiden mukaan leikataan ja laitoin saksen ja liimat valmiiksi pöydälle. Tämän jälkeen hain pienryhmän lapsia askartelemaan. Leikkaaminen oli osalle lapsista haastavaa ja toisille helpompaa - tässäkin keskityimme siihen, että sinnikkäästi yrittämällä ja yhteistyöllä saadaan askarrettua. Tärkeää oli saada onnistumisen kokemuksia sinnikkydestä. Osa lapsista menetti hermonsa saksien kanssa, jota seurasi heidän omasta tahdostaan hetken tauko - rauhoittumisen jälkeen jatkettiin ja lapset olivatkin erityisen ylpeitä siitä, että saivat valitsemansa eläimen valmiiksi kaikesta huolimatta. Myös keuhut sinnikkydestä ja siitä, että tuli jatkamaan askartelua saivat lapsille hyvän mielen ja ison hymyn.

Iltapäivällä rakensimme vielä yhdessä lasten kanssa seinälle maiseman. Tällä kertaa tein itse ruohikon ja puun, ja laitoimme eläimet seinälle esille. Lapset olivat toivoneet kettuja ja oravia, joten niitä löytyi lopulta monta seinältä. Lapset myös olivat ylpeitä askarteluistaan

seinällä ja kommentoivat ”tossa on mun kettu” ja esittelivät niitä kaikille. He kokivat ylpeyttä siitä, että olivat askarrelleet ja leikanneet eläimet ihan itse. Tämä sai itseni ajattelemaan, kuinka paljon voisimme oppia aikuisinakin siitä, miten pienestä voi lapsena olla ylpeä ja vieläpä ihan aiheesta. Ketut ja oravat olivat kaikki erilaisia, mutta silti onnistuneita. Enemmän pitäisi aikuisinakin osata olla ylpeä omasta osaamisestaan, vaikka se ei aina näyttäisi siltä miltä haluaisi. Toivon, että osa lasten kokemasta ylpeydestä ja saavutuksen tunteesta tarttuu vielä itseeni.

Torstai

Tänään jouduin henkilökohtaisten syiden vuoksi jättämään työpäivän väliin ja jatkamaan työpaikalla saavutusteeman parissa huomenna. Tarkoituksena oli tänään lasten kanssa pitää jumppahetki ja huomata siellä lasten onnistumisia ja oppimista. Torstaisin olisi myös tiimin palaveripäivä, jolloin käymme yhdessä tärkeitä asioita läpi. Päätin kuitenkin tällä kertaa pohtia enemmän saavuttamista ja mitä kaikkea siihen liittyy. Avolaisen & Pentikäisen (2020, 275) mukaan saavuttamisen edellytyksenä on myös itsensä johtamisen taidot.

Avolan ja Pentikäisen (2020, 275) mukaan saavuttamista voi kuvailla seuraavasti ”Jotta ihminen voi saavuttaa ja ponnistella periksiantamattomasti tavoitteitaan kohti, hänen tulee osata johtaa itseään.” Kun pohdin omaa työtäni ja siinä kehittymistä, tuntuu tuo lause kuvailevalta. Kaikki lähtee siitä, että osaan johtaa itseäni ja työtäni, kaikki muu tulee sen jälkeen. Itsensä johtaminen on haastavaa, mutta mahdollista ja se vaatii paljon itsetuntemusta ja ymmärrystä. Pitää olla valmis myöntämään olevansa välillä väärässä ja luoda kompromisseja. Tämä pätee myös lapsiin; ei voida automaattisesti odottaa, että kaikki pystyvät saavuttamaan uusia taitoja tai tavoitteita, jos heillä ei ole siihen vaadittavia taitoja. Miten lapsi voisikaan oppia ja voida hyvin, jos hänellä ei ole itsellään käytössä välineitä siihen?

Carol Dweck on tehnyt tutkimuksia nimenomaan asenteen vaikutuksesta oppimiseen. Tutkimuksen mukaan tärkein asia oppimisen taustalla ei olekaan geenit, vaan lapsen oma asenne. Tärkeää onkin saada lapselle ns. kasvun asenne, joka tukee oppimista. Kasvun asenteen omaava lapsi kokee, että hänellä on mahdollisuuksia kehittyä ja saavuttaa asioita harjoittelemalla. Kasvun asenne on nimenomaan itseluottamusta ja uskoa omiin kykyihin. (Trogen 2021, 149-151.) Tämän vuoksi kasvattajan on tärkeää ymmärtää, että lapsen taidot johtaa itseään ja asenne sekä itseluottamus ovat isossa osassa siinä, miten lapsi toimii päiväkodin lapsiryhmässä. Näitä taitoja kehittämällä parannetaan myös lapsen hyvinvointia.

Perjantai

Tänään menin vielä viikon viimeiseen iltavuoroon. Lapset olivat ulkoilemassa, kun saavuin töihin ja pidin alkuun suunnitteluaikaa. Suunnitteluaikana kävin läpi sähköpostit ja vastasin vanhemmille, valmistelin ensi viikkoa, tein portfolioa ja kirjasin viikon aikana tapahtuneita vanhemmille viikkokirjeeseen. Tarkoitukseni olisi pitää vielä kevään aikana tammikuussa aloittaneille lapsille vasu-keskusteluja ja keväällä 4 vuotta täyttävillä hyve-keskusteluja. Vasut eli lasten varhaiskasvatussuunnitelmat ovat pohja sille, miten ryhmässä suunnitellaan ja toteutetaan pedagogista toimintaa. Varhaiskasvatuslain (540/2018) 23§ määrittelee, että varhaiskasvatussuunnitelma on tehtävä jokaiselle lapselle, jotta päiväkodissa voidaan toteuttaa kasvatusta, opetusta ja hoitoa. Varhaiskasvatuslain (540/2018) 23§ mukaisesti varhaiskasvatussuunnitelmaan kirjataan tavoitteet ja toimenpiteet tavoitteisiin pääsemiseksi, jotka tukevat lapsen kehitystä, oppimista ja hyvinvointia.

Valmistelin suunnitteluajalla myös lasten hyve-keskusteluja. Keskustelun tueksi on olemassa lomake, johon voi ennen keskustelua kirjata muistiinpanoja ja lomakkeessa on tietoa siitä, millainen tyypillinen 4-vuotias on ja mistä piirteistä voi nousta huoli. Hyve-mallissa keskustelu on jaettu neljään alakategoriaan, kuten tunne-elämän kehitys, sosiaaliset taidot ja leikki, tarkkaavaisuus, ajattelu ja muisti, kielellinen kehitys sekä motoriset taidot ja omatoimisuus. (Helsinki 2011). Käytännössä tätä pohjaa ja lomaketta olen pyöritellyt pohtiessani hyve-keskustelujen sisältöä ja mitä niissä olisi tärkeää nostaa esille. Lapsia oli tänään paikalla vähemmän, joten minulla oli mahdollisuus käyttää enemmän aikaa kirjallisiin töihin. Portfoliosta huomasin, että lasten saavutuksia tulee herkästi kuvattua ja laitettua siihen esille. Olin vasta iltapäivällä käytännössä lapsiryhmässä ja ennen ulkoilua oli hieman aikaa keskittyä lasten kanssa leikkiin sisällä. Monet lapset haettiin tänään aiemmin, joten ulkoilussa aika meni kuulumisten kertomiseen ja vanhempien kohtaamiseen, jonka jälkeen olikin jo aika siirtyä viikonlopun viettoon.

Viikkoanalyysi

Tällä viikolla tavoitteena oli keskittyä saavutuksiin ja sinnikkyden lisäämiseen lapsiryhmässä. Viikko on lyhyt aika tavoitteiden saavuttamiseksi, joten otin tähän teemaan yhdeksi näkökulmaksi sen, miten koko vuonna sinnikkäästi tehty työ on tuonut saavutuksia ja onnistumisia niin itselleni kuin lapsillekin. Pääpaino olikin hyvän ja onnistumisten huomioimisessa ja sanoittamisessa. Olen kuluneiden viikkojen aikana kiinnittänyt paljon huomiota siihen, kuinka herkästi negatiivisuus valtaa ilmapiiriä niin työyhteisössä kuin lastenkin kesken. Positiivisiin asioihin huomion kiinnittäminen vaatii enemmän työtä ja varsinkin silloin, jos muut eivät sitä sanoita. Lastenkin osalta huomasin monta asiaa, joita vertasin vaikkapa kuukauden tai parin takaiseen; positiivisuus tarttuu, kunhan sille antaa mahdollisuuden.

”Seligmanin mukaan saavuttaminen on merkityksellinen ja itsenäinen hyvinvoinnin osatekijä. Suoriutuminen, menestyminen ja onnistuminen ovat arvokkaita ja tavoiteltavia asioita sellaisenaan ja ilman, että ne ovat yhteydessä muihin hyvinvoinnin elementteihin.” (Leskisenoja 2017, 56.) PERMA-teoriassa lähtökohtana on se, että kaikki saavuttamista edeltävät osatekijät lisäävät ja parantavat mahdollisuuksia suoriutua ja saavuttaa tavoitteita. Kokonaisuutena PERMA-teorian jokainen osaa tukee toistaan ja kaikki vaikuttavat koettuun hyvinvointiin. Erityisesti saavuttamisen kohdalla yhteys hyvinvointiin on kaksisuuntainen; saavuttaminen parantaa hyvinvointia ja hyvinvointi edistää saavutuksia. (Leskisenoja 2017, 56-57.) PERMA-teoria toimiiikin parhaiten, kun huomioidaan kaikki sen osa-alueet, vaikkakin osa-alueita on mahdollista soveltaa ja hyödyntää joustavasti. Huomasin näiden viikkojen aikana PERMA-teorian olevan hyvin monipuolinen, mutta silti viikkojen edetessä aiempi viikko tuki seuraavaa.

Huomasin myös aiempaa enemmän kiinnostäväni huomiota siihen, miten ja millaisista asioista lapsia kehuin ja huomioin. Jos aiemmin keskityin siihen, että kiitin ja kehuin lopputuloksesta, muutin omaa puhetapaani ja kehumistani niin, että lasten sinnikkyys ja yrittäminen tuli huomioitua aiempaa enemmän. Jos vaikka aiemmin olisin sanonut ”hienoa, että laitoit kengät itse” muutinkin sen tällä viikolla muotoon ”olipa kiva, kun jaksoit yrittää ja onnistuit laittamaan kengät itse!”. Muutos oli pieni, mutta muutti lasten suhtautumista omiin taitoihinsa. Leskisenojan (2017, 166) mukaan lapsen itsetunnon suotuisan kehityksen kannalta on olennaista, että lasta kehuaan nimenomaan hänen toiminnastaan ja palaute tulee aidosta onnistumisesta. Positiivinen palaute auttaa lasta ymmärtämään, että sinnikkyys johtaa saavuttamiseen ja menestykseen. Kun palaute kohdistuu nimenomaan lapsen ponnisteluihin jonkin asian eteen, se saa aikaan enemmän mielihyvää ja kannustaa sinnikkyyteen. (Leskisenoja 2017, 166.)

Huomaan tällä hetkellä paljon tasapainottelevani niin kirjallisten töiden kuin lapsiryhmässä työskentelyn kanssa. Olen kuitenkin oppinut myös kunnioittamaan lapsiryhmästä irrallista aikaa, sillä se usein tukee arjen sujumista ja työskentelyä lapsiryhmässä. Tämä parantaa uudella tavalla läsnäolon laatua lasten kanssa - silloin kun olen lasten kanssa, olen enemmän läsnä. Koen omana henkilökohtaisena saavutukseni sen, että olen oppinut tasapainoilemaan näiden kahden asian välillä ja arvostamaan molempia yhtä paljon. Olen oppinut tunnistamaan omia vahvuuksiani, jotka kehittävät työtäni eteenpäin - huomaan osaavani aiempaa enemmän itsekin sanoittaa epävarmuutta sekä muita tunteita ja pohtia, sekä pyytää tukea ja apua asioihin, joita en välttämättä itse koe osaavani. Aiemmin koin valtavasti tarvetta pärjätä kaikessa yksin, enkä pyrkinyt hakemaan ammatillista tukea muilta, joka varmasti hidastutti ammatillista kasvuani. Kehityskohteita on toki edelleen, mutta tämä on omalta osaltani hyvin konkreettinen saavutus.

4.7 Viikko 7: Resilienssi

Viikkosuunnitelma

PERMA-teorian monet kohdat vaikuttivat positiivisesti resilienssiin eli suomeksi toipumiskykyyn. Kuitenkaan teoriassa ei huomioitu tätä yksittäisenä teemana, joten päätin tällä viikolla jatkaa sen parissa. Positiiviseen pedagogiikkaan kuuluu kuitenkin myös negatiiviset tunteet ja niistä selviäminen, joten mielestäni tämäkin oli tärkeä osa käsitellä. Trogenin (2021, 176) mukaan resilienssi on kykyä selviytyä vaikeista tunteista. Esimerkiksi Karen Reivichin näkemyksen mukaan resilienssi on taitoa päästä yli vastoinkäymisistä ja kokea ne kasvattavina. Michele Tugade ja Barbara Fredrickson ovat samoilla linjoilla ja kuvaavat resilienssiä taidoksi ponnahtaa takaisin negatiivisista tunteista ja kyvyksi sopeutua stressaaviin tilanteisiin. (Trogen 2021, 176.) Tällä viikolla tavoitteena on siis vahvistaa lasten toipumiskykyä ja negatiivisiin tunteisiin suhtautumista. Konkreettisesti tavoitteena on opettaa lapsille keinoja selviytyä negatiivisten tunteiden kanssa. Tämän tukena hyödynnän esim. Trogenin (2021) kirjaa positiivinen kasvatus.

Maanantai

Trogen (2021, 175) on lainannut mielestäni erittäin osuvan Susanne Tuckerin lauseen ”Mitä jos koko tälle sukupolvelle ”lopeta itkeminen” muuttuisi muotoon ”minä kuuntelen”. Vanhat tavat saattavat pysyä kauan ja olen omalla työurallanikin kokenut tilanteita, jossa kasvattaja ei välttämättä aina ole sensitiivinen lapsen tunteille. Näissä tilanteissa on usein kuulunut tokaisuja ”älä itke” tai ”isot lapset eivät itke”. Nämä tilanteet kertovat enemmän aikuisesta kuin lapsesta - onneksi toimintakulttuuri muuttuu. Tänään menin itse töihin välivuoroon. Haasteena oli tänään se, että lapsia oli vain n. puolet ryhmästä paikalla. Tällöin usein ryhmästä mennään muualle auttamaan, mutta tällä kertaa sellaista tarvetta ei ollut, joten keskityin ison osan työpäivästäni tekemään kirjallisia töitä.

Aamupäivän ajan olin pois lapsiryhmästä ja valmistelin askarteluja, vastasin sähköposteihin ja suunnittelin tulevaa viikkoa. Tarkoituksena oli tehdä retki tällä viikolla, mutta lasten runsaiden poissaolojen vuoksi suunnittelu oli haastavaa eikä lopulliseen tulokseen päästy vielä. Suunnittelin ensi kuulle toimintaa ja teemaa. Kirjasin valmiiksi vasu- ja hyve-keskusteluihin omia havaintojani koneelle. Näissä huomaan heti harjaantuneeni ja oppineeni paremmaksi; vasuissa ja hyveissä pääsääntöisesti pääpaino on lapsen vahvuuksissa ja haasteiden suhteen tärkeää on ratkaisukeskeisyys. Huomaan, että aiempaa helpommin osaan muokata haasteetkin sellaiseen muotoon, että ne ovat ratkaistavissa ja tuodaan positiivisen kautta esille. Tätä taitoa olen usein itse muissa opettajissa ihaillut.

Iltapäivällä olin läsnä lapsiryhmässä. Huomasin eräällä lapsella olevan vaikeaa herätä päiväunien jälkeen ja hän makasi maassa. Joskus lapsi voi haluta olla rauhassa, mutta

kyseisen lapsen kohdalla osasin arvata hänen tarvitsevan enemmän aikuisen tukea, joten menin hänen luokseen ja kysyin, haluaako hän tulla syliin. Hän istui hetken sylissä ja nimesin tunteita ja hän sai heräillä ja kokea harmituksensa rauhassa. Trogen (2021, 178) mukaan lapsen itsesäätely ja tunnetaidot kehittyvät parhaiten aikuisen avulla, silloin kun aikuinen auttaa ja säätelee tunteita yhdessä lapsen kanssa. Näissä tilanteissa usein auttaa se, että tuntee lapsen, jotta osaa auttaa lasta pääsemään tunteesta yli hänelle sopivalla tavalla. Iltapäivällä teimme vielä yhdessä muutaman lapsen kanssa askartelun, jonka jälkeen lähdimmekin ulos. Huomenna on tarkoitus taas jatkaa resilienssin vahvistamisen pohtimista.

Tiistai

Tänään oli vuorossa viikon toinen välivuoro. Tällä kertaa oman ryhmän lapsia oli paljon vielä poissa, joten siirryin tekemään vuoroni kokonaan toiseen päiväkotiin. Autoin ensin oman ryhmäni ulkoilemaan, jonka jälkeen siirryin toiseen päiväkotiin alle kolmevuotiaiden lasten ryhmään. Ryhmän vaihdos vähän sekoitti suunnitelmiani, mutta päätin ottaa tämän mahdollisuutena päästä havainnoimaan pienten lasten kykyjä näyttää negatiivisia tunteita. Toki itselle täysin vieraiden lasten kanssa havainnoiminen saattaa olla haastavaa, sillä usein varsinkin pienet tukeutuvat tuttuun aikuiseen ja vierastavat herkästi.

Uuteen lapsiryhmään hypätessäni päätin panostaa ensisijaisesti omaan sensitiivisyyteeni ja läsnäoloon. Ahonen (2017a, 72) mukaan sensitiivisyydellä tarkoitetaan aikuisen kykyä tunnistaa lapsen erilaisia tunnetiloja ja taitoa ymmärtää lapselle tärkeitä tilanteita, asioita ja tunteita. Sensitiivisesti toimiva aikuinen arvostaa lasta, on kiinnostunut ymmärtämään ja tukemaan tunteiden käsittelyssä ja haluaa tukea lapsen mahdollisuutta tulla kuulluksi. Sensitiivisyys on pääsääntöisesti kohtaamiseen panostamista, empaattisuutta ja lämmön tuomista aikuisen ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. (Ahonen 2017a, 72.) Sensitiivisyydellä voidaan kannatella vieraidenkin lasten tunnetiloja, joka taas tukee osaltaan myös heidän resilienssin syntyä ja kehittymistä.

Konkreettisesti huomasin sensitiivisen lähestymistavan toimivan nukkumishetkellä. Eräällä lapsella oli vaikeuksia rauhoittua ja hän ei lähtökohtaisesti vierastanut outoa aikuista, joten menin hänen viereensä sanoittamaan tunteita ja tilannetta lapsen tasolle ymmärrettävästi. Pyrin omalla rauhallisuudella ja pehmeällä äänensävyllä asioiden sanoittamisella auttamaan myös lasta rauhoittumaan. Kysyin lapselta saako häntä silittää ja lopulta lapsi nukahhti. Sain ryhmän omalta aikuiselta positiivista palautetta, joka toi myös itselleni tunteen onnistumisesta. Olen kasvattajana hyvin rutiineihin ja omaan ryhmään kiintynyt, jolloin hyppy muualle tuntuu aina erityisen haastavalta - en pidä yllättävistä muutoksista suunnitelmiin. Huomasin kuitenkin tänään kehittyneeni myös tässä asiassa, joka oli positiivista. Huomenna kuitenkin olisi edessä paluu omaan ryhmään ja resilienssin pohtiminen siellä.

Keskiviikko

Tänään oli vuorossa aikainen aamuvuoro. Tämä tarkoitti käytännössä sitä, että ennen ensimmäisen lapsen saapumista päiväkotiin oli aikaa rauhassa valmistella päivää. Tänä aamuna käytin tätä aikaa siihen, että valmistelin jo ensi kuussa tarvittavia materiaaleja valmiiksi. Otin vastaan myös ilmoituksia lasten poissaoloista ja merkkasin niitä ylös tietokoneelle. Valmistauduin aika lailla rauhassa tulevaan työpäivään. Moni lapsi palasi tänään jo päiväkotiin, joten toimintaa oli myös helpompi suunnitella. Aikaa riitti myös viikon tavoitteen pohdintaan; mietin, miten yksilöllistä jokaisen lapsen resilienssi eli toipumiskyky on ja miten se eri lapsilla näkyy. Trogenin (2021, 176) mukaan resilienssiin vaikuttaa raskausaika kuin myös syntymän jälkeiset ympäristötekijät, joka selittää vahvasti sitä, että joillain lapsilla resilienssi on erilainen kuin toisilla.

Tämä näkyy käytännössä lasten tapoina reagoida erilaisiin tilanteisiin; usein resilienssin hallinta näkyy konkreettisimmin nimenomaan rajoja asettaessa tai pettymyksen sietokyvyssä. Oman lapsiryhmäni kanssa näitä taitoja harjoitellaan joka päivä. Työ on hyvin pitkäjänteistä ja lasten kehittyminen näkyy vasta pidemmän ajan kuluessa. Itse huomaan jo alkuvuoden aikana tapahtuneen kehitystä. Huomaan itse aiheeseen perehtymisen ja käytännön kokemuksen lisänneen omaa ammatillista osaamista, joka näkyy työssä. Eniten kehitystä on tapahtunut nimenomaan ajattelussa ja lasten tunteiden ymmärtämisessä, jonka on voinut tuoda omaan toimintaan mukaan. Käytännössä tämä näkyy tilanteiden ennakoitina ja osaamisena havainnoida tilanteissa sitä, mistä mahdollisesti lapsella tunnekuuhu voisi alkaa. Koen, että tästä on hyvä jatkaa eteenpäin.

Torstai

Viikon toisen aikaisen aamuvuoron aika. Aloitin aamuvuoroni tehokkaasti siirtelemällä pöytiä ja järjestelemällä ruokailutilaa. Vaikka yhdessä pöydässä eri tilassa oli hyvät puolensa, oli käytännön kannalta kuitenkin parempi siirtää pöytä takaisin ruokailutilaan ja panostaa aikuisten läsnäoloon ja muihin käytänteisiin ruokailutilanteissa. Tähän sitouduimme koko tiimin kanssa, kun päätimme pöydän siirtämisestä. Sekaannusta aiheutti myös se, että lasten nimetyt tuolit tuntuivat liikkuvan aina eri paikoille, jolloin lapset menivät sekaisin paikoistaan. Osalle lapsista oma paikka on erittäin tärkeä ja tapa tunnistaa se oli nimenomaan nimetty tuoli, joten tuolin siirtyminen aiheutti turhan pettymyksen varsinkin niille lapsille, joilla toipumiskyky tarvitsee aikuisen tukea. Teinkin lapsille pöytään myös nimilaput, joihin laitettiin lapsen toivoman eläimen kuva. Näitä nimilappuja laitoin paikalleen aamulla.

Tullessaan aamupalalle lapset olivat innoissaan omista nimilapuistaan ja niissä olleista eläimistä. He muistivat hyvin itsekin, minkä eläimen olivat aiemmin toivoneet ja olivat selkeästi iloisia siitä, että heidän toiveensa oli muistettu ja toteutettu. Omat paikat muuttuivat entistä tärkeämmäksi. Aikuisten sijoittelu jokaiseen pöytään tuki lasten ruokailua

ja auttoi saamaan heille onnistumisen kokemuksia. Eräällä lapsella kuitenkin iski kova kiukku aamulla. Lapset ovat siitä erilaisia, että toinen tarvitsee omaa tilaa, kun taas toinen juoksee heti hakemaan aikuiselta tukea. Tässä tilanteessa siirryimme toiseen, rauhalliseen tilaan. Tämä siirtyminen mahdollisti, että pystyin kiinnittämään kaiken huomion tähän lapseen ja harjoittelimme yhdessä, miten kiukun kanssa toimitaan.

Trogenin (2021, 180) mukaan aikuisen on yleensä helppo kertoa lapselle, mitä kiukun tullessa ei saa tehdä, mutta usein unohdetaan kertoa mitä lapsi saa tehdä ja tarjota erilaisia vaihtoehtoja tunteen käsittelemiseksi. Tässä tilanteessa sanoitin lapselle aiemmin harjoiteltuja tapoja; saa pomppia kiukun ohi tai tulla aikuisen syliin. Olemme usein myös puhuneet siitä, että kaikki ikävätkin tunteet menevät aina ohi samaan tapaan kuin mukavatkin tunteet. Lopulta lasta alkoi naurattaa hyppiminen ja hän tuli lopulta vielä syliin istumaan, jossa kävimme tilanteen läpi. Aamupäivän aikana olin vielä yhteydessä uuteen perheeseen, askartelin lasten kanssa ja lepohetken aikana pidimme tiimipalaverin, jonka jälkeen työpäiväni olikin jo päätöksessä ja pääsin viettämään pitkää viikonloppuvapaata.

Perjantai

Olin tälle päivälle pyytänyt jo valmiiksi lomapäivän, mutta myös lasten sairastelu tarttui myös minuun. Tänä onkin tarkoituksena miettiä enemmän teoriatasolla sitä, miten resilienssi vaikuttaa lasten elämässä. Resilienssi eli toipumiskyky liittyy vahvasti tunnetaitoihin ja mielenterveyteen. Pihlajan (2019, luku 6) mukaan WHO on määritellyt mielenterveyden olevan hyvinvoinnin tila, jossa yksilö kykenee tunnistamaan omat mahdollisuutensa, pystyy selviytymään vastoinkäymisistä ja olemaan osa osallisena yhteisössään. Lasten osalta tällainen hyvinvointi näkyy kykyä kokea ilon hetkiä, pettymyksen sietokykyä ja taitona tulla toimeen muiden lasten kanssa. (Pihlaja 2019, luku 6.)

Suomen mielenterveys ry (2021) kuvailee resilienssiä seuraavasti: ” Resilienssi on sitkeyttä, myönteisyyttä, tulevaisuudenuskoa ja kykyä hoksata omia vaikutusmahdollisuuksia myös vastoinkäymisissä ja haastavissa tilanteissa. Resilienssiä rakentavat samat suoja- ja riskitekijät, jotka rakentavat myös mielenterveyttä.” Tämä tukee ajatusta siitä, että kyky toipua haasteista ja vastoinkäymisistä on yhteydessä myös kokonaisvaltaisesti mielenterveyteen ja lasten hyvinvointiin. Resilienssi onkin taito, jota jokainen voi kehittää koko elämänsä ajan. Huomaan monesti tilanteissa, joissa lasten kanssa säätelemme erilaisia tunteita yhdessä, oppivani myös omia tunnetaitoja samalla. Eli vaikka välttämättä ei omassa lapsuudessa olisi harjoiteltu juurikaan tunnetaitoja, on niitä mahdollista kehittää vielä aikuisena. Huomaan reagoivani erilaisiin lasten tunteisiin aiempaa eri lailla; enemmän pohtien miten voisin omalla toiminnallani auttaa lasta silloin, kun hän kokee pettymyksiä ja vastoinkäymisiä.

Viikkoanalyysi

Tämä viikko on eronnut paljon aiemmista viikoista siinä, että olen ollut paljon vähemmän läsnä lapsiryhmässä, joka on myös vaikeuttanut tavoitteiden saavuttamista. Toisaalta tämä on antanut kokemusta siitä, että aina ei tarvitse tehdä kaikkea itse, vaan työ on nimenomaan tiimityötä ja asioita ja vastuuta toiminnasta voi myös jakaa. Vaikka en olisi ollut varsinaisessa toiminnassa niin paljon mukana, niin olen kuitenkin ollut läsnä niissä hetkissä, kun lapsi on kaivannut tukea tunteidensa säätelyssä ja kokenut pettymyksiä. Tältä osin koen, että viikon tavoitteet eivät jääneet täysin saavuttamatta.

Suomen mielenterveys ry:n (2021) mukaan resilienssiä kehittäviä psyykkisiä ominaisuuksia sekä toiminta- ja ajattelutapoja on mahdollista vahvistaa koko elämän läpi. Näitä kehitettäviä ominaisuuksia ja tapoja ovat esimerkiksi tunteiden säätelykyky, empaattisuus, impulssien hallinta, optimismi ja kyky ymmärtää syy-seuraussuhteita. Kaiken keskiössä on itsetuntemus sekä arjen hallinnan taidot. (Suomen mielenterveys ry 2021). Resilienssi ei ole siis vain vaikeista tilanteista selviämistä; se on myös kokonaisvaltaista hyvinvointia ja niitä tukevia taitoja. Lapsiryhmässä resilienssiä tukee siis myös ne tilanteet, joissa lapsi oppii erilaisia vuorovaikutustaitoja ja omia vahvuuksiaan, ei pelkästään tunnetaidot.

Koen vahvasti itse onnistuneeni, kun lapset ovat aidosti iloisia toistensa onnistumisista ja kannustavat. Lapset myös kokevat empatiaa ja haluavat lohduttaa toisiaan. Vaikeissa tilanteissa autetaan, tuetaan ja kannustetaan. Nämä ovat niitä taitoja, joita olen kasvattajana pyrkinyt koko toimintavuoden kehittämään. Samalla olemme opetelleet erilaisia tapoja hallita myös vaikeuksia; pompitaan kiukku pois tai puristetaan nyrkkejä niin kauan että naurattaa. Koen eniten kehittyneeni taidossa tukea erilaisia lasten tunnetiloja ja ottaa niitä vastaan. Tunnetaitojen kehittyminen näkyy myös omana ammatillisena itsevarmuutena ja sen lisääntymisenä. Siedän paremmin myös itse vastoinkäymisiä ja epämiellyttäviä tilanteita; tämän huomasin tällä viikolla siirtyessäni kesken kaiken toiseen päiväkotiin sijaistamaan.

Trogen (2021, 178) painottaa aikuisen roolia lapsen tunnekuohussa auttamisessa. Vastoinkäymisiin liittyy yleensä myös vaikeita tunteita, joissa aikuisen apu on tarpeen. Kun lapsi saa tunnekuohuunsa kokemuksen välittävästä aikuisesta, vaikeudet muuttuvat voimauttaviksi kokemuksiksi. Aikuisen tehtävänä on vahvistaa lapsen ongelmanratkaisutaitoja, tukea itsesäätelyä ja opettaa vahvuuksia, optimismia ja toiveikkuutta. Jos lapsi ei saa aikuisen tukea tunteidensa säätelyyn, voi tunteet muuttua vastoinkäymisiksi. Vaikeat tunteet eivät katoa mihinkään, vaikka niitä ei käsitelisi - ne vain palaavat myöhemmin vahvempina. (Trogen 2021, 178.) Voin varhaiskasvatuksessa vaikuttaa siihen, miten lapset saavat kokea tunteita juuri siinä ympäristössä. Onkin tärkeää, että lapsi kokea tunteitaan ainakin yhden turvallisen aikuisen kanssa, vaikka kotona ei tunnetaitoja harjoiteltaisikaan.

Trogenin (2021, 181) mukaan lapselle on tärkeää tunnekuohussa kokemus siitä, että häntä ei hylätä, hänen tunteensa hyväksytään ja aikuinen tukee tunteiden läpi käymisessä. Tämän vuoksi olenkin usein lasten tunnekuohujen aikana sanoittanut, että vaikka lapsi ei juuri heti haluaisi aikuiselta tukea, olen kuitenkin vieressä ja saatavilla. Annan tilaa kokea tunteita, mutta olen kuitenkin koko ajan tarvittaessa vieressä. Sanoitan, että syliin saa tulla heti, jos siltä tuntuu. Pienillä lapsilla usein harhauttaminen on toimivin keino rauhoittaa tilanne, mutta isommat lapset tarvitsevat enemmän aikuisen tukea, läsnäoloa ja mahdollisuuksia kokea tunteitaan. Se voi olla välillä aikuiselle raskasta, mutta asiaa pitää ajatella isommin; kyse on lapsen hyvinvoinnin ja tunnetaitojen tukemisesta. Mielestäni Trogen (2021, 181) on hyvin lainannut Leila Schottia: ”Opetamme lapsille, että he eivät voi aina saada kaikkea mitä haluavat antamalla heille sitä, mitä he tarvitsevat. Läsnäoloa, myötätuntoa, yhteyttä, rajoja ja terveen esikuvan. Kun lapsen emotionaaliin tarpeisiin vastataan, se kasvattaa resilienssiä ja tunneälyä.” Tähän on mielestäni hyvä lopettaa resilienssin osalta.

4.8 Viikko 8: Itsesäätely

Viikkosuunnitelma

Tällä viikolla ajattelin jatkaa lasten tunteiden hallinnan teemalla. Olen huomannut lapsiryhmässäni vahvasti tarpeen itsesäätelyn kehittämiseksi, joten halusin nostaa tämän yhdeksi viikon teemaksi. Itsesäätelyä voi ajatella myös aikuisen kehittymisen kannalta; aikuinen toimii mallina ja auttaa lasta itsesäätelyn harjoittamisessa. Tavoitteena tällä viikolla on tukea ja kehittää niin lasten kuin aikuistenkin itsesäätelyä. Tukena tavoitteeseen pääsemiseksi käytän Trogenin (2021) teosta Positiivinen kasvatusta sekä Pajulahti, Sainio & Sajaniemi (2019) teosta Näin tuet lapsen itsesäätelyä.

Maanantai

Viikko alkoi päivystysiltavuorolla. Saapuessani töihin päivä alkoi suoraan hyve4-keskustelulla. Keskustelussa pääpaino on lapsen vahvuuksissa, mutta myös haasteista keskustellaan tarvittaessa. Näiden keskustelujen pitäminen on nyt lisännyt omaa kokemusta niin haasteiden puheeksi otosta kuin myös siitä, miten lasten vahvuuksia tuodaan esille. Keskustelusta kirjataan kooste valmiille pohjalle, joka toimitetaan lapsen neuvolaan terveydenhoitajalle. Tarvittaessa päiväkotia ja neuvola voivat tehdä yhteistyötä ja hyve4 on osaltaan jo yksi yhteistyön muoto. Itselläni on tapana kirjata asioita ylös jo ennen keskustelua ja tämän jälkeen täydentää, jonka olen huomannut itse toimivan hyvin.

Keskustelun jälkeen siirryin lapsiryhmään. Lapset olivat siirtymässä sisälle ja olikin jo melkein piirin aika. Kerkesin yhden lapsen kanssa askartelemaan, kun muut pelasivat, jonka jälkeen lapset siirtyivät piirille ja itse valmistelin lounaan; katoin pöydän ja söin yhdessä pienimpien lasten kanssa, jotka aloittavat ruokailun hieman aiemmin. Ryhmän isoimmat lapset siirtyivät

käsien pesun kautta myös lounaalle. Lepohetkelle mentäessä monella oli vaikea rauhoittua. Itse olen sillä linjalla, että nukkuminen ei ole pakollista, mutta rauhoittuminen on myös taito, jota voi harjoitella. Itsensä rauhoittaminen onkin yksi itsesäätelyä vaativa asia; on tärkeää osata myös pysähtyä ja levätä, eikä olla koko ajan menossa. Kuuntelemme usein rauhoittavaa musiikkia ja levottomille lapsille annan usein ohjeeksi, vaikka laskea varpaita tai miettiä jotain mukavia asioita. Jos lapsi toivoo, saatan silittää, mutta muuten annan lapsen harjoitella itse.

Lepohetken jälkeen siirryimme välipalan kautta ulkoilemaan. Ulkoilussa on usein mahdollisuus monipuolisempaan toimintaan, mutta usein lapsille tulee siellä myös herkemmin riitatilanteita. Näissä tilanteissa tukeminen auttaa lasten itsesäätelyä ja aikuinen saakin olla usein tarkkana, jotta osaa ennakoida tilanteita tarpeeksi ajoissa. Säätelyn pettäessä herkästi toimitaan ajattelemattomasti tunteiden ottaessa vallan. Usein varsinkin vihan tunteita lasten on vaikea säädellä, joten he kaipaavat siihen aikuisen tukea. Tilanteita selvitetään, neuvotellaan ja käydään läpi yhdessä lasten kanssa. Ulkoillessa on monesti monta asiaa huomioitavana samaan aikaan, kuten lasten väliset tilanteet ja vanhemmat, jotka tulevat lapsiaan hakemaan. Kokonaisuutena iltapäivä meni nopeasti, jonka jälkeen suljin päiväkodin.

Tiistai

Vaihdoin lennosta iltavuorosta aamuvuoroon. Ryhmäni lapsia ei ollut vielä paikalla mennessäni töihin, joten kerkesin rauhassa katsoa päivän kulun läpi ja miettiä toimintaa. Lapsia saapui tiputellen aamupalalle ja tilanne oli hyvin rauhallinen. Aamupalan jälkeen siirryimme ulkoilemaan. Iltavuoron saapuessa töihin, siirryin pienryhmän kanssa sisälle.

Siirtymätilanteissa lapsilla usein näkyy eniten haasteita oman itsesäätelyn suhteen. Hermo saattaa mennä nopeasti, jos ei ole ensimmäisenä jonossa tai kenkä ei lähde jalasta. Sanoitan ja pyydän nimeämään kiukun kohteen, jotta osaan tukea lasta tunteen käsittelyssä.

Muistutan, että aina saa apua, mutta en voi tietää missä tarvitsee apua, jos lapsi ei kerro. Usein tilanteiden puhuminen auki toimii ja pikkuhiljaa lapsetkin oppivat muistamaan, että pelkästään huutamalla aikuinen ei välttämättä tiedä, missä tarvitsee auttaa.

Siirryimme leikkimään, jonka aikana valmistelin toimintaa. Laitoin valmiiksi kaveritaitokuvia pussiin ja etsin valmiiksi tarvittavat laulut tabletilta. Lasten kanssa keräännymme yhteen ja jokainen sai nostaa vuorollaan kaveritaitokortin ja halutessaan kertoa, mitä kortissa tapahtuu. Valitsin tarkoituksella enemmän kortteja, joissa tapahtuu jotain positiivista. Lapset sanoittivat mielellään tilanteita, mutta pidin tarkoituksella hetken lyhyenä ja tällä kertaa jokainen lapsi ei saanut valita korttia. Korttien noston jälkeen tutustuimme tabletilta uuteen lauluun; Kielinupun kiukun kesytykseen. Laulun avulla harjoittelimme, miltä tuntuu oikein kiukkuisena ja puristimme nyrkkejä yhteen, sekä kävimme läpi, mitä silloin voi tehdä. Lasten kanssa yhdessä pompimme, hengitimme syvään ja laskimme kymmeneen. Näiden tilanteiden

läpikäyminen ennakkoon toivottavasti myös kehittää lasten itsesäätelyä. Koin kasvattajana, että oma taitoni suunnitella ja ohjata toimintaa kehittyy koko ajan myös lasten mukana. Loppupäivä sujui rauhallisesti ja tästä on mielestäni hyvä jatkaa tätä viikkoa.

Keskiviikko

Tänään oli vuorossa taas myöhäinen iltavuoro. Tällä viikolla on sovittuna useampi keskustelu perheiden kanssa ja tänään aloitin päiväni vasu-keskustelulla. Ahosen (2017b, Lapsen varhaiskasvatussuunnitelma) mukaan lapsen varhaiskasvatussuunnitelman oleellisin huomioitava asia on lapsen etu ja yksilölliset tarpeet. Tärkeää on pyrkiä dokumentoimaan myös lapsen omat mielipiteet ja toiveet, vaikka siinä voi olla haasteita erityisesti pienimpien lasten kohdalla. Lapsen näkökulmaa voidaan tuoda varhaiskasvatussuunnitelmaan mukaan käyttämällä kuvatukea haastattelussa, havainnoimalla lasta lapsiryhmässä ja kuulemalla vanhempia. Varhaiskasvatussuunnitelman pääpaino on pedagogisissa tavoitteissa ja toimenpiteissä, vaikka siinä kuvataan myös lapsen vahvuuksia ja osaamista. Arviointi ja tavoitteet painottuvat nimenomaan kasvattajien toimintaan ja lapsiryhmän toimintakulttuuriin, jotka tukevat lapsen kehitystä ja kasvua. (Ahonen 2017b, Lapsen varhaiskasvatussuunnitelma.)

Vasu on muuttunut reilusti jo oman työhistorian aikana. Tämä on väistämättä kehittänyt myös omaa osaamista ja työtä ja mielestäni suunta on tällä hetkellä hyvä, sillä se korostaa nimenomaan kasvattajan osaamisen osuutta. Ahosen (2017b, Pedagogisen toiminnan arviointi ja kehittäminen) mukaan vasun mukaisesti arviointi ja kehittäminen on suunnattu nimenomaan kasvattajien pedagogiseen toimintaan ja vuorovaikutukseen, jotta jokaisella kasvattajalla toteutuisi reflektiova työote. Tavoitteena on kehittää aikuisten osaamista, jotta lapset voisivat olla osa oppivaa yhteisöä, jossa korostuu lasten osallisuus. (Ahonen 2017b, Pedagogisen toiminnan arviointi ja kehittäminen.)

Koen vahvasti, että oman osaamisen kehittäminen hyödyttää myös lapsiryhmää. Mitä enemmän osaan ja tiedän, sitä enemmän osaan myös tukea lapsia haasteissa. Tärkeimpänä huomaan, että osaamista on kehitettävä jatkuvasti - ne tavat ja asiat, jotka toimivat ja olivat hyviä urani alussa, ovat jo auttamatta vanhentuneita ja uutta tietoa on tullut valtavasti. Pelkästään työtä ohjaavat asiakirjat ovat muuttuneet huomattavasti alle kymmenessä vuodessa. Samoin tiedetään ja puhutaan enemmän, vaikka tunnetaitojen ja itsesäätelyn tärkeydestä. Huomaan havainnoivani enemmän tilanteita siitä näkökulmasta, että mitä minä voisin tehdä auttaakseni lasta säätelemään tunteitaan. Huomaan palaavani tähän samaan huomioon useasti tämän opinnäytteen aikana - ja toisaalta, huomaan myös, miten matkan varrella löydän uusia keinoja ja osaamista lasten hyvinvoinnin edistämiseksi.

Torstai

Valitettavasti toimintaani lapsiryhmässä kuormittaa tällä hetkellä oma sairastelu, joten jouduin jäämään loppuviikoksi sairaslomalle. Tällä viikolla oli tarkoituksena pitää vielä vasukeskusteluja ja erilaisia tunteiden hallinnan ja itsesäätelyn oppimisen toimintahetkiä lapsille. Toisaalta itsesäätelyn teemaa ja harjoittelua opettelemme lasten kanssa joka päivä ja monissa eri tilanteissa.

Päätin kuitenkin syventyä vielä tiedon saamiseen itsesäätelystä. Sainio, Pajulahti & Sajaniemi (2020, Itsesäätely on kaiken kehityksen taustalla vaikuttava supertaito) tuovat esille sen, miten itsesäätely on taito, jota tarvitaan monissa päivittäisissä tilanteissa. Se on taitoa pysähtyä, odottaa ja malttaa kaikissa tunteiden täyteisissä tilanteissa. Itsesäätelyn merkitys on iso lapsen käyttäytymiselle; lapsi tarvitsee itsesäätelyä esim. siirtymätilanteissa, joissa impulssikontrolli ja toiminnanohjaus saavat harjoitusta. Päivässä on monia tilanteita, joissa odotetaan lapselta taitoa pitää mielessä ohjeita ja sääntöjä sekä toimimista odotusten mukaan. Itsesäätelyn merkitys lapsen toiminnalle huomataan usein vasta sitten, kun lapsen itsesäätely herpaantuu ja lapsi toimii tunteen valtaamana levottomasti. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, Itsesäätely on kaiken kehityksen taustalla vaikuttava supertaito.)

Tunnistan näitä tilanteita ja kohtaamista päivittäin. Lapsen taitoon säädellä toimintaansa ei kiinnitä huomiota silloin, kun kaikki sujuu odotusten mukaan. Nämä lapset myös saavat herkästi positiivista palautetta toiminnastaan, vaikka heillä on lähinnä vain hyvä toiminnanohjaus ja itsesäätely. Jos taas lapsen tarkkaavuus herpaantuu ja hän käyttäytyy levottomasti, alkaa herkästi negatiivisen palautteen kehä, jossa lapsen onnistumisiin pitäisikin kiinnittää enemmän huomiota. Olisikin tärkeää huomioida ne lapset, joiden tarkkaavuus herpaantuu herkästi ja aikuisena nähdä tämä negatiivisuuden sijaan tilaisuutena auttaa lasta säätelemään tunteitaan. Siirtymissä olen itse alkanut käyttää entistä enemmän ennakointia, sanoittamista ja pyrkinyt tekemään tilanteista nimenomaan lapselle helposti ymmärrettävät; vessassa on kuvalliset ohjeet, jotka muistuttavat, kun keskittyminen menee. Pukeutumisessa laitetaan lapsen kanssa yhdessä vaatteet jonoon, joka selkiyttää tilannetta ja sitä, mitä lapsen odotetaan tekevän. Nämä ovat pieniä asioita, mutta kun olen lisännyt näitä tapoja, olen huomannut myös lasten toiminnan rauhoittuneen.

Perjantai

Kun mietin sitä, miten itsesäätely näkyy ryhmässä ja miten sitä voi tukea, päätin etsiä erilaisista lähteistä apua. Trogen (2021, 218) korostaa esimerkiksi aikuisen oman esimerkin voimaa lapsen itsesäätelyn tukemisessa. Lapset toimivat ikään kuin peilinä aikuisen käytökselle ja reaktioille - se miten kasvattaja toimii eri tilanteissa, näkyy suoraan lasten toiminnassa. Lasten itsesäätelyn tukeminen vaatii siis itsetuntemusta ja tunteiden säätelyn taitoa myös aikuiselta. Erityisesti keskittyminen hengitykseen on yksi rauhoittumisen ja

itsesäätelyn keinoista. Hengityksellä pystytään vaikuttamaan parasympaattiseen hermostoon, joka rauhoittaa nopeasti. Tämä näkyy käytännössä sydämen sykkeen hidastumisena, verenpaineen tasaantumisen ja tunteiden rauhoittumisena. (Trogen 2021, 218-219.)

Hengitykseen keskittyminen on yksi konkreettisista keinoista, joita olen tunnepuuskien kesken yrittänyt myös lapsille opettaa. Tähän parhaiten on toiminut oma malli - oman hengittämisen tasaaminen, rauhallinen ja syvään sisään hengittäminen malliksi lapsille. Usein lapsi lähtee hengittämään samaa tahtia aikuisen kanssa, jolloin rauhoitutaan yhdessä. Tämä toimii samalla myös omien tunteiden ja olon rauhoittamiseksi, jotta lapsen tunnetiloja jaksaa ottaa vastaan, eikä provosoidu. Nämä ovat taitoja, joita itse olen harjoitellut vasta aikuisena ja huomaan harjoittelevani edelleen joka kerta, kun tuen lasta tunnepuuskassaan.

Sainio, Pajulahti & Sajaniemi (2020, Varhaiskasvatus lapsen itsesäätelytaitojen vahvistajana) kuvaavat taas itsesäätelyn tukemista seuraavasti: ”Hyvinvoinnin pedagogiikkaa toteuttavissa ympäristöissä aikuiset tiedostavat ja näkevät jokapäiväisten käytänteiden mahdollisuudet lasten säätelytaitojen harjoittelussa. Itsesäätelytaitoja vahvistavat hetket ajoittuvat usein varsinaisten ohjattujen tuokioiden ulkopuolelle.” Tämä vahvistaa ajatustani siitä, että varhaiskasvatus on parhaimmillaan kokopäiväpedagogiikkaa eikä pelkkiä yksittäisiä tuokioita. Sillä onkin väliä, että aikuisen toimintaan kiinnitetään huomiota kaikissa tilanteissa, eikä vain ohjatussa toiminnassa.

Viikkoanalyysi

Tämä viikko olikin haastavampi tavoitteiden toteuttamisen puolesta, sillä huomasin olevani paljon erilaisissa keskusteluissa ja poissa lapsiryhmästä. Oma sairastelu myös vaikutti negatiivisesti tavoitteiden saavuttamiseen, mutta toisaalta tällä kertaa tavoitteeksi olisin voinutkin asettaa oman tiedon lisäämisen itsesäätelyn aiheesta, joka toteutuikin. Toisaalta myös kehitystä tapahtui siinä, että ymmärrän yhä paremmin lasten kanssa toimimiseen vaikuttaa kaikkien tilanteiden, ei vain suunnitellun toiminnan. Onkin tärkeää huomioida ja kehittää omaa toimintaansa kaikissa tilanteissa ja nähdä oppimisen mahdollisuuksia arjessa kaikkialla ja koko aika.

Trogenin (2021, 217-218) mukaan Rebecca Eanes on kuvannut, että kasvattajan suhtautuminen lapsen käyttäytymiseen lähtee itsensä rauhoittamisesta (englanniksi discipline yourself first) ja sitä voidaan kutsua myös ei-toivottuun käyttäytymisen puuttumisen ensimmäisenä askeleena. Itsensä rauhoittaminen on myös sitä, että ei provosoidu vaan pystyy suhtautumaan tilanteeseen ymmärtäen. Voidaan puhua myös ns. väli-hetkestä, jolla tarkoitetaan aikaa lapsen käytöksen ja aikuisen reaktion välillä. Tämä on se väli, jolloin aikuinen pysähtyy ja miettii toimintaansa ja sen vaikutuksia tilanteen etenemiseen. (Trogen 2021, 219-220.) Tunnistan tämän omasta työstäni ja nyt huomaan, kuinka paljon tuolla pienellä hetkellä on merkitystä sille, miten säätelen tunteitani lasten kanssa.

Sainion, Pajulahden & Sajaniemen (2020, Itsesäätelyn juuret ovat keskushermoston toiminnassa) mukaan itsesäätelyn ja toiminnanohjauksen hallitseminen lähtee aivoista. Itsesäätelyn perusta lähtee siis biologiasta, joka selittää lapsen reaktioita ja käyttäytymistä erilaisissa tilanteissa. Itsesäätelyn kannalta olennainen osa aivoista on ns. tunnesysteemi, eli aivorungon ja limbisen järjestelmän toiminta. Tässä systeemissä toimii lapsen mantelimumake, joka varoittaa vaarasta ja valmistaa toimimaan, jolloin lapsen käyttäytyminen voi muuttua. Myös hippokampuksen toiminta vaikuttaa lapsen käyttäytymiseen, sillä se prosessoi muistoja ja niihin liittyviä tunteita. Itsesäätelyyn vaikuttaa myös vahvasti aivojen etuotsalohkon toiminta, joka ylläpitää keskittymiskykyä ja hillitsee ärsykkeisiin reagoimista. Etuotsalohko kypsyy vasta 20-30 vuotiaana, joten sen toiminta on hyvin haavoittuvaa vielä lapsena. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, Itsesäätelyn juuret ovat keskushermoston toiminnassa.)

Mielestäni on olennaista ymmärtää lapsen käytöksen taustalla olevia asioita; esimerkiksi aivojen kehittyminen ei ole lapsen oma valinta eikä sitä voi säädellä, se on hyvinkin yksilöllistä. Myös kasvatuksen ja kotiolojen vaikutus on pieni siihen verrattuna aivojen kehitykseen. Tämän takia halusin nimenomaan nostaa esille sen, että aivojen kehitys on niin isossa osassa lapsen käyttäytymisen säätelyä. Itsesäätelyä ja toiminnanohjausta voidaan kyllä tukea monin eri tavoin, mutta varsinaiseen aivojen kypsymiseen ja kehitykseen onkin vaikeampi vaikuttaa. Tämä olisi mielestäni jokaisen kasvattajan hyvä tiedostaa ja suhtautua empaattisesti lapsiin, joille itsesäätely on haastavaa. Trogen (2021, 218) onkin lainannut mielestäni kuvaavasti Bridgett Milleriä ”On helppo olla ystävällinen lapselle, joka käyttäytyy niin kuin toivomme. Haaste on olla ystävällinen ja jopa enemmän, kun lapsen käytös ei vastaa odotuksiamme.”

4.9 Viikko 9: Optimismi

Viikkosuunnitelma

Trogen (2021, 107) on lainannut positiivisen pedagogiikan oppi-isää Martin Seligmania seuraavasti ”Optimismi on kuin rokote masentuneisuutta vastaan.” Tämä on mielestäni hyvä kuvaus siitä, miksi valitsin optimismin yhdeksi viikkoteemaksi. Positiivisessa pedagogiikassa tavoitellaan lasten hyvinvoinnin lisäämistä, joten mikä olisikaan parempi keino kuin optimismi. Trogenin (2021, 107) mukaan osana optimismia on ratkaisukeskeinen ajattelumalli, joka suojaa tarvittaessa vastoinkäymisiltä ja masennukselta. Martin Seligman oli tutkinut masentuneisuutta ja tämän myötä oli muotoutunut käsite ”opittu avuttomuus”, joka kuvasi ajattelumallia, jossa ihminen kokee, ettei voi vaikuttaa elämässään tapahtuviin asioihin. Tämän ajattelumallin vastakohtaksi Seligman kehitti ajatuksen optimismista. (Trogen 2021, 107.)

Optimistisen ajattelun lisääminen on oikeastaan ollut koko opinnäytteen kantava teema, joten halusin vielä antaa sille kokonaisuudessaan oman osion. Tavoitteena on pohtia ja

mieltä, miten lisätä lasten optimismia ja miten kasvattajana voin siihen vaikuttaa. Toisaalta pohdinnan kohteena on myös oma ajatteluni kasvattajana sekä tiimitasolla, miten optimismi toteutuu tiimin työskentelyssä. Pohdinnan tukena hyödynnän mm. Trogenin (2021) teosta *Positiivinen kasvatus*.

Maanantai

Aloitin tämän viikon iltavuorolla. Jouduin olemaan loppuviikon poissa, joten aloitin työpäiväni tarkistamalla sähköpostit. Tämän jälkeen siirryin lapsiryhmän luokse ulkoilemaan. Havainnoin lasten leikkejä ja toimintaa. Poissaoloni myötä osa hoidettavista asioista odotti, joka osittain kiristi tunnelmaa tiimissä. Huomasin tässä konkreettisen tilanteen, jossa optimismin ja pessimismin ero tulee näkyviin käytännössä; miten erilaiset ihmiset suhtautuvat muuttuviin tilanteisiin ja miten sen huomaa. Tämän myötä muistin, että Trogen (2021, 109) oli kuvannut Seligmanin näkemykset optimistin ja pessimistin eroista taulukkoon (Taulukko 1). Taulukossa on konkreettisesti selvennetty, miten nämä erilaiset ajattelumallit eroavat toisistaan. Konkreettisin ero tulee siinä, että optimistisesti ajatteleva pystyy näkemään tilanteessa mahdollisuuksia ja keinoja ratkaisuksi.

PESSIMISTI	OPTIMISTI
PYSYVÄ ”Tämä kestää ikuisesti.”	VÄLIAIKAINEN ”Tämä menee ohi.”
KOKONAISVALTAINEN ”Tämä pilaa kaiken.”	PAIKALLINEN ”Tämä liittyy vain tähän.”
SISÄINEN ”Tämä on minun syytäni.”	ULKOINEN ”Tämä ei ole (kokonaan) minun syytäni.”
HALLITSEMATON ”En voi tälle mitään.”	HALLITTU ”Voin tehdä tälle jotain.”

Taulukko 1: Optimistin ja pessimistin jaottelut Martin Seligmanin mukaan (Trogen 2021)

Tämän huomaa myös lapsista; osa syyllistää herkästi itseään, kokee pienetkin vastoinkäymiset maailmanloppuina ja kokee, etteivät voi tilanteelle mitään. Olen itse ollut ehkä aina enemmän optimismiin päin suuntautuva luonnostaan, joten toisaalta tekee itsellekin hyvää nähdä myös pessimistin silmin maailmaa. Siirryin ulkoilusta pienryhmän kanssa sisälle ja samalla huomasin puhelimen soineen niin etten ollut sitä huomannut. Lapset siirtyivät

maalaamaan ja itse keskityin havainnoimaan ja olemaan mukana leikissä.

Varhaiskasvatuksessa tehdään töitä erilaisten lasta tukevien tahojen kanssa; esim. puhe- ja toimintaterapeuttien, lastensuojelun tai neuvolan. Aiemman puhelun soittanut taho soitti nyt uudestaan ja keskustelimme ajatuksistamme lapsen kehityksestä. Pystyimme jakamaan tietoa toisillemme ja tekemään yhteistyötä lapsen hyväksi, joka on osa moniammatillista verkostotyötä. Nämä ammattilaiset ikään kuin täydentävät osaltaan varhaiskasvatuksen osaamista. Huomioin myös tämän ammattilaisen tavan ajatella; hän näki ja toi esiin enemmän lapsen osaamista ja kehitystä, joten näkemys oli ensisijaisesti ratkaisukeskeinen ja optimistinen. Tämä oli mielestäni hyvä tapa aloittaa tämä viikko.

Tiistai

Tänään oli viikon toinen iltavuoro. Ulkona satoi vaakatasossa räntää, joten ryhmässä oli päätetty jäädä sisälle aamulla. Tämä antoi minulle aikaa tehdä ja viimeistellä ryhmän portfolioa maaliskuulta, johon on kuvin koottu toteutettua toimintaa niin vanhemmille kuin päiväkodin muulle henkilöstöllekin. Tavoitteenani oli tänään havainnoida ja kiinnittää huomiota siihen, miten lapset ylipäättään puhuvat - onko sävy pääsääntöisesti positiivinen vai negatiivinen? Samalla ajattelin seurata omaa tapaani ja miettiä sitä, millaista mallia kasvattajana antaa. Huomaan usein työssäni, että asioita saatetaan puhua myös lasten kuullen, jolloin pienet korvat oppivat puhetyylin ja mallin näistä oikeista tilanteista, ennemmin kuin tilanteista, joissa heille kerrotaan ja ohjataan, miten pitäisi puhua.

Olen pitänyt itseäni oikeastaan optimistina, mutta huomasin kiinnittäessäni asiaan huomiota, ettei se jokaisessa tilanteessa pidä paikkaansa. On tilanteita, joissa kaikesta yrittämisestä huolimatta en pysty näkemään asiaa ratkaisukeskeisesti, vaan turhaudun, joka toki on myös inhimillistä. Tänään yritin tietoisesti muuttaa omaa ajatteluani kiinnittämällä näihin tilanteisiin enemmän huomiota kuin normaalisti. Huomasin, että ajattelutavan muuttaminen kehittää omaa työssä viihtymistä ja jaksamista, sillä asioista oppii jollain tasolla päästämään irti. Ajattelua muuttamalla tulee tunne, että mahdollisimman asioihin voi jotenkin edes vaikuttaa - vaikka sitten vain vaikuttamalla vain omaan reaktioon.

Lasten keskinäisessä puheessa on monenlaisia sävyjä riippuen tilanteesta. Ymmärrettävästi lapset vielä harjoittelevat, mutta kohtasin myös tilanteita, joissa lapsi ehdottomasti halusi sanoa toiselle ikävästi ja negatiivisesti. Näistä kävimme keskustelua lasten kanssa ja pohdimme yhdessä tilanteen läpi - mitä tunteita, mitä ajatuksia ja miksi joku toimii ikävästi? Tämä herätti empatiaa, mutta on vaikea sanoa, miten tämä vaikuttaa pitkällä aikavälillä lasten välisiin keskusteluihin - täytyy vain johdonmukaisesti jatkaa asiasta keskustelua. Itse myös huomaan, että herkästi negatiivisella asenteella saa aikuisena huomion, joka myös ruokkii itseään. Tämän vuoksi kiinnitin huomiota taas kerran erityisesti siihen, että huomion

lapsia asioista, jotka menevät erityisen hyvin. Tämä myös lisää osaltaan optimistista ajattelua ryhmässä.

Keskiviikko

Olen ollut siitä epäonninen näiden kuluneiden viikkojen aikana, että kohdalle on sattunut paljon poissaoloja. Myös tämän työpäivän jouduin sairastelun takia jättämään väliin. Toki ylipäättään niin lapsilla kuin aikuisillakin kestää jonkin aikaa tottua uuteen päiväkotiin, joka myös tarkoittaa paljon sairastelua sekä mahdollista sairastelun pitkittymistä. Tämän varmasti jokainen pienen lapsen vanhempi on kokenut, kuin myös työntekijät ensimmäisenä vuotenaan uudessa paikassa. Tarkoituksena oli miettiä optimismia lapsiryhmässä, mutta tällä kertaa päädyinkin miettimään sitä omalla kohdallani.

Myös Helsingin varhaiskasvatussuunnitelman (2019, 12) mukaan optimismi tuodaan esille seuraavasti ”Henkilöstön positiivinen asenne ja esimerkki myönteisestä vuorovaikutuksesta vahvistavat koko ryhmän turvallista ja moninaisuuden hyväksyvää ilmapiiriä.” Tämä lause velvoittaa kasvattajana pohtimaan omaa osuutta; onko asenteeni positiivinen ja toteutanko myönteistä vuorovaikutusta? Ja vielä olennaisempaa; Miten kehitän omaa positiivista asennettani sekä vuorovaikutusta? Näihin ei varmasti ole yksiselitteistä vastausta. Huomaan kuitenkin näiden viikkojen aikana kehitystä itsessäni; konkreettisesti tämä näkyy siinä, että olen pohtinut eri lasten saamaa positiivista palautetta ja sitä, saavatko kaikki lapset sitä tarpeeksi. Huomaan myös ajatteluni keskittyvän enemmän positiivisuuteen ja onnistumisiin, jonka koen helpottavan työtäni ja kehittäneen omaa asennetta sen toteuttamiseen.

Torstai

Tänään aloitin työpäiväni päivittämällä lasten läsnäolot tietokoneelle. Tämän jälkeen suunnittelimme lähdön leikkipuistoon, sillä lasten poissaolot mahdollistivat tänään erityistä ohjelmaa. Itse kuitenkin jäin päiväkodille lastenhoitajien mennessä lasten kanssa leikkipuistoon. Lasten retken ajan kävin läpi sähköpostit, päivitin sähköpostilistat sekä kirjasin vasuja keskustelujen perusteella. Yllättävän paljon aikaa meni nimenomaan vanhempien yhteystietojen etsimiseen ja sähköpostilistojen päivittämiseen, mutta on tärkeää saada vanhemmille tärkeät tiedotteet ja koosteet toiminnasta lähetettyä. Sähköposti on yksi keinoista tehdä vanhempien kanssa yhteistyötä ja tehdä toimintaa lapsiryhmässä näkyväksi.

Kirjallisten töiden jälkeen siirryin ohjaamaan piiriä lapsille. Kävimme läpi lasten toiveesta kuulumisia ja soitimme soittimilla. Koin yllättäen rentouttavaksi olla vain lasten kanssa läsnä ja kuunnella heidän ajatuksiaan. Näistä hetkistä saa valtavasti tietoa siitä, mitä lapset ajattelevat ja toivovat, joka taas auttaa toiminnan suunnittelussa. Tein myös huomion, että lapset harvemmin tuovat tällaisissa tilanteissa ilmi negatiivisia asioita. Trogen (2021, 111) tuo esille Seligmanin näkemyksen lasten ajattelusta; sillä on väliä, kokeeko lapsi itse olevansa

huono vai vain käyttäytyneensä huonosti. Tämä antaa meille aikuisille pohdittavaa siinä, millaista ajattelumallia haluamme lasten oppivan. Miten toimimme, kun lapsi käyttäytyy ei-toivotulla tavalla? Onkin tärkeää korostaa sitä, että aikuisten tulisi nimenomaan keskittyä omaan tapaansa puhua lapselle; voi joko syyttää lasta ei-toivotusta käyttäytymisestä tai erottaa persoonan lapsen käyttäytymisestä. (Trogen 2021, 111.)

Tätä pohdin tänään itsekkin; miten toimin, puhun tai elehdin itse, kun lapsi toimii jotenkin ei-toivotusti? Tähän mahdollistuin iltapäivällä tilanne. Lapsi toimi ajattelemattomasti ja jouduin pysäyttämään tilanteen. Mietin kokonaisuudessa sitä, miten kasvattajat puhuvat. Usein jos itsekään ei ajattele, syyllistyy herkästi syyttelyyn. Kun yhtäkkiä menee johonkin tilanteeseen, sanoo herkästi ”mitä/miksi **SINÄ** noin teit?” vaikka pysähtyessään ja miettiessään hetken voisikin sanoa ”Miten sinun olisi kannattanut toimia tässä tilanteessa?”. Näissä kahdessa lauseessa erottuu se, miten lapsi kokee tilanteen; kokeeko hän itse olleensa huono vai käytöksensä olleen tilanteeseen vääränlaista? Tätä keskustelua kävin lapsen kanssa ja huomasin, että jos itse vain malttaa istua alas ja käydä keskustelua - myös lapsen näkökulma omasta itsestään voi muuttua. Tämä on taito, jota koen itsessäni tärkeäksi kehittää.

Perjantai

Tämän viikon viimeinen työpäivä. Aamu alkoi lasten poissaoloviestejä vastaanottaen, ryhmässä jylläsi myös sairasteluaalto. Koska moni lapsista oli pois, pystyin käyttämään päivän lähinnä kirjallisiin töihin. Lastenhoitajat olivat lasten kanssa ja vetivät toimintaa, kun taas itse keskityin kirjaamaan viikkokirjettä, suunnittelemaan ensi viikon toimintaa ja päivittämään ryhmän portfolioa. Viimeistelin myös joitain vasuja. Rauhallisemmat päivät ovat niitä, jolloin saa aikaiseksi paljon muuten rästiin jääviä töitä tehtyä. Huomaan itse, että ero nykyisen ja aiemman lastenhoitajan työn välillä tulee konkreettisesti kirjallisissa töissä. Huomaan kuitenkin myös itsestäni sen, että pystyn hallitsemaan, aikatauluttamaan ja tekemään työtä paremmin kuin aiemmin. Tästä on kiitos varmasti opintojen, työn ja perhe-elämän yhdistämiselle. Muutos on ehdottomasti positiivinen.

Tänään osallistuin myös kokoukseen, jossa oli mukana yksikön johtaja, opettajia sekä varhaiskasvatuksen erityisopettaja. Käymme läpi ajankohtaisia asioita, tärkeitä tulevia työtehtäviä ja yleistä keskustelua työyhteisölle tärkeistä asioista. Nämä ovat myös loistavia tilaisuuksia saada tukea omaan työhön. Kokouksen päätteeksi kävin keskustelua ryhmästäni erityisopettajan kanssa ja sain tukea ja neuvoja moniin tilanteisiin. Huomaan tässäkin eron aikaisempaan työhöni; tuntuu luontevalta moniammatillisesti erilaisissa verkostoissa. Hahmotan eri asiantuntijoiden osaamisen eri tavalla ja esimerkiksi sen myöntäminen, ettei itse osaa kaikkea, tuntuu yllättävän helpolta. Olen ymmärtänyt, ettei työssä ole tarkoituskaan tietää kaikkea tai pyrkiä olemaan vastuussa kaikesta yksin - moniammatillisuus on tässä se

ydin. Tämä on mielestäni isoin asia, jonka olen kuluneella viikolla saavuttanut; oppinut ajattelemaan omasta työstä vieläkin optimistisemmin.

Viikkoanalyysi

Avolan & Pentikäisen (2020, 249) mukaan optimismi on vahvasti kytköksissä motivaatioon. Motivaatiota voidaan luokitella kahteen osaan; sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Erityisesti sisäisellä motivaatiolla on tärkeä merkitys oppimisen kannalta. Onkin olemassa Decin & Ryanin itseohjautuvuusteoria, jossa sisäinen motivaatio koostuu kolmesta osasta; vapaaehtoisuudesta, kyvykkyydestä sekä yhteenkuuluvuudesta. Sisäisen motivaation vahvistaminen voi saada aikaan prosessin, joka lisää onnistumista, optimismia sekä merkityksellisyyttä. (Avola & Pentikäinen 2020, 250-251.) Palaan tässä ajatukseen, että positiivinen pedagogiikka muodostuu monista pienistä osista, joista kokonaisuutena tulee hyvinvointia tukevaa toimintaa. Tässä tapauksessa koen, että nimenomaan oma sisäinen motivaatio on se, mikä kannustaa ja saa kehittymään työssä aina enemmän. Onnistumiset, positiivinen ja kannustava palaute sekä kokemus oman työn tärkeydestä lisäävät sisäistä motivaatiota, mutta toimii myös optimistista ajattelua tukevana.

Näiden kuluneiden viikkojen aikana olen vahvistanut positiivisuutta niin itseni kuin lapsiryhmänikin näkökulmasta. Tämä ajattelun muutos on vahvistanut ajatustani oman työn tärkeydestä ja antanut myös minulle kokemuksia merkityksellisyydestä. Koen vahvasti, että kaikki näinä viikkoina tekemäni pohdinta ja perehtyminen positiiviseen pedagogiikkaan, on myös vahvistanut optimistista ajattelua. Tämä muutos omassa ajattelussa näkyy varmasti tavassani tehdä työtä - se on lisännyt ammatillista itsevarmuutta ja kokemusta omasta osaamisesta. Koenkin, että isoin muutos on tapahtunut nimenomaan ajattelussa. Palaan jatkuvasti tähän samaan ajatukseen ja silti jokaisella kerralla koen ajatteluni vielä edellisestä kerrasta muuttuneen. Ajattelen asioita monista näkökulmista ja otan huomioon nämä kaikki tehdessäni päätöksiä työssäni. En enää automaattisesti toimi sen mukaan, miten vaiston mukaan toimin - mietin syitä, seurauksia ja lopputulosta toiminnassani enemmän.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018, 22) mukaan lapsen oppimista edistää positiiviset tunnekokemukset sekä vuorovaikutussuhteet. Oppimista edistää myös lapsen kokema hyvinvointi ja turvallisuuden tunne. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 22.) Tämä kannustaa mielestäni nimenomaan optimiseen ajatteluun ja myös lapsille optimismiin vahvistamiseen. Salmisen (2017, luku 9) mukaan Margaret Kernanin ja muiden tutkijoiden tutkimuksen mukaan kasvattajan ja lapsen vuorovaikutuksella on kolme tasoa; kasvattajan ja lapsen välinen vuorovaikutus, vuorovaikutus pienryhmässä sekä koko lapsiryhmän kesken. Tutkimukset osoittavat, että erityisesti kasvattajan ja lapsen välinen lämmin ja turvallinen suhde vaikuttaa positiivisesti myös lapsen vertaissuhteisiin. (Salminen 2017, luku 9.) Tämän vuoksi on mielestäni tärkeää keskittyä kasvattajana omaan ajatteluun ja

asenteeseen; optimistinen ajattelu voi vaikuttaa positiivisesti omaan käyttäytymiseen ja vuorovaikutukseen, joka näkyy lasten kanssa toimiessa. On lähdettävä kasvattajan omasta toiminnasta, jotta voidaan tukea myös lasten keskinäisiä suhteita ja positiivista ajattelua. Tämän huomasin myös pohtiessani tällä viikolla sitä, miten kasvattajat yleisesti puhuvat lasten kuullen. Positiivisuus tulisikin ottaa huomioon kaikissa tilanteissa, ei vain lapselle suoraan puhuessa.

Ahonen (2017a, 25) tuo myös yhtenä ajatuksena sen, että myös temperamentilla on vaikutusta siihen, miten eri lapset ajattelevat ja kokevat eri tilanteet ja asiat. Thomasin ja Chessin teorian mukaan temperamentit voidaan jakaa kolmeen erilaiseen tyyppiin, joilla jokaisella on oma tapansa suhtautua elämään. Toisaalta on myös huomioitava, että lapsella voi olla piirteitä useammasta temperamenttityypistä. Kuitenkin perusajatuksena on, että helppo temperamentti suhtautuu elämään positiivisesti, kun taas hitaasti lämpenevä lapsi suhtautuu lähtökohtaisesti negatiivisesti, mutta reaktiot eivät ole suuntaan tai toiseen kovin vahvoja. Vaikea temperamentti taas protestoi äänekkäästi ja suhtautuu tilanteisiin näyttävän negatiivisesti. Kasvattajan ja lapsen väliseen suhteeseen vaikuttaa paljon molempien temperamenttityypit, jotka voivat joko vaikeuttaa tai helpottaa vuorovaikutusta. (Ahonen 2017a, 25-26.)

Tämä vaikuttaa vahvasti siihen, miten optimistista ajattelua voidaan tukea; on hyvä ymmärtää, että toisille optimistinen ajattelu tulee luontevammin kuin toisille, mutta ratkaisevaa onkin se, miten kasvattajana pystyy sopeutumaan erilaisiin lapsiin ja tukemaan kaikkia tasapuolisesti. Koen tällä viikolla oppineeni ymmärtämään näitä eroja paremmin; optimismi ei ole pelkästään sitä, että kaikesta ajatellaan positiivisesti, vaan se on myös yksi piirre jokaisessa ihmisessä; toisissa se on luontaisesti vahvempi kuin toisilla. Olen kokenut, että koko tämän opinnäytteen ajan olen vahvistanut ja luonut lapsiryhmään enemmän positiivisuutta, joka näkyy lasten ja aikuisten tavoissa puhua ja kannustaa toisiaan. Opin myös siitä, miten puhetyylillä voi vaikuttaa lapsen kokemukseen itsestään. Koen tärkeimmän tavoitteeni toteutuneen tällä viikolla, eli sen, että positiivisuus lisääntyi edelleen niin itsessäni kuin lapsiryhmässäni.

4.10 Viikko 10: Empatia

Viikkosuunnitelma

Päätin viimeisellä opinnäytetyön raportointiviikolla nostaa teemaksi empatian; Minulla oli monia muitakin ajatuksia, mutta empatian koin sellaisena, että siihen on hyvä päättää tämä raportointi. Pessin (2014, Myötätunto onnen lähteenä) mukaan empatiaa eli myötätuntoa voidaan pitää eräänlaisena rakkauden muotona. Käytännössä empatia on kykyä asettua toisen asemaan ja tahtoa toimia niin, että muille tulee iloa. Empatiassa on kyse tunteesta sekä teoista ja empatia rakentuu kolmesta tekijästä; taidosta havainnoida toisen tunnetiloja,

tahdosta auttaa muita sekä hyvistä teoista, jotka tuovat muille hyvän mielen tai auttavat. Empatiaa kuvaa parhaiten se, että sitä koetaan niin suruissa kuin iloissa, se on ikään kuin tunnetilojen jakamista ja ymmärtämistä, kanssa kulkemista ja elämän jakamista. (Pessi 2014, Myötätunto onnen lähteenä.)

Ajattelen, että empatia on taito, jota on hyvä harjoittaa ja kehittää. Trogen (2021, 225) on kuvannut osuvasti sitä, miksi valitsin empatian yhdeksi viikkoteemaksi ” Empatia on lapsen hyväksymistä sellaisena kuin hän on - vielä asioita opettelevana ja parhaansa yrittävänä.” Empatia saa miettimään omaa toimintaa lapsiryhmässä ja sitä, miten suhtaudun erilaisiin tilanteisiin, lapsiin ja muihin ihmisiin. Tämän vuoksi haluan kehittää ja pohtia niin lapsiryhmän kuin oman toiminnan tasolla tätä kokonaisuutta. Keskeisenä tavoitteena on pohtia, miten lasten empatiakykyä voidaan tukea sekä sitä, miten empatia näkyy niin lasten kuin omassakin toiminnassani.

Maanantai

Aloitin tämän viimeisen viikon aikaisella aamuvuorolla. Avasin päiväkodin seitsemältä aamulla ja tarkistettuani tilat, kävin läpi sähköpostit. Aamulla oli myös rauhassa aikaa valmistella lasten vasuja ja hyveitä. Lapsia tuli paikalle ripotellen ja päätin aloittaa viikon konkreettisella hyvän mielen teolla; tein jokaisen lapsen puuroon hymynaaman. Ajattelin, että tässä olisi pieni, nopea, mutta silti sellainen ele, joka ilahduttaisi lapsia. Itse toteutus ei joka kerta mennyt ihan nappiin, mutta toisaalta lapset saivat iloa myös hirviön näköisistä naamoista. Siirryimme pienryhmissä ulkoilemaan. Usein monet riitatilanteet tulevat juuri siirtymissä; siirtymätilanteissa on muutenkin pienelle lapselle monta muistettavaa asiaa samaan aikaan, paljon muuttuvia tekijöitä ja mahdollisesti myös levottomuutta. Nämä ovat myös niitä tilanteita, jotka vaativat edelleen, vuosienkin kokemuksen jälkeen, aikuiselta kykyä ymmärtää lasten vielä harjoittelevan monia asioita.

Ulkoilun jälkeen pidimme satuhetken. Lapsiryhmässä on tällä hetkellä ollut kova tarve kilpailla, voittaa ja olla paras tai ensimmäinen kaikessa. Tämä on aiheuttanut paljon mielenpahoitusta ja riitoja lasten välille. Tämän vuoksi satuhetkellä käytiin läpi tunnetaitoja, kateutta ja muiden huomioon ottamista. Tarinassa seikkaili koala ja kävimme lasten kanssa keskustelua siitä, missä kukin kokee olevansa hyvä tai paras. Tästä hetkestä tuli omanlaisensa vahvuksien tunnistamisen hetki, kun monet keksivät itsestään onnistumista tuottaneita asioita, joille muut taputtivat. Tarinassa päädyttiin lopulta siihen, että kaikilla on omia vahvuuksia ja kateuskin on vain tunne - virheitä voi tehdä, niistä voi oppia ja muilta pyytää anteeksi. Tärkeitä taitoja, joita tarvitsee elämässä aina.

Ruokailun jälkeen siirryin työyhteisön yhteiseen kokoukseen, jossa kävimme läpi ajankohtaisia asioita. Mietin, kuinka empatiaa taitona tarvitaan myös aikuisten kesken ja myös työyhteisössä. Koen itse usein niin, että aikuisten malli on parempi kuin mitkään kirjat tai

sadut, joita lapsille luetaan. Aikuiset ovat niitä, joiden toimintaa lapset seuraavat koko ajan; satuja vain pienen hetken ajan. Molemmille on tarvetta, mutta ison osan päivästä lapset viettävät nimenomaan aikuisten kanssa. Olenkin siis kokenut tämän vuoksi tärkeäksi, että sanoitan tekemisiäni, tunnetilojani ja voin sanoa ääneen, jos on vaan huono päivä syystä tai toisesta. Näitä ei toki saa näyttää koko ajan, mutta muut voivat ymmärtää paremmin, jos asiat sanoittaa. Siinä ikään kuin antaa mahdollisuuden empatialle.

Tiistai

Tämä päivä aloitettiin iltavuorosta; lapset olivat jo ulkoilemassa, kun vasta saavuini töihin. Siirryin heidän kanssaan ulkoilemaan aurinkoiseen säähän, ihmettelemään ja leikkimään. Aamu meni nopeasti ja lasten nukkuessa sain tehtyä kirjallisia töitä. Iltapäivällä söimme välipalan, jonka jälkeen oli lapsilla hetken leikkiaikaa. Seurasin lasten leikkejä, kunnes kahden lapsen välille tuli iso riitatilanne. Mietin usein ennakolta, miten näissä tilanteissa toimitaan, jotta ei tule toimittua vain tunteen tai aiemman kokemuksen perusteella, vaan järjen ja tiedon. Luonnollisesti tappelevat lapset tulee erottaa toisistaan, mutta ratkaisevaan on, mitä sen jälkeen sanoo. Syylistäkö tekoa vai lasta, kuuntelenko molempia osapuolia ja onko minulla itselläni mahdollisesti ennakkokäsitys tilanteen kulusta? Näinkö mitä tapahtui ja jos en, onko minulla ennakkokäsitys siitä, mitä on tapahtunut?

Näissä tilanteissa nousee myös empatian tunne. Toisaalta nyt iltapäivällä olleessa tilanteessa näin itse koko tapahtumaketjun ja näin mahdollisuuden - tilanteessa ei ollut syyllisiä eikä uhreja, vaan molemmilla lapsilla oli osansa tilanteen synnyssä. Tilanne oli tunteikas ja vaati paljon sanoittamista ”tiedän, että sinua harmittaa, mutta niin harmittaa myös kaveria.” Koin tärkeäksi tuoda esille nimenomaan sen, että molempia harmitti ja auttaa lapsia kokemaan empatiaa toisiaan kohtaan. Tilanne ratkesikin yllättävällä tavalla; toinen lapsista ilmoitti, että hän haluaa auttaa ja tehdä kaverin rakennelman uudestaan, jotta kaverille tulisi parempi mieli. Tämä ilahdutti molempia ja leikit jatkuivat sovussa. Huomasin taas kerran, että lapset saattavat yllättää ja ymmärtää paljonkin, kun heidän kanssaan vain keskustellaan ja käydään tilanteet läpi kunnolla.

Pessi (2014, Myötätunto onnen lähteenä) korostaa empatian olevan nimenomaan inhimillisyyden perusta. Empatiaa ja inhimillisyyttä voidaan myös harjoittaa nimenomaan hyvillä teoilla. Pessi (2014, Myötätunto onnen lähteenä) on kuvannut empatian eli myötätunnon ja inhimillisyyden välistä suhdetta konkreettisesti (Kuvio 3). Käytännössä myötätunto saa tekemään konkreettisia hyviä tekoja muille, jota voidaan pitää inhimillisyyden lähtökohtana. Myötätunto toimii kuin ketjuna - hyvät teot tuovat energiaa ja hyvinvointia, joka saa ihmisen kokemaan enemmän myötätuntoa ja tekemään hyviä tekoja myös muille. (Pessi 2014, Myötätunto onnen lähteenä.) Koin tämän iltapäivän tapahtumaketjun olleen erinomainen esimerkki siitä, miten hyvillä teoilla on iso voima ja

tunteiden sanoittaminen sekä empatia vaikuttavat hyvien tekojen tekemiseen ja auttamisen haluun.



Kuvio 3: Myötätunto inhimillisyyden perustana ja konkretiana (Pessi 2014)

Keskiviikko

Tänään oli vuorossa viikon toinen iltavuoro. Päivä alkoi ulkoilulla. Kevät on tuonut mukanaan hiekkaleikit, mutta myös niistä seuraavat kiistatilanteet. Tänään otimmekin harjoittelun kohteeksi sen, että harjoitellaan toisten tunteiden tunnistamista. Ulkona havainnoin lapsia ja olin välillä ohjaamassa leikkien kulkua. Useimmiten kiistat ja riidat alkoivat siitä, että lapsi huomaamattaan heitti hiekkaa takana kulkevan päälle. Näissä tilanteissa harjoittelimme katsomalla yhdessä kuvista, miltä kaverista tuntuu. Näyttikö kaveri surulliselta, itkuiselta vai kenties kiukkuiselta? Miltä kaverista ehkä tuntui, kun hiekkaa lensi silmiin? Kuvien käyttö teki tunteista konkreettisempia, joka auttoi myös lapsia hahmottamaan tilanteita.

Vilenin ym. (2013, 157) mukaan lapsi oppii empatiaa vuorovaikutuksessa kasvattajan kanssa. Empatian kehittyminen alkaa siitä, kun lapsi alkaa hahmottaa ja viestimään itsekin käyttäen erilaisia eleitä ja ilmeitä, eli sanattomia viestejä. Toisille empatia tulee enemmän luonnostaan, mutta jotkut tarvitsevat enemmän selittämistä, jotta ymmärtävät, miksi toisesta tuntuu pahalta. Aikuisen tehtävänä on auttaa lasta tunnistamaan, mitä erilaiset eleet ja ilmeet tarkoittavat. Jokaista lasta tulisi tukea ja auttaa empatiakyvyn kehittämisessä sen mukaan, miten lapsi yksilöllisesti tarvitsee. (Vilen ym. 2013, 157.)

Mielestäni empatiakyky korostuu etenkin silloin, kun toisella on paha mieli. Toisaalta halusin miettiä tätä myös toiselta kannalta; miksi ei opeteltaisi sitä, miltä tuntuu asettua toisen asemaan, kun hän on iloinen. Tunteista puhuminen siirtyi myös muutenkin leikkiin ja käytäntöön enemmän; miltä tuntuu autosta, nallesta tai nukesta leikissä? Empaattisuus liitetään usein vain suruun tai pahaan mieleen, mutta mielestäni se on taito, jossa voidaan tuntea toisten kanssa niin surua kuin iloakin.

Torstai

Tänään oli vuorossa tämän viikon viimeinen työvuoro ja näin ollen myös viimeinen työvuoro tätä päiväkirjaraportointia. Saavuin töihin välivuoroon ja aamu olikin alkavan pääsiäisen vuoksi rauhallinen, koska osa lapsista oli siirtynyt jo lomalle. Tänään oli kuitenkin myös moniammatillisen yhteistyön vuoro, sillä yksikön varhaiskasvatuksen erityisopettaja eli veo tuli ryhmään havainnoimaan ja tarkkailemaan niin lapsia kuin myös toimintaa. Hän oli vasta aloittanut työssään, joten kyseessä oli enemmän ryhmään tutustuminen. Tämä oli myös erinomainen tilaisuus nähdä, miten hän ohjaa lasten leikkiä, havainnoi ja toimii ryhmässä.

Olimme yhdessä mukana lasten leikissä ja samalla havainnoimme. Olimme aiemmin käyneet keskustelua siitä, mitä havaintoja minulla jo ryhmästä oli - pikaisella keskustelulla havaintomme olivat hyvin samankaltaisia. Hän antoi konkreettisia neuvoja, joita testaamme ryhmässä jatkossa. Huomasin myös, millainen merkitys aikuisen toiminnalla on lasten leikkiä kannattelemassa. Samalla voidaan tukea myös lasten tunnetaitoja sekä kykyä empatiaan. Trogenin (2021, 225) mukaan empatia lähtee kyvystä kohdata lapsi tavalla, joka saa lapsen tilaan, jossa hän on valmis oppimaan uutta. Tämä vaatii aikuiselta kykyä nähdä tilanteet lapsen näkökulmasta ja sanoittaa erilaisia tunteita, joka vahvistaa luottamusta ja yhteyttä aikuisen ja lapsen välillä. (Trogen 2021, 225.)

Sovimme veon kanssa, että jatkamme yhteistyötä ja palaamme hänen havaintoihinsa myöhemmin. Lapset menivät lepopohetkelle, jonka aikana kävimme tiimipalaverin. Tässä kävimme yhdessä läpi veon kertomia havaintoja ja ajatuksia niistä. Kerroin havainnoistani, että lapset selkeästi olivat veon käynnin jälkeen väsyneitä, ja pohdin ääneen, oliko mahdollista, että lapset pyrkivät olemaan parhaimmillaan vieraan aikuisen käynnin ajan? Tämä näkyi nimittäin muutamissa lapsissa ennen lepopohetkelle siirtymistä erilaisina isoina tunnereaktioina. Osa kaiketi pinnisti viimeiseen asti ja tunteet sekä väsymys vieri päälle, kun paikalla oli vain tutut ja turvalliset aikuiset. Pidän tärkeänä, että lasten ei tarvitse yrittää olla jotain muuta kuin ovat ja tunteita saa kokea.

Perjantai

Eletään pääsiäisviikkoa, joten pitkäperjantaina luonnollisesti päiväkodit ovat kiinni, joten itsekin vietän vapaapäivää. Halusin kuitenkin kokonaisuutena pohtia vielä empatiaa lasten ja varhaiskasvatuksen näkökulmasta. Tämän takia olikin mielenkiintoinen näkökulma ylipäättään empaattisuuteen Avolan & Pentikäisen (2020, 261) ilmi tuoma näkemys, että empatian kokemiselle suurimmat esteet ovat stressi ja väsymys. Uupumus ja stressi saavat ihmisestä epäystävällisen ja silloin on vaikeaa olla empaattinen. Stressaantuneen aivot menevät ns. ”taistele, pakene tai jähmety”-tilaan, jossa primitiiviset reaktiot ottavat vallan. Omasta hyvinvoinnistaan täytyy pitää huolta ensin, jotta voi olla muille empaattinen ja myötätuntoinen. (Avola & Pentikäinen 2020, 261.)

Tämä on mielestäni tärkeä huomio ja varsinkin varhaiskasvatuksessa, joka on noussut paljon julkisuuteen etenkin uupumuksen ja stressaantuneen henkilöstön vuoksi. Työ vaatiikin paljon suunnittelua, ajanhallintaa ja stressinsietokykyä. Itselläni näiden kehittyminen on vaatinut oman polkunsaa, mutta tällä hetkellä onneksi voin todeta olevani työstäni vähemmän stressaantunut, vaikka se on vaativampaa, kuin ehkä nuorempana. Avolaa & Pentikäistä (2020, 262) lainaten ”Meidän tulee olla läsnä myös itsellemme ja omille tunteillemme, jotta huomaamme, jos alamme itse väsyä ja tarvitsemme vuorostamme myötätuntoa ja huolenpitoa.”

Viikkoanalyysi

Tällä viikolla tavoitteena oli keskittyä empatiaan eli myötätuntoon. Empatia on toisen asemaan asettumista ja tunteiden ymmärtämistä. Koin vahvasti, että tämä teema toimii viimeisenä ja koko opinnäytteen kokoavana; tästähän positiivinen pedagogiikka oikeastaan lähtee. Olen kuluneiden viikkojen aikana keskittynyt pohtimaan niin omia kuin lastenkin kehittymistä tunnetaidoissa positiivisen pedagogiikan keinoin. Empatia on noussut olennaisesti näissä pohdinnoissa monessa kohtaa. Empatia on myös taito, jota voi opetella; toisilla on sitä enemmän luonnostaan ja toisten harjoitella enemmän, mutta taidosta hyötyy koko elämän ja se tukee lasten hyvinvointia pitkäjänteisesti. Tärkeää on kuitenkin huomioida, että empatia lähtee aikuisen mallista ja siitä, miten aikuinen käsittelee myös omia tunteitaan. Opin myös siitä, miten hyvinvointi vaikuttaa empatiakykyyn; kiireessä ja stressaantuneena kyky kokea empatiaa vähenee.

Trogenin (2021, 227) lainaama Brene Brownin lause kiteyttää kokonaisuutena sen, miksi valitsin empatian tähän opinnäytteeseen yhdeksi teemaksi: ”Empatian voima on sen välittämässä viestissä. Olen tässä sinun kanssasi. En ole tässä korjatakseeni sinua. En ole tässä tunteakseni puolestasi. Olen tässä tunteakseni kanssasi ja kertoakseni, että et ole yksin.” Trogen (2021, 226) korostaa myös sitä, että lapsen käytös voi olla väärin, mutta lapsi itsessään ei ole. Ei ole tarkoituksenmukaista mennä mukaan lapsen tunteeseen käytöksen takana tai ottaa tunnetta itselleen - empaattinen kohtaaminen on sitä, että aikuinen on lapsen puolella, katsoo tilannetta lapsen näkökulmasta muttei lapsen tasolta. Empatia saa lapsen tuntemaan tullessa kuulluksi, kokee yhteyttä ja tämä rauhoittaa tilannetta. (Trogen 2021, 226.)

Tällä viikolla olen ottanut erilaisen näkökulman ristiriitatilanteiden ratkaisemiseksi - olemme keskittyneet lasten kanssa miettimään toisen asemaa, tunteita ja miten niitä ratkaistaan. Pelkkä ”anteeksi” ja uuteen leikkiin juokseminen ei ole enää ollut ok, vaan tilanteet on ratkaistu mieltä ja yhdessä läpi käyden. Aikuisen roolina on nimenomaan empaattisen kohtaamisen mahdollistaminen, sekä sen ymmärtäminen, mitä tunteita käyttäytymisen taustalla mahdollisesti on. Empatia kehittyy nimenomaan vuorovaikutuksessa ja lapsi

tarvitsee siihen aikuisen tuen. On hienoa nähdä kehittymistä lasten taidoissa, sekä siinä, miten oma ajattelu muuttuu teoretiedon lisääntyessä ja siihen perehtyessä. Kun ajattelen omaa toimintaani aiemmin, en osannut ajatella näin tarkkaan vaikkapa sitä, kuinka tärkeää on lapsen toiminnan kannalta se, miten itse päätän toimia tilanteissa ja kuinka vaistot, aiemmat kokemukset ja kohtaamiset tuovat oman osansa toimintaan ammattilaisena. En myöskään osannut ajatella, että empatiakyky on jotain, mitä tulee sekä luonnostaan että kehittämällä. Tämä matka opinnäytteen parissa tällä viikolla on sisältänyt paljon oivalluksia, jotka ovat tulleet myös käytäntöön - omaan hyvinvointiin panostaminen ja ennakoiminen niin, että tilanteita, joissa toiminta tulee kiireen keskellä, olisi vähemmän. Myös lasten kannustaminen toistensa auttamiseen on keino empatian lisäämiseen.

Pessin (2014, Myötätunto onnen lähteenä) mukaan tutkimuksissa on saatu vahvasti näyttöä siitä, että ihminen on vahvasti jo syntyjään epäitsekäs ja auttamishaluinen olento. Empatialla on vahva biologinen perusta, sillä ihmisen vagusherma tekee rintaan lämpimän tunteen, kun näemme ihmisten auttavan toisiaan. Toisilla vagusherma on aktiivisempi ja heillä on luontaista auttaa muita enemmän. Myös oksitosiinihormoni vaikuttaa ihmisten empatiakykyyn positiivisesti. (Pessi 2014, Myötätunto onnen lähteenä.) On mielenkiintoista, miten empatialla on vahva biologinen tausta ja miten yksilölliset ominaisuudet ihmisen biologiassa ovat empatian taustalla. Empatia on siis käytännössä ihan biologinen reaktio ja siten myös selitettävissä. Tämän viikon tavoitteena oli miettiä sitä, miten empatia näkyy lapsiryhmässä ja tätä miettiessäni huomasin, että se näyttäytyy pienissä teoissa. Lapset ovat myös hyvin erilaisia; osa juoksee innoissaan auttamaan kaikessa, kun taas toiset vetäytyvät. Empatia näkyykin nimenomaan arjessa noina pieninä tekoina.

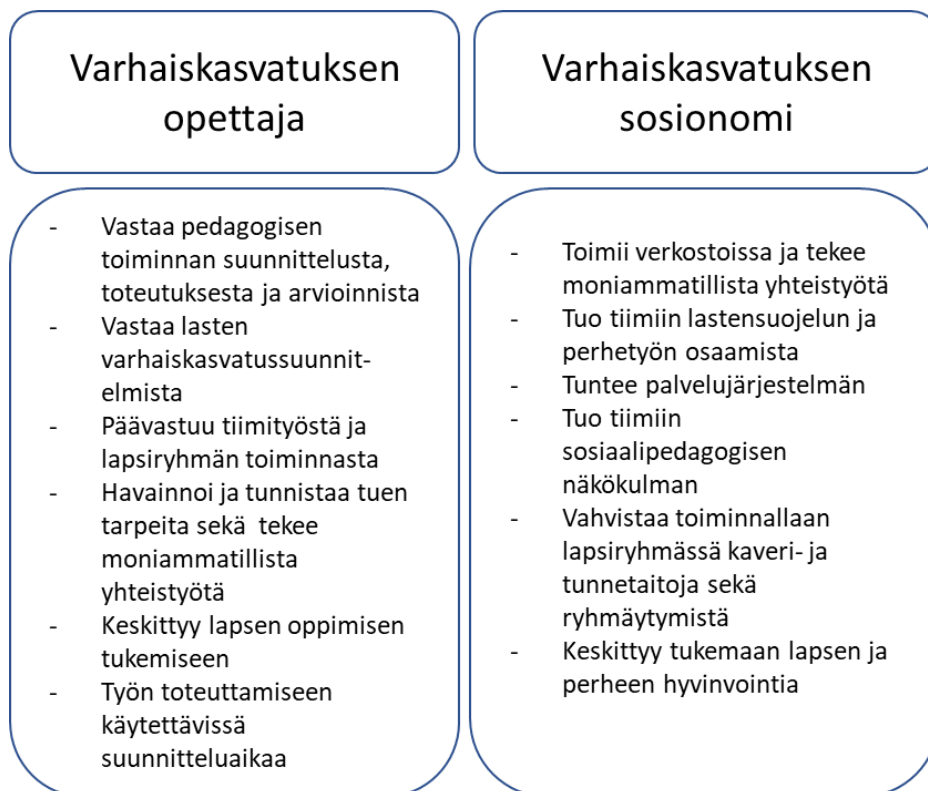
5 Yhteenveto

Opinnäytteessäni oli tarkoitus suunnitelmavaiheessa kehittää varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuva positiivisen pedagogiikan menetelmin. Koin alkuun haasteita yhdistää nämä kaksi isoa viitekehystä yhteen; osittain sen takia, että varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuva on edelleen hyvin uusi ja vielä paljon kehitettävä kokonaisuus. Sain kuitenkin nämä kaksi näkökulmaa yhdistettyä ja luotua kokonaisuudeksi, jota hyödyntää työssäni. Pohdin paljon nimenomaan varhaiskasvatuksen sosionomin ja varhaiskasvatuksen opettajan työnkuvien eroa konkreettisesti.

Käytännössä kesken opinnäytteen työyhteisössä tilanne muuttui ja varhaiskasvatuksen sosionomina tekemäni työnkuva meni luonnostaan enemmän varhaiskasvatuksen opettajan työn suuntaan. Lopulta päädyin tekemään muutoksia ja vaihtamaan työnkuvaani virallisesti kokonaan sosionomista opettajaksi, jotta opinnäytteen kokonaisuus säilyisi selkeänä, sillä ryhmän opettajan puuttuessa työnkuvassani oli paljon työtehtäviä, jotka eivät oikeastaan olisi

kuuluneet sosionomille vaan opettajalle. Tämä olisi mielestäni antanut väärän kuvan varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuvasta opinnäytteessä.

Oman ammatillisen kehittymisen kannalta koin hyvänä, että opinnäytteeseen tuli molemmat työnkuvat ja koin saavani hyvin paljon ammatillisesti siitä, että sain toimia opinnäytteen ajan molemmissa tehtävissä. Samalla myös oma ajatukseni nimenomaan sosionomin ja opettajan työnkuvien erosta syventyi, joka antoi toimeksiantajalle tärkeää tietoa siitä, mihin suuntaan varhaiskasvatuksessa olisi työntekijän näkökulmasta näitä tehtäviä hyvä kehittää jatkossa. Konkreettisesti työnkuvien erot on kuvattu opinnäytteen havainnoinnin perusteella kuviossa 4.



Kuvio 4: Varhaiskasvatuksen opettajan ja varhaiskasvatuksen sosionomin erot

Konkreettisin ero työnkuissa on vastuussa. Varhaiskasvatuksen opettajalla on kokonaisvastuu lapsiryhmän pedagogisesta toiminnasta. Varhaiskasvatuksen sosionomi tuo sosiaalipedagogiikan näkemyksen ja keskittyy nimenomaan lasten ja perheiden hyvinvointiin, kun taas opettaja keskittyy enemmän oppimiseen. Varhaiskasvatuksen sosionomi tekee tiivistä yhteistyötä opettajan kanssa, mutta opettaja kuitenkin suunnittelee ja vastaa ryhmän toiminnasta.

Tämä näkyy myös opettajalle kuuluvassa suunnitteluajassa eli SAK-ajassa. OAJ:n (2022b, 4) mukaan varhaiskasvatuksen opettajan työajasta 13 % eli noin viisi tuntia viikossa tulee varata lapsiryhmän ulkopuoliseen työhön, joka sisältää opetus- ja kasvatustyön suunnittelua,

arviointia ja kehittämistä. Myös varhaiskasvatussuunnitelmien laatiminen kuuluu opettajan SAK-aikaan. (OAJ 2022b, 4.) Varhaiskasvatuksen sosionomilla ei tällä hetkellä ole vastaavaa lapsiryhmän ulkopuolista työaika.

Varhaiskasvatuksen opettajalla on siis varattu aikaa myös kehittämistyölle. Opinnäyte opetti myös menetelmänä osallistuvasta havainnoinnista käytännössä. Osallistuvan havainnoinnin käyttäminen opinnäytteessä antoi uutta ammatillista näkökulmaa ja sai pohtimaan omaa ammatti-identiteettiä ja sen kehittymistä. Opinnäytteessä osallistuva havainnointi oli enimmäkseen kirjoittajan omaa reflektiota ja ammatillista kehittymistä. Kehittymisen havainnointi tapahtui positiivisen pedagogiikan viitekehyksestä ja tarkentui opinnäytteen edetessä vielä tunnetaitokasvatukseen.

Vilkan (2006, 2.2.2) mukaan osallistuvan havainnoinnin taustalla voi olla ennakkoon suunniteltu viitekehys, joka ohjaa havainnoinnin näkökulmaa. Osallistuvaa havainnointia voi edistää vielä hyödyntämällä kohdistettua havainnointia. Kohdistetun havainnoinnin hyödyntäminen on mahdollista vasta sitten, kun tutkijalla on käsitys tutkimuksen kokonaisuudesta. Kohdistetussa havainnoinnissa tutkija osallistuu arkeen, mutta havainnointia rajataan tiettyihin kohteisiin, tapahtumiin tai tilanteisiin tutkinnan kohteessa. Usein lähtökohdana kohdistetulle havainnoinnille toimii tutkijan oma kiinnostus. (Vilka 2006, 2.2.2.)

Positiivinen pedagogiikka oli aiemmin kiinnostanut minua ja olen ajatellut sen olevan itselleni sopiva pedagoginen näkemys, vaikka varsinainen teorianäkökulma osaaminen oli vielä varsin pintapuolista opinnäytteen alussa. Koin alkuun haasteita aiheen rajaamisessa, sillä teorianäkökulma osoittautui hyvin laajaksi. Toimeksiantajalta nousi yksikön toimintasuunnitelmassa erityisesti tunne- ja kaveritaidot, joten pyrin rajaamaan ja nostamaan näitä teemoja erityisesti positiivisen pedagogiikan näkökulmasta. Aihe antoi paljon uutta ja vei mukanaan enemmän, kuin mitä opinnäytettä aloittaessani osasin kuvitella. Oma motivaatio ja kiinnostus oppia uutta tuli konkreettisesti opinnäytteessä tuotua käytännön työhön, joka motivoi oppimaan aiheesta lisää.

Opinnäytteen ensimmäisellä viikolla aloitin positiivisen pedagogiikan pohtimisen yhteyden luomisen näkökulmasta. Pohdin paljon aidon läsnäolon ja kohtaamisen merkitystä niin lapselle kuin kasvattajallekin. Nämä yhdistyivät kaveri- ja tunnetaitoihin ja monessa otteessa opinnäytetyötä huomasin palaavani nimenomaan kohtaamisen ja läsnäolon merkitykseen työssäni. Kävin läpi paljon sitä, millaisia haasteita ja ajatuksia kohtasin; huomasin esimerkiksi kiireen, stressin ja melun vaikutukset kykyyn olla läsnä ja kohdata lapsia ja ottaa vastaan heidän tunteitaan.

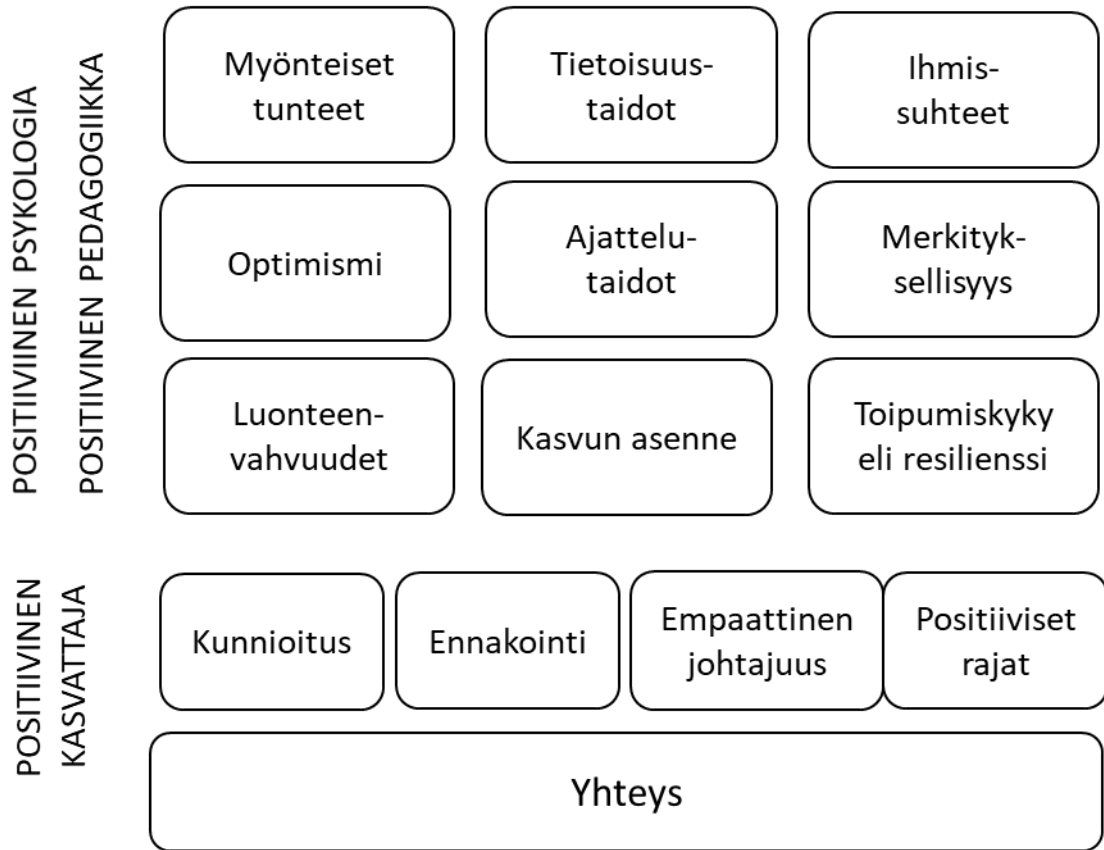
Opinnäytteen aikana huomasin, kuinka tärkeää on oma hyvinvointi, jotta voi toimia kasvattajana ja tukea lasten kasvua ja kehitystä. Koin viikkoteemoja herättävän pohtimaan

teemoja monesta näkökulmasta, joka kehitti omaa ammatillista osaamistani. Siirsin oivalluksiani käytännön työhön ja aloin kiinnittämään enemmän huomiota positiivisuuteen ja onnistumisiin niin itseni kuin lastenkin osalta. Isoin kehittyminen tapahtui nimenomaan hyvän tunnistamisessa ja sen sanoittamisessa. Teoriatieto tuki reflektointia.

Positiivisuus ja onnistumiset olivat koko opinnäytteen kantava teema, joka näkyi jokaisella raportointiviikolla. Trogen (2021, 26) on lainannut Rebecca Eanesia seuraavasti ”Meidän tehtävämme on tehdä parhaamme sillä tiedolla, joka meillä on saatavilla, vaikka se tarkoittaisi uusien tapojen opettelemista.” Tämä kuvasi kokemustani opinnäytteen prosessista. Opin uutta tietoa, muutin omia toimintatapojani ja tein parhaani, sillä tiedolla ja osaamisella, mitä minulla oli. En pyrkinyt täydellisyyteen, vaan tekemään sen mihin pystyn.

Reflektioin ja pohdin oman toimintani merkitystä ryhmän ilmapiiriin ja lasten kasvuun ja kehitykseen. Kokonaisuutena opinnäytteen raportointiviikkojen teemat voi tiivistää parhaiten Trogenin (2021, 27) kehittämään positiivisen kasvatuksen taloon (Kuvio 4). Positiivisen kasvatuksen talossa yhdistyvät ne tekijät, jotka luovat lapsen kehitykselle ja kasvulle hyvän pohjan. Taloon on yhdistetty kokonaisvaltaisesti lapsen hyvinvointia parantavat vuorovaikutus-, ihmissuhde- ja elämäntaidot. (Trogen 2021, 27.) Positiivisuuden talossa yhdistyy siis tämän opinnäytteen jokaisen viikon tärkeimmät kohokohdat, joita käytiin läpi niin omina teemaviikkoinaan, mutta ne olivat kaikki silti läsnä myös jokaisessa raportointiviikossa.

POSITIIVISEN KASVATUKSEN TALO



Kuvio 5: Positiivisen kasvatuksen talo (Trogen 2021)

Eräessä viikkoanalyysissä pohdin erityisesti kasvattajan oman kehittymisen merkitystä. Pohdin sitä, miten oma myönteisten tunteiden ja onnistumisten kokeminen vaikuttavat työhön varhaiskasvatuksessa. Trogen (2021, 33) kuvaa tätä aikuisen omaksi positiiviseksi kasvuksi. Positiivisen kasvun ydinajatuksena on, että kokee oppivansa uutta ja menevänsä koko ajan eteenpäin kohti hyvinvointia ja kukoistusta. Se on kokemusta kehittymisestä ja kasvusta, kuin myös omien voimavarojen tunnistamista. Kasvattajan omalla itsetuntemuksella, voimavaroilla ja positiivisella kasvulla on vaikutusta siihen, miten toimimme lasten kanssa. (Trogen 2021, 33.) Koin opinnäytteen raportointiviikkojen aikana paljon sitä, että opin uutta ja menen ammatillisesti eteenpäin. Sain itseluottamusta ja voimavarani tehdä työtäni lisääntyivät. Nämä olivat selkeää kehitystä, joka näkyi myös tavassani toimia lapsiryhmässä. Oivalsin positiivisiin aloitteisiin tarttumisen tärkeyden ja kuinka hyvä kasvaa siihen keskittymällä. Konkreettisesti tämä näkyi lapsiryhmässä lisääntyneenä auttamisena ja kaverien kehumisena, sekä lasten ylpeytenä omista taidoistaan.

Huomasin viikkojen kuluessa, kuinka jokainen valitsemani teema tuki toistaan ja oli ikään kuin jatkumoa. Taustalla ollut teoriatieto syventyi ja vei mukanaan, joka tuntui lopulta eheältä kokonaisuudelta. Pääsin mukaan positiivisen pedagogiikan maailmaan ja hyödyntämään sitä konkreettisesti työssäni. Leskisenoja (2019, 15) kuvaa positiivisen pedagogiikan oppimista neljällä tasolla; opi, elä, opeta ja sulauta. Nämä neljä sanaa kuvaavat positiivisen pedagogiikan omaksumisen prosessia. Jokainen taso toimii vuorovaikutuksessa keskenään. Positiiviseen pedagogiikkaan perehdytään tutustumalla teoriaan, kokemalla sitä itse ja oppimalla, jonka jälkeen näitä opittuja kokemuksia voi tuoda niin lapsiryhmään kuin työyhteisöönkin. (Leskisenoja 2019, 15.)

Seuraava taulukossa 2 on nostettu ne asiat, jotka ovat mielestäni olleet olennaisimmat hyödyt oppinäyteprosessissa.

OPINNÄYTTEEN HYÖDYT

OMA AMMATILLINEN KEHITTYMINEN	LAPSIRYHMÄ	TOIMEKSIANTAJA
<ul style="list-style-type: none"> - Teoriatiedon hyödyntäminen arjessa - Oman työhyvinvoinnin lisääntyminen - Oman työn reflektointi osana työskentelyä - Ammatti-identiteetin kehittyminen - Oman kasvatusnäkömyksen selkiytyminen 	<ul style="list-style-type: none"> - Positiivisen pedagogiikan menetelmät osaksi lapsiryhmän toimintaa - Tunne- ja kaveritaitojen tukeminen eri menetelmin - Vahvuuksien ja onnistumisten tunnistaminen ja sanoittaminen - Empatian ja positiivisuuden lisääntyminen 	<ul style="list-style-type: none"> - Yksikön toimintasuunnitelman toteuttaminen - Tietoa varhaiskasvatuksen sosionomin konkreettisesta työkuvasta - Selkeyttää näkemystä varhaiskasvatuksen sosionomin ja opettajan työkuvista - Hyvän huomaaminen työyhteisössä

Taulukko 2: Opinnäytteen hyödyt

Erityisesti opinnäytteen hyödyistä haluan korostaa vahvan teoreettisen osaamisen tuomista käytäntöön. Teoriaosaaminen on lisännyt oman työn reflektointia ja saanut pohtimaan omaa ammatillisuutta uudesta näkökulmasta. Opinnäytteen aikana vahvistui oma ammatillinen kasvatusnäkömykseni ja tulevaisuudessa haluan kehittää vielä osaamista enemmän. Sain vahvistusta sille ajatukselle, että haluan olla positiivisuuteen keskittyvä ja sensitiivinen kasvattaja. Opin myös ymmärtämään inhimillisyyttä, jota tarvitaan niin varhaiskasvatuksen sosionomin kuin opettajankin työssä. Itselleen tulee olla armollinen ja aina kaikki ei voi mennä täysin oppikirjan mukaan - tärkeintä on kuitenkin ajatuksen tasolla tietää ja oppia kaikista näistä tilanteista.

Oivalsin opinnäytteen aikana yhä enemmän siitä, miten vaatimukset itseäni kohtaan voivat olla esteenä ammatilliselle kehitymiselle. Opin päästämään irti tietyllä tasolla ja hakemaan tukea työyhteisöltä. Ymmärsin, että kaikkea ei tarvitsekaan osata itse ja toisten ammatillinen osaaminen voi tukea omaa työtäni. Sain varmuutta omaan työhön ja mahdollisuuden reflektoida omaa osaamista. Tämä näkyi suoraan ammatti-identiteetin kehittymisenä sekä tiettyinä rauhallisuutena toimiessani lapsiryhmässä. Tämä vaikutti positiivisesti kohtaamisiin niin lasten kuin työyhteisön kollegoiden kanssa.

Myös lapsiryhmäni hyötyi opinnäytteen aikaisesta työskentelystä. Ammattitaidon kehittyminen näkyi mm. oman työn hallintana, jolloin lapsiryhmässä työskennellessä keskittyminen oli lapsissa, joka mahdollisti heidän kokemuksensa tulla nähdyksi ja kuulluksi. Opinnäytteen aikana keskityttiin vahvasti lasten vahvuuksiin ja onnistumisiin, jotka huomioitiin arjessa ja lapset oppivat huomioimaan myös omaa osaamistaan. Käytimme positiivisen pedagogiikan menetelmiä, kuten tunne- ja kaveritaitokortteja sekä satuja tunne- ja kaveritaitojen vahvistamiseen. Opettelimme paljon yhdessä arkisissa tilanteissa toisten huomiointia, empatiakykyä ja tunteiden ymmärtämistä. Ristiriitatilanteissa mietittiin yhdessä kavereiden tunteita ja käytettiin kuvia tilanteen tukena. Opin paljon siitä, miten vahvistetaan lasten tunne- ja kaveritaitoja, joka hyödytti myös lapsiryhmää. Toivon, että tämä kehitys jatkuu vielä lapsiryhmässä.

Varhaiskasvatuksen sosionomin työnkuva on vielä melko uusi, joten toimeksiantaja sai konkreettista tietoa työstä, joka oli yksi iso hyöty. Toisaalta opinnäytetyön aikana muuttunut toimenkuva antoi mahdollisuuksia nähdä konkreettisesti varhaiskasvatuksen sosionomin ja opettajan työnkuvien erot ja kehittämisen tarpeet. Opinnäytteen aikana käytetyt positiivisen pedagogiikan menetelmät tukivat yksikön toimintasuunnitelmassa asetettuja tavoitteita lasten välisen vuorovaikutuksen sekä kaveri- ja tunnetaitojen kehittämisen osalta. Opinnäytteen aikana pohdin myös positiivisen pedagogiikan näkökulmia oman tiimin johtamisen näkökulmasta, joka hyödytti tiimin toimintaa.

Omalta osaltani sain kehitettyä paljon osaamistani positiivisen pedagogiikan suuntaan niin varhaiskasvatuksen sosionomina kuin opettajanakin. Sain aloitettua ammatillisen kehittymisen matkan, joka jatkuu edelleen. Suurin muutos tapahtui varmasti omassa ajattelussani, sillä opin päästämään irti aiemmasta lastenhoitajan ammatti-identiteetistä, vaikka se onkin tuonut paljon osaamista ja on itselleni ollut tärkeä etappi matkassani varhaiskasvatuksen parissa. Opin ymmärtämään oman toiminnan reflektoinnin tärkeyden ja kehittyminen jatkuu edelleen. Mielestäni tällä matkalla tärkeimmän oppimani asian on Trogen (2021, 297) saanut tiivistettyä L.R Knostilta lainaamaansa lauseeseen: ”Meidän työmme ei ole ”karaista” lapsia kohtaamaan julma ja sydämetön maailma. Meidän työmme on kasvattaa lapsia, jotka tekevät maailmasta vähän vähemmän julman ja sydämettömän.”

Lähteet

Painetut

Ahonen, L. 2017a. Haastavat kasvatustilanteet - Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. 2.painos. Jyväskylä: PS-kustannus

Avola, P. & Pentikäinen, V. 2020. Kukoistava kasvatus - Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. 2.painos. Espoo: BEEhappy Publishing

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

Leskisenoja, L. 2019. Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa - Toteuta käytännössä. Jyväskylä: PS-kustannus

Neitola, M. 2013. Vertaissuhteiden merkitys ja muotoutuminen kasvuyhteisöissä. Teoksessa Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. Pienten piirissä - Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus

Opas, M. 2013. Yhteisöllinen kasvattajatiimi. Teoksessa Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. Pienten piirissä - Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus

Trogen, T. 2021. Positiivinen kasvatus. 3.painos. Jyväskylä: PS-kustannus

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2019. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luonteenvahvuutensa. 3.painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilen, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Siven, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2013. Lapsuus - erityinen elämänvaihe. 1.-5. painos. Helsinki: Sanoma Pro

Sähköiset

Ahonen, L. 2017b. Vasun käyttöopas. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus

Helsingin varhaiskasvatussuunnitelma. 2019. Helsingin kaupunki, Kasvatuksen ja koulutuksen toimiala. Viitattu 17.1.2022. https://www.hel.fi/static/liitteet-2019/KasKo/vare/Helsinki_Vasu_FI.pdf

Helsinki. 2011. 4-vuotiaan lapsen Hyve - mallin mukainen vanhempien ja päivähoidon yhteinen varhaiskasvatuskeskustelurunko. Viitattu 18.3.2022. https://www.hel.fi/static/sote/perheentuki/pdf/P%C3%A4iv%C3%A4hoito_4vuotiaan%20lapsen%20vasukeskustelurunko%20%20SUOMI.pdf

Kipinäkeskus. 2022. Ystävänpäivätoimintataulu ja tunteiden ilmaisu materiaalit. Viitattu 16.2.2022. <https://www.kipinakeskus.fi/wp-content/uploads/2022/02/Ystavanpaivatoimintataulu-ja-tunteiden-ilmaisu-materiaalit.pdf>

Kronqvist, E-L. 2020. Varhaispedagogiikan kehityspsykologinen perusta. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. Varhaiskasvatuksen käsikirja. E-kirja. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus

Koivula, M. & Eerola-Pennanen, P. 2017. Yhteisöllisyys ja yksilöllisyys. Teoksessa Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) Valloittava varhaiskasvatus - oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. E-kirja. Tampere: Vastapaino

- OAJ. 2022a. Opettajana varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Viitattu 23.4.2022.
<https://www.oaj.fi/arjessa/mita-opettajan-tyo-on/opettajana-varhaiskasvatuksessa-ja-esiopetuksessa/>
- OAJ. 2022b. Varhaiskasvatuksen opettajia koskevat työaikamääräykset. Viitattu 20.5.2022.
https://www.oaj.fi/globalassets/julkaisut/2019/vaka-tyoaikaesite_1_2019.pdf
- Pessi, A-B. 2014. Myötätunto onnen lähteenä. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus
- Pihlaja, P. 2019. Sosiaalis-emotionaalinen kehitys ja sen vaikeudet. Teoksessa Pihlaja, P. & Viitala, R. (toim.) Varhaiserityiskasvatus. E-kirja. 2.painos. Jyväskylä: PS-kustannus
- Raittila, R. & Siippainen, A. 2017. Varhaiskasvatuksen pedagoginen toimintaympäristö. Teoksessa Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) Valloittava varhaiskasvatus - oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. E-kirja. Tampere: Vastapaino
- Ranta, S. 2020. Positiivinen pedagogiikka suomalaisessa varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Kasvatus & Aika. Viitattu 23.4.2022.
<https://journal.fi/kasvatusjaaika/article/view/101598/62698?acceptCookies=1>
- Sainio, T., Pajulahti, R. & Sajaniemi, N. 2020. Näin tuet lapsen itsesääätelyä - hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus
- Salminen, J. 2017. Kasvattaja lasten kehityksen ja oppimisen tukijana. Teoksessa Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) Valloittava varhaiskasvatus - oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. E-kirja. Tampere: Vastapaino
- Suomen mielenterveys ry. 2021. Resilienssi auttaa selviytymään. Viitattu 25.3.2022.
<https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/resilienssi-auttaa-selviytymaan/>
- Talentia. 2022. Varhaiskasvatuksen sosionomin tehtäväkuva. Viitattu 17.1.2022.
<https://www.talentia.fi/talentia/talentian-tavoitteet/talentia-vaikuttaa-varhaiskasvatuksessa/varhaiskasvatuksen-sosionomin-tehtavakuva/>
- Tarkka, K., Komi, A., Nevanen, S. & Tuominiemi-Lilja, T. 2013. Hyve hallussa - Opas vanhempien, päivähoiton ja neuvolan yhteistyön vahvistamiseen lapsen laajan 4-vuotistarkastuksen yhteydessä. Viitattu 1.3.2022.
http://www.socca.fi/files/3130/Hyve_hallussa_-_opas.pdf
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Opetushallitus. Viitattu 6.2.2022.
https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf
- Varhaiskasvatuslaki 540/2018. Viitattu 18.2.2022.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540#Pdm45237816907008>
- Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Viitattu 20.5.2022. <http://hanna.vilka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-havainnoi.pdf>
- Vilka, H. 2021. Tutki ja kehitä. E-kirja. 5.painos. Jyväskylä: PS-kustannus

Väestöliitto. 2020. Pesarapuuttuminen. Viitattu 20.5.2022.

<https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/11/8687df4b-pesarapuuttuminen-alustukset.pdf>

Kuviot

Kuvio 1: Varhaiskasvatuksen sosionomin sidosryhmät	9
Kuvio 2: Varhaiskasvatuksen opettajan sidosryhmät	11
Kuvio 3: Myötätunto inhimillisyyden perustana ja konkretiana (Pessi 2014)	69
Kuvio 4: Varhaiskasvatuksen opettajan ja varhaiskasvatuksen sosionomin erot	73
Kuvio 5: Positiivisen kasvatuksen talo (Trogen 2021)	76

Taulukot

Taulukko 1: Optimistin ja pessimistin jaottelut Martin Seligmanin mukaan (Trogen 2021)	61
Taulukko 2: Opinnäytteen hyödyt	77